

SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

MUN ITSENÄISTYMINEN

Sisältö itsenäistyvän nuoren digitaaliseen työkirjaan jälkihuollon toteutuksen tueksi

TEKIJÄT Jelena Kotilainen
Riina Ruotsalainen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Jelena, Kotilainen & Riina, Ruotsalainen	
Työn nimi Mun itsenäistyminen – Sisältö itsenäistyvän nuoren digitaaliseen työkirjaan jälkihuollon toteutuksen tueksi	
Päiväys 16.11.2023	Sivumäärä/Liitteet 40/4
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Oikeus jälkihuoltoon syntyy lastensuojelun sijaishuollon tai yli puoli vuotta kestäneen avohuollon sijoituksen jälkeen. Jälkihuollon palvelut ovat niihin oikeutetuille nuorille vapaaehtoisia. Jälkihuollon tavoitteena on muun muassa tukea nuoren aikuistumista ja itsenäistymistä. Jälkihuollon onnistumisen kannalta nuoren tuen tarpeiden havaitseminen ja myönteinen suhtautuminen palveluihin ovat tärkeitä. Nuorta motivoivien, helppokäyttöisten työvälineiden avulla voidaan myös vahvistaa nuoren osallisuutta asiakasprosessissaan.</p> <p>Opinnäytetyössä kehitettiin sisältö lastensuojelun jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan. Työkirjan kohderyhmää ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret. Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä, jonka toimeksiantajana toimi Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke. Opinnäytetyöprosessissa hyödynnettiin lineaarista kehittämistyön teoreettista mallia.</p> <p>Työkirjan tavoitteena oli vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Työkirjan sisältö koostui 11:sta asumiseen ja arjen sujumiseen liittyvästä osiosta, joista kukin sisälsi erilaisia tehtäviä tai välineitä aiheen käsittelemiseksi. Kyselyjen, pohdintatehtävien ja visuaalisten tehtävien sekä pelin avulla nuori voi muun muassa harjoitella itsenäisen asumisen taitojaan. Lisäksi nuori voi tunnistaa vahvuuksiaan, kertoa kuulumisistaan ja jälkihuoltoon liittyvistä toiveistaan sekä pohtia tulevaisuuttaan. Työkirjan loppuun koottiin arjen hallintaan liittyviä vinkkejä ja verkkosivustoja.</p> <p>Tuotetusta työkirjan sisällöstä saatiin palautetta jälkihuollon työntekijöiltä sekä henkilöiltä, jotka olivat parhailaan tai aikaisemmin olleet jälkihuoltoon oikeutettuja. Palautetta hyödynnettiin sisällön viimeistelyssä. Työkirjalle luotu sisältö on kenen tahansa jälkihuoltoa toteuttavan tahon hyödynnettävissä. Työkirjan viemisestä digitaaliseen muotoon vastaa kyseinen taho itse. Sisältö on ladattavissa toimeksiantajan verkkosivustolta.</p>	
Avainsanat Jälkihuolto, itsenäistyminen, lastensuojelun jälkihuolto, digitalisaatio	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Social Services	
Author(s) Jelena, Kotilainen & Riina, Ruotsalainen	
Title of Thesis My path to becoming independent – Digital workbook content for young people on their way to independence supporting aftercare	
Date 16.11.2023	Pages/Appendices 40/4
Client Organisation/Partners Supporting a maturing young person with high-quality aftercare services -project	
<p>Abstract</p> <p>After child welfare placement in foster care or in open care that has lasted more than six months, young people have the right to aftercare. Aftercare services are voluntary for the eligible young people. The goal of aftercare is, among other things, to support the young person's adulthood and independence. For aftercare to succeed, it is important to identify the young person's support needs and to have a positive attitude towards support services. Easy-to-use tools that motivate young people can also be used to strengthen their participation in their customer process.</p> <p>The thesis developed content for a digital workbook to be used in the implementation of child welfare aftercare. The target group of the workbook is young people in aftercare who have recently moved into their own homes. The thesis was carried out as development work commissioned by the Supporting maturing young person with high-quality aftercare services -project. The thesis process utilised the linear development theory model.</p> <p>The goals of the workbook were to strengthen the interaction between young people and aftercare providers and to support young people in becoming independent and in a new kind of everyday life. The content of the workbook consisted of 11 sections related to living and the flow of everyday life, each of which contained different tasks or tools for dealing with the topic. With the help of surveys, reflection and visual tasks, as well as a game, young people can, among other things, practice their independent living skills. Furthermore, they can identify their strengths, talk about how they are doing, and their wishes related to aftercare, and think about their future. At the end of the workbook, tips and websites related to managing day-to-day life were compiled.</p> <p>Feedback on the content of the workbook was received from aftercare workers and clients who had been or had previously been eligible for aftercare. The feedback was utilised in finalising the content. The content created in the workbook can be used by anyone performing aftercare. Exporting the workbook to digital format is the responsibility of the institution itself. The content can be downloaded from the commissioner's website.</p>	
<p>Keywords</p> <p>Aftercare, becoming independent, child protection aftercare, digitalisation</p>	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	ITSENÄISTYVÄN NUOREN JÄLKIHUOLTO	7
2.1	Jälkihuollon tarkoitus ja toteutus	7
2.2	Sijaishuollosta itsenäistyminen	8
2.3	Hyvän jälkihuollon osatekijöitä	10
3	DIGITALISAATIO SOSIAALIALALLA	14
3.1	Digitalisaation hyödyt ja haasteet.....	14
3.2	Digitalisaation hyödyntäminen jälkihuollossa	16
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	18
5	DIGITAALISEN TYÖKIRJAN SISÄLLÖN TOTEUTUS.....	19
5.1	Suunnittelu.....	19
5.2	Toteutus.....	21
5.3	Arviointi.....	27
6	POHDINTA.....	31
6.1	Opinnäytetyöprosessin toteutuksen pohdinta	31
6.2	Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus	32
6.3	Opinnäytetyöprosessin merkitys sosionomin ammatilliselle kasvulle.....	33
6.4	Mun itsenäistyminen -työkirjan hyödynnettävyys ja kehittämisideat.....	34
	LÄHTEET	36
	LIITE 1: MUN ITSENÄISTYMINEN -TYÖKIRJA	41
	LIITE 2: PALAUTEKYSELY.....	94
	LIITE 3: TIETOSUOJAILMOITUS	97
	LIITE 4: SAATEKIRJE	102

KUVALUETTELO

KUVA 1.	Projektitöön lineaarinen malli (Toikko & Rantanen 2009, 64)	19
KUVA 2.	Kehittämispöcessin eteneminen lineaarisen mallin mukaisesti (Toikko & Rantanen 2009, 64).....	21
KUVA 3.	Mun itsenäistyminen -työkirjan sisällysluettelo	22
KUVA 4.	Mun itsenäistyminen -työkirjan Menneisyyteni haamut -osio	23
KUVA 5.	Mun itsenäistyminen -työkirjan Vapaa-aika -osion tehtävä	24

1 JOHDANTO

Jälkihuolto määritellään lastensuojelulaissa. Lapsella ja nuorella on oikeus jälkihuoltoon sijaishuollon päättymisen jälkeen. Oikeus syntyy myös avohuollon tukitoimena olleen sijoituksen jälkeen, mikäli sijoitus on kohdistunut lapseen ja kestänyt yhtäjaksoisesti yli puoli vuotta. Järjestämisvastuu kuuluu hyvinvointialueelle ja vastuu päättyy viiden vuoden päästä siitä, kun nuori on sijoituksen päättymisen jälkeen ollut lastensuojelun asiakkaana. Velvollisuus päättyy kuitenkin viimeistään silloin, kun nuori täyttää 25 vuotta. (Lastensuojelulaki 417/2007, 12 luku 75 §.) Lastensuojelulakiin tuli muutoksia vuonna 2020. Tämän perusteella lastensuojelun jälkihuoltoon ovat oikeutettuja myös 21–24-vuotiaat nuoret. Vuonna 2021 avohuollon täysi-ikäisten asiakkaiden määrä oli 10 787. Asiakkaiden määrä lisääntyi 19 prosenttia vuoteen 2020 verrattuna. (Forsell & Kuoppala 2022.)

Jälkihuollon tarkoituksena on tukea itsenäistymisvaiheessa olevan nuoren itsenäistymistä. Alaikäisen lapsen jälkihuolto puolestaan painottuu lastensuojelun sijaishuollosta kotiutumiseen ja perheen jälleenyhdistämiseen liittyvään tukeen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 28.) Jälkihuollon piirissä olevilla täysi-ikäisillä nuorilla on erilaisia ja eritasoisia tuen tarpeita. Toisille kevyet, aikuistumista ja itsenäistymistä tukevat palvelut ovat riittäviä, kun taas toiset tarvitsevat paljon tukitoimia elämän eri osa-alueille. (Lastensuojelun jälkihuollon uudistamistyöryhmä 2019, 9–10.) Jälkihuolto voi tukea itsenäistyvää nuorta esimerkiksi asumisessa ja arjen sujumisessa, taloudellisissa asioissa, opinnoissa ja työelämässä, tarjoamalla keskustelutukea sekä auttamalla löytämään nuoren tuen tarpeisiin sopivat palvelut ja etuudet (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2022).

Opinnäytetyössä kehitetään sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan. Itsenäistymistä tukevalle sekä nuoren ja jälkihuollon työntekijän välistä yhteistyötä vahvistavalle työvälineelle on tarvetta. Itsenäistymistä tukevia työkirjoja on olemassa ja monet niistä on tarkoitettu ajankohtaan, jolloin itsenäistyvä nuori suunnittelee omilleen muuttamista. Tästä syystä työkirjan sisältö kehitetään palvelemaan nuorta, joka on hiljattain muuttanut ensimmäiseen omaan kotiinsa, ja arki uudessa kodissa on ehtinyt käynnistyä. Lisäksi työkirjan sisältöön halutaan kehittää osioita, jotka liittyvät jälkihuoltoon ja tukevat nuoren ja työntekijän vuorovaikutuksen vahvistumista.

Työkirjan sisältö laaditaan pdf-muotoon. Se julkaistaan opinnäytetyön toimeksiantajan verkkosivustolla, mistä se on vapaasti ladattavissa. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen, sovelluksenomaiseen muotoon jää sille taholle, joka haluaa ottaa työkirjan käyttöönsä. Digitaalisessa muodossa oleva työkirja sujuvoittaa tietojen jakamista nuoren ja työntekijän välillä sekä antaa mahdollisuuden muokata työkirjan sisältöä nuoren henkilökohtaisiin tarpeisiin sopivaksi. Digitaaliset palvelut ja työvälineet ovat vuosien saatossa lisääntyneet ja niitä kehitetään jatkuvasti lisää. Nuoret ovat kasvaneet digitalisoituneessa maailmassa, joten erilaisten digitaalisten alustojen hyödyntäminen on heille usein tuttua ja luontevaa.

Opinnäytetyön toimeksiantaja on Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke. Hankkeen tarkoituksena on kehittää Pohjois-Savon alueen jälkihuoltotyötä laadukkaasti ja vaikuttavasti. Tällä pyritään muun muassa varmistamaan ja vahvistamaan nuorten työuria sekä parantamaan työllisyyttä. Tukemalla riittävästi jälkihuoltopalveluita saavia nuoria voidaan vaikuttaa positiivisesti myös muihin syrjäytymistä aiheuttaviin tekijöihin sekä parantaa nuorten hyvinvointia ja

elämänlaatua. Hankkeen tavoitteena on vahvistaa jälkihuolto nuorten osallisuutta ja ottaa heitä mukaan palveluiden kehittämiseen, jolloin huomioidaan toimintaympäristönä digitalisoituvaa yhteiskuntaa. Lisäksi tavoitteena on muun muassa kehittää työtapoja jälkihuoltoon ja pilotoida yhteistyötahojen kanssa jälkihuoltopalveluihin toimintakokonaisuusmallinnuksia. (Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon a.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on laatia sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan, joka toimii työvälineenä sekä nuorelle itselleen että jälkihuoltoa toteuttavan tahon työntekijälle. Työkirjan kohderyhmänä ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuolto nuoret ja sen tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta it-senäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa.

2 ITSENÄISTYVÄN NUOREN JÄLKIHUOLTO

Lapsella ja nuorella on oikeus jälkihuoltoon sijaishuollon päättymisen jälkeen. Oikeus jälkihuoltoon syntyy lastensuojelun sijaishuollon tai yli puoli vuotta kestäneen avohuollon sijoituksen jälkeen. Järjestämisvastuu kuuluu hyvinvointialueelle ja vastuu päättyy viiden vuoden päästä siitä, kun nuori on sijoituksen päättymisen jälkeen ollut lastensuojelun asiakkaana. Velvollisuus päättyy kuitenkin viimeistään silloin, kun nuori täyttää 25 vuotta. (Lastensuojelulaki, 12 luku 75 §.) Mikäli avohuollon sijoituksia on useita, mutta ne eivät ole ajallisesti peräkkäin ja sijoitusten yhtäjaksoinen kesto on alle puoli vuotta, ei jälkihuoltovelvoitetta synny (Räty 2019, 710).

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemassa lastensuojelun jälkihuollon uudistamistyöryhmän loppuraportissa sanotaan jälkihuoltoon siirtyvien nuorten elämänhallintaan liittyviä haasteita olevan keskimääräistä enemmän. Tämä on johtanut suuriin palvelujentarpeisiin. 60 %:lla koulukotiin sijoitetulla on psykiatrinen diagnoosi ja 53 % kodin ulkopuolelle sijoitetuista 13–17-vuotiaista on nuorisopsykiatrisen asiakkaana. Psykiatrisen avohoidon tukitoimet eivät ole riittäviä jälkihuollossa. Nuoret jäävät helposti väliinputoajiksi peruspalveluissa ja ongelmat pahenevat nopeasti ilman asiakaslähtöistä ja pitkäaikaista tukea. Jälkihuollon uudistuksen tavoitteena oli siirtää painopistettä sosiaalipalveluista muihin siihen kytkeytyviin palveluihin, jotta palvelu olisi eteenpäin katsovaa. Tavoitteena oli myös, että jokaisella nuorella olisi mielekäs polku kohti koulutusta, työtä ja tulevaisuutta. (Lastensuojelun jälkihuollon uudistamistyöryhmä 2019, 10, 13.)

2.1 Jälkihuollon tarkoitus ja toteutus

Lastensuojelun yksi keskeisimmistä periaatteista on lasten oikeuksien ja hyvinvoinnin turvaaminen sekä edistäminen. Lastensuojelun prosessiin kuuluu muun muassa lastensuojelutarpeen selvittäminen, avohuollon palvelut, perhe- ja laitoshuollot sekä jälkihuolto. (Bardy 2013, 43.) Täysi-ikäisen nuoren jälkihuolto perustuu vapaaehtoisuuteen; nuori päättää itse, haluaako hän jälkihuollon palveluiden piiriin (Pukkio & Hoikkala 2016, 15). Lastensuojelun jälkihuollon tarkoituksena on tukea itsenäistymisvaiheessa olevan nuoren itsenäistymistä. Alaikäisten lasten kohdalla jälkihuollon tarkoituksena on tukea lastensuojelun sijaishuollosta kotiutumista sekä perheen jälleenyhdistämistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 28–29.)

Lastensuojelulaki (417/2007) velvoittaa suunnitelmallisuuteen jälkihuoltoa toteuttaessa. Sijaishuollon aikana saavutetut hyvät asiat katoavat nopeasti, mikäli nuori ei saa riittävää tai tarpeitaan vastaavaa jälkihuollon tukea itsenäistyttyään. Työntekijä auttaa nuorta pitämään itsenäistymistä tukevan suunnan tavoitteellisella työskentelyllä ja yhteisillä sopimuksilla. (Känkäinen 2013, 270–271.) Jälkihuollolla voidaan tukea nuorta esimerkiksi asumisessa ja arjen sujumisessa, taloudellisissa asioissa, opinnoissa ja työelämässä, tarjoamalla keskustelutukea sekä auttamalla löytämään nuoren tuen tarpeisiin sopivat palvelut ja etuudet (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022).

Lastensuojelulakiin (417/2007) tuli muutoksia vuonna 2020. Tämän perusteella lastensuojelun jälkihuoltoon on oikeutettu myös 21–24-vuotiaat nuoret. (Forsell & Kuoppala 2022.) Suomen tavoin myös Norjassa on nostettu jälkihuoltoon oikeutettujen ikää 22:sta 25:een vuonna 2020. Ehtoja jälkihuollon saamiselle Norjassa on kaksi: lastensuojelun asiakkuus ennen 18 vuoden ikää sekä oma

suostumus palveluihin. Laaja rekisteritietoihin perustuva tutkimus on osoittanut entisillä lastensuojelun asiakkaila tulevaisuuden haasteita, joita voidaan ehkäistä laadukkailla jälkihuollon palveluilla. Eroavaisuuksina muuhun väestöön verrattuna haasteita on ilmennyt enemmän muun muassa koulutuksessa, työllistymisessä ja asumiseen liittyvissä asioissa. (Paulsen, Thoresen & Wendelborg 2022.)

Vuonna 2020 Suomessa tehtiin ensimmäinen kattava tutkimus koskien jälkihuoltopalveluissa olevien nuorten riskikäyttäytymistä. Tutkimuksessa oli mukana 698 nuorta ja heistä 616:lla pystyttiin tunnistamaan riskikäyttäytymistä. Osalla tutkimukseen osallistuneista tunnistettiin useampi kuin yksi riskikäyttäytymisen muoto. Haasteena saattoi olla esimerkiksi päihteiden väärinkäyttö, itsetuhoisuus tai holtiton rahankäyttö. Riskikäytön yleisyyteen oli yhteydessä nuoren asiakassuhde lastensuojeluun tai ongelmat päivärytmisissä tai opiskelussa. Nuoret, joilla havaittiin riskikäyttäytymistä, eivät yleensä käyttäneet tukipalveluita, joihin heillä olisi ollut oikeus ja tarve. (Petäjä, Terkamo-Moisio & Häggman-Laitila 2023.)

2.2 Sijaishuollosta itsenäistyminen

Kun nuori muuttaa sijaishuollosta itsenäiseen asumiseen, hänen tuen tarpeitaan kartoitetaan jo ennen sijaishuollon päättymistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 29). Sijaishuoltopaikasta lähtöön valmistelu ja valmentaminen tulee aloittaa riittävän ajoissa, että itsenäistymisen tuen tarve voidaan suunnitella yksilöllisesti nuoren tarpeet huomioiden (Känkäinen 2013, 270). Tämä on tärkeää, jotta nuorta voidaan jo ennakkoon valmistaa ja vahvistaa itsenäistymiseen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 29).

Yliruka, Kantoluoto, Heino, Laine & Hipp (2020) tuovat esille jälkihuollon ja nuorten sosiaalityön mallinnuksessa itsenäistyvän ja aikuistuvan nuoren elämässä eteen tulevia ”superhetkiä” eli nivelvaiheita, joiden tukemisessa palvelujärjestelmän tulisi onnistua. Näitä nivelvaiheita ovat esimerkiksi arki ja elämänhallinta, talouden hallinta ja työelämään liittyvät asiat, asumisen vaihtoehdot ja oma koti, koulunkäynti ja opiskelu, työelämä sekä vanhemmuus. Nivelvaiheet vaikuttavat olennaisesti nuoren elämänsä elämään ja toimijuuden kehittymiseen. (Yliruka ym. 2020, 14, 36, 71–72.)

Groop (2021) tuo tutkimuksessaan esille, että sijaishuoltopaikoissa itsenäistymistä harjoiteltiin ennen täysi-ikäisyyttä. Itsenäistyminen tapahtui useassa paikassa viimeistään, kun nuori täytti 18 vuotta. Osa nuorista koki tuona aikana hylkäämisen tunnetta ja itsenäistymiseen pakottamista. Itsenäistyminen saattoi käynnistää negatiivisia asioita elämänsä elämässä, kuten runsaan päihteiden käytön. Tämä korostui nuorilla, jotka olivat olleet sijaishuoltopaikoissa, joissa oli tiukat rajat. Päihteiden käyttö ja ongelmat arjenhallinnassa johtivat osalla nuorista opintojen keskeytykseen ja rikkonaiseen arkeen. (Groop 2021, 257–258.)

Täysi-ikäistyminen muuttaa nuoren juridista asemaa sekä häneen kohdistuvia oikeuksia ja velvollisuuksia (Honkatukia ym. 2020, 96). Nuoren huolto päättyy (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983, 1 luku 3 §) sekä hänen vanhempiansa elatusvelvollisuudet päättyvät (Laki lapsen elatuksesta 704/1975, 1 luku 3 §). Nuori saa muun muassa äänioikeuden (Vaalilaki 714/1998, 1 luku 2 §) ja hänen oppivelvollisuutensa päättyy (Oppivelvollisuuslaki 1214/2020, 1 luku 2 §).

Malm (2018) kuvaa itsenäistymisen olevan nuoren toimijuuden vahvistumista. Se voidaan nähdä myös aikuiseksi kasvamisena ja aikuiselämään kiinnittymisenä. Yksinkertaisimmillaan itsenäisyys

määritellään riippumattomuudeksi. Tätä määrittelyä luonnehditaan kuitenkin ristiriitaiseksi ja suppeaksi. (Malm 2018, 15, 37, 49.) Sen sijaan että itsenäisyys nähtäisiin riippumattomuuden ilmentymänä ja itsenäistyminen julkisesta huollosta poistumisena, se tulisi nähdä asteittaisena prosessina, jonka aikana riippuvuussuhteet katoamisen sijaan muuttuvat (Cameron ym. 2018, 164). Honkatukian, Kallion, Lähteen & Mölkäsen (2020, 14) mukaan itsenäistyminen määritellään suomalaisessa yhteiskunnassa ikään kuin reitiksi kohti aktiivista ”kunnon” kansalaisuutta; tähän päämäärään liittyy muun muassa ajatus työelämään siirtymisestä.

Nuori ei kuitenkaan aikuistu heti täysi-ikäistyttyään, vaan tällöin hänellä alkaa aikuistumisen prosessi, joka voi olla vuosien mittainen vaihe. Siirtyminen nuoruudesta aikuisuuteen nähdään haastavana vaiheena, jolloin itseään etsiskelevään ja omaa identiteettiään rakentavaan nuoreen kohdistuu odotuksia esimerkiksi tulevaisuuden päätöksiin liittyen. (Honkatukia ym. 2020, 7.) Aikuisuuteen tähtäävä siirtymävaihe on pidentynyt, eikä se ole enää niin järjestelmällinen ja ennakoitavissa oleva kuten vuosikymmeniä sitten (Furstenberg 2010, 80).

Arnettin (2000) luoma käsite muotoutuva aikuisuus (emerging adulthood), kuvaa ikävuosien 18–25 välistä vaihetta. Tässä vaiheessa nuorelta puuttuu vielä aikuisuuteen kuuluvat velvollisuudet. Ikäjakautuksen alkupuolella nuoret aikuiset voivat kokea, etteivät ole enää nuoria, mutta eivät myöskään nuoria aikuisia. Muotoutuvan aikuisuuden ikävaiheeseen liitetään erilaisia identiteettiongelmia, jotka voivat liittyä esimerkiksi rakkauteen, työhön ja maailmankatsomukseen. Työhön liittyvät identiteetin ongelmat ovat yleisiä. Esimerkiksi taloudellinen itsenäisyys on hankala saavuttaa, mikäli ei ole työpaikkaa. Maailmankatsomukseen ja maailmankuvan laajenemiseen liitetyt ongelmat peilautuvat lapsuudessa opittuihin arvoihin ja kokemuksiin. Tässä ikävaiheessa näitä aletaan laajentamaan, kyseenalaistamaan sekä muokkaamaan omaan elämäntilanteeseen sopiviksi. (Arnett 2000, 469–474.)

Kestilän, Väisäsen, Paanasen, Heinon ja Gisslerin (2012) tutkimuksessa tarkastellaan kodin ulkopuolelle sijoitettujen, vuonna 1987 syntyneiden henkilöiden hyvinvoinnin osa-alueita ja elämässä pärjäämistä nuoren aikuisen roolissa. Artikkelissa tuodaan esille, että sijoituksessa olleet nuoret saattavat kohdata aikuistumisen prosessin aikana erityisiä haasteita. Näiden nuorten riski sosiaaliseen eriarvoisuuteen on tunnistettu ja on todettu, että sijoituksessa olleiden pärjääminen elämässä on heikompaa muihin aikuistuviin nuoriin verrattuna. Heillä on useammin haasteita muun muassa kouluttautumiseen, mielenterveyteen sekä taloudelliseen tilanteeseen liittyen. Taloudellisiin haasteisiin liittyy usein kouluttamattomuus ja työttömyys. (Kestilä ym. 2012, 599, 600, 614.) On kuitenkin tärkeää tiedostaa, että sijoitustausta ei automaattisesti ole yhteydessä itsenäistymisen haasteisiin, huono-osaisuuteen tai erilaisiin tuen tarpeisiin. Jokainen sijoituksessa ollut nuori on oma yksilö omine elämäntilanteineen.

