

Opinnäytetyö (YAMK)

Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen

YTEKES15

2017

Sofia Ahtineva

# TYÖTTÖMIEN TERVEYSPALVELUT TUTUIKSI SALOSSA

– Aktiivisen työnhakijan malli

OPINNÄYTETYÖ ( YAMK ) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Terveys ja hyvinvointi | Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen

Kevät 2017 | kokonaissivumäärä 50 + 4 liitettä (14 sivua)

Ohjaaja: Ritva Laaksonen-Heikkilä

Sofia Ahtineva

# TYÖTTÖMIEN TERVEYSPALVELUT TUTUIKSI SALOSSA

## - Aktiivisen työnhakijan malli

Kehittämiprojektin tarkoituksena oli selvittää syitä, miksi alle 300 päivää työttöminä olleet jättävät käyttämättä heille suunnatun terveystarkastusmahdollisuuden Salossa ja miten palvelua voidaan kehittää. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, mitä terveyden edistämisen palveluita työttömät toivovat työkyvyn ylläpitämiseksi työttömyyden alussa. Tavoitteena oli parantaa ja helpottaa työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä ja kuvailla mitä terveyden edistämisen palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet toivovat.

Kehittämiprojekti on toteutettu VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen tarpeiden pohjalta ja se tuo tärkeää asiakaslähtöistä näkökulmaa salolaisten työnhakijoiden palveluiden kehittämiseen. Kehittämiprojektin soveltavan tutkimuksen aineisto kerättiin kvalitatiivisesti haastatteleamalla kymmentä alle 300 päivää työttömänä ollutta salolaista henkilöä. Tutkimusaineisto analysoitiin sisällönanalysillä ja tulokset esiteltiin VOITTO-työllistymishankkeen projektiryhmälle. Tutkimuksen tulosten perusteella syntyi idea aktiivisen työnhakijan mallista.

Aktiivisen työnhakijan malli perustuu soveltavan tutkimuksen tuloksiin ja sitä on kehitetty yhteissuunnittelun työpajassa projektiryhmän kesken. Aktiivisen työnhakijan malli pitää sisällään viisi eri työkykyä ylläpitävää osa-alueita, jotka on suunniteltu asiakaslähtöisesti sekä kirjallisuuteen pohjautuen. Osa-alueet ovat terveydestä huolehtiminen, mieli ja kroppa virkeäksi harrastamisen avulla, kohti palkitsevaa työnhakua, ammattitaito kohdilleen sekä taloudesta huolehtiminen.

Aktiivisen työnhakijan mallin osa-alueiden mukaan toimiminen ylläpitää työkykyä ja edesauttaa työllistymään. Aktiivisen työnhakijan mallia voidaan soveltaa esitteen muodossa, sähköisesti sekä työnhakijoiden palvelupisteellä. Mallia soveltamalla osataan tarjota tarpeellisimmat ja toivotuimmat palvelut helposti asiakkaille. Aktiivisen työnhakijan malli tukee Salon kaupungin strategian toteutumista. Mallia tullaan soveltamaan Salon kaupungin työnhakijoiden palveluita kehitettäessä. Työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä on pyritty parantamaan antamalla aiempaan kirjallisuuteen perustuen vinkkejä soveltavassa tutkimuksessa löytyneeseen tiedottamisongelmaan.

## ASIASANAT:

Työnhakija, Työkykyä ylläpitävä toiminta, Työttömät, Työkyky, Terveys, Hyvinvointi, Sosiaalinen pääoma.

BACHELOR'S / MASTER'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Health and Wellbeing | Management and Leadership in Health Care

Spring 2017 | Total number of pages 50 + 4 Appendices(14 pages)

Instructor: Ritva Laaksonen-Heikkilä

Sofia Ahtineva

# IMPROVING THE ACCESSIBILITY OF HEALTH SERVICES FOR THE UNEMPLOYED IN SALO

-a model for an active jobseeker

The aim of this development project was to find out why people who have been unemployed for less than 300 days choose not to go to the health examination aimed at them in Salo and how this service could be developed. In addition, the aim was to discover what kind of health promoting services the unemployed would want at the beginning of their unemployment. The aim is to improve and ease the accessibility of health examination for the unemployed and to describe what kind of health promoting services those who have been unemployed for less than 300 days are hoping for.

This development project has been executed based on the needs of VOITTO -developing employment project and it brings an important customer oriented approach to developing services for people seeking employment in Salo. The qualitative material of the applied study of the development project was gathered by interviewing ten Salo residents who had been unemployed for less than 300 days. The study material was analyzed using content analysis and the results were presented to the project team of the VOITTO -project. An idea of a model for an active jobseeker arose from the results of the project.

The model for an active jobseeker is based on the results of the applied research and it has been developed in a co-design workshop with the project team. The model entails five sectors that maintain the ability to work. These sectors have been designed with a customer oriented point of view and are also based on literature. The sectors are: maintaining health, invigorating mind and body through a hobby, towards a rewarding job search, professionalism in place and financial planning.

Acting according to the sectors of the active job seeker's model maintains the ability to work and contributes to employment. The model can be applied as a brochure, electronically and at service points for job seekers. By applying this model, the customers are offered the most needed and desired services easily. The model for an active jobseeker supports the strategy of the city of Salo. The model will be applied when developing services for the job seekers in Salo.

Efforts have been made to improve accessibility of the health examinations for the unemployed by providing advice based on previous literature for solving problems in communication discovered in the applied study.

**KEYWORDS:**

Jobseekers, workplace health promotion, unemployed people, ability to work, health, wellness, social capital

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 KEHITTÄMISPROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT</b>	<b>8</b>
2.1 Salon kaupungin tulevaisuuden suunta	8
2.2 Työttömyys valtakunnallisena ongelmana	9
2.3 VOITTO - Nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymisen kehittämishanke	10
2.4 Työttömien terveydentilan kartoittaminen Salossa	10
<b>3 TYÖTTÖMIEN TYÖKYVYN YLLÄPITO</b>	<b>12</b>
3.1 Työttömien terveys	12
3.2 Harrastaminen tärkeänä voimavarana työttömyyden aikana	15
3.3 Työnhaku	15
3.4 Kouluttautuminen	16
3.5 Työttömyyden vaikutukset taloudellisuuteen	16
<b>4 KEHITTÄMISPROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE</b>	<b>18</b>
<b>5 KEHITTÄMISPROJEKTIN KULKU</b>	<b>19</b>
<b>6 KEHITTÄMISPROJEKTIN SOVELTAVA TUTKIMUS</b>	<b>21</b>
6.1 Tavoite ja tarkoitus	21
6.2 Aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu	21
6.3 Aineiston kerääminen	23
6.4 Aineiston analysointi	25
6.5 Tutkimuksen tulokset	25
7.5.1Terveystarkastusten kehittäminen	26
7.5.2 Terveyden edistämisen ja ylläpitämisen palvelut	27
6.6 Tutkimuksen johtopäätökset	31
6.7 Eettisyys ja luotettavuus	33
<b>7 YHTEISSUUNNITTELUN TYÖPAJAT</b>	<b>35</b>
7.1 Työpajan anti terveydestä huolehtimisen osa-alueeseen	35
7.2 Työpajan anti harrastamisen osa-alueeseen	36

7.3 Työpajan anti työnhaun osa-alueeseen	37
7.4 Työpajan anti ammattitaidon osa-alueeseen	37
7.5 Työpajan anti taloudesta huolehtimisen osa-alueeseen	38

## **8 AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN TOIMINTAMALLI** **39**

8.1 Terveystä huolehtiminen	41
8.2 Mieli ja kroppa virkeäksi harrastamisen avulla	41
8.3 Kohti palkitsevaa työnhakua	42
8.4 Ammattitaito kohdilleen	43
8.5 Taloudesta huolehtiminen	44

## **9 KEHITTÄMISPROJEKTIN ARVIOINTI JA TOIMINTAMALLIN**

### **JATKOKEHITTÄMISEHDOTUS** **45**

9.1 Kehittämiprojektin arviointi	45
9.2 Kehittämiprojektin päällikön arviointi	46
9.3 Jatkotutkimus ehdotus	46

## **LÄHTEET** **47**

## **LIITTEET**

- Liite 1. Aktiivisen työnhakijan malli
- Liite 2. Teemahaastattelun runko
- Liite 3. Tutkimuksen saatekirje
- Liite 4. Esimerkki tutkimuksen kategorioimisprosessista

## **KUVIOT**

Kuvio 1. Kehittämiprojektin etenemisvaiheet	20
Kuvio 2. Haastateltavien taustatietoja	26

## **TAULUKOT**

Taulukko 1. Sosiaalisen pääoman vahvistavat tekijät	31
Taulukko 2. Aktiivisen työnhakijan malli	40

# 1 JOHDANTO

Työttömien terveydentila on heikompi kuin työssä käyvien (Koskinen ym. 2013, 89,91; Liukkonen 2012, 42; Pensola ym. 2012, 111–112; Talala 2013,49) ja hyvä terveydentila edesauttaa työllistymistä (Nwaru ym. 2014, 559). Tästä johtuen nopea terveydentilan kartoitus työttömyyden alussa sekä terveyttä ylläpitävät palvelut ovat erittäin tärkeitä. Salossa alle 300 päivää työttömänä olleet eivät aktiivisesti hyödynnä heille tarkoitettuja terveyspalveluita, mikä on yksi kehittämisprojektin syntymiseen johtanut tekijä. (Anttila 2001,114; B. Bergström, henkilökohtainen tiedonanto 2.3. 2016; Ruuska 2007, 35).

Salon kaupunki yhdessä Turun ammattikorkeakoulun sekä Salon Seudun koulutuskuntayhtymän kanssa toteuttavat vuoden 2015 elokuussa käynnistyneen VOITTO-hankkeen, joka on nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymisen edistämishanke (Salon kaupunki e). Tämä kehittämisprojekti on osa VOITTO -työllistymisen edistämishanketta ja sen on tarkoitus tukea laajemman hankkeen tavoitteiden toteutumista omilla tavoitteillaan (Silfverberg 2001,49).

Tämän kehittämisprojektin tarkoitus on selvittää syitä, miksi alle 300 päivää työttöminä olleet jättävät käyttämättä heille suunnatun terveystarkastus mahdollisuuden ja miten palvelua voidaan kehittää. Lisäksi tarkoituksena on selvittää, mitä terveyden edistämisen palveluita työttömät toivovat työkyvyn ylläpitämiseksi työttömyyden alussa. Tavoitteena on parantaa ja helpottaa työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä, ja kuvailla mitä terveyden edistämisen palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet toivovat.

Kehittämisprojektin soveltavaa tutkimusta lähdettiin toteuttamaan suunnittelemalla laadullinen tutkimus, jossa kohderyhmäksi valikoitui lopputuotoksen asiakaslähtöisyyden takaamiseksi alle vuoden työttömänä olleet salolaiset henkilöt. Heillä on eniten tietoa sekä kokemuksia tutkittavasta asiasta (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 83). Kehittämisprojektissa tullaan haastattelemaan kymmentä alle 300 päivää työttömänä olutta salolaista henkilöä. Haastattelun tulosten pohjalta lähdetään suunnittelemaan ratkaisuvaihtoehtoja kehittämisprojektin tarkoituksen sekä tavoitteiden toteutumiseksi. Asiakaslähtöiseen sekä työllistymistä ja työelämää palvelemaan ratkaisuun pyritään toimimalla yhteistyössä myös työelämän kanssa.

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyy asiakaslähtöinen aktiivisen työnhakijan malli, joka on sovellettavissa esitteen muodossa, sähköisesti tai työnhakijoiden palvelupisteillä. Aktiivisen työnhakijan mallin osa-alueiden mukaan toimiminen ylläpitää työkykyä ja edesauttaa työllistymään.

## 2 KEHITTÄMISPROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT

### 2.1 Salon kaupungin tulevaisuuden suunta

Salon kaupunki on laaja kymmenen kunnan kuntaliitos. Vuonna 2009 Salon kaupunki liittyi yhteen Halikon, Kiikalan, Kiskon, Kuusjoen, Muurlan, Perniön, Perttelin, Suomensjärven sekä Särkisalon kuntien kanssa. Yhteensä Salossa on asukkaita noin 55000, joista työvoimaa on 25100 henkilöä. Salossa on tiheämmin asutettu keskusta sekä pienempiä taajamia ympäristössä. Valta-osa on harvemmin asuttua maaseutua. Vuonna 2016 Salon keskimääräinen työttömyysprosentti oli 15,5. (Salon kaupunki c; Salon kaupunki d; Työ- ja elinkeinoministeriö 2017.)

Salon kaupunki pyrkii jälleen muuttumaan innovatiiviseksi ja menestyväksi yhteisöksi. Salon kaupungin arvot, johon toiminta perustuu, ovat asiakaslähtöisyys, rohkeus, oikeudenmukaisuus sekä vastuullisuus. Salon kaupunki on määritellyt perustehtäväkseen järjestää kuntapalvelut niin, että Salossa eläminen, asuminen ja yrittäminen ovat mahdollista hyvin edellytyksin. Kaupunki on määritellyt strategian, joka ohjaa tavoitteellista toimintaa. (Salon kaupunki b.)

#### "Kaupunkistrategia 2015–2018

- Salon seutunsa keskus, joka tuottaa palvelut kustannustehokkaasti muuttuvassa toimintaympäristössä
- Palveluratkaisut tukevat kaupunkilaisten omatoimisuutta ja aktiivista elämäntapaa
- Salon toimii aktiivisesti elinkeinoelämän kehittämiseksi ja työllisyyden parantamiseksi
- Talous tasapainotetaan sopeuttamalla toiminta käytettävissä oleviin voimavaroihin" (Salon kaupunki b.)

Salon kaupungilla on seuraava visio 2025: "Salon on hyvien palvelujen ja monipuolisen elinkeinoelämän sekä älykkään teknologisen osaamisen kaupunki, joka toimii tehokkaasti ihmisen ja ympäristön parhaaksi" (Salon kaupunki b.)



## 2.2 Työttömyys valtakunnallisena ongelmana

Työttömyys on Suomessa valtakunnallinen ongelma. Vuoden 2017 helmikuun lopulla työttömiä työnhakijoita oli Suomessa yhteensä 242 000. Edeltävään vuoteen verrattuna määrä on onneksi laskenut 6 000 hakijalla ja pitkäaikaistyöttömien määrä on laskenut 3,8 prosentilla. 68 000 heistä oli nuoria alle 25-vuotiaita. Pitkäaikaistyöttömiä, eli yli 365 päivää työttömänä olleita oli 112 800. Nuorten ja pitkäaikaistyöttömien määrä on nousut verrattuna edeltävään vuoteen. Vuoden 2017 helmikuun lopulla työttömyysaste kokonaisuudessaan oli 9,4 prosenttia. Vaikka työttömyys on jonkin verran vähentynyt, ovat valitettavasti vähentyneet myös uudet työpaikat 3,7 prosentilla verrattuna vuoteen 2016. (Tilastokeskus 2017.)

Muuhun maahan verrattuna Salossa työttömiä on selkeästi enemmän. Vuonna 2016 Salon työttömyysprosentti oli keskimäärin 15,5 eli työttömiä oli keskimäärin 4050. Pitkäaikaistyöttömiä oli heistä 1579 henkilöä ja alle vuoden työttöminä olleita oli 2973 henkilöä. 2438 työttömistä oli miehiä ja 2064 naisia. Nuorten osuus työttömistä oli noin joka kahdeksas eli 511 henkilöä. Myös Salossa työllisyystilanne edeltävään vuoteen on hieman parantunut, mutta se on edelleen selkeästi heikompi kuin muualla maassa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2017.) Työttömyyden vähentämiseksi Suomessa on tehty monia eri hankkeita, esimerkiksi Paltamon työtä kaikille -malli sekä Wire-projekti (Hakulinen ym. 2013, 15; Kokko ym. 2013,23-25).

Paltamon työtä kaikille -malli toteutettiin vuosina 2009–2013 Kainuussa ja sen tavoitteena oli työllistää kaikki työttömät. Hankkeen ideana oli suunnata varat työn etsimiseen työttömille sekä työttömien aktivointiin. Tavoitteena oli luoda työntekemisen kulttuuri kotoon passivoitumisen sijaan niin sanotuilla välityöpaikoilla. Hankkeessa kehitettiin myös terveys- ja sosiaalialan palveluita. Tavoitteena oli luoda asiakaslähtöinen toimintamalli, jolla työsuhteeseen pystyville löytyisi mielekästä työtä ja terveydellisistä syistä työsuhteeseen kykenemättömät pääsisivät työkykykartoitukseen sekä tarpeenmukaiseen kuntoutukseen. (Kokko & Koskinen 2013, 23–25.) Wire-projekti toteutettiin Jyväskylässä vuosina 2000–2005 ja sen tavoitteena oli helpottaa vaikeassa työmarkkina-asemassa olevien työnhakua. Uusia mahdollisuuksia työelämään palaamiseen kehitettiin luomalla uusia toimintamalleja (Hakulinen ym. 2013, 15-17.)

### 2.3 VOITTO - Nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymisen kehittämishanke

Salon kaupunki yhdessä Turun ammattikorkeakoulun sekä Salon Seudun koulutuskuntayhtymän kanssa toteuttavat vuoden 2015 elokuussa käynnistyneen VOITTO - Nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymisen kehittämishankkeen. Varsinais-Suomen työ- ja elinkeinotoimisto sekä Salon alueen yrittäjät ja yhdistykset toimivat yhteistyökumppaneina hankkeen toteutuksessa sekä saavat hankkeen kautta lisää tietoa esimerkiksi palkkatuki asioista. Hanke on kolmevuotinen ja sen tavoitteena on luoda asiakaslähtöinen toimintamalli, joka auttaa ohjaamaan sekä työllistämään nuoria sekä muita heikossa työmarkkina-asemassa olevia. Hankkeen rahoittajina toimivat Varsinais-Suomen Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus, Euroopan sosiaalirahasto, Salon kaupunki, Salon seudun koulutuskuntayhtymä sekä Turun ammattikorkeakoulu oy (Salon toimipiste). (Salon kaupunki e; Salon kaupunki f.)

Hankkeen kohderyhmänä ovat henkilöt, joiden työttömyys on kestänyt jo 300–500 päivää, nuoret jotka hakeutuvat työelämään tai koulutukseen sekä muut työttömät henkilöt, joilla on mahdollisuus työllistyä. Hankkeen aikana ennalta olevat toimintamallit tarkastellaan sekä uusia luodaan yhteistyöverkoston kanssa. Projektin tavoitteena on myös lisätä verkostoitumista ja yhteistyötä työelämän kanssa. Hankkeen aikana on tavoitteena haastatella kaikkia Salon työttömiä palvelujen kehittämiseksi. Projektin välineinä käytetään palvelumuotoilua sekä Lean-ajattelua. (I. Leino, henkilökohtainen tiedonanto 10.10.2015; Salon kaupunki e; Salon kaupunki f.)

