

Riikka Vainonen

LAPINLAHDEN LÄHDE KUNTOUTUMISEN YMPÄRISTÖNÄ

Kuntoutusohjaus ja -suunnittelu
2019



LAPINLAHDEN LÄHDE KUNTOUTUMISEN YMPÄRISTÖNÄ

Vainonen, Riikka
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Kuntoutusohjauksen ja –suunnittelun koulutusohjelma
Joulukuu 2019
Ohjaaja: Sallinen, Merja
Sivumäärä: 32
Liitteet: 1

Asiasanat: ammatillinen kuntoutus, palkkatuki, osatyökykyisyys, vertaistuki, mielenterveys

Helsingissä historiallisen Lapinlahden mielisairaalan alueella toimiva Lapinlahden Lähde jatkaa kulttuurihistoriallista traditiota ihmisten mielenterveyteen ja hyvinvointiin keskittyvien erilaisten tukimuotojen toimintaympäristönä.

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin paikassa sijaitsevaa Kahvila Lähettä kuntoutumisen edistämisen näkökulmasta. Kahvilassa järjestetään ammatillisen kuntoutuksen työkokeilua ja tehdään palkkatuettua työtä. Opinnäytetyössä tutkittiin paikan kuntoutumista tukevia ja vaikeuttavia elementtejä sekä mietittiin kehitysehdotuksia kahvilatyöhön kuntoutumisen näkökulmasta. Työssä avataan myös työikäisten kuntoutusjärjestelmää, painopisteinä ammatillinen kuntoutus ja tuetun työllistymisen toimista palkkatuki.

Opinnäytetyö tehtiin kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä, jonka aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Haastateltavat olivat mielenterveyskuntoutujia ja siirtyneet Kahvila Lähteellä ammatillisesta kuntoutuksesta palkkatuettuun työhön. Aineisto analysoitiin induktiivisella menetelmällä.

Tulokset osoittavat, kuinka merkittävää kuntoutumiselle on ympäristön salliva ilmapiiri ja vertaistuki. Tämän tutkimuksen tulokset myötäilevät lisäksi aikaisempien tutkimusten tuomaa tietoa työn tekemisen itsetuntoa vahvistavasta ja elämään rytmiä tuovasta vaikutuksesta.

Kehittämistarpeina nousivat esiin kahvilatyön organisointi ja työn kuormituksen hallinta. Epävarmuus Lapinlahden Lähteen toiminnan jatkumisesta toi myös oman haasteensa kuntoutumisen onnistumiselle.

LAPINLAHDEN LÄHDE AS THE ENVIRONMENT FOR REHABILITATION

Vainonen, Riikka
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Rehabilitation Counselling and Planning
December 2019
Instructor: Sallinen, Merja
Pages: 32
Appendices: 1

Keywords: vocational rehabilitation, pay subsidy, ability to work part-time, peer support, mental health

In Helsinki at the historical Lapinlahti's mental hospital area is operating Lapinlahden Lähde which continues culturohistorical tradition as an operational environment for the different forms of support for people's mental health and well-being.

This thesis studied cafeteria Kahvila Lähde, situated at the area, from the perspective of helping the progress in the rehabilitation. The cafeteria organizes vocational rehabilitation work try-outs and employment on pay subsidy. In the thesis, the supporting and complicating elements of the rehabilitation were explored. In addition, development proposals for the cafeteria work were discussed from the perspective of the rehabilitation. It also opens up the rehabilitation structure for the working-aged, focus on the vocational rehabilitation and pay subsidy as the subsidized employment service.

The thesis was based on qualitative research method and the material was collected with a semi-structured interview. The interviewees were mental health rehabilitators, who had resettled from the vocational rehabilitation to the pay subsidy at the cafeteria Kahvila Lähde. The material was analyzed with inductive procedure.

The results suggest how important it is for the rehabilitation to have a permissive atmosphere and peer support of the environment. These results also confirm the conclusions of earlier studies about how working strengthens one's self-esteem and brings a daily rhythm to one's life.

Organizing the cafeteria work and management of the stress caused by the work were brought up in the thesis as necessities for further development. Insecurity of continuation of Lapinlahden Lähde activities brought its own challenge to the success of the rehabilitation as well.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 LAPINLAHDEN LÄHDE JA KAHVILA LÄHDE.....	6
2.1 Lapinlahden mielisairaalan historiaa.....	8
2.2 Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry.....	9
2.3 Lapinlahden Lähteen tulevaisuus	11
3 TYÖKÄISTEN KUNTOUTUSJÄRJESTELMÄ	11
3.1 Kelan ammatillinen kuntoutus	12
3.2 TE- palveluiden työllistymistä edistävät palvelut	14
3.2.1 Palkkatuki.....	14
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET	15
5 TOTEUTUS JA MENETELMÄT	16
5.1 Haastattelu tiedonkeruun menetelmänä	16
5.2 Aineiston purku, analysointi ja tulkinta	16
5.3 Tieto- ja yksityisyydensuoja	17
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	18
6.1 Kuntoutumista tukevat tekijät	19
6.2 Kuntoutumista vaikeuttavat tekijät	21
6.3 Tulevaisuuden näkymiä	22
7 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	23
8 POHDINTA	24
8.1 Keskeisten tulosten tarkastelua	24
8.2 Tutkimusprosessin luotettavuuden arviointia	26
8.3 Jatkotutkimusaiheita.....	29
LÄHTEET	31
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Aloitin opinnäytetyöni tekemisen vuoden 2018 syksyllä. Saman vuoden keväänä olin ollut Lapinlahden Lähteellä työharjoittelussa kuntoutuksen ohjaajaopintoihini liittyen ja ihastunut paikkaan. Halusin olla hyödyksi toiminnalle omalta osaltani. Opinnäytetyöni tarkoitus on olla apuna Lapinlahden Lähteellä sijaitsevan Kahvila Lähteen kehittämässä kuntoutumisen näkökulmasta. Paikassa oli opinnäytetyötä aloittaessani organisaatiomuutos menossa ja toimijat miettivät vaihtoehtoja kahvilatyön kehittämiseksi.

Keräsin haastattelemalla Kahvila Lähteen työntekijöiden kokemuksia paikasta kuntoutumisympäristönä ja tutkin niiden pohjalta paikan kuntoutumiseen liittyviä elementtejä, sekä pyysin haastateltaviltani ideoita kahvilatoiminnan kehittämiseksi kuntoutumisen näkökulmasta. Haastattelemanani ihmiset työskentelivät parhaillaan tai olivat työskennelleet Kahvila Lähteellä palkkatuella, johon he olivat siirtyneet ammatillisesta kuntoutuksesta. He olivat ohjautuneet paikkaan eri reittejä elettyään vuosia mielenterveyden ongelmien kanssa.

Yksilön kannalta työn tekeminen edistää hyvinvointia, terveyttä ja taloudellista riippumattomuutta ja vaikuttaa siten myönteisesti elämänlaatuun. Työ vähentää köyhyyttä ja eriarvoisuutta ja lisää siten yhteiskunnallista yhdenvertaisuutta. (Mattila-Wiro & Tiainen 2019, 9.) Useimmille työtä tekeville se ei ole vain välttämätön toimeentulon lähde, vaan lisäksi jokapäiväisen elämän tärkein osa-alue. Työssäkäynti tuo rytmin arkielämäämme ja kun teemme työtä, voimme ilmentää itseämme ja kehittää osaamistamme ja nauttia työmme tuloksista. Työskennellessämme voimme olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja voimme kokea myös laajemmin osallistuvamme hyvinvointiyhteiskunnan pyörittämiseen. Pidemmällä tähtäimellä voimme vakiinnuttaa taloudellista asemaamme ja näin turvata tulevia eläkevuosiamme. Voimakkaimmin työn merkitys ilmenee silloin, kun joudumme vasten tahtoamme jäämään työelämän ulkopuolelle. Tämä heijastuu monille muillekin elämämme osa-alueista. (Kasvio 2014, 11.)

Jotta yhteiskuntamme hyvinvointipalvelut voidaan turvata, työllisyysasteen nostaminen on välttämätöntä. (Mattila-Wiro & Tiainen 2019, 9.) Yksi keino olisi tehostaa osatyökykyisten työllistymistä. Juha Sipilän hallituksen aikana yksi hallituksen kärkihankkeista Ote-hanke, Osatyökykyisille tie työelämään pyrki vuosien 2015-2018 aikana vahvistamaan osatyökykyisten asemaa työmarkkinoilla ja muuttamaan työnantajien suhtautumista myönteisemmäksi ja avoimemmaksi monimuotoisempaa työelämää kohtaan. Hanke oli yhteiskunnallinen muutosohjelma. Sen avulla nostettiin osatyökykyisten työllisyysastetta, muutettiin asenteita aiempaa myönteisemmiksi heidän työllistymistään kohtaan, lisättiin osatyökykyisten pääsyä kuntoutukseen ja tuotiin kaikkien saataville tietoa työllistymisen ja työssä jatkamisen keinoista, etuuksista ja palveluista. Muutosta toteutettiin kääntämällä huomio osatyökykyisyyttä koskevista ongelmista osaamiseen, vahvuuksiin ja muihin resursseihin sekä yhdessä tekemisen kulttuurilla. (Mattila- Wiro & Tiainen 2019, 11.) Nykyinen hallituksemme työministeri Timo Harakan johdolla jatkaa teeman äärellä. Uuden työllisyyspaketin avulla on tarkoitus edistää osatyökykyisten ja pitkäaikaistyöttömien osallistumista yhteiskuntaan työpaikan, koulutuksen tai yksilöllisesti räätälöityjen palvelujen kautta. (Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut 2019.) Lapinlahden Lähteellä toteutuu juuri tällainen yksilöllinen, erilaisten voimavarojen ja tarpeiden mukaan muovautuva ja monimuotoisuutta suosiva tuettu työ. Siellä kuntoutuja voi saada työhön kiinnittymisen lisäksi myös syvemmän kokemuksen oman olemassaolonsa merkityksellisyydestä osana yhteisöä. Se tuo paikkaan suurta inhimillisyyttä ja lisäarvoa kuntoutumisen näkökulmasta.

