

**SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN VAHVISTAMINEN SOSIAALISESSA
KUNTOUTUKSESSA**

Elämänhallinnan portaat sosiaalisen kuntoutuksen jäsentäjänä

Emma Sandblom
Kandidaatin tutkielma
Sosiaalityö
Avoin yliopisto
Jyväskylän yliopisto
syksy 2020

TIIVISTELMÄ

SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN VAHVISTAMINEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA

Elämänhallinnan portaat sosiaalisen kuntoutuksen jäsentäjänä

Emma Sandblom
Sosiaalityö
Kandidaatin tutkielma
Avoin yliopisto
Jyväskylän yliopisto
Minna Strömberg-Jakka
Lokakuu 2020
Sivumäärä 28

Kandidaatintutkielman tavoitteena on selkiyttää ja jäsentää sosiaalista kuntoutusta. Tarkoituksena on selvittää, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyy sosiaalisessa kuntoutuksessa, miten elämänhallinnan käsite auttaa sosiaalisen kuntoutuksen jäsentämisessä ja millaisissa tilanteissa sosiaalityön asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta?

Käytän kandidaatintutkielmassa näkökulmana elämänhallinnan käsitettä ja jäsenän sen avulla sosiaalista kuntoutusta. Olen jäsenellyt tulokset elämänhallinnan portaiden mukaan ja tulosluvussa esitän, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyy näillä elämänhallinnan eri tasoilla aineistossa.

Tutkielman tulokset osoittavat, että sosiaalinen kuntoutus ja sen tarve painottuvat silloin, kun elämänhallinta on heikointa. Sosiaalisen kuntoutuksen avulla voidaan vahvistaa asiakkaan sosiaalista toimintakykyä ja siten elämänhallinnan resursseja ja perustoimintaedellytyksiä, mikä on lähtökohta muutokselle. Tulosten mukaan elämänhallinnan vahvistuessa asiakkaan tuen tarve muuttuu ja sosiaalisen kuntoutuksen kaltaisen tehostetun tuen tarve vähenee ja poistuu.

Tutkielman tulokset nostivat myös esiin, että sosiaalisen toimintakyvyn puutteet voivat näkyä hyvin moninaisina tuen tarpeina ja haasteina asiakkaiden elämässä. Tutkielman tuloksista voidaankin myös päätellä, että sosiaalisen kuntoutuksen lisäksi asiakkaiden haastavissa elämäntilanteissa tarvitaan usein monialaista yhteistyötä ja sosiaali-, terveys- ja kuntoutuspalvelujen yhteensovittamista.

Avainsanat: Sosiaalinen kuntoutus, sosiaalityö, sosiaaliohjaus, elämänhallinta, sosiaalinen toimintakyky

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	1
2 AIHEEN TAUSTOITUS JA KESKEISET KÄSITTEET	2
2.1 Elämänhallinta ja sosiaalinen toimintakyky	2
2.2 Sosiaalityö ja sosiaalihojaus	4
2.3 Sosiaalinen kuntoutus	7
2.4 Tutkimuskysymys	9
3 TUTKIMUSASETELMA	9
4 ELÄMÄNHALLINNAN PORTAAT SOSIAALISEN KUNTOUKSEN JÄSENTÄJÄNÄ....	12
4.1 Resurssien ja toimintaedellytysten turvaaminen	13
4.2 Voimaannuttava vuorovaikutus	15
4.3 Toimintakyvyn vahvistaminen	17
4.4 Tuen tarpeet	19
5 POHDINTA	22
LÄHDELUETTELO	26

1 JOHDANTO

Nykyinen sosiaalihuoltolaki on annettu 30.12.2014 ja tullut voimaan 1.4.2015. Sen myötä sosiaalinen kuntoutus on nyt yksi lakisääteisistä sosiaalipalveluista. Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea, jonka tavoitteena on sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, syrjäytymisen torjuminen ja osallisuuden edistäminen. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos toteutti vuonna 2016 kuntakyselyn, jossa selvitettiin kuntien näkemystä sosiaalihuoltolaista ja sosiaalisesta kuntoutuksesta. Kuntakyselyn vastausten perusteella kunnissa koettiin, että sosiaalisen kuntoutuksen kehittämiseksi, jäsentämiseksi ja selkiyttämiseksi on tarvetta. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet ymmärrettiin kunnissa pääasiassa hyvin ja samalla tavalla, mutta toteutuksessa oli paljon vaihtelevuutta. Vaihtelu johtuu jäsenyyksen puutteellisuudesta ja siitä, että sosiaalista kuntoutusta on mahdollista toteuttaa niin monin eri keinoin, esimerkiksi ryhmätoiminnassa ja yksilötyössä. (Puromäki ym. 2017, 3–4.)

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen asettaman selvitystyöryhmän tekemässä Tiekartta 2030, aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuus selvitys -raportissa (Karjalainen, Metteri & Strömberg-Jakka 2019) annetaan toimenpide-ehdotuksia sosiaalityön kehittämiseksi. Raportin toimenpide-ehdotusten mukaan sosiaalityön menetelmäosaamista tulee kehittää ja selkiyttää ja lisäksi vaikuttavia työmenetelmiä tulee vakiinnuttaa sosiaalityöhön (mt., 33–34). Sosiaalista kuntoutusta koskevan toimenpide-ehdotuksen mukaan kuntien tulee lisätä sosiaalisen kuntoutuksen resursseja ja menetelmäosaamista sekä tunnistaa sosiaalisen kuntoutuksen tarve esimerkiksi tilanteissa, joissa sitä tarvitaan kuntouttavan työtoiminnan sijaan (mt., 54).

Sosiaalityössä ja sosiaaliohjauksessa on jo ennen sosiaalihoitolain voimaantuloa tehty pitkään kuntouttavaa asiakastyötä ilman, että sitä on kutsuttu sosiaalisesti kuntoutukseksi (Kostilainen & Nieminen 2018, 3). Myös oman kokemukseni mukaan sosiaalisen kuntoutuksen käsitettä ei ole vielä selkeästi jäsenetty, eikä sitä ole järjestelmällisesti sovellettu käytännön työssä. Sosiaalista kuntoutusta toteutetaan, mutta ei välttämättä tunnisteta, että on kysymys sosiaalisesta kuntoutuksesta. Kandidaatintutkielmassani haluankin jäsentää sosiaalista kuntoutusta. Selvitän kirjallisuuskatsauksen avulla, miten toimintakyvyn vahvistaminen näkyy sosiaalisessa kuntoutuksessa. Lisäksi selvitän,

miten elämänhallinta voi käsitteenä auttaa jäsentämään sosiaalista kuntoutusta sekä millaisissa tilanteissa sosiaalityön asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta?

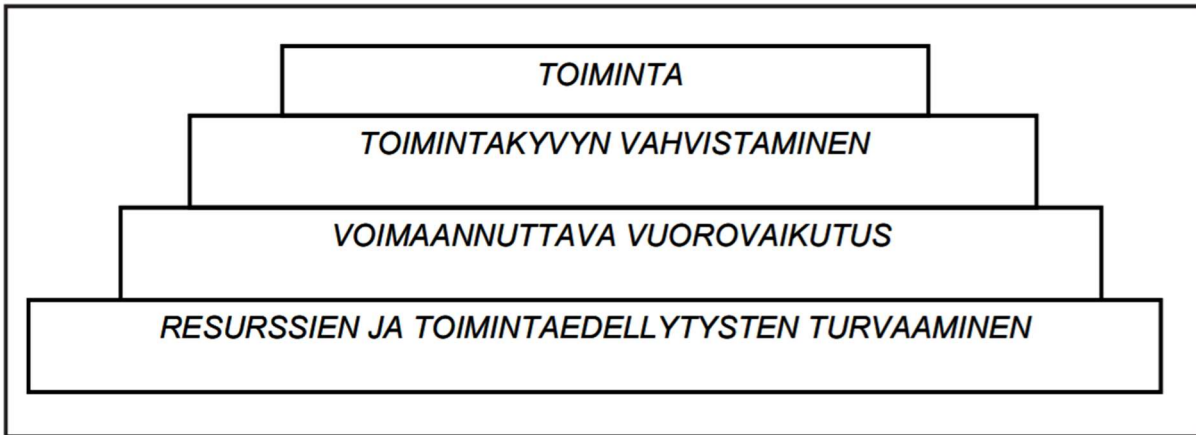
2 AIHEEN TAUSTOITUS JA KESKEISET KÄSITTEET

Tässä luvussa selvitän kandidaatintutkielman kannalta keskeisiä käsitteitä. Sosiaalihoitolain (2014, 1301) kolmannessa luvussa on lueteltu sosiaalihoitolain mukaiset sosiaalipalvelut. Sosiaalityö, sosiaaliohjaus ja sosiaalinen kuntoutus ovat kukin sosiaalihoitolain mukaisia sosiaalipalveluita. Kandidaatintutkielman kannalta juuri nämä kolme sosiaalipalvelua ovat olennaisia. Ne liittyvät toisiinsa, koska sosiaalista kuntoutusta toteutetaan sosiaalihoitolain mukaisesti sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin. (Sosiaalihoitolaki 2014, 1301.)

2.1 Elämänhallinta ja sosiaalinen toimintakyky

Elämänhallinta on kokemus siitä, että elämä ja sen tapahtumat ovat omassa hallinnassa ja että ihminen pystyy itse vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun. Elämänhallinnan kokemuksen puuttuessa ihminen voi kokea tapahtumien vain seuraavan toisiaan ilman, että hän pystyy vaikuttamaan niihin omalla toiminnallaan. Elämänhallinnassa voidaan erottaa kaksi muotoa, sisäinen ja ulkoinen elämänhallinta. Ulkoinen elämänhallinta on sitä, että ihmisen elämä on mennyt enimmäkseen hänen oman ohjauksensa mukaisesti, eivätkä hänestä riippumattomat syyt ole paljoa vaikuttaneet elämän kulkuun. Ulkoisesti hallittuun elämään kuuluu aineellisesti eli esimerkiksi taloudellisesti turvattu asema. Sisäinen elämänhallinta tarkoittaa sitä, että ihminen pystyy sopeutumaan vastoinkäymisiin, näkemään vaikeinakin aikoina elämän hyviä puolia ja ponnistelemaan parantaakseen elämän ulkoista hallintaa. Ihminen voi oppia sisäistä elämänhallintaa vähitellen jo lapsuudesta alkaen. Ihminen, jolla on hyvä sisäinen elämänhallinta, pääsee nopeammin elämän vaikeista hetkistä eteenpäin. Elämänhallinnan pysyvyys ei kuitenkaan ole varmaa, koska elämän kriisit ja äkilliset mullistukset voivat aiheuttaa ratkeamisen ja ihminen voi silloin menettää elämänhallintaa. (Roos 1987, 64–67.)

