



TAMPEREEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

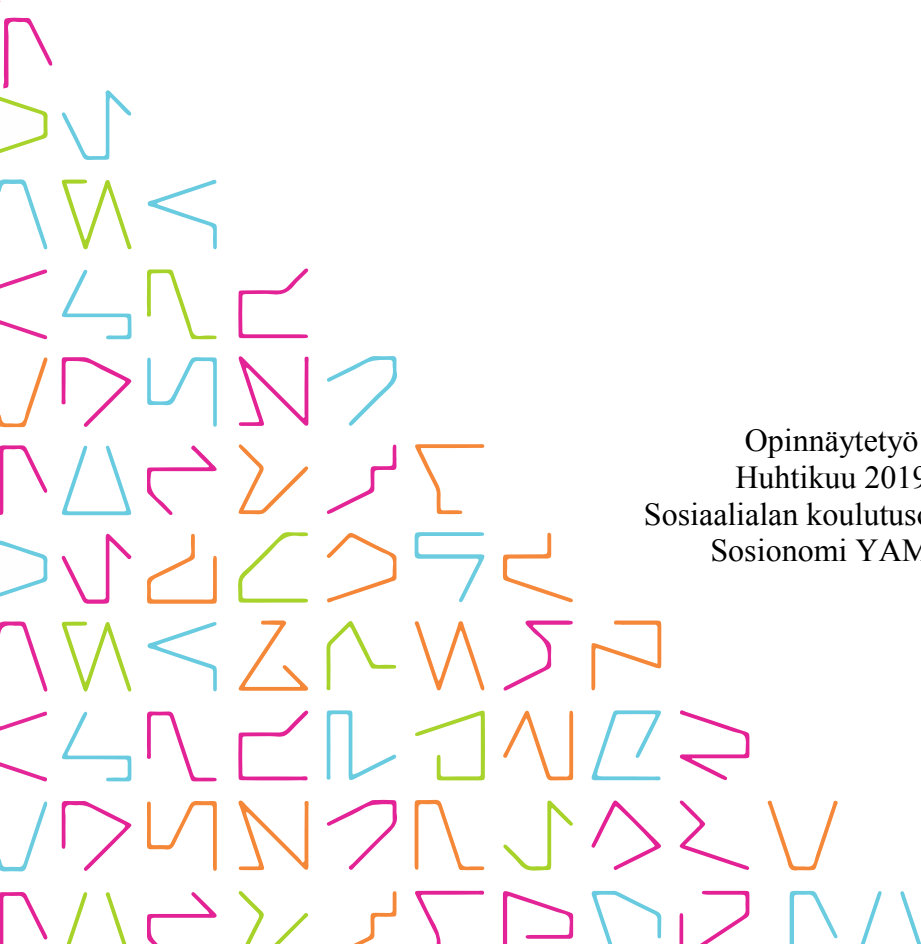
# ”EN TIEDÄ MISSÄ OLISIN ILMAN TÄTÄ”

Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiak-  
kaiden kokemuksia

Riina Juntunen

Sanna Vieraankivi

Opinnäytetyö  
Huhtikuu 2019  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi YAMK



## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi YAMK

JUNTUNEN, RIINA & VIERAANKIVI, SANNA:  
"EN TIEDÄ MISSÄ OLISIN ILMAN TÄTÄ"  
Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden kokemuksia

Opinnäytetyö 81 sivua, joista liitteitä 6 sivua  
Huhtikuu 2019

---

Sosiaalinen kuntoutus on osa Silta-Valmennus Ry:n toimintaa, jonka tarkoituksena on tukea vaikeimmassa tilanteessa olevien ihmisten pääsyä takaisin yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden kokemuksia palvelusta. Tarkoituksena oli myös kartoittaa sosiaalisen kuntoutuksen kehittämistarpeita. Silta-Valmennus on Tampereen seudulla toimiva oppimisen, työn ja osallisuuden kohtauspaikka.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tutkimusaineisto kerättiin yksilöhaastattelemalla kuutta Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakasta. Yksilöhaastatteluiden lisäksi pidimme ryhmähaastattelun, johon osallistui kolme sosiaalisen kuntoutuksen asiakasta. Haastattelut suoritettiin loppu syksyn 2018 aikana Silta-Valmennuksen tiloissa.

Tutkimuksessa nousi esille asiakkaiden positiiviset kokemukset siitä, että kyseistä palvelua on tarjolla. Haastateltavat kokivat toiminnan tuovan elämään sisältöä sekä rytmiä ja tarjoavan sosiaalisia suhteita sekä ehkäisevän syrjäytymistä. Haastatteluissa nousi myös esille ohjaajien liian vähäinen läsnäolo ja ylityöllistyminen. Yksilölliset kohtaamiset ohjaajien kanssa sekä toiminnan suunnitelmallisuus jäivät haastateltavien kokemusten mukaan liian vähälle. Haastateltavat toivoivat myös enemmän konkreettista yhteistyötä eri tahojen kanssa, kuten esimerkiksi sosiaalityöntekijöiden kanssa. Tutkimukseen osallistujat kokivat kokonaisuutena Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen kuitenkin ehdottoman tärkeänä ja elämänlaatua parantavana.

Tutkimus osoittaa sosiaalisen kuntoutuksen olevan tärkeässä roolissa asiakkaiden hyvinvoinnin ja elämänlaadun vahvistamisen näkökulmasta. Toimintaa tulee kuitenkin kehittää ja toimintatapoja sekä -malleja yhdenmukaistaa eri pajojen välillä.

---

Asiasanat: sosiaalinen kuntoutus, elämänlaatu, syrjäytyminen, osallisuus

## ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Master's Degree in Social Services

JUNTUNEN, RIINA & VIERAANKIVI, SANNA  
"I don't know where I would be without this"  
Clients Experiences of Social Rehabilitation in Silta-Valmennus

Master's thesis 81 pages, appendices 6 pages  
April 2019

---

Social rehabilitation is part of the work carried out by a local non-governmental organization Silta-Valmennus Ry. Social rehabilitation aims at better life management and quality of life for their clients. The purpose of social rehabilitation is to help people to be fully included in society. By law, social rehabilitation is defined as a practice that asserts social ability to work, prevents social exclusion and promotes inclusion.

The purpose was to study the clients' experience of social rehabilitation. The aim of this study was to deepen the current understanding of the services of Silta-Valmennus from the clients' perspective. The purpose was to discover if social rehabilitation had an impact on the clients' lives and what the impact was.

In addition, the target was to identify development needs. The aim was to study how Silta-Valmennus had succeeded in social rehabilitation and suggest improvements from the clients' perspective.

This thesis was a qualitative study and the material was collected through a theme interviews and a group interview. The material was analyzed using qualitative content analysis.

The result showed that the clients' appreciated the opportunity to participate in social rehabilitation. Participation brought content in life, helped achieve normal everyday routine, provided social relationships and prevented exclusion. At the same time, clients' experience also showed that social rehabilitation seemed to have failed to achieve its targets. The number of employees appeared too low, activity lacked a method and there was not enough time for individual conversations. regardless the need of elaborate, the clients' found social rehabilitation in Silta-Valmennus to be an absolute necessity and an improvement in the quality of their life.

The study showed that social rehabilitation had a significant role improving clients' welfare and life management skills. Activity must be developed continuously, and the model of operation should be standardized.

---

Key words: social rehabilitation, quality of life, exclusion, inclusion

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	SILTA-VALMENNUS RY SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TOTEUTTAJANA .....	8
	2.1 Sosiaalinen kuntoutus .....	8
	2.2 Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301 .....	12
	2.3 Toimintaympäristö Silta-Valmennus Ry .....	13
	2.4 Työntekijöiden ammatillisuus kuntoutumisen edistäjänä.....	16
3	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITE.....	18
4	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	20
	4.1 Sosiaalinen toimintakyky.....	20
	4.1.1 Elämänhallinta.....	23
	4.1.2 Osallisuus .....	25
	4.2 Teoreettinen viitekehys tässä tutkimuksessa .....	28
5	TUTKIMUKSEN MENETELMÄT JA TOTEUTUS .....	30
	5.1 Laadullinen tutkimus .....	30
	5.2 Tutkimukseen osallistuneet.....	31
	5.3 Teemahaastattelu .....	32
	5.4 Analyysi.....	33
	5.4.1 Sisällönanalyysi .....	34
	5.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	36
6	SILTA-VALMENNUKSEN SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN ASIAKKAIDEN KOKEMUKSET .....	40
	6.1 Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus asiakkaiden kokemana.....	40
	6.2 Asiakkaiden tavoitteiden toteutuminen .....	45
	6.3 Muutokset asiakkaiden arjessa.....	47
	6.4 Kehittämiskohteet .....	53
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	59
	7.1 Tarkoitus .....	59
	7.2 Tavoitteet .....	60
	7.3 Muutokset .....	62
	7.4 Toiminnan kehittäminen.....	64
8	POHDINTA.....	70
	LÄHTEET.....	74
	LIITTEET .....	76
	Liite 1. Tiedote haastateltaville .....	76
	Liite 2. Sopimus haastatteluun osallistumisesta .....	77

Liite 3. Tutkimuslupa Tampereen kaupunki .....	78
Liite 4. Teemahaastattelurunko .....	79
Liite 5. Sisällönanalyysi .....	80

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe nousi yhteisestä kiinnostuksesta yhteiskunnan heikoimmassa tilanteessa olevien ihmisten auttamisesta. Toimimme eri työtehtävissä sosiaalialan kentällä, mutta molempia kiinnosti tutkia vähemmän tuttua aihetta. Yhteisenä kiinnostuksen kohteena molemmilla oli huono-osaisuus ja pohdinnan jälkeen päädyimme tarkastelemaan sosiaalista kuntoutusta.

Opinnäytetyön aihetta pohtiessa olimme yhteydessä Silta-Valmennus yhdistykseen. Yhteisessä tapaamisessa kävi ilmi, että Silta-Valmennuksen tuottamaa sosiaalista kuntoutusta ei ole tutkittu. Opinnäytetyön aiheeksi sovimme heidän toteuttamansa sosiaalisen kuntoutuksen tutkimuksen asiakasnäkökulmasta ja selvitämme lisäksi, kuinka Silta-Valmennus voi kehittää sosiaalista kuntoutusta vastaamaan entistä paremmin asiakkaiden tarpeita.

Silta-Valmennus Ry. tuottaa muun muassa kuntouttavaa työtoimintaa ja sosiaalista kuntoutusta. Silta-Valmennus on oppimisen, työn ja osallisuuden kohtauspaikka. Silta-Valmennus on kansalaisjärjestöjen perustama yhteisö, joka pyrkii tukemaan asiakkaidensa tavoitteiden toteutumista yhteistyössä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Silta-Valmennus pyrkii parantamaan syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien kiinnittymistä yhteiskuntaan parantamalla kokonaisvaltaisesti heidän elämänhallintamahdollisuuksiaan. (Silta-Valmennus 2016.)

Käsite sosiaalinen kuntoutus ei ole vielä ollut käytössä pitkään ja usein tulee verratuksi kuntouttavaan työtoimintaan. Sosiaalihuoltolaissa sosiaalinen kuntoutus määritellään sosiaalityöllä sekä sosiaaliohjauksella annettavaksi tehostetuksi tueksi sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaalihuoltolain mukaan sosiaalinen kuntoutus sisältää sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittämisen, kuntoutusneuvontaa ja -ohjausta sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittamista. Sosiaalinen kuntoutus sisältää myös arkipäivän toiminnoista suoriutumisen ja elämänhallinnan valmennusta sekä ryhmätoimintaa ja tukea sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin. Sosiaalihuoltolain sosiaalinen kuntoutus sisältää myös muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. (Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301 1§.)

Ajatuksemme opinnäytetyöprosessia aloitettaessa oli tutustua tarkemmin sosiaalista kuntoutusta ohjaaviin tavoiteihin. Perehtymällä sosiaalisen kuntoutuksen pyrkimyksiin pystymme paremmin ymmärtämään asiakkaiden kokemuksia. Toisessa luvussa esittelemme sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitusta lain ja teorian kautta, kuvaamme Silta-Valmennuksen toimintaympäristöä heidän toimintansa keskeisten sisältöjen ja työtä ohjaavien arvojen kautta ja tarkastelemme työntekijöiden merkitystä kuntoutumisen onnistumiselle. Kolmannessa luvussa esitellään tutkimuksen teoreettinen viitekehys. Neljäs luku kertoo tutkimuksen tavoitteesta ja tarkoituksesta. Viidennestä luvusta selviää tutkimukseen käytetyt menetelmät. Kuudes luku tarkastelee tutkimuksen tuloksia. Seitsemäs luku keskittyy tutkimustuloksista tehtyihin johtopäätöksiin.

Silta-Valmennus on toteuttanut sosiaalista kuntoutusta vasta muutaman vuoden ja tutkimus tuottaa heille arvokasta tietoa, jonka avulla he voivat arvioida ja kehittää omaa toimintaansa. Tutkimuksen materiaali kerättiin teemahaastattelu menetelmällä. Teemahaastatteluista saatujen tulosten tarkentamiseksi kerättiin materiaalia asiakkailta ryhmämuotoisessa päivässä, jonka tarkoituksena oli etsiä kehitysideoita sosiaaliseen kuntoutukseen asiakkaiden kanssa unelmapaja-menetelmän avulla. Tutkimuksen tulokset analysoimme sisällönanalyysin keinoin.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää miten sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat kokevat Silta-Valmennuksen tuottaman sosiaalisen kuntoutuksen ja kokevatko he saavansa hyötyä kyseisestä toiminnasta. Tutkimus toteutettiin objektiivisesti ilman lähtöolettamuksia. Tutkimuksemme perusteella Silta-Valmennus saa tietoa asiakkaiden kokemuksista ja niiden perusteella Silta-Valmennus voi kehittää tuottamaansa sosiaalista kuntoutusta vastaamaan entistä paremmin asiakkaiden tarpeita.

Haluamme kiittää Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaita, jotka osallistuivat tutkimukseemme ja näin ollen mahdollistivat sen. Kiitämme myös meitä auttaneita Silta-Valmennuksen työntekijöitä.

## 2 SILTA-VALMENNUS RY SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TOTEUTTAJANA

Tässä kappaleessa kerrotaan sosiaalisen kuntoutuksista tarkoituksesta ja tavoitteista teorian ja lainsäädännön näkökulmasta. Tämä kappale sisältää kuvauksen toimintaympäristö Silta-Valmennuksen toteuttamasta sosiaalisesta kuntoutuksista, heidän toimintansa keskeiset sisällöt sekä heidän toimintaansa ohjaavat arvot ja tavoitteet. Tutkimuksessa käy ilmi, että työntekijöiden merkitys kuntoutumiselle on merkittävä, tämä kappale sisältää tietoa merkityksestä teorian näkökulmasta.

### 2.1 Sosiaalinen kuntoutus

Yhteiskunnallisesti kuntoutuksen tavoitteena on rakentaa ja ylläpitää yhteiskunnan sosiaalista järjestystä. Yksilötasolla kuntoutuksen tavoitteena on integroida yksilöä ja tukea yksilön yhteiskuntaan osallistumista. (Karjalainen & Vilkkumaa. 2004, 163.) Kuntoutuksen tulisi lähteä kuntoutustarpeen selvittämisellä. Kuntoutus perustuu yksilölliseen tarpeeseen ja tavoitteiden pitäisi olla kuntoutujan itsensä asettamia. (Ihalainen & Kettunen 2006, 134.) Kuntoutusta suunniteltaessa on tärkeää arvioida myös yksilön positiivisia puolia, kuten nähdä se minkälaisia voimavaroja yksilöllä on jo käytössään (Kostilainen & Nieminen 2018, 15).

Kuntoutumisella tarkoitetaan muutosta ihmisen tai ihmisen ja hänen ympäristönsä muutosta. Kuntoutuksessa on oleellista, että ihminen tunnistaa omat kuntoutustarpeensa ja haluaa parantaa toimintakykyään. Kuntoutujan oma motivaatio ja halu muutokseen ovat onnistuneen kuntoutuksen kulmakiviä. Kuntoutuksen aikana ihmisen tulisi opetella tekemään valintoja ja toimimaan itse, oleellista on se, että kuntoutuja oppii tekemään asioita eri tavalla kuin ennen. Kuntoutuminen koostuu pienistä asioista ja on yleensä pitkäaikainen prosessi. (Ihalainen & Kettunen 2006, 133.)

Kuntoutus määritellään usein toiminnaksi, jolla pyritään palauttamaan yksilön toimintakyky sen jälkeen, kun jotakin toimintakykyä laskevaa on tapahtunut. Sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä myös ennalta ehkäisevänä toimintana. Yksilön ongelmiin voidaan antaa tukea ennen kuin ne vaikuttavat toimintakykyyn. (Kostilainen & Nieminen 2018, 14.)



Sosiaalisen kuntoutuksen kenttä muuttuu jatkuvasti. 1970-luvulla sosiaalista kuntoutusta alettiin katsoa yksilön lisäksi myös hänen ympäristöään huomioiden. Sosiaalinen toimintakyky, jonka parantamiseen sosiaalinen kuntoutus pyrkii, ei ole vain yksilöstä itsestään riippuva asia vaan myös yksilön ympäristöstä riippuvainen asia. Tämän ajattelumuutoksen myötä sosiaalinen kuntoutus alettiin nähdä ympäristösidonnaisena prosessina. (Koskilainen & Nieminen 2018. 10-11.)

Raivion (2018, 17.) mukaan sosiaalinen kuntoutus on kirjattu lakiin yhdeksi sosiaalityön muodoksi vasta vuonna 2015. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta on yleensä kasautunut erilaisia haasteita, koska sosiaalityön kautta annettava tuki on viimesijaista muihin tukimuotoihin verrattuna. Sosiaalisen kuntoutuksen käytännön toimeenpano ja sisältö sekä asiakkaat määräytyvät kunnissa, jotka ovat kuntoutuksen järjestysvastuussa. Sosiaalista kuntoutusta tulisi kuitenkin järjestää sosiaalihuoltolakiin kirjatun tarkoituksen mukaisesti.

Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään vähentämään päivittäistä elämää haittaavia toimintakyvyn rajoituksia (Ihalainen & Kettunen 2006, 149). Sosiaalinen toimintakyky on sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohta. Sosiaaliseen toimintakykyyn sisältyvät henkiset resurssit, kuten arjen hahmotus- sekä hallintakyky sekä sosiaaliset resurssit, kuten ihmissuhdetaidot ja sosiaalinen verkosto. Sosiaaliseen toimintakykyyn sisältyy myös aineelliset resurssit, kuten ruoka, vaatteet ja asunto. (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 138.)

Raivio (2018, 35-37.) tähdentää, että sosiaalisen kuntoutuksen tehtävänä on sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen niin, että yksilöllinen ja sosiaalinen muutos mahdollistuvat. Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään tukemaan ihmistä saavuttamaan tai täydentämään elämähallintataitoja, jotka mahdollistavat toiminnan sosiaalisissa arki- ja yhteisötoiminnoissa. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on useimmiten jokin muutos osallistujan elämässä. Muutos voi olla ennaltaehkäisevää toimintaa, eli pyritään vaikuttamaan asiakkaan elämään niin että tilanne ei mene huonommaksi. Elämänmuutos yksilötasolla voi tarkoittaa yksinkertaista tavoitetta tai suuntaa arjen jäsentymisessä.

Asiakkaiden sosiaalisesta toimintakyvystä ja sosiaalisesta turvallisuudesta huolehtiminen tulee olla keskeistä kuntoutukselle. Hyvä sosiaalinen toimintakyky antaa kyvyn toimia luonnollisessa vuorovaikutuksessa ihmisten kanssa. Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa

mahdollisuutta osallistua yhteiseen toimintaan ja kykyä puolustaa omia oikeuksiaan. Ihminen kokee pystyvänsä vaikuttamaan omaan elämäänsä ja tekemään elämäänsä ohjaavia valintoja itsenäisesti. Sosiaalista toimintakykyä voidaan tukea ohjeistamalla asiakasta oikeiden tukien ja palveluiden piiriin ja tukemalla asiakkaan sosiaalista verkostoa. (Kettunen, Ihalainen & Heikkinen 2001, 43-44.)

Sosiaalinen kuntoutus voidaan hahmottaa yksilön voimavaroja lisääväksi sekä kasvua tukevaksi toiminnaksi, joka vahvistaa asiakkaidensa sosiaalisia-, arki- ja yhteisötaitoja ja tätä kautta lisää osallisuutta. Sosiaalisen kuntoutuksen toiminnot voidaan karkeasti luokitella arki- ja yhteisötaidoiksi. Sosiaalisten taitojen vahvistamisen tulee olla mukana sosiaalisen kuntoutuksen kaikissa toiminnoissa ja antaa mahdollisuuksia sosiaalisten taitojen harjoittelulle ja uusien sosiaalisten suhteiden syntymiselle. Yhteisötaitojen vahvistamisella pyritään enemmän kansalaistaitoihin liittyvään elämänmuutokseen, kuten omaehtoisuuden lisäämiseen, tulevaisuuden suunnitteluun, taloudenhallintaan ja osallistumiskykyä madaltamiseen. (Raivio 2018, 66-67.)

Sosiaali- ja terveysministeriön (n.d.) mukaan sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan vaikeasti syrjäytyneiden paluuta takaisin osalliseksi yhteiskuntaan vahvistamalla heidän sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksiä. Sosiaalisella kuntoutuksella vahvistetaan henkilön kokonaisvaltaista elämänhallintaa moniammatillisessa yhteistyössä. Sosiaalisen kuntoutuksen kokonaisuuteen voidaan tarvittaessa myös lisätä päihde- ja mielenterveystyötä sekä muita tarvittavia tukitoimia. Sosiaalisen kuntoutuksen perustana on kokonaisvaltaisen työskentely silloin, kun asiakkaan ongelmat ovat kasautuneet ja pitkittyneet tai asiakas tarvitsee kuntoutusta sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi ja osallisuuden lisäämiseksi. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita voi olla päihde- ja mielenterveystyötä, arkielämän taitojen opiskelu, työhön tarvittavien taitojen oppiminen tai ryhmässä toimimisen tukeminen. Sosiaalisen kuntoutuksen välineitä on psykososiaalinen tuki, toiminnalliset ryhmät, vertais-tuki, vapaaehtoistoiminta työtoiminta sekä kaikki muut asiakkaalle tarjottavat palvelut ja tukitoimet, jotka ovat sovitut asiakkaan suunnitelmassa. Sosiaalinen kuntoutus suunnitellaan asiakkaan tarpeiden mukaan ja siinä tulee ottaa huomioon asiakkaan mahdolliset oppimis- tai hahmottamishäiriöstä johtuvat tarpeet, pitkittyneet työttömyyden seuraukset sekä mielenterveys- tai käyttäytymisongelmista johtuvat sosiaalisen kuntoutuksen tarpeet.

Sosiaalista kuntoutusta voidaan tarkastella myös aikuiskasvatuksellisesta näkökulmasta. Kun kuntoutuksessa pyritään kehittämään ihmisen omia mahdollisuuksia, ollaan tekemisessä kasvun ja kasvatuksen kanssa. Sosiaalisessa kuntoutuksessa tulisi tunnistaa ihmisen omista voimavaroista ja niiden vahvistamisesta lähtevä työskentelytapa. (Raivio 2018, 34.)

Raivion (2018, 17.) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tarve voi ilmetä usein asiakkaan saamissa peruspalveluissa. Asiakkaita voidaan ohjata sosiaalisen kuntoutuksen pariin esimerkiksi TE-palveluista, mielenterveyspalveluista ja nuorisotyön piiristä. Peruspalveluilla tulee olla riittävät tiedot sosiaalisesta kuntoutuksesta ja yhtenevät tavat ohjaukselle. Sosiaalityöntekijä on kuitenkin vastuussa asiakkaan palvelutarpeen kartoituksesta ja sosiaalisen kuntoutuksen päätöksestä.