2 LAPINLAHDEN LÄHDE JA KAHVILA LÄHDE

Opinnäytetyöni näyttämönä on Kahvila Lähde, joka on osa Lapinlahden Lähteen toimintaa. Se on ensimmäinen paikka, johon saavut tullessasi Lapinlahden Lähteen päärakennukseen ja sitä kutsutaan paikan sydämeiksi. Kahvilassa on tarjolla erilaisia makeita ja suolaisia leivonnaisia kyytipoikineen ja arkisin keittolounas. Kahvilasalissa on iloinen sekamelska erilaisia pöytiä ja tuoleja, tunnelma on boheemi ja lämmin. Seinillä voit nähdä uusimman taidenäyttelyn teoksia viherkasvien

lomasta. Voit myös istahtaa kohtaamisten kahvipöytään, jossa keskiviikkoisin sinulle pitää seuraa Lähteen vapaaehtoinen.

Kahvilassa työskentelee kahdessa vuorossa työntekijöitä erilaisissa työsuhteissa. Osa on tavanomaisessa työsuhteessa, osa palkkatuella. Myös vapaaehtoistyöntekijöitä ja työharjoitteluja suorittavia opiskelijoita työskentelee kahvilassa. Kahvilan asiakkaina ovat talon työhuoneissa työskentelevät taiteilijat, terapeutit, sosiaali- ja terveysalan järjestöissä työskentelevät sekä seminaari-, näyttely- ja kokousvieraat. Lisäksi kahvilassa käyvät ohikulkijat levähtämässä kesken kävelyretken. Paikan asiakaskunta on todella moninainen ja kahvila onkin tarkoitettu aivan kaikille, tosin kaikilta osin se ei ole fyysisesti esteetön.

Itse Lapinlahden Lähde, jossa kahvila sijaitsee, on entisen Lapinlahden mielisairaalan alueella sijaitseva julkinen mielen hyvinvoinnin ja kulttuurin keskus. Sen kulmakivinä ovat yhteisöllisyys, vertaisuus, osallisuus, vapaaehtoistoiminta, kulttuuri, luovuus, luonto ja kokonaisvaltainen hyvinvointi. (Pro Lapinlahti ry:n www-sivut, 2019.) Rakennuksia ympäröi kaupungin puisto, joka rajautuu merenpoukamaan. Puistossa on ennen vesijohtojen tuloa sijainnut lähde, josta kaupunkilaiset ovat hakeneet vetensä. Siitä on peräisin nimi Lapinlahden Lähde. Nykyihmiset voivat hakea paikasta virvoittavan veden sijaan mielenvirikistystä. Puistossa järjestetään paljon tapahtumia. Siellä sijaitsee kaupunkilaisten viljelypalstat ja se on myös erittäin suosittu ulkoilupaikka helsinkiläisten keskuudessa. Poukamassa järjestetään melontaa. Lapinlahden Lähteen omaa toimintaa ovat erilaisten hankkeiden puitteissa järjestetyt kaikille avoimet ryhmät, joiden tarkoituksena on edistää ihmisten mielen hyvinvointia muun muassa ehkäisemällä yksinäisyyttä ja lisäämällä osallisuutta. Esimerkiksi ESR ja Opetusministeriö on ollut rahoittamassa We Pop-up- ja Miitti-hankkeita. Yhteistyö on vilkasta eri koulujen ja opinnäytetyöhöni liittyvän ammatillisen kuntoutuksen toimijoiden kanssa. (Lapinlahden Lähteen www-sivut 2019.)

Lapinlahden Lähteellä toimii kahvilan lisäksi Helsingin vanhin yleisösauna, taidegalleria, kirpputori Patina, käsityöläisten osuuskunnan pitämä myymälä Puoti ja mielenterveysmuseum Mental Museum, jossa esitellään Lapinlahden sairaalan ja suomalaisen mielenterveyden hoidon historiaa ja nykyaikaa myös taiteen keinoin.

Näissä paikoissa tehdään vapaaehtoistyötä ja järjestetään ammatillisen kuntoutuksen työkokeilua- ja harjoittelua. Lisäksi Lapinlahden Lähde vuokraa juhla- ja kokoustiloja. Yleisötapahtumien ja tilaisuuksien järjestäminen on iso osa toimintaa. Niissä käy vuosittain kymmeniä tuhansia ihmisiä. (Lapinlahden Lähteen www-sivut 2019.)

Lapinlahden Lähde on juuriltaan kansalaistoimintalähtöinen ja vasta hiljattain organisoitunut enemmän, joten se on olemukseltaan jatkuvasti kehittyvä ja kuntoutumisympäristönä joustava ja ainutlaatuinen. Tämä joustavuus on paikan voimavara, mutta myös haaste. Joskus, varsinkin aluksi paikan toiminta saattaa näyttäytyä epäselvänä.

2.1 Lapinlahden mielisairaalan historiaa

Lapinlahden sairaala toimi psykiatrisena sairaalana keskeytyksettä valmistumisvuodestaan 1841 vuoteen 2008. Se on Suomen vanhin mielisairaala, joka rakennettiin senaatin asettaman toimikunnan suunnitelman pohjalta, arkkitehtinaan Carl Ludvig Engel. Suomen suuriruhtinas Nikolai I oli antanut asetuksen koskien mielisairaita ja sen ensimmäisessä artiklassa määrättiin, että mielisairaiden on saatava hoitoa: ”Se jossa selkiät heikkopäisyyden merkit hawaitaan pitää joutuisimmasti saatettaman hourukuurin alla olemaan.” Aiemmin potilaat oli eristetty vankilamaisiin oloihin ja hoitajina oli pääasiassa toimineet papit. Tämä siksi, että mielisairautta pidettiin tuolloin jumalan rangaistuksena. Lapinlahden sairaalan toiminta-ajatus oli moderni, sillä se perustettiin parantamaan mielisairaita. Tyypillisiä hoitokeinoja olivat oksennuttaminen, kuppaaminen ja veren laskeminen, ajatuksena poistaa taudin aiheuttaja potilaan kehosta. Myös kuumat kylvyt olivat yleinen hoitokeino. 1800-luvun loppupuolella Lapinlahdessa aloitettiin säännöllinen psykiatrian opetus lääketieteen kandidaateille. Potilaiden hoidossa pakkokeinot vähenivät hiljalleen ja huomattiin, etteivät potilaat olleetkaan niin vaarallisia kuin oli luultu. Yksi tunnetuimmista potilaista monien kulttuurimme merkkihenkilöiden muassa oli Aleksis Kivi, joka diagnosoitiin kroonisesti melankoliseksi hoitoon tullessaan vuonna 1871. Syinä sairauteen arveltiin olevan verenvähyys, juoppous ja

loukattu kirjailijan kunnia. (Sommar 2018.) Kiven potilashuone toimii nykyisin neuvotteluhuoneena.

Lapinlahden sairaala-alue oli alun perin 35 hehtaaria sisältäen viljelysmaita ja sikalan. Sairaala olikin pitkälti omavarainen aina 1960- luvulle asti. Potilaiden hoidossa puutarha oli merkittävässä osassa. Se tarjosi mielekästä työtä ja mahdollisuuden nauttia luonnosta. (Sommar 2018.) Ajatus luonnon vahvistavasta ja mielenterveyttä tukevasta vaikutuksesta ilmenee nykyisinkin vahvasti Lapinlahden Lähteen toiminnassa.

1950- luvulla keksittiin psyykenlääkkeet ja olot sairaalassa helpottuivat ja hoitoajat lyhenivät. Yhteiskunnan kehittyessä myös mielenterveyspotilaiden asema on parantunut ja suhtautuminen psykiatrisiin sairauksiin on muuttunut ymmärtäväisemmäksi. Lapinlahden ylilääkärinä vuosina 1968-1992 toiminut Kalle Achté kehitti hoitokeinoja, jotka ovat yhä käytössä. Hän on ollut edelläkävijä psykoterapian ja lääkehoidon yhdistämisen puolestapuhujana ja tuonut Suomeen hypnoosin käytön psykiatrisessa hoidossa. ”Kunkin maan kulttuurin kehittyneisyyttä voidaan verrata siihen, miten mielenterveyspotilaita hoidetaan”, on Achté sanonut. (Sommar 2018.)

Lapinlahden sairaalalla on ainutlaatuinen, merkittävä historiallinen arvo. Lapinlahden Lähde jatkaa tuota kulttuurihistoriallista traditiota ihmisten mielenterveyteen ja hyvinvointiin liittyvien toimintojen paikkana. Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry:n puheenjohtajan K. Liuksialan mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 1.10.2019) monet paikassa käyneet ja hoidossa olleet ovat kuvailleet tuota pitkää historian jatkumoa itsessään terapeuttiseksi.

