



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

PIA KARHU JA SUSANNA VIITANIEMI

Kotipesä

Vaikutukset kuntoutuksen arjen hyvinvointiin

KUNTOUTUKSEN OHJAUKSEN TUTKINTO-OHJELMA
2023

TIIVISTELMÄ

Karhu, Pia & Viitaniemi, Susanna
Kotipesä - Vaikutukset kuntoutujan arjen hyvinvointiin
Opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu
Kuntoutuksen ohjaus
Joulukuu 2023
Sivumäärä 41, liitteet 2

Opinnäytetyömme tavoitteena on selvittää, edistääkö Tampereen seurakunnan Kotipesä-toiminta kuntoutujan arjen hyvinvointia ja toimintakykyä kuntoutujan omasta näkökulmasta. Tarkoituksena on tuoda kuntoutujan oma ääni kuuluviin.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi valittiin laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä. Aineistonkeruumenetelmänä oli yksilöteemahaastattelu. Haastattelut toteutettiin kahdesti kevään 2023 aikana, toiminnan alkaessa ja loppuessa. Olimme mukana havainnoimassa Kotipesän toimintaa kolmen kuu-kauden ajan. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysiä käyttäen, hyödyntäen teemoittelua ja värikoodausta.

Tutkimustulosten mukaan, Kotipesä koettiin positiiviseksi ja toimintakykyä edistäväksi toimintamuodoksi. Tulokset osoittivat, että Kotipesän yhteisöllä oli kuntoutujille osallisuutta, sosiaalista toimintakykyä ja arjen hyvinvointia vahvistava vaikutus. Lisäksi kuntoutujat ottivat askeleita kohti toimijuutta.

Asiasanat: pitkäaikaistyöttömyys, sosiaalinen kuntoutus, kuntouttava työtoiminta, toimintakyky, yhteisöllisyys

ABSTRACT

Karhu, Pia & Viitaniemi, Susanna

Kotipesä - Effects on the rehabilitator's everyday well-being

Thesis, Satakunta University of Applied Sciences

Rehabilitation counseling

December 2023

Number of pages 41, appendices 2

The goal of our thesis is to find out whether the Kotipesä activity of the Tampere parish promotes the rehabilitated person's everyday well-being and functional ability from the rehabilitated person's own perspective. The purpose is to make the rehabilitated person's own voice heard.

A qualitative research method was chosen as the research method for the thesis. The data collection method was an individual theme interview. The interviews were conducted twice during spring 2023, at the start and the end of the activity. We were involved in observing Kotipesä's operations for three months. The material was analyzed using content analysis, utilizing thematization and color coding.

According to the research results, Kotipesä was perceived as a positive and functional form of activity. The results showed that Kotipesä's community had an effect on strengthening participation, social functioning and everyday well-being for those rehabilitated. In addition, the rehabilitated persons took steps towards becoming active.

Key words: long-term unemployment, social rehabilitation, rehabilitative work activity, ability to function, sense of community

ALKUSANAT

Haluamme esittää lämpimän kiitoksen yhteistyöstä Tampereen seurakunnalle sekä Kotipesän kuntoutujille.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TARKOITUS JA TAVOITE	7
3 KOTIPESÄ.....	7
4 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	9
4.1 Kuntoutuminen	9
4.2 Sosiaalinen kuntoutus	10
4.3 Kuntouttava työtoiminta	11
4.4 Ohjaavat lait	13
4.4.1 Sosiaalihuoltolaki	13
4.4.2 Laki kuntouttavasta työtoiminnasta.....	13
4.5 Pitkäaikaistyöttömyys	14
4.6 Toimintakyky	15
4.7 Toimijuus	16
4.8 Voimavaralähtöisyys.....	17
4.9 Yhteisöllisyys.....	18
5 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT	20
5.1 Laadullinen tutkimus.....	20
5.2 Aineiston keruu.....	20
5.3 Sisällönanalyysi.....	21
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	22
6.1 Aineistonkeruumenetelmä	22
6.2 Aineistohallinta	25
6.3 Analyysimenetelmä	25
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	28
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	31
9 POHDINTA	33
9.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	33
9.2 Opinnäytetyön arviointi	34
9.3 Jatkotutkimusehdotus.....	36
LÄHTEET	37
LIITE 1: HAASTATTELULUPA	42
LIITE 2: HAASTATTELURUNKO.....	43

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme käsittelee Tampereen seurakunnan kuntouttavan työtoiminnan tuoretta Kotipesä-hanketta, joka on suunnattu pitkäaikaistyöttömien hyvinvoinnin edistämiseen. Kotipesän toiminta on tarkoitettu pitkäaikaistyöttömän tueksi, kun hän osallistuu työkokeiluun tai kuntouttavaan työtoimintaan sekä näiden jälkeiseen aikaan siten, että työtön ei jää vaille kannattelua ja yhteisöä, johon kuulua.

Opinnäytetyön teoriaosuus koostuu kirjallisista lähteistä ja aineisto hankitaan teemahaastatteluilla, ja osallistuvalla havainnoinnilla. Työn tavoitteena on selvittää edistääkö Kotipesä-toiminta kuntoutujan arjen hyvinvointia ja toimintakykyä kuntoutujan omasta näkökulmasta. Opinnäytetyön avulla opitaan ymmärtämään kuntoutuksen yhteisöllisyyden merkitystä kuntoutujan arjen mielekkyyden kannalta. Tarkoitus on tuoda kuntoutujan oma ääni kuuluviin. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää Kotipesän toiminnan kehittämiseen jatkossa. Opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi valikoitui laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä.

Pitkäaikaistyöttömyys tarkoittaa työttömyyttä, joka on yhtäjaksoisesti kestänyt yli vuoden ajan. (Tilastokeskus, n.d.) Työ- ja elinkeinoministeriön työllisyyskatsauksessa joulukuussa 2022 todettiin koko Suomessa olleen 86 200 pitkäaikaistyötöntä. Määrä oli laskenut edellisestä vuodesta, mutta yli kahden vuoden yhtäjaksoinen työttömyys oli kuitenkin lisääntynyt. Joulukuussa 2022 oli yli kaksi vuotta työttömänä olleita 50 800 henkilöä. (Työ- ja elinkeinoministeriö, 2022)

Kun työttömyys pitkittyy ja ongelmat elämässä kasaantuvat, kuntouttava työtoiminta saattaa tarjota mahdollisuuksia arjesta selviytymiseen ja elämän mielekkyyteen.

2 TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tarkastella Kotipesän kuntouttavaa työtoimintaa noin kolmen kuukauden ajan. Tavoitteena oli havainnoinnin ja teema-haastattelujen avulla selvittää, vaikuttaako kuntoutujan omasta näkökulmasta Kotipesän toiminta kuntoutujaan, tapahtuuko kuntoutujan arjessa ja toimintakyvyssä muutoksia. Olimme mukana seuraamassa ryhmän toimintaa tutkimusjakson ajan. Haastattelut toteutettiin kahdesti kolmen kuukauden jakson aikana: toiminnan alussa ja lopussa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat:

- 1) Edistääkö Kotipesä-toiminta kuntoutujan arjen hyvinvointia ja toimintakykyä kuntoutujan omasta näkökulmasta?
- 2) Tuleeko toimenpiteen kohteena olijasta toimija?

3 KOTIPESÄ

Tampereen seurakunnat toteuttavat kuntouttavaa työtoimintaa tiiviissä yhteistyössä Tampereen kaupungin työllisyys- ja kasvupalveluiden kanssa. Seurakunnan kehittämät voimavararyhmät ovat kuntouttavaa työtoimintaa ryhmämuotoisesti ja niihin ohjaudutaan Tampereen kaupungin työllisyys- ja kasvupalveluiden kautta. Voimavararyhmissä työtön ja vaikeasti työllistyvä henkilö saa tukea ja työkaluja arkeensa. Lisäksi Tampereen seurakunnalla on tarjolla työkokeilupaiikkoja eri aloilta sekä valmennuksen tukea. (Tampereen seurakunta, n.d.)

Tampereen seurakunnat ovat yksi kirkon edelläkävijöistä pitkäaikaistyöttömien työllistämistoimissa seurakunnissa. Tampereen kaupunki lähettää kuntouttavan työtoiminnan voimavararyhmiin 100–120 asiakasta vuosittain. Lisäksi

muissa työllistämistoimissa seurakunnalla on yhteensä noin 100 asiakasta joka vuosi. (Kelokaski, H., Mattila, J. 2022)

Kotipesä on Tampereen seurakunnan uusi hanke, joka on suunnattu pitkäaikaistyöttömien hyvinvoinnin edistämiseen. Kotipesän toiminta on tarkoitettu pitkäaikaistyöttömän tueksi, myös silloin kun hän osallistuu työkokeiluun tai kuntouttavaan työtoimintaan sekä näiden jälkeiseen aikaan siten, että työtön ei jää vaille kannattelua ja yhteisöä, johon kuulua. Suurin osa Kotipesän kuntoutujista tulevat voimavararyhmistä. (Kelokaski, H., Mattila, J. 2022)

Ajatus pitkäaikaistyöttömien yhteisöstä syntyi voimavararyhmien ohjaajien havainnoista seurakunnilla. Jos työttömyyden pitkäaikaistumiseen vaikuttaviin prosesseihin ei puututa, yksittäinen toimenpide tai työkokeilu ei vie eteenpäin kohti työtä. Ryhmiin osallistujilla on ollut runsaasti jännitykseen, yksinäisyyteen, sosiaalisten tilanteiden pelkoon, keskittymiskyvyttömyyteen ja masennukseen liittyvää oireilua. Osa näistä haasteista on työttömyyden juurisyy ja osa taas seurausta pitkäaikaistyöttömyydestä. Palvelujärjestelmällä sekä työttömällä henkilöllä itsellään on haasteita tunnistaa pitkäaikaistyöttömyyden osatekijöitä. Avun saaminen saattaa olla vaikeaa ja vain kolme kuukautta kestävä työllisyyspalveluiden toimenpide ei anna riittävää jatkuvuutta esimerkiksi näiden osatekijöiden tunnistamiseen ja kuntoutumiseen. Pitkäaikaistyöttömyyteen on voinut johtaa hoidettavissa oleva, mutta hoitamattomaksi jäänyt fyysinen tai psyykinen sairaus, kuten masennus. Paluu työelämään ei kaikilla onnistu, koska työttömällä ei ole voimavaroja hakeutua avun piiriin tai terveydenhuoltojärjestelmä ei tunnista tarvetta hoitaa työllistymisen esteenä olevaa sairautta. (Kelokaski, H., Mattila, J. 2022)

Kotipesä kokoontuu kerran viikossa neljän tunnin ajan. Se on vapaa yhteisö, matalan kynnyksen olohuone, johon tulla ja olla, ja jossa osallistujilla on mahdollisuus päättää mitä siellä tapahtuu. Painopiste on kuntoutujien itse suunnittelemassa toiminnan sisällössä. Toisaalta Kotipesässä on kuitenkin aina läsnä ammattilainen, joka kannattelee yhteisöllisyyttä, ratkaisukeskeisen tuen saatavuutta ja mahdollistaa tarvittaessa erilaisten, esimerkiksi jännittämiseen, masennukseen ja yksinäisyyteen liittyvien pienryhmien kokoontumiset.