Elämänhallinnan käsite voi auttaa jäsentämään sosiaalityötä. Liukko (2006, 84) on jäsentänyt elämänhallinnan portaittain eteneväksi prosessiksi (kuvio 1). Kutsun jatkossa kandidaatintutkielmassani kuvion 1 mukaista jäsenystä elämänhallinnan portaiksi.



Kuvio 1. Elämänhallinnan portaat. (mukaillen Liukko 2006, 84.)

Elämänhallinnan ensimmäisellä portaalla on resurssien ja toimintaedellytysten turvaaminen. Se tarkoittaa, että elämänhallinnan mahdollistamiseksi tulee peruslähtökohta eli riittävät sosiaaliset, fyysiset, psyykkiset ja taloudelliset toimintaedellytykset olla turvattu. Se voi tarkoittaa esimerkiksi asumista, taloudellista tilannetta, fyysistä ja psyykkistä terveydentilaa, sosiaalisia taitoja ja päivärytmiä (Taulukko 2.). Jos elämänhallinnan resursseissa ja toimintaedellytyksissä on liian suuria puutteita, ei elämänhallinta voi alkaa vahvistua ennen kuin ne on korjattu. (Liukko 2006, 84–85.)

Elämänhallinnan toisella portaalla on voimaannuttava vuorovaikutus, jossa voidaan vuorovaikutuksen avulla vahvistaa asiakkaan omanarvontuntoa ja itsekunnioitusta. Elämänhallinnan kolmannella portaalla on toimintakyvyn vahvistaminen, jossa tuetaan asiakasta tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja valintoja. Elämänhallinnan neljännellä eli ylimmällä portaalla on toiminta, jossa asiakasta tuetaan toimimaan omien tavoitteiden ja suunnitelmien mukaisesti. (Liukko 2006, 84–85.)

Toisin sanoen, kun riittävät resurssit ja toimintaedellytykset on turvattu, elämänhallinta lisääntyy ja asiakkaan on mahdollista toimia elämässään eri tavalla kuin aikaisemmin. Voimaannuttavan vuorovaikutuksen avulla omanarvontunto ja itsekunnioitus vahvistuvat ja asiakas nousee elämänhallinnan seuraavalle portaalle, jossa on vuorossa toimintakyvyn vahvistaminen. Tässä vaiheessa asiakas kykenee tekemään omaa elämäänsä koskevia suunnitelmia ja päätöksiä. Elämänhallinnan edelleen vahvistuessa ja asiakkaan ollessa jo valmis toimintaan, sosiaalityötä voidaan vielä tarvita tukemaan asiakasta toimimaan suunnitelmiensa mukaisesti. (Liukko 2006, 84–85.)

Sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueita ovat sosiaaliset taidot, arkitaidot ja yhteisötaidot. Sosiaaliin taitoihin sisältyvät itseilmaisuus, vuorovaikutuskyvyt, kyky liittyä muihin, kyky luoda ihmissuhteita, ottaa vastuuta, huolehtia muista ja ylläpitää yhteyksiä sekä luottamus ja arvostus. Arkitaitoihin sisältyvät itsestä huolehtiminen, arjesta selviäminen, kyky toimia perheen jäsenenä, kyky hankkia koulutus, kyky tehdä työtä ja organisoida, riippuvuuksien hallinta, työuran vakaus ja kodin olemassaolo. Yhteisötaitoihin sisältyvät itsen ja ympäristön tiedostaminen, tunteiden hallinta ja kyky asioida, itsensä elättäminen, kyky osallistua, harrastaa, suunnitella tulevaa ja sopeutua, valta ja vallankäyttö, sekä raha ja sen käyttö. (Raivio 2018, 36.)

Voidaan tietysti suhtautua kriittisesti ja varauksella esimerkiksi siihen, onko työuran vakaus nykymaailmassa henkilön omista taidoista ja sosiaalisesta toimintakyvystä riippuvainen. Myös ”arjesta selviäminen” sinällään voi olla epämääräinen käsite kuvaamaan arkitaitoja. Henkilö voi kuitenkin selvitä arjesta, vaikka sosiaalinen toimintakyky olisikin hyvin heikko ja puutteellinen. Yhteenvedona voidaan kuitenkin todeta, että sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen tarkoittaa, että asiakasta tuetaan oppimaan ja harjoittelemaan edellä mainittuja sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueisiin kuuluvia taitoja, esimerkiksi vuorovaikutustaitoja, vastuun ottamista, itsestä huolehtimista, riippuvuuksien hallintaa, rahan käyttöä tai kykyä osallistua. Elämänhallintaan peilattuna sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen auttaa ensin turvaamaan elämänhallinnan perusedellytykset ja sen jälkeen elämänhallinta voi vähitellen rakentua ja kasvaa portaittain.

Kandidaatintutkielmassa käytetään käsitteitä sosiaalinen toimintakyky ja toimintakyky ja puhutaan näiden vahvistamisesta. Haluan tässä vielä selventää näiden käsitteiden välistä eroa ja selventää, miksi molempia käsitteitä tarvitaan. Sosiaalinen toimintakyky sisältää monenlaisia elämässä ja osallisuudessa tarvittavia konkreettisia taitoja, joiden osa-alueita ovat sosiaaliset taidot, arkitaidot ja yhteisötaidot (Raivio 2018, 36). Toimintakyky taas viittaa kandidaatintutkielmassani elämänhallinnan portaiden kolmanteen tasoon (kuvio 1) ja sillä tarkoitetaan yleisemmin asiakkaan kykyä tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja valintoja (Liukko 2006, 84).

2.2 Sosiaalityö ja sosiaaliohjaus

Sosiaalityö on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu. Sosiaalityö on asiakas- ja asiantuntijatyötä, jossa rakennetaan yksilön, perheen tai yhteisön tarpeita vastaava sosiaalisen tuen ja palveluiden kokonaisuus ja sovitetaan se yhteen muiden toimijoiden tarjoaman tuen kanssa.

Sosiaalityössä ohjataan ja seurataan suunnitelmien toteutumista ja vaikuttavuutta. Sosiaalityössä voidaan työskennellä yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen kanssa. Kyseessä on muutokseen tähtäävä ja tukeva työ, jossa pyritään lieventämään elämäntilanteiden vaikeuksia, vahvistamaan yksilöiden ja perheiden omia toimintaedellytyksiä, osallisuutta sekä yhteisöjen sosiaalista eheyttä. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.)

Sosiaalityön asiakkaiden ongelmat ovat monesti kasautuneita ja syviä. Silloin yksittäinen toimenpide ei auta, vaan tarvitaan pitkäjänteistä työskentelyä ja eri palvelujen yhteensovittamista ja koordinoitua. Sosiaalityön vahva tuki voi varmistaa, että myös sellaiset asiakkaat, jotka eivät itse osaa hakea apua, saavat tarvitsemansa tuen. Sosiaalityön tavoitteet asetetaan asiakkaan tilanteen mukaan ja täysivaltaista jäsenyyttä yhteiskunnassa voidaan pyrkiä saavuttamaan pienin askelin. Tavoitteena voi olla esimerkiksi ihmisen omaehtoisen selviytymisen, elämönhallinnan edellytysten luominen, palauttaminen ja ylläpitäminen, syrjäytymisen ehkäiseminen sekä myönteisten elämänvalintojen tukeminen. Sosiaalityön olennaisena roolina on palveluiden koordinoitua ja yhteensovittaminen sekä joustava yhteistyö eri toimijoiden kanssa. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 54.)

Kuntien sosiaalitoimissa tehdään muiden palveluiden lisäksi sosiaalityötä, joka on keskittynyt erityisesti aikuisväestön kysymyksiin. Tätä lastensuojelun ja gerontologisen sosiaalityön väliin jäävää aluetta voidaan kutsua myös esimerkiksi aikuissosiaalityöksi, perussosiaalityöksi, kuntouttavaksi sosiaalityöksi tai työikäisten palveluiksi. (Karjalainen 2017, 247–248.) Aikuissosiaalityöstä voidaan siis puhua myös yleisesti kuntouttavana sosiaalityönä, vaikka ei tarkoiteta sosiaalista kuntoutusta. Kuntouttavan sosiaalityön käsitettä on alettu käyttää 2000-luvulla ja sillä halutaan kuvata sosiaalityön laajenevaa, monialaista ja verkostoituvaa työtapaa (mt., 254–255).

Sosiaalityössä tarvitaan hyviä vuorovaikutustaitoja. Vuorovaikutustaidot ovat perusta sosiaalityön monimuotoisten työmenetelmien toteuttamiselle. Sosiaalityö edellyttää yhteistyötä ja vuorovaikutusta laajasti erilaisissa verkostoissa ja moninaisten yhteistyökumppaneiden, asiakkaiden, perheiden ja läheisverkostojen kanssa. Sosiaalityössä kohdattavat haasteet eivät ole helposti ratkaistavia. Sosiaalisten ongelmien kasaantuessa tarvitaankin suunnitelmallista ja pitkäjänteistä työtä. Sosiaalityön roolina voi olla toivon ylläpitäminen, kannustaminen ja pientenkin onnistumisten huomioiminen. Sosiaalityön erityisenä roolina on tehdä yhteistyötä verkostoissa yhteistyökumppaneiden ammatillisuutta arvostaen, asiakkaan näkökulmaa esille tuoden ja dialogisuutta edistäen. Eriytyneessä palvelujärjestelmässä auttajatahot toimivat monesti toisistaan

tietämättä. Sen vuoksi tarvitaankin lisää toimivia verkostotyön käytäntöjä. Monialainen yhteistyö eli jaettu asiantuntijuus hyödyttää, kun asiakkaiden ongelmat ovat yhtä monimutkaisempia, eikä yksittäisen alan osaaminen riitä niiden ratkaisemiseen. (Kokko & Veistilä 2016, 226–230.)

Sosiaalihjaus on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu, jolla tarkoitetaan yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen ohjausta ja neuvontaa. Sosiaalihjaus voi lisäksi olla esimerkiksi tukea palveluiden käytössä tai yhteistyötä eri tukimuotojen yhteensovittamisessa. Sosiaalihjauksen tavoitteena on elämänhallintaa ja toimintakykyä vahvistamalla edistää yksilöiden ja perheiden osallisuutta ja tukea heitä voimaan paremmin. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.)

Sosiaalihjaus tukee asiakkaita laajassa ja eriytyneessä palvelujärjestelmässä. Asiakkaat tarvitsevat usein ohjausta ja neuvontaa saatavilla olevista palveluista ja apua niiden hakemisessa. Asiakkaat saattavat myös tarvita sosiaalihjaajaa hakemaan heidät kotoa ja saattamaan palveluihin ja toimintoihin. Sosiaalihjauksessa on tärkeää tunnistaa asiakkaiden voimavaroja ja tukea osallisuuteen ja motivoida omatoimiseen suoriutumiseen arjessa. Sosiaalihjauksessa hyvä vuorovaikutusosaaminen on tärkeää. Sosiaalihjauksessa työskennellään yksilöiden, perheiden, ryhmien ja yhteisöjen kanssa. Tavoitteena on osallisuuden, elämänhallinnan ja sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen. Sosiaalihjauksessa käytetään yksilö- ja ryhmäkohtaisia menetelmiä ja se soveltuu hyvin myös sosiaalisen kuntoutuksen ryhmien järjestämiseen. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 55.)

Sosiaalihjauksen lähtökohtana ovat asiakkaan elämäntilanne, voimavarat, toimintakyky ja arki. Sosiaalihjauksen tavoitteisiin kuuluukin olennaisesti elämänhallinnan ja arjenhallinnan tukeminen. Elämänhallintaan liittyvät asiakkaan kokemus elämäntilanteensa kohentumisesta ja omaa elämää kohtaan koetun tyytyväisyyden lisääntymisestä. Asiakas voi elämänhallinnan vahvistuessa kokea elävänsä parempaa elämää kuin aikaisemmin. Arjenhallintaan liittyviä asioita ovat esimerkiksi asumiseen, opiskeluun, työhön, vapaa-aikaan ja ihmissuhteiden toimivuuteen liittyvät asiat, jotka luovat puitteita ihmisen elämälle. Sosiaalihjauksen tavoitteena on tukea asiakasta selviytymään omien voimavarojensa puitteissa itsenäisemmin ja omatoimisemmin omaan arkeensa kuuluvista asioista. (Helminen 2016, 15–16.)

Sosiaalihuollon asiakkaalle tulee nimetä omatyöntekijä asiakkuuden ajaksi, mikäli se ei ole ilmeisen tarpeetonta. Omatyöntekijä on pääsääntöisesti sosiaalihuollon ammattihenkilö. Erityistä tukea tarvitsevan henkilön omatyöntekijä tulee olla sosiaalityöntekijä. Erityistä tukea tarvitsevalle

asiakkaalla ja henkilöllä tarkoitetaan sellaista henkilöä, jolla on erityisiä vaikeuksia hakea ja saada tarvitsemiaan sosiaali- ja terveyspalveluita. Erityiset vaikeudet voivat johtua esimerkiksi kognitiivisesta tai psyykkisestä vammasta, sairaudesta, päihteiden ongelmakäytöstä, usean yhtäaikaisen tuen tarpeesta tai muusta syystä. Erityistä tukea tarvitsevalla henkilöllä ei tarkoiteta henkilöä, jolla on korkeaan ikään liittyviä tuen tarpeita. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.) Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat voivat usein olla erityisen tuen tarpeessa olevia henkilöitä.

2.3 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu, jota toteutetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin. Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan tehostettua tukea, jonka tavoitteena on sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, syrjäytymisen torjuminen ja osallisuuden edistäminen. Sosiaalihuoltolain mukaan sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvat sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen, kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvat lisäksi valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan, ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin sekä muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. Nuorten sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on tukea nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistä niiden keskeyttämistä. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.)

Sosiaalinen kuntoutus perustuu aina kokonaisvaltaiseen arviointiin, jossa kartoitetaan asiakkaan tilanne sekä tuen ja kuntoutuksen tarve. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailla ongelmat ovat monesti pitkittyneitä ja kasautuneita, jolloin vaaditaan kokonaisvaltaista työskentelyä. Asiakkaiden elämäntilanteet voivatkin edellyttää monialaista kuntoutusta ja palveluiden suunnitelmallista yhdistämistä kokonaisuudeksi. Sosiaalisessa kuntoutuksessa tulee huomioida, että vaativat asiakastilanteet ovat usein syntyneet pitkän ajan kuluessa ja ne myös edellyttävät usein pitkäjänteistä työskentelyä eivätkä ratkea yksittäisillä toimenpiteillä. Sosiaalisessa kuntoutuksessa onkin tärkeää tiivis yhteistyö monialaisessa kuntoutusjärjestelmässä, eri alojen ammattilaisten kanssa ja yli sektorirajojen. Sosiaaliseen kuntoutukseen yhdistetään tarvittaessa päihde- ja mielenterveyshoito sekä muut tarvittavat palvelut ja tukitoimet. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 56–57.)

Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään siihen, että asiakas voi päästä osalliseksi yhteiskuntaan kykyjään ja suoriutumistaan vastaavalla tavalla. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on edistää mahdollisuuksia päästä niihin vuorovaikutussuhteisiin, toimintoihin ja rakenteisiin, jotka muodostavat jokapäiväisen elämän perustan yhteiskunnassa. Konkreettisempina tavoitteet voivat tarkoittaa esimerkiksi arkielämän taitojen oppimista, päihteettömän arjen hallintaa sekä koulutukseen, työhön tai ryhmässä toimimiseen tarvittavien taitojen harjoittelua. Sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa hyvin monipuolisilla menetelmin yksilöllistä tukea, ryhmiä ja toiminnallisuutta yhdistäen. Sosiaalisen kuntoutuksen menetelmiä ovat esimerkiksi yksilöllinen psykososiaalinen tuki, kotikäynnit, mukana kulkeminen, kasvatuksellinen tuki omien asioiden hoitamiseen, erilaiset toiminnalliset ryhmät, vertaistuki, osallistuminen vapaaehtoistoimintaan, työtoiminta sekä kaikki asiakkaalle tarjottavat palvelut ja tukitoimet osana sovittua suunnitelmaa. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 56–57.)

Yhteiskunnassa tavoiteltavia osallisuuksia ovat esimerkiksi palkkatyö, koulutus, perhe, harrastukset ja kulttuurielämä. Syrjäytyminen on sitä, että osa kansalaisista jää näiden osallisuuksien ulkopuolelle. Syrjäytyminen on prosessi ja muuttuva tila. Ongelmat voivat kasautua ja voidaankin puhua myös syrjäytymiskierreestä. Tiedetyt asiat lisäävät syrjäytymisen riskiä, kuten esimerkiksi pitkäaikais- ja toistuvaistyöttömyys, päihdeongelmat, vajaakuntoisuus ja pitkäaikaissairaudet sekä asunnottomuus. Sosiaalityössä on tärkeää tunnistaa syrjäytymisen riskitekijöitä, jolloin on mahdollista puuttua tilanteeseen ja tukea asiakkaita jo varhaisemmassa vaiheessa ja mahdollisesti jopa estää pahin syrjäytymiskierre. (Juhila 2006, 53–57.)

Osallistavassa sosiaalityössä on tavoitteena esimerkiksi vahvistaa asiakkaan uskoa omiin mahdollisuuksiinsa elämässä ja kansalaisena. Pitkäaikaistyötön henkilö voi olla menettänyt uskon omiin kykyihinsä, mutta osallistava toiminta voi auttaa palauttamaan sitä. Osallistava toiminta voi auttaa palauttamaan ja vahvistamaan henkilön uskoa omiin kykyihinsä. (Juhila 2006, 120.) Sosiaalinen kuntoutus on esimerkiksi tällaista syrjäytymistä torjuvaa ja osallisuutta edistävää toimintaa (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301).

2.4 Tutkimuskysymys

Kandidaatintutkielmani tarkoituksena on pyrkiä jäsentämään ja selkiyttämään sosiaalista kuntoutusta.

Tutkimuskysymyksiäni ovat:

1. Miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyy sosiaalisessa kuntoutuksessa?
2. Miten elämänhallinnan käsite auttaa sosiaalisen kuntoutuksen jäsentämisessä?
3. Millaisissa tilanteissa sosiaalityön asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta?

Rajaan siis sosiaalisen kuntoutuksen käsittelyn sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseen ja jäsenen sitä elämänhallinnan portaiden (kuviot 1) avulla. Selvitän lisäksi, millaisissa tilanteissa asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Kandidaatintutkielma on toteutettu kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaus on menetelmä, jolla tarkastellaan aiemmin tehtyjä tutkimuksia ja niiden avulla kootaan uutta tietoa. (Salminen 2011, 4).

3 TUTKIMUSASETELMA

Tässä luvussa kuvailen prosessia, miten olen hakenut lähdekirjallisuutta sekä esittelen ja perustelen myös tarkemmin aineistona olevien lähteiden valintaa ja rajaamista. Lisäksi esittelen aineiston julkaisut taulukossa ja kerron niistä tarkemmin tekstissä. Perustelen myös tässä luvussa kandidaatintutkielman näkökulman valintaa.

Käytin lähteiden hakemiseen Jyväskylän yliopiston www.jyu.finna.fi -hakupalvelua, Helsingin kaupunginkirjaston www.helmet.fi -hakupalvelua sekä Helsingin yliopiston www.helka.finna.fi -hakupalvelua. Käytin lisäksi myös www.google.fi -hakukonetta. Käytin lähteiden hakemiseen hakusanoja ”sosiaalityö”, ”sosiaalityö*”, ”sosiaaliohjaus”, ”sosiaalinen kuntoutus”, ”sosiaalinen vahvistaminen”, ”sosiaalinen toimintakyky”, ”elämänhallinta”, ”empowerment”, ”empowering socialwork”. Löytämieni teosten lähdeluetteloita apuna käyttäen löysin lisää lähdekirjallisuutta.