2.2 Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry

Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry on Suomen Mielenterveysseura ry:n helsinkiläinen paikallisseura. Molemmat toimivat aktiivisesti Lapinlahden Lähteen säilymisen puolesta, jotta se voisi jatkaa kaikille avoimena kulttuurin ja mielen

hyvinvoinnin keskuksena. Pro Lapinlahti perustettiin vuonna 1988 puolustamaan Lapinlahden psykiatrista sairaalaa, jonka toiminta suunniteltiin siirtää toisiin tiloihin. Syntyi kansanliike, joka vaikutti sairaalan jatkamiseen. Pro Lapinlahti ry ajoi myös aktiivisesti kulttuurihistoriallisesti arvokkaan sairaala-alueen rakennusten suojelemista, joka onnistuikin vuonna 1993. Vuosituhannen vaihteessa sairaalaa uhkasi jälleen lakkautus, joka sai kansanliikkeen taas aktivoitumaan. Toukokuussa vuonna 2000 se mobilisoi 1500 ihmistä mielenilmaukseen seisomaan käsi kädessä muodostaen suojelevan ihmismuurin sairaalan ympärille. (ProLapinlahden www-sivut 2019.)

Vuonna 2008 viimeiset sairaalatoiminnot muuttivat pois kaupungin omistamasta sairaalapäärakennuksesta. Paikka oli siitä lähtien tyhjillään tai vallattuna, kunnes kaupunki alkoi vuonna 2013 suunnitella rakennuksen peruskorjausta ja ryhmäkotien perustamista kehitysvammaisille ja asumispalveluja päihdeongelmallisille nuorille. Tuolloinen heikko taloustilanne kuitenkin muutti kaupungin suunnitelmat, mutta Pro Lapinlahdessa syntyi ajatus uudenlaisesta matalan kynnyksen toiminnasta, Lapinlahden Lähteestä. 2015 kaupunki vuokrasi rakennuksen Suomen Mielenterveysseura ry:lle ja nykyinen toiminta alkoi muotoutua. Alun kansalaistoiminta vapaaehtoistyön muodossa sai rinnalleen erilaisia mielen hyvinvointia tukevia hankkeita ja yhteistyötahoja. Esimerkiksi ammattikorkeakoulu Metropolia on ollut alusta asti mukana. Vapaaehtoistyö on yhä isossa roolissa Lapinlahden Lähteellä. (ProLapinlahden www-sivut 2019.)

Pro Lapinlahti- liike on kiinnostava ja Suomen oloissa melko ainutlaatuinen ilmiö. Minna Mustosen sosiologian pro gradu- tutkielma käsittelee tätä tuhansia eri-ikäisiä helsinkiläisiä yhdistänyttä liikettä, joka puolusti uhattua sairaalaa ja vaati riittäviä resursseja psykiatralle. Näin suurta osallistujamäärää saattoi selittää se, että liikkeen yhdistävä kollektiivinen identiteetti oli avoin. Se ei vaatinut osallistujilta vastakulttuurisen identiteetin omaksumista, vaan myötäili väestön yleisesti kunnioittamaa pohjoismaisen hyvinvointivaltion arvomaailmaa. (Mustonen 2010, 83-84.) Hyvinvointivaltion palvelujärjestelmään oli aiempina vuosina tehty rajuja leikkauksia ilman mittavaa vastarintaa. Pro Lapinlahti-liike politisoi Lapinlahden sairaalan lakkautussuunnitelman lisäksi myös hyvinvointivaltion alasajon. (Mustonen 2010, 4.) Se pyrki nostamaan julkiseen keskusteluun mielenterveyden hoidon tilan

samalla kun ajoi Lapinlahden sairaalan säilymistä psykiatrian käytössä ja sairaalan puiston suojelua. Liikkeessä oli mukana sairaalan potilaita, heidän omaisiaan, tiede- ja kulttuurialan vaikuttajia, mielenterveysalan ammattilaisia ja median edustajia. Liikkeen vaikutuskeinoja olivat kansalaisadressit, mielenosoitukset, postikorttien lähettäminen päättäjille, lehtikirjoitukset, keskustelutilaisuuksien järjestäminen ja tiedotusvälineissä esiintyminen. Liikkeen toimijat pitivät aktiivisesti yhteyttä poliitikkoihin ja virkamiehiin, seurasivat valppaasti tilanteen kehittymistä ja reagoivat päätöksiin. Pro Lapinlahti nosti virastoissa ja lautakunnissa suunniteltuja asioita julkisiksi puheenaiheiksi. (Mustonen 2010, 56.) Pro Lapinlahti jatkaa yhä toimintaansa ja puolustaa nyt Lapinlahden Lähteen olemassaoloa. 17.11.2018 järjestetty Muuri-mielenosoitus ympäröi jälleen ihmisketjuna Lapinlahden sairaalapäärakennuksen.

2.3 Lapinlahden Lähteen tulevaisuus

Lapinlahden Lähteen toiminnan säilymiseen on koko sen olemassaolon ajan liittynyt suurta epävarmuutta. Kaupunki on halunnut myydä rakennukset ja nyt viimeisimpänä järjestänyt ideakilpailun alueen käytöstä. Loppukilpailussa on kaksi ehdotusta, joista toisessa säilytettäisiin nykyinen Lähteen toiminta uudistusten ja monimuotoisuuden lisäämisen rinnalla. Tämän ehdotuksen takana on muiden muassa Y-säätiö, joka on erikoistunut sosiaaliseen asuntotuotantoon. Toisen ehdotuksista on puolestaan jättänyt kansainvälinen kiinteistökehittäjä ja maailmanlaajuinen yritysjärjestelyihin erikoistunut konsulttityhtiö. (Parikka, Hakkarainen 2019, A35.) Moni helsinkiläinen ja Lapinlahden Lähteen toimija on huolissaan paikan tulevaisuudesta, jonka kaupunginvaltuusto päättää vuonna 2020.

3 TYÖIKÄISTEN KUNTOUTUSJÄRJESTELMÄ

Lapinlahden Lähteellä järjestetään ammatillisen kuntoutuksen työkokeiluja ja työhönvalmennuksia. Opinnäytetyöni keskiössä on ammatillinen kuntoutus ja yhtenä tavoitteena on selvittää itselleni työikäisten kuntoutusjärjestelmää. Järjestelmän tekee

monimutkaiseksi se, että se koostuu useista kuntoutuksen järjestäjistä ja toteuttajista. Kuntoutusta järjestävät sosiaali- ja terveydenhuolto, työeläke- ja vakuutuslaitokset, Kela, opetustoimi sekä työ- ja elinkeinohallinto. Lisäksi yrityksillä ja kolmannen sektorin toimijoilla on merkittävä asema kuntoutuksen tuottajina. (Rajavaara 2013, 46.) Kuntoutusjärjestelmä sisältää kuntoutusta ohjaavan lainsäädännön, kuntoutuspalveluita rahoittavat ja tuottavat organisaatiot sekä näissä toimivat ammattilaiset. Opinnäytetyöhöni liittyy erityisesti työkyvyn hallinnan järjestelmä, joka pitää sisällään työssä jatkamisen edistämisen, varhaisen tuen työkyvyn heikkenemisriskieissä sekä työhönpaluun tuen työkyvyttömyyden riskitilanteissa. Pääpiirteissään kuntoutusjärjestelmän tarkoitus on parantaa ihmisten toimintakykyisyyttä ja sosiaalista selviytymistä sekä edistää työkykyä ja siten turvata työuran jatkuvuutta. Kuntoutus on osa aktiivista työllisyys- ja hyvinvointipolitiikkaa, jonka lähtökohtana on, että jokainen elättäisi itsensä mieluiten työllä. (Juvonen-Posti, Lamminpää, Rajavaara, Suoyrjö & Tötterman 2016, 160-161.)

Lapinlahden Lähteen kahvila Lähteellä työskentelee ihmisiä, jotka ovat työllistymistä ja työkykyä tukevien toimien piirissä. Tässä opinnäytetyössä keskityn näistä palkkatukeen ja Kelan ammatillisen kuntoutuksen toimiin, joiden piirissä haastateltavani ovat tai ovat olleet. Näistä tukimuodoista säädetään laissa julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta ja laissa Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista. (Laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta 28.12.2012/916; Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 566/2005, 6§.)

3.1 Kelan ammatillinen kuntoutus

”Kelalla on lakisääteinen velvollisuus järjestää vajaakuntoisten ammatillista kuntoutusta, jos kuntoutustarpeessa oleva ei ole oikeutettu kuntoutukseen työeläkelakien, työvoima- ja yrityspalvelusta annetun lain tai erityisopetusta koskevien säännösten perusteella.” Kuntoutuksen tavoitteena on estää työkyvyttömyyttä ja parantaa työkykyä ja siten myös kykyä elättää itsensä. (Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 6§.)

Kelan ammatillisen kuntoutuksen myöntämisen edellytyksenä on, että asianmukaisesti todettu sairaus, vika tai vamma on aiheuttanut tai sen arvioidaan aiheuttavan lähivuosina henkilön työ- tai opiskelukyvyn ja ansiomahdollisuuksien olennaisen heikentymisen. Arvioinnissa otetaan huomioon kuntoutujan kokonaistilanne ja sairauden lisäksi muita tekijöitä, kuten kuntoutujan fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky, elämäntilanne, taloudelliset ja sosiaaliset seikat, asumisolosuhteet, koulutus, ammatti, aikaisempi toiminta ja ikä. Kuntoutuksen tulee olla tarkoituksenmukaista, joten on arvioitava johtaako kuntoutus todennäköisesti työssä jatkamiseen, työhön palaamiseen tai työelämään siirtymiseen kuntoutujan terveydentilan kannalta sopivassa työssä. (Juvonen-Posti ym. 2016, 169.)

Kela järjestää ja korvaa kuntoutustarvetta ja –mahdollisuuksia selvittäviä tutkimuksia, työ- ja koulutuskokeiluja, ammatillista koulutusta, ammatillisen koulutuksen vuoksi välttämätöntä yleissivistävää koulutusta, työhön valmennusta, ammatillisia kuntoutuskursseja, elinkeinotukea, yritystoimintaa sekä apuvälineitä työhön ja opiskeluun. Kelan ammatillisessa kuntoutusselvityksessä kuntoutujalle tarjotaan mahdollisimman yksilöllistä tukea ja ohjausta työelämässä jatkamiseen, työelämään palaamiseen tai siihen siirtymiseen. (Juvonen-Posti ym. 2016, 169; Kelan www-sivut.)