Ammattilainen on väylä yhteiskunnan ja hankkeiden tarjoamiin palveluihin. Kotipesän yhteisön toiminnan rinnalla kulkee mahdollisuus yksilöohjaukseen. Kotipesän kävijä voi päästä esimerkiksi terveystarkoitukseen, jossa asiakas voi keskustella terveyteensä liittyvistä asioista. Yhteisödiakonin kautta voi saada ratkaisukeskeistä keskusteluapua sekä palveluohjausta kaupungin palveluihin ja seurakunnan eri työmuotoihin kuten diakoniatyöhön, vapaaehtoisille raha-asia- neuvojille tai erilaisiin paikallisseurakuntien järjestämiin ryhmiin. (Kelokaski, H., Mattila, J. 2022)

Kotipesä-hanke toteutetaan yhteistyössä työllistämisyhdistys Etapin ja Mielen ry:n kanssa. Kotipesä kokoontuu Etapin Rasti-voimavarapisteen tiloissa. Tämä mahdollistaa toimintaan osallistumisen myös Rastin asiakkaille. Kerralla Kotipesän toiminnassa voi olla mukana 10–15 asiakasta, vuosittain yhteensä noin 50. (Kelokaski, H., Mattila, J. 2022)

4 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Kuntoutuminen

Kuntoutuminen on suunnitelmallista, prosessin omaista toimintaa, jossa ammattilaisten tuella kuntoutuja ylläpitää ja vahvistaa toiminta- ja työkykyään. Keskiössä on kuntoutujan oma aktiivisuus ja osallisuus sekä hänen toimintaympäristöjensä muokkaus siten, että se tukee hänen kuntoutumistaan. Tähtäyksinä on yksilön toimintakyvyn, itsenäisen selviytymisen ja osallisuuden edistäminen sekä työ- ja opiskelukyvyn, työllistymisen ja työssä jatkamisen tukeminen. Kuntoutus on osa palvelujärjestelmää, jossa monialaisesti tuetaan kuntoutujan lisäksi myös hänen lähipiiriään. (STM, n.d.-a)

Kuntoutuminen on pitkäjänteinen prosessi, joka vaatii kuntoutujalta itseltään aktiivisuutta ja sitoutumista, sekä oikea-aikaista apua ja tukea ympäristöltä.

Kuntoutuja itse asettaa realistiset tavoitteet itselleen. Tavoitteet, jotka ovat merkityksellisiä hänelle omassa arjessaan ja joiden saavuttamiseksi suunnitellaan keinoja yhdessä asiantuntijoiden kanssa. Kuntoutuja pyrkii ja toimii kohti tavoitteitaan joko itsenäisesti tai lähiympäristönsä tukemana. (Autti-Rämö, Salminen, 2016, s. 14–15)

4.2 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus on aina linkittynyt yhteiskuntaan ja sosiaalipolitiikkaan. Kuntoutuksen kehittäjät ovat kiinnittäneet huomionsa sekä hyviin elinoloihin ja ihmissuhteisiin, mutta myös taloudellisiin, oikeudellisiin ja poliittisiin rakenteisiin. Kuntoutuslainsäädännön kehittämistä on leimannut laajempien tavoitteiden asettamisen lisäksi palveluperusteisuus. Sosiaalisen kuntoutuksen määritelmä on jättänyt tilaa tulkinnoille ja toiminnoille, eikä ole ollut missään vaiheessa yksiselitteinen. (Lindh, ym., 2018, s. 19)

Vaikka sosiaalista kuntoutusta on järjestetty jo pitkään, sen asema on ollut lainsäädännössä vakiintumaton. Sosiaalinen kuntoutus on yksi sosiaalipalvelu sosiaalihuoltolaissa (2014/1301). Lain 17§ mukaan sosiaalinen kuntoutus on sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen menetelmin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaalinen kuntoutus voi olla sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittämistä, kuntoutusneuvontaa ja -ohjausta sekä palvelujen yhteensovittamista. Lisäksi se voi olla valmennusta arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan, ryhmätoimintaa sekä tukea sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Työikäisille, pitkään työttöminä olleille henkilöille esimerkiksi kuntouttava työtoiminta ja työelämäosallisuutta vahvistavat palvelut ovat osa tarjottavia sosiaalihuollon palveluja. (Juvonen-Posti yms., 2016, s. 172)

Sosiaalinen kuntoutuminen on sosiaalipalvelu, joka pohjautuu aina henkilön oman toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. (STM, n.d.-b) Se on prosessi, jonka lähtökohta on, että kuntoutuminen

toteutuu parhaiten paikoissa, tiloissa ja toiminnoissa, joissa henkilö paikallisesti liikkuu ja toimii. (THL, 2018)

Sosiaalisella kuntoutumisella tarkoitetaan, että henkilön kuntoutuessa hänen elämänpiirinsä ja toiminnallisuutensa kasvavat, koska kuntoutujien tilannetta monesti kuvaavat rajoittuneet tai huonot sosiaaliset suhteet. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on parantaa henkilön sosiaalisia suhteita sekä laajentaa niitä perheen ja ystävien kautta yhteiskunnan ja talouden eri osa-alueille. (THL, 2018)

Sosiaalinen kuntoutus koostuu toimenpiteistä, joiden avulla ehkäistään henkilön syrjäytymistä ja vahvistetaan hänen osallisuuttaan. Sosiaalinen kuntoutus pyrkii vahvistamaan sosiaalista toimintakykyä niin, että henkilön arkipäivän välttämättömät toiminnot, vuorovaikutussuhteet ja oman toimintaympäristön roolit ovat sujuvia. (Terveyskylä, 2022)

Sosiaalista kuntoutusta tulee toteuttaa yhteistyössä lääkinnällisen, ammatillisen ja kasvatuksellisen kuntoutuksen kanssa ja sosiaalisen kuntoutuksen palveluun yhdistetään tarvittaessa myös päihde- ja/tai mielenterveyshoito sekä muut tarvittavat palvelut ja tukitoimet. Ongelmien kasautuessa ja pitkittyessä tai kun sosiaalisen kuntoutuksen toimenpiteet ovat muuten tarpeellisia henkilön sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi ja osallisuuden edistämiseksi, on taustalla oltava ymmärrys sosiaalisen kuntoutuksen kokonaisvaltaisen työskentelyn välttämättömyydestä. (STM, n.d.-b)

4.3 Kuntouttava työtoiminta

Kuntouttava työtoiminta kuuluu sosiaalihuoltolain mukaisiin sosiaalipalveluihin. Kuntouttavan työtoiminnan lainsäädännöstä ja kehittämisestä on vastuussa Sosiaali- ja terveysministeriö. Toiminnan tavoitteena on ehkäistä työttömyydestä johtuvia negatiivisia vaikutuksia henkilön toimintakyvyssä, tukea elämän- ja arjenhallintaa ja työkykyä. Lisäksi syrjäytymistä ehkäistään

tarjoamalla erilaisia mahdollisuuksia työtoimintaan ja muihin palveluihin. (STM, n.d.-c)

Kuntouttava työtoiminta on suunnattu henkilöille, joilla on työ- ja toimintakyvysään rajoitteita ja siten eivät voi olla osallisina julkisissa työvoimapalveluissa tai työelämässä. Kuntouttava työtoiminta on toissijainen palvelu TE-palveluihin katsottuna. Toiminnan pohjana on aktivointisuunnitelma, joka on laadittu työ- ja elinkeinotoimiston, hyvinvointialueen ja kuntoutujan kesken. Aktivointisuunnitelma sisältää palvelukokonaisuuden, joka huomioi asiakkaan henkilökohtaisen tilanteen. Kuntoutujalle määritellään yksilöllisesti tarkoituksenmukaiset ja oikea-aikaiset palvelut, joita hänelle tarjotaan. Pitkään työttöminä olleet henkilöt, jotka eivät työ- ja toimintakykynsä vuoksi kykene osallistumaan TE-hallinnon ensisijaisiin palveluihin, ovat oikeutettuja hyvinvointialueiden järjestämään kuntouttavaan työtoimintaan. Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään kuntoutujan yksilöllisen tilanteen mukaan osa- tai kokopäiväisesti 1–4 päivänä viikossa 3–24 kuukauden ajan. Toiminta on tavoitteellista ja sen tarkoitus on vahvistaa kuntoutujan elämänhallintaa ja toimintakykyä siten, että hänellä olisi mahdollisuus työllistyä, kouluttautua tai osallistua TE-hallinnon työllistymistä edistäviin palveluihin. (STM, n.d.-c)

Kuntouttavasta työtoiminnasta säädetään kuntouttavasta työtoiminnasta annetussa laissa, jonka keskeisenä ajatuksena on tiivis yhteistyö hyvinvointialueiden ja työ- ja elinkeinotoimistojen kesken. Kuntouttava työtoiminta on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät työ- ja toimintakykynsä asettamien rajoitusten takia voi osallistua julkisiin työvoimapalveluihin tai työhön. Hyvinvointialueiden on järjestettävä kuntouttavaa työtoimintaa niille pitkäaikaistyöttömille henkilöille, jotka ovat oikeutettuja työmarkkinatukeen tai toimeentulotukeen, ja jotka eivät työ- ja toimintakykynsä takia pysty osallistumaan TE-hallinnon ensisijaisiin palveluihin. Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään yksilöllisen tarpeen mukaan osa- tai kokopäiväisesti yhdestä neljään päivään viikossa 3–24 kuukauden ajan. Toiminta on tavoitteellista siten, että se edistää asiakkaan elämänhallintaa ja toimintakykyä, jotta hän voisi työllistyä, hakeutua koulutukseen tai osallistua TE-hallinnon työllistymistä edistäviin palveluihin. (STM, n.d.-c)

