

Okkonen Sari, Siira Sari & Söderman-Juvani Outi

**TOIMINNALLINEN RYHMÄMUOTOINEN KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA  
NUORTEN KOKEMANA**

”nii ny voi olla niiku ylypiä itestä”

**TOIMINNALLINEN RYHMÄMUOTOINEN KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA  
NUORTEN KOKEMANA**

”nii ny voi olla niiku ylpiä itestä”

Okkonen Sari  
Siira Sari &  
Söderman-Juvani Outi  
Opinnäytetyö  
Kevät 2015  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma

---

Tekijät: Okkonen Sari, Siira Sari & Söderman-Juvani Outi

Opinnäytetyön nimi: Toiminnallinen ryhmämuotoinen kuntouttava työtoiminta nuorten kokemana: "nii ny voi olla niinku ylpiä itestä"

Työn ohjaajat: Kokko Seija & Vanhala Aira

Työn valmistuslukukausi- ja vuosi: Kevät 2015

Sivumäärä: 55 +4 liitettä

---

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla Hyvinvoinnilla työelämään -toimintaan osallistuneiden nuorten kokemuksia ryhmämuotoisesta toiminnallisesta kuntouttavasta työtoiminnasta ja millaisia muutoksia toimintaan osallistuminen on tuonut nuorten arkeen. Tavoitteena on saada tietoa siitä, onko käytetty toimintamalli edistänyt nuorten arjenhallinnan taitoja. Tutkimus tehtiin Oulun kaupungin monialaiselle Hyvinvoinnilla työelämään toimijaryhmälle.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys käsittelee kuntouttavaa työtoimintaa sosiaalipedagogiikan viitekehyksessä. Sosiaalipedagogiikan tavoitteena on nuorten integroituminen yhteiskuntaan toiminnallisuuden, osallisuuden ja vertaisuuden keinoin. Kuntouttavan työtoiminnan toimintamalli sisältää sosiaalipedagogisia piirteitä ja näitä käytetään toimintamallissa kun tavoitellaan muutosta nuorten elämään.

Tutkimus on laadullinen tutkimus, jonka taustalla on fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa. Aineisto kerättiin teemahaastattelulla, jotta nuorten omakohtainen näkökulma tuli esille. Aineiston analyysimenetelmänä käytimme teemoittelua.

Tutkimustulokset osoittivat, että pitkään työttömänä olleet nuoret kokivat toiminnan tuoneen muutosta heidän arkeensa. Toiminnalla on ollut nuorten elämään aktivoiva ja sisältöä tuova merkitys. Säännöllinen ohjattu toiminta tuki päivärytmiä, kohensi mielialaa ja itsetuntoa sekä lisäsi sosiaalisia suhteita. Toimintaan sisältyvä ryhmässä tekeminen ja liikkuminen koettiin myönteisenä asiana.

Kielteisiä kokemuksia tuli esille vain vähän. Nämä kokemukset liittyivät ulkopuolisuuden tunteeseen ja osittain toiminnan sisältöön. Kielteisenä koettiin myös se, että kaikki ryhmään osallistujat eivät sitoutuneet sovittuihin aikatauluihin.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että vastaavanlaista toimintaa tulisi tarjota asiakkaiden iästä riippumatta kaikille pitkään työttömänä olleille henkilöille. Toimintaan tulisi sisällyttää liikunnan ohella myös kulttuurin osa-alueita ja käytännössä tehtävää työtä.

---

Asiasanat: sosiaalipedagogiikka, kuntouttava työtoiminta, ryhmätoiminta, toiminnallisuus, osallisuus, yhteisöllisyys

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services

---

Authors: Okkonen Sari, Siira Sari & Söderman-Juvani Outi

Title of thesis: Experiences of Young People who Participated in a Functional Group of Rehabilitative Work "Now I can be proud of myself"

Supervisors: Kokko Seija & Vanhala Aira

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2015

Number of pages: 55 + 4 appendices

---

Our thesis describes certain group of young people and their experiences when they participated in a functional group of rehabilitative work called Hyvinvoinnilla työelämään. The aim of the study was to clarify what kind of changes taking part in the rehabilitative work group brought to their everyday lives. The study was commissioned by the City of Oulu by a multiprofessional group of employers.

The theoretical framework of the thesis consists of defining social pedagogy and rehabilitative work. Social pedagogy emphasizes on action, complicity and equality. Rehabilitative work is a public service defined by the law. The study method is qualitative and we use phenomenology-hermeneutical approach. The gathered data consisted of theme-based interviews of eight young people from a rehabilitative work group. The qualitative data was analyzed by using themes.

Study results indicated that young people whose unemployment had been prolonged got the most benefit of the regularly instructed group meetings. It supported their day rhythm and acted as a social community for them.

Based on this study this kind of functional rehabilitative work activated young people and gave a meaning for their live. For the most part young people's experiences were positive. Positive reactions were such as normalization of day rhythm, improving general mood and self-esteem, increasing social interaction and exercising. There were only a few negative experiences such as feelings of being left out, uninteresting content of activities and not obeying the time table.

As a development suggestions we recommend that there could be the same kind of activity for prolonged unemployed group regardless of their age. This rehabilitative work should also have cultural and practical work as activity forms.

---

Keywords: Social pedagogy, rehabilitating work, group working, activity, participation, sense of community

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	TAVOITTEENA NUORTEN AKTIIVINEN KANSALAIJUUS .....	9
2.1	Kuntouttava työtoiminta .....	9
2.2	Aktivointisuunnitelma .....	10
2.3	Kuntouttavan työtoiminnan toteuttaminen .....	12
2.4	Oulussa toteutettu Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta .....	13
3	ELÄMÄNHALLINNAN TAITOJA VERTAISRYHMÄSTÄ SOSIAALIPEDAGOGIIKAN KEINOIN .....	16
3.1	Arjenhallintaa toiminnallisuuden avulla .....	18
3.2	Vertaisryhmä aktivoijana .....	20
3.3	Ryhmästä lisää osallisuutta .....	21
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	23
4.1	Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävä .....	23
4.2	Tutkimusmetodologia .....	23
4.3	Kohderyhmä ja aineiston hankinta .....	24
4.4	Aineiston analysointi .....	26
4.5	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	27
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	30
5.1	Yhteisöllisyys ja osallisuus nuorten kokemana "pyssyy porukan mukana" .....	30
5.2	Toiminnallisuuden merkitys nuorten kokemana "se tekeminen on niinku se juttu" ...	32
5.3	Nuorten kokema muutos itsessä "kyllä sitä pärjää ku mennee vaan ja yrittää" .....	33
5.4	Nuorten kokemat muutokset arkeen "et oo enää vain niinku pudonnu nuori" .....	34
5.5	Nuorten kokemus tulevaisuuden suunnittelusta "pitäs se vielä jatkaa jotenki" .....	36
6	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	37
7	POHDINTA .....	41
	LÄHTEET .....	45
	LIITTEET .....	51

# 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme kuvailee Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmätoimintaan osallistuneiden nuorten kokemuksia toiminnasta ja sen tuomista muutoksista heidän arkeensa. Toiminta järjestettiin kuntouttavana työtoimintana ryhmämuotoisesti siten, että sen sisältö painottui liikuntaan ja hyvinvointiin. Kuntouttavan työtoiminnan ryhmä suunnattiin pitkään työttömänä olleille 18–29-vuotiaille oululaisille nuorille. Se toteutettiin Oulun kaupungin omien palvelualueiden moniammatillisena yhteistyönä. Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen. Aineisto on kerätty teemahaastattelun avulla. Aineisto on analysoitu teemoittelun avulla aihealueiden mukaisesti.

Kiinnostuimme aiheesta, koska työskentelemme asiakastyössä kunnan palveluksessa aktivointityön ja työllistämisen parissa. Koemme uudenlaisten aktivoivien toimintojen järjestämisen tarpeelliseksi palvelujen kehittämisen kannalta. Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmän tavoitteena oli luoda sellainen toimintamalli, joka tarjoaisi nuorille toiminnallisen osallistumismahdollisuuden ja huomioisi ryhmään osallistuvien omia toiveita. Tutkimustyön kautta olemme saaneet mahdollisuuden tarkastella tarjottavien palveluiden kehittämistyötä.

Korkean työttömyysasteen vuoksi Suomeen on muodostunut mittava määrä työllistämiseen tärkeitä toimenpiteitä. Toimenpiteet eivät ole kuitenkaan edistäneet niihin osallistuneiden henkilöiden työllistymistä odotetulla tavalla. Toimenpiteitä on ehdotettu kehitettävän siten, että ne olisivat paremmin kohdennettuja, räätälöityjä ja suunniteltuja sekä työttömien, että työnantajien suhteen. Muun muassa näihin lähtökohtiin perustuen vahvistettiin voimaan laki kuntouttavasta työtoiminnasta vuonna 2001. (Kantola & Kautto 2002, 76–77)

Kuntouttava työtoiminta on yksi työllistämisen toimenpide, jonka tavoitteena on yksilön elämäntilanteen, toimintakyvyn sekä osallisuuden tukeminen yhteiskunnassa toiminnan ja osallistumisen kautta. Hämäläisen (1999, 60) mukaan sosiaalipedagogiikassa tarkastellaan yhteiskunnallista todellisuutta siltä kannalta, miten se mahdollistaa yhteiskunnan jäsenten ihmisenä kasvamisen, persoonallisuuden ja sosiaalisen identiteetin kasvun. Sosiaalipedagogisen ajattelun mukaan yhteisöön ja keskeisiin toimintajärjestelmiin kiinnittyminen on elämänlaadun kannalta tärkeää, jotta yksilön on mahdollista saavuttaa elämäntilanteen ja subjektius. Sosiaalipedagogiikka ottaa huomioon yhteiskunnallisen toimintakyvyn, osallisuuden ja osallistumisen. Kuntouttavan työtoiminnan

toteutuksessa ja sille asetetuissa tavoitteissa on sosiaalipedagogisia piirteitä ja työmuotoja, joten oli luontevaa tarkastella aihetta sosiaalipedagogisesta näkökulmasta.

Työstä ja koulutuksesta syrjäytyneiden ja syrjäytymisuhan alla elävien nuorten auttamisessa tarvitaan huollollisen ajattelutavan ylittävää sosiaalipedagogista työtettä. Se merkitsee sellaisten toimintamuotojen järjestämistä, joiden kautta nuorten on mahdollista suunnata elämäänsä yhteiskuntaan integroitumista edistävällä tavalla ja vähentää syrjäytymistä lisääviä elementtejä elämäänsä. Syrjäytymisvaarassa olevat ja syrjäytyneet nuoret tarvitsevat yhteiskuntaan integroitumista edistävää mielekästä tekemistä, joka tukee heidän itsenäistymistään ja auttaa vastuun ottamisen kehittymistä omasta elämästään. (Hämäläinen 2000, 12)

Työllisyys ja työstä syrjäytyminen ovat yhteiskunnallisesti merkittäviä asioita, jotka ovat olleet viime aikoina vahvasti esillä poliittisessa keskustelussa. 2010-luvun politiikassa keskusteluun on noussut erityisesti nuorisotyöttömyys. Pääministeri Kataisen vaalikauden 2011–2015 hallitusohjelman painopistealueita ovat köyhyyden, eriarvoisuuden ja syrjäytymisen vähentäminen, julkisen talouden vakauttaminen ja kestävä talouskasvu, työllisyyden ja kilpailukyvyn vahvistaminen. Nämä asiat sisältyvät myös vuonna 2014 aloittaneen pääministeri Stubbin hallituksen ohjelmaan. (Valtioneuvosto hakupäivä 21.11.2014, Pääministeri Aleksander Stubbin hallituksen ohjelma 24.6.2014,1)

Koko Suomessa oli syyskuussa 2014 työttömänä 15–24-vuotiaista nuorista 52 000. Nuorten työttömyysaste oli tuolloin 17,9 %, mikä oli saman verran kuin vuotta aiemmin. 15–24-vuotiaiden nuorten työttömien osuus samanikäisestä väestöstä oli 8,0 prosenttia. (Tilastokeskus hakupäivä 21.11.2014) Vuoden 2014 syyskuussa oululaisia työttömiä oli 14 545 henkilöä ja työttömyysaste oli 15,6 %. Oulussa nuorisotyöttömyys on muuta maata yleisempää. Näistä työnhakijoista nuoria alle 25 -vuotiaita oli 18,5 % eli 2703 henkilöä ja 25–29 -vuotiaita 14,2 % eli 2065 henkilöä. (Työllisyyskatsaus 9/2014, ELY- keskus, hakupäivä 21.11.2014)

Oulussa heikko työllisyystilanne on näkynyt erityisesti nuorten työttömyystilastoissa. Merkittävä syy tähän on väestön nuori ikärakenne ja koulutuskaupungin vetovoimaisuus. Ne osaltaan pitävät vuosittain työvoimaan tulevien määrän korkeana. Taloussuhdanteiden ja rakennemuutoksen vaikutuksesta työllisyys on heikentynyt merkittävästi vuoden 2013 aikana. Oulussa toteutetun suuren kuntaliitoksen myötä Oulun väestörakenne on Euroopan nuorimpia ja asukkaista lähes

neljännes on alle 20 -vuotiaita. Oulun alueella on myös paljon työttömänä korkeasti koulutettuja vastavalmistuneita. (Oulun kaupungin työllisyysohjelma 2013–2016, hakupäivä 6.11.2014)

Vuoden 2013 alusta voimaan tullut nuorisotakuu asettaa suuren haasteen nuorten työllistymiseen. Nuorisotakuu velvoittaa tarjoamaan alle 25 -vuotiaiden lisäksi myös alle 30 -vuotiaille vastavalmistuneille työ-, työkokeilu- opiskelu, työpaja- tai kuntoutuspaikan viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi työnhakijaksi ilmoittautumisesta. Oulun kaupunki on sitoutunut nuorten yhteiskuntatakuun toteuttamiseen eri menetelmin. Nuorten yhteiskuntatakuun toteuttaminen edellyttää laaja-alaista yhteistyötä eri toimijoiden välillä. (Oulun kaupungin työllisyysohjelma 2013–2016, hakupäivä 6.11.2014)

Työn tekemisellä on ihmisille suuri merkitys. Se turvaa toimeentulon, toimii itsensä toteuttamisen välineenä sekä sisältää sosiaalisia suhteita. Työ luo hyvinvointia yksilölle ja vaurautta kansantalouteen. Työttömyys vastaavasti heikentää hyvinvointia ja julkistaloutta. Työttömyys kasvattaa tuloeroja ja siihen liittyy usein huono-osaisuutta ja syrjäytymistä. Työttömyys heikentää itsetuntoa, tuo passiivisuutta ja vaikuttaa negatiivisesti psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Pitkittynyt työttömyys heikentää työhön palaamisen mahdollisuuksia ja aiheuttaa siten työmarkkinoilta syrjäytymistä. (Kantola, Kautto 2002, 68) (Hammarström 1996, 63–66)

Nuorten syrjäytymistä ei aiheuta mikään yksittäinen syy, vaan se voi olla elämänhistoriallinen prosessi, jossa eri vaiheet seuraavat toisiaan. Nuorten syrjäytymistä pyritään ehkäisemään yhä enemmän moniammatillisen yhteistyön avulla. Yhteistyön tarvetta lisää myös ongelmien monimuotoisuus. (Valtiontalouden tarkastusvirasto 2007, 20)

## 2 TAVOITTEENA NUORTEN AKTIIVINEN KANSALAISSUUS

Nuorten yhteiskuntatakuu eli nuorisotakuu tuli voimaan vuoden 2013 alusta. Nuorten yhteiskuntatakuun sisältönä on se, että viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työnhaun alkamisesta nuorelle tarjotaan hänen palvelutarvettaan vastaava palvelu tai toimenpide, jolla parannetaan hänen työmarkkinakelpoisuuttaan ja edistetään työllistymistä. (TE -palvelut, hakupäivä 22.9.2013)

Nuorisolaki koskee alle 29-vuotiaita nuoria. Lain tarkoitus on taata nuorille hyvät kasvu- ja elinolosuhteet tukemalla nuorten kasvua ja itsenäistymistä kohti aktiivista ja sosiaalista kansalaisuutta. Nuorisolain toteutumisen lähtökohtana pidetään mm. yhteisöllisyyttä, yhteisvastuuta, yhdenvertaisuutta, monikulttuurisuutta, terveitä elämäntapoja ja tasa-arvoa. Nuorisolaissa mainitulla aktiivisella kansalaisuudella tarkoitetaan nuorten tavoitteellista toimintaa yhteiskunnassa. Sosiaalisella vahvistamisella puolestaan haetaan nuorille suunnattuja toimenpiteitä elämäntaitojen parantamiseksi. (Nuorisolaki 1 §:t 1-2, hakupäivä 22.9.2013)

Valtioneuvoston hyväksymässä lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämissuunnitelmassa 2012–2015 on asetettu tavoitteita nuorten alle 29-vuotiaiden kasvu- ja elinolojen parantamiseksi. Tavoitteiden lisäksi ohjelmassa annetaan suuntaviivat alueelliselle ja paikalliselle ohjelmatyölle. Kehittämissuunnitelman keskeinen tavoite on köyhyyden, eriarvoisuuden ja syrjäytymisen vähentäminen. Siihen pyritään tukemalla lasten- ja nuorten kasvua ja itsenäistymistä, joka edistää heidän kasvuun aktiivisiksi, yhteisvastuuta kantaviksi kansalaisiksi. Tavoitteiden toteutumiseksi edistetään nuorten mahdollisuutta osallistua tasavertaisesti kulttuuri-, liikunta ja vapaa-ajan toimintaan. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, kehittämissuunnitelma 2012 - 2015, hakupäivä 29.9.2013)