Kelan työllistymistä edistävässä ammatillisessa kuntoutuksessa on tällä hetkellä kolme vaihtoehtoista palvelulinjaa, jotka ovat työkokeilu, työhönvalmennus ja edellä mainittujen yhdistelmä. Kelan palveluohjaaja auttaa valitsemaan oikean palvelulinjan kuntoutujan kuntoutustarpeen mukaan. Kuntoutus voi myös sisältää muutaman päivän ryhmämuotoista toimintaa, jos se tukee kuntoutujan yksilöllisesti laadittuja tavoitteita. Kela pyrkii järjestämään kuntoutuksen mahdollisimman lähellä kuntoutujan kotia. Sairauden hoidon tulee olla sellaisessa vaiheessa, että kuntoutuja voi sitoutua työpaikalla tapahtuvaan työskentelyyn. Työkokeilu sopii kuntoutujalle, jonka tavoitteena on varmistaa ammatillinen urasuunnitelma, opiskeluala tai konkreettinen työtavoite. Kuntoutuja valitsee valmentajan tuella työpaikan, jossa 3-6 kuukauden mittainen työkokeilu tapahtuu. Jakson jälkeen kuntoutuja voi jatkaa samassa paikassa työhönvalmennuksessa. Työhönvalmennuksen tarkoitus on auttaa kuntoutujaa työpaikan etsimisessä, jos tavoitteena on palkkatyö avoimilla

työmarkkinoilla. Kestoltaan se on 3-21 kuukautta. Edellä mainittujen yhdistelmä voi olla tarpeen, jos kuntoutuja tarvitsee paljon valmentajan tukea uratavoitteen hahmottamiseen ja työkykyään vastaavien ammattialojen ja työnkuvien löytymiseksi. (Kelan www- sivut.)

Työkokeilua edellä mainitun Kelan ammatillisen kuntoutuksen lisäksi järjestää myös TE-palvelut osana työllistymistä edistäviä palveluitaan.

3.2 TE- palveluiden työllistymistä edistävät palvelut

TE- palvelut tarjoaa apua työllistymiseen silloin kun työllistymiskynnys on korkea eri syistä. Esimerkiksi pitkään kotona olo pienten lasten kanssa, pitkittynyt työttömyys tai vamma tai sairaus, joka hankaloittaa työllistymistä voivat olla tällaisia syitä. TE-toimisto voi tarvittaessa tehdä yhteistyötä kunnan, Kelan tai eri työllistämishankkeiden kanssa. Tukikeinoja ovat muun muassa palkkatuki, työkokeilu ja työhönvalmennus. (TE-palveluiden www-sivut 2019.)

3.2.1 Palkkatuki

Palkkatuen tarkoituksena on edistää työnhakijan työllistymistä avoimille työmarkkinoille siten, että TE-palvelut myöntää työnantajalle taloudellista tukea hänen palkkakustannuksiinsa. Palkkatuen myöntäminen lähtee harkinnanvaraisesti työnhakijan palvelutarpeesta, joka tarkoittaa usein puutteita ammatillisessa osaamisessa tai työtehtävistä selviytymisessä vaikeuttavia vammoja tai sairauksia. (TE-palvelujen www-sivut 2019.)

Työnantaja sitoutuu maksamaan kyseiseen työsuhteeseen sovellettavan työehtosopimuksen mukaista palkkaa. TE-palvelut myöntää palkkatukea toistaiseksi voimassa oleviin ja määräaikaisiin työsuhteisiin sekä oppisopimuskoulutuksiin sekä osa-aikaisiin työsuhteisiin, jos TE-palvelut pitää sitä tarkoituksenmukaisena ja se edistää työnhakijan mahdollisuuksia työllistyä. Tämä voi olla perusteltua esimerkiksi osatyökykyisen työllistymisen kannalta. (TE-palvelujen www-sivut 2019.)

Palkkatukea myönnetään käytettävissä olevien määrärahojen puitteissa. Työ- ja elinkeinoministeriön vuoden 2020 talousarvioon varataan nyt reilut 77 miljoonaa euroa juuri palkkatukeen. Tämä on 24 miljoonaa euroa enemmän kuin vuonna 2019. Palkkatuki on nykyisellään Suomessa pohjoismaalaisittain vähän käytetty työllisyyden lisäämisen tukimuoto. Esimerkiksi Ruotsissa puolet koko työllisyydenhoidon panostuksista käytetään palkkatukeen, kun Suomessa vastaava osuus on nykyisin noin viisi prosenttia. (Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut 2019.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimukseni tavoitteena on tuoda esiin Kahvila Lähteellä työskentelyn kuntoutumiseen liittyviä elementtejä, jotta kahvilatyötä voisi niitä huomioiden kehittää. Toinen tavoitteeni on lisätä ja vahvistaa omaa ymmärrystäni työikäisten kuntoutusjärjestelmästä ja tarkemmin ammatillisesta kuntoutuksesta. Toivon opinnäytetyölläni olevan myös yhteiskunnallista merkitystä. Haastateltavieni kokemusten esiintuominen voi auttaa ammatillisen kuntoutuksen ja palkkatuen hyötyjen tunnistamisessa. Hallituksen yksi tärkeä tavoite on työllisyyden kasvattaminen ja työelämän monimuotoisuuden parempi huomioiminen.

Tutkimuskysymykset:

Mitä kuntoutumista estäviä ja tukevia elementtejä Kahvila Lähteellä työskentelyssä ilmenee?

Miten kahvilatyötä voisi kehittää kuntoutumista tukevaan suuntaan?

Lapinlahden Lähteellä on aiemmin tehty opinnäytetöitä toimintaterapian, sosiaalialan, rakennusrestauroinnin ja kulttuurintuotannon tutkinto-ohjelmissa. Kuntoutuksen ohjauksen tutkinto-ohjelmassa opinnäytetyöni on ensimmäinen Lähteellä tehty.

5 TOTEUTUS JA MENETELMÄT

Tutkimukseni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimusaineiston keräsin teemahaastatteluilta. Käytin aineiston analyysissä induktiivista eli aineistolähtöistä sisällönanalyysia, jonka tarkoitus on saada tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa.

5.1 Haastattelu tiedonkeruun menetelmänä

Tutkimusmetodina haastattelu koetaan yleensä miellyttäväksi. Se on arkinen ja jollain tavalla tuttu, ihmiset yleensä tietävät mitä odottaa tilanteelta. Haastattelu on joustava menetelmä, sitä voidaan käyttää lähes kaikkialla ja sen avulla voidaan saada syvällistä tietoa. Haastattelu on keskustelua, jolla on jokin tarkoitus. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 11.) Haastattelun etuna muihin tiedonkeruumenetelmiin on se, että aineiston keruuta voidaan joustavasti säädellä tilanteen mukaan ja haastateltavia myötäillen. Teemojen järjestystä voi muuttaa ja mahdollisuuksia tulkita vastauksia on paljon. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 205.)

Keräsin tietoa Kahvila Lähteellä työskentelyn kuntoutumiseen liittyvistä puolista haastatteleamalla kahvilassa työskenteleviä tai siellä aiemmin työskennelleitä ihmisiä. Haastattelujen perusteella kokosin keskeisimmät kuntoutumista edistävät ja vaikeuttavat tekijät. Lisäksi keräsin haastateltaviltani kehitysehdotuksia, joiden perusteella kahvilatyötä voisi vielä kehittää enemmän kuntoutumista tukevaan suuntaan.

5.2 Aineiston purku, analysointi ja tulkinta

Aineiston runsaus ja elämänläheisyys tekevät analyysivaiheen mielenkiintoiseksi ja haastavaksi. Siinä pyritään luomaan järjestystä ilmiöihin, etsitään merkityksiä ja tulkitaan haastateltujen vastauksia. Kaikkea materiaalia on mahdotonta analysoida. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 225.) Sisällönanalyysi on tulkintaa ja päättelyä, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127).

Fenomenologis- hermeneuttisen perinteen mukaisessa aineistolähtöisessä analyysissä aineistosta nostetaan tutkimuskysymysten näkökulmasta olennainen esiin luonnollisella kielellä. Kuvauksen jälkeen aineistosta pyritään saamaan esiin merkitysten muodostamia kokonaisuuksia. Fenomenologit korostavat intuition merkitystä tässä tapahtumassa. Heidän mukaansa merkityskokonaisuudet tulevat näkyviksi, kunhan aineistoon paneudutaan riittävästi. Tutkimus etenee kriittisen asenteen ja reflektiivisyyden avulla. Tutkijan tulee käydä kehämäistä dialogista liikettä oman tulkintansa ja aineiston välillä. Analyysissä pyritään tematisoimaan eli teemaan liittyen nimeämään, käsitteellistämään tai narratiivisesti yleistämään esitetyt kuvaukset. Analyysissä aineisto jaotellaan erillisiin merkityskokonaisuuksiin, joista synteesivaiheessa luodaan kokonaisuus, siis erillään tarkastellut merkityskokonaisuudet tuodaan yhteen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114-115.)