Yliruka ym. (2020) tuovat esille haasteita, joita itsenäistyvä, omaan kotiin muuttava nuori saattaa kohdata. Omaan kotiin muuttaminen tuo mukanaan tilanteen, jossa nuori joutuu ottamaan vastuuta uudenlaisista asioista. Jos nuori ei saa riittävää apua ja tukea omaan kotiin muuttamiseen ja itsenäiseen asumiseen liittyviin asioihin, voi olla, että nuori ei esimerkiksi tiedä, mitä hänen kuuluisi itse maksaa ja miten maksaminen tapahtuu. Nuori saattaa saada neuvoja henkilöiltä, jotka jakavat väärää tai vanhentunutta tietoa. Esimerkiksi vuokran maksaminen voi tuoda eteen haasteita; nuorelle

saattaa näyttäytyä epäselvänä tilanne, jossa esimerkiksi nuoren saama asumistuki maksetaan suoraan vuokranantajalle ja nuori saa vuokraan myönnetyn toimeentulotuen omalle tililleen. Tällöin nuorelle jää maksettavaksi koko vuokra ja asumistuen erotus. Epäselvissä tilanteissa nuori saattaa käyttää tilillensä tulleet rahat muihin menoihin ymmärtämättä sitä, että osa vuokrasta on vielä maksettava. Tämän vuoksi nuorelle voi kertyä vuokravelkaa. (Yliruka ym. 2020, 36.)

Sijaishuollosta itsenäistyvän nuoren on saatava taloudellista tukea asumiseen, koulutukseen ja muihin itsenäistymiseen liittyviin menoihin. Taloudellinen tuki voi osittain koostua itsenäistymisvaroista, joita sijaishuollon aikana nuorelle on kerrytetty. Nuoren itsenäistymiseen varataan kuukausittain tietty määrä rahaa, joka on sidoksissa nuoren tuloihin, korvauksiin tai saamisiin. Laskennassa ei huomioida lapsilisää. Mikäli lapsella tai nuorella ei ole huomioitavia tuloja tai ne ovat riittämättömät, on hyvinvointialueiden tuettava nuorta sijoituksen päätyttyä. Hyvinvointialue päättää, milloin kertyneet varat maksetaan nuorelle. Lähtökohtaisesti maksu suoritetaan jälkihuollon päättyessä tai tarvittaessa nuoren itsenäistymisen tukemiseen liittyvästä erityisestä syystä viimeistään, kun nuori täyttää 25 vuotta. Hyvinvointialue antaa selvityksen varojen kertymisestä ja maksamisesta. (Lastensuojelulaki, 12 luku 77 §.)

Taloudellisia haasteita jälkihuollon toteutuksessa aiheuttaa järjestelmän jäykkyys ja itsenäistymisvarojen epätasa-arvoinen kertyminen. Nuoret kokevat raha-asioiden selvittelyn Kelan ja sosiaalityöntekijöiden kanssa kuormittavana. Selvittelytyö kestää nuorten kokemusten mukaan pitkään, eikä nuorella ole sen aikana riittäviä tuloja arjen menoihin. Mikäli nuorelle ei ole kertynyt itsenäistymisvaroja sijoituksensa aikana, voi itsenäisen elämän aloittaminen olla haastavaa. Lisähaastetta luo se, että varat maksetaan nuorelle kerralla ja hän voi käyttää ne suunnittelemattomasti. (Pesäpuu ry 2021.)

2.3 Hyvän jälkihuollon osatekijöitä

SOS-Lapsikylä on julkaissut hankkeessa toteutetun osallistavan vertaistutkimuksen sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten hyvinvointiin liittyen (Törrönen & Vauhkonen 2012). Julkaisussa tuodaan esille, että nuoren itsenäistymiseen voi liittyä monenlaisia kipukohtia. Tutkimukseen osallistuneiden nuorten vastausten perusteella voidaan todeta, että näitä voivat olla esimerkiksi yksin jääminen sijaishuollon päätyttyä, puutteelliset arkielämän ja itsestä huolehtimisen taidot, kotitöihin ja talouden hallintaan liittyvät haasteet, huono itsetunto sekä epäselvät näkymät tulevaisuuden suhteen. (Törrönen & Vauhkonen 2012, 54.) Groopin (2021) tutkimuksen mukaan itsenäistymistä kannattelivat poismuuton jälkeenkin jatkuvat tärkeät aikuissuhteet, mutta usealla nämä suhteet katkesivat pois muuttaessa. (Groop 2021, 258.)

Pesäpuu ry:n UP2US-hankkeen nuorten kehittäjäryhmässä vuonna 2019 ja 2021 koottiin yhteen konkreettisia ongelmia jälkihuollon toteutumiseen liittyen. Hanketyöskentelyyn osallistui 12 nuorta aikuista, joilla oli kokemusta sijaishuollosta ja jälkihuollosta. Negatiivisävytteiset asenteet saattavat aiheuttaa nuorella pelkoa ja paineita. Haasteena nähtiin myös se, jos yhteistyö työntekijän kanssa ei ole sujuvaa ja nuori kokee, ettei hänen mielipiteitään oteta huomioon. (Pesäpuu ry 2021.) Mikäli ammattilainen on kykenemätön aitoon kohtaamiseen, pysähtymiseen ja kuunteluun, nuori voi kokea, ettei pysty työskentelemään työntekijän kanssa yhdessä. Nuoret toivovat, että heidän asiantuntijuutensa ja viisauteensa luotetaan, kun kyseessä on heidän oma elämänsä. (Inkinen & Lorentz

2022, 32.) Nuorten mielestä toimivaan jälkihuoltoon kuuluu esimerkiksi se, että nuori saa kannustusta ja tukea arjen taitojen opettelussa, koulutukseen ja työhön liittyvissä asioissa sekä apua tukien hakemiseen (Pesäpuu ry 2021).

Nuorten kokemusten mukaan jälkihuollon toteuttamista voi haastaa nuorten tietämättömyys omista oikeuksista. Tämän takia nuoret eivät osaa olla vailla heille kuuluvia palveluita. Tärkeänä nähdään, että jälkihuolto on riittävän suunniteltua, jotta nuori voi saada helposti tarvitsemaansa apua tai tukea. Nuoren asioiden hoitamisen siirtyessä toiselle työntekijälle, syntyy riski, etteivät nuoren tiedot välity uudelle työntekijälle. (Pesäpuu ry 2021.) Nuorille tulee kertoa heidän mahdollisuustilastaan, eikä tukea saisi piilotella. Kaikki eivät ymmärrä jälkihuollon sisältöä ja jäävät sen takia avun ulkopuolelle. Nuoret toivovat yhdenvertaisuutta riippumatta asuinkunnastaan. Laissa ei määritellä riittävän selkeästi, mitä jälkihuollon tulisi sisältää, ja siksi maantieteellinen epätasa-arvoisuus ja jälkihuollon sisällöt vaihtelevat suuresti. Kuntien oma tulkinta laista asettaa jälkihuollossa olevia nuoria epätasa-arvoiseen asemaan. (Inkinen & Lorentz 2022, 34.)

Viranomaistoimijalla on suuri vastuu nuoren edun, oikeuksien ja hyvinvoinnin varmistajana. Sosiaalityöntekijä näyttäytyy kuitenkin usein nuorelle hyvin etäisenä ja tapaamiset ovat hyvin asiakassuunnitelmaorientoituneita. Luottamuksen syntymiselle ei ole paljon mahdollisuuksia, jos työntekijä vaihtuu usein tai nuori tapaa häntä vain asiakassuunnitelmanneuvotteluissa, joissa on usein mukana myös muita henkilöitä. (Laakso 2019.) Myös jälkihuollon aikana tehtävät kilpailutusprosessit jälkihuollon toteuttajista voivat heikentää nuoren motivaatiota tutustua työntekijään. Kilpailutusprosessien lopputulokset voivat pahimmillaan tarkoittaa nuoren kannalta sitä, että hänelle tärkeät ja luotettavat ihmissuhteet päättyvät tämän seurauksena. Tämä voi aiheuttaa jopa sen, että nuori jättää jälkihuollon kesken, vaikka sen jatkamisesta olisi hänelle hyötyä. (Pesäpuu ry 2021.)

Kaasisen, Salokekkilän & Häggman-Laitilan (2022) tutkimusartikkelissa kuvataan jälkihuollon asiakaina olleiden nuorten kokemuksia osallisuudesta ja sen kehittämistarpeista jälkihuollossa. Tutkimukseen osallistui 16 nuorta, jotka olivat iältään 18–29-vuotiaita. Haastateltavat halusivat kehittää muun muassa jälkihuoltopalveluiden keskeisiä arvoja, tuen kokonaisvaltaisuutta sekä tulevaisuuteen suuntautuvaa työskentelyä, johon kuuluisi esimerkiksi jälkihuollon päättymisen jälkeisen tuen suunnittelua, työelämään liittyvää neuvontaa sekä tukea tulevaisuuden suuntien hahmottamiseen. (Kaasisen, Salokekkilä & Häggman-Laitila 2022, 95, 97–103.)

Myös Palsasen & Kääriäisen (2015) tutkimuksesta voidaan tunnistaa jälkihuollonuorten tarvetta osallisuuteen. Palsanen & Kääriäinen ovat tutkineet asiakkaiden ja ammattilaisten yhteistoiminnallisen työskentelyn merkityksiä ja seurauksia. Aineiston esimerkeistä voi päätellä, että yhteistoiminnallisella työskentelyllä nuoret löysivät elämäntilanteisiinsa uusia ratkaisuja ja suuntia. Työntekijät puolestaan saivat laajempaa näkemystä työn tekemiseen ja asiakkaiden tilanteisiin. Yhteistoiminnallisessa työskentelyssä tasa-arvoinen ja jaettu osallisuus olivat välttämättömiä toimintatapoja. Tuloksista selvisi, että nuorille oli tärkeää työntekijöiden avoimuus ja halu kehittää työtä yhdessä nuoren kanssa. Kun nuoren oma asiantuntija-asema vahvistui, vahvasti se nuoria näkemään itsensä vahvempana ja täysi-valtaisena kansalaisena. Nuoret kokivat ryhmämuotoisen työskentelyn kokeilun niin onnistuneeksi, että he toivoivat sen ottamista sosiaalityön menetelmissä perinteisen auttamistyön rinnalle. (Palsanen & Kääriäinen 2015, 198–200.)

Yhteistyösuhteiden tulisi perustua yksilöllisyyteen, tasa-arvoon, oikeudenmukaisuuteen, luottamukseen, tuomitsemattomuuteen, joustavuuteen ja turvallisuuteen sekä yleiseen lähestymistapaan, jossa nuorta arvostetaan, kunnioitetaan, kuunnellaan ja voimaannutetaan. Tukea olisi tarjottava kokonaisvaltaisesti, moniammatillisesti ja koordinoitusti. Siirtymävaihetta itsenäiseen elämään olisi pidennettävä ja valmisteltava huolellisesti, ja tarvittaessa olisi tarjottava mahdollisuus yhteistyön jatkamiseen jälkihuollon työntekijöiden kanssa. (Kaasinen, Salokekkilä & Häggman-Laitila 2022, 97–103.)

Yhteistyön kehittymistä nuoren ja ammattilaisen välillä haastaa sosiaalityön riittämättömät resurssit jälkihuollon suunnitelmalliseen toteuttamiseen ja riittäviin tapaamiskertoihin. Myös työntekijöiden vaihtuvuus vaikeuttaa luottamussuhteen syntymistä. Vaihtuvuuden vuoksi nuoret eivät tunne työntekijäänsä niin hyvin, että avun pyytäminen tarvittaessa olisi luontevaa. (Pesäpuu ry 2021.) Vuonna 2022 lastensuojelulakiin tuli muutos, jonka ansiosta lapsen asioista vastaavalla sosiaalityöntekijällä saa olla enintään 35 lasta asiakkaana. Vuonna 2024 lukumäärä putoaa kolmeenkymmeneen lapseen. Tämä määrä ei kuitenkaan koske jälkihuollossa olevia nuoria, vain ainoastaan 0–17-vuotiaita lapsia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2021.)

THL:n tilastoraportin mukaan vuonna 2022 lastensuojelun sosiaalityöntekijöistä 14 prosentilla asiakasmäärä ylittyi. Tilasto on kerätty ennen hyvinvointialueille siirtymistä. Sosiaalityöntekijöiden virkoja oli auki 12 prosenttia ja 26:tta prosenttia lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden viroista hoiti niin sanottu sijaispätevä henkilö. Keskimäärin yhdellä sosiaalityöntekijällä oli hoidettavanaan 28 asiakasta. (Forsell & Kuoppala 2023.) Näiden lukujen lisäksi sosiaalityöntekijällä saattaa olla asiakkaina jälkihuollossa olevia nuoria, mutta heitä ei lasketa tilastoihin, koska he ovat iältään yli 17-vuotiaita.

Nuoret, joilla tuen tarvetta on vähemmän, kokevat, ettei heidän tunteitaan huomioida riittävästi. Työntekijä voi keskittyä vain ulkoisiin suorituksiin ja tehdä sen perusteella arvion, ettei tuen tarpeita ole. Tukea tai sen mahdollisuuksia ei tuoda esille riittävästi. Nuoren elämässä voi olla paljon muitakin tekijöitä kuin hyvin sujuva koulu tai työ. Työntekijän on hyvä huomioida esimerkiksi nuoren lähipiiri ja sen vaikutus nuoren elämään ja mahdolliseen kuormittumiseen. (Pesäpuu ry 2021.) Huomautamalla nuoren vahvuudet, korostamalla niitä ja näyttämällä luottamusta nuoren omiin kykyihin voidaan auttaa häntä tunnistamaan itse omia vahvuuksia ja muodostamaan uutta minäkuvaa. Tämä vahvistaa ja synnyttää voimavaroja, jotka auttavat hyvän tulevaisuuden rakentumiseen. (Reinikainen 2013, 142.)

Suomen lisäksi myös muissa maissa on tunnistettu jälkihuollon toteutukseen liittyviä kehityskohteita. Esimerkiksi Riise & Paulsen (2022) ovat tehneet tutkimusta Norjassa sosiaalityöntekijöiden käsityksistä osallisuudesta ja sen helpottamisesta jälkihuollon toteutuksessa. Tutkimuksen mukaan kehittämällä toimivaa yhteistyötä nuoren kanssa koko jälkihuollon prosessin ajan, pystyttiin vahvistamaan nuoren osallisuuden tunnetta ja voimaantumista. Sosiaalityöntekijät kehittivät käytäntöjä, joilla he pystyivät dokumentoimaan nuorten osallisuutta. Dokumentaation kehittäminen otettiin osaksi nuorten osallistamisstrategiaa. Jälkihuoltoprosessin onnistumiseen vaikutti se, oliko sosiaalityöntekijä onnistunut luomaan toimivan yhteistyösuhteen nuoren kanssa. (Riise & Paulsen 2022.) Liabo,

McKenna, Ingold & Roberts (2016) ovat tutkineet jälkihuoltonuorten ja heidän työntekijöidensä tarpeita Yhdistyneissä kansakunnissa. Siellä yhdeksi kehittämiskohteeksi nousi luonteva, helppo ja joustava yhteydenpito.

Groop (2021) on tutkinut sijaishuollossa eläneiden elämän käännekohtia. Käännekohtiin lukeutui itsenäistymisen harjoittelu, sijaishuollon päättymisen ja jälkihuolto. Osallistujien kokemuksissa yhdistyi jännittyneisyys koskien muun muassa yksinäisyyttä, omaa rauhaa ja vapautta. (Groop 2021, 257–258.) Vaikka itsenäistymistä harjoiteltaisiin ja valmisteltaisiin, sen tuomat haasteet voivat yllättää (Törrönen & Vauhkonen 2012, 57). Jälkihuollon asiakkaat voivat joutua itsenäistymään hyvin erilaisista lähtökohdista ikätovereihinsa verrattuna. Parantamalla jälkihuoltoa voidaan varmistaa aikuistumisen oikeaa suuntaa. Laadukas ja toimiva jälkihuolto voi ennaltaehkäistä myöhempien palveluiden tarvetta ja ylisukupolvista huono-osaisuutta. Nuoren kohtaamistyöhön tarvitaan aikaa, hyviä resursseja ja tasalaatuisia palveluita. (Lastensuojelun keskusliiton politiikkasuositus 2022.)

Näiden tutkimusten valossa voidaan päätellä, että hyvä jälkihuolto koostuu monista eri asioista. Hyvän jälkihuollon osatekijöinä voidaan nähdä tulevaisuuteen suuntaava työskentely ja tuen kokonaisuus. Nuoret haluavat olla osana omien suunnitelmiansa toteutusta ja saada oman asiantuntijuutensa omaa elämäänsä koskien näkyville. Tämän toteutuminen vaatii resursseja ja luottamussuhteen syntymistä. Liiallisella kiireellä ja negatiivisilla asenteilla ei voida luoda toimivaa asiakassuhdetta. Nuorelle on myös tärkeää asiakassuhteen jatkuvuus ja työntekijöiden pysyvyys. Jatkuvasti vaihtuva työntekijä voi olla esteenä nuoren palvelumyönteisyydelle ja palvelutietämykselle.

3 DIGITALISAATIO SOSIAALIALALLA

Valtiovarainministeriö on linjannut sähköisen asioinnin tavoitetilasta. Linjauksen mukaan viranomais-
tahojen tulee ensisijaisesti tarjota kansalaisille ja yrityksille saavutettavia ja laadukkaita digitaalisia
palveluita. Palveluiden, jotka liittyvät henkilön asemaan, oikeuksiin ja velvollisuuksiin tulee olla mah-
dollisuus viestiä ja asioida ajasta ja paikasta riippumatta. Kansalaisten odotetaan asioivan ensisijai-
sesti digitaalisten kanavien kautta, mutta heitä ei tähän veloiteta. (Valtiovarainministeriö julkaisu-
aika tuntematon a.) Sähköiset palvelut lisäävät ihmisten mahdollisuuksia käyttää palveluita riippu-
matta ajasta ja paikasta. Sähköiset palvelut nähdään helppoina ja nopeina asiointitapoina. Lisäksi
käytön lisääntymisellä palvelutuotantoa voidaan tehostaa ja näin säästää verovaroja. (Valtiovarain-
ministeriö julkaisuaika tuntematon b.)

Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta määrittää, että viranomaisten on suunniteltava digitaaliset
palvelunsa niin, että tietoturva, tietosuoja, löydettävyyden ja helppokäyttöisyys on varmistettu. Palvelu-
jen tulee olla myös yhteensopivia yleisten ohjelmistojen ja tietoliikenneyhteyksien kanssa. Viran-
omaisten vastuulla on huolehtia palveluiden saatavuus myös virastoaikojen ulkopuolella. (Laki digi-
taalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019, 2 Luku 4 §.)

Sote-tieto hyötykäyttöön 2020-strategia on merkityksellisin sähköisten palvelujen kehittämistä ja
sote-tietohallintaa koskeva strateginen ohje. Tavoitteena on muun muassa edistää sote-tietojen hyö-
tykäyttöä ja jakamista. Se tukee palvelujärjestelmän lisäksi yksityisiä ihmisiä ja ammattilaisia. (Sep-
pälä, Antto & Puranen, Kaija 2019, 10.) Sote-tieto hyötykäyttöön strategian yhtenä tavoitteena on
mahdollistaa kansalaisten sähköinen asiointi ja tiedon tuottaminen ammattilaisten käyttöön (Sosiaali-
ja terveysministeriö 2016, 18). Digikokeilujen perustana on avoin keskustelu koko työstövaiheen
ajan. Työ voi vaatia muutoksia ja lopputulokseen pääseminen edellyttää sinnikkyyttä. (Auvinen &
Jaakkola 2018, 56.)

Digitaalisilla sosiaalipalveluilla mahdollistetaan täysin uudenlaista toimintaympäristöä ja uusia työvä-
lineitä sekä -menetelmiä. Niiden avulla pystytään saavuttamaan suurempi osa asiakkaita ja tuotta-
maan heille palveluita. Tällä tuetaan yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia. Digi-
talisatio edellyttää kuitenkin kriittisyyttä; kuinka sen käyttö vaikuttaa sosiaalityöhön ja millaista vai-
kuttavuutta se tuo asiakkaiden sosiaaliseen hyvinvointiin ja arjesta selviytymiseen. Digitalisaatio voi
vaikuttaa myös syrjäyttävänä tekijänä ja olla osa suurempia syrjäytymisprosesseja. Sosiaalityön eti-
kassa näkyy vahvasti ihmislähtöisyys myös teknologian kehityksessä. Vaikka teknologiaa on maail-
malla jo paljon käytössä eri muodoissa, käytetään sitä sosiaalityössä edelleen vähän. (Kairala 2017,
7–8.) Digitalisaatio ilmenee monilla eri tavoilla; näitä voi olla esimerkiksi asiakkaan ja ammattilaisen
välinen tietoturvallinen viestintä, itsearviointi ja oman tilanteen kartoittaminen (Wartiainen, Vuori &
Tyllinen 2020, 101).

3.1 Digitalisaation hyödyt ja haasteet

Teknologisoituminen on lisääntynyt paljon viime vuosikymmenien aikana. Valtaosalle ihmisistä inter-
netin käyttö on iso osa arkea. Se on mahdollistanut palveluiden irtaantumisen fyysisistä ympäris-
töistä. Sosiaalityössä tämä nähdään monina uusina käyttömahdollisuuksina ja palveluprosessien ke-
hittämismahdollisuuksina. Digitalisaatio antaa mahdollisuuden uusille tavoille kohdata asiakasta.

Etäyhteyksiin perustuvan sosiaalityön monipuolistuminen ja laajentuminen nähdään yleensä positiivisena kehityksenä. Tulevaisuuden kehityssuuntauksena nähdään sähköisten arviointiohjelmien ja oppaiden lisääntyminen, joiden avulla työntekijätapaamisten välissä voidaan seurata asiakkaan tilanteen kehittymistä. (Juhila 2018, 116–117, 238–239.)

Yhtenä suurimpana hyötynä digitalisaation kehittämisessä sosiaalialalla nähdään uusien palvelumuotojen synty. Digitalisaation kehityksen alussa hyöty on nähty suurena alueilla, joissa etäisyydet asiakkaan ja ammattilaisen välillä ovat olleet suuria. Nykyisin hyötyjä nähdään jo laajemmin. Uusia, hyvin toimivia, digitaalisia palvelumuotoja kehittämällä pystytään vapauttamaan ammattilaisresursseja paremmin heille, jotka tarvitsevat ohjausta kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. (Wartiainen ym. 2020, 109–111.)

Kivistö (2019) kuvaa tutkimuksessaan, kuinka digitalisaatio nähdään positiivisena vuorovaikutuksen ja luottamuksen lisääjänä. Nähtiin myös, että digitalisaatiolla voidaan tehdä sosiaalityön prosesseista asiakkaille näkyvämpiä, joka auttaa luomaan luottamussuhdetta myös palvelujärjestelmää kohtaan. Hänen tutkimuksensa mukaan sosiaalityössä suhtaudutaan digitalisaatioon kriittisesti ja reflektiivisesti, mutta myös mahdollisuudet ymmärtäen. (Kivistö 2019, 215, 222.)

Digitalisaation haittapuolina nähdään erilaiset valtasuhteet ja epätasa-arvo. Yhteiskunnan toimivuuden kannalta yhtenä ehtona on toimiva, turvalliset ja monipuoliset viestintäyhteydet. Ongelmia syntyy digipalveluiden saatavuudessa. Nämä haasteet näkyvät varsinkin näkö- ja kuulovammaisten tarvitsemien erityispalveluiden saatavuudessa sekä iäkkäiden haasteissa käyttää teknologiaa. (Horowitz, Nieminen & työryhmä 2019, 159–160.) Digitalisoituvassa yhteiskunnassa sosiaalityön eettinen toimijuus rakentuu työntekijän oman toimijuuden lisäksi myös rakenteisiin, jotka voivat toimia mahdollistajina tai rajoittajina. Digitalisoitumisen tuomat muutokset heijastuvat asiakkaisiin ja työntekijöihin, sekä muuttavat työelämän vaatimuksia. Tämä nähdään myös yhtenä tekijänä, joka sulkee osan työntekijöistä työelämän ulkopuolelle. (Kivistö 2019, 211–212.)

Digitalisaation varjopuolina voi olla esimerkiksi myös taito käyttää teknologiaa, riittämättömät kognitiiviset taidot tai tarvittavien laitteiden puuttuminen. Tämä voi lisätä eriarvoisuutta asiakkaiden välillä. Sosiaalityön virtuaaliset palvelut voidaan nähdä osallisuutta heikentävinä varsinkin niissä tapauksissa, kun asiakas itse toivoisi kasvokkaisia palveluita. Virtuaalipalveluissa non-verbaaliset toiminnot jäävät usein kokonaan pois vuorovaikutuksesta. Tällaisessa viestinnässä on haastavampi rakentaa empatiaa ja ymmärrystä sekä luottamussuhdetta asiakkaan kanssa. (Juhila 2018, 119, 241.)

Frederic G. Reamerin (2015) jäsenyyden mukaan sosiaalityön eettisenä haasteena digitalisaatiossa on asiakkaan riittävä tietous, aito suostumus, yksityisyys, luottamuksellisuus, ammatillinen suhde sekä työntekijöiden riittävä digiosaaminen. Suomessa ei ole laadittu ohjeistusta koskien sosiaalialan teknologian käyttöä tai digitalisaatiota. Talentian ammattieettisissä ohjeissa kuvataan digitalisaation mahdollisuuksia sosiaalityön eri alueilla. Ohjeissa kuitenkin myös muistutetaan käyttämään erityistä eettistä harkintaa digipalveluiden käytössä. (Kivistö 2017, 26–28.)