### 2.1 Kuntouttava työtoiminta

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta on tullut voimaan 1.9.2001. Tähän lakiin perustuva kuntouttava työtoiminta on sosiaalihuoltolain mukaista sosiaalipalvelua ja työttömyysturvain mukaista työllistymistä edistävää palvelua. Lain tavoitteena on parantaa työttömän henkilön edellytyksiä työllistyä tai osallistua koulutukseen tai työ- ja elinkeinohallinnon tarjoamaan palveluun. Palvelun tavoitteena on edistää henkilön työllistymistä. Keskeinen ajatus kuntouttavan työtoiminnan laissa

on tiivis yhteistyö kunnan, työ- ja elinkeinotoimiston (TE -toimisto) ja asiakkaan kesken aktivointisuunnitelmaa laadittaessa. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta määrittelee sen, ketkä työnhakijat ovat oikeutettuja aktivointisuunnitelman laatimiseen ja kenelle kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään. Työttömän omasta pyynnöstä kuntouttavaa työtoimintaa voidaan järjestää jo ennen laissa säädettyjä määräaikoja. Kuntouttavaan työtoimintaan ohjaututaan aina aktivointisuunnitelman kautta. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

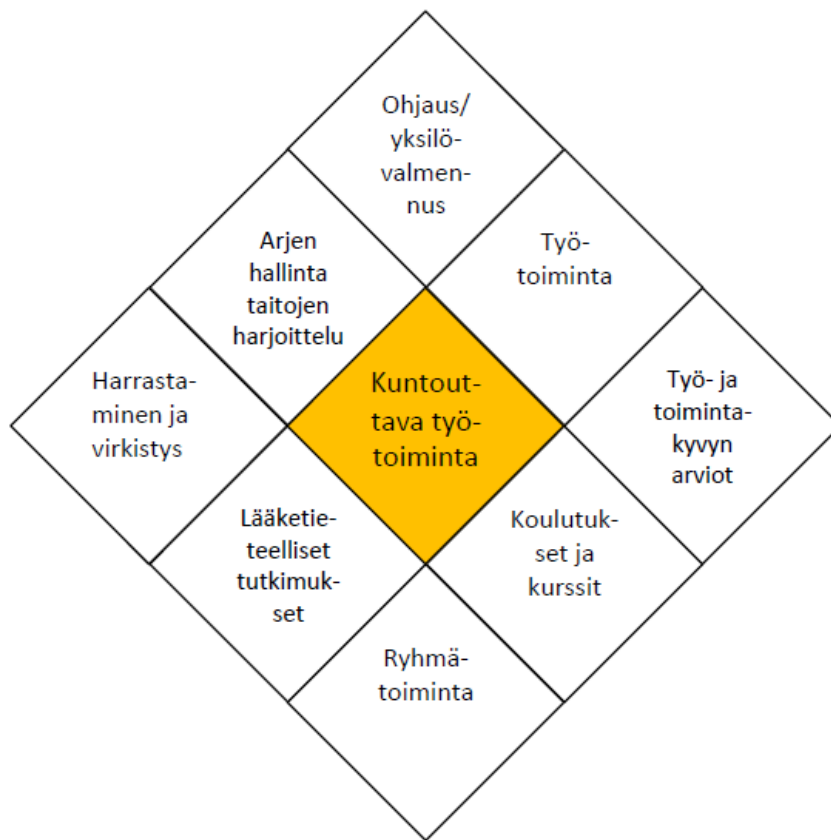
## 2.2 Aktivointisuunnitelma

Työ- ja elinkeinotoimisto ja kunta laativat aktivointisuunnitelman yhdessä asiakkaan kanssa. Aktivointisuunnitelma on pitkään työttömänä olleelle henkilölle laadittava yksilöllinen suunnitelma, jonka tavoitteena on parantaa henkilön työllistymisedellytyksiä ja elämänhallintaa. Aktivointisuunnitelma on yhteisen suunnittelun tulos ja järjestettävien palveluiden lähtökohta. Aktivointisuunnitelmaan määritellään palvelut asiakkaan yksilöllisen palveluntarpeen mukaisesti. Kuntouttava työtoiminta on yksi palvelu, joka voidaan sisällyttää aktivointisuunnitelmaan. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Aktivointisuunnitelma laaditaan henkilölle, jolle on aikaisemmin tehty julkisesta työvoimapalvelusta annetun lain mukainen työllistymissuunnitelma ja joka täyttää laissa mainitut määräajat. Määräajan täyttymisen perusteena on työttömyysajan kesto tai työttömyyden perusteella maksetun toimeentulotuen kesto. Aktivointisuunnitelman laatimisen käynnistää se viranomainen, jonka asiakkaasta on kyse. Silloin kun kysymyksessä on työmarkkinatukea saava asiakas aktivointisuunnitelman laatimisen käynnistää TE -toimisto. Toimeentulotukea saavan asiakkaan aktivointisuunnittelun käynnistää kunnan sosiaalipalvelut. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014).

Aktivointisuunnitelmaan kirjataan keinoja, joiden avulla asiakkaalla on mahdollisuus edetä koulutukseen tai työelämään. Suunnitelmaan voidaan sisällyttää TE -toimiston työllistymistä edistäviä palveluja, sosiaali-, terveys-, koulutus- ja kuntoutuspalveluja sekä kuntouttavaa työtoimintaa. Aktivointisuunnitelman allekirjoittavat siihen osallistuneet tahot eli TE -toimisto, kunta ja asiakas.

Jos aktivointisuunnitelmaan sisällytetään kuntouttavaa työtoimintaa, on tarkoituksenmukaista, että aktivointisuunnitelman tekemiseen osallistuu myös se henkilö, jonka vastuulla asiakkaan kuntouttavan työtoiminnan ohjaus tai valmennus on. Salassapitosäännökset eivät estä välttämättömien tietojen vaihtamista aktivointisuunnitelman laatimiseen osallistuvien henkilöiden ja asiantuntijoina käytettävien henkilöiden välillä. Yhdessä laadittu aktivointisuunnitelma talletetaan kunnan sosiaalihuollon ja työvoimapalvelujen henkilökisteriin. Suunnitelmasta annetaan yksi kappale asiakkaalle. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)



Kuva 1: Yleiskuvaus aktivointisuunnitelmasta ja siihen sisällytettävistä palveluista. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

### 2.3 Kuntouttavan työtoiminnan toteuttaminen

Kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on vahvistaa asiakkaan elämän- ja arjenhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä. Tavoitteena on parantaa näiden henkilöiden edellytyksiä työllistyä tai osallistua koulutukseen tai työ- ja elinkeinohallinnon tarjoamaan työllistymistä edistävään palveluun. Toiminta pyrkii myös ehkäisemään syrjäytymistä tarjoamalla mahdollisuuden osallistua työtoimintaan ja muihin palveluihin, joiden suunnittelussa asiakkaan henkilökohtainen tilanne huomioidaan kokonaisvaltaisesti. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Kuntouttavan työtoiminnan jakson pituus kirjataan aktivointisuunnitelmaan ja sitä määriteltäessä huomioidaan asiakkaan tilanne kokonaisvaltaisesti sekä aktivointisuunnitelmaan sisällytetyt muut palvelut, koulutus, työura sekä mahdollisuudet tulevaisuudessa osallistua työllistymistä edistävään toimenpiteeseen tai työllistyä. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Kuntouttavan työtoiminnan jakso voi olla 3-24 kuukautta, sitä järjestetään 1-5 päivää viikossa ja 4-8 tuntia päivässä. Toimintaan sovelletaan työaikalain (Työaikalaki 9.8.1996/605) yleissäännöstä säännöllisestä työajasta. Kuntouttavan työtoiminnan jakson aikana työtoiminnan päivittäinen ja viikoittainen kesto voi vaihdella ja se ilmoitetaan aktivointisuunnitelmassa tarkasti. Kuntouttavan työtoiminnan päivien lukumäärää voidaan tarvittaessa lisätä tai vähentää aktivointisuunnitelmaa muuttamalla. Kuntouttavan työtoiminnan päivien lukumäärä ja päivittäinen tuntimäärä voidaan porrastaa siten, että alkuvaiheessa työtoimintaa on vähemmän ja muita tarvittavia palveluja enemmän. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Kuntouttava työtoiminta voidaan suunnitella vaiheittaisena prosessina ja muuttaa palvelun painopistettä asiakkaan toimintakyvyn noustessa. Laki ei rajoita asiakkaalle tehtävien kuntouttavan työtoiminnan peräkkäisten jaksojen määrää. Aktivointisuunnitelmaan sisällytetyt palvelut sekä kuntouttavan työtoiminnan tavoitteet ja tarpeellisuus tulee tarkistaa viimeistään 24 kuukauden määräajan kuluttua. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

Laissa ei ole määritelty kuntouttavan työtoiminnan sisältöä, vaan oleellista on se, että palvelu edistää asiakkaan elämänhallintaa ja työelämävalmiuksia. Kuntouttavan työtoiminnan jaksolle asetetaan selkeät ja konkreettiset tavoitteet, joiden toteutumista on helppo arvioida. Tavoitteet kirjataan aktivointisuunnitelmaan. Toimintaa suunniteltaessa huomioidaan yksilöllisesti asiakkaan työ- ja toimintakyky sekä osaaminen. Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään työpaikoilla työtoi-

mintana, ryhmätoimintana, yksilövalmennuksena sekä toimintakyvyn arviointina. Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään kunnan, kuntayhtymän, rekisteröidyn yhdistyksen tai säätiön, valtion viraston tai rekisteröidyn uskonnollisen yhdiskunnan kanssa. Muiden palveluiden esimerkiksi terveystaluiden, yhdistäminen kuntouttavaan työtoimintaan on mahdollista. Yksilöllisyys huomioiden kuntouttavan työtoiminnan sisältö voi olla totuttautumista säännönmukaiseen päivärutiiniin ja ohjattuun toimintaan. Joillekin asiakkaille kuntouttava työtoiminta voi sisältää selkeitä, jopa vastuullisia työtehtäviä. Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuva asiakas ei ole työsuhteessa, vaan asiakkaana palvelussa. Siten hänellä ei ole työsuhteeseen liittyvää vastuuta ja velvollisuuksia. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, hakupäivä 30.12.2014)

## **2.4 Oulussa toteutettu Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta**

Oulussa pitkäaikaisesti toimeentulotukea saavien nuorten osuus on kasvanut viime vuosina. Nuorten tilanne Oulun seudulla on erityisen haastava nuoren väestörakenteen ja korkean nuorisotyöttömyyden vuoksi. Alle 25-vuotiaita nuoria tulottomia pitkäaikaisasiakkaita on asiointunut Oulun kaupungin sosiaalitoimen toimeentulotuen yksikössä vuoden 2013 tammi-syyskuun aikana kuukausittain 279–358 henkilöä. Tuona aikana nuoria on ollut asiakkuudessa yhteensä 546 henkilöä. Vuoden 2014 tammi-syyskuun aikana pitkäaikaisasiakkaita on ollut kuukausittain 364–410 henkilöä. Pitkäaikaisasiakkaiden määrä on noussut 651 henkilöön tammi-syyskuun 2014 ajalla. Pitkäaikaisasiakkaalla tarkoitetaan asiakkuutta, jossa viimeisen 12 kuukauden aikana asiakas on saanut toimeentulotukea vähintään 10 kuukauden ajan. Luku ei sisällä kielteisiä päätöksiä eikä maahanmuuttajia. (Oulun kaupunki, toimeentulotuki, 19.3.2015)

Usealta toimeentulotukiasiakkuudessa olevalta nuorelta puuttuu ammattitutkinto ja heillä on myös monenlaisia elämän- ja arjenhallinnan vaikeuksia. Heidän siirtymisensä suoraan opintoihin tai työmarkkinoille on epätodennäköistä ilman kuntoutustoimenpiteitä. Kehittämällä moniammatillista yhteistyötä ja osallistamalla verkostotyöhön voidaan hyödyntää eri alojen työntekijöiden osaamista uusien toimintamallien toteuttamiseen. Avoin tiedottaminen edistää nuorten ohjautumista soveltuviin palveluihin. (Hyvinvoinnilla työelämään hankesuunnitelma 2013, liite 1)

Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta on lähtenyt liikkeelle Oulussa toteutuneiden Nuoresta Mittaaja MopoTuning -hankkeista. Näiden hankkeiden toiminta kohdentui nuorten syrjäytymisen ehkäi-

syyn sekä liikunnan ja osallisuuden lisäämiseen. Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta toteutettiin yhteistyössä Oulun kaupungin liikuntapalveluiden, hyvinvointipalveluista sosiaalipalveluiden, työvoiman palvelukeskuksen, Byströmin nuorten palveluiden sekä Pohjois-Pohjanmaan Marttojen kanssa.

Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa on hyödynnetty vuonna 2013 voimaan tullutta muutosta kuntouttavan työtoiminnan järjestämisestä. Muutoksen myötä työtoimintaa on voitu järjestää toiminnallisena aktivoivana toimintana. Aikaisemmin työtoiminnan tuli sisältää yksilöityjä työtehtäviä. Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan tavoitteena oli luoda uudenlainen kuntouttavan työtoiminnan toimintamalli, jonka avulla vahvistetaan nuorten elämänhallintaa ja hyvinvointia sekä aktivoidaan heitä kohti opiskelua ja työelämää. Kuntouttava työtoiminta on järjestetty nuorisotakuun piiriin kuuluville nuorille ryhmämuotoisena toimintana, jonka sisältö on toteutettu monialaisena yhteistyönä. Toiminnan toteutuksesta on vastannut monialaisen toimijaryhmän vetäjä kukin vuorollaan. Tavoitteena oli matalan kynnyksen palvelu, joka tavoitti kohderyhmän. Toimintaa suunniteltaessa on otettu huomioon nuorten lähtötilanne. Toiminnan sisällössä painotus oli liikunnassa. Muita aihealueita ovat olleet ravitsemus ja hyvinvointi.

Yksi toiminnan kehittämisen lähtökohta oli sen toteuttaminen osana työntekijöiden perustyötä. Toiminta oli nuorille maksutonta ja ostopalveluista tulleet kustannukset katettiin liikuntapalveluiden ja työllisyyspalveluiden määrärahoista. Kuntouttava työtoiminta on lakisääteistä sosiaalipalvelua, joten Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan päävastuu oli hyvinvointipalveluiden sosiaalipalveluissa ja työvoimanpalvelukeskuksessa.

Ennen ryhmän aloitusta nuorille laadittiin aktivointisuunnitelma ja tarvittavat kuntouttavan työtoiminnan päätökset. Asiakkaalle nimettiin oma ohjaaja, joka seurasi ja arvioi nuoren tilannetta toiminnan aikana. Kuntouttavan työtoiminnan osalta kuntouttavan työtoimintaan osallistuvien asiakkaiden etuuskien hakeminen hoidettiin keskitetysti aikuissosiaalityön ja työvoiman palvelukeskuksen kautta.

Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnassa kuntouttava työtoiminta järjestettiin ryhmätoimintana. Toiminta toteutettiin ajalla 2.9.- 9.12.2013, kolmena päivänä viikossa ja 4 tuntia päivässä. Toiminta alkoi yhteisellä ryhmäytymispäivällä Virpiniemessä 2.9.2013, jolloin mukana olivat kaikki ryhmän nuoret ja toiminnan vetäjät. Ryhmäytymispäiviä oli aloituspäivän lisäksi vielä liikuntapalvelui-

den toimintana yksi päivä sekä yksi yhteinen päivä Byströmin nuortenpalveluiden ja työvoiman palvelukeskuksen järjestämänä.

Toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa mukana oleva MOPOTuning -hankkeen projektityöntekijä teki nuorille alkukartoituksen ja Hyvinvointi-muuttujakyselyn lomakehaastatteluna. Ne toteutettiin ryhmän alussa ja sen päätyttyä. Fyysisen kunnon muutoksia seurattiin kuntotestillä ja Inbody -mittauksella. Testit tehtiin toiminnan alussa ja päätyttyä. Testitulosten kautta nuoret näkivät liikunnan tuoman muutoksen omaan fyysiseen kuntoonsa.