On monia tapoja raportoida tehdystä tutkimuksesta. Oman mielenkiintoni herätti selkeydellään Sirkka Hirsjärven ja Helena Hurmeen jaottelu tutkimuksen raportoinnin avuksi teoksessa Tutkimushaastattelu. Ensimmäisenä jaottelussa on johdatus tutkimusongelmaan ja perustelut sen tärkeydestä. Siinä tutkittava ilmiö sijoitetaan ympäröivään maailmaan ja aiempiin tutkimuksiin. Sitä seuraa selvitys siitä, keitä on tutkittu, milloin, missä ja miten haastattelut on toteutettu. Seuraavaksi kuvataan tutkittavaa ilmiötä, jonka jälkeen on johtopäätösten aika. Tässä viimeisessä vaiheessa tulokset suhteutetaan teoriaan ja aiempiin tutkimuksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 192-193.)

Tutkimukseen ja tutkimusraporttiin liittyy moninkertaisia tulkintoja. Tutkittava, tutkija ja tutkimusraportin lukija tulkitsevat tutkimusta omalla tavallaan. Emme havaitse asioita samalla tavalla, emmekä ainakaan tulkitse niitä samoin. Tutkimuksissa yhteisten tulkintojen määrä vaihtelee. (Hirsjärvi ym. 2009, 229-230.)

5.3 Tieto- ja yksityisyydensuoja

Toteutin tutkimukseni Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaisesti kunnioittaen tutkittavien itsemääräämisoikeutta, välttäen heidän vahingoittamistaan

ja vaalien heidän yksityisyyttään ja tietosuojansa. Varmistin heti aluksi, että haastateltavani ymmärsivät osallistumisensa olevan vapaaehtoista. Kerroin tutkimuksen aiheen ja tarkoituksen avoimesti ja lähetin osallistujille haastattelukysymykset etukäteen sähköpostitse tutustuttaviksi. Haastattelujen aluksi kerroin säilyttäväni materiaalin turvallisesti salasanan tai sormenjälkitunnisteen takana ja annoin yhteystietoni haastateltavilleni, jotta he voivat missä vaiheessa tahansa ottaa minuun yhteyttä lisätietoja saadakseen. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan www-sivut.)

Yksityisyyden suojaaminen liittyi opinnäytetyöprosessini kaikkiin vaiheisiin. Huolehdin keräämäni tutkimusaineiston suojaamisesta ja luottamuksellisuudesta. Käytin sähköisiä järjestelmiä aineiston keruuseen ja säilyttämiseen. Nauhuri oli puhelimekseni, joka aukeaa sormenjälkitunnisteella. Puhelimestani siirsin aineiston tietokoneelleni, joka vaatii salasanan aetakseen. Keräämälleni aineistolle ei ole jatkokäyttötarvetta, joten tuhosin aineiston tutkimukseni valmistuttua. Tässä tutkimusjulkaisussani olen parhaimpani mukaan pyrkinyt häivyttämään haastateltavieni tunnistettavuuden. Sitaateissa en ole käyttänyt mahdollisia murteita tai otaksumiani tunnistettavia sananotatapoja. Yksityisyyden suojaamista vaikeutti se, että haastateltavia oli niin pieni joukko. Tämän vuoksi päätin olla jaottelematta heitä edes sukupuolen mukaan. Katsoin, ettei se olisi tuonut mitään lisäarvoa tutkimukseeni. Samasta syystä en myöskään kertonut haastateltavien tarkkaa ikää. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan www-sivut.)

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Haastateltaviani yhdisti pitkään jatkuneet mielenterveyden ongelmat, jopa yli kymmenen vuoden sairaushistoriat. He olivat läpikäyneet monia vaiheita sairauksissaan ja selvinneet eri mekanismeilla. Osa kertoi itsemurhayrityksistään. Mielenterveyspalvelut näyttäytyivät haastatteluaineistossa pääosin riittävältä, mutta osin sattumanvaraisilta.

Haastateltavani olivat ohjautuneet Kahvila Lähteelle hieman eri reittejä, mutta kaikki ammatillisen kuntoutuksen kautta. Osalle oli ammatilliseen kuntoutukseen ohjaaminen tehty kokonaan mielenterveyspalvelujen kautta. Tämän yksi haastateltavista mainitsi hyvänä asiana, sillä omat voimavarat eivät olisi riittäneet kuntoutukseen hakeutumiseen.

6.1 Kuntoutumista tukevat tekijät

Vastauksissaan koskien kahvilassa työskentelyn positiivisia puolia kaikki haastateltavat nostivat tärkeimpänä esiin kokemuksen paikasta sallivana ja hyväksyvänä työympäristönä. Tämä teema näyttäytyi aineistossa vahvimmin. Haastateltavat kuvasivat sitä häpeän ja pelon puuttumisena, ymmärryksenä sairauksiaan ja niiden oireita kohtaan, joustavuutena, avoimuutena ja turvallisuutena.

”Et niinku pystyy nähä sen sieltä, sen tarinan ja sen ihmisen sieltä takaa, et se on niinku, ollu semmonen ihan mahtava homma”.

”Ja semmonen yleinen stigmattomuus, mikä tääl vallitsee, ni luo sellasta et otetaan ihminen ihmisenä”.

Vertaistuki koettiin voimistavana, sen että ei tarvitse selitellä taustaansa ja voi avoimesti puhua sairauteen liittyvistä haasteista. Kaikki kokivat työilmapiirin reiluna ja kannustavana. Esimies sai myös paljon kiitosta. Lähde kuvattiin paikkana, jossa erilaisuus on normaalia ja itsestään selvää, ei ole tarvetta esittää pärjäävää, jos ei sitä ole. Haastateltavat kertoivat, miten olivat saaneet rauhassa tutustua työtehtäviin ja takapakkien sattuessa paljon ymmärrystä. Osa mainitsi hyvän palautteen saamisen tärkeänä seikkana, kuinka se lämmitti mieltä ja kasvatti itseluottamusta. Yksi kertoi, miten hänen potentiaalinsa leivonnassa huomattiin.

”Ja se tuntuu todella hyvältä, koska siinä mä saan niinku tehdä sitä missä mä oon oikeesti hyvä”.

Eräs haastateltavista kertoi, miten oli päässyt konkreettisesti eroon neuroottisesta järjestelmällisyydestään kahvilassa työskennellessään. Kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että Lähde ympäristönä on kuntoutumista edistävä. Lapinlahden Lähettä kuvailtiin voimauttavana ja tärkeitä arvoja vaalivana. Osa haastateltavista ei kuitenkaan osallistunut muuhun toimintaan tai tapahtumiin.

”Mä en oo koskaan ollu mitenkää nii sillee sellasessa siin Lähde-hypessä mukana, et tää on ollu mulle vaan työn suoritus paikka, mut mä kyl nään sen et tää on muille.”

Yksi haastateltavista kertoi mainostavansa ystävilleen tapahtumia, mutta kertoi haluavansa rajata työelämän ja vapaa-ajan. Eräs haastateltavista osallistui paljonkin Lähteen ryhmiin ja tapahtumiin. Hän kertoi iloitsevansa siitä, että Lähde on ikään kuin pyhitetty mielenterveyden tukemiselle. Hän koki osallistumisen täten helpoksi.

”Ni se sit eroo, noist mitä nyt on noit asukastaloja ja Kalasataman vapaakaupunki ja muita tämmösiä avoimii paikkoja. Tää on tämmönen ihan omanlaisensa ja tosiaan semmonen tosi matalan kynnyksen..”

Kaikki haastateltavat kertoivat kokeneensa kuntoutuksen ohjaajan tuen merkittävänä ammatillisen kuntoutuksen jakson aikana. Ohjaajat kuvattiin tukena ja turvana, puolestapuhujina. Eräs haastateltava koki ohjaajan tärkeän tehtävän olla ikään kuin tulkkina työnantajan suuntaan, vahvistaa ja tulkita viestiä.

”..et miten aletaan puhuu tästä ja joku periaatteessa voi sanoo vähän sun puolesta, et sä puhut sille, johon sä luotat ja toinen auttaa tuomaan sen sit niinku ylemmäs.”

Ammatillisen kuntoutuksen ohjaajat tekivät työpaikkakäyntejä ja olivat tavoitettavissa, jos haastateltavien olo huononi tai he kokivat jonkin asian ongelmalliseksi. Lähteen taho haastateltavat kiittivät ymmärryksestä ja sallivuudesta. He kokivat hyvin tärkeänä, että väsyessään ja sairauslomaa tarvitessaan heitä ei syyllistetty. Päinvastoin rohkaistiin lepäämään ja hoitamaan itseään. Vertaistuen tärkeys ja Lähteellä vallitseva sallivuuden ilmapiiri ja ymmärrys mielen sairauden oireista ja niiden hyväksyminen osana ihmistä esiintyivät teemoina läpi kaikkien haastatteluiden.

6.2 Kuntoutumista vaikeuttavat tekijät

Haastateltavista jokainen koki työskentelyn kahvilassa olevan ajoittain stressaavaa kiireen vuoksi. Kaksi sanoi suoraan, että jos tulisivat haastatteluhetkellä kuntoutukseen, he eivät voisi jatkaa työn hektisyyden vuoksi. Haastateltavat kertoivat, että tehtäviä annetaan monelta taholta, eikä sovitusti vain lähiesimiehen kautta. Tämä koettiin stressaavana.

”..ku ite on sellanen kiltti, ni se on tosi vaikeeta et sitte ku kahvilan ulkopuoliset ihmiset tulee pompottamaan, ni se on vaikeeta”.

Kaikki haastateltavat kokivat, että kahvilassa on liian vähän työntekijöitä. Tämän negatiivinen vaikutus korostui siinä tilanteessa, kun saatiin pienellä varoitusaajalla iso tarjoilutilaus esimerkiksi kokouksia varten. Haastateltavat pohtivat vastauksissaan, että koska paikassa on eriasteessa olevia kuntoutujia, se voi osaltaan kasvattaa äkillisten poissaolojen määrää. Yksi haastateltavista kertoi, että Lähteellä on aina niin paljon meneillään, että on vaikea pysyä kärryillä. Toisen mielestä vaihtelevat tilanteet aiheuttavat stressiä, koska niihin ei voi valmistautua mitenkään.

