

Saku Yrjölä

# DIGITAALISUUS OSAKSI ELÄMÄÄ ELÄMÄNTILANNEBOKSIEN AVULLA

Opinnäytetyö

Sosionomi AMK

2020



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

<b>Tekijä/Tekijät</b>	<b>Tutkintonimike</b>	<b>Aika</b>
Saku Yrjölä	Sosionomi (AMK)	Syyskuu 2020
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		
Digitaalisuus osaksi elämää elämäntilanneboksien avulla		36 sivua 0 liitesivua
<b>Toimeksiantaja</b>		
Sotek-säätiö sr / Digimotivaattori-hanke		
<b>Ohjaaja</b>		
Harri Mäkinen		
<b>Tiivistelmä</b>		
<p>Opinnäytetyön tilasi Sotek-säätiö sr:n alaisuudessa toimiva Digimotivaattori-hanke. Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskokouksen rahoittaman hankkeen pääasiallisena tarkoituksena on lisätä erilaisten asiakasryhmien digitaalisia taitoja ja valmiuksia, jotta he digitaalisuutta hyödyntämällä voisivat vahvistaa oman arkensa sujumista. Hankkeen yhtenä tavoitteena on kartoittaa ja kehittää uusia työtapoja, joiden avulla erilaisia median ja digitaalisuuden taitoja pystytään opettamaan ja vahvistamaan.</p> <p>Opinnäytetyön konkreettisenä tuotoksena syntyi uudenlaisen työkalun konsepti ja runko Digimotivaattori-hankkeen käyttöön. Nimenä työkalulla on Elämäntilanneboksit. Kun työkalu siirtyy hankkeen käyttöön, on sen tarkoitus vastata erilaisten asiakasryhmien digitaalisiin tarpeisiin kohdennetusti asiakkaan elämäntilanteen perusteella. Asiakasryhmiä ovat esimerkiksi kehitysvammaiset, kuntoutujat ja maahanmuuttajat. Työkalu sisältää jatkuvasti kehitettävää tietopankin käsittäen erilaisia elämäntilanteita helpottavia oppaita ja linkkejä hyödyllisiin palveluihin.</p> <p>Työkalu luotiin toimimaan verkossa. Sivusto hyödyntää erilaisia visuaalisia ratkaisuja, jotka tukevat palvelun saavutettavuutta. Opinnäytetyön tilannut taho koulutettiin sivuston käyttämiseen ja päivittämiseen hyvin tuloksin.</p> <p>Työkalu suunniteltiin toimimaan palveluohjauksen ja asiakastyön tasolla ohjaajan työtä jäsentäväksi. Asiakas voi käyttää työkalua myös itseohjautuvasti. Digimotivaattori-hankkeessa työkalun käyttö on keskeistä ja sitä voidaan hyödyntää apuvälineenä myös muissa hankkeissa.</p> <p>Opinnäytetyön taustateorian toimii sosiaalialan yleisteoksia, jotka käsittelevät esimerkiksi kuntoutumista ja palveluohjausta. Mediakasvatukseen liittyvät lähteet käsittelevät muun muassa medioitumista ja digitaalista syrjäytymistä. Työkalun konkreettisen tuotoksen taustateoria pohjautuu saavutettavuuteen.</p>		
<b>Asiasanat</b>		
mediakasvatus, palveluohjaus, asiakastyö, saavutettavuus		

Author (authors)	Degree	Time
Saku Yrjölä	Bachelor of Social Services	September 2020
<b>Thesis title</b>		
Digitality as part of life with the help of Life situation boxes		36 pages 0 pages of appendices
<b>Commissioned by</b>		
Sotek-foundation sr / Digimotivaattori-project		
<b>Supervisor</b>		
Harri Mäkinen		
<b>Abstract</b>		
<p>This thesis was commissioned by the Digimotivaattori-project operating under The Sotek-säätiö sr. The project was funded by Funding Centre for the Social Welfare and Health Organisations. The main objective for this project was to increase digital preparedness and skills for various customer groups in order for them to improve their everyday lives. One of the projects goals was also to chart and develop new working methods in which media and digital skills can be taught and strengthened.</p>		
<p>The concrete output of this thesis was a concept and framework for a new kind of tool for the use of the Digimotivaattori-project. The name of this tool is Life situation boxes. When the tool is put to use, its aim is to answer to different digital needs of various customer groups based on their situation in life. Customer groups in question are for example mentally handicapped, people with mental health problems or substance abuse, and immigrants. The tool consists of ever developing information bank of useful links and guides to ease different life situations.</p>		
<p>The tool was created to the online use. The website utilises various visual design choices that support the accessibility of the service. The commissioner was trained in the usage and updating of the website with positive results.</p>		
<p>The tool was designed to ease customer guidance and counselling. Customers can also use this tool on their own without guidance. The usage of this tool is central in digimotivaattori-project. It can also be used in other projects as a supporting tool.</p>		
<p>The theory part of this thesis consists of general literature from the field of social services covering for example rehabilitation and customer guidance. Sources associated with media education address topics such as digital marginalisation, and the increase of media and digitalisation in the society. The theory of the constructed website itself was based on the accessibility.</p>		
<b>Keywords</b>		
Media education, customer guidance, customer counselling, accessibility		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	SOTEK-SÄÄTIÖ SR .....	7
3	DIGIMOTIVAATTORI-HANKE .....	9
4	TYÖORIENTAATIO TUOTOKSEN TAUSTALLA .....	10
5	OHJAUS JA PALVELUOHJAUS .....	10
6	ASIAKASTYÖ .....	12
7	KUNTOUTUMINEN .....	13
8	MEDIA JA MEDIOITUMINEN .....	14
8.1	Medioituminen .....	15
8.2	Monilukutaito ja mediakriittisyys.....	16
8.3	Digitaalinen syrjäytyminen .....	17
8.4	Mediakasvatuslinjaukset.....	18
8.5	Tunnistettuja haasteita ja kuinka tuotos näihin vastaa.....	19
9	MEDIAKASVATUS JA MEDIATAIDOT OSANA KUNTOUTUMISTA .....	21
9.1	Aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus.....	22
9.2	Mediakasvatuksellisten tavoitteiden ja kuntoutumisen yhtymäkohtia.....	23
10	TOTEUTUS .....	26
10.1	Tarve ja tavoite .....	26
10.2	Suunnittelu ja toiminta .....	27
11	ELÄMÄNTILANNEBOKSIT -INTERNETSIVU .....	29
11.1	Alustan valinta .....	30
11.2	Ulkoasu ja hallittavuus .....	31
11.3	Sisältö.....	33
11.4	Mielenterveysosio .....	34
11.5	Henkilökunnan kouluttaminen sivun käyttöön.....	35
11.6	Muistilista työkalun käyttöön .....	39
12	LOPUKSI .....	39



## 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön idea sai alkunsa Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun eli Xamkin valinnaiselta 15 opintopisteen mediakasvatuksen ja sosiaalialan yhdistävältä kokonaisuudelta. Yhä enemmän on tullut näkyväksi, että jatkuvasti medioituvassa eli mediaan nojaavassa yhteiskunnassa on tarve huomioida myös erilaisten sosiaalipalveluiden piirissä olevia kansalaisia sekä tutkia heidän valmiuksiaan hyödyntää median ja digitaalisuuden tarjoamia mahdollisuuksia. Kurssin sisällöt hiljalleen johdattelivat mediaa ja sosiaalialaa yhdistävän opinnäytetyön tekemiseen.

Yhteiskunta on loikannut yhä enemmän digitalisoituneeseen suuntaan. Erilaisia digitaalisia palveluja on nykyään tarjolla lukuisia ja useilta eri palveluntarjoajilta. Yhteiskunnan vaade yksilölle omaksua ja sopeutua uusiin digitaalisiin palveluihin, jotka jopa paikoin korvaavat paikallisesti toimivat palvelut voi tuntua kansalaisista haastavalta, pelottavalta ja jopa ahdistavalta. Tämä vaateen suuruus kansalaisille, joiden toimintakyky ja jaksaminen on alentunut esimerkiksi mielenterveyden järkkymisen, uupumuksen tai pitkittyneen työttömyyden vuoksi, voi tuntua jopa kohtuuttomalta. Riskiryhmässä ovat myös kehitysvammaiset sekä ihmiset, joilla kognitiivinen toimintakyky on alentunut. Puutteelliset digitaaliset taidot yhdistettynä mainittuihin haasteisiin luovat riskin yhteiskunnan turvaverkon läpi putoamiseen ja tätä myöten esimerkiksi syrjäytymiseen tai muihin entistä haastavampiin ongelmiin. Näin ollen opinnäytteen ja sen tuotoksen ideana on tarjota kohdennetusti tärkeimpiä digitaalisia palveluita vastaamaan juuri tietynlaisiin elämäntilanteisiin ja tunnistettuihin tarpeisiin. Näin tekemällä pyritään eliminoimaan osa vaadittavasta jaksamisesta löytää juuri itselleen sopivat digitaaliset palvelut.

Opinnäytetyön tilasi Sotek-säätiö sr:n alaisuudessa toimiva Digimotivaattori-hanke. Digimotivaattori-hanketta rahoittaa STEA eli Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus. Konkreettisenä tuotoksena opinnäytetyössä tulee olemaan uuden digitaalisen ja verkkopohjaisen työkalun runko ja konsepti Digimotivaattori-hankkeen käyttöön. Nimenä työkalulla on Elämäntilanneboksit. Työkalu rakennetaan sellaiseen vaiheeseen, että Digimotivaattori-hankkeen

henkilökunta kykenee itsenäisesti päivittämään työkalua haluamallaan sisällöllä sekä käyttämään sitä asiakastyössä.

Yksi hankkeen tavoitteista on uudenlaisten työtapojen kartoittaminen ja kehittäminen, joilloin erilaisia median ja digitaalisuuden taitoja pystytään opettamaan ja vahvistamaan. Tämän vuoksi opinnäytetyön suunnittelu toteutetaan tiiviissä vuoropuhelussa tilaavan tahon kanssa. Myös erilaisten näkökantojen ja ideoiden vaihtaminen on olennainen osa opinnäytetyön valmistumista. Valmiin työn tarkoitus on vastata erilaisten asiakasryhmien digitaalisen oppimisen tarpeisiin kohdennetusti. Työkalu tulee ensisijaisesti Digimotivaattori-hankkeen käyttöön ja päivitettäväksi, mutta se on myös mahdollista ottaa käyttöön muissa Sotekin toimipisteissä tai hankkeissa. Ryhmä- ja yksilöohjaajien on mahdollista käyttää työkalua ryhmä- ja yksilöohjauksessa asiakastyötä tukevana ja jäsentävänä työkaluna.

Teksti etenee tilaajatahon kuvaamisesta (luku 2) teoreettiseen viitekehykseen (luku 4) ja lopuksi auki on kirjoitettu opinnäytetyön konkreettisen tuotoksen rakentamiseen ja suunnitteluun liittyvät seikat (luku 10). Osassa tekstiä tuotos ja teoreettinen viitekehys kulkevat käsi kädessä. Näin tekemällä on pyritty luomaan selko siitä, miten ja minkälaisiin haasteisiin työ yrittää vastata. Teksti kertoo tämän lisäksi, kuinka opinnäytetyön tilannut taho on koulutettu työkalun käyttöön ja päivittämiseen.

## **2 SOTEK-SÄÄTIÖ SR**

Sotek-säätiö sr on vuonna 2004 perustettu toimija, jonka tarkoituksena on tarjota monenlaisia työllistymistä, oppimista ja toimintakykyä edistäviä palveluita erilaisille asiakasryhmille. Yhdistävänä tekijänä asiakasryhmien välillä on kuitenkin vaikeasti työllistyminen. Asiakasryhmiä ovat esimerkiksi pitkäaikaistyöttömät, kehitysvammaiset, mielenterveyskuntoutujat ja nuoret vailla ammatillista koulutusta. Sotek-säätiö sr on yhteiskunnallinen yritys, mikä tarkoittaa sitä, että suurin osa säätiön voitoista ohjautuu yhteiskunnan hyväksi (Sotek perustiedot 2020.)

Sotekin organisaatio koostuu kahdeksasta toimintayksiköstä, jotka ovat jaettu neljään eri ryhmään. Jokaisen palvelun toimintaa valvomaan ja johtamaan on

nimitetty palvelupäällikkö. Palvelupäälliköiden esimiehenä toimii Sotek-säätiön sr:n toimitusjohtaja. Ryhmät ovat seuraavat:

- Työelämä- ja kehittämispalvelut
- Kuntoutus- ja osallisuuspalvelut
- Tekniikka- ja tuotantopalvelut
- Vammaispalvelut

Työelämä- ja kehittämispalveluiden tarkoituksena on tarjota työelämätaitoja ja -valmiuksia lisääviä palveluita. Kehittämispalveluiden tarkoituksena on taas kehittää työelämässä tarvittavia työkaluja ja toimintamalleja. Kehittämispalvelut ovat projektiluontoisia ja STEA-rahoitteisia. Kehittämispalveluista hyötyvät myös säätiön muut toimintayksiköt, sillä sitä kautta asiakasryhmien hyödyksi voidaan valjastaa uusia toimintatapoja ja asiakastyön työkaluja. Digimotivaattori-hanke on osa työelämä- ja kehittämispalveluita (Sotek organisaatio 2020.)

Kuntoutus- ja osallisuuspalvelut tarjoavat sosiaalipalveluita, jotka edistävät työllistymistä. Näihin luetaan esimerkiksi kuntouttava työtoiminta. Sotek tekee yhteistyötä kuntien ja kaupunkien kanssa. Kotkassa Kymsote eli Kymenlaakson sosiaali- ja terveystyöryhmä ostaa palveluna Sotekilta kuntouttavaa työtoimintaa asiakkailleen. Asiakkaat ohjautuvat esimerkiksi Tekniikka- ja tuotantopalveluihin tai vammaispalveluihin (Sotek organisaatio 2020.)

Tekniikka- ja tuotantopalvelut on työtoiminnan tarjoaja. Työtoimintaa tarjotaan useammassa eri yksikössä erilaisille ja erilaisia taitotasoja omaavilla asiakkaille. Työtoiminta voi olla kokoonpanotyötä, mitä tuotetaan alihankintana tilaavalle taholle. Toiminta voi myös olla ulkoalueiden hoitoa tai remontoimista. Työnkuva räätälöidään asiakkaan kykyjen mukaan. Työtoiminnan kautta on myös mahdollista kerätä opintopisteitä työharjoitteluiden kautta (Sotek organisaatio 2020.)

