

Kaisu Nurmikolu

# Nuorten aikuisten työelämävalmiuksia tukevat arjen tekijät

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Fysioterapeutti (YAMK)

Kuntoutuksen tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

14.11.2017

Tekijä Otsikko	Kaisu Nurmikolu Nuorten aikuisten työelämävalmiuksia tukevat arjen tekijät
Sivumäärä Aika	36 sivua + 4 liitettä 14.11.2017
Tutkinto	Fysioterapeutti (YAMK)
Tutkinto-ohjelma	Kuntoutuksen tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Yliopettaja, FT Elisa Mäkinen Yliopettaja, FT Toini Harra
<p>Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tarkoituksena oli selvittää osatyökykyisen nuoren aikuisen työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät arjessa. Tavoitteena oli tukea osatyökykyisiä nuoria kohti työelämää. Työelämävalmiudet käsitetään tässä työssä kokonaisuutena, johon sisältyy työ- ja toimintakyky yhdessä työelämätaitojen kanssa. Nuorella aikuisella tarkoitetaan tässä työssä 18–29-vuotiasta henkilöä.</p> <p>Aineiston keruun menetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tiedontuottajat olivat Kelan ammatillisen kuntoutuksessa työkokeilussa, työhönvalmennuksessa tai ammatillisen avoimuotoisen kuntoutuskurssilla Kiipulan kuntoutuksessa. Tietoa oli tuottamassa neljä henkilöä. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Tuotoksena syntyi kuvaus nuorten osatyökykyisten työelämävalmiuksia edistävästä ja rajoittavista tekijöistä arjessa.</p> <p>Tulosten perusteella nuoret aikuiset kokivat omassa arjessaan työelämävalmiuksia edistäviksi tekijöiksi ammatillisen tietotaidon ylläpitämisen ja muun opiskelun, luonteenpiirteet, uskalluksen ja avoimuuden tehdä uusia asioita, motivaation, työkokemuksen ja kokemuksen työharjoittelusta, muuttamisen uuteen asuntoon, harrastukset ja vapaa-ajantoiminnan, lemmikin hoitamisen, itsensä johtamisen arjessa, videopäiväkirjan pitämisen, median seuraamisen ja oman aktiivisuuden sosiaalisessa mediassa, erilaisten ihmisten kanssa toimimisen, rentoutumisen ja onnellisuutta lisäävät asiat, sosiaalisen ympäristön ja lähipiirin, positiivisen palautteen sekä verkoston ja ympäristön tuen ja terveyttä tukevat elämäntavat. Työelämävalmiuksia rajoittivat inaktiivisuus, voimavarat ja elämäntilanne, terveydentila ja oppimisvaikeudet, kielteinen suhtautuminen työhön ja motivaation puute, luonteenpiirteet, itseen ja tilanteeseen liittyvät kielteiset ajatukset, etäisyys verkostoihin, avunpyytämisen vaikeus, paineiden luominen ja ulkopuolisten suhtautumisen pelko, stressaava ja negatiivinen ympäristö, koulutus sekä jättäytyminen kotiin.</p> <p>Tuloksia voidaan hyödyntää ammatillisen kuntoutuksen kehittämisessä Kiipulassa sekä osana Metropolia Ammattikorkeakoulun Työste – Työelämän ulkopuolella olevien työelämävalmiuksien ja työllistymisedellytysten edistäminen siltaustoiminnan avulla (ESR) – hankkeen raportointia.</p>	
Avainsanat	Työelämävalmius, osatyökykyinen nuori aikuinen

Author Title Number of Pages Date	Kaisu Nurmikolu Matters that increase young adults' employability skills in everyday life 36 pages + 4 appendices 14.11.2017
Degree	Master of Health Care
Degree Programme	Rehabilitation
Instructors	Elisa Mäkinen, Principal Lecturer, PhD Toini Harra, Principal Lecturer, PhD
<p>The purpose of this study was to find matters that have positive or negative effect on young adults' with decreased workability employability skills in everyday life. The aim was to support young adults with decreased workability towards working-life. In this study, employability skills include the ability to work. A young adult in this study is aged from 18 to 29.</p> <p>Four young adults took part in individual theme interviews. All the participants were taking part in Social Insurance Institution's (Kela) vocational rehabilitation in Kiipula. The data was analyzed by using material-based content analysis method.</p> <p>Based on this study the matters that increased young adults' employability skills were independent vocational studies and other studies, characteristic features, having the courage and being open to new matters, motivation, experience from work and work tryouts, moving to a new apartment, hobbies and leisure activities, taking care of pets, self-management in everyday life, keeping video-diary, following and taking part in media and social media, interacting with people, being able to relax and matters that increased happiness, social environment, positive feedback and support from social networks and healthy way of life. The matters that decreased employability skills were inactivity, personal resources and life situation, health matters and learning disabilities, negative attitude towards work and lack of motivation, characteristic features, negative thoughts of him/herself and of current situation, distance to social networks, difficulty to ask for help, creating pressure for him/herself and the fear of others' opinions, stressful and negative surroundings, education, and staying at home.</p> <p>The results of this study can be used in development of vocational rehabilitation in Kiipula and as a part of reporting of Enhancing the preconditions of employment and working capacities of people outside the labour market with bridging process (ESF) –project.</p>	
Keywords	Employability skills, young adult with decreased workability

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Osatyökykyisen nuoren tukeminen työelämään	3
2.1	Työelämävalmiuksien taustaa	3
2.2	Työelämävalmiuksien tukeminen kuntoutuksessa	5
2.3	Kohti työelämää	7
3	Tutkimuksellisen kehittämistyön toimintaympäristö	9
4	Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoite ja tarkoitus	10
5	Tutkimuksellinen kehittäminen	10
5.1	Tutkimuksellinen lähestymistapa	10
5.2	Tutkimuksellisen kehittämistyön aikataulu	11
5.3	Tiedontuottajien valinta ja kuvaus	12
5.4	Aineiston kerääminen	13
5.5	Aineiston analysointi	14
6	Työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät nuoren arjessa	15
6.1	Työelämävalmiuksia edistävät tekijät nuoren arjessa	15
6.2	Työelämävalmiuksia rajoittavat tekijät nuoren arjessa	19
7	Kuvaus nuoren aikuisen työelämävalmiuksia tukevista ja rajoittavista arjen asioista 23	
8	Pohdinta	25
8.1	Tulosten tarkastelua	25
8.2	Menetelmällisten ratkaisujen tarkastelu ja eettiset kysymykset	28
8.3	Tulosten hyödynnettävyys ja ajatukset jatkokehittämiseen	31
	Lähteet	33
	Liitteet	
	Liite 1. Tutkimushenkilötiedote	
	Liite 2. Suostumusasiakirja	
	Liite 3. Teemahaastattelun kysymykset	
	Liite 4. Esimerkki aineiston analyysistä	

## 1 Johdanto

Työelämään osallistumisella nähdään olevan merkitystä elämänlaatuun sekä lisäävän yhdenvertaisuutta, ja palkkatyö on edelleen yksi tärkeimmistä yhteiskuntaan kuuluvuuden tunteen tekijöistä (Lindh 2013: 46; STM n.d.). Työ tuo tekijälleen elannon lisäksi mahdollisuuden kehittyä ja kokea itsensä tärkeäksi. Lisäksi työ luo säännöllisen päivärhythmin ja lisää sosiaalista kanssakäymistä. Tutkimusten mukaan työssä käyvät ihmiset ovat terveempiä ja tyytyväisempiä elämäänsä. Työ ja terveys linkittyvät myös muilla tavoilla. Työolot vaikuttavat ihmisten elämäntapavalintoihin, jotka voivat haitata tai lisätä terveyttä. Jotkin työn osatekijät voivat vaikuttaa jo olemassa olevaan sairauteen joko hillitsevästi tai pahentaen taudin kulkua. (Ahola 2011: 64.)

Työelämästä poissa olevien terveydentila on heikompi (Kerätär 2016: 62) ja työelämästä pois jääminen voi johtaa kohonneeseen riskiin syrjäytyä yhteiskunnasta ja vaikuttaa negatiivisesti ihmisen minäkuvaan (Savukoski – Kauramäki 2007: 127). Noin puolella suomalaisista työkäisistä on jokin pitkäaikaissairaus tai vamma, ja heistä noin kolmannes arvioi sairauden tai vamman vaikuttavan työhön tai työllistymismahdollisuuksiinsa. Osatyökykyisillä näyttäisi myös olevan muita suurempi riski jäädä työttömäksi. Osatyökykyisten työllistymisen ja työssä pysymisen tukeminen on huomioitu myös hallituksen kärkihankkeessa Osatyökykyisille tie työelämään (OTE). (STM n.d.)

Poliittisia, taloudellisia ja sosiaalisia rakenteita on muodostunut jonkin entisen varaan, sen sisään ja sen tilalle. Tämä heijastuu yksilön arkeen ja mahdollisuuksiin, ja sekä pakottaa että mahdollistaa valintojen tekemisen. (Lindh 2013: 42-43.) Työmarkkinat ovat muuttuneet niin, ettei palkkatyöhön osallistuminen ja elämän järjestäytyminen ole itsestäänselvyys. Työsuhteet ovat muuttuneet pätkätöiksi vakituisten työsuhteiden vähentyessä. Yksilön selviytymismahdollisuuksiin työelämässä ovat vaikuttaneet laajat rakenteelliset muutokset, mikä yksilötasolla näkyy työvoiman sisäisenä kilpailuna, työn epävarmuutena, työn puuttumisena sekä muuttuneina osaamis- ja työkykyvaatimuksina. (Lindh 2013: 42-43; Poutiainen 2016: 3-4.)

Taloustilanne vaikuttaa työmarkkinatilanteeseen, jossa nuorten aikuisten työttömyys on osa yleistä työllisyysongelmaa. Työvoimatutkimuksen ilmaisema työttömyysaste on kansainvälisesti hyväksytty työttömyyden mittari. Siinä työttömäksi luetaan henkilö, joka on kertonut olevansa vailla työtä, etsivänsä työtä ja olisi valmis vastaanottamaan

työtä tilastokeskuksen haastattelussa. Nuorten kohdalla huomioitavaa on, että tavallisesti kyselyyn vastaava työtä vailla oleva voi olla myös päätoiminen opiskelija. Alle 20-vuotiaiden työttömyys on ollut alle 2 prosenttia, kun luvuista on poissuljettu päätoimiset opiskelijat. 20–24-vuotiaiden ikäryhmässä päätoiminen opiskelu ei kuitenkaan ole enää yhtä yleistä. (Hämäläinen – Tuomala 2013: 2-3, 6.) Esimerkiksi Helsingissä 25–29-vuotiaiden pitkäaikaistyöttömyys kaksinkertaistui vuodesta 2014 vuoden 2015 loppuun mennessä. (Helsingin kaupunki Tietokeskus 2016).

Tutkimuksellisen kehittämistyöni pohjalla on ajatus kuntoutusmaailman muutos nelija-koisesta kuntoutuksesta (sosiaalinen, lääkinnällinen, pedagoginen ja ammatillinen kuntoutus) elinkaarimalliin, jossa nämä näkökulmat yhdistyvät yksilön elämäntilannetta tukevaksi. Erityisesti nuorten ja pitkäaikaistyöttömien työhönpaluun tukemisessa on syytä yhdistää sosiaalisen kuntoutuksen ja ammatillisen kuntoutuksen elementtejä (Saikku 2016: 26-27). Pitkittynyt poissaolo työstä laskee työkykyä, jonka suhdetta työ-elämävalmiuksiin on tutkittu vain vähän (Nilsson – Ekberg 2013: 450; Savukoski – Kau-ramäki 2007: 127; Seitsamo – Tuomi – Ilmarinen 2006: 241). Koulumaailmassa puhu-taan osaamisesta, jolla voidaan tarkoittaa niitä valmiuksia, joita työelämässä tarvitaan (mm. Pakanen n.d.). Ammatillisessa kuntoutuksessa pyritään tyypillisesti tukemaan yksilön työllistymistä ja työssä pysymistä, jolloin on äärimmäisen tärkeää tuntea työ-elämän yksilölle asettamat vaatimukset ja vahvistaa yksilön työelämävalmiuksia (mm. Kela 2015a, Kela 2015b, Lindh 2013).

Tämän kehittämistyön tarkoituksena on selvittää osatyökykyisen nuoren aikuisen työ-elämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät arjessa. Tavoitteena on tukea nuoria kohti työelämää. Osatyökykyisyys tässä työssä on henkilön todettua alentunutta kykyä selviytyä työstään. Hänellä on kyky suoriutua jostakin toisesta työstä tai tehtävästä ongelmitta tai esimerkiksi apuvälineiden avulla. Tässä työssä käytetään termejä työtä vailla oleva tai työtön nuori aikuinen tarkoittaen henkilöä, joka on iältään 18–29-vuotias ja jolla ei ole työtä tai joka ei opiskele päätoimisesti.

Tutkimuksellisen kehittämistyön tuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi ammatillisen kuntoutuksen ja koulutuksen kehittämiseksi ja ammatillisessa kuntoutuksen prosessis-sa olevan asiakkaan tukemiseen sekä osana Metropolia Ammattikorkeakoulun hank-keen Työste – Työelämän ulkopuolella olevien työelämävalmiuksien ja työllistymisedel-lytysten edistäminen siltaustoiminnan avulla (ESR) raportointia.

## 2 Osatyökykyisen nuoren tukeminen työelämään

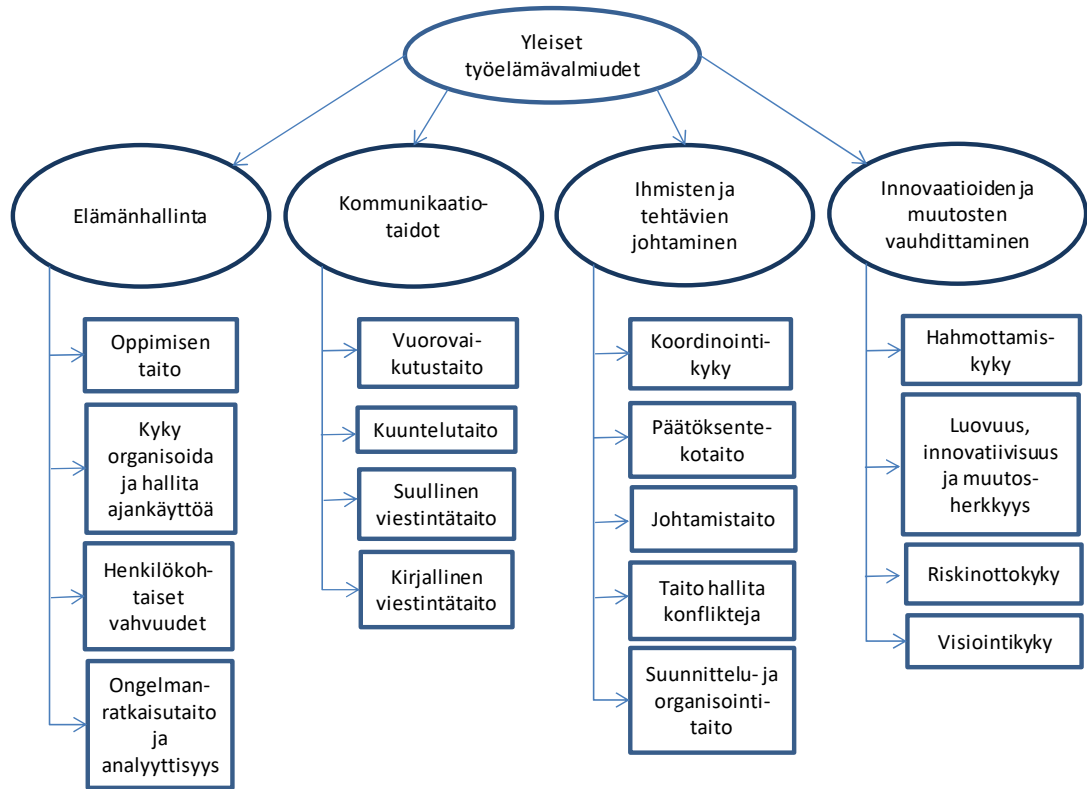
### 2.1 Työelämävalmiuksien taustaa

Tässä työssä käytetään käsitettä työelämävalmiudet, josta Englanninkieliset lähteet käyttävät esimerkiksi termiä *employability skills*. Työelämävalmiuksilla tarkoitetaan tässä yleistä valmiutta tehdä työtä, kompetenssia, tietotaitoa ja henkilökohtaisia tekijöitä, jotka mahdollistavat työelämään siirtymisen, työskentelyn kehittyvässä ja muuttuvassa työelämässä sekä työn vaihtamisen. Näillä ei tarkoiteta sellaisia taitoja, jotka ovat sidottuja tiettyyn työtehtävään tai tekniikkaan, vaan jotka ovat perusteena kaikessa työssä. (Ju – Pacha – Moore – Zhang 2014: 204; Nilsson – Ekberg 2013: 450.) Läheinen käsite on työelämätaidot, jolloin asiaa voidaan lähestyä myös ammatin kautta. Eri ammateissa tarvittavat taidot korostuvat toisten merkityksen ollessa vähäisempi. (Department of Education 2006.) Työelämätaidot voidaan kuitenkin ymmärtää kattamaan ammatillisen osaamisen lisäksi tekijät, joita tarvitaan työelämässä pärjäämiseen (Turun yliopisto 2017).