Elämänhallinnan käsite voi Liukon (2006, 84) mukaan auttaa jäsentämään kuntouttavaa sosiaalityötä ja antaa näkökulmia sen toteuttamiseen. Kuntouttava sosiaalityö voidaan jäsentää elämänhallinnan

käsitteen avulla portaittain eteneväksi prosessiksi, jota Liukon kuvio havainnollistaa (kuvio 1). Kuntouttava sosiaalityö käsitteenä viittaa työikäiselle väestölle suunnattuun sosiaalityöhön yleisemmin (Karjalainen 2017, 254–255). Mielestäni elämänhallinnan käsite sopii hyvin myös sosiaalisen kuntoutuksen jäsentäjäksi ja siksi valitsinkin sen näkökulmaksi kandidaatintutkielmaani. Kandidaatintutkielmani tulosluvussa soveltan Liukon elämänhallinnan portaittain etenevää prosessia sosiaalisen kuntoutuksen jäsentämiseen. Nimesin jäsenyyksen elämänhallinnan portaaksi, koska se mielestäni kuvaa sitä hyvin ja tiivistetysti.

Käytän tulosluvussa aineistona sosiaalihuoltolain voimaantulon jälkeen sosiaalisesta kuntoutuksesta tehtyjä tutkimuksia ja raportteja. Taulukko 1 sisältää lähteet, joita olen käyttänyt kandidaatintutkielmassani aineistona tulosten saamiseksi. Rajasin kandidaatintutkielman ulkopuolelle ennen vuotta 2015 tehdyt julkaisut koska halusin, että aineistossa on taustalla sosiaalihuoltolain muutos ja lain määritelmä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Aineistoon valikoitui kolme Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen työpaperia, Kainuun Soten työryhmän raportti sekä Kelan sosiaali- ja terveysturvan tutkimus. Julkaisuissa oli tutkittu ja kehitetty sosiaalista kuntoutusta sosiaalihuoltolain voimaantulon jälkeen. Muita vastaavia julkaisuja ei löytynyt, joten valitsin aineistoon saatavilla olevat.

Sosiaalinen kuntoutus 2016 on raportti ja suositukset Kainuun Sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän (Kainuun Sote) sosiaalisen kuntoutuksen selvitysprosessista. Selvitystyössä oli mukana työntekijöitä ja esimiehiä eri hallinnonaloilta ja lisäksi oli toteutettu asiakkaiden teemahaastatteluja. Selvitystyön tavoitteena oli selvittää, mitä sosiaalinen kuntoutus on, kenelle se on tarkoitettu, miten sosiaalisen kuntoutuksen palveluita tuotettiin sekä millaisia sosiaalisen kuntoutuksen kehittämistarpeita Kainuun sosiaali- ja terveyden kuntayhtymän alueella oli.

Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalinen kuntoutus. Kuntakyselyn tulokset (Puromäki ym. 2017) on Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu. Kyseessä on kyselytutkimus, joka toteutettiin vuonna 2016 osana sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallista kehittämishanketta (SOSKU). Kuntakyselyn tavoitteena oli selvittää kuntien näkemyksiä sosiaalihuoltolaista ja sen toimeenpanosta sekä selvittää kuntien näkemyksiä siitä, miten sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalinen kuntoutus käsitteenä ja palveluna konkretisoitui kunnissa kohderyhmien, tavoitteiden ja sisältöjen osalta. Lisäksi haluttiin saada kokonaiskuva sosiaalisesta kuntoutuksesta kunnissa ja selvittää siihen liittyviä kehittämisuunnitelmia.

Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti (Raivio 2018) on Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu. Kyseessä on sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallisen kehittämishankkeen (SOSKU) loppuraportti. Hankkeessa kehitettiin sosiaalista kuntoutusta ja päätavoitteena oli valtakunnallisesti yhtenäistää ja selkiyttää ymmärrystä sosiaalisesta kuntoutuksesta ja siihen liittyvää toimeenpanoa. Loppuraportissa on myös esitelty kunnissa hankkeeseen liittyen toteutettuja osahankkeita ja koottu niistä tietoa.

Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa (Romakkaniemi ym. 2018) on Kelan Sosiaali- ja terveysturvan tutkimus. Tutkimus toteutettiin yksilöhaastatteluina nuorille aikuisille, jotka olivat sosiaalisen kuntoutuksen palveluiden asiakkaina Rovaniemellä, Kittilässä ja Inarissa.

Vaikeasti työllistyvien palvelurakenteet kunnissa: aktivoinnin ja sosiaalityön yhteydet muuttuvassa tilanteessa (Saikku 2016) on kirjoitus teoksessa Sosiaalityö, palvelut ja etuudet muutoksessa. Kyseessä on Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu seurantatutkimuksesta, jossa tutkittiin toimeentulotuen Kela-siirron vaikutuksia ennen Kela-siirtoa.

Taulukko 1 Tutkimusaineisto.

Tekijä	Vuosi	Julkaisun nimi	Julkaisutyyppi
Kainuun Sote	2016	Sosiaalinen kuntoutus 2016. Työryhmän raportti ja suositukset.	Kainuun Sote. Sosiaalisen kuntoutuksen selvitysprosessi. Työryhmän raportti ja suositukset.
Puromäki, H., Kuusio, H., Tuusa, M. & Karjalainen, J.	2017	Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalinen kuntoutus. Kuntakyselyn tulokset.	Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi. Kyselytutkimus osana sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallista kehittämishanketta (SOSKU).
Raivio, H.	2018	Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti.	Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi. Sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallisen kehittämishankkeen (SOSKU) loppuraportti.
Romakkaniemi, M., Lindh, J., Laitinen, M.	2018	Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa.	Kela, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia.
Saikku, P.	2016	Vaikeasti työllistyvien palvelurakenteet kunnissa: aktivoinnin ja sosiaalityön yhteydet muuttuvassa tilanteessa. Teoksessa S. Blomgren, J. Karjalainen, P. Karjalainen, M. Kivipelto, P. Saikkonen & P. Saikku: Sosiaalityö, palvelut ja etuudet muutoksessa.	Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi. Seurantatutkimus toimeentulotuen Kela-siirron vaikutuksista.

4 ELÄMÄNHALLINNAN PORTAAT SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN JÄSENTÄJÄNÄ

Tässä luvussa esittelen kirjallisuuskatsauksen tuloksia. Tulosluvussa vastaan kysymyksiin miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyy sosiaalisessa kuntoutuksessa, miten elämönhallinnan käsite auttaa sosiaalisen kuntoutuksen jäsentämisessä ja millaisissa tilanteissa sosiaalityön asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta? Elämönhallinnan käsite ja elämönhallinnan portaavat auttavat hahmottamaan sosiaalista kuntoutusta portaittain etenevänä prosessina, joka vahvistaa asiakkaan elämönhallintaa. Olen hyödyntänyt elämönhallinnan portaita (kuvio 1) jäsentämällä tuloksia aluksi sen mukaisesti alalukuihin: resurssien ja toimintaedellytysten turvaaminen, voimaannuttava vuorovaikutus sekä toimintakyvyn vahvistaminen. Vastaan näissä luvuissa ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni ja selvitän, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen sosiaalisessa kuntoutuksessa näkyy kullakin elämönhallinnan portaalla aineistossa. Neljännen alaluvun olen nimennyt tuen tarpeiksi ja vastaan siinä kolmanteen tutkimuskysymykseeni, millaisissa tilanteissa sosiaalityön asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta?

Elämönhallinnan portaiden ylin taso on toiminta. Toiminnan vaiheessa asiakas jo toimii omien tavoitteidensa ja suunnitelmiensa mukaisesti ja sosiaalityön roolina on tukea häntä siinä (Liukko 2006, 84–85). Aineistossa ei ollut sellaisia sosiaalisen kuntoutuksen piirteitä, jotka olisi voinut sijoittaa elämönhallinnan tähän vaiheeseen. Sen vuoksi olenkin katsonut, ettei sitä ollut tarpeellista käsitellä omassa alaluvussaan. Tästä voitiin kuitenkin päätellä tuloksena, että kun elämönhallinta on vahvistunut niin, että asiakas kykenee jo toimimaan omien tavoitteidensa ja suunnitelmiensa mukaisesti, ei sosiaalisen kuntoutuksen kaltaista tehostettua tukea enää tarvita.

Halusin selkiyttää tuloksia ja sen vuoksi esitän ne alaluvuissa ensin taulukoiden avulla ja sen jälkeen tekstissä. Sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueita ovat sosiaaliset taidot, arkitaidot ja yhteisötaidot (Raivio 2018, 36). Olen selvittänyt luvussa 2.1 tarkemmin, mitä nuo sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueet sisältävät. Taulukoissa olen jäsentänyt tulokset sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueiden mukaisesti ja tarkastelen, miten ne näkyvät sosiaalisessa kuntoutuksessa aineistossa. Olen tarkastellut, mihin sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueeseen tulokset luvussa 2.1 mainittujen kuvausten perusteella parhaiten sopivat ja jäsentänyt ne sen mukaisesti taulukoihin.

4.1 Resurssien ja toimintaedellytysten turvaaminen

Tässä luvussa vastaan tutkimuskysymykseen, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi sosiaalisessa kuntoutuksessa aineistossa ja tarkennettuna, miten se näkyi elämänhallinnan ensimmäisellä portaalla? Aineistossa näkyi vahvasti se, että sosiaalinen kuntoutus oli usein painottunut elämänhallinnan ensimmäiselle portaalille, eli sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi sosiaalisten, fyysisten, psyykkisten ja taloudellisten resurssien ja toimintaedellytysten turvaamisena. Taulukossa 2 esitän tämän luvun tulokset jäsennettynä sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueiden (sosiaaliset taidot, arkitaidot ja yhteisötaidot) mukaisesti taulukkoon ja tekstissä selvitän tuloksia tarkemmin.

Elämänhallinnan ensimmäinen porras (kuvio 1) on resurssien ja toimintakyvyn turvaaminen. Se tarkoittaa, että asiakkaalla tulee olla tietyt resurssit ja toimintaedellytykset turvattuna, ennen kuin hänen on mahdollista alkaa toimia ja tehdä toisenlaisia valintoja elämässään. Elämänhallinnan kannalta riittävien perusedellytysten turvaaminen tulee siis olla lähtökohtana, koska ne ovat edellytyksenä asiakkaan toisenlaiselle toiminnalle ja muutokselle. Resursseilla ja toimintaedellytyksillä tarkoitetaan sosiaalisia, fyysisiä, psyykkisiä ja taloudellisia elämän osa-alueita. (Liukko 2006, 84.)

Taulukko 2. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen elämänhallinnan ensimmäisellä portaalla

Sosiaaliset taidot	Arkitaidot	Yhteisötaidot
<ul style="list-style-type: none"> -vuorovaikutuskyky -sosiaaliset suhteet -sosiaaliset tilanteet -paikka kohtaamiselle -rikkoksettomuus -yksinäisyyden lieventyminen -ryhmän tuki, vertaistuki -omanarvontunnon rakentuminen -omien kykyjen ja taitojen tunnistaminen -uusien taitojen oppiminen -onnistumisen kokemukset -tulevaisuuden uskon vahvistuminen 	<ul style="list-style-type: none"> -mielekäs tekeminen, toiminnallinen sisältö elämään -liikunta -syy lähteä kotoa -päivärytmi, unirytm -päähteettömyys -itsestä ja kodista huolehtiminen -omatoimisuus -ruoanlaitto ja suunnittelu -kaupassa käyminen -ravinto-ohjaus -ruokailurytmi -fyysinen kunto -hygieniasta huolehtiminen 	<ul style="list-style-type: none"> -ensisijaisten etuuksien selvittäminen -etuuksien hakeminen -asumistilanteen selvittely -talouden hallinta, rahan käyttö -apu asiointiin -kyky olla ja toimia ryhmässä

Sosiaalisen toimintakyvyn sosiaalisten taitojen osa-alueen vahvistaminen näkyi aineistossa niin, että sosiaalisessa kuntoutuksessa oli pyritty luomaan tilaisuuksia sosiaalisten taitojen harjoittamiselle, sosiaalisten suhteiden syntymiselle ja vahvistumiselle sekä ylläpitämiseksi. Sosiaalinen kuntoutus esimerkiksi ryhmissä mahdollisti uusien sosiaalisten kontaktien syntymisen, sosiaalisiin tilanteisiin

totuttautumisen matalalla kynnyksellä ja tilaisuuden tutustua ihmisiin. Sosiaalinen kuntoutus tarjosi paikan kohtaamiselle ja siinä oli pyritty vähentämään yksinäisyyttä. Asiakkaat olivat kokeneet ryhmässä tekemisen ohella käydyt keskustelut tärkeiksi. Keskustelut saattoivat liittyä esimerkiksi omaan arkeen ja kodista huolehtimiseen. Ryhmät tarjosivat asiakkaille myös vertaistukea. (Raivio 2018, 45–47.)

Myös kuntakyselyn tuloksissa sosiaalisten suhteiden ja tilanteiden tuki nousi vahvasti esiin sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteissa (Puromäki ym. 2017, 25). Esimerkiksi kyky toimia yhteisössä, kyky osallistua kodin ulkopuoliseen toimintaan, kyky olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa, sekä rikoksettomuus oli mainittu sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteina. Sosiaalisella kuntoutuksella koettiin voitavan tukea asiakkaiden riittävän omanarvontunteen rakentumista, mahdollisuutta oppia tunnistamaan omia kykyjä ja taitoja. Sosiaalinen kuntoutus tarjosi mahdollisuuden uusien taitojen oppimiselle. Lisäksi sosiaalisen kuntoutuksen uskottiin tarjoavan onnistumisen tunteita sekä vahvistavan asiakkaiden uskoa tulevaisuuteen. (mt., 2017, 37–38.)

Sosiaalisen toimintakyvyn arkitaitojen osa-alueen vahvistaminen näkyi aineistossa niin, että sosiaalinen kuntoutus tarjosi asiakkaille mielekästä tekemistä ja toiminnallista sisältöä elämään. Sosiaalisessa kuntoutuksessa oli pyritty tarjoamaan asiakkaille syy lähteä pois kotoa, mahdollisuus kokeilla esimerkiksi uutta liikuntamuotoa ja saada rytmiä ja tekemistä päiviin. Sosiaalisella kuntoutuksella tuettiin päihitteettömyyttä, arkitaitojen opettelua ja harjoittelua, tarjottiin käytännön apua ja tukea asiointiin sekä harjoiteltiin omasta itsestä ja kodista huolehtimista. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena oli esimerkiksi itsenäisen toiminnan ja päivärytmin vahvistuminen. Toimintaan sisältyi esimerkiksi yhdessä kaupassa käymistä sekä ruoan suunnittelua ja valmistamista. Sosiaalisessa kuntoutuksessa asiakkaan oli mahdollista saada uutta tietoa, taitoa ja kokemuksia arkitaidoista yhdessä tekemällä. Sosiaalinen kuntoutus saattoi myös tarjota kuntosali- ja ravinto-ohjausta, jonka seurauksena asiakkaiden fyysiset ja psyykkiset voimat lisääntyivät, liikkuvuus parani sekä kipujen ja särkyjen koettiin poistuneen tai vähentyneen. Seurauksena koettiin olevan myös voimatasojen lisääntyminen, liikeratojen ja motoriikan parantuminen sekä mielialan koheneminen. Asiakkaita tuettiin myös ymmärtämään hyvinvointia tukevien asioiden, kuten puhtauden, terveellisen ravinnon, säännöllisten ruoka-aikojen, sopivan liikunnan sekä riittävän levon, merkitystä. (Raivio 2018, 45–47.)

Sosiaalisen toimintakyvyn yhteisötaitojen vahvistaminen näkyi aineistossa niin, että sosiaalisessa kuntoutuksessa selvitettiin asiakkaiden kanssa elämän perusasioita, kuten asumistilannetta,

toimeentuloa, oikeiden palveluiden löytymistä ja niihin pääsyä. Sosiaalisessa kuntoutuksessa ohjattiin asiakkaita ensisijaisten etuuksien piiriin ja opeteltiin hakemaan toimeentulotukea ja muita etuuksia. Sosiaalinen kuntoutus saattoi tarjota asiakkaille kohtaamispaikan, jossa oli mahdollisuus saada työntekijöiltä neuvoja ja ohjeita. Tavoitteena oli tukea asiakkaita itsenäisempään elämään ja lisätä kykyä tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä. (Raivio 2018, 45–46.)

Myös kuntouttava työtoiminta saatettiin määritellä sosiaaliseksi kuntoutukseksi, kun kyseessä oli ylläpitävä toiminta. Ylläpitävän toiminnan tavoitteena oli esimerkiksi päihteiden käytön vähentäminen ja samalla esimerkiksi terveys- ja muiden palveluiden tarpeen väheneminen. Ylläpitävä toiminta oli usein pitkäkestoista ja tarjosi toimintaa esimerkiksi ennen eläkkeelle siirtymistä, kun avoimille työmarkkinoille työllistyminen ei ollut enää todennäköistä. (Saikku 2016, 85.) Kuntouttava työtoiminta ylläpitävänä toimintana oli myös elämänhallinnan ensimmäiselle portaalle sijoittuvaa sosiaalista kuntoutusta, koska se oli perustoimintaedellytyksiä tukevaa toimintaa. Sosiaaliselle kuntoutukselle päivätoimintana koettiin olevan tarvetta sellaisten asiakkaiden kohdalla, jotka eivät pysty vielä osallistumaan kuntouttavaan työtoimintaan. Neljänkin tunnin työtoimintapäivä esimerkiksi kaksi kertaa viikossa voi olla liikaa. Tarvitaan sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamista sosiaalisen kuntoutuksen avulla, jotta elämänhallinnan ensimmäisen portaan edellytykset rakentuvat. (mt., 89–90.)

4.2 Voimaannuttava vuorovaikutus

Tässä luvussa vastaan tutkimuskysymykseen, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi sosiaalisessa kuntoutuksessa aineistossa ja tarkennettuna, miten se näkyi elämänhallinnan toisella portaalla? Taulukossa 3 esitän tämän luvun tulokset jäsennettynä sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueiden mukaisesti taulukkoon ja tekstissä selvitän tuloksia tarkemmin. Tuloksissa ei noussut esiin arkitaitojen vahvistamista voimaannuttavaan vuorovaikutukseen liittyen. Sen vuoksi olen jättänyt arkitaitojen osa-alueen pois taulukosta. Elämänhallinnan toisella portaalla voimaannuttavassa vuorovaikutuksessa sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi siis erityisesti sosiaalisten taitojen ja yhteisötaitojen vahvistamisena.

Elämänhallinnan toisella portaalla on voimaannuttava vuorovaikutus. Voimaannuttava vuorovaikutus tarkoittaa, että asiakkaan kokemusta ja tunnetta omasta ihmisarvosta ja itsekunnioituksesta vahvistetaan. Se vaatii työntekijältä hyviä vuorovaikutustaitoja ja

tunneosaamista. Voimaannuttavan vuorovaikutuksen kautta asiakkaan elämänhallinnan tunne vahvistuu, mikä mahdollistaa siirtymisen seuraavalle tasolle elämänhallinnan portaissa. (Liukko 2006, 84–85.)

Taulukko 3. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen elämänhallinnan toisella portaalla.

Sosiaaliset taidot	Yhteisötaidot
<ul style="list-style-type: none"> -toisten ihmisten arvostaminen -kyky huomioida ja auttaa toisia -sosiaalisten tilanteiden pelon helpottuminen -vertaistuki ja kokemusten jakaminen -ryhmän kannatteleva tuki -sosiaalisten suhteiden vahvistuminen ryhmässä -onnistumisen kokemukset -itsetunnon vahvistuminen -itsenäisyyden kokemuksen vahvistuminen -omien voimavarojen löytäminen -tilan antaminen -rohkeus ilmaista itseään ja tunteitaan -luottamus -ryhmätaitojen vahvistaminen -vuorovaikutustaitojen vahvistaminen -nähdäksi ja kuulluksi tulemisen kokemukset 	<ul style="list-style-type: none"> -yhdessä tekeminen -yhteisöllisyys -osallisuus

Aineistossa näkyi, että sosiaalisessa kuntoutuksessa oli usein voimaannuttavaa vuorovaikutusta. Sosiaalisen toimintakyvyn sosiaalisten taitojen osa-alueen vahvistaminen näkyi aineistossa niin, että sosiaalisen kuntoutuksen ryhmissä pyrittiin oppimaan toisten ihmisten arvostamista, tilan antamista, rohkeutta ilmaista itseään ja omia tunteitaan, sekä toisiin luottamista. Tavoitteena sosiaalisen kuntoutuksen ryhmissä oli esimerkiksi ryhmä- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen ja lisääminen. Tärkeäksi ja merkitykselliseksi koettiin mahdollistaa asiakkaille nähdäksi ja kuulluksi tulemisen kokemuksia. Sosiaalisen kuntoutuksen avulla kyky huomioida ja auttaa toisia lisääntyi ja sosiaalisten tilanteiden pelot ja ryhmässä toimiminen helpottuivat. Koettiin, että ryhmässä yhdessä oleminen kannatteli ja palkitsi monella tavalla asiakkaita. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmät tarjosivat myös vertaistukea ja mahdollisuuksia omien kokemusten jakamiseen sekä sosiaalisten suhteiden vahvistumiseen. Eräässä ryhmässä tuotettiin yhdessä asiakkaiden kanssa arkitaitoihin liittyviä esitteitä. Asiakkaiden osallistuminen esitteiden tekoprosessiin ryhmässä vahvisti ryhmätyöskentelytaitoja ja uskoa omaan osaamiseen ja toimintakykyyn sekä antoi onnistumisen kokemuksia. Asiakkaat olivat kokeneet palkitsevana esitteiden valmistumisen ja voimaannuttavana oman nimen näkemisen valmiissa painetuissa esitteissä. Lisäksi esitteiden kautta tuotettiin konkreettisia välineitä tueksi arjessa selviämiseen myös muille kuin ryhmään osallistuneille. Sosiaalisen toimintakyvyn yhteisötaitojen vahvistaminen näkyi aineistossa niin, että konkreettinen

yhdessä tekeminen sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnassa loi yhteisöllisyyttä ja osallisuuden tunnetta, minkä koettiin vahvistavan osallistujia. Myös kuntakyselyn tulosten mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tärkeiksi tavoitteiksi koettiin asiakkaiden omien voimavarojen löytyminen ja tukeminen, sekä asiakkaiden voimavarojen lisääntyminen itsetunnon ja itsenäisyyden kokemuksen vahvistuessa. (Raivio 2018, 45–48; ks. myös Puromäki ym. 2017, 25).

