

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma

Karelia-amk  
Jenni Kerkkonen  
Taru Wesslin

KUNTOKIEVARIN ASIAKKaidEN KOKEMUKSIA  
KUNTOUTTAVASTA TYÖTOIMINNASTA

Opinnäytetyö  
Helmikuu 2021



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Helmikuu 2021**  
**Sosiaalialan koulutus**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600 (vaihde)

**Tekijät**  
Jenni Kerkkonen, Taru Wesslin

**Nimeke**  
Kuntokievarin asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta

**Toimeksiantaja**  
Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry

**Tiivistelmä**

Tämä opinnäytetyö käsittelee kuntouttavaa työtoimintaa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää toimeksiantajan, eli Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n Kuntokievarin yksikön kävijöiden kokemuksia ja mielipiteitä saamistaan palveluista, jotta toimeksiantaja saisi tietoa käyttäjiensä kokemuksista ja voisi kehittää toimintaansa selvityksen pohjalta. Opinnäytetyö oli tutkimuksellinen ja se toteutettiin laadullisen tutkimuksen menetelmiä käyttäen. Tiedonkeruumenetelmänä olivat teemahaastattelut ja haastateltavia oli yhdeksän. Tutkimuskysymyksinä olivat "Minkälainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on asiakkaalle?" ja "Mitä kuntouttavassa työtoiminnassa voisi kehittää?".

Tulosten perusteella kuntouttava työtoiminta on tärkeä osa asiakkaiden arjen rytmittämistä ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Suurin osa asiakkaista oli tyytyväisiä saamaansa palveluun ja omiin vaikuttamismahdollisuuksiinsa palveluita koskien. Kuntouttavan työtoiminta nähtiin jossain määrin työllistymistä edistävänä palveluna. Tulosten perusteella moni asiakas koki saaneensa arkeensa rytmiä ja/tai saaneensa voimiansa takaisin kuntouttavan työtoiminnan myötä.

Jatkokehitysmahdollisuutena olisi tutkia kuntouttavan työtoiminnan ja voimaantumisen välistä yhteyttä, jotta voimaantumista voitaisiin tukea ja vahvistaa kuntouttavassa työtoiminnassa yhä enemmän.

Kieli	Sivuja	49
suomi	Liitteet	3
	Liitesivumäärä	6

**Asiasanat**

kuntouttava työtoiminta, työttömyys, osallisuus, arki.



**THESIS**  
**February 2021**  
**Degree Programme in Social Services**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
FINLAND  
+ 358 13 260 600 (switchboard)

**Authors**  
Jenni Kerkkonen, Taru Wesslin

**Title**  
Client Experiences of Rehabilitative Work at Kuntokievari.

**Commissioned by**  
North Karelia Association for Mental Health

**Abstract**

The aim of the thesis was to find out North Karelia Association for Mental Health's unit Kuntokievari's client experiences about rehabilitative work. The aim was also that the commissioner would get information about their clients' experiences and could develop their activities based on the report. The thesis was commissioned by the North Karelia Association for Mental Health. The thesis was a research which was conducted by using qualitative research methods and the data was gathered by interviewing nine people with thematic interviews. The research questions were "What is the significance of rehabilitative work for the client?" and "What could be developed in rehabilitative work?".

As a result, it appears that rehabilitative work is an important factor in the pace of the client's everyday life and keeping up with their social relations. A significant amount of the interviewed people were pleased with the service they had received and happy with their own possibilities to have an impact on the services. Rehabilitative work was viewed as a somewhat employment enhancing service. Our results suggest that many clients experienced having gotten better pace in their everyday life and/or gotten their strength back during the rehabilitative work process.

The further research could focus on the connection between rehabilitative work and empowerment of a person so that the empowerment process could be supported and strengthened during the rehabilitative work even more than it is at the present time.

**Language**

Finnish

**Pages** 49

**Appendices** 3

**Pages of Appendices** 6

**Keywords**

rehabilitative work, unemployment, social inclusion, everyday life.

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Työttömyys .....	6
2.1	Työttömyys ja sen vaikutukset .....	6
2.2	Työllistymisen esteitä .....	8
3	Aktivointisuunnitelma ja kuntouttava työtoiminta .....	10
3.1	Aktivointisuunnitelma .....	10
3.2	Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen .....	11
3.3	Kuntouttavaa työtoimintaa Joensuussa .....	12
4	Kuntouttavassa työtoiminnassa huomioitavia asioita .....	13
4.1	Ohjaajuus sosiaalialalla .....	13
4.2	Toimintakyvyn ulottuvuudet .....	14
4.3	Syrjäytyminen ja osallisuus .....	16
5	Tutkimus ja opinnäytetyöt aiheesta .....	17
6	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	19
6.1	Tarkoitus ja tehtävä .....	19
6.2	Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki ry .....	19
6.3	Kuntokievari .....	20
7	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat .....	21
7.1	Laadullinen tutkimus .....	21
7.2	Aineiston kerääminen .....	22
7.3	Aineiston käsittely ja teemoittelu .....	25
8	Tulokset .....	27
8.1	Asiakkaan lähtökohdat .....	27
8.2	Nykytilanne ja kuntouttavan työtoiminnan merkitykset asiakkaalle ....	28
8.3	Ohjaus .....	31
8.4	Tulevaisuus .....	32
9	Johtopäätökset .....	33
10	Pohdinta .....	37
10.1	Luotettavuus ja eettisyys .....	37
10.2	Ammatillinen kasvu .....	39
10.3	Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet .....	40
	Lähteet .....	41

### Liitteet

Liite 1	Teemahaastattelurunko
Liite 2	Saatekirje
Liite 3	Esimerkki analyysipolusta

# 1 Johdanto

Tilastokeskuksen (2020) mukaan Suomessa työttömiä oli vuoden 2020 heinäkuussa 216 000, joista miehiä oli 113 000 ja naisia 102 000. Opinnäytetyön toteutus tapahtui Pohjois-Karjalassa, jossa oli 2020 vuoden elokuussa 10 792 työttöntä työnhakijaa. Noin puolet työttömien määrän kasvusta johtui lomautuksista. Joensuussa työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta oli 2020 vuoden elokuussa 16.1 prosenttia. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2020.)

Opinnäytetyön aiheena oli Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki ry:n Kuntokievarin yksikön asiakkaiden kokemusten kerääminen heidän saamistaan palveluista. Opinnäytetyön aihe syntyi toimeksiantajan, eli Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n työntekijöiden kanssa käydyissä keskusteluissa. Opinnäytetyön aihe lähti toimeksiantajan tarpeesta ja työn tarkoituksena oli selvittää ja kartoittaa Kuntokievarin kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kokemuksia sekä mielipiteitä saamistaan palveluista. Selvityksen tarkoitus oli tuottaa toimeksiantajalle selkeää tietoa, jonka pohjalta he saavat palautetta asiakkailta ja voivat sen myötä kehittää kuntouttavaa työtoimintaa.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys rakentui työttömyyden, kuntouttavan työtoiminnan sekä kuntouttavassa työtoiminnassa huomioitavien asioiden ympärille. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jossa tiedonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastatteluja. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat ”Minkälainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on asiakkaalle?” ja ”Mitä kuntouttavassa työtoiminnassa voisi kehittää?”. Tutkimukseen ja haastatteluihin osallistui yhdeksän Kuntokievarin kuntouttavassa työtoiminnassa olevaa asiakasta ja haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Saatu aineisto äänitettiin yhtä lukuun ottamatta, litteroitiin ja analysoitiin teemoittelun avulla.

## 2 Työttömyys

### 2.1 Työttömyys ja sen vaikutukset

Työtön voidaan yleisesti nähdä henkilönä, joka kuuluu työvoimaan ja on vailla työpaikkaa. Työttömyyttä voidaan kuvata monin eri tavoin, kuten esimerkiksi kausi-, rakenne-, pitkäaikais-, sekä nuorisotyöttömyytenä. (Patio 2015.) Termillä rakenteellinen työttömyys tarkoitetaan työttömyyttä, joka ei laske työvoimapuolasta huolimatta. Rakenteellisen työttömyyden syyksi voidaan katsoa työvoiman tarjonnan ja kysynnän kohtaamattomuus, jossa esimerkiksi työnhakijan koulutus, työkokemus tai asuinpaikka eivät kohtaa työmarkkinoiden kysynnän kanssa. Pitkäaikaistyöttömänä nähdään henkilö, jonka työttömyys on kestänyt yhtäjaksoisesti minimissään vuoden. Kausityöttömyyden voidaan nähdä liittyvän vuodenaajoista sekä opiskelijoiden valmistumisesta johtuvana hetkellisenä työttömyyden kasvuna. (Pyykkönen & Pyykkönen 2014.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2020a) mukaan nuorisotyötön puolestaan tarkoittaa 15–24-vuotiasta työtöntä henkilöä.

Työttömyys vaikuttaa haitallisesti terveyteen ja hyvinvointiin. Selkein vaikutus työttömyydellä on henkilön toimeentuloon ja pitkittyessään työttömyys lisää riskiä köyhyyteen. Työttömät voivat keskimääräisesti huonommin ja ovat sairaampia kuin työlliset. Toisaalta huono terveys ja mielenterveysongelmat ovat yhteydessä korkeampaan työttömyysriskiin ja pidempään työttömyyteen. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019a.) Esimerkiksi Marie Jahodanin (1982) mukaan psyykkistä kuormitusta työttömille aiheuttaa työn yhteydessä saatujen asioiden, kuten sosiaalisten suhteiden, aikarakenteen sekä aktiivisuuden puuttuminen (Reini, Forsman & Wahlbeck 2018, 435).

Suomessa työnteko nähdään tehokkaimmaksi keinoksi estää syrjäytymistä sekä vähentää köyhyyttä yhteiskunnassa. Työttömyyden on havaittu olevan yhteydessä yksilön hyvinvoinnissa esiintyviin ongelmiin. (Kauppinen, Saikku & Kokko 2010, 234.) Karvosen (2008) mukaan työttömyys on useammin yhteydessä huonoksi koettuun hyvinvointiin työikäisten keskuudessa, kuin tulot sekä

koulutustaso. Työttömyydestä johtuvan hyvinvoinnin vajeen voidaan kuitenkin katsoa johtuvan osittain heikosta taloudellisesta tilanteesta. (Kauppinen ym. 2010, 234.) Esimerkiksi David Fryer (1986) korostaa eritoten tulojen puutteen ja siitä johtuvan köyhyyden vaikutusta työttömien huonoon mielenterveyteen (Reini ym. 2018, 435).

Työpaikalta saadulla sosiaalisella tuella voidaan vaikuttaa terveyteen erilaisten vaikutusmekanismien kautta. Sosiaalisen tuen nähdään vastaavan ihmisen perimmäisiin tarpeisiin olla osana ryhmää ja se voidaan kuvata myös voimavarana, joka on tarpeen työn vaatimuksista selviytymiseksi. Työpaikalta saatu sosiaalinen tuki vaikuttaa aikuisiän sosiaalistumiseen sekä muodostaa työn hallinnan kanssa työyhteisön välisen selviytymisjärjestelmän, joka suojaa työntekijöitä mahdollisilta paineilta ja vaatimuksilta työntekoon liittyen. Työkaverit voivat edistää tärkeää verkoston laajentumista mahdollistamalla yksittäiselle työntekijälle erilaista sosiaalista tukea. Pitkään työttömänä olleet sekä huonossa asemassa olevan kaipaisivat eniten tukea mutta heillä mahdollisuudet saada tukea voivat olla huonoimmat. (Duodecim 2020.)

Sosiaalisen pääoman nähdään koostuvan monista eri alakäsitteistä. Yleensä se tarkoittaa ihmissuhteista saatavia resursseja, jotka koostuvat sosiaalisista verkostoista sekä niissä olevista yhteisistä arvoista, uskomuksista, käsityksistä ja asenteista. (Lehto, Ojanen, Nieminen, & Turpeenniemi-Hujanen 2017, 297.) Huonoksi koetun sosiaalisen tuen nähdään esiintyvän esimerkiksi sosiaalisena kyvyttömyytenä, neuroottisuutena, huonona itsetuntona, ahdistuksena suoritustilanteissa, huonoina ongelmanratkaisukeinoina, yksinäisyytenä sekä vuorovaikutukseen kohdistuvina negatiivisina odotuksina. (Duodecim 2020).

Työttömyyden voidaan katsoa vaikuttavan yksilön psyykkiseen hyvinvointiin sekä mielenterveyteen heti työttömäksi jouduttaessa sekä työttömyyden pitkittyessä. Tulotason tippuminen voi aiheuttaa stressiä ja itsetunto sekä minäkuva voivat joutua koetukselle. Työttömyydestä johtuvaa psyykkisen hyvinvoinnin alenemista voi edesauttaa myös työelämään kuuluvien säännöllisten päivärytmien sekä perheen ulkopuolisten sosiaalisten kontaktien menettäminen. (Kauppinen ym. 2010,

234–235.) Kauan jatkuneet sosiaaliset ongelmat ovat usein liitetty syrjäytymiseen. Syrjäytyminen on prosessi, joka voi kestää vuosia tai vastaavasti erittäin lyhyen ajan. (Ihalainen & Kettunen 2012, 99.) Mitä pidempään työttömyyden katoon jatkuvan, sitä suurempana vaarana nähdään ongelmien asteittainen syveneminen (Kauppinen ym. 2010, 235).