Koulutuksen maailmassa, jossa työelämävalmiuksien edistäminen on vahvasti läsnä, puhutaan usein osaamisesta. Osaamisesta käytetään rinnakkain käsitteitä taidot, pätevyys, kyvykkyys tai asiantuntemus, ja sitä on hankala määritellä yksiselitteisesti. Yksi tapa on sisällyttää osaamisen käsitteeseen tiedot, taidot, kokemukset, asenteet ja verkostot, jolla voidaan tarkoittaa myös yhteiskunnan tapahtumien seuraamista. Oppiminen, osaamisen ja taitojen kertyminen, voi olla myös perheessä ja vapaa-ajalla tapahtuvaa epäjärjestelmällistä arkioppimista. (Pakanen n.d.) Työelämävalmiuksien tukeminen on huomioitu urasuunnittelu- ja oppilaitosten opinto-ohjauksessa (mm. Department of Education 2006, The Conference Board of Canada (n.d.), Turun yliopisto 2017, University of Kent n.d.).

Yleiset työelämävalmiudet voidaan jäsentää Ruohotien (2000) mukaan neljään luokkaan: elämänhallinta, kommunikointitaito, ihmisten ja tehtävien johtaminen sekä innovaatioiden ja muutosten vauhdittaminen (Kuvio 1). Elämänhallintaan voidaan lukea kuuluvaksi oppimisen taito, kyky organisoida ja hallita ajankäyttöä, henkilökohtaiset vahvuudet sekä ongelmanratkaisutaito ja analyyttisyys. Kommunikointitaito pitää sisällään vuorovaikutustaidon, kuuntelutaidon, suullisen viestintätaidon ja kirjallisen viestintätaidon. Ihmisten ja tehtävien johtamisen alle voidaan lukea koordinoitukyky, päätök-

sentekotaito, johtamistaito, taito hallita konflikteja sekä suunnittelu- ja organisointitaito. Viimeinen luokka, innovaatioiden ja muutosten vauhdittaminen sisältää hahmottamiskyvyn, riskinottokyvyn, visiointikyvyn sekä luovuuden, innovatiivisuuden ja muutosherkkyden. (Ruohotie 2000: 40-47.)



Kuvio 1: Työelämävalmiudet Ruohotien (2000) mukaan.

Muita jäsennyksiä työelämävalmiuksille ovat esimerkiksi jako perustaitoihin, vaativampiin ajattelutaitoihin ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Perustaidot sisältää luku- ja kirjoitustaidon, matemaattisen osaamisen, kuuntelemisen ja puhumisen. Vaativimmat ajattelutaidot ovat luova ajattelu, päätöksentekokyky, ongelmanratkaisutaidot, visualisointi, oppimistaidot ja päättelykyky. Henkilökohtaisina ominaisuuksina tai tekijöinä voidaan pitää vastuullisuutta, itseluottamusta, sosiaalisuutta, itsensä johtamista ja moraalista. (Ju ym. 2014: 204). Tärkeinä pidettyjä työelämävalmiuksia ovat myös informaation käsittelytaidot, yhteistyötaidot ja teknologiaosaaminen (Department of Education 2006, The Conference Board of Canada (n.d.), University of Kent n.d.).

Jäsennystä voidaan tehdä myös sen kautta, miten työelämätaitoja kerrytetään. Käytännönläheinen osaaminen hankitaan tekemällä, kun taas yleinen, käsitteellinen tai



teoreettinen osaaminen voidaan hankkia esimerkiksi lukemalla. Metakognitiivinen osaaminen perustuu yksilön omaan toimintaan ja sen ohjaamiseen. Vaikka kaikki osa-alueet ovat tärkeitä, tänä päivänä yhteiskunnassa korostuvat esimerkiksi kyky hyödyntää osaamistaan, vuorovaikutustaidot, joustavuus sekä kyky oppia, vaikuttaa, reflektoida ja organisoida toimintaansa. (Pakanen n.d.)

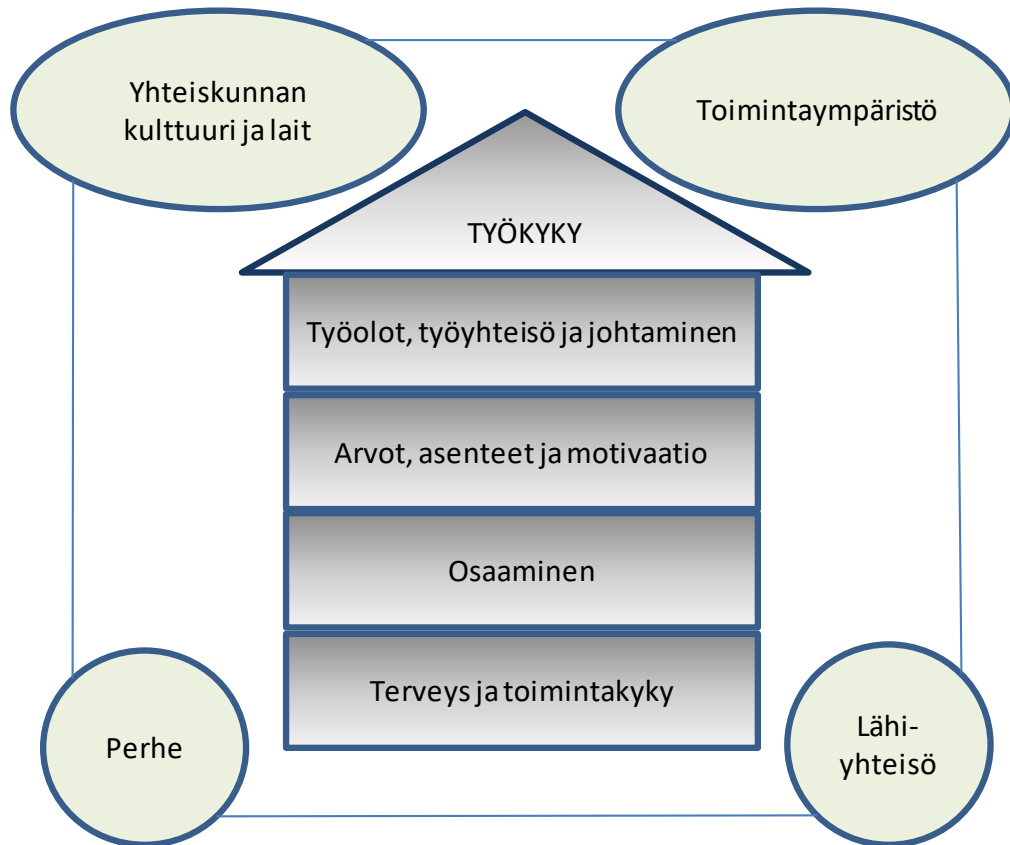
## 2.2 Työelämävalmiuksien tukeminen kuntoutuksessa

Työikäisten kuntoutus on pohjautunut lääketieteelliseen sairaus – vika – vamma – ajatukseen, jossa kuntoutuksen tavoitteena on ollut poistaa tai lieventää sairauden, vian tai vamman oireita tai haittaa. Kritiikin mukaan näin työssä selviytymisen on katsottu olevan vain ruumiin ja mielen terveydestä riippuvaista ja on jätetty huomiotta ympäristötekijöihin, perheeseen ja työhön liittyvät seikat. Jo 1970–80 –luvuilla Suomessa syntyi vika – vamma – sairaus –ajattelulle täydentäviä tai vaihtoehtoisia kuntoutuksen ideoita ja alettiin kiinnittää huomiota työympäristötekijöihin sekä sen vaikutuksiin sairauksien syntyyn. (Mäkitalo – Suikkanen – Ylisassi – Linnakangas 2008: 529-530.)

Työkykyä pidetään työolosuhteiden ja yksilön toimintakyvyn vuorovaikutuksen tuloksena (Ahola 2011: 65). Sairaus ei tämän ajattelun mukaan suoraan vaikuta yksilön työssä selviytymiseen, vaan oleellista on sairauden vaikutus yksilön toimintakykyyn. Työkyvyllä tarkoitetaan sitä osaa toimintakyvystä, jota tarvitaan työssä. (Mäkitalo ym. 2008: 530.) Toimintakykyä voi olla jäljellä, vaikka yksilö olisi menettänyt työkykynsä kokonaan tai osittain. Työkyky ei myöskään ole suoraan verrannollinen yksilön työssäkäynnin kanssa, jota kuvaa se, kuinka vaikeasti näkö- tai liikuntavammaisat tekevät täyttä työpäivää kliinisestä työkykyarviosta huolimatta. Toisaalta lääketieteellisesti työkykyinen voi osoittautua työelämäänsä soveltumattomaksi elintapojensa, ammatillisen osaamisensa tai työn hallinnan puutteiden takia. (Lehto 2011:11.) Työssäkäyvien nuorten aikuisten työkyky on liitoksissa koettuun terveyteen ja elämänlaatuun, ruumiilliseen kuntoon ja työssä saatuun arvostukseen. Vaikka keskimäärin nuorten aikuisten työkyky on hyvä, kokemus omasta työkyvystä vaihtelee. Nuorten työkyvyn suurimmat riskit näyttäisivät olevan matala koulutus sekä työttömyys; esimerkiksi vuoden kestänyt työttömyys laskee selvästi alle 25-vuotiaiden psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. (Seitsamo – Tuomi – Ilmarinen 2006: 241, 249, 253-254).

Työkykyä voidaan kuvata esimerkiksi Työkyky-talo –mallilla (Kuvio 2). Työkyky-talossa perustana on yksilön terveys ja toimintakyky, jonka päälle rakentuu yksilön osaamisen

kerros. Osaamisen päälle rakentuu arvot, asenteet ja motivaatio. Näiden päälle asettuu kerros, jossa on työ, työolot, työyhteisö ja johtaminen. Talon ympärillä on lisäksi yksilön perheen, lähiyhteisön ja toimintaympäristön muodostama verkosto sekä yhteiskunnan kulttuuri ja lait. Työkyvyn kivijalka, perusta, muodostuu yksilön ominaisuuksista. Tähän kuuluvat psyykkinen, fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä terveys. (Työterveyslaitos n.d.)



Kuvio 2. Työkyky talo (Työterveyslaitos).

Toimintakyky on totuttu jaottelemaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysisen toimintakyvyn osa-alueita ovat tuki- ja liikuntaelimestön toiminta, sydän- ja verenkiertoelimestön toiminta, sekä keuhkojen ja hermoston toiminta. Psyykkiseen toimintakykyyn katsotaan kuuluvan kognitiivisten toimintojen, tunne-elämän tasapainoisuuden, persoonallisuuteen liittyvien tekijöiden sekä motivaation ja vireyden. Sosiaalinen toimintakyky kuvataan usein arjesta selviytymiseksi; se on mm. vuorovaikutuksellisissa tilanteissa ja eri rooleissa toimimista omassa toimintaympäristössä. Sosiaalisen toimintakyvyn ulottuvuuksia kuten kommunikointitaitoja ja oman osaamisen esilletuomista tarvitaan nykypäivän työelämässä. (Mäkitalo ym. 2008: 530.) Myös Sa-

vukoski ja Kauramäki (2007) esittävät, että tänä päivänä ihmisiltä vaaditaan ennen kaikkea sosiaalista toimintakykyä työstä ja arjesta selviytymiseen. Kuitenkin kuntoutuslainsäädännössä kuntoutuksen tarve perustuu lääketieteellisiin löydöksiin eikä sosiaaliin perusteisiin. (Savukoski – Kauramäki 2007: 125.) Nykykäsityksen mukaan terveydentilan, yksilön ja ympäristön yhteisvaikutukset muodostavat yksilön toimintakyvyn, ja se on moniulotteinen ja vuorovaikutteinen tila. Tätä kuvaa ICF-luokitus eli kansainvälinen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus, joka kuvaa, miten sairaus tai vamma näkyy yksilön elämässä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016.)

Ammatillisen kuntoutuksen tavoitteena on kuntoutujan työllistymismahdollisuuksien työhön paluun ja työssä selviytymisen tukeminen ja nämä vaikuttavat myös kuntoutukseen motivoitumiseen (Lindh 2013: 15). Suomessa työhallinto tai Kela vastaa lääketieteellisin perustein osatyökykyisiksi luokiteltujen ihmisten ammatillisesta kuntoutuksesta esimerkiksi silloin, kun kuntoutuksen tarpeessa olevalla ei ole riittävää ajankohtaista työhistoriaa. Tällaisia kuntoutusmuotoja ovat esimerkiksi kuntoutustarpeen selvitys, ammatillinen kuntoutus, työkokeilu, työhönvalmennus, ammatinvalinta ja urasuunnittelu sekä valmentava ja ammatillinen työvoimakoulutus. (Paatero – Lehmijoki – Kivekäs – Ståhl 2008: 34.)

### 2.3 Kohti työelämää

Ammatillisessa kuntoutuksessa on oleellista osata tulkita minkälaisia valmiuksia yhteiskunta ja työelämä ajankohtaisesti työntekijältä vaativat. Yksi muutoksista aiempaan on se, että yksilöltä vaaditaan valmiuksia, joita ennen on pidetty arkielämän piiriin kuuluvina. Tällaisia valmiuksia ovat persoonalliset ominaisuudet, sosiaalisuus ja kommunikatiivisuus. Työkyky ei liity enää vain työtehtävästä suoriutumiseen, vaan yksilöltä odotetaan henkilökohtaisen työkyvyn kehittämistä ja ylläpitämistä. (Lindh 2013: 46-47; Savukoski – Kauramäki 2007: 125.)

Työkyvyn ja työelämävalmiuksien suhdetta toisiinsa on tutkittu melko vähän (Nilsson – Ekberg 2013: 449-450). Tutkittu on, että työtä vailla olevien työkykyyn on kiinnitettävä huomiota, koska työttömyys voi johtaa työkyvyn alenemiseen. Työttömän työkyvyn aleneminen taas saattaa kohottaa syrjäytymisriskiä. Syrjäytyminen voidaan käsittää prosessina, jossa yksilön mahdollisuudet osallistua sosiaalisesti, taloudellisesti tai poliittisesti yhteiskuntaan heikkenevät. Syrjäytymistä voidaan kuvata myös sosiaalisena prosessina, joka jakautuu ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallinnan ulottuvuuteen. Eri

elämänhallinnan osa-alueet vaikuttavat osaltaan syrjäytymisriskiin, mutta eivät aiheuta sitä yksinään. (Pensola – Järvikoski – Järvisalo 2006: 223-224.) Myös aktiivisen kansalaisen taitojen on nähty yhdessä nuorten vaikuttamismahdollisuuksien ja osallisuuden kanssa merkittävinä syrjäytymisen ennaltaehkäisevinä sekä yksilön hyvinvointia lisäävinä tekijöinä (Kaihari-Salminen 2009).