4.3 Toimintakyvyn vahvistaminen

Tässä luvussa vastaan tutkimuskysymykseen, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi sosiaalisessa kuntoutuksessa aineistossa ja tarkennettuna, miten se näkyi elämänhallinnan kolmannella portaalla? Taulukossa 4 esitän tämän luvun tulokset jäsennettynä sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueiden mukaisesti taulukkoon ja tekstissä selvitän tuloksia tarkemmin.

Elämänhallinnan kolmannella portaalla on toimintakyvyn vahvistaminen. Ennen kolmannelle portaalle siirtymistä tulee siis riittävät resurssit ja toimintaedellytykset olla turvattu ja asiakkaan omanarvontunne vahvistunut voimaannuttavan vuorovaikutuksen avulla. Tässä vaiheessa asiakkaan elämänhallinta on vahvistunut niin, että hän kykenee paremmin tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja valintoja. Kuntouttavan sosiaalityön prosessissa toimintakyvyn vahvistaminen tarkoittaa, että tuetaan asiakkaan kykyä ja oikeuksia tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä. (Liukko 2006, 84–85.)

Taulukko 4. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen elämänhallinnan kolmannella portaalla.

Sosiaaliset taidot	Arkitaidot	Yhteisötaidot
-voimaantuminen -arjenhallinnan taitojen kehittyminen -omatoimisuuden lisääntyminen -itsetunnon koheneminen -vastuun ottaminen	-työelämätaitojen harjoittelu -omien taitojen hyödyntäminen toiminnassa -oman osaamisen kehittäminen -taitojen kartuttaminen -vertaisohjaajana toimiminen -aktiivinen toiminta -oman paikan löytäminen	-jatkolun löytäminen -yhteisöön kuuluminen -aktivoituminen

Aineistossa sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi elämänhallinnan kolmannella portaalla sekä sosiaalisten taitojen, arkitaitojen että yhteisötaitojen vahvistamisena. Sosiaalisen toimintakyvyn sosiaalisten taitojen osa-alueen vahvistaminen näkyi aineistossa esimerkiksi niin, että sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena oli tukea asiakkaita omatoimisuuteen ja ottamaan enemmän vastuuta omista asioistaan. Sosiaalisen toimintakyvyn arkitaitojen osa-alueen vahvistaminen näkyi aineistossa

esimerkiksi siinä, että sosiaalisen kuntoutuksen tärkeäksi tavoitteeksi nähtiin asiakkaiden tukeminen oman paikan löytämisessä. Oman paikan löytäminen näkyikin niin, että toiminta oli tässä vaiheessa elämänhallinnan vahvistuttua ja toimintakyvyn edistyttyä jo eriytyneempää ja saattoi liittyä esimerkiksi jonkin itseä kiinnostavan erityisen taidon kehittämiseen tai oman osaamisen hyödyntämiseen toiminnassa. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä saattoi harjoitella asioita, joita tarvittiin mahdollisessa tulevassa työtoiminnassa tai itseä kiinnostavalla alalla. Esimerkkinä oli romaniniaisille suunnattu ompeluryhmä, joka tarjosi mahdollisuuden keskusteluun, ompelutaitojen kartuttamiseen ja yhdessäoloon. Ryhmässä saatu kokemus kannusti hakemaan ammatillisiin opintoihin. (Raivio 2018, 47–49; ks. myös Puromäki ym. 2017, 25.)

Sosiaalisena kuntoutuksena oli myös järjestetty vertaisneuvojakoulutusta, jonka käytyään pystyi toimimaan vertaisneuvojana ja neuvomaan esimerkiksi palveluiden käytössä ja lomakkeiden täyttämässä muita asiakkaita. Vertaisneuvojakoulutus oli avoin kaikille ja erilaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kohtaamisten koettiin vähentäneen ennakkoluuloja. Lisäksi mainittiin esimerkiksi avoin bänditoimintaryhmä, johon saivat osallistua kuntouttavassa työtoiminnassa olevat asiakkaat sekä sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat. Toiminta tarjosi mahdollisuuden aktiiviseen toimintaan, oman osaamisen hyödyntämiseen ja yhteisöön kuulumisen kokemuksen. Toimintaan osallistumisen seurauksena osallistujien arjenhallinnan taidot kehittyivät, he kokivat voimaantumista, itsetunnon kohentumista ja saivat sosiaalisia kontakteja. Osallistujat aktivoituivat ryhmässä niin, että alkoivat keikkailta bändinä ja järjestelivät itse keikkoja. (Raivio 2018, 47–49.)

Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi elämänhallinnan kolmannella portaalla myös yhteisötaitojen vahvistamisena. Sosiaalisen kuntoutuksen toiminnassa yhteisötaitojen vahvistamisen osalta lopputavoitteena oli osallisuuteen liittyvä elämänmuutos. Tavoitteena oli esimerkiksi työelämävalmiuksien lisääminen mahdollisesti jo osana kuntouttavaa työtoimintaa tai muuta jo vahvempaa sosiaalista toimintakykyä vaativaa toimintaa. Tällaisesta toiminnasta esimerkkinä oli sosiaalisen kuntoutuksen Startti-ryhmä. Ryhmätoiminnan aikana tarjottiin yksilöllistä palveluohjausta, jonka tavoitteena oli mielekkään jatkopolun löytäminen. Lisäksi muun muassa tutustumisten ja vierailuiden avulla madallettiin kynnystä siirtyä seuraavaan työllistymistä edistävään palveluun. Jatkostartti-ryhmässä Startti-ryhmän läpikäyneet asiakkaat toimivat mentoreina ja tukihenkilöinä varsinaisten ohjaajien rinnalla tai sijasta. (Raivio 2018, 48.)

4.4 Tuen tarpeet

Tulosluvun aiemmissa alaluvuissa olen selvittänyt, miten sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen näkyi sosiaalisessa kuntoutuksessa aineistossa. Kuntakyselyn tuloksissa sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteeksi nähtiin pyrkimys poistaa asiakkaan osallistumisen esteitä sekä asiakkaan tukeminen vastuun ottamiseen omista asioistaan (Puromäki ym. 2017, 25). Tässä kappaleessa käsittelem sitä, miten tarve sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiselle tuli esiin aineistossa. Toisin sanoen, millaisia puutteita sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta oli sosiaalisessa toimintakyvyssä aineiston perusteella. Olen nostanut näitä puutteita esiin kääntämällä aiemmat tulokset puutteiksi eli katsomalla samoja tuloksia vain toisesta näkökulmasta. Olen löytänyt tuloksia myös muuten aineistosta. Tällä tavoin halusin selvittää vastauksen kolmanteen tutkimuskysymykseeni, millaisissa tilanteissa asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta? Taulukossa 5 esitän tulokset koottuna ja tekstissä selvitän niitä tarkemmin. Olen jäsentänyt tulokset taulukossa sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueiden mukaisesti.

Taulukko 5. Sosiaalisen toimintakyvyn puutteet, eli millaisissa tilanteissa asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta?

puutteet sosiaalisissa taidoissa	puutteet arkitaidoissa	puutteet yhteisötaidoissa
-sosiaalisten kontaktien niukkuus -ei mahdollisuuksia tai voimavaroja tutustua ihmisiin -sosiaalisten tilanteiden pelot, paniikkihäiriöt -tuen tarve vuorovaikutustaidoissa -puutteellinen kyky ilmaista itseä ja omia tunteita -vaikeuksia toimia ja olla ryhmässä -yksinäisyys -puutteellinen kyky olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja osallistua kodin ulkopuoliseen toimintaan -ei onnistumisen kokemuksia omassa elämässä	-epäselvä asumistilanne / asunottomuus -tarvitsee tukea etuuskien hakemisessa -ei tarvittavien palveluiden piirissä -paljon tuen tarvetta -tuen tarve päihitteettömyyteen -puutteellinen päivärytmi / unirytm / ruokailurytmi -tarve käytännön avulle asioiden hoidossa -tuen tarve omasta itsestä ja kodista huolehtimisessa -tuen tarve ruoanlaitossa ja suunnittelussa -heikosta fyysisestä kunnosta johtuvat kivut ja säryt -alentunut mieliala / masentuneisuus -pitkittänyt työttömyys ja toimeettomuus -keskeytyneet opinnot -samanaikaisesti monia palvelutarpeita -itsenäinen suoriutuminen vaikeutunut -vaikeus hakea ja saada palveluita -erityisen tuen tarve	-epäselvä toimeentulotilanne eikä ensisijaisia etuuksia -puutteellinen kyky tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä -ei mielekästä tekemistä -ei toiminnallista sisältöä elämässä -ei syytä poistua kotoa -ei mahdollisuuksia tai voimavaroja harrastaa -tuen tarve asioinnissa -puutteellinen kyky toimia yhteisössä -usko tulevaisuuteen heikentynyt -rikostausta

Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta voi aineiston perusteella olla hyvin monenlaisia puutteita sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueilla eli sosiaalisissa taidoissa, arkitaidoissa ja yhteisötaidoissa. Puutteiden avulla löydetään tuen tarpeita ja vastauksia kysymykseen, millaisissa tilanteissa asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta ongelmat ovat usein kasautuneita, vaativat kuntoutusmuotojen ja palveluiden yhteensovittamista eivätkä ratkea yksittäisellä toimenpiteellä (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 56–57). Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta voikin olla useita samanaikaisia sosiaalisen toimintakyvyn puutteita ja tuen tarpeita.