Arjen hyvinvoinnilla on vahva yhteys mielen hyvinvointiin, ja sitä edistävät arkiset asiat sekä tavallinen päivärytmi. Mikä tahansa toimeliaisuus lisää elämähallinnan tunnetta ja siten edistää hyvinvointia. Toimintojen ei tarvitse olla suuria, vaan perusasiat, kuten ruoanlaitto, liikunta, siivoaminen ja itsestään huolehtiminen ovat kaikki arkea rytmittäviä perusasioita, jotka tuovat myös mielihyvää lähes huomaamatta. Sosiaaliset suhteet, osallisuus työ- ja opiskeluyhteisöissä sekä harrastukset tuovat mukanaan mielihyvää. Tärkeitä terveyttä edistäviä asioita ovat liikunta, monipuolinen ravinto, sosiaaliset suhteet, uni, rentoutuminen ja lepo. (Mielenterveysalo 2020.)

## **2.2 Työllistymisen esteitä**

Työttömyys kasvoi 1990-luvun puolivälissä rajusti laman vuoksi. Työttömyyden äkillisestä noususta on palauduttu hitaasti ja palaudutaan vieläkin. Suhdanne-työttömyydestä on päädytty rakennetyöttömyyteen ja osa työvoimasta on syrjäytynyt pysyväluonteisesti työelämästä. Työttömille, jotka ovat lähellä eläkeikää tai omaavat alhaisen koulutustason, ei ole talouden rakenteen muutoksesta johtuen suurta kysyntää työmarkkinoilla. (Parpo 2007, 7.)

Vuonna 2017 taloudellisen yhteistyön ja kehityksen järjestön OECD:n tekemän tutkimuksen mukaan terveysrajoitteet, tulokseton työnhakeminen sekä työnteosta saatavat merkittävät tulot ovat suurimpia työllistymistä haittaavia tekijöitä Suomessa. Tutkimus kertoo myös, että 27 prosenttia työikäisistä henkilöistä kohosi haasteita työmarkkinoilla, heistä 18 prosenttia ei tehnyt töitä ollenkaan ja 9 prosenttia oli vain heikkenevissä määrin kiinni työmarkkinoilla. (Kuntatyönantajat 2020.) Kykyviisari-menetelmän avulla toteutetun kyselyn perusteella yleisimpänä syynä työelämään osallistumattomuudelle ovat terveyteen sekä toimintakykyyn



liittyvät haasteet. Toisena seikkana mainittiin työmahdollisuuksien puute sekä kolmantena koulutuksen ja osaamisen puute. Kykyviisari kyselyyn on vastannut yli 10 000 henkilöä joista 7491 on ollut vastatessaan täysin työttömänä. Kyselyn mukaan myös 25 prosenttia vastanneista koki oman elämäntilanteen, työmotivaation sekä työhalujen vähenemisen vaikeuttavan työelämään osallistumista. (Unkila & Savinainen 2019.)

Työttömyyden vähentämisen yhtenä tärkeimpänä toimena nähdään talouden kasvu. Taloudellisella kasvulla on suora vaikutus työllisyyden kasvuun ja työttömien työllistymiseen. Talouskasvun lisäksi työttömyyden sekä työllistymisen esteinä on myös mahdollisia yksilöllisiä syitä. Yksilölliset syyt voidaan nähdä syinä, joihin yksilö ei voi itse vaikuttaa ja syinä, joissa työttömän henkilökohtaisilla preferensseillä on merkitystä. Myös yksilölliset valmiudet, kuten ikä voi olla yhteydessä työttömän työmarkkinatilanteeseen. Omiin henkilökohtaisiin valmiuksiin työttömän on mahdotonta tai haastavaa vaikuttaa. Työttömän henkilön valinnat, kuten vapaa-ajan arvostaminen sekä läheisistä huolehtiminen työn tekemisen sijaan, ovat ainakin osittain yksilön omasta tahdosta riippuvia syitä työttömyydelle. Yksilöllisestä näkökulmasta katsoen työttömyys voidaan nähdä pakosti kohdattuna tai vapaaehtoisena. Työttömyyden uusliberaali selitysmalli arvioi työttömyyden voivan olla myös seurausta yksilön omista valinnoista tilanteissa, joissa toimeentuloturva takaa työttömälle riittävän toimeentulon tason. (Parpo 2007, 7.)

Parpon (2007, 7) mukaan tilanteissa, joissa työttömällä on useita eri esteitä työllistymiselle, tilanne nähdään erittäin haasteellisena. Taloudellisen yhteistyön ja kehityksen järjestön OECD:n tutkimuksen mukaan useat suomalaiset kohtaavat monimutkaisia sekä toisiinsa liitännäisiä työllistymisen esteitä. Noin 70 prosenttia työttömistä kohtaa samaan aikaan joko kaksi tai useamman työllistymistä vaikeuttavan tekijän. Tutkimus arvioi, ettei kyseisessä tilanteessa pelkkään yhteen työllistymistä vaikeuttavaan tekijään keskittyminen auta työllistymisessä. (Kuntatyönantajat 2020.) Työttömyyden syiden kasaantuminen voi huonoimmillaan johdattaa syrjäytymiseen tai sosiaalistumiseen, jossa yksilö omaksuu passivoituneen ja epäsosiaalisen tavan elää. Tällaisissa haasteellisissa tilanteissa työllistymisen mahdollisuudet ilman erillistä interventiota ovat pienet. (Parpo 2007, 7.)

## **3 Aktivointisuunnitelma ja kuntouttava työtoiminta**

### **3.1 Aktivointisuunnitelma**

Aktivointisuunnitelma on pitkään työttömänä olleelle henkilölle työllistymisedellytysten ja elämänhallinnan parantamiseksi laadittava suunnitelma, jonka työ- ja elinkeinotoiminta ja kunta laativat henkilön kanssa yhdessä. Aktivointisuunnitelmasta löytyvät henkilön koulutusta ja työuraa koskevat tiedot sekä arvio aikaisempien työvoimapalveluiden vaikuttavuudesta. Siitä löytyvät myös arvio edellisten henkilölle suunniteltujen työllisyysuunnitelmien toteutumisesta ja toimenpiteet, kuten esimerkiksi työtarjoukset ja muut työvoimapalvelut ja kuntouttava työtoiminta. Suunnitelmaa ennen selvitetään mahdollisuus tarjota työtä tai julkisia työvoimapalveluita. Suunnitelmaan sisältyvät myös muut työllistymismahdollisuuksia parantavat sosiaali-, terveys-, kuntoutus- ja koulutuspalvelut. Jos arvioidaan, että henkilö ei voi osallistua julkisiin työvoimapalveluihin tai työhön, suunnitelmaan sisällytetään kuntouttava työtoiminta tai muu kuntoutuspalvelu. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 937/2012, 2 §. 8 §.) Jos aktivointisuunnitelmaan sisältyy kuntouttava työtoiminta, siitä tulee löytyä kuntouttavan työtoiminnan kuvaus ja järjestämispaikka, päivittäinen ja viikoittainen kesto, jakson alkamisajankohta ja pituus, muut henkilölle tarjottavat palvelut kuten sosiaalipalvelut, sekä ajankohta, jolloin suunnitelma arvioidaan uudelleen. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 1372/2014 § 9.)

Aktivointisuunnitelma tehdään alle 25-vuotiaille asiakkaille, joille on laadittu työllisyysuunnitelma, jos hän on saanut työttömyysetuutta vähintään 180 päivältä viimeisen 12 kalenterikuukauden aikana. Aktivointisuunnitelma tehdään myös, jos henkilö työllisyysuunnitelman lisäksi saanut 500 päivän työttömyyspäivärahauden ajan työttömyyspäivärahaa. Suunnitelma tehdään silloinkin, kun henkilölle on tehty työnhakijan haastattelu ja hänen pääasiallinen toimeentulonsa on perustunut toimeentulotukeen viimeisen neljän kuukauden ajan. Suunnitelma tehdään myös 25 vuotta täyttäneelle, jolle on laadittu työllisyysuunnitelma ja joka on saanut työttömyysetuutta vähintään 500 päivältä. Suunnitelma voidaan tehdä

myös henkilölle, joka on saanut 500 päivän työttömyyspäivärahaikauden jälkeen työttömyysetuutta 180 päivältä tai jonka pääasiallinen toimeentulo on viimeisen 12 kuukauden aikana perustunut toimeentulotukeen. Aktivointisuunnitelma keskeytyy, kun asiakas saa töitä tai aloittaa päätoimiset opinnot. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019b.)

### **3.2 Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen**

Kuntouttava työtoiminta määritellään palveluksi, jonka tarkoituksena on parantaa henkilön elämänhallintaa sekä luoda edellytyksiä työllistymiselle ja jossa ei synny virkasuhdetta tai työsuhdetta henkilön ja toimintaa järjestävän tahon välille. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 702/2020, 2 §.) Sosiaali- ja terveysministeriön mukaan kuntouttavan työtoiminnan tavoitteina puolestaan on ehkäistä työttömyyden aiheuttamia kielteisiä vaikutuksia asiakkaan toimintakykyyn, vahvistaa elämän- ja arjenhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä sekä ehkäistä syrjäytymistä tarjoamalla mahdollisuutta työtoimintaan ja muihin palveluihin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2021.)

Kuntouttavan työtoiminnan tarkoitus on parantaa pitkään jatkuneen työttömyyden perusteella työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavan henkilön edellytyksiä työllistyä avoimilla työmarkkinoilla sekä edistää hänen mahdollisuuksiaan osallistua koulutukseen ja työ- ja elinkeinoviranomaisten tarjoamaan julkiseen työvoimapalveluun. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 937/2012, 1 §.) Kuntouttavan työtoiminnan palveluun voi kuulua sekä yksilö- että ryhmätoimintaa, jota on mahdollista toteuttaa erilaisissa ympäristöissä. Palveluun on sisällytettävä henkilön tarvitsema tuki sekä ohjaus. Ohjausta tulee antaa joko henkilökohtaisesti tai ryhmässä. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 702/2020, 13 a §.)

Kuntouttavan työtoiminta on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu ja sen järjestämisestä vastaa kunta. Kunta voi järjestää kuntouttavan työtoiminnan kunnan eri yksiköissä joko itse, tai sen järjestäjänä voi olla kuntayhtymä, valtio, rekisteröity säätiö, yhdistys tai uskonnollinen yhteisö. Näiden lisäksi kunta voi tehdä kirjallisen sopimuksen kuntouttavan työtoiminnan järjestämisestä toisen kunnan, kuntayhtymän, rekisteröidyn yhdistyksen, rekisteröidyn säätiön, valtion viraston

tai rekisteröidyn uskonnollisen yhdyskunnan kanssa. Kuntouttavaa työtoimintaa ei saa hankkia tai järjestää yrityksessä, eikä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden työpanosta saa käyttää taloudellisen voiton tekemiseen. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 702/2020, 6 §.13 §.)

Työtoimintaa pitää järjestää asiakkaan työssäkäyntialueella tai myös muualla, jos asiakas suostuu siihen. Toiminta ei saa korvata muita asiakkaan tarvitsemia lakisääteisiä palveluita tai virka- tai työsuhteessa tehtävää työtä. Toimipaikka ei saa myöskään olla riippuvainen asiakkaan työpanoksesta. Asiakkaalla on myös oikeus saada hyvää sosiaalihuoltoa ja usein kuntouttavassa työtoiminnassa tarvitaankin moniammatillista tiimiä. Sosiaali-, terveys-, kuntoutus-, ja työllisyyspalvelujen eri ammattilaisten yhteistyö edistää parhaiten asiakkaan kuntoutumista ja elämänhallintaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020b.)

### **3.3 Kuntouttavaa työtoimintaa Joensuussa**

Joensuun kaupunki tarjoaa erilaisia työpajoja kuntouttavassa työtoiminnassa oleville henkilöille. Kuntouttava työtoiminta sosiaalipalveluna edistää asiakkaan hyvinvointia, toimintakykyä ja osallisuutta työtoimintojen avulla ja sen tarkoituksena on edistää pidempään työttömänä olleen valmiuksia työmarkkinoille (Vartiainen 2016). Työpajoille tulijoilla on jokaisella omat henkilökohtaiset tavoitteensa, joiden eteen pajoilla työskennellään. Tavoitteet vaihtelevat ammatillisista kuntoutuksellisiin tai sosiaalisista terveydellisiin asioihin. Kuntouttava työtoiminta on sosiaalipalvelu, johon voi hakeutua Siun soten sosiaaliohjauksen kautta. (Joensuun kaupunki 2020.)

Joensuun kaupungin tarjoamia työpajoja ovat autopaja, IT-paja, liikkuva paja, puupaja, musiikkipaja, taidepaja ja tekstiilipaja. Toiminnan sisältö suunnitellaan asiakkaan elämäntilanteen ja kiinnostuksen kohteiden pohjalta, ja palvelua voidaan järjestää ryhmä- ja pajatoimintana yhteistyössä sekä julkisen että kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. (Joensuun uutiset 2016.) Esimerkiksi autopajalla tutustutaan ajoneuvotekniikkaan, jossa päivittäiseen toimintaan kuuluvat ajoneuvojen korjaus ja huoltotehtävät. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden on myös mahdollista huoltaa esimerkiksi omia ajoneuvojansa. Pajan teemoja ovat

ajoneuvotekniikka, ajoneuvojen korjaus ja huolto, tuunaus, vierailut alan yrityksiin ja polkupyörähuolto. (Joensuun kaupunki 2020.)