4.4 Ohjaavat lait

Sosiaalihuoltolain mukaisesti sosiaalinen kuntoutus määritellään toimintana ja palveluna asiakkaan tarpeista ja voimavaroista käsin. Tavoitteena tukitoimille on henkilön mahdollisimman itsenäinen ja oma-aloitteinen toiminta. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014)

4.4.1 Sosiaalihuoltolaki

Sosiaalihuoltolain tarkoituksena on edistää ja ylläpitää henkilön hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta. Tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta, edistää osallisuutta ja turvata yhdenvertaisin perustein riittävät sosiaalipalvelut sekä muut hyvinvointia tukevat toimenpiteet. Laki pyrkii lisäämään asiakaskeskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa. Lain tarkoituksena on myös parantaa yhteistyötä hyvinvointialueen sosiaali- ja terveydenhuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä. Pykälässä 17 käsitellään sosiaalista kuntoutusta, jolla tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua ja tavoitteellista tukea sosiaalisen toimintakyvyn ja elämänhallinnan parantamiseksi tai ylläpitämiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi sekä osallisuuden edistämiseksi. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014)

4.4.2 Laki kuntouttavasta työtoiminnasta

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta säättää toimenpiteistä, joilla edistetään pitkään kestäneen työttömyyden perusteella työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavan henkilön edellytyksiä työllistyä sekä parannetaan hänen mahdollisuuksiaan osallistua koulutukseen ja työ- ja elinkeinoviranomaisen järjestämään julkiseen työvoimapalveluun. Lisäksi tämä laki säättää toimenpiteisiin osallistuvan henkilön oikeuksista ja velvollisuuksista. Yritykset eivät voi tuottaa kuntouttavaa työtoimintaa. Kuntouttavan työtoiminnan palvelukokonaisuus sisältää henkilön elämänhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä tukevia palveluita. Palveluihin voi kuulua yksilö- ja ryhmämuotoista toimintaa, jota toteutetaan

erilaisissa toimintaympäristöissä. Palvelun täytyy sisältää henkilön tarvitsema tuki ja ohjaus, jota tuotetaan henkilökohtaisena tai ryhmässä toteutettavana palveluna. Kuntouttava työtoiminta on kytkeydyttävä henkilön tarvitsemiin sosiaali-, terveys- ja kuntoutuspalveluihin, julkisiin työvoimapalveluihin sekä muihin palveluihin ja tukitoimiin. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001)

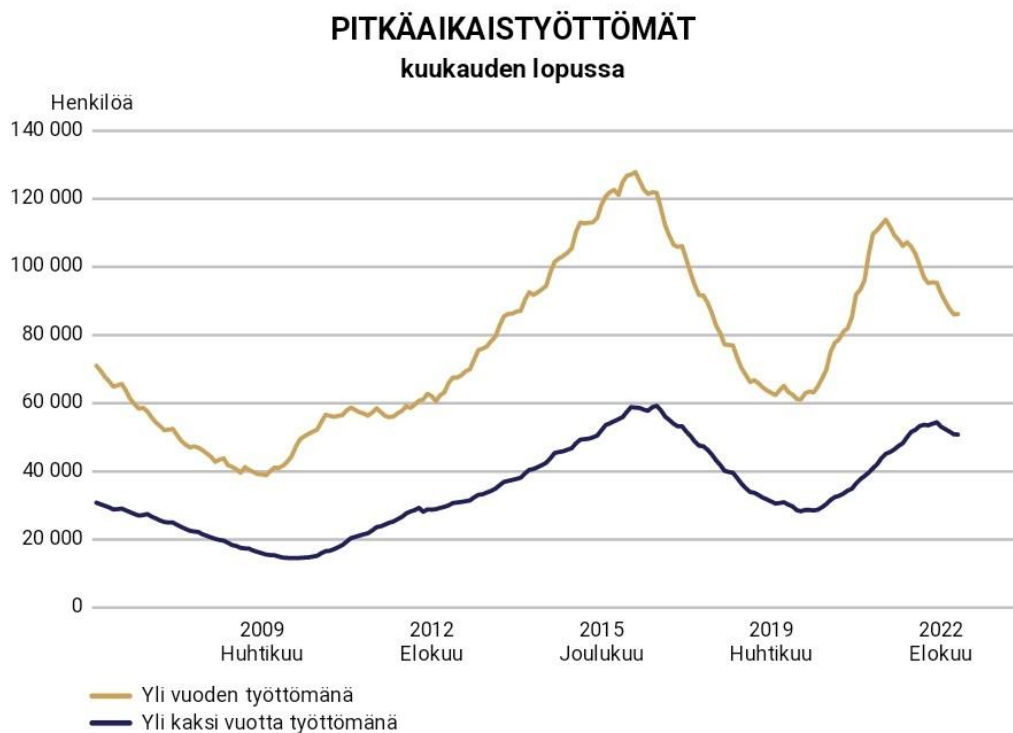
4.5 Pitkäaikaistyöttömyys

Tilastokeskus määrittelee pitkäaikaistyöttömyyden olevan työttömyyttä, joka on yhtäjaksoisesti kestänyt yli vuoden ajan. (Tilastokeskus, n.d.)

Työ- ja elinkeinoministeriö julkaisi vuonna 2008 kattavan katsauksen ja koosteen eri tutkimuksista ja tiedosta, jotka perustelevat työttömyyden ja terveyden yhteyttä. Tutkijat löysivät runsaasti näyttöä siitä, että työttömyydellä on heikentävä vaikutus hyvinvointiin. Kootun tutkimustiedon mukaan työttömät ovat sairampia kuin työlliset. Toisaalta katsauksessa löydettiin myös näyttöä kuinka huono terveys ja etenkin mielenterveyden haasteet kytkeytyvät kasvaneeseen työttömyysriskiin sekä pitkittyneeseen työttömyyteen. Terveemmät henkilöt työllistyvät helpommin kuin heikommassa terveydentilassa olevat, jotka joutuvat suuremmalla todennäköisyydellä työttömiksi, ja näin työttömyyden myötä heikkenevä terveys ja työkyky muodostaa itseään vahvistavan kierteen. (Työ- ja elinkeinoministeriö, 2022, s.3) Työttömyyden pitkittyessä terveysongelmat lisääntyvät ja kärjistyvät. (Kalimo, ym., 1993) Työttömyyden yksi selvin vaikutus on henkilön toimentuloon, joten pitkittyessään työttömyys kasvattaa köyhyyden riskiä. Työttömyys, joka on toistuvaa ja pitkittyvää, heikentää työkykyä ja jopa lisää kuolleisuutta. Pahimmillaan työttömyys näkyy kuolleisuuseroina työttömien ja työllisten henkilöiden välillä. (THL, 2019)

Joulukuussa 2022 Työ- ja elinkeinoministeriön työllisyyskatsauksessa todettiin koko Suomessa olleen 260 400 työtöntä työnhakijaa, joka on 14 900 vähemmän verrattaessa joulukuuhun 2021. Alla oleva kuva 1. havainnoi pitkäaikaistyöttömyyden kulkua Suomessa välillä 2009–2022. Pitkäaikaistyöttömien määrä oli laskenut 2021 vuodesta 21 100 henkilöllä -- joulukuussa 2022 luku

oli 86 200 pitkäaikaistyötöntä henkilöä. Yli kahden vuoden yhtäjaksoinen työttömyys oli kuitenkin lisääntynyt 700 henkilöllä. Joulukuussa 2022 oli yli kaksi vuotta työttömänä olleita 50 800 henkilöä. (Työ- ja elinkeinoministeriö, 2022, s. 2–7)



Kuva 1. Kuvalähde: Työ- ja elinkeinoministeriö, 2022

4.6 Toimintakyky

Toimintakyky on jäljellä olevan toimintakyvyn taso tai todettu toiminnan vaje. Se ei ole pysyvä tila, vaan voi muuttua esimerkiksi akuutin sairauden tai kriisin seurauksena. Toimintakyvyllä on mahdollisuus parantua tavoitteellisen hoidon, kuntoutuksen tai palvelukokonaisuuden avulla. Ympäristön muutokset, esimerkiksi asunnossa tehtävät muutostyöt, voivat vaikuttaa positiivisesti henkilön mahdollisuuksiin suoriutua paremmin arjestaan. Toimintakyky on muuttuva tila ja tarvitsee jatkuvaa tai säännöllistä arviointia. (Kari, ym., 2013, s.14)

Toimintakyvyllä kuvataan henkilön valmiutta ja pystyvyyttä kaikkeen yleiseen toimintaan ja kykyä hyödyntää omia voimavarojaan. Toimintakykyä on mahdollista kartoittaa sekä arvioida eri näkökulmista, mutta laajimmillaan toimintakyky on kaikki ne toiminnot, jotka toteutuvat henkilön osallistuessa mihin tahansa elämän ja arjen tilanteisiin. (Pohjalainen, Heimonen, 2009, s.10) Toimintakyky on merkittävää henkilön hyvinvoinnin kannalta: arkielämästä selviytyminen hänelle itselleen sopivalla tavalla. Myös yhteiskunnan tavoitteet kytkeytyvät toimintakykyyn, kuten esimerkiksi työelämän pidentämiseen tai tuki kotona asumiseen ja kotihoitoon iäkkäälle väestönosalle. (Saunio, ym. 2016, s.206–208)

Toimintakyky on henkilön fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä arkielämän toiminnoista ympäristössä, jossa hän elää. Toimintakyky on riippuvainen ympäristön myönteisistä tai kielteisistä vaikutuksista. Ihmisen toimintakykyä voidaan tukea ja arjessa selviytymistä parantaa asuin- ja elinympäristöön liittyvillä tekijöillä muiden ihmisten tuella erilaisilla palveluilla. (THL, 2022)

