

Katja Kandelberg

OMAN ELÄMÄN KANSIO

Asiapaperi- ja opaskansio itsenäistyvälle jälkihuollon asiakkaalle

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULLU
Sosionomikoulutus
Maaliskuu 2022**



Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Maaliskuu 2022	Tekijä/tekijät Katja Kandelberg
Koulutus Sosionomi		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi OMAN ELÄMÄN KANSIO. Asiapaperi- ja opaskansio itsenäistyvälle jälkihuollon asiakkaalle		
Työn ohjaaja Pirjo Forss-Pennanen		Sivumäärä 26 + 14
Työelämäohjaaja Sirje Pekkala		
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa asiakirja- ja opaskansio itsenäistyvälle jälkihuollon asiakkaalle. Opinnäytetyön suunnitteluosuus toteutettiin yhdessä Messi Oy:n jälkihuollon asiakkaiden sekä jälkihuollon johtajan ja ohjaajan kanssa. Idea opinnäytetyöstä tuli Messin jälkihuollon johtajalta, joka oli havainnut, että nuorilla on haasteita pitää tallessa elämänsä tärkeitä asiapapereita ja löytää kootusti tietoa itsenäistymiseen liittyvistä asioista.</p> <p>Opinnäytetyön tutkimusosiossa menetelminä käytettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua sekä strukturoituja kyselykaavakkeita, joiden avulla suunnitteluprosessi käynnistyi. Sekä ohjaajat että itsenäistyvät nuoret osallistuivat kehittämistyöhön antamalla alkutietoja sekä testaamalla kansion toiminnallisuutta ja sisältöä suunnittelutyön aikana.</p> <p>Kansio on kodin kansion ja itsenäistymiskansion hybridimalli. Se sisältää nuoren elämän eri osa-alueisiin, kuten jälkihuoltoon, rahaan ja taloudenpitoon, asumiseen, terveyteen ja hyvinvointiin, opiskeluun ja työelämään liittyvää tietoutta sekä taskuja nuoren omille todistuksille, dokumenteille ja muille asiapapereille. Opinnäytetyötä aloittaessa kansion työnimenä oli ”Kodin Kansio”, mutta nimi muuttui prosessin aikana nimeksi ”Oman Elämän Kansio”, sillä ”Kodin Kansio” tuntui suppealta ottaen huomioon, kuinka suuren osan nuoren elämän osa-alueista kansion sisältö kattoi. Oman Elämän Kansio toimii kirjaimellisesti oman elämän papereiden hallinnointityökaluna sekä käytännön oppaana arjessa. Jälkihuollon asiakkaana ollessaan itsenäistynyt nuori harjoittelee kansion käyttöä yhdessä omaohjaajansa kanssa, ja muuttaessaan omilleen hän saa kansion mukaansa.</p> <p>Oman Elämän Kansion tavoitteena on auttaa nuorta elämänhallinnallisten taitojen kehittämisessä, kuten omien papereiden säilyttämisessä ja hallinnoimisessa, elämän eri osa-alueiden vastuiden, oikeuksien ja velvoitteiden tiedostamisessa sekä muodostaa käytännön arjessa toimintamalli, joka auttaa hahmottamaan ja hallinnoimaan elämän eri osa-alueita.</p>		
Asiasanat Itsenäistyminen, itsenäistymiskansio, jälkihuolto, lastensuojelu, osallisuus, osallistava suunnittelu		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date March 2022	Author Katja Kandelberg
Degree programme Bachelor of Social Services		
Name of thesis MY LIFE FOLDER. A document and guide folder for an after-care customer		
Centria supervisor Pirjo Forss-Pennanen	Pages 26 + 14	
Instructor representing commissioning institution or company Sirje Pekkala		
<p>The purpose of the thesis was to design and implement a document and guide folder for an independent aftercare customer. The design part of the thesis was carried out together with Messi Oy's aftercare customers and the aftercare manager and supervisor. The idea for the thesis came from the director of after-care, who had found that young people have challenges in keeping important documents of their lives and in finding information about issues related to independence.</p> <p>In the research part of the thesis, semi-structured thematic interviews and structured questionnaires were used as methods to start the planning process. Both instructors and independent young people participated in the development work by providing initial information and testing the functionality and content of the folder during the design work.</p> <p>The folder is a hybrid model of a home folder and an independence folder. It includes information on various aspects of a young person's life, such as aftercare, money and finances, housing, health and well-being as well as study and working life, and it also includes pockets for the young person's own certificates, documents and other documents. At the beginning of the thesis process, the working name of the folder was "Home Folder", but during the process the name changed to "My Life Folder" as "Home Folder" seemed narrow considering how much of the young person's life the contents of the folder covered. My Life Folder literally serves as a tool for managing the papers in one's own life and as a practical guide in everyday life. As an after-care client, the independent young person practices using the folder together with the instructor, and when they move to live on their own, they take the folder with them.</p> <p>The aim of the physical folder is to help the young person develop life management skills, such as storing and managing their own papers, being aware of the responsibilities, rights and obligations of different aspects of life, and to develop a practical model that helps them to perceive and manage different aspects of life.</p>		
Key words After-care, child protection, independence, independence folder, involvement, participatory design		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Jälkihuolto

Jälkihuolto on sijaishuollon tai pitkän avohuollon sijoituksen päättymisen jälkeen tarjottava kokonaisvaltainen tuki lapselle tai nuorelle. Tarkoituksena on auttaa aikuistuvaa nuorta itsenäisen elämän alkuun, jotta hän voi saavuttaa riittävät valmiudet elää itsenäistä elämää. Jälkihuolto voi kohdistua tukitoimena myös lapseen, joka kotiutuu sijaishuollosta.

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS**

1 JOHDANTO.....	1
2 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ	2
3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA	3
3.1 Nuoren itsenäistyminen.....	3
3.2 Jälkihuolto lastensuojelulaisissa	4
3.3 Osallisuus ja osallistava suunnittelu	5
3.4 Olemassa olevia kansiomalleja	5
4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄ.....	7
5 OMAN ELÄMÄN KANSIO – PROJEKTIN VAIHEET	8
5.1 Puolistrukturoitu teemahaastattelu jälkihuollon työntekijöille	9
5.2 Strukturoitu kyselykaavake itsenäistyville nuorille	10
5.3 Oman Elämän Kansion suunnittelu.....	11
5.4 Oman Elämän Kansion testaus ja palaute	13
6 PRODUKTI – OMAN ELÄMÄN KANSIO	16
6.1 Oman Elämän Kansion Jälkihuolto-osio.....	18
6.2 Oman Elämän Kansion Raha & talousosio.....	19
6.3 Oman Elämän Kansion Terveys & hyvinvointi -osio.....	20
6.4 Oman Elämän Kansion Koti & vakuutukset -osio	21
6.5 Oman Elämän Kansion Opiskelu & työelämäosio	22
6.6 Oman Elämän Kansion Muut tärkeät paperit -osio.....	22
7 POHDINTA.....	23
LÄHTEET	27
LITTEET	28

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aihetta pohiessani otin yhteyttä Messi Oy:n jälkihuollon johtajaan, jonka kanssa olen aiemminkin tehnyt yhteistyötä, kysyäkseni, olisiko heillä sopivaa opinnäytetyöaihetta tulevalle sosionomille. Asiaa ja mahdollista aihepiiriä pohdittuaan hän ehdotti opinnäytetyön aiheeksi jälkihuollossa asuville nuorille suunnattua kansiota, johon nuoret voisivat tallettaa elämäänsä liittyviä tärkeitä asiapapereita ja joka toimisi samalla informatiivisena oppaana. Taustalla on Messi Oy:n jälkihuollon johtajan havainto siitä, että nuorilla on haasteita pitää papereitaan järjestyksessä ja tallessa sekä löytää keskiteysti tietoa elämän eri osa-alueista sekä niihin liittyvistä oikeuksista, velvoitteista ja sopimuksista.

Opinnäytetyön tutkimuksellisena lähtökohtana oli ymmärtää itsenäistyvän nuoren tapaa toimia omien, virallisten asiapapereidensa hallinnoijana nykytilanteessa. Tavoitteena oli löytää ratkaisu/malli, joka tukisi järjestelmällistä papereiden säilyttämistä toimien myös tiedon lähteenä koskien itsenäisen elämän eri osa-alueita. Osa-alueita olisivat talouteen ja rahaan (pankki, erilaiset tuet), asumiseen (vuokrasopimukset ja vakuutukset), opiskeluun ja/tai työhön (todistukset ym.) sekä muut elämään ja arkeen (esim. Kela) liittyvät asiapaperit. Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella käytännön arjessa toimiva kansio, joka palvelisi sekä papereiden säilytyspaikkana että informatiivisena oppaana. Fyysisen kansion taustalla on kyse laajemmasta ilmiöstä, joka liittyy elämänhallinnallisiin taitoihin, sillä usein lastensuojelun asiakkaiden asioita ja papereita ovat hoitaneet muut kuin nuori itse, joten käytännön tasolla tällä osa-alueella nuorelle ei ole välttämättä muodostunut toimintamallia, joka tukisi häntä arjessa. Tämän vuoksi konkreettisen kansion ja sen käyttöön liittyvän toimintamallin rakentaminen voisi toimia osana laajempaa elämänhallinnallisten taitojen opettelua, joka voi parantaa nuoren luottamusta omaan itseensä oman elämänsä asioiden hoitajana.

Kyseessä oli toiminnallinen opinnäytetyö, joka koostui produktiosuudesta ja raporttiosuudesta. Valitsin kvalitatiivisen, laadullisen tutkimusnäkökulman, joka mahdollistaa laajemman näkemyksen syntymisen opinnäytetyön aiheeseen ja auttaa hahmottamaan paremmin kontekstia, johon opinnäytetyön tuotos, kansio, sijoittuu. Toteutusmenetelmänä käytin osallistavaa suunnitteluprosessia, joka pohjautuu käyttäjakeskeisen suunnittelun periaatteisiin.

2 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Opinnäytetyön tilaajana ja yhteistyökumppanina toimi Messi Oy, Joensuun Haapalahdessa toimiva yksityinen lastensuojelulaitos, joka on erikoistunut vaativaa psykososiaalista kuntoutusta tarvitseviin nuoriin. Messi Oy:lla on myös jälkihuollon asuntoja Joensuussa. Opinnäytetyöni kohdentui Messi Oy:n jälkihuollon asiakkaisiin, jotka harjoittelevat itsenäistä elämää Messin harjoitteluasunnoissa Joensuun eri yksiköissä.

Opinnäytetyöhön osallistuivat Messi Oy:n jälkihuollon johtaja, ohjaaja sekä kuusi jälkihuollon asiakasta. Asiakkaat olivat keski-ikäisiä 19-vuotiaita. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) mukaan on tärkeää huolehtia osallistumisen vapaaehtoisuudesta ja osallistujien kunnioittavasta ja arvostavasta kohtelusta kaikissa tilanteissa. Siksi laadin nuorelle tarkoitettun suostumuslomakkeen yhteyteen pienen esityksen opinnäytetyöni aiheesta ja siitä, millaista osallistumista häneltä toivotaan opinnäytetyön aikana, jotta hän voi arvioida ja päättää itse, haluaako osallistua opinnäytetyöhön. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan suosituksen mukaisesti suostumuslomakkeessa on myös maininta, että tutkimukseen osallistuvalla henkilöllä on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen missä tahansa vaiheessa ilman pelkoa mahdollisista kielteisistä seurauksista (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7-9.). Allekirjoitetut suostumuslomakkeet säilytetään Messi Oy:n tiloissa.

Alkukartoitusaineistoon ei kirjattu tarkempia henkilötietoja, ainoastaan ikä ja sukupuoli, eikä kaavakkeessa ollut mukana kysymyksiä, joista henkilö voitaisiin tunnistaa. Myöskään prosessin aikana aineistoon ei liitetty henkilötietoja tai muita tietoja, joista tutkimus- ja kehitystehtävään osallistuva voitaisiin tunnistaa. Opinnäytetyön tekijänä otan omalta osaltani vastuun alkukartoituksessa syntyneen aineiston hävittämisestä, kun opinnäytetyö on valmistunut.

Opinnäytetyön tutkimus- tai kehittämisosuudesta ei ollut tarpeen tässä yhteydessä pyytää tutkimuksen eettistä ennakoarviointia, sillä tutkimukseen osallistuneet olivat yli 15-vuotiaita, tutkimuksessa ei kaajottu fyysiseen koskemattomuuteen eikä tutkimus- tai kehitystehtävä sisältänyt poikkeuksellisen voimakkaita ärsykeitä, jotka voisivat aiheuttaa haittaa, riskiä tai turvallisuusuhkaa osallistuville ihmisille tai heidän läheisilleen.

3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

Opinnäytetyön tietoperusta koostuu kolmesta eri näkökulmasta, jotka liittyvät nuoren itsenäistymisen prosessiin, lakiin jälkihuollosta, sekä osallisuuden ja osallistavan suunnittelun periaatteista. Ensimmäinen mainituista käsittelee nuoren itsenäistymistä ja siihen liittyviä elämänmuutoksia, toinen tarkastelee jälkihuoltoa lakiin perustuvan näkökulman kautta, ja kolmas opinnäytetyön prosessin ja menetelmän kautta.