## **4 Kuntouttavassa työtoiminnassa huomioitavia asioita**

### **4.1 Ohjaajuus sosiaalialalla**

Sosiaali- ja terveysalalla asiakkaan ohjaus on sidoksissa esimerkiksi lakeihin, ammattikäytänteisiin ja suosituksiin, eettisiin periaatteisiin ja hyviin tapoihin. Se voi olla käytännön ohjausta ja opastuksen antamista. Ohjaus on monitahoista ja siihen on monta lähestymistapaa. Sitä voidaan tarkastella työmuotona, kohtausena, jossa ohjattava ja ohjaaja tavoitteena on ohjattavan oppiminen, päätösten tekeminen ja elämäntilanteen koheneminen. Vehviläisen (1999) mukaan ohjauksessa ohjattava oppii käsittelemään kokemuksiaan, ratkaisemaan ongelmiaan, käyttämään resurssejaan ja suuntaamaan omaa oppimistaan. Vehviläisen (1999) ja Spangarin ym. (2000) mukaan ohjaus on tilanne, jossa ohjaaja asettuu ohjattavan palvelukseen tarjoamalla aikaa, huomiota ja kunnioitusta päämääränään asiakkaan mahdollisuus tutkia tilannettaan, tulla kuulluksi ja elää voimavaraisemmin ja paremmin voiden. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen, & Mäkelä 2011, 15–16.)

Potterin ja Wetherellin (1987) mukaan vuorovaikutusta ohjaustilanteissa voidaan tarkastella kielellisenä toimintana, johon sisältyvät kirjoitettu, puhuttu, verbaalinen ja ei-verbaalinen toiminta. Ohjausvuorovaikutus toteutuu käyttämällä kielen keinoja ja jokaisen vuorovaikutustavat ovat yksilöllisiä. Ne myös heijastavat henkilön oma persoonallisuutta ja vuorovaikutustilanteissa toiminta on usein spontaania ja tiedostamatonta. Ammattimainen ohjaus sisältää kuitenkin ohjauksen eri kielellisten työvälineiden tietoista hallintaa ja käyttöä, ja näitä työvälineitä voivat olla esimerkiksi avoimet kysymykset ja niiden taitava käyttö. (Vänskä ym. 2011, 36–37.)

Sosiaali- ja terveysalalla korostetaan asiakkaan kuuntelemista ja osallistamista omaa kuntoutumista koskevassa päätöksenteossa. Osallistumismahdollisuuksien tukeminen tapahtuu kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa. Sosiaali- ja terveysalalla kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen ovat keskusteluissa saatuja kokemuksia kuvaavia käsitteitä. Ne kuvaavat ohjattavan kokemusmaailmaa siitä, miten hänet on kuultu ja miten hänen näkökulmansa on otettu huomioon. Asiakaslähtöisyydessä on puolestaan kyse siitä, että työtä tehdään asiakas edellä – periaatteella. Tällöin työntekijä rakentaa keskustelua aktiivisesti ja hän kysyy, eikä tulkitse ja määrittele asioita asiakkaan puolesta. Asiakas toimii omien tavoitteidensa asettajana, ja työntekijä rooli on tukea häntä siinä. (Vänskä ym. 2011, 51. 81.)

Kurosen (2004) mukaan voimaantuminen, eli empowerment ymmärretään sekä henkilökohtaiseksi voiman tunteen rakentumiseksi, että osallisuudeksi yhteiskunnassa. Capraran ja Cervosen (2006) mukaan voimaantumiseen liitetään myös itsereflektiivisyys ja pystyvyyden kokemus. Kettunen ym. (2006b) puhuvat myös voimavaralähtöisyydestä, jolloin asiakkaan hallinnan tunnetta tuetaan ohjauksessa rohkaisemalla tämän osallistumista puheen keinoin. Empowerment voidaan myös yhdistää kasvuun, kasvatukseen, kulttuuriin ja yhteiskuntaan (Räsänen 2014, 147). Voimavaroihin keskittyminen korostaa maalaisjärkistä toimintaa, asiakkaan tahdon kunnioittamista, arjen muutosta sekä pieniä, mutta näkyviä askeleita muutokseen. Myös työntekijän oma voimaantumisen kokemus vaikuttaa asiakkaan palveluun ja tapaan ohjata. (Vänskä ym. 2011, 77. 80.)

## **4.2 Toimintakyvyn ulottuvuudet**

Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisten, psyykkisten sekä sosiaalisten ominaisuuksien suhdetta häneen kohdistuviin odotuksiin (Duodecim 2021). Toimintakyky on myös ihmisen fyysisiä, psyykkisiä sekä sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle välttämättömistä ja merkityksellisistä arjen ja jokapäiväisen elämän toiminnoista. Näitä toimintoja ovat työt, opiskelu, harrastukset, vapaa-aika sekä

itsestä ja toisista huolehtiminen omassa elinympäristössä. Toimintakykyyn vaikuttavat ympäristön vaikutukset ja sitä voidaan tukea ja parantaa asuin- ja elinympäristöön liittyvillä tekijöillä, muiden ihmisten tuella sekä erilaisilla palveluilla. Toimintakyvyn ulottuvuudet kytkeytyvät toisiinsa, ympäristöstä tuleviin vaatimuksiin ja edellytyksiin sekä terveydentilaan ja muihin henkilön ominaisuuksiin. Hyvä toimintakyky ja niitä tukeva ympäristö auttavat voimaan hyvin, löytämään oma paikkansa yhteiskunnassa, jaksamaan työssä ja selviämään itsenäisesti arjessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

Toimintakyvyn ulottuvuudet voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen, kognitiiviseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysiseen toimintakykyyn kuuluvat ihmisen fyysiset edellytykset selviytyä hänelle tärkeistä arjen tehtävistä. Fyysiseen toimintakykyyn vaikuttavia ominaisuuksia ovat esimerkiksi lihasvoima- ja kestävyys, aisti-toiminnot ynnä muut fysiologiset ominaisuudet. Psyykkiseen toimintakykyyn lukeutuvat ihmisen voimavarat, jotka auttavat häntä selviytymään arjen haasteista. Siihen liittyvät myös elämänhallintaan, mielenterveyteen ja mielen hyvinvointiin, sekä tuntemiseen ja ajatteluun liittyvät toiminnot. Näitä voivat olla kyvyt vastaanottaa ja käsitellä tietoa, tuntea, kokea ja muodostaa käsityksiä sekä kyky suunnitella elämää ja tehdä sitä koskevia ratkaisuja ja valintoja. Psyykkiseen toimintakykyyn lukeutuu myös persoonallisuus ja selviytyminen sosiaalisen ympäristön haasteista. Osa hyvää psyykkistä toimintakykyä on myös kyky tehdä harjittuja päätöksiä ja suhtautua tulevaisuuteen realistisen luottavaisesti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

Kognitiivinen toimintakyky on eri tiedonkäsittelyn osa-alueiden toimintaa, joka mahdollistaa arjessa suoriutumisen. Toiminnot ovat tiedon vastaanottoon, käsittelyyn, säilyttämiseen ja käytäntöön liittyviä. Niihin kuuluvat esimerkiksi muisti, oppiminen, keskittyminen, tarkkavaisuus, ongelmien ratkaisu ja toiminnanohjaus. Sosiaalinen toimintakyky puolestaan muodostuu yksilön, sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan välisissä vuorovaikutussuhteissa. Tämä toimintakyvyn osa-alue ilmenee vuorovaikutustilanteissa, osallisuuden kokemuk-

sina ja sosiaalisena aktiivisuutena. Se sisältää kaksi ulottuvuutta, joita ovat ihminen vuorovaikutussuhteissaan ja ihminen aktiivisena toimijana, sekä yhteisöjen että yhteiskunnan osallistujana. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

### 4.3 Syrjäytyminen ja osallisuus

Syrjäytyminen voidaan nähdä seurauksena esimerkiksi työttömyydestä, mielen-terveysongelmista, alkoholisoitumisesta tai jäämisestä yhteiskunnallisten vaikutusmahdollisuuksien ulkopuolelle. Syrjäytyminen aiheuttaa sen, ettei ihminen pysty tällöin osallistumaan täysipainoisesti normaaleihin yhteiskunnan toimintoihin, kun taas osallisuus voidaan nähdä vaikuttamisena oman elämänsä kulkuun, mahdollisuuksiin sekä palveluihin. Elämän muutosvaiheet, kuten koulun, opiskelun sekä työsuhteen tai parisuhteen loppuminen, voivat altistaa ihmisen erityisen vahvasti syrjäytymiselle. (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017, 9; Sosiaali- ja terveysministeriö 2020.)

Osallisuus on suoraan yhteydessä yksilön hyvinvointiin. Matalan osallisuuden kokemuksen on nähty olevan yhteydessä vakavaan psyykkiseen kuormitukseen, yksinäisyyteen sekä heikoksi koettuun työkykyyn. Puolestaan kokemus osallisuudesta edistää yksilön hyvinvointia, turvallisuutta, uskoa tulevaan sekä omiin mahdollisuuksiinsa. Osallisuuden tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta, köyhyyttä, syrjäytymistä ja syrjintää. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2020c.) Hyvinvoinnin lähtökohdat ovat aineellisia mahdollisuuksia, kuten riittävä toimeentulo, asuminen, koulutus sekä harrastustarvikkeet. Ne voidaan myös nähdä aineettomina asioina kuten luottamus, turva sekä luovuus. Hyvinvoinnin lähteet voivat olla myös jotakin näiden kahden väliltä, kuten esimerkiksi henkilön saamat palvelut. (Isola ym. 2017, 9.)

Osallisuus voi ilmetä myös henkilön päätösvaltana omassa elämässä ja mahdollisuutena säädellä omaa olemistaan sekä tekemistään. Osallisuus ilmenee myös



vaikuttamisen prosesseissa, missä henkilöllä on mahdollisuus vaikuttaa oman itsensä ulkopuolelle, kuten ryhmiin, palveluihin, asuinalueeseen tai laajemmin yhteiskuntaan. Osallisuus voi ilmetä esimerkiksi myös paikallisesti, kun henkilöllä on mahdollisuus panostaa yhteiseen hyvään, olla osallisena merkityksellisyyden luomisessa ja kokemisessa sekä olemaan osallisena vastavuoroisissa sosiaalisissa suhteissa. (Isola ym. 2017, 9.)

## **5 Tutkimus ja opinnäytetyöt aiheesta**

Iris Sandelinin Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselle toteuttama kirjallisuuskatsaus selvittää asiakkaiden kuntouttavalle työtoiminnalle antamia merkityksiä ja kokemuksia. Katsaus selvitti, miksi asiakas osallistuu kuntouttavaan työtoimintaan, mikä häntä motivoi osallistumaan toimintaan ja mitä hän ajattelee toiminnalla saavuttavansa. Katsaus selvitti myös kuntouttavasta työtoiminnasta saatavaa hyötyä asiakkaan kokemana, eli mitä taitoja tai osaamista asiakas on kokenut saaneensa kuntouttavasta työtoiminnasta. Kirjallisuuskatsausta varten tehtiin kattavat tietohaut liittyen asiakkaiden näkemyksiin toiminnasta. (Sandelin 2014.)

Asiakkaiden kokemukset osallisuudesta vaikuttivat ristiriitaisilta, sillä osa kokee aktivoinnin voimauttavana ja osa ei tunne aktivointisuunnitelmansa sisältöä ja osa tuo esiin aktivoinnissa esiintynyttä uhkailua ja painostusta. Keskimäärin asiakkaat ovat tyytyväisiä siihen, että ovat osallistuneet kuntouttavaan työtoimintaan. Toiminnalla on vaikuttanut olevan positiivisia vaikutuksia, kuten elämänrytmin on koettu parantuneen, toiminnasta on saatu sosiaalisia suhteita, ja asiakkaat ovat saaneet mielekästä työtä ja tekemistä. Osa on kokenut toiminnan kehittäneen osaamista ja myös taloudellisen tilanteensa parantuneen. Asiakkaat ovat kokeneet myös parannusta itsetunnossa, aktivoitumista ja lisäksi työ- ja toimintakyvyn kasvua. Toisaalta päällimmäisinä kehittämissuunnitelmissa kirjallisuuden pohjalta nousivat kuntouttavan työtoiminnan taloudellisten etuuksien parantaminen, asiakkaiden parempi tiedottaminen palvelujärjestelmästä sekä omista

oikeuksistaan, ohjauksen kehittäminen, yksilöllisemmän palvelun mahdollistaminen sekä mielekkäämpien työtehtävien tarjoamisen. (Sandelin 2014.)

Krannilan (2020) opinnäytetyössä selvitettiin kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kokemuksia kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksista heidän toimintakykynsä eri osa-alueisiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle tietoa kuntouttavan työtoiminnan kehittämiseksi. Krannilan opinnäytetyön tulokset osoittivat, että kuntouttavalla työtoiminnalla on merkittävä positiivinen vaikutus asiakkaan psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Kuntouttavan työtoiminnan koetaan vaikuttavan osallisuuden kokemukseen, mielialaan, sosiaalisten suhteiden luomiseen ja sosiaalisten kykyjen ylläpitämiseen. Positiivisia vaikutuksia tuovat erityisesti esiin sellaiset henkilöt, jotka kokevat omaavansa haasteita sosiaalisten suhteiden luomisessa sekä normaalissa päivä- ja vuorokausirytmisissä pysymisessä. (Krannila 2020.)