Työttömälle on tärkeää pitää työkyvyn lisäksi huolta sosiaalisista suhteistaan, minäkuvista sekä itsetunnosta ja terveydestä (Pensola – Järvikoski – Järvisalo 2006: 223-224; Seitsamo – Tuomi – Ilmarinen 2006: 241). Nuorten työllistyminen on tärkeää, koska koetulla työttömyydellä on kauaskantoisia vaikutuksia mm. tulevana työttömyyskausina sekä alhaisempana tulotasona. Nuorena koettu työttömyys vaikuttaa työkokemuksen kertymiseen ja verkostoitumiseen sekä pitkittyessään rapauttaa jo olemassa olevaa osaamista. (Hämäläinen – Tuomala 2013: 6.)

Vuosina 2001-2003 tehtiin Aktiivinen sosiaalipolitiikka –työryhmän esityksestä valtakunnallinen nuorten kuntoutuskokeilu, jonka kohderyhmänä oli 15-17-vuotiaat nuoret, jotka olivat keskeyttäneet peruskoulun tai ammattiopinnot tai joiden opinnot olivat vaarassa keskeytyä tai jotka olivat suorittaneet peruskoulun heikoin arvosanoin. Kuntoutuskokeilu toteutettiin useissa projekteissa, joihin valittujen ei tarvinnut täyttää kuntoutuksen lääketieteellisiä kriteerejä – kuntouttaviin toimiin ryhdyttiin syrjäytymisvaaran perusteella. Sosiaalisen toimintakyvyn kautta kuntoutuksen toimintakenttä laajeni kuntoutuskokeiluissa kattamaan nuorten vapaa-ajan, opiskelun, työn, asumisen ja sosiaaliset suhteet. Hyviä tuloksia syntyi, mikäli nuorelle pystyttiin tarjoamaan yksilöllisestä tarpeesta lähteviä palveluja, jotka pyrkivät vahvistamalla nuoren itseluottamusta ja osallisuutta suunnaten häntä kohti tulevaisuuttaan. (Mäkitalo ym. 2008: 541-542.)

Tavoitteellisuus ja asiakaslähtöisyys ovat keskeisiä arvoja kuntoutustoiminnalle. Käsitettä empowerment käytetään yleensä kuvaamaan asiakaslähtöisen kuntoutustoiminnan tavoitetta. Tällä tarkoitetaan yksilön valtaistumista tai voimavaraistumista, jossa keskeistä on itsenäistyminen ja muutos kohti laajempaa subjektiutta omassa elämässä. Tavoitteena on yksilön elämänhallinnan ja psyykkisten voimavarojen vahvistaminen, jolloin yksilö vahvistuu päättämään omista asioistaan ja kantamaan vastuuta, mihin hänelle annetaan myös mahdollisuus. Voimavaraistamisprosessissa on olennaista suuntautua yksilön tulevaisuuteen ja siinä tapahtuviin muutoksiin. Voimavarojen kasvattamiseen tähtäävässä sosiaalisessa kuntoutuksessa pyritään mm. yksilön itseluottamuksen kasvattamiseen. Tilanteesta riippuen yksilön tarvitsema tuki voi olla monen-

laista. Toisinaan tueksi riittää yksilön voimavarojen osoittaminen. Kuitenkin luottamus siihen, että voi tarvittaessa saada tukea, on merkityksellisempää kuin varsinainen tuki. (Savukoski – Kauramäki 2007: 124-125, 127-128.)

### **3 Tutkimuksellisen kehittämistyön toimintaympäristö**

Kiipulasäätiön historia juontaa juurensa vuoteen 1945. Taustayhteisöjä ovat Filha ry (entinen Hengitys ja Terveys ry) sekä Janakkalan kunta. (Kiipulasäätiö n.d.) Säätiön tarkoitus on huolehtia vammaisten, erityistä tukea tarvitsevien ja muiden henkilöiden ammatillisesta koulutuksesta sekä ammatillisesta ja lääkinnällisestä kuntoutuksesta (Kiipulasäätiö vuosikertomus 2015). Perustehtävän mukaisesti Kiipulasäätiössä vahvistetaan asiakkaiden työelämävalmiuksia ja kehitetään työelämäkäytäntöjä esteetöntä ja suvaitsevaa yhteiskuntaa kohti. Arvot, jotka ohjaavat työtä, ovat aikaansaavuus, rohkeus, kumppanuus, kohtuullisuus ja ihmisyyys. Kiipulasäätiöllä on toimintaa kahdeksalla toista paikkakunnalla ympäri Suomea. Kiipulaan kuuluvat Kiipulan ammattiopisto, Kiipulan kuntoutus, Kiipulan yrityspalvelut, Kiipula Gardens ja Avire Oy. (Kiipulasäätiö n.d.).

Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tiedontuottajat osallistuivat Kiipulan kuntoutuksen ammatilliseen avomuotoiseen kuntoutukseen joko Ammatilliselle avomuotoiselle kuntoutuskurssille, Työhönvalmennukseen tai Työkokeiluun. Ammatillisen kuntoutuskurssin osallistujat valitaan haastattelun perusteella. Iältään he ovat 18-60-vuotiaita ja he ovat terveydenhuollossa todettu vajaakuntoiseksi tai vaikeasti työllistyviksi. (Kela 2014: 2-3.)

Työkokeilu on suunnattu työikäisille ihmisille, joilla on sairauden, vamman tai muun syyn aiheuttamana opiskelu- tai työkyky olennaisesti heikentynyt. Työkokeilu voidaan järjestää esimerkiksi nuoren työllistymisen edistämiseksi tai alavalinnan löytämiseksi tai tukemaan aikuisen työelämään paluuta tai ammatinvaihdon selvittämiseksi. (Kela 2015a: 3.) Työhönvalmennuksen kohderyhmään kuuluvat nuoret ja aikuiset, joilla on jo työ- ja/tai koulutusala selvillä, mutta he tarvitsevat yksilöllistä tukea ja ohjausta työelämässä pysymiseen, työelämään palaamiseen tai työelämään sijoittumiseen (Kela 2015b: 3).

Vuoden 2017 alusta alkaen Kelan Työkokeilu ja Työhönvalmennus sekä Mielenterveyskuntoutujien työhönvalmennus yhdistyivät Työllistymistä edistävän ammatillisen kuntoutuksen palveluksi. Palvelu on suunnattu henkilöille, joilla on tai on lähitulevaisuudessa heikentyneet mahdollisuudet työhön, opiskeluun tai muuhun ansiomahdollisuu-teen vamman tai sairauden ja muun kokonaistilanteen vuoksi. (Kela 2017: 3.) Tutkimuksellisen kehittämistyön tuloksia voidaan hyödyntää ammatillisessa kuntoutuksessa mm. ammatillisilla kuntoutuskursseilla sekä työhönvalmennuksen asiakkaiden työelämävalmiuksien tukemisessa.

#### **4 Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoite ja tarkoitus**

Tutkimuksellisen kehittämistyöni tarkoituksena oli selvittää osatyökykyisen nuoren aikuisen työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät arjessa. Tavoitteena on tukea osatyökykyisiä nuoria kohti työelämää.

Tuotoksena syntyi kuvaus nuorten osatyökykyisten työelämävalmiuksia edistävästä ja rajoittavista tekijöistä arjessa.

Tutkimuksellista kehittämistyötä ohjaavat kysymykset

- Mitkä tekijät arjessa edistävät työelämävalmiuksia, kun ei ole työtä?
- Mitkä tekijät arjessa ovat työelämävalmiuksia rajoittavia?

#### **5 Tutkimuksellinen kehittäminen**

##### **5.1 Tutkimuksellinen lähestymistapa**

Laadullisella tutkimusmenetelmällä voidaan tarkastella ihmisten välisiä ja sosiaalisia ilmiöitä ja merkityksiä. Tavoitteena on kerätä ihmisten omia kuvauksia kokemistaan asioista. Näiden kuvausten voidaan olettaa sisältävän asioita, joita he pitävät itselleen merkittävinä. Laadullisella tutkimusmenetelmällä ei pyritä löytämään totuutta tutkittavasta asiasta, vaan tuomaan esiin jotakin, joka ei ole suoraan havaittavissa. Ihmisten kuvauksien perusteella muodostetaan tulkintoja. Nämä tulkinnat ovat merkityssuhteiden avauksia. (Vilka 2005: 97–98.) Laadullisen tutkimusmenetelmän yksi tehtävä on

olla emansipatorinen. Tällä tarkoitetaan tiedontuottajan ymmärryksen lisäämistä tutkitavasta asiasta ja sen myötä vaikutetaan myönteisesti tutkittavaan aiheeseen liittyviin ajattelu- ja toimintatapoihin. (Vilka 2005: 103.)

Tässä kehittämistyössä oli tarkoitus selvittää mitkä tekijät nuoren aikuisen arjessa tukevat työelämävalmiuksia, kun ei ole työssä. Tutkimuksellinen lähestymistapa oli laadullinen ja aineistoa kerättiin teemahaastattelulla. Laadullisen tutkimuksen aineistoa voidaan kerätä esimerkiksi haastattelemalla, kyselyllä, havainnoimalla ja pohjaten erilaisten dokumenttien tietoihin. Haastattelun etu on, että haastatteliija voi tarvittaessa toistaa kysymyksen, oikaista väärinkäsityksiä, selventää ilmausten sanamuotoja ja käydä keskustelua tiedontuottajan kanssa. (Tuomi – Saarijärvi 2009: 70–73).

## 5.2 Tutkimuksellisen kehittämistyön aikataulu

Tutkimuksellinen kehittämistyö ajoittui vuosiin 2015–2017 (Taulukko 1). Tutkimuksellisen kehittämistyön teoretiedon keruu alkoi marraskuussa 2015 ja teoriaosuutta täydennettiin koko prosessin ajan. TYÖSTE-hankkeen kanssa on käyty keskusteluja sekä oltu sähköpostiyhteydessä aiheen tarkentamiseksi ja rajaamiseksi marraskuussa 2015, helmikuussa 2016, elokuussa 2016 ja marras-joulukuussa 2016. Tutkimuslupaa haettiin Kiiipulasäätiöltä sekä Kelasta maaliskuussa 2017. Tutkimusluvut myönnettiin Kiiipulasäätiöstä 2.3.2017 ja Kelasta 10.3.2017. Lupien myöntämisen jälkeen haastatteluun kutsuttiin kuntoutusasiiantuntijoiden toimittamien yhteystietojen perusteella tiedontuottajat. Haastattelut toteutettiin 29.3.–30.4.2017 välisellä ajalla. Aineisto käsiteltiin kevät-kesän aikana ja tulokset valmistuivat lokakuussa 2017.

Taulukko 1. Tutkimuksellisen kehittämistyön aikataulu

Mitä	Milloin	Miten
teoriatiedon keruu	marraskuu 2015 – lokakuu 2017	kirjallisuus
tutkimusluvut	maaliskuu 2017	Kiipulasäätiö, Kela
haastattelut	maaliskuu - huhtikuu 2017	4 osallistujaa, yksilölliset teema-haastattelut á 60min
aineiston käsittely	toukokuu – elokuu 2017	haastattelujen litterointi, aineiston analysointi
alustavat tulokset TYÖSTE (ESR) käyttöön	elokuu 2017	analyysi hankevastaavalle, ohjauskeskustelu
raportin koostaminen	elokuu – lokakuu 2017	teorian ja tulosten vertailu, pohdinta, raportin viimeistely
raportti valmis	marraskuu 2017	

Aikataulua tarkistettiin prosessin aikana säännöllisesti. Tulosten alustava analyysi valmistui elokuussa 2017, jonka jälkeen ohjauskeskustelun perusteella analyysi täsmentyi lopulliseen muotoon.

### 5.3 Tiedontuottajien valinta ja kuvaus

Tiedontuottajia valittaessa on pidettävä mielessä mitä ollaan tutkimassa. Tiedontuottajat on mielekästä valita tutkittavan asian asiantuntemuksen tai kokemuksen perusteella. Tärkeä tiedontuottajan valinnan kriteeri on haastateltavan omakohtainen kokemus tutkittavasta asiasta. (Vilka 2005: 114.) Tutkimukselliseen kehittämistyöhön tiedontuottajiksi valittiin ikäryhmään 18–29-vuotiaita kuuluvia töitä vailla olevia henkilöitä vapaaehtoisuuteen perustuen. Vapaaehtoisuus pyrittiin varmistamaan siten, että tutkimuksen osallistuvat henkilöt eli tiedontuottajat etsittiin ilmoitustaululle kiinnitettävän tiedotteen sekä Kiipulan kuntoutuksessa työskentelevien kuntoutusammattilaisten avulla. Kuntoutusammattilaisille kerrottiin tutkimuksen tavoitteesta ja tarkoituksesta, jonka perusteella he tiedustelivat omilta ohjattaviltaan halukkuutta osallistua tutkimukselliseen kehittämistyöhön tiedontuottajana (Liite 1: Tutkimushenkilötiedote).

Tavoitteena oli haastatella 4-6 nuorta aikuista. Halukkaita osallistujia löytyi 5, joista 4 osallistui haastatteluun. Yksi jäi pois sairastumisen vuoksi. Haastatteluun osallistuneis-



ta kaksi (2) oli naisia ja kaksi (2) miehiä. Iältään haastatellut tiedontuottajat olivat 21–28-vuotiaita. Tutkimukselliseen kehittämistyöhön osallistuminen oli vapaaehtoista ja haastattelu tapahtui kuntoutujan vapaa-ajalla. Haastattelut tehtiin Kiipulan toimitiloissa yksilöllisesti siten, että haastattelussa olivat läsnä haastateltava ja tutkimustyön tekijä. Haastattelun alussa tutkimushenkilöille esiteltiin tarkemmin työelämävalmiuden käsitettä teorian pohjalta sekä pyydettiin kirjallinen suostumus tutkimukselliseen kehittämistyöhön osallistumisesta tiedontuottajana (Liite 2: Suostumusasiakirja).

#### 5.4 Aineiston kerääminen

Tavanomaisesti tutkimushaastatteluja tehdään yksilöllisesti (Vilka 2005: 101). Teema-haastattelu on keskustelunomainen tilanne, jossa käydään läpi ennalta suunniteltuja teemoja, joita on tutkimusongelman ratkaisemiseksi välttämätöntä käsitellä (Vilka 2005: 101–102). Kaikkien haastateltavien kanssa käydään läpi samat teemat, mutta niiden käsittelyn laajuus sekä järjestys eri haastatteluissa saattaa vaihdella. Teema-haastattelu vaatii laajaa aihepiirin perehtymistä sekä haastateltavien tilanteen tuntemista. (Saaranen-Kauppinen – Puusniikka 2006; Ojasalo – Moilanen – Ritalahti 2014: 41, Vilka 2005: 101–102.)

Teemahaastattelun runko on liitteenä (Liite 3) ja esitettävät kysymykset tarkentuivat teoriaosuuden valmistumisen myötä. Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä esitettiin kaikille osallistujille samat kysymykset, mutta niiden järjestystä muutettiin tilanteen mukaan. Esimerkiksi silloin, kun tiedontuottajalla oli asiantuntemusta tietyistä teemista, teemasta keskusteltiin pidempään ja vastaavasti aiheet, joista tiedontuottajalla ei ollut sanottavaa, käsiteltiin lyhyesti. Taustatiedoiksi selvitettiin haastateltavan ikä, aiemmat kokemukset työelämästä sekä minkälaisista asioista haastateltavan arki muodostuu.

Jokaiseen haastatteluun varattiin aikaa 60 minuuttia. Yhden haastattelun aikaraja ylitettiin 10 minuutilla sovitusti. Kaikki haastattelut äänitettiin ja litteroitiin analyysia varten. Haastatteluaineistoa kertyi yhteensä 3h 24min, joka kirjoitettuna muodosti aineistoa 23 A4-sivua ja 4 riviä (fontti: Calibri, fonttikoko 11, riviväli 1).