Vammaispalveluiden tarkoituksena on tuottaa päivä- ja työtoimintaa kehitysvammaisille henkilöille. Päivätoiminnan piirissä voivat olla keskivaikeasti ja vaikeasti kehitysvammaiset henkilöt, joiden kohdalla on katsottu, että mahdollisuus työllistymiseen on pieni tai olematon, mutta he kuitenkin hyötyvät päivittäisestä toiminnasta ja sosiaalisista suhteista muiden kanssa. Päivätoiminnan



asiakkaiden on kuitenkin mahdollista osallistua intervallijaksoille työtoimintaan ja he voivat vastaanottaa tehostettua työhönvalmennusta tai tuettua työtä. Osa kehitysvammaisista asiakkaista toimii tekniikka- ja tuotantopalveluiden yksiköissä tai muissa työtoimissa (Sotek organisaatio 2020.)

Kaikissa toimissa asiakkaiden tukena on henkilökohtainen yksilövalmentaja ja työtoiminnassa oman alansa koulutuksen saanut työvalmentaja. Työvalmentajan tehtävä on seurata työssä suoriutumista ja raportoida siitä asiakkaan yksilövalmentajalle, jonka tehtävänä on taas tarttua huomioituihin kehityshaasteisiin ja muihin työhön liittyviin asioihin. Yksilövalmentajan tehtävänä on myös yhdessä asiakkaan kanssa tehdä urasuunnittelua ja jatkopolkuja. Työn tavoitteena on, että jokainen asiakas ennen pitkään ohjautuu esimerkiksi työelämään tai opintoihin tai muuhun yksilöä tukevaan toimintoon (Sotek sanasto 2020.)

### **3 DIGIMOTIVAATTORI-HANKE**

Digimotivaattori-hanke on osa Sotekin työelämä- ja kehittämispalveluita. Hankkeen pääasiallisena tarkoituksena on lisätä erilaisten asiakasryhmien digitaalisia taitoja ja valmiuksia, jotta he digitaalisuutta hyödyntämällä voisivat vahvistaa oman arkensa sujumista. Hanketta rahoittaa STEA eli Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus. Hankkeen asiakkaita ovat tähän mennessä olleet esimerkiksi kehitysvammaiset, mielenterveys- ja päihdekuntoutujat, työttömät, maahanmuuttajat sekä kansalaiset, jotka haluavat parantaa digitaitojaan (Digimotivaattori 2020.)

Digimotivaattori-hankkeen kurssit räätälöidään tarpeen mukaisiksi ja pituisiksi. Lyhyet kurssit voivat kestää lyhyistä yhden tai kahden päivän pituisista työpajoista pidempiin kahden viikon pituisiin kursseihin. Pitkät kurssit kestävät noin neljä viikkoa. Työpajat voivat olla esimerkiksi muiden alueilla toimivien yhteistyökumppaneiden tilaamia kurssipäiviä, joissa opetetaan tietyn puhelinsovelluksen tai tietokoneella toimivan ohjelman toimintaa ja käyttöä. Lyhyillä kursseilla tarkoitus on tutustua ainakin yhteen digitaaliseen menetelmään, joka palvelee kurssilaisia mahdollisimman kattavasti. Pidemmällä neljän viikon kursseilla digitaalisuus pyritään yhdistämään vahvemmin osaksi muuta arkea ku-

ten ruoanlaittoa, psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia ja ympäröivän alueen palvelujen kartoittamista. Hankkeen toiminta-alueita on Kotka, Hamina, Kouvola, Pyhtää ja Porvoo. (Digimotivaattori 2020.)

Digimotivaattori-hankkeen ollessa osa työelämä- ja kehittämisspalveluita, on sen tehtävänä kokeilla ja kehittää uudenlaisia toimintatapoja ja työkaluja työelämän käyttöön ja työllistymistä edistämään. Uudet toimintamuodot ja työkalut muodostuvat vuoropuhelussa asiakkaiden, henkilökunnan ja yhteistyökumppaneiden kanssa. Tämän vuoksi nyt opinnäytetyössä valmistuva uutta kokeileva digitaalinen työkalu on perusteltu osa hankkeen toiminta-ajatusta.

#### **4 TYÖORIENTAATIO TUOTOKSEN TAUSTALLA**

Digimotivaattori-hankkeen ja Sotekin työskentelyorientaatio on suurimmaksi osaksi erilaisia muotoja ottavaa asiakastyötä, ohjausta ja palveluohjausta. Opinnäytetyössä valmistuva työkalu pyrkii tukemaan näiden työmuotojen toteutumista käytännössä sekä teoreettisen viitekehysesä pohjalta. Opinnäytetyön teoriaosuudessa käydään läpi asiakastyön, ohjauksen, palveluohjauksen ja kuntoutumisen ulottuvuuksia. Tämän lisäksi työkalun visuaalisia valintoja ja sisältöjä tarkastellaan sekä saavutettavuuden että sen näkökulmasta kuinka ne teoriassa vastaisivat Digimotivaattori-hankkeen asiakkaiden tarpeisiin ja kuinka ne täyttävät nykypäivän mediakasvatuksellisia vaatimuksia.

Teoreettinen viitekehys sisältää tämän lisäksi digitalisaation ja mediakasvatuksen ympärillä pyöriviä termejä kuten *medioituminen* ja *monilukutaito*. *Mediakasvatus-termi* itsessään pitää sisällään myös erilaisia mediakasvatuksen periaatteita ja arvoja. Työkalun toiminta perustuu myös uusille mediakasvatustilanteille ja niiden linjausten tavoitteille. Huomioon otetaan myös erilaisia mediakasvatuksellisia haasteita.

#### **5 OHJAUS JA PALVELUOHJAUS**

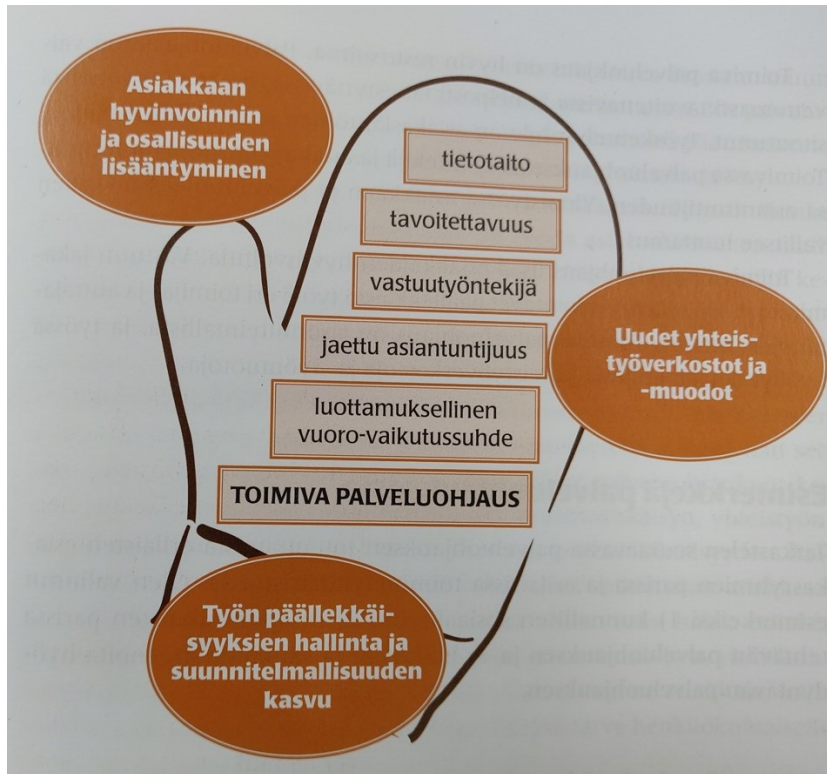
Ohjaus voidaan määritellä toiminnaksi, jossa pyritään tavoitteellisesti kasvattamaan yksilön toimijuutta prosessinomaisella tavalla. Ohjaus on myös laadullista toimintaa, eli sen voidaan mieltää olevan hyvää tai huonoa. Hyvä ohjaus tapahtuu tasavertaisesti sekä hyvässä dialogissa ohjattavan kanssa. Puolin ja

toisin tapahtuva kunnioitus on myös ohjauksessa oleellista. Ohjauksen prosessi voi olla esimerkiksi uuden taidon oppimista yhteistoiminnallisesti tai tavoitteena voi olla henkinen kasvu ja vahvistuminen. (Vehviläinen 2014 12.)

Opinnäytetyön tuotoksena valmistuvan työkalun ohjauksikäyttö perustuu opinnäytetön tilanteen tahon määrittelemiін tavoitteisiin eli Sotek-säätiö sr:n tavoitteisiin. Säätiön tavoitteena on löytää asiakkailleen sopivia jatkopolkuja esimerkiksi työelämään, opintoihin tai muihin heitä parhaiten palveleviin palveluihin. Työkalun kautta saadut uudet tiedot ja taidot pyrkivät tukemaan tätä tavoitetta. Ohjaustyön yksi tärkeistä osa-alueista onkin tukea asiakkaita erilaisissa siirtymävaiheissa tai ongelmanratkontatilanteissa (Vehviläinen 2014 12).

Ohjaustilanteissa ohjattavan toimijuutta kartoittaessa voi ilmetä hyvinkin monenlaisia tarpeita ja asiakkaan omia tavoitteita. Kaikkiin näihin ei välttämättä ole mahdollista vastata juuri siellä yksikössä, asuntolassa tai muussa palvelussa, missä ohjaustyötä tapahtuu. Näissä tilanteissa on syytä pohtia erilaisia lähialueen tai digiympäristössä toimivien tahojen roolia ohjattavan tavoitteiden täyttämässä. Kun osa ohjaustyöstä tai muusta asiakkaiden tarpeisiin vastaamisesta ulkoisestaan ulkopuoliselle taholle, voidaan tällöin puhua palveluohjauksesta. Palveluohjausta tapahtuu useilla eri sosiaalialan kentillä. Joskus palveluohjaus on työn ydin ja toisinaan palveluohjausta voi tapahtua muun ohjaustyön rinnalla. Työtapana se on kuitenkin tunnustettu olevan olennainen osa eri sosiaalialan kenttiä sekä sosiaalialan koulutusta. (Liikanen 2015 43–44.)

Pirjo Näkin ja Terttu Sayedin toimittamassa Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla -teoksessa Sanna-Liisa Liikanen on koonnut erilaisia asiakastyön elementtejä, jotka toteutuessaan takaavat hyvän ja toimivan palveluohjauksen. Kuvan 1 elementtejä ovat tietotaito, tavoitettavuus, vastuutyöntekijä, jaettu asiantuntijuus ja luottamuksellinen vuorovaikutussuhde. Tämän lisäksi palveluohjauksessa tulisi ottaa huomioon uudenlaiset yhteistyömuodot ja yhteistyöverkostot ja työn päällekkäisyyden hallinta ja suunnitelmallisuuden kasvu. Tavoitteena näillä on asiakkaan hyvinvoinnin ja osallisuuden lisääntyminen. (Liikanen 2015 45.)



Kuva 1. Toimivan palveluohjauksen elementit ja tuotokset (Liikanen 2015 45)

Kuinka siis työn tuotoksena valmistuva työkalu vastaisi toimivan palveluohjauksen kriteereihin tai tukisi niiden toteutumista? Työkalun toiminnallisuus on rakennettu toteutumaan verkkoympäristössä ja luotu täyttämään erilaisia ohjauksellisia tarpeita digitaalisten lähteiden ja digitaalisten taitojen lisäämisen keinoin. Työkalun yhteydessä voidaankin siis nostaa olennaisimmiksi tekijöiksi tavoitettavuus sekä jaettu asiantuntijuus. Tavoitettavuuden ulottuvuus toteutuu, koska työkalun sisältöihin on mahdollista päästä verkon kautta ja kaikkina vuorokauden aikoina. Jaettua asiantuntijuutta se hyödyntää lisäämällä sisältöihin mahdollisimman laajasti erilaisia laadukkaita lähteitä useilta eri tahoilta ja toimijoilta näin mahdollistaen uudenlaisten yhteistyöverkostojen toteutumisen.

## 6 ASIAKASTYÖ

Ohjausprosessi ja sen sisältämät teemat ovat pohjimmiltaan asiakastyötä. Asiakastyö itsessään voi ottaa myös useampia muotoja. Asiakastyön sisällön voidaan määritellä olevan ohjaamista, keskustelua, avustamista, vierellä kulkemista ja yhdessä toimimista (Ihalainen & Kettunen 2016, 47). Se missä suhteessa edellä mainitut asiat toteutuvat, riippuu aina tilanteesta ja käsiteltävästä asiasta. Tämä pitää myös paikkansa elämäntilanneboksit-työkalun kanssa. Pääasiassa sen käyttäminen on kuitenkin avustamista ja yhdessä toimimista

näin luoden mahdollisuuksia asiakkaalle oivaltaa asioita itse sekä sitä kautta saada voimaantumisen kokemuksia.

Voimaantumisen kokemukset asiakastyössä syntyvät, kun osataan määritellä asiakkaalle annettu apu oikeassa suhteessa. Liiallinen avustaminen passivoittaa ja liian vähäinen apu taas kuormittaa asiakasta. Tärkeää on myös huomioida, että kokemus tarvittavan avun määrästä voi erota työntekijän ja asiakkaan välillä. (Ihalainen & Kettunen 2016, 48.) Tämän vuoksi elämäntilanneboksit -työkalun kartoitustilanne on olennainen ja perusteltu vaihe työkalun käytössä. Voimaantumisen kokemuksia saadaan myös toimimalla ratkaisukeskeisesti, eli asiakastyön ja ohjauksen tilanteessa toimitaan siten, että luodaan asiakkaalle mahdollisuuksia oivaltaa ja ratkaista haasteita itse ja näin luoden positiivisia onnistumisen kokemuksia. Tarkoituksena on lisätä asiakkaan pystyvyyttä. (Ihalainen & Kettunen 2016 60–61.) Voimaantumisen ja itse oivaltamisen toteutumiseksi työkalun sisältöihin onkin tarkoitettu valita erilaisia sivustoja, kursseja ja internetsivuja, joiden tarkoitus on lisätä ja vahvistaa näiden kokemusten toteutumista. Sisältöihin voidaan esimerkiksi valita työkaluja tai sivustoja, jotka tarjoavat tunnetukea eli tunteiden tunnistamista tai palveluja, jotka tarjoavat vertaistukea erilaisiin tunnetiloihin. Tämän lisäksi sisällöt voivat olla tukea arkeen tai tiedollista tukea kuten neuvoja ja tietämystä erilaisista arkeen liittyvistä asioista.