4.7 Toimijuus

Toimijuus tarkoittaa ihmisen, yhteisön tai organisaation kykenevää toimintaa ja mahdollisuutta tarkoitukselliseen, itsenäiseen toiminnallisuuteen tai siitä pitäytymiseen. Yleisesti ottaen toimijuuden käsitteellä painotetaan yksilön mahdollisuutta tehdä omaa toimintaansa koskevia valintoja. Toimijalähtöinen lähestymistapa tuo esiin kokemuksen omasta toimijuudesta ja luottamuksen siihen. Käsitettä toimijuudesta voidaan soveltaa esimerkiksi kuvaamaan elämänkaaren käännekohtia tai tarkastelemaan yksittäisiä vuorovaikutuskäytänteitä. (Tieteen termipankki, 2023)

Toimijuuden käsite tuo tuoretta näkökulmaa ja täydentää toimintakyvyn tarkastelua, joka merkitsee toimintakyvyn sosiaalisuuden ymmärtämistä. Siinä

tarkastellaan käytössä olevaa toimintakykyä mahdollisen toimintakyvyn sijaan, arjen toimintakykyä sekä toimintaa, toimintatilanteiden ja sosiaalisten toimintakäytäntöjen saavuttamista. Toimijuuden tarkastelussa kiinnitetään huomio arjen tilanteisiin, joissa toimintakyky on käytössä ja keskiössä on henkilön oma tahto, omat valinnat ja oma tekeminen. (Pohjalainen, Heimonen, 2009, s.11)

Voimavaroihin keskittyminen on tyypillistä ratkaisukeskeiselle asiakastyölle, joka on lähtöisin terapiamaailmasta Yhdysvalloista, Brief Family Therapy Center-nimiseltä perheterapiaklinikalta 1970–80 luvulta. Kehittäjinä siellä olivat Insoo Kim Berg ja Steve de Shazer kollegoineen. Myös amerikkalainen psykiatri ja hypnoterapeutti Milton Erickson vaikutti merkittävästi ratkaisukeskeisyyden kehitykseen. Ratkaisukeskeisyys rantautui Suomeen Yhdysvaltalaisen pastorin ja terapeutin, John Frykmanin mukana vuonna 1973. Suomessa psykiatrian erikoislääkäri Ben Furman ja sosiaalipsykologi Tapani Ahola ovat aktiivisesti edistäneet ja kehittäneet ratkaisukeskeisyyttä. (Sesay, 2013)

4.8 Voimavaralähtöisyys

Lähtökohtana voimavaralähtöisyydessä on henkilön pystyvyys tehdä asioita itse. Voimavaralähtöisyyden keskiössä on asiakkaan omat vahvuudet ja ratkaisujen mahdollisuudet. Voimavaralähtöiselle työotteelle keskeistä on asiakaslähtöisyys, dialoginen ja merkityksellinen vuorovaikutus sekä toivon näkökulma. Keskittyminen sosiaalisen toimintakyvyn vajavaisuuksiin ja erilaisiin kuntoutuksellisiin tarpeisiin saattaa horjuttaa asiakkaan luottamusta omaan kykeneväisyyteensä ratkaista tilanteita, ja etenkin jatkuva tuen vastaanottaminen heikentää uskoa omaan pystyvyyteen. Pitkäaikaista apua vastaanottava asiakas saattaa jäädä alisteiseen ja riippuvaiseen asemaan. Voimavaralähtöinen työskentelytapa tarjoaa tähän toisenlaisen lähestymistavan, jossa haasteet eivät ole keskiössä. (THL, 2020)

Voimavaralähtöisyys pyrkii vahvistamaan henkilön olemassa olevia voimavaroja sekä hänen kykeneväisyyttään auttaa itse itseään. Se tukee myönteistä

suhtautumista itseensä, jonka avulla kohdataan haasteet ja kuormittavat tilanteet elämässä. Voimavara-ajattelun tärkeimpiä elementtejä ovat tavoitteellisuus ja toivo. Henkilön omat oivallukset muodostavat perustan positiiviselle muutokselle ja omien voimavarojen vahvistumiselle. Henkilön voimavarat saattavat kytkeytyä esimerkiksi hänen arvomaailmaansa, ominaisuuksiinsa, ihmissuhteisiinsa, kotiin, työhön, harrastuksiin ja unelmiin. Oleellista on oppia tunnistamaan omat voimavaransa, jotta ne ovat hyödynnettävissä. (Terveyskylä, 2020)

Voimavaralähtöisessä toimintamallissa vahvistetaan henkilön itseluottamusta, tuetaan itseohjautuvaa ongelmanratkaisukykyä ja suunnataan katse tulevaan. Painotus on erityisesti keskustelussa ja siinä kuntoutujaa motivoivissa teki-
jöissä. Voimavaralähtöisyydessä uskotaan ihmisen kykeneväsyyteen oppia uutta ja muuttua itse. Ongelmista tulee tavoitteita, sen sijaan, että keskitytään miksi ja mistä ongelmat kumpuavat. Kun kuntoutuksen tavoitteita asetetaan, painopiste on asiakkaiden jo olemassa olevien voimavarojen kartoituksessa, uusien mahdollisuuksien etsimisessä sekä niiden käyttöön saamisessa. (Karhula ym., s. 236)

4.9 Yhteisöllisyys

Sosiaalisuus sekä ryhmiin ja paikkoihin kiinnittyminen ovat ihmiselle lajityypillisiä ominaisuuksia. Yhteisöä ja yhteisöllisyyttä pidetään monimerkityksellisinä käsitteinä, joiden yksiselitteinen määrittely on haastavaa. Yhteisöt ovat muodostuneet erilaisiksi eri kulttuureissa ja sijainneissa. Monet eri tieteenalat ovat olleet kiinnostuneita yhteisöjen ja yhteisöllisyyden tutkimuksesta omista tutkimusnäkökulmistaan katsoen, jonka seurauksena sama käsite on saanut erilaisia merkityksiä. Saksalaisen sosiologin Ferdinand Tönniesin (1855–1936) yhteisöä ja yhteiskuntaa käsittelevässä tutkimuksessa, korostui yhteisöllisyys ihmisen luonnollisena ja ominaisena olemisen ja elämisen tapana. Tönniesin tutkimuksessa nousee esiin yhteisön jäsenten välinen ymmärrys, joka on yhteisön sosiaalinen voima ja synnyttää toveruuden tunteen. Tönniesin mukaan, tämä perustuu vahvaan läheiseen tuttavuuteen, joka todennäköisemmin

rakentuu, kun yhteisön jäsenten taustat, kokemukset, sosiaalinen asema sekä persoonallisuudet ovat samankaltaisia tai toisiaan täydentäviä. (Moilanen, L., Eilola, J., 2013, s.7–13)

Vaikka yhteisöllisyyden määritelmä ei olekaan yksiselitteinen, niin esiin nousee usein yhtenevä näkemys yhteisöllisyyden myönteisyydestä. Yhteisöllisyys on kytkeytynyt yhteisöihin: yhteisöllisyyttä ei ole olemassa ilman yhteisöä. Yhteisöllisyys muodostuu yhteisöissä ja perustuu sen jäsenten yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Yhteisön vahva yhteishenki rakentuu jäsentensä keskinäisestä tasa-arvoisesta asemasta ja yhteisöllisyyden katsotaan edellyttävän yhteisöön kuulumisen vapaaehtoisuutta. Yhteisöllisyys syntyy jäsenten välisestä vastavuoroisuudesta, joka puolestaan muodostuu kielellisessä vuorovaikutuksessa. (Varila, 2018, s.9)

Yhteisöllä viitataan jonkin aiheen, alueen tai asian äärelle kokoontuvaa sosiaalisen rakenteen omaavaan ryhmään. Ryhmä muodostuu yksilöistä, joilla on yhdistävänä tekijänä yhteinen päämäärä tai yhteinen tehtävä. (Opetushallitus, n.d.)

Käsitteeseen yhteisöllisyydestä liittyy läheisesti käsite sosiaalisesta pääomasta. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan sosiaalisia verkostoja, kriteereitä ja luottamusta, jotka vahvistavat yhteisön jäsenten keskinäistä vuorovaikutusta ja yhteistoimintaa. (Iisakka, 2004) Sosiaalisen pääoman perusajatus on, että sosiaaliset suhteet vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin ja yhteiskunnalliseen toimintakykyyn fyysisen pääoman, luonnonvarojen ja inhimillisen pääoman (eli yksilöiden osaamisen) lisäksi. (Ruuskanen, n.d.)

5 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT

5.1 Laadullinen tutkimus

Kirjan Tutki ja kirjoita mukaan, kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on kuvata todellista elämää, sisältäen ajatuksen todellisuuden moninaisuudesta. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on pyrkimys tutkia kohdetta kokonaisvaltaisesti, löytää ja tuoda esiin tosiasioita, ja tavoitteena on ymmärtää tutkimuksen kohdetta. Aineistoa kootaan todellisissa ja luonnollisissa tilanteissa. Esiin nousevia kvalitatiivisen tutkimuksen piirteitä ovat esimerkiksi ihmisen toimiminen tiedon keruun välineenä, sekä induktiivisen analyysin käyttö: aineistoa tarkastellaan moninaisesti ja yksityiskohtaisesti. Aineistosta nousevat esiin tärkeät seikat – joita tutkija ei määrää. Aineistoa hankitaan laadullisin menetelmin, kuten teemahaastattelut, osallistuva havainnointi, ryhmähaastattelut, sekä diskursiivinen analyysi, jolla tutkitaan kielen käyttöä ja siihen liittyvää kontekstia, funktiota ja merkitystä. Kohdejoukko laadullisessa tutkimuksessa on valittu tarkoituksenmukaisesti. Tutkimussuunnitelma muotoutuu ja muuttuu tutkimuksen mennessä eteenpäin, sekä tapauksia käsitellään uniikkeina ja aineisto tulkitaan sen mukaan. (Hirsjärvi, ym., 2008, s. 156–162.)