Maanantai oli liikuntapalveluiden järjestämä toiminnallinen päivä, jolloin oli ryhmätoimintaa ja pallopelejä Oulun kaupungin ylläpitämissä liikuntapaikoissa. Tähän päivään kuului myös liikuntaan ja ravintoon liittyvä luento. Keskiviikko oli Byströmin nuortenpalveluiden järjestämä liikuntapäivä. Päivä alkoi yhteisellä aamupalalla Byströmin nuortenpalveluissa. Keskiviikkoisin nuoret kävivät tutustumassa yksityisten ylläpitämiin liikuntapaikkoihin. Perjantai oli työvoiman palvelukeskuksen ja Pohjois-Pohjanmaan Marttojen järjestämä liikunta- ja ravitsemuspäivä. Päivä alkoi liikunnalla, jolloin oli mahdollisuus käydä kuntosalilla tai pelata salibandyä. Liikunnan jälkeen nuoret siirtyivät Pohjois-Pohjanmaan Marttojen tiloihin, jossa he valmistsivat kotiruokaa. Marttojen erikoisneuvojan opastuksella nuoret opettelivat tekemään hyvää ja edullista kotiruokaa. (Liite 2)

### 3 ELÄMÄNHALLINNAN TAITOJA VERTAISRYHMÄSTÄ SOSIAALIPEDAGOGIIKAN KEINAIN

Sosiaalipedagogisen ajattelun mukaan yhteiskunnallinen subjekti, osallisuus, osallistuminen ja elämänhallinta ovat asioita, joihin kasvetaan ja ne saavutetaan kasvuprosessien myötä. On olennaista, että tällaista kasvatustyötä tarkastellaan toimintana, joka koskee ihmisten yhteiskuntasuhteita. Sosiaalipedagogiassa huomio kiinnittyy sekä kasvatustyöhön että yhteiskuntasuhteissa oleviin integroitumisongelmiin. (Nivala, Saastamoinen 2010, 187)

Painopiste sosiaalipedagogiikassa on siinä, miten yksilö kiinnittyy yhteiskuntaan, sen toimintajärjestelmiin ja yhteisöihin. Kuulumalla erilaisiin yhteisöihin ihmiset rakentavat identiteettiään, ylläpitävät elämänlaatuaan ja saavuttavat jokapäiväisessä elämässä tarvittavia valmiuksia vuorovaikutustaitoihinsa. Aktiivisuus-, yhteisö- ja elämyspedagogisuus kuuluvat sosiaalipedagogian työteeseen, mutta saattavat painottua eri tavoin erilaisissa toimintaympäristöissä ja yhteisöissä. (Hämäläinen 1999, 14–16, 67) Myös sosiaalipedagogisessa muutostyössä tavoitellaan yksilön elämänhallinnan vahvistamista niin, että hän kykenee selviytymään ikäkauden kehitystehtävistä ja tekemään elämänsä myönteisesti ohjaavia ratkaisuja. (Lämsä 2009, 38)

Sosiaalipedagogian periaatteita ovat toiminnallisuus, yhteisöllisyys, elämyksellisyys ja osallisuus. Sosiaalipedagogisessa työssä on mahdollista käyttää useita eri työmuotoja. Työskentely voi olla yksilöllistä ohjausta tai ryhmässä tapahtuvaa pedagogista vaikuttamista tai yhteisössä toimimista. Ihmisessä olevat mahdollisuudet voidaan saada esille monella eri tavalla. Vuorovaikutus on keskeistä sosiaalipedagogisessa työssä ja sillä on suuri vaikutus oppimiseen ja persoonallisuuden kehittämiseen sekä identiteetin rakentamiseen. (Hämäläinen 1999, 68–69)

Yhteisön jäseneksi sosiaalistumisessa on kyse yhteiskunnan jäsenyyteen kasvamisesta, yhteiskunnallisen yhteiselämän ja toiminnan edellyttämän sosiaalisen ja kulttuurisen perustan sisäistämisestä, yhteiskunnallisen toimintakyvyn kehittymisestä ja oman paikan löytämisestä osana yhteiskuntaa. Nuoren kasvatusta ja ohjausta on olennaista tarkastella myös hyvinvoinnin edistämiseen, sosiaalisten ongelmien ja huono-osaisuuden ehkäisemiseen ja lievittämiseen pyrkivänä sosiaalisena toimintana. (Hämäläinen 2008, 145–146)

Sosiaalipedagogisen nuorisotyön tavoite on toimia siten, että nuorten taidot ottaa vastuuta omasta elämästään kasvaisivat vähitellen. He kykenisivät yhä enenemässä määrin toimimaan ja selviytymään kriiseistään. Nuorten identiteetti ja persoona vahvistuisivat niin, että heillä olisi mahdollisuus osallistua arkielämässä monipuoliseen, inhimilliseen, kulttuuriseen ja yhteiskunnalliseen toimintaan. Sosiaalisuus ja normaalius ovat tuolloin asioita, jota tarkastellaan sekä persoonallisesta, yksilöllisestä että vuorovaikutuksellisesta ja institutionaalista ja organisatorisesta näkökulmasta. Pohdinnan kohteena on se, miten instituutioiden ja organisaatioiden rakenteiden ja toiminnan tulisi muuttua edistääkseen kasvatuksellista tehtäväänsä. (Kurki 2002, 131–132)

Sosiaalipedagogian mukaan ihminen on ainutkertainen persoona ja arvokas sinällään. Ainutkertainen ihminen kasvaa ja muotoutuu täyteyteensä ainoastaan dialogisessa kanssakäymisessä toiseen ihmiseen ja suhteessa "moniin toisiin". Sosiaalipedagogisen kasvatustyön tehtävä on ihmisen tukeminen tässä persoonallisen kasvun prosessissa. Tukea tarvitaan erityisesti kokemusten vastaanottamisessa ja niiden pohdiskeluvassa arvioinnissa. Samalla kehittyä nuoren kyky ottaa vastuuta arkipäivästään, yhteisöstään ja yhteiskunnastaan persoonana yhteistyössä toisten persoonien kanssa. Tavoitteena on myös se, että yhteisöt kehittyisivät kohti oikeudenmukaista ja inhimillistä yhteisöä. (Kurki 2002, 159)

Sosiokulttuuriseen innostamiseen sisältyy pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus. Tästä innostamisen kolmitahoisuudesta muodostuu kansalaisuuteen kasvamisen perustaksi sopiva integroitunut kokonaisuus. Pedagogian tavoitteena on pyrkiä vahvistamaan ihmisten yhteisöllistä sitoutumista ja heidän persoonallisten arvojen kehittymistä. Innostamisen toiminnassa painottuu ihmisen luovuuden ja monipuolisen ilmaisun kehittäminen mm. taiteen eri muodoin. Sosiaalinen ulottuvuus keskittyy ryhmään ja yhteisöön. Painopisteenä on ihmisten oma osallistuminen ja sen avulla integroituminen yhteisöön ja yhteiskuntaan. Oleellista on pyrkimys edellä mainittujen asioiden transformaatioon eli laadulliseen muutokseen. Kasvatuksellisen ulottuvuuden ytimenä on persoona. Sen ulottuvuuden tavoitteena on tukea ihmisen persoonallista kehittymistä, asenteiden muutosta ja kriittisen ajattelun kehittymistä, oman vastuun tiedostamista, herkistymistä sekä motivaation heräämistä. (Kurki 2002, 119)

### 3.1 Arjenhallintaa toiminnallisuuden avulla

Nuorten arkeen tulisi kuulua oman elämänhallinta ja hyvinvointi, johon sisältyy kokemus jokapäiväisen elämän sujumisesta. Kaikille nuorille se ei ole itsestään selvää. Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmä tarjoaa nuorille mahdollisuuden osallistua toiminnalliseen ryhmään ja tätä kautta saada onnistumisen ja osallisuuden kokemuksia. Ryhmätoiminnan aikana voidaan antaa välitöntä kannustavaa palautetta nuorelle. Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan tavoitteena on kehittää nuoren tietoja, taitoja ja osaamista suhteessa omaan arjenhallintaansa, läheisiinsä ja lähiympäristöönsä. Ryhmätoiminnan kautta pyritään vaikuttamaan nuorten elämän- ja arjenhallinnan taitoihin. Toiminta pyrkii motivoimaan nuoria siihen, että he löytäisivät keinoja itsetuntemuksen lisäämiseen ja vahvistamiseen sekä tasapainon löytämiseen omassa elämässään.

Arjen valinnat, säännönmukaisuus ja rutiinit vaikuttavat nuoren jaksamiseen ja hyvinvointiin. Päivittäinen hyvä olo koostuu useista tekijöistä: uni, lepo, ravinto, yhteiset ruokailuhetket, liikunta, luovuus, kohtaamiset toisten ihmisten kanssa, ystävyys-suhteista, ajatusten ja tunteiden jakaminen, itsensä toteuttaminen. Päivän tapahtumat sekä olosuhteet (työ tai koulun vaatimukset) vaikuttavat niihin valintoihin, mitä kukin arjessaan tekee. Taustalla vaikuttavat myös ne arvot, mitä kukin pitää tärkeänä ja mihin aikaansa käyttää. (Erkko, Hannukkala, Pruuki 2013, 135) (Bolinder, 2006, 6)

Arjenhallinta on käsitteenä hyvin lähellä elämänhallintaa, joka voidaan määritellä yksilön kyvyksi ottaa itse vastuuta omasta elämästään. Arjenhallintaa voidaan määritellä siten, että yksilö kokee pystyvänsä itse tekemään omaa elämänsä koskevat ratkaisut ja vaikuttamaan niihin haluamallaan tavalla. Arjenhallinta sekä tunne siitä, että on niin sanotusti oman elämänsä herra, lisää yksilön hyvinvointia. Kun nuorilta itseltään on kysytty arjenhallinnan sisällöstä, he korostavat arkirutiineista selviämistä, oman talouden hallintaa ja erilaisia terveyteen liittyviä teemoja, kuten mielen-terveysongelmat, ruokailu- ja liikuntatottumukset sekä päihteiden käyttö. Erityisesti nuoret ottavat esiin arjen mielekkyyden kokemuksen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, Similä 2012, hakupäivä 14.1.2014)

Elämänhallinta todentuu jokapäiväisen elämän konkreettisissa olosuhteissa eli arjessa. Hämäläinen (2000, 21–22) viittaa Hans Thierschiin, jonka mukaan sosiaalipedagogisen toiminnan kautta voidaan konkreettisesti auttaa ihmisiä pyrkimyksissään rakentaa itselleen parempaa arkea. Tällaisen toiminnan lähtökohtana ja päämääränä on aina paremman arjen konkreettinen edistämi-

nen, ihmisten auttaminen hallitsemaan elämänolosuhteitaan. Hämäläinen (2000, 21–22) viittaa Thierschiin, jonka mukaan kasvatuksellinen elämänhallintaan auttaminen merkitsee sitä, että luodaan suhde ihmisten todellisiin elämänolosuhteisiin. Niitä ovat ihmisten yksilölliset, sosiaaliset ja poliittiset voimavarat sekä heidän elämään vaikuttavat paikalliset ja alueelliset sosiaaliset rakenteet. (Hämäläinen 2000, 21–22)

Kun nuorilla on vaikeuksia kiinnittyä yhteiskunnan koulutus- ja työjärjestelmään, itsetunto on usein heikko. Huono koulumenestys ja vaikeudet työn saannissa passivoivat nuoria sekä heikentävät heidän aloittekykyään. Nuorten itsenäistymiskehitystä voidaan edesauttaa sekä vahvistaa heidän itsetuntoaan järjestämällä heille mielekästä tekemistä. Tekemisen kautta kasvavat edellytykset nuorten aktivoitumiselle ja halu kehittyä muillakin elämänalueilla kuin ammatillisesti. Nuorten uskoa tulevaisuuteen voidaan vahvistaa liittämällä mielekkääseen tekemiseen ammatillisia tavoitteita. (Hämäläinen 2000, 13)

Aikaisemmat tutkimustulokset tukevat käsitystä liikunnasta ja urheilusta suotuisana kasvun ympäristönä. Liikunnalla ei sinänsä ole myönteisiä tai kielteisiä sosiaalisia vaikutuksia, vaan vaikutukset riippuvat siitä, millaisia sosiaalisia tilanteita siihen sisältyy ja millaisia odotuksia ihmisiin kohdistuu. Liikunnan avulla on helppo järjestää aitoja ja läheisiä yksilöiden välisiä vuorovaikutustilanteita. Myös ristiriitatilanteita on mahdollisuus oppia ratkomaan tilanteissa, joissa sosiaalinen tai eettinen käyttäytyminen joutuu koetukselle. Missä määrin liikunnan myönteiset ominaisuudet sosiaalisen kasvun ympäristönä tulevat huomioiduksi, riippuu siitä, minkä verran toiminnassa korostetaan kilpailun merkitystä ja minkä verran toimintaan liittyy yhteistyötä sekä yksilöiden välisiä vuorovaikutusta ja minkä verran toiminta sallii osanottajien omatoimisuuden sekä päätöksenteon. Lisäksi ohjausmenetelmät vaikuttavat edellä mainittuihin seikkoihin. (Telama & Polvi 2005, 632–633)

Liikunnan on todettu lisäävän lievästi liikkujan kokemaa hyvää oloa. Sen on koettu vähentävän kielteisiä tunteita mm. ärtymystä, vihaisuutta, alakuloisuutta sekä haluttomuutta. Myönteisinä tunteina on havaittu virkeys, energisyys ja yleisen mielihyvän voimistuminen. Kokemukset liikunnasta vaihtelevat kuitenkin paljon yksilötasolla. Kokemukseen vaikuttavia asioita ovat muun muassa liikkujan omat ominaisuudet, odotukset, suoritukseen liittyvät seikat, seura, ympäristö ja tarkoitus. Ihmiset eroavat siinä, miten herkästi he tunnistavat oman tilansa muutoksia ja millä tavoin he tulkitsevat oman kehonsa antamia merkkejä. Vain osalle fyysisen aktiivisuus on tietoinen itsesäätelykeino. Tutkimusten mukaan liikunnasta hyvinvointihyötyä olisi eniten heille, jotka

liikkuvat vähän. Säännöllisen liikunnan uskotaan suojaavan mielialaa ja helpottavan stressiä kuormittavassa elämäntilanteessa. (Nupponen 2005, 49–53)

### 3.2 Vertaisryhmä aktivoijana

Ryhmä on merkittävä oppimisympäristö yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen kehittymisen kannalta. Se tarjoaa uusia näkökulmia, tukea vertaisilta, peilauspintaa sekä yhteisiä kokemuksia. Ryhmässä toimiminen tuottaa kullekin sen jäsenelle omakohtaisia havaintoja, kokemuksia ja elämyksiä. Näitä reflektoiden kukin voi tarkastella itseään, omaa toimintaansa sekä valintojensa vaikutuksia. Parhaimmillaan vertaisryhmän jäsenet toimivat toisiaan vahvistaen kommentoidessaan, esittäessään omia ajatuksiaan ja kehittäessään uusia ratkaisuja. (Kivelä, Lempinen 2009, 30)

Turvallisessa ryhmässä nousee esiin yksilöiden parhaat puolet ja ryhmässä saa olla oma itsensä heikkouksineen. Turvalliseksi koettu ryhmä antaa mahdollisuuden itsetunnon vahvistumiselle sekä tuo kokemuksen hyväksynnästä, välittämisestä ja arvostuksesta. (Aalto 2000, 17) Ryhmän avulla yksilö voi tulla tietoiseksi omasta roolistaan, identiteetistään sekä niihin vaikuttavista vasta-rooleista. Ryhmän jäsen voi muuttaa rooliaan, tehdä aloitteen tietoisesti tai spontaanisti. Vuorovaikutuksen kautta yksilö voi käyttää rooliaan sekä uutta luovalla tavalla että tuhoavalla tavalla. (Niemistö 2002, 95)

Yhteisöllisyys on arvostavaa ja palkitsevaa vuorovaikutusta, joka tapahtuu hyvin toimivassa ryhmässä. Ryhmässä syntyy sosiaalinen luottamus, joka on tunne siitä, että yksilöä arvostetaan. Sosiaalinen luottamus määrittää sitä, miten ihminen olettaa muiden ihmisten suhtautuvan häneen, Se on sisäistettyä arvostusta ja tunnustusta. Sosiaalisten valmiuksien ja hyvien ryhmien tukeminen on kannattavimpia investointeja 2010-luvun Suomessa. (Maunu 2013, 38, 41)

Vertaisryhmään osallistuvat jäsenet voivat jakaa elämäkokemuksiaan keskenään. Vertaisryhmä antaa mahdollisuuden kasvuun ja arjen kannalta uuden ja hyödyllisen oppimiseen. Sillä voi olla paljon merkitystä sellaisessa tilanteessa, jossa lähiympäristön elämäntilanne poikkeaa merkittävästi omasta. Vertaistoiminnan arvoja ovat tasa-arvoisuus, avoimuus ja toisen kunnioittaminen. Ideana on kokemusten jakaminen yhdenvertaisesti. Vertaistoiminnasta ei voida puhua ilman tasavertaisuuden ja osallisuuden kokemusta. Vertaistoiminnassa jaetaan ja hyödynnetään koke-

muksia ja kokemustietoa. (Kuuskoski 2003, 31) Ryhmässä vertaistuellalla uskotaan olevan suuri merkitys.