## **7 KUNTOUTUMINEN**

Päihde- ja mielenterveyskuntoutujilla on usein alentunut psyykkinen ja kognitiivinen toimintakyky, eli heidän kykynsä selviytyä itselleen tärkeistä ja merkityksellisistä asioista on alentunut. Erityisesti päihdekuntoutujilla on tyypillistä kognitiivisen toimintakyvyn alentuminen ja etenkin pitkäaikainen päihteidenkäyttö on voinut hidastaa henkilön luonnollista kehitystä etenkin, jos päihteiden käyttö on alkanut nuorena. Mielenterveyskuntoutujilla tyypillisempää on psyykkisen toimintakyvyn alentuminen, halu itsestään huolen pitämiseen ja omien päätösten tekemiseen tai arkisiin asioihin on heikko. (Ihalainen & Kettunen 2016 251.)

Jari Koskisuu kirjoittaa Eri teitä perille -teoksessa ilmiöstä termillä *hallintakäsityksen heikkous*, mikä tarkoittaa, että omaan elämän- tai arjenhallintaan ei uskota. Oman elämän hallintakäsitys voi näyttäytyä virheellisinä syy–seuraussuhteiden hahmottamisena eli elämässä tehtyjen valintojen seuraukset käsitetään vääristyneesti tai virheellisesti. Tilanne voi kuntoutujasta helposti tuntua siltä, että itselleen tapahtuvat asiat eivät ole omassa hallinnassa vaan erilaiset ulkoiset tekijät tai muut ihmiset hallitsevat kuntoutujan elämää ja siinä tapahtuvia asioita. Tilanteesta voi aiheutua eräänlainen kierre, missä itse ei enää uskalleta yrittää parantaa tai korjata omaa tilannetta ja avuttomuuden tunne voi ottaa tällöin vallan. Kuntouttajaan eli kuntoutusta tekevään ammattihenkilöön voi tällöin muodostua myös eräänlainen riippuvuussuhde, missä iso osa päättävävaltaa ja toiminnan ohjaamista jää vain työntekijän kannettavaksi. (Koskisuu 2004 14-15.)

Teoksessa mainitaan erilaisia avainsanoja, joita kuntoutuksessa olisi järkevää ottaa huomioon, jotta hallintakäsitys vahvenisi kuntoutujan osalta. Näitä ovat itsemääräämisoikeus ja yksilön oikeus omiin valintoihin. Kuntoutuksessa nämä sanat ovat yleisiä olettamuksia. Haastavampaa on pohtia todellisuutta ja sitä, missä määrin kyseiset arvot ylipäänsä toteutuvat sekä minkälaiset keinot tulisi valjastaa käyttöön arvojen toteutumiseksi. Jari Koskisuu viittaa teoksessaan Eri teitä perille Aila Järvikosken löydöksiin kuntoutumisesta. Kuntoutuksen tulisi sisältää toimintakykyä lisääviä menetelmiä, joiden kautta kuntoutuja voisi saada itselleen lisää hallinnan tunnetta ja näin lisäten omaa hallintakäsitystään. (Koskisuu 2004 14-15.)

## **8 MEDIA JA MEDIOITUMINEN**

Tässä luvussa käydään läpi erilaisia lähestymistapoja, joiden kautta mediaa ja medioitumista voidaan käsitellä. Peruskäsitteiden läpikäymisen lisäksi on tärkeää käsittää media ja medioituminen pysyvänä osana yhteiskunnan rakenteita. Media ei tarkoita pelkästään viihteellistä ja kulttuurista ulottuvuutta. Sen sijaan sen voidaan katsoa vaikuttavan kansalaisiin aina kehitykselliseltä tasolta identiteettiä ja mielipiteitä muokkaavaan tasoon. Tämän vuoksi mediakasvatus tulee nähdä rakenteellisena toimintana, jossa toimijoilla on yhteinen

tavoite sekä yhteiset pelisäännöt. Tekstissä otetaan huomioon, kuinka opin-  
näytetyössä valmistuva työkalu pyrkii seuraamaan asetettuja rakenteita sekä  
linjauksia siitä, miten mediakasvatusta tulisi toteuttaa.

## 8.1 Medioituminen

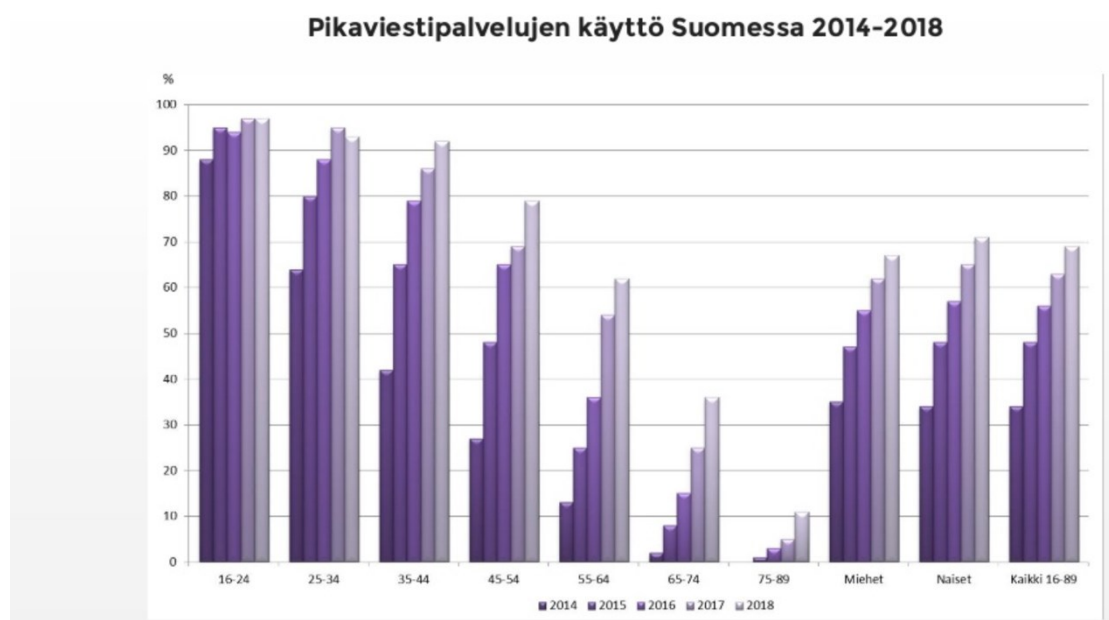
Medioituminen tarkoittaa erilaisten median jakelukanavien moninaistumista ja paikoin jopa yhteiskunnan riippuvuutta medioista sekä yhä useampien palveluiden siirtymistä digitaalseksi. Palveluita voivat olla esimerkiksi valtion virastojen erilaiset palvelut. Mukaan luetaan myös yritysten ja kolmannen sektorin kuten yhdistysten toiminnan digitaalseksi muuttuminen tai siihen painottuminen. Yhteiskunnallisella skaalalla medioitumisen seurauksena usein odotetaan erilaisten palvelujen olevan saatavilla ympärivuorokautisesti ja vastaus ongelmiin pitäisi saada myös täten nopeammin kuin niin sanottuja perinteisiä keinoja käyttämällä. Esimerkkinä voidaan mainita koulujärjestelmän medioituminen, minkä seurauksena opettajia voidaan tavoittaa tai odotetaan tavoitettavan myös virka-ajan ulkopuolella. Terveyspalveluissa taas etälääkärin vastaanotot ja muut etänä tapahtuvat terveydenhuollolliset palvelut ovat yleistyneet. (Mediakulttuuri 2015.)

Yksilötasolla medioitumisesta voidaan puhua käytetyn ajan määrän kasvamisesta median ja medialaitteiden parissa. Pikaviestimien käyttö erilaisten mediaviestien kuten tekstin, kuvien ja videoiden sekä näiden yhdistelmän lähettämiseen on ottanut perinteisen vuorovaikutuksen rinnalla melko pysyvän roolin. Medioitumisen vaikutukset yksilöön voivat olla myös identiteettiä muokkaavia. Massoittain erilaisia uutisia sekä muuta viihteellistä ja poliittista sisältöä julkaisevat sivustot ja sosiaalisen median alustat ovat omiaan muokkaamaan yksilön maailmankatsomusta ja omaa identiteettiä. Hyviä esimerkkejä näistä ovat esimerkiksi YouTube-persoonat eli tubettajat ja erilaisia elämäntapoja esittelevät sosiaalisen median sivustot. Pois ei voi siis lukea median tunneperäistä vaikutusta yksilöön. (Mediakulttuuri 2015.)

Mahdollisuuden puuttuminen uusiin medianjakelupalveluihin pääsemiseen voi aiheuttaa eriarvoistumista. Puutteelliset digitaidot tai medioitumisen kelkasta jääminen voi altistaa kansalaiset erilaisille mediakulttuurin mukanaan tuomille

ongelmille: esimerkkinä vihapuhe, disinformaation leviäminen tai seksuaalinen häirintä (Medialukutaito Suomessa 2019).

Kuviossa 1 pikaviestipalveluiden käyttö Suomessa 2014–2018 on havainnollistettu medioitumisen ilmiötä pikaviestipalveluihin peilaten. 16–24 vuotiaiden pikaviestinkäyttö on pysynyt vuosien kuluessa jokseenkin samana ja ollut vuotta 2014 lukuun ottamatta yli 90 %. Huomattavaa kuviossa kuitenkin on tulokset ikäluokassa 35–44 ja sitä vanhemmat kansalaiset. Kasvua pikaviestinkäytössä on tapahtunut kaikissa ikäluokissa vuosi vuodelta. Myös kasvu miesten ja naisten välillä on melkein identtinen pieniä eroavaisuuksia lukuun ottamatta.



Kuvio 1. Pikaviestipalveluiden käyttö Suomessa 2014–2018 (Innowise 2019)

## 8.2 Monilukutaito ja mediakriittisyys

Mediakriittisyys ja monilukutaito näyttelevät myös tärkeää osaa medioitumisen ilmiössä. Median jakelukanavien moninaisuus ja niiden jatkuva lisääntyminen medioitumisen seurauksena on luonut myös tarvetta kiinnittää huomiota tarkemmin monilukutaitoon. Monilukutaito tarkoittaa taitoja yhdistää erilaisista fyysisistä sekä elektronisista lähteistä peräisin olevaa tekstiä, audiovisuaalista materiaalia ja muita moninaisissa muodoissa esiintyvää tietoa ja mediaa. Kokonaisuuden hallitsemisen kautta kehitty taitoa arvioida sisältöä monipuolisesti, kriittisesti sekä arvioida tiedon käytettävyyttä omia käyttötarkoituksia varten. Tätä kautta pyritään yksilön kehittämiseen niin oppijana kuin myös



kansalaisena sellaiseen suuntaan, että tämä osaa hyödyntää moninaisia lähteitä kriittisesti, eettisesti ja osaltaan myös identiteettiä kehittävästi. (Kupiainen ym. 2015, 16.)

### **8.3 Digitaalinen syrjäytyminen**

Syrjäytyminen määritellään ilmiöksi, johon liittyy usein köyhyyttä, eristäytymistä ja tunnetta kyvyttömyydestä (Ihalainen & Kettunen 2016, 130). Syrjäytyminen voi olla prosessina pitkä ja tämän vuoksi aluksi vaikea havaita. Yksilö usein ajattelee selviytyvänsä käsillä olevista ongelmista, mutta ongelmien kasaantuessa asioiden hoitaminen muuttuu yhä vaikeammaksi. Seurauksena ongelmien kasaantumisesta syntyy huono-osaisuutta. Syrjäytyminen tarkoittaa myös erilaisten sosiaalisten piirien ulkopuolelle jäämistä. Syrjäytymisen riski esiintyy aina erilaisissa elämän nivelkohdissa, kuten esimerkiksi koulun loppuminen ja työelämään siirtyminen. Sairastuminen tai mielenterveydelliset ongelmat voivat myös johtaa ennen pitkää syrjäytymiseen. Todettu on, että syrjäytymisen ehkäisy on sitä tehokkaampaa, mitä aikaisemmassa vaiheessa tukea ja apua päästään antamaan. Ensiarvoisen tärkeää on myös ennakoida mahdollisia syrjäytymiseen johtavia tekijöitä ja tarttua ongelmiin ennen kuin syrjäytyminen pääsee edes alkamaan. (Ihalainen & Kettunen 2016, 131.)

Digitaalinen syrjäytyminen merkitsee yhteiskunnan ja palveluiden ulkopuolelle jäämistä digitaalisen kehityksen vuoksi. Syrjäytymistä aiheuttaa laitteiden ja palveluiden käytön osaamattomuus sekä puutteelliset resurssit käytön opastamiseen sekä muihin mediakasvatuksellisiin toimiin. Digitaalisen syrjäytymisen riskiryhmässä ovat ikääntyneet, vammaiset sekä psyykkisistä ja kognitiivisista häiriöistä kuten mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivät ihmiset. Usein laitteiden käytön osaamattomuuteen yhdistetään myös pelko. Yleisiä pelkoja ovat esimerkiksi tietokonevirukset tai pelko siitä, että laite menee käytön seurauksena rikki. Asioiden hoitamiseen digitaalisesti voi myös liittyä epävarmuutta ja pelkoa siitä, että täyttää esimerkiksi etuuslomakkeen tai muun väärin, jonka seurauksena tuki tai muu apu evätään. (Eskola 2018.)

Digitaalinen syrjäytyminen on myös pantu merkille SOSTE:n vuoden 2018 sosiaalibarometrissä, joka käsitteli perustoimeentulon siirtämistä Kelaan. Tuloksissa todetaan perustoimeentulon hakemisen kynnyksen madaltuneen, mutta

silti 61–77% vastanneista sosiaali- ja terveysjohtajista ja sosiaalityöntekijöistä toteaa siirron heikentäneen heikompiosaisien asemaa. Heikompiosaiset väestöryhmät kuten vanhukset, sairaat, vammaiset, työttömät, asunnottomat, syrjäytyneet sekä elämänhallintaongelmista kärsivät ihmiset ovat 69% vastanneiden osuuden mukaan heikoimmassa asemassa siirron myötä. Avovastaukset tukevat tätä. Avovastauksissa ollaan erityisesti huolissaan ihmisistä, jotka ovat kykenemättömiä käyttämään laitteita muun muassa luku- ja kirjoitustaidottomuuden vuoksi. Päihde- ja mielenterveysongelmaisten osuutta on myös korostettu, sillä heidän tuen tarpeensa käsittää tukien lisäksi erilaisia sosiaalityön palveluita. (Sosiaalibarometri 2018.)