Sosiaalisen kuntoutuksen toteuttamistapaa ei ole säädetty vaan, on kuntien vastuulla päättää, miten sosiaalinen kuntoutus toteutetaan. On kuitenkin tärkeää varoa, ettei sosiaalisesta kuntoutuksesta luoda kuntouttavan työtoiminnan esiasetta. ”Kun kuntouttava työtoiminta itsessään jo on viimesijainen palvelu, olisi sitä pikemminkin kehitettävä vastaamaan paremmin myös heikomman toimintakyvyn omaavien henkilöiden tarpeisiin.” Luomalla lisäportaita työllistymistä tukevaan palveluun saatetaan parhaimmillaan luoda syvempää kuilua näiden palveluiden ja avoimien työmarkkinoiden välille. (Raivio 2018, 21.)

Sosiaalinen kuntoutus tapahtuu aina jossakin ympäristössä. Kuntoutus ei kuitenkaan voi olla tehokasta, jos se tapahtuu tyhjiössä. Sosiaalisen kuntoutuksen tulisi nivoutua osaksi muita palveluja ja paikallista sosioekonomista elämää. Eri palveluiden väliset rajat tulisi olla joustavia niin, että asiakkaat voivat tarvittaessa siirtyä helposti eteenpäin palveluissa, mutta tarvittaessa myös takaisin päin. Sosiaalinen kuntoutuminen tapahtuu todennäköisesti paremmin paikoissa, jossa paikalliset ihmiset liikkuvat ja toimivat. (Raivio 2018, 52.)

Sosiaalinen kuntoutus vaikuttaa yksilön lisäksi yhteiskuntaan. Yksilötasolla vaikutukset nähdään yleensä yhteiskunnallisena integraationa ja sosiaalisen osallisuuden vahvistumisenä. Yhteiskunnallisia vaikutuksia syntyy myös kuntoutujan lähipiirille. Kuntoutujan lähipiirin luottamus voi vahvistua, kuntoutuja voi olla hyödyksi esimerkiksi vertaistukena tai vapaaehtoistyönä ja tätä kautta parhaimmillaan työllistyä tuettuna tai jopa ilman tukea.

Sosiaalinen kuntoutus ehkäisee sosiaalisia ongelmia ja niiden pahenemista, esimerkiksi syrjäytymistä. (Raivio 2018, 58.)

## **2.2 Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301**

Sosiaalinen kuntoutus kuuluu sosiaalihuollon lainsäädäntöön. Sosiaalisella kuntoutuksella on merkittävä rooli sosiaalisen syrjäytymisen ehkäisemisessä. Sosiaalinen kuntoutus on saanut merkittävämpää sijaa varsinkin sosiaalityössä. (Kokko & Veistilä, 2016, 220-221.)

Sosiaalihuoltolain tarkoituksena on edistää ja ylläpitää hyvinvointia sekä sosiaalista turvallisuutta. Lain tarkoituksena on myös vähentää eriarvoisuutta ja edistää osallisuutta. Laki turvaa myös yhdenvertaisin perustein tarpeenmukaiset, riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut. Lain tarkoituksena on myös edistää asiakaskeskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa. Lain tarkoituksena on parantaa yhteistyötä sosiaalihuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä aiemmin mainittujen tavoitteiden toteutumiseksi. (Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014. 1§.)

Sosiaalihuoltolain 17§ koskee sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalihuoltolaki määrittelee sosiaalisen kuntoutuksen sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaksi tehostetuksi tueksi sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Laki luettelee sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvaksi sosiaalisen toimintakyvyn sekä kuntoutustarpeen arvioinnin. Kuntoutukseen kuuluu myös kuntoutuneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalveluiden yhteensovittaminen. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu myös valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan. Myös ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin kuuluvat kuntoutukseen. Laki sisällyttää sosiaaliseen kuntoutukseen myös muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. (Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301 17§.)

### 2.3 Toimintaympäristö Silta-Valmennus Ry

Silta-Valmennus Ry on Tampereen seudulla monipuolisia valmennus ja kuntoutuspalveluja erilaisille asiakasryhmille tuottava toimija. Verkkosivuillaan Silta-Valmennus (2016.) kertoo olevansa oppimisen, työn ja osallisuuden kohtaamispaikka. Silta-Valmennus on kansalaisjärjestöjen perustama yhteisö, joka pyrkii tukemaan asiakkaidensa tavoitteiden toteutumista yhteistyössä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Silta-Valmennus toteuttaa toimintaansa yhteistyössä paikallisten, seudullisten ja valtakunnallisten toimijoiden kanssa.

Silta-Valmennuksen (2017.) mukaan heidän toiminta-ajatuksena on parantaa syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien nuorten ja aikuisten kiinnittymistä yhteiskuntaan parantamalla yhteistyössä heidän asumis-, kuntoutumis-, oppimis- ja työllistymismahdollisuuksiaan. Silta-Valmennus tuottaa palvelujaan ihmisten kunnioittamisen, vastuullisuuden, sisun ja yhdessä onnistumisen arvo lähtökohdista.

Silta-Valmennuksen (2017.) strategiassa korostuu asiakkaiden osallisuus, osaaminen ja voimaantuminen. He pyrkivät olemaan palveluissaan edelläkävijöitä ja kehittävät, toimivat sekä vaikuttavat yhteistyökumppaniensa kanssa asiakkaiden parhaaksi. Silta-Valmennus pyrkii vastaamaan asiakkaidensa tarpeisiin ja näin ollen parantamaan heidän elämänlaatuaan.

Silta-Valmennuksen (2017.) mukaan he huomioivat toiminnassaan muuttuvan toimintaympäristön ja reagoivat muutoksiin uudistaen palvelu tarjontaansa nopeasti ja joustavasti. Silta-Valmennus ottaa saamansa palautteen kaikissa palveluissa toiminnan kehittämisen lähtökohdaksi. Silta-Valmennuksella kehitetään jatkuvasti yhteistyötä eri toimijoiden kanssa ja työprosesseja yhdenmukaistetaan toiminnan sujuvuuden ja asiakkaiden laadukkaan palvelun takaamiseksi. Silta-Valmennus kertoo myös uudistavansa rohkeasti tulevaisuuteen suuntaavilla investoinneilla ja kannustaa henkilöstöä mukaan kehittämiseen.

Silta-Valmennus toteuttaa toimintaansa asiakkaan omiin voimavaroihin luottaen. He uskovat asiakkaidensa löytävän ratkaisuja ongelmiin elämäntilanteissaan riittävän avun ja mahdollisuuksien turvin. Uuden luominen, asiakkaiden tarpeiden tarkastelu ja ratkaisujen löytäminen tehdään laaja-alaisesti yhteistyössä asiakkaiden ja yhteistyö tahojen kanssa. Silta-Valmennus arvostaa hyvinvointivaltiota ja haluaa olla mukana tukemassa sitä myös

tulevaisuudessa. Arvostus ilmenee myös yhdistyksen arvostavana suhtautumisena asiakkaisiin ja yhteistyökumppaneihin. (Siltavalmennus 2016.)

Silta-Valmennus tarjoaa sosiaalista kuntoutusta Tamperelaisille, joille kuntouttava työtoiminta ei ole ajankohtaista. Asiakkaat voivat olla myös työkyvyttömyyseläkkeellä tai osittain työkykyisiä. Palvelujen piiriin pääsee aikuissosiaalityön ohjaamana.

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on lisätä osallisuutta, vahvistaa elämänhallinta-taitoja sekä edistää sosiaalisia taitoja. (Siltavalmennus 2016.)

Silta-Valmennuksen (2018.) mukaan heidän tuottamansa kuntoutuksen sisältö ja kesto lähtevät yksilöllisesti asiakkaan tarpeista. Sosiaalinen kuntoutus on matalan kynnyksen toimintaa, jolla tuetaan asiakkaiden elämänhallintaa. Toiminnan kestolle ei ole määritelty aikarajaa vaan kesto määräytyy yksilöllisesti asiakkaiden tarpeiden mukaan. Sosiaaliseen kuntoutukseen osallistuvat asiakkaat eivät ole työelämän käytettävissä, joten kuntouttava työtoiminta ei ole heille oikea-aikainen palvelu. Asiakkaat ovat työikäisiä ja ovat esimerkiksi kuntoutustuella, työkyvyttömyyseläkkeellä tai osatyökykyisiä.

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on asiakkaiden kuntoutus yksilöllisen suunnitelman mukaisesti ja henkilökohtaiseen tahtiin siten, että asiakas voi toimia tavoitteidensa mukaisesti yhteisön jäsenenä ja mahdollisesti myöhemmin päästä myös työelämään tai koulutukseen. Sosiaalisen kuntoutuksen on tarkoitus olla mielekästä ja sen tulisi vahvistaa asiakkaiden arjen hallintaa. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on asiakkaiden osallisuuden ja aktiivisen toimijuuden vahvistaminen ja kuntoutusprosessin edistyminen. Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään myös lisäämään asiakkaiden terveyttä ja hyvinvointia. (Silta-Valmennus 2018.)

Silta-Valmennus (2016.) kertoo, että sosiaalisen kuntoutuksen sisältö ja kesto suunnitellaan yksilöllisesti. Toiminta pitää sisällään muun muassa ryhmätoimintaa, joka vahvistaa kansalaistaitoja, tutustumiskäyntejä sekä matalan kynnyksen ohjattua liikuntaa. Haastattelun aikaan ryhmätoiminta oli kuitenkin lakkautettu ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat osallistuivat kuntouttavan työtoiminnan ryhmiin.

Silta-Valmennuksella on useita erilaisia työpajoja. Työpajoilla valmentaudutaan työelämään ja opiskeluun. Asiakkaat saavat työpajalta kokemusta, näkemystä ja osaamista eri

aloilta. Työpajat ovat työyhteisöjä, joissa oppiminen tapahtuu työn tekemisen kautta. (Silta-Valmennus 2016.)

Pajojen työyhteisöissä työskentelee valmentajia ja opettajia. Valmentajat ja opettajat ohjaavat työskentelyä ja valmentavat työtehtävissä ja työyhteisössä toimimisessa. Asiakkaita autetaan yksilöllisten tavoitteiden saavuttamisessa ja tulevaisuuden suunnittelemisessa. Työpajoilla on työelämälähtöinen valmennusote, jossa huomioidaan jokaisen asiakkaan yksilölliset tavoitteet. Työpajaohjaajat auttavat asiakkaita selkeyttämään omia koulutus- ja työllistymistavoitteitaan ja kannustavat positiiviseen arjen hallintaan. Asiakkaiden kanssa käydään arviointi- ja palautekeskusteluja. (Silta-Valmennus 2016.)

Haastateltavat sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat osallistuivat IT-pajan, monitaito-pajan sekä luontopajan toimintaan. Haastateltavista kukaan ei ollut osallistunut aiemmin toteutettuun ryhmämuotoiseen sosiaaliseen kuntoutukseen. Työpajoilla sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille kuuluivat samat tehtävät kuin muillekin, eikä heidän toimintansa pajalla eronnut erilaisella sopimuksella pajalla olevien kanssa.

Sillan IT-pajalla asiakkaat voivat kartoittaa omaa tietoteknistä osaamistaan, oppia uutta, päivittää sekä täydentää osaamistasi. IT-pajan työtehtäviin kuuluu huolto-, korjaus- ja tukitöitä tietokoneille ja mobiililaitteille. Pajalla opetellaan alalla tarvittavia taitoja töiden lomassa ja valmistaudutaan käyttämään työelämässä käytettäviä työkaluja ja -menetelmiä. (Silta-Valmennus 2016.)

Sillan luontopaja hyödyntää luonnonvoimaa. Paja on suunnattu kuntouttavan työtoiminnan asiakkaille ja erityisesti 18–29-vuotiaille työelämän ja koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille. Paja tarjoaa lähestymistapoja luontoon, ympäristöön, eläimiin ja kasveihin kuntoutumisen ja oppimisen näkökulmasta. Pajalla pääsee tutustumaan luonnon tarjoamiin toimintaympäristöihin pajan oman toiminnan sekä harjoittelujen ja vierailujen kautta. Luontopajan toiminta on kasvien viljelyä, retkeilyä luonnossa, maiseman- ja luonnonhoitoa ja eläinten hoitoa. Pajalla oppii luonnosta uusia asioita luontoa tarkkailemalla. (Silta-Valmennus 2016.)

Sillan monitaitopajalla tehdään ja opetellaan erilaisia tehtäviä, joista voi olla hyötyä myös arkielämässä esimerkiksi; kutominen, virkkaus, ompelu, maalaus, korutyöt, pihatyöt, puutarhan hoito ja kalusteiden kunnostus. Pajalla voidaan yhteisöllisesti osallistujien toiveiden mukaan valmistaa ruokaa, tehdä luontoretkiä ja vierailukäyntejä, harrastaa liikuntaa sekä opetella tiedonhakua netistä. (Silta-Valmennus 2016.)

#### **2.4 Työntekijöiden ammatillisuus kuntoutumisen edistäjänä**

Kuntoutujan elämäntilanteiden eri puolet paljastuvat vasta kuntoutuksen prosessiin edessä. Haasteiden tulkinta sekä työntekijän ja kuntoutujan yhteinen tulkinta ovat tärkeä osa prosessia. Kuntoutujilla saattaa usein olla negatiivisia kokemuksia sosiaalisista suhteista ja yleisesti sosiaalipalveluista, joten kuntoutuksen alkuvaihe sekä luottamuksen syntyminen ovat merkittävässä roolissa sosiaalisessa kuntoutuksessa. (Kostilainen & Nieminen 2018, 15.)

Kuntoutuksessa suuressa roolissa on kuntoutujan ja työntekijän välinen suhde. Kolmena merkittävänä työskentelysuhteen elementtinä nähdään tavoitteet, tehtävät ja sidos. Tavoitteilla tarkoitetaan yhdessä sovittuja työskentelyn päämääriä, joihin sekä kuntoutuja että työntekijä ovat sitoutuneita. Tehtäviä ovat päämääriin johtavia kuntoutuksen toimenpiteitä, joista kuntoutujalla sekä työntekijällä on yhteisymmärrys. Sidoksella tarkoitetaan kuntoutujan ja työntekijän välistä suhdetta, johon kuuluu esimerkiksi luottamus. (Karjalainen & Vilkkumaa toim. 2004, 141.)

Kuntoutujan ja työntekijän vuorovaikutussuhde on kuntoutumisen ydin, joka luo työn tavoitteellisuuden. Työntekijän aito kiinnostus sekä paneutuminen kuntoutujan asioihin vaikuttavat koko palvelujärjestelmää kohtaan olevaan luottamukseen. Työntekijän asettuminen kuntoutujan rinnalle ja tueksi sekä yhteistyöhön sitoutuminen merkitsee kuntoutujalle aitoa välittämistä. Kuntoutujan kynnystä hakea ja vastaanottaa tarvitsemaansa apua nostaa työntekijän välinpitämättömyys kuntoutujan asioita kohtaan. Kasvokkain kohtaaminen lisää kuntoutujan kokemusta kohdatuksi tulemisesta. (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 168-170.)



Kuntoutuksessa on merkittävää myös eri palveluiden ja työntekijöiden yhteistyö yhteisen asiakkaan kuntoutumisen tavoittelemiseksi (Kostilainen & Nieminen 2018. 16). Erilaisien työmuotojen sekä yhteistyö eri tahojen kanssa on keskeistä positiivisten vaikutusten saavuttamisen kannalta sosiaalisessa kuntoutuksessa. Nämä vaikutukset näkyvät mm. kuntoutujan sosiaalisten taitojen karttumisena, elämänhallinnan paranemisena sekä itsetunnon kohenemisena. (Helminen 2016. 154.)

Kuntoutuksen tärkeä yhteistyökumppani on sosiaalityö, jonka merkittävä tehtäväalue kuntoutus on. Sosiaalityö sitoo yhteen pääosin sosiaalialan eri ammattilaisia, kun taas kuntoutus on eri ammattiryhmien toimintaa. (Kokko & Veistilä 2016. 220) Sosiaalista kuntoutusta toteutettaessa on hyvä tiedostaa työntekijän rooli myös työn toteuttajan roolista. Sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohta on, että toimenpiteet ja työotteet edistävät ihmisten osallisuutta yhteiskuntaan ja yhteisöihin. Sosiaalisessa kuntoutuksessa käytetään samoja yksilö-, ryhmä- ja yhteistyön menetelmät, kuin sosiaalityössä yleisestikin. Kiinnittämällä huomiota henkilökunnan koulutukseen tai lisäkoulutuksilla löydetään erityisesti kuntoutukseen soveltuvia lähestymistapoja, menetelmiä sekä työvälineitä. (Raivio 2018, 22-23.)

”Sosiaalinen kuntoutus ei ole prosessi, joka tehdään ihmiselle.” Ammattilaisen tuki on tarpeen, kun asiakasta autetaan löytämään taitoja, joilla vahvistaa omaa elämänhallintaansa. Ammattilaisen rooli on kuitenkin aina kuntoutujaa tukeva, ei häntä määräävä. (Raivio 2018, 34.)

### 3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyömme käsittelee Silta-Valmennuksen toteuttamaa sosiaalista kuntoutusta. Tutkimme asiakkaiden kokemuksia sosiaalisesta kuntoutuksesta. Tavoitteena oli selvittää, mikä merkitys Silta-Valmennuksen tuottamalla sosiaalisella kuntoutuksella on asiakkaille ja miten sosiaalista kuntoutusta voidaan kehittää vastaamaan entistä paremmin heidän tarpeitaan.

Tutkimuskysymyksemme koostuu yhdestä pääkysymyksestä ja sitä tarkentavista kysymyksistä.

- Miten asiakkaat kokevat sosiaalisen kuntoutuksen ja mikä sen merkitys heille on?
  - Mitä sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa asiakkaille
  - Ovatko sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet toteutuneet
  - Mitä muutoksia sosiaalinen kuntoutus on saanut aikaan asiakkaiden arjessa?
  - Mitä kehitettävää sosiaalisessa kuntoutuksessa on?

Tutkimusongelman lähtökohdat pohdimme yhdessä Silta-Valmennuksen kanssa. Olimme kiinnostuneet kaikista huonoimmassa asemassa olevista kuntoutujista, joten tutkimuksen kohteeksi valikoitui sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat. Tutkimus nousi Silta-Valmennuksen tarpeista, sillä asiakkaiden kokemusta sosiaalisesta kuntoutuksesta ei ole aiemmin tutkittu. Haastattelurungon laatiminen auttoi tutkimuskysymysten jäsentelyssä ja yllä mainitut kysymykset antavat laajalti vastaukset teemoittain tehtyyn haastatteluun.

Halusimme saada selville mitä sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa asiakkaille ja ovatko asiakkaat tietoisia mitä kaikkea sosiaalinen kuntoutus voi pitää sisällään. Asiakkaiden tulisi olla sitoutua kuntoutukseen ja sitä tehtävää varten heillä tulisi olla riittävästi tietoa kuntoutuksen sisällöistä ja tarkoituksesta.

Kuntoutuksessa on tärkeää asettaa jokaiselle asiakkaalle henkilökohtaiset tavoitteet, jotka perustuvat asiakkaan tarpeisiin. Tavoitteiden pohjalta asiakasta voidaan ohjata tarvittuun suuntaan ja antaa tarvittavaa tukea. Tavoitteita tulisi seurata ja päivittää tarvittaessa. Koska henkilökohtaiset tavoitteet ovat tärkeä osa kuntoutusta, oli mielestämme tärkeää selvittää, onko asiakkaiden tarpeet ja tavoitteet huomioitu.

Kuntoutuksen tulisi olla tavoitteellista toimintaa ja sillä pyritään vaikuttamaan asiakkaiden elämään. On tärkeää selvittää mitä muutoksia sosiaalinen kuntoutus mahdollisesti on tuonut asiakkaiden arkeen. Kysymyksellä pyrimme selvittämään, onko sosiaalisella kuntoutuksella ollut vaikutusta asiakkaan elämään ja onko se edistänyt asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä.

Toimintaa tulee jatkuvasti tarkastella ja kehittää. Asiakkaiden hyödyntäminen toiminnan kehittämisessä antaa osallisuuden tunteita sekä ensikäden tietoa toiminnan onnistumisen ja kehittämisen kohteista. Tämän kysymyksen perusteella Silta-Valmennus voi kehittää sosiaalisesta kuntoutustaan ja asiakkaat saavat oman ääneensä kuuluviin.

## 4 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on parantaa asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalinen toimintakyky nivoutuu tiukasti sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohtiin. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen on yksi sosiaalisen kuntoutuksen tärkeimmistä tavoitteista. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen mahdollistaa muutoksia asiakkaiden elämässä. Sosiaalinen toimintakyky muodostuu sosiaalisen vuorovaikutuksen ja osallisuuden sekä elämänhallinnan tunteista. Luvussa 2 kerrotaan tarkemmin sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksesta ja tavoitteista sekä lainsäädännön velvoitteista.

Teoreettinen viitekehys on rajattu sosiaalisen toimintakyvyn ja erityisesti siihen liittyvien osallisuuden ja elämänhallinnan käsitteisiin. Viitekehukseen valikoituneet asiat nousevat esiin sekä sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksesta että asiakkaiden haastatteluvastauksista. Osallisuus ja elämänhallinta nivoutuvat tiukasti yhteen sosiaalisen toimintakyvyn kanssa ja ovat sisällöltään samankaltaisia.

### 4.1 Sosiaalinen toimintakyky

Avun tarpeet toimintakykyyn liittyen kytkeytyy tilanteisiin, joissa henkilö ei fyysisestä, psyykkisestä, kognitiivisesta tai sosiaalisesta syystä johtuen suoriudu itsenäisesti arjen toiminnoista. Henkilön toimintakyvyn aleneminen voi johtua yhdestä syystä tai tekijöitä on saattanut kasautua yksilölle useampia. (Raivio 2018, 21.)

Ihmisen toimintakyky jaetaan usein neljään eri osa-alueeseen. Fyysinen toimintakyky, psyykinen toimintakyky, kognitiivinen toimintakyky sekä sosiaalinen toimintakyky ovat toimintakyvyn eri ulottuvuuksia. Toimintakyvyn ulottuvuudet kytkeytyvät kaikki toisiinsa ja niihin vaikuttavat myös ympäristö, yksilön terveys sekä henkilökohtaiset ominaisuudet. (Terveys ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Sosiaalinen toimintakyky muodostuu yksilön ja häntä ympäröivän yhteisön, sosiaalisen verkoston tai yhteiskunnan vuorovaikutuksesta ympäristön tarjoamien mahdollisuuksien ja rajojen puitteissa. Sosiaalinen toimintakyky ilmenee vuorovaikutustilanteissa sosiaalisista rooleista suoriutumisena, sosiaalisena aktiivisuutena sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksiana. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Hyvällä sosiaalisella toimintakyvyllä varustettu yksilö pystyy olemaan vuorovaikutuksessa läheistensä ja oman toimintaympäristönsä kanssa. Hän kykenee hoitamaan omat velvoitteensa ja puolustamaan oikeuksiaan. Elämönhallinnan ja riippumattomuuden kokemukset ovat myös yhteydessä sosiaaliseen toimintakykyyn. Pitkäaikainen avuntarve voi aiheuttaa sosiaalisen toimintakyvyn vähentymistä. Hyvä sosiaalinen toimintakyky voidaan nähdä syrjäytymisen vastakohtana. Toimintakykyinen ihminen pystyy osallistumaan sekä omaan elämäänsä että yhteiskunnan toimintaan aktiivisesti. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 47-48.)

Sosiaalinen toimintakyky näyttäytyy siis kykynä toimia vuorovaikutuksellisessa kanssakäymisessä muiden kanssa. Se ilmenee sosiaalisena aktiivisuutena ja osallistumisena erilaisissa vuorovaikutustilanteissa sekä yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksina. (Ihalainen & Kettunen 2016, 208.)

Sosiaalinen toimintakyky voidaan hahmottaa toimintavalmiutena, joka koostuu erilaisista elämäntaidoista. Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on tukea asiakkaita saavuttamaan ja täydentämään elämäntaitojaan ja yhteiskunnassa tarvittavia elämäntaitojaan. Nämä taidot voidaan nähdä aikuisilta edellytettävänä sosiaalisina, arki- sekä yhteisötaitoina. Kuviossa 1 (Raivio 2018) on luokiteltuna sosiaalisen toimintakyvyn kannalta tärkeitä taitoja osallisuuden ulottuvuuksien kautta.