### 2.4 Työttömien terveydentilan kartoittaminen Salossa

Salossa työttömyysprosentti on muuta maata suurempi (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016a; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016b). Työttömille on Salossa järjestetty ilmaiset terveystarkastukset terveyden edistämiseksi sekä ylläpitämiseksi, kuten terveydenhuoltolaissa (2010/1326) säädetään. Alle 300 päivää työttömänä olleiden terveystarkastukset on järjestetty omilla terveysasemilla tai vaihtoehtoisesti Läntisellä terveysasemalla Salon keskustassa. Työttömän tulee varata aika terveystarkastukseen joko omalta terveysasemalta suoraan tai sähköisen palvelun kautta. Sähköistä palvelua käyttääkseen tulee henkilöllisyys todentaa pankkitunnuksien tai mobiilivarmenteen kautta. Salossa

työttömien terveystarkastuksista tiedotetaan Salon kaupungin verkkosivuilla, Salo tiedottaa -lehdessä, ympäristöön viedyillä julisteilla sekä esitteillä. Julisteiden ja esitteiden ulkomuotoa on lähiaikoina uudistettu mielekkäämmäksi. (Salon kaupunki 2015a; B. Bergström, henkilökohtainen tiedonanto 2.3. 2016.)

Ongelmaksi on koitunut kuitenkin palvelun käyttämättömyys ennen 300 päivän työttömyyden täyttymistä. Salossa alle 300 päivää työttömänä olleet eivät osallistu aktiivisesti järjestettyihin terveystarkastuksiin. Salossa alle vuoden työttöminä olleita oli vuonna 2015 keskimäärin 2703 henkilöä. Vuoden aikana terveystarkastuksia tehtiin heille kuitenkin vain 61 kappaletta 10 hoitajan voimin. 29 tarkastusta varattiin internetin kautta. Sähköinen ajanvaraus oli mahdollista maaliskuusta 2015 alkaen pois lukien lomakausi. (B. Bergström, henkilökohtainen tiedonanto 2.3. 2016; Työ- ja elinkeino ministeriö 2016b.)

Koska työttömillä on riski sairastua muuta väestöä herkemmin ja heidän terveydentilansa on heikompi verrattuna muuhun väestöön, vaatii tämä erityistä tarkkailua (Herbig ym. 2013, 413; Koskinen ym. 2013, 89,91; Liukkonen 2012, 42; Pensola ym. 2012, 111–112; Talala 2013, 49). Terveystarkastuksissa käynti ja terveydentilan kartoitus ovat juuri työttömillä erittäin tärkeitä elementtejä. Työttömien terveyttä ja terveyspalvelun sisältöä on tutkittu enemmän, mutta ei kuilua, joka on salolaisten työttömien sekä järjestettyjen palvelujen välillä. Siksi tätä aihetta on tärkeää tutkia ja on ajankohtaista kehittää interventiota palvelun käyttämisen lisäämiseksi sekä kehittää palvelua asiakaslähtöisemmäksi.

## 3 TYÖTTÖMIEN TYÖKYVYN YLLÄPITO

### 3.1 Työttömien terveys

Useiden tutkimusten mukaan työttömät sairastavat enemmän kuin työelämässä olevat (Herbig ym. 2013, 413; Kauppinen, Saikku & Riitta-Liisa Kokko 2010, 235; Koskinen ym. 2013, 89,91; Liukkonen 2012, 42; Pensola ym. 2012, 111–112; Talala 2013,49). Työttömät kokevat enemmän unettomuutta, masennusta sekä stressiä kuin työssäkäyvät (Talala 2013, 49–50; Nenonen 2013, 92). Työttömyyden tuoma saamattomuus sekä voimattomuuden tunne ovat osaltaan tähän syynä (Hult 2014, 33). Työttömät kokevat elämäntilanteensa heikommaksi kuin työssäkäyvät, eli tunne, että voi vaikuttaa elämänsä kulkuun ja tehdä valintoja on pienempää kuin työssäkäyvillä. Sosiaalisten tilanteiden pelko on myös runsaampaa työttömien keskuudessa kuin työssäkäyvien. Pelkoa voi aiheuttaa esimerkiksi puhuminen määräysvaltaiselle henkilölle. (Nenonen 2013, 94,96.)

Työttömillä on todettu olevan enemmän ylipainoa, he tupakoivat enemmän sekä alkoholin käyttö on runsaampaa (Leemann 2013, 86; Liukkonen 2012, 42; Martelin 2013, 84). Työttömyys linkittyy usein myös ongelmalliseen rahapelien pelaamiseen (Castrén 2013, 45). Työttömyyden on koettu heikentävän fyysistä vointia sekä itsestä huolehtimista. Liikunta vaihtuu työttömyyden tullen helposti sohvalle löhöilyyn. (Hult 2014, 33.) Työttömien kuolleisuus on selkeästi korkeampi kuin työssä käyvien (Herbig ym. 2013, 413; Pensola ym. 2012, 111). Miesten osalta työttömien kuolleisuus on jopa kolmikertainen ja naisten osalta kaksinkertainen verrattuna työssä käyviin. Työttömillä tapaturmaisia sekä alkoholin aiheuttamia kuolemia on selkeästi enemmän kuin työssä käyvillä. Työttömien kuolleisuuden on tutkittu lisääntyvän työttömyyden keston lisääntyessä. (Pensola ym. 2012, 111–112,115.) Etenkin nuorten aikuisten kohdalla on todettu erittäin tärkeäksi aloittaa koulutukseen tai työelämään mahdollistavien toimenpiteiden aloittaminen mahdollisimman varhain myös hoitoa vaativissa tilanteissa (Ahola ym. 2014, 3446). Negatiivisesti työttömien terveyteen vaikuttavia asioita ovat ihmissuhdeongelmat, huoli omista, alkoholin ongelmakäyttö tai lisääntynyt alkoholinkäyttö työttömyysaikana (Hult 2014, 38).

### 3.2.1 Työttömien terveyden edistäminen

Terveydenhuoltolaissa (2010/1326) säädetään, että kuntien on järjestettävä asukkailleen terveystarkastukset terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja seuraamiseksi. Terveystarkastusten sekä terveysneuvonnan tulee tukea työkykyä sekä ehkäistä niin mielenterveydellisiä kuin somaattisia sairauksia. Kuntien tulee huomioida opiskelu- ja työterveyshuollon ulkopuolelle jäävät henkilöt. (Terveydenhuoltolaki 2010/1326.) Sosiaali- ja terveysministeriö on laatinut ohjeen työttömien terveystarkastusten pitämiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013,1). Työttömille on julkaistu opas – Terveenä työttömyydestä, Miten hallitset elämän tilanteesi? Oppaaseen on koottu tietoa työkyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisestä sekä vinkkejä työttömyyden selviämiseen. Oppaassa kehoitetaan miettimään, mitä työttömyys kunkin henkilön kohdalla tarkoittaa ja miten se vaikuttaa elämään sekä suunnittelemaan, mitä haluaa tulevaisuudelta. (Pylkkönen ym. 2010, 4-5.)

Salossa työttömän terveystarkastus pitää sisällään terveydenhoitajan tekemän kartoituksen henkilön terveydentilasta suhteessa työkykyyn niin psyykkisten kuin fyysisten voimavarojen suhteen. Tarkastuksessa selvitetään henkilön liikunta- ja päihdekäyttäytymistä sekä mielialaa. Verenpaineen mittausta ja laboratoriotutkimuksia tehdään somaattisten sairauksien selvittämiseksi ja ennaltaehkäisemiseksi. Tarkempia tutkimuksia tehdään tarpeen mukaan, samoin kuin lähete lääkärin tutkimuksiin. (Salon kaupunki 2015a.)

#### Terveystarkastukseen hakeutuminen

Wire-projektin yhteydessä kehitettiin työttömien terveystarkastusjärjestelmää. Käyttöön otettiin muun muassa työttömille kotiin lähetettävät kutsut terveystarkastukseen. Ajankohtaa ei ollut ennalta määrätty vaan kutsusta löytyvien ohjeiden mukaan asiakas varasi ajan itse. Terveysalan asiakastyötä tekevät kokivat kutsun hyväksi apuvälineeksi toiminnan käytännönjärjestelyissä. Asiakkaalle jäi kuitenkin vastuu terveystarkastusajan varaamisesta. Työvoimatoimisto otti yhteyttä asiakkaisiin puhelimitse ja samalla kertoi terveystarkastus mahdollisuudesta. Palvelusta tiedotettiin myös lehdissä, esitteillä sekä silmiin osuvilla ovi-ilmoituksilla. (Hakulinen ym. 2013, 34–35; Rautio-Ottman 2008, 12.)

Pitkäaikaistyöttömien terveyden kehittämishankkeessa (PTT) yli puolet asiakkaiden ohjauksesta terveystarkastuksiin tapahtui työvoiman palvelukeskuksista ja noin kolmasosa työvoimatoimistoista. Loput asiakkaista ohjautui terveystarkastuksiin sosiaalitoimistojen ja muiden tahojen ohjauksesta. Vain noin yksi prosentti asiakkaista hakeutui omatoimisesti tarkastukseen. (Saikku 2009, 43.)

## Terveystarkastuksiin osallistuminen

Dryden, Williams, McCowan sekä Themessl-Huber (2012) ovat tehneet laajan kirjallisuuskatsauksen liittyen ihmisten osallistumiseen järjestettyihin terveystarkastuksiin sekä seulontoihin. Lähteitä etsittiin useista tietokannoista ja 17 463 lähteestä tutkimukseen valittiin 39. 13 tutkimusta oli tehty Pohjois-Amerikassa, 24 Euroopassa sekä yksi Israelissa ja Taiwanissa. (Dryden ym. 2012, 2-3,21.)

Tutkimukset systemaattisesti osoittivat miesten käyvän vähemmän terveystarkastuksissa kuin naiset. Myös järjestettyihin terveystapahtumiin naiset osallistuivat miehiä enemmän. Osa tutkimuksista osoitti ikäluokille eroja osallistumisaktiivisuudessa. Vanhemmat ikäluokat käyttivät palveluja aktiivisemmin. Osa palveluista oli kuitenkin tarkoitettu vain tietyille ikäryhmille. Kuitenkaan tutkimusten metodien erilaisuudesta johtuen suoranaisesti aktiivisinta tarkastuksissa käyvää ikäluokkaa ei voitu yleisesti eikä lineaarisesti määrittää. Huonon sosioekonomisen taustan omaavat käyttivät järjestettyjä palveluita vähiten. Yleisesti ottaen henkilöt, jotka ovat pienituloisia, työttömiä tai alhaisesti koulutettuja, osallistuivat vähän järjestettyihin terveystarkastuksiin. Miehet, jotka eivät osallistuneet palveluihin, olivat yleensä yksin eläjiä. Naisissa tällaista huomiota ei ollut nähtävissä. Tutkimustuloksissa vaihtelivat etnisen taustan vaikutukset. (Dryden ym. 4-5,20.)

Terveystarkastuksiin menttiin omien pelkojen selättämiseksi, mutta toisaalta myös pelkojen takia tarkastuksiin jätettiin menemättä. Osallistumatta jättäneiden pelon kohteita olivat esimerkiksi pelko itse tuloksista, neuloista, lääkäreistä, sairaalasta, toimenpiteestä ja ahdistus siitä, mitä toimenpiteeseen sisältyy sekä huoli suorittajien ammattitaidosta. Ylipainoiset, tupakoitsijat, runsaammin alkoholia kuluttavat sekä epäterveellisesti syövät jättivät helpommin menemättä terveystarkastuksiin. Tieto tulevasta toruista sekä kielteinen asennoituminen elämäntapamuutokseen sai henkilön jättämään käynnin väliin. Nämä henkilöt eivät myöskään arvostaneet terveyttä samalla tavalla kuin tarkastuksissa käyvät tai eivät uskoneet pystyvänsä vaikuttamaan itse terveyteen. Myös usko seulonnan tehokkuudesta puuttui. Osa kutsutuista ei vain saanut aikaiseksi mennä tarkastukseen. Palvelun käyttämättä jättämisen syinä oli myös usko, ettei itse sairastuisi sekä esimerkiksi seulottavia sairauksia ei nähty niin vakavina. Osalla kutsutuista, jotka eivät käyneet tarkastuksessa, oli jo yhteys terveystarkastusjärjestelmään tai he olivat jo käyneet tarkastuksessa muualla. Tarkastuksiin menttiin oman kiinnostuksen vuoksi, jos omasi jo jotain oireita tai perheessä oli sairauksia. (Dryden ym. 19–20.)

Johtopäätöksenä tutkimuksen tekijät pitävät tärkeänä räätälöidä järjestettävät palvelut yksilöille sopiviksi sekä ihmisten asenne terveyspalveluita kohtaan pitäisi saada muuttumaan. Interventioita tarvitaan ihmisten rohkaisemiseksi käyttämään järjestettyjä terveyspalveluita. (Dryden ym. 20–21.)

### 3.2 Harrastaminen tärkeänä voimavarana työttömyyden aikana

Työttömien kokemusten mukaan työttömyys ei vaikuta kuitenkaan aina terveydentilaan heikentävästi. Se voi myös parantua kuormittavan tai epämiellyttävän työn loputtua (Hult 2014, 30.) Työttömien terveyteen on tutkittu positiivisesti vaikuttavan terveyttä edistävä terveyskäyttäytyminen, joka pitää sisällään riittävän tiedon omaamisen terveellisistä elämäntavoista, liikunnan harrastamisen sekä itsestään huolehtimisen ja määrätietoisesti terveyteen pyrkimisen. (Hult 2014, 34–37; Huotari 2013, 34.)

Sosiaalisen tuen saaminen etenkin perheeltä ja ystäviltä tai ammattiauttajalta on myös positiivisesti terveyteen vaikuttava asia kuin myös hyvinvointia tukeva ja viihtyisä ympäristö mukavine naapureineen. (Hult 2014, 34–37; Huotari 2013, 34.) Työn loputtua päivittäiset rutiinit vähentyvät ja ennen työn tuomat sosiaaliset kontaktit vähenevät. Tämä voi vaikuttaa henkilöön negatiivisesti. Vireyden ylläpito harrastamisen avulla nousee tärkeään rooliin jaksamisen kannalta. (Kauppinen, Saikku & Riitta-Liisa Kokko 2010, 345.) Työttömyyden tuoma mahdollisesti niukentuva taloudellinen tilanne on vahva harrastamista rajoittava tekijä (Harju 2015).

### 3.3 Työnhaku

Työnhaku ei nykypäivänä ole kovin yksinkertaista. Kilpailua työpaikoista on, jolloin aktiivisuus, oma-aloitteisuus ja työnhakutaidot ovat korkeassa roolissa. Onneksi työnhakemistakin voi opetella ja siihen kannattaakin panostaa. Työ- ja elinkeinotoimistosta sekä internetin sivustoilta saa apua työhakemuksen ja ansioluettelon tekoon. Työn saa harvoin ensi yrittämällä ja siksi se vaatiikin pitkäjänteisyyttä sekä reipasta asennetta. Työn haussa kannattaa olla joustava ja rohkea. Myös määrä- ja osa-aikaiset sekä vähemmän kiinnostavat työsuhteet voivat poikia taas uusia työsuhteita. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c.)

Työtä voi ja kannattaa hakea monia eri teitä. Työ- ja elinkeinotoimisto on työttömän apu-toimisto, mutta myös välttämätön kontakti työttömäksi ilmoittautumisessa. Internetistä löytyy monia työnhakukoneita ja oppaita työnhakuun. Vapaista työpaikoista ilmoitetaan myös lehdissä, rekrytointitapahtumissa ja messuilla sekä yritysten omilla internet sivustoilla. Yrityksiin kannattaa ottaa myös suoraan yhteyttä ja laittaa avoimia työhakemuksia. Nykypäivänä työtä voi löytyä myös sosiaalisen median kautta. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c.)

Itsensä työllistämiseen eli yrityksen perustamiseen on saatavissa niin tiedollista kuin taloudellista apua. Työ- ja elinkeinotoimistot järjestävät yrittäjäkoulutusta. Koulutuksesta on hyötyä, jos suunnittelee yrittäjäksi ryhtymistä tai toimii jo yrittäjänä. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.)

### 3.4 Kouluttautuminen

Koulutus, rekrytointi- sekä työkokeilut ovat portteja uuteen työhön. Työvoimakoulutuksia järjestetään suoraan yritysten tarpeisiin, jolloin on hyvä mahdollisuus työllistyä. Tarvittaessa työvoimakoulutuksessa voi suorittaa myös peruskoulun loppuun. Uudelleen kouluttautumiseen on myös eri vaihtoehtoja. Esimerkiksi oppisopimuskoulutus, jolla voi hankkia uuden ammatin tai syventää ja lisätä ammatillista osaamista. Työttömyyden pitkittyessä on tärkeää pitää ammattitaitoa ja osaamista yllä. Työ- ja elinkeinotoimistoista saa lisää tietoa uudelleen kouluttautumisesta, koulutuksista sekä työkokeiluista ja mahdollistaa näin ammattitaidon ylläpitämisen. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.)

### 3.5 Työttömyyden vaikutukset taloudellisuuteen

Työllisyyden vaihtuessa työttömyydeksi usein henkilön taloudelliset voimavarat vähenevät riippuen kuitenkin edeltävästä työtilanteesta. Taloudellinen tilanne voi pakottaa karsimaan kuluista eikä se aina riitä edes perusmenojen kustantamiseen (Leino 2010, 42,48; Harju 2015. 35 Vekurinmäki 2006, 33.) Heikko taloudellinen tilanne yhdessä työttömyyden kanssa koetaan sosiaalista elämää rajoittavaksi tekijäksi. Sosiaalisen elämän rajoittuminen koetaan taas hyvinvointia heikentäväksi asiaksi. Taloudelliset syyt estävät osallistumasta tiettyihin tapahtumiin sekä harrastuksiin. (Harju 2015,35,46.) Myös auton



hankkiminen sekä sen aiheuttamien kustannusten ylläpito sekä vaatehankinnat ovat esimerkkejä menoeristä, joista joudutaan karsimaan. (Harju 2015,37; Vekurinmäki 2006, 33). Työttömät kokevat niukan taloudellisen tilanteen heikentävän myös mahdollisuuksia tavata ystäviä sekä se hankaloittaa uusien ystävyys-suhteiden luomista. Esimerkiksi syntymäpäiväkutsujen järjestäminen voi jäädä toteuttamatta niukan taloudellisen tilanteen takia. ( Harju 2015,35.)

Työttömyyden aikana voi saada erilaisia tukia. Työ- ja elinkeinotoimistoon työnhakijaksi ilmoittautumisen jälkeen on mahdollista hakea työttömyysturvaa joko työttömyyskassasta tai Kelasta. Tuen määrä ja nimike määräytyvät aiemman sekä nykyisen työ- ja koulutustilanteen perusteella. Ammatilliseen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon suorittamiseen on mahdollista saada työttömyysetuutta tietyin perustein. (Kela 2017; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.)

## 4 KEHITTÄMISPROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE

Kehittämiprojektin tarkoitus on selvittää syitä, miksi alle 300 päivää työttöminä olleet jättävät käyttämättä heille suunnatun terveystarkastusmahdollisuuden ja miten tätä palvelua voisi kehittää. Lisäksi tarkoituksena on selvittää, mitä terveyden edistämisen palveluita työttömät toivovat työkyvyn ylläpitämiseksi työttömyyden alussa. Tavoitteena on parantaa ja helpottaa työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä ja kuvailla, mitä terveyden edistämisen palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet toivovat.