Ryhmätoiminnan avulla on mahdollista kokea yhteisöllisyyttä, jonka kautta yksilö voi saavuttaa vahvan sisäisen voimantunteen. Tämä on yhteydessä siihen, miten ryhmän jäsen luo voimaa itsellensä ja pystyy jakamaan sitä toisille. Voimaantumiseen liittyy vahva vastuullisuus omasta kehittämisestä. Voimaantuminen näkyy parantuneena itsetuntona sekä kykyä asettaa ja saavuttaa päämääriä. (Räsänen 2002, 19–21)

### 3.3 Ryhmästä lisää osallisuutta

Osallisuus käsitteenä jättää tilaa hyvin monenlaiselle toiminnalle. Sillä voidaan yhteydestä riippuen tulkita ja arvioida hyvin eri tavoin syrjäytymistä tai ennaltaehkäisevää toimintaa syrjäytymisen vähentämiseksi. Syrjäytyminen määritellään usein prosessiksi, jossa keskeistä on yksilön, perheen tai kokonaisten yhteisöjen ajautuminen yhteiskunnassa tavanomaisena ja yleisesti hyväksyttynä pidetyn elämäntavan, resurssien hallinnan ja elintason ulkopuolelle. Osallisuus voidaan nähdä syrjäytymisen vastaparina, ja sekin on hahmotettava prosessina, jonka toteutumiseen ja kehityssuuntaan voidaan vaikuttaa yhteiskunnallisesti. Osallisuuden aste vaihtelee muun muassa elämäntilanteiden mukaisesti eikä se ole saavutettavissa oleva pysyvä ominaisuus eli staattinen tila. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, hakupäivä 25.10.2013)

Osallisuutta ymmärretään toimijuutta rakentavana ja tuottavana käsitteenä. Osallisuuden tavoitteena on tuottaa tietoa niin osallisuutta lisäävistä kuin sitä vähentävistä mekanismeista sekä kehittää osallistavampia toiminta- ja palvelumalleja sosiaalisen osallisuuden ja työelämäosallisuuden lisäämiseksi. Osallisuuden hahmottaminen prosessina mahdollistaa painopisteen siirtämisen yhteiskunnallisia ja sosiaalisia ongelmia yksilöllistävistä ja syyllistävistä syrjäytymisdiskurssista osallisuuden hahmottamiseen toimintana sekä sen lisäämiseen yhteiskunnan tehtävänä. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, hakupäivä 25.10.2013)

Osallisuus katsotaan rakentuvan kolmelle ulottuvuudelle, joita ovat riittävä toimeentulo ja hyvinvointi (having), yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys (belonging) sekä valtaisuus ja toimijuus (ac-

ting). Ne sijoittuvat lähelle sosiologi Erik Allardtin tekemää jäsenystä hyvinvoinnin ulottuvuuksista (having, loving, being). (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, hakupäivä 25.10.2013)

Osallisuus on monitasoinen ja -syinen kokonaisuus, johon sisältyy tunteminen, kuuluminen ja tekeminen. Osallisuudessa keskeisiä asioita ovat luottamus, sitoutuminen ja kuulluksi tuleminen. Osallisuus voi toteutua yhteiskunnallisesti, jolloin yksilöllä on mahdollisuus osallistua päätöksentekoprosessiin. Se voi toteutua ympäröivissä yhteisöissä synnyttäen yhteenkuuluvuuden, turvallisuuden ja oikeudenmukaisuuden tunteen. Osallisuus omassa elämässä sisältää voimaantumisen, identiteetin ja elämänhallintavalmiudet. Siinä on oleellista omakohtainen sitoutuminen, omaehtoinen toiminta. Lisäksi oman elämän osallisuutta on se, että kykenee vaikuttamaan omaa elämää koskeviin asioihin ja niiden kulkuun sekä ottamaan vastuun seurauksista. (Särkelä-Kukko, Rouvinen-Wilenius 2014, 9)

Yhdeksi tärkeimmistä kasvatuksen tavoitteista nähdään se, että ihmisen tulee omaksua sellaisia sosiaalisia valmiuksia ja taitoja, joita ihminen tarvitsee sopeutuakseen sosiaaliseen ja yhteiskunnalliseen ympäristöön. Näitä taitoja tarvitaan yhteiskunnan kehittämisessä, aidossa kansalaisuudessa. Jotta ihminen saavuttaa nämä taidot, hänen tulee oppia kuulumaan ryhmään ja oppia tuntemaan olevansa arvostettu ja ryhmänsä hyväksymä. Ihmisellä tulee olla kyky vaikuttaa siihen, kuinka ryhmä kehittyy ja yhteiset tavoitteet saavutetaan. Lisäksi ihmisen tulee osallistua sosiaalisesti. Kasvatuksellinen tukeminen sosiaalisiin aktiviteetteihin on osaltaan kansalaisuuteen tukemista. Se on kiinteästi sidoksissa yksilön persoonallisen kasvun tukemiseen, joka puolestaan on sosiaalisuuteen kasvun perusehto. (Kurki 2006, 119)

Osallisuus on tänä päivänä ajankohtainen teema ja sen merkitys tiedostetaan laajasti varhaiskasvatuksesta alkaen ikäihmisten palvelujen suunnitteluun. Nuorten ja heidän kanssaan työtä tekevien esiin nousseista tarpeista on lähdetty luomaan uusia toimintamalleja ja -tapoja osallisuuden vahvistamiseksi. Koulumaailma ja työelämä korostavat osallisuuden merkitystä ja sitä kautta muodostuvaa yhdenvertaisuutta ja yhteisöllisyyttä. Yhteiskunnassamme pidetään tärkeänä sitä, että kaikilla on oikeus olla osallisina itseään koskevissa asioissa.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 4.1 Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävä

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla Hyvinvoinnilla työelämään -toimintaan osallistuneiden nuorten kokemuksia ryhmämuotoisesta kuntouttavasta työtoiminnasta ja millaisia muutoksia toimintaan osallistuminen on tuonut nuorten arkeen. Tavoitteena on saada tietoa siitä, onko käytetty toimintamalli edistänyt nuorten arjenhallinnan taitoja. Saatujen tutkimustulosten perusteella toiminnan järjestäjä voi arvioida sitä, että onko tällainen toiminta tarkoituksenmukaista. Pyrimme tuottamaan tietoa, jota voidaan hyödyntää nuorille työttömille suunnattavissa aktivointitoimenpiteissä.

Tutkimuskysymykset

1. Millaisia kokemuksia nuorilla on ryhmämuotoisesta toiminnallisesta kuntouttavasta työtoiminnasta?
2. Millaisia muutoksia nuorten arjessa on tapahtunut ryhmätoiminnan aikana?

Tutkimustyömme oppimistavoitteiksi olemme valinneet sosiaalialan koulutusohjelman kompetenseista asiakastyöosaamisen, tutkimuksellisen kehittämisosaamisen sekä kriittisen- ja osallistavan yhteiskuntaosaamisen. Erityisen tärkeänä koemme asiakastyöosaamisen taitojen kehittämisen, sillä ihmisten kohtaaminen sekä palveluihin ohjaaminen ovat olennaisin osa työtämme.

### 4.2 Tutkimusmetodologia

Tutkimus on laadullinen tutkimus, joka sisältää fenomenologis-hermeneuttisia piirteitä. Fenomenologia korostaa ihmisen havaintoihin ja kokemuksiin perustuvaa tiedontuotantoa. Olemme tutkineet nuorten kokemusta toiminnallisesta kuntouttavasta työtoiminnasta ja sitä millaisia muutoksia toimintaan on tuonut nuorten arkeen. Hermeneutiikassa pyritään ymmärtämään ja tulkitsemaan ihmisen toimintaa ja kulttuuria. Tutkimusaineiston hankinnassa hermeneuttiset piirteet tulevat esiin siten että, olemme ottaneet huomioon nuorten ainutlaatuisuuden yksilöinä. Ainutkertai-

suus tulee siinä haastatteluhetkessä, kun haastattelemme jokaisen tutkimukseen ilmoittautuneen nuoren henkilökohtaisesti. Fenomenologisessa tutkimuksessa aineistoa hankitaan tutkijan ja tutkimukseen osallistuvien kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa tutkija pyrkii olemaan läsnä tilanteessa kiinnostuen toisen kokemuksista. Tällainen tilanne on mahdollista saavuttaa esimerkiksi yksilöhaastattelussa. (Perttula 2008, 141)

### 4.3 Kohderyhmä ja aineiston hankinta

Tutkimuksen kohderyhmä oli Hyvinvoinnilla työelämään – toimintaan osallistuneet nuoret. Ryhmässä aloitti 15 nuorta, joista 10 antoi suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen. Haastatteluun osallistui kahdeksan nuorta. Toiminnan järjestäjä teki nuorille alkukartoituskyselyn ja nuoret antoivat haastatteliijoille luvan käyttää alkukartoituksen tietoja tutkimuksessa. Alkukartoituksen tiedoista saatiin haastateltujen ikä, asumismuoto ja koulutustaso sekä työttömyyden kesto.

Haastatteluun osallistuneiden keski-ikä oli 23 vuotta. Haastatelluista nuorista kolme asui parisuhitteessa, kolme vanhempiansa taloudessa ja kaksi itsenäisesti. Yhdellä haastatelluista oli ammatillinen tutkinto, yhdellä oli suoritettuna ylioppilastutkinto, yhdellä lukio opinnot kesken, kolmella oli keskeytynyt toisen asteen opinnot, yhdellä oli suoritettuna peruskoulu ja yhdellä 10-luokka. Nuorten työttömyysjaksot ennen Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmän alkamista olivat puolesta vuodesta viiteen vuoteen.

Alkukartoituksessa nuorilta kysyttiin, mikä sai nuoren kiinnostumaan Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmän toiminnasta. Nuorten vastauksia olivat liikunta, saisi uusia ystäviä, tietoa ravinnosta, pääsee kokeilemaan uusia lajeja, saa tekemistä ja rytmiä päivään.

Tutkimusluvut haettiin Oulun kaupungin Hyvinvointipalveluista ja Sivistys- ja kulttuuripalveluista. Nuorten ryhmän alkaessa kaikki kolme opinnäytetyön tekijää kävivät 2.9.2013 esittäytymässä nuorille ja kertomassa tulevasta tutkimuksesta ja haastattelusta. Aineisto kerättiin teemahaastattelulla. Haastattelun teemojen avulla etsittiin vastausta tutkimuskysymyksiin. Tämä aineistonkeruumenetelmä valittiin, jotta saataisiin riittävän laaja ja monipuolinen kokemustieto nuorilta itseltään. Lisäksi se mahdollisti vuorovaikutuksellisen haastattelutilanteen ja teemahaastattelu on luonteva tapa lähestyä nuoria. Haastattelun teemat muodostimme viitekehyksestä sosiaalipeda-

gogiikan tavoitteiden mukaisesti ja Hyvinvoinnilla työelämään toiminnan toimintasuunnitelmasta. (Liite 1) Teemojen kautta saimme vastaukset tutkimuskysymyksiimme.

Teemahaastattelun teemat olivat:

#### TEEMA 1

Nuorten kokemus toiminnallisesta ryhmätoiminnasta.

#### TEEMA 2

Ryhmämuotoisen toiminnallisen kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuorten arkeen ja elämäntapaan.

#### TEEMA 3

Ryhmätoiminnan merkitys nuorten tulevaisuuden suunnitelmiin.

(Liite 3)

Teemahaastatteluun päädyimme koska teemojen kautta voimme joustavasti edetä haastattelussa ja saamme paremmin haasteltavien kokemuksen esille kun he voivat vapaasti vastata aihealueisiin ja voimme samalla tehdä tarkentavia kysymyksiä. Ihmisten vapaalle puheelle annetaan tilaa, vaikka ennalta päätetyt teemat pyritään keskustelemaan kaikkien tutkittavien kanssa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47 - 48, 66; Eskola & Suoranta 2000, 86–87).

Nuoret saivat itse valita listalta ehdotetuista haastatteluajoista sopivimman, jonka he varasivat. Edellisenä päivänä tutkija lähetti nuorelle muistutuksen haastatteluajasta tekstiviestillä ja toivotti tervetulleeksi haastatteluun. Mikäli ennakkoon sovittu haastattelu-aika ei sopinut, sovittiin joustavasti uusi aika. Kaksi nuorta ei saapunut haastatteluun sovittuna aikana. Toinen oli unohtanut ajan, mutta pääsi paikalle heti haastattelijan puhelinoiton jälkeen. Toinen nuori ei saapunut, koska jännitti haastattelua. Kahdenkeskinen keskustelu tulevasta haastattelusta vei jännityksen pois ja uusi haastattelu-aika voitiin sopia. Yksi nuori siirsi haastatteluajan kaksi kertaa. Haastattelut olivat yksilöhaastatteluja ja kaikki kolme haastattelijaa olivat paikalla seitsemässä haastattelussa. Yhdessä haastattelussa oli paikalla kaksi haastattelijaa. Haastattelut tehtiin nuorille tutussa ympäristössä, Byströmin nuortenpalveluissa. Siellä oli käytettävissä haastatteluun sopiva rauhallinen tila sekä haastattelun tallennukseen ja purkuun tarvittava laitteisto. Haastattelut kestivät puolesta tunnista reiluun tuntiin.

Haastattelijat haastattelivat vuorollaan yhden nuoren. Yksi haastattelija hoiti vuorollaan haastattelun tallennuksen ja päähaastattelijan lisäksi kaksi muuta haastattelijaa tekivät tarkentavia kysymyksiä. Haastattelun alussa nuorille kerrottiin, että tutkimus tallennetaan ja litteroidaan (eli kirjoitetaan sanasta sanaan) ja muut kuin tutkijat eivät käsittele tutkimusmateriaalia. Kaikki aineisto on luottamuksellista ja salassa pidettävää. Tutkimuksen valmistuttua kaikki työhön käytetty materiaali tuhoetaan. Yhteensä haastattelumateriaalia tuli 5h 31min. Haastattelut litteroitiin, jolloin haastattelumateriaalia kertyi 90 sivua. Litteroinnit tehtiin Arial Narrow-tekstityypillä, fontti 12 ja riviväli 1,5. Valmis työ on luettavissa nuorten tieto- ja neuvontakeskus Napin kirjastossa sekä internetissä.

#### 4.4 Aineiston analysointi

Teemahaastattelu oli meille luonteva tapa lähestyä nuoria. Haastatteluista löytyvät ne teemat, joista haastateltavien kanssa on puhuttu. Olemme litteroineet haastatteluaineiston ja järjestäneet sen teemoittain. Haastatteluista olemme poimineet teemoihin liittyvät kohdat joista olemme saaneet vastaukset tutkimuskysymyksiimme. (Liite 4)

Aineistosta voi löytyä uusia teemoja, eivätkä haastattelussa käsitellyt aiheet välttämättä etene tutkijan tekemän järjestyksen ja jäsenyyksen mukaan. Sen vuoksi haastattelusta saatua litteroitua tekstiä on hyvä tarkastella ennakkoluulottomasti. (KvaliMOTV, hakupäivä 5.1.2015)

Teemoittelussa teemahaastatteluaineisto järjestetään teemojen mukaisesti. Teemoittelun tarkoituksena on nostaa esille tutkimusongelmia valaisevat teemat. Siten voidaan vertailla valittujen teemojen ja keskeisten aiheiden esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa. (Eskola, Suoranta 2014, 175–180)

Teemahaastattelussa haastattelut käydään läpi useaan kertaan koska vastaukset ja kommentit eivät useinkaan tule teemojen mukaisessa järjestyksessä. Vastauksista poimitaan teemoihin liittyvät kohdat ja aineistoa järjestellään uudelleen ja siitä esitetään tulkinnat. Jokaisen teeman alle kirjataan jokaisen haastateltavan vastaukset ja kommentit. Analyysin tehtävä on tiivistää, järjestä ja jäsentää aineisto siten että kaikki oleellinen tulee huomioitua. Siten saadun tiedon informaatioarvo kasvaa. Ryhmitellyistä teemoista nostetaan tulkittavaksi sitaatteja, jotka valaisevat tutkimusongelmaa. Aineistosta poimitaan tutkimuskysymyksen kannalta oleelliset kohdat. Tee-

moittelulla tekstiaineistosta saadaan esille laajasti erilaisia vastauksia ja tuloksia. Tällainen laaja aineisto antaa parhaiten vastauksia käytännön intresseistä lähteviin kysymyksiin. (Eskola 2001, 147–147)

#### 4.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen toteuttamisessa on huomioitava, että eettiset näkemykset vaikuttavat siihen, millaisia ratkaisuja tutkija tekee käsitellessään tutkimustuloksia. Tutkijan eettiset ratkaisut kulkevat yhdessä tutkimuksen uskottavuuden kanssa. Uskottavuus toteutuu, kun tutkimuksessa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä. Hyvä tieteellinen käytäntö sisältää mm. rehellisyyden, huolellisuuden ja tarkkuuden koko tutkimusprosessin aikana tulosten tallentamisesta arviointiin. Tieteellisessä tutkimuksessa on sovellettava kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä toteutettava tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluvaa avoimuutta tuloksia julkaistessa. Myös muiden tutkijoiden työ ja saavutukset on huomioitava asianmukaisella tavalla. (Tuomi, Sarajärvi 2012, 125, 132)

Hyvä tieteellinen käytäntö edellyttää, että tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tutkimusryhmän asema, oikeudet, osuus tekijyydestä, vastuut ja velvollisuudet on määritelty ja kirjattu kaikkien osapuolten hyväksymällä tavalla. Tähän liittyvät myös tutkimustulosten omistajuus ja aineiston säilyttäminen. Rahoituslähteet ja muut tutkimuksen suorittamisen kannalta merkitykselliset sidonnaisuudet ilmoitetaan tutkimukseen osallistuville ja raportoidaan, kun tulokset julkaistaan. Lisäksi noudatetaan hyvää hallintokäytäntöä sekä henkilöstö- ja taloushallintoa. (Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet 2008, 5-6) (Tuomi, Sarajärvi 2012, 133)

Eettisesti kestävässä tutkimuksessa mietitään tutkimusprosessin eri vaiheiden ratkaisujen kestävyys ja pohditaan tutkimuksen merkitys tutkittavan asian todellisuuskuvalle sekä seurauksille. (Pohjola 2007, 11–12, 15, 18) Tässä tutkimuksessa olemme käyttäneet sellaisia tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä, jotka täyttävät tieteellisen tutkimuksen kriteerit ja ovat eettisesti kestäviä. Olemme suunnitelleet, toteuttaneet ja raportoineet tutkimuksen niiden vaatimusten mukaisesti, jotka tieteelliselle tiedolle on annettu. Ennen tutkimuksen aloittamista olemme sopineet tutkimusryhmän jäsenten aseman ja osuuden olevan tasavertainen. Tutkimuksen kaikissa vai-

heissa olemme noudattaneet hyviä tieteellisiä käytäntöjä, rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta niin tulosten tallentamisessa ja esittämisessä kuin tulosten arvioinnissa.