**Toimintaympäristön asettamat odotukset, mahdollisuudet ja rajoitukset**

	SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY			
	Osallisuuden ulottuvuudet	Sosiaaliset taidot	Arkitaidot	Yhteisötaidot
<b>Koulutus ja työmarkkinat</b>				
<b>Sosiaaliset suhteet ja verkostot</b>				
<b>Toimeentulo</b>				
<b>Välimatkat ja etäisyydet, liikkuminen</b>				
<b>Vapaa-ajan mahdollisuudet</b>				
<b>Ympäristön avoimuus, yhteiset tilat</b>				
<b>Palvelut, niiden saavutettavuus ja saatavuus</b>				
	Kuuluminen/ Belonging	Itseilmaisu, vuorovaikutuskyvyt, kyky liittyä muihin.	Itsestä huolehtiminen, arjesta selviäminen, kyky toimia perheenjäsenenä.	Itsen ja ympäristön tiedostaminen, tunteiden hallinta, kyky asioida.
	Toimiminen/ Acting	Kyky luoda ihmissuhteita, ottaa vastuuta, huolehtia muista ja ylläpitää yhteyksiä.	Kyky hankkia koulutus, tehdä työtä ja organisoida. Riippuvuuksien hallinta.	Itsensä elättäminen. Kyky osallistua, harrastaa, suunnitella tulevaa ja sopeutua.
	Omistaminen/ Having	Luottamus Arvostus	Työuran vakaus Kodin olemassaolo	Valta ja vallankäyttö Raha ja sen käyttö

KUVIO 1. Sosiaalinen toimintakyky aikuisen oppimistehtäviin liittyvinä sosiaalisina, arki- sekä yhteisötaitoina (Raivio 2018)

Kun kyse on yhteisöön kuulumisesta, sosiaaliset taidot ilmentyvät itseilmaisukykynä, vuorovaikutustaitoina ja kykynä liittyä muihin. Arkitaitojen osalta keskiöön nousevat jokapäiväisessä elämässä pärjääminen. Yhteisötaitojen tasolla tarvitaan oman toiminnan sekä ympäristön tunnistamista ja asiointikykyä. (Raivio 2018, 36.)

Toimijuus tapahtuu erilaisissa yhteisöissä tai laajemmin yhteiskunnassa. Sosiaaliset taidot muodostuvat vastuullisesta toiminnasta ja ihmissuhteiden luomisesta. Arkitaidot muodostuvat kyvyistä käydä koulua tai tehdä sekä riippuvuuksien hallinnasta. Yhteisötaitojen kohdalla toimijuus näyttäytyy omaehtoisena toimintana ja kykynä osallistua erilaiseen toimintaan. (Raivio 2018, 36.)

Omistaminen näkyy kykynä saavuttaa ja säilyttää erilaisia resursseja. Sosiaaliset taidot liittyvät luottamuksellisiin ja arvokkaisiin ihmissuhteisiin. Arkitaitojen tasolla puhutaan työllistymisestä ja kodin ylläpitämisestä. Yhteisötaitoja ovat ymmärrys valtasuhteista ja valmiudet hallittuun taloudenhoitoon. (Raivio 2018, 36.)

Toimintakyky ei tarkoita pelkkää toimintaa vaan pitää sisällään mahdollisuuden toimintaan. Ihminen päättää itse käyttääkö hän toimintakykyään. Ratkaisevaa yksilön kannalta on miten toimintakyvyn mahdolliset rajoitukset vaikuttavat hänen elämäänsä. (Kettunen ym. 2009, 62.)

#### 4.1.1 Elämänhallinta

Käsitteenä elämänhallinta on usealla eri tavalla määritelty. Elämän ei kuitenkaan tarvitse olla täysin hallittavissa, vaan erilaiset ylä- ja alamäet kuuluvat elämään. (Kettunen ym. 2009, 49.)

Kaikki ihmiset kaipaavat hyvinvointia. Kun ihminen ei kykene syystä tai toisesta saavuttamaan hyvinvointia tarvitsee hän apua ja tukea. Hyvinvointi on aina ihmisen sisäinen kokemus, joka pohjautuu tunteeseen ja jokaisella ihmisellä siihen kuuluu eri asioita. Omaa hyvinvointia verrataan helposti muiden ihmisten hyvinvointiin. Tästä syystä pahoinvoinnin määrät lisääntyvät samassa suhteessa hyvinvoinnin kasvaessa. (Ihalainen & Kettunen 2006, 15.)

Elämäntapa on kokonaisuus, joka koostuu toiminnoista, valinnoista ja periaatteista, jotka määrittelevät ihmisen jokapäiväistä elämää. Elämäntapa rakentaa ihmisen arkea. Elämäntapa määräytyy sekä ulkoisista että sisäisistä tekijöistä. Ihminen muokkaa yksilöllistä elämäntapaansa valinnoilla, jotka kumpuavat kulttuurista ja ympäristöstä. (Ihalainen & Kettunen 2006, 10.)

Elintaso ja elämänlaatu ovat käsitteinä lähellä elämäntavan määrittelyä. Elintaso perustuu materiaalisten ja fyysisten tarpeiden tyydyttämiseen. Elämänlaatu taas kertoo ihmisen sisäisestä kokemuksesta oman elämänsä laadusta. Elämänlaatu pitää sisällään laajemman kokonaisuuden, ei pelkästään materiaalista hyvinvointia. (Ihalainen & Kettunen 2006, 11.)

Elämänhallinta liittyy myös läheisesti elämäntapaan. Elämäntapa on kokonaisuus, joka jäsentää ja pitää arkea koossa. Se koostuu jokapäiväisistä toiminnoista, jotka yksilö määrittelee itselleen tärkeäksi. (Ihalainen & Kettunen 2016, 17.)

Elämänhallinta voi olla ulkoista tai sisäistä. Ulkoinen elämänhallinta pitää sisällään perusasioita, esimerkiksi työ, toimeentulo ja asuminen. (Ihalainen & Kettunen 2006, 11.) Ulkoinen elämänhallinta voidaan nähdä myös tarvelähtöisenä hyvinvointina. Tarvelähtöisessä hyvinvointi mallissa pääajatuksena on, että hyvinvointi on kunnossa, kun hyvinvointi alueiden tarpeet ovat riittävän hyvin tyydytetty. Elintason tulee olla riittävän hyvä, jotta ihminen voi voida hyvin. (Ihalainen & Kettunen 2006, 15-16.)

Sisäinen elämänhallinta kuvastaa ihmisen eheyttä ja hallinnantunnetta omasta elämästään. Elämäntilanteessa tapahtuvat muutokset ravistelevat sisäistä elämänhallintaa. Esimerkiksi sairaus tai työkyvyttömyys vaativat sopeutumista uuteen tilanteeseen. Elämänhallinta voi heiketä suurien muutoksien edessä ja tämä voi näkyä ihmisellä elämänhallinnan kadottamisena. (Ihalainen & Kettunen 2006, 11.)

Syrjäytyessään ihminen jää normaalin sosiaalisen kanssakäymisen ulkopuolelle. Moniongelmaisuus, ongelmien kasautuminen ja ulkopuolisuus monella elämäntilanteella on ominaista syrjäytymiselle. Tämä voi aiheuttaa elämänhallinnan tunteen menettämisen lähes kokonaan. (Kettunen ym. 2001, 13-14.)

Vuorovaikutus mikä yksilöllä on yhteiskunnassa vallitsevien rakenteiden kanssa toisaalta niitä muuttaen ja toisaalta niihin kykyjensä mukaan sopeutuen, määrittää yksilön elämänhallintaa. Yksilö turvautuu ulkoisiin (sosiaaliturvaan, muiden ihmisten tuki) tekijöihin selviytyäkseen elämässään vastaantulevista vaikeuksista. Yksilö hyödyntää myös psykososiaalisia valmiuksiaan ja voimavarojaan vastaantulevien vaikeuksien ratkomiseen. Yksilön ulkoiset ja sisäiset elämänhallinnan resurssit yhdistyvät hyvin kiinteästi. (Ek ym. 2004, 29.)

Kuntoutuksen tavoitteena on auttaa kuntoutujaa hallitsemaan omaa elämäntilannetta. Elämänhallinta voidaan jakaa ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan. Ulkoinen elämänhallinta tarkoittaa sitä, että ihminen pystyy ohjaamaan oman elämänsä kulkua. Hänen asettamansa tavoitteet ja elämän tarkoituksiperät toteutuvat jonkinasteisesti. Sisäinen elämänhallinta taas tarkoittaa, että ihminen pystyy sopeutumaan elämäntilanteisiin ja luottaa siihen, että selviää vaikeistakin tilanteista joko omin avuin tai ystävien tuella. Elämänhallinta näyttäytyy myös siten, että ihminen pystyy hyväksymään erilaiset tapahtumat elämässään ja pystyy katsomaan asioita parhain päin. (Järvikoski, Härkäpää 2011, 140.)

Ihmisen hyvinvointiin, onnellisuuteen ja elämänhallinnan tunteisiin vaikuttaa arjessa toimiminen. Työ on suuri vaikuttaja arjen hyvinvoinnille. Työ mahdollistaa toimeentulon ja rytmittää arkea. Työelämän ulkopuolella oleville olisi tärkeää saada päiviinsä samankaltaista rytmiä ja merkityksellisiä toimintoja. (Saari 2011, 250-251.)

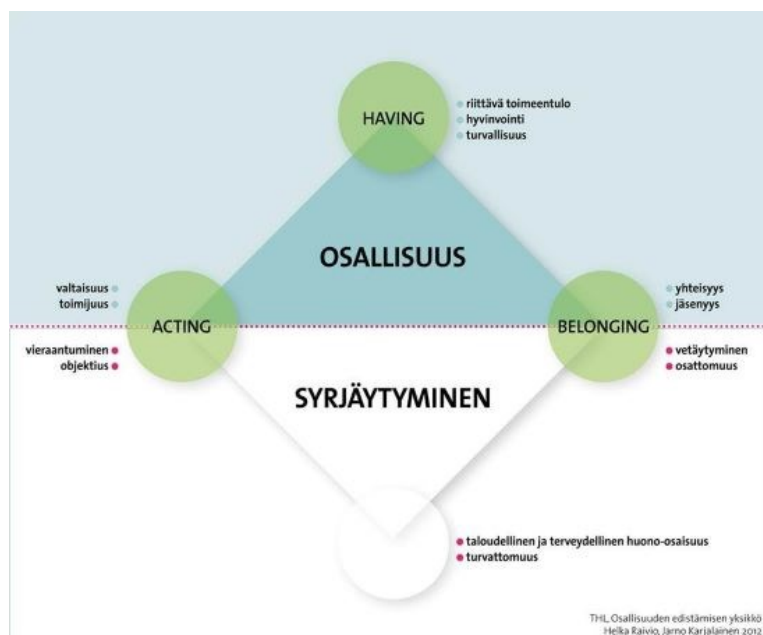


#### 4.1.2 Osallisuus

Elämä ei koostu pelkästään elintasosta vaan ihmisellä on aina tarve kuulua johonkin ryhmään ja kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Yhteenkuuluvuuden tunne voi olla jopa tärkeämpää kuin toimeentulo. Elintason ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisäksi ihmisen tulee saada toteuttaa itseään. Ihminen saa toteuttaa itseään, kun hän voi tehdä asioita, jotka ovat hänelle itselle tärkeitä. Ihmisen kaipaa myös hyväksyntää omana itsenään. (Ihalainen & Kettunen 2006, 16.)

Osallisuutta voidaan Raivion ja Karjalaisen (2013, 16) mukaan tarkastella kolmen ulottuvuuden kautta. Nämä kolme ulottuvuutta ovat: riittävä toimeentulo, hyvinvointi ja taloudellinen osallisuus (HAVING), toiminnallinen osallisuus (ACTING) sekä yhteisöllinen osallisuus (BELONGING). Nämä hyvin hyvinvoinnin elementit tunnistetaan osallisuutta ja siten yhteiskunnallistakin toimintakykyä tukeviksi.

Osallisuuden ulottuvuuksille (Kuvio 2) voidaan myös hahmottaa negatiivinen vastapari, joka paljastaa syrjäytymisen ulottuvuudet. Vajaus jossakin osallisuuden ulottuvuudessa estää täysimääräisen osallisuuden tapahtumisen ja voi suurentaa syrjäytymisen riskiä. (Raivio & Karjalainen 2013, 17.)



KUVIO 2. Osallisuus syrjäytymisen vastaparina (Raivio & Karjalainen 2013)

Kuntoutuksessa on usein kysymys asiantuntijan antaman sosiaalisen tuen merkityksestä asiakkaan osallisuuden ja valtaistumisen tukemiseksi. Syrjäytyminen, pitkäaikainen sairaus tai pitkittynyt työttömyys saattavat heikentää yksilön sosiaalista verkostoa ja tämä voi johtaa sosiaaliseen syrjäytymiseen. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 151-152.)

Syrjäytyminen on prosessi, joka voi tapahtua pitkän ajan kuluessa vaiheittain tai joissain tilanteissa hyvinkin nopeasti. Köyhyys, eristäytyminen ja kyvyttömyyden tunne liittyvät vahvasti syrjäytymiseen. Syrjäytyessään ihminen joutuu vähitellen tavanomaisten sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle ja menettää samalla tunteen elämönhallinnasta. Ongelman alussa ihmisellä on yleensä toivoa ja voimavaroja selviytymiseen. Ongelmien pitkittyessä ihminen alkaa kuitenkin menettää toivoaan ja mitä pidempää tilanne jatkuu sitä enemmän se heikentää elämönhallintaa. (Ihalainen & Kettunen 2006, 19.)

Tutkimuksien perusteella yksilöiden kuntoutuminen on tehokkaampaa, jos he saavat tukea sosiaaliselta verkostoltaan. Sekä virallisella että epävirallisella kuntoutusjärjestelmän tuella on merkitystä ja varsinkin vertaistukeen on alettukiinnittämään huomiota kuntoutuksessa. (Järvikoski, Härkäpää 2011, 151-152).

Ihmisten osallisuus ja mahdollisuus olla aktiivisena toimijana omassa elämässään on osa elämönhallintaa. Asiakkaiden aktiivista osallisuutta pyritään enenevässä määrin kehittämään sosiaalialalla ja tämän huomaa myös aiheesta tehdyn kirjallisuuden perusteella. Sosiaalinen osallisuus ei koske ihmistä pelkästään yksilötasolla vaan näyttäytyy myös rakenteellisena olosuhteena. Käytäntöjen tulisi olla sellaisia, että ihmisen riskit syrjäytymiseen ovat vähäisiä ja heillä on mahdollisuuksia osallistua yhteiskuntaan aktiivisena jäsenenä. Kuntoutuksen yhtenä tavoitteena tuleekin olla sosiaalisen osallisuuden vahvistaminen. (Järvikoski, Härkäpää 2011, 147.)

Sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyyden tunne ovat olennainen osa hyvinvointia (Saari 2011, 288). Osallisuus hahmottuu toisaalta kokemus tai tunteena ja toisaalta taas toimintakykynä tai toimintamahdollisuutena. Osallisuus on kuitenkin yksilöllinen kokemus tai tunne. Osallisuuteen liittyy yleensä valinnan vapauden tai vallan tunne. Johonkin palveluun osallistuvan osallisuuden tunteeseen vaikuttaa muun muassa tiedonsaanti ja vaikuttamismahdollisuudet. (Raivio & Karjalainen 2013, 14.)

Usein yksilön syrjäytymiseen kuuluu sosiaalisten verkostojen ulkopuolelle jääminen. Tähän liittyy myös tunne turvattomuudesta sekä voimattomuudesta. Nämä tunteet estävät usein yksilöä etsimästä ja saamasta tukea ympäröivästä yhteisöstä. (Ek ym. 2004, 17.) Kansalaisyhteiskunnassa sosiaalinen yhteenkuuluvuus perustuu jaettuun tilanteeseen. Tilanne voi olla samanlainen elämäntilanne, esimerkiksi työkyvyttömyys. Jaettu tilanne mahdollistaa vertaistuen ja auttamisen yhteisten intressien pohjalta. Yhteisöön kuuluminen on tärkeää ihmisen hyvinvoinnin ja elämönhallinnan tunteen kannalta. Elämönhallinnan menettänyt ihminen vieraantuu helposti sosiaalisista suhteista ja yhteiskunnasta. (Pohjola & Särkelä 2011, 154.)

Syrjäytymisen taustalla on usein yhteiskunnallisia, yhteisöllisiä ja yksilöllisiä tekijöitä. Sairas, työkyvyttömyys, mielenterveys – ja päihdeongelmat, henkilökohtainen elämäntilanne ja koulutuksen puute ovat syrjäytymisriskiä lisääviä tekijöitä. Syrjäytymisen uhkaa voi myös lisätä palvelujärjestelmässä ja kuntoutuksessa väliinpuutuminen. (Karjalainen & Vilkkumaa 2014, 163.)

Sosiaalinen syrjäytyminen tarkoittaa, että ihminen joutuu tahtomattaan sivuun yhteiskunnassa tai yhteisöissä. Sen tunnusmerkkejä ovat yksilön resurssien puutteet ja huono-osaisuuden vähittäinen kasaantuminen. Syrjäytymisellä tarkoitetaan usein kasautunutta huono-osaisuutta, joka pitää sisällään pitkittyneen tai toistuvan työttömyyden, toimentulo-ongelmia, elämönhallintaan liittyvät ongelmat sekä syrjäytymisen yhteiskunnan osallisuudesta. (Järvikoski, Härkäpää 2011, 148.) Syrjäytymistä voidaan voittaa jo sillä, että ihmiset pääsevät kiinnittymään johonkin ryhmään, jossa heistä välitetään ja heidän asioistaan ollaan kiinnostuneita (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2010, 41).

Osallisuus liitetään yhteisöön tai yhteiskuntaan kuulumisen tunteeseen työn, harrastuksen tai vaikuttamisen kautta. Osallisuus tarkoittaa vaikuttamista ja se nähdään syrjäytymisen vastavoimana. Yhteisössä toimiminen antaa osallisuuden kokemuksen mielekkään toiminnan, yhteenkuuluvuuden ja tarpeellisuuden tunteen avulla. Osallisuuden ja vaikuttamismahdollisuuksien kautta ihminen voi tuntea kuuluvansa yhteisönsä ja yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi. (Pohjola & Särkelä 2011, 155.)

Osallisuus ei ole pysyvä tila, vaan vaihtelee elämäntilanteiden mukana. Osallisuus vaihtelee elämänkaaren mukana. Joissakin elämänkaaren vaiheissa pystyy olemaan aktiivi-

sempi kuin joissakin toisessa vaiheessa. Yksilötasolla osallisuuden kokemus syntyy yhteenkuuluvuudesta itselle merkityksellisiin ryhmiin. Yhteisö tasolla osallisuus näyttäytyy keskinäisenä luottamuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa yhteisön toimintaan. Yhteiskunnan tasolla osallisuus merkitsee mahdollisuuksien ja oikeuksien toteutumista. (Raivio 2018, 32.)

Sosiaalisten suhteiden heikkeneminen tai jopa katkeaminen on usein seurausta syrjäytymisestä. Osallistuminen yhteisöihin ja yhteisöllinen vuorovaikutus voivat ehkäistä tai korjata syrjäytymisestä aiheutuneita sosiaalisia ongelmia. Kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus, kohtaaminen ja yhteistoiminta tuottavat hyvinvointia ja edistävät terveyttä. Vertaistukiryhmillä on sama vaikutus, vaikka niissä olisi sosiaalisia ongelmia. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikonen 2010, 29.)

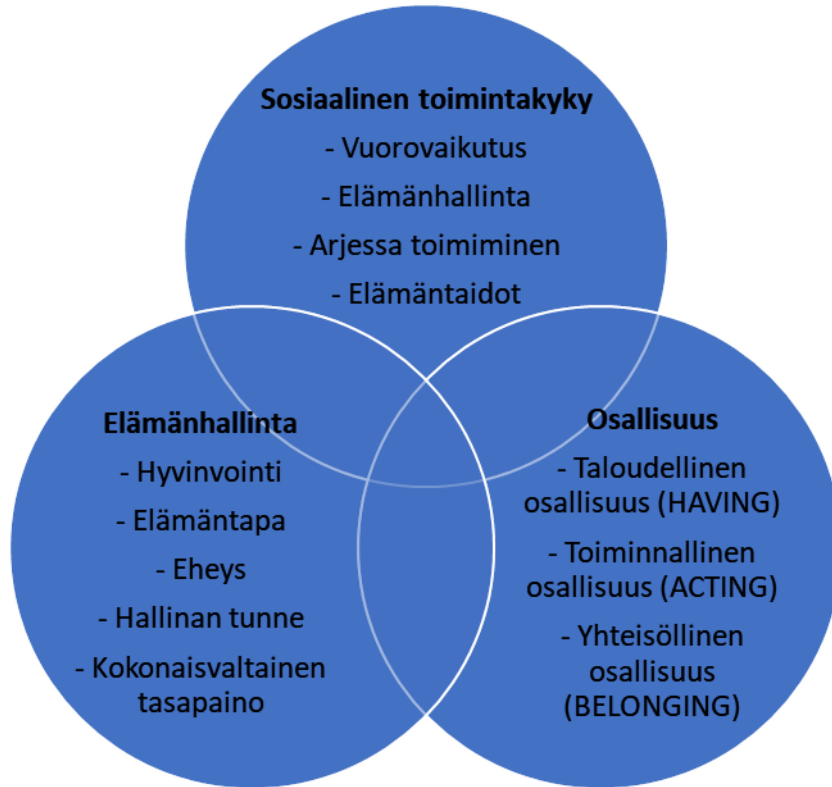
Yhteiskunnassa elämisen perusta on yhteisöön kuuluminen. Yhteisö muodostuu ihmisistä, joilla on jotain yhteistä, perhe, kokemus, sairaus, asuinalue. Sosiaalisten ongelmien hoidossa yhteisöllisyyttä voidaan käyttää työvälineenä. Yhteisön jäsenet voivat ongelmistaan huolimatta kokea yhteisön tuovan turvaa ja voimaantumista. Osallisuus, vaikuttamismahdollisuudet ja voimaantuminen ovat yhteistyön ydin. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikonen 2010, 32-33.)

#### **4.2 Teoreettinen viitekehys tässä tutkimuksessa**

Teoreettinen viitekehys muodostuu tässä tutkimuksessa sosiaalisen kuntoutuksen ulottuvuuksista. Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on lisätä ihmisen sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalinen toimintakyky nivoutuu tiukasti yhteen elämänhallinnan ja osallisuuden kanssa. Käsitteet pitävät sisällään samankaltaisuuksia ja täydentävät toinen toistaan.

Sosiaalista toimintakykyä tarkastellaan termin määrittelyn kautta, sekä Raivion kuvaamina sosiaalisina-, arki- sekä yhteisötaitoina. Elämänhallinnan osiota tutkitaan elämäntavan ja hyvinvoinnin määritelmien kautta. Osallisuus määrittyy tässä tutkimuksessa Raivion ja Karjalaisen kolmen ulottuvuuden kautta. Osallisuus on syrjäytymisen vastakohta, joten määrittelemme myös syrjäytymistä mutta myöskin yhteisöllisyyttä ja yhteiskunnallista toimijuutta.

Näitä teoreettisten näkökulmien kautta tarkastellaan asiakkaiden kokemuksia sosiaalisesta kuntoutuksesta. Näkökulmia hyödynnetään myös toiminnan kehittämisen pohdinnassa.



KUVIO 3. Teorettinen viitekehys

## 5 TUTKIMUKSEN MENETELMÄT JA TOTEUTUS

Tässä kappaleessa kerrotaan, kuinka tutkimus eteni suunnitelmasta toteutukseen. Tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen kautta kerrotaan tutkimusmenetelmästä, tutkimusaineiston keruusta sekä analysoinnista.