Yhtenä haasteena uuden luomisessa ja käyttöön ottamisessa on tietoturvan varmistaminen. EU:n yleisen tietosuojasetuksen on tarkoitus yhdenmukaistaa henkilötietojen käsittelyä ja tämän pitäisi

helpottaa myös digitaalisten palveluiden tuottamista. Tietojen riittävä suojaaminen vaatii erityisosaamista ja vastuuhenkilöitä, kokonaisvastuu tietoturvan toteutumisesta on organisaatioilla. (Auvinen & Jaakkola 2018, 49.)

3.2 Digitalisaation hyödyntäminen jälkihuollossa

Nuoret ovat kohderyhmänä henkilöitä, joista useimmille digitaalisten palveluiden hyödyntäminen on arkipäivää. Vuonna 2022 tehty kysely suomalaisten nuorten ja nuorten aikuisten sosiaalisen median käytöstä kertoo, että lähes 88 prosenttia 18–22-vuotiaista käyttää internetiä yli 20 tuntia viikossa. 23–29-vuotiaiden vastaajien kohdalla luku oli 86 prosenttia. Kysely kattoi alueellisesti koko Suomen ja siihen osallistui 2653 vastaajaa eri puolilta Suomea. (Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022.)

Palveluiden siirtäminen digitaaliseen muotoon voisi madaltaa nuorten kynnystä haasteiden esille tuomiseen. Digitaalisen työkirjan käyttöönotto voisi vahvistaa ja helpottaa asiakassuhteen luomista nuoren ja työntekijän välille. Molempien osapuolten sitoutuneisuus ja halukkuus käyttää työkirjaa työvälineenä vaikuttaa siihen, onnistuuko asiakassuhteen vahvistaminen digitaalista työkirjaa apuna käyttäen. Muutosjohtamiseen tarvitaan lähtötilanteen tunnistamista ja kykyä rohkaista työntekijöitä uuden kokeilemiseen (Auvinen & Jaakkola 2018, 55).

Digitalisaation hyödyntämistä jälkihuollossa ei ole tilastoitu. Esimerkiksi digitaalinen Zekki -palvelu on kuitenkin hyvä suunnannäyttäjä digipalveluiden soveltuvuudesta nuorille. Zekki on digitaalinen, nuorilähtöinen valtakunnallinen verkkopalvelu, joka tarjoaa matalan kynnyksen tukea. Palvelu on onnistunut tavoittamaan myös syrjemässä asuvia nuoria. Palvelu avattiin käyttäjille 20.1.2021. Ensimmäisen kuuden viikon aikana sivustolla oli 15 883 kävijää. Itsearviointin kävijöistä oli tehnyt lähes 10 000. (Paananen, Alanko & Kainulainen 2021, 54.) Madaltamalla palvelukynnystä digipalveluiden avulla nuorelle voidaan löytää helpommin ja nopeammin oikeita palveluita ja näin tukea nuoren hyvinvointia. Nuoren ymmärrystä omasta elämäntilanteestaan voidaan vahvistaa tuomalla jälkihuollon toteutuksen tueksi helposti lähestyttäviä, omaa elämää kartoittavia digipalveluita. Oman tilanteen seuranta nähdään enemmän hyvinvointia vahvistavana tekijänä kuin oman hyvinvoinnin vertaaminen muiden hyvinvointiin. (Paananen, Alanko & Kainulainen 2021, 56.)

Sosiaalialalla hyödynnettäviä työkirjoja löytyy jonkin verran eri tarkoituksiin. Turun ammattikorkeakoulun julkaiseman Umbrella-käsikirjan avulla käsitellään osittain saman tyyliä asioita, mitä tämän opinnäytetyön digitaalisen työkirjan avulla käsitellään. Umbrella-käsikirja – Itsenäisen elämän ABC:n ovat työstäneet lastensuojelulaitosten työntekijät ja sen sisältö vastaa lastenkodin omaohjaajatyön keskeisiä tehtäviä sekä tavoitteita. Työkirjamenetelmällä on tarkoitus lisätä lasten osallisuutta ja tuoda lapsen oma ääni kuuluviin häntä koskevissa asioissa sekä vahvistaa omaohjaajan ja lapsen välistä suhdetta. (Timonen-Kallio 2010.)

Pelastakaa lapset ry:llä oli vuosina 2017–2021 Digitaalinen sosiaalityö lasten ja nuorten tukena -hanke. Hankkeen ajatuksena oli, että digitaalisella sosiaalityöllä tuettaisiin lasten ja nuorten hyvinvointia, osallisuutta ja yhdenvertaisuutta. Digitaalisuus nähtiin yhtenä uutena mahdollisuutena tehdä sosiaalityötä. Hankkeen tavoitteena oli hyödyntää digitaalista työotetta sosiaalityön tekemisessä ja tällä tavalla monipuolistaa sosiaalityön tarjoama tuki vastaamaan paremmin asiakkaiden tarpeisiin.

(Pelastakaa lapset 2021, 3.) Nuorilta saadusta tiedosta ilmeni, että heillä on vähän mahdollisuuksia määrittellä palveluiden kulkua. He toivoisivat voivansa vaikuttaa enemmän esimerkiksi tapaamisaikoihin työntekijän kanssa. Tähän oli sidoksissa mielialat; välillä tarve puhua on suurempi ja silloin tapaamisia tarvitsisi enemmän. Myös palveluiden saavutettavuus ja välimatkat nousivat kyselyssä isoksi haasteeksi. Suuri osa sosiaalialan ammattilaisista, jotka työskentelevät lasten ja nuorten kanssa, olivat sitä mieltä, että sosiaalityötä tulisi tehdä digitaalisissa ympäristöissä. Heidän mielestään myös digitaalista mediaa ja teknologiaa tulisi hyödyntää sosiaalityötä tehtäessä. (Pelastakaa lapset 2021, 31–32.)

Digitaalinen sosiaalityö lasten ja nuorten tukena -hankkeen kannanotosta käy ilmi, että digitaalisia työkaluja ja -menetelmiä tarvitaan yksilöllisiin tilanteisiin enemmän. Yhdistämällä hybridityöskentely kasvokkain tapahtuvaan työhön saadaan työntekijän ja asiakkaan yhteistä aikaa lisättyä. Tämän mahdollistamiseksi tarvitaan lisää työkaluja, joilla asiakas voi tehdä itsearviointia ja muuta tavoitteiden mukaista työskentelyä kasvokkain tapahtuvien tapaamisten välissä. Näin menettelemällä kasvokkaisissa tapaamisissa voidaan keskittyä kohtaamiseen ja keskusteluun. Työkaluilla, joihin asiakas voi tallentaa tietoa itsestään reaaliajassa, voidaan hyödyntää keskustelujen pohjana. Digitaalisten työkalujen avulla voidaan seurata tavoitteiden toteutumista ja asiakkaan edistymistä. (Pelastakaa lapset 2021, 278.)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

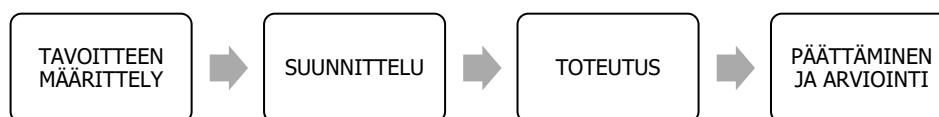
Opinnäytetyö on kehittämistyö, jonka tarkoituksena on laatia sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan. Työkirjan tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Opinnäytetyössä laaditaan valmiin digitaalisen työkirjan sijaan työkirjan sisältö. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen, sovelluksenomaiseen muotoon jää sille taholle, joka haluaa ottaa työkirjan käyttöönsä.

5 DIGITAALISEN TYÖKIRJAN SISÄLLÖN TOTEUTUS

Kehittämistyössä teoreettiseksi näkökulmaksi riittää muutama aiheelle olennainen käsite. Tämä mahdollistaa riittävän ajankäytön itse kehittämiselle. Kehittävä opinnäytetyö ei rakennu pelkkään teoriaan, vaan teoria toimii apuvälineenä työn rakentumisessa. (Vilka & Airaksinen 2003, 43.) Opinnäytetyön avainkäsitteiksi valikoitui jälkihuolto, itsenäistyminen, lastensuojelun jälkihuolto ja digitalisaatio.

Kehittämisen prosessin voi jäsentää eri tavoin. Prosessi voidaan kuvata viitenä eri tehtävänä, joista ensimmäinen on kehittämistyön perusteleminen. Sen jälkeen pohditaan aikataulut, resurssit ja kuka tekee mitään. Kolmantena keskitytään varsinaiseen kehitettävään toimintaan. Tämän jälkeen toimintaa arvioidaan ja viimeisenä pyritään levittämään palvelua ja tuotetta. (Toikko & Rantanen 2009, 56–57.)

Lineaarilla mallilla pystytään kuvaamaan prosessin etenemistä (kuva 1). Tavoite on määritelty yksittäiseen ideaan, tunnistettuun tarpeeseen tai ulkoiseen paineeseen perustaen. Tavoite määritellään rajatusti ja selkeästi ja sillä voi olla alatavoitteita. Tavoitteet toimivat prosessin perustana. (Toikko & Rantanen 2009, 64.)



KUVA 1. Projektityön lineaarinen malli (Toikko & Rantanen 2009, 64)

Suunnitteluvaiheeseen kuuluu riskianalyysin laadinta sekä projektiin osallistuvien henkilöiden pohdinta. Suunnitteluvaiheessa muun muassa projektisuunnitelma ja aikataulut selkenevät. Toteutusvaiheessa projekti voi vielä muuttua ja suunnitelmaan voidaan joutua tekemään muutoksia. Tarkentamalla projektisuunnitelmaa saadaan tavoitteita selkeytettyä. Toteutusvaiheessa työ valmistetaan suunnitelman mukaan. Toteutusvaiheeseen kuuluu myös tuotoksen käyttöönotto, jolla voidaan varmistaa työn levitettävyyttä ja hyödynnettävyyttä. Projektin viimeisenä vaiheena on työn päättäminen ja arviointi. Projektit ovat aikataulutettuja ja loppuvat suunnitellusti. Ne kuitenkin jatkuvat usein tämänkin jälkeen, joten loppuraportoinnissa on hyvä esittää jatkoideat työn kehittämismahdollisuuksista. (Toikko & Rantanen 2009, 64–65.)

5.1 Suunnittelu

Työsuunnittelun alussa perehdyttiin jälkihuoltoa koskevaan tietoperustaan. Tietoperustaksi valikoitui mahdollisimman tuoreita lähteitä, jotka toivat parhaiten esiin juuri tämän päivän jälkihuollon haasteet ja kehittämistarpeet. Kansainvälisiin lähteisiin perehtymällä pystyttiin tarkastelemaan maiden välisiä eroja ja yhtäläisyyksiä jälkihuollon toteutuksessa ja haasteissa.

Itsenäistyvälle, omaan kotiin muuttavalle tai sitä suunnittelevalle nuorelle on jo entuudestaan olemassa itsenäistymistä tukevia työkirjoja. Tämän perusteella päätettiin tehdä sisältö työkirjaan, joka otetaan käyttöön siinä vaiheessa, kun muutto on jo takanapäin ja arki omassa kodissa on jo ehtinyt käynnistyä. Jälkihuollon tueksi kaivataan uusia digitaalisia työvälineitä, jotka tavoittaisivat itsenäistyvät nuoret ja jotka olisivat heille mieluisia käyttää. Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa kysyttiin Sosionomien urapolku -Facebook-ryhmässä erilaisten digitaalisten työkirjojen käytöstä työvälineenä jälkihuollon työssä. Yhtään vastausta ei saatu.

Työkirjan sisällön suunnittelu alkoi alustavan sisällysluettelon laatimisella. Sisällön suunnittelussa hyödynnettiin itsenäistymisen ja jälkihuollon haasteisiin sekä jälkihuollon kehityskohteisiin liittyvää tietoperustaa. Näitä olivat muun muassa tutkimukset, joissa nuoret kertovat omista kokemuksistaan. Suunnittelussa hyödynnettiin myös muuta materiaalia, joissa nuorten äänet pääsivät kuuluviin. Tästä esimerkkinä Unelmien jälkihuolto -materiaali (Pesäpuu ry 2019), johon on koottu nuorten ideoita unelmien jälkihuollosta, jälkihuollon sosiaalityöntekijästä sekä jälkihuollon ohjaajasta. Nuorten kokemuksiin ja ajatuksiin perustuvaa materiaalia hyödyntämällä nuoret saivat äänensä kuuluviin työkirjan sisällön rakentamisessa.

Sisällysluettelon laatimisen jälkeen työkirjan sisältöä alettiin rakentamaan Canva-ohjelman avulla. Työskentelyn alussa työkirjan sisällölle määriteltiin kriteerit. Sisällöstä haluttiin selkeä, positiivinen, voimavaraistava ja inspiroiva. Kriteerit ohjasivat työkirjan sisällön suunnittelua. Työkirjan sisällöstä haluttiin tehdä selkeä, jotta sitä olisi helppo katsoa, ymmärtää ja käyttää. Selkeyteen liittyi myös saavutettavuusnäkökulma.

Selkeyttä ja saavutettavuutta huomioitiin pohtimalla fonttilajeja, värikontrasteja, kirjoitustyyliä sekä yksittäisillä sivuilla olevien kuvien ja tekstien määrää. Saavutettavuuden näkökulmasta toimivan digipalvelun suunnittelussa ja toteutuksessa tulee huomioida tekninen toteutus, helppokäyttöisyys ja sisältöjen riittävä selkeys sekä ymmärrettävyys (Aluehallintovirasto julkaisuaika tuntematon). Värejä käytettiin hillitysti. Värimaailman pääväriksi valikoitui oranssin sävy, sillä se oli raikas ja tehokas, muttei kuitenkaan liian räikeä. Saavutettavuusnäkökulman vuoksi kuvien ja fonttien värejä suunniteltaessa hyödynnettiin WebAIM:n Contrast Checker -työkalua.

Työkirjan sisältö haluttiin rakentaa niin, että sen sanoma olisi positiivinen ja käyttäjän voimavaroja vahvistava. Itsenäistyminen ja ensimmäiseen omaan kotiin muuttaminen ovat jännittäviä elämäntapahtumia, jotka saattavat tuoda mukanaan hyvin vaikeitakin tunteita, kuten pelkoa, epävarmuutta ja ahdistusta. Tästä syystä voimavaraistavalle, positiivissävytteiselle työkirjan sisällölle nähtiin tarvetta. Työkirjan sisällöstä haluttiin luoda inspiroiva, jotta se innostaisi nuorta työkirjatyöskentelyn pariin. Tähän pyrittiin suunnittelemalla useita erityyppisiä tehtäviä ja panostamalla positiivissävytteeseen ja voimavaraistavaan tyyliin.

Teoriatiedon lisäksi työkirjan sisältö rakentui oman pohdinnan kautta sekä toimeksiantajan kanssa keskustelemalla. Työkirjan sisällön rakentamisessa hyödynnettiin myös opinnäytetyön tekijän lähimpiin omissa olevaa nuorta, joka ei ole jälkihuoltoon oikeutettu. Nuori oli juuri muuttanut ensimmäiseen

omaan kotiinsa ja hänen ajatuksiaan itsenäistymisestä pystyttiin hyödyntämään sisällön rakentumisessa. Hänen kokemustietonsa perusteella työhön saatiin käytännön ajatuksia esimerkiksi oman kodin hankintoihin liittyen.

Työkirjan nimeksi valikoitui ”Mun itsenäistyminen”. Nimestä haluttiin lyhyt, ytimekäs ja työkirjan aihealuetta kuvastava. Nimen alussa oleva ”Mun” -sana luo mielikuvan, että työkirjan nimi olisi ikään kuin lainaus nuoren puheesta. Tätä sanaa käyttämällä haluttiin vahvistaa ajatusta siitä, että työkirja todella on nuoren oma ja juuri häntä varten kehitetty.

Kehittämisprosessi eteni Toikon & Rantasen (2009, 64) lineaarisen mallin mukaisesti (kuva 2). Alustavien suunnitelmien jälkeen työsuunnitelma muokkaantui paljon. Työkirjan sisältöä, kohderyhmää ja tavoitteita muokattiin ja rajattiin. Aluksi tarkoituksena oli laatia jälkihuollon piirissä olleille ja oleville nuorille Webropol-kysely, jonka vastausten perusteella työkirjan sisältö olisi muodostunut. Suunnitelma muuttui, sillä toimeksiantajan kanssa todettiin, että on olemassa jo paljon laadukasta nuorilta kerättyä tietoa, jota voidaan hyödyntää työkirjan sisältöä suunnitellessa. Lisäksi kyselyn toteuttamisessa haasteeksi olisi saattanut muodostua saatujen vastausten vähäinen määrä.

TAVOITTEEN MÄÄRITTELY
<ul style="list-style-type: none"> • Tarpeen tunnistaminen • Halu kehittää uusi työväline jälkihuollon toteutuksen tueksi
SUUNNITTELU
<ul style="list-style-type: none"> • Tietoperustaan perehtyminen • Työsuunnitelman laatiminen ja muokkaaminen • Työkirjan sisällön suunnittelu
TOTEUTUS
<ul style="list-style-type: none"> • Työkirjan sisällön ensimmäisen version työstäminen • Palautekyselyn ja saatekirjeen laatiminen • Palautekyselyn lähettäminen • Työkirjan sisällön viimeistely saatujen palautteiden perusteella • Loppuraportin laatiminen
PÄÄTTÄMINEN JA ARVIOINTI
<ul style="list-style-type: none"> • Työn valmistuminen • Työn esittely oppilaitokselle ja toimeksiantajalle • Työn jakaminen eri kanaville

KUVA 2. Kehittämisprosessin eteneminen lineaarisen mallin mukaisesti (Toikko & Rantanen 2009, 64)

5.2 Toteutus

Työkirjan kohderyhmäksi rajattiin hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret. Työkirja otetaan käyttöön, kun nuori on muuttanut omaan kotiinsa ja itsenäisempi arki on hiljattain alkanut.

Nuori voi itse päättää työkirjan osiot, joita hän haluaa täyttää ja jotka hän kokee hyödyllisiksi. Nuori

voi täyttää työkirjan osioita haluamallaan tavalla, kuten esimerkiksi kirjoittamalla, piirtämällä tai hyömiöllä. Työkirjan avulla nuori voi harjoitella itsenäistymisen taitoja ja tarkastella itsenäisen asumisen alkutaipaleen sujuvuutta. Lisäksi työkirjatyöskentely tukee nuoren ja työntekijän välistä yhteistyötä ja vuorovaikutusta. Työkirjan osioita on mahdollista käyttää myös muiden itsenäistyvien nuorten kanssa tai sen käyttäminen voidaan aloittaa jo itsenäistymisen suunnitteluvaiheessa.

Työkirja sisältää esipuheen, työkirjan käyttöoikeuksia koskevan sivun, loppusanojen ja liitteenä olevien käyttöohjeiden lisäksi kuusi teemaa: Kuka minä olen?, Minun jälkihuoltoni, Asuminen ja arjen sujuminen, Katse tulevaisuuteen, Mitä minulle kuuluu? ja Extra-materiaali (kuva 3). Työkirjan pääteema on asuminen ja arjen sujuminen.

SISÄLLYSLUETTELO	
1. Työkirjan käyttöoikeudet	1
2. Kuka minä olen?	3
Menneisyyteni haamut	6
3. Minun jälkihuoltoni	7
Minun toiveeni	8
4. Asuminen ja arjen sujuminen	11
Miltä nyt tuntuu?	12
Vahvuuteni ja voimavarani	14
Arjen taidot	17
Kodin hankinnat	20
Verkostoni	22
Arkirytmni	24
Kodin siisteys	25
Raha-asiat	26
Opiskelu ja työ	28
Hyvinvointi	30
Vapaa-aika	33
5. Katse tulevaisuuteen	35
6. Mitä minulle kuuluu?	39
7. Extra-materiaali	44
Vinkkejä arkeen	45
Linkki- ja palveluvinkkejä	47
8. Loppusanat	48
LIITE: Käyttöohjeet työntekijälle	50

KUVA 3. Mun itsenäistyminen -työkirjan sisällysluettelo

Jos nuori on halukas ottamaan työkirjan välineeksi hänen jälkihuoltonsa tueksi, hän määrittelee sen oikeudet Työkirjan käyttöoikeudet -osiossa. Nuori pystyy määrittelemään, saako työntekijä lukea hänen kirjoituksiaan itsenäisesti tapaamisten välillä, saako hänen kirjoituksiaan dokumentoida asiakastietojärjestelmään ja saako työkirjan luku-oikeuden luovuttaa uudelle työntekijälle, jos työntekijä

vaihtuu nuoren jälkihuollon aikana. Mikäli nuori antaa tähän suostumuksen, uusi työntekijä saa mahdollisuuden tutustua nuoreen ja hänen tilanteeseensa etukäteen työkirjan avulla. Tällä voidaan vastata siihen haasteeseen, ettei nuori joutuisi kertomaan ihan kaikkia elämänsä liittyviä asioita uudelleen, jos työntekijä vaihtuu.

Työkirjan alussa olevassa Kuka minä olen? -osiossa nuori voi kertoa itsestään ja omasta elämästään juuri sen verran kuin hän itse haluaa. Tähän sisältyy myös Menneisyyteni haamut -osio, jossa nuori voi tuoda esille vaikeita muistoja ja tapahtumia oman elämänsä varrelta (kuva 4). Vaikka sisällössä pyrittiin positiivisuuteen ja voimavarojen vahvistamiseen, haluttiin nuorelle antaa mahdollisuus myös vaikeista ja mieltä painavista asioista kertomiselle. Haasteita ja tuen tarpeita kartoitettiin tehtäviin lisättiin kannustavia lausahduksia. Tästä esimerkkinä Menneisyyteni haamut -osion "Psst... Olet upea! Historiasi ei määrittele sitä, kuka sinä olet!" -teksti.



KUVA 4. Mun itsenäistyminen -työkirjan Menneisyyteni haamut -osio

Minun jälkihuoltoni -osiossa nuori saa esittää toiveitaan ja ajatuksiaan jälkihuoltoonsa liittyen. Osion ensimmäisessä tehtävässä kysytään ”Mitä toivon jälkihuolloilta?” ja ”Mitä toivon jälkihuollon työntekijältä?”. Kysymysten alapuolella on vapaata vastaustilaa. Tehtävässä kannustetaan nuorta kertomaan rohkeasti toiveistaan, sillä hänen toiveensa ovat tärkeitä. Toisessa tehtävässä nuori voi jatkaa jälkihuoltoon liittyviä lauseita. Tehtävässä on muun muassa seuraavat lauseet: ”Jälkihuollossa parasta on...”, ”Tärkein asia, jossa jälkihuolto voi tukea minua on...”, ”Kun olen valmis, haluaisin keskustella työntekijäni kanssa...”. Minun jälkihuoltoni -osion viimeisessä tehtävässä nuori voi ympyröidä aihealueita, joihin hän toivoo saavansa tukea. Tehtävässä neuvotaan nuorta keskustelemaan työntekijän kanssa siitä, miten jälkihuolto voisi tukea häntä valitsemisissaan aihealueissa.

Työkirjan pääteemana on asuminen ja arjen sujuminen. Se sisältää 11 eri osiota (kuva 3). Miltä nyt tuntuu? -osiossa nuori voi fiilismittarin avulla pohtia itsenäisen asumisen alkutaivalta ja sitä, minkälaisia tunteita ja ajatuksia itsenäisen asuminen on herättänyt. Tehtävässä kannustetaan nuorta keskustelemaan työntekijän kanssa tunteisiin ja ajatuksiin johtaneista syistä. Lisäksi osiossa on tehtävä, jossa nuori voi jatkaa itsenäiseen asumiseen liittyviä lauseita (kuva 5).

KOLME PARASTA ASIAA ITSENÄISESSÄ ASUMISESSA:

KOLME HAASTAVINTA ASIAA ITSENÄISESSÄ ASUMISESSA:

MINUT ON YLLÄTTÄNYT SE, ETTÄ... _____

OLEN ERITYISEN ILOINEN SIITÄ, ETTÄ... _____

ARVIOI KOTISI VIIHTYVYYS ASTEIKOLLA 1-10:

SUOSIKKIPAIKKANI KOTONA: _____

SUOSIKKIHUONEKALUNI: _____

MIELUISIN KOTITYÖ: _____

TÄTÄ OLIN ODOTTANUT: _____

KUVA 5. Mun itsenäistyminen -työkirjan Vapaa-aika -osion tehtävä

Vahvuuteni ja voimavarani -osion ensimmäisessä tehtävässä on kuva "superpuusta", jonka lehtiin nuori voi kirjoittaa omia vahvuuksiaan ja voimavarojaan. Tehtävässä kannustetaan nuorta keskustelemaan työntekijän kanssa siitä, miten nuoren vahvuudet ja voimavarat tukevat häntä itsenäistymisen polulla. Osio sisältää myös Mun supervoimat -pelin, jota nuori voi pelata yksin tai yhdessä esimerkiksi työntekijän kanssa. Pelin avulla nuori voi pohtia muun muassa parhaita piirteitään, iloa tuottavia asioita, kiitollisuuden aiheita sekä omien vahvuuksiensa hyödyntämistä.