#### 8.4 Mediakasvatuslinjaukset

Yksi tärkeistä lähteistä opinnäytetyölle on Opetus- ja kulttuuriministeriön vuonna 2019 julkaisema Medialukutaito Suomessa – Kansalliset mediakasvatuslinjaukset -julkaisu. Asiakirjassa määritellään mediakasvatuksen toteuttamisen tärkeimmät tavoitteet, arvot ja periaatteet sekä mediakasvatuksen haasteet. Mediakasvatus voidaan määritellä julkaisun ensimmäisen mediakasvatuksellisen tavoitteen kautta, ja siinä todetaan, että media on huomioitava riittävän laajasti käsittäen erilaisia kulttuurisia ja yhteiskunnallisia ulottuvuuksia ja erilaisia medioita kuten sähköisen ja fyysisen median. Mediakasvatuksen tulee olla myös toiset huomioon ottavaa ja omat oikeudet median käyttäjänä tulee tiedostaa. Mediakasvatuksen ympärille tulee myös luoda yhteisymmärrys erilaisista mediakasvatuksellisista sisällöistä eri ammattikuntien ja toimijoiden kesken. Sisältöjen tulee olla sen hetkisen ajan hengen kannalta olennaisia. (Medialukutaito Suomessa 2019, 14–15.) Ensimmäisen tavoitteen kautta voidaan nähdä *mediakasvatuksen* termi riittävän löyhästi, jotta se voidaan ymmärtää alati muuttuvana ja kehittyvänä terminä ja toimintana.

Mediakasvatusta tulisi toteuttaa kattavasti ja laaja-alaisesti. Mediakasvatuksen tulisi olla koko kansan kattavaa ja maantieteelliset kysymykset tulisi pyrkiä ratkaisemaan. Esteettömyys ja saavutettavuus ovat tärkeitä avainsanoja kattavaa mediakasvatusta toteutettaessa. Kattavassa mediakasvatuksessa otetaan huomioon erilaiset ihmiset ja ryhmät sekä heidän tarpeensa. Palvelun loppukäyttäjän huomiointi uusia palveluja luodessa tai olemassa olevia palveluja

muokatessa tulisi olla ensisijaisen tärkeää. Mediakasvatus tulee nähdä kansalaistaitona, joka kuuluu kaikille yksilön ominaisuuksista riippumatta. (Medialukutaito Suomessa 2019, 14.)

Opinnäytetyön tuotoksessa tavoite täyttyy, sillä siinä on huomioitu saavutettavuus ja tämän lisäksi Sotek-säätiö sr:n ja Digimotivaattori-hankkeen asiakas-kunta. Tarvittaessa tuotoksen sisältöjä on mahdollista muokata myös tukemaan ja mainostamaan paikallisten toimijoiden toimintaa lisäämällä niistä tietoa tai linkkejä heidän tarjoamiinsa palveluihin. Näin toteutuu tavoite, jolla pyritään tuomaan esille paikallisen toimintaympäristön erityisyydet (Medialukutaito Suomessa 2019, 15).

Mediakasvatuksen toteuttaminen tulee nähdä suuremmassa kuvassa yhdenvertaisuuden ja ihmisyyden toteutumisenä. Monipuolisen ja laaja-alaisen mediakasvatuksen toteutuminen mahdollistaa kansalaisille taustoista riippumatta mahdollisuuden ilmaista mielipiteitään sanallisesti, audiovisuaalisesti ja muilla itseilmaisun keinoilla. Sananvapaus tuo mukanaan myös yksilön velvollisuuden vastuulliseen toimintaan eri mediaympäristöissä. Toisia tulee kunnioittaa, sekä kaikenlaista vihapuhetta ja kansanryhmiin kohdistunutta alistamista tulee omalla toiminnallaan ehkäistä tai vastustaa. Mediakasvatuksen pitää pystyä toteutumaan joko omaehtoisesti, ryhmätoimintana tai sellaisessa muodossa, jossa mediakasvatuksessa osana olevat ihmiset kokevat sen parhaaksi. Oikeanlaista tapaa opettaa tai oppia mediakasvatusta ei ole. (Medialukutaito Suomessa 2019, 22–23.) Opinnäytetyön tuotos pyrkii täyttämään näitä mediakasvatuksessa esiintyviä arvoja ja periaatteita siten, että sisällöt sopivat kaikille. Työkalun käyttöön ei ole oikeanlaista tai vääränlaista tapaa. Yksilö voi myös halutessaan olla työkalua käyttämättä, jos kokee sen itselleen sopimattomaksi. Työkalun suunniteltu ulkoasu pyrkii myös huomiomaan ne, jotka eivät ole esimerkiksi motorisilta taidoiltaan eteviä tai ovat huononäköisiä. Näin tekemällä on pyritty, että työkalua ei koeta syrjiväksi tai liian kapeakatseisesti ainoastaan tietyn ryhmän tarpeet huomioonottavaksi.

## **8.5 Tunnistettuja haasteita ja kuinka tuotos näihin vastaa**

Osa kansallisten mediakasvatuslinjausten sisällöistä pureutuu mediakasvatuksen haasteisiin ja pyrkii myös haasteiden listaamisen yhteydessä tarjoamaan

lähestymistapoja, joilla haasteet voitaisiin ylittää. Opinnäytetyössä valmistuvan työkalun on myös osaltaan tarkoitus vastata joihinkin näistä haasteista omalla panoksellaan. Työkalun sisällöissä on otettu huomioon mediakasvatuslinjausten mainitsemiin haasteisiin vastaamisen lisäksi tilaajatahon asiakaskunta. Yhteisessä vuoropuhelussa tilaajantahon kanssa on käyty asiakaskuntaa läpi ja pohdittu kelle työkalusta voisi olla hyötyä. Puheissa esiintyi usein kehitysvammaiset, mielenterveyskuntoutujat sekä maahanmuuttajat. Vuoropuhelun pohjalta sivuston ulkoasu ja sisältö ovat muokkautuneet palvelemaan näitä kohderyhmiä.

Yksi tunnistetuista haasteista mediakasvatuksen kentällä on koordinaation ja yhteistyön puute. Mediakasvatuksen kentällä on monia toimijoita ja tämän lisäksi monia erilaisia tapoja toimia. Koordinaation puute ja yhteistyön vajavaisuus voivat näyttäytyä päällekkäin tehtynä työnä eli useampi toimija työstää ja kehittää samankaltaisia asioita samanaikaisesti. Tämänkaltaisen pyörän uudesta keksiminen voidaan estää entisestään lisäämällä toimijoiden välistä kommunikaatiota ja yhteistyötä. Yhteistyö voi esimerkiksi näyttäytyä yhteisinä seminaareina ja materiaalien jakamisena. (Medialukutaito Suomessa 2019, 27.) Valmistuva työkalu vastaa tähän omalla panoksellaan siten, että tilaajatahon asiakaskunnan tunnistettuihin tarpeisiin pyritään vastaamaan tarjoamalla jo olemassa olevia palveluita mediakasvatuksen sekä digitaalisia lähteitä hyödyntävien toimijoiden tarjonnasta. Näin tekemällä ei ole tarvetta luoda sisältöjä, jotka saattavat olla jo olemassa. Näin tehdessä tietoisuus olemassa olevista palveluista lisääntyy. Yhteistyön ja koordinaation hajanaisuutta vahvistaa myös maantieteelliset haasteet. Tämän vuoksi uudet paikasta riippumattomat digitaaliset työkalut ovat omiaan edistämään toimijoiden välistä yhteistyötä ja mediakasvatuksen mahdollisuuksia. (Medialukutaito Suomessa 2019, 27.)

Mediakasvatuksen moninaisuus ja hajanaisuus voivat myös vaarantaa mediakasvatusosaamisen. Tämän vuoksi jo edellä mainitun tiedon ja materiaalin jakamisen lisäksi on tärkeää vahvistaa mediakasvatuksen tutkimuksellista ja tieteellistä asemaa (Medialukutaito Suomessa 2019, 27–28). Nyt valmistuva opinnäytetyö osaltaan pyrkii löytämään median ja sosiaalialan risteämäkohtia eli puhutaan toimialoja ylittävästä toiminnasta. Tämän vuoksi allekirjoittaneen mielestä on tärkeää ottaa huomioon myös uuden tiedon ja taidon tarjoaminen

ja opettaminen korkeakoulutasolla, josta se on omiaan siirtymään työelämään ja käytäntöön. Valmistuva toiminnallinen opinnäytetyö on osa tätä.

Mediakasvatuksen hajanaisuuden vastapainona on mediakasvatuksen moninaisuus. Tämä voidaan nähdä rikkautena. Haasteena moninaisuudessa voi kuitenkin olla erityisryhmien jääminen jalkoihin. Etenkin, jos mediakasvatukselliset sisällöt suunnitellaan ja toteutetaan valtavirran tarpeiden ja osaamistason mukaisesti. Tärkeää mediakasvatusta ja sen työkaluja suunnitellessa on tunnistaa jo luomisvaiheessa tietyn kohderyhmän tarpeet kenelle tai keille sisältöä ollaan suunnittelemassa. Esimerkiksi kehitysvammatyötä tarkastellessa käsitys kehitysvammaisuudesta nähdään nykyään myönteisemmässä valossa ja esteiden sijaan keskitytään kehitysvammaisen yksilön mahdollisuuksiin toimia omassa toimiympäristössään. Esimerkiksi älyllisen kehitysvamman ei nähdä sulkevan yksilöä ulos tietyistä palveluista, vaan palveluntarjoaja muokkaa toimintaansa, työkaluja ja sisältöjä sellaiseen muotoon, että kehitysvammaisen henkilön on mahdollista turvata ja taata itselleen pärjääminen arjessa, oppimisessa tai muissa elämän osa-alueissa. (Kaski ym. 2012, 333.) Tilaajatohon eli Digimotivaattori-hankkeen sekä Sotek-Säätiö sr:n asiakaskunnan ollessa suurelta osin kehitysvammaisia henkilöitä on perusteltua suunnitella valmistuva työkalu asiakaskunnan tarpeet huomioon ottaen. Asiakkaat on otettu huomioon esimerkiksi työkalun selkeän ulkoasun, sisällön, saavutettavuuden ja selkokielen kautta. Ulkoasun selkeys ja selkokieli palvelevat myös tilaajatohon maahanmuuttaja-asiakkaita, jotka vielä opettelevat kieltä.

## **9 MEDIAKASVATUS JA MEDIATAIDOT OSANA KUNTOUTUMISTA**

Teoksen Monimuotoinen mediakasvatus artikkelissa Aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus on tutkittu erilaisia erityisesti aikuisille ja ikääntyneille tyypillisiä mediakasvatuksellisia ulottuvuuksia. Tutkailu pohjautuu vuonna 2015 OECD:n (The Organisation for Economic Co-operation and Development) toteuttamaan Survey of adult skills -tutkimukseen. Osana tutkimusta tutkittiin 16–65 vuotiaiden luku-, numero- ja tietotekniikkataitoja. Osaamisen skaala oli -1 eli alin taso ja 3 eli korkein osaamistaso. Alin taso tarkoittaa peruskäyttöä kuten kirjoittamista ja hiiren käyttämistä. Korkein taso taas tarkoittaa selviytymistä moniaskeleisista tietoteknisistä tehtävistä osaltaan ennalta tuntematto-

massa ympäristössä. Korkeimman osaamisen taso vaatii useamman sovelluksen yhtäaikaista käyttöä. Tulokset kertovat, että Suomessa on noin 600 000 16–65 vuotiasta, joilla on riittämättömät tietotekniset taidot. Tietoteknisiä taitoja tarvitaan esimerkiksi opiskelussa, työnteossa, työnhaussa tai yhteiskunnallisessa osallistumisessa. Tutkimus erityisesti painottaa riittämättömien tietotekniikkataitojen olevan yksi syy työelämän ulkopuolelle jäämiseen. (Rasi ym. 2016, 204.) Tuloksissa ei erikseen käsitellä 600 000 henkilön joukosta erilaisista sosiaalisista, kognitiivisista tai psyykkisistä ongelmista, kuten masennuksesta tai päihteistä kärsiviä henkilöitä. On kuitenkin syytä ottaa huomioon myös kyseisten ihmisryhmien erityistarpeet koskien mediakasvatusta ja digitaalisten taitojen opettelua. Enemmän tukea tarvitsevien huomiointi ennaltaehkäisee huono-osaisuuden syntymistä ja näin varmistetaan, että jokaisella on yhdenvertaiset kyvyt olla osana erilaisia digitaalisia ympäristöjä.

### **9.1 Aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus**

Aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus -artikkelin kirjoittaneet Rasi, Vuojärvi ja Hyvönen viittaavat tekstissään Kerryellen Vromanin, Sajay Arthanatin ja Catherine Lysackin vuonna 2015 julkaisemaan tutkielmaan yli 65-vuotiaiden yhdysvaltalaisien viestintävälineiden käytöstä, sekä kuinka he kokivat niiden käytön. Tutkielma toteaa, että kyseiselle ikäluokalle suunnatun mediakasvatuksen tulisi lähteä yksilön henkilökohtaisista kiinnostuksen kohteista ja tarpeista. Tutkielma toteaa, että näin tekemällä saavutetaan parempi motivaatio ottaa medialaitteita käyttöön ja oppia käyttämään niitä. Tämän vuoksi ehdotetaan, että lähtökohtana koulutuksille tai muille ympäristöille missä mediakasvatusta tai digitaalisia taitoja opitaan tai opetellaan, olisi ensisijaisesti itselle tärkeäksi koetut tarpeet ja henkilökohtaiset mielenkiinnon kohteet. (Rasi ym. 2016 206–207.)

Tulosten pohjalta on myös muodostettu alustavia mediakasvatuksellisia oppimistavoitteita. Ensimmäisellä oppimisen tasolla henkilö oppisi pitämään yhteyttä perheeseensä ja lähimmäisiinsä medialaitteiden avulla. Toisella tasolla henkilö osaisi käyttää medialaitteita hyötykäytössä, kuten etsimään tietoa terveydestä tai muista palveluista. Viimeisellä tasolla laitteita osattaisiin käyttää laajemmalla skaalalla ja pitää yhteyttä suurempiin yhteisöihin kuten esimerkiksi vertaistukiverkkoihin. (Rasi ym. 2016 206–207.)