### 5.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus. Tutkittaessa asioita, joita ei voida yksinkertaisella tavalla määritellä ja yleistää on kyseessä kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voidaan pitää todellisen elämän kuvaamista ja tutkimista. Tutkimuksessa on muistettava kuitenkin, että todellista elämää ei voida pirstoa pieniin osiin vaan tutkittavaa kohdetta pyritään ymmärtämään kokonaisuutena. Laadullinen tutkimus tähtää enemmänkin tosiasioiden löytämiseen ja paljastamiseen kuin olemassa olevien väittämien todentamiseen. (Hirsjärvi ym. 2005, 152.)

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tutkitaan ihmisten väistä ja sosiaalista merkitysten maailmaa. Merkitykset näyttäytyvät suhteina ja niiden muodostamina kokonaisuuksina. Laadullinen tutkimus pyrkii kuvaamaan ihmisten oman todellisuuden kokemuksia. Kokemuksen tunteet ovat aina omakohtaisia. (Vilka 2015, 118.) Laadullinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja aineiston kerääminen tulisi tehdä todellisissa tilanteissa. Tutkimus kerätään ihmisten tuottamana. Aineiston tuottamisessa luotetaan havaintoihin ja keskusteluihin, eikä niinkään perinteisiin lomakkeisiin ja testeihin. Tiedonhankinnassa niitä voidaan kuitenkin käyttää apuvälineenä. (Hirsjärvi ym. 2005, 155.)

Kvalitatiivinen tutkimus sisältää lukuisia merkityksiä. Eri tieteenaloilla on omat tutkimustapansa. Laadullinen tutkimus ei siis ole vain tietynlainen hanke, vaan pitää sisällään moninaisia tutkimuksia. (Hirsjärvi ym. 2005, 153.) Tutkimus eri vaiheineen on luova prosessi. Tutkimus etenee aiheeseen perehtymisen, tutkimussuunnitelman, toteutuksen ja raportoinnin kautta valmiiksi työksi. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 57.)

Laadullisen tutkimuksen perimäisenä tarkoituksena on tuottaa jotain odottamatonta tietoa. Lähtökohta tutkimukselle ei siis ole teorian testaaminen vaan aineiston huolellinen tarkastelu. Tutkija määrittelee mikä aineistosta nousee tärkeäksi tutkimuksen kannalta. (Hirsjärvi ym. 2005, 155.) Vilkan (2015, 120.) mukaan laadullisen tutkimuksen erityispiirre on, että tutkimuksen tavoitteena ei ole löytää totuutta tutkittavasta aiheesta. Tutkimuksen tavoitteena on tutkimustulosten perusteella tulkita ihmisen toiminnasta jotakin, jota ei pelkän havainnoin avulla pystytä toteamaan.

Tutkimuksen kohde valitaan tarkoitukseen sopivaksi. Tutkimuksen kohteella tulee olla tietoa tutkittavasta aiheesta. Laadullisen tutkimuksen tutkimussuunnitelma elää tutkimuksen mukana. Suunnitelmia voidaan muuttaa tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi ym. 2005, 155.)

## **5.2 Tutkimukseen osallistuneet**

Tutkimukseen osallistui kuusi Silta-Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakasta. Silta-Valmennus on tarjonnut sosiaalista kuntoutusta vasta vuodesta 2017 ja haastattelun tekohetkellä sosiaaliseen kuntoutukseen osallistui kaiken kaikkiaan 14 henkilöä.

Koska laki estää asiakkaiden tietojen luovuttamisen eteenpäin, Silta-Valmennuksen henkilökunta suoritti tutkimuksesta tiedottamisen ja selvitti vapaaehtoiset osallistujat. Haastatteluun osallistuvien määrää ei tässä kohtaa vielä rajattu. Kaikille sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille annettiin mahdollisuus osallistua sekä yksilö- että ryhmähaastatteluun. Haastatteluja sovittiin kuusi kappaletta, joista kaikki toteutuivat ja saimme haastateltavilta hyvin tietoa. Haastatteluihin osallistuneet olivat tyytyväisiä mahdollisuudestaan vaikuttaa tutkimukseen kertomalla omat mielipiteensä sosiaalisesta kuntoutuksesta.

Haastatteluun osallistuneille toimitettiin saatekirje (Liite 1.), jossa kerrottiin tutkimuksesta. Haastateltavat allekirjoittivat sopimuksen tutkimukseen osallistumisesta (Liite 2.). Sopimus käytiin sanallisesti läpi jokaisen haastateltavan kanssa ja heille annettiin mahdollisuus kysellä tutkimuksesta ennen allekirjoittamista. Tutkimukseen osallistuneet asiakkaat ilmaisivat mielenkiintonsa valmiin työn lopputulosten kuulemiseen.

### 5.3 Teemahaastattelu

Opinnäytetyömme oli laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää asiakkaiden kokemuksia Silta-Valmennuksen sosiaalisesta kuntoutuksesta. Aineisto kerättiin teemahaastatteluilla. Teemoiksi valikoituivat asiakkaiden kokemukset, tarpeet ja tavoitteet sekä sosiaalisen kuntoutuksen kehittäminen.

Kaikki haastattelut etenivät haastattelurungon pohjalta (Liite 4.). Koska meitä oli kaksi, pystyi toinen tekemään muistiinpanoja ja tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Haastattelua varten varasimme tunnin aikaa, mutta haastattelut kestivät keskimäärin 30 minuuttia. Ensimmäisen haastattelun kohdalla totesimme haastattelupohjan toimivaksi, emmekä näin ollen muuttaneet haastattelupohjaa tai kysymysten järjestystä. Ennen haastattelua kerroimme lyhyesti itsestämme ja tutkimuksesta. Kävimme haastateltavien kanssa haastattelusopimuksen (Liite 2.) läpi ja allekirjoitimme sen.

Tutkimusaineisto kerättiin asiakkailta teema- ja ryhmähaastatteluilla. Haastatteluja oli sovittu kuusi kappaletta, joista kaikki toteutuivat. Haastattelut tehtiin Silta-Valmennuksen tiloissa syksyllä 2018. Teemahaastattelu toteutettiin yksilöhaastatteluna ja asiakkaita haastateltiin kerran, haastattelut nauhoitettiin. Silta-Valmennuksen työntekijöitä ei ollut paikalla haastatteluja tehtäessä. Ryhmähaastattelu toteutettiin yksilöhaastattelujen jälkeen ja siinä päästiin pureutumaan syvemmin sosiaalisen kuntoutuksen kehittämistarpeisiin. Ryhmähaastatteluun oli mahdollisuus osallistua, vaikka ei olisi osallistunut yksilöhaastatteluun. Ryhmähaastatteluun osallistui kuitenkin vain kolme henkilöä, koska asiakkaiden mukaan tieto osallistumismahdollisuudesta ei ollut mennyt kaikille sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille.

Haastattelussa ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Suora vuorovaikutus antaa joustavuutta aineiston keräämiseen. Haastattelussa voidaan siis säädellä aineiston keruuta tilanteen ja vastaajan tarpeiden mukaan. Haastatteluaiheiden järjestystä voidaan muuttaa ja haastateltavan vastauksia voidaan tulkita ja tarkentaa tilanteessa. Haastateltavalle annetaan mahdollisuus tuoda omat ajatuksensa julki vapaasti. (Hirsjärvi ym. 2005, 193-194.) Vilkka (2015, 124.) kertoo, että haastattelun teemojen järjestyksellä ei ole niinkään väliä. Tärkeintä on, että teemat käsitellään vastaajan kannalta luontevassa järjestyksessä.



Teemahaastattelu osoittautui toimivaksi menetelmäksi ja saimme kerättyä laajasti tietoa asiakkaiden kokemuksista. Haastattelut sujuivat luontevasti ja lisäkysymyksillä saimme tarkennettua tarvittaessa asiakkaiden kertomia asioita. Kirjoitimme haastattelun aikana muistiinpanoja ja pyrimme esittämään samoja tarkentavia kysymyksiä kaikille haastateltaville.

Teemahaastattelu oli toimiva tapa, koska se antaa mahdollisuuden keskustelelevampaan tilanteeseen. Tiedonhakuun käytettynä haastattelu on joustavampi keino saada tietää mitä ihminen ajattelee. Haastattelussa on mahdollisuus toistaa kysymyksiä, tarkentaa sanamuotoja tai tarkoituksia ja oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä. Haastattelussa voidaan myös vaihtaa kysymysten esitysjärjestystä ja tarvittaessa kysyä tarkentavia kysymyksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.)

Teemahaastattelu on lähellä syvähaastattelua avoimuutensa puolesta. Teemahaastattelu tehdään etukäteen valittujen keskeisten aihealueiden eli teemojen ja niitä tarkentavien kysymysten avulla. Tutkija voi pohtia esittääkö kaikki samat kysymykset tutkittaville ja edetäänkö haastattelussa aina samassa järjestyksessä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87-88.) Haastatteluissamme esitimme kaikille haastateltaville samat teemojen mukaiset pääkysymykset, mutta tarkentavat kysymykset saattoivat vaihdella. Kysymysten järjestys saattoi myös muuttua, jos haastateltava siirtyi itse uuden teeman äärelle. Pääpiirteittäin kuitenkin haastattelut etenivät melko samassa järjestyksessä kaikkien haastateltavien kohdalla.

Teemahaastattelussa pyritään löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiin. Etukäteen valitut teemat tulee liittyä tutkimuksen viitekehukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88.) Teemahaastatteluun valikoituneet kysymykset perustuvat tutkimuksen teoreettiseen pohjaan ja kysymykset aseteltiin niin että niiden perusteella on mahdollisuus saada vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

#### **5.4 Analyysi**

Aineiston käsittely- ja tulkintatapa määrittyy osittain jo tutkimuksen alkuvaiheen valinnoista. Tutkimusongelma voi jo itsessään määrittellä analyysin valintaa. Parhaimmillaan tutkimuksen eri vaiheet muodostavat jatkuvan yhtälön. Analyysivaiheessa saattaa myös selvitä, että tutkimusongelma olisi pitänyt asettaa eri tavalla. (Hirsjärvi ym. 2005, 209.)

Ennen analyysia tarkastettava aineisto. Aineiston riittävyys ja oikeellisuus todennetaan tässä vaiheessa. Mikäli aineistossa nousee esiin tarvetta tietojen täydentämiselle, voidaan tietojen kattavuutta lisätä ottamalla yhteyttä haastateltaviin. Aineisto tulee myös järjestää analyysia varten. (Hirsjärvi ym. 2005, 209-210.)

Kerätty ja tallennettu tieto tulee kirjata ylös eli litteroida. Litterointi voidaan tehdä koko aineistolle tai valikoida aineisto teemojen perusteella. Litteroinnin tarkkuutta ei yksiselitteisesti voida ohjeistaa. Tarkkuuteen vaikuttaa analyysitavat. (Hirsjärvi ym. 2005, 210.) Vilka (2015, 138.) muistuttaa, että valmiin litteroinnin tulee vastata haastateltavien lausumia ja merkitystä, joita he ovat lausumilleen antaneet. Haastateltavien puhetta ei siis litteroinnissa saa muuttaa tai muokata.

Aineiston analyysitavat eivät myöskään määräydy automaattisesti jonkin säännön mukaan. Laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että analyysia ei tehdä vain yhdessä tutkimuksen vaiheessa vaan aineistoa kerätään ja analysoidaan samanaikaisesti. (Hirsjärvi ym. 2005, 211.)

Analysoinnin jälkeen tulokset on selitettävä ja tulkittava. Tulkinta on aineistosta nousevien merkitysten selkeyttämistä ja pohdintaa. Tulosten analysointi ei yksistään riitä vaan tuloksista on pyrittävä laatimaan synteesejä. Synteesit kokoavat tuloksista esiin nousseet pääseikat ja antavat vastaukset tutkimusongelmaan. (Hirsjärvi ym. 2005, 213-214.)

#### **5.4.1 Sisällönanalyysi**

Sisällönanalyysi on analyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa. Sisällönanalyysi toimii joko yksittäisenä menetelmänä mutta myös väljänä teoreettisena kehyksenä, jota voidaan yhdistää muihin menetelmiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103.)

Sisällönanalyysin toteuttamisesta on monenlaisia kuvauksia. Yleinen kuvaus analyysistä etenee vaiheittain seuraavan kuvauksen mukaan. Analyysi alkaa vahvalla päätöksellä aineiston rajauksesta. Tutkijan tulee ensimmäisenä päättää, mikä aineistossa kiinnostaa. Päätöksen jälkeen aineisto käydään läpi ja kiinnostukseen sisältyvät asiat tunnistetaan ja

merkitään. Kiinnostuksen ulkopuolelle jäävät asiat jäävät myös pois tutkimuksesta. Merkityt asiat erotetaan muusta tutkimusaineistosta. Aineisto luokitellaan tai teemoitetaan ja tämän perusteella kirjoitetaan yhteenveto. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 104.)

Sisällönanalyysillä voidaan tutkimuksen aineistoa analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti. Sillä pyritään saamaan tutkittavasta asiasta tiivistetty kuvaus. Sisällönanalyysillä kerätty aineisto saadaan järjestettyä johtopäätöksien tekemistä varten. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.)

Tutkimusta varten kerätty aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä ja analyysin avulla siitä luodaan sanallinen ja selkeä kuvaus. Sisällönanalyysin avulla aineisto pyritään tiivistämään selkeään muotoon kadottamatta sen tärkeintä sisältöä. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on pyrkiä lisäämään tietoa jostakin ilmiöstä ja analyysillä hajanaisesta aineistosta saatu tieto siirretään yhtenäiseen ja selkeään muotoon. Analyysi selkeyttää aineistoa niin, että tutkittavasta ilmiöstä voidaan luoda selkeitä johtopäätöksiä. Analyysia tehdään jatkuvasti tutkimusprosessin aikana, kun kyse on laadullisesta tutkimuksesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.)

Tutkimusaineistosta pyritään luomaan teoreettinen kokonaisuus aineistolähtöisellä analyysillä. Analyysiin käytettävät yksiköt valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti. Tutkittavasta ilmiöstä aikaisemmin tehdyillä tutkimuksilla tai havainnoilla ei ole merkitystä tehdyn analyysin toteutuksen tai lopputuloksen kannalta. Kaikki teoria joka ilmiöstä etukäteen tiedetään, pyritään sulkemaan analyysin ulkopuolelle niin että se ei vaikuttaisi analyysin lopputulokseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108.)

Ensimmäinen vaihe sisällönanalyysissa on pelkistää eli redusoida aineisto niin, että siitä karsitaan kaikki epäolennainen pois. Tämä tarkoittaa käytännössä materiaalin tiivistämistä. Pelkistämistä voi tehdä niin, että materiaalista merkitään samaa kuvaavat ilmaisut samavärisillä kynillä ja näin erotetaan erilaiset kuvaukset toisistaan. Näin pystytään etsimään aineistosta alkuperäisilmaukset ja niiden pelkistetyt ilmaukset. Pelkistetyt ilmaukset listataan omiksi ryhmikseen. Pelkistämisen jälkeen aineisto ryhmitellään. Tämä tarkoittaa alkuperäisilmausten tarkastelua ja samankaltaisuuksien etsimistä aineistosta. Saman ilmiön käsitteet ryhmitellään ja luokitellaan alaluokiksi. Yksittäiset tekijät yhdistetään alaluokittelussa, joten tämä tarkoittaa aineiston tiivistymistä. Alaluokat nimetään luokan sisällön mukaan sitä kuvaavalla sanalla. Luokittelua jatketaan niin, että alaluokkia

yhdistelemällä muodostetaan yläluokkia ja niitä yhdistelemällä muodostuu pääluokat. Pääluokat nimetään ilmiötä kuvaavan aiheen mukaan. Analyysin edetessä selviää, mitkä kaikki luokat materiaalista muodostuvat. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123-127.)

Toteutimme analyysi lukemalla litteroidun materiaalin useaan kertaan. Alleviivasimme ja merkitsimme mielestämme tutkimuksen kannalta tärkeimmät kohdat, jotka antoivat vastaukset tutkimuskysymyksiin. Alleviivaukset teimme teemahaastattelun teemojen mukaisesti ja eri teemat merkitsimme eri värisillä kynillä. Tämän jälkeen saman luokittelun mukaiset teemat koottiin yhteen ja aloitettiin alkuperäisilmauksien pelkistäminen. Pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin alaluokiksi. Yläluokkien määrittely oli haastavaa, sillä elämänhallinta, osallisuus ja sosiaalinen toimintakyky nivoutuvat niin tiukasti yhteen ja ovat limittyvät sisällöiltään vahvasti. Yhteneväisyyksien vuoksi päädyimme vain yhteen yhtenäiseen yläluokkaan suurimmassa osassa teemoja. Pääluokat muodostuivat teemahaastattelun teemojen perusteella ja ovat peräisin tutkimuskysymyksistä. (Liite 5.)

## **5.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus**

Tutkimuksen eettisyydellä tarkoitetaan eettisesti oikeita ja vastuullisia toimintatapoja. Tutkimuksen eettisyys on vahvasti sidoksissa tutkimuksen uskottavuuteen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 150.) Tutkimuksen kohteelle on tärkeää tiedottaa mitä aihetta tutkimus koskee (Tuomi & Sarajärvi 2018, 86). Ennen haastattelua kävimme jokaisen haastateltavan kanssa läpi tutkimuksen aiheen ja tarkoituksen. Tutkimus perustuu aina vapaaehtoisuuteen ja siksi, haastateltavan kanssa on hyvä tehdä kirjallinen sopimus. Suostumuksesta tulee käydä ilmi tutkimuksen aihe, tutkimusmateriaalin hankinta, materiaalin säilytys, käsittely ja käyttötarkoitus (Hallamaa, Launis, Lötjönen & Sorvali, 2006, 130-131.)

Kerroimme haastateltaville, että kerättyä tutkimusaineistoa säilytetään huolellisesti eikä se joudu kenenkään muun käsiin. Haastateltavilta pyydettiin lupa haastattelun nauhoittamiseen ja painotettiin haastattelujen vapaaehtoisuutta. Haastateltaville kerrottiin myös, että nauhoitettu materiaali tuhoetaan tutkimuksen valmistuttua. Tutkimusaineiston kerääminen on sallittua vain haastateltavan suostumuksella. Haastattelun alussa haastateltavalle on tiedotettava materiaalin käytöstä ja mahdollisesta jatkokäytöstä. Tutkijan on pysyttävä takaamaan, ettei kerätty materiaali joudu tutkimuksen aikana väriin käsiin. Tut-

kimuksen päätyttyä materiaali on sovitusti tuhottava. (Hallamaa ym. 2006, 129.) Haastattelut nauhoitettiin ja kirjoitettiin ylös sanantarkasti ja lisäksi teimme myös muistiinpanoja haastatteluista.

Yksityisyyden kunnioittaminen on yksi tärkeimmistä tutkimuseettisistä normeista. Haastateltavien anonymiteetin turvaaminen on yksi tavoista kunnioittaa yksityisyyttä. Tutkimus on toteutettava niin, ettei yksittäistä ihmistä voi tunnistaa tekstistä. Tunnistetiedot on joko muokattava tai jätettävä kokonaan pois valmiista tutkimuksesta. Tutkittava saa itse päättää kertooko tutkimukseen osallistumisesta muille. (Hallamaa ym. 2006, 124-126.) Haastattelut tehtiin nimettömästi eikä tutkimuksesta voi saada selville haastateltavien henkilöllisyyttä. Tutkimuksessa ei myöskään mainita haastateltavien ikää tai sukupuolta.

Ihmisen itsemääräämisoikeutta on kunnioitettava tutkimusta tehtäessä. Ihmisellä on oikeus päättää mitä tietoja antaa itsestään ja ajatuksistaan. Ihmisen tulee saada itse päättää tutkimukseen osallistumisesta (Hallamaa ym. 2006, 125.) Haastateltaville painotettiin haastattelujen vapaaehtoisuutta ja kerrottiin myös, että he voivat halutessaan jättää vastaamatta. Haastateltavat saivat myös itse päättää paljonko he haluavat kertoa omista kokemuksistaan.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan lähteä pohtimaan kerätyn aineiston kautta. On hyvä selvittää, kuinka paljon aineistoa tarvitaan, jotta tutkimus on tieteellistä ja yleistettävissä. Laadullisen tutkimuksen pääpaino ei ole tilastollisissa yleistyksissä vaan tutkimuksen kautta pyritään kuvaamaan jotain tiettyä ilmiötä tai toimintaa. Laadullisen tutkimuksen haastateltavien tulee tästä syystä tietää tutkittavasta ilmiöstä tai heillä tulisi olla siitä kokemusta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 97-98.) Vilkkä (2015, 150.) ohjeistaa, että laadullisessa tutkimuksessa aineiston kokoa ei säätele määrä vaan sen laatu. Tutkimusaineiston tulee toimia apuvälineenä tutkitun asian ymmärtämisessä. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole yleistettävyys. Pienempikin määrä aineistoa riittää, kunhan analyysi tehdään perusteellisesti.

Saturaatio eli kylläntyminen on yksi merkki aineiston riittäväydestä. Tutkimuksessa saturaatio merkitsee sitä, että aineisto alkaa toistamaan itseään, haastateltavat eivät tuota enää tutkimuksen kannalta uutta tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 99.) Haastattelimme kuutta Silta-Valmennus sosiaaliseen kuntoutuksen asiakasta. Pidimme haastateltavien määrää riittävänä, koska saimme runsaasti materiaalia opinnäytetyömme toteuttamiseen.

Haastateltavien vastaukset olivat myös samankaltaisia toistensa kanssa, eikä haastateluista noussut esille selkeästi eriäviä kokemuksia. Haastattelimme kuutta Siltavalmenuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakasta. Haastattelujen tekohetkellä sosiaalisen kuntoutukseen osallistujia oli 14 henkilöä, eli haastatteluihin osallistui 43% kaikista Siltavalmenuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaista. Prosenttiluku itsessään kertoo tutkimuksen luotettavuudesta haastateltavien määrän perusteella.

Luotettavan tutkimuksen on oltava objektiivinen. Puolueettomuus näkyy siinä, että pyrkii tutkija ymmärtämään haastateltavia vai vaikuttavatko tutkijan omat kokemukset ajatuksen haastateltavan kertomukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160.) Haastattelukyky- symykset olivat samat kaikille ja pyrimme kysymään myös samankaltaisia tarkentavia kysymyksiä, jotta keräämämme tieto olisi mahdollisimman sama kaikilta haastateltavilta. Puolueettomuuttamme tuki myös se, että kumpikaan ei ole töissä tutkimassamme toimipaikassa.

Tutkimuksen luotettavuudesta kertoo myös haastattelujen vapaaehtoinen luonne. Kaikilla sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta oli yhtäläinen mahdollisuus, mutta ei velvoitetta, osallistua haastatteluun. Haastattelut toteutettiin asiakkaiden sosiaalisen kuntoutuksen osallistumispäivinä eikä haastatteluun osallistumisesta saanut ylimääräistä korvausta. Haastattelutilanteet olivat rentoja ja rauhallisia.

Haastateltavat osallistuivat tutkimukseen mielellään ja olivat selkeästi tyytyväisiä, että saavat oman äänensä kuuluviin ja mahdollisuuden olla mukana vaikuttamassa ja sitä kautta myös kehittämässä toimintaa.

Ryhmähaastattelu tuotti lisätietoa varsinkin toiminnan kehittämisen näkökulmasta, mutta tuki myös yksilöhaastatteluista saatuja vastauksia. Ryhmähaastattelutilanne oli selkeästi haastateltaville helpompi, koska mukana oli tuttuja ja turvallisia ihmisiä. Ryhmähaastatteluun osallistui vain kolme asiakasta. Haastattelun ajankohdan tiedottamisessa oli ollut ongelmia. Haastattelun vastaukset olisivat voineet muuttua, jos haastateltavia olisi ollut enemmän. Ryhmähaastattelua ei nauhoitettu. Kysymyksiä esitettiin yhdessä ja molemmat haastattelijat tekivät muistiinpanoja.

Tutkimuksesta ei voi tehdä valtakunnallisia yleistyksiä, sillä tutkimus koskee vain yhtä tahoa, joka järjestää sosiaalista kuntoutusta. Eri palveluntuottajien toimitavat ja painopisteet voivat olla erilaisia eikä niitä voi suoraan verrata toisiinsa.