3.1 Nuoren itsenäistyminen

Aikuisuus elämänvaiheena alkaa noin kahdenkymmenen vuoden iässä. Nuoret kohtaavat aikuisuuteen siirtyessään suuria elämänmuutoksia monilla elämän eri osa-alueilla, niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin. Irtautuminen lapsuudenkodista ja vanhemmista, muutto omilleen, opintojen aloittaminen tai työelämään astuminen tapahtuvat usein samoihin aikoihin, mikä tekee muutoksista entistä tuntuvampia. Monille itsenäistyminen tuo mukanaan uusia vapauksia ja vastuu omista valinnoista tuntuu hyvältä. Suurin osa nuorista aikuistuu ja itsenäistyy ilman suuria haasteita. Toisille siirtymät voivat kuitenkin olla vaikeita. Elämänpolkuun nuoruudesta aikuisuuteen vaikuttavat monet asiat omasta toiminnasta, odotuksista ja tavoitteista suhteessa ympäröivän maailman arvoihin ja vaatimuksiin. Ammatinvalinta on yksi suuri kysymys nuoren elämässä, sillä se muokkaa käsitystä omasta itsestä ja paikasta maailmassa. Koska valinnan mahdollisuuksia on runsaasti, muutosten keskellä nuorelta vaaditaan aktiivisuutta ja päätöksentekoa, jotta oma tie löytyy.

Nuoruudessa tapahtuviin lukuisiin elämänmuutoksiin liittyvät usein raha ja erilaiset taloudelliset kysymykset. Aikuistumisen, itsenäistymisen ja elämäntalouden yhtenä kriteerinä on perinteisesti ollut kyky hankkia oma toimeentulo, ja tähän elämänvaiheeseen liittyvät usein epäsäännölliset ja epävarmat tulot määräaika- ja osa-aika-työsuhteineen. Nuoret aikuiset eivät itse välttämättä pidä asiaa huonona, sillä erilaiset työsuhteet mahdollistavat kokemusten kertymisen elämässä. Vaikka nuori olisi kuinka kykeneväinen toimimaan itsenäisesti, tukiverkoston tärkeys on kuitenkin hyvä tunnistaa jokaisen nuoren elämässä. (Ranta, M. Nuortenlinkki.)

Tämän opinnäytetyön kohderyhmä koostui nuorista aikuisista, jotka ovat siirtyneet lastensuojelun sijaishuollon tai avohuollon piiristä jälkihuollon tuen piiriin harjoittelemaan itsenäistä elämää ja arkea, tekemään valintoja ja päätöksiä elämänsä suunnasta, ja rakentamaan omaa elämää. Jälkihuolto toimii tässä tapauksessa ohjauksellisena osana nuoren tukiverkostoa.

3.2 Jälkihuolto lastensuojelulaissa

Lastensuojelulaki säätää jälkihuoltoa, johon on oikeutettu alle 25-vuotias, lastensuojelun sijaishuollon asiakkaana oleva/ollut nuori. Sosiaalihuollosta vastaavan toimielimen on järjestettävä lapselle tai nuorelle jälkihuolto lastensuojelulain 40 §:ssä tarkoitetun sijaishuollon päättymisen jälkeen. Jälkihuolto on järjestettävä lastensuojelulain 37 §:ssä tarkoitetun avohuollon tukitoimena tapahtuneen sijoituksen päättymisen jälkeen, jos sijoitus on kestänyt yhtäjaksoisesti vähintään puoli vuotta ja kohdistunut lapseen yksin. (Lastensuojelulaki)

Hyvin toteutettu jälkihuolto on lastensuojelun ja sijaishuollon vaikuttavuuden keskeinen edellytys. Jälkihuollon tuki perustuu aina lapsen tai nuoren yksilölliseen tarpeeseen. Jälkihuollon toteuttamisen perustana toimii yksilöllinen jälkihuollon asiakassuunnitelma, jota tarkistetaan säännöllisesti. Nuorelle tarjotaan jälkihuollossa tukea asumiseen, koulutukseen, terveydenhuoltoon, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn sekä toimeentulon suhteen. (THL). Jälkihuollon tehtävänä on valmistaa nuorta itsenäiseen elämään vastuullisena aikuisena.

Messin tukitilanteita ja -muotoja ovat esimerkiksi henkilökohtainen ohjaus ja neuvonta arjessa selviytymiseen, opastus itsenäisen elämän taitoihin sekä yhteiskunnan palveluihin ohjautumiseen. Apua tarjotaan myös omien voimavarojen löytämiseen ja tulevaisuuden suunnittelemiseen, suunnitelmalliseen rahankäyttöön, asunnon hankkimiseen ja kalustamiseen, koulunkäynnin ja opintojen aloittamiseen ja niissä etenemiseen, sekä työllistymiseen ja työharjoitteluun. Lisäksi nuorta tuetaan harrastuksissa sekä loma- ja virkistystoiminnassa. Nuorella on mahdollisuus myös vertaistukiryhmiin osallistumiseen sekä psyykkisen ja fyysisen toiminnan seurantaan ja tukemiseen. Oman Elämän Kansio voi toimia sekä osana edellä mainittuja tukimuotoja että erillisenä, konkreettisenä välineenä nuoren itsenäistymisen tukemisessa ja oman elämänhallinnallisten taitojen kehittämisessä.

3.3 Osallisuus ja osallistava suunnittelu

Lastensuojelulaissa määritellään keskeiset periaatteet, joita tulisi soveltaa käytännön lastensuojelutyössä edistettäessä lapsen tai nuoren hyvinvointia. Yksi keskeisistä periaatteista on mahdollistaa kokemus osallisuudesta ja vaikutusmahdollisuuksista omaa elämää koskeviin asioihin. (Lastensuojelulaki)

Osallistavan, käyttäjälähtöisen suunnittelun tärkeimpiä tavoitteita on syventää ymmärrystä siitä, millä tavalla käyttäjät tulevat käyttämään suunniteltavaa tuotetta (Vilfors 2019). Osallistavassa, käyttäjakeskeisessä suunnittelussa olennaista on saada tietoa käyttäjän odotuksista, toiveista ja tarpeista, jotta tuotekehitystä voidaan toteuttaa käyttäjän näkökulmasta (Lassila & Rantanen, 2012). Siten tärkein näkökulma ja tekijä, jolla voidaan mitata tämän opinnäytetyön onnistumista, liittyy nuoren kokemukseen Oman Elämän Kansion omistajana ja hallinnoijana. Itsenäistyvien nuorten ajatukset, mielipiteet ja palaute käytännössä ohjasivat suunnitteluprosessia ohjaajien kanssa käydyn keskustelun ja heiltä saadun palautteen lisäksi. Nuorten mielipiteitä ja tarpeita kartoitettiin sekä kyselyiden että kansion luonnosvaiheiden testauksen avulla. Myös nuorten ohjaajat olivat tiiviisti mukana kehitystyössä, sillä he ovat seuranneet nuorten elämää ja arkea läheltä. Ohjaajat toivat objektiivisen, ammatillisen näkemyksensä ja tietonsa nuorten tarpeista osaksi suunnittelutyötä.

3.4 Olemassa olevia kansiomalleja

Kartoitin, millaisia itsenäistymiskansioita on jo olemassa nuoren itsenäistymisen tueksi. Hain tietoa internetsivuilta erilaisilla asiasanoilla löytääkseni vastaavan tuotteen. Hakusanoina käytin mm. ”itsenäistymiskansio”, ”kodin kansio”, ”jälkihuollon kansio”. Itsenäistymiskansioita löytyi suuri määrä opinnäytetöiden muodossa, joista moni on tarkoitettu tietyn alueen tai lastensuojelulaitoksen käyttöön eikä siten sovellu sellaisenaan jollekin toiselle lastensuojelulaitokselle, vaikka niitä voikin hyödyntää pohjana sisällön ja rakenteen osalta. Kävin läpi useampia toiminnallisia opinnäytetöitä kartoittaakseni, millä tavalla itsenäistymiskansioita on laadittu. Hybridimallista kansiota, jota käytettäisiin kodin kansion tyyppisesti myös omien papereiden, kuten todistusten ja sopimusten säilytykseen, en löytänyt. Monet itsenäistymiskansiot on koottu mukailien Umbrella-työkirjan sisällön osa-alueita. Umbrella-työkirjamenetelmä on Turun ammattikorkeakoulun laatima, lastensuojelulaitosten asiakkaiden käyttöön tarkoitettu käsikirjan, työkirjan ja portfolion käsittävä kokonaisuus, joka sisältää nuoren elämän seitsemän eri osa-alueita: 1) minä itse, 2) sosiaaliset suhteet, 3) koulu, ammatti ja työ, 4) raha-asiat, 5)

hyvinvointi, 6) koti, ja 7 rikokset (Timonen-Kallio 2010). Minä itse -osiossa käsitellään yhtenä osa-alueena tärkeitä asiapapereita, joiden käsittely, hallinnoiminen ja säilytys kuuluvat itsenäisen ihmisen tehtäviin, ollen siten osa elämänhallinnallisia taitoja.

Kaikkien itsenäistymiskansioiden tavoitteena on tukea nuorta itsenäiseen elämään. Vertasin olemassa olevien itsenäistymiskansioiden sisältöjen teemoja Oman Elämän Kansion sisältöön havaiten, että samat teemat toistuivat kansioissa, mutta hieman eri tavalla koostettuina kokonaisuuksina.

4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa konkreettinen kansio, jota nuoret voivat käyttää sekä oppaana että oman elämänsä tärkeiden papereiden säilytyspaikkana, koska suurimmalla osalla Messin jälkihuollon tukiasunnoissa asuvilla, itsenäistä elämää harjoittelevilla nuorilla on haasteita papereiden säilyttämisessä ja hallinnoimisessa. Vastaavaa kansiota ei ole tällä hetkellä käytössä Messi Oy:n jälkihuollon toiminnassa, joten käytännössä kyse on uudesta arjen apuvälineestä. Tavoitteena on kansion avulla auttaa nuorta muodostamaan (ohjaajan tuella) arjen toimintamalli, joka tukee hallinnan tunnetta omien asioiden hoitamisessa, helpottaa nuorta hahmottamaan oman elämänsä eri osa-alueita, ja madaltaa kynnystä ottaa täysi vastuu ja toimijuus elämässään siinä laajuudessa, jossa nuori itse on kykeneväinen niin tekemään.

Opinnäytetyön tehtävänä oli selvittää seuraavia asioita:

- 1) Miten jälkihuollossa käsitellään nuoren asiapapereita ja asioita tällä hetkellä? Kuka niitä käsittelee ja hallinnoi? (nykyinen toimintamalli/lähtötilanne)
- 2) Millainen toimintamalli nuoren elämässä on koskien hänen omaan elämäänsä liittyviä asiapapereita (nykyinen toimintamalli/lähtötilanne)?
- 3) Miten konkreettinen kansio voisi auttaa nuorta omaksumaan *toimintamallin*, joka ohjaa vastuulliseen, oman elämän itsenäiseen hallintointiin ja siihen tarvittaviin taitoihin? Tähän kysymykseen liittyy vahvasti myös jälkihuollon ohjauksellinen aspekti, jossa nuorta tuetaan toimintamallin rakentumisessa.

Opinnäytetyö toteutettiin aihepiirin ja sisällön vuoksi toiminnallisena opinnäytetyönä, johon kuului produktiosuus sekä raporttiosuus. Toiminnallisen työn tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa joko oman konkreettisen toiminnan kautta tai projektissa yhteistyökumppaneiden kanssa (Vilkkä & Airaksinen 2004, 11.) Tässä yhteydessä kohderyhmä oli rajattu: Messi Oy:n jälkihuollon itsenäistymisvaiheessa olevat nuoret, jotka asuvat Messi Oy:n jälkihuollon asiakkaille tarkoitetuissa vuokra-asunnoissa, sekä sekundäärisenä ryhmänä nuorten omaohjaajat, jotka tukevat toimintamallin rakentumista ja nuoren askeleita itsenäiseen elämään.

5 OMAN ELÄMÄN KANSIO – PROJEKTIN VAIHEET

Esittelen aluksi opinnäytetyön prosessiosuuden lyhyesti, tarkentaen yksityiskohtia erikseen tämän johdannon jälkeen, jotta kokonaiskuva toiminnasta hahmottuu lukijalle paremmin.