Tämän lisäksi aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus -artikkelissa summaataan muita tutkimukseen pohjautuvia lähestymistapoja aikuisten mediakasvatukseen. Tärkeää kohderyhmän kannalta on luoda turvallinen oppimisympäristö, joka vahvistaa luovuuden ja leikillisyyden syntymistä näin ohittaen joitain ikääntymisen mukanaan tuomia esteitä. Tunteet ja käsitykset digitaalisesta mediasta on tärkeää käydä läpi opetteluun yhteydessä. Tärkeää on ottaa huomioon yhteisöllisyyden mahdollistaminen, jonka kautta syntyy mahdollisuuksia yhdessä opetteluun. Ympäristö, joka mahdollistaa spontaaniuden ja leikillisyyden toteutumisen on tehokas mediakasvatusympäristö. (Rasi ym. 2016, 210–212.) Vaikka artikkelin pääpaino onkin aikuisissa sekä ikääntyneissä, toteaa se silti, että mainitut lähestymistavat ovat yhtä käyttökelpoisia kaikissa ikäluokissa. Tämän perusteella mainitut ulottuvuudet voidaan valjastaa myös tämän opinnäytetyön tuotoksena syntyvään työkaluun ja tilaajatahon asiakas-kuntaan, joka koostuu niin aikuisista, ikääntyneistä ja nuoremmista henkilöistä.

## **9.2 Mediakasvatuksellisten tavoitteiden ja kuntoutumisen yhtymäkohtia**

Mitkä voisivat siis olla kuntoutujille sopivia keinoja lähestyä mediakasvatuksen ja digitaalisten taitojen aihetta? Kun verrataan luvun 9.1 tutkielmaa yli 65-vuotiaiden aikuisten viestintävälineiden käytöstä ja sitä kautta muodostuneita mediakasvatuksellisia tavoitteita kuntoutumisessa esitettyihin tarpeisiin voidaan huomata jonkin verran yhteneväisyyksiä. Kuntoutujan kuten myös aikuisen digioppijan hallintakäsitys ja motivaatio paranevat, kun kuntoutumisen tai uusien digitaalisten taitojen lähtökohdat lähtevät hänen omista tarpeistaan. Samalla voidaan nähdä digitaalisten taitojen parantaminen osana kuntoutumisen prosessia ja kuntoutujan hallintakäsitystä lisäävänä tekijänä. Toteutumista voidaan myös vahvistaa ottamalla huomioon oppimisympäristöön liittyvä ulottuvuus, jossa mahdollistuu rento ilmapiiri, yhteisöllisyyden kautta muodostuva huumori ja leikillisuus.

Tärkeä osa kuntoutumista on yhteyden tunne ja vuorovaikutus muiden kanssa. Ainoastaan viranomaisten kanssa toimiminen voi olla pitkällä tähtäimellä kuntoutujan hallintakäsitystä ja kuntoutumista estävä tekijä. Kuntoutumiselle edukasta olisi mahdollisimman laaja toimiminen ulkomaailmassa sekä

kuntoutujan ympärillä olevien olemassa olevien palvelujen hyödyntäminen. (Koskisuus 2004 28.) Ulkomaailmassa toimiminen ja ulkopuoliset palvelut voidaan mieltää olevan myös digitaalisia ja digitaalisten laitteiden saavutettavissa olevia. Kuntoutujan ensimmäinen oppimistavoite eli mediakasvatuksellinen taso yksi voisikin siis olla taito pitää medialaitteen kautta yhteyttä esimerkiksi perheeseen tai ystäviin. Samalla se täyttää kuntoutumisessa tärkeän sosiaalisen ja ulkomaailmassa toimimisen ulottuvuuden.

Kuntoutuminen voidaan nähdä myös uusien selviytymiskeinojen opettelemisena eli toisin sanoen oppimisena ja kasvamisena. On tärkeää, että ennen pitkään kuntoutuja kykenee kohtaamaan sairautensa mukanaan tuomia haasteita tai oireita. Ensin kyseiset asiat voivat tuntua olevan suuren kynnyksen takana. Kynnystä voi korottaa taudinkuvan mukanaan tuomat motivaation menetys tai kadotettu elämänusko sekä näistä poikineet erilaiset ilmiöt kuten esimerkiksi päihteiden käyttö itselääkitystarkoituksessa. Oireiden ja sairauden kohtaamisen kautta on mahdollista tapahtua oppimista ja oppimisen kautta elämän hallintakäsityksen parantumista. (Koskisuus 2004 28.) Mediakasvatuksellisiin oppimistavoitteisiin peilattaessa voidaan tämän mieltää olevan toinen oppimistaso eli medialaitteet ja digitaidot valjastetaan hyötykäyttöön. Erilaiset palvelut, tietopankit ja muut tarjolla olevat medialähteet hyödynnetään, jotta kuntoutujan oma tietoisuus sairaudesta paranee. Tietoisuuden lisääntyessä on mahdollisuus saada sairauden erilaisia tekijöitä paremmin hallintaansa.

Mediakasvatuksellisten tavoitteiden viimeinen taso on medialaitteiden ja digitaalisten taitojen hyödyntäminen laajemmalla skaalalla. Se voi tarkoittaa esimerkiksi kuntoutumisen osalta laajemman vertaistukiverkoston löytämistä internetistä tai esimerkiksi oman kokemustiedon jakamista erilaisissa sosiaalisen median verkostoissa. Sosiaalisen median vertaistukiverkostot ja ryhmät voivat tietysti olla myös juuri niitä paikkoja, joissa medialaitteita hyödyntämällä on mahdollista jakaa omaa kokemaansa kuntoutumisesta sekä vastavuoroisesti vastaanottaa ja lukea muiden ihmisten tarinoita. Koskisuun (2004, 29.) mukaan kuntoutumisen tavoitteena voidaankin nähdä myönteisen minäkuvan rakentuminen ja eräänlainen siirtyminen roolista toiseen. Kuntoutuja voi kuntoutumisen alkupäässä mieltää itsensä sairaaksi tai ajatella itseään muiden erilaisten negatiivisten tunteiden kautta. Tämän kaltaisesta ajattelusta voidaan siirtyä kuntoutujan



rooliin, joka jo nimensä puolesta kertoo jonkinlaisesta kasvaneesta tai muuttuneesta aktiivisuuden tasosta. Kuntoutumisen polun varrella kuntoutuja alkaa mieltää sairautensa enemmän ominaisuudeksi, jonka kanssa on mahdollista elää ja mikä ei syö henkilön koko identiteettiä. Tässä tilanteessa voi olla hyödyllistä valjastaa median ja digitaalisuuden mahdollisuuksia ja levittää oman kuntoutumisensa positiivista sanomaa niille, jotka eivät vielä ole päässet polulla samaan tilanteeseen. Etenkin niille kuntoutujille, joiden voidaan mieltää olevan vielä mediakasvatuksellisten tavoitteiden ensimmäisellä tai toisella tasolla. Taulukkoon 1 on koottu mediakasvatuksellisten tasojen ja kuntoutumisen yhtymäkohtia.

<b>Mediakasvatuksellinen taso</b>	<b>Kuntoutuminen</b>
Taso 1 Yhteydenpidon pitämisen oppiminen perheeseen ja lähimmäisiin medialaitteiden avulla.	Kuntoutumisen suunnittelu siten, että ympäröivä maailma ja sen ulottuvuudet kuten kuntoutujan läheiset on otettu huomioon. Ulkoisten palvelujen käyttö (fyysiset ja digitaaliset) on mahdollista.
Taso 2 Osaaminen käyttää medialaitteita hyötykäytössä, kuten etsimään tietoa terveydestä tai muista yksilöä tukevista palveluista.	Sairauden kohtaaminen ja siitä oppiminen sekä hallintakyvyn parantuminen.
Taso 3 Osaaminen käyttää medialaitteita ja digitaitoja laajemmalla skaalalla ja pitää yhteyttä suurempiin yhteisöihin kuten vertaistukiverkkoihin.	Positiivisen minäkuvan kehittyminen ja roolin muutos sairaasta kuntoutujaksi ja positiivinen identiteetin muutos.

Taulukko 1. Mediakasvatuksellisten tavoitteiden ja kuntoutumisen yhtymäkohtia

## 10 TOTEUTUS

### 10.1 Tarve ja tavoite

Idea rakentuvalle työkalulle syntyi Digimotivaattori-hankkeen toiminnan yhteydessä käydystä vuoropuhelusta sekä kokemuksista, jotka syntyivät asiakastyön yhteydessä. Digimotivaattori-hankkeen käyttämät palvelut, työkalut ja luodut sisällöt jakautuvat useamman eri palvelun alle. Osa sisällöistä on esimerkiksi Google Classroom työpohjalla ja osa sisällöistä taas Powerpoint -esityksinä. Osa tiedosta on myös niin sanottua hiljaista tietoa, eli tieto on työntekijöillä itsellään. Tämän tiedon kokoaminen eräänlaisiin työkalupakkeihin johdatteli ideaan rakentaa elämäntilanneboksit -työkalu. Digimotivaattori-hankkeen toiminta on monilta osin kokeilukulttuuria eli uusia työ- ja lähestymistapoja asiakastyöhön ja digitaalisten taitojen opetteluun kokeillaan jatkuvasti. Kokeilukulttuuriin kuuluu myös osana se, että sisältöjä ja asiakastapaamisia ei suunnitella liian tarkan kaavan mukaan. Kuitenkin joidenkin asiakkaiden kanssa rakenteellisempi lähestymistapa digitaalisten taitojen opetteluun huomattiin tarpeelliseksi. Haasteita oli esimerkiksi asiakkaiden kanssa, joiden oli vaikea keskittyä opeteltavaan aiheeseen. Osa asiakkaista taas koki jo osaavansa opeteltavat asiat, vaikka tosiasiasa näin tekemällä asiakas yritti piilotella omaa osaamattomuuttaan. Työkalu pyrkii vastaamaan näihin haasteisiin toimimalla jäsennehtynä ja rakenteeltaan yksinkertaisena ponnahduslautana uusien digitaalisten taitojen opetteluun. Toiveissa on myös, että asiakkaiden taitotasot ja lähtökohdat selkiytyvät henkilökunnalle tarkemmin työkalun avulla.

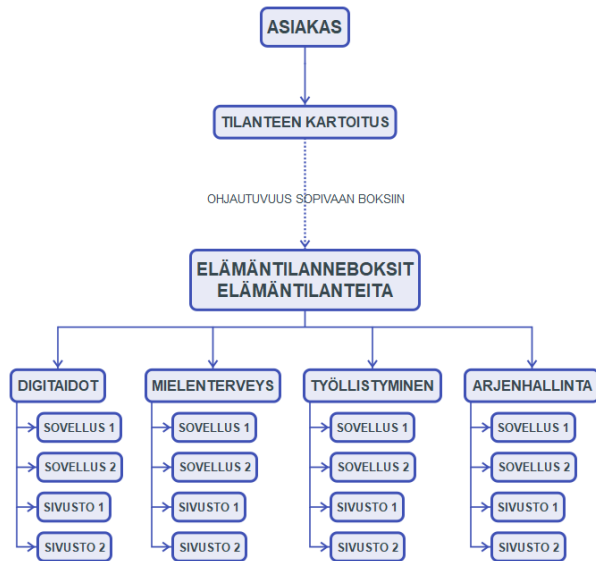
Valmiista työkalusta syntyy jatkuvasti kehittyvä erilaisten arkea ja sosiaalisia ongelmia helpottavien sivustojen ja sovellusten tietopankki. Toisena tavoitteena työkalun toiminnassa on tarjota oikeanlaista apua oikealle henkilölle ja oikeaan aikaan. *Oikea-aikaisuus* on työkalun olennainen teema ja tavoitteena on tarjota oikeanlaisia digitaalisia palveluita oikeaan aikaan ja asiakkaan mielestä olennaisimpaan sen hetken tarpeeseen. Hyödynsaajana on tällöin työkalua hyödyntävät asiakkaat, olivat asiakkaat sitten pitkäaikaistyöttömiä, mielen-terveyskuntoutujia, maahanmuuttajia tai erilaisten haasteiden kanssa painivia kansalaisia.

Työkalun yhdessä läpikäyminen asiakkaan tai ryhmän kanssa voi parhaimmillaan nopeuttaa työskentelyn ajautumista oikeiden, olennaisten ja oikea-aikaisten asioiden läpikäymiseen ja opetteluun. Asiakas itse saa työkalua käyttämällä helpotuksen digitaalisen suman purkamiseen ja paremmat lähtökohdat löytää itselleen oikeanlaisia palveluja juuri sen hetken tärkeimpään tilanteeseen. Näin saatavilla oleva energia ja tahtotila todennäköisimmin johtaa uuden oppimiseen ja uusien digitaalisten palvelujen haltuun ottamiseen.

## **10.2 Suunnittelu ja toiminta**

Lähtökohtana työkalussa on asiakkaan sen hetkinen elämäntilanne. Elämäntilanteen kartoituksessa kartoitetaan asiakkaan sen hetkistä tilannetta, sekä minkälaiset asiat hänen mielestään edistäisivät tilanteen paranemista tai ratkeamista. Kartoituksen osuus työkalun toiminnassa jätetään pienempään rooliin, sillä digimotivaattorihankkeen palveluksessa toimiva pian omista opinnoistaan valmistuva työntekijä rakentaa omassa opinnäytetyössään eräänlaista asiakkaan elämäntilannetta kartoittavaa työkalua, joka valmistuessaan on tarkoitus integroida tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä valmistuvan työkalun kanssa yhteen.

Kartoittamisen tuloksen perusteella asiakas ohjautuu joihinkin tarjolla olevista elämäntilannebokseista, jotka sisältävät juuri kyseiseen tarpeeseen vastaavia digitaalisia sovelluksia sekä sivustoja. Boksin sisältö voi olla esimerkiksi erilaisia moduulipohjaisia kursseja parantamaan tiettyjä digitaalisia taitoja. Boksi voi sisältää myös hyödyllisiä linkkejä erilaisiin palveluihin, joita asiakas voi itsenäisesti tai ohjatusti hyödyntää oman tilanteensa parantamiseen. Tämän kaltaisella palveluohjauksella pyritään helpottamaan sumaa, joka digitaalisten palveluiden tarjonnassa on läsnä sekä säästämään asiakkaan itsensä energiaa, jotta sitä on käytettävissä sen hetken olennaisimpaan tarpeeseen. Kuvassa 2 demonstroidaan työkalun toimintaa kartoituksesta eri bokseihin ohjautumiseen.