## 5.5 Aineiston analysointi

Laadullista tutkimusta tehdessä on aineiston analyysitapa suositeltavaa valita jo ennen aineiston keräämistä (Tuomi – Sarajärvi 2009: 69–70). Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä käytettiin aineiston analysoinnissa aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi on merkityssuhteiden ja merkityskokonaisuuksien etsintää laadullisen tutkimuksen metodina (Vilkkä 2015: 163). Aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä, ja analyysin avulla ilmiöstä luodaan sanallinen kuvaus (Tuomi – Sarajärvi 2009: 108). Ennen analyysin aloittamista valitaan analyysiyksikkö, joka voi olla sana, lause tai sen osa, tai ajatuskokonaisuus (Tuomi – Sarajärvi 2009: 110, Vilkkä 2005: 140).

Aineistolähtöinen analyysi etenee vaiheittain. Ensin aineisto pelkistetään, sitten aineisto ryhmitellään ja lopuksi muodostetaan teoreettiset käsitteet. Aineiston pelkistämisenä karsitaan tutkimuksen kannalta epäolennainen tieto pois. Pelkistäminen voi tapahtua siten, että alkuperäisestä aineistosta etsitään tutkimuskysymyksiin vastauksia. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 108-109.) Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä aineiston analysointi tehtiin tutkimuskysymyksittäin:

- 1) Mitkä tekijät arjessa edistävät työelämävalmiuksia
- 2) Mitkä tekijät arjessa ovat työelämävalmiuksia rajoittavia.

Aluksi litteroidut haastattelut luettiin läpi ja niistä alleviivattiin tutkimuskysymyksiin liittyvät kohdat. Nämä kohdat siirrettiin Excel-taulukkoon tutkimuskysymyksittäin jonka jälkeen ne pelkistettiin. Analyysiyksiköksi valittiin sana tai ajatuskokonaisuus.

Aineiston ryhmittelyssä pelkistetyistä aineistosta etsitään samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia. Samaa asiaa tarkoittavat asiat kootaan yhdeksi alaluokaksi, jotka voivat yhdistyä yläluokiksi. Ryhmä nimetään sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Aineisto tiivistyy luokittelun aikana yleisemmiksi käsitteiksi. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 110.) Esimerkki aineiston analyysistä on liitteenä (Liite 4). Aineiston ryhmittelyä jatketaan niin kauan kuin se on sisällön kannalta mahdollista. Valikoidusta tiedosta muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 111.)

## 6 Työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät nuoren arjessa

### 6.1 Työelämävalmiuksia edistävät tekijät nuoren arjessa

Työelämävalmiuksia tukeviksi tekijöiksi aineistosta nousi ammatillisen tietotaidon ylläpitäminen ja itsenäinen opiskelu. Tietyt luonteenpiirteet koettiin edistävän työelämävalmiuksia, samoin uskallus ja avoimuus uusille asioille ja motivaatio. Terveyttä tukevat elämäntavat edistivät sekä työkykyä että työelämävalmiuksia. Taito rentoutua sekä teot, joiden koettiin lisäävän onnellisuutta tai tuottavan nautintoa koettiin vaikuttavan työelämävalmiuksiin edistävästi. Harrastukset ja vapaa-ajan toiminta sekä lemmikin hoitaminen edistivät työelämävalmiuksia, niin myös itsensä johtaminen arjessa nousi aineistosta. Median seuraamisen ja aktiivisuuden sosiaalisessa mediassa lisäksi videopäiväkirjan pitäminen koettiin työelämävalmiuksia tukevaksi tekijäksi. Erilaisten ihmisten kanssa toimiminen sekä oma sosiaalinen ympäristö ja lähipiiri vahvistivat työelämävalmiuksia. Myös verkoston ja ympäristön tuki sekä positiivinen palaute koettiin edistäviksi. Muuttaminen uuteen asuntoon oli teko, joka myös tuki työelämävalmiuksia, samoin kuin työstä ja työharjoittelusta saatu työkokemus.

#### **Ammatillisen tietotaidon ylläpitäminen ja muu opiskelu**

Koulutuksen ja oman ammattikentän seuraamisen itsenäisesti koettiin tukevan työelämävalmiuksia tukemalla oppimisen taitoa ja ongelmanratkaisutaitoja sekä taitoa toimia ryhmässä. Myös psykologian alan kirjallisuuden itsenäinen lukeminen koettiin tukevan erityisesti itsensä johtamisen taitoa ja taitoa tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa.

No, semmonen nyt tässä tulee mieleen, että mun ala on IT-ala ja se on periaatteessa sellaista koko ajan kehittyvää, ja sitku kotonakin tulee arjessakin kuitenkin koko ajan seurattua ja vähän niin ku opiskeltua siinä niin ku samalla, niin voisin kuvitella että se on myöskin taito ja jos ei sitä mitään opiskele, niin se taito sitten sillain niin ku ruostuu.

#### **Luonteenpiirteet**

Luonteenpiirteet, jotka koettiin työelämävalmiuksia tukeviksi, olivat esimerkiksi rauhallisuus, ymmärtäväisyys ja impulsiivisuus. Näiden koettiin vaikuttavan positiivisesti kykyyn ottaa riskejä sekä johtamistaitoihin.

Mut en mä sitten tiedä, mikä mun arjessa olis niinku semmonen, mikä niitä vahvistais, vai onks se vaan luonteenpiirre, kun mä oon niin rauhallinen ja ymmärtäväinen semmonen, enkä hötkeyle tai hössötä ja tuomitse.

## **Uskallus ja avoimuus opetella tai tehdä uusia asioita**

Avoimuus sekä uskallus tehdä uusia asioita, sekä kyky sietää epäonnistumisia koettiin elämönhallinnan ja tehtävien organisoimisen osa-alueita edistäviksi. Ne vaikuttivat edistävästi itsetuntoon, organisointitaitoihin ja oppimistaitoihin.

Ja tota yritän aika paljon, jos mulla on niinku ylimäärästä aikaa, ni opetella jotakin uutta. Esimerkiks opetella soittaa pianoa tai lukee psykologiaa tai jotain semmosta, mikä ei oo tuttua itelle. Ni se sit tavallaan pitää sellasta mielenkiintoa asioihin. Mä oon huomannu, että sillä on niinku suuri vaikutus siihen, miten niinku töissäkin esimerkiksi sitten toimii, kun on joku semmonen virike siellä, mitä haluaa oppia koko ajan lisää.

## **Motivaatio**

Tahto tai motivaatio esiintyi uusien asioiden opettelemiseen sekä muutokseen sopeutumiseen liittyvänä edistävänä tekijänä.

Tohon vielä, että pitää tietenkin olla varmaankin se halu, halu niin kun niitä uusia asioita käsitellä ja opetella. Jos, niin ku sit sitä varmaan ei tuu yhtään mitään, jos ei sitä halua.

## **Terveyttä tukevat elämäntavat**

Terveelliset ja säännölliset elämäntavat koettiin tukevan työkykyä ja elämönhallintaa. Tällaisia elämäntapoja olivat säännöllinen päivärhythmi ja rutiinien noudattaminen, sekä riittävä lepo, ravinto ja liikunta.

No mulle on tärkeitä niin ku rutiinit, että siis mä pidän niistä kiinni varsinkin arkena ja sit viikonloppusin mä voin vähän löystää niistä, niin sitten arki on taas kivaa kun se alkaa. ... No kun mä tiedän, että jos mä en pidä niistä kiinni mun tulee paha olo. Niin sit siis ihan sillein että on vähän niin ku tutkimalla löytäny sen mikä sopii. Ja sitte ku pitää siitä kiinni ni sitte voi hyvin.

No mikä sitä tietysti tukee ni on se varmaan sellanen säännöllinen rytmi arjessa, että suurin osa töistä, ei tietenkään kaikki, mutta suurin osa on sellasseita maanantaista perjantaihin, vaikka kaheksasta neljään on se työ, niin sitten kun on se jokin säännöllisyys arjessa niin siinäkin on helpompi niin kun tottua.

## **Rentoutumisen taito sekä nautinnolliset ja onnellisuutta lisäävät asiat**

Itselle mieluisten asioiden tekemisen sekä positiivisen ympäristön koettiin tukevan jaksamista myös työssä.

Se, että arjessa pystyy niin ku rentoutumaan ja päästämään vähän niitä savuja ulos, niin sit se auttaa sitten siellä työpaikallakin niin ku jaksamista ja.. Ja että on muutakin kuin se kuin se työ.

## **Harrastukset ja toiminta vapaa-ajalla**

Vapaa-ajan harrastukset kuten liikunta, verkkopelaaminen ja eläimet vaikuttivat positiivisesti työelämävalmiuksiin ylläpitämällä oppimisen taitoja, sosiaalisia suhteita, kommunikointitaitoja ja terveyttä. Luovien ja käden taitoa vaativien vapaa-ajan toimintojen koettiin edistävän innovatiivisuutta sekä kykyä hahmottaa asioita.

No, tietysti sieltä harrastusten puolelta sieltä verkkopelaamisesta tulee tietysti se, että ne pelit mitä me yleensä kaverin kanssa pelataan on sellasii aika niin ku kilpailullisii ja siinä se kommunikaatio liittyy niin ku aika pitkälti siihen peliin ja pelin tapahtumiin että siinä pitää osata kuunnella sitä tietoa, mitä sieltä toisen kaverin suusta tulee.

Ja sitten ihan arkena, me kaverin kanssa seurataan jalkapalloa paljon, ni oli, mä kannatan Liverpoolia ja se kannattaa Arsenaalia. Ni niil oli vastakkain peli neljäs kolmatta, ni se tuli meille kattoon, ni mä askartelin kaikkii Liverpoolin viirejä ja banderolleja ja kaikkia erikoisjuttuja, kylttejä. Niitä maalailin siellä monta tuntia kotona ittekseni. Kaikki tommonen niin ku aktiviteetti. Taas saatiin nauraa niillekin ja tuli taas hyvä mieli kaikille. ... nekin oli kaikki tommosia arkena puuhailtuja juttuja, mitkä sitten huomaa nimenomaan, että heijastuu työelämään, kun työelämässä tulee niitä samanlaisia innovaatioita sitten päähän.

## **Lemmikin hoitaminen**

Lemmikin hoitamisen koettiin edistävän elämänhallintaa ja vuorovaikutustaitoja, mutta myös päätöksentekokykyä ja oppimista.

## **Itsensä johtaminen arjessa**

Oman toiminnan tiedostaminen ja toimiminen tavalla, jolla kokee olevan positiivinen vaikutus itseen ja ympäristöön, eli itsensä johtaminen arjessa, koettiin tukevan työelämävalmiuksia. Esiin nousi omaan toimintaan liittyvä päätöksen tekeminen, suhtautuminen uuden asian opettelemiseen sekä vieraiden kanssa puhelimesta puhumiseen ja tietoinen vieraalla kielellä ajatteleva.

Kännykkä. Se päätös, että nyt laitan sen pois. Niitä päätöksiä mä teen joka päivä.

## **Median seuraaminen ja aktiivisuus sosiaalisessa mediassa**

Median seuraamisella sekä omalla aktiivisuudella sosiaalisessa mediassa koettiin vahvistavan kommunikointitaitoja, mutta myös itsetuntoa ja oppimista.

Instagram, koska mä yleensä laitan kaks tai kolme postausta päivässä, niin mä aina suunnittelen, mikä ja mitä mä kirjoitan siihen ja tälle.

## **Videopäiväkirja**

Videopäiväkirjan pitäminen ja sen katsominen myöhemmin kehitti kommunikointitaitoja.

## **Muuttaminen uuteen asuntoon**

Asunnon vaihtamiseen ja muuttamiseen liittyvä toiminta koettiin vahvistavan taitoa organisoida asioita.

Me ollaan aina tehty kaikki muutot sillain, että me aina pakataan kaikki valmiiks, ett se on lähinnä sitä organisointia, että mikä viedään ensin ja missä järjestyksessä kannetaan tavarat, ja miten tää on fiksu pakata.

## **Erilaisten ihmisten kanssa toimiminen**

Toimiminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa tuki kommunikointitaitoja, sekä edisti ristiriita- ja konfliktien ratkomisen taitoja. Samankaltaista puhetyyliä käyttävien ihmisten kanssa keskustelua pidettiin voimaannuttavana. Näitä tilanteita koettiin arjessa ystävi-en kanssa sekä työharjoittelussa esimiehen, työkavereiden ja asiakkaiden kanssa.

Ja kaikki erilaiset ihmisvibat. Kun vaikka mä tuun toimeen kaikkien kaa, ni en mä tykkää kaikista, nii sit on välillä haastavaa esimerkiks mun pomoo lähestyä kun se on aina välillä, usein, aina, vähän äkänen. Ja mä oon vähän silleen arka sen seurassa, niin sitten niinku oon vähän sillein et uskallaks mä kysyy. Nii sit kans siitä oppii.

## **Sosiaalinen ympäristö ja lähipiiri**

Perhe, parisuhde ja ystävät, eli sosiaalinen ympäristö ja lähipiiri edistivät haastateltavien mukaan itsetuntoa, ongelmanratkaisutaitoja, koordinoitukykyä, kykyä sopeutua uusiin tilanteisiin, luovuutta sekä kommunikointitaitoja. Esimerkiksi yhdessä sisarusten kanssa tekemisellä oli positiivinen vaikutus moniin työelämätaitoihin.

Kyl mä oon paljon pikkuveljen kanssa tykätään rakennella asioita. Esimerkiks nyt ruvetaan tekeen äitille semmosta isoo mäntypuista keittiön pöytää. Ja muutenkin perheen kanssa puuhastellaan paljon. ... Ja se (veli) on mua nytte yheksän vuotta nuorempi, se on nytte kaheksannella luokalla, niin sehän ei viä hirveesti oo mitään tavallaan rakennellukaan, niin se on tavallaan kattoo hirveesti niin ku mallia ja kattoo, ottaa sitä esimerkkiä, niin sille kun näyttää, että tää tehään niinku näin, ja sitten antaa sen tehä niin se on mielekästä sille. ... Mitä enemmän tota tollasta niinku puuhastelee perheen kanssa ja tekee itte mahdollisimman paljon erilaisia asioita, niin sitä enemmän se vahvistaa erilaisia osa-alueita taas sitte sinne työelämää varten.

## **Positiivinen palaute, verkoston ja ympäristön tuki**

Ympäristön ja verkoston tuki sekä positiivinen palaute edistivät itsetuntoa, kirjallisen viestinnän taitoja sekä innovatiivisuutta.

Hyvä tukiverkosto. Ja sitten niinku jos on töissä, niin ymmärtäväiset pomot ja työkaverit ja tämmöset. Jotenkin ymmärtäväinen ympäristö.

### **Työkokemus ja kokemus työharjoittelusta**

Monipuolisesti töiden tekeminen koettiin tärkeäksi. Saatua kokemusta niin palkkatyöstä kuin työkokeilusta/-harjoittelusta pidettiin yleisesti työelämävalmiuksia tukevana. Työharjoittelussa aikataulujen suunnitteluun liittyvät tehtävät sekä päivän suunnitteleminen koettiin vahvistavan ajanhallinnan taitoja. Ongelmanratkaisutaidot vahvistuvat työssä uusien tehtävien ja asioiden myötä. Työharjoittelu tai ansiotyö tuki itsetuntoa ja edisti terveitä elämäntapoja ja ylläpiti arkirytmää. Työharjoittelussa toisten ihmisten kohtaaminen tuki haastateltavien kommunikointitaitoja sekä johtamistaitoja. Työharjoittelussa työn mukauttamisen koettiin tukevan työkykyä.