Arjen taidot -osiossa nuori voi pohtia omia arjen taitojaan. Ensimmäisessä tehtävässä nuori voi pohtia, mitkä arjen askareet häneltä sujuu ja missä hän kokee tarvitsevansa harjoitusta. Tehtävässä on neljä vastausvaihtoehtoa: "Osaan", "Osaan aika hyvin", "Osaan vähän" ja "En osaa, haluan harjoitella". Nuori voi tehdä merkinnän sopivimpaan kohtaan. Tehtävässä kannustetaan nuorta keskustelemaan työntekijän kanssa, kuinka nuori voisi harjoitella valitsemiaan arjen taitoja. Arjen taidot -osion toisessa tehtävässä nuori voi tehdä listan arjen taidoista, joita hän haluaisi oppia ja joita hän uskoo tarvitsevansa tulevaisuudessa. Lisäksi tehtävässä kysytään, mitkä arjen taidot sujuvat nuorelta erityisen hyvin ja mitkä arjen taidot hän kokee haastavimmiksi.

Kodin hankinnat -osion tehtävässä on listattu erilaisia hankintoja, joiden kohdalla on neljä eri vastausvaihtoehtoa: "Minulla on", "Täytyy hankkia", "Tarvitsen lisää" ja "En tarvitse". Listasta löytyviä kodin hankintoja ovat esimerkiksi sähkövatkain, sammutuspeite, ensiapuvälineet ja pyykkikori. Tehtävässä kannustetaan nuorta pohtimaan tarvittavien hankintojen tekemistä yhdessä työntekijän kanssa.

Verkostoni -osion ensimmäisessä tehtävässä nuori voi pohtia verkostokartan avulla hänelle merkityksellisiä ihmisiä ja yhteistyötahoja. Osion toisessa tehtävässä on listattu erilaisia esimerkkitalanteita. Tehtävänä on pohtia, kehen nuori ottaisi yhteyttä ja kuka voisi auttaa kyseisissä tilanteissa. Tehtävä sisältää muun muassa seuraavat esimerkkitalanteet: "...naapurit häiriköivät", "...haluan pitää hauskaa", "...tv tippuu lattialle ja hajoaa", "...ahdistaa" ja "pankkikortti häviää".

Arkirytmi -osiossa nuori voi seurata arjen rytmiaan. Nuori voi merkitä seurantataulukkoon, mihin kellonaikaan hän herää, syö aamupalan ja tekee muut päivän askareet. Tehtävässä ohjeistetaan tekemään seurantataulukko viikon jokaiselle päivälle, jolloin nuori saa laajemman näkemyksen siitä, millainen hänen arkirytmensä on ja voisiko sitä jotenkin muuttaa.

Kodin siisteys -osiossa on tehtävä, jonka avulla nuori voi pohtia, kuinka usein hän hoitaa kodin siisteyteen liittyviä askareita. Tehtävässä on listattu muun muassa seuraavia asioita: "Pesen liinavaatteet noin 2 viikon välein", "Pesen ikkunat ainakin 1x/vuosi" ja "Pyyhin pölyt säännöllisesti". Tehtävässä on kolme eri vastausvaihtoehtoa: "Aina", "Joskus" ja "Ei ole minun juttu". Nuori voi tehdä merkinnän valitsemaansa kohtaan. Tehtävän lopussa on vinkki -osio, jossa vinkataan to do -listan hyödyntämisestä.

Raha-asiat-osiossa on pohja kuukausibudjetille. Nuori voi listata tulojaan, menojaan ja laskea, paljonko rahaa on käytettävissä menojen jälkeen. Osiossa on myös lista tarvittaville hankinnoille ja niiden hinta-arvioille.

Opiskelu- ja työ -osion ensimmäisessä tehtävässä nuori voi kertoa tämänhetkisestä opiskelu- tai työtilanteestaan. Tehtävässä kartoitetaan tämänhetkisen tilanteen hyviä ja huonoja puolia. Lisäksi nuori voi kirjata ylös opiskelu- tai työelämään liittyviä haaveitaan. Osion toisessa tehtävässä nuori voi pohtia kolme asiaa, jotka edesauttavat unelmien opiskelu- tai työpaikan saavuttamisessa. Tehtävän lopussa nuorta kannustetaan rohkeasti keskustelemaan unelmistaan ja haaveistaan työntekijän kanssa.

Hyvinvointi -osion ensimmäisessä tehtävässä on yhdeksän kuviota, joihin nuori voi kirjoittaa asioita, jotka lisäävät hänen hyvinvointiaan. Tehtävässä kannustetaan nuorta keskustelemaan työntekijän kanssa hyvinvoinnin lähteiden vaalimisesta ja vahvistamisesta. Osion toisen tehtävän nimi on Tyytyväisyysmittari. Tyytyväisyysmittariin on listattu hyvinvointiin liittyviä osa-alueita, kuten esimerkiksi fyysinen terveys, mielenterveys, sosiaaliset suhteet ja koti. Osa-alueiden alapuolella on viisiasteiset hyymiomittarit, joihin nuori voi tehdä merkinnän ilmaistakseen, kuinka tyytyväinen hän on elämänsä eri osa-alueisiin. Nuorta kannustetaan pohtimaan työntekijän kanssa, kuinka nuori voisi jatkossa päästä mahdollisimman lähelle mittarin tyytyväisintä hymiötä. Hyvinvointi -osion viimeinen tehtävä on nimeltään Hyvinvointihaaste. Tehtävässä on taulukko, jossa on sarakkeet viikon jokaiselle päivälle. Tehtävän tarkoituksena on laatia hyvinvointia tukeva viikkosuunnitelma. Nuori voi kirjata jokaisen viikopäivän kohdalle hänen hyvinvointiansa tukevan tehtävän.

Vapaa-aika-osiossa nuori voi pohtia, mistä hänen vapaa-aikansa koostuu ja miten hän haluaisi vapaa-aikaansa viettää. Osio sisältää tehtävän, jossa nuori voi jatkaa vapaa-aikaan liittyviä lauseita ja vastata avoimiin kysymyksiin. Tehtävässä on muun muassa seuraavat lauseet: "Vapaa-ajalla minä...", "Vapaalla tykkään...", ja "Vapaalla haluaisin enemmän...". Avoimissa kysymyksissä kysytään muun muassa sitä, mitä harrastuksia nuori haluaisi kokeilla ja onko hänen ympärillään riittävästi ihmisiä, joiden kanssa hän voi viettää vapaa-aikaansa.

Katse tulevaisuuteen -osion ensimmäisen tehtävän nimi on Askeleet unelmaa kohti. Tehtävänantona on pohtia yksi unelma, jonka nuori haluaa saavuttaa. Tämän jälkeen nuori laatii itselleen kuusiasteisen suunnitelman, jonka avulla hän voi saavuttaa oman unelmansa. Tehtävässä on kuva tikapuista, joiden yläpuolelle oma unelma kirjoitetaan. Tikapuiden askelmat vastaavat niitä etappeja, joiden avulla nuori pääsee kohti unelmaansa. Välietapit kirjoitetaan askelmien viereen. Osion toisessa tehtävässä nuori voi kirjoittaa itselleen kirjeen tulevaisuuteen. Valmis kirje suljetaan kuoreen ja siihen kirjoitetaan avaamispäivämäärä.

Mitä minulle kuuluu? -osion tehtävissä nuorella on mahdollisuus kertoa omista kuulumisistaan. Nuori voi yhdessä työntekijän kanssa pohtia, miltä aikaväliltä nuori tarkastelee omia kuulumisiaan ja omaa vointiaan. Nuori voi kirjata ylös asioita, joita hän haluaa käsitellä työntekijän kanssa seuraavalla tapaamisella. Nuori voi kirjata ylös esimerkiksi arjen tapahtumia, haasteita sekä onnistumisia. Osio sisältää fiilismittarin, avoimia kysymyksiä, vapaata tilaa jälkihuoltoon liittyvien toiveiden esittämiseen sekä tilaa kertoa omista ajatuksista.

Extra-materiaali sisältää arkeen liittyviä vinkkejä. Nuori voi merkitä rastin niiden vinkkien kohdalle, jotka hän kokee itselleen hyödyllisiksi ja käyttökelpoisiksi. Nuori voi myös itse keksiä vinkkejä, jotka

helpottavat hänen omaa arkeaan. Linkki- ja palveluvinkkejä -osiossa on listattu muutamia chat-palveluja, joissa nuori voi keskustella anonyymisti mieltä painavista asioista. Osioon on koottu myös muita hyödyllisiä hyvinvointiin liittyviä sivustoja.

Työkirjan sisältö laadittiin pdf-tiedostoksi. Se julkaistiin toimeksiantajan verkkosivustolla ja on kenen tahansa jälkihuoltoa toteuttavan tahon hyödynnettävissä. Sisältöä voi hyödyntää sellaisenaan, koska pdf-tiedostoa voi muokata piirtämällä ja lisäämällä tekstiä. Sitä voi käyttää myös tulostettuna versiona. Kuitenkin käyttömukavuutta lisää sen luominen johonkin digitaaliseen ympäristöön. Sopivan ympäristön työkirjaa hyödyntävä taho voi valita itse.

5.3 Arviointi

Toimivan työkirjan aihealueisiin on tehty selkeät rajaukset ja sisältö on rakennettu käyttötarkoituksen mukaisesti niin, että se palvelee itsenäistyvän, hiljattain omaan kotiin muuttaneen nuoren tilannetta mahdollisimman hyvin. Lisäksi työkirjan käyttö ja sen sisältö tukevat nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta ja yhteistyötä. Toimiva työkirja on helppokäyttöinen ja se motivoi käyttäjänsä työkirjatyöskentelyyn.

Toikon & Rantasen (2009) mukaan toteutusvaiheeseen liittyy tuotoksen käyttöönotto, jolla varmistetaan työn hyödynnettävyys ja levitysmahdollisuus. Prosessin (kuva 2) viimeinen vaihe on työn arviointi. Heidän teoriassaan kehittämistoiminnan viimeinen tehtävä on työn arviointi. Arvioinnin yhtenä tarkoituksena tiedon tuottamisen lisäksi on arvioida työn onnistumista ja asetettujen tavoitteiden täyttymistä. (Toikko & Rantanen 2009, 56–57.) Työn arvioinnissa ja viimeistelyssä hyödynnettiin Webropol-kyselyä (liite 2). Lomakekyselylle on ominaista, että kysymykset on päätetty harkitusti etukäteen ja niiden muotoon ja järjestykseen on kiinnitetty huomiota. Lomakekysely on toimiva menetelmä, kun tavoitteena on saada rajattu mielipide ja kuvaus kokemuksista. (Vilka 2015, 123.)

Luodusta sisällöstä haluttiin palautetta jälkihuollon työntekijöiltä sekä henkilöiltä, jotka olivat tai olivat olleet jälkihuoltoon oikeutettuja. Tätä varten laadittiin Webropol-kysely (liite 2). Arviointikriteerit pohjautuivat toimivan digitaalisen työkirjan ominaisuuksiin. Arvioinnin kohteina olivat työkirjan käyttötarkoituksen ja sisällön selkeys ja soveltuvuus kohderyhmälle. Lisäksi haluttiin tietää, voisivatko vastaajat kuvitella hyödyntävänsä työkirjaa jälkihuollon toteutuksessa ja itsenäistymisen tukena. Kyselyn lopussa oli tilaa vapaalle kommentoinnille ja kehittämisehdotuksille. Näin palautetta antaville henkilöille voitiin tarjota mahdollisuus vaikuttaa työkirjan lopulliseen sisältöön. Työkirjan ensimmäinen versio oli valmis elokuussa 2023. Samaan aikaan valmistui saatekirje, tietosuojailmoitus ja palautekysely. Saatekirjeestä pyrittiin tekemään houkutteleva ja tiivis kokonaisuus, jotta mahdollisimman moni vastaaja innostuisi mukaan työkirjan kehittämiseen.

Työkirjan, saatekirjeen, tietosuojailmoituksen ja palautekyselyn huolellisen laadinnan jälkeen alettiin etsimään henkilöitä, jotka haluaisivat tutustua työkirjan sisältöön ja antaa siitä palautetta Webropol-kyselyä hyödyntäen. Vastaajia etsittiin Facebookin Sosionomien uraverkosto -ryhmästä sekä opinäytetyön tekijöiden omien kontaktien ja hankkeen verkostojen kautta. Lisäksi työstä ja palautekyselystä lähetettiin tietoa eri hyvinvointialueiden ja kolmannen sektorin jälkihuollon työntekijöille. Saa-

tekirjeessä (liite 4) kerrottiin opinnäytetyöstä ja se sisälsi linkit työkirjaan, palautekyselyyn ja tietosuojailmoitukseen. Kysely oli aluksi avoinna 8.9.2023 asti, mutta vastaajien toiveesta vastausaikaa pidennettiin 30.9.2023 asti.

Vastauksia saatiin yhteensä 11. Vastaajista seitsemän työskenteli jälkihuoltoon oikeutettujen nuorten parissa ja neljä oli tai oli ollut jälkihuoltoon oikeutettu itsenäistynyt tai itsenäistynyt nuori. Työkirja koettiin vastausten perusteella käyttötarkoitukseltaan selkeäksi. Yksi vastaajista koki sen olevan liian laaja sosiaalityöntekijän työvälineeksi, mutta soveltuvan hyvin jälkihuollon ohjaajan tai tukihenkilön työhön. Työkirjan koettiin sisältävän oleellisia asioita itsenäiseen asumiseen ja arjen sujumiseen liittyen. Yhdessä vastauksessa puutteena nähtiin lääkityksen säännölliseen toteutumiseen ja reseptien uusintoihin liittyvät asiat.

Työkirjan sisältöä pidettiin selkeänä ja helposti ymmärrettävänä. Yksi vastaajista antoi kehitysideaksi avoimien kysymyksien vähentämisen, sillä monivalintakysymykset ovat helpompia neuropsykiatrisia haasteita omaaville nuorille. Yhden vastaajan mielestä työkirjan sisältö oli helposti ymmärrettävä, mutta osalle nuorista hieman liian työläs ainakin itsenäisesti täytettäväksi. Vastaaja toi ilmi, että asiaa helpottaa, jos työkirja räätälöidään jokaiselle nuorelle sopivaksi.

Työkirja soveltuu kohderyhmälle käyttötarkoitukseltaan ja sisällöltään -kysymykseen kuusi vastasi olevansa täysin samaa mieltä ja viisi osittain samaa mieltä. Osittain samaa mieltä olleet vastasivat kysymyksen kehitysideoita -kohtaan seuraavanlaisesti:

”Idea ja ajatus loistava, mutta esim omat nuoreni eivät välttämättä haluaisi täyttää mitään. Keskustelun pohjana paremmin pärjääville nuorille hyvä ja ehkä itsenäisesti selaisivat.” Työntekijä

”Työkirja soveltuu ehdottomasti tietyille osalle jälkihuoltoon nuorista ja ajattelen että on myös työntekijän vastuulla arvioida työkirjan soveltuvuutta omalle asiakkaalle. Työkirjassa on onneksi useampia eri osia alueita joita hyödyntää ominaan esimerkiksi ”ympyröi asiat joihin tarvitset apua” kohta on tosi hyvä ja hyödynnettävissä ihan kenen kanssa tahansa.” Työntekijä

”Ikätasoinen ulosanti; osassa kohtaa tuntuu että tehty yläkouluikäiselle.” Työntekijä

”Useita osioita voi käyttää vanhemmillakin.” Työntekijä

”Liian pitkä.” Itsenäistynyt/itsenäistynyt nuori

Voisin kuvitella hyödyntäväni työkirjaa jälkihuollon toteutuksessa/itsenäistymisen tukena -kysymykseen kahdeksan vastasi kyllä, kaksi ehkä ja yksi en. Ehkä vastanneista toinen vastasi, että hänen ”omat nuorensa” eivät välttämättä haluaisi täyttää työkirjasta mitään. Vastaaja voisi kuvitella käyttävänsä työkirjaa esimerkiksi keskustelun pohjana ja itsenäiseen elämään liittyvien asioiden muistilistana nuorille. Toinen ehkä vastanneista perusteli vastaamalla ”ks. edellinen vastaus”, jossa oli vastattu, että ”Useita osioita voi käyttää vanhemmillakin.” Tämä vastaus koski kysymystä, jossa kysyttiin työkirjan soveltuvuudesta kohderyhmälle. Kielteisesti vastannut toi ilmi, että työkirja ei ole tässä kohtaa enää hänelle suunnattu. Vastaaja oli vastannut olevansa itsenäistynyt/itsenäistynyt nuori, joten voidaan päätellä, että hän ei kuulu enää työkirjan kohderyhmään ja tästä syystä työkirjan hyödyntäminen ei olisi hänelle ajankohtaista.

Kyselyn lopussa vastaajilta pyydettiin kehitysideoita, risuja ja ruusuja työkirjaan liittyen. Palaute oli seuraavanlaista:

”Mielestäni työkirja oli selkeä ja ihanasti toteutettu. Herättää monenlaisia kysymyksiä ja ajatuksia itsessäkin. Loistava työkalu joka ohjaa monenlaiseen vuorovaikutukseen ja erilaisiin keskusteluihin muutenkin kuin pelkkänä ”pintaraapaisuna” esimerkiksi ajatuksia tulevaisuudesta ja haaveista. Erityisesti pidän ajatuksesta, että nuoret pääsevät tämän kautta helpommin keskustelemaan miltä se itsenäistyminen oikeasti tuntuu. Työkirja sisälsi ihan kaikille hyviä muistilistoja. Itsenäistyminen voi olla jo jännää ja ehkä vähän pelottavaa muutenkin niin kirjan avulla sitä voi tutustella pieninä palasina haukkaamatta liikaa kerralla. Ihan huippua yhteistä tekemistä nuorelle ja työntekijälle.” Itsenäistynyt/itsenäistynyt nuori

”Työkirja vaikutti erittäin hyödylliseltä oppaalta, jonka avulla jälkihuollon työntekijä ja jälkihuollettava voivat keskustella tärkeistä itsenäistymiseen liittyvistä asioista. Työkirjassa oli monipuolisesti erilaisia tehtäviä, jotka puolestaan aktivoittavat nuorta. Työkirja on laaja, joka voi olla joillekin itsenäistyville nuorille liikaa, mutta hyvällä sosiaalisella ymmärtämisellä tätä voidaan pilkkoa helposti juuri tietyn nuoren tarpeisiin sopiviksi. Hienoa työtä!” Itsenäistynyt/itsenäistynyt nuori

”Todella mahtava työkirja! Miellyttävä visuaalisesti, selkeä ja sisältää tärkeät asiat! Sivulla 15 alaoikeanpuoleinen laatikko on hieman ”väärässä” paikassa muihin laatikoihin nähden.” Työntekijä

”Minusta oppaan voisi antaa jo sijaishuollossa olevalle, joka suunnittelee omilleen muuttoa/tulevaa jälkihuoltoa eli noin 17v+ asiakkaalle. Osa tehtävistä sopisi juurikin tähän suunnitteluvaiheeseen.” Työntekijä

”Monelle laitosnuorelle jotka ovat vasta lähdössä omaan asuntoon harjoittelemaan itsenäistymistä olisi hyvä täyttää tämä jo osittain laitoksessa yhdessä joko vanhemman tai ohjaajan kanssa koska monella vaikeuksia itsenäisessä toiminnassa.” Työntekijä

”Visuaalisesti miellyttävä, kivasti täytettävää eri aihealueista ja uskon että tämä varmasti toimii tietyille osalle jälkihuollon asiakkaista keille muutoinkin kirjan täyttäminen ominaista. Töissä oon huomannut että osa nuorista tykkää täytellä esim. mielialamittareita ja vastaavia kuu-kauden ajalta. Tyyliä että päivälle laitetaan tietynlainen naama merkkamaan sitä mikä mieliala päivällä ollut eikä sen kummempaa. Käyttöönnotossa pohdin sitä, että jos tämän on tarkoitus olla digitaalisessa muodossa niin saavatko työyhteisöt siihen ohjeet? Ja lautapeli on varmaan tulostettava että sitä pystyy pelailemaan jos muutoin koko systeemi on digi muodossa :)” Työntekijä

”Sosiaalityöntekijöille raskas. Jälkihuollon ohjaajille ja palveluntuottajien tukihenkilöille hyvä apu. Miksei tuetun asumisen yksiköihin infottavaksi. Palveluasumiseen ei kun en tiedä kokevatko nuoret asuntoa omaksi?” Työntekijä

Vastaajista neljä toi esille työkirjan laajuuden. Työkirja on monisivuinen ja näin ollen se voidaan kokea liian pitkäksi ja työlääksi täyttää. Ideana kuitenkin on, että digitaalisessa muodossa olevaa työkirjaa olisi mahdollista muokata jokaisen nuoren henkilökohtaisiin tarpeisiin sopivaksi. Digitaalisessa muodossa oleva työkirja mahdollistaa työkirjan sivujen poistamisen, lisäämisen sekä järjestyksen muuttamisen. Työkirjan laajuuteen kohdistuneet palautteet vahvistavat ajatusta siitä, että digitaali-

selle, helposti muokattavissa olevalle työkirjalle on tarvetta. Jos työkirjaa hyödynnetään pdf-muodossa tai tulostettavana versiona, nuori ja työntekijä voivat yhdessä pohtia, mitkä työkirjan osa-alueet palvelevat nuoren tilannetta parhaiten.

Yksi vastaajista antoi palautetta avoimien kysymysten määrään liittyen. Vastaaja toi ilmi, että monivalintakysymykset olisivat helpompia neuropsykiatrisia haasteita omaaville nuorille. Palaute oli erittäin hyvä ja aiheellinen. Työkirjan sisältöön ei kuitenkaan tehty muutoksia tämän palautteen perusteella. Avoimien kysymysten määrään haluttiin panostaa siksi, että nuoret saisivat vapaasti kertoa omista ajatuksistaan ilman liiallista ohjailua. Monivalintakysymyksiä käytettiin harkitusti. Työntekijä voi auttaa nuorta työkirjan täytössä, jos avoimet kysymykset tuntuvat liian laajoilta kokonaisuuksilta.

Saatujen vastausten avulla työkirjan sisältöön tehtiin pieniä muutoksia. Työkirjan arjen taidot -osiin lisättiin kohta, jossa nuori voi pohtia taitojaan lääkityksestä huolehtimiseen ja reseptien uusimiseen liittyen. Työntekijöille luotiin erillinen työkirjan käyttöohje, joka avautuu työkirjan esipuheesta löytyvästä linkistä. Myös työkirjasta löytyvän Mun supervoimat -pelin käyttöohjeita tarkennettiin. Työkirjan ulkoasua tarkasteltiin ja sen asetteluihin tehtiin pieniä korjauksia. Ohjaavalta opettajalta saadun palautteen perusteella työkirjaan luotiin Menneisyyteni haamut -osio, jonka avulla nuori voi pohtia omasta elämänhistoriastaan löytyviä vaikeita asioita.

Saatujen palautteiden perusteella voidaan todeta, että työkirjasta voivat hyötyä myös muut kuin hiltaintain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret. Vastausten perusteella työkirjaa voisivat hyödyntää jo sijaishuollossa olevat nuoret, joilla omaan kotiin muuttaminen on edessäpäin. Yksi vastaajista toi ilmi, että jotkin työkirjan osiot ovat hyödynnettävissä monien eri asiakkaiden kanssa. Jos nuori ja työntekijä haluavat hyödyntää vain yhtä tai muutamaa työkirjan osa-aluetta, pdf-tiedostosta voi poistaa tarpeettomat sivut.

Opinnäytetyön tekijöiden lähipiirissä on vasta itsenäistynyt nuori. Myös hän tutustui työkirjaan ja kertoi saaneensa työkirjasta paljon itsenäistymistä tukevaa tietoa. Nuori koki, että työkirjan sisältö oli monin osin soveltuva myös hänen käyttöönsä, vaikka hän ei ole oikeutettu jälkihuoltoon. Työkirja antoi hänelle muun muassa toimintaohjeita eri tilanteisiin ja vinkkejä arjen hallintaan. Nuoren vanhempi koki, että työkirjatyöskentelyn avulla nuori oli ottavaisempi vanhemman neuvoille verrattuna tilanteeseen, jossa vanhempi antaa nuorelle suoria neuvoja. Työkirjan avulla nuori sai miettiä itse sekä yhdessä vanhempiensa kanssa ratkaisuja pulmallisiin tilanteisiin. Tällöin nuori ei kokenut vanhemman ohjeita liiallisena neuvomisena.

6 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan, joka toimii työvälteenä sekä nuorelle itselleen että jälkihuoltoa toteuttavan tahon työntekijälle. Työkirjan kohderyhmänä ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret ja sen tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudelleenlaisessa arjessa.