Kuva 2. Elämäntilanneboksit-konsepti

Työkalua voidaan hyödyntää sekä yksilö- ja ryhmäohjauksessa. Työkalu on suunniteltu ensisijaisesti Digimotivaattori-hankkeen käyttöön ja sen erilaisiin ryhmä- ja yksilötoimintoihin, mutta sitä on mahdollista hyödyntää myös digimotivaattori hankkeen ulkopuolisissa toiminnoissa kuten muissa Sotekin hankkeissa ja yksilö- ja ryhmäohjauksissa. Digimotivaattori-hankkeen tarkoituksen ollessa digitaalisuuden lisääminen yksilön arjessa on työkalun käyttäminen keskeisemmässä roolissa. Muissa hankkeissa työkalun käyttäminen voi ottaa toissijaisen ja muuta tekemistä tukevan roolin.

Käytetään työkalua sitten yksilötasolla tai ryhmätasolla, on kartoituksen ja sitä seuraavien askeleiden ohella tärkeää muistaa luoda oppimistilanteelle rento ilmapiiri sekä tila asiakkaalle orientoitua tilanteeseen omalla tahdillaan. Tätä kautta pyritään vahvistamaan asiakkaan oman kokeilunhalun ja leikkisyyden syntymistä. Tärkeää on, että asiakas saa itse omaan tahtiinsa klikata sivuston linkkejä ja kokea sivun toiminnan. Ohjaajan tarjoaman tuen määrän voi määrittellä kartoitusvaiheessa, jossa läpi käydään sekä asiakkaan elämäntilannetta, että sen hetkisiä digitaalisia taitoja.

Työkalu rakentuu interaktiiviselle ja visuaalisuutta hyödyntävälle pohjalle. Pohjan valinnan tärkeimpiä avainsanoja ovat visuaalinen ilme, maksuttomuus, saavutettavuus, muokattavuus ja helppokäyttöisyys. Työkalun käyttöön tarvitaan vain mediaalaitte, joka on yhteydessä internetiin. Työkalun rakentamiseen

ei vaadita myöskään kuin internetyhteydessä oleva päätelaite. Tilaavan tahon kanssa ollaan toteutusvaiheen aikana vuoropuhelussa ja työkalu muokataan jo rakennusvaiheen aikana mahdollisimman lähelle toivottua lopputulosta. Toteutusvaiheen valinnoista ja rakentamisen prosessista kerrotaan opinnäytetyön toteutusosuudessa teoreettisiin lähteisiin viitaten, sekä kuvia ja kaavioita käyttäen.

## **11 ELÄMÄNTILANNEBOKSIT -INTERNETSIVU**

Tämän luvun alle on kerätty erilaisia vaihteita, kuvakaappauksia ja ulottuvuuksia, mitä elämäntilanneboksit työkalun konkreettinen rakentaminen internet-pohjaiseksi työkaluksi on pitänyt sisällään. Erilaisia visuaalisia valintoja sekä muita työkalun ulottuvuuksia tarkastellaan olemassa olevan taustateorian pohjalta. Teoria perustuu Eficoden vuonna 2019 julkaisemaan digipalveluiden saavutettavuusoppaaseen. Oppaassa käydään läpi erilaisia käytettävyyteen, käyttökokemukseen ja saavutettavuuteen liittyviä teemoja, joita tulisi ottaa huomioon uusia digipalveluita rakentaessa tai olemassa olevia digipalveluita muokatessa tai päivitettäessä. Saavutettavuus määritellään oppaassa siten, että jokaisella kansalaisella tulee olla yhtäläiset mahdollisuudet toimia digitaalisessa yhteiskunnassa ja kaikissa sen tarjoamissa palveluissa (Eficode 2019).

Saavutettavuutta mitataan World wide web consortiumin WCAG eli Web content accesibility guidelines mittarilla. Pian uudistuva lainsäädäntö vaatii esimerkiksi julkishallinnon ja joidenkin yritysten palvelujen saavuttavan kyseisen mittarin AA-tason eli minimitason. AA-taso kuitenkin pureutuu vain osaan saavutettavuuden haasteista ja kyseisen mittarin ei tule olla ainut keino mitata uusien tai olemassa olevien palveluiden saavutettavuutta. Käyttökokemus ja käytettävyys tulee ottaa myös huomioon. (Eficode 2019.)

Mainittu lainsäädäntö pohjautuu vuonna 2016 voimaan tulleeseen EU:n saavutettavuusdirektiiviin. Direktiivissä mainittuja vaatimuksia on alettu soveltaa eri digipalveluihin vuoden 2019 syyskuusta lähtien samalla, kun laki digitaalisten palveluiden tarjoamisesta astui voimaan. Muita tärkeitä lainsäädäntöjä koskien saavutettavuutta on esimerkiksi YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja yhdenvertaisuuslaki. (Eficode 2019.)

Nyt valmistuvan elämäntilanneboksit työkalun ei kuitenkaan ole tarkoitus seurata jokaista WCAG:n mainitsemaa mittaria sanatarkasti sillä valmistuva työkalu ei ole tarkoitettu julkishallinnon käyttöön, vaan sitä käytetään Sotek-säätiö sr:n sisäisessä toiminnassa. Kuitenkin on erittäin tärkeää, että valmistuva työkalu noudattaa mittareita mahdollisimman tarkasti, sillä säätiön asiakas-kunta koostuu henkilöistä, joilla saattaa olla ongelmia sisällön havaitsemisen tai ymmärtämisen kanssa. Ikäihmisiä, vammaisia tai erilaisia toimintarajoitteita omaavia henkilöitä onkin väestössä noin 30-40 prosenttia. Toimintarajoitteita voivat olla esimerkiksi lukivaikeudet, muistivaikeudet, kokemattomat käyttäjät ja käyttäjät, joilla on motorisia vaikeuksia. (Eficode 2019.) Tärkeimpiä avainsanoja työkalun käyttämisessä onkin havaittavuus, hallittavuus ja ymmärrettävyys.

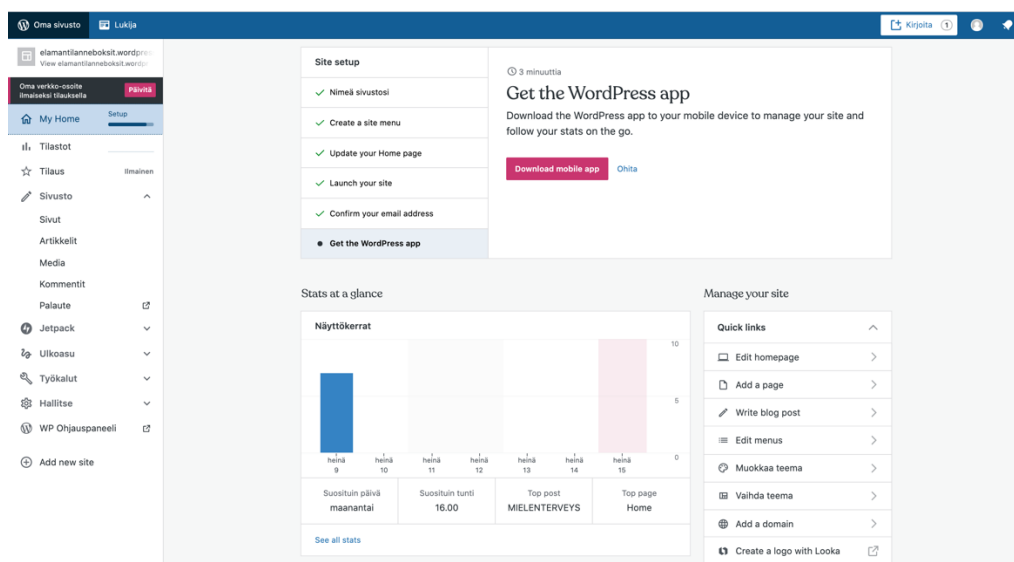
### 11.1 Alustan valinta

Pohdinnan ja testauksen jälkeen elämäntilanneboksit -työkalun alustaksi valikoitui Wordpress sisällönhallintajärjestelmä. Wordpress -järjestelmällä on mahdollista luoda sekä blogeja, että internetsivuja. Elämäntilanneboksit työkalun osalta kyseessä on staattinen internetsivu, johon sisällönhallintajärjestelmän kautta on mahdollista syöttää tietoa nopeasti. Hallintajärjestelmän käyttö ei myöskään edellytä käyttäjältä ohjelmointitaitoja. Valintaan vaikutti myös palvelun maksuttomuus. Palvelu tarjoaa myös valikoiman vapaavalintaisia maksullisia palveluita edulliseen kuukausimaksuhintaan. Kuukausimaksulla sivustolle on mahdollista saada esimerkiksi oma domain nimi eli sivuston osoite. Maksuttomassa versiossa sivuston osoite on <https://elamantilannebok-sit.wordpress.com/>. Tilaajataho on ilmoittanut kiinnostuksensa päivittää palvelu maksulliseen versioon, sillä sitä pidetään tärkeänä, että sivun osoite on selkeä ja tunnistettava.

Huomion arvoista on, että itse hallintajärjestelmän käyttö ei välttämättä täytä kaikkia saavutettavuuden tai käytettävyyden kriteereitä ja onkin tärkeää uuden palvelun luomisessa muistaa lopullisen tuotteen sisällöntuottajan eli tässä tilanteessa Sotek-säätiö sr:n alla toimivan Digimotivaattori-hankkeen henkilökunnan kouluttaminen hallintajärjestelmän käyttöön sekä samalla saavutettavuuden eri ulottuvuuksien huomioon ottamiseen. Käyttökoulutus voidaan esi-

merkiksi suorittaa kokoamalla kuvan kolme mukaisia näyttökaappauksia hallintajärjestelmän käytöstä sekä tämän lisäksi pitää hallintajärjestelmän käytöstä koulutuspäivä.

Allekirjoittanut saattaa sivun sellaiseen tilaan, että Digimotivaattori-hankkeen henkilökunnan tarvitsee opetella vain murto-osa hallintajärjestelmän käytöstä. Sivuston toteuttamisen loppupuolella on tämän lisäksi vielä syytä arvioida sivun saavutettavuuden ulottuvuuksia esimerkiksi testaamalla sen käyttämistä varsinaisen kohderyhmän kanssa. Tämä arviointi jää todennäköisesti vasta myöhempään vaiheeseen, sillä ensin henkilökunta on koulutettava järjestelmän käyttöön, jolloin jokaisella on tarvittavat työkalut arvioida työkalun toimivuutta myös loppukäyttäjän eli asiakkaiden kanssa. Saavutettavuutta on mahdollista mitata mittareita käyttäen, mutta käyttökokemus sen sijaan voidaan nähdä subjektiivisena kokemuksena eli jokaisella käyttäjällä kokemus sivun toimivuudesta vaihtelee. Tämän vuoksi onkin perusteltua, että sivun käytön alkuvaiheissa sivun loppukäyttäjä otetaan huomioon ja palautetta kerätään joko sivulla olevan sähköisen palautelomakkeen kautta tai muita reittejä käyttäen. (Eficode 2019.)

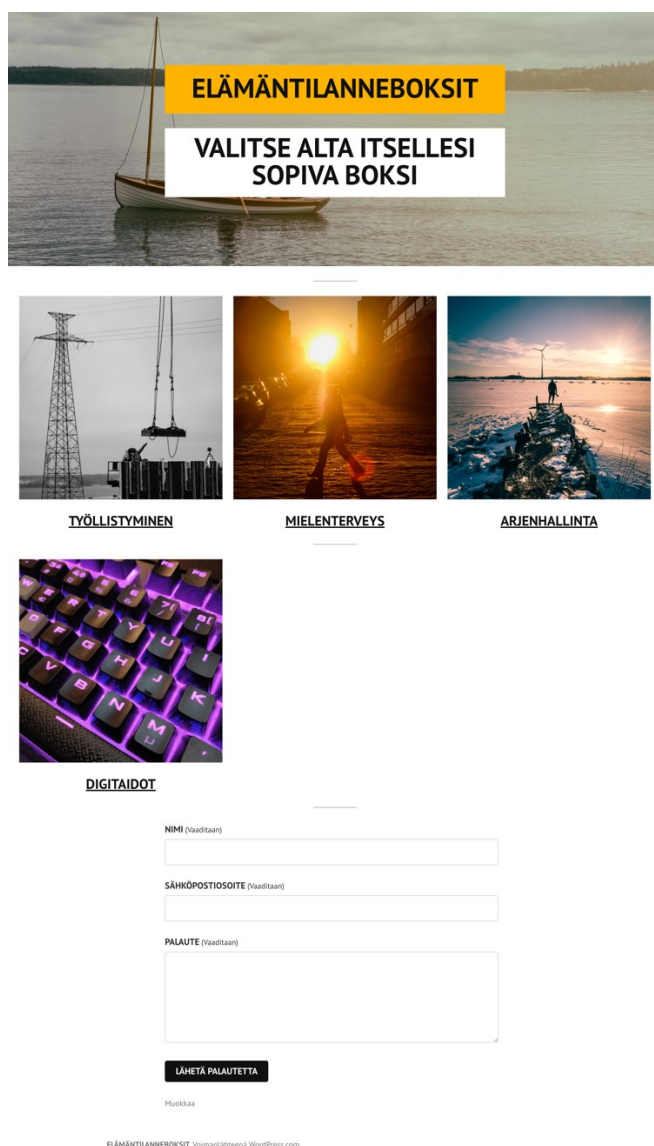


Kuva 3. Wordpress sisällönhallintajärjestelmän etusivu

## 11.2 Ulkoasu ja hallittavuus

Ulkoasun valinnassa ja suunnittelussa olennaisin tekijä on havaittavuus. Eficoden digipalveluiden saavutettavuusoppaan ohjeiden mukaisesti ja sivun ymmärrettävyyden ja havaittavuuden kannalta on tärkeää, että sivu ei koostuu

esimerkiksi pelkästään kuvista vaan kuvien tukena on aina myös tekstiä. Riittävän kontrastin eli voimakkaiden sävyerojen takaamiseksi teksti on kirjoitettu suuria kirjaimia käyttäen ja sellaisilla väreillä ja taustaelementeillä, että teksti on erotettavissa taustasta. Huomioon on otettu myös sivun eri elementtien väljyys, eli kuvien ja klikattavien linkkien väliin on asetettu pieniä erottajia, jotta esimerkiksi heikommat motoriset taidot omaavan kansalaisen on mahdollista niitä klikata ilman mahdollista virheklikkausta ja väärälle sivulle joutumista. (Eficode 2019.) Mainittuja ulkoasuvalintoja on demonstroitu kuvassa 4.