## **6 SILTA-VALMENNUKSEN SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN ASIAKKAIDEN KOKEMUKSET**

Seuraavassa osiossa käsittelemme tutkimuksen analyysin tuloksia teemoittain. Käymme läpi asiakkaiden kokemuksia Silta-Valmennuksen sosiaalisesta kuntoutuksesta. Vastaukset on kerätty sekä yksilöhaastattelun että ryhmähaastattelun perusteella.

Selvitimme mitä tarkoittaa sosiaalinen kuntoutus asiakkaiden kokemuksen perusteella. Toisessa osiossa käymme läpi kuntoutuksen tavoitteiden toteutumista. Kolmannessa osiossa käymme läpi mitä muutoksia sosiaalinen kuntoutus on tuonut asiakkaiden arkeen. Viimeisessä osiossa keskitymme Silta-Valmennuksen toiminnan kehittämiseen. Selvitimme missä Silta-Valmennus on onnistunut ja missä asioissa toimintaa tulisi kehittää.

### **6.1 Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus asiakkaiden kokemana**

Asiakkaat ovat päässeet sosiaaliseen kuntoutukseen eri teitä. Asiakkailla on ollut tarvetta toiminnalle arkipäiviin, joten heille on suositeltu sosiaalista kuntoutusta. Osalla asiakkaista on esiintynyt syrjäytymistä sosiaalisista suhteista ja yksinäisyyttä, johon on haettu apua sosiaalisesta kuntoutuksesta. Sosiaalisen kuntoutuksella on myös joidenkin haastateltavien kohdalla pyritty vaikuttamaan vuorokausirytmiiin ja arjenhallintaan.

Sosiaaliseen kuntoutukseen pääsee haastateltavien mukaan helposti. Työntekijät mielen-terveyspalveluissa, terveyskeskuksessa, TE-toimistoissa, nuorisotyössä tai erilaisissa hankkeissa ovat ohjanneet kuntoutujia palvelun piiriin. Haastateltavat kokivat sosiaaliseen kuntoutukseen pääsyn helpoksi ja nopeaksi sekä joissain tapauksissa myös joustaviksi, jos palvelua ei pystynytkään sovittuna ajankohtana aloittamaan.



Tarkoitus	Sosiaalinen vuorovaikutus
	Kodin ulkopuolelle lähteminen
	Toimintaan osallistuminen vertaisryhmän kanssa
	Vuorokausirytmien saavuttaminen
	Sosiaaliset suhteet
	Sisältöä päiviin
	Vuorovaikutustilanteiden lisääminen
	Syrjäytymisen ehkäiseminen
	Sosiaalisten taitojen opettelu
	Ajanviettopaikka
	Velvoite osallistua
	Paikka, jossa kerätä voimavaroja

TAULUKKO 1. Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus asiakkaiden kokemana

Haastateltavista kaikilla sosiaalinen kuntoutus merkitsi sosiaalista vuorovaikutusta muiden kanssa ja kodin ulkopuolelle lähtemistä. Sosiaalinen kuntoutus tarjoaa mahdollisuuden sosiaaliselle vuorovaikutukselle ja mahdollisuuksia osallistua toimintaan vertaisryhmän tukemana.

*”No ainaki mulle itelle sillai että tulee oltua ihmisten parissa ja tehtyä jotain.”*

*”Ihan sitä mitä nimi sanoo, sosiaalista kanssakäymistä.”*

Sosiaalinen kuntoutus tukee vuorokausirytmien ylläpitämistä ja saavuttamista. Vuorokausirytmien ylläpitäminen auttaa elämänhallinnan tunteen saavuttamista. Vuorokausirytmien mahdollistaa ihmisen osallistumisen jokapäiväisiin arkitoimintoihin.

*”Sitä että oppii takasin arkirytmien ja tulee sitä sisältöä siihen elämään.”*

*”Saat arkees jotain hallintaa. On kellonaikoja ja niitä olis hyvä noudattaa ja sitten kukin pystyy tietysti rakentamaan sitä omaa elämäänsä sen mukaan.”*

*”Sais sitä arkea pyörimään ja ihmiskontaktia enemmän.”*

Kuntoutukseen osallistuminen tuo sisältöä päiviin ja tukee sosiaalisten suhteiden ylläpitoa. Monet haastateltavista kokivat, että ihmisten tapaaminen olisi saattanut jäädä ilman sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalinen kuntoutus vahvistaa sosiaalisten vuorovaikutusten edellytyksiä lisäämällä vuorovaikutustilanteita muiden kuntoutujien kanssa. Yksinäisyys ei pelkästään syrjäytä muista ihmisistä, vaan heikentävät luottamusta myös omiin keskustelu- ja vuorovaikutustaitoihin sekä kykyihin liittyä toisiin. (Raivio 2018, 45.)

*”Näkee ihmisiä sillee paljon helpommin kun mitä sillee omaaloitteisesti pitäis.”*

*”Kuntouttaa tietysti sitä sosiaalista puolta kun ihmissuhteet on monilla ollu aika vähäsiä.”*

*”Tulee oltua ihmisten parissa ja tehtyä jotain. saa sisältöä päiviin ja semmosta yhdessä oloa.”*

Haastateltavat kokivat sosiaalisen kuntoutuksen estävän syrjäytymistä ja yksinäisyydentunnetta. Sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan osallisuuden tunnetta. Sosiaalisella kuntoutuksella ehkäistään syrjäytymistä sosiaalisista suhteista, mutta myös syrjäytymistä erilaisista arjen toiminnoista ja tapahtumista. Sosiaalisella kuntoutuksella nähtiin vaikutusta myös laajemman jopa yhteiskunnallisen syrjäytymisen ehkäisyssä.

*”Ettei joutuis olee yksin niin paljon päivät pitkät, se siinä kai se funktio on että ei syrjäytyis liikaa.”*

*”Tää siltatoiminta on ihan hyvä systeemi sillai et saa pikkusen irtiottoa siitä yksinolemisesta.”*

*”Sitä ettei tulis vetäydyttyä syrjään asioista.”*

*”Että ei tulis sitä lopullista syrjäytymistä järjestelmästä ja yhteiskunnan toiminnasta.”*

Sosiaalisten taitojen opettelua ja harjoittelua pidettiin myös sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena. Haastateltavista osa koki selvästi syrjäytyneensä sosiaalisista kontakteista ja tunsivat että sosiaalista kanssakäymistä on opeteltava uudelleen. Sosiaalinen kuntoutus tarjoaa turvallisen paikan opetella sosiaalisen vuorovaikutuksen taitoja. Elinympäristö ja vuorovaikutuksen määrä vaikuttavat siihen, millaiseksi sosiaaliset taitomme muotoutuvat. Koska ne vaikuttavat olennaisesti arjen toiminnoissa, on niitä joskus tarpeen opetella ja harjoitella lisää. (Raivio 2018, 45.)

*”Täällä pitäis niinku jollain lailla pystyä sitten kommunikoimaan ihmisten kanssa.”*

*”Tää sosiaalinen kuntoutus on ihan asiallinen tapa saada vähän kontrollia niissä sosiaalisissa asioissa.”*

*”Yritetään parantaa sitä sosiaalista puolta niin että tulee toimeen ihmisten kanssa.”*

*”Oppii tulee pikkusen paremmin toimeen ja hillitsee vähän sitä itsekseen puhumista ja antaa muillekin suunvuoroo.”*

Sosiaalinen kuntoutus nähtiin vertaistukena ja sillä koettiin olevan merkitystä jaksamiselle. Haastateltavat kokivat jo pelkän Silta-Valmennuksen tiloihin saapumisen olevan sosiaalista toimintaa ja tukevan vuorovaikutusta.

*”Se että sä tuut tänne, sehän on sosiaalista toimintaa. Muut tulee paikalle ja ollaan läsnä ja keskustellaan. Se on sellasta sosiaalista kanssakäymistä muitten kanssa.”*

*”Täällä saat sitä vertaistukee, myötätuntoo.”*

Silta-Valmennuksen sosiaalinen kuntoutus koettiin turvallisena paikkana ja asiakkaiden kesken vallitsee yhteisöllisyyden tunne. Haastateltavat kokivat kyseisen palvelun olevan heille oikea juuri tässä hetkessä.

*”On. Tää on enemmän ku osas odottaa siis. Mut just tämmönen, et saa sen päivän ruuan ja on muita ihmisiä ja tulee se nouseminen ettet jää masentuun sinne sängynpohjalle.”*

Suurin osa haastateltavista osallistui ensimmäistä kertaa sosiaaliseen kuntoutukseen. Suurin osa oli lähtenyt sosiaalisen kuntoutukseen, jotta saavat arkeen tekemistä ja tapaavat muita ihmisiä. Ennakko-olettamuksia he eivät olleet kuntoutukselle asettaneet. Vastauksista selvisi, että ennakko-olettamuksien puuttumisen taustalla vaikutti sekä halu osallistua uuteen toimintaan avoimin mielin mutta myös tiedon puute sosiaalisen kuntoutuksen sisällöistä.

*”No ei mulla sillai, et lähin sillai aika avoimin mielin. Et sillai ko kävi tutustumassa ni tuntu et tää vois olla ihan kiva paikka. On osottautunu kyllä semmoseksi.”*

*”Ei oikeestaan. Mä tulin tänne ihan niinku hyvin avoimin mielin ja sillee niinku ilman odotuksia. Ja sanotaan että positiivisesti oon kyllä yllättynyt.”*

*”Mulla siis lähtökohta oli vaan se että mun oli pakko saada jotain tekemistä.”*

*”Siis mulle tää on ollu kyllä tosi hyvä paikka. En tiää mitä olisin tehny, jos en ois tänne tullu.”*

Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus ei kaikille haastateltaville ollut aivan selvää. Kuntoutuksen koettiin olevan paikka, johon mennä viettämään aikaa. Kuntoutusta ei myöskään ajateltu tavoitteellisena toimintana vaan sen ajateltiin olevan pakollinen velvoite, josta saa pienen korvauksen linja-auto lipun ja lounaan muodossa.

*”Mä teen samaa hommaa ku kotona. Meen pelaa nettiin ja sitten on joitain keskusteluja kavereiden kanssa.”*

*”Hyötynäkökulmalta tulin ku sain ton matkakortin. Jos tää olis pelkkää sosiaalista kuntoutusta niin en olis tullu.”*

Osa haastateltavista ei tuntenut sosiaalisella kuntoutuksella olevan varsinaista tarkoitusta ja toiminnan tavoitteellisuus oli epäselvää. Kuntoutuksen kautta saatavat etuudet nähtiin motivoivina tekijöinä kuntoutukseen osallistumisessa. Sosiaalisen kuntoutuksen ei siinä nähty vaikuttavan negatiivisesti elämään, mutta nousi myös esille, ettei sen hyöty ollut itsestään selvyys tavoitteellisen toiminnan puutoksen vuoksi.

Osalle haastateltavista taas sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa kuntoutumista ja elämänhallinnan saavuttamista niin, että paluu työhön tai opiskelemaan mahdollistuu. Kuntoutujilla oli selkeä ja vahva motivaatio muuttaa omaa elämäänsä ja vaikuttaa sen suuntaan.

*”Se kuntouttaa just siihen et pystyy palaamaan takaisin työn pariin tai koulun penkille.”*

*”Niinku kuntoutumista siten että ehkä mahdollisesti joskus palaa opiskelemaan tai työelämään tai sellaista.”*

## 6.2 Asiakkaiden tavoitteiden toteutuminen

Kuntoutuksessa on kyse pyrkimyksestä myönteiseen muutokseen ja siksi kuntoutumisen tulisi olla aina tavoitteellista toimintaa. Kuntoutuksen tulisi aina olla suunnitelmallista ja perustua yksilöllisesti tehtyihin tavoitteisiin. (Kettunen ym. 2009, 22.)

Tavoitteet	Ei muisteta
	Ei olla sitouduttu
	Päivittämättä
	Ei seuranta
	Ei pyritä aktiivisesti toteuttamaan
	Saavutuksia ei huomioida
	Toiminnan tavoitteellisuus ei näydy asiakkaille
	Suunnitelmallisuuden lisääminen

TAULUKKO 2. Asiakkaiden tavoitteiden toteutuminen

Haastattelussa nousi esille, että haastateltaville ei ollut heidän kokemuksensa mukaan asetettu henkilökohtaisia tavoitteita. Vastauksista näkyi, että asiakkaat eivät muistaneet omia tavoitteitaan eikä niihin oltu sitouduttu. Mikäli tavoitteita oli ennen kuntoutusta asetettu, ei niitä haastateltavien mukaan kuntoutuksen aikana oltu päivitetty tai tarkastettu.

*”Mulla ei o konkreettisesti tehty mitä sosiaalisia tavoitteita, en ainakaan muista että olis.”*

*”Sillon kun alotin niin täytin jonkun sähköpostin jossa oli jotain planketteja. Tavoitteita en muista että kysyttiin.”*

Tavoitteiden asettelussa on tärkeää osallistaa asiakasta miettimään ja asettamaan omia realistisia tavoitteita. Tavoitteiden tulee olla yksilöllisiä, perustua kuntoutujan omiin arvoihin ja niiden tulee olla merkityksellisiä ihmiselle itselle. Asiakkaalle on saatettu asettaa tavoitteita, jotka eivät ole merkityksellisiä hänelle itselleen ja tällöin ne jäävät nopeasti unohduksiin. Mikäli yksilö ei koe tavoitteita merkityksellisinä, hän ei myöskään aktiivisesti pyri niitä toteuttamaan. Tuloksia ei saada aikaan, mikäli asiakas ei sitoudu tavoitteisiin. (Kettunen ym. 2009, 32.)

*”Mä en vaan yksinkertaisesti muista tällä hetkellä että mitä ne virallisesti ne mun tavoitteet on.”*

Järvikosken ja Härkäpään (2011, 194.) mukaan tavoitteet ovat tiloja, joita kuntoutuksella pyritään saavuttamaan. Välitavoitteet ja niiden arviointi auttavat jäsentämään kuntoutumisen kulkua. Tavoitteiden pilkkominen pienempiin osiin ja niiden jatkuva tarkastelu ovat kulmakiviä onnistuneelle kuntoutukselle. Tavoitteiden saavuttaminen antaa onnistumisen kokemuksia ja tämä vahvistaa pystyvyyden tunnetta. Kahden keskiä keskusteluaikat ohjaajan kanssa kuntoutujan omista tavoitteista ja tilanteesta olivat haastateltavien mukaan hyvin vähäisiä, mikäli niitä oli lainkaan. Keskustelut ajoittuivat pääasiassa sopimuksen uusimisen ajankohtaan eikä näissä keskusteluissa yleensä kerrattu tai päivitetty tavoitteita.

*”Ei olla tavoitteisiin palattu koko vuoden täällä olon aikana.”*

Sosiaalinen kuntoutus näyttäytyi kokemusten mukaan ”hyvänä paikkana, johon tulla”, mutta itse toiminnan tavoitteellisuus ei saanut kyseisten asiakaskokemusten mukaan suurta tunnustusta. Asiakkaan tavoitteena on saada apua ongelmaansa. Työntekijän kannalta asiakkaan kohtaaminen ja vuorovaikutus tulisi olla normaalia kanssakäymistä suunnitelmallisempaa ja tavoitteellisempaa. (Ihalainen & Kettunen 2016, 53.)

*”Mä voin periaatteessa tehdä päivät sitä samaa mitä tekisin kotonakin. Istua tietokoneen ääressä ja tehdä jotain, pelata pelejä ja kuunnella musiikkia. Semmostahan täällä on että ihmiset käyttää vaan koneitaan niinku koto-  
naankin käyttäisivät.”*

Kokemus siitä, että on kyseinen paikka, johon saapua ja luoda arkirytmiiä tämän toiminnan ympärille nähtiin tärkeänä. Yksilölliset tavoitteet olivat epäselviä ja pääosin tulevaisuutta ei suunniteltu, vaan elettiin päivä kerrallaan. Laaja-alainen yhteistyö, joka nähdään tärkeänä osana sosiaalista kuntoutusta, eri ammattilaisten kanssa ei näkynyt asiakkaille ja tähän toivottiinkin muutosta. Suunnitelmallisuus liittyy läheisesti tavoitteellisuuteen. Kuntoutusta tehdään yhteistyössä muiden tahojen kanssa. Mutta ilman yhteistä suunnitelmaa, kuntoutus jää pahimmillaan yksittäisiksi, toisistaan erillisiksi toimenpiteiksi. (Järvi-  
vikoski & Härkäpää 2011, 33.)

### 6.3 Muutokset asiakkaiden arjessa

Haastatteluista kävi ilmi, että sosiaalisella kuntoutuksella on suuri merkitys asiakkaan arjessa tapahtuville muutoksille. Vaikka kaikille asiakkaille ei sosiaalisen kuntoutuksen tar-  
koitus ja tavoitteet olleet selvillä, kävi haastatteluista ilmi, että sosiaalinen kuntoutus on silti vaikuttanut heidän elämäänsä ja saanut aikaan monia positiivisia muutoksia.

Muutokset	Taloudellinen vaikutus
	Sosiaalisten taitojen kehittyminen
	Voimavarojen lisääntyminen
	Arjen rytmittyminen
	Toiminnallisuus
	Syrjäytymisen tunteen väheneminen

	Vuorokausirytmä
	Aktiivisuus ja energisuus
	Unirytmä
	Mielekäs tekeminen
	Päihteidenkäytön väheneminen
	Elämää rauhoittava
	Vertaistuki
	Mahdollisuuksien löytämisen lisääntyminen
	Elämänhallinnan tunnetta lisääntyminen
	Vuorovaikutustaitojen vahvistuminen
	Elämänhalun lisääntyminen
	Oman toimijuuden vahvistuminen
	Osallisuuden tunteen vahvistuminen
	Voimavaroja elämässä etenemiseen
	Ystävyyssuhteet
	Vuorovaikutustaitojen kehittyminen
	Voimaantumisen tunteet
	Yhteisöllisyyden tunne
	Tarpeellisuuden tunne
	Uuden oppiminen
	Elämänilon lisääntyminen

TAULOKKO 3. Muutokset asiakkaiden arjessa

Haastateltavat kokivat sosiaalisen kuntoutuksen vaikuttaneet heidän elämänlaatuunsa myönteisesti. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat saavat matkakortin ja kuntoutuspäiviltä ilmaisen ruoan ja tämä koetaan positiivisena muutoksena taloudelliseen tilanteeseen. Matkakortin saaminen vaikuttaa kokonaisvaltaisesti asiakkaiden elämään, sillä pystyvät sen avulla liikkumaan enemmän.

*”Että sain sen matkakortin. Pelkästään matkakortin takia olisin jo tullu tänne ihan mielelläni ja sitte ku sai vielä ruuanki päälle, tavallaan ilmasen ruuan ni*



*tulleehan siinä sata euroo mullekin ylimäärästä, sen takia niinku tavallaan hyötyä tästä.”*

*Tää siltavalmennus on kyllä ihan asiallista ku tästä saa jopa pikkusen taloudellista hyötyä.”*

*”Saa käydä kaupungilla matkakortin avulla ja täällä paikassa tietty.”*

Sosiaalinen kuntoutus rytmittää arkea ja auttaa palaamaan normaaliin päivärytmiin. Normaali päivärytmi auttaa arjen jäsentämisessä sekä hyvinvoinnissa. Päivärytmin koettiin parantavan myös unen saamista ja jopa unenlaatua, joka omalta osaltaan vaikuttaa terveyteen ja jaksamiseen.

*”No onhan siinä, jos ei muuta niin tää entinen säännöllinen päivärytmi mikä oli työelämässäkin, sehän on se suurin. Koska siinähan tuppas, kun ei mitään väliä missään ollu, niin välillä meni päivät ja yöt sekasin ja nukku ihan miten sattuu kun ei ollu mitään väliä sillä.”*

*”Auttaa hyvinkin vuorokauden kulkua ja asioiden rytmittämistä.”*

*”Unirytmii on korjaantunu paljon paremmaks kun en enää valvo sinne aamun pikkutunneille asti.”*

Mielekäs tekeminen ja vertaistuki antavat sisältöä elämään ja saavat ajan kulumaan nopeammin. Vertaistuki vahvistaa vuorovaikutustaitoja ja lisää osallisuuden tunnetta. Haastatteluista nousi esille myös tärkeys siitä, että päivissä on jotain tekemistä. Yhdessä oleminen ja konkreettinen käsillä tekeminen ja tuotoksen aikaansaaminen tekee toiminnasta kannattelevaa ja palkitsevaa (Raivio 2018, 46).

*”Päivät on kulunu paljon nopeemmin.”*

*”Oli pakko saada jotain tekemistä. Ja hyötyä on ollu. Mä en tylsisty enää niin paljon.”*

*”Hyvä ryhmähenki. Täällä on hyviä tyypppejä.”*

Sosiaalisen vuorovaikutuksen puute heikentää sosiaalisia taitoja. Sosiaaliseen kuntoutukseen osallistuminen auttaa myös vuorovaikutustaitojen harjoittelua. Turvallinen ympäristö ja vertaistuki parantavat sosiaalisia vuorovaikutustaitoja. Sosiaalisen kuntoutuksen toiminta tarjoaa mahdollisuuksia vuorovaikutus- ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen sekä kokemusten vaihtoa samanlaisessa elämäntilanteessa olevien kesken (Raivio 2018, 68).

*”Se on kyllä hyödyllistä ni oppii tulemaan ihmisten kanssa vähän paremmin toimeen tämmösessä lähes työyhteisön kaltaisessa tilanteessa.”*

*”Mähän oon nykyään aika puhelias ihminen, oon joskus ollu kauheen hiljanen.”*

*”Sitä, että oppii takaisin arkirytmiin ja tulee sitä sisältöä siihen elämään, näkee ihmisiä sillee paljon helpommin kun mitä sillee oma-aloitteisesti pitäis ja sitten se kuntouttaa just siihen et pystyy palaamaan takaisin työn pariin tai koulun penkille justinsa.”*

Haastatteluissa nousi esille sosiaalisen kuntoutuksen tuovan vuorokausirytmia ja näin luovan raamit tämän hetkisellem elämälle. Sosiaalisen kuntoutuksen nähtiin myös lisäävän voimavaroja, toiminnallisuutta sekä vähentävän syrjäytymistä ja omiin oloihin vetäytymistä. Sosiaalinen kuntoutus ehkäisee yhteiskunnan sosiaalisia ongelmia ja niiden paahenemista kuten osattomuutta, köyhyyttä ja syrjäytymistä (Raivio 2018, 58).

*”On se siihen vaikuttanut että tulee lähdeä, ettei koko ajan mökkihöperönä omassa kämpässä vaan pyöri.”*

*”Onhan täällä ainakin uusiin ihmisiin tutustunut.”*

Sosiaalisen kuntoutuksen mukanaan tuomia voimavaroja haastateltavat kohdistivat mm. koulu -ja työpaikkojen hakemiseen sekä arjen pyörittämiseen. Haastatteluissa nousi esille, että sosiaalinen kuntoutus lisäsi aktiivisuutta ja energisyyttä ja näin ollen kotiin jääminen väheni.

*”Paljon sosiaalisempi ja aktiivisempi ihminen minusta on tullu, mulla on paljon enemmän energiaa.”*

*”Joskus se kotoo lähteminen on vaan hankalaa. Sitte ku vaan saa lähdettyä ni sitte tulee paljon parempi päivä yleensä, näkee muita ihmisiä.”*

Sosiaalisen kuntoutuksen tuoma velvoite ilmestyä paikalle vähensi myös vuorokausirytmien sekoittumista sekä päihteiden käyttöä. Sosiaalisen kuntoutuksen kuvattiin olevan myös elämää rauhoittava tekijä ja tämän myötä vähentävät esimerkiksi päihteiden käyttöä. Sosiaalinen kuntoutus lisää yksilön voimavaroja ja mahdollisuuksia.