Opinnäytetyöprosessi eteni aikataulussa, vaikka suunnitelma muuttui työn edetessä. Työn tekeminen oli mielekästä ja opettavaista. Teoriatietoon perehtyessä käsitys lastensuojelun jälkihuollon merkityksestä kasvoi ja työkirjan sisällön rakentaminen helpottui. Yhteistyö kehittämistyön tekijöiden, toimeksiantajan ja ohjaavan opettajan kanssa oli luontevaa koko prosessin ajan. Työstä saatiin kehitettävää palautetta, jonka perusteella työkirjaa pystyttiin muokkaamaan tarpeisiin sopivaksi. Työkirja rakentui sujuvasti hyvän suunnittelupohjan ansiosta ja sen eri osioita oli mielenkiintoista rakentaa.

Työkirjan toimivuutta kokeiltiin myös nuoren kanssa, joka ei ole jälkihuoltoon oikeutettu. Useasta hänen vastauksestaan kävi ilmi, että ongelmatilanteissa apua ja neuvoja voi pyytää perheeltä. Tämän pohtiminen lisäsi ymmärrystä työkirjan merkityksestä nuorille, joilla ei ole perhettä, johon he voisivat tukeutua. Työntekijä voi olla nuoren ainut lähikontakti ja tukija itsenäistymisessä. Työkirjan vastausten avulla työntekijälle tarjoutuu mahdollisuus havaita nuoren haasteita itsenäisessä elämässä ja toimia hänen ohjaajanansa ongelmatilanteiden ratkaisemisessa.

6.1 Opinnäytetyöprosessin toteutuksen pohdinta

Työkirjan sisältöä suunnitellessa ja rakentaessa hyödynnettiin tietoa, jota oli koottu jälkihuollossa olleiden nuorten kokemusten ja ajatusten perusteella. Pesäpuu ry:n UP2US-hankkeen nuorten kehittäjäryhmästä kerättyjen vastausten perusteella toimivaan jälkihuoltoon kuuluu esimerkiksi se, että nuori saa kannustusta ja tukea arjen taitojen opettelussa, koulutukseen ja työhön liittyvissä asioissa sekä apua tukien hakemiseen. Luottamussuhdetta heikentävänä tekijänä nähtiin työntekijöiden vaihtuvuus, jonka takia avun pyytäminen nähtiin vaikeana. (Pesäpuu ry 2021.) Nuoret toivoivat myös, että heidän omaan asiantuntijuutensa omasta elämästään luotettaisiin enemmän (Inkinen & Lorentz 2022, 32). Työkirjan sisältöön suunniteltiin osioita, jotka tukevat arjen taitojen kehittymistä sekä koulutuksen ja työuran etenemistä. Lisäksi työkirjan avulla nuori saa ilmaista itsenäistymiseensä liittyviä ajatuksia ja toiveita työntekijälle, jolloin työntekijä saa mahdollisuuden tukea nuorta hänen toiveidensa toteutumisessa.

Pesäpuu ry:n hankkeen tuloksista pystyi myös päättämään, että nuoret, joiden elämässä menee hyvin, kokivat ettei heidän omia tunteitaan huomioida riittävästi. Työntekijä voi keskittyä vain ulkoihin tekijöihin ja arvioida sen perusteella, ettei nuorella ole tuen tarpeita. (Pesäpuu ry 2021.) Tähän perustuen työkirjaan tehtiin osioita, joissa käsitellään nuoren verkostoja ja omia ajatuksia omasta hyvinvoinnin tasosta. Työkirjaa tehdessä osiot pyrittiin rakentamaan niin, että nuori voi tutustua itseensä ja huomata omia vahvuuksiaan. Reinikainen (2013) toteaa, että huomaamalla nuoren vahvuudet, korostamalla niitä ja näyttämällä luottamusta nuoren omiin kykyihin, häntä voidaan auttaa tunnistamaan itse omia vahvuuksia ja muodostamaan uutta minäkuvaa. Tämä vahvistaa ja synnyttää voimavaroja, jotka auttavat hyvän tulevaisuuden rakentumiseen. (Reinikainen 2013, 142.)

SOS-Lapsikylän hankkeessa toteutetusta vertaistutkimuksesta sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten hyvinvointiin liittyen selviää, että nuoren itsenäistymiseen voi liittyä monenlaisia kipukohtia. Nuorten vastausten perusteella voidaan todeta, että näitä voivat olla esimerkiksi yksin jääminen sijaishuollon päätyttyä, puutteelliset arkielämän ja itsestä huolehtimisen taidot, kotitöihin ja talouden hallintaan liittyvät haasteet, huono itsetunto sekä epäselvät näkymät tulevaisuuden suhteen. (Törrönen & Vauhkonen 2012, 54.) Näihin vastattiin tekemällä työkirjaan osioita muun muassa kotitöistä ja talouden hallinnasta. Lisäksi laadittiin tehtäviä, joiden avulla nuori voi vahvistaa omaa itsetuntoaan.

Työkirjatyöskentelyn avulla nuoren ääni pääsee kuuluviin myös sinä aikana, kun tapaamisia jälkihuollon työntekijän kanssa ei ole. Lisäksi työkirja auttaa työntekijää ymmärtämään nuorta ja hänen elämäntilannettaan paremmin. Työntekijä pääsee näkemään nuoren työkirjan ennen seuraavaa tapaamista, jos nuori näin haluaa. Työkirjan hyödyntäminen jälkihuollossa perustuu nuoren suostumukseen ja motivaatioon. Perehtymällä nuoren omiin kirjoituksiin ja työkirjan täytettyihin osioihin, työntekijä saa valmiuksia keskustella tapaamisella nuorelle merkityksellisistä ja ajankohtaisista asioista. Näin työntekijä säästää aikaa tilanteen kartoittamiselta ja hän voi keskittyä nuorelle olennaisiin asioihin. Tämä on eduksi myös niille nuorille, joiden on vaikeampi puhua asioistaan kasvokkain työntekijän kanssa. Työkirjatyöskentelyn avulla työntekijä saa tietoa, jonka avulla hänellä on mahdollisuus kartoittaa nuoren avun ja tuen tarpeita. Haasteiden ja kehittämiskohteiden lisäksi työkirja auttaa työntekijää huomaamaan nuoren voimavaroja, vahvuuksia, onnistumisia ja unelmia.

Työkirjatyöskentely tukee nuoren ja työntekijän välistä yhteistyötä ja madaltaa nuoren kynnystä kertoa työntekijälle hänelle tärkeistä ja merkityksellisistä asioista. Työntekijän näkökulmasta työkirja tukee toimivan asiakassuhteen luomista, luottamussuhteen vahvistumista, ajankäytön helpottumista sekä sopivien ja oikea-aikaisten palveluiden ja tukitoimien löytämistä. Työkirjan toimiminen ongelmia ennaltaehkäisevänä sekä ongelmien kasaantumista ehkäisevänä työvälineenä mahdollistaisi hyötyjä myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsottuna. Varhaisella puuttumisella ja oikeiden tukimuotojen löytämisellä voi olla vaikutusta esimerkiksi nuorten työllistymiseen ja mielenterveysongelmien vähenemiseen. Näillä tekijöillä puolestaan on suuri taloudellinen ja yhteiskunnan jäsenten hyvinvointiin vaikuttava merkitys. Itsenäistymisvaiheessa tarvittavien taitojen kehittyminen ja vahvistuminen työkirjatyöskentelyn avulla tukee nuoren hyvinvointia ja näin ollen työskentely voi ennaltaehkäistä ongelmien syntymistä ja kasautumista.

6.2 Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys huomioitiin koko opinnäytetyöprosessin ajan. Opinnäytetyötä tehdessä noudatettiin sosiaalialan yleisiä ammattieettisiä periaatteita. Työn aloitusvaiheessa perehdyttiin useisiin opinnäytetyötä koskeviin eettisiin ohjeisiin, kuten Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) julkaisemaan Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa -ohjeisiin (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019) sekä Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvoston (Arene) antamiin Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset -ohjeisiin (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2020). Opinnäytetyötä tehdessä sitouduttiin eettisiin ohjeisiin.

Kehittämistyön aihe valikoitui omien mielenkiinnon kohteiden mukaan ja aihe tarkentui toimeksiantajan esille tuomien kehittämistarpeiden perusteella. Kehittämistyön tuotos toimii jälkihuollon asiakastyön sekä nuoren itsenäistymisen tukena. Yhtenä haasteena on saada uusi työväline juurrutettua käyttöön. Käyttöön otettuna työkirja toimii hyvänä tukena työntekijän ja nuoren välisen vuorovaikutuksen kehittämisessä sekä nuoren itsenäistymisessä. Työkirja ei saa olla nuorelle liian raskas täyttää, vaan työntekijän tulee yhteistyössä nuoren kanssa rakentaa työkirjan osioista nuorelle sopiva kokonaisuus. Liian työläs työkirja voi aiheuttaa sen, että nuori jättää työkirjatyöskentelyn kesken.

Työkirja on merkityksellinen työväline itsenäistymisen tueksi jälkihuoltoa toteuttaessa. Itsenäistymisen sisältää monia osa-alueita, joissa nuori voi kaivata tukea. Työntekijä voi hyödyntää työkirjaa nuoren tuen tarpeita kartoittavana välineenä. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen muotoon antaa työvälineelle lisää käyttömahdollisuuksia ja helpottaa yksilöllistä käyttöä. Työkirjan alussa nuori saa itse määrittellä käyttöoikeudet työkirjaansa. Digitaaliseen muotoon viedessä työkirjan täyttämässä ja jakamisessa on huomioitava tietoturvan säilyminen.

Opinnäytetyöhön ei tarvittu tutkimuslupaa. Opinnäytetyöprosessin aikana käsiteltiin epäsuoria henkilötietoja, joten työhön laadittiin tietosuojailmoitus saatekirjeen liitteeksi. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja vastaajien anonymiteetti turvattiin koko prosessin ajan. Saatekirjeessä tuotiin esille opinnäytetyön tavoitteet sekä tietojen käsittelyyn liittyvät tiedot. Kyselyyn osallistujat olivat täysikäisiä, joten lupaa alaikäisten kanssa toimimiseen ei tarvittu. Tietosuojalaki (Tietosuojalaki 1050/2018) määrittää tutkimuskäyttöön kerättyjen henkilötietojen käsittelystä ja keräämisestä tarkemmin.

Opinnäytetyössä noudatettiin tekijänoikeuslakia (Tekijänoikeuslaki 404/1961) ja kunnioitettiin tekijänoikeuksia. Opinnäytetyötä ei ole plagioitu ja se tarkastetaan plagiointitunnistusjärjestelmässä. Opinnäytetyön teossa hyödynnettiin useita lähdemateriaaleja ja tietokantoja. Lähdekriittisyys oli olennainen asia tiedon etsinnässä. Työssä hyödynnettiin mahdollisimman ajankohtaista lähdemateriaalia. Muutamit julkaisut ylittävät 10 vuoden aikamääreen, mutta niitä hyödynnettiin laadukkaan sisällön vuoksi. Opinnäytetyössä käytettiin lähdemateriaalina sekä kansainvälisiä että kotimaisia vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita.

6.3 Opinnäytetyöprosessin merkitys sosionomin ammatilliselle kasvulle

Opinnäytetyöprosessin merkitystä peilattiin sosionomin ammatillisiin kompetensseihin (Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon b). Opinnäytetyöprosessi kehitti erityisesti tutkimuksellista kehittämis- ja innovaatio-osaamista. Jälkihuollon tietoperustaan tutustuessa havaittiin, että jälkihuollon toteutuksessa sekä jälkihuoltoon oikeutettujen nuorten itsenäistymisessä voi esiintyä useita erilaisia haasteita. Itsenäistymistä tukevalle sekä nuoren ja jälkihuollon työntekijän välistä yhteistyötä vahvistavalle ratkaisulle nähtiin tarvetta. Haasteiden havaitseminen johti innovatiiviseen ongelmanratkaisuun ja kehittämisideoiden suunnitteluun. Opinnäytetyöprosessi antoi hyviä valmiuksia kehittämistyön suunnittelua, toteutusta ja arviointia varten. Myös tutkimus- ja kehittämistyön eettiset periaatteet sekä ohjeet tulivat tutuiksi. Opinnäytetyöprosessin aikana toimittiin sosiaalialan arvojen ja ammattieettisten periaatteiden mukaisesti.

Opinnäytetyö toteutettiin työparityöskentelynä sekä yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Tämä vahvisti yhteistyötaitoja ja toi esille yhteistyön merkityksellisyyttä. Noin vuoden kestänyt opinnäytetyöprosessi kehitti pitkäjänteisyyttä sekä taitoja, joita vaaditaan itsensä johtamiseen. Työskentely vaati jatkuvaa kriittistä tarkastelua ja itsereflektiota. Opinnäytetyöprosessin aikainen työskentely kehitti erityisesti lastensuojeluun ja jälkihuoltoon liittyvää osaamista. Tämä on merkittävää sosiaalialan ammattilaisen työuran ja ammattitaidon kannalta. Jälkihuollon toteutuksen ja itsenäistymisen haasteisiin perehtyminen sekä kehittämistyön toteuttaminen herätti innokkuuden sosiaalialan kehittämistä kohtaan. Opinnäytetyöprosessi antoi valmiuksia tarkastella sosiaalialan kenttää ja käytänteitä uudella tavalla, kriittisellä ja kehittämismyönteisellä tavalla.

Opinnäytetyöprosessia peilattiin myös opinnäytetyön osaamistavoitteisiin (Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon c). Tavoitteet saavutettiin onnistuneesti. Opinnäytetyöaiheen valinta oli sopiva sosiaalialan ja ammatillisen kehittymisen kannalta. Valintaa perusteltiin eri näkökulmista käsin. Opinnäytetyöprosessissa hyödynnettiin tieteellistä ja näyttöön perustuvaa tietoa. Lähteitä käytettiin monipuolisesti kriittisyys huomioiden. Yhteistyö opinnäytetyöprosessissa mukana olleiden toimijoiden kanssa oli sujuvaa. Ammatillisia näkökulmia tuotiin aktiivisesti esille koko opinnäytetyöprosessin ajan. Tällä tavoin osoitettiin asiantuntijuutta ja mahdollistettiin tilaa ammatilliselle kasvulle ja uuden oppimiselle.

Opinnäytetyöprosessi sujui kokonaisuudessaan hyvin ja kehitettyyn työväläneeseen oltiin tyytyväisiä. Työkirjan sisältöön tutustuneiden henkilöiden palautteet vahvistivat onnistumisen kokemusta. Nuoren itsenäistymistä tukevalle sekä nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta vahvistavalle työväläneelle nähtiin tarvetta. Opinnäytetyöprosessin loppuvaiheessa todettiin, että digitaaliseen muotoon viety työkirja vastaisi tähän tarpeeseen. Koska kehittämistyöhön kuului ainoastaan työkirjan sisällön luominen, sen käyttöönotto tuo mukanaan omanlaisia haasteita. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen muotoon vaatii käyttöönottoalalta taholta innokkuutta ja resursseja. Tästä huolimatta koettiin, että uuden ja innovatiivisen työväläneen kehittäminen sosiaalialalle on tärkeää siitäkin huolimatta, että työkirjan sisältöä ei voitu viedä digitaaliseen muotoon kehittämistyöprosessin aikana.

6.4 Mun itsenäistyminen -työkirjan hyödynnettävyys ja kehittämisideat

Mun itsenäistyminen -työkirjan kohderyhmää ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltoonuo-
ret. Työkirjaa voidaan kuitenkin hyödyntää myös heti jälkihuollon alkaessa, ottamalla käyttöön nuoren tilanteeseen sopivat työkirjan sivut. Työkirjan alussa nuori määrittelee käyttöoikeudet työkirjaansa. Työkirjan avulla nuori pääsee kertomaan ajatuksiaan ja toiveitaan jälkihuoltoonsa liittyen. Työntekijä voi tunnistaa työkirjan vastauksista nuoren voimavaroja sekä tuen tarpeita ja vastata niihin oikea-aikaisilla palveluilla ja tukimuodoilla. Nuori voi käyttää työkirjaa myös itsenäisesti, jos hän ei halua jakaa täyttämäänsä tietoa työntekijän kanssa.

Nuori ja työntekijä voivat yhdessä pohtia, kuinka usein työkirjaa olisi hyvä täyttää ja tarkastella sekä mitkä aihealueet ovat sellaisia, joista nuori kokisi hyötyvänsä. Työkirjaa muokataan nuoren toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Sen täyttäminen ei saa olla liian työlästä. On tärkeää, että työkirja ei muodostu nuorelle kuormittavaksi tekijäksi. Sisältöä tulee muokata niin, että nuori motivoituisi täyttämään työkirjaa aktiivisesti; tällä tavalla työkirjasta saadaan nuorelle ja työntekijälle paras hyöty.

Jatkossa työkirjan sisällön voisi viedä digitaaliseen sovellusmuotoon. Sovelluksen avulla työkirjan muokkaaminen yksilöllisemmäksi helpottuu ja sen ulkoasun muokkaaminen nuorelle mieleiseksi mahdollistuu. Lisäksi työntekijän on tällöin helpompi tarkastella nuoren vastauksia jo etukäteen ennen seuraavaa tapaamista. Digitaalisessa muodossa olevan työkirjan keskeiseksi tekijäksi nousee tietosuojan säilyminen. Nuorten tarpeet ja toiveet voivat muuttua yhteiskunnan kehityksen mukana, joten työkirjan sisällön ajankohtaisuutta on hyvä tarkastella tietyin väliajoin ja muuttaa työkirjaa vastaamaan havaittuun tarpeeseen.

Jokainen nuori on yksilö ja jälkihuollon piirissä on paljon eri elämäntilanteissa olevia nuoria. Tuen tarpeita on erilaisia. Tästä syystä on tärkeää, että digitaalisessa työkirjassa on mahdollisuus muokata työkirjaa nuoren omia tarpeita ja mielenkiinnonkohteita palvelevaksi. Näin nuori saa luotua työkirjaa omannäköisekseen, joka puolestaan voisi toimia motivaatiota ja työkirjatyöskentelyyn sitoutumista lisäävänä tekijänä. Digitaaliseen muotoon viety työkirja mahdollistaa työkirjan sivujen poistamisen, lisäämisen sekä järjestyksen muuttamisen.

Työkirjan sisällöstä ei tehty selkokielistä ja täysin saavutettavissa olevaa. Saavutettavuusnäkökulmaan haluttiin kiinnittää huomiota, jotta työkirjan sisällöstä hyötyisi mahdollisimman moni nuori. Digitaaliseen muotoon viedystä työkirjasta olisi hyvä myös kehittää selkokielineen, saavutettavissa oleva versio. Näin työkirja palvelisi laajemmin kohderyhmää. Markku Juusola on tehnyt vuonna 2019 arvion, jonka mukaan Suomessa on noin 650 000–750 000 selkokieltä tarvitsevaa ihmistä. Syitä selkokielen tarpeeseen ovat muun muassa maahanmuuttajien lisääntyminen ja nuorten lukutaidon heikkeneminen. (Selkokeskus 2021.) Näiden syiden lisäksi myös synnynnäiset neurobiologiset syyt, kuten esimerkiksi kehitysvamma, lukivaikeus tai ADHD lisäävät selkokielen tarvetta. Selkokieli on sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan yleiskieltä helpompaa. (Saavutettavan kielen työkalupakki julkaisuaika tuntematon.)

Nuoren itsenäistymistä sekä nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta tukevalle työkirjalle voisi olla tarvetta myös kansainvälisillä markkinoilla. Digitaalinen työkirja voisi toimia merkittävänä työvälineenä laadukkaiden jälkihuoltopalveluiden kehittämisessä. Muissa maissa jälkihuollon toteutuksen haasteet yhtenevät osittain Suomessa tehtyihin havaintoihin. Esimerkiksi Norjassa vuonna 2022 tehdystä tutkimuksesta voitiin päätellä, että kehittämällä toimivaa yhteistyötä nuoren kanssa koko jälkihuollon prosessin ajan, pystyttiin vahvistamaan nuoren osallisuuden tunnetta ja voimaantumista. Jälkihuoltoprosessin onnistumiseen vaikutti se, oliko sosiaalityöntekijä onnistunut luomaan toimivan yhteistyösuhteen nuoren kanssa. (Riise & Paulsen 2022.) Yhdistyneissä kansakunnissa tehdyssä tutkimuksessa kehittämiskohteeksi nousi luonteva, helppo ja joustava yhteydenpito (Liabo, McKenna, Ingold & Roberts 2016). Digitaalinen työkirja voisi toimia nämä kriteerit sisältävänä yhteydenpidon välineenä.

Tutkimustiedosta pystyi päättelemään, että digitaaliset palvelut ovat suurelle osalle nuorista luontevia käyttää. Tähän peilaten työkirjan vieminen digitaaliseen muotoon lisäisi soveltuvuutta kohderyhmälle. Toivotaan, että työkirjalle saadaan jatkokehittäjä ja sen käyttöönotto onnistuisi. Työkirja olisi innovatiivinen työväline, jolla nuori saisi oman äänensä kuuluviin jälkihuoltoa toteuttaessa.

LÄHTEET

- Aluehallintovirasto julkaisuaika tuntematon. Yleistä saavutettavuudesta. Verkkojulkaisu. <https://www.saavutettavuusvaatimukset.fi/yleista-saavutettavuudesta/#saavutettavuus-on-teknikka-helppokayttoisyytta-ja-sisallon-ymmarrettavytta>. Viitattu 13.10.2023.
- Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Pdf-tiedosto. Päivitetty 2020. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>. Viitattu 25.9.2023.
- Arnett, Jeffrey Jensen 2000. Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist* 55 (5), 469–480. DOI: 10.1037//0003-066X.55.5.469. Viitattu 13.10.2023.
- Auvinen, Tomi & Jaakkola Minna 2018. Käsikirja tulevaisuuden kuntien digitalisaatioon. Kuopio: Pohjois-Savon liitto.
- Bardy, Marjatta (toim.) 2013. Lastensuojelun ytimissä. 4., uudistettu painos. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy.
- Cameron, Claire, Hollingworth, Katie, Schoon, Ingrid, van Santen, Eric, Schröer, Wolfgang, Ristikari, Tiina, Heino, Tarja & Pekkarinen, Elina 2018. Care leavers in early adulthood: How do they fare in Britain, Finland and Germany? *Children and youth services review* 87, 163–172. <https://www.sciencedirect-com.ezproxy.savonia.fi/science/article/pii/S019074091730868X?via%3Dihub>. Viitattu 1.3.2023.
- Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022. Suomessa asuvien 13–29-vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo. Verkkojulkaisu. <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2022/>. Viitattu 21.9.2023.
- Forsell, Martta & Kuoppala, Tuula 2022. Lastensuojelu 2021. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastoraportti 22/2022. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022060543375>. Viitattu 3.12.2022.
- Forsell, Martta & Kuoppala, Tuula 2023. Tilastoraportti 2/2023. Lastensuojelun sosiaalityön henkilöstömitoitus marraskuussa 2022. Verkkojulkaisu. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202301245373>. Viitattu 29.4.2023.
- Furstenberg Jr., Frank F. 2010. On a New Schedule: Transitions to Adulthood and Family Change. *The Future of Children* 20 (1), 67–87. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ883079.pdf>. Viitattu 28.2.2023.
- Groop, Katarina 2021. Sijaishuolto osana elämäntarinaa - Elämänkulun käännekohtien analyysi sijaishuollosta aikuistuneiden kokemuksista. *Janus* 29 (3), 249–266. <https://doi.org/10.30668/janus.82039>. Viitattu 16.12.2022.
- Honkatukia, Päivi, Kallio, Jenni, Lähde, Miia & Mölkänen, Jenni 2020. Omana itsenä osa yhteiskuntaa – Itsenäistyvät nuoret aikuiset kansalaisina. Pdf-tiedosto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1731-7>. Viitattu 28.2.2023.
- Horowitz, Minna, Nieminen Hannu & työryhmä 2019. Viestintä kuuluu kaikille – Kansalaisten viestinnän oikeudet ja mahdollisuudet Suomessa. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Inkinen, Helena & Lorentz, Roosa 2022. Nuorten kokemuksesta nousevia kehittämistoiveita lastensuojelun jälkihuoltoon. Teoksessa Tanja Hirschovits-Gerz, Niina Weckroth & Tarja Heino (toim.) Ik-

kuna aikuistumiseen - Selvitys lastensuojelun jälkihuollon ja ilman huoltajaa maahan alaikäisenä tulleiden nuorten tuesta ja palveluista. Pdf-tiedosto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-815-6>. Vantaa: PunaMusta Oy, 32–38. Viitattu 15.12.2022.

Juhila, Kirsi 2018. Aika, paikka ja sosiaalityö. Tampere: Vastapaino.

Kaasinen, Minna, Salokekkilä, Pirkko & Häggman-Laitila, Arja 2022. Experiences of Finnish care leavers of their involvement in the aftercare services for child welfare clients. *Health & Social Care in the Community*. 30, e95–e104. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-202211038157>. Viitattu 26.1.2023.

Kairala, Maarit 2017. Alkusanat. Teoksessa Mari Kivistö & Päykkönen Kirsi (toim.) *Sosiaalityö digitalisaatiossa*. Pdf-tiedosto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-035-7>. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 7–12. Viitattu 15.12.2022.