Tutkimuksemme tilaaja on kiinnostunut uuden toimintamallin merkityksestä kohderyhmälle. Kokosimme tutkimuksen yhteenvedon ja tulokset todellisten tutkimustulosten perusteella, jotta niitä voidaan hyödyntää toimintaa kehitettäessä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa, joka olisi yleistettävissä samankaltaiseen toimintaan. Olemme informoineet tutkimuksesta avoimesti kaikkia siihen liittyviä osapuolia, joita ovat ryhmätoiminnan järjestäjä- ja toteuttajatahot, ryhmätoimintaan osallistuvat nuoret ja toimintaa hallinnoivat viranomaistahot.

Teemahaastattelut on suoritettu yksilönsuojaa kunnioittaen ja pyrkien tavoittamaan tutkittavan todelliset ajatukset ja kokemukset. Raportoinnissa olemme huomioineet muiden tutkijoiden työn ja saavutukset asianmukaisella tavalla. Olemme käyttäneet lähdetekstejä oman tutkimuksemme näkökulman ja tavoitteiden mukaan. Tutkimuksesta saatu tieto julkistetaan avoimesti ja sitä on mahdollista hyödyntää ryhmämuotoista kuntouttavaa työtoimintaa suunniteltaessa ja toteutettaessa. Tutkimuksessa tulee näkyväksi työttömien nuorten kokemus ryhmämuotoisen kuntouttavan työtoiminnan merkityksestä heidän arkeensa siten, että heidän yksityisyytensä ei vaarannu. Kunnioitamme tutkimukseen osallistuvia nuoria ja heidän oikeuksiaan.

Ryhmätoimintaan sisältyvässä alkukartoitushaastattelussa toiminnan järjestäjä on tiedustellut osallistujilta halukkuutta osallistua tutkimuksen tekemiseen. Kaikilla halukkailla ryhmän nuorilla on ollut mahdollisuus päästä mukaan tutkimukseen. Nuorilta on pyydetty suostumus tutkimukseen osallistumiseen. Osallistujille on kerrottu, että tutkimus tehdään luottamuksellisesti ja vastaaminen on vapaaehtoista. Hyvän hallintotavan mukaisesti olemme hakeneet tutkimusluvan Oulun kaupungin hyvinvointipalveluista sekä sivistys- ja kulttuuripalveluista.

Tutkimusmenetelmien luotettavuutta tarkastellaan yleensä validiteetin (tutkitaan sitä, mitä on luvattu) ja reliabiliteetin (tutkimustulosten toistettavuus) käsitteillä. Laadullisessa tutkimuksessa näiden käsitteiden käyttöä on kritisoitu pääasiassa siksi, että ne vastaavat määrällisen tutkimuksen tarpeita. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnista ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita. Tutkimusta arvioidaan kokonaisuutena, jolloin sen sisäinen johdonmukaisuus eli koherenssi painottuu. (Tuomi, Sarajärvi 2012, 136, 140)

Tutkimuksen luotettavuutta lisää tutkimuksen kaikkien vaiheiden tarkka kuvaus raportoinnissa. Olemme kuvanneet haastattelujen olosuhteet sekä niihin käytetyn ajan. Pyrimme luomaan haastattelu ympäristön rauhalliseksi ja viihtyisäksi sekä minimoimaan häiriötekijät. Mikäli nuori ei päässyt tulemaan tai oli unohtanut ensimmäisen sovituksen ajan, järjestimme uuden ajan, jotta saisimme mahdollisimman laajan tutkimusmateriaalin. Tulkintavirheet on minimoitu haastattelijoiden välillä käytyjen keskustelujen avulla.

Tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä voidaan parantaa kriittisellä ja arvioivalla työllä. Laadullisessa tutkimuksessa arviointi on kokonaisvaltaista kriittistä tarkastelua. Tuloksista voidaan tehdä johtopäätöksiä, mutta tulokset ovat aina kontekstuaalisia eli mm. aikaan, paikkaan ja tutkijaan sidoksissa olevia asioita. Toistamalla tutkimusta uusissa olosuhteissa, harjoittamalla triangulaatiota, kehittämällä tutkimusasetelmia ja tutkimalla saman aihepiirin arkistoaineistoja voidaan nähdä, saadaanko aiheesta samansuuntaisia tuloksia. Tällöin tutkimusten informaatioarvo ja luotettavuus kasvavat. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009–2012, 27–28)

Tutkimustulokset ovat syntyneet haastateltavien henkilökohtaisista kokemuksista. Olemme käyneet analyysivaiheessa useita keskusteluja ja tehneet niiden aikana muistiinpanoja, jotka ovat edesauttaneet raportin kirjoittamista. Olemme käyttäneet paljon aikaa analyysitaulukoiden laatimiseen, joiden avulla olemme tehneet johtopäätöksiä tuloksista. Raporttiin olemme ottaneet lainauksia haastatteluista, jotta lukija saisi tarkemman kuvan vastausten sisällöistä. Lisäksi haastateltavien sitaattit tuovat elävyyttä ja lisäävät ymmärrystä.

## 5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimustuloksissa kuvaamme teemojen mukaisesti nuorten kokemuksia Hyvinvoinnilla työelämään -toimintaan osallistumisesta. Tuloksissa tuodaan esille nuorten kokemukset ryhmään osallistumisesta ja siihen liitetystä toiminnallisuudesta, nuorten kokemat muutokset itsessään ja arjessaan sekä heidän kokemukset tulevaisuuden suunnittelusta.

Ryhmätoiminta on tukenut päivärytmin saavuttamista, joka puolestaan on auttanut arjen jäsentämisessä. Nuoret kokivat, että säännöllinen toiminta on tuonut sisältöä elämään ja toiminnassa mukanaolo on lisännyt heidän motivaatiotaan ja aktiivisuuttaan. Ryhmässä toimiminen on tuonut sisältöä päiviin ja antanut onnistumisen kokemuksia. Nuorten kokemukset toimintaan osallistumisesta olivat pääasiassa myönteisiä.

### 5.1 Yhteisöllisyys ja osallisuus nuorten kokemana ”pyssyy porukan mukana”

Aineiston perusteella nuoret kokivat tärkeäksi olla mukana toiminnassa ja kuulua ryhmään. Nuoret kokivat samankaltaisen lähtötilanteen auttaneen ryhmässä toimimisessa. Ryhmä koettiin turvalliseksi ja ilmapiiri hyväksi. Nuoret kokivat, että heillä oli mahdollisuus olla oma itsensä, kertoa omia ajatuksiaan ja ilmaista itseään. Kokemus ryhmätoiminnan merkityksestä omaan elämään vaihteli haastateltavien kesken. Nuoret kokivat ryhmän tuoman tuen voimaannuttavana ja sillä koettiin olevan myönteinen vaikutus omaan elämänhallintaan. Nuoret kokivat saaneensa tukea sekä ryhmään osallistuneilta nuorilta, että ohjaajilta.

”Jos ei oo mittään tuommosta sosiaalista verkostoa niin se on aika raskasta aina yksin yrittää. Se niinku, olla skarpina. Kyllähän tuo varmaan tukee niinku siinä jollain tavalla.” (H3)

Aineistosta tuli esille, että jokaisella nuorella on tärkeä rooli ryhmässä. Oma rooli ryhmässä nähtiin merkityksellisenä ja osallistuminen koettiin osittain velvollisuudeksi myös toisia kohtaan. Nuoret olivat huomanneet sen, että he itse voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa koko ryhmän toimivuuteen mm. antamalla itsestään ryhmälle ja kannustamalla muita ryhmän nuoria.

”Kannustan kaikkia, ku mä tykkään auttaa ihmisiä..kehun ku joku on tullu yrittämään. Tullee semmonen tosi hyvä olo ku saa auttaa.” (H4)

Toiminnan aikana syntynyt keskinäinen vuorovaikutus koettiin tärkeänä. Aineiston jokainen nuori käytti puheessaan mm. sanoja: "tehtiin porukalla", "mentiin porukalla", "päätettiin porukalla". Muiden ryhmään osallistuneiden hyväksyntä koettiin tärkeänä. Ryhmähenki ja ilmapiiri koettiin pääsääntöisesti myönteisenä ja toimintaan osallistuminen koettiin mukavana.

Toisaalta tutkimuksen aineistosta ilmeni myös, että nuorten kokemuksissa oli ajoittain ulkopuolisuuden tunnetta muihin ryhmään osallistujiin nähden. Ulkopuolisuuden tunne koettiin johtuvan siitä, että osallistujat olivat erilaisissa elämäntilanteissa eikä kavereussuhteita syntynyt. Nämä nuoret kokivat, että he eivät saaneet ryhmästä kaipaamaan kavereita ja vertaistukea. Ujoiksi itsensä kuvailleet nuoret kokivat olleensa enemmän kuuntelevana osapuolena ja tuolloin osa heistä oli kokenut itsensä ulkopuoliseksi. Itsensä ulospäin suuntautuneiksi kokevat nuoret kertoivat ottavansa helposti kontaktia kaikkiin ryhmän jäseniin.

"Se on ehkä se ainut negatiivinen asia, että ei oo tutustunu sillee." (H1)

Tutkimuksessa tuli esille kokemus, että kodin ulkopuolelle oli helpompaa lähteä toimimaan ryhmässä kuin itsenäisesti. Haastateltavat kertoivat omaehtoisen liikunnan harrastamisen olevan vähäistä, vaikka liikunta koettiin myönteisenä ja tärkeänä asiana. Haastatelluille nuorille tutkimuksen kohteena olleen toiminnan kaltaiset ohjatut liikuntaa sisältävät ryhmätoiminnot ovat ainoa mahdollisuus säännönmukaiseen liikuntaan. Ryhmään osallistuminen tuki myös niiden nuorten liikkumista, jotka eivät olleet kovin kiinnostuneita liikunnasta.

Nuoret, joiden päivärytmi ja asioiden hoito oli jo toiminnan alkaessa kohdallaan, nostivat esille toimintaan sisältyneen tekemisen ja ryhmässä toimimisen. Ohjattu toiminta ryhmässä ja yhdessä tekeminen antoivat mahdollisuuden uusiin erilaisiin kokemuksiin. Osallistumisen merkityksellisyys tuli esille kun nuoret kertoivat haaveilleensa kuuluvansa sellaiseen ryhmään, jossa olisi mielekäs-tä tekemistä ja liikuntaa. Salibandyn pelaaminen nousi selkeästi suosituimmaksi toiminnaksi. Siinä kiehtoivat mm. joukkueessa pelaaminen ja lajin vauhdikkuus.

"Mää oon aina niinku haaveillu, että pääsis just niinku pellaamaan salibändyä johonki porukkaan niin seki on nyt toteutunu tässä selviytymisessä. Emmää koe, että mittää negatiivista ois tullu tätä kautta."(H4)

Sitoutuminen ryhmän toimintaan vaihteli osallistujien kesken. Pääasiallisesti nuoret sitoutuivat säännöllisesti toimintaan. Muiden poissaolot koettiin ikävinä ja ne koettiin jopa arvostuksen puutteena läsnä olevia kohtaan.

”Aina välillä porukka lintsaa, kyllä se vähä niinko harmittaa...mitäköhän ne on tekemässä ku ei oo viittiny tulla paikalle.” (H1)

Tutkimukseen osallistuneet kokivat, että he ovat tulleet kuulluksi ja saaneet esittää toiveita toiminnan sisällöstä. Ryhmän kokoa pidettiin pääosin sopivana. Suljettu ryhmä koettiin myönteisenä, vaikka nuorten mielestä ryhmä olisi voinut toimia myös avoimen ryhmän periaatteella. Tutkimusaineistosta tuli esille kokemus, että toiminnan alussa toteutettuun ryhmäytymiseen olisi ollut hyvä käyttää enemmän aikaa. Ruuan valmistuksen osalta olisi ollut helpompaa toimia pienemmällä ryhmällä, koska siihen varatut tilat koettiin ahtaiksi. Haastatteluissa tuli esille että nuoret kaipasivat toiminnan sisältöön enemmän haasteita ja he halusivat konkreettista tekemistä.

”Että siinä tuntis vähä, että siitä ois oikeesti jottai apuaki johonki suuntaan” (H3)

Ryhmän ohjaajat koettiin ammattitaitoisina ja nuoret olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä heidän toimintaansa. Nuoret kokivat ryhmätoimintojen ohjaajien ottaneen heidät hyvin huomioon mm. siten, että ohjaajat olivat kuunnelleet nuorten ehdotuksia ja toiveita eri liikuntalajien kokeiluista. Haastatteluissa tuli esille että ohjaajilta toivottiin jämäkämpää otetta myöhästymisiin ja poissaoloihin. Nuoret kokivat, että ohjaajat ovat kannustaneet ja tukeneet heitä toiminnassa.

”On ne, ne on tosi mukavia ja ossaa kyllä neuvoa. Varsinkin just noissa kuntosali ja näissä, oikeen hyvin.”(H5)

## **5.2 Toiminnallisuuden merkitys nuorten kokemana ”se tekeminen on niinku se juttu”**

Toiminnalla koettiin olleen suuri merkitys omaan kokonaistilanteeseen ja elämänlaadun paraneamiseen. Nuoret kokivat, että elämä muuttui normaalimmaksi ja elämä sujui aikaisempaa paremmin. Normaaliin elämään haastateltavat liittivät sen, että he toimivat osaltaan yhteiskunnan jäseninä hoitaen oman roolinsa ja velvollisuutensa.

Aineiston mukaan nuoret pitivät merkityksellisenä sitä, että arkeen sisältyy toimintaa sekä säännöllistä tekemistä. Toiminta ja rutiinit koettiin normaalin elämän tunnusmerkeiksi, jotka toivat sisältöä elämään ja arki tuntui merkitykselliseltä. Haastateltavat kokivat ensisijaisen tärkeänä sen, että on ollut syy lähteä kotoa. Arki koettiin puuduttavana ja yksitoikkoisena ilman säännöllistä toimintaa. Haastatteluissa tuli esille, että toiminnan alkaessa nuorilla ei ollut säännöllistä päivärytmiä. Osallistuminen säännölliseen ja ohjattuun toimintaan on tukenut päivärytmin löytymistä ja omaa vireystilaa. Päivärytmi ja rutiinit koettiin tärkeitä omaan vointiin vaikuttavina asioina. Toiminnan kautta nuoret kokivat motivaation kasvaneen ja oman aktiivisuutensa lisääntyneen.

”Tuli tavallaan se alku siihen, että alko käymään yleensäkin jossain. Sai aloitettua sen tavallaan sen liikkumisen ja kaiken.” (H6)

Liikunnan osuus toiminnassa koettiin mielekkäänä ja motivoivana. Haastatteluissa tuli esille, että liikunta oli nuorille tärkein motivoiva asia ryhmään osallistumisessa. Fyysisen kunnon kohentamisella nähtiin olevan merkittävä yhteys omaan hyvinvointiin.

”Liikunta oli se tärkein juttu.” (H8)

### 5.3 Nuorten kokema muutos itsessä ”kyllä sitä pärjää ku mennee vaan ja yrittää”

Haastatteluissa tuli esille, että toiminnalla on ollut merkitystä nuorille heidän arjessaan ja itsensä tapahtuviin muutoksiin. Muutosten laajuus ja merkityksellisyys vaihtelivat henkilöittäin. Nuoret kokivat näkyvimpänä muutoksena aktivoitumisen sekä psyykkisen ja fyysisen jaksamisen lisääntymisen.

Säännöllisellä päivärytmillä ja hyvällä fyysisellä kunnolla koettiin olevan myönteinen vaikutus psyykkiseen jaksamiseen ja mielialaan. Nuoret kokivat muutosta omassa toiminnassa ja itsetunnossa. Muutosta oli tullut esimerkiksi rohkeudessa puhua enemmän ja oma-aloitteisesti. Oma asenne koettiin positiivisemmaksi, myös itsehillintä oli kasvanut sekä itsetunto ja rohkeus olivat lisääntyneet. Onnistumisen kokemukset lisäsivät itseluottamusta ja rohkeutta.