”Ja niinku se pelko siitä, et mikä katastrofi on huomenna. Tai mikä katastrofi tulee ku mä oon töissä. Et se on et aina joku on”.

Työvuorosunnittelussa nähtiin myös ongelmia. Osa haastateltavista kertoi, että työvuorot julkaistaan myöhässä. Tämän he kokivat vaikeuttavan elämän suunnittelua ja järjestelyä. Yksi koki huolta esimiehen jaksamisesta ja kertoi pelkäävänsä, että hän lopettaa työt. Sama haastateltava koki, ettei Lähteen johto välitä kahvilan työntekijöiden työhyvinvoinnista vaan on jättänyt heidät oman onnensa nojaan.

”Kyl mä toivoisin meille parempaa johtajuutta. Siis niinku ylempää, et niinku meistki välitettäis”.

Eräs haastateltavista kertoi lähinnä oman epävarmuutensa ja jännittämisen vaikutuksen negatiivisesti hyvinvointiinsa työssä. Hän koki myös työohjeita olleen liian niukasti hänen aloittaessaan työssään ja perehdytyksen viivästyneen jopa

muutaman kuukauden. Työn tauottamisen osa koki hankalana kiireen keskellä. Kaikki haastateltavat mainitsivat siirtymän ammatillisesta kuntoutuksesta palkkatuettuun työsuhteeseen haastavana.

”Et se siin oli jännä, et työaika väheni, mut sitte se alko tuntuu paljon raskaammalta”.

Parhailtaan Lähteellä työskentelevät haastateltavat toivoivat lisää työvoimaa. He kuitenkin kertoivat ymmärtävänsä, että Lähteen taloudellinen tilanne tulevaisuuden epävarmuuksineen estää työvoiman lisäyksen. Yksi haastateltava toivoikin siis lisää varoja toiminnan pyörittämiseen. Toivottiin myös parempaa työn organisointia nimenomaan tilaustarjoiluiden suhteen. Haastatteluhetken aikainen tilanne oli se, että tilauksia otettiin liian lyhyellä varoitusajalla ja muihin töihin ei järjestetty aikaa. Esimerkiksi siivoukseen ei ollut varattu aikaa. Aiemmin Lähteellä työskennellyt haastateltava kertoi, että olisi toivonut enemmän mahdollisuutta järjestellä joustavasti työvuoroja voinnin mukaan. Hänen mielestään myös perehdytys olisi voinut olla aikaisemmassa vaiheessa. Lähiesimiehen jaksamisen turvaamiseksi toivottiin myös johdolta toimia.

”..sil ei oo vapaapäiviä. Se on tänäänki kuumeessa töissä, ku kukaan ei tuuraa sitä.”

6.3 Tulevaisuuden näkymiä

Molemmat Lähteellä parhailtaan työskentelevät toivoisivat tulevaisuudessa voivansa jatkaa paikassa. Uhkina tälle näyttäytyivät suunnitellut muutokset ja Lapinlahden Lähteen toiminnan epävarma jatko. Yksi haastateltavista kertoi, että edellytyksenä hänen yleiselle työssäjaksamiselleen on osa- aikainen työsuhde.

”Et mä voisin jatkaa sitä osa-aikatyön tekemistä just neljää päivää kuutta tuntii, koska tää sopii mulle aika hyvin et mulle jää sitte arkenaki yks päivä vähintään, voi hoitaa hoitajat ja lääkärit ja levätä ja must tuntuu että kokoaikatyöhön palaaminen olis ihan mahotonta, että se aiheuttais sitte taas ongelmia, jos mä sen tekisin.”

Kaikki haastateltavat pitivät yhtenä vaihtoehtonaan tulevaisuudessa siirtyä kuntouttavaan työtoimintaan. Lähteeltä jo lähtenyt kertoi saaneensa paikasta kipinän kahvilatyöhön, jota haluaisikin tulevaisuudessa opiskella. Haastatteluhetkellä hän oli kokemusasiantuntijakoulutuksessa ja kertoi harjoittelevansa olemaan väsyttämättä itseään liikaa. Haastateltava olikin onnistunut rajaamaan kuormitusta huomattavasti kokemusasiantuntijakoulutuksen ja saman aikaisen kuntouttavan työtoiminnan olevan yhdessä liikaa ja jättäneensä jälkimmäisen.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Haastateltavat kuvasivat keskenään hyvin samankaltaisesti Kahvila Lähteellä työskentelyn kuntoutumista tukevia puolia. Jokainen heistä kertoi kokevansa positiivisena Lähteen sallivan ilmapiirin. Tämän he kertoivat vaikuttavan niin, ettei Lähteellä tarvitse tuntea häpeää tai pelätä. He tunsivat saavansa ymmärrystä sairauksiaan ja niiden oireita kohtaan. Tutkimukseni mukaan Lähteen omasta historiastaan ammentava mielen terveyden ja sairauden huomioiva pohjavirtaus tukee kuntoutujien toimintakykyä ja hyvinvointia. Tämä liittyy vertaistuen merkityksen kanssa, jonka haastateltavani nostivat seuraavaksi tärkeimpänä esiin. Kokemus siitä, että rinnalla työskentelevä kamppailee saman tyyppisessä tilanteessa, antoi haastateltavien mukaan voimaa omaan kuntoutumiseen. Työn tekemisen merkitys nousi myös aineistosta itsetuntoa vahvistavana ja elämään rytmiä tuovana elementtinä. Lapinlahden Lähteen ympäristön vaikutuksen myös kaikki kertoivat kokevansa voimauttavana.

Kahvilatyön ajoittainen kuormittavuus vaikeutti haastateltavien mukaan kuntoutumista. Kokemukset olivat hyvin yhteneväisiä. Kiire ja vastuunjaon epäselvyys sekä yllättävät vastoinkäymiset koettiin hankalina.

Kahvilatyön kehittämiseksi kuntoutumista tukevampaan suuntaan haastateltavat pohtivat yleisestikin työelämässä näyttäytyviä ongelmakohtia. He ehdottivat ratkaisuksi lisätyövoiman hankkimista, asianmukaisia työjärjestelyjä, mahdollisuutta

työvuorojen joustavampaan suunnitteluun ja parempaa työn johtamista. Lapinlahden Lähteen epävarma tulevaisuus ei tue kuntoutumista. Kuntoutujan olisi hyvä kokea jatkuvuuden ja turvallisuuden tunnetta kuntoutumisen mahdollistumiseksi. Paikassa parhailaan työskentelevien olikin ollut välttämätöntä mieltä varasuunnitelmat sen varalle, ettei Lähteen toiminta jatkuisikaan.

8 POHDINTA

8.1 Keskeisten tulosten tarkastelua

Kelan vuonna 2016 päättyneessä ammatillisen kuntoutuksen vaikuttavuus-projektissa (AKVA) selvitettiin kuntoutuksen tuottamaa hyötyä kuntoutujille. Raportin perusteella Kelan ammatillinen kuntoutus on ollut monelle kuntoutujista osa elämäntilanteeseen liittyvää prosessia, jonka aikana kuntoutujan käsitys omasta työkyvystään sekä hänen mielialansa ja elämänlaatunsa ovat parantuneet. (Vadén ym. 2018.) Haastattelemani kuntoutujat kertoivat samanlaisista kokemuksista. He kuvasivat työtsetunnon kohenemista ja yleisesti hyvinvointinsa lisääntymistä Lapinlahden Lähteellä ammatillisen kuntoutuksen ja palkkatuella työskentelyn aikana.

Työn merkitys nousi tutkimusaineistossa esiin monessa kohtaa. Haastateltavat halusivat tehdä työtä, se oli heille itsestään selvää. Työn tekemisen yhteiskunnallista arvostusta pidetään aktiivisesti yllä koko elämänkaaremme ajan. Koulutuksen hankkiminen, työn tekeminen, siinä oppiminen ja työyhteisön jäsenenä toimiminen ovat tehokkaita sosiaalistumisprosessin välineitä. (Valkonen, Peltola & Härkäpää 2006, 110.) Tämän kautta työ muodostuu tärkeäksi identiteettiä määrittäväksi tekijäksi. (Alkula 1996, 24). Työn laaja yhteiskunnallinen arvostus kertoo siitä, että työ on keskeinen yhteiskunnallisen osallisuuden lähde. Se muodostaa sosiaalisen normin, jossa onnistuminen kertoo meille, että olemme kunnan kansalaisia. Työ siis tarjoaa meille merkittävän mahdollisuuden tehdä itsestämme hyväksytyjä. (Alkula 1996, 22.)

Työllä on myönteisiä vaikutuksia terveyteen silloin, kun työolot on järjestetty mielekkäiksi ja työntekijän tarpeet ja rajoitukset on otettu huomioon. (Kauppinen, Aromaa & Koskinen 2010, 13.) Kahvila Lähteen työntekijät tasapainottelevat mielekkään, hektisen, vahvistavan ja stressaavan työn tekijöinä. Lähteen salliva ja hyväksyvä ilmapiiri ja vertaistuki näyttäytyivät tutkimuksessani suurissa rooleissa työntekijöiden työssä jaksamisessa. Haastateltavani kertoivat myös ikään kuin kasvaneensa työn mukana Lähteen kahvilatoiminnan laajentuessa.