Kestilä, Laura, Väisänen, Antti, Paananen, Reija, Heino, Tarja & Gissler, Mika 2012. Kodin ulkopuolelle sijoitetut nuorina aikuisina: Rekisteripohjainen seurantatutkimus Suomessa vuonna 1987 syntyneistä. *Yhteiskuntapolitiikka* 77 (6), 599–620. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2012121110277>. Viitattu 5.3.2023.

Kivistö, Mari 2017. Sosiaalityö digitalisaatiossa ja eettisyyden vaade. Teoksessa Mari Kivistö & Kirsi Päykkönen (toim.) *Sosiaalityö digitalisaatiossa*. Pdf-tiedosto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-035-7>. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 21–42. Viitattu 15.12.2022.

Kivistö, Mari 2019. Sosiaalityön eettinen toimijuus digitalisaatiossa – esimerkkinä vammaissosiaalityö. Teoksessa Anneli Pohjola, Tarja Kemppainen, Asta Nikkala & Nina Peronius (toim.) *Yhteiskunnallisen asemansa ottava sosiaalityö*. Tallinna: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 199–223.

Känkäinen, Päivi 2013. Siirtymät sijaishuollossa – hetkiä ja ikuisuuksia. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) *Lastensuojelun ytimessä*. 4., uudistettu painos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Laakso, Riitta 2019. "Ne näki musta". Huostassa olevien lasten hyvinvointi ja sijaishuoltoon liittyvät kokemukset. Raportti 1/2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-267-3>. Viitattu 29.4.2023.

Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2019/20190306>. Viitattu 8.9.2023.

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>. Viitattu 15.3.2023.

Lastensuojelulaki 417/2007. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Viitattu 17.11.2022.

Lastensuojelun jälkihuollon uudistamistyöryhmä 2019. Lastensuojelun jälkihuollon uudistamistyöryhmän loppuraportti. Pdf-tiedosto. Julkaistu 17.5.2019. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161637/STM_Rap_2019_43_Lastensuojelun_jalkihuollon_uudistamistyoryhman_loppuraportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 17.11.2022.

Lastensuojelun keskusliiton politiikkasuositus 2022. Lastensuojelun jälkihuollon asiakkaat tarvitsevat kokonaisvaltaista tukea. Pdf-tiedosto. <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/2022/03/20220309JalkihuollonPolitiikkasuositus.pdf>. Viitattu 3.12.2022.

Liabo, Kristin, McKenna, C, Ingold, Anne & Robert, Helen 2016. Leaving foster or residential care: a participatory study of care leavers' experiences of health and social care transitions. *Child Care Health and Development* 43 (2), 182–191. https://www.researchgate.net/publication/311166184_Leaving_foster_or_residential_care_a_participatory_study_of_care_leavers%27_experiences_of_health_and_social_care_transitions_Experiences_of_health_and_social_care_transitions. Viitattu 7.4.2023.

- Malm, Karla 2018. Itsenäistyvä nuori, vahvistuva toimija – tukea täysi-ikäisyyden kynnyksellä. E-kirja. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Viitattu 1.3.2023.
- Oppivelvollisuuslaki 1214/2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214>. Viitattu 15.3.2023.
- Paananen, Reija, Alanko, Reetta & Kainulainen, Sakari 2021. Digitaalinen Zekki-palvelu yhdistää nuorten tarpeet ja tarjolla olevan tuen. *Kasvun tuki* 2 (1), 48–59. <https://kasvuntuki.fi/wp-content/uploads/2021/05/kasvun-tuki-01-2021-paananen-1.pdf>. Viitattu 29.4.2023.
- Palsanen, Kati & Kääriäinen, Aino 2015. Asiakkaiden ja ammattilaisten yhteistoiminnallisen työskentelyn merkitykset ja seuraukset. *Janus* 23 (2), 190–205. <https://journal.fi/janus/article/view/51252/15704>. Viitattu 19.3.2023.
- Paulsen, Veronika, Thoresen, Stian H. & Wendelborg, Christian 2022. Outcomes in adulthood among former child welfare services recipients: findings from a Norwegian registry study covering two decades. *European Journal of Social Work* 8 (1). <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13691457.2021.2016646>. Viitattu 7.4.2023.
- Pelastakaa lapset 2021. Digitaalinen sosiaalityö lasten ja nuorten tukena. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2021. https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/06/21152604/pelastakaa_lapset_digisosiaalityo_pdf.pdf. Viitattu 26.2.2023.
- Pesäpuu ry 2019. Unelmien jälkihuolto. Pdf-tiedosto. <http://www.pesapuu.fi/wp-content/uploads/2021/03/Unelmien-jalkihuolto-koonti.pdf>. Viitattu 6.5.2023.
- Pesäpuu ry 2021. Jälkihuolto. Pdf-tiedosto. Julkaistu 04/2021. https://pesapuu.fi/wp-content/uploads/2021/04/Jalkihuolto_Pesapuu2021.pdf. Viitattu 24.11.2022.
- Petäjä, Ulla-Kaarina, Terkamo-Moisio, Anja & Häggman-Laitila, Arja 2023. The multifaceted nature of risk behaviour among adolescents—A document analysis of patient and aftercare service providers' records. *Journal of Advanced Nursing* 79 (11), 4381–4397. <https://doi.org/10.1111/jan.15715>. Viitattu 13.10.2023.
- Pukkio, Saana & Hoikkala, Susanna 2016. Jälkihuolto kasvun ja itsenäistymisen tukena. Teoksessa Saana Pukkio & Tiia Hipp (toim.) *Mikä jälki jää? Opas lastensuojelun jälkihuoltotyöhön*. Lastensuojelun Keskusliitto, 6–24. Pdf-tiedosto. <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/Opas-lastensuojelun-jalkihuoltotyohon-120616.pdf>. Viitattu 20.9.2023.
- Reinikainen, Sarianna 2013. Kielen katse ja puheen paino. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) *Lastensuojelun ytimessä. 4., uudistettu painos*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy, 133–143.
- Riise, Anne & Paulsen, Veronika 2022. Facilitating Participation for Youths in Child Welfare Services in Transition to Adulthood: Practice between Formalities and Empowerment. *Child Care in Practice - verkkolehti* 21.4.2022. <https://doi.org/10.1080/13575279.2022.2058916>. Viitattu 1.4.2023.
- Räty, Tapio 2019. Lastensuojelulaki – Käytäntö ja soveltaminen. 4., uudistettu painos. Keuruu: Edita Publishing Oy.
- Saavutettavan kielen työkalupakki julkaisuaika tuntematon. Selkokielen tarve. Verkojulkaisu. <https://www.saavutettavakieli.fi/ohjeet-sisallontuottajille/selkokielen-tarve/>. Viitattu 30.9.2023.
- Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon a. Laatu jälkihuoltoon. Verkojulkaisu. <https://laatuajalkihuoltoon.savonia.fi/hanke/alasivu-1/>. Viitattu 4.11.2022.

Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon b. Opinto-opas. SS21KM Sosionomin tutkinto-ohjelma (monimuotototeutus). Verkkojulkaisu. <https://www.savonia.fi/opiskele-tutkinto/tutkinnot-ja-hakeminen/opetussuunnitelmat/?yks=IS&krtid=1365&tab=2>. Viitattu 26.9.2023.

Savonia-ammattikorkeakoulu julkaisuaika tuntematon c. Opinto-opas. Sosionomin tutkinto-ohjelma (monimuotototeutus). Opintojaksokuvaus. Verkkojulkaisu. <https://www.savonia.fi/opiskele-tutkinto/tutkinnot-ja-hakeminen/opetussuunnitelmat/?yks=IS&krtid=1365&tab=6&krtid2=92585>. Viitattu 22.10.2023.

Selkokeskus 2021. Selkokielen tarve. Verkkojulkaisu. <https://selkokeskus.fi/selkokieli/selkokielen-tarve/>. Viitattu 30.9.2023.

Seppälä, Antto & Puranen, Kaija 2019. Sote-tieto hyötykäyttöön 2020 strategian väliarviointi: Loppuraportti 14.11.2018. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4023-9>. Viitattu 8.9.2023.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2016. Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2016. <https://verkkojulkaisut.valtioneuvosto.fi/stm/zine/2/pdf>. Viitattu 8.9.2023.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2020. Lastensuojelun vaativan sijaishuollon uudistamistyöryhmän loppuraportti. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2020. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-7164-6>. Viitattu 28.12.2022.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2021. Kuntainfo: Lastensuojelun sosiaalityön henkilöstömitoitus 1.1.2022 alkaen. Verkkojulkaisu. <https://stm.fi/-/kuntainfo-lastensuojelun-sosiaalityon-henkilostomitoitus-1.1.2022-alkaen>. Viitattu 29.4.2023.

Tekijänoikeuslaki 404/1961. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1961/19610404>. Viitattu 10.3.2023.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022. Lastensuojelun jälkihuolto on sinun oikeutesi. Verkkojulkaisu. Yhdessä aikuisuuteen – Elämässä Eteenpäin -hanke. Päivitetty 19.5.2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022042931576>. Viitattu 7.9.2023.

Tietosuoja laki 1050/2018. <https://finlex.fi/fi/laki/smur/2018/20181050>. Viitattu 21.9.2023.

Timonen-Kallio, Eeva 2010. Itsenäisen elämän ABC-Umbrella työkirja. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2010. https://julkaisut.turkuamk.fi/umbrella_esimmateriaali.pdf. Viitattu 23.1.2023.

Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Juvenes print.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa 2019. Pdf-tiedosto. Julkaistu 2019. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf. Viitattu 16.11.2022.

Törrönen, Maritta & Vauhkonen, Teemu 2012. Itsenäistyminen elämänvaiheena: Osallistava vertais-tutkimus sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten hyvinvoinnista. SOS-Lapsikylä ry. Pdf-tiedosto. <https://www.sos-lapsikylya.fi/wp-content/uploads/2020/12/vertaistutkimus-SOS-Lapsikylya.pdf>. Viitattu 6.4.2023.

Vaalilaki 714/1998. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980714>. Viitattu 15.3.2023.

Valtiovarainministeriö julkaisuaika tuntematon a. Digitaalisten palvelujen ensisijaisuus. Verkkojulkaisu. <https://vm.fi/digipalvelujen-ensisijaisuus>. Viitattu 13.10.2023.

Valtiovarainministeriö julkaisuaika tuntematon b. Julkishallinnon digitaaliset palvelut. Verkkojulkaisu. <https://vm.fi/sahkoiset-palvelut>. Viitattu 13.10.2023.

Vilkka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilkka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. 4., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Wartiainen, Piritta, Vuori, Anna & Tyllinen, Mari 2020. Digitalisaation mahdollisuudet sosiaalihuollossa asiakastietojärjestelmän näkökulmasta. Teoksessa Lea Suoninen-Erhiö, Anneli Pohjola, Mirja Satka & Jenni Simola (toim.) Sosiaaliala uudistuu. Tietopohjan ja vuorovaikutuksen kysymyksiä. Pdf-tiedosto. <https://www.huoltaja-saatio.fi/wp-content/uploads/2020/12/SU-ia.pdf>. Helsinki: Huoltaja-säätiö sr, 99-114. Viitattu 15.12.2022.

Yliruka, Laura, Kantoluoto, Anne, Heino, Tarja, Laine, Tarja & Hipp, Tii (toim.) 2020. Itsenäistymistä ja hyvinvointia tukeva jälkihuolto ja nuorten aikuisten sosiaalityön mallinnus: Osana lastensuojelun VIP-nuoren palvelupolkua. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-552-0>. Viitattu 28.3.2023.

LIITE 1: Mun itsenäistyminen -työkirja



ESIPUHE

Hei Sinä ihana, hiljattain omaan kotiisi muuttanut itsenäistynvä nuori! Sinulla on käsissäsi työkirja, jonka tavoitteena on tukea sinua itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Voitte yhdessä jälkihuollon työntekijäsi kanssa miettiä, mitkä ovat sinun itsenäisyyttäsi parhaiten tukevat osiot ja keskittyä niihin. Työkirjan avulla voidaan vahvistaa sinun ja työntekijäsi välistä yhteistyötä, mutta voit täyttää työkirjaa myös itsenäisesti. Voit täyttää työkirjaa haluamallasi tavalla, kuten esimerkiksi kirjoittamalla, piirtämällä tai hymiöillä.

Itsenäistyminen on kasvunpolku, jonka aikana sinä opit uusia taitoja. Taitojen kehittymisen myötä arkesi sujuu helpommin ja omat rutiinisi vahvistuvat. Opit toimimaan itsenäisemmin ja riippuvuutesi muita ihmisiä kohtaan pienenee. Tälle polulle saat apua työntekijältäsi. Kysy rohkeasti neuvoa ja tukea sinua mietityttäviin asioihin.

Työkirjan pääteemana on asuminen ja arjen sujuminen. Se sisältää erilaisia tehtäviä muun muassa arjen taitoihin, vahvuuksiin ja voimavaroihin sekä hyvinvointiin liittyen.

Toivomme Sinulle opettavaisia ja inspiroivia hetkiä työkirjasi parissa! Työkirjan lopusta löytyy liite, jossa on käyttöohjeet työntekijälle.

SISÄLLYSLUETTELO

1. Työkirjan käyttöoikeudet	1
2. Kuka minä olen?	3
Menneisyyteni haamut	6
3. Minun jälkihuoltoni	7
Minun toiveeni	8
4. Asuminen ja arjen sujuminen	11
Miltä nyt tuntuu?	12
Vahvuuteni ja voimavarani	14
Arjen taidot	17
Kodin hankinnat	20
Verkostoni	22
Arkirytmii	24
Kodin siisteys	25
Raha-asiat	26
Opiskelu ja työ	28
Hyvinvointi	30
Vapaa-aika	33
5. Katse tulevaisuuteen	35
6. Mitä minulle kuuluu?	39
7. Extra-materiaali	44
Vinkkejä arkeen	45
Linkki- ja palveluvinkkejä	47
8. Loppusanat	48
LIITE: Käyttöohjeet työntekijälle	50



**1.
TYÖKIRJAN
KÄYTTÖOIKEUDET**

Ensimmäisenä tehtävänä sinä saat määritellä, kuinka työkirjaasi käytetään. Halutessasi työkirja voi olla vain omaan käyttöösi, esimerkiksi itsetutkiskelua varten. Mikäli haluat, että sinun ja työntekijäsi yhteistyö ja vuorovaikutus vahvistuisi ja työntekijäsi oppisi tuntemaan sinua, sinun tarpeitasi ja ajatuksiasi, voit antaa hänelle käyttöoikeudet työkirjaasi.



**MERKKA A RASTIT
HALUAMIISI KOHTIIN!**

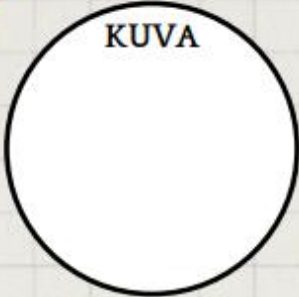


KYLLÄ EI

- | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Työkirja tulee vain omaan käyttööni | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työkirjaa käytetään minun ja työntekijäni vuorovaikutuksen ja yhteistyön tukena | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työntekijä saa lukea kirjaani itsenäisesti | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työkirjani saa luovuttaa uudelle työntekijälle luettavaksi, jotta hän voi tutustua minuun tämän kautta ennen tapaamisia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työntekijä saa tehdä minusta kirjauksia asiakastietojärjestelmään työkirjavastausten perusteella | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



**2.
KUKA MINÄ
OLEN?**

KUVA 

NIMI: _____

SYNTYMÄAIKA: _____

IHAILEN... _____

SUOSIKKIRUOKANI: _____

PARAS PIIRRE ITSESSÄNI: _____

JOS SAISIN TOIVOA MITÄ VAAN, TOIVOISIN...

3 SANAA, JOTKA KUVAAVAT MINUA:

TYKKÄÄN.... _____

JOS OLISIN ELÄIN, OLISIN.... _____

PARASTA JUST NYT: _____

.....♥.....

4

TÄMÄN HALUAN KERTOAA ITSESTÄNI:

VOIT KIRJOITTA
ITSESTÄSI JA
ELÄMÄSTÄSI JUURI SEN
VERRAN KUIN HALUAT!



MENNEISYTYTENI HAAMUT

Elämässäsi on voinut olla hyvinkin vaikeita asioita. Onko joku niistä jäänyt vaivaamaan mieltäsi? Haluaisitko kertoa niistä työntekijällesi tai jollekin toiselle ammattilaiselle? Voit halutessasi kirjoittaa mieltä painavia asioita kummituksen sisälle. Sen jälkeen pohtikaa työntekijän kanssa, miten voisit käsitellä tapahtunutta parhaiten. Oman historian käsittely ja hyväksyminen auttaa sinua rakentamaan ehjää käsitystä itsestäsi!



Psst... Olet upea! Historiasi ei määrittele sitä, kuka sinä olet!



**3.
MINUN
JÄLKIHUOLTONI**

MINUN TOIVEENI

MITÄ TOIVON JÄLKIHUOLLOLTA?

Kerro rohkeasti, toiveesi ovat tärkeitä!

MITÄ TOIVON JÄLKIHUOLLON TYÖNTEKIJÄLTÄ?



JATKA LAUSETTA

JÄLKIHUOLLOSSA
PARASTA ON... _____

TÄRKEIN ASIA, JOSSA
JÄLKIHUOLTO VOI
TUKEA MINUA ON... _____

KUN OLEN VALMIS,
HALUAISIN
KESKUSTELLA
TYÖNTEKIJÄNI
KANSSA... _____

TOIVOISIN, ETTÄ MINUN JA
TYÖNTEKIJÄNI VÄLINEN
YHTEISTYÖ OLISI... _____

JOS SAISIN
PÄÄTTÄÄ,
JÄLKIHUOLTO... _____

YMPYRÖI ASIAT, JOIHIN TOIVOISIT TUKEA:

RAHA-ASIAT

SIIVOAMINEN

RUOAN
LAITTAMINEN

SOSIAALISET
SUHTEET

ARKIRYTMİ

TYÖELÄMÄ

OPISKELU

VAPAA-AIKA

TULEVAISUUDEN
SUUNNITELMAT

MIELENTERVEYS

VANHEMMUUS/
PERHE

LIIKUNTA

MENNEISYYDEN
KÄSITTELY

MINÄKUVA

VAHVUUKSIEN JA
VOIMAVAROJEN
TUNNISTAMINEN

PÄIHTEET

FYYSINEN TERVEYS

RAVINTO

SEKSUAALISUUS

HAKEMUSTEN
TÄYTTÄMINEN

SOPIMUSTEN
TEKEMINEN

Keskustelkaa työntekijäsi kanssa
miten jälkihuolto voisi tukea sinua
valitsemissasi aihealueissa!

JOKU MUU, MIKÄ/MITKÄ? _____



4.
ASUMINEN JA ARJEN
SUJUMINEN

MILTÄ NYT TUNTUU?

Olet hiljattain muuttanut ensimmäiseen omaan kotiisi. Omilleen muuttaminen on iso elämänmuutos, joten on tärkeää pysähtyä tutkimaan omia ajatuksia ja tunteita. Pohdi fiilismittarin avulla itsenäisen asumisen alkutaivalta ja sitä, millaiset fiilikset sinulla on ollut. Voit merkata fiiliksen piirtämällä esim. rastin tai viivan valitsemaasi kohtaan.



Psst! Voitte keskustella työntekijäsi kanssa valitsemaasi fiilikseen johtaneista syistä.



MILLOIN MUUTIT
ENSIMMÄISEEN OMAAN
KOTIISI?

KOLME PARASTA ASIAA ITSENÄISESSÄ ASUMISESSA:

KOLME HAASTAVINTA ASIAA ITSENÄISESSÄ ASUMISESSA:

MINUT ON YLLÄTTÄNYT SE, ETTÄ...

OLEN ERITYISEN ILOINEN SIITÄ, ETTÄ...

ARVIOI KOTISI VIIHTYVYYS ASTEIKOLLA 1-10:

SUOSIKKIPAIKKANI KOTONA: _____

SUOSIKKIHUONEKALUNI: _____

MIELUISIN KOTITYÖ: _____

TÄTÄ OLIN ODOTTANUT: _____

VAHVUUTENI JA VOIMAVARANI

Pohdi superpuun avulla omia vahvuuksiasi ja voimavarojasi. Missä olet hyvä? Mitkä asiat tuovat sinulle voimaa? Voimavarojesi tunnistaminen ja hyödyntäminen auttaa sinua jaksamaan arjessa. Sinä olet oman elämäsi asiantuntija! Kirjoita vahvuudet ja voimavarat puunlehtiin. Voit tarvittaessa pyytää apua työntekijältäsi.



Psst! Voitte keskustella työntekijäsi kanssa siitä, miten vahvuutesi ja voimavarasi tukevat sinua itsenäistymisesi polulla!

MUN SUPERVOIMAT - PELI



Löydät seuraavalta sivulta pelin, jota voit pelata yksin tai yhdessä esimerkiksi työntekijäsi kanssa. Pelin avulla pääset pohtimaan mm. parhaita piirteitäsi, iloa tuottavia asioita, kiitollisuuden aiheita sekä vahvuuksiesi hyödyntämistä. Mukavia pelihetkiä!

Tarvitsette pelaamisen nopan sekä pelinappulat. Jos teillä ei ole noppaa, voitte ladata puhelimeen noppa -sovelluksen.

Heittäkää noppaa; isoimman silmäluvun saanut aloittaa. Heittäkää noppaa vuorollanne ja liikkukaa pelilaudalla nopan silmäluvun verran.

Pohtikaa vastauksianne rauhassa, tämä ei ole nopeuspeli! Voit tarvittaessa pyytää apua vastauksen muodostamiseen.

Peli loppuu, kun kaikki ovat päässeet maaliin. Kaikki maaliin päässeet ovat voittajia!

VOITTE TULOSTAA
SEURAAVALTA SIVULTA
LÖYTYVÄN PELILAUDAN.





ARJEN TAIDOT

Itsenäistyminen ja omassa kodissa asuminen tuovat eteen tilanteita, joissa tarvitaan erilaisia, itselle mahdollisesti uusia ja vieraita arjen taitoja. Pohdi seuraavan tehtävän avulla omaa osaamistasi arjen taitoihin liittyen.



OSAAN...	OSAAN	OSAAN AIKA HYVIN	OSAAN VÄHÄN	EN OSAA, HALUAN HARJOITELLA
...käyttää pyykinpesukonetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...laittaa ruokaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...puhdistaa likakaivon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...maksaa laskut ajallaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...puhdistaa kahvinkeitin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...soittaa isännöitsijälle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...laatia kuukausibudjetin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tarkastella sähkösovimustani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...puhdistaa liesituulettimen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...testata palohälyttimen toimivuuden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

 **JATKUU
SEURAAVALLA
SIVULLA**

**KESKUSTELKAA
TYÖNTEKIJÄSI
KANSSA KUINKA
VOISIT HARJOITELLA
VALITSEMIÄSI ARJEN
TAITOJA!**

OSAAN...	OSAAN	OSAAN AIKA HYVIN	OSAAN VÄHÄN	EN OSAA, HALUAN HARJOITELLA
...tehdä suoraveloitussopimuksen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...sulattaa pakastimen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...kierrättää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...puhdistaa uunin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...vaihtaa lampun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...käyttää silitysrautaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...vaihtaa imurin pölypussin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tulkita tekstiilien hoito-ohjeita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...puhdistaa astianpesukoneen sihdin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tehdä kauppalistan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...uusien reseptini ja huolehtia lääkityksestäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tarkastella vakuutus sopimuksiani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...käyttää sammutuspeitettä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...sulkea pääkatkaisimen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tilata e-laskun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



LINKKIVINKKEJÄ!

[Martat](#)

Ohjeita ja vinkkejä mm. kodinhoitoon liittyen

[Nuorisiasuntoliitto ry.](#)

Monipuolista tietoa sekä vinkkejä itsenäiseen asumiseen liittyen

[Valio
Yhteishyvä
Hellapölysi](#)

Edullisia kotiruokaohjeita

TEE LISTA ARJEN TAIDOISTA JOITA
HALUAISIT OPPIA JA JOITA USKOT
TARVITSEVASI TULEVAISUUDESSA:



VALITSE SELLAISIA
ARJEN TAITOJA, JOITA
EI LÖYDY EDELLISEN
TEHTÄVÄN LISTASTA!

NÄMÄ ARJEN TAIDOT
SUJUVAT MINULTA
TODELLA HYVIN: _____

HAASTAVIMMAT
ARJEN TAIDOT: _____

KODIN HANKINNAT

Ensimmäiseen omaan kotiin tarvitsee hankkia paljon erilaisia asioita, jotta arki sujuisi helposti. Kaikki hankinnat eivät ole niin välttämättömiä, kuin toiset. Pohdi seuraavan tehtävän avulla, mitä hankintoja voisit vielä tarvita omaan kotiisi. Voi olla, että hoksaa arjen keskellä asioita, joita et tiennyt aikaisemmin tarvitsevasi. Voitte laatia työntekijäsi kanssa näistä asioista erillisen listan.



HANKINNAT	MINULLA ON	TÄYTYY HANKKIA	TARVITSEN LISÄÄ	EN TARVITSE
pyykinpesukone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kahvinkeitin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kattila	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
paistinpannu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
leivänpaahdin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sähkövatkain	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
imuri	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
moppisetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
erilaisia pesuliinoja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vedenkeitin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

 **JATKUU SEURAAVALLA SIVULLA**

VOIT POHTIA TARVITTAVIEN HANKINTOJEN TEKEMISTÄ YHDESSÄ TYÖNTEKIJÄSI KANSSA.