*”...mut ei oo ollu sitten niin kun aiemmin voimavaroja vielä.”*

*”Semmonen ajan hämärtyminen oli yhdessä vaiheessa. Nyt on taas aika taulutettu täällä kun käy, niin on edes jonkin sortin runko että pysyy ajantajussa kiinni.”*

*”Elämä on ollu varsinaista helvettiä mut täällä käyminen on ollu semmonen rauhottava tekijä.”*

Haastatteluista nousi esille myös kokonaisvaltainen muutos elämänhallinnassa. Sosiaalisen kuntoutuksen koettiin vaikuttaneen kokonaisvaltaisesti omaan toimintaan edistäen elämänhallintaa. Sosiaalinen kuntoutus nähtiin myös elämänhalua lisäävänä toimintana.

*”Kaikki toiminta täällä on jollain tapaa edistäny kuitenkin omaa toimintaa.”*

*”Tästä on ollu valtava apu ja hyvä mieli on tullu. Olen erittäin kiitollinen että Suomessa on tällänen mahdollisuus.*

*”Elämänhaluakin on tullu lisää.”*

Sosiaalinen kuntoutus on tuonut voimavaroja hakeutua jatkokoulutukseen tai työelämään takaisin. Raivion (2018, 67) mukaan yksi sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskunnallisiin tai-toihin liittyvä tavoite on madaltaa osallistumiskynnystä koulutukseen tai työelämään. Osa haastateltavista koki, että sosiaalinen kuntoutus on ollut hyvä paikka kerätä voimavaroja

tulevaisuuteen. Sosiaalinen kuntoutus on lisännyt sosiaalista kanssakäymistä kuntoutuspaikalla mutta myös sen ulkopuolella. Kuntoutus on tuonut mukanaan myös ystävyys-suhteita.

*”Yhden kanssa meistä on tullut tosi läheiset. Ollaan tekemisissä talon ulkopuolellakin.”*

Työpajoilla tehtävät työtehtävät koettiin opettavaisiksi, vaikka niitä monen mukaan olisi saanut olla enemmänkin. Uuden oppimista arvostettiin ja se koettiin tärkeäksi voimaantumisen näkökulmasta. Yhdessä tekeminen ja vertaisryhmän tuki koettiin tärkeäksi myös oppimisen kannalta. Haastateltavat kertoivat opettavansa ja tukevansa toinen toisiaan annetuissa tehtävissä. Konkreettisen yhdessä tekemisen on todettu luovan yhteisöllisyyttä ja osallisuuden tunnetta, mikä puolestaan antaa voimaantumisen tunteita. Toiminta tukee myös kykyä huomioida ja auttaa toisia. (Raivio 2018, 45.)

*”Oppii uutta. Monta sellasta asiaa on tossa ollu. Monesta on oppinu aina jotain ja paljonkin.”*

*”Pajalla on ihmisiä, jotka sanoo et mä en o koskaan tehnyt tätä ja mä en olis uskonu osaavani tätä. Se on semmosta mikä tekee tästä hommasta tärkeätä.”*

Voimaantumisen kokemuksia syntyy, kun asiakas tulee kohdatuksi arvostavalla tavalla ja työntekijä auttaa häntä löytämään yhteyden voimavaroihinsa ja mahdollisuuksiinsa. Voimaantuminen auttaa asiakasta tunnistamaan vaihtoehtoja ja tekemään valintoja ja näin ollen hän kykenee vaikuttamaan aktiivisesti omaan elämäänsä. (Kettunen ym. 2009, 23.) Joidenkin ohjaajien toiminta koettiin osallisuutta ja tarpeellisuuden tunnetta lisäävänä. Ammattitaitoisen ja asialleen omistautuneen ohjaajan koettiin huomioivan asiakkaiden tarpeet ja vahvuudet. Hyvä ohjaaja huomioi kaikki ja antaa aikaa henkilökohtaisille keskusteluhetkille. Vastauksista kävi ilmi, että osallisuuden tunnetta vahvistaa myös osallistuminen toiminnan sisällön suunnitteluun. Haastateltavat kokivat tulevansa kuulluksi ja kokivat, että heidän yksilöllisiä tarpeitaan ja haasteita huomioitiin kuntoutuksessa. Työtehtävät koettiin pääosin itsenäisiksi ja haastateltavat kokivat, että saivat vaikuttaa työtehtäviinsä.

*”Toi meidän ohjaaja on aivan loistava, osaa huomioida meidät kaikki. Ottaa huomioon kaikki ja kaikkien tykkäämiset tai pelot.”*

*”Ohjaajalla on aina valmis idea, mutta se kuitenkin kysyy jos jollain olisi jotain muuta ideaa.”*

*”Kaikki se minkä on ite tuonut puheeks ni kyllä me ollaan niitä käyty läpi.”*

Parhaimmillaan sosiaalinen kuntoutus voimaantumisen tunteita ja elämäniloa. Ihminen tuntee olevansa tarpeellinen ja kokee kuuluvansa yhteisöön. Sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä voimavaraistavana ja kasvua tukevana toimintana, jolle on keskeistä palveluun osallistuvien asiakkaiden sosiaalisten-, arki- ja yhteisötaitojen vahvistaminen sekä osallisuuden lisääminen (Raivio 2018, 66).

*”Täällä on vaikka mitä. Täällä on yksilöitä ja saat tuntee itsesi yksilöksi. Tää on hyvä juttu, saat tuntee ittesi kokonaiseksi. Tää on hieno laji tää elämä.”*

Sosiaalinen kuntoutus koettiin kokonaisuutena, monipuolisena sekä tärkeänä palveluna.

*”Mutta tää on hyvä juttu vaan. Että tarvitaan ehdottomasti sitä niinku, että kuka onkaan keksiny ni hieno juttu.”*

#### 6.4 Kehittämiskohteet

Kehittäminen	Asiakkaiden osallistaminen kehittämistyöhön
	Työtehtävien monipuolisuus ja oikea määrä
	Työntekijöiden aito läsnäolo ja vuorovaikutus
	Yksilökeskustelut
	Työntekijöiden resurssien lisääminen
	Ohjaajien kuormittumisen vähentäminen
	Tiedonkulku
	Tutustumiskäyntien lisääminen

	Opetustilanteiden lisääminen
	Työntekijöiden pysyvyys
	Asiakkaiden arvostuksen lisääminen
	Luottamuksellisen ilmapiirin rakentaminen
	Myönteisen ja kannustavan ilmapiirin luominen
	Tavoitteellisuus
	Suunnitelmallisuus
	Yhteistyö eri pajojen välillä
	Ohjattujen ryhmäkeskustelujen mahdollistaminen
	Vuorovaikutuksen lisääminen ohjaajien kanssa
	Sosiaalityöntekijöiden jalkautuminen pajoille
	Sosiaalisesta kuntoutuksesta etenemisen mahdollisuuksista kertominen
	Apuja tulevaisuuden suunnitteluun

TAULUKKO 4. Kehittämiskohteet

Haastatteluissa nousi hyvin pitkälti pinnalle kiitollisuus ja tyytyväisyys sosiaalista kuntoutusta kohtaan. Palvelu koettiin yksilöä huomioivana, elämänlaatua parantavana sekä syrjäytymistä ehkäisevänä. Kaiken kaikkiaan haastateltavat kokivat siltavalmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen tärkeäksi ja mieleiseksi toiminnaksi.

*”Eihän tänne tulis kukaan jos tää ei olis mukavaa.”*

Asiakkaat arvostivat mahdollisuutta osallistua toiminnan kehittämiseen haastattelun kautta. Vaikka toimintaa pidettiin kaikin puolin elämänlaatua ja hyvinvointia lisäävänä, nähtiin sillä myös runsaasti kehittämistarpeita. Kehittämistyöhön osallistumista asiakkaat pitivät tärkeänä voimaantumisen ja vaikuttamismahdollisuuksien kannalta. Kuntoutujien voimaantumisprosessiin kuuluu olennaisesti mahdollisuus suunnitella omaa elämäänsä ja sitä koskevia valintoja ja päätöksiä. Kuntoutumisen aikana tulisi olla mahdollisuus arvioida omaa tilannettaan ja seurata tekemiensä päätösten tuloksia. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 146.)

*”Paremmasta haaveilu, voimaantumista kai sekin on.”*

*”Auttaa voimaantumiseen kun ihminen haaveilee, unelmoi.”*

Osa haastateltavista koki, ettei heillä voi teettää kovinkaan paljoa työtehtäviä, koska eivät saa toiminnasta palkkaa. Suurin osa kuitenkin toivoi hieman enemmän ja hieman haastavampia työtehtäviä, jotta mielekkyys toiminnassa säilyisi.

*”Olisin ehkä pikkusen enemmän halunnut niitä pikku työhommia.”*

Työntekijän läsnäolo sekä keskustelut ohjaajan kanssa kuntoutumisen näkökulmasta olivat haastateltavien mukaan tarpeellisia. Ohjaajan aito läsnäolo koettiin myös tärkeäksi ja sen merkitys nousi esille. Keskusteluja kaivattiin lisää, mutta kuitenkin nousi esille myös, että ohjaaja on saatavilla, mikäli tarvitsee.

*”Keskustelutuokioita saisi olla enemmän, mut siihen tietty vaikuttaa noi aikarajotteet kun mitä tuolla nyt käy 15 henkeä viikottain.”*

Työntekijöiden resurssointi nostettiin esille useaan otteeseen. Haastatteluissa ilmeni selkeästi, että ohjaajia ei ole riittävästi. Resurssipula ohjaajista näkyy kuntoutujille muun muassa ohjaajien vähyytenä sekä ylikuormittumisena. Kuntoutujien korviin on myös kantautunut asioita, jotka eivät asiakaskunnalle kuuluisi. Ohjaajien ylikuormittuminen aiheuttaa asioista vaikenemista. Asiakkaat kertovat ongelmistaan enemminkin vertaisilleen kuin ohjaajille koska katsovat ohjaajien olevan liian kuormitettuja. Tämä taas aiheuttaa vertaistuen kuormittumisen ja saattaa hankaloittaa avun saamista ongelmaan.

*”Liian paljon yhdelle henkilölle tai yhdelle valmentajalle/ohjaajalle.”*

*”Näkee sitä uupumusta ja huomaa että tolla on liikaa nyt hommaa.”*

*”Huomaa, että muutama ohjaaja ylikuormittuu. Että ei olis pahitteeks vaikka olis lisääkin niitä.”*

Tiedonkulku sekä eri ohjaajien että ohjaajien ja asiakkaiden välillä koettiin ongelmaksi. Asiakkaat eivät aina saa tarvittavaa tietoa ja tämä koettiin turhauttavana. Kävi myös ilmi, että esimerkiksi sijaisilla ei ole ollut riittävää tietoa toiminnasta.

*”Eilen oltiin ilman ohjaajaa. Oltiin oltu jo kaks tuntia ennen, kun tultiin sanoo, että ohjaaja ei tule.”*

Talon ulkopuoliset tutustumisretket koettiin mieleisiksi ja niitä toivottiin lisää. Haastattelut kertoivat, että pienistä tuloista on hankalaa maksaa esimerkiksi museoiden pääsymaksuja ja toivottiin että sosiaalisen kuntoutuksen toimintana voisi järjestää museomatkoja tai harrastuskokeiluja ja muuta matalan kynnyksen toimintaa. Haastatteluissa nousi esille, että eri pajojen välillä voi olla paljonkin eroa vierailukäyntien määrässä. Koettiin myös epäreiluksi, että hankkeiden kautta järjestetyillä retkillä on ikäraja. Tietopaketit ja luentotyypiset opetustilanteet nousivat myös toivomukseksi.

*”Niin siis kaikkennäköisiä tämmösiä tutustumisia, semmosia sais olla lisää.”*

*”Museoihin tutustumiset ois hienoja.”*

*”Sellasta luentotyypistä tietopakkausta.”*

Siltavalmennuksen organisatoriset muutokset ja tapahtumat vaikuttavat vahvasti myös kuntoutujien elämään ja he aistivat työntekijöiden kautta tapahtumia. Suuremmat muutokset aiheuttavat työntekijöissä epävarmuutta ja vähentävät sitoutumista työhön mikä näkyy myös työn suunnitelmallisuuden puuttumisena. Työntekijät eivät tee pidemmän aikavälin suunnitelmia asiakkaiden kanssa, koska tulevaisuus on epävarma. Työntekijöihin toivottiin myös pysyvyyttä. Haastateltavat kokivat, että työntekijöiden vaihtuminen ja lähteminen aiheuttaa epävarmuutta ja pelkoa.

*”YT:t päällä, ei täällä riitä porukka millään.”*

*”Hyviä ohjaajia laitettu pois.”*

Ohjaajilta toivottiin aitoa läsnäoloa ja vuorovaikutusta. Asiakkaat kokivat ajoittain, etteivät ohjaajat ole aidosti kiinnostuneita heidän asioistaan tai arvosta heitä. Asiakkaat kertoivat kokeneensa muun muassa päälle puhumista tai suoranaista vähättelyä. Kaikki nämä



aiheuttavat arkuutta kertoa asioista ja hakeutua ohjaajan luokse. Hyvä asiakassuhde vaatii turvallisen ja luottamuksellisen vuorovaikutusilmapiirin. Lisäksi tarvitaan myönteisyyttä ja kannustavuutta. Hyvä ilmapiiri näkyy ja välittyy asiakkaalle ja edesauttaa turvallisuuden tunteen kehittymistä. (Ihalainen & Kettunen 2016, 51.)

*”Suut menee kii ku ohjaaja tulee vaikka pitäis olla just toistepäin.”*

Haastateltavat kokivat, että yksilöllisiä suunnitelmia ja tavoitteita ei tehdä ja toiminnasta puuttuu selkeä suunnitelmallisuus. Yksilökeskustelu ohjaajan kanssa on hyvin harvoin. Ohjauskeskustelut painottuvat sopimuskauden loppuun ja käsittelevät pääasiallisesti vain sopimuksen jatkamista. Keskustelujen ja ohjauksen vähyys aiheuttaa tunteen toiminnan tavoitteellisuuden puuttumisesta ja asiakkaat kokevat olevansa paljolti oman onnensa nojassa. Ohjauskeskustelujen puute aiheuttaa myös vertaisten uupumista toisten ongelmien alle. Ongelmien uskottiin myös kasaantuvan, mikäli kuntoutuja ei saa ohjaajalta neuvoja ja tukea.

*”Välillä ollaan vähän niinku oman onnemme nojassa. Autetaan sitten toinen toisiamme, me kuntoutujat.”*

*”Mitä voimaantumista tää on?”*

*Mitä kuntoutusta tää on?”*

Silta-Valmennuksella on useita eri pajoja, mutta haastateltavat kertoivat tietävänsä eri pajojen toiminnasta hyvin vähän. Haastatteluissa ilmeni, että eri pajojen välille toivotaan enemmän yhteistyötä ja yhteisiä tapahtumia ja toimintaa. Asiakkaat toivovat myös ryhmäkeskustelu eri pajojen välillä, jotta yhteistyötä ja yhteishenkeä saataisiin nostettua. Ryhmähaastattelu koettiin hyvänä paikkana vaihtaa ajatuksia ja kehittää yhdessä, joten toiveena oli myös ohjattuja ryhmäkeskusteluja eri pajojen ja työntekijöiden kanssa.

*”Vois yhdessä keksiä jotain tekemistä.”*

Haastatteluissa nousi esille toisaalta asiakkaiden kokemukset siitä, että omat vaikutusmahdollisuudet toimintaan ovat suuret, mutta toisaalta nähtiin myös tarvetta ohjatulle ja tavoitteita tukevalle toiminnalle. Vuorovaikutus ohjaajien kanssa oli kokemusten mukaan

suhteellisen vähäistä ja puutteellista, mikä lisäsi kokemusta liiallisesti itseohjautuvuudesta.

*”Mitä voimaantumista tää on? Tai mitä kuntoutumista tää on?”*

Asiakkaat eivät kuitenkaan pitäneet ohjaajien läsnäolon hetkittäistä puuttumista täysin negatiivisena asiana. Haastatteluissa nousi selvästi esille, että ohjaajien vähyys on vaikuttanut vertaisyhteisöön vahvistamalla sitä. Kuntoutujien välille on muodostunut tiivis yhteisö, joka ei välttämättä olisi tapahtunut, jos ohjaajia olisi enemmän.

Asiakkaat kertoivat tapaavansa sosiaalityöntekijöitä liian vähän. Asiakkaat toivoivat sosiaalityöntekijöiltä jalkautumista asiakkaiden pariin työpajoille muutaman kerran kuu-kaudessa. Jalkautuminen asiakkaiden luokse helpottaisi pääsyä sosiaalityöntekijän juttusille ja madaltaisi kynnystä sinne hakeutumisille. Asiakkaat toivoivat myös, että sosiaalityöntekijä osallistuisi sopimuksen jatko palaveriin. Tällä hetkellä sopimuksen jatkosta keskustellaan ohjaajan kanssa. Sosiaalityön kanssa kontaktoituminen lisäisi asiakkaiden tietoisuutta omien asioiden etenemisestä ja hoitamisesta ja myös eteenpäin suuntaaminen helpottuisi. Asiakkaat toivoivat, että saisivat enemmän tukea tulevaisuuden suunnittelua ja pohdintaa varten sekä ohjaajilta että sosiaalityöntekijöiltä.

Haastateltavat eivät kokeneet yksilöinä tarpeelliseksi elämönhallinnan tai muun lisäalueen lisäämistä osaksi sosiaalista kuntoutusta. He kokivat saavansa tarpeen tullen ohjaajilta tukea myös elämän muihin asioihin ja kokivat sosiaalisen kuntoutuksen itsessään tukevan jo paljon elämönhallintaa vuorokausirytmien ja sosiaalisten tilanteiden myötä.

Haastatteluista kävi ilmi, että asiakkaat kokivat ohjaajan toiminnan ja läsnäolon lisäävän tarpeellisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Asiakkaat kokivat tulevansa kuulluksi, mutta toisaalta esille nousi myös kokemus epätasa-arvoisesta kohtaamisesta. Osa ohjaajista on niin ylikuormittuneita, ettei ole aikaa aidolle vuorovaikutukselle ja tämä näkyi asiakkaille. Toisaalta ohjaajien osoittama välitön kiinnostus ja huomiointi koettiin myös persoonasta ja ammattitaidosta kumpuavaksi toiminnaksi. Kuntoutumisen kannalta jatkuva palautteen antaminen toiminnasta sekä myös yrittämisestä on tärkeää. Myönteinen ja kannustava palaute rohkaisee yrittämään ja ponnistelemaan ja auttaa yksilöä kehittymään. (Kettunen ym. 2009, 63.)

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Johtopäätöksiin on koottu tutkimuksen keskeisimmät tulokset ja niitä peilataan teoreettiseen viitekehykseen.

### 7.1 Tarkoitus

Järvikosken ja Härkäpään (2011, 22.) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on parantaa sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalinen toimintakyky näyttäytyy sosiaalisista tilanteista selviytymisenä sekä monipuolisena osallisuutena. Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään parantamaan asiakkaan selviytymistä arjen toiminnoista ja tukemaan vuorovaikutussuhteita sekä ehkäisemään syrjäytymistä.

Asiakkaat ohjautuvat sosiaaliseen kuntoutukseen eri teitä eikä ohjaava taho aina osaa kokonaisvaltaisesti määritellä sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitusta ja tavoitteita asiakkaille. Asiakkaiden tieto ja varmuus sosiaalisen kuntoutuksen perimmäisestä tarkoituksesta oli paikoin hyvinkin hatara. Joillekin asiakkaille sosiaalinen kuntoutus näyttäytyi, vain paikana, jossa on käytävä aikaa viettämässä, jotta saa bussikortin ja lounaan. Toisille asiakkaille sosiaalinen kuntoutus taas merkitsi sosiaalisia tilanteita ja toimintaa kodin ulkopuolella.

Asiakkaiden oma motivaatio ja kiinnostus kuntoutumiseen vaikutti myös sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksen tiedostamiseen. Kuntoutumiseen vahvasti motivoituneet ja tulevaisuuden suunnitelmia luoneet asiakkaat olivat ottaneet selvää sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksesta ja sisäistäneet sen pohjimmaiset periaatteet. Näille asiakkaille sosiaalinen kuntoutus tarkoitti arjen ja elämönhallinnan saavuttamista ja elämässä etenemiseen tarvittavien voimavarojen tukemista.

Sosiaalinen kuntoutus määriteltiin ensisijaisesti sosiaalisesti vuorovaikutukseksi. Se lisää vuorovaikutustilanteita muiden kuntoutujien ja työntekijöiden kanssa. Vuorovaikutustilanteita lisäämällä sosiaalinen kuntoutus tukee sosiaalisia suhteita ja antaa mahdollisuuksia osallistua toimintaan yhdessä vertaisryhmän kanssa.

Sosiaalisen kuntoutukseksi nostettiin myös syrjäytymisen ehkäisemine, se tukee sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Syrjäytymistä ja osattomuutta ei nähty vain sosiaalisena

tapahtumana, vaan syrjäytyminen näkyy myös arjen toiminnoista ja tapahtumista syrjäytymisenä. Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitusta syrjäytymisen ehkäisyssä ei rajattu koskevaan vain sosiaalisia suhteita vaan se näyttäytyy myös laajemmassa mittakaavassa jopa yhteiskunnallisista asioista syrjäytymisen ehkäisykeinona.

Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus määrittyi vahvasti sosiaalisten suhteiden ympärille. Sosiaalisten taitojen opettelua ja harjoittelua on helpompi työstää turvallisessa ympäristössä. Joissain tilanteissa sosiaalista vuorovaikutusta on opeteltava uudelleen. Ja sosiaalinen kuntoutus tarjoaa turvalliset olosuhteet tälle tarpeelle. Sosiaalisten suhteiden tukemisen lisäksi sosiaalisen kuntoutuksen nähtiin antavan vertaistukea. Siltavalmennuksen tiloihin on helppo tulla, paikka on turvallinen ja asiakkaiden kesken vallitsee yhteisöllisyyden tunne. Sosiaalinen kuntoutus nähtiin osallisuutta edistävänä ja se tarkoittaa motivaatiotekijää, joka auttaa kodin ulkopuolelle poistumisessa.

Sosiaalinen kuntoutus tukee vuorokausirytmien ylläpitämistä ja saavuttamista. Sosiaalinen kuntoutus nähtiin toimintana joka tuo rakennetta ja toimintaa päiviin ja auttaa normaalin arkirytmien harjoittelua.

Sosiaalinen kuntoutus ei aina näyttäytynyt tarkoituksenmukaisena toimintana ja asiakkaiden sisäistämä tai asiakkaille ohjeistettu tarkoitus ei ollut selkeä. Kun sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitus jäi epäselväksi, näyttäytyi toiminta pelkästään sosiaalisena kanssakäymisenä, eikä kuntoutuksella nähty olevan suunnitelmallisuutta tai tavoitteellisuutta. Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksen jäädessä epäselväksi vaikutti se selkeästi myös asiakkaiden omaan toimintaan ja kuntoutumiseen sitoutumiseen negatiivisella tavalla.

## **7.2 Tavoitteet**

Ihalaisen ja Kettusen (2006,134) mukaan kuntoutuksen tulisi aina perustua yksilölliselle tarpeelle ja asiakkaan tulisi osallistua tavoitteiden suunnitteluun ja asetteluun. Kuntoutuksen tulisi siis aina perustua yksilöllisiin tavoitteisiin ja olla suunnitelmallista toimintaa kohti jotakin asetettua tavoitetta. Siltavalmennuksen sosiaalisessa kuntoutuksessa ei asiakkaiden kokemuksen perusteella näkynyt aina tavoitteellisuutta. Tavoitteiden asettelua ei muistettu tapahtuneen tai ainakaan tavoitteisiin ei oltu kuntoutuksen aikana palattu.

Sosiaalinen kuntoutus näyttäytyi asiakkaiden puheissa paikkana, jonne tullaan ilman sen suurempia suunnitelmia. Siltavalmennus nähtiin tärkeänä paikkana ja toiminnalle toivottiin jatkoa vielä tulevaisuudessakin. Tulevaisuuden suunnitelmat ja tavoitteiden vähäisyyden koettiin kuitenkin luovan epävarmuuden tunnetta, sekä oman kuntoutumisen että toiminnan jatkumisen suhteen.