Ensimmäisessä vaiheessa haastattelin jälkihuollon johtajaa ja jälkihuollossa työskentelevää ohjaajaa käyttäen haastattelumetodina puolistrukturoitua teemahaastattelua (LIITE 1). Haastattelu auttoi laajemman näkemyksen syntymisessä opinnäytetyön aiheeseen tuoden ammattilaisten, jotka tuntevat nuoret ja heidän elämänsä, havainnot ja näkemykset esille. Lisäksi kartoitin itsenäistyvien nuorten näkemyksiä strukturoidun kyselykaavakkeen (LIITE 2) avulla ymmärtääkseni, miten nuoret tällä hetkellä toimivat omien asiapapereidensa hallinnoijina, miten he suhtautuvat ajatukseen kansioista sekä millaista tietoa kansion odotetaan sisältävän. Kysely sisälsi myös kysymyksiä, jotka valottivat nuorten asenteita ja ajatuksia itsenäistymisestä, vastuun ottamisesta ja vastuun kokemisesta omassa elämässä. Kysymykset auttoivat ymmärtämään nuoren näkökulmaa ja kokemusta omasta toimijuudestaan sekä valmiuksia toimia oman elämänsä itsenäisenä, täysivaltaisena hallinnoijana.

Toisessa vaiheessa suunnittelin Oman Elämän Kansion perustuen ensimmäisessä vaiheessa saamiini tietoihin ja suunnitteluprosessin aikana saatuun palautteeseen. Fyysisiä kansioita opinnäytetyöprosessin aikana syntyi yhteensä 12 kappaletta; kolme ensimmäisessä testausvaiheessa, yksi kappale toisessa testausvaiheessa (pohjautuen ensimmäisessä testausvaiheessa saatuun palautteeseen) sekä 8 lopullista kansiota, jotka jaettiin nuorille käyttöön. Käytännössä itsenäistyvien nuorten sekä ohjaajien palaute ohjasi koko suunnitteluprosessia. Osallistava suunnitteluprosessi myötäili käyttäjäkeskeisen suunnittelun periaatteita.



KUVA 1. Opinnäytetyöprosessin vaiheet

5.1 Puolistrukturoitu teemahaastattelu jälkihuollon työntekijöille

Aloitin opinnäytetyön aiheeseen tutustumisen haastatteleamalla Messi Oy:n jälkihuollon johtajaa ja ohjaajaa, jotka olivat havainneet nuorilla haasteita omien papereidensa hallinnassa ja säilytyksessä. Haastattelu tarjosi sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisten näkökulman asiaan auttaen laajemmin näkemyksen saamisessa opinnäytetyön sisältöön. Haastattelu tapahtui Messi Oy:n jälkihuoltoasuntojen yhteydessä olevassa yhteistilassa 8.6.2021. Haastatteluun osallistui jälkihuollon johtaja ja ohjaaja. Haastattelu äänitettiin. Avasin keskustelun kysymällä, mistä ajatus kansioista syntyi ja millaisissa tilanteissa nuorten haasteet pitää omia papereitaan järjestyksessä olivat ilmenneet. Pysin kysymyksillä selvittämään myös, miten tällä hetkellä nuoren asiapapereita ja asioita hallinnoidaan, kuka niitä hallinnoi ja miten. Vastaukseksi saatiin, että käytännössä nuori itse on vastuussa omista asiapapereistaan, mutta osalla nuorista papereiden säilyttämisessä ja hallinnoinnissa oli haasteita. Esimerkiksi tilanteissa, joissa olisi pitänyt tarkistaa omasta vuokrasopimuksesta asioita, huomattiin, että nuori ei löydä vuokrasopimustaan, tai laskut ovat hukassa ja eräpäivä on jo mennyt. Tähän haasteeseen haettiin ratkaisua kansion avulla, joka toimisi ohjaavana toimintamallina ja konkreettisena välineenä papereiden hallintaan. Kansion tulisi sisältää myös tietoa elämän eri osa-alueisiin liittyvistä oikeuksista ja velvoitteista, sillä tieto on hajallaan eri paikoissa ja sen löytäminen voi olla nuorelle haastavaa. Kysyessäni, millä tavalla kansiota on suunniteltu käytettävän osana ohjauksellista toimintaa ja nuoren tukemista, vastaukseksi saatiin, että alussa nuoren kanssa tutustuttaisiin yhdessä kansioon ja sen eri osa-alueisiin. Kun tulee tilanteita, joissa on ajankohtaista käsitellä jotakin kansion sisältämästä elämän osa-alueesta, kansio olisi tilanteessa mukana ja nuori voisi käydä asiaa läpi yhdessä ohjaajan kanssa. Kansion odotettiin sisältävän seuraavat osa-alueet: jälkihuolto (Messin asiakkuuteen liittyvä tieto), raha ja talous, koti ja vakuutukset, opiskelu ja työelämä sekä muut tärkeät paperit (myöhemmässä vaiheessa, kun ensimmäinen kansioversio oli testattu, uutena osa-alueena mukaan tuli terveys ja hyvinvointi). Keskusteltaessa siitä, millainen fyysisen kansion tulisi olla, tulivat esille sanat yksinkertaisuus, selkeys, toimivuus, värikyky. Vastauksissa painotettiin, että liikaa tietoa ei saisi olla, mutta tarpeellinen tieto kuitenkin, sillä kansion ensisijainen tarkoitus oli toimia nuoren omien papereiden säilytyspaikkana ja toissijaisesti se tarjoaisi tietoa elämän eri osa-alueisiin liittyvistä oikeuksista, velvoitteista ja muusta informaatiosta. Omaohjaajansa kanssa kansiota läpikäymällä itsenäistyvä nuori voi tutustua kuhunkin osa-alueeseen ja yksilöllisten tarpeidensa sekä tilanteen mukaisesti hankkia lisää tietoa yhdessä ohjaajan kanssa.

5.2 Strukturoitu kyselykaavake itsenäistyville nuorille

Jälkihuollon johtajan ja ohjaajan haastattelun ja siinä käydyn keskustelun pohjalta koostin nuorille suunnatun strukturoidun kyselykaavakkeen (LIITE 2). Tavoitteena oli selvittää, millainen toimintamalli nuorella itsellään oli koskien hänen elämäänsä liittyviä asiapapereita, sekä ymmärtää, millaisia asenteita ja odotuksia nuorilla oli koskien kansiota. Itsenäistyvien nuorten vastaukset auttoivat ymmärtämään nykyistä toimintatapaa koskien oman elämän asiapapereiden hallintaa heidän omasta näkökulmastaan sekä sitä, miten nuoret itse kokevat vastuunsa oman elämänsä toimijuudesta. Kyselyyn vastasi yhteensä 6 nuorta, joista 5 oli naisia ja 1 mies. Vastaajien keski-ikä oli 19 vuotta. Vastaajista kahdella oli kansio, neljällä ei. Neljä nuorta, joilla ei ollut kansiota, vastasivat, että papereita on eri paikoissa eikä niitä aina löydy. Koska keskitettyä paikkaa, johon papereita olisi voinut kerätä ja sijoittaa, ei ollut, haasteena oli papereiden katoaminen muiden tavaroiden joukkoon. Nuorten omat vastaukset vahvistivat ohjaajien haastattelussa antamia tietoja.

Kysely sisälsi myös kysymyksiä liittyen itsenäistymiseen ja siihen, miten nuoret kokevat itsenäistymisen ja mikä on heidän oma kokemuksensa siitä, kuinka itsenäinen on. Vapaamuotoiseen kysymykseen, mitä itsenäistymisen tarkoittaa, nuoret vastasivat itsenäistymisen liittyvän pitkälti vastuunottamiseen omasta elämästä ja omien asioiden hoitamisesta. Kolme nuorista tunsi olevansa melko itsenäinen ja valmis ottamaan vastuun itsestään, kun taas kolme vastasi olevansa kohtalaisen itsenäinen, mutta ei vielä aivan valmis ottamaan täyttä vastuuta itsestään. Suurin osa nuorista (5/6) hoitaa omaan elämäänsä liittyviä virallisia asioita itsenäisesti, mutta saa tukea tarvittaessa. Kaikilla paitsi yhdellä nuorella on hallussaan omaa elämäänsä koskevat asiapaperit.

Kysyttäessä nuoren ajatuksia ja suhtautumista rahan käyttöön sekä vastuun kantamiseen talousasioistaan, kolme nuorta vastasi ”kyllä, täysin vastuussa” ja kolme ”kyllä, osittain vastuussa”. Suuri osa nuorista koki toisin sanoen olevansa vastuussa omasta toimeentulostaan, mutta kysyttäessä, pystyykö hän laskemaan tulonsa ja menonsa siten, että rahat riittävät koko kuukaudeksi, yksi vastasi ”kyllä, aina”, kaksi vastasi ”kyllä, useimmiten” ja kolme vastasi ”Useimmiten en”. Tarkennettaessa kysymyksiä laskujen maksamiseen ja niihin liittyviin tapoihin ja ajatuksiin, jokainen nuori oli omasta mielestään vastuussa omista laskuistaan ja niiden maksamisesta epäpäivänä. Vaikka jokainen nuori vastasi avaavansa laskun sen saadessaan, kolme vastasi, että oli mahdollisuus, että lasku menisi hukkaan ja sen unohtaisi maksaa eräpäivänä. Koska omien raha-asioiden hoitamisen taito on yksi itsenäisen ihmisen tärkeimpiä

tehtäviä, joka vaikuttaa kaikkiin elämän osa-alueisiin, koettiin tärkeäksi, että raha ja talousosioon lisätäisiin informaatiota siitä, millä tavalla omaa rahankäyttöä voisi suunnitella ja seurata.

Hypoteettisena kysymyksenä esitin nuorille, joilla ei ollut kansiota, ajatuksen kansiota ja siitä, kuinka todennäköistä on, että hän käyttäisi kansiota. Kolme nuorista vastasi hyvin mahdollisesti käyttävänsä, yksi vastasi tuskin käyttävänsä. Kahdella nuorista oli jo kansio käytössään. Kysymyksenasettelussa pyrin löytämään vastauksia siihen, mitkä osa-alueet kansiossa olisivat nuorten mielestä olennaisimpia ja tärkeimpiä. Tärkeimmiksi nuoret valitsivat rahaan ja talouteen (5/6), asumiseen (6/6), jälkihuoltoon (4/6) sekä opiskeluun (4/6) liittyvät osa-alueet. Työelämään liittyvää osa-aluetta tärkeänä piti kaksi nuorta (2/6). Kysyttäessä, mitä kansiota puuttuu, yksi nuori mainitsi sairaala-asiakirjat.

Kyselyn viimeiseen, avoimeen kysymykseen koskien kyselystä heränneitä ajatuksia yksi nuori vastasi toivovansa, että kansiota olisi kaksi eri versiota, joista toinen olisi valmiiksi tehty, toinen sellainen, että sitä voisi muokata esimerkiksi ulkoasullisesti. Yksi nuori vastasi, että kansiossa tulisi olla lokerot eri asioille ja sen tulisi olla yksinkertainen, mutta järjestelmällinen. Yksi nuori vastasi, että kysely oli helppo, mutta kysymyksiä olisi voinut olla lisää ja/tai niitä olisi voinut tarkentaa. Kolme nuorta jätti vastaamatta avoimeen kysymykseen.

5.3 Oman Elämän Kansion suunnittelu

Ohjaajien ja nuorten antamien vastausten perusteella ryhdyin hahmottamaan Oman Elämän Kansion sisältöä ja rakennetta niiden osa-alueiden, aiheiden ja sisällön perusteella, joita kyselyyn vastanneet nuoret sekä Messin jälkihuollon johtaja ja ohjaaja vastauksissaan olivat tuoneet esille. Vertasin valittuja osa-alueita ja sisältöä myös aiemmin laadittuihin itsenäistymiskansioihin ja opinnäytetöihin havaiten, että osa-alueet, joita Oman Elämän Kansioon oli ehdotettu, vastasivat suurelta osin olemassa olevien itsenäistymiskansioiden sisältöä ja osa-alueita. Vertasin osa-alueita myös Umbrella-työkirjan eri kategorioihin. Umbrella-työkirjan kategoriat on laadittu pohjautuen itsenäistyvän nuoren identiteettityöskentelyyn, jossa nuori rakentaa itsestään kuvaa osana maailmaa. Oman Elämän Kansio ei sisällä selkeästi identiteettityöskentelyyn liittyvää näkökulmaa, vaan toimii enemmän käytännön tasolla arjen apuvälineenä, vaikka voitaisiin ajatella, että toimijuus oman elämän asioiden hallinnoijana on osa identiteettityöskentelyä. Oman Elämän Kansion näkökulmana ovat nuoren tärkeät asiapaperit ja niihin liittyvä toimijuus omien asioiden hoitajana, ja siitä puuttuvat kategoriat ”Minä itse”, ”Sosiaaliset suhteet” sekä ”Rikokset”. Umbrella-työkirjassa tärkeät asiapaperit on mainittu osana ”Minä itse” -osiota.