Helinin ja Kuivasaaren opinnäytetyössä on selvitetty asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia kuntouttavan työtoiminnan merkitystä sen asiakkaille. Tavoitteena oli myös selvittää, miten kuntouttavaa työtoimintaa voisi kehittää asiakkaiden kokemusten perusteella. Tuloksista ilmeni, että kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden arkirytmiparane ja he aktivoituvat lähtemään ulos kotoaan. Työtoiminnasta saa myös merkityksellisiä sosiaalisia suhteita. Sisällöltään kuntouttava työtoiminta on asiakkaille mielekästä, mutta sitä ei kuitenkaan koeta työllistymistä edistävänä. Kuntouttavan työtoiminnan asema yhteiskunnassa ja sosiaalialan työntekijöiden asenteet koettiin negatiivisina. Kuntouttavan työtoiminnan asiakastyötä tulisi kehittää asiakaslähtöisempään suuntaan. (Helin & Kuivasaari 2017.)

## **6 Opinnäytetyön lähtökohdat**

### **6.1 Tarkoitus ja tehtävä**

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa toimeksiantajalle sellaista tietoa, jonka pohjalta toimeksiantaja voi saada palautetta asiakkailta ja sen myötä kehittää palveluaan, eli kuntouttavaa työtoimintaa. Opinnäytetyön tutkimustehtävänä oli teemahaastattelun avulla selvittää asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta. Teemahaastattelun kysymysten teemoina toimivat asiakkaan lähtökohdat, nykytilanne, ohjaus sekä tulevaisuus. Kysymykset laadittiin yhteistyössä toimeksiantajamme Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki ry:n Kuntokievarin yksikön ohjaajien mielipiteitä ja tarpeita huomioon ottaen.

### **6.2 Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki ry**

Toimeksiantaja Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry on mielenterveyskuntoutujien oikeuden valvontaa ja yhdyssiteeksi varten vuonna 1971 perustettu yhdistys. Heidän toimintansa rakentuu toiminnan osalta jäsenten arjen aktivointiin, työtoiminnan kehittämiseen, ennaltaehkäisevän mielenterveystyön tiedottamiseen ja yhteistyötahojen kanssa toimimiseen. Lisäksi he pyrkivät korjaamaan asenteita ja käyttämään sairastuneen omia voimavaroja toipumisen tukena. (Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry 2020.)

Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n tavoitteena on mielenterveyden edistäminen, jota toteutetaan monenlaisten arvojen tuella. Näistä arvoista ensimmäinen on ihmisarvoinen kohtelu, eli kohdellaan toisia siten, miten haluaisi itseään kohdeltavan. Toisena arvona on voimavaralähtöisyys, eli vahvuuksia tuetaan voimaantumisen päämääränä. Kolmantena on yhteisöllisyys, eli kaikilla on turvallinen mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa. Viimeinen arvo on suvaitsevaisuus, eli kaikki ovat erilaisia ja kaikki ovat samanarvoisia. (Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry 2020.)

Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n toiminta on jakautunut kolmeen eri toimipisteeseen Joensuun alueella. Terapeuttista työtoimintaa erilaisten työpajojen muodossa ylläpitää Kuntokievari ja yhdistyksen ylläpitämiä asumispalveluja, joissa asiakkaille tarjotaan tukea arjen hallinnassa, tarjoavat Jokikievari ja Kotikievari. Yhdistyksellä on myös tarjolla 13 Y-säätiön omistamaa asuntoa Joensuun alueella välivuokrattavaksi. Yhdistys järjestää myös vertaisryhmä-, virkistys ja retkeilytoimintaa. Yhdistys toivottaa tervetulleeksi kaikki, jotka haluavat edistää hyvää mielenterveyttä omassa elämässään, lähipiirissään ja koko yhteiskunnassa. Matalan kynnyksen toimintaa tukee Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus. (Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry 2020.)

### **6.3 Kuntokievari**

Haastattelut toteutettiin Kuntokievarin tiloissa, joka on Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki Ry:n työ- ja päivätoimintayksikkö, joka toteuttaa kuntouttavaa työtoimintaa ja työ- ja päivätoimintaa mielenterveystoipujille. Kuntokievarilla tehtävät työt valitaan asiakkaan omien kiinnostuksen kohteiden ja taitojen mukaisesti yhdessä ohjaajien kanssa. Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään yksilöasiakkaille ja ryhmille. (Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki Ry 2019.)

Kuntokievarilla on puutyöverstas, jossa tehdään pääasiassa asiakkaiden tilauksia sekä yhdistyksen omien yksiköiden käyttöön tulevia huonekaluja ja niiden korjauksia. Käsityöpajalla taas tehdään monipuolisia tekstiilitöitä asiakkaille sekä tilauksesta että myyntiin. Käsityöpajan tuotevalikoimaan ovat tulleet mukaan myös erilaiset kierrätys-, tuunaus ja uusiokäyttöön liittyvät työt. Kuntokievarissa on mahdollista harjoitella myös sekä kiinteistönhoitoon että ruuanlaittoon ja tarjoiluun liittyviä työtehtäviä. (Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki Ry 2019.)

## 7 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

### 7.1 Laadullinen tutkimus

Kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta voidaan käyttää esimerkiksi, kun halutaan saada jostakin ilmiöstä syvälinen näkemys tai kuvaus. Laadullisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä on ymmärtää tutkimuksen ilmiötä tutkimuksen kohdehenkilöiden näkökannasta. Laadulliselle tutkimukselle on myös ominaista sen perustuvuus ihmisten omiin kokemuksiin ja heidän näkemystensä havainnointiin (Juuti & Puusa, 2020, 59).

Kvalitatiivinen tutkimusote nähdään kvantitatiivista tutkimusta joustavampana, sillä kaikkien tutkijoiden tulkintoja voidaan pitää oikeana, mikäli selviä virheitä ei esiinny tiedonkeruussa, analyysissä tai tulkinnoissa. Puolestaan kvantitatiivisessa tutkimusotteessa tuloksena saadut luvut eivät anna samanlaista tulkinnanvaraa. (Kananen 2010. 41, 43.) Laadullisessa tutkimuksessa tärkeää on myös tulkintaan sekä ymmärrykseen liittyvien prosessien tarkastelu. On pohdittava tutkijan omien näkemysten vaikutusta tehtyihin havaintoihin sekä sitä, millaisen roolin tutkijan esiymmärrys antaa tutkimukselle. (Juuti & Puusa 2020, 60.)

Laadullinen tutkimus koetaan tärkeänä monista eri syistä. Useat tutkimuskohteet, joissa laadullista tutkimusta käytetään syntyvät vuorovaikutuksessa, ovat abstrakteja, tulkinnallisia sekä aikaan ja paikkaan sidonnaisia. Laadullinen tutkimus mahdollistaa moniäänisyyden sekä antaa äänen myös vähemmistölle. Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään yksittäisten tapausten tarkkailuun ja olennaista on tutkittavien ihmisten näkökulma sekä tutkijan vuorovaikutus havainnon kanssa. (Juuti & Puusa 2020, 62, 76.)

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, sillä tutkimuskysymyksen haluttiin mahdollisimman laaja ja syvälinen kuvaus. Tutkimusmenetelmää vali-

nessa painotettiin tutkimuksen kohdehenkilöiden osallistamista, sekä heidän subjektiivisten kokemustensa esille tuomisen näkökulmaa. Tärkeänä nähtiin myös vuorovaikutus ja haastattelutilanteen joustavuus.

## 7.2 Aineiston kerääminen

Haastattelu käsitetään yhtenä tiedonhankinnan perusmuodoista. Käyttäytymis- sekä yhteiskuntatieteissä tutkimushaastattelu sen eri muodoissa on yksi käytetyimmistä menetelmistä. Haastattelu menetelmänä on moniin tarkoituksiin soveltuva, sekä joustava tapa saada syvällistä tietoa. Haastattelu pohjautuu kielelliseen vuorovaikutukseen ja on tyyliltään keskustelunomainen. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 11.) Haastattelua tehtäessä tutkijan tehtävänä on tuoda esiin haastateltavan ajatuksia, käsityksiä, kokemuksia ja tunteita. Tutkimushaastattelu on toimintaa, joka perustuu käsitteisiin, merkitykseen sekä kieleen. Haastatteluun liittyy molempien haastattelun osapuolien aiemmat kokemukset, jotka osaltaan vaikuttavat haastattelun tulkintaan. Haastattelu eroaa normaalista keskustelusta sen informaationhakuisuudella sekä ennalta suunnitellulla päämäärällä. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 41–42.)

Laadullisen tutkimuksen eniten käytetty tiedonkeruumenetelmä on teemahaastattelu. Teemahaastattelu voidaan toteuttaa ryhmälle sekä yksilölle. Yksilöhaastatteluissa tuotettu tieto on verrattuna ryhmähaastatteluun luotettavampaa sekä spesifimpää, minkä vuoksi yksilöhaastattelut koettiin tutkimuskysymyksen kannalta sopivammaksi vaihtoehdoksi. (Kananen 2010, 53.) Teemahaastattelussa käytetään yksityiskohtaisen kysymyksien sijaan etukäteen valittuja ja keskeisiä teemoja sekä niihin liittyviä tarkentavia kysymyksiä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87).

Teemahaastattelussa tärkeänä nähdään yksilön omat tulkinnat ja niille annetut merkitykset sekä merkitysten syntyminen käydyssä vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2010 42, 48.) Teemahaastattelussa hyötynä on se, että haastateltavien vastausten perusteella kysymyksiä voidaan tarkentaa sekä syventää. Teemahaastattelulla pyritään tuomaan esille ihmisten omia tulkintoja ja merkityksiä asioista, sekä tarkastellaan merkitysten syntymistä vuorovaikutuksessa. (Tuomi

& Sarajärvi 2018, 87–88.) Haastattelun onnistumisen kannalta koettiin erityisen tärkeäksi haastateltavien omakohtaisten kokemusten ja tulkintojen esille tuominen, minkä vuoksi teemahaastattelu oli sopiva menetelmä opinnäytetyöhön.

Tutkimuksessa haastateltiin yhdeksää Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n kuntouttavan työtoiminnan asiakasta, jotka toimeksiantaja osoitti. Ennen tutkimuksen tekemistä toimeksiantajalta haettiin tutkimuslupa ja haastatteluun osallistuminen oli vapaaehtoista. Haastatteluun osallistui sekä miehiä että naisia, jotka olivat iältään 27–58-vuotiaita. Koulutustausta vaihteli, mutta kaikilla osallistujilla oli vähintään toisen asteen tutkinto. Osa haastateltavista ei vastannut kysymykseen iästä ja/tai sukupuolesta, minkä vuoksi tarkkaa ikä- tai sukupuolijakaumaa ei voitu määrittellä.

Teemahaastattelu koettiin sopivana tiedonkeruumenetelmänä opinnäytetyöhön. Vaikka teemahaastattelu olikin jaoteltu tarkasti eriteltyihin teemoihin, sen koettiin mahdollistaneen keskusteluiden joustavan etenemisen sekä tarvittaessa teemojen ulkopuolelle menemisen. Teemahaastattelun joustavuus ja helppo käytettävyys tekivät haastattelutilanteesta rentoja ja vapaamuotoisempia molempien osapuolien kannalta. Teemahaastattelu menetelmänä oli ennestään vieras, mutta siihen tutustuminen koettiin mielenkiintoisena sekä opettavana kokemuksena ja sitä käyttämällä saatiin opinnäytetyöhön hyödynnettäviä vastauksia

Tutkimuskysymyksiin kerättiin tietoa yksilöhaastatteluilla teemahaastattelumenetelmällä. Haastattelurunko jakautui neljään eri teemaan ja haastattelukysymykset laadittiin teoriaan perehtymällä ja tarvelähtöisesti. Teemoiksi valikoituivat asiakkaan lähtökohdat, nykytilanne, ohjaus sekä tulevaisuus. Haastattelurunkoa (liite 1) lähdettiin rakentamaan Kuntokievarin työntekijöiden kanssa pidetyn palaverin pohjalta ja mahdollisista kysymyksistä keskusteltiin toimeksiantajan kanssa ja haastattelurunkoa muokattiin muutaman kerran ennen kuin kaikki olivat siihen

tyytyväisiä. Haastatteluun osallistui yhdeksän kuntouttavan työtoiminnan asiakasta, jotka toimeksiantaja osoitti. Haastattelut toteutettiin osana kuntouttavan työtoiminnan ohjausta.

Haastattelutilanteessa paikalla oli aina yksi haastattelija, eli toinen opinnäytetyön kahdesta tekijästä ja yksi haastateltava. Taustalla oli ajatus, että tilanne saattaisi olla vähemmän jännittävä näin ja haastateltavat kokisivat olonsa mukavammiksi. Haastattelutilanteissa jotkut asiakkaat tekivät esimerkiksi samalla käsitöitä ja tämä sallittiin, sillä käsillä tekeminen ei häirinnyt haastattelua, vaan näytti jopa rentouttavan tilannetta. Haastatteluissa haastattelurunko (liite 1) käytiin läpi, ja se oli toimitettu haastateltavalle saatekirjeen (liite 2) kanssa jo ennen haastattelua ja lisäksi haastattelijan oman harkinnan mukaan esitettiin mahdollisia jatkokysymyksiä.

Haastattelutilanteissa kerrottiin aluksi, että haastattelut annetaan anonyymisti ja ne äänitetään sekä litteroidaan, minkä jälkeen äänitteet hävitetään. Kaikki haastateltavat eivät kuitenkaan halunneet haastattelua äänitettävän, joten asia ratkaistiin kirjoittamalla yksi haastatteluista käsin. Haastattelun luotettavuuden ja oikein ymmärtämisen varmistamiseksi haastattelija pyrki varmistamaan haastateltavalta, että muistiinpanot pitivät paikkansa ja että asia oli käsitetty mahdollisimman asianmukaisesti.