5.2 Aineiston keruu

Aineiston käsittely ja analysointi alkaa mahdollisimman joutuisasti aineiston keruun valmistuttua. Tallennettu laadullinen aineisto yleensä ensin litteroidaan, eli kirjoitetaan puhtaaksi sana sanalta. Tavallisimmat analyysimenetelmät laadullisessa tutkimuksessa ovat esimerkiksi teemoittelu, tyypittely, sisälönerittely, diskurssianalyysi ja keskusteluanalyysi. Analyysi on prosessin kaltainen työvaihe, jonka tavoitteena on ymmärtää aineistoa, ja löytää sieltä tutkimuksen kannalta keskeiset seikat. Pääperiaatteena analyysitapaan liittyen on, että valitaan sellainen tapa, jolla parhaiten saadaan vastaus tutkimusongelmaan. Laadullisen tutkimuksen aineiston runsaus ja elämänläheisyys tuo haasteita mukanaan; analysointi on aikaa vievää, ja joskus tutkija ei voi

hyödyntää koko kerättyä aineistoa – joskaan kaikkea materiaalia ei aina olekaan tarpeen analysoida. (Hirsjärvi, ym., 2008, s. 216–225.)

Laadullisessa tutkimuksessa tavanomaisimmat aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi ja erilaisista dokumenteista koottu tieto. (Tuomi, Sarajärvi, 2018, s.83) Haastattelun merkittävä etu sitä vertailtaessa muihin tiedonkeruumuotoihin on, että siinä on mahdollisuus säädellä aineiston keruuta joustavasti tilanteen edellyttämällä tavalla ja vastaajia myötäillen. Haastatteluaiheiden järjestystä on mahdollista säädellä ja vastausten tulkinassa on enemmän mahdollisuuksia kuin esimerkiksi postikyselyssä. Haastattelun hyvänä puolena on lisäksi, että vastaajiksi kaavaillut henkilöt saadaan yleensä osallistumaan tutkimukseen. Haastateltavat ovat tavoitettavissa vaivatta myöhemminkin, jos on esimerkiksi tarpeellista täydentää aineistoa tai jos halutaan tehdä seurantatutkimusta. (Hirsjärvi, ym., 2018, s. 205–206)

5.3 Sisällönanalyysi

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota on mahdollista käyttää kaikissa kvalitatiivisen tutkimuksen perinteissä. Sen lisäksi, että sisällönanalyysia voidaan pitää yksittäisenä menetelmänä, sitä voidaan pitää myös väljänä teoreettisena kehyksenä, joka on mahdollista liittää erilaisiin analyysikokonaisuuksiin. Sisällönanalyysin avulla voidaan tehdä useanlaista tutkimusta. (Tuomi, Sarajärvi, 2018, s. 103)

Sisällönanalyysin menetelmällä on mahdollisuus tarkastella dokumentteja sekä systemaattisesti, että objektiivisesti. Dokumentti voi olla esimerkiksi haastattelu, keskustelu, dialogi tai lähes mikä tahansa muu kirjalliseen muotoon saatettu materiaali. Sisällönanalyysimenetelmä pyrkii saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvauksen tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. (Tuomi, Sarajärvi, 2018, s. 117)

Laadullinen sisällönanalyysi voidaan rinnastaa teemoitteluun ja monesti niitä käytetäänkin vaihtoehtoisina nimityksinä toisillensa. Sisällönanalyysissa

keskiö on siinä mistä asioista, aiheista ja teemoista aineisto kertoo. Aineiston kielellistä tai muunlaista ilmaisullista muotoa ei useinkaan oteta systemaattisen analyysin kohteeksi. Sisällönanalyysia voidaan käyttää haastattelujen, kirjoitettujen tekstien, nauhoitetun puheen sekä tekstiä, ääntä ja kuvaa sisältävien aineistojen analyysiin. (Kallinen, n.d.)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus Kotipesän toiminnan mahdollisista vaikutuksista kuntoutujan elämään. Se toteutettiin yksilöllisillä teemahaastatteluilla sekä ryhmän havainnoinnilla. Kotipesän toimintaan osallistui 11 kuntoutujaa, kaikki iältään yli 29-vuotiaita. Kotipesän kuntoutujat tulivat seurakunnan aikaisemmista voimavararyhmistä. Tarkoituksenamme oli selvittää, kuinka kuntoutujat kokevat Kotipesän toiminnan, ja minkälaisia vaikutuksia sillä on toimintakykyyn. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää Kotipesän toiminnan kehittämiseen jatkossa.

Kotipesän kuntoutujien kanssa käytiin läpi opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet sekä eettiset näkökulmat: opinnäytetyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja yksityisyyden kunnioittamiseen. Kaikki osallistujat saivat allekirjoitettavakseen kirjallisen lupadokumentin (LIITE 1), jossa vielä erikseen painotettiin opinnäytetyöhön osallistumisen perustuvan vapaaehtoisuuteen. Opinnäytetyössä ei käytetty henkilötietoja tai muita tunnistettavia tekijöitä.

6.1 Aineistonkeruumenetelmä

Tässä opinnäytetyössä käytimme aineistonkeruumenetelmänä pääasiallisesti teemahaastatteluja. Hyödynsimme myös ryhmän osallistuvaa havainnointia täydentämään haastatteluistamme saamaa tietoa.

Kotipesän toiminnan käynnistyttyä esittelimme kuntoutujille ideamme opinnäytetyöstä ja jaoimme laatimamme haastatteluluvat. Jokainen kuntoutuja täytti haastattelulupansa itsenäisesti, näkemättä muiden lomakkeita. Tällä varmistimme, että jokainen kuntoutuja päätti osallistumisestaan täysin riippumatta muista, ja siten tilanteeseen ei syntynyt painetta osallistumisesta.

11 kuntoutujasta kuusi antoi luvan haastatteluun. Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa pohdimme huolellisesti haastattelurunkoa (LIITE 2) ja mietimme, minkälaiset haastattelukysymykset tuottaisivat tietoa tutkimuskysymyksiimme.

Valitsimme koota aineistoa pääasiallisesti haastatteluilla, jotta saimme tarkoituksenmukaista ja kattavaa tietoa kysymyksiimme. Haastattelu antaa mahdollisuuden esittää tarkentavia kysymyksiä sekä varmistaa, että haastateltava on ymmärtänyt kysymyksen, ja että haastattelija on ymmärtänyt vastauksen. Koimme, että erilaiset kyselyt ja lomakkeet eivät tuottaisi yhtä laajaa tietoa kuin haastattelut, koska ne mahdollistaisivat ”en tiedä, en osaa sanoa” vastaukset. Kysymyksiä laatiessamme pyrimme huomioimaan tämän kuntoutujaryhmän erityispiirteet ja tekemään riittävän selkeitä kysymyksiä. Haastatteluilla halusimme nostaa kuntoutujan oman äänen kuuluviin.

Valitsimme toteuttaa haastattelut yksilöhaastatteluina, jotta kuntoutuja sai luottamuksellisesti kertoa oman näkökulmansa. Tällä varmistimme myös kuntoutujan yksityisyyden, salassapitovelvollisuuden sekä tuloksien luotettavuuden. Tuloksien luotettavuutta turvasimme lisäksi esittämällä samat kysymykset samassa järjestyksessä kaikille osallistuneille kuntoutujille haastattelurungon mukaisesti.

Halusimme haastattelun lisäksi myös havainnoida ryhmää osallistumalla toimintaan kolmen kuukauden ajan. Havainnointi täydensi haastattelusta saatua tietoa. Jokaisen ryhmän tapaamisen jälkeen teimme yhdessä, keskustelunomaisesti, ei strukturoidusti, tiiviin yhteenvedon havainnoistamme. Tarkoituksenamme oli olla mukana toiminnassa, jotta pystyimme luomaan luottamuksellisen ja avoimen ilmapiirin. Koimme, että ulkopuolinen tarkkailija olisi saanut kuntoutujissa aikaan ahdistuneisuutta ja siten muutoksia kuntoutujien

käytöksessä, perustuen tämän kuntoutujaryhmän erityisiin haasteisiin. Havainnoinnissa pidimme tärkeänä, että vuorottelimme keskenämme ohjaajan ja havainnoijan rooleja. Ennen jokaista tapaamista päätimme ohjaajan ja havainnoijan rooleista: toinen ohjasi, toinen havainnoi. Tämä toimintatapa antoi meille syvempää ymmärrystä kahdesta eri näkökulmasta.

Suunnitelmamme liittyen havainnointiin oli myös, että asettamamme tutkimuskysymykset olivat kaiken aikaa perustana havainnoinnille: edistääkö Kotipesä-toiminta kuntoutujan arjen hyvinvointia ja toimintakykyä kuntoutujan omasta näkökulmasta sekä tuleeko toimenpiteen kohteena olijasta toimija? Tämä helpotti havainnointia ja piti meidät havainnoijina yhteisten teemojen äärellä.

Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirjan mukaan osallistuva havainnointi on joko aktiivista tai passiivista. Aktiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa vaikutetaan läsnäololla tutkittavaan toimintaan. Havainnoija voi olla mukana esimerkiksi kehittämistyössä, projektissa tai muussa vastaavassa aktiivisen toimijan roolissa. Passiivinen osallistuva havainnointi on puolestaan havainnoijan osallistumista tutkittavaan ilmiöön ilman vaikuttamista toiminnan kulkuun. Molemmissa tapauksissa havainnoijan on kyettävä selkeästi erittelemään oma roolinsa ja sen potentiaalinen vaikutus tutkimustilanteeseen. (Saaranen-Kauppinen, Puusniekka, 2006)

Havainnointitilanteessa havainnoija on läsnä ikään kuin kahdessa eri persoonassa, sekä osallistujana, että muiden käyttäytymisen seuraajana. Tilanteesta riippuen havainnoija osallistuu toimintaan joko enemmän tai vähemmän aktiivisena. Havainnoija ei kuitenkaan voi olla täysin ulkopuolinen, koska hänen läsnäolonsa on kaikkien tiedossa. Osallistuvassa havainnoinnissa havainnoija tarkastelee tilannetta aluksi kokonaisvaltaisesti ja sitten pääsee vähitellen sisään yksityiskohtiin. Keskeistä on, että tutkimuksen kohteena olijat tottuvat havainnoijaan sen verran, ettei hänen läsnäolonsa hämmennä. Havainnoitsijan tulee kunnioittaa tutkimukseen osallistuvien käytäntöjä, eikä puutua niihin. (Saaranen-Kauppinen, Puusniekka, 2006)

Osallistuvassa havainnoinnissa kommunikaatio ei perustu ainoastaan kielelliseen kommunikaatioon, vaan eleet, ilmeet, liikkeet ja kosketus ovat olennainen osa kommunikointia. Havainnoitsijan on tarpeellista tiedostaa tämä, ettei merkittävää informaatiota jää välittymättä. On kuitenkin vältettävä ei-kielellisen viestinnän liioittelua tai väärin tulkintaa, koska se voi muuttaa tulkinnan virheelliseksi. (Saaranen-Kauppinen, Puusniekka, 2006)

Valmistelimme haastattelurungon (LIITE 2) ja ensimmäiset yksilöhaastattelut toteutettiin helmikuussa 2023, ja jälkimmäiset haastattelut toukokuussa 2023. Haastattelu-aika- ja paikka oli etukäteen suunniteltu sekä sovittu kuntoutujien kanssa. Teemahaastattelujen välisen ajan olimme mukana ryhmän toiminnassa, joka mahdollisti ryhmän havainnoinnin. Haastattelut tallennettiin ja litteroitiin viipymättä.