Etsin sopivia, fyysisiä kansioita aluksi kaupoista ja selasin malleja internetistä, mutta totesin, että vaikka valikoimaa olikin, olemassa olevat mapit toivat mieleen toimisto- tai koulumaailman. Kävin läpi myös perinteisiä kodin kansioita, jotka ovat yleensä salkkumallisia, taskuja sisältäviä kansioita. Tarve oli löytää malli, johon voisi sisällyttää sekä informaatiota että nuoren omia asiapapereita. Vaikka osa kodin kansioista olikin varsin mukavan ja käytännöllisen oloisia, informatiivinen materiaali ja nuoren omat paperit saattaisivat sekoittaa ja olla siten vaikeasti löydettävissä. Testasin tavallista toimistokansiota ja sen potentiaalia. Ohuempisiin toimistokansioihin, jotka olisivat kokonsa puolesta sopineet tehtävänsä, A4 kokoisia papereita sisältävät muovitaskut olivat liian leveitä kansion ollessa kiinni. Koska sopivaa kansiota ei tuntunut löytyvän, kirjansidontaa harrastavana mieleeni tuli ajatus käsin sidotusta kansiosta. Käsin sidottu kansio ratkaisisi käytännön ongelmia, jotka liittyivät kansion toiminnallisuuteen, sillä siihen voisi koostaa juuri tarvittavan määrän tietoa ja taskuja. Lisäksi käsin tehty kansio voisi kuvastaa yksilöllisyyttä ja arvokkuutta, ovathan kyseessä nuoren omat, tärkeät elämän asiapaperit. Esittelin ajatuksen käsin sidotusta Oman Elämän Kansiota jälkihuollon johtajalle. Hän innostui ajatuksesta.

Osallistavan suunnitteluprosessin hyöty on, että suunnittelussa jo luonnosvaiheessa olevaa kansiota voi testata ja sen sisältöä ja ominaisuuksia muokata paremmin tarkoitusta vastaavaksi. On myös mahdollista, että alkuvaiheessa jokin tarve tai näkökulma on saattanut jäädä huomaamatta, ja fyysistä kansiota testaamalla puuttuvat asiat hahmottuvat paremmin, kuten myös tämän opinnäytetyön tapauksessa kävi. Käytännössä suunnitteluvaihe ja testausvaihe muodostavat 'kehän', jossa kehitystä voi tapahtua suhteellisen nopeastikin annetun palautteen perusteella.

Koostin kolme erilaista kansiomallia, joiden tekstisisältö oli sama, mutta fyysisessä toiminnallisuudessa oli eroja. Yksi kansioista oli koostettu normaaliin toimistokansioon, kaksi muuta sidoin itse. Kahden itsesidotun kansion käytettävyydessä oli pieniä eroja. Ennen kansioiden sitomista testasin erilaisia muovitaskuja ja niiden käytettävyyttä arvioiden, kuinka helppo niihin oli laittaa papereita ja millainen sidoksen tulee olla, että taskujen käyttäminen on helppoa. Osa taskuista oli signaalitaskuja, osa tavallisia muovitaskuja. Signaalitaskut toimivat paremmin kuin tavalliset muovitaskut, sillä niihin paperin laittaminen oli helpompaa. Toisen itsesidotun kansion kanteen ompelin kiinni muovitaskun, johon voi laittaa haluamansa kuvan.

Suunnittelin sisällön visuaalisesti yhdenmukaiseksi antamalla kullekin osa-alueelle oman värin, jota käytetään johdonmukaisesti. Kansion värilliset välilehdet toimivat osa-alueita erottavina elementteinä,

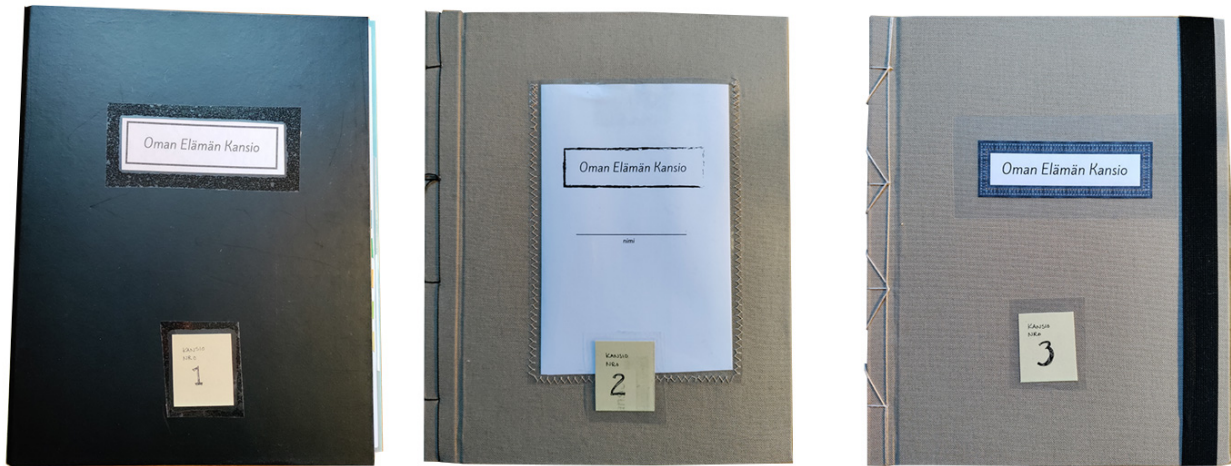
jotta sisältö hahmottuisi paremmin ja osa-alueiden hallinta olisi nuoren kannalta helpompaa. Sisällön osalta oli tarkoitus saada tietoa siitä, miten nuoret kokevat eri osa-alueissa olevan tiedon järjestäytymisen, esitystavan, selkeyden, tiedon merkityksellisyyden, kiinnostavuuden ja riittävyyden. Saatuani kansiot koostettua toimitin ne nuorille testattavaksi.

5.4 Oman Elämän Kansion testaus ja palaute

Nuoret testasivat kansioita itsenäisesti vastaten sen jälkeen strukturoituun kyselyyn, jossa pyydettiin valitsemaan kolmesta kansiosta paras sekä vastaamaan tarkempiin kysymyksiin kansiosta (LIITE 3). Kysymykset koskivat kansion sisältöä, sen jäsentämisen helppoutta, informaation selkeyttä, luettavuutta sekä visuaalista ilmettä ja toiminnallisuutta. Edellä mainitut osa-alueet ovat käytettävyyden eri aspekteja. Kuusi nuorta vastasi kyselyyn. Käsin sidottu kansio nro 2 sai eniten kannatusta (4/6). Yhdeksi syyksi mainittiin, että kansiota oli mukavinta selata. Yksi nuori valitsi teollisesti valmistetun toimistokansion värin vuoksi (musta), ja yksi nuori valitsi käsin sidotun kansion nro 3 sen vuoksi, että se oli selkeä, yksinkertainen ja helppo hahmottaa.

Kyselyyn liitin kysymyksen, onko kansio nuoren mielestä niin kiinnostava ja hyödyllisen oloinen, että hän ryhtyisi käyttämään sitä. Yksi nuorista vastasi ”kyllä, ehdottomasti”, kaksi vastasi ”hyvin mahdollisesti” ja kolme vastasi ”en osaa sanoa”. Kukaan vastaajista ei vastannut ”Ei, todennäköisesti en käyttäisi” tai ”en käyttäisi”. Kysymykseen, haluaisiko nuori rakentaa itse oman kansionsa alusta saakka jos järjestettäisiin kansion tekokurssi, ainoastaan yksi nuori vastasi myöntävästi. Kysymyksellä halusin selvittää nuoren kiinnostusta valmistaa oma kansionsa.

Kysyttäessä sisällysluettelon selkeydestä kaikki nuoret (6/6) vastasivat, että sisällysluettelo oli selkeä ja helppo ymmärtää. Kysyttäessä osa-alueiden selkeydestä ja järjestelystä kaikki vastasivat, että ne olivat täysin selkeitä. Kysyttäessä, muuttaisiko nuori kansion sisällön osa-alueiden järjestystä, kaikki vastasivat, etteivät muuttaisi nykyistä järjestystä. Kysyttäessä, puuttuuko kansiosta jokin tärkeä osio, jota ei ole huomattu lisätä kansioon, neljä vastaajista vastasi ”ei puutu mitään”, yksi vastasi ”en osaa sanoa” ja yksi vastasi ”kyllä puuttuu”, mainiten osion terveysterveys ja hyvinvointi. Kysyttäessä, miten hyödyllistä osa-alueissa oleva tieto on, puolet vastaajista koki, että tieto, jota on tarjolla, on hyödyllistä ja puolet, ettei osaa sanoa.



KUVA 2. Kolme kansiovaihtoehtoa luonnosvaiheessa

Annetun palautteen perusteella paransin Oman Elämän Kansion ominaisuuksia ja sisältöä. Otin huomioon kaikki mainitut toiveet lisäten myös uuden osa-alueen, terveyden ja hyvinvoinnin, osaksi Oman Elämän Kansiota. Kävin läpi jälkihuollon johtajan kanssa terveyden ja hyvinvoinnin osa-alueita ja sitä, millaista tietoa sen tulisi sisältää, jotta se vastaisi tarkoitustaan. Yksi nuori oli jo maininnut sairaala-asiakirjat, jotka hän olisi halunnut sisällyttää osaksi Oman Elämän Kansiota.

Kävin Oman Elämän Kansiota läpi jälkihuollon johtajan ja ohjaajan kanssa ennen kansion toimittamista nuorten kokeiltavaksi varmistaakseni, että se sisälsi sen tiedon ja ne muutokset, joita tarvittiin. Tässä vaiheessa en toimittanut erillistä kyselykaavaketta nuorille, sillä Oman Elämän Kansion sisältö ei ollut muuttunut edellisestä versiosta niin paljoa, että lisäkyselyä olisi tarvinnut erikseen tehdä. Jälkihuollon johtaja kävi nuorten kanssa läpi kansiota, ja palautteena oli, että sisällöllisesti Oman Elämän Kansio on valmis, mutta osaan informaatiota sisältävistä sivuista voisi lisätä väriä. Visuaalisen yhdenmukaisuuden ja käytettävyyden vuoksi Oman Elämän Kansiossa väriä käytetään johdonmukaisesti erottamaan eri osa-alueita toisistaan siten, että kullakin osa-alueella on oma värinsä, mikä auttaa hahmottamaan sisältöä paremmin.



KUVA 3. Toisen vaiheen kansion kansi ja sisällön välilehtiä

Koska alussa tehdyn kyselyn perusteella itsenäistyvät nuoret tekivät huomioita kansion ulkonäöstä ja heidän mielipiteensä ja toiveensa kansion ulkoasusta vaihtelivat, pohdin koostaessani Oman Elämän Kansion päivitettyä versiota, voisiko Oman Elämän Kansioita olla erilaisia, joista nuori voisi valita. Vaihtoehtojen tarjoaminen saattaisi jopa motivoida nuorta ja antaa hänelle kokemuksen mahdollisuudesta vaikuttaa omaan elämäänsä liittyvien esineiden ominaisuuksiin maailmassa, jossa moni esine on teollisesti valmistettua massatuotantoa. Koska jokainen jälkihuollon asiakas on ainutlaatuinen yksilö ja yksilön identiteetin rakentamiseen liittyy myös materiaallinen aspekti ja esineiden avulla luotuja merkityksiä, miksei myös Oman Elämän Kansio voisi olla yksilöllinen, sisältäähän se hyvin henkilökohtaista tietoa ja elämän tärkeimmät asiapaperit. Koska kansiot koostettaisiin käsin, variaatioita voisi vapaasti tehdä. Poimin tähän ajatukseen myös yhden Messi Oy:n arvoista ja toimintaperiaatteista, joka on ympäristöystävällisyys, sisältäen mm. materiaalien kierrätyksen. Ehdotin vaihtoehtoa yksilöllisen näköisestä Oman Elämän Kansioista esittäen, että esimerkiksi kannet voitaisiin koostaa ylimääräisistä tapetin palasista tai käytetyistä kankaista, jolloin syntyisi ainutlaatuisia Oman Elämän Kansioita ainutlaatuisille nuorille. Ajatus sai positiivisen vastaanoton, ja Messi Oy tilasi minulta 8 kappaletta Oman Elämän Kansioita.

6 PRODUKTI – OMAN ELÄMÄN KANSIO

Valmiina produktina syntyi 8 kappaletta sisällöllisesti samanlaista, mutta ulkonäöllisesti toisistaan poikkeavaa Oman Elämän Kansiota, joista itsenäistyvä nuori voi valita itselleen sopivan. Lisää kansioita voidaan toimittaa tämän opinnäytetyön jälkeen tilaustyönä. Kuusi Oman Elämän Kansiota on koostettu kierrätystapeteista, kaksi kierrätyskankaista.