Haastatteluista litteroituja sivuja syntyi 25. Sivusta poistettiin kaikki tutkimustehävää hyödyttämätön tieto. Haastattelut kestivät keskimäärin noin 5–15 minuuttia ja pisimmillään 60 minuuttia. Haastattelujen kestoon vaikuttivat jossain määrin haastattelukysymysten ymmärrettävyys, sekä haastateltavan mielenkiinto aihepiiriä kohtaan. Myös haastateltavien lisäkysymykset sekä puheen rönsyäminen pidensivät haastatteluajoja.



### 7.3 Aineiston käsittely ja teemoittelu

Aineistoa analysoidessa tutkija pyrkii lukemaan aineistoa toistuvasti ja näin tehdessään hän pyrkii saamaan vihjeitä siitä, minkälaisiin teemoihin hän voisi aineistoa ryhmitellä (Juuti & Puusa 2020, 143). Hirsjärven & Hurmeen (2010, 138–140) mukaan aineisto kannattaa ehdottomasti purkaa tietokoneelle, mitä ennen tekstinkäsittelyohjelmiin ja niiden vaatimukseen kannattaa tutustua etukäteen. Hirsjärven ja Hurmeen (2010, 141) mukaan puolestaan litteroidusta ja tietokoneella olevasta tekstistä voidaan etsiä erilaisia teemoja esimerkiksi etsi –komennolla ja tietoja voi muokata yksinkertaisimmillaan leikkaa ja liimaa –toiminnolla.

Teemoja, eli keskeisiä aiheita muodostetaan usein aineistolähtöisesti, eli etsimällä tekstistä joko yhdistäviä tai erottavia seikkoja. Tutkijalla voi olla jo aineistoa kerätessä mielessä tavoitteita ja tutkimuskysymyksiä ja se, mitä aineistosta ollaan hakemassa, eli mitkä ovat tutkimustehtävät ja –kysymykset. Teemoittelu on luonteva tapa edetä esimerkiksi teemahaastatteluaineiston analysoimisessa. Teemat ja alateemat, eli asiat joista haastateltavien kanssa on puhuttu, löytyvät jo haastatteluista. Aineistoa voidaan litteroinnin jälkeen järjestellä teemoittain ja teemat voivat muistuttaa käytettyä teemahaastattelurunkoa. Aineistosta voi löytyä myös uusia teemoja ja ihmisten puheesta litteroitua tekstiä tulee tarkastella ennakkoluulottomasti. (Tietoarkisto 2021a.)

Teemojen muodostamisessa voidaan käyttää apuna esimerkiksi taulukointia apuna havainnoimaan aineiston keskeisiä seikkoja ja yhteisiä nimittäjiä, eli teemoja. Myös tyypillisiä elementtejä sisältävien tyyppien, eli kuvausten tai kertomusten sisältö voidaan teemojen kautta eritellä tai siirtyä teemoittelusta tyyppitellyyn. Aineistoa järjesteltäessä teemojen mukaan kunkin teeman alle kootaan haastatteluista ne kohdat, joissa tästä kyseisestä teemasta puhutaan. Järjestely voi tapahtua käsin tai tekstinkäsittelyn avulla ”leikkaa-liimaa” -toiminnolla. Tutkimusta raportoitaessa esitetään yleensä myös sitaatteja, eli näytteitä. Tämän tarkoituksena on antaa havainnollistavia esimerkkejä ja myös tarjota lukijalle todiste aineistosta, johon hän analyysinsä pohjaa. Sitaattien tulee olla harkittuja ja tutkijan pitää pohtia, minkälaisia tietoja sitaateista käy ilmi. (Tietoarkisto 2021a.)

Kun kaikki haastattelut oli tehty, tallenteet litteroitiin, eli purettiin haastatteluaineiston äänitteistä tekstimuotoon. Lukuun ottamatta yhtä haastattelua, joka kirjoitettiin heti tekstimuotoon. Tarkoituksenmukaisena ei koettu litteroida koko haastatteludialogia sanasta sanaan vaan haastatteluista pyrittiin litteroimaan merkitykselliseksi koetut osuudet. Tämä tarkoittaa, että ylös ei kirjattu esimerkiksi puheen taukoja tai naurahduksia. Haastattelijan puheesta litteroitiin mahdolliset jatkokysymykset.

Aineistoa lähdettiin työstämään ja teemoittelemaan ensin poistamalla aineistosta ylimääräisiä ja tulosten kannalta merkityksettömiä sanoja ja asioita. Tämän jälkeen kaikki yhteen haastattelurungon teemaan ja sen alla olevaan kysymykseen saadut vastaukset siirrettiin yhden kysymyksen alle allekkain. Tämän jälkeen vastauksia supistettiin koko ajan silmällä pitäen tutkimuskysymyksiä. Materiaalin supistuessa pyrittiin koko ajan varmistamaan, että vastauksen idea ei muutu ja että yhteys aineistoon säilyy.

Haastattelurungon valmiita teemoja hyödynnettiin, mutta niiden alle nousi myös alateemoja. Esimerkiksi arkeen liittyvät vastaukset laitettiin ”Arki” alateeman alle ja sen ympärille rakentui lisää alateemoja, kuten päivärytmi, kotoa ulos lähteminen ja niin edelleen. Yläluokkina käytettiin haastattelurungossa valmiina olevia teemoja. Vastauksia leikattiin ja liimattiin niin kauan sopiville paikoille, kunnes teemojen koettiin olevan tuloksissa hyödynnettäviä, sopivia ja ymmärrettäviä. Tämän jälkeen tuloksia avattiin tekstimuodossa etsien niistä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia kooten tulokset yhdeksi kokonaisuudeksi. Analyysipolusta on opinnäytetyön liitteissä esimerkki (liite1).

## 8 Tulokset

### 8.1 Asiakkaan lähtökohdat

Asiakkailla oli hyvin erilaisia ja myös vaihtelevia kokemuksia työelämästä. Osa haastateltavista ei ollut ikinä ollut työelämässä, mutta sen sijaan heillä oli kokemusta esimerkiksi työkokeiluista sekä –harjoitteluista. Osalla vastaajista oli työelämästä hyviä kokemuksia varsinkin silloin, kun työn sisältö on ollut mielekästä ja toisilla positiivisten kokemusten syntyyn ovat vaikuttaneet työkaverit sekä ryhmässä tehtävä työ.

Negatiivisia kokemuksia työstä oli kuitenkin useammalla asiakkaalla. Kokemusta heikentäviksi tekijöiksi nimettiin muun muassa yksin tehtävä työ, työpaikkakiusaaminen, stressaava työ, uhkailu ja mahdottomat vaatimukset. Vastaajat olivat kokeneet esimerkiksi kyseenalaistamista, piikittelyä, pilkkaamista, potkuilla uhkailua ja kyykyttämistä. Esiin nousi myös kokemus siitä, että työntekijän mahdollisia yksilöllisiä haasteita ei oteta huomioon ja erilaisuudelle ei anneta sijaa työelämässä, vaan töissä painostetaan olemaan nopea ja osa vastaajista kokikin olleensa liian hidas työelämään.

Usealla asiakkaalla työntekoa ja työelämässä jatkamista hankaloitti terveydentila. Työn lopettamiseen, vaihtamiseen tai pitkille sairauslomille jäämiseen vaikuttivat erilaiset fyysiset ja psyykkiset sairaudet, kuten mielenterveysongelmat ja allergiat. Monella terveydentila onkin sellainen asia, mikä vaikuttaa vielä nykytilanteeseenkin.

Asiakkaiden tulevaisuudennäkymiin työllistymisestä vaikuttivat yhä negatiiviset vanhat kokemukset työelämästä. Myös kokemus huonosta itsetunnosta vaikeutti tulevaisuuden ajattelua. Joidenkin asiakkaiden kohdalla oli kokemus, että itsessä

ei ole sellaista kehitettävää, joka lisäisi työllistymisen mahdollisuutta, vaan syynä työttömyydelle oli työkokemuksen puute. Toisilla asiakkailla oli edelleen ajatus siitä, että jos palaisi työelämään, tulisi lisää huonoja kokemuksia.

– – No tääki kuitenkin menee pieleen ja se pomo on varmasti ihan hirvee ja se työilmapiiri, et siellä puukotetaan selkään ja ollaan ilkeitä.

Asiakkailla oli myös ajatuksia siitä, miten takaisin työelämään siirtyminen helpotuisi ja minkälainen rooli kuntouttavalla työtoiminnalla on tässä asiassa. Useammalla haastateltavalla nousi esiin negatiivisten kokemusten myötä itsetuntoon liittyviä ajatuksia ja myös muuttunut työelämä mietitytti. Asiakkaat näkivät, että huonojen kokemusten tilalle pitäisi saada hyviä kokemuksia työstä, joita on mahdollista saada kuntouttavan työtoiminnan avulla. Koettiin myös, että toisen alan opiskelu, jaksamisen ja työkyntoisuuden vahvistaminen, terveydentilan kohentaminen, omien voimavarojen rauhassa kokeilu, tiedon lisääntyminen ja oppiminen edesauttaisivat työelämään siirtymistä. Iso osa asiakkaista uskoi työttömyyden olevan ohimenevä vaihe ja eteenpäin pääsemiseksi oli otettava pieniä askeleita elämän uudelleenrakentamiseksi. Asiakkaat olivat pääasiassa sitä mieltä, että kuntouttava työtoiminta auttaa työllistymisessä. Monilla mahdollinen työllistymisen tulevaisuudessa vaikutti kuitenkin vielä kaukaiselta ajatukselta ja kaikilla se ei ollut tavoitteena. Osa ei kokenut työllistymistä haaveena esimerkiksi oman psyykkisen sairautensa tai huonon jaksamisensa vuoksi.

– – Pitäs varmaa opiskella jottain toista allaa tai jotaki että pääsis ehkä jonnekki ja seki o ehkä. Se ei oo nii iisi.

## **8.2 Nykytilanne ja kuntouttavan työtoiminnan merkitykset asiakkaalle**

Haastatteluissa toistuva käsite kuntouttavan työtoiminnan merkityksestä asiakkaiden elämässä oli arki. Kaikki vastaajat kokivat, että kuntouttava työtoiminta oli rytmittänyt arkea jollakin tavalla. Arkirytmien lisäksi päivä- ja viikkorytmi nousivat asioiksi, mitä asiakkaat kokivat säännöllisten menojen luoneen. Arkirytmisiä olivat

luoneet myös ne seikat, että pitää herätä ja on myös syy herätä aamulla, on lähtö itselle mieluisaan paikkaan ja on jotakin tekemistä. Koettiin, että kun tottuu heräämään aamulla kuntouttavaan työtoimintaan, herää aikaisemmin myös sellaisina aamuina, kun toimintaa ei ole. Tämä on vaikuttanut positiivisesti arkeen ja sen on koettu parantuneen, sillä se on lisännyt myös esimerkiksi liikunnan harrastamista vastaajien elämässä.

Tärkeäksi koettiin myös se, että kuntouttava työtoiminta katkaisee kotona oloa ja monella kotoa ulos lähteminen toiminnan myötä oli merkityksellinen, vaikkakin osalle haasteelliseksi koettu asia. Osa vastaajista toi esille, että pelkkä kotona olo ei tee hyvää terveydelle ja yhtenä kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena onkin ollut kotona olemisen katkaisu. Toisten elämässä toiminnan ainoana merkittävänä vaikutuksena koettiin olevan se, että lähtee välillä kodin ulkopuolelle. Osalle asiakkaista kuntouttava työtoiminta on ollut sopiva väylä testata, mihin oma jaksaminen riittää ja osalla oli myös kokemus siitä, että voimat ovat alkaneet hiljalleen palautumaan liikkeelle pääsyn myötä sekä elämä on alkanut tasapainottua.

Voimat on tullu vähä enemmän takasin. – – Nyt on päässy liikkeelle taas ni.

Toinen toistuvasti vastauksissa esiin noussut teema oli sosiaalisten suhteiden merkitys. Toiset vastaajat kokivat kuntouttavassa työtoiminnassa käynnin olevan jopa pakollista altistumista sosiaalisille tilanteille, mutta näkivät asian siitä huolimatta positiivisena. Niin sanottu pakollinen altistuminen sosiaalisille tilanteille nähtiin hyvänä seikkana koska sosiaalisuus koettiin tärkeänä ominaisuutena työelämässä. Sosiaaliseen kanssakäymiseen ja sosiaalisiin kontakteihin nähtiin lukeutuvan perusoleminen ihmisten kanssa, minkä koettiin osaltaan lisäävän yhteisöön kuulumisen tunnetta ja osallisuuden kokemuksia. Osa vastaajista koki, että haluaisi olla vähemmän sosiaalinen kuin mihin toiminta velvoittaa. Vastaajille kuitenkin mahdollistettiin myös vähäisempi sosiaalinen kanssakäyminen, mikä nähtiin hyvänä asiana.