	MINULLA ON	PITÄÄ HANKKIA	TARVITSEN LISÄÄ	EN TARVITSE
matalia ja syviä lautasia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
aterimia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kulhoja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
patalaput	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
liinavaatteet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kylpypyyhe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
peitto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
tyyny	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
veitsiä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kauhoja ja lastoja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ensiapuvälineet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sammutuspeite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sakset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pyykkikori	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
mikro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



VINKKEJÄ!

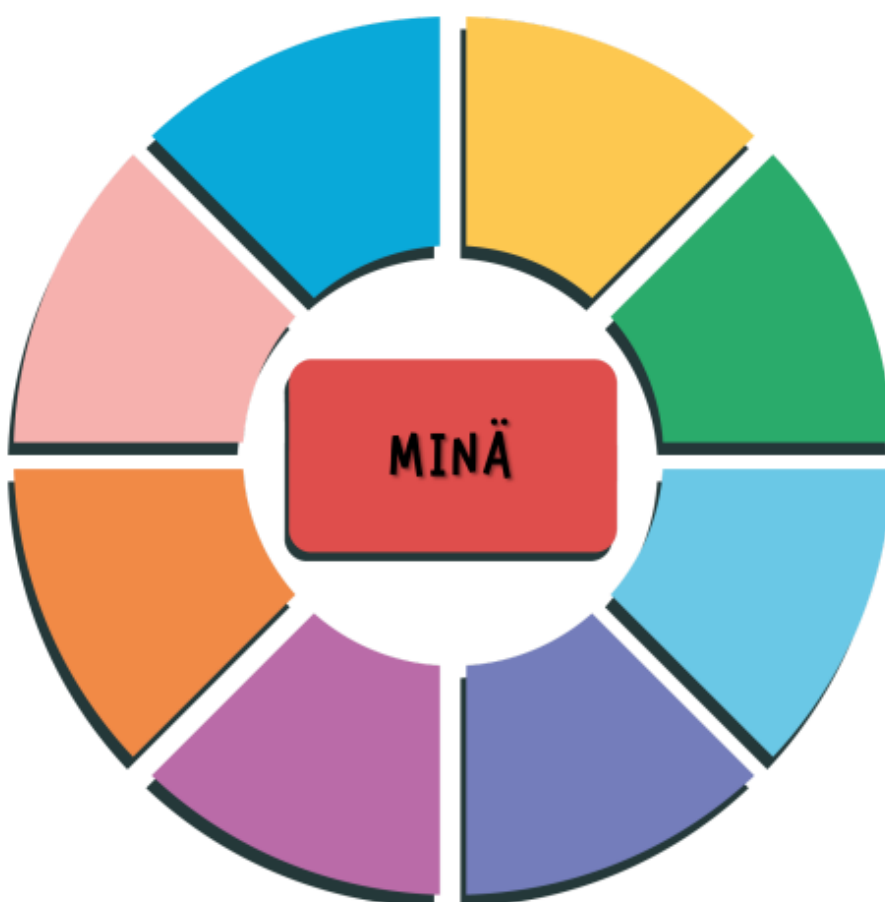
Kiertele alueesi
kirpputoreja ja kierrätyskeskuksia;
voit tehdä hyviä löytöjä.

Myös nettikirpputoreilta
voi löytyä hyvää tavaraa,
varo kuitenkin huijareita!

VERKOSTONI

Pohdi verkostokartan avulla sinulle merkityksellisiä ihmisiä ja yhteistyötahoja: kuka/ketkä ovat tärkeitä ja miksi? Mitä palveluita tarvitset? Verkostojen tunnistaminen voi auttaa sinua vaikeina aikoina. Et ole yksin!

Sijoita henkilöt tai palvelut mieleisiin kohtiin. Kaikkia kohtia ei tarvitse täyttää. Voit tarvittaessa pyytää apua työntekijältäsi.



KUKA AUTTAA? KEHEN OTAN YHTEYTTÄ?

HELP



Seuraavan tehtävän avulla voit pohtia, kehen otat yhteyttä esimerkkitalanteissa. Tarvitsetko apua esimerkiksi isännöitsijältä, vuokranantajalta, sosiaalityöntekijältäsi tai sukulaiseltasi? Muista rohkeasti pyytää apua verkostoosi kuuluvilta henkilöiltä!

Kuka auttaa ja kehen otan yhteyttä kun...

...KOTIAVAIMET
UNOHTUVAT KOTIIN

...HALUAN PITÄÄ
HAUSKAA

...PUHELINLASKU
ERÄÄNTYY

...AHDISTAA

...SOVITUT TEHTÄVÄT
EIVÄT SUJU

...HALUAN IRTISANOAA
VUOKRASOPIMUKSEN

...NAAPURIT
HÄIRIKÖIVÄT

...JÄÄKAAPPI MENE
RIKKI

...KAIPAAN
JUTTUKAVERIA

...PANKKIKORTTI
HÄVIÄÄ

...RAHAT LOPPUVAT
KESKEN KUUKAUDEN

...KOTONA ON LIIAN
KYLÄ

...KEITTIÖN HANA
VUOTAA

...TV TIPPUU
LATTIALLE JA HAJOAA

...HAMMASTA SÄRKEE

KODIN SIISTEYS

Omassa kodissa on mukavampi viettää aikaa, kun se on siisti.

Tavaroiden säilyttäminen niiden oikeilla paikoilla, ylläpitosiivoukset ja oikeat siivousvälineet helpottavat kodin siistinä pitämistä.

Alla olevan tehtävän avulla voit miettiä, millä mallilla sinun kotisi siisteysasiat ovat.

	AINA	JOSKUS	EI OLE MINUN JUTTU
pesen astiat päivittäin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pyyhin pöydät ruokailun jälkeen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
laitan pyykit pyykkikoriin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
imuroin säännöllisesti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pyyhin pölyt säännöllisesti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vaihdan liinavaatteet noin 2 viikon välein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pesen vessan tarvittaessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pesen lattiat tarvittaessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pesen ikkunat ainakin 1x/vuosi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
petaan sängyn joka aamu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Omassa kodissa asuessa voi joskus tuntua, että tekemättömät pikkuhommat kasaantuvat ja alkavat ahdistamaan.

Hyvä vinkki on tehdä [to do -lista](#) (linkki).

Tehdyn asian voi viivata yli; jo yhden asian yliviivaaminen voi helpottaa oloa!

Listaa voi käydä läpi vaikka vapaapäivien tylsinä hetkinä!

OPISKELU JA TYÖ

TÄMÄ HETKI

OPISKELU-/TYÖPAIKKANI, (PVM) ALKAEN:

PARASTA TÄSSÄ ON:

VÄHITEN PIDÄN:

TULEVAISUUS

HALUAISIN OPISKELLA/TYÖSKENNELLÄ:

TÄMÄ KIINNOSTAA MINUA, KOSKA:

NÄITÄ TAITOJA UNELMA-ALALTANI MINULLA JO ON:

Back to
School



Hyödyllisiä linkkejä:
[Opintopolku](#)
[TE-palvelut, avoimet työpaikat](#)
[AmmatINVALINTATESTI](#)

APPLY NOW



Koulu ja työ ovat iso osa elämää. On tärkeää löytää ala, joka on mielekäs ja tuntuu oikealta. Itseä kiinnostava työ auttaa motivaation ylläpitämisessä ja työssä jaksamisessa. Unelmia kohti pääseminen voi olla työlästä ja aikaa vievää. Kouluttautuminen unelma-ammattiin on mahdollista myös myöhemmässä elämänvaiheessa.

Seuraavassa tehtävässä voit asettaa itsellesi tavoitteita, joiden avulla voit päästä kohti koulu- tai työunelmaasi.

UNELMIENI KOULU- TAI TYÖPAIKKA:

TÄMÄN ONNISTUMISEKSI, MINUN PITÄÄ:

1.

2.

3.



Työhaussa voi erottua muista hakijoista persoonallisen ansioluettelon avulla. [Linkin takana muutama vinkki ansioluettelon laatimiseen.](#)

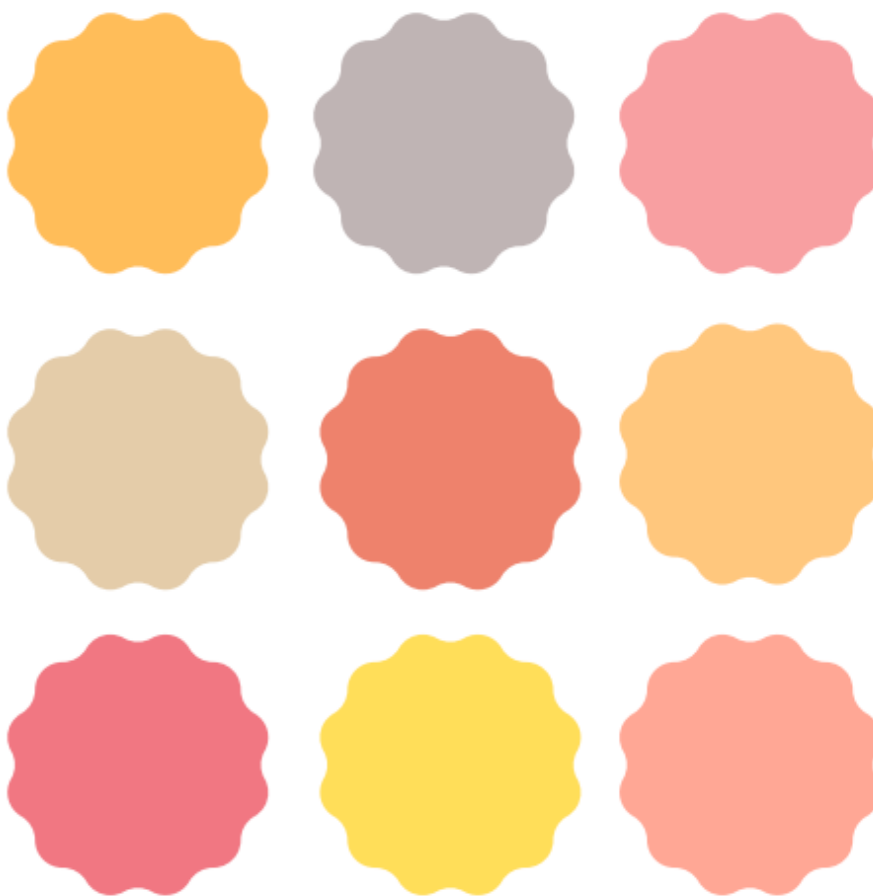
Voit asettaa itsellesi deadlineja, jos se helpottaa sinua pysymään tavoitteissasi.

→ dream →

KESKUSTELE ROHKEASTI UNELMISTASI JA HAAVEISTASI TYÖNTEKIJÄSI KANSSA. HÄN VOI OPASTAA SINUA ETENEMÄÄN KOHTI UNELMIASI!!

HYVINVOINTI

Mitkä asiat lisäävät sinun hyvinvointiasi? Mitkä asiat antavat sinulle voimaa, iloa, energiaa ja hyvää oloa arkeen? On tärkeää, että vaalit näitä asioita! Pohdi merkittävimpiä hyvinvoinnin lähteitäsi ja kirjoita ne alla olevien kuvioiden sisälle. Voit keskustella työntekijäsi kanssa valitsemiesi hyvinvoinnin lähteidesi vaalimisesta ja vahvistamisesta.



TYTYVÄISYYSMITTARI

POHDI TYÖNTEKIJÄSI
KANSSA, KUINKA
PÄÄSISIT JATKOSSA
MAHDOLLISIMMAN
LÄHELLE VIHREINTÄ
HYMYNAAMAA!

Arvioi kuinka tyytyväinen olet elämäsi eri osa-alueisiin. Tee merkintä sen hymiön kohdalle, joka kuvaa parhaiten tyytyväisyytesi tasoa. Voit tehdä merkinnän myös hymiöiden väliin!

FYYSINEN TERVEYS



MIELENTERVEYS



SOSIAALISET SUHTEET



OPISKELU-/TYÖTILANNE



KOTI



ASUINKUNTA



PALVELUNI



PÄIHTEIDEN KOHTUUKÄYTTÖ



PARISUHDE



SEKSUAALISUUS



HYVINVOINTIHAASTE


Haasta itsesi tekemään viikkosuunnitelma, joka tukee sinun hyvinvointiasi. Kirjoita jokaisen viikonpäivän kohdalle hyvinvointiasi tukeva tehtävä. Voisiko se olla esimerkiksi joogaaminen, kävelylenkki, herkkuaaterian valmistaminen, ystävälle soittaminen tai vaikkapa päiväunien ottaminen?

 weekly planner

VAPAA-AIKA

On tärkeä huolehtia myös riittävästä ja mielekkästä vapaa-ajasta. Seuraavassa tehtävässä voit pohtia mistä sinun vapaa-aikasi koostuu ja miten haluaisit viettää vapaa-aikaasi. Rentoutuminen auttaa sinua jaksamaan arjen kiireissä!

JATKA LAUSETTA 

VAPAA-AJALLA MINÄ... _____

VAPAALLA TYKKÄÄN... _____

VAPAALLA HALUAISIN ENEMMÄN... _____

VAPAALLA HALUAISIN VÄHEMMÄN... _____

VIETÄN VAPAALLA AIKAA (KENEN KANSSA)... _____

VAPAA-AJASSA PARASTA ON... _____

VAPAALLA ON TYLSÄÄ, JOS... _____

UNELMIEN
VAPAAPÄIVÄNÄ MINÄ... _____

HARRASTUKSET, JOITA HALUAISIN KOKEILLA:

PARHAIMMAT KEINOT RENTOUTUMISEEN:

YMPÄRILLÄNI ON RIITTÄVÄSTI IHMISIÄ, JOIDEN
KANSSA VOIN VIETTÄÄ VAPAA-AIKAANI:



TOTTA



EN OSAA SANOA



TARUA

RASTITA OIKEA
VAIHTOEHTO!



- Selvitä, mitä ilmaisia harrastusmahdollisuuksia asuinpaikkakunnallasi on (geokätköily, rantalentopallo, ulkokuntosali...).



- Kaipaako lenkkeilyseuraa, peliseuraa tai vaikkapa juttelukaveria? Voit etsiä seuraa esimerkiksi kaupunkien ja kuntien Facebook-puskaradioista ja Instagramin kaverihaku -julkaisuista (#kaverihaku).
- Pohtikaa työntekijäsi kanssa, kuinka jälkihuolto voisi tukea sinua esimerkiksi vapaa-ajan harrastuksissa.



**5.
KATSE
TULEVAISUUTEEN**

ASKELEET UNELMAA KOHTI

Dream

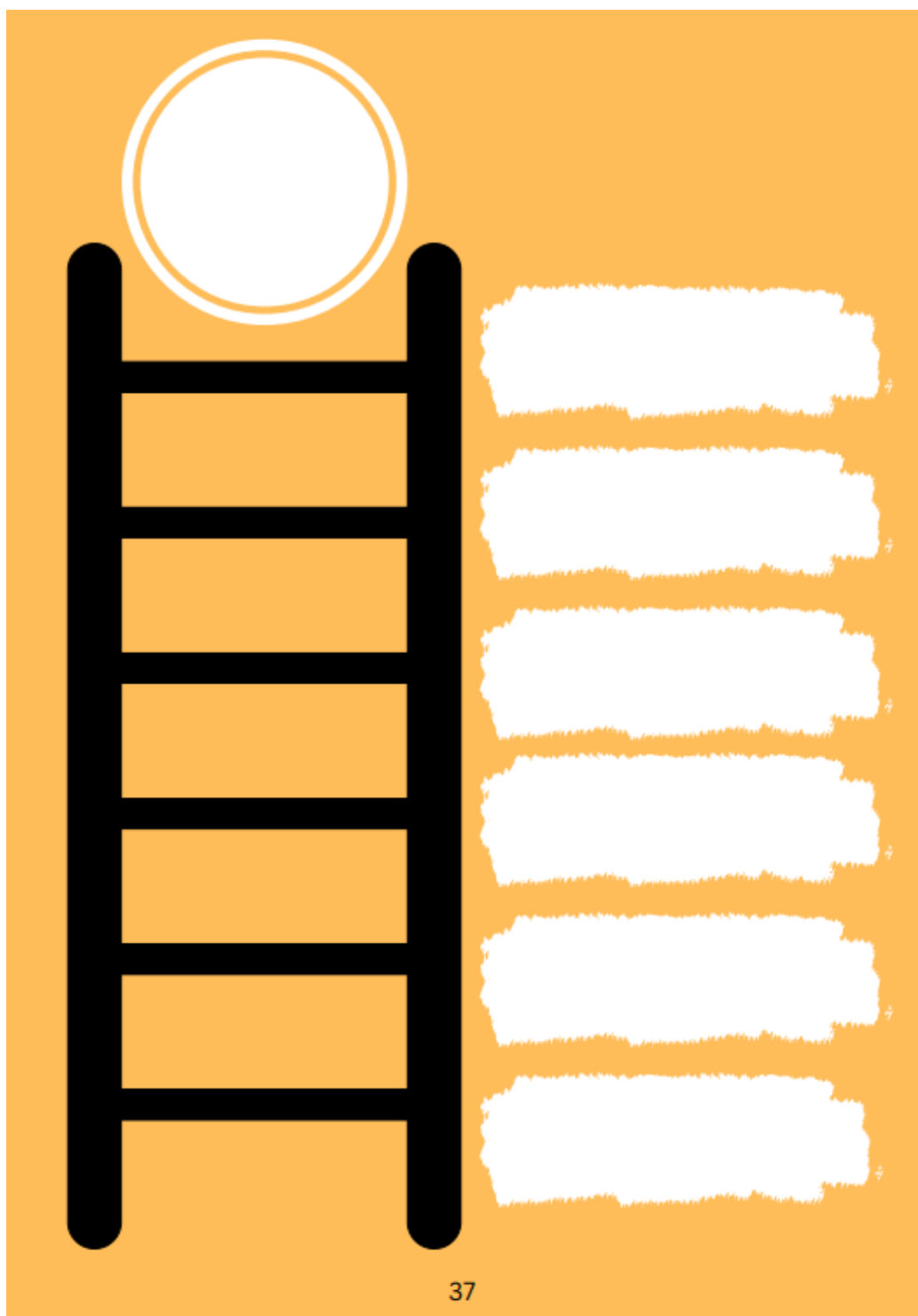


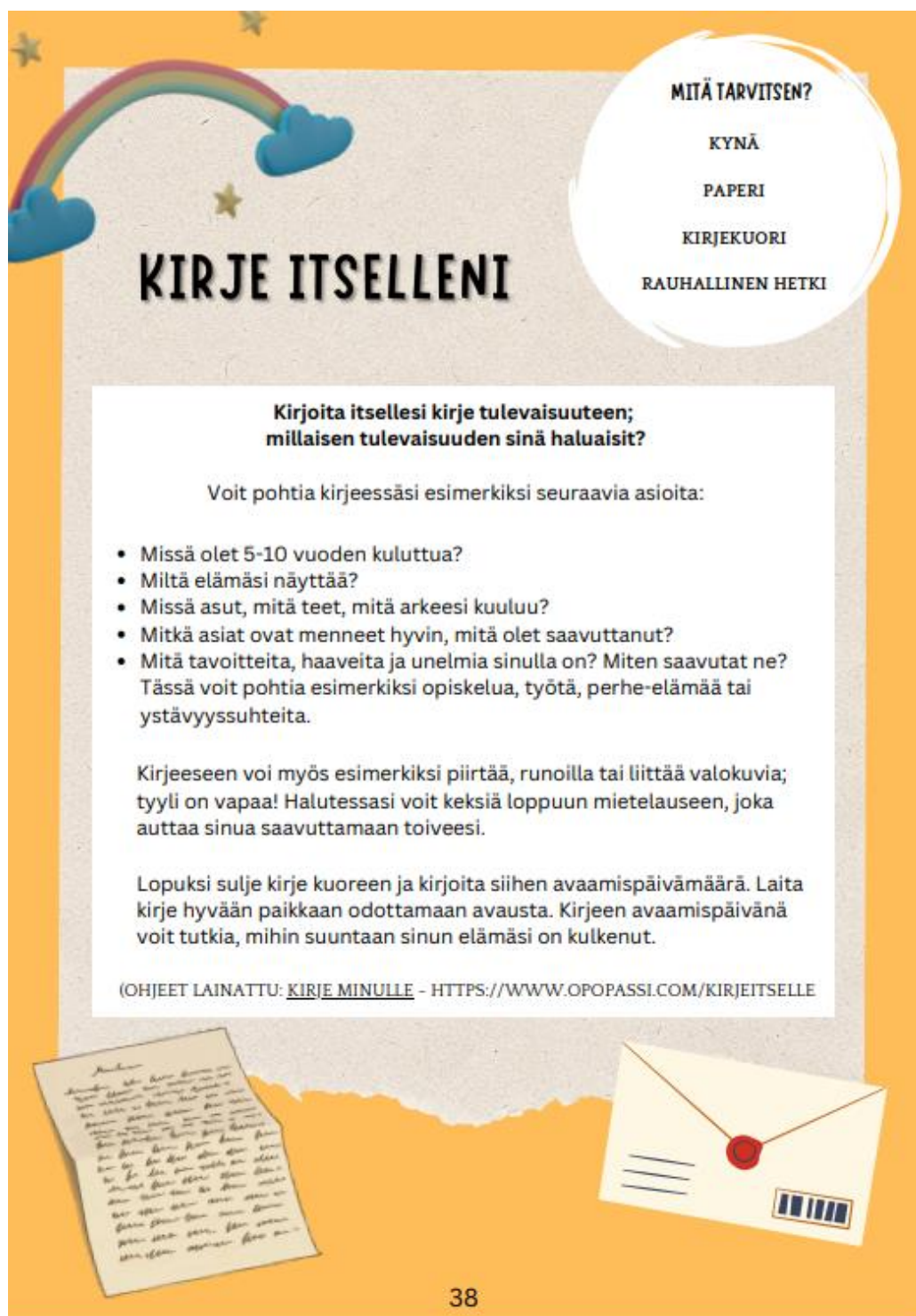
Unelmointi voi inspiroida, luoda toiveikkuutta, lisätä motivaatiota sekä auttaa tavoitteiden saavuttamisessa.

Unelmointi on positiivisia ajatuksia luovaa hyvän mielen puuhaa, joka saattaa tempaista sinut täysillä mukaansa. Ja kannattaa varoa, sillä unelmat saattavat käydä toteen! 😊

Tämän tehtävän tarkoituksena on laatia kuusiasteinen suunnitelma oman unelman saavuttamiselle.

- 1** Valitse yksi unelma, jonka haluat saavuttaa. Kirjoita unelma tikapuiden yläpuolella olevaan ympyrään. Löydät kuvan tikapuista seuraavalta sivulta.
- 2** Suunnittele kuusi askelta eli välietappia valitsemasi unelman saavuttamiseksi. Mitä sinun tulisi tehdä, että pääsisit lähemmäksi unelmasi toteutumista?
- 3** Kirjoita askeleet tikapuiden vierelle siten, että yksi askel eli välietappi vastaa yhtä askelmaa. Tämän jälkeen sinulla on kuusiasteinen suunnitelma unelmasi saavuttamiseksi!





KIRJE ITSELLENI

MITÄ TARVITSEN?

- KYNÄ
- PAPERI
- KIRJJKUORI
- RAUHALLINEN HETKI

Kirjoita itsellesi kirje tulevaisuuteen; millaisen tulevaisuuden sinä haluaisit?

Voit pohtia kirjeessäsi esimerkiksi seuraavia asioita:

- Missä olet 5-10 vuoden kuluttua?
- Miltä elämäsi näyttää?
- Missä asut, mitä teet, mitä arkeesi kuuluu?
- Mitkä asiat ovat menneet hyvin, mitä olet saavuttanut?
- Mitä tavoitteita, haaveita ja unelmia sinulla on? Miten saavutat ne?

Tässä voit pohtia esimerkiksi opiskelua, työtä, perhe-elämää tai ystävyys-suhteita.

Kirjeeseen voi myös esimerkiksi piirtää, runoilla tai liittää valokuvia; tyyli on vapaa! Halutessasi voit keksiä loppuun mietelauseen, joka auttaa sinua saavuttamaan toiveesi.

Lopuksi sulje kirje kuoreen ja kirjoita siihen avaamispäivämäärä. Laita kirje hyvään paikkaan odottamaan avausta. Kirjeen avaamispäivänä voit tutkia, mihin suuntaan sinun elämäsi on kulkenut.

(OHJEET LAINATTU: [KIRJE MINULLE](https://www.opopassi.com/kirjeitselle) - [HTTPS://WWW.OPOPASSI.COM/KIRJEITSELLE](https://www.opopassi.com/kirjeitselle))

38



**6.
MITÄ MINULLE
KUULUU?**

Mitä minulle kuuluu? -osion avulla pääset kertomaan, mitä juuri sinulle kuuluu. Voitte pohtia yhdessä työntekijäsi kanssa miltä aikaväliltä tarkastelet kuulumisiasi ja omaa vointiasi.