Kolmanteen kysymykseen, johon tämä opinnäytetyö pyrkii vastaamaan, käsittelee sitä, miten konkreettinen kansio voisi auttaa nuorta omaksumaan toimintamallin, joka ohjaa vastuulliseen, oman elämän itsenäiseen hallintaan ja siihen tarvittaviin taitoihin. Koska toimintamallin rakentamiseen liittyy vahvasti jälkihuollon ohjauksellinen aspekti, ohjaajan tai tukihenkilön rooli korostuu Oman Elämän Kansion käyttöönoton alkuvaiheessa, jossa ohjaaja avustaa itsenäistyvää nuorta toimivan arjen käytänteiden ja toimintamallien luomisessa. Muutto jälkihuollon tuen piiriin ja uuteen asuntoon on nuorelle konkreettinen muutos, joka merkitsee myös arjen rakentumista uudesta fyysisestä ympäristöstä ja siihen liittyvistä elementeistä. Tässä muutostilanteessa tervetuliaislahjana nuorelle annettu Oman Elämän Kansio voi toimia luonnollisena osana uutta arkea ja edustaa nuorelle siirtymistä yhä vastuullisempaan oman elämän asioiden hoitamiseen. On havaittu, että konkreettiset esineet ja niihin liittyvät tekemisen mallit ovat kytköksissä siihen, miten toiminta kokonaisuutena organisoituu. Uudet välineet voivat muuttaa käyttäjien olemassa olevaa toimintaa, ja joskus toimintamallin muutos tapahtuu helpostikin. (Hyysalo 2009, 40)

Messin jälkihuollon tukitilanteita ja -muotoja ovat esimerkiksi henkilökohtainen ohjaus ja neuvonta arjessa selviytymiseen, opastus itsenäisen elämän taitoihin sekä yhteiskunnan palveluihin ohjautumiseen. Lisäksi apua tarjotaan omien voimavarojen löytämiseen ja tulevaisuuden suunnittelemiseen, asunnon hankkimiseen ja kalustamiseen. Myös koulunkäynnin ja opintojen aloittamiseen ja niissä etenemiseen sekä työllistymiseen ja työharjoitteluun liittyviin asioihin annetaan opastusta ja nuoren kanssa yhdessä pohditaan eri vaihtoehtoja. Lisäksi nuoren harrastuksia, loma- ja virkistystoimintaa tuetaan. Nuorella on mahdollisuus myös vertaistukiryhmiin osallistumiseen, ohjaus suunnitelmalliseen rahan käyttöön sekä psyykkisen ja fyysisen toiminnan seurantaan ja tukemiseen. Oman Elämän Kansio voi toimia sekä elämän eri osa-alueita hahmottavana välineenä harjoiteltaessa itsenäistä elämää ja uusia, itsenäiseen elämään tähtäviä käytänteitä ja toimintamalleja samalla, kun se toimii elämän eri osa-alueisiin liittyvien asioiden hallinnallisena välineenä.



KUVA 4. Valmiita kansioita odottamassa sidontaa

Oman Elämän Kansiossa on kuusi osa-aluetta: jälkihuolto, raha & talous, terveys & hyvinvointi, koti & vakuutukset, opiskelu & työelämä, sekä muut tärkeät asiapaperit. Osa-alueet esittelen yksityiskohdittaisesti jäljempänä. Sivuja Oman Elämän Kansiossa on yhteensä 40, joista osa on esitelty tämän opinäytetyön liiteosiossa (LIITE 4).



KUVA 5. Valmiit kansiot ja sisällysluettelo

6.1 Oman Elämän Kansion Jälkihuolto-osio

Kansion ensimmäinen osio sisältää jälkihuoltoon liittyvää tietoa sekä nuoren jälkihuoltoa koskevat asiapaperit. Osio sisältää viisi taskua. Ensimmäisessä taskussa on lyhyt esittely siitä, mitä Messin jälkihuolto on, millaista tukea on saatavilla sekä yhteystietoja ja muita olennaisia tietoja, kuten jälkihuollon puhelinnumero, ohjaajien työajat, omaohjaajan nimi ja sähköpostiosoite sekä päivystysnumero, johon voi soittaa kaikkina vuorokaudenaikoina. Nuori täyttää yhdessä omaohjaajansa kanssa ne yhteystiedot, jotka liittyvät hänen asiakkuuteensa. Näin hän pääsee heti rakentamaan Oman Elämän Kansiota ja sen sisältöä itselleen merkitykselliseksi. Nuoren omille papereille on varattu neljä taskua: alkuhaastattelu, asiakassuunnitelma, päätös jälkihuollosta sekä tasku, johon voi tallettaa muita Messin asiakkuuteen liittyviä papereita. Myöhemmin, nuoren muuttaessaan jälkihuollon tukiasunnosta itsenäisesti omilleen,

Oman Elämän Kansio mukautuu muutokseen, sillä jälkihuolto-osion voi poistaa tai vaihtaa siihen liittyvien papereiden tilalle sen hetkiseen elämäntilanteeseen liittyvän osa-alueen.

6.2 Oman Elämän Kansion Raha & talousosio

Jälkihuollon asiakkaana nuori opettelee raha-asioidensa hoitamista osana elämänhallinnallisia taitoja. Suurin osa tämän opinnäytetyön kyselyyn osallistuneista nuorista koki, että on pääosin itse vastuussa omasta taloudestaan ja rahan käytöstään, mutta esimerkiksi budjetin tekeminen ei ole kovin tuttua. Sekä ohjaajien haastattelu että nuorten vastaukset kyselyssä osoittivat, että nuorilla on haasteita käyttää rahaa niin, että sitä riittäisi vielä kuukauden lopussakin elämiseen. Lähes kaikki nuoret tarvitsevat alussa käytännön apua etuuksien hakemisessa ja kuukausibudjetin tekemisessä. Sijoituksen aikana nuorella ei välttämättä ole ollut mahdollisuutta harjoitella rahan käyttöä tai laskujen maksamista. Hän voi hyötyä paljon siitä, että hän pystyy sijaishuollon asumisharjoittelussa saamaan tietyn summan rahaa, jolla saa ostaa esimerkiksi viikon ruokaostokset. (THL, 2020. 36)

Kaikki elämän muut osa-alueet ovat tavalla tai toisella riippuvaisia rahasta ja taloudellisesta toimeentulosta. On oltava rahaa maksaa vuokra, laskut, ruoka, vakuutukset, opiskelumateriaalit ja kaikki se, mihin rahaa tarvitaan. Laskuja voi tulla postitse, sähköpostiin tai niitä voi olla nettipankissa e-laskuina. Tämän vuoksi laskujen kokonaismäärän, kokonaissumman ja sijainnin hahmottaminen voi olla haastavaa. Kyselyssä kaikki nuoret vastasivat, että he kokevat olevansa vastuussa omista raha-asioistaan, mutta osa vastasi, että lasku voi jäädä maksamatta, koska se menee hukkaan tai sen unohtaa maksaa eräpäivänä. Suurimmalla osalla nuorista ei ollut konkreettista paikkaa, johon kootusti kerätä laskut ja hallinnoida niiden maksamista. Ohjaajan tuella nuori ryhtyy harjoittelemaan ja omaksumaan toimintamallia, joka johtaa itsenäiseen toimijuuteen laskujen käsittelyssä, hallinnoinnissa ja säilytyksessä. Toimintamallin omaksumiseksi tarvitaan säännöllistä harjoittelua, joka käytännössä voisi tarkoittaa, että nuori ja hänen omaohjaajansa käyvät esimerkiksi viikoittain läpi nuoren talouteen liittyviä asioita ja tässä yhteydessä Oman Elämän Kansio toimii konkreettisena välineenä, joka kokoaa nuoren laskut ja muut talouteen liittyvät paperit yksiin kansiin.

Laadin raha ja talousosioon itsenäistyvän nuoren avuksi yksinkertaisen budjetinlaskentaesimerkin, joka voi auttaa nuorta hallitsemaan rahankäyttöään ja laatimaan suunnitelmia pidemmällä tähtäimellä. Tavoite on, että itsenäistyvä nuori harjoittelee Oman Elämän Kansion esimerkkien ja ohjaajansa avulla budjetin laatimista ja taloutensa hallintaa. (LIITE 4). Budjetin laskennan opastuksen lisäksi raha & ta-

lous -osiossa on seitsemän erillistä, nimettyä taskua nuoren omille papereille: laskut ja kuitit toimeentulotukihakemusta varten, muut laskut (maksamattomat), muut laskut (maksetut), ruokaostokuitit, pankkibilisopimus, pankkikorttisopimus, sekä velkakirjat ja osamaksusopimukset. Osassa osioita on lisäksi perustietoa kyseiseen kategoriaan liittyvistä asioista. Taskut on koottu nuoren elämän näkökulmasta. Esimerkiksi suurimmalle osalle nuorista toimeentulotuki on suurin yksittäinen tulonlähde, joka vaatii nuorelta aktiivista toimijuutta, jotta hän voi sen saada, joten oma tasku, johon kootaan siihen liittyvät laskut ja kuitit, on tarpeellinen. Lisäksi ruokaostosten viemää rahasummaa voi tarkastella esimerkiksi kuukausitasolla siten, että kaikki ruokaostokuitit kerätään sille määrättyyn taskuun ja kuukauden lopussa katsotaan, paljonko ruokaostokset ovat maksaneet. Ruokaostokuittien keräämisen ja laskemisen avulla nuori voi hahmottaa, paljonko hänellä menee rahaa ruokaan, jos ruokaan kuluvan summan määrittäminen esimerkiksi kuukausibudjettiin on haastavaa.



KUVA 6. Oman Elämän Kansion raha & talous -osion etusivu

6.3 Oman Elämän Kansion Terveys & hyvinvointi -osio

Terveys ja hyvinvointi -osio tuli osaksi Oman Elämän Kansiota vasta ensimmäisen testausvaiheen jälkeen, kun havaittiin, että esimerkiksi sairaala-asiakirjoille ei ole sopivaa paikkaa Oman Elämän Kansiossa. Tarve lisätä tämä osio Oman Elämän Kansioon tuli nuorilta, mikä kertoo siitä, että heidän omaan

terveyteensä liittyvät paperit koetaan tärkeinä dokumentteina, jotka halutaan sisällyttää osaksi Oman Elämän Kansiota. Terveys ja hyvinvointi sisältää informatiivisen sivun, jonka nuori voi pääosin täyttää itse omaohjaajansa kanssa. Sivulla on yhteystietoja mm. yleinen hätänumero, oman terveyskeskuksen puhelinnumero, omalääkäriin, psykologin ja terapeutin yhteystiedot sekä lisärivejä, joihin nuori voi merkitä muita itselleen tärkeitä, terveydenhoitoonsa liittyviä yhteystietoja. Sivulla on myös tietoa Omakannasta ja linkki Omakantaan.

Lisäksi osiossa on kolme taskua nuoren omille papereille, joista ensimmäiseen nuori voi kirjata lääkkeitä, joita hän käyttää, sekä mahdolliset lääkeallergiat. Lisäksi on taskuja lääkärin lausunnoille sekä muille omaan hyvinvointiin ja terveydenhoitoon liittyville asiakirjoille.

6.4 Oman Elämän Kansion Koti & vakuutukset -osio

Koti on elämän tärkein paikka meille kaikille. Koti & vakuutukset -osiossa käsitellään asumiseen ja vakuutuksiin liittyvää tietoutta. Nuoren muuttaessa sijoituspaikastaan jälkihuollon tukiasuntoon hänelle laaditaan oma vuokrasopimus sekä tarvittaessa sähkö- ja vesisopimukset. Itsenäistyvä nuori voi harjoitella omaohjaajan tuella niitä konkreettisia asioita, mitä omaan kotiin muuttamiseen liittyy, millaisia asiakirjoja ja tehtäviä tarvitaan ja millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia hänellä on koskien asumistaan. Nuorta opastetaan myös vakuutusten hankkimisessa.

Osioon on koottu myös ohjeita, miten vuokra-asuntoa haetaan vapailta markkinoilta sekä mitä tulee muistaa, kun muuttaa uuteen kotiin (muuttajan muistilista). Mukana on myös kattava selvitys vuokralaisen ja asukkaan oikeuksista ja velvollisuuksista. Osiossa on kolme nimettyä taskua nuoren omille sopimuksille: vuokrasopimukselle, sähkösopimukselle sekä vakuutuskirjoille. Kussakin taskussa on tietoa kyseiseen sopimukseen liittyvistä termeistä, esimerkiksi siitä, mitä tarkoittaa määräaikainen ja mitä toistaiseksi voimassa oleva vuokrasopimus. Vuokrasopimuksen kohdalla on myös ohjeita siitä, miten tulee toimia, jos vuokraa ei jostain syystä pysty maksamaan. Sähkösopimuksen yhteydessä on tietoa siitä, mistä sähkölasku koostuu (siirtomaksu ja kulutuslasku) sekä tietoa sähköä kilpailuttamisesta. Vakuutuspapereiden kohdalla on tietoa siitä, millaisen vakuutuksen vuokranantajat yleensä vaativat vuokrasopimusta laadittaessa (laaja kotivakuutus), joka turvaa ja kattaa myös nuoren omaisuuden menetykset onnettomuustilanteessa. Mukana on myös tietoa vakuutusten kilpailuttamisesta.

6.5 Oman Elämän Kansion Opiskelu & työelämäosio

Sen lisäksi, että itsenäistyvän nuoren elämässä tapahtuu paljon konkreettisen arjen tasolla, on pohdittava tulevaisuutta ja sitä, mihin elämässään suuntautuu. Mikäli nuori ei ole vielä löytänyt itselleen sopivaa opiskelu- tai työpaikkaa, hän voi ohjaajansa tuella tutustua erilaisiin koulutuksiin ja ammatteihin sekä niihin liittyviin yhteiskunnallisiin palveluihin. Jotkut nuoret eivät kuitenkaan omasta terveydentilastaan johtuen kykene opiskelemaan tai työskentelemään, joten jälkihuollossa annettavan tuen on kohdistuttava niihin mahdollisuuksiin ja sellaiseen toimintaan, joista voi rakentua mielekäs arki ja kokemus omasta toimijuudesta ja oman elämän hallinnasta siinä määrin kuin mihin nuori itse kokee pystyvänsä.