Asiakkaat ovat ohjautuneet Kuntokievariin erilaisista syistä, mutta eniten esille nousseena tekijänä vaikutti olevan Kuntokievarin itselle sopivaksi koettu tarjonta. Näihin asioihin lukeutuivat kaikenlainen mielekkääksi koettu käsillä tekeminen, eli puutyöt, käsityöt, askartelu, piirtäminen ja kiinnostus kuvataiteeseen. Asiakkaat olivat tulleet Kuntokievarin palvelujen piiriin eri reittejä pitkin, kuten esimerkiksi TE-toimiston tai sosiaalityöntekijän ohjaamana. Osa on löytänyt paikan itse ja on ohjautunut Kuntokievarille sen ajatuksen pohjalta, että jotakin pitää tehdä ja toisille Kuntokievari on ollut tällä hetkellä paras vaihtoehto. Kuntokievari on ollut asiakkaille kiinnostava käsillä tehtävän työn lisäksi siksi, että asiakkaat kokevat, että sinne on helppo mennä matalalla kynnyksellä, heiltä ei vaadita liikaa, sinne saa mennä siihen aikaan päivästä, kun itselle sopii ja se on helppo tapa saada kosketuspintaa työelämäänsä. Osa palvelun piirissä olevista taas ohjautuivat paikkaan pakosta, sillä heillä ei ollut enää mahdollista tehdä esimerkiksi työkokeiluja tai vallitseva tilanne oli sulkenut toisia toimipisteitä.

Asiakkaat arvioivat Kuntokievarilla olevan muutamia kehityskohtia. Toisille kuntouttava työtoiminta tuntui vieraalta ja sinne lähtö herätti jopa ärsyyntyneisyyttä. Jotkut vastaajat olivat kokeneet jotkin kuntouttavassa työtoiminnassa yllättäen jaetut tehtävät stressaavina ja toivoneet työltä lisää ennakoitavuutta stressin vähentämiseksi. Jotkut asiakkaat puolestaan olisivat toivoneet enemmän heidän tavoitteitansa sekä pyyntöjensä huomioivaa työskentelyä talon omien töiden sijasta. Muutama asiakas siis koki työn hiukan suorittamiskeskeisenä ja toivoi työltä kuntouttavampaa työotetta.

Asiakkaat kokivat Kuntokievarin toiminnan kuitenkin enemmän positiivisena ja toimivana muutamaa kehityskohtaa lukuun ottamatta. Toiminnan koettiin enimmäkseen olleen mielekäästä, mielenkiintoista, opettavaista ja näkivät siitä tulleen hyviä kokemuksia sekä ideoita. Asiakkaat nimesivät Kuntokievarin hyviksi puoleksi hyvän ryhmähengen, turvallisen ja palkitsevan ilmapiirin, toimivuuden ja tarkoituksenmukaisuuden. Useampi asiakas koki Kuntokievarille tulemisen palkitsevana ja turvallisenä. Asiakkaat myös kokivat, että toiminnassa saa olla oma

itsensä, siitä saa onnistumisen kokemuksia ja toisaalta on OK epäonnistua. Kuntokievarilla saa asiakkaiden mukaan tehdä hyödyllisiä asioita ja myös työtehtävien vaihtelevuus nähtiin hyvänä asiana. Valtaosa vastaajista kertoo tulevansa paikalle mielellään ja että toiminta tuottaa hyvää mieltä. Osa vastaajista kertoo tulevansa paikalle pakosta ja suorittaen, mutta paikan päällä huomaakin toiminnan olevan mukavaa ja tiedostavat sen, että kuntouttava työtoiminta on heidän omaksi parhaakseen.

### 8.3 Ohjaus

Kuntokievarin ohjaajuuden asiakkaat näkivät kannustavana, käytännöllisenä ja omia tavoitteita tukevana. Lähes kaikki asiakkaat kokivat ohjaajille puhumisen helppona sekä luontevana. He myös kokivat, että ohjaajilta saa ja voi kysyä helposti neuvoa ja apua. Asiakkaat kokivat hyvänä myös sen, että heiltä itseltään kysellään kuulumisia ja osa vastaajista on saanut ison avun ohjaajien kanssa käydyistä keskusteluista. Ohjaajat ovat onnistuneet luomaan sellaisen olon, että saa epäonnistua ja heidän hyvä palautteensa on koettu kohentaneen itsetuntoa. Moni vastaaja on kokenut ohjaajuuden olevan heille sopivanlaista. Jotkut asiakkaista puolestaan kokevat, että ohjaajilla on välillä kiire ja osa vastaajista ei ole hakeutunut omasta valinnastaan ohjaajien kanssa keskusteluihin. Jotkut vastaajista kaipasivat ohjaajilta tilaa ja ymmärrystä. Asiakkaat kokevat, että hyvä ohjaus olisi sellaista, että siinä on määrätietoinen työote. Asiakkaat toivat esille myös, että mallioppiminen hyödyttäisi heitä. Useampi asiakas toivoi myös entistä yksilöllisempää ja henkilökohtaisempaa ohjausta. Asiakkaille merkityksellistä oli myös rento työote.

– – Et jos tulee joku pieniki semmonen mitä ei ite tie ni noilt on hyvä kysyy neuvoo ni sit ne ohjaa tosi hyvin.

– – Tietysti joskus niillä on kiire mutta kyllä sillee ihan hyvää saan. Kysyn aina jos en tiä jostain.

Lähes kaikki asiakkaat kokivat, että he voivat vaikuttaa kuntouttavan työtoiminnan sisältöön eri tavoin. Useimpien mielestä toimintaan pystyi vaikuttamaan siten, että tuo omia ajatuksia sekä mielipiteitä esille ohjaajille ja niitä myös kysytään. Koettiin myös, että ohjaajien kanssa voi keskustella ja että oma aiempi osaaminen ja omat mielenkiinnon kohteet otetaan huomioon hyvin. Myös toiveita varten esille asetettu laatikko nousi esiin. Toisaalta oli myös kokemus siitä, että omia toiveita ei ollut otettu riittävästi huomioon. Käytännön tasolla omaan työhön sai vaikuttaa esimerkiksi siten, että sai pitää taukoja ja muutenkin tauottaa omaa työtään haluamallaan tavalla.

No miusta täällä saa aika hyvin niinku luovii ite. Tehä siis mikä kiinnostaa kun ehottaa ite vaikka jottai ja sitten tota. – – Ja tuohon toiminnan sisältöön niinku no toimintahan on lähinnä siis sitä justiin et et mitä sie ite haluat tehä.

Sen verran oon pystyny vaikuttaa että miun osaaminen on otettu huomioon. Että missä mie oisin hyvä ja mitä osaisin niin sen mukaan on sitten tehtävää järjestetty.

Varmaa jos kävisin sanomassa ni uskon että kyllä kuuneltas.

#### **8.4 Tulevaisuus**

Ryhmätoiminnaksi useampi asiakas toivoi keskusteluryhmää tai vertaistukiryhmän kaltaista toimintaa, mutta heille oli myös tärkeää, että toiminta on ehdottoman luottamuksellista ja vapaaehtoista. Vertaistuen tärkeys korostui monessa haastattelussa. Toiset asiakkaista kokivat yksilötyöskentelyn olevan heille hyvä ratkaisu. Asiakkailla oli toiveita myös toiminnallisemmille ryhmille sekä niiden sisällöille. Ryhmien ja toiminnan aiheeksi ehdotettiin esimerkiksi lisää taiteita, nukkekoti -askartelua, makrame-, huonekasvi- ja leipomisryhmiä.

Lähes kaikki asiakkaat kokivat olevansa tyytyväisiä kuntouttavaan työtoimintaan, mutta myös toiveita nousi esiin. Jotkut asiakkaista mainitsivat, että kaipaisivat



toiminnalta enemmän valinnanvapautta ja jotkut eivät pitäneet sellaisista palaverista, joissa piti olla äänessä. Suurin osa asiakkaista ei kokenut tarvetta sille, että tulevaisuudessa toimintaan sisältyisi tutustumista eri koulutuksiin ja ammatteihin, mutta osan mielestä esimerkiksi tutustumiskäynnit voisivat olla hyviä varsinkin vapaaehtoisena toimintana.

## 9 Johtopäätökset

Tulosten perusteella asiakkaiden kokemukset työelämästä olivat sekä positiivisia että negatiivisia. Työelämässä esiintyneet negatiiviset kokemukset, kuten tunne siitä, että on liian hidas työelämään tai pelko kiusaamiseksi joutumisesta vaikuttivat osalla työelämään uudestaan hakeutumiseen. Taloudellisen yhteistyön ja kehityksen järjestön OECD:n tutkimuksen mukaan useat suomalaiset kohtaavat monimutkaisia sekä toisiinsa liitännäisiä työllistymisen esteitä. Noin 70 prosenttia työttömistä kohtaa samaan aikaan joko kaksi tai useamman työllistymistä vaikeuttavan tekijän. (Kuntatyönantajat 2020.) Monella työhön siirtymistä vaikeutti myös fyysiset sekä psyykkiset sairaudet, jotka esiintyivät haasteellisina myös asiakkaiden nykytilanteessa. Kykyviisari-menetelmän avulla toteutetun kyselyn perusteella yleisimpänä syynä työelämään osallistumattomuudelle ovat terveyteen sekä toimintakykyyn liittyvät haasteet. (Unkila & Savinainen 2019). Tutkimuksessa saatujen tulosten perusteella voidaan todeta työllistymisen haasteita koskevan teorian olleen yhteydessä myös saatuihin vastauksiin.

Voidaan myös todeta, että asiakkailla oli nähtävissä käynnissä olevia henkilökohtaisia kasvuprosesseja, kuten voimaantumista. Voimavaroihin keskittyminen korostaa maalaisjärkistä toimintaa, asiakkaan tahdon kunnioittamista, arjen muutosta sekä pieniä, mutta näkyviä askelia muutokseen (Vänskä ym. 2011, 77). Kurosen (2004) mukaan voimaantuminen, eli empowerment ymmärretään sekä

henkilökohtaiseksi voiman tunteen rakentumiseksi, että osallisuudeksi yhteiskunnassa. Asiakkaat kertoivat kuntouttavan työtoiminnan katkaisseensa kotona oloa ja antaneen syyntä herätyskello soimaan aamuisin, ja osa asiakkaista kertoi saaneensa voimiaan takaisin. Sosiaaliset kontaktit ja ihmisten kanssa oleminen olivat lisänneet kuuluvuuden tunnetta. Osalle henkilöistä kuntouttava työtoiminta toi mahdollisuuden kokea itsensä hyödylliseksi kuntouttavan työtoiminnan töitä tehdessään.

Tuloksista käy ilmi kuntouttavan työtoiminnan olevan tärkeä osa asiakkaiden arjen rytmittämistä sekä sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Mielenterveystalon (2020) mukaan arjen hyvinvoinnilla on vahva yhteys mielen hyvinvointiin, ja sitä edistävät arkiset asiat sekä tavallinen päivärytmi. Mielenterveystalon (2020) mukaan myös mikä tahansa toimeliaisuus lisää elämähallinnan tunnetta ja siten edistää hyvinvointia. Asiakkaat kokivat kuntouttavan työtoiminnan auttaneen heitä arjen rytmittämisessä ja kotona olemisen katkaisussa. Kauppisen ym. (2010) mukaan työttömyydestä johtuvaa psyykkisen hyvinvoinnin alenemista voi edesauttaa myös työelämään kuuluvien säännöllisten päivärytmien sekä perheen ulkopuolisten sosiaalisten kontaktien menettäminen.

Jotkut asiakkaista kokivat positiivisena sen, että heille annettiin mahdollisuus olla myös epäsosiaalisia, mikäli heistä tuntui siltä. Kuntouttava työtoiminta oli heidän mukaansa myös lisännyt heidän kuuluvuuden ja osallisuuden tunnettaan. Osallisuus on suoraan yhteydessä yksilön hyvinvointiin. Matalan osallisuuden kokemuksen on nähty olevan yhteydessä vakavaan psyykkiseen kuormitukseen, yksinäisyyteen sekä heikoksi koettuun työkykyyn. (Terveystalon ja hyvinvoinnin laitos 2020c.) Tuloksien perusteella voidaan todeta kuntouttavan työtoiminnan olleen asiakkaille merkityksellistä niin arjen sujumuuden kuin myös sosiaalisten suhteiden kannalta.

Tulosten pohjalta voidaan nähdä, että suurin osa oli tyytyväisiä saamaansa palveluun kokonaisuudessaan. Ohjaajuus koettiin pääasiassa positiivisena osana

kuntouttavaa työtoimintaa, eikä siinä nähty paljon kehitettävää. Vehviläisen (1999) ja Spangarin ym. (2000) mukaan ohjaus on tilanne, jossa ohjaaja asettuu ohjattavan palvelukseen tarjoamalla aikaa, huomiota ja kunnioitusta päämäärään asiakkaan mahdollisuus tutkia tilannettaan, tulla kuulluksi ja elää voimavaraisemmin ja paremmin voiden. Hyvänä asiana ohjaajuudessa mainittiin esimerkiksi ohjaajien positiiviset kommentit ja kehu, joiden koettiin kohentavan mieltä. Myös omat mahdollisuudet vaikuttaa toimintaan ja olla osallisena toiminnan suunnittelua nähtiin suurelta osaa hyvänä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2020c) mukaan kokemus osallisuudesta edistää yksilön hyvinvointia, turvallisuutta, uskoa tulevaan sekä omiin mahdollisuuksiinsa. Asiakkaat olivat tuloksiin pohjaten tietoisia, miten ehdotuksia on mahdollista tuoda esille ja kokivat ohjaajien lähestymisen luontevana.