No selkeesti nyt ainakin nyt tuo työ tai työharjoittelu on sellanen, et mä olin aika pitkään niin ku työttömänä tossa ja on sen nyt huomannu, et se on sellanen selkee tosi iso kokonaisuus mikä niin ku auttaa siihen itsetuntoon, että on jossain töissä ja näkee että pärjää siinä.

Nii, mä oon huomannu sieltä rakennustyömaalta oikeestaan, että se on ihan sama kuinka vihkoon ne hommat menee, ni se on aina korjattavissa jotenkin.

## **6.2 Työelämävalmiuksia rajoittavat tekijät nuoren arjessa**

Työelämävalmiuksia rajoittavana pidettiin omiin voimavaroihin ja omaan elämäntilanteeseen liittyviä yksilöllisiä tekijöitä, ja jättäytymistä kotiin tai muuten inaktiivista elämäntapaa. Psykkiseen ja fyysiseen terveydentilaan liittyvät diagnoosit sekä oppimisvaikeudet koettiin työelämävalmiuksia ja työkykyä rajoittaviksi. Tietyt luonteenpiirteet koettiin rajoittavan työelämävalmiuksia, samoin kielteinen suhtautuminen työtä ja sääntöjä kohtaan sekä kielteiset ajatuksen omasta itsestä, osaamisesta ja vallitsevasta tilanteesta. Myös itselleen paineiden luominen ja pelko muiden suhtautumisesta omiin valintoihin rajoitti työelämävalmiuksia. Etäisyys sosiaalisiin verkostoihin sekä vaikeus luoda uusia sosiaalisia suhteita nousi aineistosta myös esiin. Stressaavana tai negatiivisena koettu ympäristö rajoitti työelämävalmiuksia sekä työkykyä. Työelämävalmiuksia rajoitti myös avun pyytämisen vaikeus sekä koulutus.

### **Voimavarat ja elämäntilanne**

Omat voimavarat sekä elämäntilanne koettiin vaikuttavan muutokseen sopeutumiseen sekä sosiaalisiin tilanteisiin ja kommunikointitaitoihin rajoittavasti.

Ja sekin sitten taas riippuu, miten mä sopeudun, niin vähän siitä jaksamisesta ja sen hetkisestä elämäntilanteesta. En mä aina hirveen hyvin sopeudu. Mä just ostin uuden tietokoneen ja se on ihan hirveen. Oi että. Eli et jos on joku tuttu ja turvallinen, niin kyl mä sit meen niinku vähän raiteiltani joksukuks aikaa. Ja joskus mä kuvasin sitä vähän silleen, ett mun kupla puhkee, missä mä elän. Ja sit ku kaikki on taas ihan hyvin niin kupla tulee takasin

### **Jättäytyminen kotiin**

Jättäytyminen kotiin työtä ja/tai opiskelupaikkaa vailla ollessa koettiin laskeneen itsetuntoa sekä haitanneen päivärytmiä sekä unenlaatua.

No ei eipä oikeestaan tällä hetkellä, mutta siis silloin kun ei just ollu niitä, kun ei ollut missään työharjoittelussa tai opiskelemassa tai näin poispäin niin se oli kyllä selkeesti semmonen mikä mikä silloin vaikutti niin ku negatiivisesti siihen itsetuntoon.

### **Inaktiivisuus arjessa**

Harrastusten puuttuminen ja yleinen inaktiivisuus rajoitti jaksamista ja kommunikointitaitoja.

Ja se rajoittaa sitte, kun, kun vaan makaa, eikä tee mitään, että vaan möllöttää kotona eikä ota kontaktia muihin ihmisiin. Eikä, eikä tee niitä asioita, mitä haluaa tehdä. Ett tavallaan hyväksyy sen roolinsa siinä niin kun ns. työttömänä.

### **Terveydentila ja oppimisvaikeudet**

Terveydentilan koettiin rajoittavan sopeutumiskykyä, päätöksentekokykyä, kykyä hahmottaa asioita, riskinottoa, sosiaalisia suhteita ja vuorovaikutustaitoja. Oppimisvaikeudet rajoittivat oppimisen taitoa.

Varmaan kaikki kivut välillä on ehkä vähän vaikee kuunnella, jos itellä on paljon kipuja, ja sitten niin kun, varsinkin mun äitille musta tuntuu että mä valitan usein mun kivuista. Mutta kuitenkin äiti aina kertoo mulle myös sen asioista, et kyll mä sitäkin sitten kuuntelen, mutta ei oo aina hirveen helppoo kuunnella muitten hyviä ja huonoja juttuja kun on ite niin ku tosi kipee.

Tota, se on just se, mitä mä huomasin jossain vaiheessa, kun ei muka oikeen pystynyt liikkua, kun oli tää sairaus, niin tuli vaan aina töitten jälkeen vaan mentyä kotiin ja sit vaan makas jossain sohvalla, ja ei oikein tehny tavallaan mitään. Ni mä huomasin, että sillä on hirveen negatiivinen vaikutus ainakin muhun. Ja sit sitä tavallaan veltostuu, ja ei ota niin paljoo kontaktia ihmisiinkään, kun tavallaan se oma onnellisuustaso laskee jotenki ihan mystisesti, kun ei tee niinku tavallaan mitään.



## **Luonteenpiirteet**

Jotkin luonteenpiirteet koettiin rajoittavan itsensä johtamista ja ajanhallintaa, vuorovai-  
kutustaitoihin, kommunikointitaitoihin sekä riskinottokykyä.

Enkä mä oikeestaan sitä sillei pidä ees niin ku ongelmana. Eikä siis, niin ku tar-  
kotan mä oon aina niin ku ajoissa töissä ja asioissa, mihkä mun pitää mennä, mis  
on aikataulut, niin niistä niinku pidän kiinni, mut sitten niin ku kaiken tällasen  
oman arjen semmonen aikatauluttaminen, se on vähän sellanen missä mä en oo  
hirveen hyvä, muttei kuitenkaan niin ku vaikuta siltä stten niin ku velvollisuuksiin  
ja näin poispäin. Se on enemmän semmonen, tiedäksä, luonteenpiirre tai joku,  
muttei mikään sellanen ulkonen juttu se mikä vaikuttaa.

## **Kielteinen suhtautuminen työhön ja motivaation puute**

Mahdollinen kielteinen suhtautuminen työtehtäviä ja vallitsevia sääntöjä kohtaan sekä  
motivaation puute koettiin organisointitaitoja ja yleistä työkykyä rajoittaviksi.

No sehän on kyllä ihan itsestään selvää, että jos, jos niinku ei oo niinku halua, tai  
sellasta niinku kiinnostusta tehdä sitä työtä, ni sehän nyt tietenkin rajoittaa.

## **Itseen ja tilanteeseen liittyvät kielteiset ajatukset**

Kielteiset ajatuksen omasta itsestä, osaamisesta ja vallitsevasta tilanteesta rajoittavat  
kykyä sopeutua uusiin tilanteisiin, itsetuntoa, johtamistaitoja, koordinoitukykyä sekä  
konfliktien ja ristiriitatilanteiden hallintataitoja.

Kaikki! Kaikki mitä mun pään sisällä liikkuu. Kaikki mun ongelmat. ... Vähän niin-  
ku se tilannetaju ja sitten niinku mä en osaa hirveen hyvin nähdä laajoja kokonai-  
suuksia.

## **Etäisyys sosiaalisiin verkostoihin**

Fyysinen etäisyys sosiaalisiin verkostoihin ja uusien suhteiden luomisen hankalaksi  
kokeminen vaikuttivat sosiaalisiin suhteisiin rajoittavasti.

Toisaalta mä oon ollu, mä en oo, tai mulla ei oo hirveen helppo silleen niin ku sil-  
lein nuorena niitä uusia sosiaalisia suhteita, toisaalta ehkä nyt tuntunut siltä nyt  
kun on täällä asunu ku ennen asu siellä (toisella paikkakunnalla) missä ne piirit  
sitten oli, ni sitten vähän tän asuinpaikan ja sen etäisyyden takia tuntuu että osat  
niistä sosiaalisista suhteista jotenkin aikailla jäi niin ku sinne taka-alalle. Et  
varmaan niinku se etäisyys niihin entisiin öö.. kavereihin.. Mutta toisaalta ei se  
mun, sekin on ehkä enemmän sellanen mun sisäinen ominaisuus, et ei se mun  
mielestä se mun arki sinänsä.. ... Et mitkä rajoittaa, niin se on varmaan se etäi-  
syys jo niihin olemassa oleviin (sosiaalisiin suhteisiin) ja sit toisaalta se, se on  
varmaan sitten joku sisäinen ominaisuus ettei sitten helposti niitä sillein niitä so-  
siaalisia suhteita uusia toisaalta oo.

### **Avun pyytämisen vaikeus**

Koettu vaikeus pyytää apua vaikutti rajoittavasti ihmisten ja tehtävien koordinoitavuuteen. Koettiin, että on parempi tai helpompi tehdä itse kuin pyytää apua. Toisaalta avun pyytämisen vaikeus näyttäytyi tilannekohtaisena, sillä esimerkiksi muuttaessa koettiin luontevaksi pyytää ystäviä avuksi.

### **Paineiden luominen ja ulkopuolisten suhtautumisen pelko**

Sillä, että luo itselle paineita ja pelkää ulkopuolisten suhtautumista koettiin olevan rajoittava vaikutus kommunikointitaitoihin ja sosiaalisiin suhteisiin.

Ja nyt jos mä mietin itteeni kaks vuotta sitten, ni oli paljonki sellasia asioita, jotka tavallaan rajoitti sitä mikä on, kun ei muka uskaltanut tehdä niitä asioita joista oikeesti tykkää. Tai mitä haluais tehdä ja mitä haluaisi oppia.

### **Stressaava tai negatiivinen ympäristö**

Ympäristöön liittyvät stressitekijät tai negatiivisuus vaikutti rajoittavasti terveyteen ja itsetuntoon.

No joku sellanen kauhee alasajo ja mollaaminen ja ettei keskityttäisi niihin niin kun voimavaroihin tai positiivisiin puoliin, ja sit jos on jossain, mistä ei oikeesti yhtään tykkää, niin eihän silloin oo itelläänkään siihen mitään kiinnostusta tai jaksamista.

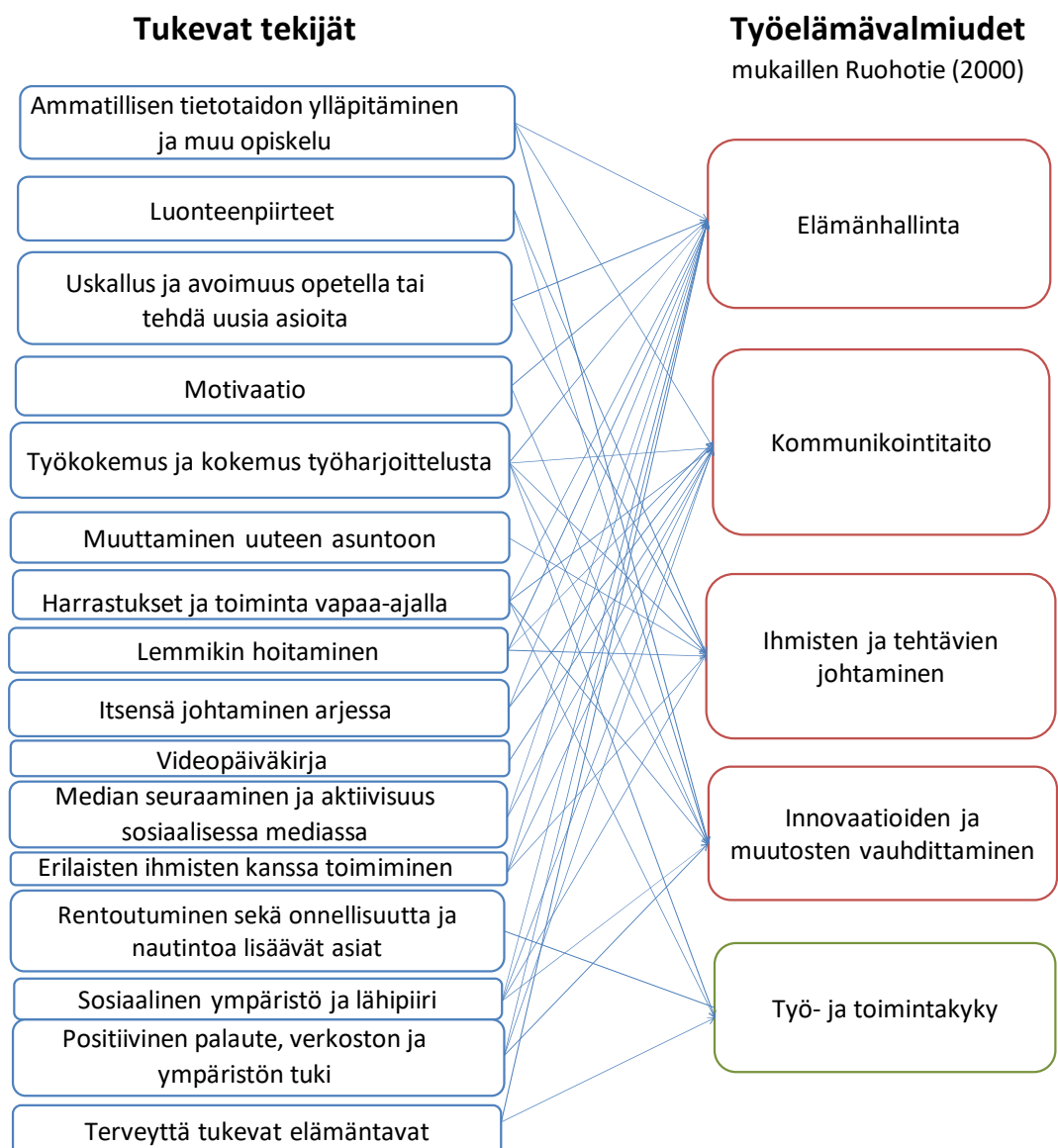
### **Koulutus**

Vaikka monipuolista koulutusta ja opiskelua pidettiin työelämävalmiuksia tukevana, koettiin koulutuksen myös voivan rajoittaa uusien asioiden omaksumista.

Mulla rupes vaan pyöriä päässä, että nyt tiettenki mikä auttaa ja rajoittaa sitten, on varmaan esimerkiksi ihan vaan pohjakoulutus tai koulutus. Että mitä niin ku monipuolisempi koulutus on taustalla, niin kyllä sekin sitten niin ku auttaa ymmärtämään uusia asioita, vaikkei ehkä suoraan olis niin ku oman alankaan, että siitä on varmaan niin ku apua. Ja sitten toisaalta se on niin ku rajoitus.