Kaikki haastateltavani pitivät yhtenä mahdollisuutena tulevaisuudessa kuntouttavaan työtoimintaan siirtymistä. Jos kuntoutuja kokee, että hänellä on kohtalaisen pysyviä rajoitteita jaksamisessa, keskittymiskyvyssä tai kyvyssä selviytyä sosiaalisista tilanteista, hän valitsee usein tavoitteekseen työllistyä turvalliseen ja tuettuun työhön, ei hakeutumisen avoimille työmarkkinoille. (Valkonen, Peltola & Härkäpää 2006, 106.) Se ei äkkiseltään tunnu tarkoituksenmukaiselta työllisyyden tukemisen järjestelmän kannalta. On kuitenkin todettava, että kaikkien kohdalla täysin työkykyiseksi kuntoutuminen ei ole realistinen tavoite. Vaikka ammatillisen kuntoutuksen ja palkkatuen päämääränä on kuntoutujan siirtyminen työmarkkinoille normaaliin työsuhteeseen, on niillä merkitystä myös kuntoutujan yleiselle hyvinvoinnille. Tuettuun työhön liittyy piirteitä, jotka tukevat ihmisen jaksamista ja voimavaroja sekä hyvinvointia. Näitä ovat esimerkiksi jäsenneily päivärytmi, joka tukee ihmisen elämänhallintaa ja päivittäistä selviytymistä. Tämän perusteella näitä aktivointitoimia tulisi tarkastella laajemmin hyvinvoinnin ja syrjäytymisen ehkäisemisen näkökulmasta, eikä vain arvioimalla välitöntä työllistymistä. (Pehkonen-Elmi, Kettunen, Surakka & Piirainen 2015, 64.)

Kaikki haastateltavani kokivat itsensä osatyökykyisiksi. Työ vaikuttaa monin tavoin ihmisen terveyteen, mutta samalla ihmisen terveydentilan erot säätelevät sitä, kuinka paljon hän pystyy tekemään työtä. Osatyökykyisyyden parempi huomioiminen työmarkkinoilla on yksi keino työllisyyden lisäämiseksi.

Haastateltavani kuvasivat vertaistuen merkitystä kuntoutumiselleen merkittäväksi. Vertaistuki rakentuu keskinäisestä kunnioituksesta, tasa-arvosta ja luotettavuudesta. Keskinäinen kunnioitus tarkoittaa sitä, että vertaistilanteessa olevan ihmisen kokemusta ei kyseenalaisteta. Hänellä on oikeus kokemukseensa ja tilanteensa

tulkittamiseen. Kunnioitus syntyy samassa veneessä olemisesta ja tilanteiden ja kokemusten ainutkertaisuuden hahmottamisesta. Tasa-arvo vertaisten kesken merkitsee sitä, että tavanomaiset sosioekonomiset määritteet eivät ole merkittäviä vaan alisteisia jaetulle yhteiselle asialle. Usein vertaistuen lähtökohtana on saman tyyppinen vaihteluvollisuus kuin viranomaistoiminnassa, tosin epävirallisesti eikä aina edes tiedostetusti tai ääneen lausutusti. (Hokkanen 2011, 287.) Koeasetelmilla ei ole saavutettu varsinaista näyttöä siitä, että vertaistuki olisi erityisen tehokas sosiaalisen tuen muoto. (Hokkanen 2011, 295). Haastateltavani nostivat sen kuitenkin heille tärkeimpien kuntoutumista tukevien ilmiöiden joukkoon. Heidän välillään vertaistuki on organisoitumatonta ja omaehtoista ja sellainen vertaistuen muoto kaipaa vielä tutkimusta. Tutkimuksissa esiintyy kuitenkin viitteitä tällaisista vertaisuuteen perustuvista merkityksellisistä ihmissuhteista ja arkielämässä niitä voi nähdä ympärillään useinkin. (Hokkanen 2011, 295.) Lapinlahden Lähteellä tällaista itsesyntyistä vertaistukea näkyy joka puolella.

Tutkittavani kuvailivat ammatillisen kuntoutuksen ohjaajien tukea merkitykselliseksi. Toisaalta yksi haastateltavistani kuvaili kuntoutumisensa tapahtuneen kuin itsestään hänen saadessaan rauhassa ja omaehtoisesti rakentaa uudestaan työminäänsä Kahvila Lähteellä. Tutkimukseni mukaan vaikuttaakin, että juuri mahdollisimman yksilöllisesti rakentuva tuen määrä ja laatu tukevat parhaiten kuntoutumista. Tässä myös oikea-aikaisuuden toteutuminen on suuressa roolissa.

8.2 Tutkimusprosessin luotettavuuden arviointia

Jouni Tuomi ja Anneli Sarajärvi ovat kirjassaan Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi koonneet kriteerejä laadullisen tutkimuksen luotettavuuden tarkasteluun. Kirjassa mainitaan uskottavuus, joka saavutetaan riittävällä kuvauksella tutkimukseen osallistujista ja arvioimalla kerätyn aineiston totuudenmukaisuutta. On myös pohdittava vastaavatko tutkijan tuottamat rekonstruktiot tutkittavien todellisuudesta niiden alkuperäisiä konstruktioita. Siirrettävyyttä arvioidaan vertaamalla tuloksia tutkimuskontekstin ulkopuoliseen vastaavaan kontekstiin. Tutkijan tulee ottaa huomioon erilaiset ulkoiset vaihtelua aiheuttavat tekijät, sekä tutkimuksesta ja ilmiöstä itsestään johtuvat tekijät arvioitaessa tutkimustilannetta.

Hänen pitää myös ottaa huomioon mahdollisuuksien mukaan tutkimukseen ennustamattomasti vaikuttavat tekijät. Vahvistettavuus syntyy siitä, kun tutkija esittelee tehdyt ratkaisut ja päättelyt niin seikkaperäisesti, että lukija pystyy seuraamaan ja arvioimaan niitä. (Tuomi & Sarajärvi 2008, 138-139.)

Suunnitellessani haastattelukysymyksiä, mieleeni tuli kuinka monella eri tavalla ihmiset käsittävät sanan ”kuntoutus” merkityksen. Sanana se avautuu ehkä tarkoituksenmukaisimmin kuntoutusalan ammattilaisille. Muuten se monesti saatetaan rajata esimerkiksi pelkkään fyysiseen kuntoutukseen liittyväksi. Päädyinkin jättämään sanan pois haastattelukysymyksistä. Se osoittautui kuitenkin turhaksi, koska haastateltavani osoittautuivat tietoisiksi kuntoutuksen monitasoisesta luonteesta, joten käytin sitä haastattelujen lomassa tarkentaessani kysymyksiä.

Haastateltavat sain Lähteen yhteyshenkilön kautta. Haastattelin neljää, joista yhden haastatteluaineistosta päätin luopua. Tämä haastateltava oli ohjautunut paikkaan TE-palveluiden aktiivimallin velvoitteiden kautta, eikä hän siten ollut ollut ammatillisen kuntoutuksen tai palkkatuen piirissä. Hän valikoitui joukkoon, koska en ollut kertonut yhteyshenkilölle tarpeeksi tarkasti aikeistani. Koska lisää haastateltavia ei löytynyt, oli tyytyminen kolmeen toteutuneeseen haastatteluun. Olin lähettänyt haastattelukysymykset sähköpostitse haastateltaville, jotta he pystyivät etukäteen orientoitumaan tulevaan. Täydensin ja tarkensin kysymyksiäni haastattelun edetessä. Ensimmäistä haastatteluani tehdessäni minulle kirkastui, että tarvitsen kysymyksen koskien Lapinlahden Lähdetä yleisesti. Tämän kysymyksen lisäsin sitten haastattelurunkoon muita haastatteluja varten.

Aineiston keruun tein haastattelemalla tutkittaviani Lapinlahden Lähteen kokoushuoneessa vuoden 2018 lopussa. Nauhoitin haastattelut. Paikka oli tuttu kaikille haastateltavilleni sekä minulle. Se rentoutti varmasti haastattelutilanteiden tunnelmaa. Mietin kuitenkin jälkepäin haastattelupaikan vaikutusta aineistoon. Lapinlahden vanhassa sairaalarakennuksessa voi aistia sen historian. Aineisto olisi saattanut olla erilaista, jos olisin haastatellut jossain muualla. Toisaalta on vaikea arvioida, olisiko vaikutus positiivinen vai negatiivinen tutkittavan ilmiön kannalta. Aineisto koostuu dokumentoiduista tilanteista, siten sitä ei voida pitää koskaan täysin autenttisena. (Alasuutari 2011, 84-85).

Haastattelin kahta tutkimukseen osallistujaa peräkkäin kesken heidän työpäivänsä. He eivät kuitenkaan kiirehtineet palaamaan työhön ja kävimme rauhassa molempien kanssa kaikki haastattelukysymykset läpi. On kuitenkin mahdollista, että vastauksissa korostuivat työn negatiiviset puolet kesken kiireisen työpäivän.

Tunsin nämä molemmat haastateltavani entuudestaan. Uskon sen tuoneen lisää syvyyttä haastatteluaineistoon välillämme jo vallitsevan luottamuksen vuoksi. Haastateltavani kertoivat avoimesti sairaushistoriastaan ja tunnelma oli rento. Haastattelutilanteet olivat antoisia. Tunsin saavani hyvän yhteyden haastateltaviini ja olin otettu heidän avoimuudestaan. Yksi haastateltavistani kertoi, ettei ollut aiemmin suostunut kenenkään haastateltavaksi. Tunsin ylpeyttä siitä, että olin onnistunut osoittautumaan hänen luottamuksensa arvoiseksi. Kolmatta haastateltavaani en tuntenut ennestään ja vaikka aineisto vaikutti yhtä syvälliseltä kuin muidenkin, löytyi myös eroavaisuus. Tämä haastateltavani halusi kertoa vähemmän sairaudestaan ja sen oireista. Kunnioitin hänen valintaansa ja oikeuttaan määritellä aiheen arkaluontoisuutta ja yksityisyyden rajaansa enkä palannut myöhemminkään haastattelun aikana asiaan.