Kuntouttavan työtoiminnan nähtiin olevan joissakin määrin hyödyllinen apu työllistymiselle. Osa taas näki työllistymisen todennäköisyyden olevan kaukainen ja ei määritellytkään sitä tavoitteekseen. Työllistyminen ei ollut ajankohtaista esimerkiksi asiakkaille, joilla oli fyysisiä tai psyykkisiä sairauksia. Sosiaali- ja terveysministeriön (2021) mukaan kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on elämänhallinta- sekä toimintakykyä kehittämällä saada henkilö osalliseksi työelämään, koulutusta tai TE-hallinnon työllistymistä edistäviä palveluita. Asiakkaat kokivat myös positiivisten työelämään liittyvien kokemusten, kuten kuntouttavan työtoiminnan sekä sosiaalisten tilanteiden harjoittelun edistävän mahdollista työelämään palaamista. Sosiaalisiin tilanteisiin osallistumisen koettiin parantavan myös asiakkaiden sosiaalisia taitoja sekä suhteita.

Tulosten perusteella voidaan todeta kuntouttavan työtoiminnan olevan tarpeellinen yhteiskunnallinen palvelu. Sosiaali- ja terveysministeriön (2021) mukaan kuntouttavan työtoiminnan tavoitteina nähdään asiakkaan toimintakyvylle työttömyyden aiheuttamien kielteisten vaikutusten ehkäiseminen, elämänhallinnan sekä työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen ja työtoiminnan sekä muiden palvelui-

den avulla syrjäytymisen ehkäisy. Tuloksiin pohjaten voidaan todeta kuntouttavan työtoiminnan toimineen muun muassa edellä mainittujen tarkoitusten mukaisesti.

Tulosten perusteella voidaan siis sanoa kuntouttavan työtoiminnan merkityksen olleen isolle osalle asiakkaista suuri, kun tarkastellaan merkitystä toimintakyvyn osa-alueiden avulla. Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisten, psyykkisten sekä sosiaalisten ominaisuuksien suhdetta häneen kohdistuviin odotuksiin (Duo-decim 2021). Kuntouttava työtoiminta oli lisännyt joidenkin vastaajien fyysistä aktiivisuutta ja liikuntaharrastuksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2019b) mukaan puolestaan psyykkiseen toimintakykyyn lukeutuvat ihmisen voimavarat, jotka auttavat häntä selviytymään arjen haasteista. Psyykkiseen toimintakykyyn liittyvät myös elämänhallintaan, mielenterveyteen ja mielen hyvinvointiin, sekä tuntemiseen ja ajatteluun liittyvät toiminnot. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019b). Kuntouttava työtoiminta oli tulosten perusteella lisännyt voimaantumisen tunnetta, arjen rytmiä ja sitä kautta sen voidaan nähdä lisänneen myös hyvinvointia. Työtoiminta oli myös lisännyt sosiaalisia suhteita ja jopa pakottanut niihin mikä nähtiin positiivisena asiana. Sosiaalisten suhteiden lisääntymisen voidaan siis nähdä vaikuttaneen sosiaaliseen toimintakykyyn myönteisesti.

Tuloksista käy ilmi, että kuntouttavan työtoiminnan sisällöstä asiakkaat löysivät vain muutamia kehittämisen kohteita. Voidaan todeta, että tutkimuskysymyksiin saatiin riittävän laajoja ja hyödynnettäviä vastauksia. Kehittämisehdotuksia mainittiin vain vähän, joka osaltaan kertoo myös palvelun tarkoituksenmukaisuudesta sekä toimivuudesta.

## 10 Pohdinta

### 10.1 Luotettavuus ja eettisyys

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta koskevat pohdinnat voidaan kiteyttää kolmeen käsitteeseen, jotka ovat uskottavuus, luotettavuus ja eettisyys. Uskottavuus viittaa siihen, missä määrin tutkimusta lukevat kollegat, tutkimuksen kohteena olevat sekä niin sanottu suuri yleisö hyväksyvät tutkimuksen tulokset tosiksi ja luottavat siihen, että aineisto on kerätty asianmukaisesti ja analysoitu huolellisesti. Raportin on kuvattava ilmiöitä niin, että lukijat voivat olla vakuuttuneita siitä, että esitetyt asiat ovat tapahtuneet ja niiden kuvaus on tehty asianmukaisesti. (Juuti & Puusa 2020, 175.) Tutkimuksen luotettavuutta puolestaan voidaan parantaa koko prosessin kestäväällä kriittisellä ja arvioivalla asenteella, harjonnalla, reflektoinnilla ja tutkimuksen kuvaamisella (Tietoarkisto 2021b.)

Tutkimuksen uskottavuutta, luotettavuutta ja eettisyyttä pohdittiin koko prosessin ajan ja tutkimuksen prosessin läpinäkyvyys koettiin tärkeäksi tekijäksi. Läpinäkyvyydellä tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä sitä, että pyrkimyksenä oli kattava dokumentointi ja prosessin avaaminen vaihe vaiheelta kuvaten asioita siten, kun ne ovat käytännössä toteutuneet pyrkimyksenä, että tutkimus olisi toistettavissa. Tässä apuna oli oppimispäiväkirja, mihin on kirjattu mitä on tehty ja milloin ja käytetty sitä tukena raportin kirjoittamisessa. Tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi erilaisiin menetelmiin ja niiden käyttöön tutustuttiin etukäteen mahdollisimman kattavasti, jotta osattaisiin valita tarkoituksenmukaisia menetelmiä ja käyttää niitä oikein. Menetelmien valinnassa oli paikoin haasteita, sillä ne vaativat paljon opetteluja. Erityisesti aineiston analyysimenetelmää valittaessa ja käytettäessä oli haasteita, ja menetelmä vaihdettiin sisällönanalyyseistä teemoitteluun kesken analysoinnin, sillä huomattiin, että se oli teemahaastattelun jatkona parempi menetelmä analysoida tuloksia. Tulosten analyysia olisi myös voinut syventää entisestään, sillä ne jäivät lyhyehköiksi. Toisaalta tähän vaikutti myös käytettävissä olevan aineiston pituus.

Tutkimuksen eettisyyden nimissä Juutin ja Pusan (2020, 175.) mukaan tutkimuksen tulee pyrkiä saamaan aikaan hyviä asioita sen kohteena oleville ja tutkimuksesta ei saa aiheutua haittaa sen kohteena oleville tai muillekaan tahoille. Tutkimuksen tarkoituksena olikin kerätä kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta sen kehittämiseksi, joten tarkoitus koettiin hyvien eettisten käytäntöjen mukaisena. Ennen tutkimuksen toteuttamista toimeksiantajalta haettiin tutkimuslupa. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista. Ennen tutkimusta osallistujille jaettiin sekä haastattelukysymykset (liite1) että saatekirje (liite 2), jossa haastateltaville pyrittiin kertomaan kaikki oleellinen haastatteluista ja niiden tarkoituksesta.

Ensin tehtiin kaksi testihaastattelua, joista pyydettiin kommentteja vastaajilta. Tarkoituksena oli vielä muokata haastattelurunkoa, jos siinä huomataan puutteita, mutta testihaastateltavat olivat siihen tyytyväisiä. Myös testihaastattelujen vastauksia hyödynnettiin tutkimuksessa. Aineisto käsiteltiin huolellisesti ja vastaajat vastasivat kysymyksiin anonyymisti. Haastateltaville annettiin halutessaan myös mahdollisuus olla vastaamatta tiettyihin kysymyksiin, eikä kaikkia haastateltuja äänitetty haastateltavan näin valitessa. Aineisto myös poistettiin heti analysoinnin jälkeen. Raportissa tekstiä pyrittiin käsittelemään siten, että haastateltavia ei pystytä tunnistamaan vastausten perusteella.

Laadullista tutkimusta tehdessä ja aineistoa analysoidessa tutkijalla/tutkijoilla on aina oma näkemyksensä aineiston tulkinnassa. Eri ihmiset nostavat tuloksista erilaisia merkityksiä ja omilla ennako-olettamuksilla on vaikutusta tutkimuksen tuloksiin. Toimintaa, itseämme ja tuloksista nostettuja merkityksiä pyrittiin reflektoidaan, jotta tuloksista saatiin mahdollisimman objektiivisiä. Reflektointia tehtiin sekä itsenäisesti että keskustelemalla.

## 10.2 Ammatillinen kasvu

Tutkimuksen tekeminen oli uutta, joten prosessiin lähteminen vaati paljon opettelua ja paneutumista. Aluksi tutkimuksen tekemiseen tutustuttaessa kaikki vaikutti hankalalta. Koettiin kuitenkin tärkeänä, että tutkimus tehdään mahdollisimman oikein ja kokonaisuuden hahmottamiseksi työskentely pilkottiin pienempiin vaiheisiin ja edettiin vaihe kerrallaan. Toisen tutkimuksellista opinnäytetyötä tekevän henkilön tai parin kuuluminen lukupiiriimme olisi ollut hyödyllistä, mutta opinnäytetyön tekemisessä hyödynnettiin mallioppimista ja valmiiden tutkimusten ja opinnäytetöiden lukeminen koettiin hyvänä tapana oppia. Me opinnäytetyön tekijät olemme tyytyväisiä tutkimusprosessiin ja siihen, miten paljon olemme tutkimuksen tekemisestä oppineet.

Lisähaastetta opinnäytetyön tekemiseen toi koronavirus ja sen vaikutukset. Se vaikutti oikeastaan prosessin joka vaiheessa eri tavoin ja loi eräänlaisen epävarmuuden ilmapiirin. Kirjastot, koulut ja monet tilat olivat aika-ajoin kiinni ja tapaamisia oli rajoitettu. Prosessin mittaa työskenneltiin paljon etänä, mikä vaikeutti reflektointia ja myös vaikutti motivaatioon negatiivisesti. Kasvokkaisista keskusteluista olisi saanut paljon irti ja myös haastattelujen kohtalo mietitytti, mutta onneksi tilanne salli haastattelut paikan päällä maskien kanssa. Poikkeustilanne ja poikkeukselliset toimintatavat muistuttivat kuitenkin siitä, että pitää kyetä mukautumaan ja sietämään epävarmuutta ja motivaatiokin kesti prosessin loppuun saakka.

Haastattelut sovittiin toimeksiantajan kanssa päiväkohtaisesti ja asiakkaiden omat aikataulut huomioon ottaen. Haastattelut tehtiin Kuntokievarin toimipisteessä muutamana eri päivänä ja viimeinen haastattelu jouduttiin tekemään sairastumisen vuoksi puhelimitse. Aikataulujen suunnittelu ja suunnitelmien äkillinen muuttuminen opettivat aikataulutusta ja joustavuutta. Vaikkakin teemahaastattelu oli opinnäytetyön tekijöille suhteellisen tuntematon menetelmänä, haastattelujen koettiin menneen hyvin. Testihaastattelujen ja ensimmäisten haastattelujen perusteella kirjoitettiin ylös myös omia kehittämisen kohteita seuraavaa haastattelua varten, mikä kehitti haastattelijan omaa reflektointikykyä. Teemahaastattelun

joustavuus antoi mahdollisuuden esittää tarkentavia kysymyksiä haastattelutilanteessa, mikä vaikutti sen onnistumiseen ratkaisevasti.

Tutkimuksen tekeminen on opettanut paljon työskentelyn läpinäkyvyyden ja yhteistyön tärkeydestä. Opinnäytetyön toimeksiantajaan on pyritty pitämään yhteyttä koko prosessin ajan, ja he ovat olleet todella joustavia ja olleet apuna aina tarpeen vaatiessa. Toimivalla yhteistyöllä on ollut opinnäytetyön onnistumisen kannalta iso merkitys ja yhteistyö on merkityksellinen osa sosionomin työtä.

### **10.3 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet**

Opinnäytetyön tulokset ovat hyödynnettävissä Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki Ry:n Kuntokievarin työntekijöillä ja ne tukevat myös yhdistyksen käsitystä siitä, minkälaisia merkityksiä asiakkaat antavat kuntouttavalle työtoiminnalle ja miksi toiminta on merkityksellistä. Kuntokievarin työntekijät voivat hyödyntää opinnäytetyön tuloksia palautteena ja kehittää sen pohjalta kuntouttavaa työtoimintaa asiakkaiden kokemukset huomioiden.

Jatkokehitysmahdollisuutena olisi esimerkiksi tutkia tarkemmin kuntouttavan työtoiminnan ja voimaantumisen välistä yhteyttä, jotta voimaantumista voisi tukea ja vahvistaa kuntouttavassa työtoiminnassa yhä enemmän.