6.2 Aineistonhallinta

Haastattelun ollessa aineistonkeruumenetelmänä, haastattelut tallennettiin, ja purettiin tekstimuotoon eli litteroitiin mahdollisimman joutuisasti. Kun litterointi oli valmis, haastatteluiden tallenteet tuhottiin. Litterointi tapahtui Word-tiedostoon, joka tallentui Satakunnan ammattikorkeakoulun pilvipalveluun, One Driveen. Kaikki opinnäytetyötä koskeva tulostettu paperinen aineisto säilytettiin seurakuntien tiloissa, lukollisessa lokerossa, johon on pääsy ainoastaan tämän opinnäytetyön tekijöillä sekä seurakunnan opinnäytetyön ohjaajalla. Aineistossa ei käytetty henkilötietoja. Opinnäytetyön valmistuttua hyväksytysti, kaikki aineisto tuhottiin Satakunnan ammattikorkeakoulun ohjeistusta noudattaen.

6.3 Analyysimenetelmä

Analyysimenetelmänä käytimme teemoittelua. Teemoittelu tarkoittaa laadullisen aineiston pilkkomista ja ryhmittelyä erilaisten aihealueiden mukaisesti. Sitä mahdollistetaan vertailu aineiston tiettyjen teemojen esiintymisestä. Yksinkertaistaen ajatuksena on löytää aineistosta tiettyä teemaa kuvailevia

näkökulmia. (Tuomi, Sarajärvi, 2018, luku 4.1, kohta Yleinen kuvaus analyysin toteuttamisesta)

Tuomen ja Sarajärven kirjan Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (2018) innoittamina ja sitä mukaillen, aloitimme aineiston analysoinnin litteroidun aineiston huolellisella lukemisella. Litterointivaiheessa kuntoutujien puheenvuorot kursivoitiin, koska se erotti selkeästi kuntoutujan puheenvuoron haastattelijasta. Tulostimme litteroidun haastattelumateriaalin ja erittelimme siitä alkuhaastattelujen vastaukset loppuhaastatteluista. Jaoimme siis kaiken litteroidun materiaalin pienempiin osiin, jotta sitä oli helpompi tarkastella. Etsimme ja pelkistimme ilmauksia sekä luetteloidimme ne, jotta samankaltaisuudet ja eroavaisuudet nousivat esiin. Käytimme apuna värikoodausta ja koodasimme samalla värillä samaan teemaan sopivan aiheen. Ryhmittelimme ilmaisut alaluokiksi, jotka yhdistyivät yläluokiksi, ja näin saimme vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

Alla esimerkkinä luomamme yksinkertaistetut kaaviot kuvailemaan, kuinka sisällönanalyysimme eteni. Tavoitteenamme oli havainnollistaa sisällönanalyysin eteneminen haastatteluiden ilmaisuista, alaluokista yläluokkaan.

"Pääsee muitten ihmisten joukkoon
ja saa muuta ajateltavaa."

"Tulee lähdettyä jonnekin."

"Fiilikset paljon paremmat kuin
viime vuonna tähän aikaan."

"On kaikkennäköistä toimintaa."

"Tulee enemmän voimaa ja
energiaa, ja mieli paranee."

"Hyvillä mielin aina lähen ja tuun."



Syrjäytymisen ehkäisy
Arjen toimintakyky



Arjen
hyvinvoinnin ja
toimintakyvyn
edistäminen



7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Opinnäytetyön tuloksista voidaan päätellä, että Kotipesän kuntoutujat olivat tyytyväisiä toimintaan. Kun kysyimme, mitä ajatuksia Kotipesän toiminta herätti, kaikki osallistujat kertoivat vastauksissaan, että toiminta oli heille mielekästä. Pääsääntöisesti kuntoutujat tulivat aikaisemmista Tampereen seurakunnan voimavararyhmistä, joten heidän vastauksiensa perusteella

siirtyminen Kotipesän yhteisöön sujui luontevasti ja helposti. Ryhmän tuttuus ja turvallisuus toistuivat vastauksissa. Havainnoimme Kotipesää olemalla mukana ohjaamassa ja seuraamassa ryhmän toimintaa. Havaintojemme pohjalta esiin nousi ryhmän ohjaajuuden tarve, esimerkiksi toiminnan sisällön suunnitteluun ja toteuttamiseen. Ryhmässä aktiviteetin aloittaminen ja toimeen tarttuminen vaati ohjaajan tukea.

Yhteisöllisyys ja ihmissuhteet ovat kuntoutujille merkittävä yhteiskuntaan kiinnittävä side. Kotipesän kuntoutujat kokivat tarvitsevansa myös perheidensä ulkopuolisia, matalan kynnyksen sosiaalisia verkostoja, mutta kertoivat tarvitsevansa tähän ohjaajien tukea. Havaintoihimme pohjautuen, kuntoutujien sitoutuminen ja motivaatio toimintaan näyttäytyi pääosin hyvänä. Motivaatiota ylläpidettiin tarjoamalla mielekästä tekemistä kuntoutujien omien toiveiden pohjalta, huomioiden yksilölliset tarpeet sekä kuntoutujien toimintakyky.

Kaikkien opinnäytetyöhön osallistuneiden vastauksista nousi merkittävimpana esiin kuntoutujien oma kokemus yhteisöllisyyden ja sosiaalisten kontaktien hyödyistä arjen hyvinvoinnissa.

”... Kivahan tänne on tulla, tälleen muutenkin kun on ujo ihminen, niin tekee ihan hyvää olla ihmisten kanssa, kun mä yleensä vältän sitä.”

”... On tuttu porukka, tuttu paikka, tuttu ohjaaja ja se helppous sitten tulla, kun on päässyt jo sisään siihen yhteisöön.”

”... Että mulla on tää mahdollisuus tavata kivoja ihmisiä, jutella niiden kanssa ja on erilaista toimintaa.”

Keskeisimmät hyödyt haastattelujen vastauksien perusteella olivat kuntoutujien mielen hyvinvoinnin koheneminen, syrjäytymisen ehkäiseminen, viikkorytmin selkeytyminen, mielekäs tekeminen, vertaistuki sekä yhteen kuuluvuuden tunne. Edellä mainitut hyödyt nousivat esiin ja toistuivat haastattelujen vastauksissa.

"... Täällä saa nauraa. Ihan kiva on tulla, kun on kaikkennäköistä toimintaa... Lähdetään museoihin ja sitten pihalle ja tälle, niin ihan semmoinen positiivinen juttu."

"... Kiva systeemi kyllä. Että on päässy vähän jonnekin. Se on niinku se, että tavallaan lähdet jonnekin. Et oo sitte siellä kotona ja sitte jää sinne."

"...Semmoinen paikka, mihin voi kerran viikossa edes mennä ja se tavallaan ei niinku sitten jännitä yhtään nyt, kun se on niin tuttua porukkaa."

"Hauska käydä, kun on ihan hyvä, että on edes kerran viikossa semmoinen paikka, missä voi miettiä jotain ihan muuta, kuin niitä kurjia juttuja."

"Ihan siis tosi positiivisia fiiliksiä. Mä tykkään, että tää on ollu tosi kiva. Meillä on hyvä porukka. Hyvät vetäjät."

"Kiva kun on kerran viikossa päässy lähteen vähän jonnekin, se vähän niinku katkasee. Sitä kun on ollu tosi paljon huolia ja murheita.. Pääsee muitten ihmisten joukkoon ja saa muuta ajateltavaa."

Vertailllessamme alkuhaastattelun ja loppuhaastattelun vastauksia liittyen kuntoutujien tavoitteisiin, havaitsimme, että ne olivat selkeytyneet ja kuntoutujat katsoivat tulevaisuuteen rohkeammin. Jälkimmäisen haastattelun vastauksissa oli havaittavissa selkeä ero tulevaisuuden näkymiin. Neljä kuudesta vastaajasta olivat valmiita lisäämään esimerkiksi kuntouttavaa työtoimintaa viikkonsa. Näistä vastauksista voimme päätellä, että kuntoutujat olivat ottaneet Kotipesän toiminnan aikana askeleita kohti toimijuutta.

"... Voisin jotenkin itseasiassa vähän itseäni haastaakin."

"... Kertoo just siitä, että menee vähän paremmin."

"... Sitä voisi just jollain lyhyemmällä työpäivällä yrittää."

”... Enemmän voimaa ja energiaa, ja mieli paranee, sitten on parempi toteuttaa hommat ja tavoitteet.”

Opinnäytetyön tulosten mukaan, Kotipesän toiminnalla oli osallisuutta ja sosiaalista toimintakykyä vahvistava vaikutus. Neljä kuudesta haastateltavasta kuvasi sosiaalisten pelkojen lieventyneen, sillä he saivat yhteisöstä uskallusta vuorovaikutukseen myös ryhmän ulkopuolella. Yhteisön tuella kuntoutujat selvästi saivat kokemuksen siitä, että heillä on kykyä selviytyä ja mennä kohti tavoitteitaan.

”... Sosiaalisuus on hyvin tärkeää. Täytyy nähdä ihmisiä ja lähteä pois kotoa kerran viikossa. Tämä on kiva ryhmä ja on paljon erilaista tekemistä, ja asiaa.”