Tutkimukseni pohjautuu siis kolmen haastattelun aineistoon. Otokseni määräytyi sen mukaan, kuinka monta tutkimaani ilmiöön liittyvää tutkittavaa tavoitin. Eskolan ja Suorannan mukaan ”Laadullisessa tutkimuksessa aineiston koolla ei ole välitöntä vaikutusta eikä merkitystä tutkimuksen onnistumiselle.” (Eskola & Suoranta 2008, 61- 62). Saturatio eli aineiston kylläntyminen tarkoittaa sitä, että tutkittavaa ilmiötä tutkitaan niin kauan, ettei tutkimuskysymykseen vastaavaa uutta tietoa enää ilmene. Tämä on laadullisessa tutkimuksessa ongelmallista siinä mielessä, että tutkimukseen liitetään usein piirre tapausten ainutlaatuisuudesta. Lisäksi on vaikea määrittää hetkeä, jolloin tutkittava kohde ei missään tapauksessa tuota enää uutta informaatiota. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 182.) Malterud, Siersman ja Guassora ehdottavatkin artikkelissaan, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa saturatation käsitteestä siirryttäisiin käsitteeseen ”information power”, jossa pienen otoksen rikas ja yksityiskohtainen aineisto korvaa tapausten määrän. (Malterud, Siersma & Guassora 2015, 7).

Haastattelujen jälkeen kuuntelin nauhoitukset kerran, jonka jälkeen litteroin ne sana sanalta. Tämän lisäksi tein myös päätelmiä suoraan aineistosta kuunnellessani sitä useaan kertaan. Löysin helposti tutkimuskysymykseen vastaavia teemoja. Lapinlahden Lähteen salliva ilmapiiri, vertaistuki ja työn merkitys sekä kiireen tuntu kahvilatyössä toistuivat teemoina jokaisessa haastattelussa. Nostin esiin teemoja niiden esiintyvyyden mukaan ja miten usein haastateltavat niitä mainitsivat.

Alkuperäinen tutkimukseni tarkoitus oli olla hyödyksi Kahvila Lähteelle organisaatiomuutoksen aikana. Koska opinnäytetyöprosessini kesti yli vuoden, tuohon tarpeeseen jäi vastaamatta. Lähteenkin suunnitelmat muuttuivat ajan saatossa. Paikka on luonteeltaan jatkuvasti muotoutuva ja uudistuva, joten tutkimukseni tulokset voivat yhä hyödyttää kahvilatyön järjestämistä kuntoutumisen tukemisen näkökulmasta. Tutkimustulokseni vahvistavat Lähteellä vallitsevaa ajatusta sallivan ja hyväksyvän ilmapiirin hyvinvointia tukevasta vaikutuksesta. Pienillä käytännön korjauksilla työolojen suhteen paikan kuntoutumista tukeva vaikutus vahvistuu. Käydessäni tutkimukseni loppuvaiheessa Lähteellä tervehtimässä haastateltaviani moni asia olikin jo paremmin.

Tutkimukseni nostaa esiin osatyökykyisyyden tunnistamisen ja huomioimisen tärkeyden, joten sillä voi olla yhteiskunnallistakin merkitystä. Onhan nykyisen hallituksenkin yhtenä tavoitteena työllisyyden kasvattaminen ja työelämän monimuotoisuuden parempi huomioiminen.

8.3 Jatkotutkimusaiheita

Haastatteluaineistossa ilmeni haastateltavien kokemaa hankaluutta heidän siirtyessään ammatillisen kuntoutuksen työkokeilusta palkkatukityösuhteeseen. Tuossa tilanteessa ammatillisen kuntoutuksen ohjaajan tuki lakkaa. Tuen tarpeen kartoittamisen ja kehittämisen kannalta olisi hyödyllistä tutkia tätä siirtymävaihetta.

Lapinlahden Lähteellä ja Kahvila Lähteellä esiintyvää organisoimatonta ja omaehtoista vertaistuen muotoa olisi mielenkiintoista tutkia. Aiheesta ei lähdekirjallisuuden mukaan ole aiempaa tutkimusta. Tällainen itsesyntyinen

vertaistuen muoto kuvastaa hyvin Lähteen ydintä. Lapinlahden Lähde on syntynyt vapaaehtoistyöllä ja kansalaistoiminnalla, ihmisten itsenäisestä yhteenliittymisestä.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Riika: InPrint.
- Alkula, T. 1996. Työn merkitys yksilölle. Teoksessa R. Venäläinen (toim.) Tuettu työllistyminen. Helsinki: Gummerus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. uud p. Tampere: Vastapaino.
- Hakkarainen, K. & Parikka, V. 2019. Lapinlahteen tarjolla meriuimala. Helsingin Sanomat 21.9.2019, A35.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud p. Helsinki: Tammi.
- Hokkanen, L. 2011. VERTAISTUKI JA VAMMAISPALVELUT. Teoksessa A. Järvikoski, J. Lindh & A. Suikkanen (toim.) Kuntoutus muutoksessa. Tampere: Juvenes Print, 284-289.
- Juvonen-Posti, P., Lamminpää, A., Rajavaara, M., Suoyrjö, H. & Tötterman, P. 2016. Työikäisten kuntoutumisen monialainen järjestelmä. Teoksessa I. Autti-Rämö, A-L. Salminen, M. Rajavaara & A. Ylinen (toim.) Kuntoutuminen. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 160-175.
- Kasvio, A. 2014. Kestävä työ ja hyvä elämä. Tampere: Gaudeamus Oy.
- Kauppinen, T., Aromaa, A. & Koskinen, S. 2010. Työ terveyttä tukemassa. Teoksessa: A. Aromaa & S. Koskinen (toim.) Suomalaisten työ, työkyky ja terveys 2000- luvun alkaessa. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 11/2010.
- Laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta 28.12.2012/916.
- Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 566/2005.
- Liuksiala, K. 2019. Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry:n puheenjohtaja, Lapinlahden Lähde. Helsinki. Henkilökohtainen tiedonanto 1.10.2019.
- Malterud, K., Siersma, V.D. & Guassora, A.D. 2015. Sample size in qualitative interview studies: Guided by information power. Qualitative health research 1-8. Viitattu 1.12.2019. <https://doi.org/10.1177/1049732315617444>

Mattila-Wiro, P. & Tiainen, R. 2019. Kaikki mukaan työelämään, Osatyökykyisille tie työelämään (OTE) kärkihankkeen tulokset ja suositukset. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Viitattu 21.12.2019.

http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161453/25_2019_OTE-loppuraportti%20suomi%20netti.pdf

Mustonen, M. 2010. ”Tästä aidasta nää ei voi enää mennä ylitte” Pro Lapinlahti - liikkeen yhteiskunnallinen mobilisaatio. Pro gradu –tutkielma. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Viitattu 16.11.2019. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-206>

Pehkonen-Elmi, T., Kettunen, A., Surakka, A. & Piirainen, K. 2015. Vaikeasti työllistyville suunnattujen aktivointitoimenpiteiden taloudellinen analyysi – esimerkkeinä korkein korotettu palkkatuki ja kuntouttava työtoiminta. Diakoniammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 42. Tampere: Juvenes Print Oy.

Rajavaara, M. 2013. Kuntoutus- ja työkykypolitiikat sosiaalisina investointeina. Teoksessa U. Ashorn, I. Autti-Rämö, J. Lehto & M. Rajavaara (toim.) Kuntoutus muuttuu- entä kuntoutusjärjestelmä? Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 46-76.

Sommar, H. 2018. Lapinlahden sairaala- hourujen hoidosta psyyken parantamiseen. 27.9.2016, päivitetty 6.7.2018. Yle Elävä arkisto. Viitattu 20.11.2019.

<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2016/09/27/lapinlahden-sairaala-hourujen-hoidosta-psykyken-parantamiseen>

Te-palveluiden www-sivut. Viitattu 5.11.2018. <http://www.te-palvelut.fi/te/fi/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2008. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

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

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan www-sivut. Viitattu 6. & 13.11.2018.

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

Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut. Viitattu 2.11.2019. https://tem.fi/artikkeli/-/asset_publisher/tyoministeri-tyollisyyspaketti-nopeuttaa-tyollistymista-ja-lisaa-osallisuutta

Vadén, V.M., Toikka, T., Tuominen, U., Rättö, H. & Reiterä, T. 2018. Kuntoutuksen hyödyn arviointi. Kuntoutuksen vuonna 2016 päättäneiden alkua- ja lopputilanne. Kansaneläkelaitoksen raportti. Viitattu 4.12.2019.

<https://www.kela.fi/documents/10180/1346663/AKVA+raportti+2016.pdf/>

Valkonen, J., Peltola, U. & Härkäpää, K. 2006. Työtä, tukea ja mielenterveyttä. Kokemuksia mielenterveyskuntoutujien työllistymismalleista. Helsinki: Kuntoutussäätiön tutkimuksia.

Teemahaastattelun runko

Mitkä asiat Lähteellä vaikuttavat positiivisesti työkykyysi ja hyvinvointiisi?

Entä negatiivisesti?

Millaista tukea sait tullessasi Lähteelle? Mitä olisit tarvinnut?

Jos aloittaisit nyt työskentelyn Lähteellä, mitä toivoisit?

Mitä Lähteen toiminnassa voisi kehittää?

Mihin suuntaat elämässäsi?

Lisäkysymys, joka ilmaantui ensimmäisessä haastattelussa:

Osallistutko Lähteen muuhun toimintaan ja mitä mieltä olet paikasta yleisesti?