## Lähteet

- Duodecim. 2020. Sosiaaliset verkostot ja sosiaalinen tuki terveysresursseina. <https://www.duodecimlehti.fi/duo40219> 17.12.2020
- Duodecim. 2021. Toimintakyky terveydenhuollon tulomuuttujana. <https://www-terveysportti-fi.tietopalvelu.karelia.fi/dtk/tyt/koti>. 25.2.2021.
- Helin, J. & Kuivasaari, M. 2017. Opinnäytetyö. "Se on kaikkein kamalinta, kun ei oo mitään tekemistä". Asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017122122405> 29.9.2020.
- Hirsjärvi, S. & Hurme H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2012. Turvaverkko vai trampoliini. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Isola, M., Kaartinen, H., Leemann, L., Läpäri, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN\\_ISBN\\_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 7.12.2020
- Joensuun kaupunki. 2020. Taitamo. <https://www.joensuu.fi/tyopajat>. 29.9.2020.
- Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, liiketoiminta ja palvelut -yksikkö 2010.
- Krannila, K. 2020. Opinnäytetyö. Kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202005067462> 29.9.2020.
- Kuntatyönantajat. 2020. Terveysongelmat yleisin este työllistymiselle. <https://www.kt.fi/uutiset-ja-tiedotteet/2020/oecd-ty%C3%B6listymisen-esteet-suomessa> 9.12.2020
- Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2001. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki: Edita. Oppaita 2001:8. Julkaisuja 289.
- Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 702/2020.
- Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 937/2012.
- Lehto, U-S., Ojanen, M., Nieminen, T. & Turpeenniemi-Hujanen T. 2017. Sosiaalisten resurssien vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen: sairausspesifi sosiaalinen pääoma. [file:///C:/Users/Omistaja/AppData/Local/Temp/67759-Kirjoitus%20\(sis%C3%A4lt%C3%A4en%20ydinasiat,tiivistelm%C3%A4t%20&%20asiasanat\)-82390-1-10-20171204.pdf](file:///C:/Users/Omistaja/AppData/Local/Temp/67759-Kirjoitus%20(sis%C3%A4lt%C3%A4en%20ydinasiat,tiivistelm%C3%A4t%20&%20asiasanat)-82390-1-10-20171204.pdf)
- Mielenterveystalo.fi. 10.12.2020. Arjen perusteet. [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tyokaluja\\_itsehoito/Pages/arjenperusteet.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tyokaluja_itsehoito/Pages/arjenperusteet.aspx) 10.12.2020.
- Parpo, A. 2007. Työllistymisen esteet. Stakesin raportteja 11/2007. Helsinki: Valopaino.
- Patio. 2015. Työttömyys. Saatavilla 31.1.2019 <https://www.patio.fi/web/pepa215-toimintaymparisto/tyottomyys>.
- Pohjois-Karjalan mielenterveydentuki ry. 2019. Kuntokievari. Infolehtinen.
- Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki ry. 2020. Yhdistys. <http://www.pkmielenterveydentuki.fi/yhdistys> 27.8.2020.

- Pohjois-Karjalan sosiaali- ja terveystyöryhmä. Siun sote. 2020. Aikuissosiaalityön palvelut. Kuntouttava työtoiminta. <https://www.siun-sote.fi/kuntouttava-tyotoiminta>.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Pyykkönen J. & Pyykkönen T. 2014. Nousukausikaan ei ratkaisisi rakennetyöttömyyttä. 19.11.2019. <http://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2014/nousukausikaan-ei-ratkaisisi-rakennetyottomytta/>.
- Reini, K., Forsman, A-K. & Wahlbeck, K. 2018. Mielenterveyden ja työttömyyden välinen yhteys. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137548/YP1804\\_Reiniym.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137548/YP1804_Reiniym.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 12.10.2020.
- Räsänen, J. 2014. Voimaantuminen ja elämänpolitiikka. EU: Printon.
- Sandelin, I. & Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Kirjallisuuskatsaus. Kuntouttava työtoiminta asiakkaiden kokemana. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114912/URN\\_ISBN\\_978-952%E2%80%9393302-154-9.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114912/URN_ISBN_978-952%E2%80%9393302-154-9.pdf?sequence=1) 29.9.2020.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Syrjäytyminen ja köyhyyden ehkäiseminen. <https://stm.fi/syrjaytymisen-ja-koyhyiden-ehkaisy> 8.12.2020
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2021. Kuntouttava työtoiminta. <https://stm.fi/kuntouttava-tyotoiminta> 23.2.2021.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 1.11.2019a. Työllisyys. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/tyollisyys> 21.9.2020.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 22.9.2020c. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet> 7.12.2020.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 27.9.2019c. Mitä toimintakyky on? <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>. 24.2.2021.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 9.7.2020b. Kuntouttava työtoiminta. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta> 22.9.2020.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 10.9.2019b. Aktivointisuunnitelma. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta/aktivointisuunnitelma> 22.9.2020.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2020a. Nuorisotyöttömät. <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/metadata/indicators/189> 21.9.2020.
- Tietoarkisto. 2021a. KvaliMOTV. Teemoittelu. [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_4.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html). 22.2.2021.
- Tietoarkisto. 2021b. KvaliMOTV. Tutkimuksen arviointi – reflektointia. [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_3\\_3.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_3.html). 24.2.2021.
- Tilastokeskus.fi. 25.8.2020. Työttömyysaste. <https://findikaattori.fi/fi/34>. 21.9.2020.

- Työ- ja elinkeinoministeriö. Työnvälitystilasto. 2020. [https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx?ely=10&lang=fi#MainContainer\\_img1-image](https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx?ely=10&lang=fi#MainContainer_img1-image). 6.10.2020.
- Unkila, K. & Savinainen, M. 2019. Miksi työtön ei ole työssä? [https://www.ttl.fi/blogi/miksi-tyoton-ei-ole-tyossa/?utm\\_campaign=Kykyviisari&utm\\_source=hs\\_email&utm\\_medium=email&utm\\_content=74156666&\\_hsenc=p2ANqtz-\\_FE7s70MWdIF-r\\_5TvAgoOh2HEoi0B0u0u6r66wC-F1Xpl7HlgY31XjDk7s3wmYhoEQx4UgPv7IM9LgqbofZDz-lcR0w&\\_hsmi=74156666](https://www.ttl.fi/blogi/miksi-tyoton-ei-ole-tyossa/?utm_campaign=Kykyviisari&utm_source=hs_email&utm_medium=email&utm_content=74156666&_hsenc=p2ANqtz-_FE7s70MWdIF-r_5TvAgoOh2HEoi0B0u0u6r66wC-F1Xpl7HlgY31XjDk7s3wmYhoEQx4UgPv7IM9LgqbofZDz-lcR0w&_hsmi=74156666) 21.2.2021
- Vaarama, M. Moisio, P. & Karvonen, S. 2010. Suomalaisten hyvinvointi 2010. Teoksessa Kauppinen, T. Saikku, P. & Kokko, R-L. Toim. Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen, 234–250.
- Vartiainen, R. 11.5.2016. Joensuun uutiset. Kuntouttava työtoiminta. <http://www.joensuunuutiset.fi/kuntouttava-tyotoiminta/> 1.10.2020.
- Vänskä, K., Laitinen-Väänänen, S., Kettunen, T. & Mäkelä, J. 2011. Onnistuuko ohjaus? Helsinki:Edita.

## **Haastattelurunko**

Taustatiedot:

Ikä

Sukupuoli

Koulutustausta

### Asiakkaan lähtökohdat / Teema 1

Millaisia kokemuksia sinulla on työelämästä?

Mitä asioita voisit vahvistaa tai kehittää, jotta työelämään siirtyminen helpotuisi?

### Nykytilanne / Teema 2

Millaisena koet kuntouttavaan työtoimintaan tulemisen?

Mikä ohjasi sinut juuri siihen kuntouttavan työtoiminnan toimintaan, missä olet juuri nyt?

Mikä kuntouttavassa työtoiminnassa on auttanut sinua ottamaan edistysaskelia elämääsi tai työllistymistäsi koskien?

Miten koet kuntouttavan työtoiminnan vaikuttaneen arkeesi?

### Ohjaus / Teema 3

Millaista tukea saat ohjaajilta ja onko se sopivanlaista, kun otat huomioon omat haasteesi ja tavoitteesi?

Minkälainen ohjaus hyödyttäisi sinua enemmän, kun mietit omia kehityskohteitasi ja tavoitteitasi?

Miten pystyt vaikuttamaan kuntouttavassa työtoiminnassa järjestetyn toiminnan sisältöön?

**Haastattelurunko**

Tulevaisuus / Teema 4

Mitä kuntouttavan työtoiminnan osa-aluetta muuttaisit, jos voisit?

Toivoisitko, että toimintaan sisältyisi tutustumista esimerkiksi eri koulutuksiin tai ammatteihin?

Minkälainen ryhmätoiminta olisi sinusta kiinnostavaa?

Uskotko, että kuntouttava työtoiminta tulee edistämään työllistymismahdollisuuksiasi ja valmiuksiasi työelämään? Miten?

**Saatekirje**

Hei!

Olemme viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoita Karelia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyömme Kuntokievarissa suorittamalla haastatteluja kuntouttavan työtoiminnan asiakkaille. **Haastattelujen tarkoituksena on selvittää asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta** siten, että toimintaa olisi mahdollista kehittää saatujen mielipiteiden perusteella.

Tulemme tekemään haastattelun Kuntokievarilla etukäteen sovittuun aikaan. Haastattelut **suoritetaan yksilöhaastatteluina** ja vastaukset annetaan **anonymisti**. Haastattelut äänitetään, jonka jälkeen ne litteroidaan. Äänitteiden pohjalta kirjoitetaan raportti, jonka **jälkeen kaikki muu kerätty materiaali poistetaan**. Annettujen vastausten pohjalta kirjoitettu raportti jää Kuntokievarin ohjaajien ja Mielenterveydentuki Ry:n hyödynnettäviksi. Kestoltaan haastattelut pyritään pitämään lyhyinä ja myös **äänitteet poistetaan litteroinnin jälkeen**.

Teemme opinnäytetyömme tutkimuksellisenä opinnäytetyönä ja tutkimuskysymyksiämme ovat: **“Minkälainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on asiakkaalle?”** ja **“Mitä kuntouttavassa työtoiminnassa voisi kehittää?”**.

Pyrimme opinnäytetyössämme **osallistamaan** kuntouttavan työtoiminnan asiakkaita haastattelujen avulla, niin, että palveluita voitaisiin kehittää asiakkaiden itsensä kannalta toimivimmiksi.

Kiitos osallistumisesta!

Terveisin:

Jenni Kerkkonen

Jenni.I.Kerkkonen@edu.karelia.fi

Taru Wesslin

Taru.wesslin@edu.karelia.fi

## **1. Litterointi**

Ensimmäisenä litteroimme haastattelut tallenteilta tekstimuotoon. Esimerkki litteroidusta aineistosta:

Mikä kuntouttavassa työtoiminnassa on auttanut sinua ottamaan edistysaskelia elämääsi tai työllistymistäsi koskien?

No se on varmaan se.. Sosiaaliset tilanteet ja se kottoo lähteminen on iso osa jo sitä niinku.

## **2. Tiivistäminen ja aineiston muokkaaminen**

Huomasimme, että aineistot ovat liian laajoja ja toisistaan erillisiä kokonaisuuksia johtopäätösten kokoamista varten. Tästä syystä päätimme yhtenäistää aineistoa muuttamalla puhekielinen teksti yhtenäisemmäksi yleiskieleksi. Yhteys ja merkitys alkuperäiseen aineistoon pyrittiin säilyttämään mahdollisimman hyvin mieltimällä sanamuotoja ja tiivistämistä tarkkaan ja palaamalla alkuperäiseen tekstiin toistuvasti.

Esimerkki puhekielisen aineiston muuntamisesta yleiskieliseksi:

Mikä kuntouttavassa työtoiminnassa on auttanut sinua ottamaan edistysaskelia elämääsi tai työllistymistäsi koskien?

"No se on varmaan se.. Sosiaaliset tilanteet ja se kottoo lähteminen on iso osa jo sitä niinku." Muunnettiin muotoon "Edistäviä tekijöitä ovat olleet sosiaaliset tilanteet ja kotoa lähteminen."

### 3. Teemoittelu

Käytimme litteroidun tekstin teemoittelussa apuna leikkaa ja liimaa –toimintoa. Lukiessamme aineistoa toistuvasti siitä nousi esiin erilaisia teemoja. Pääteemaksi nousi esimerkiksi asiakkaiden kuntouttavalle työtoiminnalle antamat merkitykset, ja sen teeman alle leikkasimme ja liimasimme kaikki aihepiiriä käsittelevät vastaukset.

Esimerkki teemoittelusta:

Nykytilanne ja kuntouttavan työtoiminnan merkityksiä		
Arkirytmii	Kotona olemisen katkeaminen	Sosiaaliset suhteet
<p>-Kuntouttava työtoiminta on myös syy laittaa herätyskello soimaan aamuisin, mikä luo rytmiä arkeen.</p> <p>-Luonut rytmiä arkeen.</p> <p>-Se on tuonut mukanaan päivä-, viikko- ja arkirytmiiä.</p>	<p>-Kotoa lähteminen merkityksellistä omassa elämässä.</p> <p>-Kotoa poistuminen pari kertaa viikossa.</p> <p>-Voimat tulleet vähän takaisin ja päässyt liikkeelle.</p> <p>-Pelkkä kotona olo ei ole hyväksi ja on lähtenyt kotoa liikkeelle.</p>	<p>-Altistus sosiaalisille tilanteille.</p> <p>-Sosiaalisten tilanteiden opettelu pakosta.</p> <p>-Sosiaaliset kontaktit.</p> <p>-Toisinaan haluaisi olla vähemmän sosiaalinen, mutta työelämässä on oltava ja tämä auttanut opettelussa.</p> <p>- Sosiaaliset tilanteet.</p>



<p>-Herää aamuisin, kun tottuu siihen, vaikkei olisikaan joka päivä toimintaa.</p> <p>-Saanut rytmiä arkeen.</p>	<p>-Säännölliset menot kodin ulkopuolella.</p> <p>-Kotoa lähteminen.</p> <p>-Käy kodin ulkopuolella.</p>	
--	--	--

#### 4. Tulosten kokoaminen

Käsittelyn ja taulukoissa nähtävillä olevan aineiston pohjalta kokosimme tulokset ja johtopäätökset yhtenäiseksi kokonaisuudeksi tekstimuotoon kytkien sitä samalla teoriaan.