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyy aktiivisen työnhakijan malli. Malli auttaa työtöntä ylläpitämään sekä kohentamaan työkykyä ja näin edesauttaa työllistymään. Aktiivisen työnhakijan malli on esitelty esitteen muodossa. Malli voidaan ottaa käyttöön sellaisenaan tai sovellettuna VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen koordinoimalle työnhakijoiden palvelupisteelle tai sitä voidaan soveltaa myös sähköiseen käyttöön. Aktiivisen työnhakijan malli -esite liitteenä 1.

## 5 KEHITTÄMISPROJEKTIN KULKU

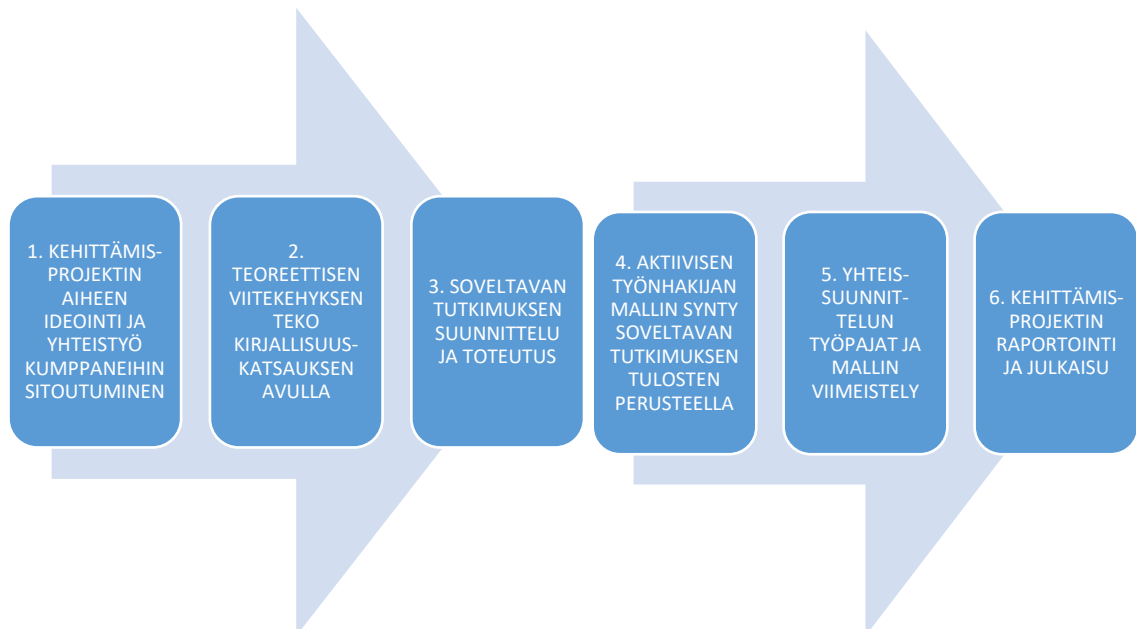
Kehittämiprojekti alkoi liittymällä VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeeseen. Tämän jälkeen ideoitiin ajankohtainen sekä tarpeellinen tutkimusaihe. Projektin taustalla on usein jokin ongelma, johon halutaan etsiä ratkaisua tai keinoa selvittää sitä. (Anttila 2001,114; Kettunen 2009, 49; Löow 2002,22,38; Ruuska 2007, 35). Hankkeen projektiryhmältä tuli toive selvittää alle 300 päivää työttöminä olleille tarkoitettujen terveystarkastusten lähestyttävyyttä, koska palvelua ei käytetä.

Projektipäällikön tueksi perustettiin ohjausryhmä sekä projektiryhmä. Ohjausryhmä pidettiin pienenä päätöksenteon sujuvoittamiseksi. Ohjausryhmään on tärkeää valita edustaja tilaajalta, sillä ohjausryhmä on mukana päättämässä muun muassa projektin tavoitteista. (Löow 2002,28-29.) Ohjausryhmään kuuluvat työelämän mentori VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen projektiryhmästä, lisäksi Salon kaupungin terveyden edistämisen koordinaattori ja opettajatuutori. Projektiryhmään valittiin projektin aiheen ja alan asiantuntijoita (Ruuska 2007,150). Projektiryhmään kuului työelämäkoordinaattori VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeesta, Salon työttömien palvelupisteen vastaava, työelämän mentori VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeesta sekä tämän kehittämiprojektin päällikkö.

Projektia suunniteltaessa määritellään sen tarkoitus ja tavoitteet (Kettunen 2009, 52; Löow 2002,63; Ruuska 2007,22). Kehittämiprojektin edetessä lopullinen tuotos selkeytyi pikkuhiljaa. Kehittämiprojektin aihealueen selvittyä jo olemassa olevaan tietoon aiheesta perehdyttiin kirjallisuuskatsauksen avulla. Näin tutkimukselle syntyi teoreettinen viitekehys ja projektille esiselvitys (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 69; Löow 2002,54). Kehittämiprojektin tarkoitus, tavoite sekä näkökulma viimeisteltiin tässä vaiheessa ja projektisuunnitelma esitettiin ohjausryhmälle. Soveltavan tutkimuksen osio suunniteltiin ja toteutettiin. Kehittämiprojektissa tutkimuksen aineisto kerättiin teema-haastattelujen avulla. Haastateltavina toimivat 10 alle vuoden työttömänä ollutta henkilöä. Tutkimuslupa pyydettiin jokaiselta haastateltavalta erikseen. Kun aineisto saatiin kerättyä, se litteroitiin, pelkistettiin sekä analysoitiin. Analysointimenetelmänä käytettiin sisällön analyysiä.

Tutkimuksen tuloksista syntyi ajatus aktiivisen työnhakijan mallista. Aktiivisen työnhakijan malli esitettiin VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen projektiryhmälle tulosten auki kirjoittamisen jälkeen. Esittelyssä päätettiin lähteä toteuttamaan ideaa aktiivisen

työnhakijan mallista. Kehittämiprojektin päällikkö loi alustavan aktiivisen työnhakijan mallin, joka esiteltiin kehittämiprojektin projektiryhmälle yhteissuunnittelun työpajassa. Projektiryhmän jäsenet kertoivat omat mielipiteensä, soveltamis- sekä kehittämisehdotuksensa. Projektiryhmän tarkoitus onkin toimia projektin tarkoituksen ja tavoitteiden toteutumisen avustajina sekä projektin tuotoksen eteenpäin viejinä (Löow 2002,28-29). Tämän jälkeen aktiivisen työnhakijan malli viimeisteltiin, kehittämiprojekti raportoitiin ja julkaistiin. Koko kehittämiprojektin ajan tarkasteltiin ja noudatettiin tutkimuksen luotettavuuden sekä eettisyyden kannalta tärkeitä periaatteita. Kehittämiprojekti alkoi ideoinnilla marraskuussa vuonna 2015 ja päättyi julkaisuun huhtikuussa vuonna 2017. Kehittämiprojektin etenemisvaiheet ovat nähtävissä kuviossa 1.



Kuvio 1) Kehittämiprojektin etenemisvaiheet

## 6 KEHITTÄMISPROJEKTIN SOVELTAVA TUTKIMUS

### 6.1 Tavoite ja tarkoitus

Kehittämiprojektin soveltavan tutkimuksen tarkoituksena oli tuottaa tietoa alle 300 päivää työttömänä olleiden asiakaslähtöisistä terveystarkastuksista ja niiden lähestyttävyydestä. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, mitä palveluja alle 300 päivää työttöminä olleet haluaisivat terveyden edistämisen ja ylläpitämisen näkökulmasta. Tavoitteena oli hyödyntää tuotettua tietoa.

#### SOVELTAVAN TUTKIMUKSEN TEHTÄVÄT OVAT:

1. Kartoittaa, millaisia menetelmiä asiakaslähtöiseen terveystarkastukseen kaivataan sekä selvittää terveystarkastusten lähestyttävyyttä.
2. Kuvailla, millaisia palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet haluavat terveyden edistämiseksi.

### 6.2 Aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu

Tutkimuksen tarkoitus sekä tehtävät määrittelevät osaltaan tutkimusstrategian valintaa. Tutkimusta voidaan lähteä tekemään kahdella eri tavalla. Kvantitatiivisella eli määrällisellä tutkimuksella tutkitaan määriä ja kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimuksella tutkitaan taas asioita, joita ei voi ilmaista numeroin. Näitä ovat esimerkiksi kiinnostuksen kohteet ja ilmiöt. Laadullinen tutkimus pyrkii kokonaisvaltaiseen tutkimukseen. Usein laadullisella tutkimuksella pyritään löytämään uusia asioita eikä näyttämään toteen jo tiedossa olevia asioita. Yhdessä käytettynä laadullinen ja määrällinen tutkimus tukevat toisiaan. Laadullinen tutkimus soveltuu niin kartoittavan kuin kuvailevan tutkimuksen tekoon, sillä se kuvaa usein todellista elämää. Laadullisessa tutkimuksessa tyypillinen keskustelu sekä havainnointi antavat tilaa enemmän ihmisille ja heidän kokemuksilleen. (Hirsjärvi ym. 2008, 134, 159,160; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 82, 64-65; Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 2006, 20.) Tässä kehittämiprojektissa on käytetty laadullisen tutkimuksen menetelmiä.

Teoreettinen tausta on tärkeä lähtökohta laadulliselle tutkimukselle. Aiempaan tietoon tutustumalla selkeytetään ja määritellään tutkimuksen keskeiset käsitteet. Olennaista on

myös selvittää, mitä aiheesta jo tiedetään, mitä tutkitaan ja mistä näkökulmasta aihetta on tarpeellista tutkia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 69-70; Pihlaja 2001, 46-48; Tuomi & Sarajärvi 2009, 18–19.)

Haastattelu on yksi laadullisen aineiston keruun metodeista. Sen avulla on mahdollisuus selvittää ihmisten ajatuksia, kokemuksia sekä uskomuksia. Haastattelututkimuksissa haastattelijan on mahdollista toistaa tai selventää kysymystä, jolloin pienennetään väärintymmärryksien riskiä sekä vastaamattomuutta sekä syventää vastauksen laatua. Haastattelijan on kuitenkin varottava tutkimustilanteesta vaikuttamasta haastateltavan vastauksiin esimerkiksi lisäselvityksiä antaessa, jotteivät tutkimustulokset vääristy. Teemahaastattelu on hyvä tiedonkeruun menetelmä, kun halutaan antaa haastateltavalle mahdollisuus vastata vapaasti. Teemahaastattelulla tarkoitetaan haastattelijan sekä haastateltavan välistä keskustelua ennalta mietityistä aiheista, mutta kysymysten muoto sekä esittämisjärjestys eivät ole ennalta tarkasti määrättyjä. Aiheet pohjautuvat aiemmin tehtyyn kirjallisuuskatsaukseen. Kun tutkimustietoa aineistosta ei ole paljon käytettävissä, ei teemahaastattelussa ole strukturoitujen tiedonkeruuvälineiden tapaan riskiä, ettei tutkimuksen suorittaja osaa huomioida kaikkia vastausvaihtoehtoja ennalta. Tällöin vältetään tutkimustulosten mahdollinen virheellisyys. (Hirsjärvi ym. 2008, 200,203; Jyrinki 1976, 11–13; Kananen 2014, 87,91; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 96–97,99.)

Tämän kehittämissuorituksen soveltavan tutkimuksen aineisto kerättiin teemahaastattelua käyttäen. Haastattelun runko koostui esitiedoista sekä kahdesta eri teemasta. Teemoilla pyrittiin saamaan vastaus tutkimustehtäviin. Teemat muodostuvat selkeästi kahdesta eri aihealueesta. Ensimmäinen teema on terveystarkastuksiin osallistuminen ja sen lähesyttävyyden kehittäminen. Haastattelussa pyrittiin selvittämään, onko haastateltava käyttänyt tarjottua terveystarkastusmahdollisuutta vai ei. Tarkastuksessa käyneiltä kysyttiin, mitä kautta he ovat terveystarkastukseen päätyneet ja käymättä jättäneiltä syitä pois jättäytymiseen. Lisäksi tiedusteltiin, mitkä olisivat hyviä terveystarkastusten markkinointikanavia.

Toinen teema on terveyden edistämisen sekä ylläpitämisen palvelut. Haastateltavilta kysyttiin, mitä terveydenedistämisen palveluita he toivoisivat järjestettäväksi. Edeltävään kirjallisuuskatsaukseen perustuen yleispiirteisen kysymyksen jälkeen kysyttiin vielä kategorioittain palvelumahdollisuuksista. Lopuksi haastateltavilla oli mahdollisuus kertoa mieleen tulevia asioita, joita ei vielä käsitelty tai joita he haluavat korostaa. Teemahaastattelun runko on seuraavanlainen:

- Esitiedot
  - o Sukupuoli
  - o Ikä
  - o Työttömyyden kesto
  - o Ammatti tai koulutusaste
  
- TEEMA1, Terveystarkastuksiin osallistuminen ja sen lähestyttävyyden kehittäminen
  
- TEEMA 2, Toivotut terveyden edistämisen sekä ylläpitämisen palvelut
  - o Liikunta
  - o Tuki
  - o Tieto terveydestä ja hyvinvoinnista
  - o Kulttuuri
  - o Sähköiset palvelut
  
- Sana vapaa (Teemahaastattelun runko liitteenä 2)

### 6.3 Aineiston kerääminen

Tämä kehittämisprojekti, VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen tavoin, käyttää kehittämisen muotona palvelumuotoilua. Palvelumuotoilulla tarkoitetaan kehittämistyötä, jolla palveluun liittyvät prosessit sekä ympäristö muotoillaan asiakasta ajatellen mahdollisimman käyttäjäystävälliseksi sekä tehokkaaksi. Palvelumuotoilussa kehittämisen lähtökohtana ovat asiakkaiden tarpeet, tunteet sekä voimavarat. (Miettinen ym. 2011, 13.) Lean-ajattelun lähtökohtana ovat myös asiakkaat ja heidän tarpeensa ymmärtäminen. Arvot voivat olla joko niin sanotusti tuottavia tai turhia. Tärkeää on eliminoida palvelun arvoja, jotka vievät turhaa aikaa, resursseja sekä tilaa ja panostaa arvoa tuottaviin palveluihin. Palvelun tulee kehittyä jatkuvasti asiakastarpeiden mukaan. (Lean Enterprise Institute 2016.) Kehittämisprojektin lopputuotoksen asiakaslähtöisyyden takaamiseksi soveltavan tutkimuksen kohderyhmäksi valittiin alle vuoden työttömänä olleet salolaiset henkilöt, joilla on tietoa ja kokemusta tutkittavasta asiasta. Tämä on myös yksi tutkimusjoukon valintaan vaikuttavista tekijöistä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 83).

Haastatteluja pidettiin suunnitellusti yhteensä kymmenen ja ne toteutettiin yksilohaastatteluina. Haastattelut tehtiin vuoden 2016 syys- ja lokakuussa. Haastateltavat löytyivät tuttujen kautta sekä lumipalloefektin avulla. Lumipalloefektillä tarkoitetaan tilannetta, jolloin haastateltava tietää aina seuraavan ehdokkaan haastateltavaksi (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 85). Kolme haastateltavaa löytyi Salon kaupungin järjestämästä työttömille suunnatusta liikuntatapahtumasta yhdyshenkilön avulla. Tästä kehittämisprojektista tehtiin myös suomenkielinen posterit, jota oli tarkoitus levittää yleisiin tiloihin, joissa ihmiset käyvät ja näin etsiä lisää haastateltavia. Tämä ei kuitenkaan ollut tarpeellista, koska haastateltavat löytyivät jo muuten. Ajatuksena oli etsiä haastateltavia myös sosiaalisen median kautta tarvittaessa.

Haastattelut suunniteltiin tehtäväksi kirjastoissa. Haastateltavien toiveiden mukaan haastattelut tehtiin kuitenkin pääsääntöisesti haastateltavien kotona. Kolme haastattelua tehtiin Waltin tiloissa ja yksi haastattelijan kotona. Haastattelupaikat määräytyivät kunkin haastateltavan henkilökohtaisen tilanteen mukaan. Haastattelutilanteille ominaista oli kuitenkin rauhallisuus ja kiireettömyys. Haastateltavat olivat haastattelutilanteessa yksin, lukuun ottamatta yhtä haastattelua, jossa paikalla oli haastateltavan sisko. Nopein haastattelu kesti seitsemän minuuttia ja 36 sekuntia ja pisin kesti 45 minuuttia ja 30 sekuntia. Haastattelut kestivät yhteensä 158 minuuttia ja 34 sekuntia. Keskimääräinen haastattelun pituus oli 15 minuuttia ja 34 sekuntia.

Haastattelut etenivät pääsääntöisesti samalla kaavalla. Alkuun haastateltaville kerrottiin kehittämisprojektista ja siihen liittyvästä tutkimuksesta, johon nyt aineistoa kerättiin. Samalla kerrottiin tutkimuksen tarkoitus ja tavoite. Haastateltavat saivat luettavaksi ja allekirjoitettavaksi tutkimuksen saatekirjeen (Saatekirje liitteenä 3), joka sisälsi suostumus haastateltavaksi -osan. Haastateltaville vielä kerrottiin haastattelun vapaaehtoisuudesta ja siitä, että keskustelu nauhoitettiin myöhempää tarkastelua varten. Haastattelijan saadessa haastattelukokemusta haastattelutilanteet muuttuivat luontevammiksi. Alkuun haastattelija saattoi innostua johdattelemaan liikaa haastattelun suuntaa, mutta edeltävien haastatteluiden pohjalta oli jatkossa helpompi tehdä tarkentavia kysymyksiä kuitenkaan aineiston sisältöön vaikuttamatta.

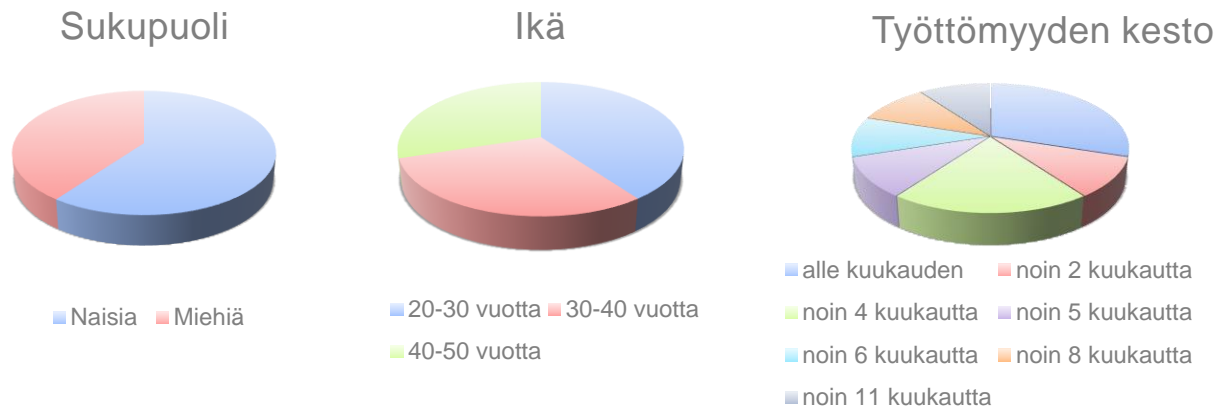


## 6.4 Aineiston analysointi

Aineiston analysoinnissa käytettiin mukailien sisällönanalyysia. Sisällön analyysillä tarkoitetaan tutkimusaineiston järjestämistä tiiviiksi ilmiötä ja/tai niiden välisiä suhteita kuvailevaksi paketiksi. Analyysillä pyrittiin löytämään vastauksia tutkimustehtäviin. Sisällönanalyysissä aineistosta muodostetaan asiayhteyksittäin kategorioita. Kategoriat voidaan muodostaa esimerkiksi sanojen tai teemojen kautta etsien samankaltaisuuksia ja toistuvia kuvauksia. Aineistoon tutustumisen jälkeen nimetään kategoriat ja merkitään ylös, mitä tuloksia löytyy kategorian alta. Kategorioiden avulla selvitetään ilmiön keskeiset asiat ja lopuksi johtopäätökset raportoidaan (Elo & Kyngäs 2008, 107,109,111; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 21.) Soveltavan tutkimuksen aineiston analysoinnissa käytettiin induktiivista sisällönanalyysia. Aineisto analysoitiin vuoden 2016 lokakuun aikana. Aineiston analysointi eteni alkuun nauhoitusten muodossa olleen aineiston kirjoittamisella tekstimuotoon eli litteroimalla. (Kananen 2014,107). Aineiston teema-alueet analysoitiin osittain erikseen. Aineistoon perehtymisen jälkeen aineisto pelkistettiin eli siitä etsittiin tutkimustehtäviin vastaavia asioita. Tämän jälkeen ilmauksista muodostettiin asiayhteyksittäin kategorioita eli aineisto ryhmiteltiin. Kategorioista löytyi yhteinen tekijä, joka toimi johtavana ajatuksena kehittämissuunnitelman tuotosta kehitettäessä. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 26-28.) Esimerkki kategorioimisprosessista liitteessä 4.