Se, että asiakkaat eivät tiedosta tai muista omia tavoitteitaan ei aina kerro siitä, että tavoitteita ei olla asetettu. Tavoitteiden asettelussa on tärkeää osallistaa asiakasta asettamaan omia tavoitteita. Kettusen ym. (2009, 32.) mukaan tavoitteiden tulee olla yksilöllisiä, perustua kuntoutujan omiin arvoihin ja niiden tulee olla merkityksellisiä hänelle itselle. Asetetut tavoitteet saattavat olla merkityksettömiä asiakkaalle ja mikäli yksilö ei koe tavoitteita merkityksellisinä, hän ei myöskään aktiivisesti pyri niitä toteuttamaan. Tuloksia ei saada aikaan, mikäli asiakas ei sitoudu tavoitteisiin.

Asiakkaat eivät muista omia tavoitteitaan ja kertovat että niitä ei ole arvioitu tai päivitetty sosiaalisen kuntoutuksen aloittamisen jälkeen. Osasyynä asiaan vaikuttaisi olevan yksilöllisten keskustelujen ja ohjaustuokioiden vähäisyys. Järvikosken ja Härkäpään (2011, 194.) mukaan välitavoitteet ja niiden arviointi auttavat jäsentämään kuntoutumisen kulua. Tavoitteiden pilkkominen pienempiin osiin ja niiden jatkuva tarkastelu ovat kulmakiä onnistuneelle kuntoutukselle. Tavoitteiden saavuttaminen antaa onnistumisen kokemuksia ja tämä vahvistaa pystyvyyden tunnetta.

Sosiaalinen kuntoutus näyttäytyi kokemusten mukaan turvallisen paikkana, mutta itse toiminnan tavoitteellisuus ei saanut asiakaskokemusten mukaan suurta tunnustusta. Asiakkaan tavoitteena on saada apua ongelmaansa. Työntekijän kannalta asiakkaan kohtaaminen ja vuorovaikutus tulisi olla normaalia kanssakäymistä suunnitelmallisempaa ja tavoitteellisempaa. (Ihalainen & Kettunen 2016, 53.) Kokemus siitä, että on kyseinen paikka, johon saapua ja luoda arkirytmää tämän toiminnan ympärille nähtiin tärkeänä. Toiminta kuitenkin näyttäytyi suunnittelemattomalta ja asiakkaiden yksilölliset tavoitteet jäivät epäselviksi.

Sosiaali- ja terveysministeriön (n.d.) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on vahvistaa asiakkaan kokonaisvaltaista elämänhallintaa moniammatillisessa yhteistyössä. Laaja-alainen yhteistyö, joka nähdään tärkeänä osana sosiaalista kuntoutusta, eri ammattilaisten kanssa ei näkynyt asiakkaille ja tähän toivottiinkin muutosta. Suunnitelmallisuus

liittyy läheisesti tavoitteellisuuteen. Kuntoutusta tehdään yhteistyössä muiden tahojen kanssa. Mutta ilman yhteistä suunnitelmaa, kuntoutus jää pahimmillaan yksittäisiksi, toisistaan erillisiksi toimenpiteiksi. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 33.)

### 7.3 Muutokset

Sosiaalinen kuntoutus nähtiin tärkeänä ja elämänlaatua parantava toimintana. Kuntoutuksen asiakkaat saavat matkakortin kuukaudeksi ja lounaan toimintapäiviltä, joten sosiaalisen kuntoutuksen koettiin vaikuttavan myös taloudelliseen osallisuuteen myönteisesti.

Toimintaan osallistuminen tukee päivärytmin ylläpitämistä. Normaali päivärytmi jäsentää arkea ja auttaa saavuttamaan hyvinvointia ja hallinnan tunnetta arjessa. Päivärytmin korjaantuminen antoi myös hyvinvoinnin tunteita vaikuttamalla myönteisesti terveyteen ja jaksamiseen. Velvoite saapua sosiaaliseen kuntoutukseen vaikutti myös päihteiden käytön vähenemiseen. Sosiaalinen kuntoutus toimii ankkurina ja elämää rauhoittavana tekijänä, jonne on helppoa ja turvallista tulla.

Käsillä tekeminen ja työtehtävien opettelu on voimauttavaa. Uuden oppimista arvostetaan ja yhdessä tekeminen vertaisryhmän tuella auttaa madaltamaan kynnystä opetella uusia asioita. Raivion (2018, 46) mukaan yhdessä oleminen ja konkreettinen käsillä tekeminen ja tuotoksen aikaansaaminen tekee toiminnasta kannattelevaa ja palkitsevaa. Työtehtävien tekeminen yhdessä vertaisryhmän kanssa antaa sisältöä elämään. Vertaistuki vahvistaa ja opettaa vuorovaikutustaitoja ja antaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. Toiminta saa päivät kulumaan nopeammin.

Kettusen ym. (2009, 33) mukaan aktiivinen toiminta vahvistaa voimavaroja ja uskoa omiin mahdollisuuksiin ja kykyihin. Sosiaalisen kuntoutuksen koettiin antavan voimavaroja ja lisäävän toiminnallisuutta. Voimavarat ja toiminta auttavat saavuttamaan elämäntalouden tunnetta. Lisääntyneitä voimavaroja voidaan käyttää arjen pyörittämiseen ja jopa tulevaisuuden suunnitelmien tekoon. Lisääntynyt aktiivisuus näkyi myös vähentyneinä poissaoloina ja jaksamisen tunteena.

Kettusen ym. (2001, 43.) mukaan kuntoutukselle on keskeistä huolehtia asiakkaiden sosiaalisesta toimintakyvystä ja turvallisuudesta. Hyvä sosiaalinen toimintakyky antaa mahdollisuuksia toimia vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Sosiaalinen kuntoutus antaa mahdollisuuden harjoitella ja kehittää vuorovaikutustaitoja turvallisella ja luottamuksellisessa ympäristössä. Asiakkaat voivat tutustua uusiin ihmisiin ja tämän koettiin vähentävän syrjäytymistä ja omiin oloihin vetäytymistä. Ihmisten tapaaminen antaa syyn lähteä kodin ulkopuolelle.

Sosiaalisen kuntoutuksen koettiin vaikuttavan kokonaisvaltaisesti elämänhallinnan tunteeseen edistäen yksilön tunnetta omasta toimijuudesta. Parhaimmillaan kuntoutus lisää elämänhalua ja tuo mukanaan ystävyysuhteita. Sen koettiin antavan myös voimavaroja hakeutua eteenpäin elämässä. Kuntoutus koettiin paikaksi, jossa voi kerätä voimavaroja opiskelua tai työelämää varten. Yksi sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskunnallisiin taitoihin liittyvä tavoite on madaltaa kynnystä hakeutua opiskelujen pariin tai jopa työelämään (Raivion 2018, 67).

Kettusen ym. (2009, 23.) mukaan voimaantumisen kokemuksia syntyy, kun asiakas kohdataan arvostavalla tavalla ja ohjaaja auttaa häntä löytämään yhteyden voimavaroihinsa ja mahdollisuuksiinsa. Voimaantuminen auttaa asiakasta tunnistamaan vaihtoehtoja ja tekemään valintoja ja näin ollen hän kykenee vaikuttamaan aktiivisesti omaan elämäänsä. Ohjaajien toiminnan koettiin parhaassa tapauksessa olevan osallisuutta ja tarpeellisuuden tunnetta lisäävää. Ammattitaitoisen ja työlleen omistautuneet ohjaajan koettiin huomioivan yksilölliset tarpeet ja vahvuudet. Hyvän ohjaajan nähtiin antavan kaikille aikaa ja huomioivan kaikki tasapuolisesti.

Pienimuotoinenkin osallistuminen toiminnan suunnitteluun koettiin vahvistavan osallisuuden tunnetta. Sosiaalinen kuntoutus näyttäytyy monipuolisena ja tärkeänä palveluna, joka voimaannuttaa ja antaa elämäniloa. Ihminen tuntee olevansa tarpeellinen ja kokee yhteenkuuluvuuden tunteita.

## 7.4 Toiminnan kehittäminen

Asiakkaat kokivat sosiaalisen kuntoutuksen tärkeänä, mutta kaikille ei ollut selvää mitä sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa. Sosiaalisen kuntoutuksen aloitusvaiheessa kaivattiin enemmän tukea ja tietoa toiminnasta ja sen mahdollisuuksista. Asiakkaille tulisi kertoa sosiaalisen kuntoutuksen tarjoamista mahdollisuuksista, minkä perusteella asiakas voi tehdä päätöksen toimintaan osallistumisesta (Raivio 2018, 70). Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksen jäädessä epäselväksi vaikutti se selkeästi myös asiakkaiden omaan toimintaan ja kuntoutumiseen sitoutumiseen negatiivisella tavalla.

Sosiaaliseen kuntoutukseen ohjaututaan yleensä sosiaalitoimiston kautta, tarve sosiaaliselle kuntoutukselle voidaan havaita myös muiden palveluiden toimesta. Koko palveluverkoston onkin tärkeää tuntea palveluun ohjaamisen mahdollisuus. Ohjaamisen kriteereiden tulee olla yhtenäisiä, jotta ihmiset ovat yhdenvertaisessa asemassa suhteessa saatavina oleviin palveluihin. (Raivio 2018, 70.) Sosiaalisen kuntoutuksen sisällöistä ja mahdollisuuksista asiakkaille annettavan tiedon tulisi olla yhteistä ja selkeää. Haastatteluista näkyi selvästi, että eri toimijoiden kautta sosiaaliseen kuntoutukseen saapuneet asiakkaat oli perehdytetty sosiaalisen kuntoutuksen tarkoitukseen ja tavoitteisiin hyvin erilaisesti ja osalla asiakkaista tiedot olivat hyvin rajalliset. Varsinkin sosiaalisen kuntoutuksen aloitusvaiheeseen kaivattiin paljon enemmän tukea, selkeää suunnitelmallisuutta ja ohjeistusta.

Asiakkaille saattoi tulla jo sosiaalisen kuntoutuksen aloitusvaiheessa tunne, että jäävät niin sanotusti oman onnensa nojaan. Vertaistukea on saatavilla ja asiakkaat tukevat toinen toistaan. Mutta vertaistuki yksin ei asiakkaiden kokemuksiensa mukaan ole riittävää. Sosiaalisen kuntoutuksen aloitusvaiheeseen kaivattiin enemmän ohjaajan tukea. Sosiaalisen kuntoutuksen käynnistysvaiheessa luottamuksellisen suhteen rakentuminen ohjaajan ja asiakkaan välille on olennaista ja sen muodostumiselle on varattava riittävästi aikaa (Raivio 2018, 71).

Asiakkaat kaipasivat myös enemmän yhteistyötä sosiaalityöntekijän kanssa. Asiakkaat kertoivat tapaavansa sosiaalityöntekijöitä liian harvoin. Sosiaalityöntekijöiden toivottiin jalkautuvan työpajoille muutaman kerran kuukaudessa. Jalkautuminen asiakkaiden luokse



helpottaisi ja madaltaisi kynnyistä hakeutua sosiaalityöntekijän luokse. Asiakkaat toivoivat myös, että sosiaalityöntekijä osallistuisi sopimuksen jatko palaveriin. Tällä hetkellä sopimuksen jatkosta keskustellaan ohjaajan kanssa. Sosiaalityön kanssa kontaktoituminen lisäisi asiakkaiden tietoisuutta omien asioiden etenemisestä ja hoitamisesta ja myös jatko suunnitelmien teko helpottuisi ja tietoa olisi mahdollisesti enemmän saatavilla.

Haastateltavat kokivat toiminnan kehittämisen erittäin tärkeäksi ja osallistuminen haastatteluun antoi asiakkaille vaikuttamisen- ja voimaantumisen tunteita. Sosiaalisella tasolla voimaantuminen voi tarkoittaa juurikin mahdollisuutta osallistua aktiivisesti suunnitteluun ja olla mukana tekemässä päätöksiä. Tämä edellyttää eriävien mielipiteiden sallimista ja osallistumismahdollisuuksia tarjoavien rakenteiden luomista. Yhdessä tekeminen ja asioihin vaikuttamisen on todettu vaikuttavan myönteisesti myös yksilöiden henkilökohtaiseen elämään. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 143.)

Sosiaalisen kuntoutuksen laadukkaaseen ja tavoitteelliseen toteuttamiseen tarvitaan riittävästi aikaa ja joustavuutta, eikä työntekijällä tule olla liikaa asiakkaita. Asiakkailla on usein tarve laaja-alaiselle ja kokonaisvaltaiselle tuelle sekä ohjaukselle, joten riittävä työntekijäresursointi on kuntoutusprosessin kannalta tarpeellista. (Raivio 2018, 71.) Haastateltavat kokivat uusien ohjaajien palkkaamisen välttämättömäksi ja ohjaajien työmäärät ja kuormitus näkyvät selkeästi myös asiakkaiden arjessa. Haastatteluissa nousi esille, että esimerkiksi yksilökeskusteluja ei ehditä käymään koska yhdellä ohjaajalla on niin paljon asiakkaita ryhmässä. Resurssipula ohjaajista näkyy kuntoutujille myös työntekijöiden ylikuormittumisena.

Silta-Valmennuksen organisatoriset muutokset ja tapahtumat vaikuttavat vahvasti myös kuntoutujien elämään ja muutokset näkyvät työntekijöiden toiminnassa. Suuremmat muutokset aiheuttavat työntekijöissä epävarmuutta ja vähentävät sitoutumista työhön mikä näkyy myös työn suunnitelmallisuuden puuttumisena. Työntekijät eivät tee pidemmän aikavälin suunnitelmia asiakkaiden kanssa, koska tulevaisuus on epävarma. Työntekijöihin toivottiin tästä syystä myös pysyvyyttä. Haastateltavat kokivat, että työntekijöiden vaihtuminen ja lähteminen aiheuttaa epävarmuutta ja pelkoa.

Raivion (2018, 71.) mukaan sosiaalista kuntoutusta tulee toteuttaa sekä yksilövalmennuksen että vertaistuellisena ryhmätoimintana. Yksilövalmennuksen lähtökohtina tulee olla asiakaslähtöisyys, asiakkaiden osallisuuden edistäminen, työskentelyn pitkäkestoisuus ja

tapaamisten säännöllisyys sekä mahdollisuuksien mukaan jalkautuminen asiakkaan arkiympäristöihin. Asiakasta autetaan tunnistamaan omat voimavaransa, vahvuutensa ja osaamisensa sekä autetaan myös hyödyntämään niitä. (Raivio 2018, 71.) Tällä hetkellä sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat osallistuvat kuntouttavan työtoiminnan pajiin eikä sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille kohdistettu toiminta poikkea kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden toiminnasta. Sosiaalisen kuntoutuksen järjestämistä tulisi tarkentaa ja ainakin osittain yksilöllistää toimintaa. Ryhmämallisen toiminnan lisääminen asiakkaille on myös toivottua. Raivion (2018, 72.) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen vertaistukseen perustuva ryhmätoiminta tulee suunnitella yhteistyössä asiakkaiden ja mahdollisten yhteistyö tahojen kanssa. Ryhmätoimintojen sisällöt ja toteuttamistavat voivat vaihdella, mutta ne tulee aina räätälöidä asiakkaiden tarpeiden pohjalta. Ryhmätoimintaa voi toteuttaa esimerkiksi terveyttä ja hyvinvointia edistävillä, luontolähtöisillä tai eläinavusteisilla ryhmämenetelmillä. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoimintaa voivat toteuttaa myös asiakkaat itse. Toiminnassa on hyvä hyödyntää kaikille avoimia tiloja, joihin on helppo ja esteetön pääsy.

Erilaisia vierailukäyntejä ja liikuntamahdollisuuksia toivottiin työtehtävien lisäksi. Työtehtävien opettelua pidettiin tärkeänä ja toimijuutta lisäävänä, mutta niiden lisäksi toivottiin monipuolisempaa ryhmätoimintaa. Talon ulkopuoliset tutustumisretket koettiin mielisiksi ja niitä toivottiin lisää. Sosiaalisen kuntoutuksen toiminnaksi ehdotettiin museomatkoja tai harrastuskokeiluja ja muuta matalan kynnyksen toimintaa. Haastatteluissa nousi esille, että eri pajojen välillä voi olla paljonkin eroa vierailukäyntien määrässä. Tietopakettit ja luentotyypiset opetustilanteet nousivat myös toivomukseksi.

Silta-Valmennuksella on useita eri pajoja, mutta haastateltavat kertoivat tietävänsä eri pajojen toiminnasta hyvin vähän. Haastatteluissa ilmeni, että eri pajojen välille toivotaan enemmän yhteistyötä ja yhteisiä tapahtumia ja toimintaa. Asiakkaat toivovat myös ryhmäkeskustelu eri pajojen välillä, jotta yhteistyötä ja yhteishenkeä saataisiin nostettua. Ryhmähaastattelu koettiin hyvänä paikkana vaihtaa ajatuksia ja kehittää yhdessä, joten toiveena oli myös ohjattuja ryhmäkeskusteluja eri pajojen ja työntekijöiden kanssa. Mahdollisuus osallistua jatkossakin toiminnan kehittämiseen nostettiin tärkeäksi asiaksi.

Kettusen ym. (2009, 32-33.) mukaan asiakkaita tulee osallistaa ja sitouttaa enemmän tavoitteiden ja suunnitelmien asettamiseen. Jokaisella asiakkaalla on omat näkemyksensä tarpeistaan ja tavoitteestaan. Osallistuminen tavoitteiden suunnitteluun, realistiset sekä

tavoitettavissa olevat tavoitteet ja tavoitteiden seuraaminen ovat olennaisia asioita kuntoutumisen onnistumisen kannalta. Tavoitteiden seuraaminen ja päivittäminen koettiin toiminnan tavoitteellisuutta ja suunnitelmallisuutta lisääväksi. Tällä hetkellä asiakkaat eivät ole varmoja tavoitteista ja niihin ei palata eikä niitä olla päivitetty.

Ohjaajilta toivottiin aitoa läsnäoloa ja vuorovaikutusta. Työntekijöiltä saatu positiivinen palaute on tärkeää kuntoutumisen kannalta (Kettunen ym. 2009, 33). Asiakkaat kokivat tulevansa kuulluksi, mutta toisaalta esille nousi myös kokemus epätasa-arvoisesta kohtaamisesta. Osa ohjaajista on niin ylikuormittuneita, ettei ole aikaa aidolle vuorovaikutukselle ja tämä näkyi asiakkaille. Toisaalta ohjaajien osoittama välitön kiinnostus ja huomiointi koettiin myös persoonasta ja ammattitaidosta kumpuavaksi toiminnaksi. Kuntoutumisen kannalta jatkuva palautteen antaminen toiminnasta sekä myös yrittämisestä on tärkeää. Myönteinen ja kannustava palaute rohkaisee yrittämään ja ponnistelemaan ja auttaa yksilöä kehittymään. (Kettunen ym. 2009, 63.) Vuorovaikutuksen tueksi haastateltavat ehdottivat whatsapp-ryhmiä puhelimiin sekä selkeitä viikko-ohjelmia.

Asiakkaat eivät olleet riittävän tietoisia tavoitteistaan, mutta myöskään mahdollisesta sosiaalisen kuntoutuksen aikaansaamasta edistymisestä ei ohjaajien kanssa ole keskusteltu. Raivion (2018, 72.) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden elämäntilanteessa ja toimintakyvyssä tapahtuneita muutoksia tulee seurata, dokumentoida ja arvioida. Oikein toteutettuna ne tukevat asiakkaiden kuntoutumista sekä sosiaalisen toimintakyvyn ja voimavarojen vahvistumista. Muutoksista tulee myös keskustella kuntoutujien kanssa. Asiakkaan kuntoutumista tukee jatkuva palaute ja arviointi edistymisestään.

Sosiaalisen kuntoutuksen palveluntuottajan on hyvä tehdä toiminta- ja arviointisuunnitelma, joka toteutetaan vuosittain. Laadukkaan sosiaalisen kuntoutuksen takaamiseksi palveluntuottajilla tulee kuvata palveluiden sisältö ja tehdä aktiivista laadunseurantaa. Toimiva palautejärjestelmä ja sen läpi käyminen yhdessä tilaajan kanssa auttavat palveluiden laadun seurannassa. (Raivio 2018, 72.)

Toimintaympäristöt muuttuvat ja kehittyvät jatkuvasti. Palveluntuottajan tulee kehittää henkilöstön osaamista suunnitelmallisesti. Tilaajan ja tuottajan on hyvä työstää yhdessä henkilöstön osaamisvaatimukset. (Raivio 2018, 72.) Organisaatiossa tulee pohtia työntekijöiden ammattitaidon tarpeet. Onko esimerkiksi sosiaalityön ammattilaisia riittävästi. Organisaatiossa tulee selvittää eri ammattiryhmien tarpeet ja niiden edustajien määrät.

Laadukasta sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa vasta silloin kun työntekijöillä on riittävä ammattitaito toteuttaa sitä.

Raivion (2018, 71.) mukaan yhteiskehittäminen tulee ottaa osaksi sosiaalista kuntoutusta toteuttavan organisaation omaa sekä yhdessä verkostojen kanssa toteutettua perustoimintaa. Sen avulla pystytään vastaamaan lakiin kirjattuun vaatimukseen asiakaslähtöisyydestä ja osallisuudesta. Yhteiskehittämisessä asiakkaille mahdollistetaan osallistuminen palvelujen ja toimintojen suunnitteluun, toteutukseen sekä toteutuksen arviointiin. Yhteiskehittämisen keinoin voidaan tehdä muutoksia kuntoutusprosesseihin, organisaation käytäntöihin sekä kehittää palveluja.

Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämisessä olisi hyvä soveltaa yhteiskehittämisen työotetta, jossa palvelujen käyttäjät otetaan mukaan palvelujen ja toimintojen suunnitteluun, toteutukseen sekä arviointiin. Silta-Valmennuksen strategian (2017) mukaan he pyrkivät jatkuvasti arvioimaan ja kehittämään työtään. Yhteiskehittäminen on kehittämismalli, joka parhaimmillaan muuttuu osaksi organisaation perustoimintaa. Kokeilut ja uudenlaiset toimintatavat muotoutuvat yhteisesti alhaalta ylöspäin, kun hyödynnetään yhteiskehittämisen osallistavaa yhdessä kehittämisen toimintatapaa. (Raivio 2018, 26.)

Raivion (2018, 26.) mukaan yhteiskehittämisen keskipisteessä on asiakkaan ja henkilöstön tasavertainen kohtaaminen. Yhteiskehittämisen työotteessa asiakas ja henkilöstö saavat mahdollisuuden osallistua merkitykselliseen, kokemustietoa ja ammatillista tietoa yhdistävään vuorovaikutukseen. Merkitykselliset kohtaamiset antavat onnistumisen kokemuksia sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille. Kokemusten toistuvuus on kuitenkin tärkeää, joten kokemukset eivät saa olla riippuvaisia yksilöistä, vaan tarvitaan rakenteellisia muutoksia, jotka tukevat kaikkien osallistumista ja osallisuutta. Verkostotyöhön pohjautuva yhteiskehittäminen on tehokas keino joustavuutta vaativien haasteiden, kuten toimintatapojen tai palveluiden uudistamiseen. Se edellyttää henkilöstön, johdon, asiakkaiden ja esimerkiksi kolmannen sektorin jatkuvaa osallistumista. Yhteiskehittämistä voi toteuttaa hyödyntämällä ja käynnistämällä kokemusasiantuntijatoimintaa, kehittäjäasiakas-toimintaa sekä asiakasraateja.

Yhteiskehittämistä voi käyttää yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä toteuttaessa asiakaslähtöistä ja osallistavaa toimintaa. Asiakkaiden kokemustiedon arvostaminen an-

taa voimaantumisen tunteita ja auttaa kuntoutusprosessissa sillä osallistumisen myötä asiakkaat siirtyvät avun ja tuen saajista toimijoiksi ja palveluiden kehittäjiksi. Toiminnan kehittämiseen osallistumisen on todettu tuottavan muutoksia asiakkaiden identiteetissä ja toimijuudessa sekä lisäävän voimavaroja muunlaiseen toimintaan osallistumiseen. (Raivio 2018, 27.)