Opiskelu- ja työelämäosiossa ensimmäinen sivu on varattu tärkeille tiedoille, jotka liittyvät nuoren opiskeluun ja jotka nuori voi itse täyttää, esimerkiksi oman oppilaitoksensa yhteystiedot, oman ryhmänsä tiedot, opettajan ja omon yhteystiedot sekä Wilma-tunnukset ja sähköpostitunnukset. Neljä taskua on varattu opintotodistuksille, mm. opintorekisteriotteelle, peruskoulun päättötodistukselle, ammatillisten opintojen todistuksille sekä muille todistuksille, esimerkiksi hygieniapassille, tulityökortille, ensiapukoulutustodistukselle tai muulle nuoren osaamiseen liittyvälle todistukselle.

Osiossa käsitellään myös työnhakuun liittyviä asioita ja termejä. Esimerkeissä käydään läpi, miten haetaan töitä, mistä töitä voi hakea ja mitä voi itse tehdä, jos löytää kiinnostavan yrityksen tai tahon, jossa haluaisi työskennellä. Myös vinkkejä työhaastattelutilanteeseen sekä CV:n laatimiseen annetaan, ja lisäksi käsitellään ammattiliittoja sekä työttömyyskassoja, jotka ovat olennainen osa työelämää. Osiossa on nimettyjä taskuja työtodistuksille, työsopimuksille ja muille tärkeille papereille.

6.6 Oman Elämän Kansion Muut tärkeät paperit -osio

Muut tärkeät paperit -osio on nuoren vapaasti käytettävissä. Se sisältää tyhjiä taskuja, joihin voi tallettaa sellaisia papereita, jotka eivät kuulu viiteen edelliseen osa-alueeseen. Näitä voivat olla esimerkiksi rippikoulutodistus, harrastustodistukset tai muut paperit, joita nuorella on.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön tehtävänä oli suunnitella ja toteuttaa Messi Oy:n jälkihuollon tukiasunnoissa asuville, itsenäistyville nuorille heidän tarpeitaan vastaava väline avuksi oman elämän tärkeiden asiapapereiden hallinnointiin. Opinnäytetyön aikana syvensin ymmärrystäni jälkihuollon tukiasunnoissa asuvien nuorten elämän kontekstista, arjesta, ajatuksista ja kokemuksista koskien itsenäistymisprosessia ja siihen liittyviä osatekijöitä osana itsenäiseen elämään tähtäävää elämänvaihetta.

Muutto jälkihuollon tukiasuntoon on sijaishuollossa tai pitkässä avohuollossa asiakkaana olleen nuoren elämässä tapahtuva vaihe, jossa itsenäistymisprosessi alkaa viimeistään konkretisoitumaan. Muuttaessaan jälkihuollon tukiasuntoon nuori käytännössä harjoittelee muuttamista omilleen saaden tarvittaessa apua. Alussa tuen tarve on luonnollisesti suurempi, sillä monet asiat ovat nuorelle uusia ja outoja, mutta kun nuori saa kokemusta omasta toimijuudestaan, hankkii arjen taitoja ja ottaa vastuuta omasta elämästään, tuen tarve vähenee. Nuoren tausta, persoonalliset ominaisuudet ja kyvyt vaikuttavat siihen, miten hän kykenee vastaamaan elämän hänelle tarjotuihin haasteisiin. Samalla kun on hankittava taitoja perustoimeentuloon liittyvien asioiden hoitoon, kuten talouteen ja arjen taitoihin, on pohdittava myös tulevaisuutta ja sitä, mitä haluaa elämässään tehdä. Jälkihuollon tuen piirissä olevalla nuorella on mahdollisuus kokonaisvaltaiseen tukeen elämän kaikilla osa-alueilla, ja annettavan tuen tulee olla yksilöllistä ohjausta tai tukea siinä määrin kuin mitä nuori tarvitsee voidakseen ponnistaa oman elämänsä täysivaltaiseen toimijuuteen ja itsenäiseksi ihmiseksi.

Viimeinen kysymys, johon etsin vastausta opinnäytetyöni puitteissa, oli, miten konkreettinen kansio voisi auttaa nuorta omaksumaan toimintamallin, joka ohjaa vastuulliseen, oman elämän itsenäiseen hallinnointiin ja siihen tarvittaviin taitoihin. Pohdin koko opinnäytetyöprosessin ajan taustalla tätä kysymystä, sillä se on ratkaiseva tekijä siinä, millä tavalla Oman Elämän Kansio integroituu osaksi nuoren elämää. Kysymykseen liittyy vahvasti sekä ohjauksellinen aspekti että nuoren oma, sisäisestä motivaatiosta syntyvä halu itsenäiseen toimijuuteen omassa elämässään. Jälkihuollon piiriin astumista voisi tarkastella ikään kuin siirtymäriittinä, jossa nuori astuu askeleen kohti itsenäistä elämää, vaikkakin tuettuna, harjoitellen itsenäiseen elämään liittyviä käytänteitä. Tässä tilanteessa Oman Elämän Kansio voisi fyysisenä esineenä symboloida näkymättömällä tasolla erilaisten merkitysten, kuten vastuun, siirtymistä nuoren elämästä hänelle itselleen, vaikka hän pysytteleeikin yhä turvallisesti tuen piirissä.

Nuoren suhde Oman Elämän Kansioon alkaa muotoutumaan tilanteessa, jossa Oman Elämän Kansio esitellään ja luovutetaan nuorelle käyttöön. Tilanteeseen voidaan sisällyttää erilaisia merkityksiä, joiden painoarvoa voidaan säädellä ympäristön, sosiaalisen vuorovaikutuksen tai muun vuorovaikutuksen keinoin. Tilanteesta voidaan rakentaa arvokas ja juhlallinen tapahtuma, jossa iloitaan nuoren kanssa siitä, että hän ottaa askeleen kohti itsenäistä elämää. Usein tilanteeseen ladatut arvot ja merkitykset määrittävät taustalla sitä, kuinka arvokkaana tilanteeseen liittyvät esineet ja asiat koetaan. Ihminen luo suhteita muiden ihmisten lisäksi myös esineisiin ja paikkoihin, ja ne merkitykset, joita annamme asioille ja tilanteille, vaikuttavat siihen, millä tavalla suhtaudumme niihin. Koska Oman Elämän Kansion käyttäminen ja täyttäminen aloitetaan heti nuoren muuttaessa itsenäistymisasuntoon, aikaa toimintamallin muotoutumiselle on olemassa.

Nuoren käydessä Oman Elämän Kansion sisältöä läpi yhdessä ohjaajansa kanssa elämän eri osa-alueet ja niihin liittyvät sisällöt, vastuut, oikeudet ja velvollisuudet voivat auttaa nuorta hahmottamaan elämänsä ja siihen liittyviä osatekijöitä. Oman Elämän Kansio voi edustaa siten sekä konkreettista työvälinettä että arjen hallintaan liittyvää taitoa, joka johtaa itsenäiseen tapaan hallinnoida elämän eri osa-alueita ja niiden puitteissa syntyviä asiapapereita. Aikataulullisista syistä tämän opinnäytetyön puitteissa ei ehditty selvittää sitä, millaisen roolin ja merkityksen Oman Elämän Kansio sitä käyttävien nuorten keskuudessa saa, joten selvitys jää työn tilaajan tehtäväksi. Selvityksen tekeminen voisi olla ajankohtaista, kun Oman Elämän Kansiota on käytetty esimerkiksi vuoden tai kahden ajan.

Aiempi taustani suunnittelijana vaikutti siihen, millä tavalla lähestyn asioita. Eniten haasteita koinkin siinä, millä tavalla suunnittelijan ja sosionomin ammatilliset näkökulmat minussa toimivat, sillä liike-elämän ja sosiaalialan termistöt poikkeavat toisistaan, vaikka käytännössä itse tekeminen pohjautuu samaan, ihmislähtöiseen tapaan tarkastella asioita. Kiitänkin opinnäytetyön ohjaajaani siitä, että hän herätti minut tarkastelemaan, mistä näkökulmasta ja minkä käsitteiden kautta opinnäytetyötäni tarkastelen ja jäsenän. Kuitenkin sosiaalialan ja liike-elämän termistöstä löytyy yksi olennainen, yhteinen tekijä ja nimittäjä, jota kutsutaan samalla nimellä molemmissa konteksteissa: asiakas. Asiakas on yleinen liike-elämän termi, joka on sellaisenaan omaksuttu myös sosiaalialalle. Liike-elämässä asiakas voi itse valita, minkä palveluiden asiakkaaksi hän ryhtyy, kun taas sosiaalialalla asiakas voi olla asiakas myös vastoin tahtoaan, jolloin hänen itsemääräämisoikeutensa on puututtu, ja konteksti, jossa hänen asiakkuutensa ilmenee, tekee hänestä haavoittuvan. Ajatus herätti pohtimaan, mistä näkökulmasta sosiaaliala ihmistä pohjimmiltaan tarkastelee, jos tarkastellaan terminologiaa, jonka varassa sosiaalialan käsitteistö lepää. Monissa sosiaalialalla ilmenevissä termeissä on mukana sana ”huolto”: Sosiaali-

huolto, sijaishuolto, jälkihuolto. Tarkastellaanko ihmistä hänen omasta toimijuudestaan käsin, ihmisenä, vai järjestelmän näkökulmasta huollettavana yksikkönä, joka olemassaolollaan mahdollistaa sosiaalialan työpaikat ja positiot? Sosiaalihuollossa ihmiselle luotava asiakassuunnitelmanakin terminä viittaisi siihen, että ihmistä tarkastellaan järjestelmän näkökulmasta, ikään kuin kuluttajana, joka käyttää palveluita, sen sijaan, että häntä tarkasteltaisiin ihmisenä hänen omasta toimijuudestaan ja tarpeistaan käsin. Jos ihmistä tarkasteltaisiin hänen omasta toimijuudestaan ja tarpeistaan käsin, voisiko asiakassuunnitelma olla esimerkiksi vaikkapa tukemissuunnitelma tai eheytymissuunnitelma?

Kun kyse on yhteisestä ammatillisesta kielestä, jonka avulla käsitellään ja käsitetään asioita, termien sekä käsitteiden tarkastelu johti pohtimaan myös omaa ammatillista valmiuttani toimia sosionomina järjestelmässä, jossa terminologian hallinta on yksi ammatillisen osaamisen mittareista. Termistön hallinnallako osoitan olevani pätevä auttamaan ihmistä hänen inhimillisessä tarpeessaan tulla nähdyksi, kuulluksi ja ymmärretyksi? Opinnäytetyöni kontekstissa pohdin esimerkiksi, millä tavalla jälkihuolto terminä vastaa nuoren elämänvaihetta, jota hän käy läpi. Mitä jälkihuolletaan? Nuoren näkökulmasta katsottuna kyseessä on elämänvaihe, jossa suunta on kohti tulevaisuutta, itsenäisyyttä, vapautta valita sekä omien kykyjen ja voimavarojen tunnistamista, joten voisiko ajatella, että termi voisi liittyä jollain tavalla ihmisen tukemiseen eikä huoltoon? Sosiaalihuoltojärjestelmän näkökulmasta huoltosuhde loppuu, mutta ihmisen elämä itsenäisenä aikuisena alkaa. Pohdin, millä tavalla sosiaalialan termistö tukee sitä inhimillistä näkökulmaa, jota sosiaalialalla työskentelyssä tarvitaan. Onko vaarana, että termit alkavat määrittämään myös ihmistä, asiakasta, jonka tulisi olla kaiken toiminnan keskiössä omine tarpeineen, ja inhimillinen kohtaaminen unohtuu, kun keskitytään tarkastelemaan, määrittämään ja hallinnoimaan asioita järjestelmän näkökulmasta? Nyt, sosionomiopintojeni ollessa loppuvaiheessa havaitsen, että vaikka jokaisella ammattialalla on oma termistönsä, sen ei välttämättä tarvitse määrittää itse työtä tai sen sisältöä, vaan rakentaa puitteet toiminnalle. Ammatillisesti olen omaksunut sosionomin tehtävän palvelutehtävänä, jossa pyrin kohtaamaan ihmisen ja hänen tarpeensa, luettiinpa hänet minkä yhteiskunnallisen järjestelmän osan palvelun alaiseksi hyvänsä, sillä ihmisiä me olemme kaikki. Ihmisiä ihmisille. Termitkin kehittyvät ja muuttuvat ajan saatossa, kuten me ihmisetkin saadessamme lisää näkökulmia ja ymmärrystä elämään.