”Mää niinko jaksan paremmin. Ja tykkään niinko joka päivä lähteä uusiin haasteisiin. Ei oo niinko semmosta väliinputoaja fiilistä. Että ei oo oikein missää, eikä oikeen tee niinko mittää. Se on, on se niinko muuttunu. Mää oon niinko semmonen aktiivinen nuori, että on se niinko silleen muuttanu mun asioita.” (H1)

Toiminnan aikana nuorten tyytyväisyys omaan elämään kasvoi. Jokainen haastateltava koki aktiivisuus- ja vireystasonsa nousseen sekä mielialansa kohonneen. Ryhmätoiminnan aikana nuoret kokivat olevansa motivoituneempia, iloisempia ja pirteämpiä kuin aikaisemmin. Haastatteluissa tuli esille se, että toiminta on tukenut nuorten kuntoutumista. Voimavarojen lisääntymisen kautta he kokivat toimintakykynsä parantuneen. Nuoret kokivat saaneensa lisää rohkeutta sosiaaliseen kanssakäymiseen.

”On vaikuttanut vapaa-aikaan, alkoi käymään jossakin ja näki ihmisiä.”(H6)

Tutkimusaineistosta nousi esille myös sellaisia kokemuksia, että toiminnalla ei ole ollut juurikaan merkitystä nuorten omaan kokonaistilanteeseen. Toisaalta tämä kokemus sai nuoret pohtimaan, että olisiko heidän elämäntilanteensa huonompi ilman toimintaan osallistumista.

”Ehkä sitä ois nyt vähän niinku enemmän vielä semmosessa omassa kuopassa vai miksi sitä sannosi, että jos ei ois tätä ryhmää niin sitä sit kumminki. Kyllähän se ihan hyvä että sitä jonkunlaista tuommosta kumminki rytmiä päivälle. Ku tosiaan, siinä alko olla vähä sellanen tilanne itse asiassa, että ei aina niinku hirveän omin voimin jaksaa itteä repiä lenkille.” (H3)

#### **5.4 Nuorten kokemat muutokset arkeen ”et oo enää vain niinku pudonnu nuori”**

Aineistosta tuli esille, että toiminnan mukanaan tuoma säännöllisyys auttoi arjen jäsentämisessä. Säännöllinen päivärytmi ja ohjattu tekeminen tukivat säännönmukaista ruokailua ja lepoa. Ryhmätoiminnalla koettiin olleen merkitystä siihen, että elämä muuttui normaalimmaksi ja elämä sujui aikaisempaa paremmin. Normaaliin elämään nuoret mielsivät esimerkiksi säännöllisen päivärytmin ja kodin ulkopuolella tapahtuvan toiminnan.

Aineiston perusteella voidaan todeta, että toiminta ei lisännyt nuorten kiinnostusta kotitöiden tekemiseen. Kuitenkin toiminnan mukanaan tuoma vireystason nouseminen ja päivärytmin säännöllisyys koettiin auttaneen kotitöistä suoriutumisessa. Toimintaan sisältynyt ruuan valmistus Marttalaissa koettiin pääsääntöisesti positiivisena.

”Jaksaa tehdä enempi juttuja. Ei tunnu enä semmoselta, että ei jaksaa, niinku ennen. Automaattisesti siivoaa ja tekkee kaikkia semmosta.” (H8)

Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat, että toiminnan kautta heidän arkensa oli muuttunut parempaan suuntaan. Tuloksissa on nähtävissä nuorten realistisuus sen suhteen, että nuoret eivät asettaneet liian suuria tavoitteita toiminnan keston, kolmen kuukauden, ajalle. Toimintaan osallistuminen koettiin olleen alkusysäys asioiden eteenpäin viemiseksi.

”Vaikka hittaastihan tämä mennee.... hyvällä polulla ollaan. Mä en koe itteäni vielä siihen, että pystysin mennee ihan niinko kunnon työhömmiin tai tämmöseen opiskeluun, mää ylikuormitun ja pelottaa.” (H4)

Aineiston mukaan ryhmätoiminta toi muutosta myös nuorten henkilökohtaiseen elämään. Useat heistä kokivat, että vireystason noustua he olivat aktivoituneet olemaan vapaa-ajalla enemmän tekemisissä toisten ihmisten kanssa. Aineistosta tuli esille myös se, että nuorten suhteet lähipiiriin olivat parantuneet.

”Alkanu näkemään ihmisiä enemmän.” (H6)

Kokemus arjen sujumisesta on tukenut itsenäistä selviytymistä ja vahvistanut omaa osaamista ja onnistumista. Tulosten mukaan nuoret kokivat olevansa asioiden hoidossa aikaisempaa aktiivisempia. Taloudellisen tilanteen koettiin parantuneen ja taloudellinen turvallisuus koettiin tärkeänä. Omien asioiden hoito, kuten laskujen maksu ajoissa, on ollut merkityksellistä nuorille.

”On nuo säännölliset, että herrää ja näin, se on vaikuttanu hyvin ja on tullu hoijeltua kaikkia asioita. On sähkölaskut hoijettu ajoissa ja näin.”(H4)

Tutkimuksen mukaan ne nuoret, joilla oli oma tukiverkosto taustalla, kokivat, että heillä ei ole tullut muutosta asioiden hoitoon. He eivät myöskään ilmaisseet haluaan muuttaa tilannetta. Tukiverkosto koostui joko vanhemmista tai viranomaisista.

”Minun pittää, minun pittää XXX hoitaa se työaikaseuranta, että saan hoijettua sen matkakorvauksen. Kelalle pittää viijä se työaikaseuranta. Vielä saan työmarkkinatuen...”(H1)

Kohderyhmämme nuoret olivat kaikki työttömiä ja ennen kuntouttavaan työtoimintaan osallistumista heillä oli tulona toimeentulotuki tai työmarkkinatuki. Kuntouttavan työtoiminnan aikana heillä on ollut tulona työmarkkinatuki sekä osallistumispäiviltä toimintaraha tai ylläpitokorvaus sekä matkakorvaus.

Tutkimuksen mukaan suurin merkitys tulotasoon ja asioiden hoitoon oli niillä haastateltavilla, joiden tuloksi muodostui toiminnan ajalle työmarkkinatuki toimeentulotuen sijaan. Haastatteluissa tuli esille, että toimintaan osallistuneille nuorille rahallisen korvauksen määrä oli positiivinen yllätys. Aineiston mukaan nuoret eivät osallistuneet toimintaan tulojen kohenemisen vuoksi, vaan toiminta sinällään oli osallistumiseen motivoiva asia. Nuoret kokivat myönteisenä asiana sen, että tulot olivat säännölliset eikä heillä ollut tarvetta hakea toimeentulotukea.

”No saa sen työmarkkinatuki ja yheksän euroa päivältä. Niin on se paljon enemmän kuin silloin sai toimeentulotukea. Niin sepä ei tarvi aina niitten lappujen kans säätää ja miettiä tarviiko lisäselvityspyyntöä ja mitä.”(H6)

Tutkimusaineiston perusteella tulojen säännöllisyydellä ja ennakoitavuudella oli merkitystä arkeen, koska ne toivat taloudellista turvallisuutta. Nuoret kertoivat, että heillä oli mahdollisuus varautua etukäteen tuleviin laskuihin ja tehdä suunnitelmia omien hankintojensa suhteen kuten kodintarvikkeet ja harrastusmenot.

”On niinku taloustilanne totta kai parantunu ku saaha enemmän rahhaa. Just se, että me ei ikinä olla niinku persauki.”(H4)

## 5.5 Nuorten kokemus tulevaisuuden suunnittelusta ”pitäs se vielä jatkaa jotenki”

Haastatteluissa tuli esille, että toimintaan osallistumisen myötä nuoret alkoivat miettiä jatkosuunnitelmiaan kuntoutumisen, opintojen tai työn suhteen. Haastatteluissa tuli esille, että nuoret kokivat, että heidän voimavarat eivät vielä riitä opiskeluun tai työelämään. He kokivat tarvitsevansa vielä aikaa kuntoutumiseen, jotta he pystyvät tulevaisuudessa opiskelemaan tai osallistumaan työelämään. Nuoret totesivat, että he eivät tee pidemmän tähtäimen suunnitelmia, jotta välttyisivät uusilta pettymyksiltä. Nuorten toiveena oli, että jatkosuunnitelmaa työstetään ryhmän jälkeen palveluyksikössä, jossa he ovat asiakkaana.

”Mullei ollu mitään koulutus suunnitelmia, mä vaan ajattelin että joo mä oon työttömänä koko elämäni. Täytin paperit xxx ja sitte ku oikeestaan tuon ryhmän aikanaki on tullu semmonen idea, että haluaa semmoseen työhön....”(H7)

”Pittää se alakaa sunnittelleen kohta...ainaki itellä sellanen tavote, että ei jäis ihan tyhjän päälle sitte.” (H2)

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Selvitimme tutkimuksessamme nuorten kokemuksia ryhmämuotoisesta toiminnallisesta kuntouttavasta työtoiminnasta. Hyvinvoinnilla työelämään toiminta on uusi toimintamalli, joka toteutettiin kolme kuukautta kestäneenä pilottina. Pilotti oli perusteltua toteuttaa uusien toimintamallien rakentamiseksi. Kuntouttava työtoiminta soveltui hyvin tämän tyyppiseen toimintaan. Toiminnan toteuttaminen kuntouttavana työtoimintana mahdollisti sen, että sisältö voitiin toteuttaa monialaisena ammatillisena yhteistyönä ja toimintaviikon oli mahdollista olla osa-aikainen.

Kuntouttavan työtoiminnan ryhmätoiminnassa toteutui sosiaalipedagogiseen toimintaan sisältyvä ihmisenä kasvaminen ja yksilöllisiin prosesseihin suuntautuva kasvatuksellinen tarkoitus. Sosiaalipedagogisen työn ydin on tarjota mahdollisuuksia omaehtoiseen elämään ja yhteenkuuluvuuden kokemiseen. Sosiaalipedagogisella työllä tuetaan osallisuutta ja osallistumista sekä henkilön uskoa omiin voimavaroihin. (Hämäläinen, 1999, 74).

Toiminnallisuutta on aiemmin tutkittu päihde ja mielenterveyskuntoutuksessa. Tutkija Väyrysen haastattelemat henkilöt kuvasivat liikkeelle lähtemistä vaikeaksi. Tutkimuksessa todettiin, että toimintakykyä tukeva kontrolli on merkittävä muutosta edistävä tekijä. Toiminnallisuuden kautta elämään tulee säännönmukaisuutta, sopimuksellisuutta ja tavoitteellisuutta. Se mahdollistaa mielekkäiden asioiden kokeilemisen ja arjen rytmittämisen uudelleen. Toiminnallisuus tukee sisäistä muutosta ja sen avulla ihmisen suhde omaan arkeen, lähiympäristöönsä ja itseensä alkaa muuttua huomaamatta. Toiminnallisuus ja intensiivisyys yhdessä muodostavat kokonaisuuden, jossa yksilö kokee samanaikaisesti osallisuutta, arvostusta ja huolenpitoa. Väyrysen tutkimuksessa haastattelussa saatujen vastausten perusteella on tärkeää, että jossakin on paikka, jossa kysellään, huomioidaan ja välitetään. (Väyrynen 2012, 287–288)

Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat tapahtuneen myönteistä muutosta omassa itsessä ja arjessaan. Itsessä tapahtuvia muutoksia oli fyysisen ja psyykkisen voinnin koheneminen, itsetunnon ja rohkeuden kasvu sekä kokemus osallisuudesta. Luhtaselan (2009, 118) tutkimuksen mukaan kuntouttavalla työtoiminnalla oli vaikutus yksilön voimaantumiseen. Hänen tutkimuksessaan voimaantuminen näkyi asiakkaiden itsetunnon kohoamisena ja heidän haluna osallistua enemmän oman elämänsä suunnitteluun.

Tutkimustulosten mukaan nuorten kokemukset toiminnasta ja sen merkityksestä omaan tilanteeseen olivat pääasiassa myönteisiä kuin kielteisiä. Nuoret tunsivat ahdistusta ja turhautumisen tunnetta paikalleen jämähtäneen elämäntilanteensa vuoksi. Toiminnalla koettiin olleen merkitystä usealle eri elämän alueelle ja se toi sisältöä elämään. Nuoret kokivat, että elämä lähti etenemään toivottuun suuntaan. Aineiston mukaan arjessa tapahtuvia muutoksia olivat arjen säännönmukaisuus, jolloin nuorten päivärytmi tuli säännölliseksi. Taloudellisen tilanteen paraneminen edesauttoi asioiden hoitoa ajallaan. Aineistosta tuli esille, että nuoret kokivat muutosten tukeneen toisiinsa.

Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan tavoitteena on ollut kehittää yhdessä tekemisen ja liikunnan avulla osallistujien arjenhallintaa, hyvinvointia, minän kehitystä ja kasvua. Tutkimustulokset osoittivat, että toiminnan kautta nuorten oma aktiivisuus lisääntyi ja toimintapäivät rytmittivät nuorten arkea. Puuronen (2014, 46–47, 50) on omassa päihdetutkimuksessaan todennut, että nuorten innostaminen avoimeen ryhmätoimintaan on tuonut vaihtelua nuoren arkirutiineihin ja päivärytmiin. Tutkimuksen mukaan nuorten kannalta on tärkeää osallistumisen helppous.

Ryhmätoiminta toi vertaistukea ja osallisuutta, nuorten toimintakyvyn ja voimavarojen kasvu tuli esille myös ryhmätoiminnan ulkopuolella. Se näkyi heillä lisääntyneinä yhteydenpitoina omiin vanhempiin tai ystäviin. Ryhmätoiminta on tukenut ja vahvistanut nuorten elämänhallintaa tarjoamalla heille toimintaa, jonka kautta nuorten integroituminen yhteisöön ja yhteiskuntaan on edistynyt. Nuorisotutkimuksessa (Laitio, 2014 38–39) on todettu, että arvokkuuden ajatus syntyy siitä, että voi tuntea itsensä hyödylliseksi ja arvostetuksi osaksi ryhmää.

Tutkimuksen mukaan nuoret kokivat säännöllisen toiminnan mielekkäänä. Nuoret kokivat ryhmään osallistumisen parantaneen heidän elämänlaatuaan ja arjenhallintaa. Sosiaalipedagogiikassa kasvatuksellisen toiminnan avulla haetaan ihmisen persoonallista kehittymistä, asenteiden muutosta ja oman vastuun tiedostamista. Persoonallinen kehittyminen näkyi ryhmän nuorissa heidän ajattelutavan muuttumisessa sekä kyvyssä asettaa ja saavuttaa lyhyen aikavälin päämääriä. Tutkimustuloksissa tuli esille se, että nuoret eivät tee pitkän tähtäimen suunnitelmia välttyäkseen pettymyksiä.

Tutkimuksessa nousi esille, että aktivoivien toimien tulisi olla helposti asiakkaiden saavutettavissa ja hakeutuminen toimintaan tulisi olla matalan kynnyksen periaatteella. Tiedottamisen tulisi olla sellaista, että se tavoittaisi palveluihin ohjaavat työntekijät ja asiakkaat. Tulosten mukaan nuoret

kokivat myönteisenä sen, että he olivat saaneet vaikuttaa toiminnan sisältöön. Osallistava suunnittelu on hyvä sisällyttää osaksi aktiivisia toimintoja ja siten edistää osallistujien sitoutumista ja motivaatiota toimintaan. Aineistosta tuli esille se, että toiminnan kautta tekeminen koettiin mielekkääksi. Tutkimuksessa nousi vahvasti esiin liikunnan osuus toiminnassa, joka koettiin myönteisenä. Aineiston mukaan yhdessä tekeminen nuorten ja ohjaavien työntekijöiden kesken oli hyvä toimintamuoto. Siten saavutettiin turvallinen ryhmän ilmapiiri ja luottamus.

Ojanen (2009, 154–156) on tutkinut liikunnan vaikutusta hyvinvointiin. Tutkimuksessa todettiin, että ryhmän, jonka mieliala on keskimääräistä huonompi, mielialaa kohottaa lähes mikä tahansa aktiivinen ja mielekkääksi koettu liikunta, jota toteutetaan systemaattisesti vähintään muutamia kertoja viikossa. Kun voi tehdä sellaista, mikä kiinnostaa tai on aidosti hauskaa, saa positiivisen kokemuksen ja sitä kautta mielekkyys lisääntyy. Aineistosta tuli esille että liikunnalla oli merkitystä nuorten kokemaan mielialan kohenemiseen.

Useiden arviointitutkimusten mukaan nuorten sekä nuorten aikuisten arjessa tapahtuvan tehostetun työskentelyn yhdistäminen moniammatillisiin verkostoihin on osoittautunut tuloksekkaaksi. (Karjalainen 2012, 187). Tutkimuksen tuloksissa tuli esille, että nuoret kokivat toimintaa ohjanneiden työntekijöiden olevan oman alansa ammattilaisia ja nuoret olivat tyytyväisiä heidän toimintaansa. Joten aktiivisia toimintoja toteutettaessa on tarkoituksenmukaista hyödyntää monialaista ammatillista osaamista. Eri ammattialojen työntekijöiden yhteistyö täydentää toisiaan ja monipuolistaa toimintaa.