## 6.5 Tutkimuksen tulokset

Kymmentä salolaista alle vuoden työttömänä ollutta henkilöä haastateltiin. Heistä naisia oli kuusi ja loput neljä olivat miehiä. Ikäjakauma vaihteli 20 -50 -vuoteen. Puolet työttömistä oli ollut puolesta vuodesta vuoteen työttömänä ja puolet alle puoli vuotta. Ammatiltaan tai koulutukseltaan henkilöt olivat insinöörejä, tekniikkoja, lasten ohjaajia, talon rakentajia, vaattureita, kunnossapito asentajia tai logistiikan perustutkinnon, tietotekniikan insinööri AMK -tutkinnon tai ravitsemisalalan AMK -tutkinnon suorittaneita. Haastateltavien taustatiedot eivät suoranaisesti vastaa kokonaisvaltaisesti Salon työttömien taustojen rakennetta. Esimerkiksi Salossa miespuolisten työttömien määrä on suurempi kuin naispuolisten työttömien määrä (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016a; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016b). Kuviossa 2 esitetään tarkemmin haastateltavien esitietoja. Haastattelut kestivät vajaasta kymmenestä minuutista noin 45 minuuttiin ja ne olivat sisällöltään hyvin vaihtelevia.



Kuvio 2) Haastateltavien taustatietoja

### 7.5.1 Terveystarkastusten kehittäminen

Soveltavan tutkimuksen yhtenä tehtävänä oli kartoittaa, millaisia menetelmiä asiakaslähtöiseen terveystarkastukseen kaivataan sekä selvittää terveystarkastusten lähestytävyyttä. Suurimmaksi puutteeksi palvelun tarjoamisessa havaittiin palvelusta tiedottaminen. Suurin osa vastaajista (70 %) ei tiennyt työttömille suunnatusta ilmaisesta terveystarkastusmahdollisuudesta. Puolet vastaajista ilmoitti, että tarvetta tarkastukselle ei ollut, joten mahdollisuuksia terveystarkastuksiin ei myöskään oltu etsitty eikä kartoitettu. Kahdelta haastateltavalta ei kysytty, olisiko terveystarkastukselle ollut tarvetta ja olisivatko he osallistuneet siihen, mikäli olisivat tienneet palvelusta. Voidaan kuitenkin todeta, että ainakin puolet haastateltavista koki, että heillä ei ollut tarvetta terveystarkastukselle.

Kolme vastaajaa kymmenestä tiesi ilmaisesta terveystarkastusmahdollisuudesta. He olivat kuulleet palvelusta TE-toimiston omaneuvojalta tai lukeneet siitä terveyskeskuksen seinällä olleesta julisteesta. Vain yksi vastaajista oli käyttänyt palvelua. Hän ei osannut sanoa kehitysideoita asiakaslähtöisempään palveluun, vaan oli tyytyväinen siihen nykyisenään. Paikkoja, joissa haastateltavien mielestä palvelusta olisi hyvä tiedottaa ovat TE-toimistot ja niiden henkilökunta sekä terveyskeskukset, kela, työpajat, koulut, lehdet ja internet esimerkiksi ammattiliiton sivuilta. Etenkin toivottiin helposti löytyvää paikkaa internetistä esimerkiksi kaupungin omilta sivuilta. Toivottiin myös kokonaisvaltaista infopakettia kyseisestä palvelusta.

"Tietopaketti/muistilista työttömyyden alussa olisi hyvä. Nää on asiat mitä pitää tietää ja tehdä ja mihin ilmoittautua jne. Täytyy ottaa huomioon et nyt puhutaan asioista joiden kanssa ihmiset eivät ole olleet tekemisissä vuosikymmeniin." (9)

"Kyl mä luulen et pongaisin sen kaikest parhaisten lehdestä ja olis hyvä olla kaupungin omilla nettisivuilta. Sellai et sen löytäisi sieltä vielä suhtkoht helposti, ettei tarvi klikata 17 eri kohtaa et näät sen." (2)

"sanotaan et semmonen kokonaisvaltainen infopaketti vois olla et olis tarjolla. Semmonen koostettu setti." (3)

### 7.5.2 Terveyden edistämisen ja ylläpitämisen palvelut

Tutkimuksen toisena tehtävänä oli kuvailla, millaisia palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet haluaisivat terveyden edistämiseksi. Tätä kysyttiin haastattelussa alkuun yleisellä tasolla kysymyksellä "Minkälaisia palveluita toivot työkyvyn ylläpitämiseen?". Vastauksia tuli seitsemältä henkilöltä monipuolisesti. Kolme henkilöä ei osannut vastata mitään näin laajaan kysymyksen. Aineistosta nousi esille ennen tarkempia kysymyksiä kategorioitain viisi luokkaa. Nämä ovat terveys, harrastaminen, työnhaku, kouluttautuminen sekä taloudellisuus. Haastattelujen edetessä kaikkien haastateltavien kanssa keskusteltiin myös ennalta määrättyistä mahdollisista terveyden edistämisen ja ylläpitämisen palveluista. Nämä keskustelut tukivat näiden viiden luokan erottumista keskustelusta.

#### **Terveys**

Kuten jo todettiin, puolet haastateltavista koki, ettei terveystarkastukselle ollut tarvetta tällä hetkellä. Tietoa omista terveydellisistä asioista sekä psyykkisestä jaksamisesta kuitenkin kaivattiin. Terveystarkastukset ovat terveyden kartoittamisen väline, mutta myös tärkeä tuen ja ohjaamisen väline. Haastateltavat kokivat terveystarkastukset kuitenkin vain sarjaksi mittauksia eikä väylänä tiedon sekä tuen pariin. Terveyttä edistäviksi sekä työkykyä ylläpitäviksi palveluiksi luettiin myös erilaiset liikunnalliset palvelut. Psykyiseen jaksamiseen koettiin tarpeelliseksi vertaistuki sekä sosiaalinen verkosto kokonaisuudessaan.

"Mulla on, että jumiudun kotiin. Kaipaen venyttelyä ja vetreytymistä. No jotain ei itsellä MT ongelmia, mut olis hyvä tietää lisää esim. syrjäytymisestä että tietää jos tulee jotain viitteitä siitä." (8)

"Tietoa oman sairauden hoidosta." (3)

”Palveluista mitä työttömälle on et niit terveystalvuluja ja kaikki ammatin valinta psykologit.” (4)

## Harrastaminen

Kaikilla haastateltavilla oli halu harrastaa. Harrastustoimintaa ja mahdollisuuksia toivotiin niin itselle kuin koko perheelle monipuolisesti. Esille nousi tarve lapsiparkki toiminnasta päiväsaikaan, jotta harrastaminen mahdollistuisi. Nähtiin tärkeäksi, että harrastukseen olisi matala kynnys mennä. Ryhmässä toiminen nähtiin tärkeänä sosiaalisen verkoston luomiskeinona. Kaikki haastateltavat olivat halukkaita harrastamaan liikuntaa. Liikuntamuodoista nousi esille kuntosalilla käynti, uiminen sekä erilaiset ryhmäliikunnat. Liikuntapalveluiden kustannuksissa nähtiin eroja. Esimerkiksi osa haastateltavista koki kuntosalien maksut liian kalliiksi ja osa taas näki ne sopivan hintaisiksi. Kulttuuritapahtumiin oli myös halukkuutta osallistua. Pääsylippujen hintojen kallistuessa kuitenkin osallistuminen jäi pienemmälle tai kokonaan pois taloudellisista syistä.

”Mun mielestä on ihan jees liikuntapalveluita. Ei ois kovin huono et ois vaiks joku Pilates joka ois tunnin setti nii ois kivaa et ois paikka mihin viedä lapset sen tunnin ajaks. Käytännön juttuja. Päivällä mahdoton mennä, jos ajattelis et päivällä mahdoton mennä.” (2)

”Toivoisin kodin lähetyville palveluita. Jos jotain tapahtumaa niin varmaan menisin katsomaan. Palvelut monipuolisia voi olla nii.” (1)

”Tavallista tavallisen ihmisen arkea. Ei tarvii olla liian lennokasta.” (6)

## Työnhaku

Työnhakuun kaivattiin lisää resursseja. Apua tarvittiin niin työhakemusten sekä ansioluettelon tekemiseen kuin työn löytymiseen. Erilaiset rekrytointitapahtumat, missä työnantajat sekä työntekijät kohtaavat, koettiin hyväksi ja niitä kaivattiin lisää. Syntyi myös ajatus niin sanotusta innonurkasta.

” tai niin päin et on joku ongelma tai pulma esim. joka pitäisi ratkaista, sanotaan että kaupungin talolla on nurkka, että täällä on tällöinen tulossa, esim. että viiden vuoden sisään viemärit pitää uusua 80 % kaupunkia onko kellään jotain ideaa tähän. Sen jälkeen pari fiksumä ihmistä huomaa et mä osaan tätä ja mä tätä ja sit laitetaan firma pystyyn. Tehdään viemäriputki, mut samalla laitetaan toinen putki viereen johon laitetaan datakaapeli. Keksiminen ei ole ongelma vaan se että pitää löytyä haaste.” (9)

"Työn sain voitto hankkeen kautta eli juuri tommoinen apu työn haussa. Oli salon kaupungin löytämä työpaikka. Tukea työn haussa." (5)

"Apua työn hakemiseen esim. kurssin muodossa, ja kädestä pitäen neuvontaa CV:stä lähtien henkilökohtaista neuvontaa." (8)

## Koulutus

Uudelleen- tai jatkokouluttautuminen koettiin yhtenä vaihtoehtona selviytyä työttömyydestä. Koulutukseen hakeminen sekä taloudellinen selviytyminen koulutuksen aikana koettiin kuitenkin haasteelliseksi.

"Tietoa koulutusmahdollisuuksista, koska ois tosi vaikee mennä tässä vaiheessa kouluun, kun tuet niin pieniä. En mä tiä et miten ois tai ei ois ollut mahdollista täs vaihees. Säästöjä tarvitaan." (2)

Alojen kehittyessä oman alan kurssit koettiin myös tarpeelliseksi, jotta ammattitaito säilyy sekä pysyy ajan tasalla.

"Oman alan kurseja ammattitaidon ylläpitämiseksi. Ei ole päässyt osallistumaan koska niin paljon hakijoita." (5)

## Taloudellisuus

Yli puolet (60 %) kokivat työttömyydestä johtuvien taloudellisten voimavarojen vähene-  
misen vaikuttavan omaan sekä osalla myös koko perheen elämiseen ja etenkin harras-  
tamiseen. Kalliimmat harrastukset kuten teatterissa käynnit ovat osalla jääneet pois ko-  
konaan suurien taloudellisten kustannuksien takia. Myös liikuntapalveluihin kaivattiin  
enemmän alennuksia sekä helpotusta työttömyyden todistamiseen. Taloudellisten tukien  
hakemiseen toivottiin omaa henkilökohtaista tukineuvojaa.

"Tosi vähän tulee käytyä. Kyllähän kun rupee rahaa pihtaamaan nii tommoset yli-  
määräiset jää ensimmäisenä pois, vaik kui ylimääräisiä ne sit olis henkises mieles?  
Jää koko perheeltä pois. Etuja koko perheelle." (3)

"Se neuvonta siltä kannalta et ois joku ihminen joka selittää et mitä tukia sun on  
mahdollista saada. Henkilökohtainen neuvonta kun ite ei välttämättä tajuu kysyy  
jotain asioita." (2)

”Pitäisi esimerkiksi kehittää joku kortti jonka työtön saa, kun jää työttömäksi, jonka sä voit näyttää, jottei aina tarvitsisi tulostaa netistä. Kaikilla ei oo tulostinta. Mä käyn esimerkiksi kirjastossa. Nekin on maksullisia ne tulosteet. Tehtäisiin vähän helpommaksi se meneminen. Saisit työkkäristä kortin joka on voimassa seuraavaan ilmoittautumis kertaan asti. Ja kun tulot on pienet niin työttömille enemmän alennuksia hintoihin mihin esim. uimahalliin vielä enemmän alennusta.” (6)

### **Analyysin yhteenvetoa**

Huolta ja pelkoa kannettiin yksin kotiin jäämisestä. Riskinä koettiin vapaa-ajalla oleva tekemisen puute ja sen myötä esimerkiksi alkoholisoituminen. Esille nousi halu jutella sekä innovoida toisten henkilöiden kanssa. Koettiin tärkeäksi, että järjestetään tapahtumia ja osallistetaan ihmisiä lähtemään kotoaan. Toivottiin tapahtumia, tapaamisia ja normaalia arkea. Tapahtumien ja palveluiden alennukset sekä ilmaiset tapahtumat koettiin edesauttavaksi osallistumista. Taloudellinen tuki ja sen saavuttaminen koettiin hankalaksi.

”Osallistamista. Tavallaan pakottais ottamaan osaa. Tietää itekin et kui helppo tänne on kotiin on jäädä. ” (3)

”Esimerkiksi ryhmätoiminta, esimerkiksi pajatoiminta, jos on ollut pitkään työttömänä tulee kynnys lähteä. On vaikea päästä työrytmiin mukaan et on vaa siel koton istuu ja ihmettelee. ” (4)

” Enemmän henkistä, että ihmiset kokoontuu, juttelee ideoista esim. kerran viikosta. Voi yhtäkkiä löytyä et pistänkin firman tän kaverin kanssa pystyy. Kaikkein tärkeintä on varmasti on, etteivät ihmiset jää kotisohvalle. Kun lähdet sohvalta ja teet jotain, liikut ja saat jotain aikaseks. Jos on vuoden sohvalta niin hankalampi saada töitä. Enemmän ihmiset aktivoituvat, sillä kun on joku oikee keissi mikä tarvii ratkaista. Ihmisten välistä juttua ja oikean asian ratkaisemista.” (9)

” Tapaamiset työttömien kesken muutenkin. Vertaistukea ja kuulumisten vaihtoa.” (8)

Saaduista vastauksista selkeästi nousi esille sosiaalisen pääoman tärkeys. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan yhteisöllisiä piirteitä, jotka muodostuvat yhteisön jäsenten keskinäisistä verkostoista, luottamuksesta sekä vastavuoroisuudesta (Honkala 2005, 33). Kaikki viisi tuloksissa esiin noussutta pääkategoriaa eli terveys, harrastaminen, työnhaku, kouluttautuminen sekä taloudellisuus ovat tärkeitä sosiaalista pääomaa vahvista-

via tekijöitä. Näiden kategorioiden kautta työnhakijat toivovat ylläpitävänsä työkyvyn kanalta tärkeää sosiaalisen pääoman verkostoa, jotta voisivat saada työn, joka on tärkeä sosiaalisen pääoman luoja. Sosiaalisen pääoman vahvistavista tekijöistä taulukko 1.

Taulukko 1) Sosiaalisen pääoman vahvistavat tekijät.

SOSIAALINEN PÄÄOMA					
TERVEYS	TALOUDELLISUUS	TYÖNHAKU	KOULUTTAUTUMINEN		HARRASTAMINEN
			Uudelleen kouluttautumi- nen	Ammattitaidon ylläpitäminen	

## 6.6 Tutkimuksen johtopäätökset

Terveystarkastusmahdollisuuden tiedottamisessa on tarvetta kehittämiselle. Kuten jo edellä mainittiin, suurin osa vastaajista (70 %) ei tiennyt työttömille suunnatusta ilmaisesta terveystarkastusmahdollisuudesta. Aiemmissa hankkeissa on kokeiltu kotiin lähetettäviä kutsuja terveystarkastukseen. Kutsut koettiin hyväksi apuvälineeksi käytännön järjestelyissä. Salossa kutsu toimisi myös tiedottamisen välineenä ja osana ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa. Myös työvoimatoimisto ja sosiaalitoimisto ovat toimineet informoijana terveystarkastusmahdollisuudesta puhelimitse. (Hakulinen 2013, 34–35; Rautio-Ottman 2008, 12; Saikku 2009, 43.)

Terveystarkastukset ovat terveyden kartoittamisen väline, mutta myös tärkeä tuen ja ohjaamisen väline. Terveystarkastus pitää sisällään terveydenhoitajan tekemän kartoituksen henkilön terveydentilasta suhteessa työkykyyn niin psyykkisten kuin fyysisten voimavarojen suhteen (Salon kaupunki 2015a.) Puolet haastateltavista koki, ettei terveystarkastukselle ollut tarvetta tällä hetkellä. Tietoa omista terveydellisistä asioista sekä psyykkisestä jaksamisesta kuitenkin kaivattiin. Haastateltavat eivät nähneet terveystarkastusta väylänä tiedon ja tuen luo. Dryden ym. (2012) toteavat myös tutkimuksensa johtopäätöksessä, että on tärkeää räätälöidä järjestettävät palvelut yksilöille sopiviksi sekä ihmisten asenne terveyspalveluita kohtaan pitäisi saada muuttumaan. Interventioita

tarvitaan ihmisten rohkaisemiseksi käyttämään järjestettyjä terveystalviteita. (Dryden ym. 20–21.)

Haastateltavilla oli suuri huoli yksin jäämisestä sekä työttömyyden tuomasta mahdollisesta saamattomuudentunteesta ja mielen riutumisesta, mikä voi johtaa elämännhallinnan heikkenemiseen sekä johtaa moniin ongelmiin. Tutkimusten mukaan työttömillä on suurentunut riski juuri näihin negatiivisiin osa-alueisiin (Herbig ym. 2013, 413; Koskinen ym. 2013, 89,91; Liukkonen 2012, 42; Pensola ym. 2012, 111–112; Talala 2013,49-50; Nenonen 2013, 92,94,96; Hult 2014, 33). Erittäin tärkeäksi koettiin riittävä ja helposti saatava tieto sekä monenlainen tekeminen.