Havaintojemme perusteella, Kotipesän kuntoutujat kaipasivat paljon positiivista ja kannustavaa palautetta, sekä ohjaajan tukea vuorovaikutukseen ja toiminnan struktuuriin. Ohjaajan näkökulmasta itseohjautuvuus oli kuntoutujilla melko matala ja toiminnan sisältö vaati ohjaajan panosta, mutta ryhmäytymisen ja yhteisön muodostuminen oli selkeästi havaittavissa. Ryhmässä vallitsi luottamuksellinen ilmapiiri ja kuntoutujat välittivät toistensa kuulumisista. Kuntoutujien yhteistoiminta oli sujuvaa ja jokainen osallistui ryhmätoimintaan oman toimintakykynsä mukaan.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Kotipesän toiminta vaikutti kuntoutujan osallisuuden kokemukseen ja arjen hyvinvointiin edistävästi. Osallisuuden kokemusta tukivat omat vaikuttamismahdollisuudet, kuulluksi tuleminen ja yhteisöön kuuluminen. Osallisuutta tukivat myös elämänhallinnan vahvistuminen viikkorytmin säännöllistyessä. Vastauksista nousi selkeästi esiin, kuinka tärkeää kuntoutujille oli yhteisöön kuuluminen, ja kerran viikossa kotoa poistuminen. Johtopäätöksemme on, että viikkorytmin muodostuminen vahvisti kuntoutujien arjen hyvinvointia.

Kuntoutujien mahdollisuus vaikuttaa itse toimintaan lisäsi Kotipesän toiminnan mielekkyyttä. Toiminnan alussa kuntoutujat osallistuivat Kotipesän tilan kalustamiseen ja kalusteiden hankintaan sekä esittivät toiveita ja ehdotuksia toiminnan sisältöön. Kuntoutujat loivat itse itselleen mielekkään ja turvallisen tilan, ohjaajan tuella. Ohjaus ja ohjaajan rooli vaikuttivat myös Kotipesän toiminnan mielekkyyden kokemukseen kuntoutujien näkökulmasta. Johtopäätöksemme on, että kaikkiaan tekemisen mielekkyys vahvisti kuntoutujien sitoutumista toimintaan.

Toimijuuden kannalta Kotipesän toiminnan vaikutukset olivat suotuisia. Havaitsimme opinnäytetyössämme kuntoutujien ottavan askeleita kohti toimijuutta, mutta tämän kolmen kuukauden jakson aikana ei konkreettista toimijuutta vielä muodostunut. Vastauksista oli pääteltävissä, että kuntoutujien katse suuntautui rohkeammin kohti tulevaisuutta ja luottamus omaan pystyvyyteen oli kasvanut. Johtopäätöksemme on, että toimijuuden syntyminen vaatisi vielä lisää aikaa ryhmässä ja yksilöllistä tukea.

Lisäksi Kotipesän toiminnassa ohjaajuus ja kuntoutujien tukeminen oli merkittävässä roolissa itseohjautuvuuden ja sosiaalisuuden haasteiden vuoksi. Haastattelujen vastauksissa toistui ohjaajan merkitys ja havaintomme tukivat tätä. Ryhmän toiminnassa sosiaalisuutta tukevat keskusteluharjoitukset, pelit, kädentaidot ja muu toiminnallinen tekeminen, vaati ohjaajan tukea erityisesti aloitettaessa aktiviteettia. Vaikka toiminnan sisältö oli kuntoutujille mielekästä, kuntoutujien aloitekyky oli melko matalaa ja tähän tarvittiin ohjaajan tuki. Johtopäätöksemme on, että ryhmäytymisestä ja yhteisön muodostumisesta huolimatta, ohjaajuus oli avainasemassa.

9 POHDINTA

9.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tässä opinnäytetyössä noudatimme tieteellisen tutkimuksen yleisiä eettisiä periaatteita, joita ohjaa Suomen perustuslaki. Perustuslaki (1999/731, 6–23 §) turvaa yhdenvertaiset oikeudet kaikille. Näitä oikeuksia ovat esimerkiksi oikeus henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen, sananvapaus, oikeus yksityisyyteen ja omaan kieleen sekä kulttuuriin. Tutkimusta tehdessämme kunnioitimme tutkimukseen osallistuvien henkilöiden ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta. Toteutimme tutkimuksen siten, että tutkimukseen osallistuville henkilöille ja yhteisölle ei aiheutunut riskejä tai haittoja. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019)

Hyvä tieteellinen käytäntö vastuuttaa meidät rehellisyyteen ja tarkkuuteen jokaisessa tutkimuksen vaiheessa. Pohdimme ja arvioimme eettisiä valintojamme ja olemme avoimia perustellessamme ratkaisuja. Merkittävä osa vastuullista tutkimusta on sen avoimuus ja läpinäkyvyys, käytännössä tarkoittaen esimerkiksi avointa saatavuutta tutkimuksen aineistoon, menetelmiin, julkaisuihin ja tuloksiin. (Avoimen tieteen kansallinen koordinaatio, 2021)

Opinnäytetyömme haastatteluun osallistuminen oli Kotipesän kuntoutujille vapaaehtoista ja siitä oli mahdollisuus kieltäytyä tai keskeyttää osallistuminen. Kuntoutujilta pyydettiin kirjallinen suostumus osallistumisesta opinnäytetyöhön ja kuntoutuja olisi myös voinut perua suostumuksensa missä tahansa vaiheessa. Kuntoutujille kerrottiin sanallisesti opinnäytetyön sisällöstä ja sen toteuttamisesta. Kuntoutujilta ei pyydetty henkilötietoja. Lisäksi tämän opinnäytetyön litteroiduista haastatteluista häivytettiin ilmaisut, joista kuntoutuja olisi ollut mahdollista tunnistaa. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Huomioimme järjestäessämme haastattelutiloja, että kukaan ulkopuolinen ei kuule haastattelua. Tallennettu haastattelumateriaali ja litteroidut vastaukset säilytettiin turvallisesti.

Koemme, että opinnäytetyömme luotettavuutta lisää myös teoriaosuusissamme käytetty tieto lähdekriittisyyttä noudattaen. Käytimme teoriaosuuksiin kattavasti luotettavaa kirjallisuutta ja tutkimuksia liittyen muun muassa pitkäaikaistyöttömyyteen, sosiaaliseen kuntoutukseen, kuntouttavaan työtoimintaan, toimintakykyyn ja yhteisöllisyyteen.

Tässä opinnäytetyössämme pyrimme kuvaamaan opinnäytetyön prosessin kulkua mahdollisimman totuudenmukaisesti ja läpinäkyvästi. Olemme seuraavassa kappaleessa Opinnäytetyön arviointi reflektoineet, mitä olisimme voineet tehdä toisella tavalla. Olemme esitelleet opinnäytetyön kulkua perusteellisesti ja ymmärrettävästi.

9.2 Opinnäytetyön arviointi

Omasta näkökulmastamme opinnäytetyömme vastasi asettamiimme tutkimuskysymyksiin: Edistääkö Kotipesä-toiminta kuntoutujan arjen hyvinvointia ja toimintakykyä kuntoutujan omasta näkökulmasta, sekä tuleeko toimenpiteen kohteena olijasta toimija? Työmme tarkoitus oli saada kuntoutujan oma ääni ja kokemus kuuluviin, ja mielestämme onnistuimme siinä.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön tekeminen oli ainutkertainen oppimisprosessi. Opinnäytetyömme lähti sujuvasti käyntiin, sillä yhteistyökumppanin löytäminen, tutkimusmenetelmän valitseminen sekä teoriaosuuden kirjoittaminen alkoi vaivattomasti. Pääsimme hyppäämään Kotipesän toimintaan mukaan hetken alkumetreillä. Parityönä toteutettu työ vaati huolellista aikataulutusta sekä monia kasvotusten tapaamisia. Yhteistyömme toimi sujuvasti ja saumattomasti. Jakamamme pohdiskeleva ja järjestelmällinen työote toi työskentelemme syvyyttä.

Tutkimuksessamme suurempi otos olisi tuottanut laajemman aineiston. Kotipesän ryhmässä oli kaikkiaan 11 kuntoutujaa, joista kaksi keskeytti Kotipesän toimintaan osallistumisen, kolme kieltäytyi osallistumisesta opinnäytetyöhön, ja kuusi kuntoutujaa suostuivat haastatteluihin. Käytettävissä olevalla

otoksella saimme kuitenkin riittävän hyvän aineiston vastaamaan tutkimuskysymyksiimme. Aiheemme ja asettamamme tutkimuskysymykset loivat kehykset laadullisen tutkimuksen aineistolle. Kun uudet haastateltavat eivät enää tuota uutta tietoa tutkimuskysymyksiin, alkaa aineisto niin sanotusti toistamaan itse itseään.

Jälkikäteen pohdimme, että asettamamme haastattelukysymys kuntoutujan itselleen antamasta toimintakyvyn arvosanasta ei ollut tarkoituksenmukainen, koska toimintakyvyn kokemus vaihtelee päivittäin, jopa hetkittäin. Kuntoutujien sanallinen arvio omasta toimintakyvystä ei vastannut heidän antamaansa numeraalista arvosanaa. Havaintomme toimivat tässä yhteydessä tukena ja hyvänä peilinä. Haastattelukysymysten vastaukset tuottivat luotettavaa tietoa kuntoutujien toimintakykyyn liittyen.

Totesimme opinnäytetyömme osallistuvan havainnoinnin olleen merkittävä lisä haastattelujen tuottamaan aineistoon. Parityöskentely mahdollisti havainnot kahdesta eri näkökulmasta.

Tavoitteemme oli opinnäytetyössämme saada syvempi ymmärrys kuntoutujan kokemuksesta, tuoda kuntoutujan oma ääni kuuluviin ja tuottaa siten tietoa Tampereen seurakunnalle Kotipesä-toiminnan kehittämiseen tulevaisuudessa. Tavoite toteutui mielestämme hyvin. Kuntoutujat saivat äänensä kuuluviin kertomalla omia näkökantojaan Kotipesän toiminnasta luottamuksellisesti. Opinnäytetyössämme pyrimme dokumentoimaan heidän kokemuksensa mahdollisimman tarkasti ja huolellisesti.

Opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen ja kiinnostus aiheeseen nousi työharjoittelujaksoistamme kuntouttavan työtoiminnan parissa syksyllä 2022. Pidimme tärkeänä myös oman ammatillisen osaamisen kehittymisen näkökulmaa.

