

Osatyökykyisten toimintakyvyn muutokset ja onnellisuus

Merja Pohjonen
Pro gradu-tutkielma
Jyväskylän yliopisto
Yhteiskuntatieteiden-
ja filosofian laitos
sosiaalityö
Syksy 2016

TIIVISTELMÄ

OSATYÖKYKYISTEN TOIMINTAKYVYN MUUTOKSET JA ONNELLISUUS

Sosiaalityö

Merja Pohjonen
Pro gradu-tutkielma
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Ohjaaja: professori Mikko Mäntysaari
Syksy 2016
Sivumäärä: 81 + 1 liite

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vaikuttavatko toimintakyvyssä tapahtuvat muutokset onnellisuuteen. Tutkimus on tapaustutkimus ja tapaus koostui seitsemästä ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenestä. He osallistuivat marraskuun 2015- helmikuun 2016 välisenä aikana vertaisryhmään, joka oli tarkoitettu niille erityishuoltolain- tai sosiaalihuoltolain mukaisessa työtoiminnassa oleville, joiden tavoitteena on päästä tuettuun työhön, tai saada lisää tietoa tuetun työllistymisen mahdollisuuksista, sekä saada vertaistukea.

Tutkimuksen teoreettinen tausta muodostui toimintakyky- ja onnellisuuskäsitteiden ympärille. Tuetusta työllistymisestä on tehty joitakin tutkimuksia toimintakyvyn näkökulmasta. Sosiaalista toimintakykyä ja sen määrittelyä on tutkittu vasta vähän, eikä onnellisuustutkimuksia ole aikaisemmin tehty toimintakyvyn muutosten näkökulmasta. Tutkimus on laadullinen tapaustutkimus. Tutkimuksen aineisto koottiin pääasiassa kahdella eri haastattelukerralla. Haastattelut toteutettiin avoimina haastatteluina, joista toinen kirjattiin niin, että kirjaukseen otettiin mukaan aiheeseen liittyvät asiat ja toinen haastattelu äänitettiin ja litteroitiin. Tutkimuksen analysointi toteutettiin abduktiivisen päättelyn avulla, eli empierialähtöisesti, jossa teoria oli ohjaavana tekijänä.

Tutkimuksen pohjalta näyttää siltä, että toimintamahdollisuuksien tukemisella on suuri merkitys yksilön onnellisuuteen ja siihen, että hän kokee elämänsä mielekkääksi ja pystyy toteuttamaan tärkeimmät tarpeensa. Ilman toimintakykyä yksilö ei pysty toimintaan, joten toimintamahdollisuuksien tukeminen mahdollistaa onnistuessaan myös tavoitellun toiminnan. Toimintakyvyn positiiviset muutokset vaikuttavat elämäntytyytyväisyyteen ja onnellisuuteen.

Tärkeimmiksi asioiksi asiakkaan toimintakyvyn ja onnellisuuden kannalta nousivat tiedon- ja tuen saaminen, sekä asiakkaan, työntekijöiden ja läheisten asenteet suhteessa tavoiteltuun toimintaan. Tutkimuksessa nousi esille myös se, että yksilön kannalta ensimmäinen valtaistumisen ja voimaantumisen kokemus on erityisen tärkeä. Ensimmäisen kokemuksen jälkeen hänen on mahdollista tavoitella uusia voimaantumisen kokemuksia. Lähipiiri on tärkeä tukija kehitysvammaisten- ja mielenterveyskuntoutujien elämässä. Läheisillä voi olla voimaannuttava vaikutus, mutta he voivat olla myös jarruna asiakkaan tavoitteiden saavuttamiselle. Opittu avuttomuus voi aiheuttaa sen, että asiakas ei tuestakaan huolimatta halua ottaa askelia eteenpäin, vaan jää aivan kuin jumiin omaan tilanteeseensa.

Avainsanat (YSA) osatyökykyiset, toimintakyky, toiminta, onnellisuus

Sisällys:

1. Johdanto	4
1.1 Tutkimuksen taustaa	4
1.2 Tutkimuksen tavoite	7
2. Toimintakyky ja sen tukeminen	10
2.1 Toimintamahdollisuuksien teoria	10
2.2 Toimintamahdollisuudet oikeudenmukaisuuden kriteerinä	12
2.3 Sosiaalinen näkökulma toimintakykyä tukevaan kuntoutukseen	15
2.4 Toimintakyvyn tukeminen aikuissosiaalityössä	17
2.5 Vertaisryhmä toimintamahdollisuuksien tukijana	19
3. Onnellisuus	21
3.2 Hyve-etiikka ja onnellisuus	21
3.2 Millainen on onnellinen elämä?	22
3.3 Elämänhallinta ja onnellisuus	25
3.4 Terveyden ja talouden vaikutus onnellisuuteen	26
4. Aihetta sivuavat aikaisemmat tutkimukset	28
5. Aineisto ja menetelmät	34
5.1 Kvalitatiivinen tapaustutkimus	34
5.2 Aineisto	35
5.3 Avoin haastattelu aineistonkeruumenetelmänä	36
5.4 Aineiston analyysi	38
5.4.1 Abduktiivinen sisällönanalyysi	38
5.4.2 Abduktiivinen sisällönanalyysi tässä tutkimuksessa	40
5.5 Eettisyys	43
6. Toimintakyvyn muutokset ja onnellisuus	45
6.1 Tutkimukseen osallistuneiden vertaisryhmän jäsenten elämäntilanteet	45
6.2 Toimintakyky ja toimintamahdollisuudet	47
6.2.1 Toimintakyvyn määrittelyä	47
6.2.2 Opittu avuttomuus ja positiivisuuden psykologia	49
6.2.3 Vertaisryhmästä saadun tuen merkitys	53
6.3 Onnellisuus	57
6.3.1 Onnellisuuden kokemukset	57
6.3.2 Varallisuuden vaikutus onnellisuuteen	58
6.3.3 Koetun terveyden vaikutus onnellisuuteen	59
6.3.4 Voimaantumisen toimintamahdollisuuksien kautta	60
6.3.5 Onnellisuuden täyttymys	62
6.4 Yhteenveto tutkimustuloksista	63
7. Johtopäätökset ja pohdinta	66
7.1 Johtopäätökset	66
7.2 Pohdinta	71
Kirjallisuus	75
Liite 1	82

1 JOHDANTO

1.1 Tutkimuksen taustaa

Vammaisuutta ja vajaatyökykyisyyttä ei ole mahdollista määritellä yhden ainoan selkeän määritelmän avulla. Työllistymisen näkökulmasta katsottuna vajaakuntoisuus ei välttämättä aina merkitse työkyvyttömyyttä. Vammainen tai pitkäaikaissairas voi olla työkykyinen, osatyökykyinen tai työkyvytön. Henkilö on työkykyinen tilanteessa, missä hänen yksilölliset ominaisuudet, mukaan lukien terveydentila vastaavat työn asettamia vaatimuksia. Työkykyä olisikin hyvä määritellä yksittäisen työtehtävän kautta. (Antila, Kerminen, Nissinen, Paermaa, Tossavainen, Tötterman, Liski-Wallentowitz 2013,11.) Suomalainen lainsäädäntö ja julkiset keskustelut käyttävät erilaisia käsitteitä vamman, pitkäaikaissairauden ja työelämäsosialisuuden välisestä suhteesta. Käsitteet kuvaavat ilmiötä hyvin erilaisista lähtökohdista, ja ovat osittain päällekkäisiä. Käsitteitä käytetään eri asiayhteyksissä määrittelemättömästi, tämä vaikeuttaa kokonaiskuvan muodostumista kohderyhmästä ja heidän tilanteestaan työmarkkinoilla. Vammaisten ja pitkäaikaissairaiden työn tekemisen ja työllistymisen mahdollisuudet ovat yksilöllisiä, samoin kuin työnantajien halu ja valmiudet palkata vammaisia ja pitkäaikaissairaita. (Antila ym. 2013,11.)

Vammaisuus käsitteenä kuvaa tilannetta, jossa henkilön rajoitteet estävät häntä toimimasta täysipainoisesti yhteiskunnan rakennetussa ja sosiaalisessa ympäristössä. YK:n yleissopimuksessa (13.12.2006) vammaisen henkilön oikeuksista korostuvat yksilöiden kokemukset siitä, että heidän kokemat mahdollisuudet ja haasteet ovat kaventuneet. Lainsäädännössä ei ole yksiselitteistä vammaisuuden määritelmää, vaan eri laeissa on käytetty kunkin lain tarkoituksen mukaan määräytyvää vammaisuuden käsitettä. Vammaisuus voi olla seurausta esimerkiksi onnettomuuksista tai tapaturmista, se voi olla myös syntyperäistä. Pitkäaikainen kroonistunut sairaus voi johtaa vammautumiseen. (Antila ym. 2013, 11.) Vammaisuus voi olla fyysistä tai psyykkistä. Kehitysvammaisen henkilön kognitiivinen kehitys on häiriintynyt kehitysiässä ja kehitysvammaisella henkilöllä on haasteita asioiden ymmärtämisessä, oppimisessa, sekä käsitteellisessä ajattelussa. (Hiltunen 1983, 10.)

Vajaakuntoisuuden käsite otettiin käyttöön vuonna 1988 voimaan tulleessa työllisyysasetuksessa. Ajatuksena oli suunnata palvelut juuri yksilön fyysisen tai psyykkisen vamman sairauden tai vajavuuden perusteella. Tällöin sosiaaliset syyt rajattiin vajaakuntoisuuden ulkopuolelle. Vajaakuntoisten henkilöiden työllistämistä ja ammatillista kuntoutusta käsittelevä kansalaisten työjärjestön (ILO) yleissopimus on Suomessa ratifioitu 1985.

Laki julkisista työvoimapalveluista määrittelee vajaakuntoisen henkilön asiakkaaksi, jonka mahdollisuudet saada sopivaa työtä, edetä työssä tai säilyttää työ on huomattavasti vaikeutunut asianmukaisesti todetun vamman, sairauden tai vajavuuden perusteella. (Antila ym. 2013, 11.)

Viime aikoina osatyökykyinen-käsite on korvannut vajaakuntoisuuden käsitteen julkisessa keskustelussa. Lainsäädäntö ei kuitenkaan tunne käsitettä, eikä sitä ole tarkkaan määritelty. Selvitysmies Mika Vuorela (Työtä haluaville uusia mahdollisuuksia työhön 2008) määritteli osatyökykyisen ”Henkilöksi, jolla on käytössään osa työkyvystään ja myös halu tämän kyvyn käyttämiseen”. Osatyökykyinen -käsite kuvaa yksilön pyrkimystä ja tahotilaa päästä työmarkkinoille ja on merkityssisällöltään positiivisempi, kuin vajaakuntoisuuden määritelmä. Osatyökykyisyys sisältää kuitenkin ajatuksen henkilön alentuneesta kyvystä työskennellä, ainakin joissain ammateissa tai työtehtävissä. Laaja-alaisiakin vamman tai sairauden aiheuttamia toimintarajoitteita voidaan lieventää uranvalintaratkaisuuilla, tai olosuhteita ja työtehtäviä mukauttamalla. (Antila ym. 2013,11.)

Avotyötoiminta on erityishuoltolain ja sosiaalihuoltolain mukaista työtoimintaa, jota on järjestetty 1980-luvun lopulta lähtien niin sanottuna avotyönä toimintakeskusten ulkopuolella. (Hyvärinen, Vesala & Seppälä 2002, 8). Pääsääntöisesti asiakkaan avotyötoiminta on järjestetty tavallisilla työpaikoilla. Asiakkaalla ja työtoimintapaikan henkilökunnalla on mahdollisuus työvalmentajan tukeen. Nykyään tätä toimintamallia ei enää pidetä positiivisena asiana. Avotyötoiminta oli tarkoitettu vain välivaiheeksi, monien kohdalla se on kuitenkin muuttunut pysyväksi käytännöksi, mikä herättää yhdenvertaisuus- ja ihmisoi-keuskysymyksen. (Varanka & Saarinen 2012, 8-10.) Avotyötoimintaan osallistuvien henkilöiden pääasiallinen toimeentulo koostuu eläkkeestä. Työtoiminta on myönnetty heille sosiaali- huollon palveluna.

Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmä (2014) esittää niin sanotun avotyön kieltämistä. Työryhmän mukaan avotyötoiminta liikkuu lain harmaalla alueella, koska siitä ei kerry eläkettä ja yksinkertaisista työtehtävistä maksetaan vain 5-12 euron päiväkorvaus. Avotyötoiminnassa olevalla henkilöllä ei ole oikeutta vuosilomaan, eikä työterveyshuoltoon. Työryhmän tavoitteena on saada erityishuoltolain- ja sosiaali- huoltolain mukaisessa avotyötoiminnassa olevat asiakkaat TE-keskusten kautta palkallisiin töihin. Mikäli lakimuutos etenee suunnitelmien mukaan, voi se astua voimaan jo vuoden 2017 alusta. Lain toteutuessa ehdotuksen mukaisesti olisi mahdollista myöntää asiakkaalle yrityksissä toteutettava, enintään kolme kuukautta kestävä työelämävalmiuksia edistävä kuntoutuksen toimintajakso. Toiminnan tavoitteena tulisi tällöin olla ensisijaisesti siirtyminen avoimille työmarkkinoille,

tai palkkatuettuun työhön. (STM 2014.) Vesala ym. (2015) ovat tutkineet kehitysvammaisten työllistymistä. Kuntien näkökulmasta olennaista on se, resursoidaanko työhönvalmennukseen ja sitä kautta toimintakyvyn tukemiseen sekä työpaikkojen etsintään riittävästi. Riittävällä resursoinnilla on selkeä yhteys osatyökykyisten työllistymiseen. (Vesala & Klem & Ahlsten 2015,15.) Työllistyminen taas mahdollistaa asiakkaan voimaantumisen tilanteessa, missä työllistyminen on asiakkaan toiveena ja tavoitteena.

Yksilön toimintakyky on riippuvainen siitä, vaikuttaako ympäristö myönteisesti vai kielteisesti yksilön toimintakykyyn. Muiden ihmisten tuella ja erilaisilla toimintakykyä tukevilla palveluilla voidaan vaikuttaa yksittäisen henkilön toimintakykyyn. Toimintakyvyllä on selkeä yhteys ihmisen hyvinvointiin. Toimintakykyinen ihminen löytää helpommin paikkansa yhteiskunnassa, kuin osatyökykyinen. Yhteiskuntatieteellinen toimintakykyä käsittelevä tutkimus on ollut viime vuosiin asti lähinnä ikäihmisiin liittyvää tutkimusta. Vammaisten sosiaalista toimintakykyä ovat Suomessa tutkineet esimerkiksi Aulikki Kananoja ja Anni Pentinmäki (1984). Kuntoutuksen kontekstissa on olemassa muutamia julkaisuja sosiaalisen toimintakyvyn näkökulmasta.

Amartya Senin (1993) mukaan on mahdollista puhua yksilön hyvinvoinnista, mikäli hän voi olla olemassa tai elää elämäänsä itselleen mielekkäällä tavalla. Tavoitteena on kokonaisvaltainen hyvä elämä, joka liittyy inhimillisten toimintamahdollisuuksien vahvistamiseen. Tärkeintä ei ole se, mitä ihminen omistaa, vaan se, miten hän pystyy hyödyntämään resurssinsa. Senin näkemyksen mukaan elämänlaatu paranee, kun ihminen on tietoinen vapaudestaan valita ja mahdollisuudesta kontrolloida omaa elämää valintojen kautta. Senin teorian ydinajatus on, että ihminen on yksilönä arvokas ja vapaa silloin, kun hänellä on mahdollisuus toteuttaa itseään. (Sen 1993, 36–44.) Onnellisuuden etsinnässä on luonnollista kääntyä filosofian puoleen. Onnellisuuden arvoitus on ollut filosofisissa keskusteluissa jo antiikin ajoista asti. Joidenkin filosofien mielestä ihminen tavoittelee kaikella toiminnallaan onnellisuutta. Aristoteleen mukaan onni tarkoittaa hyvää elämää, joten onnellinen ihminen elää äärimmäisyyksiä välttäen hyveellisesti. On kuitenkin hyvä huomata, että sen enempää filosofiasta, kuin muistakaan tieteenaloista ei löydy yksiselitteistä vastausta siihen, mitä onnellisuus on.

Onnellisuustutkimukset osoittavat, että onnelliseksi tullakseen on tärkeä keskittyä myönteisiin tunteisiin ja vahvuuksiin. Myönteiset tunteet palvelevat meitä parhaiten silloin, kun elämä ei ole helppoa. Vaikeina aikoina on ensiarvoisen tärkeää, että me saamme tukea läheisistä ihmissuhteista ja voimme tuntea, että meitä arvostetaan kaikesta huolimatta juuri sellaisena, kuin olemme. Kärsimyksen ymmärtäminen ei tarkoita sitä, ettei ymmärtäisi

onnellisuutta ja sen vahvistamisen tärkeyttä. (Seligman 2008,12.) Onnellisuus on ajankohdainen niin yhteiskunnallisesta, kuin yksittäisen ihmisen näkökulmasta. Onnellisuus on asia, joka koskettaa meitä kaikkia. Amartya Sen (1993) pitää tärkeänä onnellisuuden lähtökohtana sitä, että yksilöllä on mahdollisuus toteuttaa itseään niin, että hän kokee olevansa tyytyväinen vallitsevaan elämäntilanteeseensa. (Sen 1993,33.) Toimintakyvyn ja onnellisuuden yhteydestä on olemassa aikaisempia kansainvälisiä tutkimuksia. Tutkimusten perusteella hyvällä toimintakyvyllä on merkitystä ihmisen onnellisuuteen. Toimintakyvyn muutosten ja onnellisuuden suhdetta ei ole aikaisemmin tutkittu. Haluankin tuoda uutta näkökulmaa onnellisuustutkimukseen.

Tarkastelen tässä tutkimuksessa osatyökykyisten työtoiminnan asiakkaiden näkemyksiä toimintakyvystä ja onnellisuudesta. Tähän tutkimukseen osallistuvat henkilöt ovat kaupungin aikuissosiaalipalvelujen asiakkaita ja heille on myönnetty työllistymisen edistämisen palveluyksikön alainen työtoiminnan palvelu. Heidän työtoimintansa on järjestetty avotyötoimintana. He ovat osallistuneet vertaisryhmään, joka on tarkoitettu tuetusta työllistymisestä kiinnostuneille työtoiminnan asiakkaille. Tutkimukseen osallistuvat vertaisryhmän jäsenet voidaan määrittellä osatyökykyisiksi. He ovat ilmaisseet kiinnostuksensa tuettua työllistymistä kohtaan ja he kokevat, että heillä on työkykyä jäljellä. Toisaalta heidät voidaan yhteiskunnan taholta luokitella työkyvyttömiksi heille myönnetyn työkyvyttömyyseläkkeen mukaisesti.

1.2 Tutkimuksen tavoite

Tutkimuksen kohderyhmänä on erään kaupungin työllistymisen edistämisen palveluyksikön työtoiminnan asiakkaista koottu vertaisryhmä. Kaupunki on osallistunut kehitysvammaliiton kehitysvammaiset ihmiset töihin projektiin vuosina 2013-2015. Projektin päätavoitteena oli näyttöön perustuvan työhönvalmennuksen toimintamallin luominen kehitysvammaisille henkilöille. Projektiin kuului vertaisryhmän ohjaajakoulutus työvalmentajille ja työtoiminnan ohjaajille. Koulutus sisälsi materiaalipaketin vertaisryhmän vetämistä varten. (Kehitysvammaliitto.) Kehitysvammaliiton projektin aikana toteutettiin yksi pilottiryhmä, jonka osallistujat olivat suurimmaksi osaksi kehitysvammaisia. Tutkimuksen kohderyhmänä olevan kaupungin avotyötoimintaan osallistuvista asiakkaista suurin osa on mielenterveyskuntoutujia, joten pilottiryhmän jälkeen haluttiin antaa myös heille parempi mahdollisuus osal-

listua vertaisryhmään. Ensimmäinen vertaisryhmä saatiin kokoon nopeasti. Avotyötoiminnan työvalmentajat kertoivat asiakkailleen vertaisryhmästä ja ensimmäinen kaupungin omien työvalmentajien vetämä ryhmä täyttyi heti. Vertaisryhmä valitsi itselleen nimen ensimmäisellä kokoontumiskerralla marraskuussa 2015. Ryhmän nimeksi annettiin ” Iloiset työntekijät”-vertaisryhmä. Työvalmentaja toimi vetäjänä kaikissa seitsemässä vertaisryhmän kokoontumisessa. Lisäksi jokaiseen kokoontumiseen oli kutsuttu asiantuntijavierailija. Vierailijoina olivat kaupungin työtoiminnan johtaja, TE-toimiston virkailija, aikaisemmassa vertaisryhmässä ollut ja sen jälkeen työllistynyt henkilö, kaupungin palkkatukitoista vastaava henkilö ja tuetun työllistymisen työhönvalmentaja. Yhdellä vertaisryhmä tapaamisella toteutettiin vierailu TE-toimistoon. Työvalmentajat tekivät myös yksilöohjausta ja vierailivat ryhmän jäsenten kanssa esimerkiksi Kelassa ja mahdollisissa työpaikoissa. Työvalmentajat järjestivät yhdessä asiakkaiden kanssa tarvittaessa myös verkostotapaamisia. Kaikki vertaisryhmän seitsemän jäsentä osallistuivat tutkimukseen liittyviin avoimiin haastatteluihin.

Pro gradu-tutkimuksen tavoitteena on selvittää toimintakyvyn muutosten ja tuetun työllistymisen yhteyttä onnellisuuteen. Tutkimus toteutetaan tapaustutkimuksen keinoin. Tulokset eivät näin ollen ole tilastollisesti yleistettävissä. Abduktiivisen tutkimusajatuksen mukaisesti muodostan hypoteesin. Tutkimuksen alkuperäinen hypoteesi on enemmänkin intuitio. Olen aikaisemmin tavannut työni puolesta useita työtoiminnan asiakkaita, jotka vaikuttivat hyvin tyytyväisiltä elämäänsä, mutta asia jäi mietityttämään minua. Pohdin, ovatko he onnellisia ja jos ovat, mikä on onnellisuuden salaisuus. Tommi Melenderin (2016) mukaan on olemassa ihmisryhmiä, joiden onni tulee aivan kuin sisältä ja heille se on helppo suoda. On jotenkin hyväksyttävää ajatella, että esimerkiksi kehitysvammaiset nauttivat elämästään luonnollisella ja viattomalla tavalla. (Melender 2016,18.) Heidän kohdallaan voidaan ajatella oikeudenmukaisuutena sitä, että omaiset ja viranomaiset järjestävät heidän palveluitaan. Viranomaiset saattavat aivan kuin jättää asiakkaan sivuun ja työskennellä läheisten tai asiakkaiden kanssa työskentelevien työntekijöiden kanssa ja sopia heidän kanssaan, miten asiakkaan palvelut on paras järjestää. Halutaan, aivan kuin pelata varman päälle, ettei tulisi turhia pettymyksiä. Työurani aikana olen pannut merkille sen, että myös me sosiaalialan työntekijät voimme helposti lähteä tuohon ajatteluun mukaan. Meidän yksi perustehävämme on kuitenkin kuunnella asiakasta ja tukea heitä mahdollisimman itsenäiseen ja omannäköiseen elämään. Aristoteleen mukaan onnellinen elämä on onnistuneen elämän synonyymi (Sihvola 1994, 131). Näiden ajatusten pohjalta on mielenkiintoista tutkia sitä, miten toimintakyvyn muutokset ja tuettu työllistyminen vaikuttavat onnellisuuteen.

Tutkimuksen yhtenä tavoitteena on saada asiakasnäkökulmaa käynnissä olevaan osatyökykyisten työllistämiskeskusteluun toimintakyvyn muutosten ja onnellisuuden näkökulmasta. Antti Särkelän (2001) mukaan sosiaalipalveluiden kentällä odotetaan entistä enemmän tuloksellisuutta, joka on tärkeä asia sosiaalisen auttamistyön kannalta. Tilanteessa, missä sosiaaliseen auttamistyöhön investoidaan, toivotaan vaikutuksia, jotka vastaavat auttamistyöhön resursoituja voimavaroja. (Särkelä 2001, 98.) Sosiaalipalveluissa puhutaan entistä enemmän asiakaslähtöisyydestä ja siitä, että toiminnan tavoitteet on luotava yhdessä asiakkaan kanssa. Tavoitteiden mukaisia tuloksia on vaikea saavuttaa, mikäli asiakkaan ääni ei tule kuuluviin. Tuettu työllistyminen on aivan selvästi yksi sellainen palvelu, johon tarvittaisiin lisää resursseja, jotta asiakkaan toiveet ja tavoitteet tulisivat huomioitua.

Charles S. Peirce (1839-1914) kehitti koko pitkän tutkimusuransa ajan käsitystä kolmesta päättelyn päämuodosta. Peircen ajatus oli, että deduktion ja induktion lisäksi on hyvä erottaa kolmas päättelyn muoto, josta hän käytti nimityksiä ”abduktio” tai ”hypoteesi”. (Paavola 2006, 32-33.) Tämä tutkimus on abduktiivinen tutkimus, jossa tutkimusongelma ja hypoteesi muokkautuivat jatkuvasti empirian ja teorian vuoropuhelun mukaisesti. Tutkimustehtävänä on selvittää, vaikuttavatko toimintamahdollisuuksien muutokset toimintakykyyn ja mikä on toimintakyvyn muutosten vaikutus onnellisuuteen. Selvitettävänä on myös se, vaikuttaako tuettu työllistyminen onnellisuuteen. Oritun avuttomuuden käsite nousee esille tutkimusta tehdessä. Markku Ojasen (2001) mukaan opitussa avuttomuudessa on kyse siitä, että ihminen on alistunut siihen, että joku päättää asioista hänen puolestaan. (Ojanen 2001, 154). Nostan esille myös kokemuksen valtaistumisesta ja sen merkityksen toimintakykyyn ja onnellisuuteen.

2 TOIMINTAKYKY JA SEN TUKEMINEN

Toimintakykyteorioista valitsin tutkimukseni lähestymistavaksi Amartya Senin toimintamahdollisuuksien teorian. Senin teoriaa puoltaa se, että hän pohjaa teoriasensa toimintamahdollisuuksiin, eikä sulje pois sitä toimintakykyä, mikä on saavutettu tai saavutettavissa tuen avulla. Senin teorian mukaan yksilö pystyy toimintaan vasta silloin, kun hän omaa juuri kyseiseen toimintaan tarvittavan toimintakyvyn. Toimintakyky ja toiminta mahdollistuvat toimintamahdollisuuksien kautta. Amartya Senin (1992) mukaan toimintamahdollisuuksiin pohjautuvassa lähestymistavassa voidaan nähdä jotain yhteistä Aristoteleen hyvän elämän ajatuksen kanssa, jossa hyvä elämä saavutetaan elämällä niin, että tavoitellaan kaikkea kohtuullisesti. (Sen 1992,1-5.)

Koska kyse on sosiaalityön pro gradu-tutkimuksesta, otan mukaan myös sosiaalisen kuntoutuksen näkökulman toimintakykyyn. Thomas Schwandtin (2004) mukaan kuntoutuksessa tulisi lähteä tavoittelemaan itsemääräämisoikeutta ja toiminnan tulisi suuntautua kuntoutujan sosiaaliseen ja psykologiseen ympäristöön. Amartya Senin toimintamahdollisuuksien teorian pohjalle tukeutuva työote pyrkii suuntautumaan kuntoutujan omaan ympäristöön ja huomiomaan asiakkaan itsemääräämisoikeuden. Myös uusi sosiaalihuoltolaki (1301/2014) lähtee siitä, että viranomaisten on yhteistyössä asiakkaan kanssa edistettävä ja tuettava tuen tarpeessa olevien yksilöiden hyvinvointia, sekä poistettava epäkohtia ja ehkäistävä niiden syntymistä.

Tässä luvussa käydään lyhyesti läpi myös Rawlsin toimintamahdollisuuksien teoriaa. Hän on kehittänyt deontologisen hyvinvointiliberalismin teoriaa, joka painottaa oikeudenmukaisuutta menetelmänä ja sopimuksena, Rawlsin ajatus on, että sen avulla on mahdollista pitää yllä järjestäytyneitä yhteiskuntia.

2.1 Toimintamahdollisuuksien teoria

Amartya Sen on vuonna 1933 syntynyt intialainen taloustieteilijä. Hän on kehittänyt toimintamahdollisuusteoriaa käsitteiden tasolla ja jaotellut toimintamahdollisuudet- tai kyvyt, sekä itse toiminnan eri vaiheisiin, tärkeysjärjestyksiin ja osiin. Hyvinvointitutkimuksissaan Sen on kiinnittänyt erityistä huomiota etenkin kehitysmaiden naisten heikkoon asemaan, sekä köyhyys- ja nälkäongelmaan. Senin (1993) luoma hyvinvointiteoria pohjautuu toimintakykyyn ja toimintamahdollisuuksiin. Teoria painottaa ihmisen olemisen ja toiminnan yhdistä-

mistä, jotka Sen tiivistää toiminnaksi. Ihmisellä on mahdollista saavuttaa omilla valinnoillaan kyvyn ja pätevyyden yhdistäviä vaihtoehtoisia yhdistelmiä. Elintärkeitä toimintoja ovat ravinnon saanti ja hyvä terveys. Sosiaalisen integraation ja itsearvostuksen saavuttaminen ovat laajasti arvostettavia tekijöitä ihmisen hyvinvoinnissa. Ihmisellä on oltava tarvittavia kykyjä, jotta hän pystyy tekemään valintoja elämässään. (Sen 1993, 30–33, 43.) Sen on tuonut hyvinvointietiiikkaan termin ”capabilities” eli toimintamahdollisuudet. Senin (1985) hyvinvointietiiikassa tarkastellaan esimerkiksi mahdollisuutta elää normaalipituinen elämä, hankkia toimeentulo ja asunto, säilyttää ruumiillinen koskemattomuus, olla yhteydessä muihin ihmisiin ja tulla ihmisarvoisesti kohdelluksi. (Sen 1985, 32.)

Sen (1993) painottaa erityisesti yksilön henkilökohtaista toimintamahdollisuutta. Todellista toimintamahdollisuutta verrataan toimintaan ja siihen, miten yksilön kyvyt otetaan huomioon. Senin (1993) mukaan hänen lähestymistapa eroaa muista lähestymistavoista, koska useat muut keskittyvät hyvän elämän tavoittelemiseen ilon, onnen ja halujen tyydytyksen kautta. (Sen 1993,30.)

Amartya Senin toimintakykyisyyden teorian keskeiset termit:

Capability: Henkilökohtainen toimintamahdollisuus tai -kyky, joka merkitsee sekä yksilön omaa kapasiteettia, että yhteiskunnan yksilölle antamaan mahdollisuutta kehittää omia toimintakykyjään. Itse toiminnot ovat mahdollisia vain, jos toimintamahdollisuudet ovat olemassa. Capability mahdollistaa eri suuntien ja elämäntyylien valitsemisen. Se on eräänlainen vapauden muoto. Toimintamahdollisuuksia Sen arvioi kahdessa osassa: mitä saavutetaan ja minkä arvoisia saavutukset ovat. (Sen 1985, 32.) Yksinkertaisesti kiteytettynä Sen ajattelee, että jos ihminen arvostaa työtä, hän haluaa saavuttaa sen, eli haluaa töihin. Tällöin ihminen todennäköisesti arvottaa työn aika korkealle. Asiakkaan toimintamahdollisuuksia tukemalla oikein kohdennettujen tukitoimien avulla ja toimintakyky huomioiden, asiakasta pyritään tukemaan kohti hänen itsensä arvostamaa tavoitetta. Huomioitavaa kuitenkin on se, että tukea on pystyttävä tarjoamaan vielä sen jälkeen, kun osatavoite on saavutettu.

Functioning: Toiminta, tai toiminnan muoto, jonka avulla ihminen saavuttaa onnellisen elämän. Senin määrittelemänä toiminta on tietoista toimintaa, joka heijastaa niitä asioita, joiden tekemistä ja olemassaoloa ihminen arvostaa. Eri toiminnot muodostavat yhdessä ihmisen toiminnallisen vektorin (functional vektor). (Sen 1992,266.) Toimintakyvystä ja itse toiminoista muodostuu yhdessä yksilön hyvinvointia kuvaava kokonaisuus, jota tarkastellaan, kun halutaan arvioida yksilön hyvinvointi tai kun halutaan arvioida niitä tavoitteita, jotka ihminen näkee tavoittelemisen arvoiseksi. Tiivistetysti ihmisen hyvinvointia mitataan sen mu-

kaan, millainen hän on ja mitä hän kykenee tekemään. Senin mukaan emme käytä koko toimintakykyämme, vaan toteutamme vain osaa niistä toiminnoista, jotka ovat meille mahdollisia. Emme edes tiedosta kaikkia niitä toimintoja, jotka olisi meille mahdollisia. (Sen 1993, 34.) Tuen ja kannustuksen avulla asiakas voi huomata omaavansa myös sellaista toimintakykyä, jota ei ole itsellään edes tiedostanut olevan.

Toimintamahdollisuuksien ja toiminnan käsitteissä on päällekkäisyyttä. Toimintamahdollisuudet ja toiminnat voivat molemmat olla tilanteesta riippuen joko tekoja, kykyjä tai luonteenpiirteitä. Käsitteet on mahdollista erotella toimintakyvyn- ja mahdollisuuden olemassaoloksi (capability) ja toteutuneeksi toiminnaksi (functioning). Toteutunut toiminta ei ole mahdollinen ilman yksilön olemassa olevaa toimintakykyä. (Sen 1992, 39.) ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenten tuettu työllistyminen ei ole mahdollista ilman olemassa olevaa toimintakykyä, jos työllistymistä peilataan Senin toimintakykyteoriaan. Tässä tutkielmassa tarkastelen ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenten toimintakyvyn muutosta vertaisryhmän kokoontumisen ensimmäisestä kerrasta haastattelutilanteeseen saakka, sekä mahdollisten muutosten tuomaa parempaa mahdollisuutta tavoitteena olevaan toimintaan eli työllistymiseen. Tarkastelen myös toimintakyvyn muutoksen vaikutusta vertaisryhmän jäsenten onnellisuuteen.

Sen (1992) lähestyy hyvinvoinnin käsitettä yksilön näkökulmasta. Hänen mukaansa päättäjien olisi otettava päätöksissään huomioon heikompiensa kansalaisten toimintakyvyn tukeminen ja parantaminen niin, että kansalaisilla olisi tasavertaiset toiminnan mahdollisuudet. Amartya Senin malli hyvinvoinnin arvioimiseksi on kehitetty juuri poliitikojen, kuntien ja valtion ohjelmien arvioimista varten. (Sen 1992, 39.) Tässä tutkimuksessa sovellan sitä ”Iloiset työntekijät”-ryhmän jäsenten toimintamahdollisuuksien, vapauksien ja toiminnan arvioimiseen. Malli on toimiva ja käyttökelpoinen myös mikrotasolla. Tutkittavan vertaisryhmän jäsenet voidaan määritellä heikompiensiksi verrattuna tavalliseen työtä tekevään veronmaksajaan. Heidät on luokiteltu jo nuorena työkyvyttömäksi lääkärin tekemän lausunnon pohjalta ja heille on myönnetty työkyvyttömyyseläke.

2.2 Toimintamahdollisuudet oikeudenmukaisuuden kriteerinä

Amartya Sen on yhdessä Martha Nussbaun kanssa kehittänyt eettisten toimintamahdollisuuksien teoriaa, joka on Suomessa ollut vielä hyvin vähän esillä. Sen ja Nussbaun ovat nostaneet inhimilliset toimintamahdollisuudet elämän laadun mittariksi. (Cohen 1993, 9.)

Yksilöllä on mahdollisuus hyvään elämään toimintamahdollisuuksien kautta. Yksilöllä, joka ei pysty itsenäisesti saavuttamaan niitä toimintamahdollisuuksia, joita hän tavoittelee, pitäisi olla mahdollisuus saavuttaa toimintamahdollisuudet ja sitä kautta toimintakyky tuettuna.

Hyvinvointivaltion kriisi on johtanut suomalaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa siihen, että niukkuuden oikeudenmukainen jakaminen on tämän hetken yhteiskunnassamme ajankohtaista. Kun hyvinvointia tarkastellaan eettisestä näkökulmasta, voidaan hyvinvointi määritellä kokonaisvaltaiseksi hyväksi elämäksi eli elämänlaaduksi. Hyvinvointi on eettisesti tarkasteltuna inhimillisten toimintamahdollisuuksien toteutumista, jolloin materiaallinen elintaso jää toisarvoiseksi. Inhimillisten tarpeiden tyydyttämisessä on kysymys siitä, että tarpeiden tyydytys johtaa ensisijaisesti inhimillisten toimintamahdollisuuksien ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin turvaamiseen. Tällöin materiaallisen elintason jatkuva kohottaminen jää toisarvoiseksi asiaksi. (Cohen 1993, 11–13.)

Eettinen, inhimillisten toimintamahdollisuuksien turvaamiseen perustuva lähestymismalli lähtee liikkeelle nykyaikana vallalla olevasta oikeudenmukaisuusajattelussa vallitsevien ajattelutapojen eli utilitarismin kritiikistä. Sen näkee utilitarismin ongelmana sen, ettei sitä kiinnosta yksilöiden hyvinvoinnin jakaminen, vaan lähinnä mielihyvän maksimoiminen koko yhteiskunnassa. Subjektiiivisten halujen tyydytys ja mielihyvä voidaan kuitenkin nähdä epäoikeudenmukaisina elämänlaadun kriteereinä, koska monet huonommassa asemassa olevat voivat elää suhteellisen tyytyväisinä, vaikka todellisuudessa kärsisivät puutteesta. Utilitarismin vaatimus on sitä, että pyritään tuottamaan mahdollisimman paljon mielihyvää mahdollisimman monelle. Utilitarismi johtaa siihen, että ne, joilla on kalliimpi maku ja ovat sen vuoksi tyytymättömiä elämään, voisivat vaatia huonompiosaisia uhrautumaan puolestaan, mikäli näiden preferenssien tyydyttäminen toisi yhteensä enemmän mielihyvää maailmaan. Mikäli ihmistä ajatellaan aivan kuin mielihyväkoneena, ei ole mitään merkitystä sillä, onko nautinnot saavutettu oikeudenmukaisin vai epäoikeudenmukaisin keinoin. (Hellsten 1995, 39.)

John Rawlsin kehittelemä deontologinen hyvinvointiliberalismi pyrkii välttämään utilitarismille tyypillisen ongelman ja painottaa oikeudenmukaisuutta menetelmänä tai sopimuksena, jonka avulla järjestäytyntä yhteiskuntaa pidetään yllä. Liberalistiselle yhteiskunnalle keskeisiä arvoja ovat tasa-arvo, vapaus ja yksilön oikeudet. Omistusoikeudet korostuvat liberalistisessä yhteiskunnassa. Yhteiskunta nähdään aivan kuin sopimuksena, jonka mukaan yhteiskunnan jäsenet osallistuvat vastavuoroisesti sosiaaliseen yhteistyöhön ja jakavat siitä saatavat resurssit oikeudenmukaisesti keskenään. Sen kritisoi deontologisen

liberalismin kannattajia siitä, että nämä mittaavat elämänlaatua varallisuudella ja vapausarvoilla ottamatta huomioon yksilöiden välisiä eroja. Senin (1990) mukaan Rawls onkin sortunut ”hyödykefetisismiin” eli Rawlsin mukaan taloudellinen vauraus on sinänsä hyvä asia. Senin mukaan Rawls näyttää uskovan tulojen sekä varallisuuden ja toisaalta perusvapauksien sellaisenaan tuovan kaikille hyvää. (Sen 1990,111.) Tämän tutkimuksen kannalta on huomioitavaa se, että Rawls ei nosta esille toimintamahdollisuuksien tukemisen vaikutusta yksilön perusvapauksiin.

Sen (1990) näkee varallisuuden ongelmallisena hyvinvoinnin mittarina. Varallisuus hyvinvoinnin mittarina ei huomioi eri ihmisten ja erilaisten maiden välisiä kulutuksen, hintatason ja tuotannon välisiä eroja. Yksittäisen henkilön hyvinvoinnista on mahdotonta saada kokonaiskuvaa hänen varallisuuden perusteella. (Sen 1990, 111.) ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenillä on olemassa periaatteellinen vapaus toimia omien tavoitteiden mukaisesti, mutta he mahdollisesti tarvitsevat tukea, jotta he voivat käyttää vapauksiaan. Mikäli vertaisryhmän jäsenten elämänlaatua mitattaisiin vauraudella, se ei todennäköisesti olisi kovinkaan korkea. Sen (1990) arvostelee Rawlsin teoriassa sitä, että Rawls ei näytä pitävän vapauden puutteena sitä, että joku ei pysty käyttämään oikeuksiaan hyväkseen tai vaatimaan niiden toteutumista. Senin mukaan Rawlsin ensisijaiset hyvät voidaankin nähdä keinoina yksilön todellisen vapauden ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin saavuttamisessa, eivätkä päämäärinä, vaikka Rawlsin hyvinvointiliberalismi näyttää niin olettavan. (Sen 1990, 112–113.)

Materiaalinen hyvä on yksi keino hyvän elämän ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin saavuttamisessa, mutta sitä ei voida pitää sellaisenaan hyvän elämänlaadun mittarina. Kaikilla ihmisillä on samat perustarpeet, mutta ihmiset tarvitsevat erilaisia resursseja toimintamahdollisuuksien turvaamiseksi. Tämän vuoksi täydellinen materiaallinen tasa-arvo ei takaa oikeudenmukaista lopputulosta toimintamahdollisuuksien toteutumisen kannalta. Senin mukaan olennaista ei ole se, mitä ihmiset omistavat, vaan se, miten he pystyvät hyödyntämään materiaalisia resurssejaan. (Sen 1990,112.) Halvaantunut ihminen ei tule autetuksi polkupyörällä, tai kehitysvammaisen henkilö, joka ei osaa kelloa, ei ehdi töihin sen paremmin, vaikka hänelle hankittaisiin kello.

Senin mukaan elämänlaatu on hyvä silloin, kun yksilöllä on mahdollisuus tehdä erilaisia yleisesti hyvänä pidettäviä asioita. Näihin mahdollisuuksiin kuuluvat tärkeimpinä ravittuna ja terveenä oleminen. Toimintamahdollisuuksiin kuuluvat myös aktiiviset toi-

minnot, kuten itsekunnioituksen säilyttäminen, yhteisön toimintaan osallistuminen ja onnellisuus. Hyvä elämä muodostuu toimintamahdollisuuksien kokonaisuudesta. Toimintamahdollisuudet kuvaavat yksilön todellista mahdollisuutta valinnanvapauteen. (Sen 1990, 114.) Toimintamahdollisuuksien etiikan pyrkimys on purkaa eettisille teorioille tyypillistä vastakainasettelua. Toimintamahdollisuuksien avulla pystytään osoittamaan ne toiminnat ja asiat, jotka ovat ihmiselle niin tärkeitä, että ilman niitä emme pitäisi elämää elämisen arvoisena. Liberalistisessa hyvinvointivaltiossa unohdetaan helposti se, että yksilön oikeuksien tarkoituksena on turvata huonompiosaisten elinmahdollisuudet ja ainakin minimitasolla myös heidän toimintamahdollisuudet. (Cohen 1993, 25–29.)

2.3 Sosiaalinen näkökulma toimintakykyä tukevaan kuntoutukseen

Toiminnan sosiaalinen ulottuvuus voidaan määritellä monella tavalla. Viime aikoina on omaksuttu käsite ”sosiaalinen”, jota käytetään puhuttaessa sosiaalisuudesta tai sosiaalisten ilmiöiden tieteellisestä tarkastelusta. Voidaan puhua myös sosiaalisesta todellisuudesta tai ”sosiaalisesta maailmasta”. (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 27.) Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 17§ määrittelee sosiaalisen kuntoutuksen. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on edistää kaikkien yhteiskunnan jäsenten yhtäläisiä mahdollisuuksia päästä vuorovaiikutussuhteisiin, toimintoihin ja rakenteisiin, jotka muodostavat jokapäiväisen elämän perustan. Periaatteena on yksilön integroituminen yhteiskuntaan kykyjään ja suoriutumistaan vastaavalla tavalla. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.) Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteisiin sisältyy työkyvyn edistäminen.

Kuntoutus ei kuitenkaan ole merkittävässä asemassa akateemisessa yhteiskuntapoliittisessa keskustelussa. Lääkäreiden mukaan joka viides työkyvyttömyyseläke olisi vältettävissä oikea-aikaisella kuntoutuksella. (Kangas 2013.) Thomas Schwandt (2004) mukaan kuntoutus ymmärretään usein tiedeperusteiseksi toiminnaksi, joka pyrkii vastaamaan johonkin lääketieteelliseen ongelmaan. Tällaiseen lähestymistapaan liittyy myös yksilöpainotteisuus, sekä ajatus vamman tai toimintakyvyttömyyden poistamisesta. Tällöin kuntoutusta ei toteuteta yhteistyömallilla, vaan eksperttimalliin tukeutuen. Tällaisessa kuntoutuksessa ei yksilöä ajatella kokonaisuutena, eikä huomioida hänen toimintakyvyn tukemisen tärkeyttä. (Schwandt 2004,15.) Tällöin tyydytään siihen, että jokainen hoitaa oman tonttinsa, eikä kenelläkään ole vastuuta asiakkaan kokonaistilanteesta.

Ideologinen kuntoutuskäytäntö lähtee siitä, että keskeiset kuntoutuksen ongelmat muokkautuvat sosiaalisiksi. Tällöin kuntoutuksella lähdetään tavoittelemaan yksilön itsemääräämisoikeutta ja toiminta suuntautuu hänen sosiaaliseen ja psykologiseen ympäristöön. Lähestymistavassa tukeudutaan palvelujen käyttäjien omaan kontrolliin, yhteisökeskeisyyteen, tasa-vertaisuuden ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden lähtökohtiin, sekä professionaaliseen yhteistyöhön. Keskeistä ideologisessa kuntoutuskäytännössä on yhteistyömalli. (Schwandt 2004,15.) Thomas Schwandt (2004) näkee, että todellisuudessa kuntoutuskäytännöt eivät jakaudu näin selkeästi, vaan yleensä ovat sekoitus näistä kahdesta. Kuntoutuskäytäntöjen moraaliseen tutkimiseen on mahdollista suuntautua monipuolisesti ja avoimesti, kiinnittyen ensisijaisesti joko biomedikalisen tai sosiaalisen kuntoutuksen malliin. Holistisuus on sitä, että kokonaisuus voi sisältää sellaista kompleksisuutta, ettei se ole täysin palautettavissa näihin edellä määriteltyihin osiin, vaan siitä syntyy yksittäisen kuntoutujan näköinen kokonaisuus. (Schwandt 2004,15.)

Kuntouttavaan toimintaan valikoidutaan kahdella keskenään ristiriitaisellakin perusteella. Kuntoutujan on oltava riittävän vaikeassa elämäntilanteessa, mutta samalla hänen on osoitettava, että hän haluaa elämälleen muutosta. Perinteisesti sosiaalinen kuntoutus on sijoitettu kuntoutuksen kokonaiskenttään kahdella tavalla: Sosiaalinen kuntoutus nähdään yhtenä kuntoutuksen muotona lääkinnällisen, kasvatuksellisen ja ammatillisen kuntoutuksen ohella. Sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä myös kuntoutuksen yläkäsitteenä, jonka osatekijöinä ovat muut kuntoutuksen lajit. (Karjalainen ym. 2004,27.) Sosiaalinen tuki voi olla välittämistä, arvostamista, luottamista ja kuuntelemista. Sosiaalinen tuki voi olla myös palautteen antamista, vahvistamista, arviointitukea ja tasavertaisuutta. Neuvot, tietotuki, ohjeet ja ehdotukset ovat osa sosiaalista tukea. Asiakas voi saada konkreettista tukea, kuten taloudellista tukea tai jotain muuta auttamista. Hyvä kuntoutus sisältää kaikkia sosiaalisen tuen piirteitä, erilaisen tuen koordinoitua ja järjestämistä yhteisten tavoitteiden mukaan. Asiakkaan ehdoilla ja asiakkaan kanssa toteutettava sosiaalinen tuki kantaa parhaimman hedelmän. (Metteri & Kröger & Pohjola, A & Rauhala 2004, 56–57.) Kaisa Haapakosken (2015) mukaan työntekijän onnistunut toiminta vaikuttaa oleellisesti myös kuntoutujaan. Tilanteissa, missä kuntoutujan motivaatio tuntuu olevan hukassa, on kuntoutustyöntekijän rooli hyvin merkityksellinen. Kuntoutujan kanssa työskentelevien hyvät keskinäiset suhteet ja rakentava yhteistyö edesauttavat myös asiakkaan kuntoutusta. (Haapakoski 2015, 135-136.)

2.4 Toimintakyvyn tukeminen aikuissosiaalityössä

Vastuu aktivointipolitiikasta kuuluu Suomessa aikuissosiaalityön tehtäväkentälle, jolla pääasiassa tarkoitetaan kunnan sosiaalitoimen vastaaman toimeentulotukityön yhteyteen muodostunutta sosiaalityötä. Aikuissosiaalityö on vastannut pääasiassa aikuisten kansalaisten sosiaalityöstä silloin, kun kyse on ollut toimeentulovaikeuksista, elämänhallinnan ongelmista tai työttömyyteen liittyvistä kysymyksistä, erityisesti silloin, kun kyse on pitkittyneestä työttömyydestä. (Juhila 2008, 21–22.) Tässä tutkimuksessa aikuissosiaalityön käsite kattaa myös vammaispalvelun sosiaalityön, koska vammaispalvelu on osa aikuisten elämänhallinnan tukemisen yksikköä sen kunnan organisaatiossa, missä ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenet ovat asiakkaana. Aikuissosiaalityötä tekevät sosiaalityöntekijät kokevat Outi Välimaan (2008) tutkimuksen mukaan, ettei heidän tekemänsä työ ole aina sosiaalityön ammattietikan, eikä asiakkaan tarpeiden mukaista. Työntekijöiden mukaan syy tällaiseen tilanteeseen löytyy olosuhteista tai työntekijän edustamasta organisaatiosta. Sosiaalityöntekijät puhuvat kiireestä, asiakastyön rajallisuudesta, sekä rahan jakamiseen keskittyvästä toiminnasta. Työntekijöiden kokemuksen mukaan aikuisasiakkaan kokonaistilannetta ei juurikaan mietitä. Lapsiperheet menevät etusijalle tilanteessa, missä sosiaalityön palveluilla on enemmän kysyntää, kuin tarjontaa. Yksinäiset mies- ja naisasiakkaat jäävät kohtaamatta. Toisten asiakkaiden laiminlyönti johtuu sosiaalityöntekijöiden kokemuksen mukaan siitä, että lastensuojelutyö nähdään ensisijaisena ja erityisen tärkeänä. (Välimaa 2008, 192.)

Sosiaalityöntekijöillä on heidän kertomuksensa mukaan halu ja kyky tehdä työtä niin, että se olisi ammattieettisesti oikein. Aikuisten kanssa tehtävän sosiaalityön ristiriitaisuus ja toivottomuus heijastuvat työntekijän puheesta. Välimaan (2008) näkemyksen mukaan sosiaalityön byrokratiatyössä eivät lähtökohtana ole asiakkaan tarpeet, vaan institution sanelemat normit. (Välimaa 2008, 194.) Käytännön sosiaalityössä voidaan olla tilanteessa, että asiakas, jolla ei ole edes halua aktivoitua, vie sosiaalityöntekijän aikaa kohtuuttomasti. Häntä yritetään aktivoida ja sopia aktivointisuunnitelmapalavereita, joihin hän jättää tulematta kerta kerran jälkeen. Samalla sellainen asiakas, joka olisi oikeasti halukas itsekin muuttamaan elämäänsä, voi jäädä ilman tarvitsemaansa tukea. Pahimmassa tapauksessa hänenkin kokonaistilanteensa heikkenee. (Välimaa 2008, 194–195.)

Sosiaalityön käsite voidaan määritellä ”toimenpiteitä käyttäväksi menettelytavaksi”. Tämä tarkoittaa sitä, että tarjottavat sosiaalipalvelut tai sosiaalihuollon toimenpiteet ovat sosiaalityön välineitä. Metodi voidaan taas määritellä menetelmäksi, jonka avulla menään tavoitteiden mukaisesti kohti päämäärää pienin askelin. Sosiaalityössä päämääränä on

aina asiakkaan auttaminen niin, että hän selviytyy elämästään mahdollisimman hyvin. Päämäärään on mahdollista päästä poistamalla häiriö asiakkaan elämästä. Asiakas voi tarvita tähän apua, jolloin sosiaalityöntekijän väliintulo, interventio on tarpeellinen. Tavoitteena on aktivoida asiakas ongelman ratkaisemiseen niin, että hän saavuttaa parhaan mahdollisen toimintakykynsä ja pystyy selviytymään elämässään mahdollisimman itsenäisesti. (Kotiranta 2008, 58–59.) Asiakkaan aktivoimisen tueksi voidaan tarvita sosiaalipalveluja, jotka parantavan asiakkaan toimintamahdollisuuksia ja sitä kautta toimintakykyä. Toimintakyvyn paronemisen kautta asiakkaalla on paremmat mahdollisuudet itse toimintaan, sekä mahdollisimman itsenäiseen selviytymiseen.

Aktivointia on toteutettu jollakin tasolla koko sosiaalityön historian ajan. Sosiaalityö määritelläänkin usein muutostyöksi ja aktivointi sisältyy keskeisesti muutokseen. Sosiaalityön ympärillä käydyissä keskusteluissa on perinteisesti korostettu laadullista muutosta. Alan kehittäjillä on ollut valtava motivaatio kehittää metodeja yksilötyöhön, asiakastyöhön, kehittämistyöhön sekä rakenteelliseen sosiaalityöhön. Menetelmiä on haettu myös yhdyskuntatyöhön. Päämäärätietoa ja tilannetietoa olisi tärkeä kehittää menetelmätiedon rinnalla. (Kotiranta 2008, 55.) Kotirannan (2008) mukaan sosiaalityö on pohjimmiltaan niiden ihmisten auttamista, joiden kohdalla yksilön ja yhteiskunnan välillä vallitsevat ristiriidat ilmenevät ongelmina yksilöiden toimintakyvyssä. Sosiaalityö on tästä näkökulmasta hyvä ymmärtää luovana työnä, jonka tavoitteena on asiakkaan voimavarojen sekä toimintakyvyn tukeminen. (Kotiranta 2008, 5.) Pohjimmiltaan kyse on muutostyöstä. (Kotiranta 2008, 56). Tavoitteena on mahdollisimman hallittu ja pysyvä muutos. Pysyvään muutokseen pääseminen voi olla pitkäaikainen prosessi, jossa asiakas tarvitsee paljon tukea ja palveluita. Sosiaalihuoltolaki ohjaa omalta osaltaan sosiaalitoimistoissa tehtävää työtä.

Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 8§:n mukaan kunnallisten viranomaisten on yhteistyössä edistettävä ja tuettava tuen tarpeessa olevien yksilöiden hyvinvointia, sekä poistettava epäkohtia ja ehkäistävä niiden syntymistä. Viranomaisten, jotka vastaavat erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden palveluista, on välitettävä tietoa asiakkaiden kohtaamista sosiaalisista ongelmista, sekä annettava asiantuntija-apua muille viranomaisille, kunnan asukkaille ja kunnassa toimiville yhteisöille. Palveluja annettaessa ja kehitettäessä, on kiinnitettävä erityistä huomiota erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden toiveisiin ja tarpeisiin. (sosiaalihuoltolaki 1301/2014 8§.) Sosiaalihuollon lainsäädäntö on perinteisesti ollut järjestelmäkeskeistä. Lähtökohtana lainsäädännön uudistamisessa on ollut yksilö ja perhe omine tarpeineen. Sosiaalihuoltolaissa määritellään tuen tarpeet, joiden perusteella sosiaalihuoltoa ja sosiaalipalveluja järjestetään. Tällä pyritään vahvistamaan asiakaskeskeisyyttä.

2.5 Vertaistuki toimintamahdollisuuksien tukijana

Vertaistuen käsite on Suomessa tunnettu 1990-luvulta lähtien. Vertaistuki on samalla auttamista ja tukemista. Se perustuu samanlaisessa tilanteessa olevien ihmisten tukeen. Vertaisryhmä perustuu kokemusasiantuntijuuteen, toisen ihmisen kunnioittamiseen ja tasa-arvoisuuteen. Perusajatuksena on, että ihminen saa omat voimavarat käyttöön ryhmän tuella, omia valintoja ja oivalluksia tehden. Muutosprosesseissa on tärkeää, että ihminen antaa itselle aikaa käydä läpi prosesseja. Muutosten läpikäyminen vaatii rohkeutta. (Laimio & Karnell 2010, 11–12.) Vertaistuen avulla ihmisen on mahdollista löytää ja tunnistaa omia vahvuuksiaan ja voimavarojaan (Huuskonen 2014).

Ryhmämuotoisessa vertaistoiminnassa keskeisiä asioita ovat 1) kokemusten vaihto ja jakaminen 2) itsetunnon vahvistuminen ja lisääntyminen 3) voimaantuminen 4) ystävyys 5) kansalaistoiminta ja 6) yhteisöllisyys. Oman elämän saa näkyvämmäksi ryhmäläisten kokemuksen kautta. Yhteiskunnan kuuluminen vahvistuu ja identiteetti selkeytyy. Ryhmän avulla on mahdollista löytää omia voimavaroja ja voimaantuminen kasvaa. Yhteenkuuluvuutta ja ystävyysuhteita on luonnollista luoda sellaisten ihmisten kanssa, jotka aivan kuin kuuluvat samaan porukkaan. (Jyrkämä 2010, 26.)

Bam Björling (2005) määrittelee empowermentin, eli valtaistumisen sen puuttumisen näkökulmasta. Hänen mukaansa alistetun henkilön on mahdotonta olla valaistuneessa tilassa. Tämän ajatuksen mukaan myös henkilö, jolla on valtaa ja kykyä, voi menettää valtaistumista sisältäviä kykyjä joillakin elämäalueilla. (Björling 2005, 182–183.) Vammautuksessaan tai sairastuessaan psyykkisesti korkeassakin asemassa työelämässä oleva henkilö voi menettää toimintakykyään ja sitä kautta myös hänen valtansa kapenee. Jotta hänellä on mahdollisuus valtaistua uudelleen, hän tarvitsee apua ja tukea. Björlingin (2005) mukaan työskentely onkin kehitetty syrjäytyneiden ihmisten tukemiseksi. Syrjäytyneiden ihmisten toimintamahdollisuuksia on mahdollista edistää ja voimistaa heitä kohtaan suunnatuilla syrjäytymistä ja oppitua avuttomuutta vähentävillä toimenpiteillä. (Björling 2005, 175)

Liisa Hokkanen (2014) nostaa väitöskirjassaan esille sellaisia empowerment-käsitteelle annettuja tulkintoja, jotka ovat sosiaalityön kannalta relevantteja. Empowerment on sekä lopputulos, että prosessi. Prosessi koostuu sosiaalityöstä ja sosiaalipalveluiden käytännöistä. Hokkanen paikantaa empowerment -ymmärryksen valtaistumisen ja voimaantumisen ympärille. (Hokkanen 2014, 21.) Hokkasen näkemys ensimmäisen valtaistumisen kokemuksen tärkeydestä ja voimaannuttavasta vaikutuksesta on mielenkiintoinen ja tärkeä niin mielenterveyskuntoutujien, kuin kehitysvammaisten näkökulmasta. Yksilö voi saavuttaa

valtaistuneen tilan vertaisryhmän kautta, mutta pelkkä vertaistuki ei useinkaan auta, vaan voidaan tarvita auttajan, kuten työvalmentajan tukea prosessin eri vaiheissa. Bob Mullalyn (2007, 298–299) mukaan valtaistuminen ja voimaantuminen nähdään toisinaan prosessina ja toisinaan taas päämääränä. Sosiaalityössä prosessitulkinta on yleisempi.

Paulo Freiren perusajatuksena oli toimia syrjäytettyjen eli sorrettujen kanssa. Hänen mukaan he ovat yhteiskunnan objekteja, joiden selviytymistä yhteiskunta valvoo ja ohjaa. Vähemmälle huomiolle jää silloin kasvun ja kehityksen mahdollisuudet. (Freire 2005,56.) Hokkasen (2014) mukaan sosiaalityön ja sosiaalipalveluiden vahvuus on tilanteiden tarkastelu heikompiosaisten näkökulmasta. Kun yksilön omat resurssit ovat vähäiset tai tilanteeseen sopimattomat, yksilön omaehtoinen toiminta kohdistuu tuolloin elämäntilanteen akuutteihin haasteisiin. Tilanne ei muutu ilman, että hän saa ammattiapua. (Hokkanen 2014,80.)

Freireläinen pedagogiikka pyrkii yksilön autonomian vahvistamiseen, vahvistamalla hänen mahdollisuuksiaan ohjata omaa elämäänsä ja tehdä yhteistyötä toisten kanssa. Freire itse puhuu sorrettujen pedagogiikasta. Sorto on tässä ymmärrettävissä laajassa merkityksessä. Freiren mukaan sorto on sitä, että ihminen objektiivisesti käyttää toista hyväkseen tai estää tätä tavoittelemasta asemaa itsenäisenä ja vastuullisena persoonana. (Freire 2005, 57.) Freiren pedagogiikassa on yhteisiä piirteitä Hokkasen tutkimuksessa esiin nousseiden tutkimustulosten kanssa. Autonomiiaa on hyvä vahvistaa ja asiakkaalle on annettava mahdollisuus kokea ensimmäinen voimaantumisen kokemus. Autonomian vahvistaminen lisää ihmisen mahdollisuutta elää hyvää ja onnellista elämää.

3 ONNELLISUUS

Onnellisuutta lähden käsittelemään Aristoteleen onnellisuuskäsitteen ja hyve-etiikan kautta. Päälähteinä tässä luvussa käytän Aristoteleen Nikomakhoksen etiikkaa ja Juha Sihvolan Hyvän elämän politiikkaa, jotka tuovat esille Aristoteleen käsityksiä onnellisuudesta. Luvussa käydään läpi elämänhallinnan ja onnellisuuden käsitteitä, sekä pohditaan terveyden vaikutusta onnellisuuteen. Aristoteleen lisäksi luvussa nostetaan esille suomalaisen ”onnellisuusprofessorin” Markku Ojasen näkemyksiä onnellisuudesta. Positiivisen psykologian isän Martin Seligmanin näkemys siitä, että ihmiset, jotka tunnistavat vahvuutensa voivat muita paremmin, on yksi kantava teema myös tässä tutkimuksessa. Meillä kaikilla on omat heikkouksemme, voimme yrittää korjata niitä, mutta korjaaminen ei lopu koskaan. Kun taas tunnistamme vahvuutemme, voimme elää täyttä elämää heikkouksista huolimatta.

3.1 Hyve-etiikka ja onnellisuus käsitteenä

Aristoteles loi hyve-etiikan perusteet. Aristoteleen hyve-etiikalle on olemassa kilpailevia suuntauksia, esimerkiksi uusliberalistinen talouspolitiikka ja utilitarismi. Amartya Senin toimintamodellisuuden teoria on saanut vaikutteita Aristoteleen hyve-etiikasta. Aristoteleen toteamus ”Jotkut samaistuvat onnen hyveeseen, jotkut järkevyyteen, toiset viisauteen, toiset kaikkiin näihin tai johonkin näistä siten, että onnellisuuteen kuuluu nautintoa tai se, ettei nautintoa puutu. Jotkut ottavat mukaan vielä ulkoisen menestyksen.” (EN,1098.)

Nikomakhoksen etiikan peruslähtökohta on, että ihminen tähtää jokaisella teollaan ja toiminnallaan hyvään, tai ainakin tyydyttävään tulokseen. Aristoteleen mukaan paras päämäärä on se, joka tuottaa suurimman tyydytyksen. Pohdinnoissaan Aristoteles päätyy siihen, että onnellisuus on suurin päämäärä ihmiselämässä. Ei ole ihmistä, joka vaihtaisi vapaaehtoisesti onnellisuuden johonkin muuhun. (EN, 1094.) Richard Layard (2005) on tullut samaan johtopäätökseen onnellisuudesta toimintojemme lopullisena päämääränä.

Aristoteleen hyve-etiikassa päällimmäisinä asioina ovat hyveiden tasapaino ja liiallisuuden poissaolo eli kohtuullisuus. Liiallisesta hyveestä voi tulla toisessa ääripäässä pahe, sen vuoksi Aristoteles painottaa kohtuullisuutta. Hyveisiin tarvitaan aina päämäärä, jota kautta on mahdollista ymmärtää tiettyä toimintaa ja elämäntapaa. Aristoteleen mukaan järjellisyys on hyvä ominaisuus ihmisessä, mahdollistaahan se valintojen tekemisen arvojen perusteella. Aristoteleen mukaan onnellisuus on ihmisen lajityypillinen päämäärä. Elämällä hyve-etiikan mukaisesti ihmisellä on mahdollisuus olla onnellinen. (EN 1097b.) Lopullinen

päämäärä valitaan sen itsensä vuoksi, ei koskaan toisiin päämääriin pyrkimisen keinona. (MacIntyre 1998, 60). Ihminen voi tavoitella työtä tai toimintakykyä onnelliseksi tullakseen, mutta ei ole mahdollisuutta tavoitella onnellisuutta työllistyäkseen. Aristoteles mainitsee, että ihmisen hyvää voidaan määritellä myös tehtävän mukaan. Huilunsoittajan tehtävä on soittaa huilua ja hyvyys määritellään tällöin tehtävän mukaan. Hyvyys on ihmisen sielullisen ja tiedollisen osan aikaan saama hyvä. (EN 1098a.) Raamatussa, ensimmäisen Mooseksen kirjan kolmannessa luvussa puhutaan työstä. ”Otsa hiessä on sinun hankittava leipäsi, kunnes tulet maaksi jälleen, sillä siitä sinut on otettu” (Raamattu, I Mooseksen kirja 3.luku jae 19). Ihmisen hyvän elämän ajateltiin olevan kiinni hänen ahkeruudestaan ja ”hyväksi ihmiseksi” päästiin kovalla työnteolla. Toisaalta elämän päämäärä oli tulla maaksi jälleen. Työ nähtiin selkeästi hyveenä, josta piti suoriutua hyvin.

Aristoteleen mukaan etiikka on kuvaus onnellisuuden ja hyvän elämän edellytyksistä, sekä luonteesta. Ihmiset tavoittelevat sellaista elämää, mitä pitävät hyvänä ja yleisen näkemyksen mukaan hyvä elämä on onnellista. Onnellisuuden luonne on asia, jossa näkemykset eroavat paljonkin toisistaan. Aristoteleen mukaan enemmistö ihmisistä ajattelee onnellisuudesta puutteellisesti tai virheellisesti. (EN 1098a.)

Tommi Melender (2016) nostaa esille positiivisen ajattelun merkityksen. Hänen mukaansa perusmekanismi voi olla toimiva. Lapsi, joka saa haavan, unohtaa sen nopeasti, kun hän jatkaa leikkiään. Tällöin kipukin unohtuu. Myös aikuisena on hyvä muistaa, että takaiskuista toipuu paremmin, kun suuntaa ajatuksensa elämän valoisiin puoliin. Työelämässä kannustava palaute on selvästi toimivampi, kuin arvosteleva kritiikki. (Melender 2016,31.) Jokainen ihminen on välillä tilanteessa, missä ilman tukea ja kannustusta on vaikea jatkaa eteenpäin. Näissä tilanteissa on tärkeää, että tukea on helposti saatavilla. Mielen-terveyskuntoutujien ja kehitysvammaisten parissa työskentelevät saattavat ajatella, että avo-työtoiminta on turvallista heille, saatetaan pelätä, ettei palkkatyö onnistu heiltä. Olisi hyvä muistaa, että myös he ansaitsevat mahdollisuuksia itsensä toteuttamiseen.

3.2 Millainen on onnellinen elämä?

Juha Sihvola (1994) nostaa esille Aristoteleen ajatuksia hyvän elämän edellytyksistä. Hänen mukaan kaikki ihmiset tavoittelevat elämää, jota he pitävät hyvänä ja joka tuo heille tyydytyksen. Onnistunutta elämää voidaan kutsua onnelliseksi. (Sihvola 1994, 45.) Onnellisuus edellyttää sitä, että yksilöllä on mahdollisuus elää mahdollisimman täydellistä elämää ilman

kohtuuttomia riskejä. Tällainen elämä edellyttää suotuisia ulkoisia edellytyksiä. (Sihvola 1994, 46.) Työ voi kuulua yksilön käsitykseen täydellisestä tyydytystä tuovasta elämästä, joten Aristoteleen näkemyksen mukaan se voi olla yksi osa onnellista elämää yhdessä muiden onnea tuottavien asioiden kanssa, näitä ovat esimerkiksi perhe ja terveys.

Sanomalehti Kaleva haastatteli Tommy Hellsteniä 27.3.2015. Tommy Hellstenin mukaan elämme kulttuurissa, jossa koko ajan tavoitellaan jotain muuta, kuin mitä meillä nyt on. Kun ihminen pyrkii jatkuvasti täyttämään kuviteltuja tarpeitaan, vie se ajatukset pois nykyhetkestä. Mainonnan kautta saamme koko ajan viestejä siitä, että meiltä puuttuu jotain. Yritämme sen jälkeen paikata puutettamme. Yritämme muuttaa olosuhteitamme sellaisiksi, minkälaiset ne mainonnan mukaan kuuluisi olla. Ihmisen olisi hyvä fokusoida sitä, mitä hänellä on, ei sitä, mitä hänellä ei ole ja peilata haaveitaan ja toiveitaan siihen suuntaan. (Vainio 2015.)

Psykologit Ed Diener ja Eunkook Mark Suh (1999) ovat nostaneet esille kolme tapaa tarkastella hyvän elämän käsitettä. Heidän mukaansa onnellista ja hyvää elämää voidaan määritellä ulkoisten periaatteiden kautta. Elämällä näiden periaatteiden mukaan meillä on mahdollisuus saavuttaa normatiivisesti asetetut hyvän elämän kriteerit. Tällöin hyvää elämää ei mitata yksilön tuntemuksilla, koska kyse ei ole yksilön mielentilasta ja tuntemuksista vaan päämääristä, jotka on määritelty yksilön ulkopuolella. (Diener & Suh 1999, 276.) Toisen lähestymistapa hyvään elämään perustuu ihmisten mahdollisuuteen toteuttaa omia tarpeitaan ja toiveitaan. Hyvän elämän mittaamiseen ei edelleenkään tarvita kyselyitä tai haastatteluja, koska näiden tarpeiden toteutumista on mahdollista mitata elintasolla. Taloudellisten mittareiden avulla on mahdollista määritellä, onko materiaalisesti hyvä elämä saavutettu. (Diener & Suh 1999, 300–301.) Kolmas tapa tarkastella hyvää elämää on Dienerin ja Suhin mukaan määritellä elämän hyvyys sen perusteella, miten ihminen kokee oman elämänsä. Onnellisuutta voidaan määritellä sen mukaan, miten yksilöt kokevat iloa ja tyydytystä. Tämän tarkastelutavan yhtenä selvänä etuna on se, että ihminen saa itse määritellä oman onnellisuutensa. Mittayksikkö on kaikille sama, mikä mahdollistaa vertailun ihmisten ja valtioiden välillä. (Diener & Suh 1999, 298.) Onnellisuustutkimusta ei voida käsitellä irrallisena muusta hyvinvointitutkimuksesta, vaan se täydentää muuta hyvinvointi- ja toimintakykyisyys tutkimusta.

Tommi Melenderin (2016) mukaan Frank Martelan neuvo hyvän elämän tavoittelijoille on se, että he luopuisivat onnellisuusjahdista ja keskittyisivät sisäisen motivaation ohjaamana sellaisiin asioihin, jotka tuovat tyydytystä ja onnistumisen elämyksiä. Puuhastellessa itselle tärkeiden asioiden parissa, onnellisuus tulee aivan kuin sivutuotteena.

(Melender 2016, 31.) Martelan käsitys tukee vahvasti sitä, että ihminen voi olla onnellinen silloin, kun hän on vapaa toteuttamaan itselle tärkeitä asioita. Onnellisuutta ei tarvitse erikseen tavoitella, vaan se aivan kuin tulee sivutuotteena silloin, kun yksilö on tyytyväinen elämänsä ja pystyy elämään itsensä näköistä elämää. Martelan käsitys onnellisuudesta on lähellä Amartya Senin käsitettä hyvästä elämästä.

Työttömäksi tai työkyvyttömyyseläkkeelle joutuminen voi nostaa yksilössä vihan tunteita tai suuttumusta. Kyseessä on yleensä tapahtuma, johon yksilö ei ole voinut kovin paljon itse vaikuttaa. Yritys on ehkä jouduttu lopettamaan. Kun aikaa kuluu ja näyttää, että asialle ei tapahdu mitään, viha muuttuu katkeruudeksi. Mikäli ihminen joutuu tilanteeseen, jossa hän kokee menettäneensä toivonsa kokonaan, hän voi kokea, että mikään muukaan ei onnistu. Tällöin hän ei jaksakaan edes yrittää. Uhma häipyy ja jäljelle jää alistuminen. (Ojanen 2001, 213.) Ihmisen, joka elää kärsimyksen ja köyhyyden keskellä, eikä tiedä muusta, voidaan ajatella olevan onnellinen, tai ainakin tyytynyt osaansa. Ihmisellä on kuitenkin lähes aina mahdollisuus verrata itseään muihin ihmisiin. Ihminen voi olla sellaisessa tilanteessa, että tietää oman elämäkokemuksen kautta, mitä on elää elämää varakkaampana. Tämä tietoisuus ja tunne siitä, että on varakkaampana kärsinyt vähemmän, voi tehdä ihmisestä onnettoman, jopa katkeran. (Ojanen 2001, 153.) Tällaisessa tilanteessa yksilön voimavarat voivat olla vähissä ja hän tarvitsee tukea päästäkseen katkeruudesta, jotta hän saa tarvittavat voimavarat käyttöön. Tuen avulla hän voi löytää niitä asioita, joita haluaa lähteä tavoittelemaan elämässään. Ruut Veenhovenin (2010) mukaan onnellisuus on tila, jossa yksilö on tyytyväinen kokonaisuuteen ja kokee elävänsä hyvää elämää. Ihmisen on pystyttävä kriittiseen arviointiin oman elämänsä suhteen ja hänellä on oltava käsitys hyvästä elämästä, jotta hän voi toimia tavoitteellisesti. (Veenhoven 2010, 345.) Hyvän elämän yksilö voi saavuttaa itsekseen tai tuettuna.

Markku Ojanen (2016) nostaa Kouvolan sanomien haastattelussa esille kaksi onnellisuuden haaraa. Tunneonnan ja tyytyväisyysonnen. Tunneonni on enemmänkin tila, joka voi vaihdella hyvinkin nopeasti. Ihminen voi olla samana päivänä sekä surullinen, että iloinen. Tyytyväisyysonni on pysyvämpi olotila. Se tarkoittaa kykyä katsoa taaksepäin ja todeta, että kompasteluista huolimatta elämässä on käynyt ihan hyvin. (Hakaniemi 2016, 2.) Ojaseen ajatuksissa voi nähdä yhtäläisyyttä niin Aristoteleen hyve-etiikkaan, kuin Amartya Senin toimintamahdollisuuksien teoriaan.

3.3 Elämänhallinta ja onnellisuus

Mikä on oleellisinta elämänhallinnassa? Kohtuuden ihannetta voidaan ajatella yhtenä tärkeänä piirteenä elämänhallinnassa. Silloin, kun hyvää on kohtuullisesti, elämä on hallinnassa. Pahaa taas pitäisi olla niin vähän, kuin mahdollista. Hyvän maksimoiminen ei kuitenkaan tarkoita hyvää elämänhallintaa. Ihminen voi mielessään ajatella, että hyvää ei ole koskaan liikaa. Tämä ei kuitenkaan pidä paikkaansa. Liian suurina annoksina menestys, suosio, kuuluisuus ja rikkaus voivat olla pahasta. Yksi elämänhallinnan piirre on sopusointuinen eli harmoninen elämä. (Airaksinen 2006, 166–167.)

Elämänhallinta koostuu niistä menetelmistä, jotka tähtäävät pahan minimoitiin, hyvän kohtuullistamiseen ja kaiken harmoniaan. Onnistuneesta elämänhallinnasta seuraa mielenrauha. Mielenrauha on onnellisuuden kaltainen tila, johon ihmisen tulee pyrkiä. Siitä tilasta ei ole syytä pyrkiä pois. Se on onnea. Timo Airaksinen (2006) nostaa esille oman suhteensa elämänhallinnan käsitteeseen. Oikeampana terminä hän pitää elämän haltuunottoa. Ajatus siitä, että ihmisellä on oma elämä tai ainakin voisi olla, jos kaikki menisi hyvin. Yksilö kantaa vastuun elämästään yksin, vaikka voi myös saada apua läheisiltä ja viranomaisten kautta. Yksilön on tärkeä ottaa elämä haltuunsa ja tehdä siitä oma. (Airaksinen 2006, 177.)

Elämänhallinta käsitteenä voi tuntua jopa utopistiselta. Miten yksittäisen ihmisen on mahdollista hallita elämäänsä, miten yksilö voi siihen pystyä, kun ei Suomen hallitukseen pysty, vaikka kuinka yrittää. Elämä tuntuu kulkevan tiettyä latua, välittämättä ihmisestä. Samalla hetkellä, kun joku syntyy, toinen voi joutua vankilaan. Ihmisen on kuitenkin tehtävä jotain, ettei elämä riistäydä käsistä. Yllätykset ja holtittomuus ovat pelottavia asioita. Elämänhallinta on sitä, että pyritään varautumaan pahimpaan. (Airaksinen 2006, 175.)

Onnellisuudessa on aina kysymys myös oikeudenmukaisuudesta. Eettisesti ei voi olla oikein, että joku on äärettömän rikas ja toinen taas aivan köyhä. Hyväksymällä erot itsestänselvyytenä hyväksymme samalla maailman epäoikeudenmukaisuuden. Vapauden nimissä yksilöllä on oltava mahdollisuus haalia rikkauksia, mutta toisaalta emme saa hyväksyä vapauden nimissä köyhyyttä, joka aivan kuin pitää ihmistä kuristuksissa. On luotava keinoja, jotka mahdollistavat jokaiselle ihmiselle ihmisarvoisen elämän. (Ojanen 2001, 153.) Vertaisryhmän jäsenten kohdalla tämä voi tarkoittaa sitä, että yhteiskunnan tulisi tarjota uusia vaihtoehtoja työllistymiseen, jotta heillä olisi paremmat mahdollisuudet kohtuulliseen

toimeentuloon. Tahtotila on hyvä, mutta käytännössä vain harva kehitysvammaisen ja eläkkeellä oleva mielenterveyskuntoutuja on työelämässä mukana.

Ed Dienerin ja Robert Biswas-Dienerin (2008) mukaan haastavat elämäntilanteet on helpompi käsitellä silloin, kun on onnellinen ja hyvällä tuulella. (Diener & Biswas-Diener 2008, 19). Psykologian tutkimuksessa onnellisuus liittyy usein yksilön kokemuksiin positiivisiin tunteisiin. (Diener, Sandvik & Pavot 1991, 4). Elämäntyytyväisyyttä ja subjektiivista hyvinvointia pidetään onnellisuuden synonyymeinä (Diener & Diener 1996).

Biswas-Diener (2008) pohtii onnellisuuden täyttymiseen liittyviä vaatimuksia. Hän pohtii, millaiset elinolosuhteet ovat sellaiset, jotka johtavat onnellisuuteen. Riittääkö vaatimaton asumus tekemään ihmisen onnelliseksi, vai tarvitaanko onnen mittariksi omakotitalo. Kuka voi määritellä sen, miten fysiologisten tarpeiden tulee täyttyä, jotta ihmistä voidaan pitää onnellisena. (Biswas -Diener 2008, 307–308.) Biswas-Diener nostaa esille myös sen, että onnellisuus on jossakin määrin riippuvainen materialistisesta hyvinvoinnista. (Biswas-Diener 2008, 308). Kenelläkään vertaisryhmän jäsenistä ei ole omaa asuntoa, vaan he asuvat vuokralla. Silti kaikki yhtä lukuun ottamatta tuntuivat olevan tyytyväisiä tämän hetken asumisolosuhteisiin. Yksi vertaisryhmän jäsen, jolla oli tavoitteena viihtyisämmän vuokra-asunnon löytäminen, oli löytänyt uuden asunnon vertaisryhmän kokoontumisten aikana.

3.4 Terveyden ja talouden vaikutus onnellisuuteen

Tieteelliseen kirjallisuuteen onnellisuuden käsite on palannut viime vuosien aikana. Taloustieteilijä Richard Layard (2005) on ehdottanut yhteiskunnan yhdeksi yhteiseksi tavoitteeksi onnellisuuden maksimointia. Aikaisemmin onnellisuustutkimusta on tehty pääasiassa taloustieteen alalla ja siellä se on keskittynyt tulotason ja onnellisuuden välisen suhteen selvittämiseen. Easterlinen (2004) mukaan rikkaimmat ihmiset ovat keskimäärin onnellisempia kuin köyhät maittain vertailtuna. Onnellisuuden ja kansantuotteen kasvun kehitys ei kuitenkaan ole samansuuntaista. Onnellisuus ei lisäännä samaa tahtia bruttokansantuotteen kasvun kanssa. Toisaalta taas väestön terveyden parantumisesta perustellaan taloudellisen vaurauden kasvulla. (Kinnunen & Virtanen & Valtonen 2011, 387.) Terveyden ja onnellisuuden osatekijöinä pidetään perhe-elämää, tulotasoja, toimintakykyä, työtä, perimää ja sosiaalista asemaa. Ihmisen onnellisuus riippuu hänen kaikkinaisten tavoitteiden ja saavutusten suhteesta. (Layard 2005, 147.) Ihmiselle, joka tuntee itsensä onnettomaksi, ei hyvä terveyskään tuo

välttämättä lohdutusta. Onnettomuus voi olla stressiin verrattava terveysriski. (Kinnunen ym.2011, 387.) Kirsi Kinnusen, Pekka Virtasen ja Hannu Valtosen (2011) mukaan terveyden ja onnellisuuden välinen kausaliteetti, eli yhteys voi olla kolmenlaista. Onnellisuus tuottaa terveyttä, terveys tuottaa onnellisuutta ja molemmat tuottavat toisiaan. Tällöin oletus on, että terveys ja onnellisuus ovat eri ilmiöitä, eivätkä kaksi erilaista tapaa nähdä sama asia. (Kinnunen ym. 2011, 387.) Tarjoamalla ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenille parempia toimintamahdollisuuksia tuen avulla, mahdollistetaan myös toimintakyvyn paraneminen. Mahdollisesti tällöin myös terveydentila kohentuu, tai ainakin pysyy nykyisenlaisena. Paremmat toimintamahdollisuudet taas mahdollistavat itse toiminnan ja tuottavat yksilölle onnellisuutta.

Tutkimusten mukaan suomalaiset antavat hyvin vähän painoarvoa tuloille, varakkuudelle ja korkealle elintasolle onnellisuuden saavuttamisessa (Torvi & Kiljunen 2005, 54). Onnellisuutta vähentävät suomalaisten mielestä päänsärky, unettomuus, stressi ja masennus. Näiden, etenkin masennuksen koetaan lisääntyneen. Myös lasten ja nuorten mielen-terveysongelmat ovat lisääntyneet. (Kinnunen ym. 2011, 388.) Kinnusen ym. (2011) mukaan yhteiskunta- ja terveystieteissä pitäisikin pohtia entistä enemmän subjektiivisen hyvinvoinnin muodostumista, sekä kehittää keinoja subjektiivisen hyvinvoinnin edistämiseen. Kun kansalaiset ovat tyytyväisiä ja onnellisia, he ovat myös tutkimusten mukaan terveempiä. (Kinnunen ym. 2011, 395.)

Hirvonen ja Mangeloja (2005) tuovat esille, että tämän päivän elämäntyyli vie ihmisiä entistä enemmän pois perheen ja ystävien parista. Kasuvat tulot käytetään kuluttamiseen, eli ostamme lisää asioita, joista saatu hyöty kuluu nopeasti pois, sen sijaan, että käyttäisimme ne terveyden ylläpitoon. (Mangeloja & Hirvonen 2005,8.)

4 AIHETTA SIVUA VAT AIKAISEM MAT TUTKIMUKSET

Pro gradu-tutkimusta aloittaessani tein kirjallisuushaun Finna ja Linda tietokannoista hakusanalla toimintakykyteoria. Hain kirjallisuutta myös hakusanalla toimintakyvyn tukeminen. Suurin osa löytämistäni lähteistä käsittelivät vanhusten toimintakyvyn tukemista tai toimintakykyä kuntoutuksen ja terveydenhuollon näkökulmasta. Kuntouttavan työtoiminnan vaikuttavuudesta löysin muutamia tutkimuksia. Tarkastelin haun kautta löytyneitä toimintakyky- ja oikeudenmukaisuus teorioita, joiden pohjalta valitsin jo tuolloin omaa tutkimustani ohjaavaksi teoriaksi Amartya Senin toimintakykyteorian. Tutkimusjoukko (mielenterveyskuntoutujat ja kehitysvammaiset) olivat tutkijalle jollain tapaa tuttuja. Tämä mahdollisti empiiristä tutkimusta ohjaavan toimintakykyteorian valitsemisen jo varhaisessa vaiheessa. Ensimmäisen avoimen haastattelun jälkeen huhti -toukokuun vaihteessa tein uuden kirjallisuushaun Finna ja Arto tietokannoista, jonne hakusanoiksi laitoin toimintakyky ja onnellisuus*. Haulla löytyi 27 teosta, joista valitsin tähän tutkimukseen sopivat tutustumista varten. Google Scholarista etsin haulla capability and happiness* toimintakykyyn ja onnellisuuteen liittyviä tutkimuksia. Haulla löytyi runsaasti artikkeleita, joista valitsin Amartya Seniä koskevat artikkelit. Artikkeleja selatessa laitoin merkille, että Ruut Veenhovenin ajatukset toimintakyvystä ja onnellisuudesta ovat samansuuntaisia, kuin Senillä. Ruut Veenhoven (2010) on löytänyt yhteyden toimintakyvyn ja onnellisuuden välillä. Valitsin ne tarkempaan tarkasteluun. Linda ja Arto tietokannoista haettiin aikaisempia tutkimuksia ja tarvittavaa teoriakirjallisuutta hakusanoilla capabilities and happiness* toukokuussa 2016. Tiedonhaussa olen saanut kiitettävästi apua, tukea ja ohjausta kotikaupunkini kaupunginkirjaston sivutoimipisteeseen kirjastovirkailijoilta, jotka ovat olleet valmiita etsimään tarvittavaa kirjallisuutta. Myös Kymenlaakson ammattikorkeakoulun kirjastosta olen saanut apua, etenkin ulkomaalaisten tutkimusten hakemisessa. Tutkimukseni viimeistelyvaiheessa lokakuun 2016 alussa, tein vielä viimeisen kirjallisuus ja e -aineistohaun Jyväskylän yliopiston kirjaston tietokannoista. Aristoteles tuli melkein viimeisimpänä löytönä mukaan ja nousikin merkittäväksi lähteeksi tutkimustulosten viimeistelyvaiheessa. Abduktiivisen tutkimusotteen mukaisesti empirian ja teorian vuoropuhelu jatkui koko tutkimuksen ajan.

Kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien, eli tämän tutkimuksen osatyökykyisten työllistymisen tukemista on tutkittu aikaisemmin, mutta tutkimuksia on tehty enemmän organisaatioiden ja työnantajien näkökulmasta. Toimintakyvyssä tapahtuvien muutosten vaikutusta onnellisuuteen ei ole tutkittu. Onnellisuustutkimukset ovat aikaisem-

min suuntautuneet enemmän siihen, miten taloudelliset asiat tai parisuhde vaikuttaa onnellisuuteen. On tutkittu sitä, ovatko vauraammat kansakunnat onnellisempia, kuin köyhemmät. Tutkimuksissa on noussut esille se, että tietty toimeentulo on hyvä olla olemassa, mutta on olemassa raja, jonka jälkeen rikastuminen ei enää vaikuta onnellisuuteen. Viime aikoina on tutkittu terveyden vaikutusta hyvinvointiin. Nämä tutkimukset ovat osoittaneet sen, että terveys ei ole suora tie onnellisuuteen, mutta onnettoman ihmisen on vaikea pysyä terveenä.

Tässä luvussa käyn aivan pintapuolisesti läpi muutamia toimintakykyä ja onnellisuutta käsittelevää tutkimusta. Aluksi käsittelen toimintakykyyn liittyviä tutkimuksia ja etenen elämänlaadusta kohti onnellisuutta. Näyttää siltä, että useissa tutkimuksissa elämäntyytyväisyyttä pidetään onnellisuuden lähikäsitteenä, jopa synonyymina.

Kaisa Kostamo-Pääkkö (2001) on väitöskirjassaan tutkinut mielenterveyspalvelujen muotoutumista. Tutkimus on kannanotto mielenterveyspalveluista viritettyyn keskusteluun palvelujen rakenteellisesta, toiminnallisesta ja sisällöllisestä muutoksesta. Väitöskirjan otsikko: Puheet avohuoltopainotteisia, toimenpiteet laitoskeskeisiä, nostaa esille yhtymäkohtia tähän tutkimukseen. (Kostamo - Pääkkö 2001, 4-7.) Kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien oikeudesta palkkasuhteiseen työhön on puhuttu vuosikymmeniä, silti painotus on edelleen työtoiminnassa. Avotyötoiminnan oli tarkoitus olla vain väliaikainen ratkaisu, mutta toimintatapojen muuttaminen tuetun työllistymisen suuntaan onkin osoittautunut haastavaksi. Asiakkaita ohjaavat tahot eivät juurikaan nosta keskusteluissa esille tuetun työllistymisen mahdollisuutta. Onko yhteiskuntamme edelleen hoiva-yhteiskunta, jossa heikompia hoivataan ja heidän puolestaan päätetään, mikä heille on hyväksi. Samalla kuitenkin käydään keskustelua siitä, että vanhuksia hoidetaan huonosti, tai huonokuntoinenkaan vanhus ei pääse asumispalveluihin.

Ulla Aspvik (2003) on väitöskirjassaan tutkinut psyykkisesti vajaakuntoisten avotyötoiminnan kehittämisprosessia ja merkitystä osallistujien elämänlaadulle. Tutkimus on osallistava toimintatutkimus, joka on toteutettu osana Keski-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen avotyöprojektia vuosina 1988–2000. Tutkimukseen osallistujat toivoivat, että heidän kehittyneeseen ammattitaitoon, koulutukseen ja jäljellä olevaan toimintakykyyn kiinnitettäisiin enemmän huomiota. Heidän mukaansa on epärealistista ajatella, että kuntoutuja olisi valmis siirtymään työsuhteiseen palkkatyöhön parin kuukauden avotyötoiminnan jälkeen, vaan tarvitaan paikkoja, jossa kuntoutuja voi olla pitkän aikaa. Vertaistuki ja riittävä yksilöllinen tuki nähtiin tutkimuksessa tärkeäksi osaksi onnistunutta avotyötoiminnan prosessia. Tutkimuksessa nousi esille se, että työyhteisön on hyvä tietää ”mikä on homman nimi”, eli on tärkeää saada tietää mikä on toiminnan tavoite. (Aspvik 2003, 63.)

Tavoitteet on tärkeä laatia yhdessä kuntoutuksen kanssa ja niihin on hyvä palata säännöllisin väliajoin. Vertaistuki, sekä riittävä yksilöllinen tuki nähtiin tärkeäksi osaksi onnistunutta prosessia. Nämä asiat nousivat voimakkaasti esille myös tässä tutkimuksessa empirian kautta.

Raija Pirttimaa (2003) on väitöskirjassaan tarkastellut tuetun työllistymisen alkuvaiheita ja kehittymistä Suomessa. Pirttimaan mukaan tuetun työllistymisen palvelu on tarkoitettu niille vajaakuntoisiksi arvioituille henkilöille ja vammaisille, jotka tarvitsevat henkilökohtaista, tiivistä ja jatkuvaa apua työllistyäkseen tavalliselle työpaikalle palkkatyöhön. Pirttimaa on tutkinut sitä, miten tuettu työllistymien on kehittynyt vuodesta 1995 lähtien ja mitä tuettu työllistyminen tarkoittaa. (Pirttimaa 2003, 7.) Pirttimaan tutkimuksessa koottiin tuetusta työllistymisestä niin määrällistä, kuin laadullista tietoa. Työpaikoilta löytyvää apua ja tukea selvitettiin kirjallisuuskatsauksen perusteella. Tuettujen työntekijöiden kokemuksia kartoitettiin haastattelemalla kehitysvammahuollon palveluita saavia henkilöitä, jotka ovat olleet vähintään puoli vuotta palkkatyössä avo- tai suojatyövuosien jälkeen. Kaikille tuetun työllistymisen organisaatioille tehtiin kyselylomaketutkimus, jossa selvitettiin tuetun työn työpaikkojen määrää, työsuhteiden laatua, palkkausta, työaikoja ja tarvittavia tukitoimia. (Pirttimaa 2003, 7.) Tutkimuksen mukaan tuettu työllistyminen kiinnostaa vammaisille ja vajaakuntoisille palveluja järjestäviä organisaatioita. Työllistyneet henkilöt suhtautuvat saamaansa tukeen ja palkkatyöhön myönteisesti. Silti tiivistä ja jatkuvaa tukea tarvitseville on syntynyt vähän työpaikkoja. Vuoden 2001 kartoituksessa löydettiin 62 palkkatyöpaikkaa, jossa työntekijä sai tukea vähintään kaksi kertaa kuukaudessa. Tyypillistä on, että tukea saa lähinnä työsuhteen alkuvaiheessa, ei jatkuvasti työsuhteen aikana. Työvalmentajat pitivät tärkeänä vammaisten henkilöiden itsemääräämisoikeutta, mielekästä työllistymistä sekä integraatioita. (Pirttimaa 2003, 7.) Tutkimuksen valossa näyttää siltä, että tuettua työllistymistä pidetään hyvänä keinona saada osatyökykyisiä ihmisiä työmarkkinoille, mutta tuen tarpeeseen ei ehkä olla valmiita vastaamaan riittävästi.

Sirpa Kannasojan (2013) etnografinen tutkimus käsittelee nuorten sosiaalista toimintakykyä. Tutkimus tuotti tietoa siitä, miten sosiaalinen toimintakyky kehittyy yläkouluun aikana ja mitä sosiaalinen toimintakyky on nuorten määrittelemänä. Tutkimustuloksista mieleenpainuvinta on se, että selviytymisen kannalta ei ole paljon merkitystä sillä, mitä kykyjä ja taitoja nuorella on tiettyssä tilanteessa, vaan sillä, millainen nuoren sosiaalinen toimintakyky yleensä ottaen on. Voidaan todeta, että asenne ratkaisee. Vahva sosiaalinen toimintakyky ilmenee jatkuvana positiivisena asenteena toimia elämässään tavoitteellisesti ja lojaa-

listi sekä itseään, että muita kohtaan. Vahva sosiaalinen toimintakyky näkyy myös vahvuutena toimia tasavertaisesti ja oikeudenmukaisesti muita ihmisiä kohtaan pelkäämättä muiden reaktioita silloin, kun tietää toimivansa oikein. (Kannasoja 2013, 20, 203.) Kannasojan (2013) mukaan sosiaalityön yksi tärkeä tehtävä on sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen (Kannasoja 2013, 15). Kannasojan tutkimustulosten valossa näyttää vahvasti siltä, että nuorten toimintamahdollisuuksien tukemisella voi olla vahva positiivinen vaikutus sosiaalisen toimintakyvyn kehittymiseen. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen sosiaalityön keinoin on tärkeää myös mielenterveyskuntoutujien ja kehitysvammaisten kanssa työskennellessä. Sosiaalista toimintakykyä on hyvä vahvistaa, jotta positiivinen asenne vahvistuu ja yksilö saa rohkeutta ja voimavaroja toimia lojaalisti ja oikein itseään kohtaan.

Kaisa Haapakoski (2015) on väitöskirjassaan tutkinut kuntoutuspalveluissa tehtävää kuntoutustyötä. Tutkimuksen kohteena ovat erityisesti olleet kuntoutustutkimustyöntekijöiden näkemykset omasta työstään ja hyvästä kuntoutustutkimuksesta. Tutkimuksessa on saavutettu tutkimustapaukseen liittyvää uutta tietoa kuntoutustutkimustyön rakenteellisista puitteista, sekä hyvän kuntoutustutkimuksen ja siihen liittyvän työn teoreettisesta määräytymisestä. Tutkimus on abduktiivinen tutkimus. Asiakkaan kuntoutukseen osallistuu monia eri tahoja, joiden näkemys hyvistä tavoitteista voi erota ajoittain toisistaan. Työntekijät suuntautuvat selvittämään kuntoutujan hyvää ja vaativat itseltään hyvää työtä. Kuntoutus ja hyve-etiikka muistuttavat näin toisiaan. Tilanteessa, missä ihmisen oletetaan pyrkivän tietynlaiseen hyvään, on voitava tarvittaessa myös testata hyväksytyksiä suhteessa hyvän elämän kokonaisuuteen. Ongelmana kuitenkin on se, että tiedämmekö lopullisesti, mitä hyvä elämä on. (Haapakoski 2015, 160–161.) Hyvä elämä voidaan mieltää onnelliseksi elämäksi. Haapakosken tutkimuksella ei ole suoranaista yhteyttä tämän tutkimuksen tutkimusongelmaan, mutta sillä, minkälaista kokonaisvaltaista kuntoutusta mielenterveyskuntoutujille ja kehitysvammaisille tarjotaan, on todennäköisesti merkitystä siihen, kokevatko he elämänsä hyvänä myöhemmässä vaiheessa. Tuetun työllistymisen palvelu ja tavoitteellinen eteneminen avotyötoiminnasta kohti tuettua työtä on osa kokonaiskuntoutusta. Kaikki tähän tutkimukseen osallistuneet ovat aikuisikäisiä ja voi olla, että kokonaisvaltaiseen kuntoutukseen kiinnitetään tänä päivänä enemmän huomiota ainakin kehitysvammaisten lasten ja nuorten kohdalla. Työkokemukseni perusteella nuoret kehitysvammaiset itsenäistyvät ja muuttavat pois lapsuudenkodista nuorempina, kuin viime vuosikymmeninä. Myös läheisten asenteet ovat selvästi muuttuneet hoivaavasta ja suojelevasta kannustavaan suuntaan, joka näkyy erityisesti nuorten itsenäistä elämää suunnittelevien kehitysvammaisten kohdalla. Heitä kan-

nustetaan opiskelemaan ja lähtemään kotoa, niin kuin muutkin nuoret tekevät. Oman työkokemukseni pohjalta voin sanoa, että asenne on muuttunut selvästi viimeisen kymmenen vuoden aikana.

Larry Seidlitz ja Ed Diener (1993) ovat tutkineet hyvinvoinnin vaikutusta onnellisuuteen, sekä sitä, muistavatko ihmiset positiiviset elämäntapahtumat paremmin, kuin negatiiviset. Tutkimuksen mukaan subjektiivinen hyvinvointi korreloi voimakkaasti onnellisuuden kanssa ja vielä voimakkaammin elämäntyytyväisyyden kanssa. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin, vaikuttaako mieliala muistiin. Tutkimustulosten mukaan mielialalla ei ole juurikaan vaikutusta siihen, miten ihminen muistaa positiivisia tai negatiivisia asioita elämästään. (Seidlitz & Diener 1993, 654–655.) Tutkimuksen valossa näyttää siltä, että yksilön kokemus hyvinvointi on tärkeä yksilön onnellisuuden ja elämäntyytyväisyyden kannalta. Tutkimustuloksia tarkastellessa näyttää vahvasti siltä, että elämäänsä tyytyväinen ihminen kokee olevansa onnellinen. Tutkimuksella on selviä yhtymäkohtia tähän tutkimukseen. Lisäännytkö ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenten elämäntyytyväisyys toimintamahdollisuuksia tukemalla? Kokeeko vertaisryhmän jäsen itsensä onnellisemmaksi silloin, kun hänelle annetaan todellinen mahdollisuus vaikuttaa elämänsä suuntaan?

Richard Layard (2003) on tuonut esille onnellisuustutkimuksia, jotka osoittavat, ettei onnellisuus ole kiinni pelkästään ostovoimasta. Ihmisen kokemus onnellisuus tai onnettomuus koostuu pitkälti sosiaalisista tekijöistä. Onnettomuuden takana on nähtävissä työttömyys, jatkuva kiire, turvattomuus, uusiutumisen tarve ja pirstaleinen perhe-elämä. Vastaavasti onnellisuutta lisäävät uskonto, hyvä ja stabiili työllisyystilanne, sekä vapaus toimia ja tehdä itselle tärkeitä asioita. Yhdysvalloissa, EU:ssa ja Japanissa mitattu onnellisuus näyttäisi olleen pysähtyneessä tilassa viimeiset vuosikymmenet, vaikka talous onkin kasvanut tänä aikana. Layardin mukaan onnettomuuden tunnetta torjuttaessa on tärkeää panostaa kansalaisten terveyteen, mukaan luettuna henkinen terveys, paljon nykyistä enemmän. (Layard 2003.) Layardin tutkimuksen mukaan toimintamahdollisuuksilla on selvä yhteys onnellisuuden kokemiseen. Kun ihminen kokee olevansa vapaa tekemään niitä asioita, jotka kokevat itselle tärkeiksi, hän voi tuntea itsensä onnelliseksi. Tässä tutkimuksessa suurin osa tutkimukseen osallistuvista on mielenterveyskuntoutujia, joten Layardin tutkimus on merkittävä heidän kannaltaan. Terveyspalveluista supistetaan jatkuvasti, eikä psykiatriakaan ole supistuksilta säästynyt. Psykkisesti sairas ihminen joutuu koko ajan enemmän ottamaan vastuuta itsestään. Kuntoutuksen kannalta olisi tärkeää, että apua tarvitsevan ihmisen rinnalla olisi mahdollista kulkea, tukea ja nostaa silloin, kun itsellä voimat loppuu. Tähän ei kuitenkaan ole mahdollisuutta, vaan asiakas jää yksin, jos ei jaksa tulla annetulle käynnille.

Tällöin asiakkaan kuntoutus ei etene, vaan jokainen hänen kuntoutuksessaan mukana oleva taho tekee itsenäisesti omaa työtään ja kokonaistilanne voi junnata paikoillaan. Yksilön kuntoutukseen osallistuvien terveydenhuollon- ja sosiaalihuollon työntekijöiden olisi tärkeä käydä vuoropuhelua keskenään ja yhdessä asiakkaan kanssa, niin että asiakas on keskiössä.

Tanskalaisen tutkimuslaitoksen (2015) selvityksen mukaan suomalaiset ovat Euroopan tasa-arvoisin kansa, mikäli tasa-arvoa mitataan onnellisuuden kokemisen kautta. Onnellisuus jakautuu Suomessa muita Euroopan maita tasaisemmin. Norja ja Tanska jäävät Suomen taakse, sillä Happiness Research Institutun tutkimuksen mukaan onnellisuus jakautuu niissä epätasaisemmin. Tutkimustulosten mukaan keskimääräisen onnellisuuden ja onnellisuuden jakautumisen välillä näyttäisi olevan yhteys. Niissä maissa, missä ihmiset arvioivat onnellisuutensa keskimääräistä korkeammaksi, myös onnellisuuden jakautuminen oli tasaisempaa. Tutkimus toteutettiin eurooppalaisen sosiaalitutkimuksen (European Social Survey) aineiston pohjalta. Eurooppalainen sosiaalitutkimus on laaja eurooppalaisia asenteita, uskomuksia ja käyttäytymismalleja mittaava tutkimus. (Yle 2015.)

Onnellisuustutkimuksiin tutustuessani osui eteeni Markku Ojasen (2009) Tieteessä tapahtuu -lehdessä julkaistu artikkeli Martin E. P Seligmanista. Seligman on tuonut yli 50-vuoden ajan uusia ja merkittäviä ideoita psykologian tutkimuksen kentälle. Artikkelia lukiessani ymmärsin opitun avuttomuuden (learned helplessness) liittyvän hyvin läheisesti myös omaan tutkimusjoukkooni ja heidän elämäänsä. Seligmanin mukaan yksilön passivoituminen voi johtua pitkälle siitä, että yksilö on kyvytön vaikuttamaan siihen, mitä hänen omassa elämässään tapahtuu. Seurauksena voi olla masennuksen kaltainen tila. Seligman on kuitenkin pystynyt osoittamaan, että onnistumisten kautta yksilön on mahdollista vahvistua niin, että hän kestää pahojakin epäonnistumisia. Seligmanin teoriat alkoivat painottua yhä enemmän niihin tekijöihin, jotka vahvistavat yksilön selviytymistä. (Ojanen 2009, 79.)

5 AINEISTO JA MENETELMÄT

5.1 Kvalitatiivinen tapaustutkimus

Valitsin tutkimusstrategiaksi tapaustutkimuksen, koska haluan selvittää ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän näkemystä toimintamahdollisuuksien ja sitä kautta toimintakyvyn muutoksen vaikutuksesta yksilön onnellisuuteen. Onnellisuutta ei ole aikaisemmin tutkittu täsmälleen tästä näkökulmasta. Tapaustutkimuksen tavoitteena on saada parempi käsitys tutkittavasta ilmiöstä. Tapaustutkimukselle ominaista on joustavuus, se on luonteva tapa tutkia yhden ryhmän kokemuksia. Leena Syrjälän, Sirkka Ahosen ym. (1994) mukaan tapaustutkimus mahdollistaa asioiden syvällisen ymmärtämisen, koska siinä pyritään tuomaan esille juuri tämä yhden tapauksen näkökulmia ja ajatuksia. (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen, Saari 1994,11.) Tutkimuksessa selvitettiin toimintakyvyn ja onnellisuuden välistä suhdetta, sekä toimintamahdollisuuksien vaikutusta tuohon suhteeseen peilaamalla sitä aiempiin tutkimuksiin ja eri teorioihin. Abduktiivisella päättelyllä testataan teorian yhteensopivuutta saatavilla olevan empiirisen aineiston ja taustaoletusten kanssa. (Paavola 2006, 104–105.) Anttilan (1996) mukaan tapausta tutkimalla pyritään lisäämään ymmärrystä tietystä ilmiöstä pyrkimättä kuitenkaan tietoon, joka on yleistettävissä. Vaikka kyse on yhden ryhmän tutkimisesta, on tuloksia mahdollista käyttää apuna suunniteltaessa aihetta koskevia laajempia tutkimuksia. (Anttila 1996, 251.)

Abduktiivisessa tutkimusprosessissa tutkimusmenetelmälliset lähestymistavat ovat sidoksissa käsitykseen, joissa teorioiden muodostus on osa tieteellistä päättelyä, uuden tiedon etsimistä ja ymmärryksen muodostusta. Pyrin tutkijana suhtautumaan vakavasti havaintojen ja teorian suhteeseen, eli tutkimusotteeni on realistinen. Sosiaalitieteellisessä tutkimuksessa teorioita on mahdollista kehittää. Tutkijan on oltava herkkä teorian pohtimisessa koko tutkimusprosessin ajan. Abduktio voidaan nähdä parhaiten ilmiötä selittävän teorian hakemisena. (Paavola 2006,50.)

Tutkimus on kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään kuvaamaan todellista elämää mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2007, 157.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei ole tavoitteena pyrkiä tilastollisesti yleistettäviin tuloksiin (Tuomi & Sarajärvi 2002,70). Tässä tutkimuksessa tutkitaan yhden tietyn ryhmän kokemuksia, jotka eivät ole suoraan yleistettävissä, mutta voivat antaa tärkeää tietoa asiakaslähtöisestä osatyökykyisten työllistymistä tukevasta palvelusta suhteessa asiakkaan onnellisuuden kokemukseen. Toisaalta tutkimustulokset kertovat muutakin asia-

kaslähtöisyydestä ja voimaannuttavasta työotteesta. Hanna Vilkan (2005) mukaan tutkimustulosten kuvausten odotetaan sisältävän asioita, jotka ihminen pitää merkityksellisenä ja tärkeinä elämässään. (Vilka 2005, 97.) Tapaustutkimuksessa on mahdollista käyttää erilaisia tiedonkeruu, ja analyysitapoja. (Ylin 1994, 1-3).

5.2 Aineisto

Tutkijan on hyvä kertoa aikomuksistaan rehellisesti ja ymmärrettävästi tutkittaville. Tutkija on usein ryhmiä tutkiessaan mukana tilanteissa, jotka voivat vaatia paljon sitkeyttä tutkijalta. Tutkijan tulisi nauttia luottamusta ryhmän jäsenten keskuudessa. Siihen on mahdollista päästä vain rehellisyydellä tai avoimuudella. Tutkijan on myös osoitettava olevansa antaumuksellisesti kiinnostunut kyseisestä ryhmästä. Hänen on oltava valmis osallistumaan ryhmän mukana mahdollisiin tutkimuksen kannalta tärkeisiin tilanteisiin myös viikonloppuna ja iltaisin. Näin hän voi osoittaa, että hänen kiinnostus on erilaista kuin esimerkiksi virkatyötä tekevällä sosiaalityöntekijällä. (Grönfors 1985, 60.)

Tutkimuskohteeni muodostui seitsemästä avotyötoiminnan asiakkaasta, jotka olivat itse ilmaisseet halukkuutensa siirtyä tuetusti avotyötoiminnasta kohti tuettua työtä tai ainakin saada tietoa tuetusta työllistymisestä. Kaikki seitsemän ovat osallistuneet 14.11.2015–4.2.2016 seitsemän kertaa kokoontuneeseen vertaisryhmään. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla he nimesivät ryhmän ” Iloiset työntekijät” -vertaisryhmäksi. Haastateltavista kahdella on kehitysvammadiagnoosi, neljä on eläkkeellä psyykkisen sairauden vuoksi ja yhden fyysinen vamma on ollut syynä eläkkeen myöntämiseen. Tapaamisissa he ovat keskustelleet työllistymiseen liittyvistä asioista ja jokaisella tapaamisella on ollut mukana joku aiheesta tietävä asiantuntijavieras. Vertaisryhmän kokoontumisten ohella he ovat saaneet yksilöllistä tukea työvalmentajalta. Työvalmentajat ovat tehneet tarvittaessa yhteistyötä myös muiden asiakkaiden asioita hoitavien kanssa, jotta asiakkaan toimintamahdollisuuksia olisi mahdollista tukea kokonaisvaltaisesti. He kertoivat saaneensa ryhmässä tietoa työllistymiseen liittyvistä asioista, mahdollisista tuista ja siitä, miten työllistyminen vaikuttaa heidän muihin etuihinsa. Lisäksi heille on kerrottu, minkälaisissa asioissa he voivat saada apua ja keneltä apua voi kysyä. He ovat saaneet konkreettista apua CV:n tekemiseen, työhakemuksen laatimiseen ja työhaastattelussa käymiseen. Heidän oman kertomuksen mukaan omatoimisuutta on tuettu ja työvalmentaja on tehnyt yhdessä asiakkaan kanssa yhteistyötä aikuissosiaalityön, vammaispalvelun ja mahdollisen hoitotahon kanssa.