Työkyvyn ylläpitämiseksi työttömät toivoivat palveluita, jotka aiempien tutkimusten mukaan olivat myönteisvaikutteisia. Esimerkiksi Hultin (2014) sekä Huotarin (2013) tutkimuksissa, joissa työttömien terveyteen on tutkittu positiivisesti vaikuttavan terveyttä edistävä terveystalviteytyminen. Tutkimuksen terveystalviteytyminen pitää sisällään muun muassa liikunnan harrastamisen sekä sosiaalisen tuen saaminen etenkin perheeltä ja ystävilta tai ammattiauttajalta (Hult 2014, 34–37; Huotari 2013, 34).

Yli puolet (60 %) kokivat työttömyydestä johtuvien taloudellisten voimavarojen vähene-  
misen vaikuttavan omaan sekä osalla myös koko perheen elämiseen ja etenkin harras-  
tamiseen. Leinon (2010) tutkimuksessa koskien työttömien kokemuksia tutkimustulokset  
olivat samankaltaiset. Yli puolet tutkimukseen vastaajista määrittivät taloudellisen tilan-  
teensa kohtalaiseksi tai huonoksi (Leino 2010, 42.)

Aiempien tutkimusten mukaan heikko taloudellinen tilanne yhdessä työttömyyden  
kanssa koetaan sosiaalista elämää rajoittavaksi tekijäksi. Sosiaalisen elämän rajoittumi-  
nen koetaan hyvinvointia heikentäväksi asiaksi. Esimerkiksi taloudelliset syyt estävät  
osallistumasta tiettyihin tapahtumiin sekä harrastuksiin. (Harju 2015,35,46.) Myös auton  
hankkiminen sekä sen aiheuttamien kustannusten ylläpito sekä vaatehankinnat ovat esi-  
merkkejä menoeristä, joista joudutaan karsimaan. (Harju 2015,37; Vekurinmäki 2006,  
33). Työttömät kokevat niukan taloudellisen tilanteen heikentävän myös mahdollisuuksia  
tavata ystäviä sekä se hankaloittaa uusien ystävyssuhteiden luomista. (Harju 2015,35)  
Tämän tutkimuksen tulokset olivat samankaltaisia. Kalliimmat harrastukset kuten teatte-  
rissa käynnit ovat osalla jääneet pois kokonaan suurien taloudellisten kustannuksien ta-  
kia. Myös liikuntapalveluihin kaivattiin enemmän alennuksia sekä helpotusta työttömyy-  
den todistamiseen. Taloudellisten tukien hakemiseen toivottiin omaa henkilökohtaista tu-  
kineuvojaa.



## 6.7 Eettisyys ja luotettavuus

Tämä kehittämisprojektin soveltava tutkimus toteutettiin hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Rehellisyys, avoimuus, suunnitelmallisuus, huolellisuus, ihmisten kunnioittaminen sekä puolueettomuus ovat tämän tutkimuksen toteutuksessa noudatettavia normeja (Hirsjärvi ym. 2008, 23-27; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 176-179; TENK 2014). Tutkimuksen tulokset eivät ole luotettavia, mikäli niitä ei ole toteutettu eettisten periaatteiden mukaan (TENK 2014).

Tutkimuksen aineiston keruussa huomioitiin haastateltavien itsemääräämisoikeus (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009,177; TENK 2014). Kaikille haastateltaville kerrottiin tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista. Kaikki haastateltavat saivat vielä saatekirjeen, jossa asianmukaisesti kerrottiin tutkimuksesta ja sen vapaaehtoisuudesta. Allekirjoittamalla saatekirjeen, haastateltavat antoivat luvan haastatteluun. Haastateltavilla oli oikeus halutessaan keskeyttää haastattelu. Haastateltavien tasa-arvoisuuden sekä yksityisyyden huomioiminen ovat eettisesti huomioitavia periaatteita (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009,176). Haastateltavat kategorioitiin työttömyyden keston mukaan ja heiltä ei kysytty nimeä, joten haastateltavien anonymiteetti säilyi. Tavoite aika oli noin 60 minuuttia per haastattelu. Tämä aika ei ylittynyt. Tutkimuksen aineisto hävitetään kehittämisprojektin julkaisun jälkeen eikä niitä luovuteta ulkopuolisille.

Kehittämisprojektissa on myös huomioitu asianmukaisesti ja kunnioittavasti tutkijoiden aiemmat työt viittaamalla niihin asianmukaisesti ja se on toteutettu organisaation eettisesti kestävien kriteereiden mukaisesti. Kehittämisprojektin soveltavassa tutkimuksessa ei käytetty rahoitusta, joten sen sidonnaisuutta tiettyyn yritykseen tai organisaatioon ei tarvitse pohtia rahoituksen vaikutuksen näkökulmasta (Hirsjärvi ym. 2008, 24; TENK 2014).

Luotettavan laadullisen tutkimuksen kaikki vaiheet ovat tarkoin ennalta määriteltyjä ja perusteltuja. Se on myös selkeästi, tarkasti ja luotettavasti kuvattu vaihe vaiheelta läpi koko tutkimuksen ajan. Haastattelututkimuksissa tämä sisältää myös kuvauksen haastattelutilanteista kestoineen, paikkoineen sekä häiriötekijöineen. Haastattelija myös tekee oman arvionsa aineistonkeruutilanteesta. Tulosten raportoinnissa tulee perustella

päätelmät eikä niitä yleistetä ilman tarkkaa pohdintaa. Suorat lainaukset haastatteluista avartavat tutkimustuloksia. (Hirsjärvi ym. 2008,24,26, 226–228; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009,160; TENK 2014.) Tutkimustulosten selkeästi, ymmärrettävästi ja kriittisesti kuvaamista kutsutaan uskottavuudeksi. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009,160). Soveltavan tutkimuksen tulokset on pyritty kuvaamaan uskottavasti.

Tutkimuksen vaiheet suunniteltiin ennalta perustellusti ja sen eteneminen sekä tilanteet kuvattiin totuudenmukaisesti. Haastattelun kysymyksiä ja apukysymyksiä olisi voinut miettiä vielä tarkemmin, jotta vastauksista olisi saatu vielä monipuolisempia ja näin tulokset olisivat saaneet lisää luotettavuutta mahdollisesti vastausten kertaantuessa. Osa haastatteluista jäi nyt suppeiksi. Haastateltavat saivat kiinni vaihtelevasti haastattelun kysymyksistä. Osa pystyi vastaamaan monipuolisesti yleisen kysymyksen pohjalta aiheeseen ja osa vaati enemmän johdattelua eikä silti osannut kertoa omaa mielipidettään aiheesta.

Haastattelija kehittyi tutkimusaineiston keruussa. Alkuun haastattelija innostui liikaa johdattelemaan aiheeseen. Tämä huomioitiin tutkimuksen tulosten analysoinnissa. Mikäli haastattelija vahingossa johdatteli aiheeseen liikaa, jätettiin tämä kohta huomioimatta aineiston analysoinnissa. Tästä johtuen mikään asia tai näkökulma ei jäänyt huomioimatta. Tutkimuksen tulokset ovat kuitenkin yhteneväisiä aiempiin tutkimuksiin verrattuna, joka lisää sen luotettavuutta. Tutkimuskysymyksiin saatiin monipuoliset vastaukset, joiden avulla päästiin tekemään kehittämistyötä.

Triangulaatio eli useiden menetelmien käyttäminen tutkimuksessa lisää tutkimuksen luotettavuutta (Hirsjärvi ym. 2008, 228). Tämä tutkimus olisi voitu toteuttaa myös triangulaatiota käyttäen esimerkiksi aluksi toteuttamalla kysely suuremmalle tutkimusjoukolle, jonka tulosten perusteella olisi voitu laatia haastattelukysymykset. Tutkimus oli siis onnistunut, vaikka kehitettävää löytyikin.

## 7 YHTEISSUUNNITTELUN TYÖPAJAT

Yhteissuunnittelun työpaja toteutettiin maaliskuussa 2017. Työpajaan osallistuivat kehittämisprojektin projektiryhmä eli työelämäkoordinaattori VOITTO-hankkeesta, Salon työttömien palvelupisteen vastaava, työelämän mentori VOITTO-hankkeesta sekä tämän kehittämisprojektin päällikkö. Tapaaminen eteni alkuun aktiivisen työnhakijan mallin esittelyllä. Mistä tarve kyseiseen projektiin on lähtenyt, miten se on edennyt ja millainen malli nyt on kehitetty. Kehittämisprojektin päällikkö oli tehnyt työpajaan alustavan esitteen mallista.

Salon kaupunkiin avataan huhtikuussa 2017 työnhakijoiden palvelupiste Voimala 2.0. Voimalasta on tarkoitus löytyä tietoa ja tukea työttömille sekä sen yhteydessä toimii kahvila, jonne voi myös vain tulla viettämään aikaa. Palvelupisteestä on ajateltu yhteisöllistä toimipistettä, jota myös tässä kehittämisprojektissa haastatellut työttömät toivovat. Aamupäivät olisi tarkoitus pitää hyvin vapaamuotoisina, jolloin kahvilaan voisi tulla vain kahville ja jutustelemaan sekä tutustumaan ja iltapäivisin olisi tarkoitus järjestää infoja halutuista aihealueista kuten ansioluettelon teosta tai terveydestä. Ajatuksena on kutsua salolaisia eri alojen toimijoita ja opiskelijoita kertomaan omista kokemuksista. Toiveita iltapäivien aiheista voisi jättää esimerkiksi postit lapuilla seinään. Voimalan tarkempaa toimintaa suunnitellaan vielä.

Työpajan tarkoituksena oli esitellä aktiivisen työnhakijan mallin soveltamismahdollisuudet salolaisten työttömien palveluiden kehittäjille sekä yhdessä kehittää niitä. Soveltamismahdollisuuksiksi on mietitty esitettä, internet-sivustoa sekä työnhakijoiden palvelupistettä. Kehittämisprojektin päällikkö oli alkuun miettinyt tapoja, miten aktiivisen työnhakijan mallia voisi työnhakijoiden palvelupisteelle soveltaa. Nämä ideat esiteltiin ja niitä pohdittiin yhdessä. Työelämän edustajilla oli myös hyviä kehittämisideoita sekä tapoja soveltaa aktiivisen työnhakijan mallia. Tarkkoja päätöksiä ei siinä hetkessä tehty, mutta mallia tullaan soveltamaan käytäntöön niin palvelupisteellä kuin sähköisesti.

### 7.1 Työpajan anti terveydestä huolehtimisen osa-alueeseen

Kehittämisprojektin päällikkö oli ennalta miettinyt työnhakijoiden palvelupisteelle terveysnurkkausta, jossa olisi mahdollisuus verenpaineen mittaukseen ja sieltä löytyisi esitteitä terveyteen liittyvistä asioista esimerkiksi ravintosuosituksista, alkoholin käytöstä sekä

Terveenä työttömyydestä -opas. Nurkkauksesta löytyisi myös paikallisten terveystaluiden esittely ja yhteystiedot esimerkkeinä päihdekliniikka ja terveystarkastukset.

Terveyden ylläpidon näkökulmaa oli kaavailtu palvelupisteelle. Valitettavasti sijainnin vuoksi ei irtaimistoa kahvilaan kannata hankkia. Terveyden näkökulma on ajateltu nostaa esille teemapäivinä, jolloin paikalla on terveydenalan ammattilaisia sekä opiskelijoita kertomassa terveydestä ja siihen vaikuttavista asioista. Teemapäivinä olisi mahdollista myös tehdä tiettyjä yksinkertaisia terveyttä mittaavia tutkimuksia kuten verenpaineen mittaaminen.

Kehittämissuosituksena nousi esille Kriisikeskus Etappi -linkin lisääminen esitteeseen. Lisäksi mietintään nostettiin ajatus liikuntapalveluiden lisäämisestä terveydestä huolehtimisen osa-alueen alle. Tällöin omina kappaleina olisivat elintavat, liikuntapalvelut, päihdeosio sekä tukipalvelut. Liikuntapalveluihin uusina ehdotuksina tulivat linkit Kunnan torstait -internetsivustolle, joka on salolaisille työnhakijoille tarkoitettu liikuntatapahtuma, jossa on mahdollista harrastaa erilaisia lajeja sekä Salon kaupungin liikuntaoppaaseen. Salon alueella on myös työttömille ilmaisia kuntosalivuoroja, joista voisi esitteessä ilmoittaa.

## 7.2 Työpajan anti harrastamisen osa-alueeseen

Kehittämissuosituksen päällikkö oli ennalta ajatellut, että mainonnan kautta esimerkiksi paikallislehdissä sekä Salo tiedottaa -lehdessä voisi etsiä halukkaita yrityksiä ja järjestöjä, jotka haluavat mainostaa palveluitaan aktiivisen työnhakijan foorumeilla. Mainontaa voisi tehdä myös sosiaalisessa mediassa. Internet-sivustojen mieli ja kroppa virkeäksi harrastamisen avulla -osio voitaisiin rakentaa tavalla, jolloin yhdistykset ja järjestöt pystyisivät lisäämään omat mainoksensa sivustolle omatoimisesti. Vierellä voisi olla kaikkien käytävissä oleva chat, jonne voi kirjoittaa esimerkiksi lenkkiseura -ilmoituksia tai muuta vastaavaa.

Uusina linkkiehdotuksina tulivat linkki Kansalaisopiston sivuille, Salon alueen työttömien sivuille ja vapaaehtoistyön sivuille. Kansalaisopisto sekä Salon alueen työttömät ry tarjoavat monenlaisia harrastusmahdollisuuksia sekä erilaisia kursseja. Vapaaehtoistyön sivustolta löytyy ilmoituksia vapaaehtoistyöstä paikkakunnittain. Myös Salon Mannerheimin Lastensuojelun liiton paikallisyhdistyksen linkkiä kaivattiin.

### 7.3 Työpajan anti työnhaun osa-alueeseen

Ehdotuksena työnhaun helpottamiseen kehittämisprojektin päällikkö oli ajatellut, että palvelupisteellä olisi hyvä olla tietokone työnhakukoneisiin ja muihin vastaaviin tutustumista varten. Kehittämis ehdotuksena nousi eri työnhakukoneiden linkkien sekä VOITTO-hankkeen työnhakupajan linkin lisääminen esitteeseen. Palvelupisteelle onkin kaavailtu muutama tietokonetta työnhakijoiden vapaaseen käyttöön. Lisäksi työnhakijoiden toiveiden mukainen seinä, josta löytyy ajankohtaiset asiat kuten kurssit ansioluettelon tekoon ja muihin vastaaviin.

Kehittämisprojektin päällikkö esitti haastattelussa tulleen Innonurkka -idean, jossa haastateltava toivoi enemmän tarpeiden esittelyä, joihin voisi tarttua.

” tai niin päin et on joku ongelma tai pulma esim. joka pitäisi ratkaista, sanotaan että kaupungin talolla on nurkka, että täällä on tämmöinen tulossa, esim. että viiden vuoden sisään viemärit pitää uusida 80 % kaupunkia onko kellään jotain ideaa tähän. Sen jälkeen pari fiksumia ihmistä huomaa et mä osaan tätä ja mä tätä ja sit laitetaan firma pystyyn. Tehdään viemäriputki, mut samalla laitetaan toinen putki viereen johon laitetaan data-kaapeli. Keksiminen ei ole ongelma vaan se että pitää löytyä haaste.” (9)

Salon työttömien palvelupisteen vastaava kertoi vievänsä hyvän idean eteenpäin Yritys Saloon.

### 7.4 Työpajan anti ammattitaidon osa-alueeseen

Kehittämisprojektin haastatteluissa nousi esille tarve saada selkeää tietoa eri tukimahdollisuuksista kouluttautumisessa. Palvelupisteellä olisi hyvä olla esitteitä ja tietoa saatavilla eri koulutusmahdollisuuksista ja kouluttautumiseen liittyvistä tuista. Kehittämis ehdotuksena nousikin esille työttömyystuella kouluttautumismahdollisuuden maininta eli omaehtoinen opiskelu työttömyysetuudella jo tässä osa-alueessa. Samoin linkin lisääminen työ- ja elinkeino-palveluiden sivuille, mistä löytyy tietoa työkokeilusta.

## 7.5 Työpajan anti taloudesta huolehtimisen osa-alueeseen

Työttömät toivoivat korttia työttömyyden todistamiseen, joka myönnettäisiin esimerkiksi TE-toimistosta tietyksi ajaksi kerrallaan. Kehittämiprojektin päällikkö esitteli tämän ehdotuksen työpajassa. Idea laitettiin mietintään. Ehdotuksena oli hankkia palvelupisteelle tulostin, jota työttömät voisivat käyttää ilmaiseksi esimerkiksi työnhakutodistuksen tulostamiseen. Tulostin on palvelupisteelle tulossa, joten tulevaisuudessa ei maksullisia tulosteita tarvitse enää kirjastossa ottaa. Kehittämissuosituksina nousi talous- ja velkaneuvonnan linkin lisääminen esitteeseen. Samoin Kelan toimeentulotukisivuston sekä Elämänlaatu ry: Vaateri -projektin linkin lisääminen.

## 8 AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN TOIMINTAMALLI

Kehittämiprojektin tavoitteena oli parantaa ja helpottaa työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä, ja kuvailla mitä terveyden edistämisen palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet toivovat. Epätietoisuus salolaisten työttömien terveydenedistämisen palveluista oli suurin soveltavan tutkimuksen tuloksista ilmenevä ongelma. Aktiivisen työnhakijan malli tuo parannusta tiedottamiseen ja siitä löytyy selkeästi työnhakijan työkykyä ylläpitävät palvelut. Aktiivisen työnhakijan mallia voidaan julkaista ja soveltaa esitteen muodossa, internet-sivustolla tai paikallisella työnhakijoiden palvelupisteellä.

Aktiivisen työnhakijan malli pitää sisällään viisi eri työkykyä ylläpitävää osa-aluetta, jotka on selvitetty asiakaslähtöisesti ja kirjallisuuteen pohjautuen. Osa-alueet ovat terveydestä huolehtiminen, mieli ja kroppa virkeäksi harrastamisen avulla, kohti palkitsevaa työnhakua, ammattitaito kohdilleen sekä taloudesta huolehtiminen. Toiminen osa-alueiden mukaan ylläpitää työkykyä ja edesauttaa työllistymistä. Aktiivisen työnhakijan malli tiivistetysti taulukossa 2. Aktiivisen työnhakijan mallista on tehty esite, joka löytyy liitteestä 1. Esitteeseen on koottu tietoa eri osa-alueista sekä koottu käytettävissä olevia palveluita sekä niiden yhteystietoja ja internet-sivustoja. Seuraavissa kappaleissa lisää aktiivisen työnhakijan mallin eri osa-alueista. Aktiivisen työnhakijan mallia hyödyntävät ensisijaisesti VOITTO -työllistymisen kehittämishanke sekä Salon kaupungin terveyden edistämisen yhteyshenkilöt.