Aineistossa ilmenneitä tuen tarpeita oli esimerkiksi epäselvä asumis- ja toimeentulotilanne, tuen tarve etuuksien hakemisessa, asioiden hoitamisessa, omatoimisuuden puute sekä puutteellinen kyky tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä. Tuen tarve voi ilmetä myös niin, ettei asiakas ole tarvittavien palveluiden piirissä, eikä omassa elämässä ole paikkaa kohtaamiselle ja tilaisuuksia sosiaalisten taitojen harjoittamiselle, sosiaalisten suhteiden syntyemiselle, vahvistumiselle ja ylläpitämiselle. Asiakkaalta, joka voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta, voi puuttua mielekäs tekeminen tai muu toiminnallinen sisältö elämästä ja syy lähteä pois kotoa. Asiakkaalta voi puuttua mahdollisuuksia ja voimavaroja kokeilla ja harrastaa liikuntaa. Myös puutteellinen päivärytmi, unirytmitys ja ruokailurytmi, tuen tarve päihitteettömään elämään, puutteelliset arkitaidot, tarve käytännön avulle ja tuelle asiointissa tai tuen tarve omasta itsestä ja kodista huolehtimisessa, ruoanlaitossa ja suunnittelussa voivat olla tilanteita, jolloin asiakas voisi hyötyä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Aineistossa tuli esiin, että myös heikosta fyysisestä kunnosta johtuvat kivut ja säryt, sekä alentunut mieliala voivat olla sellaisia asioita, joihin voi saada apua sosiaalisesta kuntoutuksesta. Asiakkaan osallistumisen esteenä on saattanut olla sosiaalisten tilanteiden pelko, minkä seurauksena voi olla tuen tarvetta vuorovaikutustaidoissa, vaikeuksia toimia ja olla ryhmässä, sekä puutteellinen kyky ilmaista itseään ja omia tunteitaan. Asiakkaalta voi myös puuttua kyky toimia yhteisössä ja ylipäänsä kyky osallistua kodin ulkopuoliseen toimintaan ja olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa, tulevaisuuden usko heikentynyt, ei onnistumisen kokemuksia omassa elämässä. Sosiaalisen toimintakyvyn puute saattaa näkyä myös rikoksina asiakkaan elämässä. (Raivio 2018, 45–48; ks. myös Puromäki ym. 2017, 37–38.)

Sosiaalisessa kuntoutuksessa olleista nuorista aikuisista joka kolmas oli kärsinyt masennuksesta joko diagnosoituna tai itse koettuna masentuneisuutena. Heillä oli myös paniikkihäiriötä, sosiaalisten tilanteiden pelkoa, syömishäiriötä ja itsetuhoisuutta. Nuorilla oli ollut epäonnistumisen kokemuksia koulussa ja työelämässä ja sen koettiin liittyvän masennukseen. Myös työelämän ulkopuolella

oleminen ja toimeettomuus liittyivät masennukseen. Masennusoireet aiheuttivat häpeää, mikä johti entistä enemmän sosiaalisten tilanteiden välttämiseen. (Romakkaniemi, Lindh & Laitinen 2018, 50–51.)

Nuorilla esimerkiksi uudelle opiskelupaikkakunnalle muuttamisesta oli seurannut yksinäisyyttä, vuorokausirytmien kääntymisen ja lopulta ongelmien kasautuminen johti opintojen keskeytyminen (Romakkaniemi ym. 2018, 55). Sosiaalinen kuntoutus oli esimerkiksi antanut nuorelle tukea ja näköalan tulevaisuuteen (mt., 60). Tutkimuksen haastatteluaineistossa nuorten osallistumista arjen toimintoihin ja yhteisöihin rajoittivat esimerkiksi fyysiset tekijät kuten köyhyys ja elinympäristön tarjoamat mahdollisuudet, sosiaaliset tekijät kuten yksinäisyys ja muut psykososiaaliset ongelmat sekä psyykkiset tekijät kuten häpeä ja pelot (mt., 62).

Kainuun Soten sosiaalisen kuntoutuksen selvityksessä (2016, 10) asiakkaat toivat haastatteluissa esiin asumiseen, asioiden hoitamiseen, sosiaaliseen vuorovaikutukseen, talouteen, ajankäyttöön ja päivärytmiin, päihteidenkäyttöön, mielenterveyteen, hyvinvointiin, elämänhallintaan ja työtoimintaan liittyviä tuen tarpeita. Lisäksi koettiin tuen tarvetta, jos ei uskalla lähteä yksin esimerkiksi kuntosalille, ei saa aikaiseksi asioita, tuki rahankäytön suunnitteluun ja talouteen, saattajan tarve esimerkiksi sairaalakäynnille, elämäntilanteen selvittäminen, tuki arjen askareisiin, lumitöihin, ruoanlaittoon, siivoukseen. Koettiin tuen tarvetta asunnon saamiseen, kun maine ja luottotiedot ovat menneet, vuorokausirytmien palautukseen, lääkitykseen, sosiaalisiin tilanteisiin, itsetuntoon, ihmissuhteisiin. (Kainuun Sote 2016, 10.)

Raportissa esitettiin myös tarve sosiaaliselle kuntoutukselle matalan kynnyksen paikkana tai palveluna asiakkaille, joiden edellytykset työelämään ovat sosiaalisten ja terveydellisten ongelmien vuoksi hyvin heikot, mutta he eivät kuitenkaan täytä eläkkeelle pääsynkään edellytyksiä. Kyseessä olisi silloin toimintakykyä ja vireyttä ylläpitävä sekä osallisuutta lisäävä sosiaalisen kuntoutuksen toiminta. Nähtiin myös, että asiakkailta voi olla paljon ongelmia asumisessa ja haasteita saada pidettyä asuntoa. Sosiaalinen kuntoutus voisi tarjota tiivistä ohjausta ja tukea asumisen ja arjen sujumisen tueksi, kuten tukea rahankäyttöön ja talouden hoitamiseen, asioiden hoitamiseen, omasta hygieniasta huolehtimiseen, kotitöiden tekemiseen. Nähtiin, että asiakkaan arjessa ja kotona tapahtuva tiivis tukeminen auttaisi asiakasta saamaan paremman otteen arkisista asioista, toisin sanoen vahvistaisi elämänhallintaa. (Kainuun Sote 2016, 12.)

5 POHDINTA

Tutkielman tulokset osoittivat, että sosiaalinen kuntoutus ja sen tarve painottuvat silloin, kun elämänhallinta on heikointa. Sosiaalisen kuntoutuksen avulla voidaan vahvistaa asiakkaan sosiaalista toimintakykyä ja siten elämänhallinnan resursseja ja perustoimintaedellytyksiä, mikä on lähtökohta muutokselle. Aineistossa nousi esiin, että sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailla voi olla hyvin monenlaisia puutteita sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueilla eli sosiaalisissa taidoissa, arkitaidoissa ja yhteisötaidoissa. Elämänhallinnan portaiden avulla tarkasteltuna voitiin nähdä, että jotkin tuen tarpeet painottuivat elämänhallinnan ensimmäiselle portaalle ja elämänhallinnan vahvistuessa myös tuen tarve muuttui. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen oli siis erilaista silloin, kun elämänhallinta oli vielä heikompaa. Elämänhallinnan ensimmäisellä portaalla näkyvät tuen tarpeet ovat suurempia ja sellaisia, jotka saattavat vaikuttaa enemmän osallistumiseen tai olla esteenä osallistumiselle, esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden pelko, puutteellinen asumistilanne, päivärytmi, päihteiden käyttö tai puutteellinen kyky huolehtia itsestä.

Elämänhallinnan vahvistuessa esimerkiksi asiakkaan omatoimisuus, vastuun ottaminen sekä taidot ja tavoitteellisuus lisääntyivät ja sitä kautta myös tehostetun tuen tarve portaittain väheni. Elämänhallinnan ylimmällä portaalla asiakas kykenee jo melko itsenäiseen toimintaan, eikä sosiaalista kuntoutusta enää tarvita. Asiakas saattaa kuitenkin vielä siinäkin vaiheessakin tarvita sosiaalityön kontaktia. Voi siis olla tarpeellista, että sosiaalityön prosessi edelleen jatkuu, vaikka sosiaalisen kuntoutuksen tarve on poistunut. Siinä vaiheessa sosiaalityön tuki voi olla esimerkiksi säännöllistä seurantaa.

Asiakkaalla saattaa olla myös useita samanaikaisia tuen tarpeita, mikä onkin keskeistä sosiaalisessa kuntoutuksessa ja voi tehdä asiakastilanteista haastavia ja työskentelyn tarpeesta pitkäaikaista. Sosiaalisen toimintakyvyn puutteet voivat näkyä hyvin moninaisina tuen tarpeina ja haasteina asiakkaiden elämässä. Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalityö eivät voi yksin ratkaista kaikkia näitä haasteita, eikä se olekaan tarkoitus.

Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) loppuraportin mukaan tehokas sosiaalinen kuntoutus sisältää yhteistyötä ja se nivoutuu joustavasti yhteen muiden palveluiden ja toimijoiden kanssa. Joustavassa sosiaalisen kuntoutuksen prosessissa asiakkaan on mahdollista tarvittaessa myös

palata aiempaan palveluun. Vaikka tavoite onkin pyrkiä lisäämään sosiaalista toimintakykyä, voi kuitenkin tulla tilanteita, joissa palaaminen aiempaan palveluun on tarkoituksenmukaista. (Raivio 2018, 52)

Kuntakyselyn vastauksissa nousi myös esiin, että taloudellisen tuen avulla voidaan edistää sosiaalista toimintakykyä osana sosiaalista kuntoutusta (Puromäki ym. 2017, 37). Sosiaalista kuntoutusta voikin olla myös esimerkiksi tukitoimena harrastustoiminnassa tukeminen, ei välttämättä aina järjestetty palvelu ja toiminta. (Piirainen 2018, 16). Kunnan aikuissosiaalityössä onkin työvälteenä myös täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki. Osana suunnitelmallista sosiaalityötä asiakkaalle on mahdollista myöntää tukea esimerkiksi matkalippuun tai liikuntakorttiin kuntoutuksen tukemiseksi. Esimerkiksi pitkäaikaistyöttömän asiakkaan harrastuksessa tukeminen voi olla tärkeää, että asiakas saa mielekästä toimintaa päiviin kotona olemisen sijaan. Matkalippu voi jo itsessään tukea asiakasta aktivoitumaan ja liikkumaan, koska julkisen liikenteen matkakulut voivat olla liian suuri meno esimerkiksi perustoimeentulotuesta maksettavaksi.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kuntakyselyn (2016, 24) tulosten mukaan vastauksissa pidettiin tärkeänä, että sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohtana ovat asiakkaan omat tavoitteet, motivaatio ja halu muuttaa tilannettaan. Sosiaalisen kuntoutuksen jäsentäminen elämänhallinnan portaiden avulla kuitenkin osoitti, että elämänhallinnan perusedellytykset pitää olla turvattu, ennen kuin asiakkaan omat tavoitteet, motivaatio ja halu voivat herätä. Tulee siis ymmärtää, että mikäli henkilö on esimerkiksi asunoton, voivat voimavarat kulua yöpaikan etsimiseen. Silloin henkilö ei välttämättä kykene suunnittelemaan tulevaisuuttaan pidemmälle ja esimerkiksi asettamaan tavoitteita ja suunnitelmia työllistymiselle.

Kandidaatintutkielman tuloksissa näkyi, että voimaannuttava vuorovaikutus liittyi yleensä ryhmämuotoisiin sosiaalisen kuntoutuksen menetelmiin. Sosiaalihoajaan työssä olen ollut mukana suunnittelemassa ja ohjaamassa sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiä, esimerkiksi nuorten naisten ryhmää, jossa mukana olleilla nuorilla naisilla oli sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja yksinäisyyttä. Ryhmässä vahvistettiin sosiaalista toimintakykyä harjoittelemalla erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa olemista. Ryhmässä annettiin mahdollisuus luoda sosiaalisia kontakteja ja kokea arkisia asioita, jotka ovat tavallisia monille, mutta joista nämä nuoret olivat jääneet paitsi, esimerkiksi kahvilassa käynti. Voimaannuttava vuorovaikutus ja vertaistuki vahvistivat osallistujia. Ryhmäläiset rohkaistuivat esimerkiksi syömään muiden läsnä ollessa, tilaamaan itse kahvilassa ja kulkemaan yksin julkisilla kulkuvälineillä.

Sosiaalisella kuntoutuksella, sosiaalityöllä ja sosiaalihojauksella sinällään on paljon yhteistä, esimerkiksi tavoitteissa. Kandidaatintutkielman myötä sosiaalinen kuntoutus on selkiytynyt minulle paremmin. Ymmärrän nyt, että monien asiakkaiden kanssa tehtävää yksilötyötä voidaan myös kutsua esimerkiksi sosiaalihojauksen lisäksi myös sosiaalisesti kuntoutukseksi. Asiakkaiden kanssa harjoitellaan arkitaitoja, esimerkiksi vuokranmaksusta huolehtimista, etuuksien hakemista ja taloudenhallintaa, etsitään toimintaa, syitä lähteä kotoa ja oikeita palveluja, tuetaan ja motivoidaan ja tarvittaessa saatetaan asiakkaita.

Sosiaalisen kuntoutuksen suunnittelussa tulisi aina huomioida asiakkaiden tuen tarpeet ja tavoitteet. Jos elämänhallinta on jo vahvistunut, voivat sosiaalisen kuntoutuksen sisältö ja tavoitteet liittyä enemmän asiakkaan taitojen kehittämiseen ja oman suunnan ja kiinnostuksen kohteiden löytymiseen. Tässä vaiheessa sosiaalinen kuntoutus voisi olla esimerkiksi ennen siirtymistä kuntouttavaan työtoimintaan tai osana sitä, ennen työkokeilua tai koulutusta. Jos elämänhallinta on vielä puutteellista, pitää sosiaalisessa kuntoutuksessakin keskittyä peruslähtökohtien rakentamiseen ja tukemiseen ja yhdistää muut tarvittavat palvelut osaksi kokonaisuutta, esim. terveystyökalut, mielenterveyspalvelut ja päihdehoito.

Mielestäni sain aineiston avulla vastattua tutkimuskysymyksiini ja elämänhallinnan käsite sopi hyvin jäsentämään sosiaalista kuntoutusta. Se auttoi ymmärtämään ja hahmottamaan sosiaalista kuntoutusta prosessina, jossa asiakasta tuetaan hyvinkin haastavissa elämäntilanteissa kohti vastuun ottamista, itsenäisempää elämää ja osallisuutta. Pitää kuitenkin muistaa, että asiakkaiden moninaiset ongelmat ovat usein syntyneet pitkän ajan kuluessa ja myös työskentely niiden korjaamiseksi voi viedä pitkän aikaa. Elämänhallinnan portaittainen eteneminen ei siten tarkoita, että esimerkiksi sosiaalisen kuntoutuksen ryhmään osallistuttuaan asiakas nousisi suoraan elämänhallinnan seuraavalle portaalle. Kyseessä on usein monimuotoisempi kokonaisuus, jossa voidaan yhdistää esimerkiksi sosiaalityöntekijän tai sosiaalihojaajan yksilö- tai työparityöskentelyä, ryhmämuotoista toimintaa sekä muita tarvittavia palveluita. Tärkeää on myös yhteistyö eri toimijoiden välillä.

Jatkotutkimuksen aiheita voisivat olla sosiaalisen kuntoutuksen menetelmien tutkiminen ja kehittäminen. Voisi esimerkiksi selvittää, millaisia elämänhallinnan ensimmäiselle portaalle sijoittuvia ryhmämuotoisia menetelmiä on kokeiltu. Tutkimuksen voisi rajata esimerkiksi koskemaan sitä, millaisia arkitaitojen tai hyvinvoinnin kehittämiseen keskittyviä sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiä on ollut. Tutkimuksen tavoitteena voisi olla sosiaalisen kuntoutuksen ryhmämuotoisen menetelmän mallintaminen, jota voitaisiin helpommin hyödyntää sosiaalisen kuntoutuksen ryhmien

suunnittelussa ja toteuttamisessa. Myös sosiaalinen kuntoutus yksilötyönä olisi kiinnostava jatkotutkimuksen aihe. Vaikka ryhmät voivat olla tehokkaita ja hyödyllisiä monella tavalla, on kuitenkin suuri osa asiakastyöstä yksilötyötä. Sosiaalisessa kuntoutuksessa ja sosiaalityössä muuten on paljon yhteisiä piirteitä. Olisikin mielenkiintoista tutkia, millaista on sosiaalinen kuntoutus sosiaalityössä ja mallintaa sitä. Voisi myös tutkia, mitä on sosiaalityön tehostettu tuki sosiaalisessa kuntoutuksessa ja mitä on sosiaaliohjauksen tehostettu tuki sosiaalisessa kuntoutuksessa. Sen avulla voisi selkiyttää sosiaalityöntekijöiden ja sosiaaliohjaajien työnkuvia ja kehittää myös työparityöskentelyä. Jatkotutkimuksessa voisi myös hyödyntää elämänhallinnan portaita ja kehittää kuhunkin elämänhallinnan vaiheeseen soveltuvia sosiaalisen kuntoutuksen menetelmiä.

LÄHDELUETTELO

- Helminen, J. (toim.). 2016. Sosiaaliohjaus –lähtökohtia ja käytäntöjä. Helsinki: Edita.
- Juhila, K. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Jyväskylä: Vastapaino.
- Kainuun Sote. 2016. Sosiaalinen kuntoutus 2016. Työryhmän raportti ja suositukset. Kajaani: Kainuun Sote.
- Kananoja, A., Karjalainen, P. Hyvinvoinnin edistäminen ja yhteisötyö sosiaalipolitiikan uusissa rakenteissa. Teoksessa A. Kananoja, M. Lähteinen & P. Marjamäki (toim.) Sosiaalityön käsikirja. Tallinna: Tietosanoma Oy, 156–169.
- Karjalainen, P. 2017. Aikuissosiaalityö. Teoksessa A. Kananoja, M. Lähteinen & P. Marjamäki (toim.) Sosiaalityön käsikirja. Tallinna: Tietosanoma Oy, 247–259.
- Karjalainen, P., Metteri, A., Strömberg-Jakka, M. 2019. TIEKARTTA 2030. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuus selvitys. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2019:41.
- Kostilainen, H., Nieminen, A. (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak työelämä 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Kokko, R-L & Veistilä, M. 2016. Sosiaalityö ja sosiaalinen kuntoutus yhteistyönä. Teoksessa M. Törrönen, K. Hänninen, P. Jouttimäki, T. Lehto-Lundén, P. Salovaara & M. Veistilä (toim.) Vastavuoroinen sosiaalityö. Tallinna: Gaudeamus Oy, 220–230.
- Liukko, E. 2006. Kuntouttavaa sosiaalityötä paikantamassa. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja 9/2006. Helsinki: SOCCA ja Heikki Waris -instituutti.
- Piirainen, K. 2018. Kriisiavusta vastuulliseen asiakasohjaukseen. Opas sosiaalisen kuntoutuksen rakenteen ja prosessin haltuunottoon. Diak puheenvuoro 18. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. URN:ISBN:978-952-493-322-3
- Puromäki, H., Kuusio, H., Tuusa, M. & Karjalainen, J. 2017. Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalinen kuntoutus: kuntakyselyn tulokset. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Raivio, H. (toim.) 2018. Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti. Työpaperi 7/2018. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tulostettu 1.6.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-070-9>
- Romakkaniemi, M., Lindh, J., Laitinen, M. 2018. Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 147/2018. Helsinki: Kela. Viitattu 15.9.2020. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201802063157>

Roos, J.P. 1987. Suomalainen elämä. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Saikku, P. 2016. Vaikeasti työllistyvien palvelurakenteet kunnissa: aktivoinnin ja sosiaalityön yhteydet muuttuvassa tilanteessa. Teoksessa S. Blomgren, J. Karjalainen, P. Karjalainen, M. Kivipelto, P. Saikkonen & P. Saikku: Sosiaalityö, palvelut ja etuudet muutoksessa. Raportti 4/2016. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 74–102. Viitattu 12.9.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-648-3>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa: Vaasan yliopisto. Viitattu 27.8.2020. https://www.uniwaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.

Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. 2017. Helsinki. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2017:5.