Viikkokuulumiset, kuukausikuulumiset... Päätös on sinun! On tärkeää, että kuulumisten päivittäminen on mielekästä puuhaa - sen ei ole tarkoitus käydä raskaaksi ja työlääksi. Täytä juuri sen verran kuin haluat! **Sinun hyvinvointisi on etusijalla.**



KUULUMISTENI AJANJAKSO:

PSSST! VOIT TEHDÄ
MERKINNÄN MYÖS
HYMIÖIDEN VÄLIIN.

Tee merkintä sen hymiön kohdalle, joka kuvastaa parhaiten vointiasi kuluneelta ajanjaksolta:



PARHAIMMAT ASIAT
KULUNEELTA AJANJAKSOLTA: _____

NÄISSÄ ASIOISSA
MINÄ ONNISTUIN: _____

**NÄITÄ ASIOITA TEIN
KULUNEELLA AJANJAKSOLLA:** _____

**IKÄVIMMÄT ASIAT
KULUNEELTA AJANJAKSOLTA:** _____

**NÄISSÄ ASIOISSA
KAIPAISIN TUKEA:** _____



TOIVEENI JÄLKIHOULLOLLE JA TYÖNTEKIJÄLLENI:

VAPAATA TILAA OMILLE
AJATUKSILLE:



VOIT KÄYTTÄÄ TÄTÄ SIVUA
ESIM. PÄIVÄKIRJANA,
KIITOLLISUUSPÄIVÄKIRJANA
TAI MUISTIINPANOSIVUNA.



**TÄMÄN HALUAN KERTOA
TYÖNTEKIJÄLLENI:**

Mitä haluaisit kertoa
työntekijällesi? Painaako
mieltäsi jokin? Haluaisitko
jakaa elämäsi iloisia asioita?
Voit kirjoittaa juuri siitä mistä
itse tahdot!



7.
EXTRA-MATERIAALI

VINKKEJÄ ARKEEN

RASTITA VINKIT, JOTKA HALUAT OTTAA KÄYTTÖÖN!

-
- Laadi ostoslista siinä järjestyksessä, jossa tuotteet sijaitsevat kaupassa.
 - Hanki lattiakaivoon lattiakaivosuodatin ➡ siivoaminen helpottuu.
 - Hyödynnä tyhjiä leipäpusseja esim. wc-roskiksen roskapusseina ➡ luonto kiittää ja rahaa säästyy!
 - Leivinpaperia voi käyttää useamman kerran, ellei se mene kovin likaiseksi tai tummu liikaa. Voit pohtia myös kestoleivinpaperin hankkimista.
 - Hyödynnä ruoanlaitossa uunin alku- ja jälkilämpöä.
 - Pakasta ylikypsät hedelmät ja hyödynnä niitä esim. smoothiessa.
 - Jos et halua saada soittoja puhelinmyyjiltä, googleta ohjeet puhelinmyyntikieltoon.
 - Pakkaa lounas- ja päivällisruoat valmiiksi rasioihin ➡ tiedät aina jääkaappiin katsomalla monelleko päivälle ruokaa on vielä jäljellä.
 - Jos vedenjuontisi on vähäistä, pidä jääkaapissa vesikannua ja nauti raikasta vettä pitkin päivää.
 - Hyödynnä saippuoiden ja shampoiden jämät lisäämällä purkkeihin hieman vettä.

- Jos et tiedä kuinka jokin roska pitäisi kierrättää, hyödynnä esim. HSY:n Jäteopasta ➡ voit selvittää kierrätystavan kirjoittamalla roskan nimen hakukenttään.
- Motivaativinkki siivoamiseen: aseta puhelimeen hälytys ja siivoa hälytystä odotellessa niin kauan kuin ehdit!
- Jos sinulla on tapana jäädä torkuttamaan herätyskelloa, vie puhelin/herätyskello niin kauas sängystä, että joudut nousemaan ylös sulkeaksesi hälytyksen.
- Osta edullista hävikkiruokaa ResQ Clubin kautta. Tarkista, toimiiko ko. palvelu asuinpaikkakunnallasi.
- Säästä vettä: pyri pesemään vain täysiä koneellisia pyykkiä ja astioita, lyhennä suihkuaikaasi ja sulje suihku, kun levität pesuaineita.
- Laske suihkuveden lämpötilaa; tämä tuo huomattavan säästön sähkönkulutukseen vuositasolla ja lompakkosi kiittää!
-
-
-
-



VOIT ETSIÄ ARKEEN
LIITTYVIÄ VINKKEJÄ JA
KIRJATA NE ITSELLESI
MUISTIINI!

LINKKI- JA PALVELUVINKKEJÄ

Erlaisia chatteja, joissa voit jutella anonyymisti mieltä painavista asioista:

- Sekasin-chat**: avoinna ma-pe 9-24, la-su 15-24
MLL:n lasten ja nuorten chat: avoinna joka päivä 17-20, myös ajanvarausmahdollisuus
Netari: WhatsApp -päivystys ma-pe 17-19, sivustolta näkee myös muita chatteja ja niiden aukioloaikoja

Muita hyödyllisiä hyvinvointiin liittyviä sivustoja:

- Zekki**: Miten sulla menee? Digitaalinen hyvinvointimittari
Terveyskylä: terveyden digitaalinen tieto-, hoito- ja tukipalvelu
Suomi.fi: tietoa eri palveluista

- Mielenterveyteen liittyvää tietoa**
Hammashoitoon liittyvää tietoa
Sairastumiseen liittyvää tietoa
Rokotuksiin liittyvää tietoa

Itselleni tärkeitä sivustoja:



**8.
LOPPUSANAT**

Olemme tehneet tämän työkirjan Savonia-ammattikorkeakoulun sosionomiopintojen opinnäytetyönä. Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimi Savonian Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke.

Nuorelle:

Toivomme, että työkirja on auttanut sinua elämäsi isossa vaiheessa: itsenäistymisessäsi. Toivottavasti sait työkirjatyöskentelyn avulla omat ajatuksesi kuuluviksi ja näkyviksi itsellesi ja työntekijällesi. Mielestämme tällä tavoin sinun oman polkusi rakentumista voidaan tukea parhaiten.

Työntekijälle:

Toivomme, että työkirja on auttanut vahvistamaan sinun ja itsenäistyvän nuoren yhteistyötä ja vuorovaikutusta. Kehitimme työvälineen, jonka avulla nuoreen tutustuminen voi helpottua. Mikäli nuoren työntekijä vaihtuu jälkihuollon aikana, työkirjaan täytetyt tiedot siirtyvät uudelle työntekijälle nuoren luvalla, eikä työskentelyä tarvitse aloittaa alusta. Mielestämme laadukas ja toimiva asiakassuhde rakentuu hyvässä vuorovaikutuksessa.

Kiitos, että saimme olla luomassa uutta asiakaslähtöistä työvälinettä, jossa nuoren ääni on pääroolissa!

10.10.2023
Jelena & Riina



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



KÄYTTÖOHJEET TYÖNTEKIJÄLLE

Hei Sinä jälkihuollon ammattilainen!

Työkirjan kohderyhmänä ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltoonnuoret ja sen tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Työkirjan pääteema on asuminen ja arjen sujuminen. Se sisältää erilaisia tehtäviä muun muassa arjen taitoihin, vahvuuksiin ja voimavaroihin sekä hyvinvointiin liittyen.

Työkirjan sisältö on laadittu pdf-muotoon ja ajatuksena on, että sitä käyttävä taho voisi viedä sen digitaaliseen muotoon. Digitaalisessa muodossa oleva työkirja helpottaisi tietojen jakamista sinun ja nuoren välillä. Lisäksi se antaisi mahdollisuuden muokata työkirjan sisältöä nuoren henkilökohtaisiin tarpeisiin sopivaksi. Työkirjaa voi kuitenkin hyödyntää myös tulostettuna versiona sekä täyttämällä työkirjaa pdf-tiedoston muokkaustoiminnon avulla.

Sinä voit yhdessä nuoren kanssa pohtia, mitkä työkirjan osiot tukisivat sinun asiakastasi itsenäistymisessä. Voitte ottaa käyttöön ne sivut, jotka koette hyödyllisiksi. Koko työkirjaa ei ole pakko täyttää. Työkirjan täyttämisen on tarkoitus olla mielekästä, eikä siitä pidä koitua nuorelle paineita. Voitte yhdessä suunnitella työkirjalle sopivan tarkasteluvälin sekä -tavan. Vastauksista voi havaita nuoren tuen tarpeita. Niiden avulla keskustelua voi myös johdatella pintaa syvemmälle.

Toivottavasti työkirja tuo apua nuorille sekä teille työntekijöille. Toivomme teille antoisia hetkiä työkirjatyöskentelyn parissa!

LIITE 2: Palautekysely

SAVONIA**"Mun itsenäistyminen" -työkirjan sisällön palautekysely** Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Kyselyn tarkoituksena on kerätä palautetta "Mun itsenäistyminen" -työkirjan sisällön ensimmäisestä versiosta. Kehitämme työkirjan sisältöä saatujen palautteiden perusteella.

"Mun itsenäistyminen" -työkirjaa on tarkoitus hyödyntää jälkihuollon toteutuksessa. Se toimii työvälineenä sekä nuorelle itselleen että jälkihuoltoa toteuttavan tahon työntekijälle. Työkirjan kohderyhmää ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret. Sen tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Ajatuksena on, että valmista työkirjaa hyödynnettäisiin viemällä se digitaaliseen, sovelluksenomaiseen muotoon.

Olet juuri tutustunut työkirjan sisällön ensimmäiseen versioon. Pyydämme sinua vastaamaan tämän kyselyn kysymyksiin. Kyselyn arvioitu täyttöaika on 3-25 minuuttia riippuen vastaustesi laajuudesta. Vastaaminen tapahtuu nimettömästi, eikä sinua voida tunnistaa. Kyselyyn voi vastata 30.9.2023 asti.

Mihin vastaajajoukkoon kuulut? *

- Olen/olen ollut jälkihuoltoon oikeutettu itsenäistyvä/itsenäistynyt nuori
- Työskentelen jälkihuoltoon oikeutettujen nuorten parissa
- Olen molempia edellä mainittuja

Työkirjan käyttötarkoitus on selkeä. *

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Miksi? Mitä olisi hyvä tarkentaa? *

Työkirja sisältää oleellisia asioita itsenäiseen asumiseen ja arjen sujumiseen liittyen. *

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Jotain oleellista puuttuu, mitä? *

Työkirjan sisältö on selkeä ja helposti ymmärrettävä. *

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Kehitysideoita: *

Työkirja soveltuu kohderyhmälle käyttötarkoitukseltaan ja sisällöltään. Kohderyhmää ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltoonoret. *

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä

- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Kehitysideoita: *

Voisin kuvitella hyödyntäväni työkirjaa jälkihuollon toteutuksessa/itsenäistymiseni tukena. *

- Kyllä
- Ehkä
- En

Perustelu vastauksille ehkä/en: *

Lopuksi voit antaa kehitysideoita, risuja ja ruusuja työkirjaan liittyen:

LIITE 3: TIETOSUOJAILMOITUS



**OPINNÄYTETYÖHÖN LIITETTÄVÄ
TIETOSUOJASELOSTE/-ILMOITUS
EU:n yleinen tietosuoja-asetus
13 ja 14 artiklat
Laatimispäivä: 16.8.2023**

Tietoa tutkimukseen osallistuvalla

Olet osallistumassa Savonia-ammattikorkeakoulussa tehtävään opinnäytetyöhön liittyvään tutkimukseen. Tässä selosteessa kuvataan, miten henkilötietojasi käsitellään tutkimuksessa.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Sinuun ei kohdistu mitään negatiivista seuraamusta, jos et osallistu tutkimukseen tai jos keskeytät osallistumisesi tutkimukseen. Jos keskeytät osallistumisesi tutkimukseen, ennen keskeytystä kerättyä aineistoa voidaan kuitenkin käyttää tutkimuksessa. Tämän selosteen kohdassa 14 kerrotaan tarkemmin, mitä oikeuksia sinulla on ja miten voit vaikuttaa tietojesi käsittelyyn.

1. Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Nimi: Jelena Kotilainen & Riina Ruotsalainen

Puhelinnumero: -

Sähköpostiosoite: jelena.kotilainen@edu.savonia.fi, riina.ruotsalainen@edu.savonia.fi

2. Kuvaus tutkimushankkeesta ja henkilötietojen käsittelyn tarkoitus

Opinnäytetyömme on kehittämistyö. Opinnäytetyömme tarkoituksena on laatia sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan, joka toimii työvälineenä sekä nuorelle itselleen että jälkihuoltoa toteuttavan tahon työntekijälle. Työkirjan kohderyhmänä ovat hiljattain omaan kotiin muuttaneet jälkihuoltonuoret ja sen tavoitteena on vahvistaa nuoren ja työntekijän välistä vuorovaikutusta sekä tukea nuorta itsenäistymisessä ja uudenaikaisessa arjessa. Työmme toimeksiantajana on Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke.

Kyselyllä pyydämme palautetta työkirjan sisällön ensimmäisestä versiosta, jotta voimme kehittää ja viimeistellä sitä nuorilta sekä työntekijöiltä saatujen arvokkaiden palautteiden perusteella. Vastausten saaminen on tärkeää työmme lopputuloksen kannalta. Olemme laatineet työkirjan pdf-muotoon, mutta ajatuksena on, että valmista työkirjaa hyödynnettäisiin viemällä se digitaaliseen, sovelluksenomaiseen muotoon. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen muotoon jää sille taholle, joka haluaa ottaa työkirjan käyttöönsä. Opinnäytetyöhömme kuuluu siis valmiin digitaalisen työkirjan sijaan työkirjan sisällön laatiminen.

Vastauksista ei käy ilmi vastaajan nimi tai muut henkilötiedot, eli vastaaminen tapahtuu anonymisti. Vastaukset ovat vain opinnäytetyön tekijöiden käytössä, eikä niitä luovuteta muille. Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen vastaukset hävitetään eikä niitä käytetä muuhun tarkoitukseen.

3. Tutkimuksen suorittajat

Jelena Kotilainen ja Riina Ruotsalainen

4. Tutkimuksen nimi ja tutkimuksen kestoaika

Opinnäytetyön nimi:

Mun itsenäistyminen – sisältö itsenäistyvän nuoren digityökirjaan jälkihuollon toteutuksen tueksi. Opinnäytetyön odotettu valmistumisaika joulukuussa 2023.

Henkilötietojen käsittelyn kesto:

Vastausten tiedot on käsitelty ja vastaukset hävitetty viimeistään 31.12.2023.

Opinnäytetyö on luettavissa valmistumisen jälkeen Theseus-tietokannasta.

5. Henkilötietojen käsittelyn oikeusperuste

Henkilötietoja käsitellään yleisen tietosuoja-asetuksen 6 artiklan 1 kohdan mukaisella perusteella.

Henkilötietojen käsittelyperusta tässä tutkimuksessa on

tutkittavan suostumus

tieteellinen tai historiallinen tutkimus tai tilastointi

6. Mitä henkilötietoja tutkimusaineisto sisältää

Epäsuorana henkilötietona selvitetään vastaajan ammatti: Kyselystä selviää, onko vastaaja nuori vai jälkihuollon työntekijä.

Vastaajia etsitään Facebookin ja sähköpostin avulla. Näistä saadut henkilötiedot hävitetään opinnäytetyön valmistuttua.

7. Arkaluonteiset henkilötiedot

Tutkimuksessa ei käsitellä arkaluonteisia henkilötietoja.

8. Mistä lähteistä henkilötietoja kerätään

Webropol -kyselylomake.

9. Tietojen siirto tai luovuttaminen edelleen

Henkilötietoja ei siirretä tai luovuteta edelleen.

10. Tietojen siirto tai luovuttaminen EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle

Henkilötietoja ei siirretä tai luovuteta edelleen.

11. Henkilötietojen suojauksen periaatteet

Tiedot ovat salassa pidettäviä.

Manuaalisen aineiston suojaaminen:

Tietojärjestelmissä käsiteltävät tiedot:

käyttäjätunnus salasana käytön rekisteröinti kulunvalvonta

muu, mikä:

Suorien tunnistetietojen käsittely:

Suorat tunnistetiedot poistetaan analysointivaiheessa

Aineisto analysoidaan suorien tunnistetiedoin, koska (peruste suorien tunnistetietojen säilyttämiselle):

12. Henkilötietojen käsittely tutkimuksen päättymisen jälkeen

Tutkimusrekisteri hävitetään

Tutkimusrekisteri arkistoidaan:

ilman tunnistetietoja tunnistetiedoin

Mihin aineisto arkistoidaan ja miten pitkäksi aikaa:

13. Savonia-ammattikorkeakoulun tietosuojavastaavan yhteystiedot

Savonia-ammattikorkeakoulun tietosuojavastaava on hallinnon suunnittelija Mervi Hätinen. Häneen saa yhteyden sähköpostiosoitteesta tietosuojavastaava@savonia.fi

14. Mitä oikeuksia sinulla on ja oikeuksista poikkeaminen

Yhteyshenkilö tutkittavan oikeuksiin liittyvissä asioissa on tämän ilmoituksen kohdassa 1 mainittu henkilö.

Suostumuksen peruuttaminen (tietosuoja-asetuksen 7 artikla)

Sinulla on oikeus peruuttaa antamasi suostumus, mikäli henkilötietojen käsittely perustuu suostumukseen. Suostumuksen peruuttaminen ei vaikuta suostumuksen perusteella ennen sen peruuttamista suoritettujen käsittelyjen lainmukaisuuteen.

Oikeus saada pääsy tietoihin (tietosuoja-asetuksen 15 artikla)

Sinulla on oikeus saada tieto siitä, käsitelläänkö henkilötietojasi tutkimuksessa ja mitä henkilötietojasi tutkimuksessa käsitellään. Voit myös halutessasi pyytää jäljennöksen käsiteltävistä henkilötiedoista.

Oikeus tietojen oikaisemiseen (tietosuoja-asetuksen 16 artikla)

Jos käsiteltävissä henkilötiedoissasi on epätarkkuuksia tai virheitä, sinulla on oikeus pyytää niiden oikaisua tai täydennystä.

Oikeus tietojen poistamiseen (tietosuojasetuksen 17 artikla)

Sinulla on oikeus vaatia henkilötietojesi poistamista seuraavissa tapauksissa:

- a) henkilötietoja ei enää tarvita niihin tarkoituksiin, joita varten ne kerättiin tai joita varten niitä muutoin käsiteltiin
- b) peruutat suostumuksen, johon käsittely on perustunut, eikä käsittelyyn ole muuta laillista perustetta
- c) vastustat käsittelyä (kuvaus vastustamisoikeudesta on alempana) eikä käsittelyyn ole olemassa perusteltua syytä
- d) henkilötietoja on käsitelty lainvastaisesti; tai
- e) henkilötiedot on poistettava unionin oikeuteen tai jäsenvaltion lainsäädäntöön perustuvan rekisterinpitäjään sovellettavan lakisääteisen velvoitteen noudattamiseksi.

Oikeutta tietojen poistamiseen ei kuitenkaan ole, jos tietojen poistaminen estää tai vaikeuttaa suuresti käsittelyn tarkoituksen toteutumista tieteellisessä tutkimuksessa.

Oikeus käsittelyn rajoittamiseen (tietosuojasetuksen 18 artikla)

Sinulla on oikeus henkilötietojesi käsittelyn rajoittamiseen, jos kyseessä on jokin seuraavista olosuhteista:

- a) kiistät henkilötietojen paikkansapitävyyden, jolloin käsittelyä rajoitetaan ajaksi, jonka kuluessa tutkija voi varmistaa niiden paikkansapitävyyden
- b) käsittely on lainvastaista ja vastustat henkilötietojen poistamista ja vaadit sen sijaan niiden käytön rajoittamista
- c) tutkija ei enää tarvitse kyseisiä henkilötietoja käsittelyn tarkoituksiin, mutta sinä tarvitset niitä oikeudellisen vaateen laatimiseksi, esittämiseksi tai puolustamiseksi
- d) olet vastustanut henkilötietojen käsittelyä (ks. tarkemmin alla) odottaessa sen todentamista, syrjäyttävätkö rekisterinpitäjän oikeudet perusteet rekisteröidyn perusteet.

Oikeus siirtää tiedot järjestelmästä toiseen (tietosuojasetuksen 20 artikla)

Sinulla on oikeus saada tutkijalle toimittamasi henkilötiedot jäsennellyssä, yleisesti käytetyssä ja koneellisesti luettavassa muodossa, ja oikeus siirtää kyseiset tiedot toiselle rekisterinpitäjälle, jos käsittelyn oikeusperuste on suostumus tai sopimus, ja käsittely suoritetaan automaattisesti.

Kun käytät oikeuttasi siirtää tiedot järjestelmästä toiseen, sinulla on oikeus saada henkilötiedot siirrettyä suoraan rekisterinpitäjältä toiselle, jos se on teknisesti mahdollista.

Vastustamisoikeus (tietosuojasetuksen 21 artikla)

Sinulla on oikeus vastustaa henkilötietojesi käsittelyä, jos käsittely perustuu yleiseen etuun tai oikeutettuun etuun. Tällöin tutkija ei voi käsitellä henkilötietojasi, paitsi jos se voi osoittaa, että käsittelyyn on olemassa huomattavan tärkeä ja perusteltu syy, joka syrjäyttää rekisteröidyn edut, oikeudet ja vapaudet tai jos se on tarpeen oikeusvaateen laatimiseksi, esittämiseksi tai

puolustamiseksi. Tutkija voi jatkaa henkilötietojesi käsittelyä myös silloin, kun sen on tarpeellista yleistä etua koskevan tehtävän suorittamiseksi.

Oikeuksista poikkeaminen

Tässä kohdassa kuvatuista oikeuksista saatetaan tietyissä yksittäistapauksissa poiketa tietosuoja-asetuksessa ja Suomen tietosuojalaissa säädetyillä perusteilla siltä osin, kuin oikeudet estävät tieteellisen tai historiallisen tutkimustarkoituksen tai tilastollisen tarkoituksen saavuttamisen tai vaikeuttavat sitä suuresti. Tarvetta poiketa oikeuksista arvioidaan aina tapauskohtaisesti.

Valitusoikeus

Sinulla on oikeus tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistoon, mikäli katsot, että henkilötietojesi käsittelyssä on rikottu voimassa olevaa tietosuojalainsäädäntöä.

Yhteystiedot:

Tietosuojavaltuutetun toimisto
Käyntiosoite: Ratapihantie 9, 6. krs, 00520 Helsinki
Postiosoite: PL 800, 00521 Helsinki
Vaihe: 029 56 66700
Faksi: 029 56 66735
Sähköposti: tietosuoja(at)om.fi

LIITE 4: Saatekirje

Hei Sinä jälkihuollon asiantuntija!

”Mun itsenäistyminen” -työkirjaan tutustumisen jälkeen toivomme Sinun vastaavan kyselyymme, jonka tarkoituksena on saada palautetta työkirjan sisällön ensimmäisestä versiosta. Vastaamalla sinulla on mahdollisuus vaikuttaa työkirjan lopulliseen sisältöön. Mieliapiteesi on meille tärkeä!

Olemme Savonia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita ja kysely on laadittu opinnäytetyöprosessiamme varten. Opinnäytetyömme tarkoituksena on laatia sisältö jälkihuollon toteutuksessa hyödynnettävään digitaaliseen työkirjaan, joka toimii työvälineenä sekä nuorelle itselleen että jälkihuoltoa toteuttavan tahon työntekijälle. Olemme laatineet työkirjan pdf-muotoon. Ajatuksena on, että valmista työkirjaa hyödynnettäisiin viemällä se digitaaliseen, sovelluksenomaiseen muotoon. Työkirjan sisällön vieminen digitaaliseen muotoon jää sille taholle, joka haluaa ottaa työkirjan käyttöönsä. Opinnäytetyöhömme kuuluu siis valmiin digitaalisen työkirjan sijaan työkirjan sisällön laatiminen.

Pyydämme sinua ensimmäiseksi tutustumaan työkirjan sisältöön. Voit käyttää tutustumiseen aikaa sen verran kuin koet tarpeelliseksi. Tämän jälkeen toivomme sinun vastaavan kyselyyn, jonka arvioitu täyttöaika on 3–25 minuuttia riippuen vastaustesi laajuudesta. Vastaaminen tapahtuu nimettömästi, eikä sinua voida tunnistaa. Kyselyyn voi vastata 30.9.2023 asti.

Alla linkit työkirjaan, palautekyselyyn ja tietosuojailmoitukseen:

[Työkirja](#)

[Palautekysely](#)

[Tietosuojailmoitus](#)

Jos sinulla heräsi kysymyksiä työhömme liittyen, vastaamme niihin mielellämme. Yhteystietomme ovat:

Jelena Kotilainen, jelena.kotilainen@edu.savonia.fi

Riina Ruotsalainen, riina.ruotsalainen@edu.savonia.fi

Opinnäytetyömme toimeksiantaja: Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain jälkihuoltopalveluin -hanke, <https://laatuajalkihuoltoon.savonia.fi/hanke/alasivu-1/>

Yhteistyöstä kiittäen

Jelena Kotilainen & Riina Ruotsalainen

Savonia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat