

Marja Leppiniemi

”se, että olis ideaa semmoseen työhön, jota mä pystyisin tekemään”

KUNTOUTUJIIEN KOKEMUKSIA PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN  
KUNTOUTUSKURSSISTA

Kuntoutusohjauksen ja -suunnittelun koulutusohjelma  
2012

”se, että olis ideaa semmoseen työhön, jota mä pystyisin tekemään”

## KUNTOUTUJIEN KOKEMUKSIA PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN KUNTOUTUSKURSSISTA

Leppiniemi, Marja

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Kuntoutusohjauksen ja -suunnittelun koulutusohjelma

Joulukuu 2012

Ohjaaja: Sallinen, Merja

Sivumäärä: 47

Liitteitä: 3

Asiasanat: kuntoutus, pitkäaikaistyöttömyys, sosiaalinen kuntoutus, voimaantumisen

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuoda esille Kelan pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssille osallistuvien näkemyksiä tekijöistä, joilla on ollut merkitystä heidän kuntoutukselle asettamiensa tavoitteiden toteutumisessa. Näkökulma on kuntoutujien omia kokemuksia ja arviointia painottava.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käyttäen. Aineisto kerättiin puolistrukturoidun teemahaastattelun avulla haastatteleamalla viittä kuntoutuskurssille osallistujaa. Esitietokysely oli apuna aineiston keräämisessä. Tutkimus analysoitiin käyttämällä deduktiivista sisällönanalyysimenetelmää.

Tulosten mukaan pitkittynyt työttömyys vaikuttaa negatiivisesti kuntoutujien identiteettiin sekä uskoon omista toiminta- ja muutosmahdollisuuksista, jota lisäävät koetut ympäristön asettamat odotukset.

Kuntoutuksen aikana saatu tuki ja ohjaus sekä kuntoutujien kokemus kuntoutuksen oikea-aikaisuudesta ja tavoitteiden merkityksellisyydestä olivat yhteydessä kokemukseen työllistymismahdollisuuksien edistymisestä. Toisaalta tulosten perusteella näyttää siltä, että vaikeuksien kasaantuminen kuntoutujien elämässä vaikutti kuntoutumiseen heikentävästi. Heidänkin osaltaan kuitenkin löytyy myönteisiä kokemuksia hyvinvoinnin lisääntymisestä.

Sosiaalinen tuki näyttäytyi aineistossa erityisen merkityksellisenä tekijänä selviytymiskeinojen ja voimavarojen löytymiselle. Tulosten perusteella kuntoutujat, jotka kokivat saaneensa tarvitsemansa tuen ja ohjauksen, kokivat voimaantumista ja asettamiensa tavoitteiden edistymistä. Voimavarojen lisääntyminen näytti vaikuttavan päätöksentekokykyyn positiivisesti.

Yhteenvedon voidaan tulosten perusteella todeta, että pitkäaikaistyöttömien kuntoutuksessa tarvitaan työelämävalmiuksien hankkimisen rinnalla sosiaalista kuntoutusta, joka tähtää yksilötasolla elämänlaadun parantamiseen.

"that there would be an idea about the kind of work I'd be able to do"

## PARTICIPANTS' EXPERIENCES OF A REHABILITATION COURSE FOR THE LONG-TERM UNEMPLOYED

Leppiniemi, Marja

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Rehabilitation Counselling and Planning

December 2012

Supervisor: Sallinen, Merja

Number of pages: 47

Appendices: 3

Keywords: rehabilitation, long-term unemployment, social rehabilitation, empowerment

---

The aim of this thesis is to highlight the views of the participants in the rehabilitation course for the long-term unemployed, arranged by Kela, the Social Insurance Institution of Finland, on the factors relevant in attaining the goals they had set for the course. The experiences and evaluation of the participants themselves are emphasized.

The thesis was carried out using a qualitative research method. The data was collected by a semi-structured theme interview of five participants of the rehabilitation course. A pre-questionnaire was used in the collection of the data. The research was analyzed using a deductive content analysis method.

According to the results, prolonged unemployment has a negative influence on the participants' identity and belief in their opportunities for action and change, increased by the perceived expectations of their environment.

The support and counseling obtained during rehabilitation as well as the participants' perception of the timeliness and importance of the goals of the rehabilitation were connected to how they perceived the advancement of their chances of employment. On the other hand the results indicate that a build-up of difficulties in the life of the participants weakened the rehabilitation results. However, there are positive experiences of an increase in well-being in those cases, too.

Social support appeared to be an especially significant factor for finding resources and ways for survival. According to the results, the participants who felt that they obtained the support and counseling they needed, experienced empowerment and progression towards their goals. An increase in the participants' resources seemed to have a positive effect to their decision-making abilities.

In conclusion, the results indicate that in the rehabilitation of the long-term unemployed the acquisition of working life skills must be paired with social rehabilitation which aims at improving the quality of each participant's life.

## SISÄLLYS

|  |    |
|--|----|
| 1 JOHDANTO .....   | 6  |
| 2 TUTKIMUKSEN TAUSTAA .....                                  | 7  |
| 2.1 Työttömyys elämäntilanteena.....                         | 7  |
| 2.2 Työttömyys ja terveys .....                              | 10 |
| 2.3 IP-hanke ja Kipinä-kuntoutus.....                        | 11 |
| 3 PITKÄÄN TYÖTTÖMÄNÄ OLLEEN KUNTOUTUMISEN TUKEMINEN.....     | 13 |
| 3.1 Kuntoutus on prosessi .....                              | 13 |
| 3.2 Motivaation merkitys .....                               | 13 |
| 3.3 Sosiaalinen tuki .....                                   | 14 |
| 3.4 Identiteetin rakentuminen.....                           | 16 |
| 3.5 Valtaistumista, voimaantumista ja elämän hallintaa ..... | 17 |
| 4 PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN KUNTOUTUSKURSSI.....                 | 18 |
| 4.1 Kuntoutuskurssin sisältö.....                            | 18 |
| 4.2 Kelan standardit ja GAS-menetelmä.....                   | 20 |
| 5 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS .....                      | 20 |
| 5.1 Tutkimuksen taustaa.....                                 | 20 |
| 5.2 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelma .....           | 22 |
| 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....                                 | 22 |
| 6.1 Tutkimukseen tarvittavat luvat.....                      | 22 |
| 6.2 Kvalitatiivinen tutkimus .....                           | 23 |
| 6.2.1 Esitietokysely.....                                    | 23 |
| 6.2.2 Teemahaastattelu .....                                 | 24 |
| 6.3 Kohderyhmän valikoituminen.....                          | 25 |
| 6.4 Haastattelun toteuttaminen .....                         | 25 |
| 6.5 Aineiston käsittely ja analysointi .....                 | 26 |
| 7 TUTKIMUSTULOKSET .....                                     | 28 |
| 7.1 Taustatietoa kuntoutujista.....                          | 28 |
| 7.2 Kuntoutujien tavoitteet ja sitoutuminen .....            | 28 |
| 7.2.1 Kuntoutujien tavoitteet .....                          | 28 |
| 7.2.2 Tavoitteiden asettaminen .....                         | 29 |
| 7.2.3 Kuntoutujien odotukset.....                            | 30 |
| 7.2.4 Kuntoutuksen oikea-aikaisuus .....                     | 30 |
| 7.3 Sosiaalisen tuen merkitys .....                          | 31 |
| 7.3.1 Vertaistuki.....                                       | 31 |
| 7.3.2 Ohjaajien tuki.....                                    | 32 |
| 7.3.3 Työharjoittelun merkitys .....                         | 34 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 7.4 Työttömän identiteetti .....      | 35 |
| 7.4.1 Työttömyyden leima.....         | 35 |
| 7.4.2 Epävarmuus tulevaisuudesta..... | 35 |
| 7.4.3 Matkalla muutokseen.....        | 36 |
| 8 JOHTOPÄÄTÖKSET.....                 | 37 |
| 9 POHDINTA .....                      | 38 |
| 9.1 Tulosten tarkastelua.....         | 38 |
| 9.2 Luotettavuuden arviointi .....    | 40 |
| 9.3 Jatkotutkimustarpeet.....         | 43 |
| LÄHTEET.....                          | 45 |
| LIITTEET                              |    |

## 1 JOHDANTO

Kuntoutuksella on suuri yhteiskunnallinen merkitys muun muassa väestön työ- ja toimintakyvyn ylläpitämisessä, työurien pidentämisessä ja syrjäytymisen ehkäisyssä. Haasteina ovat työllisen työvoiman riittävyys ja työelämän kehittäminen niin, että työssä jatketaan aikaisempaa pidempään. Erityisiä haasteita kuntoutukselle asettaa pitkään työttömänä olleiden henkilöiden kuntouttaminen takaisin työelämään. Kuntoutuksen avulla pitäisi pystyä tukemaan niin fyysistä ja psyykkistä vajaakuntoisuutta kuin työelämässä tarvittavien taitojen kehittämistä.

1990-luvun taloudellinen taantuma aiheutti Suomeen poikkeuksellisen suuren työttömyyden. Sittemmin työttömyys on laskenut huomattavasti, mutta työvoiman kysyntä ei ole laajemmassa mittasuhteessa kohdistunut laman aikana muodostuneeseen vaikeimmin työllistyvien ryhmään. Laman jälkeinen taloudellinen kasvu on muuttanut tuotannon rakennetta niin teollisuuden kuin palvelujenkin osalta. Vaikeasti hallittavaksi ongelmaksi on muodostunut erityisesti rakenteellinen työttömyys, jolla yksinkertaistetusti tarkoitetaan tilannetta, jossa työvoiman kysyntä ei vastaa tarjontaa. (Ala-Kauhaluoma 2007, 7-9.) Vaarana on, että työikäisiä ihmisiä joutuu jatkossakin pysyvästi työelämän ulkopuolelle. Eriarvoinen asema näkyy näiden ihmisten elämässä toimeentulossa, terveydessä ja selviytymisessä, vaikka hallituksen virallinen politiikka korostaa tukitoimien kohdentamista heikompiosaisille.

Köyhyyden, syrjäytymisen ja eriarvoisuuden vähentäminen on yksi vuosien 2011–2015 hallitusohjelman painopistealueista. Hallitusohjelman mukaisesti on käynnistetty poikkihallinnollinen toimenpideohjelma, jonka toteuttamista sosiaali- ja terveysministeriö koordinoi. Pääteemoina ovat muun muassa työstä ja työmarkkinoilta syrjäytymisen ehkäiseminen, terveyserojen kaventaminen ja pienituloisten aseman parantaminen. Toimenpideohjelmassa luvataan, että työttömien syrjäytymistä työelämästä ehkäistään tukemalla heidän työ- ja toimintakykyään sekä hoitoaan ja kuntoutustaan. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2012.)

Oikeudenmukaisessa yhteiskunnassa jokaisella ihmisellä pitäisi olla yhtäläinen oikeus tarvitsemiinsa sosiaali- ja terveyspalveluihin. Helsingin yliopistossa toimivan VTM Anne Määttä Kuntoutuslehteen 1/2011 kokoamassa tieteellisessä artikkelissa todetaan työmarkkinoiden ulkopuolella olemisen tai työttömäksi joutumisen vaikeuttavan mahdollisuuksia päästä terveyspalvelujen piiriin sairauksista huolimatta. Kun työkyvyttömyyttä ei ole saatu diagnosoitua, muuttuu se näkymättömäksi, eikä sitä huomioida sosiaaliturvaa myönnettäessä, ja näin työttömällä on riski jäädä niin terveyspalvelujen kuin Kelan ammatillisen kuntoutuksen ulkopuolelle. (Määttä 2011, 18–19.)

Pitkään työttömänä olleen kuntoutuminen edellyttää pitkäjänteistä tukea. Se edellyttää myös, että kuntoutuksen tavoitetaso onnistutaan asettamaan kuntoutujan omiin voimavaroihin nähden oikealle tasolle. Yksi kuntoutuksen onnistumisen perusedellytyksistä on kuntoutujan oma motivaatio. Kuntoutujan sitoutuminen edellyttää, että hänen omat tarpeensa ja tavoitteensa yhdistetään asiantuntijoiden näkemykseen. Asiakaslähtöisyyden avaimena on hyvä yhteistyö eri toimijoiden välillä.

Kelan pitkäaikaistyöttömille suunnattujen kuntoutuskurssien tavoitteena on kuntoutujien ammatillisten valmiuksien ja työllistymisen tukemisen lisäksi työ- ja toimintakyvyn sekä elämänhallinnan vahvistaminen. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää kuntoutuskurssille osallistuvien näkemyksiä tekijöistä, joilla on ollut merkitystä heidän kuntoutukselle asettamiensa tavoitteiden toteutumisessa.

## 2 TUTKIMUKSEN TAUSTAA

### 2.1 Työttömyys elämäntilanteena

Työttömyys on elämäntilanne, jossa työtön joutuu arvioimaan omaa tilannettaan monelta kantilta. Työttömyyden vaikutukset riippuvat olennaisesti siitä, onko työttömyys ohimenevä vai pitkittynyt elämäntilanne. Työttömyyden syissä erotetaan tavallisesti suhdanne-, kausi- ja rakennetyöttömyys. Suhdanne- ja kausityöttömyys tarkoittavat työvoiman kysynnän ohimenevää tai toistuvaa heikentymistä niin, ettei ky-

synnän rakenne merkittävästi muutu. Kun työnhakijoiden ammattitaito ei vastaa työmarkkinoilla avoinna olevia työpaikkoja, puhutaan rakennetyöttömyydestä. (Tapaninen 2000, 24–25.)

Työ- ja elinkeinoministeriön työllisyyskatsauksen mukaan työ- ja elinkeinotoimistoissa oli huhtikuun 2012 lopussa 239 000 työtöntä työnhakijaa. Lisäystä on 1 600 vuotta aikaisempaan tilanteeseen. Yli vuoden yhtäjaksoisesti työttömänä olleita työnhakijoita oli 59 500, mikä on 2 500 enemmän kuin vuotta aikaisemmin. Näistä 28 600 oli ollut yli kaksi vuotta yhtäjaksoisesti työttömänä, mikä on 7 100 enemmän kuin edellisvuonna. (Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut 2012.) Tilasto kertoo työttömyystilanteen pysyneen kokonaisuudessaan melko samanlaisena, mutta virta pitkäaikaistyöttömyyteen jatkuu edelleen ja kasvaa määrällisesti.

Elämme yksilöllisyyttä korostavassa yhteiskunnassa, jossa pitkäaikaistyöttömyys siirtyy helposti yksilön harteille. Työttömyyden aiheuttamia sosiaalisia kriisejä tarkastellaan yksilön kautta. Puhutaankin työttömyyden kovasta ytimestä, mikä kohdistaa katseet työttömiin ja heidän pulmiinsa, ehkä tahattomastikin. Kuitenkin pitkään työttömänä olleiden omat kokemukset nousevat siitä yhteiskunnallisesta tilanteesta, missä heillä ei ole työn tuomaa turvallisuutta. (Karjalainen 2008, 15–16.) Työttömyyden pitkittyessä työtön etäännytyy työelämästä, joka muuttuu jatkuvasti. Työttömyydestä on muodostunut monille erilaisten tilapäisten työsuhteiden, työhallinnon toimenpiteiden ja työttömyyden jatkuvaa vuorottelua. Se merkitsee usein myös viranomaisverkostossa sukkulointia, jolloin tunne oman elämän hallinnasta saattaa heikentyä.

Työttömyyden vaikutuksissa on yleisten piirteiden lisäksi monia yksilöllisiä piirteitä. Varsinkin pitkittyvä työttömyys nostaa esiin psykologisia, sosiaalisia ja taloudellisia tekijöitä, jotka voivat muodostaa monitasoisen ongelmavyöhdin. Koska työmarkkinat ja ammatit muuttuvat nykyisin nopeasti, on työttömän monasti vaikea arvioida realistisia mahdollisuuksiaan työllistyä uudelleen. Työttömyyden pitkittyessä kynnyksensä astua työelämään kasvaa korkeaksi. Kun usko omiin mahdollisuuksiin on mennyt, on vaikeaa tarttua työnhaun haasteisiin. Vaikka tieto on keskeinen elementti työnhaussa, ei siinä toistuvasti epäonnistunut ihminen pysty muuttamaan tietoa toiminnaksi. Hyväkin tilaisuus voi mennä ohi. Huomaamattaan työttömät sopeutuvat uuteen elämänti-



lanteeseensa ja näin työttömyyden aikaisesta toimeentulosta saattaa tulla pysyvä toimeentulomuoto. (Tapaninen 2000, 25–31.)

Työterveyslaitoksen psykologian osaston ja työministeriön yhteistyönä vuonna 1993–1994 tehdyssä tutkimuksessa työttömyyttä tarkasteltiin psykologisena stressitekijänä. Tutkimuksen mukaan työn merkityksen kokemisen voimakkuus riippuu ihmisen sisäisten ja ulkoisten tarpeiden määrästä sekä siitä, miten hän kokee työllä olevan mahdollisuuksia tyydyttää näitä tarpeita. Työn kokeminen merkitykselliseksi lisää voimakkaasti motivaatiota etsiä työtä. Jos työtä ei kuitenkaan löydy, tilanne voi henkilökohtaisista stressitekijöistä riippuen johtaa psyykkiseen stressiin. (Vesalainen & Vuori 1996, 7-8.) Tutkimus vahvistaakin, että suomalaisilla työttömällä työn kokeminen elämässä erityisen tärkeäksi on keskeinen syy heikoksi koettuun toimintakykyyn ja rapistuvaan itsetuntoon. Työn merkitykselliseksi kokeneet ilmaisivat epäonnistumisen ja arvottomuuden tunteita. Myös taloudellisen ja sosiaalisen aseman menettäminen vaikuttaa heikentävästi itsetuntoon ja toimintakykyyn. (Vesalainen & Vuori 1996, 52–58.)

Professori Rauno Pietiläisen mukaan sekä aikaisemmat tutkimukset että hänen vuonna 2005 valmistunut väitöskirjansa osoittavat työttömyyden aiheuttavan masennusta, joka oli tärkein psyykkistä pahoinvointia selittävä tekijä. Pietiläisen tutkimuksen mukaan masennus on ensisijaista seuraamusta työttömyyden kokemisesta merkittävänä elämänmuutoksena. Sitä pahentavat sen laaja-alaiset seuraamukset omaan elämään, alhaiset työllistymisodotukset, taloushuolet ja pettymykset epäonnistuneista työnhakuyrityksistä. (Pietiläinen 2005, 97.)

Pietiläisen (2005) mukaan työttömyystilanteen syytulkintojen tuloksista voidaan nähdä, että ikääntyessään työttömäksi joutuneet syyttävät ulkoisia tekijöitä enemmän kuin nuoret. Nuoriin verrattuna he näkevät vähemmän vaikutusmahdollisuuksia omaan tilanteeseensa, syyttävät työttömyydestään enemmän yhteiskunnallisia tekijöitä ja näkevät vähemmän mahdollisuuksia kehittää omia taitojaan. He näkevät työttömyyden syyt pysyvinä ja laaja-alaisina. Naiset selittävät työttömyydestään enemmän perhesyitä kuin miehet. Pietiläinen toteaa, että koulutustason nousulla on yhteys omien vaikutusmahdollisuuksien kokemiseen. Myös motivaatiolla ja työttömyyden

kestolla on yhteys. Työttömyyden pitkittyessä työn houkuttavuus vähenee ja työstä saatava hyöty laskee työttömyysturvaan verrattuna. (Pietiläinen 2005, 85–87.)

## 2.2 Työttömyys ja terveys

Tutkimuksia työttömyyden ja terveyden välisestä suhteesta on tehty runsaasti niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Työ- ja elinkeinoministeriön työttömyyden ja terveyden välisiä suhteita kokoavassa katsauksessa todetaan, että työttömät voivat sekä psyykkisesti että fyysisesti huonommin kuin työssä olevat. Syy- ja seuraussuhteet ovat kuitenkin monimutkaisia. Työttömyyden ja terveyden väliseen yhteyteen vaikuttavat mm. ikä, sukupuoli, terveydestä huolehtiminen, taloudelliset huolet, yleinen työttömyystilanne, työttömyyden kesto ja henkilökohtaiset ominaisuudet. Katsauksen mukaan työttömyyden ja terveyden yhteyksiä pitäisi tutkia tarkemmin. Myös muun muassa työmarkkinoiden ja työsuhteiden muutosten, ennustetun työvoimapolun sekä pätkätyön vaikutusten tutkiminen työttömyyden ja terveyden väliseen suhteeseen olisi ajankohtaista. (Heponiemi, Wahlström, Elovainio, Sinervo, Aalto & Keskimäki 2008, 31–33.)

Myös pitkäaikaistyöttömien terveyshankkeen tuloksissa todetaan, että työttömät voivat huonommin ja ovat sairaampia kuin työssä olevat. Tulosten mukaan työttömyyden pitkittyminen altistaa sosiaalisille ja terveydellisille ongelmille. Toisaalta huono terveys ja heikentynyt toimintakyky ovat työttömyyden riskitekijöitä. Työttömyyden ja terveydentilan sekä henkisen hyvinvoinnin vaikutusyhteydet kulkevat molempiin suuntiin ja voivat johtua erilaisista välittävistä tekijöistä. (Sinervo 2009, 14–15.)

Pitkäaikaistyöttömien terveyshankkeen toimijoiden kokemukset terveystapaamisista vahvistivat näkemystä, että pitkäaikaistyöttömillä on enemmän todettuja sairauksia sekä koettuja vaivoja ja oireita kuin työssä olevilla. Osalla hankkeen asiakkaista elämänhallinta oli pitkittyneen työttömyyden myötä laskenut ja sosiaalisten kontaktien väheneminen heikensi aktiivisuutta. Asiakkaan kiinnostus omasta itsestään heikkenee, mikäli fyysinen ja psyykkinen hyvinvointi rakoilee ja sekä ihmissuhde- että talousongelmat rasittavat. Silloin he tarvitsevat runsaasti tukea ja ohjausta omassa elä-

mässään. Terveystapaamiset osoittivat myös, että hankkeessa oli asiakkaita, joiden terveydentila oli hyvä eivätkä he tarvinneet erityistä ohjausta. (Sinervo 2009, 123.)

Hankkeen myötä terveystarkastukset ovat laajentuneet koskemaan koko maata. Ohjaan työssäni asiakkaita terveystarkastuksiin. Toimintatapa on opetteluvaiheessa ja kehitämme yhteistyötä terveystoimen ja sosiaalitoimen kanssa säännöllisissä yhteisissä tapaamisissa. Kuntoutukseen ohjauksen kannalta vaikeutena on ollut mm. lääkäripula. Terveystarkastuksen pitkän tähtäimen tavoitteena on työllistymisen tukeminen, mutta kohdennetuilla terveystarkastuksilla ja -palveluilla voidaan tukea ihmisten terveyttä, hyvinvointia ja työ- ja toimintakykyä myös työttömyyden aikana.

Terveyden ja työmarkkina-aseman kytköksiä voidaan kuvata pahimmassa tapauksessa kaksivaiheisena prosessina, jossa ensimmäisessä vaiheessa henkilö ajautuu työttömyyteen alhaisen toimintakykynsä takia ja toisessa vaiheessa toimintakyky työttömyyden pitkittyessä laskee yhä. Alentuneen toimintakyvyn seurauksena mahdollisuudet uudelleentyöllistymiseen alenevat. (Parpo 2007, 20–21.) Negatiivinen noidankehä on valmis.

### 2.3 IP-hanke ja Kipinä-kuntoutus

Vuosina 1996–1997 toteutettiin ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömien (IP) palvelutarveselvitys, jonka tavoitteena oli tehostaa 50–58-vuotiaiden pitkäaikaistyöttömien työvoimapalveluja, koulutusta ja kuntoutusta sekä selvittää eläkevaihtoehtojen tarvetta. Kohderyhmään kuuluvista, yli vuoden yhtäjaksoisesti työttömänä olleista henkilöistä, 11 000 osallistui työministeriön, sosiaali- ja terveysministeriön sekä Kansaneläkelaitoksen rahoittamaan seurantatutkimukseen. (Rajavaara 2000, 15–17.)

Hankkeen tuloksissa todetaan, että toteutuneista kuntoutuspalveluista hyötyivät eniten ääriyhmät eli suhteellisen hyväkuntoiset henkilöt, joiden prosessia kohti työelämää pystyttiin tukemaan tarjoamalla ammatillista kuntoutusta, koulutusta ja henkilökohtaisen työkunnan kohentamista ja työhallinnon tukityötä. Toinen ääriyhmä olivat työkyvyltään heikentyneet, jotka ohjautuivat työelämän ulkopuolelle tähtäävälle reitille. Väliin jäi suuri keskiryhmä, jonka osalta ei selkeitä työllistymisen mahdolli-

suuksia tukevia ratkaisuja löytynyt. (Puumalainen, Järvikoski & Peltoniemi 2000, 239–241.)

IP-hankkeen jatkoksi vuosina 2002–2004 Kansaneläkelaitos toteutti sosiaali- ja terveys- sekä työministeriön kanssa Kipinä-kuntoutuskokeilun, joka keskittyi yli 45-vuotiaisiin, yli vuoden työttömänä olleisiin henkilöihin, joilla arvioitiin olevan vakava sosiaalisen syrjäytymisen uhka. Kokeiluun osallistui lähes 450 pitkäaikaistyötöntä 13 projektista ympäri Suomen. (Suikkanen, Linnakangas, Harjajärvi & Martin 2005, 10–12.)

Kuntoutujille suunnatuista toimenpiteistä suurin osa oli yksilön toimintakyvyn vahvistamiseen suuntaavaa toimintaa sekä terveyden ylläpitämistä ja parantamista. Kipinä-kuntoutuksen tulokset olivat rohkaisevia kuntoutujan motivoinnin, toimintakyvyn vaikuttamisen ja arjessa selviytymisen kannalta, mutta vaatimattomia työelämään ja koulutukseen sijoittumisen osalta. Puoli vuotta kuntoutuskokeilun päättymisestä avoimilla työmarkkinoilla oli 2 prosenttia kuntoutujista ja 41 prosenttia kuntoutujista suuntautui pois työmarkkinoilta. (Suikkanen ym. 2005, 16–35.)

Kuntoutujat kokivat erityisen tärkeäksi mahdollisuuden tavata samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä ja paikan, jossa käydä säännöllisesti. Tärkeinä hyvinvointia lisäävinä tekijöinä nousivat esiin myös oma aktivoituminen, mielialan ja itsetunnon koheneminen, usko omaan itseen ja sosiaalisuuden lisääntyminen. (Suikkanen ym. 2005, 35.)

Sekä IP-hankkeen että Kipinä-kuntoutuskokeilun tulokset osoittavat, että pitkittyneestä työttömyydestä ja sen mukanaan tuomista ongelmista selviäminen oli monen kohdalla hyvin vaikeaa. Mikäli asioihin olisi ollut mahdollista puuttua vuosia aikaisemmin, vaikeat tilanteet eivät ehkä olisi kroonistuneet ja toisaalta osallistujat olisivat olleet motivoituneempia osallistumaan työmarkkinoille tukeviin toimenpiteisiin. (Suikkanen ym. 2005, 34–36.)

## 3 PITKÄÄN TYÖTTÖMÄNÄ OLLEEN KUNTOUTUMISEN TUKEMINEN

### 3.1 Kuntoutus on prosessi

Työttömien kuntoutuksessa olennaista on interventioiden ajoitus. Kuntouttavat toimet käynnistyvät usein pitkän työttömyyden jälkeen, jolloin työttömyys on jo tunkeutunut syvälle ihmisen elämään lieveilmiöineen. Hytti (2003) on todennut työmarkkinatukea saaneiden toimeentuloturvaa analysoidessaan, että pitkäaikaistyöttömien tilanteen korjaus kuntoutuksen ja aktivoinnin keinoin on usein liian myöhäistä. Hänen mukaansa kuntoutus kuuluu tavalla tai toisella konseptiin, kun puhutaan pitkäaikaistyöttömien aktiivitoimista ja -politiikasta. (Karjalainen 2008, 16.)

Pitkään työttömänä olleen kuntoutuksessa on kyse myös monen intervention samanaikaisuudesta. Tavoitteena on kuntouttaa fyysistä vajaakuntoisuutta ja vahvistaa psykososiaalisia työelämävalmiuksia, kuten urataitoja, subjektiivista ja ammatillista osaamista. Pyrkimyksenä on tuottaa kuntoutujalle hyvinvointia ja motivoituneisuutta sosiaalisesti vaikeassa tilanteessa. (Karjalainen 2008, 16.)

Tarkasteltaessa pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskokeilun hyviä käytäntöjä Suikkanen ym. (2005) toteavat, että pitkäaikaistyöttömien tukeminen tulee ymmärtää erilaisia vaiheita käsittävänä prosessina. Ensimmäisessä vaiheessa keskeistä on luottamuksen vahvistaminen ja selviytymisen mahdollisuuksien näkeminen. Toisessa vaiheessa on tärkeää määritellä osatavoitteet ja tarttua työkyvyn osatekijöihin, kuten motivaatioon, terveyteen ja toimintakykyyn. Tavoitteiden saavuttaminen edellyttää, että koko toimijaverkko näkee tavoitteet yhteisinä ja sitoutuu työskentelemään niiden eteen. Yhtä tärkeää on, että kuntoutuja ymmärtää oman roolinsa. Kolmas vaihe on yhteistoimintakäytäntöjen rakentaminen työnantajien kanssa. (Suikkanen ym. 2005, 35–36.)

### 3.2 Motivaation merkitys

Motivaatio kuvaa yksilön tilaa, joka määrää millä ahkeruudella ja aktiivisuudella ihminen toimii ja mihin hänen mielenkiintonsa kohdistuu. Henkilökohtaisten tarpeiden

lisäksi yksilön motivaatioon vaikuttavat myös niin sanotut sosiaaliset ympäristötekijät. (Järvelä & Laukkanen 2000, 23.)

Kuntoutuja voi omaksua tiedon ja ohjauksen avulla uusia ajattelu-, toiminta- ja tunnemalleja. Asiat ja tavoitteet on kuitenkin voitava kokea omalle elämälle sillä hetkellä merkityksellisiksi, jotta kuntoutuja motivoituu ponnistelemaan oman kuntoutumisansa hyväksi. Tavoitteita ei voi asettaa toisen puolesta, sillä jokaisella kuntoutujalla on oma näkemys tarpeistaan ja tavoitteistaan, mikä on kuntoutumisen onnistumisen ja motivaation syntymisen kannalta olennaisinta. Kuntoutumisen kannalta on tärkeää hyödyntää kuntoutujan omia voimavaroja mahdollisimman aktiivisesti. Voimavarojen vahvistuessa motivaatio ja usko omiin mahdollisuuksiin kasvaa. Kuntoutujan kuntoutustyöntekijöiltä saama positiivinen palaute on kuntoutujalle tärkeää. (Kettunen, Kähärä-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 32–33.)

Mikäli kuntoutuja kokee olevansa omien tavoitteidensa kannalta oikeassa paikassa, voi muutos yhdellä elämän osa-alueella tuoda muutoksia muillekin elämän alueille. Pitkän tähtäimen tavoitteiden purkaminen osatavoitteiksi edesauttaa motivoitumista uuteen kiinnittymiseen ja sitoutumiseen. Tällöin tuen antaminen ja tulevaisuuden hahmottaminen yhdessä osallistujan kanssa motivoivat jatkamaan prosessia. (Järvelä & Laukkanen 2000, 27–29.)

### 3.3 Sosiaalinen tuki

Sosiaalisen tuen käsitteelle ei ole yksiselitteistä määritelmää. Eroja on sekä sisällöllisissä painotuksissa että lähestymistavoissa. Sosiaalinen tuki nähdään useissa määritelmässä ihmisen identiteetin muodostumisen ja kriisitilanteista selviytymisen tai muutokseen mukautumisen kannalta keskeisenä. Metteri ja Haukka-Wacklin (2008) viittaavat Gothoniin (1990), jonka mukaan yhteistä määritelmille on, että sosiaalinen tuki nähdään ihmisten välisiin vuorovaikutussuhteisiin liittyvänä. (Metteri & Haukka-Wacklin 2008, 55–57.)

Sosiaalinen tuki on ihmisten, lähiyhteisöjen ja julkisten organisaatioiden tuottamia palveluja, joiden kautta ihmisten elämänhallinta ja autonomisuus lisääntyvät. Kyse

voi olla henkisestä tuesta, mikä tarkoittaa arvostamista, välittämistä, luottamista ja kuuntelemista. Se voi olla tietoja ja ohjeiden antamista, arviointitukea, kuten vahvistamista, palautteen antamista ja tasavertaisuutta. Lisäksi sosiaalinen tuki voi olla konkreettista, esimerkiksi taloudellista tukea. Kaikki edellä mainitut sosiaalisen tuen piirteet sisältyvät hyvään kuntoutukseen. (Metteri & Haukka-Wacklin 2008, 56–57.)

Sosiaalisen tuen lähteet voidaan jakaa kolmeen ryhmään. Ensimmäinen on perhe ja ystävät, toisena ne tukiverkoston jäsenet, joiden kanssa ollaan tekemisissä vähemmän kuin perheen ja ystävien kanssa ja kolmantena vertaiset ja vertaisryhmien jäsenet. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2010, 87.)

Vertaistuki voi olla yksilöllistä tai yhteisöllistä. Kahden henkilön välisessä tuessa on kyse yksilöllisestä vertaistuesta. Yhteisöllinen vertaistuki toteutuu ryhmässä. (Laine ym. 2010, 87.) Kuntoutujan vertaisryhmässä samassa tilanteessa oleva tai samoja asioita läpikäynyt ihminen ymmärtää parhaiten, miltä toisesta tuntuu. Tuki voi olla arkielämään liittyvää tai esimerkiksi omiin kokemuksiin perustuvia neuvoja, joita ammattiauttajat eivät osaisi tarjota. Ryhmässä voidaan myös kehittää käytännön ratkaisuja ongelmiin. (Kettunen ym. 2009, 74.) Muiden auttamisesta on hyötyä myös itselle. Se voi vahvistaa hyödylliseksi ja tarpeelliseksi kokemisen tunnetta, mikä on tärkeää kaikille ihmisille. Se voi myös syventää ymmärrystä omasta tilanteesta. Mielihyvän tunne syntyy, kun antaminen ja saaminen ovat tasapainossa. (Laine ym. 2010, 87–88.)

Kortteisen ja Tuomikosken (1998) tutkimuksen mukaan työttömien terveydessä ja muussa selviytymisessä keskeistä on luottamuksen kokeminen ja yhteisöllinen ankkuroituminen. Sosiaalisia suhteita tuottavat yhteisyyden kokemukset auttamaan työttömiä jaksamaan vaikeissakin tilanteissa. Työtön odottaa yhteisöllisissä suhteissa tulewansa ymmärretyksi ihmisenä, jolle on tärkeää työn ja menestyksen sijaan olemisen ja läheisyyden käsitteet. Kuuntelua ja luottamusta tarjoavilla yhteisöllisillä rakenteilla on tätä kautta sosiaalisesti kuntouttavia ominaisuuksia. (Karjalainen 2008, 18.)

### 3.4 Identiteetin rakentuminen

Ihmiset määrittävät itseään ja luovat minäkäsitystään aina suhteessa toisiinsa. Kuka minä olen ja mikä on minun paikkani, ovat tärkeitä elämänskysmyksiä, joita ihminen esittää rakentaessaan minäkäsitystään, jota kutsutaan myös identiteetin rakentumiseksi. Sosiaalisella identiteetillä tarkoitetaan ihmisen sisäistettyä tulkintaa siitä, minäkalaisia käsityksiä ja odotuksia muilla ihmisillä hänestä on. Persoonallinen identiteetti on ihmisen tulkintaa siitä, mikä hänessä on yksilöllistä suhteessa muihin. (Kettunen ym. 2009, 14–48.)

Kaikki toimintakyvyn muutokset, elämäntapahtumat ja kriisit vaikuttavat identiteetin rakentumiseen. Kriisivaiheissa minäkäsitys horjuu ja ihminen joutuu rakentamaan käsitystään itsestä ja elämästään uudelleen. Myös ympäristön asettamat odotukset vaikuttavat identiteettiin. Esimerkiksi vammaisiin kohdistetut odotukset voivat johtaa syrjään vetäytymiseen, passiivisuuteen sekä pitämään itseään terveitä huonompana. Huonommuuden tunne vaikuttaa omaan toimintaan ja vuorovaikutukseen muiden kanssa. Ihminen saattaa luovuttaa eikä jaksa, eikä välttämättä edes pyri hyödyntämään mahdollisuuksiaan. (eml. 2009, 48–49.)

Työ sitoo ihmisen yhteiskuntaan, työyhteisöön ja tavanomaiseksi koettuun elämäntapaan ja on siksi hyvin keskeinen asia ihmisen identiteetin rakentumisessa. Siksi työtä vailla oleva kokee olevansa jollain lailla erilainen, tavanomaisesta poikkeava ihminen. (eml. 2009, 54.)

Kuntoutumisessa on kyse myös kuntoutujan minäkuvan rakentumisesta. Kuntoutustyöntekijän tehtävä on luoda sellaista vuorovaikutusta kuntoutujan kanssa, josta kuntoutuja voi saada rakentavia ja myönteisiä aineksia identiteetin muodostamiseen. Kuntoutuja määrittää itseään uudelleen saamansa palautteen avulla. Samalla hän voi saada tukea niille tunteille ja asioille, joita kriisi tai menetys on hänessä synnyttänyt. Siksi vertaisryhmät ja vertaiset ovat usein korvaamaton tuki kuntoutujalle. (eml. 2009, 34–35.)

Lillrank ja Seppälä (2000) viittaavat Charmaziin (1999), jonka mukaan muiden ihmisten reaktioista muodostuu usein sairastuneen elämäkerrallinen käännekohta. Sai-



rastunut saattaa haluta saada selville, onko muiden ihmisten suhtautuminen häneen muuttunut. Riippuvuus muiden arvostuksesta saattaa vaikuttaa oman identiteetin uudelleen rakentumiseen, ja avun tarve esimerkiksi päivittäisissä toimissa sekä omista tunteista puhuminen saattavat vaikuttaa ihmissuhteisiin. Myös ensisijaisesti tekemistä arvostava yhteiskunta saa ihmisen kokemaan menettäneensä tärkeän osan elämästään ja samalla myös muiden arvostuksen. Sairaus elämän käännekohtana voi kuitenkin ajan myötä saada uuden tulkinnan. Se voi olla alku myönteisempään suuntaan kehittyneelle itsetunnolle ja identiteetille. (Lillrank & Seppälä 2000, 114–115.) Sekä työttömyys että sairastuminen ovat elämänmuutoksia, joilla voi olla hyvin samanlaisia vaikutuksia ihmisen identiteetin rakentumiseen.

### 3.5 Valtaistumista, voimaantumista ja elämän hallintaa

Asiakkaiden empowerment -prosessista on Suomessa käytössä useita termejä. Niitä ovat mm. voimaantuminen, voimavaraistaminen ja valtaistuminen. Järvikoski & Härkäpää (2006) käyttävät termiä valtaistuminen. Heidän mukaansa valtaistuminen sisältää ajatuksen itsensä ja muiden vapauttamisesta, energian lisääntymisestä tai kasvuprosessista, mikä voi yksilötasolla ilmetä itseluottamuksena, hallinnan tunteena ja kriittisenä tietoisuutena itsestä suhteessa ympäristöön. Kuntoutusprosessin aikana yksilöllä on mahdollisuus pohtia tilannettaan ja mahdollisuuksiaan suhteessa ympäristöön, tehdä päätöksiä ja seurata tuloksia. Se voi vahvistaa hallinnan tunnetta ja auttaa omaksumaan toimintamalleja, joiden avulla kuntoutujalla on paremmat mahdollisuudet toteuttaa elämänprojektejaan. (Järvikoski & Härkäpää 2006, 131–133.)

Konkreettisten elämäntapahtumien ja olosuhteiden muutosten tuloksena hallinnan tunne kehittyy. Perustan valtaistumiselle muodostavat ihmisen kokemukset mahdollisuuksistaan selviytyä vaikeissakin tilanteissa ja saada aikaan muutoksia omassa elämässään. Kuntoutusprosessin tavoitteita ovat oman elämän hallinnan saavuttaminen, itsenäisyys ja tasa-arvoinen osallisuus yhteisön elämään. Parhaiten valtaistumisen tavoite voidaan saavuttaa, kun asiakkaalla on mahdollisuus vaikuttaa kuntoutusprosessinsa suunnitteluun ja toteutukseen ja saada sen aikana onnistumisen kokemuksia. (Järvikoski & Härkäpää 2006, 133–134.)

Ihmisillä on aina jossain määrin voimavaroja ja kykyä selviytyä erilaisista tilanteista, vaikka he eivät niitä välttämättä tiedosta eivätkä pysty hyödyntämään. Voimavara-lähtöinen työskentelytapa pyrkii osoittamaan kuntoutujalle hänen selviytymisensä salaisuuksia, seikkoja, jotka ilmentävät voimaa ja selviytymiskykyä. Pyrkimyksenä on ihmisen näkemyksen ja kokemuksen muuttuminen itsestään ja kyvystään toimia. Voimavaralähtöisessä lähestymistavassa huomio kiinnitetään ongelmien sijaan voimavaroihin. (Kettunen ym. 2009, 68–69.)

Räsänen (2006) mukaan valtaistamisprosessiin ja voimaantumiseen liittyvät keskeisesti valta ja vastuu. Valtaistaminen tarkoittaa nimenomaan yhteisön tai yksilön oman päätäntävällän ja voimavarojen parantamista vallan antamisen ja sosiaalisen tuen keinoin. Tie voimaantumiseen voidaan saavuttaa vain havahtumisen, tietoiseksi tulemisen sekä valtaistamisen prosessien kautta. Havahtuminen ja valtaistaminen mahdollistavat yksilön sisäisen voimantunteen saavuttamisen sekä oman elämänsä ja ympäristönsä hallinnan. Ihminen tarvitsee tunteen siitä, että kykenee aidosti vaikuttamaan elämäänsä. Kyse on ihmisten resurssien vahvistamisen lisäksi yhteisöjen sosiaalisesta kulttuurisesta muutoksesta. Valtaistavan yhteisön toimintaa ohjaavat periaatteet, jotka mahdollistavat yksilön voimaantumisen. Voimaantunut ihminen on rohkea, tulevaisuuteen orientoitunut ja hänellä on sosiaalisia taitoja. Hän kokee pystyvänsä vaikuttamaan elämäänsä ja työhönsä. (Räsänen 2006, 77–80.)

## 4 PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN KUNTOUTUSKURSSI

### 4.1 Kuntoutuskurssin sisältö

Kelan pitkäaikaistyöttömille suunnatun ammatillisen kuntoutuskurssin kohderyhmään kuuluvat yli 40-vuotiaat pitkäaikaistyöttömät, joilla on lääkärinlausunnon mukaan työllistymistä heikentäviä sairauksia, oireita tai terveydellisiä ongelmia. Kuntoutuskurssilla pyritään työllistymisen edistämisen lisäksi tukemaan kuntoutujien työ- ja toimintakyvyn sekä elämänhallintataitojen parantamista. Pitkäaikaistyöttömäksi katsotaan henkilö, joka on ollut yhtäjaksoisesti työttömänä 1–3 vuotta tai useammassa jaksossa yhteensä vähintään 12 kuukautta tai työttömyyden toistuvuus

huomioon ottaen on rinnastettavissa yhtäjaksoisesti työttömänä olleeseen. (Kelan laitosmuotoisen kuntoutuksen standardi 2009, 33.)

Kuntoutuskurssin kokonaiskesto on 55 vuorokautta, ja paikkoja kuntoutujille on 10. Kurssi toteutetaan avomuotoisena. Kurssi sisältää kolme ryhmäjaksoa sekä kaksi 15 päivän työharjoittelujaksoa. Kelan standardin mukaan ammatilliset kuntoutuskurssit ja pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssit ovat aina avomuotoisia ja sisältävät työharjoittelua. (eml. 2009, 3–4.)

Ryhmäjaksojen keskeisiä aiheita ovat työelämätietous ja kuntoutujan tukeminen. Kurssin taustalla on moniammatillinen työryhmä, joka perehtyy kuntoutujan tilanteeseen ja tavoitteisiin yksilöllisin haastatteluin ja tutkimuksin. Jokaiselle kuntoutujalle järjestetään alkuvaiheessa vähintään kolme yksilöllistä haastattelua, tapaamista tai tutkimusta. Lääkäri tutkii jokaisen kuntoutujan yksilöllisesti ja tekee yhteenvedon kuntoutujan terveydellisestä tilanteesta ja mahdollisista rajoitteista. (eml. 33–40.)

Työryhmän jäsenet laativat yhdessä kuntoutujan kanssa sisältö- ja tavoitesuunnitelman, jossa otetaan huomioon työharjoittelupaikan etsiminen. Suunnitelmaa tarkistetaan tarpeen mukaan kuntoutusjaksojen aikana yhdessä kuntoutujan kanssa. Kuntoutuskurssi koostuu ryhmämuotoisesta ohjelmasta, jota täydennetään tarpeen mukaan moniammatillisen työryhmän ja erityistyöntekijöiden tapaamisilla sekä yksilöllisellä ohjauksella. (eml. 33–37.)

Jokaiselle kuntoutujalle kuuluvat työharjoittelujaksot toteutetaan ensisijaisesti avoimilla työmarkkinoilla. Kuntoutuja on itse aktiivinen työharjoittelupaikan etsimisessä. Työharjoittelun tavoitteena on saada kokemusta työelämästä, lisätä ammatillisia valmiuksia ja sijoittua työelämään. (eml. 38.)

Kuntoutuskurssin päätösvaiheessa käydään läpi yksilöllisten tavoitteiden saavuttaminen ja laaditaan kirjallinen, työllistymiseen tähtäävä jatkosuunnitelma. Tapaamisessa on mahdollisuuksien mukaan mukana työ- ja elinkeinotoimiston virkailija. Näin saadaan yhteistyössä vastuu jatkosuunnitelman toteutumisesta siirrettyä oikealle taholle sen mukaan kuin kuntoutujan kanssa sovitaan. (eml. 39.) Kuntoutuskeskus Kankaanpäässä toteutettiin pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssi syksyllä 2010.

## 4.2 Kelan standardit ja GAS-menetelmä

Kela valvoo kuntoutuksen laatua standardein. Ne koskevat ammatillista, lääkinnällistä ja harkinnanvaraista kuntoutusta ja ovat voimassa aina sopimuskauden ajan. Standardilla tarkoitetaan 1.6.2007 voimaan tulleen hankintalain 5 §:n 19 kohdassa tarkoitettua teknistä eritelmiä. Standardin tavoitteena on taata Kelan kuntoutujille laadullisesti hyvä ja oikea-aikainen kuntoutus sekä varmistaa kuntoutujan oikeudet. Tarkalla kuntoutuksen prosessikuvauksella pyritään varmistamaan hyvään kuntoutuskäyttöön perustuva kuntoutus, jossa otetaan huomioon kuntoutujan kuntoutustarpeet ja tavoitteet sekä työ- ja elämäntilanne. Kelan laitosmuotoinen standardi 17/11.5.2009 (täsmennetty 4.12.2009), joka on voimassa sopimuskauden 1.1.2010–31.12.2013, koskee ammatillisia ja pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskursseja. (Kelan laitosmuotoisen kuntoutuksen standardi 2009, 1–2.)

Kuntoutuksen vaikuttavuutta ja tavoitteiden toteutumista tarkastellaan kuntoutustoitinnalle asetettujen yhteiskunnallisten ja yksilöllisten tavoitteiden kautta. Kelan standardi velvoittaa palveluntuottajia käyttämään arviointimenetelmänä GAS-mittaria kurssimuotoisessa kuntoutuksessa. GASin avulla määritellään kunkin kuntoutujan yksilölliset ja realistiset tavoitteet ja arvioidaan niiden toteutumista. Menetelmä mahdollistaa yhdenmukaisen tavan määrittellä tavoitteita. Arviointimenetelmän kehittäminen ja palveluntuottajien kouluttaminen on koko ajan Kelan toimesta käynnissä. (Autti-Rämö, Vainiemi, Sukula & Louhenperä 2009, 2–7.)

## 5 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS

### 5.1 Tutkimuksen taustaa

Tutkimuksellani on yhteys työhöni työvoimaneuvojana Pohjois-Satakunnan TE-toimistossa. Asiakkaat, joiden kanssa työskentelen, ovat pääasiassa pitkään työttömänä olleita ja/tai heillä on terveydellisiä sekä erilaisia henkilökohtaiseen elämäntilanteeseen liittyviä ongelmia. Oma kokemukseni on sama, minkä useat tutkimustu-

lokset osoittavat: Julkisten työvoimapalvelujen tarjoamat palvelut eivät riitä näiden henkilöiden työllistymisen tukemiseen ja siksi tarvitaan moniammatilliseen yhteistyöhön perustuvaa palvelua. Yhteistyön lähtökohtana ovat asiakkaan palvelutarpeet. Työ- ja elinkeinoministeriön linjauksien mukaan tavoitteena on tukea kaikkien työnhakijoiden työmarkkinoille pääsemistä.

Työ- ja elinkeinoministeriö toteutti syksyllä 2008 selvityksen, jossa työ- ja elinkeinohallinnon virkailijat arvioivat asiakkaidensa työllistymisen esteitä ja palvelutarpeita. Selvityksen kohderyhmä oli noin 80 000 asiakasta, joilla arvioitiin taustatekijöiden perusteella olevan vaikeuksia työllistyä avoimille työmarkkinoille. Työllistymisen esteinä selvityksessä nousivat muun muassa vajaakuntoisuus (muu kuin mielen-terveyden häiriöt), päihdeongelmat ja mielen-terveyden häiriöt, elämäntilanteeseen liittyvät ongelmat sekä motivaation puute. Selvityksessä todetaan, että monet asiakkaat tarvitsisivat työ- ja elinkeinohallinnon palvelujen ohien sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitämistä ja palauttamista edistäviä palveluja ja sekä muita työelämävalmiuksia ja osaamista kehittäviä palveluja. (Sosiaaliturvan uudistuskomitean (SATA) ehdotukset 2009, 60–61.) Olin mukana vastaamassa kyselyyn Pohjois-Satakunnan TE-toimiston osalta. Selvityksen tulokset vastaavat omia kokemuksiani asiakkaiden palvelutarpeista.

Työ- ja elinkeinoministeriö teetti vuonna 2011 tutkimuksen, joka käsitteli vaikeasti työllistyvien työllistymisen esteitä, heille tarjottuja palveluja sekä niiden toimivuutta. Vaikeasti työllistyviä työnhakijoita ovat julkisesta työvoimapalvelusta annetun lain mukaan työttömät työnhakijat, jotka ovat saaneet työttömyytensä perusteella työmarkkinatukea vähintään 500 päivää tai 500 päivää työttömyyspäivärahaa. Tutkimusaineisto koottiin keräämällä asiakkaiden tietoja työhallinnon asiakasrekisteristä. Lisäksi selvitettiin TE-toimistojen ja työvoiman palvelukeskusten virkailijoiden, kohderyhmää työllistävien työnantajien sekä vaikeasti työllistyvien työnhakijoiden näkemyksiä. (Terävä, Virtanen, Uusikylä & Köppä 2011, 96.)

Tutkimuksessa nousi vahvasti esiin näkemys, jonka mukaan kohderyhmän työllistymistä pitkittäviin tai estäviin tekijöihin ei voida puuttua julkisilla työvoimapalveluilla. Tutkimuksessa haastateltujen työnhakijoiden mielipiteet vahvistivat näkemystä, että pelkästään julkiset työvoimapalvelut eivät kata heidän palvelutarvettaan. Kehit-

tämisehdotuksissa suositeltiin muun muassa ennakkoluulottomampaa tapaa tehdä yhteistyötä kuntien sosiaali- ja terveystieteiden kanssa. (Terävä ym. 2011, 97–98.) Myös tämä tutkimus antaa hyvän pohjan opinnäytetyölleni.

## 5.2 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelma

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssille osallistujien palvelutarpeita paremmin sekä kehittää oikea-aikaista kuntoutustoimenpiteisiin ohjaamista ja siten hyödyntää kuntoutuskurssit työllistymistä tukevana palveluna pitkään työttömänä olleen työnhakijan polulla kohti työmarkkinoita. Tavoitteena on selvittää, millaisia näkemyksiä pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssille osallistujilla on heidän kuntoutukselle asettamiensa tavoitteiden toteutumisesta ja toteutumiseen vaikuttavista tekijöistä. Näkökulma on osallistujien omia kokemuksia ja arviointia painottava. Tavoitteena on viiden kuntoutuskurssille osallistuneen haastatteluilla pyrkiä saamaan vastaus seuraavaan tutkimuskysymykseen:

- ✓ Minkälaiset tekijät ovat olleet vaikuttamassa osallistujien kuntoutukselle asettamien tavoitteiden toteutumisessa heidän omien kokemustensa mukaan?

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 6.1 Tutkimukseen tarvittavat luvat

Lähestyin Kuntoutuskeskus Kankaanpäässä pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssin vastuuhenkilönä työskentelevää kuntoutuksenohjaaja Kivelää opinnäytetyöni aiheesta syyskuussa 2010, ja sain alustavia ohjeita lupa-asioihin. Lokakuussa 2010 lähetin Kelan suunnittelija Kyllösen ohjeiden mukaan Kelaan vapaamuotoisen tutkimuslupahakemuksen, jonka liitteenä olivat tutkimussuunnitelma ja kuntoutujilta pyydetty kirjallinen lupalomake tutkimukseen. Nämä luvat tarvitaan aina, kun tutkitaan Kelan rahoittamaa kuntoutusta/kuntoutujia. Tutkimuslupa (Liite 1) myönnettiin marraskuussa 2010.

Joulukuussa 2010 Kuntoutuskeskus Kankaanpään johtoryhmä myönsi luvan tutkimuksen suorittamiseen kuntoutuskeskuksen tiloissa. Samalla sovittiin Kuntoutuskeskus Kankaanpään tietosuojasitoumuksen allekirjoittamisesta ennen haastatteluja.

## 6.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin vaan lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen, jossa kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Aineiston hankinnassa suositaan metodeja, joissa tutkittavien näkökulmat pääsevät esille. Tällaisia metodeja ovat muun muassa teemahaastattelu, ryhmähaastattelu ja osallistuva havainnointi. Tiedonkeruussa tutkija luottaa omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin tutkittavien kanssa. Pyrkimyksenä on aineiston monitahoinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. Täydentävän tiedon hankinnassa monet tutkijat käyttävät apuna lomakkeita ja testejä. Tutkittava kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti, tapauksia käsitellään ainutlaatuisina ja aineistoa tulkitaan sen mukaan, mikä tarkoittaa, että tutkija ei määrää mikä on tärkeää. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2003, 152–155.)

Keräsin aineiston tutkimukseeni käyttämällä kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Tutkimushaastattelulajiksi valitsin puolistrukturoidun teemahaastattelun. Apuna aineiston keräämisessä oli esitietokysely.

### 6.2.1 Esitietokysely

Esitietokyselyn (Liite 2) tarkoituksena on kerätä perustietoa haastateltavista sekä alustavaa tietoa kuntoutukseen hakeutumisen tavoitteista. Pyrin tekemään esitietolomakkeeseen mahdollisimman selkeitä kysymyksiä, joihin on helppo vastata eikä vastaaminen vie paljoa aikaa. Kysymykset olivat pääsääntöisesti monivalintakysymyksiä, jotka koskivat ikää, sukupuolta ja ammattia sekä tietoja työttömyydestä ja työolosuhteista. Kohdejoukon pienuuden vuoksi esimerkiksi ikä ja työkokemus kysyttiin ikähaarukalla. Esitietokysely sovittiin palautettavaksi haastattelun yhteydessä.

Jos olisin hakenut tutkimusluvan työ- ja elinkeinoministeriöstä, minun olisi ollut mahdollista etsiä haastateltavien perustiedot työhallinnon tietojärjestelmästä. En käyttänyt mahdollisuutta, koska tietojärjestelmässä saattaa olla sellaista tietoa haastateltavista, joka voisi vaikuttaa omiin asenteisiini. Haluan tutkimuksellani tuoda asiakkaan äänen kuuluviin. Siksi haastateltavat antavat tiedot itsestään ja kertovat mielipiteensä ja kokemuksensa itse.

### 6.2.2 Teemahaastattelu

Tutkimushaastattelut eroavat toisistaan lähinnä strukturointiasteen perusteella, toisin sanoen miten kiinteästi kysymykset on muotoiltu ja missä määrin haastattelija jäsentää tilannetta. Käytän tutkimuksessani puolistrukturoitua teemahaastattelua, jolle on tyypillistä, että haastattelun aihepiirit ovat kaikille samat. Teemahaastattelussa kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat, mikä taas on ominaista strukturoidulle lomakehaastattelulle. Haastattelun eteneminen keskeisten teemojen varassa vapauttaa haastattelun tutkijan näkökulmasta ja tuo tutkittavan äänen kuuluviin. Teemahaastattelu ottaa huomioon sen, että ihmisten tulkinnat asioista ja heidän asioille antamat merkitykset ovat keskeisiä, myös sen, että merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. Teemahaastattelun etu on, että se ei rajoita miten ”syväälle” aiheeseen mennään, toisin kuin strukturoidussa lomakehaastattelussa, jossa kysymykset ovat kaikille samat. Silloin saattaa olla, että valitut käsitteet ja vaihtoehdot heijastavat enemmän tutkijan kuin haastateltavien maailmaa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 43–48.)

Rakensin teemahaastattelun rungon (Liite 3) perehtymällä Kelan laitospuotoiseen standardiin pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssien osalta. Standardi määrittelee kuntoutuksen laatuvaatimukset. Standardi jakautuu osiin, jotka koskevat kuntoutujaa, kuntoutusprosessia sekä Kelan ja palveluntuottajan osuutta asiakkaan kuntoutusprosessissa. Lisäksi minulla oli käytössä haastateltavien GAS-tavoitelomakkeelle kirjatut tavoitteet. GAS-menetelmään olen tutustunut opiskeluuni liittyvän kehittämistehävän avulla.



### 6.3 Kohderyhmän valikoituminen

Yhteinen tapaaminen kuntoutujien kanssa järjestyi 10.1.2011, jolloin kuntoutujat palasivat toiselta työharjoittelujaksolta kuntoutuskurssin viimeiselle ryhmämuotoiselle jaksolle. Kuntoutuksenohjaaja Kivelä pohjusti tapaamista ja oli jo aiemmin kertonut opinnäytetyöhöni liittyvistä haastatteluista sekä etukäteen jaettavasta esitietokyselystä.

Kerroin kuntoutujille itsestäni, opinnoistani, työstäni työvoimaneuvojana sekä opinnäytetyöni tavoitteista. Kerroin vaitiolovelvollisuudestani ja siitä, että haastateltavien henkilöllisyys ei tule missään vaiheessa ilmi. Esitin toiveen haastattelun nauhoittamisesta. Jaoin kuntoutujille tekemäni tiedotteen, jonka avulla pyrin varmistamaan, että kuntoutujilla on tarvittava tieto tutkimuksestani ja sen kulusta.

Selvitin kuntoutujien halukkuuden osallistua tutkimukseen korostaen vapaaehtoisuutta. Yhdeksän henkilöä kymmenestä oli valmis osallistumaan tutkimukseen. Harkinnanvaraisena otantana tutkimukseen valikoitui viisi haastateltavaa. Tutkijana en vaikuttanut valintoihin. Työni kautta olin vaikuttamassa kahden haastateltavan kuntoutuskurssille hakeutumiseen. Haastateltavien joukkoon ei kuitenkaan tehty muutoksia, koska mielestäni ohjaustilanteessa asiakkaiden ”tunteminen” jäi kuitenkin melko pinnalliseksi. Haastateltavat allekirjoittivat kirjallisen suostumuksen haastattelua varten ja samalla sovimme haastatteluajat samalle viikolle kolmelle eri päivälle. Kuntoutuksenohjaaja Kivelä varasi kuntoutuskeskuksesta tilat haastatteluja varten ja varmisti, että sekä haastateltavat että tutkija tiesivät haastattelupaikan. Tutkimukseen osallistujille jaettiin esitietokyselylomake, jonka he palauttivat täytettynä tutkijalle haastattelun yhteydessä. Tutkijana allekirjoitin Kuntoutuskeskus Kankaanpään tietosuojasitoumuksen.

### 6.4 Haastattelun toteuttaminen

Haastattelua varten sain kuntoutujien GAS-tavoitelomakkeelle asettamat tavoitteet 10.1.2011 tapaamisen yhteydessä. Ne olivat haastattelun tukena teemahaastattelurungon lisäksi. GAS-tavoitelomakkeelle oli kirjattu kuntoutujien asettamat pitkän

tähtäimen tavoitteet sekä välitavoitteet. Välitavoitteet oli asetettu toteutuvaksi kuntoutuskurssin aikana ja pitkän tähtäimen tavoitteet pidemmällä aikavälillä. Kaikkien kuntoutujien tavoitteet asetettiin kuntoutuskurssin ensimmäisellä ryhmäjaksolla. Toisella ja kolmannella eli viimeisellä ryhmäjaksolla tavoitteiden toteutumista arvioitiin yhdessä ohjaajien kanssa.

Kuntoutuksenohjaajan haastatteluille varaama tila oli rauhallinen ja siksi haastatteluun hyvin soveltuva paikka. Haastattelun aluksi esittäydyimme toisillemme ja esitin toiveen haastattelun nauhoittamisesta. Se sopi kaikille haastateltaville. Aloitin haastattelun käymällä läpi haastateltavan palauttamaa esitietokyselyä. Se helpotti haastattelun aloittamista. Haastattelut kestivät noin 45 minuutista 1,5 tuntiin. Haastattelijana huomasin hieman jännittäneeni aluksi, vaikka haastattelen asiakkaita työkseni. Haastateltavissa en jännitystä huomannut. He yllättivät avoimuudellaan. Osa kertoi laajasti elämästään ja terveydentilaansa liittyvistä asioista. Koinkin joidenkin haastateltavien kohdalla ajoittain vaikeaksi saada haastattelua etenemään. Haastateltavien avoimuus saattoi kertoa tarpeesta käydä läpi omaa elämäntilannetta ja siihen liittyviä asioita, mutta myös luottamuksesta haastattelijaan.

## 6.5 Aineiston käsittely ja analysointi

Laadullisen tutkimuksen analyysin tekemiseksi ei ole yksityiskohtaisia sääntöjä, vaan tiettyjä ohjeita analyysiprosessin etenemisestä. Tyypillistä laadulliselle analyysille on aineiston ja tutkimusongelman keskinäinen vuoropuhelu. Tutkimuskysymys sekä tutkijan lukemisen tapa, tulkinta ja valinnat ohjaavat ja jäsentävät aineiston käsittelyä. Asiayhteyttä kuvaava tieto eli kontekstieto on tärkeää, jotta voidaan ymmärtää tapahtuman tai asian laajempi sosiaalinen tai historiallinen merkitys. Luokittelu, joka on olennainen osa analyysiä, luo pohjan, jonka varassa haastatteluaineistoa voidaan tulkita, yksinkertaistaa ja tiivistää. Aineiston litterointiin eli puhtaaksikirjoittamiseen ei ole yksiselitteisiä ohjeita. Litterointi voidaan tehdä sanasta sanaan tai valikoiden esimerkiksi teema-alueista. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 139–147.)

Aineiston analyysi voidaan tehdä induktiivisesti tai deduktiivisesti. Analyysin deduktiivinen käsittelyvaihe tarkoittaa, että tutkija käsittelee aineistoa omasta ajattelumaa-

ilmastaan käsin, pyrkimyksenään ymmärtää ilmiötä monipuolisesti. Erilaisia analyysitapoja ovat mm. laskeminen, asteikointi, teemoittelu, alaryhmien analysointi, kehityskulun analyysi ja metaforien käyttö. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 150–153.) Teemoittelulla tarkoitetaan analyysivaiheessa sellaisia aineistosta nousevia piirteitä, jotka ovat yhteisiä usealle haastateltavalle. Lisäksi aineistosta nousee monesti esiin lähtöteemoja mielenkiintoisempia teemoja. Löydetyt yhteydet pitäisi pystyä ymmärtämään, ei vain empiirisinä ilmiöinä vaan myös teoreettisesti. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 173.)

Tässä tutkimuksessa aineisto on analysoitu deduktiivisen sisällönanalyysin menetelmällä. Olen etsinyt aineistosta piirteitä, jotka ovat yhteisiä usealle haastatellulle. Samaa merkitsevät lausumat yhdistin kategoriaan, jonka nimesin sisältöä kuvaavasti. Aineiston ryhmittelyn jälkeen yhdistelin alakategorioista yläkategorioita ja lopputuloksena muodostin yhdistävän kategorian. (Taulukko 1). Kirjoitin samanaikaisesti teoriaa, joka toimi apuna analyysin etenemisessä. Haastattelujen litteroinnin tein sanasta sanaan. Aineistoa kertyi 7–14 sivua/haastateltava, paljon enemmän kuin olin osannut kuvitella.

Taulukko 1. Esimerkki kategorioinnista

| Alkuperäinen ilmaus  | Alakategoria   | Yläkategoria                                   | Yhdistävä kategoria  |
|--|----------------|--|--|
| ”on lohdullista kuulla että toisillakin ihmisillä on samoja vaivoja ja ongelmia kuin meikäläisellä.”<br>”oon saanu tutustua uusiin ihmisiin, oon saanu uusia ystäviä ja kavereita” | Vertaistuki    | Sosiaalisen tuen merkitys kuntoutujan kokemana | Voimaantumiseen vaikuttavat tekijät pitkään työttömänä olleen kuntoutusprosessissa |
| ”kyllä ne sano mulle, että kyllä se ihan mun alaani olisi”<br>”oonhan mä ennenkin siitä puhunu, mut jotenki tuntu, että nyt on se hetki”   | Ohjaajien tuki |  |  |

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

### 7.1 Taustatietoa kuntoutujista

Kuntoutuskurssilta tutkimukseen valikoituneet viisi kuntoutujaa ovat Pohjois-Satakunnan ja Pirkanmaan alueelta. Ikäjakauma on 45–56 vuotta, joten työikää on useimmilla runsaasti jäljellä. Kaikilla on ammatillinen peruskoulutus, tosin monilla koulutuksen saamisesta on kulunut pitkä aika. Lisäksi useimpien taustalla on erilaisia työvoimakoulutuksia. Työkokemusta kolmella henkilöllä on yli 20 vuotta ja kahdella henkilöllä 6–15 vuotta. Haastateltavien yhtäjaksoinen työttömyysaika ennen kuntoutuskurssia vaihteli kymmenestä kuukaudesta miltei neljään vuoteen. Toimenpiteet ennen viimeisen työttömyysjakson alkua liittyivät työhön, koulutukseen tai sairauslomaan. Tutkimukseen osallistuvien terveydelliset ongelmat liittyivät tuki- ja liikuntaelinsairauksiin, psyykkiseen hyvinvointiin sekä erilaisiin määrittämättömiin kipuihin. Osalla haastateltavista terveydelliset ongelmat olivat kasaantuneet.

### 7.2 Kuntoutujien tavoitteet ja sitoutuminen

Kuntoutujien tavoitteet, kokemukset niiden asettamisesta, kuntoutukselle asetetut odotukset sekä kuntoutujan kokemus kuntoutuksen oikea-aikaisuudesta näyttäisivät olevan yhteydessä kuntoutukseen sitoutumiseen.

#### 7.2.1 Kuntoutujien tavoitteet

Tarkastelen kuntoutujien tavoitteita heidän GAS- lomakkeelle asettamiensa tavoitteiden mukaisesti. Päädyin yhdistämään kaikki, niin välitavoitteet kuin pitkän tähtäimen tavoitteet teemoittain, koska ne nivoutuivat toisiinsa ja siksi niitä oli vaikea erotella. Tavoitteita oli lukumääräisesti 26, joista puolet liittyi työ- tai opiskelupaikan saamiseen. Muut tavoitteet jakautuivat melko tasaisesti terveyteen ja toimintakykyyn sekä elämänhallintaan.

*Työtä ja opiskelua* koskevat tavoitteet koskivat tutustumista ja sopivuuden kokeilua erilaisiin työtehtäviin terveydentila huomioiden, työllistymistä mielekkääseen työhön kunnan puolesta sekä opiskeluvaihtoehtojen selvittelyä.

*Terveyttä ja kuntoa* koskevat tavoitteet liittyivät kunnan ylläpitämiseen ja parantamiseen, monipuoliseen liikuntaan sekä terveelliseen ruokavalioon ja painonhallintaan.

*Elämänhallintaa* koskevat tavoitteet liittyivät kivunhallinnan ja rentoutumisen oppimiseen, säännölliseen päivärytmiin ja henkisen hyvinvoinnin kohentumiseen.

### 7.2.2 Tavoitteiden asettaminen

Jokaiselta kuntoutuskurssille hakijalta oli kysytty jo kuntoutuksen hakuvaiheessa perusteluja kuntoutukseen hakeutumisesta. Yksi haastatelluista muisti hakulomakkeelle kirjoittamiaan tavoitteita.

Kaikki haastatellut toivat voimakkaasti esille, että tavoitteet ovat heidän itsensä asettamia. Osa kertoi saaneensa tukea ryhmäkeskusteluista sekä keskusteluista ohjaajien kanssa. Kokemuksissa tavoitteiden asettamisesta oli eroja. Osalla haastatelluista oli jo etukäteen ajatuksia, minkälaista muutosta he elämäänsä toivoivat. Eräs koki tulevaisuuden ja tavoitteiden miettimisen vaikeaksi, koska kokee elävänsä terveydellistä syistä päivän kerrallaan. Esiin nousi myös kokemus, että osaa tavoitteista oli vaikeaa asettaa ja että ”piti vain löytää jotakin”.

*”kyllä me ollaan juteltu tästä ja mietitty sitä, mutta itte mä siitä päätin”*

*”keskusteltiin ryhmässä ja psykologin kanssa. Kai niistä jotakin ajatuksia tuli vähän”*

*”tavoitteissa ei ole mitään turhaa, tätä minä halusin”*

Haastateltavat kokivat tavoitteiden pilkkomisen pitkän tähtäimen tavoitteiksi ja välitavoitteiksi vaikeaksi. He kokivat myös tavoitteiden runsauden haasteelliseksi. Haas-

tateltavalla saattoi olla kolme pitkän tähtäimen tavoitetta ja 3–4 välitavoitetta. Ne liittyivät elämän eri osa-alueisiin ja toisaalta nivoutuivat toisiinsa. Haastateltavat kokivat tarvinneensa ja saaneensa apua tavoitteidensa kirjaamiseen GAS-tavoitelomakkeelle.

### 7.2.3 Kuntoutujien odotukset

Kaikilla haastatelluilla oli toiveita ja odotuksia kuntoutuksen suhteen. Osalla muutosajatus oli selkeä, esimerkiksi työ- tai koulutuspaikka, mihin liittyi välitavoitteita, esimerkiksi sopivuuden kokeilu työharjoittelun avulla. Osa toi yhtenä odotuksena esiin työllistymisen myötä kohenevan taloudellisen tilanteen. Osa suhtautui hyvin varovaisesti tavoitteisiin ja tulevaisuuden suunnitelmiin, koska terveydentila ja sen ylläpito veivät suuren osan voimavaroista. Silloin tavoitteet suuntautuivat voimavarojen kohenemiseen, mutta heilläkin oli pitkän tähtäimen tavoitteena itselle sopivan työn löytäminen. Omaan terveydentilaan sopivan työn löytäminen koettiin pulmalliseksi. Tärkeäksi odotukseksi nousi myös oman fyysisen ja psyykkisen kunnon ylläpito ja koheneminen. Osa koki kuntoutuksen tarkoittavan nimenomaan liikuntaa ja kunnon kohotusta.

*”kyllä mä oon jo pidempään miettinyt muuta ammattia. Mulla oli jo ajatus, että työharjoittelun myötä näkisin vähän mitä se on”*

*”esitin toivomuksen, että pääsen töihin”*

*”kun kerran ollaan kuntoutumassa kai tarvii olla kuntouttavaa liikuntaakin”*

*”se että olis ideaa semmoseen työhön, jota mä pystyisin tekemään”*

### 7.2.4 Kuntoutuksen oikea-aikaisuus

Kaikki haastatellut kertoivat hakeutuneensa kuntoutuskurssille vapaaehtoisesti. Tiedon, ohjauksen ja keskustelutuen he olivat saaneet TE-toimistosta. Osa koki kuntoutumisen oikea-aikaiseksi ja että elämäntilanne antoi nyt mahdollisuuden panostaa

itseensä ja kokivat siinä onnistuneensa. Eräs koki, että olisi ollut parempi päästä keilemaan uutta alaa heti työttömäksi jouduttuaan. Sillä ei ollut merkitystä minkä tahon kautta, kunhan vain saisi työpaikan. Yksi haastatelluista koki oikea-aikaisuuden arvioimisen vaikeaksi. Erään kokemus oli, että kuntoutuskurssi ei tukenut hänen tilannettaan. Suurimpana syynä hän koki terveydentilan heikkenemisen, sillä ennen sairastumistaan haastateltava ei ollut kokenut tarvetta osallistua kuntoutukseen.

*”että kyllä musta tuntu, että tää tuli mulle tilauksesta, että tää on ollut mulle ihan just”*

*”en mä oikein tiedä. Mun tilanne on niin vaikee”*

### 7.3 Sosiaalisen tuen merkitys

Sosiaalisen tuen muodoiksi haastatteluissa nousivat vertaistuki, ohjaajien tuki sekä kokemukset ja palaute työharjoittelusta. Vertaistuen merkitys näyttää korostuvan erityisesti.

#### 7.3.1 Vertaistuki

Kaikki haastatellut kokivat ryhmän muilta kuntoutujilta saadun tuen tärkeäksi. Suurin osa koki myös pystyvänsä antamaan tukea muille. Kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen sekä mahdollisuus jakaa asioita saman kokeneiden kanssa koettiin tärkeäksi ja voimia antavaksi. Kaikki kokivat olleensa tervetulleita ryhmään eikä ketään syrjitty. Keskustelut ryhmässä koettiin avoimeksi ja suurin osa osallistui erilaisiin keskusteluihin. Yksi haastatelluista koki olevansa enemmän kuuntelija kuin keskustelija. Kaikki kokivat ryhmähengen hyväksi, suurin osa erittäin hyväksi. Osa kertoi, että erilaisista elämäntilanteista huolimatta yhteishenki oli hyvä. Suurin osa koki, että toisista pidetään myös huolta. Esiin tuli esimerkiksi, että jos joku ei ollut ajallaan ryhmässä, hänet etsittiin. Se, että muilla oli samanlaisia ongelmia ja vaivoja kuin itsellä, koettiin lohdulliseksi ja tukea antavaksi.

*”meillä on tosi hyvä ryhmä, vaikka ollaan erilaisia ja eri elämäntilanteissa”*

*”mun mielestä meidän on helppo puhua ryhmässä. Se avoimuus”*

*”on lohdullista kuulla että toisillakin ihmisillä on samoja vaivoja ja ongelmia kuin meikäläisellä”*

Haastatellut kokivat virkistävänä ja mielialaa kohottavana, että saivat tutustua uusiin ihmisiin. Osa kertoi saaneensa myös ystäviä. Eräs haastatelluista toi esille ruokatauoilla käydyt henkilökohtaiset keskustelut, joiden aiheina olivat muun muassa terveydentila, lääkkeet sekä kokemukset niiden vaikutuksista. Myös lääkärin antamista ohjeista ja koetusta hyödystä vaihdettiin ajatuksia. Kaksi kurssilaista tapasi työharjoittelujaksonkin aikana joka ruokatunti ja he keskustelivat mm. työharjoittelupäivän kokemuksista.

*”oon saanu tutustua uusiin ihmisiin, oon saanu uusia ystäviä ja kavereita”*

*”se mitä tapahtuu kokoontumisen ulkopuolella, tuolla ruokailussa, siitä on mun mielestä ollut paljonkin hyötyä”*

### 7.3.2 Ohjaajien tuki

Haasteltujen kokemukset ohjaajien tuen merkityksellisyydestä vaihtelivat. Suurin osa koki saaneensa tarvitsemaansa tukea. Yksi haastatelluista koki kaikkien yksilöohjaajien tukeneen uuden ammatin opiskelua. Hän koki sen merkitykselliseksi ja arveli, että olisi vieläkin epävarma itsestään ilman kuntoutuskurssilta saamaansa tukea ja ohjausta. Erään haastatellun myönteinen kokemus henkisesti kuormittavan tilanteen purkamisesta usean eri yksilöohjaajan kanssa auttoi häntä näkemään tulevaisuuteen ja ottamaan askeleen elämässä eteenpäin. Ohjaajan apu ja tuki itselle sopivan työharjoittelupaikan löytämiseksi koettiin myös tärkeäksi.

*”kyllä ne sano mulle, että kyllä se ihan mun alaani olisi”*



*”oonhan mä ennenkin siitä puhunu, mut jotenki tuntu, että nyt on se hetki”*

Kaikki haastateltavat kokivat fysioterapeutin ohjeet ja tuen tärkeäksi. Häntä pidettiin myös hyvänä kuuntelijana ja kannustajana. Fysioterapeutin ryhmätunneilla haastatellut pääsivät kokeilemaan uusia liikuntalajeja, mm. pallojumppaa, keppijumppaa ja sauvakävelyä. Osa koki aluksi uusien lajien kokeilun hieman pelottavaksikin, mutta osallistumisen jälkeen he olivat tyytyväisiä itseensä. Fysioterapeutin henkilökohtaiset, yksilötapaamisissa antamat neuvot ja ohjeet koettiin erityisen tärkeiksi. Fysioterapeutti neuvoi kädestä pitäen mm. erilaisia venytyksiä, joista haastellut kokivat saaneensa apua esimerkiksi erilaisiin kipuihin ja rentoutumiseen. Tärkeäksi koettiin myös ohjeet omaan terveydentilaan sopivista liikuntaohjeista. Kaikki toivoivat ryhmäjaksoille liikuntaa lisää ja he kertoivat sitä myös saaneensa.

*”että mitä kaikkee voi tehdä että pysyy kunnossa, mikä vaikuttaa tohon selkään ja uintia ja tommosta kaikkee”*

*”se osaa kannustaa ja auttaa kädestä pitäen”*

Osa koki, että yksilöajat eivät olleet kovin tärkeitä. Itsevarmuuden koettiin kuitenkin lisääntyneen jonkin verran keskustelujen myötä. Yksi haastatelluista koki käyneensä samoja asioita aikaisemmin läpi eri yhteyksissä eikä siksi kokenut niistä hyötyneensä. Eräs toivoi, että työtehtävät työharjoittelussa olisi sovittu tarkemmin etukäteen ja että kuntoutuskurssin ohjaaja olisi ollut enemmän yhteydessä kuntoutujaan työharjoittelun aikana.

Kokemukset ryhmätunneilla käsitellyistä aiheista vaihtelivat. Osa koki aiheet mielenkiintoisiksi, esimerkiksi stressinhallintaan, muistiin ja terveyteen liittyvien asioiden käsittelyyn, vaikka asiat osin olivatkin tuttuja. Mieleen palauttaminen koettiin kuitenkin hyväksi. Osa ei pitänyt ryhmätunneilla saatua tietoa kovinkaan tärkeinä.

### 7.3.3 Työharjoittelun merkitys

Kuntoutujilla oli erilaisia kokemuksia työharjoittelujaksoista ja sieltä saadusta palautteesta. Suurin osa piti työharjoittelua hyvänä kokemuksena. Eräs haastatelluista kokeili asiakaspalvelua sisältävää työtä, jota oli miettinyt monta vuotta. Työharjoittelun aikana varmistui työn sopivuus terveydentilaan nähden ja asiakkailta saatu myönteinen palaute oli kannustavaa. Näin tavoite työn sopivuudesta toteutui. Kuntoutujat, joiden tavoitteena oli uusi ammatti, kokivat työharjoittelujaksojen varmistaneen alan sopivuuden sekä soveltuvuuden terveydentilaan nähden ja se vahvisti suunnitelmia hankkia koulutuksen avulla uusi ammatti. Yksi haastatelluista kertoi saaneensa tehdä työharjoittelussa melkein kaikkea mitä muutkin ja koki aidon kiinnostuksen työtä kohtaan. Työyhteisön kannustuksen alalle kouluttautumiseen haastateltava koki yllättävänä, mutta rohkaisevana. Eräs haastatelluista kokeili uutta alaa tutussa ympäristössä, jonne oli aina mukava mennä. Hän koki sen vahvistavan kouluttautumispäätöstä.

*”se on mulle just sopivaa työtä ja sopii mun terveydelle”*

*”monta vuotta olin miettinyt, kannattaako vai ei. Nyt tuntuu siltä, että lähtisin”*

Osalla haastatelluista työharjoittelu ei tukenut omia tavoitteita. Eräs haastatelluista suoritti työharjoittelun tutussa paikassa, jossa koki voivansa tehdä sitä, mihin terveydellisistä syistä pystyy. Työssä viihtyminen auttoi jaksamaan. Erään toisen kokemus oli, että työkykyisyys ei tullut testattua työharjoittelun aikana. Työolosuhteet ja työtehtävät eivät vastanneet odotuksia ja kokemus osin epäasiallisesta kohtelusta oli raskasta.

*”valitsin tutun paikan siksi kun en halunnut mennä sellaiseen missä en pärjää”*

## 7.4 Työttömän identiteetti

Työttömän identiteetti näyttäisi haastatteluissa muodostuvan kolmesta näkökulmasta: työttömyyden leima, epävarmuus omasta itsestä sekä matka muutokseen.

### 7.4.1 Työttömyyden leima

Osa haastatelluista koki ”työttömän leiman” jokapäiväisessä elämässään raskaana. Heillä oli huono omatunto ja vahva syyllisyydentunne työttömyydestään. He kokivat, että heillä ei ole työssäkäyvien kanssa samoja arkeen liittyviä oikeuksia. Esille nousivat esimerkiksi kaupassa käynti, liikuntaharrastukseen osallistuminen ja erilainen päivärytmi.

*”ku on ollu työttömänä vaan, ei tu lähettyä mihinkään. Mä oon aatellu, ettei mulla oo niinku mitään oikeuksia”*

*”ihmisellä on huono omatunto kun elää eri rytmissä kuin työssä käyvät ihmiset. Sitä ajattelee, että olis kunnollisempi ihminen kun”*

*”en mä voi mennä mihinkään niinko ryhmään jumppaankaan, ku mä oon vaan työtön. Että joku aattelee, että mitä toi tää tekee, että se kerkiää päiväläkin”*

### 7.4.2 Epävarmuus tulevaisuudesta

Epävarmuus ja huoli tulevaisuudesta nousivat esille kaikkien haastateltavien kohdalla. Osa toi esiin työttömyyteen tottumisen ja epävarmuuden omasta itsestä ja osaamisesta. Sen myötä oli vaikeaa nähdä työllistymismahdollisuuksia ja tehdä sen eteen töitä. Osa koki, että valoa tunnelin päässä oli vaikea nähdä, jolloin myös tulevaisuuden suunnittelu koettiin vaikeaksi. Osa haastatelluista koki, että omat voimat eivät yksin riitä muutoksen aikaansaamiseen. Haastatelluilla oli pettymyksiä niin terveydentilansa kohenemisen, työllistymisensä kuin oman elämänsä suhteen.

*”oli vähän sellanen olo, etten mä uskalla, siis just lähinnä, etten mä uskalla ja jaksa”*

*”kun olet pitkään työttömänä, tulee sellainen olo, että pystynkö vielä eteenpäin. Voi olla etten enää pystykään mitään, sitten sitä ei haluakaan enää töihin, tottuu siihen”*

*”mulla ei ollut voimakasta semmosta mitä mä tältä välttämättä haluan, kun mä olen tottunut elämään näiden sairauksien kanssa päivä kerrallansa”*

### 7.4.3 Matkalla muutokseen

Haastateltujen kokemukset muutoksesta omassa elämässä tai sen suunnasta kuntoutuskurssin aikana olivat pääosin myönteisiä. Osalla tavoite kouluttautua uudelleen oli selkiintynyt. Yksi haastatelluista saikin opiskelupaikan jo kuntoutuskurssin aikana. Eräs koki löytäneensä työn, jota pystyy tekemään, jonka osaa ja josta pitää. Mielialaa kohotti toive työhön pääsystä. Yksi haastatelluista kertoi rohkaistuneensa kysymään töitä kuntoutuskurssin aikana suoraan työnantajalta. Suurin osa koki mielialan ja virkeyden nousseen, mihin osaltaan vaikutti tutustuminen uusiin ihmisiin sekä uusien ystävien saaminen. Osa koki alkaneensa ajatella enemmän liikunnan merkitystä ja ihmisen hyvinvointia. Yksi haastatelluista koki henkisesti kuormittavien asioiden purkamisen vapauttaneen ajattelemaan omaa tulevaisuuttaan. Erään kokemus oli, että aktiivisuus oli ehkä vähän lisääntynyt ja ihmisen hyvinvointiin vaikuttavien asioiden palauttaminen oli myönteistä, vaikka omia tavoitteitaan miettiessä haastateltava ei kokenut hyötyvänsä kuntoutuskurssista.

*”usko itseeseen on vähän noussut. On semmonen tunne, että jotain vielä pystyn tekemään”*

*”oon tullu avoimemmaks tulevaisuuden suhteen”*

*”mä oon paljon pirteempi ja virkeempi, mieliala on korkeella”*

*”tämä kurssi ei ollut mua varten. Mulle tästä ei ollut hyötyä”*

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen tulosten perusteella on löydettävissä tekijöitä, jotka tukivat pitkäaikais-työttömien kuntoutujien tavoitteiden toteutumista kuntoutuskurssilla. Niidenkin kuntoutujien osalta, joiden kokemukset kuntoutuksen hyödyistä jäivät vähäisiksi, löytyi joitakin positiivisia, kuntoutujan omaan elämään vaikuttavia asioita.

Tulosten mukaan pitkittynyt työttömyys vaikuttaa negatiivisesti kuntoutujien identiteettiin sekä uskoon omista toiminta- ja muutosmahdollisuuksista, jota lisäävät koetut ympäristön asettamat odotukset.

Kuntoutuksen aikana saatu tuki ja ohjaus sekä kuntoutujien kokemus kuntoutuksen oikea-aikaisuudesta ja tavoitteiden merkityksellisyydestä olivat yhteydessä kokemukseen työllistymismahdollisuuksien edistymisestä. Toisaalta tulosten perusteella näyttää siltä, että vaikeuksien kasaantuminen kuntoutujien elämässä vaikutti kuntoutumiskokemuksiin heikentävästi. Heidänkin osaltaan kuitenkin löytyy myönteisiä kokemuksia hyvinvoinnin lisääntymisestä. Ne näkyivät mielialan ja virkeyden kohelemisena sekä sosiaalisuuden ja jonkinasteisen aktivoitumisen lisääntymisenä.

Sosiaalinen tuki näyttäytyi aineistossa erityisen merkityksellisenä tekijänä selviytymiskeinojen ja voimavarojen löytymiselle. Erilaisilla elämäntilanteilla vaikuttaa olevan merkitystä tuen tarpeeseen. Tulosten perusteella näyttää siltä, että kuntoutujat, jotka kokivat saaneensa tarvitsemansa tuen ja ohjauksen, kokivat voimaantumista ja asettamiensa tavoitteiden edistymistä. Aineiston perusteella näyttää myös siltä, että voimavarojen lisääntyminen vaikuttaa päätöksentekokykyyn positiivisesti. Sosiaalisen tuen muodoista vertaistuen merkityksellisyys nousi tutkimustuloksissa esille vahvasti. Erityisesti yhteisöllisyyden kokemukset saman kokeneiden kanssa koettiin jaksamista tukevaksi kuntoutujien vaikeissa tilanteissa.

Yhteenvetona voidaan todeta, että pitkäaikaistyöttömien kuntoutuksessa tarvitaan työelämävalmiuksien hankkimisen rinnalla sosiaalista kuntoutusta, joka yksilötasolla tähtää elämänlaadun parantamiseen.

## 9 POHDINTA

### 9.1 Tulosten tarkastelua

Kelan pitkäaikaistyöttömille suunnatut kuntoutuskurssit ovat uusi toimintamuoto, samoin GAS-tavoitelomakkeen käytössä ollaan vielä opetteluvaiheessa. Käytäntöjen vakiintumisen myötä kuntoutusmuotoa voidaan arvioida tarkemmin.

Miksi jotkut onnistuivat tavoitteissaan paremmin kuin toiset? Vaikuttaa siltä, että kuntoutujan kokemus siitä, että tavoitteet oli asetettu voimavaroihin nähden oikein ja ne oli pilkottu sopiviksi osatavoitteiksi, kuntoutujan kokemus kuntoutuksen oikea-aikaisuudesta elämässään sekä riittävä tieto ja sosiaalinen tuki olivat tekijöitä, joilla oli merkitystä voimavarojen kohenemiseen. Yhden kuntoutujan kohdalla tukeminen yhdellä elämän alueella näytti tuovan muutoksia myös muilla alueilla. Työharjoittelusta saadut positiiviset oppimiskokemukset ja itselle sopivan työn löytyminen vahvistivat ammatillisen osaamisen tunnetta ja antoivat toivoa työelämään osalliseksi pääsemisestä. Kun osaamisen ja omanarvon tunne kohenivat, oman elämän hallinnan tunteen myötä päätöksentekokyky kasvoi.

Ne, jotka kokivat kuntoutuksen hyödyt vähäisemmiksi, kokivat oman elämäntilanteensa vaikeaksi. Heillä oli monenlaisia huolia terveydentilan heikentymisen lisäksi ja siksi he suhtautuivat tulevaisuuteen varauksellisesti. Heidän kokemuksissaan nousi esiin sosiaalinen tuki hyvinvointia lisäävänä tekijänä. He kokivat vertaistuen erityisen tärkeäksi. Yhteiset keskustelut antoivat mahdollisuuden peilata omaa tilannetta vertaisten tilanteeseen ja toisille tukena oleminen koettiin palkitsevana. Uudet ihmissuhteet laajensivat kuntoutujien elämänpiiriä. Kuntoutujan rohkaistuminen tuli esiin mm. työpaikan kysymisessä suoraan työnantajalta.

Ohjaajien tuen tärkeydestä haluan nostaa esille luottamussuhteen, joka tuli esiin erityisesti fysioterapeutin henkilökohtaisella kädestä pitäen -ohjauksella sekä kyvyllä olla sopivasti läsnä asiakkaan elämässä. Se on mielestäni esimerkki hyvästä kuntoutuskäytännöstä. Näyttäisikin siltä, että yksi kuntoutuskurssin tärkeä tehtävä on voimavaraistaa osallistujia ja lisätä uskoa omiin työllistymismahdollisuuksiin ja sitä kautta pyrkiä vaikuttamaan heidän käyttäytymiseensä ja sijoittumiseensa työmarkkinoille.

Tutkimuksen tulokset näyttäisivät käyvän osin yksiin Kelan kuntoutuskurssille asetettujen tavoitteiden kanssa. Osalla haastatelluista voidaan ajatella ammatillisten valmiuksien ja työllistymisen tukemisen onnistuneen. Muun muassa itselle sopivan työn löytyminen lisäsi työllistymistoiveita. Koulutukseen suuntaavien osalta soveltuvuuden testaaminen alalle vahvisti koulutus päätöksiä. Yksi henkilö saikin koulutuspaikan kuntoutuskurssin aikana. Elämäntilanteen voitaneen ajatella jossain määrin lisääntyneen kaikkien tutkimukseen osallistujien kohdalla, mihin sosiaalisella tuella näytti olevan suuri merkitys.

Tutkimustuloksissa on samoja piirteitä IP- ja Kipinä-kuntoutuksen tulosten kanssa. Kuntoutukseen osallistujat kokivat mielialan, virkeyden ja itsetunnon kohonneen. Sosiaalinen tuki koettiin tärkeäksi, erityisesti vertaistuki. Tutkimukseni pienestä kohderyhmästä osa saavutti tavoitteitaan ja pääsi selvästi eteenpäin polullaan kohti työelämää. Olisikin mielenkiintoista saada tutkimustietoa laajemmin samasta kohderyhmästä. Kyseiset kuntoutuskurssit ovat valtakunnallisia.

Työhallinnolla on lukuisa määrä pitkään työttömänä olleisiin kohdistuneita tutkimuksia. Työhallinto kuitenkin katsoo pitkään työttömänä olleiden palvelutarpeita enemmän organisaation näkökulmasta, esimerkiksi palveluiden vaikuttavuuden näkökulmasta. Asiakkaan ääni on harvoin esillä. Työhallinnossa on meneillään palveluprosessiuudistus, jonka tuomia muutoksia ja mahdollisuuksia mielenkiinnolla odotetaan.

Työssäkäyvät kuuluvat työterveyshuollon piiriin, mutta työttömille ei vastaavaa palvelua ole. Pitkäaikaistyöttömien terveyshankkeen tavoitteena on ollut hioa terveyspalvelut osaksi aktivointi- ja kuntoutuspalveluja. Työttömyydellä, varsinkin pitkitty-

neenä, on vaikutuksia terveyteen ja toisaalta terveydentilan ongelmat hankaloittavat työllistymistä. Siksi työttömien mahdollisuutta terveystalouteen pyritään parantamaan ja samalla vaikuttamaan sosioekonomisten terveyserojen kaventamiseen.

Kuntoutuksen työn- ja vastuunjaon sekä yhteistyön kysymykset nousevat toistuvasti esille asiana, johon tulisi saada selkeyttä. Erityisen pulmallisina nykyiset käytännöt näyttävät vaikeasti työllistyville, jotka ovat järjestelmän väliinputoajia. (Saikku 2012, 38–41.) Julkisen talouden kestävyys turvaamiseksi kuntoutuksen yhteiskunnallinen merkitys on suuri. Työikäisen väestön vähetessä on erittäin tärkeää, että työmarkkinoiden käytettävissä on mahdollisimman suuri työkykyisten ihmisten joukko. Yksilön kannalta kuntoutuksen yhtenä tavoitteena on olla ihmisen tukena elämänsä eri vaiheissa ja on tärkeää, että niihin tarpeisiin suhtaudutaan vakavasti. Onko tällä hetkellä näin?

## 9.2 Luotettavuuden arviointi

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta kohentaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen kaikkien vaiheiden toteuttamisesta. Ydinasioita ovat henkilöiden, paikkojen ja tapahtumien kuvaukset. Keskeinen luotettavuutta tukeva tekijä aineiston analyysissä on luokittelujen tekeminen ja sen kuvaaminen, miten tutkija on niihin päätenyt. Samoin tulosten tulkinnassa olisi kerrottava, mihin tutkija päätelmänsä perustaa. Läpinäkyvyyttä tukevat suorat haastatteluteemat. (Hirsjärvi ym. 2003, 214–215.) Laadullisen tutkimuksen esittämiseen kuuluu vivahteisuus, mikä tarkoittaa, että päätuloksien lisäksi tuodaan esille aineiston vaihtelu ja poikkeamat suurista linjoista. Vaihtelun tuominen esille suorissa haastatteluteemoissa tukee luotettavuutta. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 194.) Haastattelun luotettavuus riippuu sen laadusta. Aineiston laatuun voidaan vaikuttaa mm. hyvin tehdyllä haastattelurungolla. Eduksi katsotaan myös ennalta pohditut vaihtoehtoiset lisäkysymykset. Toisaalta pitää muistaa, että ennalta ei voida varautua kaikkiin lisäkysymyksiin eikä varsinkaan niiden muotoiluun. Haastattelun laatua parantaa sen mahdollisimman nopea litterointi. (Hirsjärvi & Hurme, 2010, 184–185.)



Perehdyttyäni Kelan laitosmuotoiseen pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssin standardiin, rakensin teemahaastattelurungon sen pohjalta. Perehdyin etukäteen teemahaastattelua käsittelevään kirjallisuuteen ja mietin myös vaihtoehtoisia kysymysmalleja, joista ajattelin voivani hyötyä haastattelutilanteessa. Haastattelurungon tueksi sain edeltävänä päivänä haastateltavien GAS-tavoitelomakkeelle asettamat tavoitteet. Näin pystyin perehtymään niihin hieman etukäteen. Haastattelut tein itse ja varmistin digitaalisen nauhurin toimivuuden ennen haastattelua. Vuorovaikutus haastattelutilanteessa oli keskustelunomaista ja vapautunutta. Koska en litteroinut ääninauhuja heti haastattelujen jälkeen, pyrin varmistamaan luotettavuutta tekemällä litteroinnin itse sanasta sanaan, mikä olikin kovin työläs vaihe, koska aineistoa kertyi melko paljon. Tutkimuksen tekemiseen sisältyvien taukojen jälkeen pääsin takaisin tutkimuksen ”tunnelmaan” kuuntelemalla haastattelut uudelleen sanelukoneelta.

Tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa esimerkki analyysin etenemisestä. Olen tuonut aineistosta esiin päätuloksien lisäksi myös poikkeamia, jotka tulevat esiin myös haastateltavien suorissa lainauksissa. Tuloksia olen pyrkinyt tulkitsemaan nimenomaan haastateltujen näkökulmasta. Tutkimuksen tulosten tulkinnat ovat yhteydessä työssäni esiintyviin muihin tutkimuksiin. Koen myös, että työhallinnon ammatillinen asiantuntijuuteni tukee tutkimuksen luotettavuutta.

Oliko osallisuudellani kahden haastateltavan hakeutumiseen kuntoutuskurssille vaikutusta tutkimuksen luotettavuuteen? Sain tutkimuksen haastatteluissa paljon sellaista tietoa, mikä ei tule esille TE-toimiston asiakastapaamisissa. En näe asiassa ainaakaan negatiivisia piirteitä. Luottamuksen suhteen se saattoi olla jopa positiivinen asia.

Tutkimusetiikalla tarkoitetaan, että tutkija noudattaa eettisesti kestäviä tiedonkeruuta ja tutkimusmenetelmiä. Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa mainitaan tärkeimpinä eettisinä periaatteina yleensä informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset ja yksityisyys. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 20.) Tutkimukseen osallistumisessa korostin vapaaehtoisuutta. Kerroin tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista haastateltaville asianmukaisesti. Anonymiteettisuojaan säilyttämiseksi jätin osan tutkimusaineistosta raportoimatta, koska se sisälsi haastateltavia koskevaa henkilökoh-

taista tietoa. Tutkimuksen valmistumisen jälkeen kaikki kerätty aineisto on tuhottu asianmukaisesti.

Heikkinen, Huttunen & Syrjälän (2005) mukaan hyvä tutkimus havahduttaa ajatteluun ja tuntemaan asioita uudella ja erilaisella tavalla. Tutkimuksen havahduttavuus ei perustu yksinomaan kognitiiviseen ajatteluun, vaan se koskettaa myös tunnetasolla. Merkityksellisimmät oppimiskokemukset ovat aina sekä kognitiivisia että tunteisiin liittyviä. (Heikkinen, Huttunen & Syrjälä 2005, 10.)

Olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimuksen kaikki vaiheet mahdollisimman todentuntuisesti. Aitoutta olen vahvistanut haastateltujen suorilla lainauksilla. Pysäyttäväksi tutkimuksen tuloksissa näen työttömyyteen liittyvät identiteetin muutokset. Kohtaan työssäni pitkään työttömänä olleita ja ajattelen tuntevani heidän usein hyvin monimutkaisia ja vaikeita elämäntilanteitaan, mutta silti heidän kokemuksensa havahduttivat. Arvottomuuden ja syyllisyyden tunne konkretisoitui normaalin arjen toimituksessa. Esille tuli kysymyksiä: Voinko mennä kauppaan ilman, että minulta kysytään missä olet töissä ja mitä teet? Voinko mennä illalla jumppaan tuntematta syyllisyyttä siitä, että vien jonkun työssäkävyn paikan? Kun herään huonosti nukutun yön jälkeen vasta silloin, kun muut ovat jo töissä, tunnen siitä syyllisyyttä. Olisinko parempi ihminen, jos heräisin aikaisemmin? Toivon näiden kokemusten esille tuomisen herättävän sekä tunteita että ajatuksia ja keskustelua uudella tavalla.

Tutkimustulosten siirrettävyys on mahdollista tietyin ehdoin, vaikka yleistyksiset eivät ole sosiaalisen todellisuuden monimuotoisuuden vuoksi yleensä mahdollisia. (Eskola & Suoranta 2003, 211). Professori Malterudin (2001) mukaan tutkimustuloksen siirrettävyyteen vaikuttavia tekijöitä ovat tutkimuksen asianmukainen ja riittävä sekä tarpeeksi moninainen otos sekä sen huomioon ottaminen, ketä ja mitä tulokset koskevat. Aineistoa analysoidessaan tutkijalla pitää olla läpikotainen tietämys tutkimuksensa materiaalista, jotta hän voi varmistaa, mikä materiaalissa on relevanttia, kun yritetään vastata tutkimuskysymykseen. Hyvä laadullinen tutkimus ei liioittele materiaalin määrällä. Iso aineisto ei välttämättä takaa siirrettävyyttä, koska se voi johtaa pinnalliseen analyysiin (Malterud 2001, 484–486.)

Olen tutustunut tutkimukseni aineistoon yksityiskohtaisesti ja kuvannut esiin nousevia asioita monitahoisesti. Haastateltaville ovat erilaiset asiat olleet merkityksellisiä ja sen olen tuonut aineiston kuvauksessa esiin mahdollisimman monipuolisesti, elävästi ja todentuntuisesti. Tutkimusjoukko on pieni, mutta iso aineisto ei välttämättä tue parempaa tulosta. Näen, että siirrettävyyden kannalta aineisto on riittävä tutkimuskysymykseen nähden.

### 9.3 Jatkotutkimustarpeet

Työttömyys tai pitkittynyt työttömyys ei itsessään ole peruste kuntoutukselle. Näin ollen pitkäaikaistyöttömien kuntoutuksen tutkimus leviää laajalle ja koskettaa eri järjestäjätahojen kuten Kansaneläkelaitoksen, työ- ja elinkeinohallinnon ja kuntien vastuulla olevaa kuntoutusta kuin myös niiden tarjoamia eri kuntoutusmuotoja. Pitkäaikaistyöttömyyteen liittyvää kuntoutumisen teemaa käsitellään mm. työllistymiseen ja aktivointiin liittyvässä tutkimuksessa. Samoin esimerkiksi kuntoutuksen asiakasyhteistyötä koskevat tutkimukset liittyvät usein myös pitkäaikaistyöttömyyteen. (Saikku 2011.)

Useiden tutkimustulosten mukaan työttömät ja etenkin pitkäaikaistyöttömät voivat huonommin ja ovat sairaampia kuin työssäkäyvät. Kuitenkin he ovat edelleen marginaalinen ryhmä kuntoutuksessa. Lisää tutkimustietoa kaivataankin kuntoutuksen kohdentumisesta pitkäaikaistyöttömille, samoin siitä, mitkä tekijät tähän vaikuttavat. (Saikku 2011.)

Oman tutkimukseni valossa olisi ollut mielenkiintoista tietää, minkälaisiin tuloksiin olisi päädytty, jos tämä tutkimus olisi tehty kuusi kuukautta tai vuosi kuntoutuskursin päättymisen jälkeen. Miten kuntoutujien siirtymävaiheet palvelujärjestelmässä ovat sujuneet? Ovatko heidän suunnitelmansa edenneet? Entä missä ovat ne kuntoutujat, joiden elämässä työttömyys oli vain yksi pulma muiden joukossa? Ovatko he saaneet tarvitsemaansa tukea ja palvelua, vai ovatko he jääneet kellumaan palvelujärjestelmään löytämättä ratkaisua työttömyyteen.

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut mielenkiintoinen oppimisprosessi. Koen olevani etuoikeutetussa asemassa, koska tutkimukseen haastatellut henkilöt ovat päästäneet minut hetkeksi lähelle heidän elämäänsä ja kokemuksiansa. Lisäksi tutustuminen työttömyyttä monin eri tavoin käsittelevään kirjallisuuteen ja tutkimuksiin sekä varsinainen tutkimuksen työstäminen ovat tuoneet laajempaa näkökulmaa työhöni. Toivonkin sen näkyvän positiivisesti asiakastyössäni.

## LÄHTEET

- Ala-Kauhaluoma, M. 2007. Toimeenpanon ratkaisuja ja arvioinnin haasteita. Tutkimus uusista työllistymisen tukemisen tavoista. Helsinki: Yliopistopaino. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 76/2007.
- Autti-Rämö, I., Vainiemi, K., Sukula, S. & Louhenperä, A. 2009. GAS-menetelmä. Käsikirja. Versio 2. Kansaneläkelaitos. Viitattu 11.11.2010. <http://www.kela.fi>
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. painos. Tampere: Vastapaino.
- Heikkinen, H., Huttunen, R. & Syrjälä, L. 2005. On The Problem of Quality in Narratives of Action Research. Presented at the European Educational Research Association Annual Conference. University College Dublin.
- Heponiemi, T., Wahlström, M., Elovainio, M., Sinervo, T., Aalto, A-M. & Keskimäki, I. 2008. Katsaus työttömyyden ja terveyden välisiin yhteyksiin. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys 14/2008.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2003. Tutki ja kirjoita. 6.-9. painos. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Järvelä, S. & Laukkanen, M. 2000. Näkökulmia voimavaraistamiseen. Employment Integra - projektien empowerment – teematyöskentelyraportti. Työministeriö. Employment-julkaisut No 19.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2006. Kuntoutuksen perusteet. 1.-3. painos. Helsinki: WSOY.
- Karjalainen, V. 2008. Yksilöllistymiskehitys muuttaa Kuntoutusta – mutta miten? Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Jyväskylä: Gummerus, 11–25.
- Kelan laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. 2009. Versio 17/11.5.2009. Täsmennetty 4.12.2009. Ammatilliset kuntoutuskurssit, pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssit. Kansaneläkelaitos. Terveysosasto. Viitattu 27.9.2010. <http://www.kela.fi>
- Kettunen, R., Kähärä-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Laine, T., Hyväri, S. & Vuokila-Oikonen, P. 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.
- Lillrank, A. & Seppälä, U. 2000. Sairauden ja terveyden kokemus maallikkonäkökulmasta. Teoksessa Kangas, I., Karvonen, S. & Lillrank, A. (toim.) Terveys sosiologian suuntauksia. Helsinki: Gaudeamus, 104–116.

- Malterud, K. 2001. Qualitative research: standards, challenges, and guidelines. Qualitative research series. Lancet; 358: 483-488.
- Metteri, A. & Haukka-Wacklin, T. 2008. Teoksessa. Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Jyväskylä: Gummerus, 53–68.
- Määttä, A. 2011. Työkyvytön vai työtön, Kuntoutus 1/2011, 18–27.
- Parpo, A. 2007. Työllistymisen esteet. Helsinki: Stakes. Raportti 11/2007.
- Pietiläinen, R. 2005. Työttömyydestä selviytyminen, psykologinen lähestyminen työttömyyteen. Rovaniemi: Lapin Yliopisto/kasvatustieteiden tiedekunta.
- Puumalainen, M., Järvikoski, A. & Peltoniemi, P. 2000. Kuntoutuspalvelujen toteutus ja merkitys palvelutarveselvityksessä. Teoksessa Bogdanoff, P., Hellsten, K., Järvikoski, A., Lind, J., Peltoniemi, J., Puumalainen, J., Raitasalo, R., Rajavaara, M. (toim.) & Viitanen, M. Yksilölliset palvelut ja ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömyys. Ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömien palvelutarveselvityksen seurantatutkimuksen loppuraportti. Helsinki: Kela. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 54, 223–243.
- Rajavaara, M. 2000. Johdanto. Teoksessa Bogdanoff, P., Hellsten, K., Järvikoski, A., Lind, J., Peltoniemi, J., Puumalainen, J., Raitasalo, R., Rajavaara, M. (toim.) & Viitanen, M. Yksilölliset palvelut ja ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömyys. Ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömien palvelutarveselvityksen seurantatutkimuksen loppuraportti. Helsinki: Kela. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 54, 11–17.
- Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön vahvistaminen. Suomen työvalmennusakatemia julkaisu. Julkivies-tintä Oy.
- Saikku, P. 2011. Pitkäaikaistyöttömien kuntoutuksen tutkimus. Viitattu 26.10.2012. <http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/tutkimus>
- Saikku, P. 2012. Työttömien terveyspalvelun jatkuvuus. PTT-hankkeen seurantatutkimuksen tuloksia hankekunnissa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 15/2012.
- Sinervo, L. (toim.) 2009. Pitkäaikaistyöttömien terveyshanke. Kehittämisvaiheen loppuraportti ja paikalliset toimintamallit. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 23/2009.
- Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2012. Viitattu 12.9.2012. <http://www.stm.fi>
- Sosiaaliturvan uudistuskomitean (SATA) ehdotukset sosiaaliturvan uudistamiseksi. 2009. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:62. Viitattu 12.9.2012. <http://www.stm.fi>
- Suikkanen, A., Linnakangas, R., Harjajärvi, M. & Martin, M. 2005. Kokeilusta Kipinää. Keski-ikäisten pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskokeilun arviointi. Helsinki: Yliopistopaino. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2005:8.

Tapaninen, A. 2000. Työttömyys ja ohjaus. Teoksessa Onnismaa, J., Pasanen, H. & Spangar, T. (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2. Ohjauksen toimintakentät. Jyväskylä: PS-kustannus, 24–33.

Terävä, E., Virtanen, P., Uusikylä, P. & Köppä, L. Vaikeasti työllistyvien tilannetta ja palveluita selvittävä tutkimus. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys 23/2011.

Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut. 2012. Viitattu 12.9.2012. <http://www.tem.fi>

Vesalainen, J. & Vuori, J. 1996. Työttömänä koettu toimintakyky ja itsetunto. Työ ja Ihminen. Helsinki: Työterveyslaitos. Tutkimusraportti 9.

Marja Leppiniemi

Tutkimuslupa

Kiitos tutkimuslupapyynnöstänne. Olemme tutustuneet Kuntouttaako pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssi - Osallistujien kokemuksia -opinnäytetyön tutkimussuunnitelmaan. Puolestamme tutkimuksen toteuttaminen sopii.

Pyydämme teitä ottamaan huomioon, että

– tutkimuksella tulee olla ohjaaja, sillä ohjaaja/oppilaitos on yhdessä tutkijan kanssa vastuussa siitä, että tutkimus on asianmukainen

oppilaitoksen tulee vastata tutkimuksen eettisestä arvioinnista

– tutkimukseen tulee olla lupa kuntoutuspalveluntuottajalta

– kuntoutuslaitos ja tutkimuksen tekijät vastaavat siitä, ettei tutkielman teko aiheuta häiriöitä kuntoutukseen

– tutkimukseen osallistuvilta / heidän huoltajiltaan on kysyttävä kirjallinen lupa kyselyyn/haastatteluun osallistumisesta. Kuntoutujille on kerrottava selkeästi, mitä heidän kuntoutuksessa antamia tietoja käytetään tutkimustarkoitukseen.

– yhteydenotossa kuntoutujiin tulee noudattaa tietosuojaan liittyviä lakeja ja säädöksiä. Huomioithan, että oppilaitos tai tutkija ei voi olla suoraan yhteydessä kuntoutujiin tutkimuksen alkuvaiheessa. Tutkimukseen liittyvän ensimmäisen yhteydenoton kuntoutujiin tekee kuntoutuspalveluntuottaja.

– kuntoutujille tulee antaa selkeästi tieto siitä, ettei tutkimus liity heidän kuntoutuksensa, eikä tutkimuksesta kieltäytyminen vaikuta heidän kuntoutuksensa.

Pyydämme teitä lähettämään kopion valmiista opinnäytetyöstä kuntoutusryhmään joko sähköpostilla osoitteeseen [teoskehittamishanke@kela.fi](mailto:teoskehittamishanke@kela.fi) tai postitse osoitteeseen Kela, Terveysosasto, kuntoutusryhmä, PL 78, 00381 Helsinki.

Lisätietoja asiasta antaa suunnittelija Hanna Pakkala, puh 020 634 3241, sähköposti [etunimi.sukunimi@kela.fi](mailto:etunimi.sukunimi@kela.fi).

Ystävällisin terveisin

Tuula Ahlgren  
Kehittämispäällikkö  
Kansaneläkelaitos  
Terveysosasto  
Kuntoutusryhmä



**KYSELYLOMAKE**

Ikä:  40-45v.  46-50v.  51-55v.  56-60v.

Sukupuoli:  mies  nainen

Perhetilanne:  avio  avo  leski  naimaton

lapset lkm \_\_\_\_\_

Ammatti:

---

Työn kuva:

---

---

Työkokemus kaikkiaan:  -5v.  6-10v.  11-15v.  16-20v.

yli 20v.

Ammatillinen koulutus:

ei ammatillista koulutusta

ammatillinen perustutkinto

opistotasoinen tutkinto

ammattikorkeakoulututkinto

ylempi korkeakoulututkinto

muu \_\_\_\_\_

1. Olen ollut palkkatyössä viimeksi \_\_\_\_\_ (tarkka päiväys tai vuosi)

2. Työttömyyteni on yhtäjaksoisesti kestänyt ennen tämän kuntoutuskurssin alkamista (v/kk) \_\_\_\_\_

3. Tilanteeni/toimenpide ennen viimeisen työttömyysjakson alkua

työssä

palkkatuella tuetussa työssä

työvoimakoulutuksessa

työelämävalmennuksessa

työkokeilussa

kuntouttavassa työtoiminnassa

sairauslomalla

kuntoutustuella

muu \_\_\_\_\_

4. Miksi hakeuduit pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssille? \_\_\_\_\_

---

---

**PALAUTA LOMAKE HAASTATTELUN YHTEYDESSÄ**

**KIITOS VASTAUKSISTASI!**

## TEEMAHAASTATTELUN RUNKO

- MIKSI HAKEUDUIT KUNTOUTUSKURSSILLE?
- TAVOITTEIDEN ASETTAMINEN
- TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN
  - KUNTOUTUJAN OMAN MOTIVAATION JA SITOUTUMISEN MERKITYS
  - OHJAAJIEN MERKITYS
  - RYHMÄN MERKITYS
  - RYHMÄJAKSOJEN JA TYÖHARJOITTELUJAKSON MERKITYS
  - YKSILÖLLINEN TUKI TAI SEN PUUTE
  - KUNTOUTUJAN VAIKUTUSMAHDOLLISUUDET KURSSIN SISÄLTÖÖN
  - KUNTOUTUSKURSSIN OIKEA-AIKAISUUS
  - MIKÄ ON MUUTTUNUT?
  - SUUNNITELMAT JATKOSTA
- VAPAA SANA