Pohtiessani omaa ammatillista kehittymistäni opinnäytetyöprosessin aikana koen, että tärkein oppi liittyy asiakastyössä tehtävään osallistamisnäkökulmaan ja sen tärkeyteen laadittaessa uutta materiaalia tai kehitettäessä uusia toimintamalleja. Pyrittäessä ratkaisemaan jokin konkreettinen, arjen tasolla tapahtuva, toimintamalliin liittyvä haaste on tärkeää tutustua lähtötilanteeseen, siihen kontekstiin, jossa toimitaan, sekä toimintaan liittyvien ihmisten asenteisiin, ajatuksiin, arvoihin, tarpeisiin ja odotuksiin.

Ilman osallistamista ja siitä syntyvää vuorovaikutusta, tietoa ja ymmärrystä lopputulos voisi jäädä pitkälti arvuutteluksi. Havaitsin, että on tärkeää ottaa selvää ja tarkentaa asioita myös prosessin aikana, jotta suuntaa voidaan tarkistaa ja tehdä muutoksia tarvittaessa. Koen, että tietynlainen joustavuus ajattelussa antaa tilaa ja mahdollistaa myös luovien ratkaisujen syntymisen. Olikin mukavaa havaita, että myös sosiaalialalla luovuutta sekä jo kerättyjä taitoja voi käyttää ja yhdistellä osana ammatillista toimijuutta. Sain tulevana sosiaalialan ammattilaisena varmuutta myös sosiaalialan käsitteistön käyttämiseen ja sen kautta asioiden sanoittamiseen.

Kiitän sydämellisesti opinnäytetyöhöni osallistuneita nuoria, jälkihuollon johtajaa ja ohjaajaa sekä opinnäytetyöni ohjaajaa heidän arvokkaasta ajastaan ja rakentavasta palautteestaan sekä vuorovaikutuksellisesta yhteistyöstä, joka auttoi opinnäytetyön loppuun saattamisessa.

LÄHTEET

- Heino, T., Hipp, T., Kantoluoto, A., Laine, T. & Yliruka, L. 2020. Itsenäistymistä ja hyvinvointia tukeva jälkihuolto ja nuorten aikuisten sosiaalityön mallinnus. Työpäperi 32/2020. THL. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/140573>. Viitattu 8.10.2021
- Hyysalo, S. 2009. Käyttäjä tuotekehityksessä – Tieto, tutkimus, menetelmät. Helsinki: Taideteollinen korkeakoulu. Saatavissa: <https://aaltodoc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/11826/isbn9789515583017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 7.5.2021.
- Korhonen, A. & Sormunen, T. 2016. Itsenäistymiskansio lastensuojelun sijaishuollon toimintayksikköön. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/117786/Korhonen_Sormunen_HELSINKI.pdf?sequence=1 Viitattu 21.9.2021.
- Lassila, S. & Rantanen, T. 2012. Käyttäjälähtöisyyttä oppimassa – symBio living lab -hankkeen kokemuksia käyttäjälähtöisestä tapahtumatuotannosta. Kehittämöraportteja 1/2012. Haaga-Helia. Vantaa: Multiprint. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/97101/kayttajalahtoisyyttaoppi-massa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 8.5.2021.
- Lastensuojelulaki. 2021. Finlex. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#L9P40> Viitattu 8.10.2021.
- Mäkinen, E. 2015. Nuoren itsenäistymiskansio lastensuojelun työvälineeksi. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/91211/Makinen%20Elisabet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 17.9.2021.
- Pekkala, S. & Makkonen, K. 2021. Johtajan ja ohjaajan haastattelu. 8.6.2021. Messi Oy:n toimitila. Joensuu
- Ranta, M. Itsenäistyminen. Nuortenlinkki. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Saatavissa: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/itsenaistyminen>. Viitattu 12.2.2022
- THL. Lastensuojelun käsikirja. Jälkihuolto. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/jalkihuolto>. Viitattu 22.11.2021
- Timonen-Kallio, E. 2010. Umbrella-työkirja: itsenäisen elämän ABC. Turun ammattikorkeakoulu. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki. Saatavissa: <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot>. Viitattu 9.5.2021
- Vilfors, V. 2019. Käyttäjälähtöisten menetelmien vaikutus käyttöliittymän suunnitteluun ja asiakaskokemukseen. Opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallisen opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. Helsinki: Tammi.

Puolistrukturoidun haastattelun runko Messin jälkihuollon johtajalle ja ohjaajalle

1. Mistä ajatus nuorille suunnatusta kansioista syntyi?
2. Kuka Messissä hallinnoi nuoren asiapapereita?
3. Millaisissa tilanteissa olette havainneet, että nuorilla on haasteita pitää omia papereitaan järjestyksessä?
4. Millä tavalla kansiota on suunniteltu käytettävän osana tukea ja ohjausta?
5. Millaista tietoa kansion tulisi sisältää?
6. Millainen fyysisen kansion tulisi olla?

Kysely opinnäytetyön tutkimusosiota varten
Opinnäytetyö: 'Kodin kansio' - Asiakirja- ja opaskansio itsenäistyville jälkihuollon nuorelle
Opinnäytetyön tekijä: Katja Kandelberg
Oppilaitos: Centria ammattikorkeakoulu

1. Minkä ikäinen olet? ____ vuotta

2. Sukupuolesi

- Nainen
 Mies
 Muunsukupuolinen

3. Kerro lyhyesti, mitä itsenäistyminen mielestäsi tarkoittaa?

4. Kuinka itsenäinen omasta mielestäsi jo olet?

- Täysin itsenäinen ja valmis ottamaan itsestäni vastuun
 Melko itsenäinen ja valmis ottamaan itsestäni vastuun
 Kohtalaisen itsenäinen, mutta en vielä valmis ottamaan itsestäni täyttä vastuuta
 En ollenkaan itsenäinen, enkä valmis ottamaan itsestäni vastuuta

5. Hoidatko itse omaan elämääsi liittyviä virallisia asioita?

- Kyllä, täysin itsenäisesti
 Kyllä, mutta minua autetaan tarvittaessa
 En, vaan asioitani hoitaa _____

6. Mitä virallisia asiapapereita ja sopimuksia sinulla on tällä hetkellä?

- Vuokrasopimus
 Sähkösoopimus
 Vakuutukset
 Omat koulutodistukset
 Omat jälkihuollon asiakassuunnitelmat
 Päätökset jälkihuollosta
 Muita sopimuksia ja asiapapereita, mitä? _____

7. Onko sinulla kansiota, jossa säilytät virallisia asiapapereitasi ja sopimuksiasi?

- On, ja kansiota säilytän (missä?) _____
- Ei, mutta paperit ovat järjestyksessä (missä?) _____
- Ei, papereita on eri paikoissa, mutta tiedän missä ne ovat
- Ei, papereita on eri paikoissa, enkä aina löydä niitä

8. Jos sinulla ei ole omaa kansiota, mutta saisit kansion, johon tallettaa kaikki elämäsi liittyvät asiapaperit, sopimukset, todistukset ja muut tärkeät paperit, arveletko, että käyttäisit kansiota?

- Kyllä, aivan varmasti
- Hyvin mahdollisesti
- En ole varma
- Tuskin
- En käyttäisi

9. Jos sinulla olisi oma kansio, mitä seuraavista osa-alueista kansion tulisi sisältää?

- Talous (Rahaan liittyvät asiat, esim. pankkiasiat, omat tulot, omat menot, laskut)
- Asuminen (vuokra ja muut asumiseen liittyvät asiat, esim. vakuutukset ja sähkö sopimukset)
- Koulu (kouluun liittyvät todistukset ja muu kouluun liittyvä tieto, esim. Wilma-tunnukset ja ohjaajan tiedot)
- Työ (työtodistukset ja muu työelämään liittyvä tieto, esim. työnantajan nimi, osoite, työsopimus)
- Lastensuojelun jälkihuollon asiakkuuteen liittyvät paperit, asiakassuunnitelmat ym.
- Jotain muuta, mitä? _____

10. Jos sinulla olisi oma kansio, millä nimellä kutsuisit sitä? Voit antaa useampia ehdotuksia.

11. Pystytkö laskemaan tulosi ja menosi siten, että rahat riittävät koko kuukaudeksi?

- Kyllä, aina
- Kyllä, useimmiten
- Useimmiten en
- En lainkaan
- En ole kiinnostunut toimeentulostani

12. Koetko olevasi vastuussa omasta toimeentulostasi?

- Kyllä, täysin vastuussa
- Kyllä, osittain vastuussa
- En lainkaan vastuussa
- En osaa vastata

13. Kun saat postitse (tai sähköpostitse) laskun, mitä teet?

- Avaan laskun, talletan sen ja laitan itselleni muistutuksen, jotta muistan maksaa laskun eräpäivänä
- Avaan laskun, mutta lasku voi mennä hukkaan ja saatan unohtaa maksaa laskun eräpäivänä
- Avaan laskun, mutta jätän sen huomiotta enkä maksa laskua, ennen kuin joku muistuttaa minua
- En avaa laskua. Jätän yleensä laskut maksamatta

14. Kuinka tärkeää mielestäsi on maksaa laskut aina eräpäivänä?

- Erittäin tärkeää
- Melko tärkeää
- Ei kovinkaan tärkeää
- Ei yhtään tärkeää

15. Kuka on vastuussa laskuistasi ja niiden maksamisesta eräpäivänä?

- Minä itse
- Ohjaajani
- Joku muu, kuka? _____
- En tiedä

16. Mistä tulosi koostuvat?

- Perustoimeentulotuki
- Asumistuki
- Kuntoutusraha
- Vammaistuki
- Opintotuki
- Palkka
- Jokin muu, mikä? _____

17. Kun kansio on valmis ja saat sen käyttöösi, kuinka todennäköistä on, että ryhdyt hoitamaan asioitasi nykyistä vieläkin itsenäisemmin?

- Hyvin todennäköistä
- Melko todennäköistä
- En osaa sanoa
- Ei kovinkaan todennäköistä
- Ei lainkaan todennäköistä

18. Millaisia ajatuksia tästä kyselystä heräsi? Voit vapaasti kirjoittaa omia ajatuksiasi ja toiveitasi kansiosta, tai antaa vinkkejä, millaisesta kansiosta itse pitäisit. Voit jatkaa paperin toiselle puolelle pohdintojasi, tai piirtää vaikka kuvan omasta kansiostasi.

Kysely opinnäytetyön tutkimusosiota varten - osa 2
 Opinnäytetyö: 'Kodin kansio'- Asiakirja- ja opaskansio itsenäistyville jälkihuollon nuorelle
 Opinnäytetyön tekijä: Katja Kandelberg
 Oppilaitos: Centria ammattikorkeakoulu

1. Minkä kansioista valitsisit ulkonäön perusteella?

- Kansio nro 1
 Kansio nro 2
 Kansio nro 3
 En valitsisi mitään

Perustele vastauksesi

2. Onko kansio mielestäsi niin kiinnostava ja hyödyllisen oloinen, että ryhtyisit käyttämään sitä?

- Kyllä, ehdottomasti
 Kyllä, hyvin mahdollisesti
 Ei, todennäköisesti en käyttäisi
 En käyttäisi
 En osaa sanoa

3. Haluaisitko rakentaa oman kansiosi alusta saakka itse, jos järjestettäisiin kansiontekokurssi?

- Kyllä, ehdottomasti
 Kyllä, hyvin mahdollisesti
 En ole kiinnostunut tekemään kansiota itse
 En osaa sanoa

4. Jos valitsit jonkin kolmesta kansioista, mitä siinä muuttaisit ulkonäöllisesti?

- En mitään
 Vaihtaisin kankaan kuosin ja värin (millaiseksi?) _____
 Vaihtaisin kankaan johonkin muuhun materiaaliin (mihin?) _____
 Vaihtaisin eri osa-alueiden kartonkilehtien värejä (millaisiksi?) _____
 Vaihtaisin jotain muuta (mitä?) _____

5. Onko sisällysluettelo mielestäsi tarpeeksi selkeä?

- Kyllä, hyvin selkeä ja helppo ymmärtää
- Kyllä, mutta hieman vaikeasti hahmotettava (miten?) _____
- Ei kovin selkeä. Muuttaisin sisällysluettelo _____
- Ei lainkaan selkeä
- En osaa sanoa

6. Kansiossa on viisi eri osa-aluetta järjestettynä eri värein? Onko järjestely mielestäsi selkeä ja ymmärrettävä?

- Kyllä, täysin selkeä
- Kyllä, melko selkeä, mutta muuttaisin _____
- Ei kovin selkeä. En hahmota kunnolla _____
- Ei lainkaan selkeä
- En osaa sanoa

7. Puuttuuko mielestäsi kansiota jokin tärkeä osio, jota ei ole huomattu lisätä kansioon?

- Kyllä puuttuu (mikä/mitkä?) _____
- Ei puutu mitään
- En osaa sanoa

8. Muuttaisitko kansion sisällön osa-alueiden järjestystä? (Messissä, Raha&Talous, Koti&Vakuutukset, Opiskelu&Työelämä, Muut tärkeät paperit)