Raivion (2018, 28.) mukaan yhteiskehittäminen edellyttää työntekijöiden pysyvyyttä sekä uskallusta tarjota asiakkaille kiinnostavia ja uusia mahdollisuuksia osallistumiseen. Yhteiskehittäminen haastaa perinteisiä ongelmalähtöisiä menetelmiä ja rakentaa uudenlaista toimijuutta. Sosiaalisessa kuntoutuksessa yhteiskehittäminen pyrkii vahvistamaan heikoimmassa asemassa olevien asiakkaiden asemaa ja osallisuutta. Avun antaminen ja tuen tarjoaminen ei sosiaalisessa kuntoutuksessa ei yksin riitä vahvistamaan yksilöiden omaa toimijuutta ja synnyttää osallisuuden tunteita. Osallisuus edellyttää kokemusta omasta merkityksellisyydestä ja mahdollisuuksia antaa toisille jotain itsestään. Onnistuessaan yhteiskehittäminen käynnistää muutoksia asiakkaan asemassa ja roolissa.

Haasteena yhteiskehittämisessä on asiakkaiden ja työntekijöiden välinen suhde. Auttamukselle perustuvat kohtaamiset toimivat usein ylhäältä alaspäin johdettuina tilanteina. Yhteiskehittämisen lähtökohtana on kuitenkin asiakkaiden ja työntekijöiden tasavertaiset kohtaamiset, jotka tuottavat onnistumisen ja osallisuuden kokemuksia. Organisaation kulttuurissa tarvitaan usein muutosta, joka luo mahdollisuuksia uudelle koh- taamiselle ja vuorovaikutukselle sekä kehittämiselle, jotta kokemukset tasavertaisuudesta voivat vahvistua eivätkä ole riippuvaisia muutamasta innostuneesta yksilöstä. Monesti kehittämistyötä johdetaan ylhäältäpäin. Yhteiskehittäminen tapahtuu käyttäjä tasolla ja sitä toteuttamalla pystytään madaltamaan valtaan ja sosiaaliseen asemaan liittyviä aitoja, näin ollen luomaan tasavertaisuuden tunnetta. (Raivio 2018, 28-29.)

Yhteiskehittämisellä on hyötyä sekä toiminnan kehittymisen kannalta mutta myös asiakkaan kuntoutumisen näkökulmasta. Asiakkaan kohdalla tasaveroisempi suhde ammattilaisiin voi alkaa näkyä esimerkiksi aktiivisempaan osallistumiseen oman kuntoutuksen suunnitteluun ja toteutukseen sekä omien tarpeiden aktiivisempaan esille nostamiseen. Työntekijälle tilanne voi olla haastava, sillä se vaatii tilanteen hallinnasta luopumista ja tilan tekemistä asiakkaan omalle toiminnalle. (Raivio 2018, 30.)

## 8 POHDINTA

Sosiaalisen kuntoutuksen määrittely lakiin on tehty vasta muutamia vuosia sitten ja sen toteuttamisessa on runsaasti eroja. Toimintaa ei myöskään ole käyttäjäasiakkaiden kanalta tutkittu vielä paljoakaan. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Siltavalmennuksen asiakkaiden kokemuksia sosiaalisesta kuntoutuksesta sen tarkoituksen, merkityksien ja tavoitteellisuuden kautta. Lisäksi haluttiin selvittää mitä kehittämiskohteita asiakkaat kokevat sosiaalisessa kuntoutuksessa olevan. Tutkimuksessa saatuja tuloksia peilattiin teoreettiseen viitekehykseen. Toiminnan kehittämisideat koottiin tutkimuksen saatujen tulosten perusteella ja niitä peilattiin vahvasti myös teoriaan.

Sosiaalinen kuntoutus tukee asiakkaiden hyvinvointia, vähentää syrjäytymisen tunteita lisäämällä sosiaalista vuorovaikutusta. Silta-Valmennuksen sosiaalinen kuntoutus ei kuitenkaan aina näyttäytynyt riittävän tarkoituksen mukaisena ja tavoitteellisena toimintana. Heidän toimintansa nähtiin kuitenkin monipuolisena ja erittäin tärkeänä toimintana johon asiakkaat haluavat jatkossakin osallistua.

Sosiaalisen kuntoutuksen toimintatapojen yhdenmukaistaminen ja kehittäminen nousevat tutkimuksesta selkeiksi kehittämiskohteiksi. Jotta sosiaalinen kuntoutus vastaa entistä paremmin asiakkaiden tarpeita ja tavoitteita, tulee toimintaa jatkossa kehittää. Toimintaa voidaan kehittää yhteiskehittämisen keinoin yhdessä asiakkaiden ja yhteistyö tahojen kanssa. Asiakkaiden osallistaminen toiminnan kehittämiseen on todettu lisäävän osallisuutta ja voimavaroja. Kehittämiseen osallistuminen antaa toimijuuden tunteita ja käyttäjät ovat aina parhaita asiantuntijoita toiminnan sisällöistä.

### **Oma oppiminen**

Opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoinen, palkitseva, haastava ja ajatuksia herättävä prosessi. Saimme tutustua Siltavalmennukseen ja sen toimintaan ja tietomme sosiaalisesta kuntoutuksesta karttui tutkimuksen edetessä valtavasti. Sosiaalisen kuntoutuksen merkitys ei varsinaisesti yllättänyt, mutta merkityksen monikerroksisuus kyllä. Lähdimme toteuttamaan tutkimusta objektiivisesti ilman ennako-olettamuksia. Parityöskentely antoi mahdollisuuden jatkuvalla reflektoinnille, pohdinnalle ja arvioinnille.

Toteutimme tutkimuksen Silta-Valmennus yhdistykselle ja sovimme yhdessä yhteishenkilöidemme kanssa haastatteluiden toteuttamisesta. Päädyimme siihen, että työntekijä informoi asiakkaita mahdollisuudesta osallistua tutkimukseen tekemämme saatekirjeen avulla. Yksilöhaastatteluun tulevien asiakkaiden määrän rajasimme noin 6. Ryhmähaastattelu sovittiin pidettävän avoimena, johon saivat osallistua myös asiakkaat, jotka eivät olleet osallistuneet yksilöhaastatteluihin. Yksilöhaastatteluihin osallistui yhteensä 6 asiakasta eri pajoilta ja ryhmähaastatteluun osallistui 3 asiakasta, joista jokainen oli osallistunut myös yksilöhaastatteluun.

Haastateltavien innokkuus osallistua ja heidän avoimuutensa oman tarinansa suhteen oli ainakin osittain yllättävää. Teemahaastattelun kysymysten asettelussa olisi voinut pohtia enemmän suljettujen kysymysten pois jättämistä. Suljetut kysymykset aiheuttivat tarpeen lisäkysymyksille ja lisäkysymysten asettelu saattoi välillä olla haastavaa tai jäädä jopa välistä. Saimme kuitenkin paljon materiaalia eikä haastatteluja tarvinnut jälkikäteen täydentää.

Ryhmähaastattelun koimme erittäin informatiiviseksi ja rennoksi tilanteeksi, jossa saimme paljon jo aiemmin saatuja vastauksia tukevia tuloksia. Ryhmähaastattelu oli mahdollisesti jopa teemahaastattelua toimivampi tapa kerätä tietoa. Haastateltavat täydensivät toinen toistensa vastauksia ja tilanteessa näkyi selkeästi, kuinka hyvä yhteishenki Silta-Valmennuksen asiakkailta on. Vastauksia varsinkin kehittämiskohteisiin oli helpompi saada ryhmähaastattelussa ja asiakkaat olivat avoimempia kertomaan kohtaamiansa epäkohtia ja kehittämistarpeita.

Ryhmähaastatteluun olisi ollut hyvä saada enemmän kuin kolme asiakasta, mutta kerätty tieto oli kuitenkin kattavaa vähäisestä osallistujamäärästä riippumatta. Vähäisen osallistumismäärän asiakkaat itse kokivat johtuvan Silta-Valmennuksen heikosta tiedonkulusta. Ryhmähaastattelussa keskustelua tuli huomattavasti enemmän muun muassa kehittämiskohteista ja -haasteista kuin yksilöhaastatteluissa. Asiakkaat itse kokivat ryhmähaastattelun hyväksi ja kehittäväksi ajatusten vaihtotilaisuudeksi. Mikäli ryhmähaastatteluun olisi saatu enemmän osallistujia, voisivat tutkimustulokset ja mahdolliset kehittämisajatukset olla laajempia, mikä lisäisi tutkimuksen merkityksellisyyttä.

## Tutkimustulokset

Kiitollisuus sosiaalisen kuntoutuksen olemassaolosta ja tyytyväisyys palvelun sisällöistä olivat tutkimuksen ensisijainen tulos. Riippumatta tavoitteellisuuden puutteista ja toiminnan kehittämiskohteista, sosiaalisella kuntoutuksella koettiin olevan positiivisia vaikutuksia asiakkaiden elämässä tapahtuneisiin muutoksiin. Sosiaalinen kuntoutus nähdään yksilö huomioivana, elämänlaatua parantavana sekä syrjäytymistä ehkäisevänä toimintana. Sosiaalisen kuntoutuksen merkitys arjessa määriteltiin tärkeäksi toiminnaksi.

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet ja tarkoitus saattaa jäädä välillä liian epäselväksi asiakkaille. Toiminnan aloitusvaiheeseen kaivattiin enemmän ohjaajien läsnäoloa, jotta edellä mainittuihin asioihin pystytään kiinnittämään tarkempaa huomiota. Ohjaajilta kaivattiin enemmän yksilöllistä huomiointia ja aikaa keskusteluille. Ohjaajien määrä nähtiin liian vähäiseksi asiakkaiden määrään nähden. Ohjaajien tuki, aito läsnäolo ja vuorovaikutus varsinkin uuden asiakkaan saapuessa auttaa luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen luomisessa ja kantaa näin ollen hedelmää myös jatkossa. Yksilökeskustelujen lisääminen ja tavoitteiden tarkastelua ja arviointia tulisi tehdä säännöllisesti, näin pystytään myös seuraamaan toiminnan vaikutuksia asiakkaiden elämässä.

Siltavalmennus on toteuttanut sosiaalista kuntoutusta rajallisen ajan ja tämä näkyy toiminnassa. Toiminta näyttäytyy keskeneräisenä ja vaillinaisena, eikä ilmeisesti ole käynnistynyt kunnolla, joten toiminnan kehittäminen on jäänyt vähemmälle huomiolle. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden määrä vaikuttaa varmasti myös työntekijöiden määrään. Toiminnan kehittämisellä ja tehostamisella voi olla positiivisia vaikutuksia myös asiakas määrään ja näin ollen antaa mahdollisuuksia uusien työntekijöiden palkkaamiseen.

Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat osallistuvat kuntouttavan työtoiminnan työpajoihin eikä heidän saamansa palvelu erotu kuntouttavasta työtoiminnasta. Jotta sosiaalista kuntoutusta voitaisiin toteuttaa laadukkaasti tulisi asiakkaille olla tarjolla sekä yksilöllistä että ryhmämuotoista toimintaa. Asiakkaiden osallistuminen toiminnan kehittämiseen on todettu olevan voimauttavaa, joten toiminnan kehittämistä suunniteltaessa asiakkaat on hyvä ottaa mukaan kehittämistyöhön. Yhteiskehittäminen, josta olemme kirjoittaneet edellisessä luvussa, vaikuttaa monipuoliselta, asiakkaita ja yhteistyö tahoja osallistavalta työskentelytavalta.



Sosiaalisen kuntoutuksen koettiin antavan voimavaroja ja lisäävän toiminnallisuutta. Voimavarat ja toiminta auttavat saavuttamaan elämänhallinnan tunnetta. Lisääntyneitä voimavaroja voidaan käyttää arjen pyörittämiseen ja jopa tulevaisuuden suunnitelmien tekoon. Lisääntynyt aktiivisuus näkyi myös vähentyneinä poissaoloina ja jaksamisen tunteena. Ohjaajilta kaivataan lisää tukea tulevaisuuden suunnitelmien tekemiseen ja ohjeistusta asiakkaiden mahdollisuuksista, kun kuntoutuminen etenee.

Tutkimukseen osallistuminen näyttäytyi mielekkäänä ja tärkeänä ja haastateltavista useat ilmaisivat kiinnostuksena valmista työtä kohtaan. Myönteisyys ja innokkuus toiminnan kehittämiseksi näkyi haastatteluissa. Jo pelkkä toiminnan pohtiminen ja kehittämiskohteiden miettiminen koettiin voimauttava ja kuntoutumista edistävänä toimintana. Asiakkaita olisi jatkossakin hyvä ottaa mukaan kehittämistoimintaan sillä osallistuminen antaa vaikuttamismahdollisuuksia, joka näkyy myös voimaantumisen tunteita.

Silta-Valmennuksen toimintaympäristö nähtiin monipuolisena ja valinnan vaihtoehtoja työpajoissa koettiin olevan riittävästi. Kehittämistarpeista huolimatta asiakkaat toivoivat sosiaalisen kuntoutuksen palveluiden jatkuvan Silta-Valmennuksella.

## LÄHTEET

- Ek, E., Saari, E., Viinamäki, L., Sovio, U. & Järvelin, M-R. 2004. Nuorten aikuisten työelämästä syrjäytyminen ja sosiaaliturvan käyttö. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 76. Edita Prima Oy.
- Hallamaa, J., Launis, V., Lötjönen, S. & Sorvali, I. 2006. Etiikkaa ihmistieteille. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2018. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Helminen, J. (toim.). 2016. Sosiaaliohjaus -lähtökohtia ja käytäntöjä. Edita. Otavan Kirjapaino Oy.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2006. Turvaverkko vai trampoliini, sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2016. Turvaverkko vai trampoliini, sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Järvikoski A. & Härkäpää K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki.
- Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. 2004. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. STAKES. Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kettunen, T., Ihalainen, J. & Heikkinen, H. 2001. Monimuotoinen sosiaaliturva. Juva: WSOY.
- Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak Työelämä. Juvenes Print Oy.
- Laine, T., Hyväri, S., Vuokila-Oikkonen, P. 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Pohjola, A., Särkelä, R. 2011. Sosiaalisesti kestävä kehitys. Vaasa: Fram.
- Raivio, H. (toim.) 2018. Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 20.2.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-070-9>
- Raivio H., Karjalainen, J. & Era, T. (toim.) 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Osallisuus – oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Luettu 16.3.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-280-6>.
- Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Siltavalmennus 2016. Kuntouttava työtoiminta ja sosiaalinen kuntoutus, työpajat, info. Luettu 3.12.2018. <https://www.siltavalmennus.fi/>

Siltavalmennus. 2017. Sillan strategia 2017-2020. Pdf-tiedosto. Luettu 15.3.2019.

Siltavalmennus 2018. Ote sosiaalisen kuntoutuksen kilpailutuksesta.

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301. Luettu 7.1.2019. Viitattu 7.1.2019.

Sosiaali- ja terveysministeriö. N.d. Sosiaalityö. Luettu 5.1.2019. <https://stm.fi/sosiaalityo>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019. Toimintakyky, mitä toimintakyky on, toimintakyvyn ulottuvuudet. Luettu 5.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: kustannusosakeyhtiö Tammi.

Törrönen, M., Hänninen, K., Jouttimäki, P., Lehto-Lundén, T., Salovaara, P. & Veistilä, M. 2016. Vastavuoroinen sosiaalityö. Gaudeamus.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

## LIITTEET

Liite 1. Tiedote haastateltaville

### **Tiedote haastateltaville**

Hei!

Olemme sosionomi YAMK opiskelijoita Tampereen ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä, jonka aiheena on kokemukset sosiaalisesta kuntoutuksesta asiakasnäkökulmasta. Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, miten sosiaalinen kuntoutus tukee asiakkaiden elämänhallintaa ja osallisuutta.

Toteutamme opinnäytetyön haastattelut Silta-valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaita haastatteleamalla. Haastattelut pidetään Silta-valmennuksen tiloissa. Toteutamme haastattelut yksilöhaastatteluina ja nauhoitamme haastattelut. Tarkoitus on toteuttaa haastattelut vuoden 2018 loppuun mennessä. Yksilöhaastatteluiden lisäksi kokoamme ryhmähaastattelu muotoisen tilaisuuden, jossa on tarkoitus keskustella ”unelmapaja” muotoisesti sosiaalisen kuntoutuksen kehittämisestä.

Aineisto, joka kootaan haastatteluiden avulla, käsitellään luottamuksellisesti ja sitä käytetään vain tämän opinnäytetyön toteuttamista varten. Tämän jälkeen aineisto tuhoetaan. Opinnäytetyössä ei ilmene haastateltujen nimiä tai muita yksityisiä tietoja.

Ystävällisin terveisin,

Riina Juntunen

050-5964006

[riina.juntunen@soc.tamk.fi](mailto:riina.juntunen@soc.tamk.fi)

Sanna Vieraankivi

050-3455962

[sanna.vieraankivi@soc.tamk.fi](mailto:sanna.vieraankivi@soc.tamk.fi)

## Liite 2. Sopimus haastatteluun osallistumisesta

### **Sopimus haastatteluun osallistumisesta**

Osallistun vapaaehtoisesti Riina Juntusen ja Sanna Vieraankiven opinnäytetyön toteutukseen. Olen tietoinen, että haastattelut nauhoitetaan ja tutkimukseen hankittuja tietoja ei käytetä muihin tutkimuksiin, kuin tähän kyseessä olevaan opinnäytetyöhön. Tutkijoilla on vaitiolovelvollisuus eivätkä tutkijat paljasta missään kohtaa tutkimusta haastateltavan henkilöllisyyttä. Haastateltavan yksityisyys on tutkimuksessa ensisijaista.

Tutkijat saavat kuitenkin käyttää opinnäytetyössään suoria lainauksia haastattelutilanteista, mutta niin että haastateltavan henkilöllisyys ei ilmene missään kohtaa eikä muutenkaan vahingoita haastateltavan yksityisyyttä. Opinnäytetyön valmistuttua kaikki työtä varten hankittu materiaali tuhoaan.

Aika ja paikka \_\_\_\_\_

Haastateltavan allekirjoitus ja nimenselvennys \_\_\_\_\_

Tutkimuksen tekijöiden allekirjoitukset ja nimenselvennykset

---

---

## Liite 3. Tutkimuslupa Tampereen kaupunki

Tampereen kaupunki  
PL 487, 33101 TAMPERE

### TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

## 8 PÄÄTÖS

Tutkimuslupa myönnetään

Tutkimuslupaa koskevat seuraavat ehdot:

1. Tutkija sitoutuu tietojen käsittelyssä ja suojaamisessa noudattamaan henkilötietolain määräyksiä.
2. Tutkimuksessa mahdollisesti syntyvät yksittäisten henkilöiden tietoja koskevat tutkimusrekisterit hävitetään tai arkistoidaan henkilötietolaissa edellytetyllä tavalla.
3. Mahdollisesti tarvittavassa suostumusasiakirjassa tulee ilmetä ao. henkilön lupa käyttää häntä koskevia tietoja, tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus ja henkilöiden mahdollisuus keskeyttää osallistuminen tutkimukseen heti niin halutessaan.
4. Tutkimuslupa ei oikeuta hakemaan tietoja rekisteritietojärjestelmistä. Henkilörekisteritietojen käyttö edellyttää, että tutkimusluvan lisäksi on myönnetty erillinen lupa henkilötietojen käyttöön tutkimuksessa ja hakija on allekirjoittanut tietojen ja tietojärjestelmien käyttö- ja

**salassapitositoumuksen.**

5. Tutkimus valmistumisesta ilmoitetaan ja tutkimusraportti toimitetaan tutkimuksen yhteyshenkilölle.
6. Jos tutkimus keskeytyy, siitä ilmoitetaan yhteyshenkilölle ja tutkimusluvan myöntäjälle.
7. Lupa voidaan peruuttaa, jos lupapäätöksen ehtoja rikotaan. Tällöin luvansaajan on palautettava tutkimusta varten saamansa tiedot.

LisätieWa: tutkimuksen tulokset pitää toimittaa sosiaalipalvelupäällikkö Maritta Narhelle, etunimi.sukunimi@tamper.fi ,

Kielteisen päätöksen perustelut ja valitusosoitus -

Päätöksen tekijä

9.10.2018 Päi-  
väys

Maritta Narhi, sosiaalipalvelupäällikkö  
Allekirjoitus ja virkanimike

## Liite 4. Teemahaastattelurunko

## HAASTATTELURUNKO

1. Miten asiakkaat kokevat Silta- Valmennuksen sosiaalisen kuntoutuksen?
  - mitä koet sosiaalisen kuntoutuksen tarkoittavan/mitä sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa sinulle
  - miksi hakeuduit sosiaaliseen kuntoutukseen
  - onko sosiaalinen kuntoutus vastannut odotuksiasi
  - onko sosiaalinen kuntoutus parantanut elämänlaatuasi/oletko saanut ”eväitä” elämänlaadun parantamiseen -onko elämänlaatusi muuttunut
  
2. Miten Silta- Valmennuksen tuottama sosiaalinen kuntoutus vastaa asiakkaiden tarpeisiin ja tavoitteisiin?
  - onko yksilölliset haasteesi huomioitu kuntoutuksessa
  - onko toiminnan sisältö ollut mieleistä ja hyödyllistä juuri sinulle
  - koetko tulleeesi ymmärretyksi/kuulluksi
  - onko omat tavoitteet tiedossa - koetko toiminnan kohtaavan omat tavoitteesi ja niiden saavuttamisen
  
3. Miten Silta-Valmennus voi kehittää sosiaalista kuntoutustaan vastaamaan entistä enemmän asiakkaiden tarpeita?
  - oliko Silta-Valmennuksen sosiaalinen kuntoutus sinulle oikea palvelu
  - saitko vaikuttaa itse kuntoutukseen
  - missä Silta-Valmennus onnistui sosiaalisessa kuntoutuksessaan
  - olisitko kaivannut kuntoutuksen sisältöön jotakin lisää

## Liite 5. Sisällönanalyysi

Pääluokka	Yläluokka	Alaluokka
<b>Asiakkaiden kokemukset sosiaalisen kuntoutuksen merkityksestä</b>	<b>Sosiaalinen toimintakyky, elämänhallinta ja osallisuus</b>	Sosiaaliset suhteet
		Vertaistuki
		Vuorovaikutus
		Arjenhallinta
		Vuorokausirytm
		Syrjäytymisen ehkäiseminen
		Osallisuus
		Kuntoutuminen
		Oleskelupaikka
		<b>Tavoitteet</b>
		Ei seurata ja arvioida
		Ei osallisteta aidosti asiakkaita
		Vuorovaikutuksen puute
<b>Muutokset arjessa</b>	<b>Sosiaalinen toimintakyky, elämänhallinta ja osallisuus</b>	Taloudellinen hyöty
		Arjenhallinta
		Mielekäs tekeminen
		Voimavarat
		Voimaantuminen
		Aktiivisuus
		Energisyys
		Elämänhalu
		Osallisuus
		Syrjäytymisen väheneminen
		Ystävyysuhteet



		Vaikuttamismahdollisuudet
		Voimavarat
		Yhteisöllisyys
		Tarpeellisuus
		Vertaistuki
		Uuden oppiminen
<b>Kehittäminen</b>	<b>Sosiaalinen toimintakyky, osallisuus ja elämänhallinta</b>	Asiakkaiden osallistaminen toiminnan kehittämiseen
		Työtehtävien lisääminen/muokkaaminen
		Ohjaajien läsnäolo
		Keskustelu hetkiä
		Lisää työntekijöitä
		Tiedonkulun ongelmat
		Tutustumiskäynnit
		Harrastuskokeilut
		Tietopaketit/luennot
		Työntekijöiden pysyvyys
		Yksilölliset suunnitelmat ja tavoitteet ja niiden seuranta
		Eri pajojen välinen toiminta
		Ryhmäkeskustelu
		Ohjattua toimintaa
		Sosiaalityöntekijöiden jalkautuminen pajalle