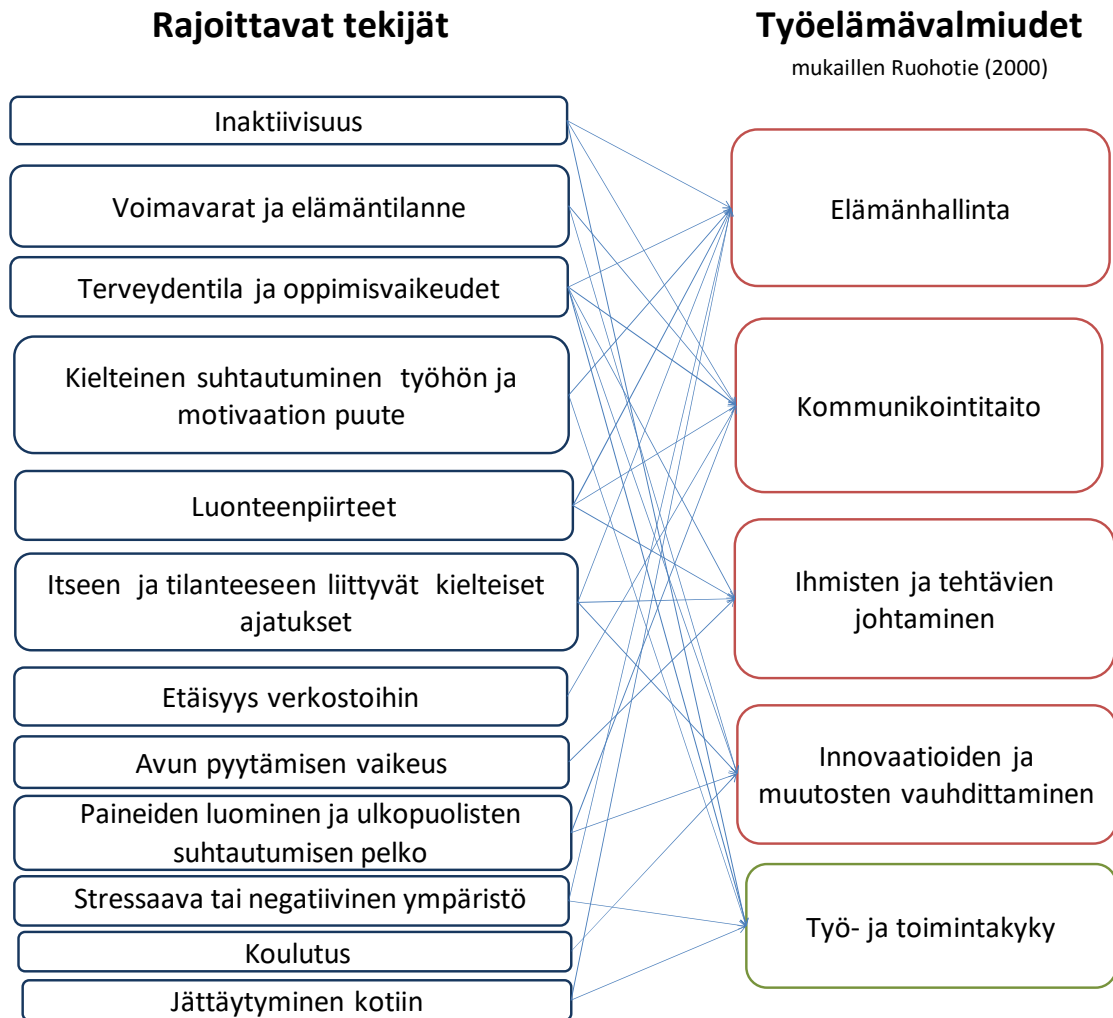
## 7 Kuvaus nuoren aikuisen työelämävalmiuksia tukevista ja rajoittavista arjen asioista

Nuorten arjesta tunnistettiin monta tekijää, jotka tukivat tai rajoittivat heidän työelämävalmiuksiaan. Tiedontuottajat kokivat joidenkin tekijöiden vaikuttavan useaan Ruohotien (2000) kuvaamien työelämävalmiuksien osa-alueeseen, ja lisäksi näiden ulkopuolelta työ- ja toimintakykyyn liittyvät tekijät. Tutkimuksellisen kehittämistyön työelämävalmiuksia tukevat tekijät on kuvattu kuviossa 3, jossa tukeva tekijä on yhdistetty viivalla siihen tai niihin työelämävalmiuteen, joita sen koettiin tukevan. Työelämävalmiudet Ruohotietä (2000) mukailien on kuvattu punaisilla reunuksilla ja työ- ja toimintakykyä tukevat tekijät ovat reunustettu vihreällä.



Kuvio 3: Työelämävalmiuksia tukevat tekijät

Työelämävalmiuksia sekä työ- ja toimintakykyä rajoittavia tekijöitä on kuvattu kuviossa 4. Kuviossa vasemmalle on sijoitettu sinisillä reunustettuna tekijät, jotka tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä nousivat esiin. Tekijä on yhdistetty viivalla siihen / niihin työelämävalmiuksiin, joihin sillä koettiin olevan rajoittava vaikutus.



Kuvio 4: Työelämävalmiuksia rajoittavat tekijät

Myös rajoittavilla tekijöillä saattoi olla vaikutusta useaan työelämävalmiuteen. Lisäksi joitakin tekijöitä koettiin sekä työelämävalmiuksia tukevinä että rajoittavina. Työ- ja toimintakykyyn on liitetty tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä jaksamiseen, terveyteen ja hyvinvointiin liittyvä aineisto.

## 8 Pohdinta

### 8.1 Tulosten tarkastelua

Tutkimuksellisen kehittämistyöni tarkoituksena oli selvittää osatyökykyisen nuoren aikuisen työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät arjessa. Tavoitteena oli tukea osatyökykyisiä nuoria kohti työelämää. Työelämävalmiuksia tukevia arjen tekijöitä pyrittiin tarkastelemaan nuorten aikuisten näkökulmasta. Tuotoksena syntyi kuvaus arjen tekijöistä, jotka nuoret kokivat työelämävalmiuksiaan edistäviksi ja rajoittaviksi.

Tuloksista näkyy nuorten aikuisten arjen tekijöiden moniulotteisuus ja se, kuinka yhdellä arjen tekijällä on usein monta vaikutusta, koska jokaisen kokemus asioiden vaikutussuhteesta on yksilöllinen. Toiset tekijät ovat itsessään työelämävalmiuksia edistäviä tai rajoittavia, mutta joukossa on myös asioita, jotka voivat olla sekä edistäviä että rajoittavia.

Konkreettisia tekijöitä tai aktiivisia tekoja, jotka tukivat työelämävalmiuksia, olivat harrastukset ja vapaa-ajan toiminta, perhe, ystävät, lemmikin hoitaminen, opiskeleminen, terveyttä tukevat elämäntavat, osallistuminen työhön tai työharjoitteluun, muuttaminen uuteen asuntoon, videopäiväkirjan pitäminen sekä median seuraaminen ja aktiivisuus sosiaalisessa mediassa. Voitaisiin esimerkiksi päätellä yleisellä tasolla aktiivisen vapaa-ajan ja harrastustoimintaan osallistumisen mahdollistamisen luomalla harrastusmahdollisuuksia ihmisten elinympäristöön tukevan nuorten mahdollisuuksia kehittää ja ylläpitää työelämävalmiuksiaan. Sen, miten vapaa-aikaansa viettää, voi jokainen itse päättää.

Omaan persoonaan tai luonteenpiirteisiin liittyviä tekijöitä liitettiin työelämävalmiuksia tukeviin tekijöihin vähemmän kuin rajoittaviin. Motivaatio nähtiin työelämävalmiuksia edistäväksi, mutta myös mahdollisena rajoittavana tekijänä; työtehtävästä pitäminen koettiin tärkeäksi. Yleisellä tasolla motivaatio työelämää kohtaan ei näyttäydä ongelmana, vaan Suomessa nuoret kouluttautuvat ja ovat halukkaita työllistymään (Hämäläinen – Tuomala 2013).

Elämänhallintaa tukevia tekijöitä kertyi aineistosta runsaasti. Itsetuntoa edistäviä asioita ja rajoittavia asioita tunnistettiin. Itsetunto laskettiin kuuluvaksi henkilökohtaisiin vah-

vuuksiin ja näin osaksi elämänhallintaa. Eräs sosiaalisen kuntoutuksen oletus on, että yksilön vahvuuksien osoittaminen vahvistaa hänen voimavarojaan ja itsetuntoaan (Savukoski – Kauramäki 2007: 127). Panostamalla yksilön vahvuuksien tunnistamiseen ja tukemiseen kuntoutuksessa tuetaan hänen työelämävalmiuksiaan.

Ihmisten ja tehtävien johtamista vahvistavia tekijöitä ei aineistosta löytynyt aivan yhtä paljoa, kuin esimerkiksi kommunikointitaitoja tai innovaatioiden ja muutosten vauhdittamiseen liittyviä tekijöitä. Itsensä johtaminen nousi teoriassa merkittävänä työelämävalmiuteen liittyvänä tekijänä ja aihetta on käsitelty laajasti esimerkiksi liike-elämään liittyvänä taitona (mm. The Conference Board of Canada (n.d.)). Tässä työssä itsensä johtaminen liittyi analyysivaiheessa sekä elämänhallintataitoihin että kommunikaatiotaitoihin, vaikka teemasta keskusteltiin haastatteluissa ihmisten ja tehtävien johtamistaitojen yhteydessä. Tuloksissa taito johtaa omaa toimintaa edisti nuorten elämänhallintaa että kommunikointitaitoja.

Oppimisvaikeuksien taustalla voi olla neurologinen sairaus tai vaurio, ja myös tarkkaavaisuushäiriöihin voi liittyä oppimisvaikeus. Myös masennus tai uupumus voi vaikeuttaa oppimista. Oppimishaasteet ja ikä voivat vaikuttaa oppimisvaikeuksien ilmenemismuotoihin. Stressi, kiire ja ikääntyminen voivat korostaa vaikeuksia. Erityisiä oppimisvaikeuksia, jotka voivat sairauden sijaan johtua hermoston toiminnasta, on arviolta 5-10% suomalaisista. Nämä voivat ilmetä esimerkiksi lukivaikeutena, laajempuna kielellisenä vaikeutena, hahmotusvaikeutena tai matemaattisten taitojen vaikeutena. (Haapasalo - Korkeamäki – Nukari – Reiterä-Paajanen – Saarelainen 2009: 8-9.) Tässä työssä tutkimukseen osallistujalla oli todettu oppimisvaikeus, jonka hän koki vaikuttavan erityisesti kykyyn oppia. Myös lievempiä erityisiä oppimisvaikeuksia tunnistettiin (hahmottamisen vaikeus, matemaattisten taitojen haasteet). Työelämässä oppimisvaikeudet voivat vaikuttaa monin eri tavoin. Ne voivat tulla esiin uudessa työssä tai muutostilanteissa, ja uusien työtapojen oppiminen voi olla hidasta. (Haapasalo ym. 2009: 29.)

Hankaluus luoda uusia sosiaalisia suhteita on haaste työelämässä korostuvan vuorovaikutus ja verkostoitumisvalmiuksien kanssa, jota tänä päivänä työelämässä vaaditaan. 2000-luvun työelämässä on oltava aktiivinen, ulospäin suuntautunut, sosiaalinen ja kommunikaatiotaitoinen. Lisäksi asenteen on oltava kunnossa, kuten myös elämäntapojen. (Lindh 2013: 47; Pakanen n.d.) Omilla elämäntavoilla oli myös tässä tutkimuksessa vaikutusta työelämävalmiuksiin. Säännöllisellä arkirytmillä nähtiin vaikutusta jak-

samiseen sekä hyvinvointiin. Terveellisen ruokavalion ja säännöllisen liikunnan hyödyt tiedostettiin, vaikka niitä ei aina välttämättä noudatettu.

Median seuraaminen ja osallistuminen sosiaalisessa mediassa on parhaimmillaan aktiivista ja työllistymisvalmiuksia tukevaa. Aktiivisuus sosiaalisen mediasisällön tuottajana koettiin ylläpitävän ja edistävän kirjallisia taitoja – toisaalta yleinen käsitys on, että sosiaalinen media ja viestittely rajatulla merkkimäärällä rapauttavat kielitaitoa. Kuntoutuksessa on myös vahvasti paine hyödyntää mediaa ja teknologiaa, jotta kuntoutus saataisiin vietyä ihmisten arkeen. On olemassa käsite etäkuntoutus, jolla tarkoitetaan erilaisten sovellusten hyödyntämistä puhelimella, tietokoneella tai televisiolla kuntoutuksen tavoitteiden toteutumiseksi (Salminen - Heiskanen – Hiekkala – Naamanka – Stenberg – Vuononvirta 2016: 11). Median mahdollisuuksia osana ammatillista kuntoutusta olisi ehdottomasti mielekästä kehittää.

Tietokonepelien pelaaminen verkossa koettiin tukevan työelämävalmiuksia ja yhdessä sosiaalisen median kanssa ne kuuluvat nuorten aikuisten arjen informaatioteknologiaan. Teknologian tuntemusta ja käyttämistä pidetään tänä päivänä tärkeänä (mm. Department of Education 2006). Työmarkkinoilla on nähtävissä muutos suorittavan työn muuttuessa koneistettuun, jolloin fyysisen työn korvaa, tai on jo korvannut, kone. Siinä, missä ennen työpaikkailmoituksissa vaadittiin tekstinkäsittelyohjelmien käytön osaamista, vaaditaan nykyään esimerkiksi taitoa toimia sosiaalisessa mediassa.

Työhön, työkokeiluun tai työharjoitteluun liittyvät asiat nousivat vahvasti työelämävalmiuksia tukevaksi tekijäksi, mutta tulosten yleistettävyyden vuoksi teemaan liittyvät vastaukset luokiteltiin omaan luokkaan. Työelämässä toimimisella nähtiin olevan vaikutusta elämänhallintaan, kommunikointitaitoihin, ihmisten ja tehtävien johtamiseen, innovaatioiden ja muutosten vauhdittamiseen sekä työ- ja toimintakykyyn, mutta sitä ei mainittu kertaakaan työelämävalmiuksia rajoittavana tekijänä.

Kotiin jättäytyminen ja se, ettei omassa arjessa ole aktiivista tekemistä nähtiin rajoittavana tekijänä. Etsivän nuorisotyön ensisijainen tehtävä on auttaa nuoria, jotka ovat jääneet työelämän ja opiskelun ulkopuolelle, tai jotka tarvitsevat tukea saadakseen tarvitsemansa palvelut. Kohderyhmään kuuluvat alle 29-vuotiaat, joille tarjotaan halutessaan mahdollisuutta saada varhaisen vaiheen tukea. Etsivänuorisotyö etsii nuoren kanssa yhdessä tilanteeseen sopivia ratkaisuja. (Bamming 2017: 4).

Työelämävalmiuksien käsite on laaja. Tässä työssä työ- ja toimintakyky haluttiin nostaa yhdeksi otsikoksi Ruhotien (2000) työelämävalmiuksien rinnalle, koska terveyteen liittyvät tekijät ovat oleellisia kuntoutukseen valinnan perusteissa ja toisaalta, koska tutkimustulokset viittaavat työkyvyn laskevan työttömyyden aikana (mm. Kerätär 2016, Savukoski – Kauramäki 2007, Seitsamo – Tuomi – Ilmarinen 2006). Työkyky tai terveydentila ei myöskään ole huomioitu yleisten työelämävalmiuksien osatekijänä, ja kuten Nilssen ja Ekberg (2013) totesivat, työelämävalmiuksien ja työkyvyn suhdetta on tutkittu vain vähän (Nilssen – Ekberg 2013: 450). Työkyvyn käsite kuntoutuksessa pitäisi myös ulottaa käsittämään työelämävalmiudet yleisesti yli fyysisestä työtehtävästä suoriutumisen, sillä työelämän muutos vaatii yksilöitä ottamaan vastuuta oman työkykynsä edistämisestä ja ylläpitämisestä (Lindh 2013: 46-47). Terveellisinä pidettyjä elämäntapoja nousi aineistosta esille osana nuorten työelämävalmiuksia tukevia tekijöitä. Esimerkiksi fyysiset harrastukset ja harrastaminen toimintakyvyn rajoitteista huolimatta koettiin lisäävän jaksamista työharjoittelussa ja niillä koettiin olevan yleisesti positiivinen vaikutus arkeen. Myös palautuminen ja rentoutuminen lisäsivät jaksamista vapaaajalla ja työharjoittelussa, ja palautumisen mahdollistamiseksi oli työharjoittelussa muutettu työtehtäviä ja työaikaa.

## 8.2 Menetelmällisten ratkaisujen tarkastelu ja eettiset kysymykset

Tutkimuksen aineisto kerättiin teemahaastattelulla. Haastatteluun osallistui neljä nuorta aikuista, jotka olivat Kelan avomuotoisen ammatillisen kuntoutuksen työkokeilussa, työhönvalmennuksessa tai ammatillisella kuntoutuskurssilla. Tiedontuottajat olivat iältään 21–28-vuotiaita. Lähtökohtaisesti voidaan ajatella tutkimuksen kiinnostuksen kohteena olleen kymmenen vuoden ikähaarukan aikana nuoren aikuisen elämässä tapahtuvan monenlaisia asioita, kuten ammatin valinnan, opiskelun, työllistymisen tai perheen perustamisen. Tässä kehittämistyössä ei erikseen kysytty tarkentavia kysymyksiä koulutustaustoista tai elämäntilanteesta, vaan yleisesti minkälaisista asioista tiedontuottajien arki koostui. Osassa haastatteluista tuli ilmi paljon yksityiskohtia haastateltavan elämästä, osa haastateltavista pohti elämäntilanteeseensa liittyviä yleisiä tekijöitä.

Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön mielenkiintoisin vaihe oli kuulla nuorten aikuisten arjesta ja heidän näkemyksistään siitä, mikä arjessa voisi palvella työelämässä. Haastatteluissa pyrittiin pitämään tilanne keskustelunomaisena ja myös kannustamaan ja tukemaan nuoria hyödyntämään arjen taitojaan ja tuomaan niitä esiin myös esimer-



kiksi työhakemuksiinsa. Työhönvalmentajan työssäni koen tärkeäksi tukea työelämään pyrkivää asiakasta hänen työkyvyn, voimavarojen ja osaamisen - työelämävalmiuksien kautta. Tässä tiedontuottajat pääsivät jakamaan näkemyksiään siitä, miten heidän henkilökohtaisilla valinnoilla, teoilla, ympäristöllä ja ominaisuuksilla on vaikutusta ammatilliseen tulevaisuuteen.

Laadullisen aineiston kokoamisen yhteydessä on huomioitava kolme seikkaa: konteksti eli sisältöyhteys, ilmiön tarkoitus eli intentio sekä prosessi, jossa ilmiö esiintyy. Konteksti liittyy ilmiön esim. sosiaalisiin ja kulttuurisiin yhteyksiin. Sen edellytyksenä on tarkka kuvaus ilmiön esiintymisympäristöstä (aika, paikka jne.). Intentio vastaa kysymykseen minkä vuoksi, missä mielessä asia ilmaistaan tai jokin ilmiö tapahtuu. Tutkijan oltava herkkä tunnistamaan taustalla liikkuvat motiivit ja tarkoitusperät. (Anttila 2006: 175-177.) Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tekijä työskentelee päivittäin työhönvalmentajana ammatillisessa kuntoutuksessa. Työkokemuksen ja ammatillisen pätevöitymisen kautta olen kerännyt tietoa kohderyhmästä sekä tämän päivän työelämän vaatimuksista. Kysymällä tutkimushenkilöiden aiempia kokemuksia työelämästä pyrittiin hahmottamaan mistä lähtökohdista tutkittava työelämää ja työelämävalmiuksia katsoo. Tutkimushenkilöillä oli kokemusta työelämään liittyen peruskoulusta työelämään tutustumis-harjoittelusta (TET-harjoittelu), ammatillisiin opintoihin liittyneestä harjoittelusta, ammatillisen kuntoutuksen työkokeilusta ja työharjoittelusta sekä palkkatyöstä. Tässä tutkimuksessa tutkimushaastatteluun osallistui vain ammatillisen kuntoutuksessa työssä olo vaiheessa olevia tiedontuottajia ja se myös näkyi aineistossa. Aineiston käsitelyssä päätin käsitellä työhön ja työkokeiluun tai työharjoitteluun liittyvää tietoa omana luokkanaan, jotta tuloksia voitaisiin hyödyntää laajemmin työtä vailla olevien nuorten aikuisten ammatillisen kuntoutuksen suunnitteluun ja kehittämiseen.

Vapaaehtoisuus pyrittiin varmistamaan siten, että ensitieto kehittämistyöstä sekä saattekirjeen mahdollisille osallistujille toimitti tutkimuksellisen kehittämistyöntekijän sijaan toinen Kiiptulan kuntoutuksen kuntoutusasiantuntija. (Liite 1: Tutkimushenkilötiedote) Halutessaan osallistua tutkimushaastatteluun kuntoutuja sai ottaa henkilökohtaisesti yhteyttä kehittämistyöntekijään tai välittää yhteystietonsa kehittämistyöntekijälle tutkimuksesta tiedottaneen henkilön kautta. Kaikki haastatteluun kutsutut toimittivat yhteystietonsa työntekijän välityksellä. Tiedontuottajista saatiin vähäistä esitietoa (kuntoutuspäätöksen paikkakunta, ikä). Esitietojen perusteella jätettiin kutsumatta tutkimushaastatteluun henkilöt, jotka eivät kuuluneet kohderyhmään tai joiden kuntoutuspäätös oli myönnetty toimipaikalle, johon tutkimuslupaa ei ollut pyydetty. Kaikki he, joita tutkimus-

työntekijä lähestyi, vastasivat myöntävästi kutsuun osallistua tutkimukseen. Haastattelut järjestettiin kuntoutusohjelman ulkopuolella, mutta siten, ettei tutkimukseen osallistumisesta koitunut osallistujalle ylimääräisiä kuluja esim. matkoista.

Kaikissa aineistonkeruumenetelmissä on muistettava, että siinä on ratkaisevasti tutkijan oma vaikutus mukana. Hän päättää mitä otetaan mukaan, miten sitä painotetaan ja mikä jätetään vähemmälle huomiolle. (Anttila 2006: 179.) Osallistujien kyky tuottaa tietoa vaihteli laajasti. Suppeimmillaan aineistoa kertyi yhdestä haastattelusta litteroituina kahden A4-arkin verran, kun laajimmillaan aineistoa muodostui yhdeksän arkkia. Suppeimman aineiston tuottaneessa haastattelussa tiedontuottaja tuotti vastauksiksi yksittäisiä sanoja eikä selittänyt vastaustaan laajemmin pyynnöistä huolimatta. Haastattelu kuitenkin päätettiin pitää mukana aineistossa, koska tutkijana koin tärkeäksi saada näkökulman henkilöltä, joka lasketaan työttömäksi työnhakijaksi tämän päivän työmarkkinoille, mutta hän edustaa kokonaistilanteensa puolesta heikosti työllistyviä nuoria.

Tutkimukseen osallistuvat pääsivät henkilökohtaisesti keskustelemaan omista työllistymisvalmiuksistaan sekä niiden edistämisestä arjessa kuntoutuksen asiantuntijan kanssa. Osallistuminen tai osallistumatta jättäminen tai suostumuksen peruuttaminen myöhemmin ei vaikuttanut henkilön ammatilliseen kuntoutussuunnitelmaan tai muihin käynnissä oleviin tai tuleviin kuntoutusprosesseihin millään tavalla.

Tutkimukselliseen kehittämistyöhön liittyen haettiin tutkimuslupa Kiipulasäätiöstä sekä Kelasta. Tutkimussuunnitelman hyväksyi yliopettaja Elisa Mäkinen Metropolia Ammatikorkeakoulusta. Tutkimukseen osallistuvilta henkilöiltä pyydettiin kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta (Liite 2: Suostumusasiakirja). Jokaiselle osallistujalle kerrottiin mihin kerättyä tietoa tullaan käyttämään, kuinka tietoa käsitellään ja säilytetään ja lopulta hävitetään. Aineisto kerättiin ja käsiteltiin siten, ettei ulkopuoliset päässeet tutustumaan aineistoon ja kerätty aineisto hävitettiin asianmukaisesti kehittämistyön valmistuessa. Lopullinen raportti kirjoitettiin siten, ettei yksittäistä henkilöä voida tunnistaa. Valmistuessaan raportti on Kiipulasäätiön ja TYÖSTE (ESR)-hankkeen käytävissä ja julkaistaan Theseus-tietokannassa.

### 8.3 Tulosten hyödynnettävyys ja ajatukset jatkokehittämiseen

Kuntoutuksen järjestämisestä on säädetty laissa (esim. Kuntoutusportti 2016). Eri elämäntilanteissa vastuu kuntoutuksesta on eri tahoilla. Työttömien terveysongelmia voidaan hoitaa verkostomaisen työskentelyn avulla (Niiranen - Hakulinen - Huuskonen - Jahkola - Räsänen 2010: 86-90). Työurien pidentämiseen tähdätessä työtä vailla olevat ja epämääräisissä työsuhteissa työskentelevät ovat eriarvoisessa asemassa työssäkäyviin nähden, koska työssäkäyvillä on oikeus työterveyshuoltoon (Niiranen ym. 2010: 86-90; Saikku 2016: 26). Työterveyshuollon rooli työttömien työelämävalmiuksien tukemisessa ei ole vielä vakiintunut, vaikka etuna on työkyvyn arviointi, ylläpitäminen ja edistäminen, varhainen puuttuminen riskitekijöihin työssä ja kuntoutukseen ohjaaminen (Niiranen ym. 2016: 86-90). Olisi syytä kehittää toimintamalleja ja tukikeinoja työttömien työkykyä ja työhön paluuta tukemaan. Työttömät ovat hyvin heterogeeninen joukko, ja kuntoutuksessa pitäisikin lähteä yksilön lähtökohdista käsin eikä yrittää sovittaa yksilöä valmiisiin prosesseihin. (Niiranen ym. 2010: 86-90; Saikku 2016: 26-28.) Tällä hetkellä Kelalla on keskeinen rooli työttömien osatyökykyisten ammatillisessa kuntoutuksessa (Saikku 2016: 27). Tässä perinteisesti byrokraattisella terveydenhuollolla on kehittämistä; työkykyisyys ja vajaakuntoisuus yhä keskeisempinä ongelmina tarvitsevat uudenlaisia ratkaisuja sekä rakenteita. (Lindh 2013: 15; Niiranen ym. 2010: 86-90.)

Kuntoutukselle on tarvetta myös tulevaisuudessa. Mielen terveyden häiriö on yleinen työkyvyttömyyden peruste 18-34-vuotialla. Vuonna 2012 ne kattoivat 73% alkaneista kyseessä olevan ikäryhmän työkyvyttömyyseläkkeistä eli kuntoutustuista. Tutkimuksen mukaan 37% oli ollut työssä, 20% opiskeli ja 37% oli työttömänä ennen kuntoutustuen hakemista. Mielen terveyssyistä työkyvyttömyys on usein väliaikaista, ja hoidon ja kuntoutuksen oletetaan palauttavan työkyky, jolloin paluu työelämään mahdollistuu. (Ahola - Joensuu - Mattila-Holappa - Tuisku - Vahtera - Virtanen 2014: 3441-3442.)

Kuntoutus on myös uuden oppimista, jolloin ollaan koulutuksen ja kuntoutuksen rajapinnalla. On ammatillisen kuntoutuksen tuloksellisuuden ehto olla tietoinen työn muutoksesta ja työelämän vaatimuksista. Se, kuinka koulutuksessa ja kuntoutuksessa voitaisiin tulevaisuudessa nykyistä paremmin huomioida työelämävalmiuksien edistäminen, vaatii jatkuvaa tarkastelua monella eri tasolla. Olisi mielenkiintoista selvittää, miten arjen tukeminen vaikuttaa työllistymisvalmiuksiin. Ja miten työelämävalmiuksien vahvistuminen vaikuttavat työllistymiseen, työssä pysymiseen ja työssä selviytymiseen. Tukemalla nuorten aikuisten mielekästä, aktiivista arkea, tuemme samalla heidän työ-

elämävalmiuksiaan ja työkykyään myös aikana, jolloin he eivät ole aktiivisesti työelämässä tai opinnoissa. Näyttöön perustuvaa tietoa tarvitaan vielä myös siitä, miten työkyky ja työelämävalmiudet korreloivat toisiinsa. Tätä tietoa voitaisiin hyödyntää, jos työtä vailla olevan nuoren tilanne avattaisiin auki ja sen pohjalta lähdettäisiin rakentamaan yksilölliseen tarpeeseen vastaavia kuntoutuksen ratkaisuja.

## Lähteet

Ahola, Kirsi. 2011. Tue työkykyä – käsikirja esimiestyöhön. Helsinki: Työterveyslaitos.

Ahola, Kirsi - Joensuu, Matti - Mattila-Holappa, Pauliina - Tuisku, Katinka - Vahtera, Jussi - Virtanen, Marianna. 2014. Mielenterveyssyistä työkyvyttömiä nuorten aikuisten tausta. Suomen Lääkärilehti 50-52/2014 vsk. 69.

Anttila, Pirkko. 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisuus, teos, tekeminen. 2. painos. Hamina: Akatiimi Oy.

Bamming, Ruth. 2017. Etsivä nuorisotyö 2016. Valtakunnallisen etsivän nuorisotyön kyselyn tulokset. Vaasa: Aluehallintoviraston julkaisuja 31/2017.

Department of Education. 2006. Employability Skills Framework. Victoria, Australia. Verkkojulkaisu:  
<<http://www.education.vic.gov.au/Documents/school/teachers/teachingresources/careers/employabilityskills1.pdf>> Luettu 22.9.2017.

Haapasalo, Seija – Korkeamäki, Johanna – Nukari, Johanna – Reiterä-Paajainen, Ulla – Saarelainen Anna-Leena. 2009. Tukea ja palveluita nuorten ja aikuisten oppimisvaikeuksiin. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Helsingin kaupunki Tietokeskus. 8.7.2016. Työttömien määrä kasvoi viime vuonna aiempaa maltillisemmin. Verkkojulkaisu:  
<<http://www.hel.fi/www/uutiset/fi/tietokeskus/tyottomien-maara-kasvoi-maltillisemmin?pd=v>> Luettu 13.7.2016.

Hämäläinen, Ulla – Tuomala, Juha. 2013. Fakta nuorisotyöttömyydestä. VATT - Policy Brief 2-2013. Valtion taloustieteellinen tutkimuskeskus. 2013. Verkkojulkaisu:  
<[http://www.vatt.fi/file/policybrief/vatt\\_policybrief\\_22013.pdf](http://www.vatt.fi/file/policybrief/vatt_policybrief_22013.pdf)> Luettu 5.8.2016.

Ju, Song – Pacha, Jackie – Moore, Kayce – Zhang, Dalun. 2014. Employability skills for entry-level employees with and without disabilities: A comparison between the perspectives of educators and employers. Journal of Vocational Rehabilitation 40 (2014) 203-212.

Kaihari-Salminen, Kristina. 2009. Yhteiskuntaoppi. Muistio. 16.12.2009. Perusopetuksen yleisten tavoitteiden ja tuntijaon uudistustyöryhmälle. Opetushallitus. Verkkojulkaisu:  
<[http://www.oph.fi/download/118439\\_Yhteiskuntaopin\\_muistio\\_tyoryhmalle\\_16122009.pdf](http://www.oph.fi/download/118439_Yhteiskuntaopin_muistio_tyoryhmalle_16122009.pdf)>. Luettu 20.11.2016.

Kela. 2014. Kelan avo- ja laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Aikuisten ammatillisten kuntoutuskurssien palvelulinja. Voimassa 1.1.2014 alkaen. Verkkojulkaisu:  
<[http://www.kela.fi/documents/10180/734866/Aikuisten\\_ammattillinen\\_kuntoutuskurssi.pdf/e3c76fde-e105-42ca-b95a-0184d91f933c](http://www.kela.fi/documents/10180/734866/Aikuisten_ammattillinen_kuntoutuskurssi.pdf/e3c76fde-e105-42ca-b95a-0184d91f933c)>. Luettu 19.8.2016.

Kela. 2015a. Kelan avo- ja laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Työkokeilu. Voimassa 1.1.2015 alkaen. Verkkajulkaisu: <<http://www.kela.fi/documents/10180/734866/Ty%C3%B6kokeilu.pdf/a3c0bac6-daf5-4e11-b7be-5aa8c21b51d2>>. Luettu 19.8.2016

Kela. 2015b. Kelan avo- ja laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Työhönvalmennus. Voimassa 1.1.2015 alkaen. Verkkajulkaisu: <<http://www.kela.fi/documents/10180/734866/Ty%C3%B6h%C3%B6nvalmennus.pdf/2a1f1c3d-3350-44da-b32b-70c6ea09513d>>. Luettu 19.8.2016.