Tämän tutkimuksen valossa kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalipedagogisen työotteen yhdistäminen on ollut toimiva malli. Sosiaalipedagogisen menetelmän piirteitä käyttämällä Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta on saavuttanut sille asetettuja tavoitteita. Tutkimuksen mukaan ryhmätoiminnalla oli tärkeä merkitys nuorille. Toiminta katkaisi ja ehkäisi heidän syrjäytymistään.

Nuoret kokivat kolmen kuukauden jakson olleen alkusysäys sellaiseen elämänrytmiin, jonka he mielsivät normaaliksi elämäksi. Nuoret toivat itse esille sen, että kuntoutumisen eteneminen ja elämäntilanteen selkiytyminen kestää yksilöllisen ajan. Kolmen kuukauden jakso ei ole kaikille riittävä, jotta siirtyminen opintoihin tai työelämään olisi vielä mahdollista. Nuoret kokivat tarvitsevänsä tukea omalta työntekijältä jatkosuunnitelmiansa tekemiseen. Aineistosta tuli esille, että lähettävän tahon työntekijän yhteydenpito ja työpanos olisi ollut tärkeä koko toiminnan ajan.

Tällä tutkimuksella tuodaan kuuluviin asiakkaan näkökulmaa toteutetusta toiminnasta. Tutkimustulosten mukaan toiminnalla on saavutettu myönteistä muutosta asiakkaiden elämään, joten toimintaa on hyödyllistä jatkaa pitkään työttömänä olleiden henkilöiden aktivointitoiminnassa. Toimintaa voidaan toteuttaa kaiken ikäisten työttömien parissa, jolloin se voisi olla yksi vaihtoehtopalveluntarjonnassa. Hyvinvoinnilla työelämään mallin pilotoinnin kautta saatiin arvokasta tietoa ja kokemusta uuden toimintamallin toteuttamisesta käytännön työssä.

Nuorten aktivoinnista on tehty useita tutkimuksia ja työssämme olemme viitanneet mm. Puurosen ja Väyrysen tutkimuksiin. Tutkimuksemme tulokset ovat samansuuntaisia. Tulosten mukaan nuoret tarvitsevat säännöllistä, rytmitettyä ja riittävän pitkäkestoista toimintaa, jotta heidän arki muotoutuisi sujuvaksi ja he kykenisivät tekemään jatkosuunnitelmia elämänsä suhteen.

## 7 POHDINTA

Opinnäytetyömme kuvailee Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmässä mukana olleiden nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta sekä muutoksista heidän arjessaan. Tutkimus on laadullinen ja se toteutettiin teemahaastattelulla. Viitekehykseen sisältyy kuntouttava työtoiminta ja sosiaalipedagoginen näkökulma. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuneiden asiakkaiden kokemuksista. Tutkimuksessa tuodaan ryhmään osallistuneiden nuorten ääni kuuluviin ja kerrotaan heidän näkemyksensä tarjotusta palvelusta. Tutkimuksessa tuotettua tietoa voidaan hyödyntää, kun kehitetään kuntouttavan työtoiminnan toimintamuotoja.

Työttömyyden hoito on ollut yhteiskunnallisesti ajankohtainen aihe jo useiden vuosien ajan. Lakimuutosten myötä kuntien vastuu työllisyydenhoidossa on kasvanut. Heikossa taloustilanteessa uusien toimintamallien kehittäminen on välttämätöntä. Paikallisella tasolla pyritään löytämään sinne soveltuvat toimintamallit. Nuorille suunnatulla aktiivisella toiminnalla pyritään katkaisemaan nuorten työttömyyttä ja ennaltaehkäisemään sen pitkittymistä. Yhtenä kehittämisen kohteena ovat moniammatilliset yhteistyömuodot.

Hyvinvoinnilla työelämään -ryhmään osallistuneilla nuorilla oli taustalla eripituisten työttömyysjaksojen lisäksi muita arjen sekä elämänhallinnan haasteita. Tutkimustulosten mukaan toiminnalla on ollut myönteistä merkitystä nuorten eri elämänalueilla. Nuoret kertoivat tarvitsevänsä elämänsä säännöllisyyttä ja tekemistä, jotta heidän arkensa rytmittyisi. Toiminnan mukanaan tuoma säännöllinen tulo edisti taloudellista hyvinvointia ja perusturvallisuuden tunnetta. Ryhmän tuoman vertaisuuden kautta nuoret huomasivat, että muitakin nuoria on samankaltaisessa elämäntilanteessa.

Tuloksissa oli yllättävää se, että moni nuori tunsi itsensä yksinäiseksi. Aktiivisuus ja kontaktit sosiaalisessa mediassa eivät korvaa kavereiden keskinäistä ja kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta. Yhtenä motivoivana asiana toimintaan osallistumisessa oli toive kaverisuhteiden luomisesta.

Yhteiskunnassa arvostetaan työn tekemistä ja opiskelua. Usein pitkittynyt työttömyys ja toimeettomuus monimutkaistavat ja kasaavat ongelmia elämän eri osa-alueille. Sen vuoksi toimeettomuus koetaan usein hävettävänä asiana. Nuoret kokivat olevansa väliinputoajia, mikäli heillä ei ole ollut

tarkoituksenmukaista ja säännöllistä tekemistä. Toiminnan kautta nuoret kokivat, että heillä on mahdollisuus olla arvokas, "normaali" yhteiskunnan jäsen. Tämä osaltaan motivoi nuoria sitoutumaan toimintaan ja nuorten usko tulevaisuuteen lisääntyi.

Ryhmätyöskentelymme opinnäytetyön parissa oli antoisaa, koska kävimme keskustelua ja mielipiteidenvaihtoa koko työskentelyn ajan. Yhteisen työstämisaajan löytäminen ja tutkimuksen tekemiseen liittyvät asiat olivat välillä haastavia, joten työn valmistumiseen arvioitu aikataulu ylittyi. Teemahaastattelut onnistuivat hyvin ja saimme monipuolisesti vastauksia nuorilta tutkimuskysymyksiin. Nuoret suhtautuivat haastatteluun myönteisesti ja vastasivat kysymyksiin avoimesti. Tutkimuksen eri työvaiheet olemme tehneet huolella ja noudattaneet tutkimuksen tekemiseen liittyviä ohjeita, joten pidämme tutkimuksen tuloksia luotettavina.

Haastattelutilanteissa huomiomme kiinnittyi nuorten myönteiseen suhtautumiseen tätä ryhmätoimintaa kohtaan. Nuoret toivat helposti esille myönteisiä asioita toiminnasta. Negatiivisten asioiden löytäminen oli vaikeampaa. Liikunnan osuus toiminnassa oli merkittävä jo ryhmään haettaessa. Liikunta motivoi nuoria osallistumaan ja sen kautta tutustuminen oli nuorille helpompaa. Ohjaajien osallistuminen toimintoihin toi hyvää henkeä tekemiseen ja ohjaajat saivat nuorten luottamuksen. Ohjaajat olivat huomioineet nuoret yksilöinä. Nuoret kokivat onnistumisia ja saivat ohjaajilta positiivista palautetta, joka vahvisti nuorten uskoa omiin kykyihinsä.

Nuoret ohjautuivat toimintaan eri palveluista ja tutkimuksessa nousi esille lähettävän tahon rooli toiminnan aikana. Kehittämistarpeena nousi esille se, että yhteydenpito lähettävään tahoon tulisi säilyä ja olla tiiviimpi toimenpiteen aikana. Yhteydenpito on tärkeää yksilöllisten jatkosuunnitelmien työstämiseksi jo toiminnan aikana. Toiminnan vaikutuksista olisi hyödyllistä keskustella nuoren kanssa säännöllisin väliajoin ja miettiä yksilöllistä edistymistä ja tavoitteita. Tutkimuksen mukaan nuoret tukeutuivat jatkosuunnitelmien tekemisessä lähettävään viranomaistahoon ja odotukset jatkon suunnittelun tuesta kohdistui sinne. Moniammatillisen yhteistyön kehittäminen voisi yhdeltä osin olla sellaista, että lähettävän tahon työntekijä tutustuisi toimintaan esimerkiksi osallistumalla ryhmän toimintaan mahdollisuuksiensa mukaan.

Nuoret kokivat aktivoivien toimenpiteiden järjestämisen tärkeänä. He kertoivat tarvitsevansa matalan kynnyksen toimintaa ja odotukset toiminnan sisältöä kohtaan ovat hyvin arkisia.

Tutkijoina meitä jäi mietityttämään se, että tavoittavatko palvelut riittävän hyvin nuoria ja ovatko palvelut heille soveltuvia. Ne nuoret, joilla on asiakkuus esimerkiksi työllisyyden-, sosiaalitoimen- tai terveydenhoidon palveluihin, saavat ohjauksen näiltä tahoilta. Mitä tapahtuu niille nuorille, joita tällaiset palvelut eivät tavoita.

Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää kuntouttavan työtoiminnan kehittämisessä. Hyvinvoinnil- la työelämään -toiminnan ja tutkimustulosten avulla voidaan kehittää sekä nuorten, että aikuisten parissa tehtävää aktivointityötä. Tutkimustuloksia voivat hyödyntää kaikki aktivointitoimintaa jär- jestävät tahot. Jatkotutkimuksen aiheeksi ehdotamme sen, että millaisia kokemuksia toimintaa ohjanneilla työntekijöillä on toiminnasta ja moniammatillisen yhteistyön toteutumisesta.

Tutkimuksemme oppimistavoitteiksi olemme valinneet sosiaalialan koulutusohjelman kompetens- seista asiakastyöosaamisen, tutkimuksellisen kehittämisosaamisen sekä kriittisen- ja osallistavan yhteiskuntaosaamisen. Erityisen tärkeänä koemme asiakastyöosaamisen taitojen kehittämisen, sillä ihmisten kohtaaminen sekä palveluihin ohjaaminen ovat olennainen osa työtämme.

Tutkimuksen haastatteluissa kuulumme nuorten omakohtaisia kokemuksia toiminnallisesta ryhmä- toiminnasta. Sitä kautta kehitimme ymmärrystämme asiakkaan yksilöllisestä kokemuksesta ja palvelutarpeesta. Näin saavutettua tietoa voimme hyödyntää omassa työssämme asiakasproses- sin eri vaiheissa: suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa.

Tutkimuksen tekijöinä koemme, että saavutimme nuorten luottamuksen osallistamalla joihinkin ryhmän toimintakertoihin. Siten näimme heidän innostuksen osallistua toimintaan. Tämä on vah- vistanut käsitystämme siitä, että työntekijän osallistuminen toimistoympäristön ulkopuolella järjes- tettyyn toimintaan antaa työntekijöille laajemman näkökulman asiakkaaseen.

Kestävän tulevaisuuden rakentamiseksi tarvitaan työelämälähtöistä kehittämistyötä tuomaan lisää työvälineitä asiakastyöhön. Tutkimuksen tekemisen kautta kehitimme taitojamme asiakasohjauk- seen, monialaisen yhteistyön tekemiseen ja toiminnan kehittämiseen.

Tutkimuksen tekeminen lisäsi kehittämistoimintaosaamistamme niin, että pystymme hyödyntä- mään toiminnasta saatuja kokemuksia työelämälähtöisesti. Tutkimuksen aikana saimme koke- muksia työelämässä tarvittavaan innovatiivisuuteen. Tätä tietoa voimme hyödyntää työelämässä kun osallistumme uusien toimintojen innovointiin ja toteutukseen.

Prosessi vahvisti tietämystämme siitä, millainen yhteys yhteiskunnan rakenteilla ja päätöksenteolla on yksilön omaan aktiivisuuteen ja toimintaedellytyksiin. Tutkimus auttoi ymmärtämään yksilön ja yhteiskunnan välistä suhdetta, sekä havaitsemaan epätasa-arvoa tuottavia rakenteita. Julkisten palvelujen toimintatapojen toimivuutta on hyvä arvioida sekä palvelun käyttäjien, että järjestäjien näkökulmasta.

Nuorten työllistymisen problematiikka on hyvin moninainen, joten on tärkeää kehittää ja laajentaa tarjottavia palveluja vastaamaan tämän päivän tarpeita. Hyvinvoinnilla työelämään -toiminta on uusi monialainen toimintamalli, jonka avulla on mahdollista lähteä liikkeelle pienin askelin. Tätä tutkimusta voidaan hyödyntää suunniteltaessa ja kehitettäessä kuntouttavaa työtoimintaa ja muita aktiivisia toimenpiteitä. Tutkimustyön tekeminen lisäsi ymmärrystämme siitä, millainen on asiakkaan asema yhteiskunnan rakenteissa. Kuinka me työntekijöinä voimme olla mukana kehittämässä toimintaa asiakkaan tarpeita vastaaviksi. Opinnäytetyön kautta olemme nähneet palveluntarjonnan tarpeellisuuden erityisesti heille, joiden työttömyys on pitkittynyt. Tämä tutkimus on myös vahvistanut käsitystämme siitä, että yksilöllisiä vaihtoehtoja on oltava tarjolla, jotta jokaiselle löytyisi omaan tilanteeseensa parhaiten soveltuva ratkaisu.

## LÄHTEET

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. 4. painos Hausjärvi: My Generation.

Bolinder, M. 2006. Hadlingutrymmets betydelse för arbetslösas upplevelser, handligstrasstrategier och jobbchanser. Akademiska avhandlingar vis sociologiska institutionen. Umeå universitet, No. 42 2006.

Erkko, A., Hannukkala, M. & Pruuki, T. 2013. Nuoren voimavaroja lisätään mielenterveystaitoja vahvistamalla. Teoksessa M. Tapio & T. Kuula (toim.) Selkenevää, myötätuulta – ehkäisevä päihde- ja mielenterveystyö nuorisosalalla. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 133, 132–143. Hakupäivä 5.1.2015, [http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/humak\\_selkenevaa\\_myotatuulta\\_verkko2\\_2.pdf](http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/humak_selkenevaa_myotatuulta_verkko2_2.pdf)

Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 4.painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10.painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, J. 2001 Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Teoksessa Aalto, J. & Valli, R. (toim) Ikku-noita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy 133–157

Hammarström, A. 1996. Arbetslöshetens konsekvenser bland ungdomar. Hakupäivä 5.1.2015. [svt.forsa.nu/Documents/Forsa/Documents/Socialvetenskapligtidskrift/Artiklar/1996/Arbetslöshetenskonsekvenserblandungdomarenöevrsikt av Anne Hammarström.pdf](http://svt.forsa.nu/Documents/Forsa/Documents/Socialvetenskapligtidskrift/Artiklar/1996/Arbetslöshetenskonsekvenserblandungdomarenöevrsikt%20av%20Anne%20Hammarström.pdf)

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopistopaino.

Hämäläinen, J. 2000. Sosiaalipedagoginen strategia koulutuksesta ja työstä syrjäytyneiden ja syrjäytymisuhan alla elävien nuorten auttamiseksi teoreettisen viitekehyksen perusteiden hahmotelua. 2. uudistettu painos. Kuopio: Snellman-instituutti.

Hämäläinen, J. 2008. Kasvatustiede, pedagogisen ihmistyön tiede. Kuopio: UNIpress Suomi.

Hyvinvoinnilla työelämään hankesuunnitelma 2013.

Kantola, A. & Kautto, M. 2002. Hyvinvoinnin valinnat: Suomen malli 2000-luvulla. Helsinki: Edita.

Karjalainen, P. 2012. Realistinen arviointi kuntouttavan sosiaalityön vaikuttavuudesta. Teoksessa A. Pohjola & T. Kempainen & S. Väyrynen. (toim.) Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Kivelä, V. & Lempinen, J. 2009. Arki hallintaan: nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Turku: Koti-Lasten ja nuorten hyvinvointi.

Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja. Hakupäivä 30.12.2014, <http://www.thl.fi/fi/web/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja>.

Kurki, L. 2002. Persoona ja yhteisö : personalistinen sosiaalipedagogiikka. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Kuuskoski, E. 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Jyväskylä: PS-kustannus.

KvaliMOTV, hakupäivä 5.1.2015 [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html)

Laitio T., Sukupolvi kerrallaan. On opittava kuuntelemaan nuoria, tunnistamaan eriarvoistavia mekanismeja ja tehtävä niille jotain. 2014/2/32. Nuorisotutkimus. Nuorisotutkimusseura ry. Helsinki: Unigrafia.(34–42)

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2.3.2001/189.

Luhtasela L. 2009. Osallisuuden rakentuminen kuntouttavassa työtoiminnassa. Helsingin yliopisto. Lisensiaatintutkimus. Helsingin yliopisto. Hakupäivä 5.1.2015  
<http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=e7fa5820-ad67-4a88-9e11-1ee31427325c>

Lämsä, A. 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä: lasten ja nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. Oulu: Oulun yliopisto.

Maunu, A. 2012. Ryyppäämällä ryhmäksi? Ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. 1. painos. Helsinki: EHYT.

Mikkonen Raili. Sosiaalinen - ja taloudellinen tuki. Oulun kaupunki. 19.3.2015.

Mönkkönen, K., Nurro, M. & Väisänen, R. 1999. Sosiaalipedagogiikan käytännön sovellutuksia. Kuopio: Kuopion yliopisto, Koulutus- ja kehittämiskeskus.

Niemistö, R. 2002. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 5. uudistettu painos Helsinki: Palmeniakustannus.