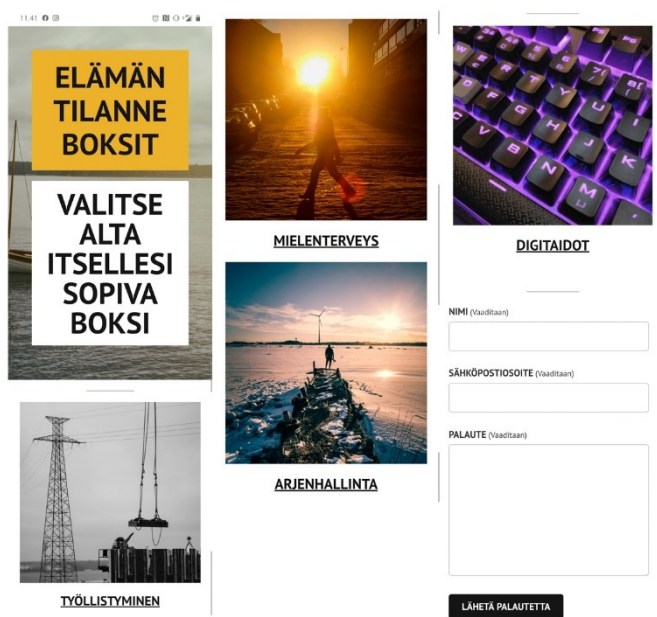


Kuva 4. Elämäntilanneboksit verkkosivun etusivu tietokoneen ruudulla avattuna

Tärkeää sivun ja työkalun luomisen prosessissa on se, että sisältöä on mahdollista tarkastella myös mobiililaitteilla kuten älypuhelimella tai tabletilla (kuva 5). Mobiililaitteiden yleistymisen vuoksi ei voida enää olettaa, että sisältöä tarkasteltaisiin pelkästään tietokoneen ruudulta käsin. Voidaan myös



olettaa, että monelle kansalaiselle puhelin tai tabletti on ainut keino päästä käsiksi internetsisältöön, joten tämän perusteella mobiilisaavutettavuus sekä mobiiliversion ymmärrettävyys ovat perusteltuja. Sekä mobiili- että työpöytäversiossa sivuilta toisille navigoinnissa on otettu huomioon hallittavuus siten, että sivujen ulkoasut ovat yhdenmukaisia ja yllättäviä muutoksia sivun ulkoasussa ja sisällöissä on pyritty välttämään. Tärkeää hallittavuuden kannalta on myös se, että jokaiselta sivulta on mahdollista päästä takaisin etusivulle erillisen klikattavan linkin kautta. (Eficode 2019.)



Kuva 5. Elämäntilanneboksit sivun kuvakaappaus mobiililaitteella katsottuna

### 11.3 Sisältö

Työkalun ja sivuston tarkoitus ei ole tarjota kaikkia mahdollisia saatavilla olevia palveluja. Sen sijaan tarkoitus on tilaajatahon eli Digimotivaattori-hankkeen henkilökunnan kanssa neuvotella sellaisista verkkosivulle asetettavista sisällöistä ja materiaaleista, joita on jo tällä hetkellä käytössä hankkeen toiminnassa. Osa valitusta sisällöstä pohjautuu tämän opinnäytetyön teoriaosuudessa mainittuihin seikkoihin. Sisällön esittämisessä tullaan ottamaan huomioon ymmärrettävyys. Ymmärrettävyys näyttäytyy sisällössä siten, että kieli on selkeää ja yksinkertaista ja olennainen tieto pyritään kertomaan ensimmäisenä. Sisältö on myös suunniteltu yhdenmukaiseksi siten, että sivujen välillä ei ole kielellisiä eroja tai sisältöön ohjaavat linkit ja painikkeet olisivat eri paikoissa muihin sivuihin verrattuna. (Eficode 2019.)

Kuvassa 6 demonstroidaan mielenterveysosion ulkoasua ja sisältöjä. Sisällön ulkoasu on jokaisella elämäntilanneboksit -sivuston osa-alueella identtinen, jotta se olisi loppukäyttäjä huomioon ottaen selkeä ja johdonmukainen. Klikattavat linkit on asetettu aukeamaan internetselaimessa uudelle välilehdelle, jotta sivun käyttäjällä on mahdollisuus palata elämäntilanneboksit -sivulle takaisin mahdollisimman helposti.

#### **11.4 Mielenterveysosio**

Työkalun kokeiluvaiheen mielenterveysosion sisällöiksi valikoitui neljä eri palvelua, joista jokainen pyrkii vastaamaan opinnäytetyössä mainittujen asiakasryhmien tarpeisiin. Linkit Whatsapp viestintäsovelluksen käyttökoulutukseen ja mielenterveystalon palveluihin valikoituivat perustuen opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen. Luvussa 9.2 käydään läpi kuntoutumisen mediakasvatuksellisia tasoja, joista ensimmäisessä on tärkeää, että henkilöllä on mahdollisuus olla osana ympäröivää maailmaa, sekä käyttää ympäristön palveluja. Whatsapp toimii ponnahduslautana digitaaliseen viestimiseen. Sovellus on käytössä monilla yksityishenkilöillä, sekä erilaisilla yhteisöillä, kuten matalan kynnyksen mielenterveyspalveluilla. Whatsapp -kurssi on myös ollut olennainen osa Digimotivaattori-hankkeen ryhmätoimintojen sisältöjä.

Kuntoutuksen toisen mediakasvatuksellisen tason täyttää Mielenterveystalon omahoitosivusto. Tasolla kaksi kuntoutuja oppii kohtaamaan sairautensa ja oppii elämään sen kanssa. Omahoitosivustolla on tarjolla apua ja tietoa monenlaisen mielenterveyteen liittyvään aiheeseen kuten ahdistus, masennus, aggressiiviset tunteet ja sosiaalinen jännittäminen.

Selkokielineen Mielen hyvinvoinnin opas on suunnattu Digimotivaattori-hankkeen kehitysvammaisille asiakkaille, jotka kokevat, että tarvitsevat tietoa ja apua mielenterveydellisiin asioihin. InfoFinland -sivuston mielenterveysosio on taas tarkoitettu maahanmuuttaja-asiakkaille, jotka saattavat tarvita apua mielenterveydellisiin asioihin omalla kielellään. Sivusto on käännetty muun muassa somaliaksi, venäjäksi ja turkiksi. Näiden sivustojen käyttö voidaan toteuttaa yhdessä ohjaajan kanssa. Sivustoja käyttävät asiakkaat voivat olla joko kuntoutuksen mediakasvatuksellisella tasolla yksi tai kaksi.

Kuten mainittu, ei eri elämäntilanneboksien sisällön ole tarkoitus sisältää kaikkia saatavilla olevia palveluja. Sen sijaan sisältöä pyritään kuratoimaan siten, että se vastaa parhaiten Digimotivaattori-hankkeen asiakkaiden tarpeita. Palautetta sisällön sopivuudesta ja laadusta voidaan kerätä sivuston palautelomakkeen avulla tai asiakastoimintojen ohella kirjallisesti tai suullisesti. Asiakaspalautteen kerääminen ja sen kirjoittaminen auki ei kuitenkaan ole aikataullisesti mahdollista tässä opinnäytetyössä sillä työkalun käyttöönotto ja sen sisältöjen muokkaantuminen tapahtuvat pidemmällä aikavälillä. Tämä opinnäytetyö ja henkilökunnan kouluttaminen työkalun käyttöön kuitenkin toimii jatkopolkuna, jonka avulla heidän on mahdollista muokata työkalua tulevaisuutta ajatellen.

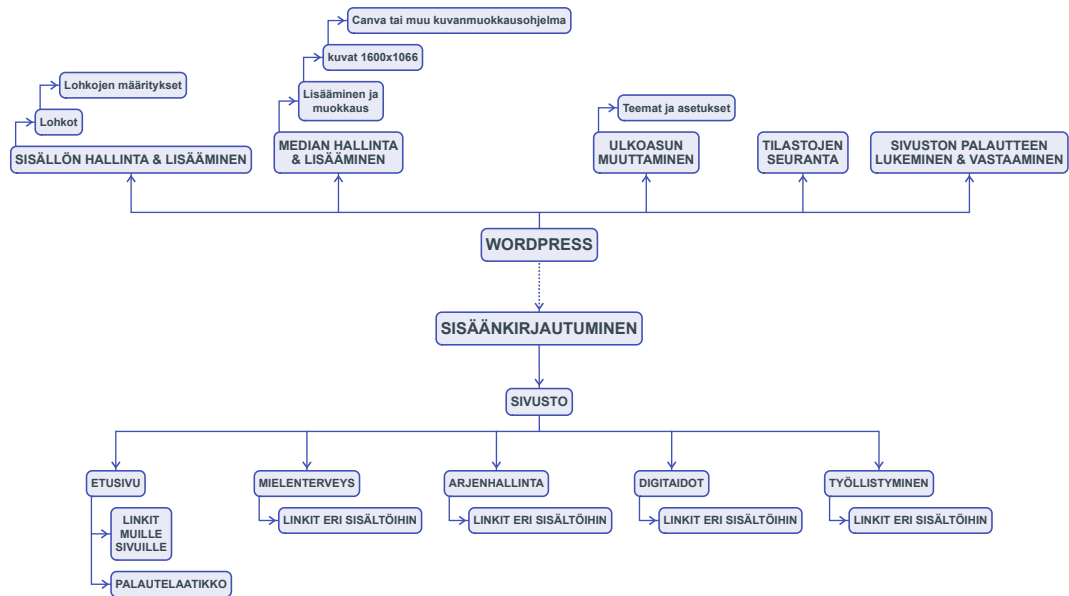


Kuva 6. Mielenrenteyssosion ulkoasu ja sisältö

## 11.5 Henkilökunnan kouluttaminen sivun käyttöön

Syyskuun alussa pidettiin tilaajatahon toiveiden mukaisesti tiivis kahden tunnin pituinen koulutustuokio Wordpress sisällönhallintajärjestelmän käytöstä ja kuinka Digimotivaattori-hankkeen henkilökunta voi järjestelmän kanssa oma-toimisesti päivittää sivuston sisältöjä, kuvia ja tekstejä. Koulutukseen osallistui kouluttajan eli allekirjoittaneen lisäksi molemmat Digimotivaattori-hankkeen

henkilökunnan jäsenet. Kuvassa 7 on demonstroitu koulutuksessa käytetty miellekarttaa. Kuvion avulla tarkoitus oli havainnollistaa visuaalisesti Wordpress työkalun käyttölogiikkaa ja niin sanottuja eri käyttökerroksia, miten sivuston eri sisällöt näyttäytyvät kenellekin.



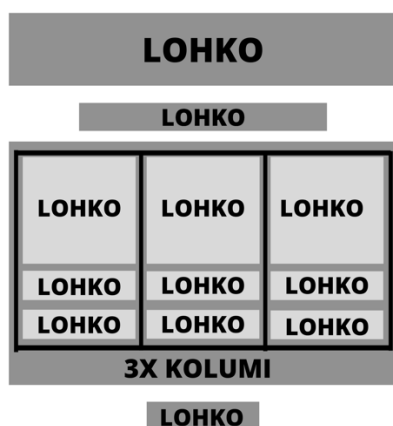
Kuva 7. Wordpress koulutuksen pohjana käytetty miellekartta

Digimotivaattori-hankkeen toiminta-ajatuksen ja asiakastoiminnan mukaisesti myös henkilökunnan koulutus toteutettiin ilman tämän suurempia suunniteltuja sisältöjä vaan kokeilukulttuurin mukaisesti henkilökunnan oli jatkuvasti mahdollista kokeilla omilla tietokoneillaan sivuston toimintaa ja muokkaamista samalla kun allekirjoittanut näytti omalla koneellaan esimerkkiä videotykin kautta, tai opasti vierestä. Digimotivaattori-hankkeen toiminta-ajatuksen mukaisesti itse kokeileminen ja asioiden oivaltaminen ovat tehokkaita tapoja omaksua uusia ohjelmia ja oppia uusia digitaalisia taitoja. Havainnoinnin perusteella tämä piti paikkansa myös kyseisessä henkilökunnalle pidetyssä koulutuksessa.

Jonkun verran haasteita tuotti Wordpress työkalun sivunmuokkaustoiminto, jonka toiminta vaati paikoin tarkkoja klikkauksia ja osa sivun säätimistä sijaitsi useammassa eri paikassa. Kuitenkin yrityksen ja erehdyksen kautta käyttö alkoi sujua molemmilta koulutukseen osallistuneilta todella nopeasti, joka yllätti myös kouluttujan.

Sivuston sisällön ja median lisäämisen lisäksi tärkeäksi koettiin tutustua sivuston tilastot toimintoon, sekä palautelomakkeen toimintaan. Allekirjoittanut ei ollut perehtynyt palautelomakkeen toimintaan niin kattavasti, että olisi voinut vastata jokaiseen esitettyyn pulmaan, mutta tilannetta yhdessä tutkimalla myös palautelomake saatiin toimimaan toiveiden mukaisesti ja koulutuksessa myös kouluttaja oppi uusia asioita eli molemminpuolista oppimista tapahtui. Koulutuksen perimmäisenä ideana oli taata tässä opinnäytetyössä kuvatun työkalun ja sivuston käytön jatkuvuus myös sen jälkeen, kun opinnäytetyö on valmistunut ja päävastuu sivuston päivittämisestä on siirtynyt Digimotivaattori-hankkeen henkilökunnalle.