Kela. 2017. Kelan avo- ja laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Työllistymistä edistävä ammatillinen kuntoutus. Voimassa 1.1.2017 alkaen. Verkkajulkaisu: <<http://www.kela.fi/documents/10180/3093658/Ty%C3%B6llistymist%C3%A4+edist%C3%A4v%C3%A4+ammatillinen+kuntoutus.pdf/876412f2-52c3-4d62-85df-4ee45286f7d2>>. Luettu 18.2.2017.

Kerätär, Raija. 2016. Monialainen työkyvyn ja kuntoutustarpeen arviointi tunnistaa työttömien heikentyneen työkyvyn. Julkaisussa Kuntoutus 2016 (2) 61–62.

Kiipulasäätiö. (n.d). Verkkajulkaisu: <<https://www.kiipula.fi/kiipulasaaatio-1>>. Luettu 21.10.2017.

Kiipulasäätiö vuosikertomus. 2015. Verkkajulkaisu: <[https://www.kiipula.fi/library/files/584fa94cc91058901e00429c/kiipulan\\_vuosikertomus\\_2015.pdf](https://www.kiipula.fi/library/files/584fa94cc91058901e00429c/kiipulan_vuosikertomus_2015.pdf)>. Luettu 21.10.2017.

Kuntoutusportti. 2016. Lainsäädäntö. <Verkkodokumentti: <https://kuntoutusportti.fi/kuntoutus/lainsaadanto/>>. Päivitetty 13.6.2016. Luettu 22.10.2017.

Lehto, Markku. 2011. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2011:5. Kaikki mukaan! Osatyökykyiset työmarkkinoilla. Selvityshenkilön raportti. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Verkkajulkaisu: <<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/111918/URN%3aNBn%3afi-fe201504225679.pdf?sequence=1>>. Luettu 29.10.2016.

Lindh, Jari. 2013. Kuntoutus työn muutoksessa. Yksilön vajavuuden arvioinnista toimintaverkostojen rakenteistumiseen. Tampere: Juvenes Print.

Mäkitalo, Jorma – Suikkanen, Asko – Ylisassi, Hilka – Linnakangas, Ritva. 2008. Kuntoutus ja työelämä. Teoksessa Rissanen, Paavo – Kallanranta, Tapani – Suikkanen, Asko (toim.). 2008. Kuntoutus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Niiranen, Kirsi - Hakulinen, Hanna - Huuskonen, Matti S. - Jahkola, Antti - Räsänen, Kimmo. 2010. Työttömän työelämävalmiuksien tukeminen viranomaisverkostossa. Työ-terveyslääkäri 2010; 28(3): 86–90.

Nilsson, Staffan – Ekberg, Kerstin. 2013. Employability and work ability: Returning to the labour market after long-term absence. Work 2013; 44: 449–457.

Ojasalo, Katri – Moilanen Teemu – Ritalahti, Jarmo. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Paatero, Heidi – Lehmijoki, Pentti – Kivekäs, Jukka – Ståhl, Tomi. 2008. Kuntoutusjärjestelmä. Teoksessa: Rissanen, Paavo – Kallanranta, Tapani – Suikkanen, Asko (toim.). 2008. Kuntoutus. Helsinki: Duodecim.

Pakanen, Lotta. (No date). Tunnista ja tunnusta osaaminen. Opintokeskus Sivis. Verkkojulkaisu: <<http://www.ok-sivis.fi/tunnista-ja-tunnusta-osaaminen.html>> Luettu 16.10.2017.

Pensola, Tiina – Järvikoski, Aila – Järvisalo, Jorma. 2006. Työttömyyden ja muiden syrjäytymisriskien yhteys työkykyyn. Teoksessa: Gould, Raija – Ilmarinen, Juhani – Järvisalo, Jorma – Koskinen, Seppo (toim.). 2006. Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 –tutkimuksen tuloksia. Helsinki: Hakapaino Oy.

Poutiainen, Erja. 2016. Työelämään pääsyn ja siellä pärjäämisen haasteet. Julkaisussa: Kuntoutus 2016 (3) 3–4.

Ruohotie, Pekka. 2000. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. Juva: WS Bookwell Oy

Saaranen-Kauppinen, Anita ja Puusniekka, Anna. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto (verkkojulkaisu). Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html)>. Luettu 1.3.2017.

Saikka, Peppi. 2016. Työttömien ammatillinen kuntoutus. Tilannekatsaus asiantuntija-haastattelujen ja kirjallisuuden pohjalta. Julkaisussa: Kuntoutus 2016 (3) 21–28.

Salminen, Anna-Liisa – Heiskanen, Tuija – Hiekkala, Sinikka – Naamanka, Johanna – Stenberg, Jan-Henry – Vuononvirta, Tiina. 2016. Etäkuntoutuksen ja siihen liittyvien termien määrittelyä. Teoksessa: Salminen, Anna-Liisa – Hiekkala, Sinikka – Stenberg, Jan-Henry (toim.). 2016. Etäkuntoutus. Helsinki: Kelan tutkimus.

Savukoski, Marjo ja Kauramäki, Pirjo. 2007. Nuoren sosiaalinen tukeminen omalle ammatilliselle uralle. Teoksessa: Karjalainen, Vappu ja Vilkkumaa, Ilpo (toim.). 2007. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Seitsamo, Jorma – Tuomi, Kaija – Ilmarinen, Juhani. 2006. Nuorten työkyky. Teoksessa Gould, Raija – Ilmarinen, Juhani – Järvisalo, Jorma – Koskinen, Seppo (toim.). 2006. Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 –tutkimuksen tuloksia. Helsinki: Hakapaino Oy.

STM. (No date). Osatyökykyisille tie työelämään. OTE-kärkihankkeen kuvaus. Verkkojulkaisu: <<http://stm.fi/osatyokykyisyys/hankkeen-kuvaus>>. Luettu 21.10.2017.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2016. ICF-luokitus. Päivitetty 20.4.2016. Verkkojulkaisu: <<https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>>. Luettu 2.8.2016.

The Conference Board of Canada. (No date) Employability skills 2000+. Verkkojulkaisu: <<http://www.conferenceboard.ca/spse/employability-skills.aspx>> Luettu 22.9.2017.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uudistettu laisto. Helsinki: Tammi.

Turun yliopisto. 2017. Yleiset työelämätaidot. Verkkojulkaisu: <<https://www.utu.fi/fi/Opiskelu/opiskelu-yliopistossa/opiskelutaidot/Sivut/yleiset-tyoelamataidot.aspx>> Luettu 16.10.2017.

Työterveyslaitos. (No date). Mitä työkyky on? Päivitetty 6.3.2014. Verkkojulkaisu: <[http://www.ttl.fi/fi/tyohyvinvointi/tykytoiminta/mita\\_on\\_tyokyky/Sivut/default.aspx](http://www.ttl.fi/fi/tyohyvinvointi/tykytoiminta/mita_on_tyokyky/Sivut/default.aspx)> Luettu 2.8.2016.

University of Kent. (No date). Careers and Employability Service. Employability Skills Map. Verkkojulkaisu: <<https://www.kent.ac.uk/careers/sk/skillsmap.htm>> Luettu 16.10.2017.

Vilka, Hanna. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

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



## Tutkimushenkilötiedote

Kutsu sinulle 18–29-vuotias nuori, joka et tällä hetkellä ole työssä

Tervetuloa keskustelemaan, mikä nuoren aikuisen omassa arjessa voi tukea suuntautumaan kohti työelämää. Olisin erittäin kiinnostunut kuulemaan Sinun näkemyksesi asiasta. Haastattelujen tuottamaa tietoa tullaan hyödyntämään kehittämistyössä, jonka tavoitteena on tukea osatyökykyisiä nuoria kohti työelämää.

Kahdenkeskiset keskustelut toteutetaan maaliskuun ja huhtikuun aikana Kiipulan Hämeenlinnan, Janakkalan tai Riihimäen toimipaikassa. Haastattelu tapahtuu kahvikupin äärellä ja kestää alle tunnin. Osallistuminen keskusteluun perustuu vapaaehtoisuuteen ja voit koska tahansa syytä ilmoittamatta perua osallistumisesi. Haastattelut taltioidaan ja kaikki kerättävä tieto käsitellään luottamuksellisesti. Tulokset raportoidaan niin, ettei yksittäistä osallistujaa voida tunnistaa. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki kerätty materiaali tullaan asianmukaisesti hävittämään kehittämistyön valmistuttua syksyllä 2017. Osallistumisesi haastatteluun ei vaikuta muuhun toimintaasi Kiipulassa.

Haastattelut liittyvät myös allekirjoittaneen opintoihin Metropolian Ammattikorkeakoulun kuntoutuksen ylemmän korkeakoulututkinnon tutkinto-ohjelmassa. Tutkimukselliselle kehittämistyölle on saatu lupa Kiipulasäätiöstä ja Kelasta. Tutkimussuunnitelman on hyväksynyt yliopettaja FT Elisa Mäkinen Metropolian Ammattikorkeakoulusta.

Kehittämistyön tuloksia hyödynnetään Kiipulan ammatillisen kuntoutuksen kehittämisessä sekä TYÖSTE-hankkeessa (ESR). Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus –tietokannasta.

Annan mielelläni lisätietoa kehittämistyöstä. Ota yhteyttä hihasta vetämällä, soittamalla tai sähköpostilla, niin sovitaan Sinulle sopiva keskusteluajankohta. Yhteystietoni löydät alta. Halutessasi voit ilmoittaa yhteystietosi Kiipulan kuntoutuksen kuntoutusasiiantuntijalle tai kouluttajalle, joka toimittaa ne allekirjoittaneelle. Otan Sinuun yhteyttä mahdollisimman pian.

Ystävällisin terveisin,

Kaisu Nurmikolu

XXX

## Suostumusasiakirja

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt osatyökykyisen nuoren aikuisen työelämävalmiuksia edistävät ja rajoittavat tekijät arjessa -koskevan tutkimushenkilö-tiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksen tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että osallistumiseni haastatteluun on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan Kaisu Nurmikolulle joko suullisesti tai kirjallisesti. Tutkimuksen tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Suostun osallistumaan tutkimukseen vapaaehtoisesti.

---

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

---

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus

Kaisu Nurmikolu

XXX

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajalle.

## Teemahaastattelun kysymykset

### Aiheen esittely haastateltavalle

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä tarkoituksena on selvittää osatyökykyisen työtä vailla olevan 18–29-vuotiaan työelämävalmiuksia edistäviä ja rajoittavia arjen tekijöitä. Tavoitteena on tukea ja vahvistaa osatyökykyisiä nuoria kohti työelämää. Työelämävalmiuksia ovat erilaiset tekijät, joita tarvitaan työelämässä selviytymisessä. Näitä kykyjä ja ominaisuuksia on erilaisia ja ne kattavat useat ihmisen toimintakyvyn osa-alueet – niin fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn.

### Taustatiedot

Sukupuoli ja ikä?

Minkälaisia kokemuksia sinulla on työelämästä (esim. harjoittelujaksot, palkkatyö)?

### Haastattelun kysymykset

Seuraavaksi pyytäisin sinua miettimään omaa arkeasi. Minkälaisista asioista arkesi muodostuu?

Mikä arjessasi a) edistää b) rajoittaa elämänhallinnan taitoasi?

Mikä arjessasi a) edistää b) rajoittaa kommunikointitaitojen vahvistumista?

Mikä arjessasi a) edistää b) rajoittaa ihmisten ja tehtävien johtamisen taitoasi?

Mikä arjessasi a) edistää b) rajoittaa muutosten vauhdittamisen taitojasi?

Lopuksi: Onko mielessäsi jokin asia, jolla voisit vielä edistää omia työelämävalmiuksiasi?

## Esimerkki aineiston analyysistä

Mikä arjessa edistää työelämävalmiuksia?

Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
Itsenäinen oman alan seuraaminen tukee oppimisen taitoa.	Itsenäisesti ammattikentän seuraaminen ja opiskeleminen	Ammatillisen tietotaidon ylläpitäminen ja muu opiskelu
Oman alan jatkuva opiskelu ylläpitää ongelmanratkaisutaitoja		
Itsenäinen psykologian kirjojen lukeminen lisää ymmärrystä omasta ja muiden käyttäytymisestä	Itsenäinen psykologian lukeminen	
Psykologian lukeminen on avannut silmiä	Psykologian lukeminen tukee ihmisten kanssa toimimisessa ryhmässä	
Psykologian lukeminen auttaa ymmärtämään erilaisia ihmisiä		
Kirjojen lukeminen tukee taitoa toimia ryhmässä		
Monipuolinen koulutus myös eri aloilta auttaa ymmärtämään uusia asioita	Koulutus lisää uusien asioiden ymmärrystä	
Verkkopelaamisessa on kuunneltava, mitä toinen pelaaja kertoo	Verkkopelaaminen	Harrastukset, kuten verkkopelaaminen ja eläimet sekä erilaiset kädentaitoa vaativat ja luovat harrastukset
Rakentaminen ja käsillä tekeminen tukee kokonaisuuksien hahmottamista	Rakentaminen, askartelu ja käsillä tekeminen	
Omien fanituotteiden askartelu ja arjessa tekeminen tukevat innovaatiokykyä		
Piirtäminen tukee omaa osaamista ja kokeilemalla oppii uutta	Luovat harrastukset ja kokeileminen	
Pianon soittamisen opettelu ja valokuvaaminen kehittävät luovuutta		
Sisustaminen, askartelu ja korujen korjaaminen		
Sisustaminen sekä kuvien suunnittelu ja lisääminen Instagram-tilille sekä taiteen tekeminen tukevat visiointikykyä		
Luovat harrastukset ovat kehittäneet visiointikykyä		
Sisustaessa päättää mikä menee mihinkin	Harrastaminen terveydellisistä rajoituksista huolimatta	
Sairaudesta huolimatta kamppailulajien harrastaminen		
Uusilla harrastuksilla on ollut positiivinen vaikutus arkeen ja työelämään	Harrastuksilla on positiivinen vaikutus arkeen	
Harrastukset tukevat ystävyyssuhteita	Harrastaminen	
Eläimet ja harrastaminen ystävän kanssa	Eläinten parissa harrastaminen	
Lemmikit		

Mikä arjessa rajoittaa työelämävalmiuksia?

Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
Työn ulkopuolisten asioiden puute vähentää työssä jaksamista.	(Työssä) jaksamista rajoittaa liikunnan ja muiden harrastusten puuttuminen	Inaktiivisuus ja harrastusten puuttuminen
Liikunnan puute vaikuttaa jaksamiseen.		
Kun ei tee mitään kirjallista, taito ruostuu.	Tekemättömyys	
Jaksaminen ja oma elämäntilanne vaikuttavat sopeutumiseen.	Voimavarat ja elämäntilanne vaikuttavat muutokseen sopeutumiseen ja heijastuu sosiaalisiin tilanteisiin	
Riitaa parisuhteessa vaikuttaa muihin omiin sosiaalisiin tilanteisiin.		
Puolison toiveet rajoittavat uusiin tilanteisiin sopeutumista		
Persoonana ei pidä tiukan organisoidusta tekemisestä.	Ei pidä tiukasti organosoidusta toiminnasta	Kielteinen suhtautuminen työtä ja sääntöjä kohtaan
Ei ole kiinnostusta tehdä työtä Jos ei pidä työstään.	Työstä ei pidä	
Oma ajattelu rajoittaa kykyä sopeutua tilanteisiin.	Omat ajatukset itsestä ja osaamisesta	Ajatukset itsestä, osaamisesta ja vallitsevasta tilanteesta
Omat ajatukset itsestä rajoittavat itsetuntoa.		
Omat ajatukset, kokemus, ettei näe laajoja kokonaisuuksia rajoittaa johtamistaitoa.		
Tunne, ettei ymmärrä rajoittaa koordinoitokykyä.		
Kokemus, ettei ymmärrä tilannetta rajoittaa konflikti- ja ristiriitatilanteiden ratkaisutaitoja.	Kokemus, ettei ymmärrä tilannetta	