Taulukko 2) Aktiivisen työnhakijan malli

<b>TERVEYDESTÄ HUOLEHTIMINEN</b>
Osallistu terveystarkastukseen.
Hanki tietoa terveellisistä elämäntavoista ja noudata niitä.
Pyydä tukea, mikäli koet tarvitsevasi sitä.
<b>MIELI JA KROPPA VIRKEÄKSI HARRASTAMISEN AVULLA</b>
Hakeudu sinua kiinnostavien harrastusten pariin.
<b>KOHTI PALKITSEVAA TYÖNHAKUA</b>
Ilmoittaudu työttömäksi työnhakijaksi TE-toimistoon.
Opettele tekemään hyvä työhakemus ja päivitä CV:si.
Hae töitä monia eri väyliä pitkin.
Älä ole nirso työpaikkojen suhteen. Jokainen työ voi poikia uusia mahdollisuuksia.
<b>AMMATTITAITO KOHDILLEEN</b>
Pidä yllä ammattitaitoasi ja kehitä sitä.
Suorita peruskoulu loppuun tai hanki ammatillinen tutkinto.
Hanki lisää tietoa uudelleen kouluttautumismahdollisuuksista.
<b>TALOUDESTA HUOLEHTIMINEN</b>
Ilmoittaudu työttömäksi työnhakijaksi, jotta voit hakea sinulle kuuluvia tukia.
Ota selvää, mitkä tuet sinulle kuuluvat ja hae niitä. Apua saat esimerkiksi TE-toimistosta.
Selvitä, mitä alennuksia sinulla on työttömänä käytettävissä.



## 8.1 Terveydestä huolehtiminen

Terveydenhuoltolaki (2010/1326) oikeuttaa kaikki työttömät terveystarkastukseen. Terveystarkastus on tärkeä osa terveyden kartoittamista, mutta myös väylä tiedon ja palveluiden luokse. Terveysteen on tutkittu positiivisesti vaikuttavan terveyttä edistävä terveyskäyttäytyminen, joka pitää sisällään riittävän tiedon omaamisen terveellisistä elämäntavoista, liikunnan harrastamisen sekä itsestään huolehtimisen ja määrätietoisesti terveyteen pyrkimisen. Sosiaalinen tuki on tärkeä positiivisesti terveyteen vaikuttava tekijä. (Hult 2014, 34–37; Huotari 2013, 34.)

Aktiivisen työnhakijan mallin terveydestä huolehtimisen osa-alue pitää sisällään kolme kohtaa, jotka ovat terveystarkastukseen osallistuminen, terveellisten elämäntapojen ylläpitäminen sekä tarvittavan tuen pyytäminen ja hankkiminen. Terveystarkastuksista saa apua myös kahteen jälkimmäiseen kohtaan ja se toimii kokonaisvaltaisena apuvälineenä työnhakijan terveyden edistämiseksi. Sen lisäksi se on tärkeä kartoitusväline piilevien sairauksien etsimisessä ja hoidon aloituksessa (Salon kaupunki a; Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013).

Terveydestä huolehtimisen osa-alueesta löytyykin yhteystiedot terveystarkastuksia tekeville terveydenhoitajille ja väylä terveystarkastuksen varaamiseen. Esitteessä on myös kuva terveystarkastuksia tekevistä hoitajista. Ajatuksena, että terveystarkastuksia tekevän hoitajan kasvot tulevat tutuksi. Liikunnan harrastamismahdollisuuksiin on perehdytty enemmän seuraavassa harrastus osa-alueessa.

Terveydestä huolehtimisen osa-alue pitää sisällään myös informaatiota terveyden ylläpitämisestä sekä sitä heikentävistä tekijöistä. Osioista löytyy myös linkkejä ja esitteitä erilaisiin terveyttä tutkiviin testeihin sekä yhteystietoja eri palveluiden pariin kuten päihde- ja riippuvuusongelmien hoitoon erikoistuneelle avohoitopoliklinikalle sekä kriisikeskukseen, josta saa apua erilaisiin elämänsä kriisi- ja ongelmatilanteisiin. (Suomen mielen- ja terveysseura; A-klinikkasäätiö). Palvelupisteellä pidetään terveyden teemapäiviä.

## 8.2 Mieli ja kroppa virkeäksi harrastamisen avulla

Työttömäksi jäädessä elämä muuttuu paljon. Kun tarvetta päivärytmin pitämiseksi ei enää ole, on mahdollista, että vetäytyy arjesta ja riskinä on yksinäisyys ja sen tuomat ongelmat. (Talala 2013, 49–50; Nenonen 2013, 92,94,96; Hult 2014, 33.) Soveltavan

tutkimuksen tuloksissa esille tuli selkeästi työttömien huoli kotiin jäämisestä ja tekemisen tärkeys.

Harrastaminen on hyvä tapa luoda sosiaalisia kontakteja ja ylläpitää jaksamista. (Ollikainen 2016, 24-27). Mieli ja kroppa pysyvät virkeänä, kun on kiinnostuksen kohteita ja mielekästä tekemistä yhdessä tai yksin. Salossa on monia harrastusmahdollisuuksia. Erilaisia harrastusmahdollisuuksia on koottu aktiivisen työnhakijan mallin esitteeseen. Tarkoituksena on, että paikalliset järjestöt ja yritykset voivat tuoda omia mainoksiaan työnhakijoiden palvelupisteelle ja käyttää mainonnassa myös aktiivisen työnhakija sähköistä versioita.

### 8.3 Kohti palkitsevaa työnhakua

Kohti palkitsevaa työnhakua osa-alue ohjaa työnhaussa. Alkuun on ilmoittauduttava työttömäksi työnhakijaksi TE-toimistoon. Tämän jälkeen on päivitettävä työnhakutaidot, kuten työhakemuksen ja ansioluettelon teko. Seuraavaksi on vuorossa itse työnhaku, jossa voi käyttää monia eri menetelmiä sekä väyliä. Lopuksi tulee työ ottaa vastaan. Työn vastaanottaminen on tärkeä osa työllistymistä, joten sen suhteen ei kannata olla liian nirso. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c.)

Työnhaku ei nykypäivänä ole kovin yksinkertaista. Kilpailua työpaikoista on, jolloin aktiivisuus, oma-aloitteisuus ja työnhakutaidot ovat korkeassa roolissa. Työ- ja elinkeinotoimistosta sekä internetin sivustoilta saa apua työhakemuksen ja ansioluettelon tekoon. Työn haussa kannattaa olla joustava ja rohkea. Myös määrä- ja osa-aikaiset sekä vähemmän kiinnostavat työsuhteet voivat poikia taas uusia työsuhteita. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c.)

Työtä voi ja kannattaa hakea monia eri teitä. Työ- ja elinkeinotoimisto on työttömän apu-toimisto, mutta myös välttämätön kontakti työttömäksi ilmoittautumisessa. TE-toimistosta saa oman yhdyshenkilön tarpeen vaatiessa. Internetistä löytyy monia työnhakukoneita ja oppaita työnhakuun. Vapaista työpaikoista ilmoitetaan myös lehdissä, rekrytointitahtumissa ja messuilla sekä yritysten omilla internet-sivustoilla. Nykypäivänä työtä voi löytyä myös sosiaalisen median kautta. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c.)

Työnhaun osa-alueeseen on koottu tärkeiden työnhaun tahojen yhteystietoja sekä internet-linkkejä. Näitä löytyy niin aktiivisen työnhakijan esitteestä, mutta vielä runsaammin työnhakijoiden palvelupisteeltä. Esimerkiksi palvelupisteellä tulee olemaan käytössä

kaksi tietokonetta, joihin on tärkeitä sivustoja ja työnhakukoneita tallennettu muistiin, jotta ne ovat helposti löydettävissä. Palvelupisteellä järjestetään myös opastusta työn hakuun.

Itsensä työllistämiseen eli yrityksen perustamiseen on saatavissa niin tiedollista kuin taloudellista apua. Työ- ja elinkeinotoimistot järjestävät yrittäjäkoulutusta. Koulutuksesta on hyötyä, jos suunnittelee yrittäjäksi ryhtymistä tai toimii jo yrittäjänä. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.) Palvelupisteellä vierailee toivottuja salolaisia henkilöitä kertomassa omia kannustavia tarinoitaan yrittäjyydestä sekä omasta toimialastaan.

#### 8.4 Ammattitaito kohdilleen

Koulutus sekä rekrytointi- ja työkokeilut ovat portteja uuteen työhön. Työvoima-koulutuksia järjestetään suoraan yritysten tarpeisiin, jolloin on hyvä mahdollisuus työllistyä. Työvoimakoulutuksessa voi suorittaa myös tarvittaessa peruskoulun loppuun. Uudelleen kouluttautumiseen on myös eri vaihtoehtoja. Esimerkiksi oppisopimuskoulutus, jolla voi hankkia ammatin tai syventää ja lisätä ammatillista osaamista. Työttömyyden pitkittyessä on tärkeää pitää ammattitaitoa ja osaamista yllä. Työ- ja elinkeinotoimistoista saa lisää tietoa uudelleen kouluttautumisesta, koulutuksista sekä työkokeiluista ja näin mahdollistetaan ammattitaidon ylläpitäminen. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016c; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.)

Ammattitaidon ja kouluttautumisen osa-alue ohjaa ylläpitämään saavutettua ammattitaitoa ja kehittämään sitä. Mikäli kouluttautuminen on jäänyt heikommaksi, löytyy tästä osa-alueesta apuja opiskeluun ja oman opiskelutavan löytymiseen. Aktiivisen työnhakijan esitteestä löytyy linkkejä kouluttautumismahdollisuuksista kertoviin sivustoihin sekä yhteys Salon koulutuskuntayhtymän internet-sivuille.

Kuten edeltävässä kappaleessa jo mainittiin, saa lisää tietoa eri aloista vierailevilta henkilöiltä työnhakijoiden palvelupisteestä. Seuraavassa talouden osa-alueessa on perehdytty enemmän taloudelliseen selviytymiseen opiskelun aikana.

## 8.5 Taloudesta huolehtiminen

Saadakseen työttömyyden aikana taloudellista tukea, on työ- ja elinkeinotoimistoon ilmoitauduttava työttömäksi työnhakijaksi. Aktiivisen työnhakijan mallin taloudesta huolehtimisen osa-alue lähtee liikkeelle tästä. Tämän jälkeen tulee selvittää, mitä taloudellisia tukia on mahdollista saada. Työttömyysturvaa voi hakea esimerkiksi joko työttömyyskassasta tai Kelasta. Tuen määrä ja nimike määräytyvät aiemman sekä nykyisen työ- ja koulutus tilanteen perusteella. Tukien hakemiseen on mahdollista saada apua työ- ja elinkeinotoimistosta.

Ammatillisen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon suorittamiseen on mahdollista saada työttömyysetuutta tietyin perustein. (Kela 2017; Työ- ja elinkeinoministeriö 2016d.) Monet eri yritykset tarjoavat alennettuja palveluja työttömille (Väestörekisterikeskus).

Tämä osa-alue pitää sisällään yhteystietoja toimistoihin, joista saa apua taloudellisten asioiden selvittämiseen samoin kuin yhteystiedot talous- ja velkaneuvontaa. Jotta työttömille tarkoitettuja alennuksia voi hyödyntää, tulee työttömyys pystyä todistamaan. Työttömyyden voit todistaa internetistä tulostettavalla kortilla. Palvelupisteellä on tulos-tin, jota voi käyttää ilmaiseksi esimerkiksi näiden tulosteiden tulostamiseen.

## 9 KEHITTÄMISPROJEKTIN ARVIOINTI JA TOIMINTAMALLIN JATKOKEHITTÄMISEHDOTUS

### 9.1 Kehittämiprojektin arviointi

Kehittämiprojekti on toteutettu VOITTO -työllistymisen kehittämishankkeen tarpeiden pohjalta ja sen tuotos tuo tärkeää asiakaslähtöistä näkökulmaa salolaisten työnhakijoiden palveluiden kehittämiseen sekä parantaa työttömille tarkoitettujen terveystarkastusten lähestyttävyyttä. Aktiivisen työnhakijan mallia soveltamalla osataan tarjota tarpeellimmat ja toivotuimmat palvelut helposti asiakkaille. Kehittämiprojektin tuotosta sovelletaan Salon työnhakijoiden palvelupisteelle, mutta se on yhtä lailla sovellettavissa muiden paikkakuntien palvelupisteille samoin kuin sähköinen aktiivisen työnhakijan mallin sovellus, jota lähdetään myös soveltamaan Salossa käytäntöön. Työttömien terveystarkastusten lähestyttävyyttä on pyritty parantamaan antamalla aiempaan kirjallisuuteen perustuen vinkkejä soveltavassa tutkimuksessa löytyneeseen tiedottamisongelmaan. Kehittämiprojekti on siis saavuttanut tarkoituksensa sekä tavoitteensa.

Kehittämiprojektin soveltavan tutkimuksen tulokset ovat yhteneväisiä edeltävien tutkimusten kanssa ja aktiivisen työnhakijan malli parantaa ja ylläpitää työttömien työkykyä, mikä on tärkeä työllistämistä edesauttava tekijä. Aktiivisen työnhakijan malli tukee Salon kaupungin strategian toteutumista. Kehittämiprojektin aikana esille nousi myös uusia innovatiivisia ideoita esimerkiksi ”Innonurkka”, joita on viety eteenpäin käytännön tietoon kehittämiprojektin aikana.

Kehittämiprojektin prosessi on ollut selkeä ja johdonmukainen. Tuotosta kuitenkin vasta sovelletaan käytäntöön, kun uusi työnhakijoiden palvelupiste aukeaa. Kehittämiprojektin päällikkö on lupautunut olemaan avuksi ja käytettävissä aktiivisen työnhakijan mallin soveltamisessa, mikäli tarvetta löytyy, vaikka kehittämiprojektin prosessi loppuukin. Aktiivisen työnhakijan malli on otettu hyvin ja avoimesti vastaan työelämässä ja se vastaa kehittämisprosessin tavoitetta.

## 9.2 Kehittämiprojektin päällikön arviointi

Kehittämiprojektin päällikön työskentely on kehittynyt projektin aikana. Alkuun projektityöskentelystä oli hieman hankalaa ottaa kiinni, mutta työskentely helpottui projektin edetessä ja viime metreillä siitä tuli erityisen antoisaa ja innostavaa. Kehittämiprojektin päällikkö rohkeasti tarttui uuteen haasteeseen liittymällä vieraan aihepiiriin projektiin. Halu oppia uutta ja saada erilaisia kokemuksia oli suuri. Työskentely tämän kehittämissuorituksen parissa olikin antoisaa. Pienempien projektien johtaminen tämän kehittämissuorituksen rinnalla on selkeästi johdonmukaistunut sekä saanut ammattimaisempaa otetta.

Kehittämissuoritus valmistui aikataulun mukaan. Kehittämissuorituksen päällikkö sai sovellettua aikataulua ja kurottua umpeen hänestä johtumattomista syistä tulleen katkon projektityöskentelyyn. Projektin päättyessä voidaan miettiä, olisiko projektipäällikkö voinut hyödyntää ohjaus- sekä projektiryhmää enemmän kehittämissuorituksen aikana. Mikäli kehittämissuoritus jatkuisi vielä muutaman kuukauden, olisi vastaus ehdottomasti kyllä, koska vasta tämän projektin päättyessä alkoi aktiivisen työnhakijan mallin soveltaminen käytäntöön. Vasta kun mallia päästään testaamaan käytäntöön, löydetään sen kehittämistarpeet ja tällöin aktiivisempi yhteistyö työelämän kanssa on erittäin tärkeää. Nyt yhteistyötä tehtiin enemmän VOITTO -työllistymisen edistämishankkeen projektiryhmän sekä työelämän mentorin kanssa. Nämä yhteistyösuhteet toivat tärkeää työelämän näkökulmaa kehittämissuoritukselle.

## 9.3 Jatkotutkimus ehdotus

Aktiivisen työnhakijan malli perustuu lyhytaikaisten työttömien mielipiteisiin ja kokemuksiin. Jatkossa aktiivisen työnhakijan toimintamallia voi kehittää enemmän pitkäaikaistyöttömien näkökulmasta ja kartoittaa, millaisia toiveita ja tarpeita heillä on työkyvyn ylläpitoon ja parantamiseen. Mielenkiintoista on tämän jälkeen verrata näiden kahden ryhmän välisiä tuloksia. Ovatko ne samankaltaiset vai poikkeavatko toisistaan?

## LÄHTEET

A-klinikkasäätiö. Salon A-klinikka. Viitattu 20.2.2017 <http://www.a-klinikka.fi/hoitopalvelut/salon-seutu/salon-a-klinikka>

Ahola, K., Joensuu, M., Mattila-Holappa, P., Tuisku, K., Vahtera, J. & Virtanen, M. 2014. Mielen-terveyssyistä työkyvyttömiä nuorten aikuisten tausta. Suomen lääkäri-lehti 2014, 69, 50–52, 3441–3448.

Anttila, P. 2001. Se on projekti –vai onko? Hamina: Vammalan kirjapaino Oy.

Castrén, S. 2013. Disordered Gambling in Finland: Epidemiology and a Current Treatment Option. Helsingin yliopisto. Institute of Behavioral Sciences. Väitöskirja.

Dryden, R., Williams, B., McCowan, C. & Themessl-Huber, M. 2012. What do we know about who does and does not attend general health checks? Findings from a narrative scoping re-view. Public Health 2012, 12,723.

Elo, S & Kyngäs, H. 2008. The qualitative content analysis process. Journal of advanced nursing 62, 107-115 .

Hakulinen, A., Kontio, M., Kumpulainen, T., Latva, I., Matilainen, I. & Rautio-Ottman, T. 2013. Työttömän työnhakijan palvelu- ja ohjausmalli – Voimavaraistava toimintatapa työttömän työnhakijan terveyden edistämiseen. Raportista: Hyvät käytännöt kestäviksi vaikutuksiksi, Wire- projektin loppuraportti. Toimittaneet: Hakulinen, A. & Niemi, H. Jyväskylä. Jyväskylän yliopistopaino

Harju, S. 2015. Yksinasuvien työttömien köyhyys. Kertomuksia osallisuudesta ja osattomuudesta. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma,

Herbig, B., Dragano, N. & Angerer, P. 2013. Health in the Long-Term Unemployed. Deutsches Ärzteblatt International. Dtsch Arztebl Int 2013, 110(23–24), 413–9

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. 13.–14. osin uudistettu painos. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Honkala, J. 2005. Factum 7. Porvoo. Bookwell Oy.

Hult, M. 2014. Työttömien terveys ja hyvinvointi: haastattelututkimus. Itä-Suomen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu – tutkielma.

Huotari, A. 2013. Paltamon Työtä Kaikille – kokeilu 2009–2013. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY

Jyrinki, E. 1976. kysely ja haastattelu tutkimuksessa. Toinen uudistettu painos. Hämeenlinna. Arvi A. Karisto osakeyhtiön kirjapaino.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona, Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja. Jyväskylä. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy.

Kauppinen, Saikku & Riitta-Liisa Kokko 2010. Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen. Teoksesta: Suomalaisten hyvinvointi 2010. Toimittaneet: Vaarama, M., Moisio, P., Karvonen, S. Helsinki. Yliopistopaino

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki. WSOYpro Oy.

Kela. 2017. Tuet työttömälle työnhakijalle. Viitattu 28.2.2017 <http://www.kela.fi/tyottomat?inheritRedirect=true>

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. 2. uudistettu painos. Helsinki. WSOYpro Oy.

Kokko, R-L., Koskinen, S. & Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2013. Paltamon Työtä Kaikille – malli. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Riitta-Liisa Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY.

Koskinen, S., Leemann, L. & Nenonen, T. 2013. Koettu terveys ja pitkäaikaissairastavuus. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Riitta-Liisa Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY.

Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2003. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: Sisällön analyysi. Teoksessa Janhonen, S. & Nikkonen, M. (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. 2. uudistettu painos. Helsinki. Tammi

Lean Enterprise Institute. 2016. Principles of lean. Viitattu 31.1.2016 [www.lean.org/Whats-Lean/Principles.cfm](http://www.lean.org/Whats-Lean/Principles.cfm)

Leemann, L. 2013. Alkoholien ja huumeiden käyttö. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Riitta-Liisa Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY.

Leino, N. 2010. "AIKAA OLIS, RAHAA EI" Pro gradu tutkielma työttömyyden kokemuksista. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskunta- ja aluetieteiden tiedekunta. Pro gradu – tutkielma.

Liukkonen, V. 2012. Non-standard Employment and Health with Respect to Sense of Coherence and Social Capital. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos. Väitöskirja.

Löow, M. 2002. Onnistunut projekti, projektijohtamisen ja -suunnittelun käsikirja. Helsinki. WS Bookwell Oy.

Martelin, T. 2013. Tupakointi. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Riitta-Liisa Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY.

Miettinen, S., Raulo, M. & Ruuska, J. 2011. Johdanto. Teoksesta: Palvelumuotoilu – uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Toimittanut: Miettinen, S. 2. painos. Helsinki. Teknologiatieto. Teknova Oy.

Nwaru, A. | Nygård, C-H & Virtanen, P. 2014. Muscular fitness and re-employment among unemployed job seekers in Finland: A three-year follow-up study. *Work*, 49, 4, 559-565.

Nenonen, T. 2013. Psykkinen terveys ja hyvinvointi. Raportista: Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Toimittaneet: Riitta-Liisa Kokko, R-L., Nenonen, T., Martelin, T. & Koskinen, S. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino OY.

Ollikainen, A. 2016 Hyvinvoinnin ulottuvuudet aikuisen näkökulmasta. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Hoitotiede. Pro gradu -tutkielma

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2006. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1.-3.painos. Helsinki. WSOY Oppimateriaalit Oy.



Pensola, T., Shemeikka, R., Kesseli, K., Laihiala, T., Rinne, H. & Notkola V. 2012. PALKAN-SAAJA, YRITTÄJÄ, TYÖTÖN Kuolleisuus Suomessa 2001–2007. Kuntoutussäätiön tutkimuksia. Helsinki. Unigrafia Oy.

Pihlaja, J. 2001. Tutkielmaa tekemään. Vammala. Vammalan Kirjapaino Oy.

Pyökkönen, M. Vuori J. & Kääriäinen, M. Terveenä työttömyydestä -opas. Miten hallitset elämäntilanteesi? Edita. Viitattu 27.1.2016: [http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/terveena\\_tyottomyydesta.pdf](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/terveena_tyottomyydesta.pdf)

Rautio-Ottman, T. 2008. Työttömän asiakkaan palvelu- ja ohjausmalli terveyden edistämisen työmenetelmänä: hoitajien näkökulma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Terveyskasvatuksen Pro gradu – tutkielma.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa, suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. 6. tarkistettu painos. Helsinki. Talentum Media Oy.

Saikku, P. & Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2009. Terveyspalvelu työllistymisen tukena Pitkäaikaistyöttömien terveystarkastukset ja – palvelut siirtymätyö-markkinoilla. Helsinki. Yliopistopaino.

Salon kaupunki. Työttömien terveystarkastukset. (Salon kaupunki a) Viitattu 26.2.2017 <http://www.salo.fi/sosiaalijaterveyspalvelut/terveyspalvelut/muitaterveyspalveluja/tyottomienterveyspalvelut/>

Salon kaupunki. Strategia linjaa lähivuosien toimintaa. (Salon kaupunki b) Viitattu 8.12.2015 <http://www.salo.fi/kaupunkijahallinto/strategiajalous/strategiajavisio/>

Salon kaupunki. Tietoa Salosta. (Salon kaupunki c) Viitattu 11.12.2015 <http://www.salo.fi/kaupunkijahallinto/salotietoa/default.aspx>

Salon kaupunki. Asuminen ja ympäristö. (Salon kaupunki d) Viitattu 11.12.2015 <http://www.salo.fi/asuminenjaymparisto/tontitmaajarakennukset/>

Salon kaupunki. VOITTO. (Salon kaupunki e) Viitattu 11.12.201: <http://www.salo.fi/attachments/2015-08-27T08-59-37187.pdf>

Salon kaupunki. VOITTO - Nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymisen kehittämishanke. (Salon kaupunki f) Viitattu 17.1.2016 <http://www.salo.fi/tyojayrittamisen/tyollisyyspalvelut/voittotyollisyysshanke/>

Silfverberg, P. 2005. Ideasta projektiksi. Projektinvetäjän käsikirja. Helsinki: Työministeriö. Konsulttitoimisto Planpoint OY.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Työttömien terveydenhuollon järjestäminen. Kirje 19.8.2013. Viitattu: 8.12.2015 <http://stm.fi/documents/1271139/1365032/Ty%C3%B6tt%C3%B6mien+terveydenhuollon+j%C3%A4rjest%C3%A4minen/3b1979ea-c36c-4114-9399-6c45e49b40b1>

Sosiaali- ja terveysministeriö. Elintavat ja ympäristö. Viitattu 26.02.2017 <http://stm.fi/elintavat-ja-elinymparisto>

Suomen mielenterveysseura. Tukea ja apua. Viitattu 23.3.2017 <http://www.mielenterveysseurat.fi/salo/>

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

Talala, K. 2013 Psychological distress in Finland 1979–2003: Overall trends, socio-economic differences, and contribution to cause-specific mortality inequalities. Helsingin yliopisto. Department of Public Health, Hjelt-institute, Faculty of Medicine, Väitöskirja.

Terveydenhuoltolaki. 2010/1326.

Tilastokeskus. 2017. Helmikuun työttömyysaste 9,2 prosenttia. Viitattu 27.3.2017 [http://www.stat.fi/til/tyti/2017/02/tyti\\_2017\\_02\\_2017-03-21\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2017/02/tyti_2017_02_2017-03-21_tie_001_fi.html)

Tutkimus eettinen neuvottelulautakunta. 2014. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 20.4.2017 <http://www.tenk.fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>

Työ- ja elinkeinoministeriö. Työttömyys kasvoi ja avointen työpaikkojen määrä lisääntyi elokuussa. 2015. Viitattu 13.1.2016 [https://www.tem.fi/tyo/tiedotteet\\_ty?89506\\_m=118784](https://www.tem.fi/tyo/tiedotteet_ty?89506_m=118784)

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016a. Työn välitystilasto 27.1.2016 Viitattu 23.2.2016 <http://www.tem.fi/files/44631/elykun2015.pdf>

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016b. Työnvälitystilasto. Varsinais-Suomen Työllisyyskatsaus, tammi-kuu 2016. Turku: Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus. Viitattu 23.2.2016 <http://www.tem.fi/tyo/tyonvalitystilasto>

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016c. Vinkkejä työnhakuun. Viitattu 27.2.2017 [http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/loyda\\_toita/vinkkejä\\_tyonhakuun/index.html](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/loyda_toita/vinkkejä_tyonhakuun/index.html)

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016d. Ammatinvalinta ja koulutus. Viitattu 27.2.2017 [http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/ammatinvalinta\\_koulutus/index.html](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/ammatinvalinta_koulutus/index.html)

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2017. TYÖTTÖMYYSTIETOJA MAA- JA SEUTUKUNNITTAIN KESKIMÄÄRIN VUONNA 2016. Viitattu 27.3.2017 <http://tem.fi/documents/1410877/2187011/seukun2016.pdf/edf9080c-f481-42d4-bb90-c2e0c1e2ae60>

Vekurinmäki, M. 2006. Työttömien ääni. Jyväskylän Yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu-tutkielma.

Väestökierikeskus. Muu taloudellinen tuki. Viitattu 27.2.2017 [https://www.suomi.fi/suomifi/suomi/palveluoppaat/tyottoman\\_palveluopas/tukea\\_ja\\_apua/muu\\_taloudellinen\\_tuki/index.html](https://www.suomi.fi/suomifi/suomi/palveluoppaat/tyottoman_palveluopas/tukea_ja_apua/muu_taloudellinen_tuki/index.html)

KOHTI PALKITSE-  
VAA TYÖNHA-  
KUA

TERVEYDESTÄ  
HUOLEHTIMINEN

# AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN MALLI



TALOUESTA HUO-  
LEHTIMINEN AMMATTITAITO  
KOHDILLEEN

MIELI JA KROPPA VIRKEÄKSI  
HARRASTAMISEN AVULLA



TURKU AMK 

Tämä AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN MALLI on kehitetty osana Sosiaali- ja terveystieteiden johtaminen ja kehittäminen opintoja (YAMK) ja VOITTO nuorten ja muiden heikossa työmarkkina-asetuksessa olevien työllistymisen edistämishanketta.

AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN MALLI pitää sisällään viisi eri osa-aluetta, jotka on selvitetty asiakaslähtöisesti haastatellen salolaisia alle vuoden työttömänä olleita henkilöitä.

Mallin löydät viereiseltä sivulta.

Tietoa osa-alueista löytyy tästä esitteestä.

Esitteestä löydät myös yhteystietoja. Mikäli sinulla on kysyttävää, ota rohkeasti yhteyttä.

Toiminen osa-alueiden mukaan ylläpitää työkykyä ja edesauttaa työllistymistä.



Taulukko 1) AKTIIVISEN TYÖNHAKIJAN MALLI

<b>TERVEYDESTÄ HUOLEHTIMINEN</b>
Osallistu terveystarkastukseen.
Hanki tietoa terveellisistä elämäntavoista ja noudata niitä.
Pyydä tukea, mikäli koet tarvitsevasi sitä.
<b>MIELI JA KROPPA VIRKEÄKSI HARRASTAMISEN AVULLA</b>
Hakeudu sinua kiinnostavien harrastusten pariin.
<b>KOHTI PALKITSEVAA TYÖNHAKUA</b>
Ilmoittaudu työttömäksi työnhakijaksi TE-toimistoon.
Opettele tekemään hyvä työhakemus ja päivitä CV:si.
Hae töitä monia eri väyliä pitkin.
Älä ole nirso työpaikkojen suhteen. Jokainen työ voi poikia uusia mahdollisuuksia.
<b>AMMATTITAITO KOHDILLEEN</b>
Pidä yllä ammattitaitoasi ja kehitä sitä.
Suorita peruskoulu loppuun tai hanki ammatillinen tutkinto.
Hanki lisää tietoa uudelleen koulutautumismahdollisuuksista.
<b>TALOUDESTA HUOLEHTIMINEN</b>
Ilmoittaudu työttömäksi työnhakijaksi, jotta voit hakea sinulle kuuluvia tukia.
Ota selvää, mitkä tuet sinulle kuuluvat ja hae niitä. Apua saat esimerkiksi TE-toimistosta.
Selvitä, mitä alennuksia sinulla on työttömänä käytettävissä.

## TERVEYDESTÄ HUOLEHTIMINEN

Työttömät ovat oikeutettuja ilmaiseen terveystarkastukseen. Salossa alle 300 päivää työttömänä olleet voivat käydä terveystarkastuksessa omalla terveysasemalla tai Läntisellä terveysasemalla Salon keskustassa.

Ajan terveystarkastukseen voi varata joko omalta terveysasemalta suoraan tai sähköisen palvelun kautta. Sähköistä palvelua käyttääkseen tulee henkilöllisyys todentaa pankkitunnuksien tai mobiilivarmenteen kautta.



Mikäli työttömyytesi on kestänyt yli 300 päivää, voit hakeutua terveystarkastukseen työ- ja elinkeino- tai sosiaalitoimiston kautta. Terveystarkastukset suoritetaan Salon Työvoiman palvelukeskuksen tiloissa. Salon kaupungin internet-sivustoilta löydät yhteystiedot terveyskeskuksiin sekä lisää tietoa terveystarkastuksista.

Puhelinnumero Salon terveyspalveluiden vaihteeseen, johon soittamalla puhelu ohjautuu oikealle henkilölle. 02 7721 (vaihe)

Linkki Salon kaupungin Työttömien terveystarkastukset internet-sivuille:

<http://www.salo.fi/sosiaalijaterveyspalvelut/terveyspalvelut/muitaterveyspalveluja/tyottomienterveyspalvelut/>

*"Kriisikeskus Etappi tarjoaa Salon seudun asukkaille monipuolista tukea ja apua erilaisiin elämänkriisi- ja ongelmatilanteisiin. Kriisikeskuksesta voit saada KESKUSTELUAPUA KRIISITILANTEESEEN, APUA VELKOJEN SELVITTELYYN tai voit osallistua MIELEN HYVINVOINTIA TUKEVAAN RYHMÄTOIMINTAAN."*

Linkki Kriisikeskus Etapin internet-sivuille:

<http://www.mielenterveysseurat.fi/salo/>

Elintavat ja ympäristö vaikuttavat suoraan ihmisen terveyteen. Terveellisesti syöminen ja liikunnan harrastaminen ennaltaehkäisevät monien sairauksien syntyä. Tutustu ja kerta terveellisen ruokavalion ominaisuudet. Lisää liikuntaa pikkuhiljaa ja valitse itsellesi sopivat liikuntamuodot. Myös ulkoilu vaikuttaa terveyteen positiivisesti.



Tietoa erilaisista liikunta mahdollisuuksista seuraavalla sivulla harrastusosiossa.

Terveyteen negatiivisesti vaikuttavia asioita ovat alkoholin riskikulutus, huumausaineiden käyttö sekä tupakointi. Mikäli mietit, onko alkoholin käyttösi kohtuuden rajoissa, voit tehdä testin helposti internetissä.

Jos tarvitset apua päihteiden käytön lopettamisessa, Salossa toimii A-klinikka, joka on päihde- ja riippuvuusongelmien hoitoon erikoistunut avohoitopoliklinikka. A-klinikan toimipisteet löytyvät Salon seudulla Salon keskustasta, Taalintehtaalta, Kuusjoelta, Kemiöstä, Paimiosta, Perniöstä ja Somerolta.

Linkki Terveenä työttömyydestä oppaaseen, joka auttaa elämän hallinnassa:

[http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/terveena\\_tyottomyydesta.pdf](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/pdf/terveena_tyottomyydesta.pdf)

Linkki Suomalaisten ravitsemussuositusten sivustolle:  
<https://www.evira.fi/elintarvikkeet/terveytta-edistava-ruokavalio/>

Linkki Alkoholin käytön riskit testiin:

<http://www.paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit>

Linkki A-klinikan internet-sivustolle:

<http://www.a-klinikka.fi/hoitopalvelut/salon-seutu/salon-a-klinikka>

Linkki masennusriski testiin:

<http://www.terveysportti.fi/xmedia/pgr/100.012.html>

## MIELI JA KROPPA VIRKEÄKSI HARRASTAMISEN AVULLA

Työttömäksi jäädessä elämä muuttuu paljon. Kun tarvetta päivärytmin pitämiseksi ei enää ole, on mahdollista, että vetäytyy arjesta ja riskinä on yksinäisyys ja sen tuomat ongelmat.

Terveyteen on tutkittu positiivisesti vaikuttavan terveyttä edistävä terveyskäyttäytyminen, joka pitää sisällään riittävän tiedon omaamisen terveellisistä elämäntavoista, liikunnan harrastamisen sekä itsestään huolehtimisen ja määrätietoisesti terveyteen pyrkimisen. Sosiaalinen tuki on tärkeä positiivisesti terveyteen vaikuttava tekijä.

Harrastaminen on hyvä tapa luoda sosiaalisia kontakteja ja ylläpitää jaksamista. Mieli ja kroppa pysyvät virkeänä, kun on kiinnostuksen kohteita ja mielekästä tekemistä yhdessä tai yksin. Salossa on monia harrastusmahdollisuuksia. Kokeile rohkeasti uusia asioita.

Salon SYTY ry auttaa ja kehittää toiminta-alueella toimivien potilas- ja vammaisyhdistysten yhteistyötä sekä toimii tiedonvälittäjänä yksityisille henkilöille ja eri yhteisöille. Toimitiloissa toimii esimerkiksi hyvinvointi pysäkki.



Kuva: Mary Scheifer

Linkki Salon SYTY ry:n kotisivuille:

<http://www.salonsyty.fi/>

Salon alueen työttömät ry tarjoaa monenlaista toimintaa työttömille.

Linkki Salon alueen työttömät ry:n internet-sivulle:

<http://www.sat-ry.com/>

Linkki Salon kaupungin internet-sivuille johon on koottu harrastusmahdollisuuksia:

<http://www.salo.fi/vapaaaikajamatkailu/>

"Vapaaehtoinen palokuntatoiminta on antoisaa yhdessäoloa ja fyysisesti vaativaa toimintaa. Tekemistä löytyy kaikille: tytöille, pojille, miehille ja naisille. Palokunnat ympäri Suomen etsivät uusia tekijöitä riveihinsä. Me tarjoamme toiminnan vaatiman koulutuksen, työvälineet ja asianmukaisen varustuksen. Tule palokuntaan!"



Linkki vapaa palokunnan internet-sivuille:

<http://www.palokuntaan.fi/etusivu>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on lapsiperheiden kanssa toimiva järjestö.

Linkki Mannerheimin lastensuojeluliiton paikallisen yhdistyksen internet-sivuille:

<https://halikko.mll.fi/yhdistys/>

<https://salo.mll.fi/>

Mannerheimin lastensuojeluliitolta voit palkata lastenhoitoapua tilapäisiin menoihin.

Linkki lastenhoitoapua internet-sivustolle:

<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lastenhoito/>

Salon kansalaisopisto tarjoaa monia erilaisia harrastusmahdollisuuksia esimerkiksi kielen opiskelusta taiteeseen.

Linkki Salon kansalaisopiston kurssi tarjontaa, kevät 2017:

<http://www.salo.fi/paivahoitajakoulutus/kansalaisopisto/kurssitarjontakevat2017/>

Saloon.fi-sivustolta löydät vinkkejä moninaisen kaupunkimme tarjonnasta. Lukuisista tapahtumista ja kulttuurielämyksistä ihastutaviin luontokohteisiin.

*Ihastu ja tutustu:*

<http://www.saloon.fi/default.aspx>

Kunnon torstait Salohallissa klo 12.00 - 14.00

*”Salolainen työnhakija, tervetuloa mukaan liikkumaan, pelaamaan pallopelejä tai kuntosalille treenaamaan. Kunnon torstait on tarkoitettu kaiken tasoille liikkujille ja pelikavereita löytyy esim. lento-, sulka- tai jalkapalloon. Osallistuminen on ilmaista.”*

Salon alueen työttömät ry järjestää myös liikunnallista toimintaa.

*Linkki internet-sivulle, josta löydät näitä liikunta mahdollisuuksia:*

<http://www.sat-ry.com/liikunta>

Salossa on uudistettu uimahalli, jossa voit harrastaa uimista, vesijumpaa, vesijuoksua tai käydä kuntosalilla. Työttömien sisäänpääsymaksu on 3e.