Nivala, E., Saastamoinen, M. & Aittola, T. 2010. Nuorisokasvatuksen teoria: perusteita ja puheenvuoroja. 2. uudistettu painos. Helsinki. Nuorisotutkimusseura: Nuorisotutkimusverkosto; Kuopion yliopiston sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos.

Nuorisolaki 27.1.2006/72.

Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. Valtiontalouden tarkastusvirasto. Toiminnantarkastuskertomus 146/2007. Helsinki: Edita Prima Oy.

Nupponen, R. Liikunta ja koettu hyvinvointi 2005. Teoksessa Terveysliikunta. M. Fogelholm & I. Vuori (toim.) Helsinki: Duodecim. UKK-instituutti, (48–59)

Ojanen, M. 2009. Hyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012 – 2015. Hakupäivä 29.9.2013

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2012/liitteet/OKM06.pdf?lang=fi>

Oulun kaupungin työllisyysohjelma 2013–2016. Työllä hyvinvointia ja elinvoimaa. Hakupäivä 6.11.2014 [http://www.ouka.fi/c/document\\_library/get\\_file?uuid=ce1782fb-18f2-4b2b-8e8c-cdd0c5e70234&groupId=161982](http://www.ouka.fi/c/document_library/get_file?uuid=ce1782fb-18f2-4b2b-8e8c-cdd0c5e70234&groupId=161982)

Perttula, J. & Latomaa, T. 2008. Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta, ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Pohjola, A. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa L. Viinamäki, E. Saari (toim.). Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

Pohjola, A., Kempainen, T. & Väyrynen, S. 2012. Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Puuronen, A., 2014 Hoitoon heikosti kiinnittyneet nuoret ja matalan kynnyksen palvelumallit.

Turun nuorisoaseman Kosketuspinta kehittämisprojektin prosessiarviointi.

A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 60 Helsinki: Picaset Oy

<http://www.a-klinikka.fi/sites/default/files/kosketuspinta.pdf>

Pääministeri Aleksander Stubbin hallituksen ohjelma 24.6.2014. Hakupäivä 21.11.2014

<http://valtioneuvosto.fi/documents/10184/145135/Stubbin+hallituksen+ohjelma/fafd39bc-307c-4cde-8b4c-b97724cf24ef>

Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma 22.6.2011. Hakupäivä 30.12.2014

<http://valtioneuvosto.fi/documents/10184/147449/Kataisen+hallituksen+ohjelma/81f1c20f-e353-47a8-8b8f-52ead83e5f1a>

Räsänen, J. 2002. Voimaantumisen oikeus ja välttämättömyys: ammatillisen voimaantumisen edellytykset ja käytäntö. Järvenpää: Julkiviestintä.

Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009–2012. Teemoittelu. Hakupäivä 5.1.2015  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html)

Similä, J. Lasten ja nuorten yhteiskunnallinen hyvinvointi alkaa arjen hallinnasta. Julkaistu 10.5.2012. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkolehti. Hakupäivä 14.1.2014  
<http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2012/1005/teemapaalsta.html>

Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet 2008. Hakupäivä 5.1.2015  
<http://www.aka.fi/fi/A/Tutkijalle/Rahoituksen-kaytto/Eettiset-ohjeet/>

Särkelä-Kukko M. & Rouvinen-Wilenius P. 2014. Osallisuudesta on kyse. Teoksessa Osallisuuden jäljillä. A. Jämsen & A.Pyykkönen (toim.) Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys ry. 7-10. Hakupäivä 14.1.2014 <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>

Telama, R. & Polvi, S. Liikunnan sosiaalinen merkitys. 2005. Teoksessa Liikuntalääketiede I. Vuori, S. Taimela & U. Kujala (toim.) Helsinki: Duodecim. (628--638)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Osallisuus syrjäytymisen vastaparina. Hakupäivä 25.10.2013  
<http://www.thl.fi/fi/thl/organisaatio/yksikot/osallisuuden-edistaminen/osallisuus-syrjaytymisen-vastaparina>

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 9-10. uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Työaikalaki 9.8.1996/605.

Työ- ja elinkeinoministeriön linjaukset nuorisotakuun toteuttamisesta TE-hallinnossa, 8.1.2013 TEM/2905/03.01.04/2012, hakupäivä 22.9.2013 [http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/nuorten\\_yhteiskuntatakuu\\_ohje.pdf](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/nuorten_yhteiskuntatakuu_ohje.pdf)

Työllisyyskatsaus 9/2014, ELY-keskus; TEM; toimialapalvelu ja Tilastokeskus. Hakupäivä 21.11.2014 [https://www.ely-keskus.fi/documents/10191/2794219/Tyollisyyskatsaus\\_syyskuu\\_2014.pdf/d0dbb670-e84b-4627-a383-408dcbee08ec](https://www.ely-keskus.fi/documents/10191/2794219/Tyollisyyskatsaus_syyskuu_2014.pdf/d0dbb670-e84b-4627-a383-408dcbee08ec)

Väyrynen S.2012. Muutosta edistävät tekijät päihde- ja mielenterveyskuntoutuksessa. Teoksessa A. Pohjola & T. Kemppainen & S. Väyrynen. (toim.) Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.( 271–300)

## LIITTEET

Liite 1: Hyvinvoinnilla työelämään toiminnan toimintasuunnitelma (osia)

Liite 2: Hyvinvoinnilla työelämään toiminnan päiväkohtainen sisältö

Liite 3: Teemahaastattelurunko

Liite 4: Esimerkki analyysistä

Suunnitelma Hyvinvoinnilla työelämään -kuntouttavan työtoiminnan liikuntastartti pilottiin (tausta, tavoite, kohderyhmä, toimijat ja aikataulu)

Tausta: Oulun kaupunki on sitoutunut eri menetelmin nuorten yhteiskuntatakuuseen. Tilanne Oulun seudulla on erityisen haastava nuoren väestörakenteen ja korkean nuorisotyöttömyyden vuoksi. Tarvitaan uudenlaisia innovatiivisia tapoja vastata yhteiskuntatakuun haasteeseen. Oulun kaupungin sosiaalitoimen toimeentulokiasiakkaina alkuvuonna 2013 on asioinut yhtäjaksoisesti yli 3kk ajan tulottomina asiakkaina XXX alle 25-vuotiasta nuorta. Suurella osalla noista nuorista puuttuu ammattitutkinto sekä heillä on myös monenlaisia arjenhallinnan vaikeuksia. Näiden nuorten siirtyminen suoraan työmarkkinoille on epätodennäköistä ilman erilaisia kuntoutustoimenpiteitä. Oulun kaupungin strategiassa on nostettu esille terveysliikunnan vaikutusten arviointi ja kaupunki pyrkii toimillaan turvaamaan kaikkien kuntalaisten mahdollisuuksia liikkua terveytensä kannalta riittävästi.

Tavoite: Tavoitteena on tarjota yhteiskuntatakuun piirissä oleville nuorille, joilla on haasteita arjenhallinnan ja terveyden suhteen, uudenlainen kuntouttavan työtoiminnan toimintamalli elämänhallinnan ja hyvinvoinnin vahvistamiseen kohti opiskelua ja työelämää

Kohderyhmä: Hyvinvoinnilla työelämään -kuntouttavan työtoiminnan pilotin ensisijaisena kohderyhmänä ovat yhteiskuntatakuun piirissä olevat 18- 25-vuotiaat nuoret, jotka ovat toimeentulotuen asiakkaina ja joiden tilanne aktivointisuunnitelman osalta katsotaan edellyttävän kuntoutustoitmenpiteitä ennen opiskeluun ja työelämään liittyviä suunnitelmia/toimenpiteitä. Toimintaa kohdennetaan myös muille yhteiskuntatakuun piirissä oleville nuorille. Nuoria valitaan ryhmään kerrollaan 15 henkilöä. Ennen valintaa hakijat haastatellaan ja toimintaan pyritään valitsemaan mahdollisimman monipuolinen osallistujajoukko.

Toimijat, toimintaympäristö ja toiminta: Toiminta toteutetaan Oulun kaupungin omin työntekijäresurssein osana työntekijöiden perustyötä kolmena päivänä viikossa. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ovat asiakkaana joko aikuissosiaalityössä, työvoiman palvelukeskuksessa tai Byströmin nuorten palveluissa. Kuntouttava työtoiminta toteutetaan 3 kk jaksolla, jossa työaika 3 pv/vk ja 4 h/pv. Toiminnan päävastuu on hyvinvointipalveluissa (aikuissosiaalityö/TYP), koska kuntouttava työtoiminta kuuluu heidän vastuualueeseensa. Asiakkaalle laaditaan aktivointisuunnitelma sekä tehdään tarvittavat kuntouttavan työtoiminnan päätökset sekä nimitään oma ohjaaja, joka seuraa ja arvioi asiakkaan tilannetta toiminnan aikana. Kuntouttava työtoiminta lakisääteistä sosiaalipalvelua, josta vastaa Oulun kaupunki. Kuntouttavan työtoiminnan osalta kuntouttavan työtoimintaan osallistuvien asiakkaiden tilitykset ja korvausten hakeminen hoidetaan keskitetysti aikuissosiaalityö/TYP kautta. Hyvinvoinnilla kohti työelämää -toiminnot tapahtuvat Oulun kaupungin omissa tiloissa sekä ostopalvelu liikuntapaikoissa. Lisäksi yhteistyössä toimii myös Martat, joiden omissa tiloissa tapahtuvat ruoanvalmistukseen liittyvät toimenpiteet.

Aikataulu: Toiminnan suunnittelu on aloitettu maaliskuussa 2013 ja itse toiminta toteutetaan aikavälillä 2.9.-2.12.2013 (3kk).

<b>Hyvinvoinnilla työelämään -toiminnan päiväkohtainen sisältö</b>		
	<b>Toiminta</b>	<b>Vastuutaho/työntekijä</b>
ma 2.9.2013	Ryhmäytyminen Virpiniemessä	Kaikki
ti 3.9.2013	Ryhmäytyminen Raksilan uimahalli/maasto	Liikuntapalvelut
ke 4.9.2013		
to 5.9.2013	Ryhmäytyminen Koivurannan huvila	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
pe 6.9.2013		
ma 9.9.2013	info, tutustuminen, pelit / Raksilan uimahalli	Liikuntapalvelut
ti 10.9.2013		
ke 11.9.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Liitokiek	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 12.9.2013		
pe 13.9.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 16.9.2013	Testit, palaute, uinti / Raksilan uimahalli	Liikuntapalvelut
ti 17.9.2013		
ke 18.9.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Airsoft /	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 19.9.2013		
pe 20.9.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 23.9.2013	Salibandy + liikuntaluento / Värttö	Liikuntapalvelut
ti 24.9.2013		
ke 25.9.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Suunnis	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 26.9.2013		
pe 27.9.2013	10:00- 14:00 kuntosali + Martat	Typ
ma 30.9.2013	Kuntonyrkkeily, ravintoluento	Liikuntapalvelut
ti 1.10.2013		
ke 2.10.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Karting	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 3.10.2013		
pe 4.10.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 7.10.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + luento / ouluhalli	Liikuntapalvelut
ti 8.10.2013		
ke 9.10.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Pöytäte	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 10.10.2013		
pe 11.10.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 14.10.2013	Sulkapallo / Ouluhalli, tutustuminen Hukkaan	Liikuntapalvelut
ti 15.10.2013		
ke 16.10.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + Seinäkiipeily ulkoliikunta	
to 17.10.2013		
pe 18.10.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 21.10.2013	Salibandy + liikuntaluento / Värttö	Liikuntapalvelut
ti 22.10.2013		
ke 23.10.2013	10:00- 14:00 Byström aamukahvit + jousiammunta / Nuottasaaren koulu	
to 24.10.2013		
pe 25.10.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + Martat	Typ
ma 28.10.2013	Frisbiigolf, ultimate, tutustuminen Liikku?	Liikuntapalvelut
ti 29.10.2013		
ke 30.10.2013	10:00- 14:00 Byström aamupala + Megazone	pelibunkkeri
to 31.10.2013		
pe 1.11.2013	10:00- 14:00 Kuntosali + martat	Typ
ma 4.11.2013	Pilates / Raksilan uimahalli + luistelu tekojäl	Liikuntapalvelut
ti 5.11.2013		
ke 6.11.2013	10:00- 14:00 Byström aamupala + Geokätköil	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 7.11.2013		
pe 8.11.2013	10:00- 14.00 Kuntosali + martat	Typ
ma 11.11.2013	Kahvakuula / Raksilan uimahalli	Liikuntapalvelut
ti 12.11.2013		
ke 13.11.2013	Byström aamukahvit + soveltavan liikunnan	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 14.11.2013		
pe 15.11.2013	Kuntosali + martat	Typ
ma 18.11.2013	Kuntonyrkkeily	Liikuntapalvelut
ti 19.11.2013		
ke 20.11.2013	Byström aamukahvit + toivelaji	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 21.11.2013		
pe 22.11.2013	Kuntosali + martat	Typ
ma 25.11.2013	Testit / Ouluhalli + uinti / Raksilan uimahalli	Liikuntapalvelut
ti 26.11.2013		
ke 27.11.2013	Byström aamukahvit + gurling / Oulunsalon j	Byströmin nuortenpalvelut/TYP
to 28.11.2013		
pe 29.11.2013	Kuntosali + martat	Typ
ma 2.12.2013	testit, purku, loppupalaute	Liikuntapalvelut

## TEEMA 1

Nuorten kokemus toiminnallisesta ryhmätoiminnasta.

1. Millaisia kokemuksia sinulla on tästä ryhmästä?
  - Millaisena koit oman roolisi ryhmässä?
  - Millainen oli ryhmään osallistuneiden ja ohjaajien tuen merkitys sinulle?
2. Kerro, millainen merkitys tällä ryhmällä on ollut sinulle.
3. Millaiset asiat ovat motivoineet sinua osallistumaan tähän ryhmään?
  - Millainen kokemus sinulla on toiminnan sisällöstä?
  - Millaiset asiat toiminnassa ovat olleet sinun mielestäsi kielteisiä tai myönteisiä?
4. Koetko, että ryhmätoiminnalla on ollut merkitystä sinun itseluottamukseesi ja itsetuntoosi?
  - Onko toiminnan aikana tullut muutoksia sinun sosiaalisiin suhteisiin?
5. Kuinka olet kokenut sen, että ryhmätoiminnan järjestämisessä ja toteutuksessa on ollut toimijana useampi eri taho ja työntekijä?

## TEEMA 2

Ryhmämuotoisen toiminnallisen kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuorten arkeen ja elämäntapaan.

- Mitä sinun arkeesi sisältyy, kuinka koet arkesi sujuvan?
6. Millaisia muutoksia koet arjessasi ja elämässäsi tapahtuneen ryhmätoiminnan aikana?
    - Millaiset asiat ovat vaikuttaneet muutokseen?
    - Millaisia muutoksia koet tapahtuneen näissä asioissa: päivittäinen ruokailu ja ruuanlaitto, itsestä huolehtiminen, asioiden hoito? (TE -palvelut, Kela, sosiaalipalvelut)
    - Miten toiminta on vaikuttanut sinun vapaa-ajan viettoosi?
    - Millaisia uusia asioita toiminta on tuonut mukanaan?
  7. Millaiset asiat olet kokenut tämän toiminnan aikana muuttaneen omaa tilannettasi?
  8. Koetko, että terveydentilasi on muuttunut ryhmätoiminnan aikana?

## TEEMA 3

Ryhmätoiminnan merkitys nuorten tulevaisuuden suunnitelmiin?

9. Millainen merkitys ryhmätoiminnalla on ollut sinun tulevaisuuden suunnitteluun?
10. Millaisia tulevaisuudensuunnitelmia sinulla on nyt?
11. Onko asioita, joista haluat vielä kertoa tai lisätä tähän?

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Teema
<p>Vähän ehkä positiivisempi asenne tällä hetkellä. Työtömänä kun oli niin oli niin negatiivinen asenne ja ihan sama, sitä vaan kämpillä oli.</p> <p>Ei oo enää niin väsyny koko ajan koska oli niin epä-säännöllinen tuo unirytmii, ei oikeestaan mitään tehny makkoili vaan.</p> <p>Mää menin illalla nukkuun ja heräsin aamulla ja oli niinku paljo parempi olla ku sai aina päiväksi tekemistä</p> <p>Mullon ollu jo monta vuotta vähä semmonen tunne, että elämä junnaa paikoillaan, ettei oikeen pääse etteenpäin.</p> <p>Ellää normaalia elämää.</p> <p>Ehkä mä oon tässä ryhmän aikana oppinu enemmän niinko silleen ittiä mieltimään. Niinko, että mulla mennee hyvin ja silleen.</p> <p>On kyllä, että, on nuo säännölliset, että herrää ja näin, se on vaikuttanu hyvin ja on tullu hoijettua kaikkia asioita.</p> <p>On tullu hoijeltua kaikkia asioita. On sähkölaskut hoijettu ajoissa ja näin.</p>	<p>Positiivinen asenne</p> <p>Päivärytmi parantunut.</p> <p>Tekeminen</p> <p>Paikalleen jäänyt elämäntilanne.</p> <p>Normaali elämä.</p> <p>Tyytyväisyys omaan elämään.</p> <p>Asioiden hoito.</p> <p>Asioiden hoito ajallaan.</p>	<p>Muutokset arjessa</p>