- Kyllä, muuttaisin seuraavasti: → 1. _____
- En muuttaisi nykyistä järjestystä 2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

9. Tarkastele osiota "Messissä". Millaisia asioita sieltä mielestäsi puuttuu, eli mitä pitäisi lisätä?

10. Tarkastele osiota "Raha&Talous". Onko sen sisältämä tieto mielestäsi hyödyllistä?

- Kyllä, hyvin hyödyllistä
 Kyllä, melko hyödyllistä
 Ei kovin hyödyllistä
 Ei yhtään hyödyllistä
 En osaa sanoa

11. Millaisia asioita toivoisit, että "Raha&Talous" -osio pitäisi sisällään? Mitä tietoa kaipaavat lisää?

12. Mitä olet mieltä tavasta, jolla asiat on esitetty osiossa "Raha&Talous"?

- Hyvin kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Melko kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Ei kovin kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 Ei yhtään kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 En osaa sanoa

13. Tarkastele osiota "Koti&Vakuutukset". Onko sen sisältämä tieto mielestäsi hyödyllistä?

- Kyllä, hyvin hyödyllistä
 Kyllä, melko hyödyllistä
 Ei kovin hyödyllistä
 Ei yhtään hyödyllistä
 En osaa sanoa

14. Millaisia asioita toivoisit, että "Koti&Vakuutukset" -osio pitäisi sisällään? Mitä tietoa kaipaavat lisää?

15. Mitä olet mieltä tavasta, jolla asiat on esitetty osiossa "Koti&Vakuutukset"?

- Hyvin kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Melko kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Ei kovin kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 Ei yhtään kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 En osaa sanoa

16. Tarkastele osiota "Opiskelu&Työelämä". Onko sen sisältämä tieto mielestäsi hyödyllistä?

- Kyllä, hyvin hyödyllistä
 Kyllä, melko hyödyllistä
 Ei kovin hyödyllistä
 Ei yhtään hyödyllistä
 En osaa sanoa

17. Millaisia asioita toivoisit, että "Opiskelu&Työelämä" -osio pitäisi sisällään? Mitä tietoa kaipaat lisää?

18. Mitä olet mieltä tavasta, jolla asiat on esitetty osiossa "Opiskelu&Työelämä"?

- Hyvin kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Melko kiinnostavasti ja selkeästi, koska _____
 Ei kovin kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 Ei yhtään kiinnostavasti ja selkeästi (mitä muuttaisit?) _____
 En osaa sanoa

19. Tarkastele osiota "Muut tärkeät paperit". Mitä papereita lisäisit osioon?

20. Onko jokin osa-alue, mikä kansioista puuttuu kokonaan, ja minkä pitäisi mielestäsi olla mukana kansiossa?

21. Tuntuuko, että kansioista olisi sinulle hyötyä?

- Kyllä, aivan varmasti
 Kyllä, hyvin todennäköisesti
 Todennäköisesti ei
 Ei lainkaan
 En osaa sanoa

22. Heräsikö ajatuksia, toiveita, pohdintoja? Kerro vapaasti ajatuksistasi (voit jatkaa kirjoittamista sivun taakse)

Askel kohti itsenäisyyttä

Tämä on sinun kansiosi. Olemme koostaneet sen sinua varten. Se sisältää taskuja omille papereillesi, jotta ne pysyisivät tallessa, sekä pieniä ohjeita itsenäistymisen polulla. Saat kansion mukaasi, kun lähdet Messistä. Opettelemme yhdessä täyttämään kansiota ja pitämään elämäsi tärkeät paperit tallessa.

Kansion avulla opettelet tärkeitä itsenäisen elämän taitoja, jotka voivat aluksi kuulostaa vaikeilta, mutta todellisuudessa eivät sitä ole. Opit pitämään huolta omista raha-asioista, käsittelemään sopimuksia ja pankkiasioita, terveystietojasi, ja ennen kaikkea, säilyttämään tärkeät asiapaperit yksissä kansissa.

Tervetuloa jälkihuoltoon, olet ottanut ison askeleen kohti itsenäisyyttä!

*Terveisin,
Messin väki*

Messi

Olemme Messissä erikoistuneet psyykkisesti oireilevien, vaativahoitoisten nuorten psykososiaaliseen kuntoutukseen.

Messin jälkihuoltotoiminta muodostuu tuetusta asumispalvelusta ja tukihenkilöpalvelusta. Tarkoituksena on helpottaa lapsen tai nuoren kotiutumista sijaishuollosta tai helpottaa nuoren itsenäistymistä. Asuminen ja tukipalvelut suunnitellaan ja järjestetään yksilöllisen jälkihuoltotarpeen perusteella.

Messin sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan henkilöstö käy nuoren asunnolla tukikäynneillä sovitusti ja tukee nuorta tämän asiointikäynneillä. Tapaamiset voivat olla myös Messin toimitiloissa, esimerkiksi toimistolla tai olkkarissa. Nykyisin moni asia hoituu myös etäyhteyksien avulla.

Tuki muodostuu arjen hallinnan taidoista, joita ovat esimerkiksi talouden ja raha-asioiden hoito, ruokailut, siisteydestä ja hygieniasta huolehtiminen, koulun ja opiskelun tai päivätoiminnan sujuminen.

Keskeinen tukimuoto on nuoren psyykkisen voinnin seuranta ja vointia vakauttavat toimet: reflektioivat keskustelut, vakauttavat arjen toimet ja tarvittaessa ulkopuoliseen hoitoon ohjaaminen. Nuorta ohjataan myös itsenäiseen, oman terveyden hoitoon. Näitä ovat lääkityksestä huolehtiminen, oman voinnin seuranta, sovittujen hoitokäyntien toteuttaminen ja avun hakemiseen tarvittaessa.

Tärkein onnistumisen mittari on omaan elämään lähtevä nuori, jonka siivet jo kantavat ulos Messistä.

Messin yhteystietoja

Jälkihuollon puhelinnumero (arkisin 9-20)

050 4704 252

Ohjaajien työajat

ma-to klo 8-20 ja pe klo 8-17

Omaohjaajan nimi

Omaohjaajan sähköposti

Päivystysnumero 24/7

Rahaa tulee ja rahaa menee, mutta mistä ja mihin?... ja miten laskea rahani niin, että ne riittävät koko kuukaudeksi? Onneks tää ei ole mitään rakettitiedettä...

Mistä (ja milloin) minulle tulee rahaa/kk?

Tulot	pvm	€
Perustoimeentulotuki		
Työmarkkinatuki		
Asumistuki		
Kuntoutusraha		
Vammaistuki		
Opintotuki		
Palkka		
Eläke		
Muu		
Kaikki tulot yhteensä		€

Mihin (ja milloin) minulla menee rahaa/kk?

Menot	pvm	€
Vuokra		
Sähkö		
Vakuutukset		
Nettiliittymä		
Puhelin		
Velan lyhennykset		
Osamaksut		
Muut laskut		
Muu		
Yhteensä		€
		+
Ruoka		
Vaatteet		
Koulutarvikkeet		
Harrastukset		
Muut		
Yhteensä		€
Kaikki menot yhteensä		€

Kumpi summa on isompi?
Tulot vai menot?

Tulojen tulisi olla menoja isompi summa, jotta jotain jäisi säästöönkin pahan päivän varalle.

Jos menot ovat isommat kuin tulot, voin tarkistaa, olenko hakenut kaikki tuet, mitä minulle lain mukaan kuuluu osoitteesta:
<https://www.kela.fi/kelan-tuet>

Jos menot ovat yhä isommat kuin tulot, on karsittava menoja, tai hankittava suuremmat tulot. Taloudenhallinta on aika yksinkertaista, mutta vaatii hieman suunnittelua, jotta kaikki laskut saa maksettua ja jääkaapissa on muutakin kuin valot....

Miten lasken oman budjetin kuukaudeksi?
Ensin lasken kaikki pakolliset menot (vuokra,
sähkö, vakuutukset, puhelinliittymät jne... ja sen
jälkeen katson, paljonko rahaa jää elämiseen.

Kuukausibudjetin laskeminen

Voin laskea, mihin rahani riittävät kuukaudessa vähentämällä ensin pakolliset maksut (menot) tuloista. Jäljelle jäävä summa paljastaa, paljonko rahaa jää ruokaan ja muuhun elämiseen.

Voin käyttää luovuuttani ja tehdä esimerkiksi ruokaa isomman annoksen useammaksi päiväksi kerrallaan. Voin myös leipoa sämpylöitä tai muita herkkuja, ja nauttia siitä että pystyn pitämään huolta itsestäni ja taloudestani.

Einekset eli valmisruuat ovat kalliimpia kuin raaka-aineista tehty ruoka. Voin katsoa netistä ruokavinkkejä ja reseptejä, jotka sopivat minun kukkarolleni.

Jos tarvitsen vaatteita, voin katsella tarjouksia ja tutkia kirpparien valikoimaa.

Näissä voin säästää:

- Ruoka (tutkin tarjouksia, voin myös ostaa kaupan aleruokia, esim. eräpäivä umpeutuu)
- Vaatteet (ennen uuden ostamista tutkin, löytyykö kirppareilta vastaavia)
- Koulutarvikkeet (ennen uusien ostamista tutkin, myykö joku samaa kirjaa käytettynä)
- Harrastukset (ennen uuden varusteen ostamista tarkistan, myykö joku käytettyä)
- Muut

Kuukausituloni ovat yhteensä

_____ €

Pakolliset maksut kuukaudessa

Vuokra _____ €

Sähkö _____ €

Vakuutukset _____ €

Nettiliittymä _____ €

Puhelin _____ €

Velan lyhennykset _____ €

Osamaksut _____ €

Muut laskut _____ €

Muut pakolliset maksut _____ €

Menot/maksut yhteensä _____ €

Nyt lasken, paljonko rahaa jää elämiseen:
(tulot miinus menot)

Tulot _____ €

Menot (pakolliset) — _____ €

Rahaa jää elämiseen _____ €

*Terveyttä ja hyvinvointia on monenlaista...
tärkeintä on, että pystyy toimimaan arjessa
ja tietää mistä pyytää apua kun apua tarvitsee.*

Omakanta

Omakannasta näen minua hoitaneiden lääkäreiden ja hoitajien lausunnot, tehdyt tutkimukset ja niiden tulokset, sekä reseptit, jotka voi myös uusia omakannassa. Pääsen omakantaan netissä osoitteessa <https://www.kanta.fi/omakanta> (sivun oikeassa yläkulmassa "Kirjaudu sisään")

Tärkeitä yhteystietoja

Yleinen hätänumero **112**

Oma terveyskeskus _____

Terveyskeskuksen päivystyspuhelin _____

Lääkäri _____ *puh* _____

Terapeutti _____ *puh* _____

Psykologi _____ *puh* _____

_____ *puh* _____

_____ *puh* _____

Mitä kaikkea pitää ottaa huomioon, kun muuttaa uuteen kotiin? No ainakin vuokrasopimus, kotivakuutus, osoitteenmuutos, sähkösopimus, ehkä nettiliittymä, asumistuen hakeminen...

Miten kaikki käytännössä tapahtuu?

Kun haluan (tai joudun) muuttamaan, voin katsella vapaita asuntoja esimerkiksi seuraavilta sivustoilta:

www.vuokraovi.com
<https://asunnot.oikotie.fi/vuokrattavat-asunnot>
<https://joensuunelli.fi/> (opiskelija-asuntoja)

Kun olen löytänyt sopivan asunnon ja vuokranantaja haluaa vuokrata asunnon minulle, on huolehdittava muutamista olennaisista asioista...

Muuttajan muistilista

1. Tarkistan nykyisen asuntoni vuokrasopimuksesta irtisanomisajan, jotta tiedän, milloin minun pitää irtisanoa nykyinen asunto. Tarkistan myös takuuvuokran palautusehdot
2. Teen kirjallisen vuokrasopimuksen uudesta asunnosta vuokranantajan kanssa (vuokranantaja laatii, ja minä tarkistan sen ennen allekirjoitusta)
3. Teen osoitteenmuutoksen Postille (kätevästi netissä!):
<https://www.posti.fi/fi/henkilolle/muuttoilmoitus>
4. Tutustun asukkaan ja vuokralaisen oikeuksiin ja velvollisuuksiin (seuraavalla sivulla)
5. Hankin tarvittavat vakuutukset omasta vakuutusyhtiöstä
6. Teen sähkösopimuksen valitsemani sähköyhtiön kanssa (kilpailutanko sähkön?)
7. Tilaan nettiliittymän, jos tarvitsee, ja jos se ei kuulu vuokraan
8. Haen asumistukea (tai tarkistan sen, jos asumistukipäätös on jo olemassa)
www.kela.fi/yleinen-asumistuki
9. Tarkistan, miten muutto vaikuttaa perustoimeentulotukeeni
<https://www.kela.fi/toimeentulotuki-tuen-tarkistaminen>
10. Ilmoitan taloyhtiöön, että olen muuttanut uuteen asuntoon
11. Siivoan edellisen asuntoni ja luovutan avaimet sovitusti

ONNEA UUTEEN KOTIIN!