9.3 Jatkotutkimusehdotus

Jokainen yhteisö ja ryhmä on aina erilainen, riippuen sen jäsenien persoonallisuuksista, taustoista, kokemuksista ja yksilöllisistä haasteista. Pohdimme, että olisi mielenkiintoista tutkia laadullisen tutkimusmenetelmän keinoin tulevaisuuden mahdollisia Kotipesä ryhmiä, ja saada selville minkälaisia hyötyjä kuntoutujat kokevat niistä saavansa. Tutkimuksemme tuotti nyt verrokkiryhmän, johon peilata tulevien kuntoutujien kokemuksia Kotipesän toiminnasta.

LÄHTEET

Autti-Rämö, I., Salminen, A-L., Rajavaara, M., Ylinen, A. (toim.). (2016). Kuntoutuminen. Kustannus Oy Duodecim.

Avoimen tieteen kansallinen koordinaatio. Tieteellisten seurain valtuuskunta. (2021) Haettu 12.1.2023 osoitteesta <https://avointiede.fi/>

Eilola, J., Moilanen, L. (2013). Yhteisöllisyyden perintö. Tutkimuksia yhteisöistä eri vuosisadoilla. Hansaprint Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. (1997). Tutki ja kirjoita. (22. Painos) Bookwell Oy.

lisakka, L. (2004). Sosiaalinen pääoma suomalaisissa haastattelu- ja kyselyaineistoissa vuoden 1990 jälkeen. Tilastokeskus. Haettu 20.2.2023 osoitteesta https://www.stat.fi/org/tut/dthemes/papers/sospaaoma_sospaa.html

Juvonen-Posti, P., Lamminpää, A., Rajavaara, M., Suoyrjö, H., Tötterman, P. (toim.). (2016). Työikäisten kuntoutumisen monialainen järjestelmä. Teoksessa Kuntoutuminen. Kustannus Oy Duodecim.

Kallinen, T., Kinnunen, T. (n.d.) Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampere. Haettu 29.11.2021 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metelmaopetus/kvali/>

Kalimo, R., Saarelma-Thiel, T., Vuori, J. (1993.) Työttömyys ja sen uhka: yksilön ja yhteisön kriisi. Duodecim. Haettu 1.2.2023 osoitteesta <https://www.duo-decimlehti.fi/duo30277>

Karhula, M., Veijola, A., Ylisassi, Hilka. (toim.). (2016). Tavoitteiden asettamisen käytäntö. Teoksessa Kuntoutuminen. Kustannus Oy Duodecim.

Kari, O., Niskanen, T., Lehtonen, H., Arslanoski, V. (2013). Kuntoutumisen tukeminen. Sanoma Pro Oy.

Kelokaski, H., Mattila, J. (2022). Kotipesän hankekuvaus. Tampereen seurakunta.

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001. Haettu 22.2.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>

Lindh, J., Härkäpää, K., Kostamo-Pääkkö, K. (2018). Sosiaalinen kuntoutuksessa. Hansaprint Oy.

Opetushallitus. (n.d.). Yhteisöllisyys. Haettu 26.1.2023 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/yhteisollisyys>

Pohjolainen, P., Heimonen, S. (2009). Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen. Haettu 14.2.2023 osoitteesta <https://cupdf.com/document/toimintakyvyn-laaja-alainen-arviointi-ja-tukeminen-ikinstituutin-malli-toimintakyvyn.html?page=1>

Ruuskanen, P. (n.d.). Sosiaalinen pääoma. Jyväskylän yliopisto. Haettu 29.1.2023 osoitteesta <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-paaoma>

Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. (2006). KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Haettu 2.12.2023 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>

Sainio, P., Salminen, A-L. (toim.). (2016). Toimintakyvyn arviointi ja menetelmät. Teoksessa Kuntoutuminen. Kustannus Oy Duodecim.

Sesay, A. (2013). Voimavara- ja ratkaisukeskeinen näkökulma ohjaustyössä. Haettu 2.2.2023 osoitteesta <https://verkkolehdet.jamk.fi/elo/2013/06/07/voimavara-ja-ratkaisukeskeinen-nakokulma-ohjaustyossa/>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Haettu 22.2.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d.-a). Kuntoutus. Haettu 19.2.2023 osoitteesta <https://stm.fi/sotepalvelut/kuntoutus>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d.-c). Kuntouttava työtoiminta. Haettu 1.2.2023 osoitteesta <https://stm.fi/kuntouttava-tyotoiminta>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d.-b). Sosiaalinen kuntoutus. Haettu 10.2.2023 osoitteesta <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus>

Tampereen seurakunta. (n.d.). Tukea ja apua: Työllistymisen tuki. Haettu 9.1.2023 osoitteesta https://tampereenseurakunnat.fi/tukea_ja_apua/tyollistymisen_tuki#6541a407

Terveyskylä. (2020). Mistä on kyse, kun puhutaan voimavaroista? Haettu 19.2.2023 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/kuntoutujalle/oma-hyvinvointi/opas-omien-voimavarojen-tunnistamiseen-ja-vahvistamiseen/mist%C3%A4-on-kyse-kun-puhutaan-voimavaroista>

Terveyskylä. (2022). Sosiaalinen kuntoutus. Haettu 22.1.2023 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/tietoa/kuntoutumisen-abc/kuntoutuksen-osa-alueet/sosiaalinen-kuntoutus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2018). Kuntoutuminen on sosiaalinen prosessi. Haettu 14.2.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/kuntoutuminen-on-sosiaalinen-prosessi>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022). Mitä toimintakyky on? Haettu 17.2.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. (2018). Sosiaalinen kuntoutuminen voimavaraistamisena. Haettu 2.1.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/sosiaalisen-kuntoutus-voimavaraistamisena>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. (2019). Työllisyys. Haettu 25.1.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi-tyollisyys>

Tieteen termipankki 22.2.2023: Kasvatustieteet:toimijuus. Haettu 18.2.2023 osoitteesta <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kasvatustieteet:toimijuus>

Tietoarkisto. Laadullinen sisällönanalyysi. (n.d.). Haettu 20.2.2023 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallonanalyysi/>

Tilastokeskus. (n.d.). Työmarkkinatilastot. Haettu 19.1.2023 osoitteesta https://tilastokoulu.stat.fi/verkkokoulu_v2.xql?course_id=tkoulu_tmt&lesson_id=5&subject_id=7&page_type=sisalto

Tuomi, J. Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuomi, J. Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Haettu 29.11.2023 osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789520400118>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa. Haettu 15.1.2023 osoitteesta https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Työ- ja elinkeinoministeriö. (2022). Katsaus työttömyyden ja terveyden välisiin yhteyksiin. Haettu 12.2.2023 osoitteesta <https://docplayer.fi/1950703-Katsaus-tyottomyyden-ja-terveyden-valisiin-yhteyksiin.html>

Työ- ja elinkeinoministeriö. (2022). Työllisyyskatsaus. Haettu 12.2.2023 osoitteesta https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164575/TKAT_Joulu_2022.pdf

Varila, E. (2018.) Perheiden kokemuksellinen yhteisöllisyys Sos-lapsikylän perhekuntoutuksissa. Sosiaalityön Pro Gradu-tutkielma. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsinki. Haettu 19.2.2022 osoitteesta https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/277725/Varila_Essi_pro-gradu_2018.pdf?sequence=2&isAllowed=y

LIITE 1: HAASTATTELULUPA

Opiskelemme Porissa, Satakunnan ammattikorkeakoulussa, kuntoutuksen ohjaajiksi. Opintoihimme kuuluu opinnäytetyön tekeminen ja aiheenamme on Kotipesän kuntouttava työtoiminta, ja sen mahdollinen vaikutus kuntoutujiin. Tähän liittyen tulemme tekemään yksilöhaastatteluita.

Haastattelut nauhoitetaan, jotta pystymme palaamaan haastattelutilanteeseen ja paremmin poimimaan niistä vastauksia tutkimusongelmiimme. Kaikkia tietoja käsitellään nimettömänä ja luottamuksellisesti, eikä vastauksia pysty yhdistämään yksittäisiin henkilöihin. Opinnäytetyön valmistuttua aineisto hävitetään asianmukaisesti. Aineisto on ainoastaan opinnäytetyön tekijöiden käytössä.

Terveisin Pia Karhu ja Susanna Viitaniemi

Osallistun haastatteluun. Annan luvan tietojen hyödyntämiseen opinnäytteessä. Ymmärrän, että osallistuminen on vapaaehtoista ja että minulla on oikeus kieltäytyä siitä, milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Ymmärrän myös, että tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

Paikka ja aika

_____.

Suostun osallistumaan opinnäytetyöhön:

Haastateltavan allekirjoitus ja nimen selvennys

LIITE 2: HAASTATTELURUNKO

MENNEISYYS

- Kuinka kauan työttömyytesi on kestänyt?
- Syyt/vaikuttimet pitkäaikaistyöttömyyteen?
- Miten päädyit kuntouttavaan työtoimintaan?
- Minkälaista päivittäinen arkesi oli ennen kuntouttavaa työtoimintaa voimavararyhmässä?
- Arvioi omaa toimintakykyäsi ennen kuntouttavaa työtoimintaa asteikolla 1-5.

NYKYTILANNE 1

- Minkälaista päivittäinen arkesi on tällä hetkellä? Kuvaile tyypillistä viikkoasi.
- Minkälaiseksi arvioit toimintakykyäsi tällä hetkellä asteikolla 1-5 ?
- Näetkö itsesi tulevaisuudessa vielä työ- tai opiskeluelämässä? Jos et, miksi?
- Mitkä ovat tämän hetkiset tavoitteesi arjessa ja mahdollisissa askeleissa kohti työelämää?
- Mitä ajatuksia Kotipesän alkava toiminta sinussa herättää?

NYKYTILANNE 2

- Minkälaista päivittäinen arkesi on tällä hetkellä? Kuvaile tyypillistä viikkoasi.
- Minkälaiseksi arvioit toimintakykyäsi tällä hetkellä asteikolla 1-5 ?
- Näetkö itsesi tulevaisuudessa vielä työ- tai opiskeluelämässä? Jos et, miksi?
- Mitkä ovat tämän hetkiset tavoitteesi arjessa ja mahdollisissa askeleissa kohti työelämää?
- Mitä ajatuksia Kotipesän toiminta on herättänyt?
- Oletko jatkossa halukas osallistumaan Kotipesän toimintaan vapaaehtoisesti?