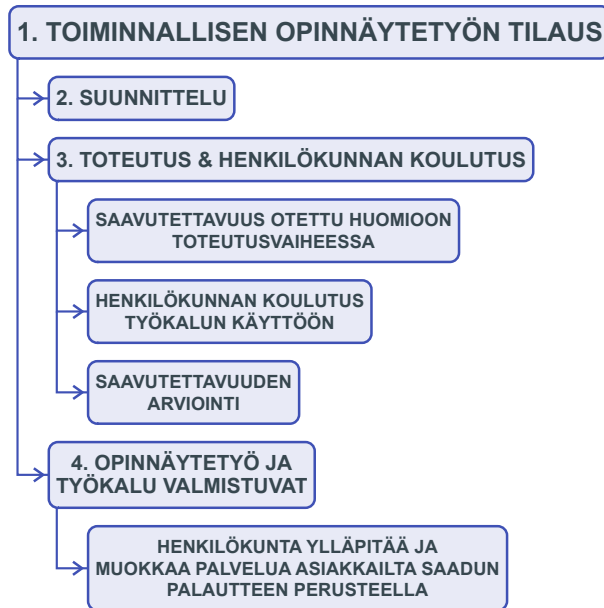
Koulutuksen tuloksena toinen henkilökunnan jäsenistä koki, että kykenee tämän koulutuksen jälkeen itsenäisesti päivittämään sivua eteenpäin. Toinen henkilökunnan jäsen koki sivuston lohkopohjaisen toiminnan aluksi hieman hankalaksi, mutta sen valjetessa myös hän oli sitä mieltä, että osaa yhteistyössä työkaverinsa kanssa hallinnoida sivun toiminnallisuutta. Kuva 7 sekä kuva 8, joka kuvaa sivuston pohjalla toimivaa lohkorakennetta lähetetään tiilajataholle visuaaliseksi tueksi tulevaisuutta ajatellen. Sovittu vielä, että tarpeen tullen voidaan käsitellä koulutuksessa nousseita kysymyksiä uudestaan siihen saakka, kunnes allekirjoittanut on valmistunut ja opinnäytetyön on valmis.



Kuva 8. Sivuston pohjana toimivan lohkorakenteen kuvaus

Henkilökunnan kouluttaminen uuden työkalun käyttöön on olennainen osa kokonaisuutta, jolla saavutettavuuden on mahdollista toteutua. Eficoden saavu-

tettavuusoppaan mukaan uutta palvelua suunnitellessa on syytä ottaa saavutettavuus huomioon jo ennen palvelun suunnitteluvaihetta (Eficode 2019). Opinnäytetyössä saavutettavuuden ulottuvuus kuitenkin syntyi vasta jälkikäteen, eli Eficoden ohjeistusta ei tässä vaiheessa ollut mahdollista noudattaa. Kuvassa 9 on demonstroitu, missä vaiheessa työkalun luomista saavutettavuus on otettu huomioon.



Kuva 9. Saavutettavuuden huomioon ottaminen koulutuksessa ja työkalun toteutuksessa

Suunnitteluvaiheessa työkalun ollessa vasta muistiinpanojen ja miellekarttojen muodossa, ei saavutettavuus ollut vielä ensimmäinen prioriteetti. Vasta Eficoden saavutettavuusoppaan löydyttyä lähteeksi, muodostui ajatus ottaa saavutettavuus selkeämmin huomioon. Toteutusvaiheessa, eli sivuston konkreettisen rakentamisen vaiheessa kuitenkin saavutettavuus oli alati läsnä. Eficoden mukaan henkilökunnan koulutus saavutettavuuden ulottuvuuksiin tulisi kulkea tiiviisti käsi kädessä läpi hankinnan, suunnittelun ja toteutuksen aina julkaisuun asti (Eficode 2019). Kouluttaminen sivuston käyttöön astui mukaan sivuston toteutuksen loppuvaiheilla, jolloin allekirjoittaneella oli valmius esittää sivuston valmis pohja. Koulutuksen yhteydessä oli mahdollista arvioida sivuston saavutettavuutta ja tehdä muutoksia. Yksi muutoksista oli esimerkiksi linkkien muokkaaminen muotoon, jossa ne avautuvat uudelle välilehdelle. Tämän lisäksi sivuston palautetoiminto muutettiin toimimaan työntekijöiden toiveiden

mukaisesti. Kun opinnäytetyö valmistuu ja sivuston päivitys siirtyy henkilökunnan vastuulle, jää vastuulle myös palautteen kerääminen sivuston saavutettavuudesta ja sisällöstä. Saadun palautteen perusteella henkilökunta muokkaa sivua asiakasta entistä enemmän huomioivaksi.

### 11.6 Muistilista työkalun käyttöön

Oheen on lisätty tärkeimmät seikat, jotka kannattaa ottaa huomioon, kun työkalua päivitetään ja sisältöjä muokataan, tai silloin kun sitä käytetään asiakkaiden kanssa.

Työkalun ohjauksikäytössä muista nämä tärkeät seikat:

1. Yksilö- ja ryhmätilanteeseen rennon, kokeilevan ja leikkillisyyttä tukevan ympäristön luominen.
2. Kartoitusvaiheessa asiakkaan elämäntilanteen (mielenterveys, arjenhallina, työllistyminen, digitaidot) selvittäminen.
3. Rauhallinen ja asiakkaan ehdoilla etenevä tahti.
4. Sivustolla ei ole oikeaa tai väärää tapaa käyttää tai selata.

Työkalun päivittämisen yhteydessä muista nämä tärkeät seikat:

1. Sivuston visuaalisen ilmeen yhdenmukaisena pitäminen ja saavutettavuuden ulottuvuuksien huomioiminen uusia kuvia, tekstiä tai logoja lisätessä.
2. Selkeän kielen käyttö linkkien yhteydessä.
3. Lisättävien linkkien sopivuuden arviointi kohderyhmälle ja liian monen palvelun lisäämisen välttäminen.

## 12 LOPUKSI

Opinnäytetyön viimeisessä luvussa pohdin erilaisia ajatuksia ja ulottuvuuksia, joita opinnäytetyön prosessi itsessään synnytti. Opinnäytetyön prosessin alku tapahtui itselleni kovinkin tyypillisellä tavalla. Pysin töissäni hahmottamaan läpikäytävän aiheen kokonaisuuksia sekä erilaisten teemojen ja termien suhdetta toisiinsa. Miellekarttojen avulla työskentely on ollut itselleni ominaista koko opintojeni ajan ja opinnäytetyön prosessin suunnittelu ei ollut tästä poikkeus.

Opinnäytetyön suunnittelun aivan alkuvaiheilla työstä oli aluksi tarkoitus synnyttää sosiaalialan ja mediakasvatuksen teorian läpileikkaava kirjallisuuskatsaus. Tarkoitus oli teorian kautta käydä läpi median erilaisia vaikutuksia ihmisen

mielenterveyteen, käyttöön sekä kanssakäymiseen muiden kanssa. Osa näistä teemoista on edelleen opinnäytetyössäni läsnä. Kuitenkin neljäs harjoittelujaksoni Digimotivaattori-hankkeessa muutti opinnäytetyöni suunniteltua muotoa työelämää kehittäväan suuntaan. Näin tarpeelliseksi muuttaa opinnäytetyön muotoa. Toiminnallisen opinnäytetyön luonteen vuoksi myös tilaajataho liittyi osaksi työn prosessia. Yhteistyö, palaverit ja tiedon jakaminen prosessin aikana tuntui luonnolliselta ja miellyttävältä. Työelämää kehittävä toiminta ja uusien työtapojen kokeileminen voisi tämän kokemuksen perusteella olla osa tulevaa työuraani sosiaalialalla.

Mediakasvatukseen liittyvän lähteistön lukeminen herätti ajatuksen muutoksesta. Vaikka lähteet käsittelivätkin mediakasvatusta hieman eri näkökannoilta, huokui jokaisesta silti esille muutos. Muutos perinteisestä mediasta yhä enemmän interaktiivisempaan ja yhteiskunnan jokaisen osa-alueen läpileikkaavan median suuntaan. Paikoin voisi jopa ajatella, että ilman jonkinlaista medialaitetta ei kansalaisen ole enää mahdollista toimia, osallistua tai vaikuttaa yhteiskunnassa.

Olen itse ollut onnekkaassa asemassa ja mahdollisuudet erilaisten laitteiden ja median käyttöön ovat olleet kattavat. Olen nuoresta alkaen ollut erilaisten medialaitteiden ympäröimänä. Ensimmäinen ammattini datanomina keskittyi yksinomaan erilaisiin laitteisiin ja verkkoympäristöihin. Tämän vuoksi minulle on myös aina ollut luonnollista opettaa laitteiden käyttöä muille niin yksityiselämässä kuin työpaikoillani. Kuitenkin vasta AMK-opinnoissa mediakasvatuksen valinnaisella oppikokonaisuudella havahtuin ajattelemaan tietojeni ja taitojeni valjastamista sosiaalialan työhön. Digimotivaattori-hankkeessa harjoitellessani tietojeni ja taitojeni valjastaminen konkretisoitui ja se synnytti erittäin positiivisia kokemuksia vahvistaen tunnetta digitaitojen opettamisen tärkeydestä itselle.

Opinnäytetyön prosessin aikana mukaan astui ajatus saavutettavuudesta. Saavutettavuuden kautta varmistetaan jokaiselle pääsy erilaisten mediasisältöjen pariin. Saavutettavuus ja siihen liittyvät teemat värjivät opinnäytetyön konkreettista tuotosta huomattavasti. Koen saavutettavuuden olevan tärkeä osa mediakasvatusta. Mediakasvatusta opettaessa saavutettavuuden tulisi olla osa mediakasvatuksen kokonaisuutta.



Vuoden 2020 tapahtumien valossa epidemia-aikana on yhteiskunnan eri toimijat joutuneet tekemään huomattavan digiloikan ja sopeutumaan nopeasti muuttuneeseen tilanteeseen. Vaikka koronaepidemia ei tämän opinnäytetyön teoriassa esiintynytäkään, koen silti, että sillä tulee olemaan huomattava vaikutus tulevaisuuden mediaympäristöjä suunnitellessa. Etenkin riskiryhmään kuuluvat ovat tällaisina aikoina haavoittuvassa asemassa ja uusien palvelujen luojilla on olennainen rooli ja vastuu varmistaa, että saavutettavuuden kautta jokaisella on mahdollisuus kotoa käsin osallistua itselleen tärkeisiin asioihin, poliittiseen päätöksentekoon ja lain nojalla itselle kuuluviin toimiin digitaalisia keinoja käyttäen. Media ja digitaalisuus kuuluvat kaikille.

## LÄHTEET

Digimotivaattori 2020. Sotek-säätiö sr:n internetsivut. Saatavissa <https://www.sotek.fi/digimotivaattori> [viitattu 16.9.2020].

Eficode 2019. Digipalveluiden saavutettavuusopas. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.eficode.com/hubfs/eficode-saavutettavuus-opas.pdf?hsLang=en> [viitattu 15.7.2020].

Eskola, P. 2018. Digitaalinen maailma tulee rytinällä - olemmeko valmiita? Aspa-säätiön internetsivut. Saatavissa: [https://www.aspa.fi/tietoa-aspasta/ajankohtaista/digitaalinen-maailma-tulee-rytinalla-olemmeko-valmiita/?fbclid=IwAR0FXII-hyWGStKKc5J9Hw6vleDI9f9I5eBtrAlb\\_s9MRs07dJG3I8SPMBRc#1892503c](https://www.aspa.fi/tietoa-aspasta/ajankohtaista/digitaalinen-maailma-tulee-rytinalla-olemmeko-valmiita/?fbclid=IwAR0FXII-hyWGStKKc5J9Hw6vleDI9f9I5eBtrAlb_s9MRs07dJG3I8SPMBRc#1892503c) [Viitattu 25.5.2020].

Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2016. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. 10. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Innowise 2019. Sosiaalisen median tilastot ja trendit: somekatsaus 2019. Innowisen internetsivut. DIA-esitys. Saatavissa: [https://www.innowise.fi/fi/sosiaalisen-median-tilastot-ja-trendit-somekatsaus-2019/?fbclid=IwAR3i7jdvSjB88gUDnTRf7yO7sVo7K\\_en9fU-bw5ZNotmsRcggCtpszthQb8](https://www.innowise.fi/fi/sosiaalisen-median-tilastot-ja-trendit-somekatsaus-2019/?fbclid=IwAR3i7jdvSjB88gUDnTRf7yO7sVo7K_en9fU-bw5ZNotmsRcggCtpszthQb8) [viitattu 26.6.2020].

Kaski, M. (toim.), Manninen A., Pihko H., 2012. Kehitysvammaisuus. 5. painos. Helsinki: SanomaPro.

Koskisuu, J. 2004. Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita.

Kupiainen, R., Kulju, P., Mäkinen, M. 2015. Mikä monilukutaito? Teoksessa Kaartinen, T. (toim.) Monilukutaito kaikki kaikessa. Tampere: Tampereen yliopiston normaalikoulu. 13–24. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201510082343> [Viitattu 27.4.2020].

Liikanen, S-L. 2015. Palveluohjauksen käytäntöjä. Teoksessa: Näkki, P., Sayed, T. (toim.) Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. 1. painos. Helsinki: Edita. 43–59.

Mediakulttuuri 2015. Mediataitokoulun internetsivut. Saatavissa: [https://www.mediataitokoulu.fi/index.php?option=com\\_content&view=article&id=321&Itemid=413&lang=fi](https://www.mediataitokoulu.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=321&Itemid=413&lang=fi) [viitattu 26.6.2020].

Medialukutaito suomessa. Kansalliset mediakasvatuslinjaukset 2019. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019:37. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-673-7> [viitattu 15.4.2020].

Rasi, P., Vuojärvi, H., Hyvönen, P. 2016. Aikuisten ja ikääntyneiden mediakasvatus. Teoksessa: Pekkala, L., Salomaa, S., Spišák S. (toim.) Monimuotoinen mediakasvatus. Kansallisen audiovisuaalisen instituutin julkaisuja. 199–212. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.mediataitokoulu.fi/monimuotoinen\\_mediakasvatus.pdf](http://www.mediataitokoulu.fi/monimuotoinen_mediakasvatus.pdf) [viitattu 16.6.2020].

Sosiaalibarometri 2018. Perustoimeentulon siirto Kelaan oikea ratkaisu, haasteet edelleen merkittäviä. SOSTE:n internetsivut. Saatavissa: <https://www.soste.fi/sosiaalibaro/perustoimeentulon-siirto-kelaan-oikea-ratkaisu-haasteet-edelleen-merkittavia/> [viitattu 16.6.2020].

Sotek organisaatio 2020. Sotek-säätiö sr:n internetsivut. Saatavissa <https://sotek.fi/organisaatio> [viitattu 26.5.2020].

Sotek perustiedot 2020. Sotek-säätiö sr:n internetsivut. Saatavissa <https://sotek.fi/perustiedot> [viitattu 26.5.2020].

Sotek sanasto 2020. Sotek-säätiö sr:n internetsivut. Saatavissa <https://sotek.fi/sanasto> [viitattu 26.5.2020].

Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Helsinki: Gaudeamus.