*Aukioloajat*

*Ma, ti, to ja pe 6.00-21.00*

*Ke 12.00-20.00*

*La ja su 11.00-18.0*



Salossa työttömien on mahdollista käydä keilaamassa edullisempaan hintaan Hanhivaaran keilahallissa

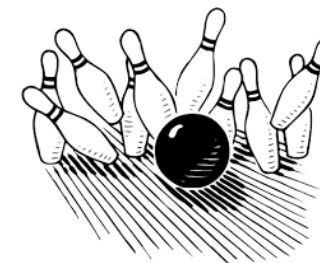
maanantaista - perjantaihin klo 9-16

hintaan 11 € /h/rata

Astrum Keskus,

Salorankatu 5-7

24240 Salo



Salon kaupungin liikuntaoppaasta löydät kaupungin järjestämiä liikuntaharrastuksia.

*Linkki Salon kaupungin liikuntaoppaaseen:*

<https://indd.adobe.com/view/5fac77ef-04db-4c9a-b0c2-7d78ffa1d676>

Salon keskustassa on useita lähiliikuntapaikkoja, joissa voit verryttellä ja harjoitella lihaskuntoa lenkin lomassa.

*Linkki lähiliikuntapaikoille Salon keskustassa:*

<https://kartta.salo.fi/IMS/fi?LAYERS=Opaskartta&REQUEST=Search,L%C3%A4hiliikuntapaikka>

*Linkki ulkoliikuntapaikoille Salossa:*

<https://kartta.salo.fi/IMS/fi?LAYERS=Opaskartta&REQUEST=Search,Ulkoliikuntapaikat>

## KOHTI PALKITSEVAA TYÖNHAKUA

Työnhaku ei nykypäivänä ole kovin yksinkertaista. Kilpailua työpaikoista on, jolloin aktiivisuus, oma-aloitteisuus ja työnhakutaidot ovat korkeassa roolissa. Työ- ja elinkeinotoimistosta sekä internetin sivustoilta saa apua työhakemuksen ja CV:n tekoon. Salon TE-toimiston yhteystiedot löydät seuraavalta aukeamalta.

Apua työnhakuun saat myös Voitto-hankkeen työnhakupajalta.



*Linkki TYÖNHAKU-pajan esitteeseen:*

<http://www.salo.fi/attachements/2017-01-19T13-23-29187.pdf>

Työhaussa kannattaa olla joustava ja rohkea. Myös määrä- ja osa-aikaiset sekä vähemmän kiinnostavat työsuhteet voivat poikia taas uusia työsuhteita.

Työtä voi ja kannattaa hakea monia eri teitä. Työ- ja elinkeinotoimisto on työttömän aputoimisto, mutta myös välttämätön kontakti työttömäksi ilmoittautumisessa. TE-toimistosta saat oman yhdyshenkilön, mikäli koet sen tarpeelliseksi.

Internetistä löytyy monia työnhakukoneita ja oppaita työnhakuun. Vapaista työpaikoista ilmoitetaan myös lehdissä, rekrytointitapahtumissa ja messuilla sekä yritysten omilla internet-sivustoilla. Yrityksiin kannattaa ottaa myös suoraan yhteyttä ja laittaa avoimia työhakemuksia. Työtä voit hakea myös sosiaalisen median kautta.

Itsensä työllistämiseen eli yrityksen perustamiseen on saatavissa niin tiedollista kuin taloudellista apua. Työ- ja elinkeino toimistot järjestävät yrittäjäkoulutusta. Koulutuksesta on hyötyä, jos suunnittelee yrittäjäksi ryhtymistä tai toimii jo yrittäjänä.

*Linkki Salon kaupungin internet-sivulle, josta löydät työllisyyden toimijat Salossa:*

<http://www.salo.fi/tyojayrittaminen/tyollisyyspalvelut/tyollisyudentoimijat-salossa/>



*Linkki TE-toimiston ylläpitämään työnhakukoneeseen:*

<http://www.mol.fi/tyopaikat/tyopaikkatiedotus/haku/>

*Linkki kuntarekry- työnhakukoneeseen:*

<https://www.kuntarekry.fi/fi>

*Linkki Oikotie- työnhakukoneeseen:*

[https://tyopaikat.oikotie.fi/haku?sort\\_by=publication\\_time&utm\\_source=oikotie.fi&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=ot\\_etusivu&utm\\_content=pikalinkki](https://tyopaikat.oikotie.fi/haku?sort_by=publication_time&utm_source=oikotie.fi&utm_medium=referral&utm_campaign=ot_etusivu&utm_content=pikalinkki)

"Kun harkitset yrittäjyyttä, suunnittelet yritystoimintaa, olet perustamassa yritystä tai olet jo jonkin aikaa toiminut yrittäjänä, tarjoamme palveluja yrittäjyyden alkutaipaleelle. Neuvomme mielellämme kaikissa yrityksen perustamiseen liittyvissä asioissa."

*Linkki yrityssalon kotisivulle:*

<http://www.yrityssalo.fi/>





## AMMATTITAITO KOHDILLEEN

Koulutus sekä rekrytointi- ja työkokeilut ovat portteja uuteen työhön. Työvoimakoulutuksia järjestetään suoraan yritysten tarpeisiin, jolloin on hyvä mahdollisuus työllistyä. Työvoimakoulutuksessa voi suorittaa myös tarvittaessa peruskoulun loppuun.

Uudelleen kouluttautumiseen on myös eri vaihtoehtoja. Esimerkiksi oppisopimuskoulutus, jolla voi hankkia ammatin tai syventää ja lisätä ammatillista osaamista. Työttömyyden pitkittyessä on tärkeää pitää ammatitaitoa ja osaamista yllä. Työ- ja elinkeinotoimistoista saa lisää tietoa uudelleen kouluttautumisesta, koulutuksista sekä työkokeiluista ja näin mahdollistetaan ammattitaidon ylläpitäminen.

Salon TE-toimiston yhteystiedot:

Osoite	PL 164, 24101 SALO Käyntiosoite: Torikatu 4, 24100 SALO (sisäänkäynti sisäpihan puolelta).
Sähköposti	kirjaamo.varsinais-suomi(at)te-toimisto.fi
Henkilöasiakkaat	0295 025 500 (klo 9-16.15)
Personkunder	0295 025 510 (klo 9-16.15)
Työnantaja- ja yrityspalvelut	0295 044 502 (klo 9-16.15)
Aukioloajat, ma-pe	<b>Asiointi ilman ajanvarausta</b> klo 9-11.30, muina aikoina aikavaruksella
Poikkeukselliset aukioloajat	Poikkeuksellisista aukioloajoista tiedotetaan toimistomme Ajankohtaiset-sivulla

Linkki Salon toimipisteen TE-toimiston sivulle:

<http://toimistot.te-palvelut.fi/salo>

Linkki TE-toimiston sivulle, josta löydät lisää tietoa kouluttautumismahdollisuuksista:

[http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/ammatinvalinta\\_koulutus/index.html](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/ammatinvalinta_koulutus/index.html)

”Työpaikalla toteutettavan työkokeilun avulla voit saada jalkasi työpaikan oven väliin, kun palaat työmarkkinoille.”

Linkki TE-toimiston sivulle, josta löydät tietoa työkokeilusta:

[http://te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/tukea\\_tyollistymiseen/tyokokeilu/index.html](http://te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/tukea_tyollistymiseen/tyokokeilu/index.html)

Salon seudun koulutuskuntayhtymän internet-sivuilta löydät tietoa monista kouluttautumismahdoista sekä yrittäjyydestä.

Linkki Salon seudun koulutuskuntayhtymän internet-sivulle:

<http://www.sskky.fi/>

Seuraavalla sivulla lisää taloudellisista tuista opiskelun aikana.



## TALOUDESTA HUOLEHTIMINEN

Työttömyyden aikana voi saada erilaisia tukia. Työ- ja elinkeinotoimistoon työnhakijaksi ilmoittautumisen jälkeen on mahdollista hakea työttömyysturvaa joko työttömyyskassasta tai Kelasta. Tuen määrä ja nimike määräytyvät aiemman sekä nykyisen työ- ja koulutustilanteen perusteella.

Ammatillisen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon suorittamiseen on mahdollista saada työttömyysetuutta tietyin perustein. Monet eri yritykset tarjoavat alennettuja palveluja työttömille. Tutustu yritysten esitteisiin.

*Linkki TE-palveluiden internet-sivustolle, josta löydät ohjeet työttömyysetuudenhakemiseen:*

[http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakilalle/jos\\_jaat\\_tyottomaksi/toimi\\_nain/index.html](http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakilalle/jos_jaat_tyottomaksi/toimi_nain/index.html)

Työttömyyden voit todistaa tulostettavalla kortilla.

*Linkki työnhakutodistuksen tulostamiseen, jolla todistat työttömyytesi:*

<http://toimistot.te-palvelut.fi/documents/244949/1642835/Todistus+ty%C3%B6nhausta.pdf/de0cfa90-632c-4614-ad89-378ff5c8b70c>

”Joskus raha-asiat ovat niin solmussa, ettei niistä selviä omin neuvoin. Vinkkejä ja tukea saat kuntasi talous- ja velkaneuvojalta. Talous- ja velkaneuvonta on lakisääteinen, asiakkaille maksuton palvelu.”

*Linkki Salon kaupungin talous- ja velkaneuvonnan sivulle:*

<http://www.salo.fi/sosiaalijaterveyspalvelut/toimeentulojasosiaalinen-tuki/talousjavelkaneuvonta/>



# VOIMALA 2.0

on salolaisten työnhakijoiden uusi palvelupiste.

”Palvelupiste palvelee kaikkia salolaisia työnhakijoita. Tarjoamme muun muassa: apua ja vinkkejä työhakemusten sekä cv:n tekoon, esittelemme työnhaun uusia kanavia, olemme tukena työkyvyn ylläpitämisessä sekä tuotamme mielenkiintoisia yritysvierailuja sekä koulutusinfoja.”

Voimala 2.0 sijaitsee Salon pääkirjaston kahvilatilassa  
Vilhonkatu 2, 24100 Salo  
Avoinna:

Linkki Voimalan internetsivulle:

<http://www.salo.fi/tyojayrittaminen/tyollisyyspalvelut/voimala20salolaistentyonhakijoidenpalvelupiste/>

Seuraa Voimalaa Facebookissa:

<https://www.facebook.com/voimala2.0/>

Facebookissa myös Voitto-työllistymishanke:

<https://www.facebook.com/voittohanke>

Kiitos että lähdit mukaan kehittämään Salolaisten työkyvyn ylläpitämistä. Haastattelu koostuu kahdesta aihealueesta. Ensimmäinen on terveystarkastukset ja toinen työkyvyn ylläpitämisen palvelut yleisesti. Haastattelu tehdään nimettömänä, mutta muutama taustatietokysymys olisi tutkimuksen analysoinnin tarkentamiseksi:

Mies / **Nainen**                      Ikä:                      Työttömyyden kesto                      Ammatti/koulutusaste

Ensimmäinen aihealue on Terveystarkastuksiin osallistuminen ja sen lähestyttävyyden kehittäminen

**1. Oletko hyödyntänyt työttömille tarkoitettua ilmaisen terveystarkastus mahdollisuuden?**

Kyllä

Ei

Mistä sait tiedon palvelusta

Miksi et?

**2. Missä ja miten palvelusta olisi hyvä tiedottaa?**

**3. Miten mielestäsi työttömille suunnattua terveystarkastusta voisi kehittää asiakaslähtöisemmäksi?**

Toinen aihealue on terveyden edistämisen sekä ylläpitämisen palvelut

**1 Minkälaisia palveluita toivot työkyvyn ylläpitämiseen?**

**2 Haluaisitko jotain liikuntapalveluita ja jos haluat niin millaisia liikunta palveluita toivoisit työkyvyn ylläpitämiseen?**

**3 Kaipaitko tukea työttömyyden alussa ja jos kaipaat niin millaista tukea kaipasit?**

**4 Haluaisitko lisää tietoa joltain tietyltä terveyden ja hyvinvoinnin alueelta?**

**5 Millaisia palveluita kulttuurin näkökulmasta koet tärkeäksi työkyvyn ylläpitämisessä?**

**6 Mitä palveluita toivoisit sähköisessä muodossa vai ovatko ne tarpeellisia ollenkaan?**

**Olisiko vielä jotain asioita joita toivoisit, että huomioidaan Salossa jos työttömyys kohtaa?**

Yhteystiedot, mikäli olet kiinnostunut projektin edetessä osallistumaan vielä työttömien terveyden ylläpitämisen ja edistämisen palvelujen kehittämiseen.

**TURUN AMMATTIKORKEAKOULU****Ylempi ammattikorkeakoulututkinto/Terhy****SAATEKIRJE HAASTATTELUUN OSALLISTUVILLE**

Opinnäytetyön nimi: Työttömien terveystalvetut tutuksi Salossa Päiväys 5.3.2016

**Hyvä Vastaaja**

Kohteliaimmin pyydän Teitä osallistumaan haastatteluun, jonka tavoitteena on tuottaa tietoa, miten alle 300 päivää työttömänä olleiden terveystarkastusta voisi kehittää asiakaslähtöisemmäksi ja selvittää mitä palveluja alle 300 päivää työttöminä olleet haluaisivat terveyden edistämisen näkökulmasta. Tarkoituksena on luoda sekä kartoittaa saadun tiedon pohjalta eri menetelmiä asiakaslähtöiseen terveystarkastukseen sekä parantaa terveystarkastusten lähetettävyyttä sekä kuvailla saadun tiedon pohjalta mitä palveluita alle 300 päivää työttöminä olleet haluaisivat terveyden edistämiseksi. Tämä aineiston keruu liittyy itsenäisenä osana Salon kaupungin koordinoimaan VOITTO- työllisyshankkeeseen.

Teillä on täysi oikeus keskeyttää haastattelu ja kieltää käyttämästä Teihin liittyvää aineistoa, jos niin haluatte.

Suostumukseenne haastateltavaksi vahvistatte allekirjoittamalla alla olevan Tietoinen suostumus haastateltavaksi -osan ja antamalla sen haastattelijalle.

Tämä aineiston keruu liittyy osana Turun ammattikorkeakoulussa suorittamaani ylempään ammattikorkeakoulututkintoon kuuluvaan opinnäytteeseen. Opinnäytetyöni ohjaaja on Ritva Laaksonen- Heikkilä, lehtori, Turun amk/Terveysala

Osallistumisestanne kiittäen

Sofia Ahtineva

Sairaanhoitaja/ Sosiaali- ja terveydenalan kehittämisen sekä johtamisen koulutusohjelman YAMK-opiskelija

Yhteystiedot

0505363386

sofia.ahtineva@edu.turkuamk.fi

-----  
Tietoinen suostumus haastateltavaksi

Olen saanut riittävästi tietoa \_\_\_\_\_ opinnäytetyöstä, ja siitä tietoisena suostun haastateltavaksi.

Päiväys \_\_\_\_\_

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

Nimen selvennys \_\_\_\_\_

Esimerkki tutkimusaineiston kategorioittamisesta. Osa ilmaisuista sopii muutamaankin kategoriaan esimerkiksi harrastamiseen sekä taloudellisuuteen.

Tutkimustehtävä	Tutkimustehtävän kannalta oleellinen ilmaus	Samankaltaisuuksien yhdistäminen	Samankaltaisuuksien yhdistäminen	Vastaus tutkimustehtävään
Millaisia palveluita alle 300 päivää työtöminä olleet haluaisivat terveyden edistämiseksi.	Olis vaik jotain palveluseleitä tai vastaavia nii tulis käytyä vaik teatterissa ja tommoisissa.	kulttuuripalvelut	Harrastaminen	Sosiaalisen verkosto
		vähävaraisuus	Taloudellisuus	
	Ei ois kovin huono et ois vaiks joku Pilates joka ois tunnin setti nii ois kivaa et ois paikka mihin viedä lapset sen tunnin ajaks.	Liikuntapalvelut	Harrastaminen	
		Terveiden edistäminen	Terveys	
	Järjestäis vaik jotain tapahtumaa. Kerrotaan esim. liikunnan eduista ja kannustetaan siihen. Vähän ehkä liikunnallista tapahtumaa mun mielest vois olla.	Liikuntapalvelut	Harrastaminen	
	Kyllähän yleinen mieliala ja nii kaikki kulttuuri olis hyväksi. Toinen tykkää teatterista, toinen elokuvista, toinen urheilusta.	kulttuuripalvelut	Harrastaminen	
Yleisesti sosiaalistaminen et et sä jää sinne kotio. Helposti yksin kotona alkaa ottaa kaljaa, kun ei oo mitään tekemistä.	Virkistävä tekeminen	Harrastaminen		

	Esimerkiksi ryhmä toiminta, esimerkiksi pajatoiminta, jos on ollut pitkään työttömänä tulee kynnys lähteä.	Virkistävä tekeminen	Harrastaminen
		Liikunta palvelut	
	Sit myös jotain rennompaa esim. leffakerhoja ja liikunta tunteja tai vastaavaa. Porukka yhteen.		Harrastaminen
	Liikuntatunnit vapaa muotoisena. Mielellään kävisin kuntosalilla mut jäsenyydet kovin kalliita.	Liikunta palvelut	Harrastaminen (Taloudellisuus)
	Alennusta teatteri, leffa ja konsertti lipuista	Kulttuuripalvelut	Harrastaminen
		Vähävaraisuus	Taloudellisuus
	Kaipaam porukka liikkumista. Kelloaika ja paikka ja lähdetään.	Liikunta palvelut	Harrastaminen
	Mennään luontopolulle, kävely aamujumppa tai tai chi ja vapaaehtoisesti, kynnys osallistua mahdollisimman helpoksi. Kun on just jäänyt työttömäksi, on silloin aktiivisuus vielä tallella. Mitä kauemmin on kotona, sitä vaikeampi on lähteä mihinkään. Tavallista tavallisen ihmisen arkea.	Liikunta palvelut	Harrastaminen
Mitä voi tehdä niin ettei tuu painetta siitä liikuntavälineistä. Seuralla ei väliä. Mutta perhelippu elokuviin, uimahalliin olisi hyvä. Myös koko perheelle tavallisia tapahtumia. Mutta myös aikuiselle ihmiselle aikuisia kontakteja.	Liikuntapalvelut	Harrastaminen	
	Kulttuuripalvelut		
	Vähävaraisuus		

	Käyn salilla	Liikunta palvelut	Harrastaminen
	Sali, liikunta harrastukset, ilmainen, työttömille järjestetty vuoro.	Liikunta palvelut	Harrastaminen
		Vähävaraisuus	Taloudellisuus
	Kaikkein tärkeintä on varmasti etteivät ihmiset jää kotisohvalle. Kun lähdet sohvalta ja teet jotain, liikut ja saat jotain aikaseks.	Virkistävä tekeminen	Harrastaminen
	Voisi olla tiettyyn aikaan esim. salilla fysioterapeutti. Vois vaikk selkäliahaksia harjoittaa mut pitää olla joku joka kertoo missä on ja missä löytyy jne. Pitäis olla vähän henkilökohtaisempaa tai kategorioita että fyysisen työntekijöille ja istuville omat kategoriansa.	Liikunta palvelut	Harrastaminen
	No voishan se olla lista mitä tarjolla esim. liikunta mahdollisuudet. missä pururadat/pyörätiet/rullaluistelu mahdollisuudet. Saisi hyviä ideoita. Tärkeintä on, ettei ihminen jää itsensä kanssa istumaan.	Liikunta palvelut	Harrastaminen
	Veturitalissa on tosi kiva käydä. Se on symppis paikka, Välillä löydetty ittemme teatterista ja elokuvissa joskus on käyty. iltatorin tapahtumat kirjasto on kiva paikka.	Kulttuuri palvelut	Harrastaminen