5.3 Avoin haastattelu aineiston keruumenetelmänä

Hain tutkimuslupaa kaupungin hyvinvointipalveluilta 18.4.2016 ja lupa myönnettiin minulle 21.4.2016. Olin aiemmin käynyt puhelinkeskustelua tutkimuksesta palvelupäällikön kanssa ja suullisesti tutkimukselleni oli näytetty vihreää valoa jo aikaisemmin. ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet ilmaisivat henkilökotaisesti halukkuutensa tutkimukseen osallistumiseen 25.4.2016. Samalla kerroin heille siitä, mistä tässä tutkimuksessa on kysymys. Tutkimusluvan ehtona on, että valmis tutkimus on toimitettava kaupungin hyvinvointipalveluihin. Tutkimuslupahakemus ei ole liitteenä tutkimuksessa, koska pyrin suojelemaan tutkimukseen osallistuneiden henkilöllisyyttä kaikin mahdollisin käytettävissä olevin keinoin.

Tutkimukseni on kvalitatiivinen tutkimus ja käytin tutkimusaineiston keräämiseen avointa haastattelua. Avoimessa haastattelussa keskeistä on, että keskustelu ei ole sidottu tiukkaan formaattiin. Avoimesta haastattelusta puhuttaessa saatetaan käyttää termiä strukturoimaton haastattelu tai keskustelunomainen haastattelu. Avoin haastattelu on tällä hetkellä myös yksi sosiaalityössä käytössä olevista metodeista. (Siekinen 2001, 43–58; Hirsjärvi & Hurme 2001, 45.)

Avoimessa haastattelussa haastateltava ja haastattelijat ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Haastattelijat pyrkii luomaan tilanteesta mahdollisimman luontevan ja avoimen. Avoin haastattelu muistuttaakin tavallista ihmisten välistä keskustelua, jossa keskustelun etenemistä ei ole lyöty lukkoon, vaan se etenee valitun aihepiirin sisällä vapaasti ja pääasiassa haastateltavan ehdoilla. Haastattelussa keskustelun painopiste on toki tutkijan etukäteen pohtima teema. Tarkkojen kysymysten sijaan haastattelussa edetään keskustellen ja luonnollisesti niin, että haastateltavan kokemuksille, tuntemuksille, muistoille, mielipiteille ja perusteluille jää tilaa. Haastattelun kulkua ei suunnitella ennalta, vaan se on avoin kaikille mahdollisuuksille, vaikka haastattelijat on orientoitunut tutkimuksensa aihepiiriin. Haastattelijat voi esittää kysymyksiä tilannetta ja haastateltavaa mukailleen, mutta hän ei yritä tarjota valmiita vastauksia. Haastateltavalla on oltava tilaa puhua asiasta vapaasti. (Eskola & Suoranta 2000, 86–88.)

Toteutin haastattelut kahtena kolmen ja kahden tunnin ryhmähaastatteluna 25.4 ja 4.5.2016. Lisäksi suoritin kokoavan haastattelun 19.7.2016. Kahteen ensimmäiseen haastattelukertaan osallistuivat kaikki ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet. Viimeisessä haastattelussa oli mukana kolme vertaisryhmän jäsentä. Vaikka haastattelut toteutettiin ryhmähaastatteluina, pääsi jokainen ryhmän jäsen hyvin tuomaan omat ajatuksensa tutkijan tietoon. Kerroin haastateltaville ensimmäisen haastattelun aluksi tutkimuksestani ja siitä,

että he voivat edelleen kieltäytyä, mikäli eivät halua osallistua. Ryhmän jäsenet ovat toisilleen tuttuja vertaisryhmästä ja työvalmentajan mukaan he ovat vertaisryhmän kokoontumisissa käyneet keskenään avointa keskustelua. Vertaisryhmän kokoontumisissa he ovat keskustelleet joka kerta eri aiheesta, jonka ryhmään osallistunut vierailija on nostanut esille.

Haastattelut etenivät niin, että ensimmäisenä haastattelupäivänä ryhmän jäsenet kertoivat, minkälainen tausta heillä on työkokemuksen suhteen, minkälaiseksi he kokevat omat mahdollisuutensa työelämän suhteen ja mitä he ovat tehneet ennen nykyistä avoimista työtoimintapaikkaa. Jokainen kertoi ajatuksia siitä, mitä mieltä he ovat nykyisestä avoimista toimintapaikasta ja kokevatko he, että heitä arvostetaan. Ryhmäläiset kertoivat elämäntilanteestaan ja omista vahvuuksistaan. Keskustelu oli vapaata ja toteutui pitkälti tutkittavien ehtojilla. Ryhmässä vallitsi avoin ja luonteva ilmapiiri.

Toisena haastattelupäivänä nostin tutkijana esille tutkimustehtävään liittyviä kysymyksiä. Ryhmän jäsenet toivat esille, mitä heille sana toimintakyky tuo mieleen ja mikä on hyvä toimintakyky. He toivat esille, miten heidän toimintamahdollisuuksiensa on tuettu työllistymisen suhteen ja miten heidän aikaisemmin saamansa tuki eroaa siitä tuesta, mitä he ovat saaneet vertaisryhmään osallistumisen aikana. He kertoivat omat näkemyksensä siitä, mikä tekee heistä onnellisia, sekä siitä mikä olisi heille onnellisuuden täyttymys. He toivat esille ajatuksia mahdollisesta työllistymisestä. Uskon, että avoimella haastattelulla sain enemmän arvokasta tutkimustietoa, kuin tiukkaan muotoiltujen tutkimuskysymysten kautta olisin saanut. Valmiissa tutkimuskysymyksissä olisi ollut se vaara, että ne olisivat voineet estää vapaan keskustelun. Teemat olivat osittain samoja ensimmäisessä ja toisessa haastattelussa. Kolmannessa haastattelussa palattiin aikaisempien haastattelujen teemoihin ja syvennettiin keskustelua. Tämä haastattelu toteutettiin kolmena erillisenä haastatteluna, jotka toteutettiin avoimen haastattelun menetelmällä.

Ensimmäisen haastattelun toteutin havainnoiden ja muistiinpanojen tekemisen. Pyrin kirjaamaan jokaisen puheenvuoron sanatakkaisesti. Tekstiä kertyi yhteensä 25 sivua rivivälillä 1,5 kirjoitettuna. Toisen haastattelun nauhoitin ja litteroin heti samana iltana 4.5.2016 ja seuraavana päivänä. Tekstiä tuli yhteensä 15 sivua rivivälillä 1,5 kirjoitettuna. Tässä litteroinnissa jätin pois kaiken sellaisen, joka ei liittynyt mitenkään teemaan ja oli enemmän yleistä jutustelua. Kolmannessa haastattelussa havainnoin ja kirjasin ylös niitä asioita, jotka jollakin tapaa liittyivät toimintakykyyn ja onnellisuuteen. Tekstiä kertyi seitsemän sivua. Tutkimuksen johtopäätökset muodostin tutkimustehtävän kautta. Abduktiivisen tutkimusotteen mukaisesti tutkimustehtävä muotoutui vielä analyysivaiheessa, kun tutkijana peilasin

empiiristä aineistoa teorian tietoon. Tutkimusaineisto hävitetään heti tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Tutkimusaineisto on sovitusti vain tutkijan käytössä.

5.4 Aineiston analyysi

5.4.1 Abduktiivinen sisällönanalyysi

Laadullisen tutkimuksen yksi ominaispiirre on, että tutkimusaineiston kerääminen ja analysointi kietoutuvat toisiinsa (Mäkelä 1990,45). Tutkimuksessani lähdin liikkeelle hyvinvointiteorioista ja kuntoutuksen sosiaalisesta näkökulmasta. Tarkastelin aineistosta nousevaa tietoa suhteessa aiempiin teorioihin. Alasuutarin (1995) mukaan aineiston analysointi etenee paikallisesta selittämisestä teoreettisiin ideoihin ja teoreettisesta näkökulmasta paikalliseen selittämiseen (Alasuutari 1995, 162–168).

Sisällönanalyysi on metodi, jonka avulla pyritään päätelmiin kommunikatiivisista tai verbaalisesta aineistosta (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3). Tarkoituksena on analysoida dokumentteja systemaattisesti ja objektiivisesti (Krippendorff 1985; Pohjonen 2015, 19). Sisällönanalyysin avulla pyritään muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus, joka kytkee tulokset aiheesta koskeviin muihin tutkimustuloksiin. Johtopäätöksissä tutkija pyrkii ymmärtämään tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan. Aineiston analysointi perustuu loogiseen päättelyyn ja tulkintaan, jossa aineisto aluksi hajotetaan osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudelleen uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2004,105; Pohjonen 2015,19.)

Sisällönanalyysi tulee mukaan siinä vaiheessa, kun on aika tarkastella ja analysoida litteroitu aineisto. Jouni Tuomen ja Anneli Sarajärven (2004,107) mukaan voidaan puhua myös sisällön erittelystä. Sisällönanalyysi on sanallinen kuvaus jostakin tietystä tekstistä. Tässä tapaustutkimuksessa sisällönanalyysi tehdään aineistolähtöisesti. Aineiston analyysi perustuu sekä empiiriseen aineistoon, että teoreettiseen viitekehykseen. (Tuomi ym. 2004, 109.) Kävin aineistoa läpi teemoitellen ja koodaten. Pyrin nostamaan esille ne asiat, jotka voisivat olla mielenkiintoisia tutkimustulosten näkökulmasta. Kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käytettäessä tutkijan on varauduttava yllättäviin käänteisiin, joita hän kentällä kohtaa. Tutkijalla on mahdollisuus kääntää yllättävät, kentällä vastaantulevat käänteet edukseen. Uusiin, yllättäviin tilanteisiin voi liittyä uutta tutkimuksen kannalta mielenkiintoista tietoa, jota tutkija voi käyttää teorianmuodostuksessa. Tilanteessa, missä tutkija pyrkii etsi-

mään monipuolista empiristä aineistoa esimerkiksi siitä, mitä ihmiset tekevät tiettyssä tilanteessa, on mahdollisuus tehdä yllättäviä havaintoja. Nämä havainnot voivat muodostua merkittäviksi tutkimuksen analysointivaiheessa, vaikka aikaisempi tieto ei olisi yhdenmukainen yllättävien havaintojen kanssa. (Grönfors 1985, 11.)

Abduktio tarkoittaa selityksen etsimistä jollekin havaitulle ilmiölle. Abduktio itsessään ei lisää tietoa, mutta sen avulla tutkijan on mahdollista päästä tiedon jäljille. Abduktio tulee todistetuksi oikeaksi, kun asia tutkitaan ja todetaan, että asia on todellisuudessa niin, kuin väitetään. Teoriasidonnoisen päättelyn logiikassa on usein kyse abduktiivisesta päättelystä. (Tuomi ym. 2002, 116.) Abduktio on aivan kuin etäältä kaappaamista, jossa tavoitteena on asian haltuunotto. Abduktion alku on käytännön tasolla, ja analyysissa käydään käytännön ja teorian jatkuvaa vuoropuhelua.

Charles S. Peircen näkemys siitä, että etsitään mahdollista selitystä helpottaa tutkijan tuskaa siitä, ettei absoluuttista totuutta ole välttämättä edes mahdollista löytää. Riittää, kun löytää parhaan mahdollisen selityksen. Charles S. Peircen mukaan abduktiivinen päättely rakentuu johtoajatuksen varaan, hänen logiikkansa perusajatus pohjautuu siihen, että tosiasiat ovat aina loogisia, eikä yksilön kokemusta voida kyseenalaistaa. Kyseenalaistettavissa on ainoastaan se, voiko kokemuksen esittää yleisellä tasolla. (Grönfors 1985, 33–34.) N. R. Hanson, nosti 1950–1960 lukujen vaihteessa esille sen, että metodologiassa on tärkeää käsitellä niitä prosesseja, jossa tutkijat kehittävät hypoteeseja ja teorioita eteenpäin. Pelkkä tutkimusraportti ei ole tällöin riittävä, vaan tarvitaan abduktiivista päättelyä. Hanson vetosi Peircen abduktioon mallina tällaisesta prosessista. Hanson näki tärkeänä sen, että tutkimusprosessi on luettavissa raportista. (Paavola 2009,2.)

Abduktiivinen päättely ei näin ollen torju teorian olemassaoloa, vaikka päättely lähtee usein empiriasta. Abduktiivisessa päättelyssä muodostetaan ensin johtoajatus ja siitä hypoteesi. Tutkimuksen johtoajatus nousee tutkimustehtävästä, eli toimintakyvyssä tapahtuvien positiivisten muutosten vaikutuksesta onnellisuuteen. Johtoajatus voi olla intuitiivinen käsitys, niin kuin tässä tutkimuksessa, koska aikaisempia tutkimuksia juuri tähän aiheeseen liittyen ei ole. Johtoajatuksen avulla tutkijan on helpompi keskittää empiriset havainnot tiettyihin seikkoihin ja olosuhteisiin, joiden uskotaan tuottavan uusia näkemyksiä ilmiöstä. (Bergman & Paavola 2004.) Tutkimuksessani lähdin liikkeelle toimintakyky- ja toimintamahdollisuusteorioista, sekä onnellisuusteorioista. Luin havaintoaineistoani niiden kautta abduktiivisesti.

Abduktiivista päättelyä kohtaan on esitetty myös kritiikkiä. Yksi kritiikin kohde on ollut se, että abduktion malli lähtisi pelkästään havainnoista liikkeelle, eikä huomioisi tarpeeksi teorioiden roolia havaintojen taustana. Abduktiivinen malli korostaakin dynamiikkaa, jossa havainnot eivät ole pelkästään teoriapohjaisia, vaan uuden hakemisessa pyritään siihen, että teoriat ovat havaintopitoisia. (Nickles 1980, 14–15.) Abduktiivisessa tutkimusprosessissa onkin tärkeä löytää havaintoihin sopivat teoriat ja luoda teorian ja empirian vuoropuhelun avulla uutta teoriaa.

5.4.2 Abduktiivinen sisällönanalyysi tässä tutkimuksessa

Valitsin tutkimukseni analysointimenetelmäksi abduktiivisen sisällönanalyysin, koska tutkimukseni analysointi lähtee selvästi avoimen haastattelun kautta saadun empiirisen aineiston analysoinnista. Tutkimuksen yksi tavoite oli luoda yhteys käytännön ja teorian välille, ja sitä kautta osoittaa toimintamahdollisuuksien muutosten vaikutusta onnellisuuteen. Lisäksi tutkimuksessa aivan kuin sivujuonteena selvitettiin, Onko tuettuun työllistymiseen kannattavaa käyttää resursseja. Teoriasidonnaisuus tässä tutkimuksessa tarkoitti sitä, että heti ensimmäisen haastattelukerran jälkeen aineisto analysoitiin ensimmäisen kerran, jolloin teemoittelu tehtiin pitkälti niiden teemojen mukaan, joiden oletin olevan tärkeitä tutkimustulosten kannalta. Aineiston analyysi on muotoutunut loppukevään, kesän ja alkusyksyn aikana, kun empiriasta on noussut tarve etsiä uusiin teemoihin liittyvää teoretietoutta. Ensimmäisessä analyysissä onnellisuuskäsitettä käsittelemällä ”Iloiset työntekijät”- vertaisryhmän jäsenten käsityksenä onnellisuudesta, mutta sen jälkeen se on muokkautunut pitkälle Amartya Senin toimintakyky käsitteeseen nojautuen ja tutkijana olen etsinyt onnellisuusteoriaa, jota olisi suhteellisen helppo analysoida Senin toimintakykyteoriaan peilaten. Charles Peircen (1958) mukaan uudet tieteelliset löydöt, eivät ole mahdollisia ilman havaintojen tekoon liittyvää johtoajatusta. Uusi teoria ei pohjautu pelkkään empiriaan, niin kuin induktiivisessa päättelyssä oletetaan. Johtoajatusta voi olla hyvinkin intuitiivinen käsitys tai pitkälle muotoiltu hypoteesi. Sen avulla on mahdollista keskittää ajatukset joihinkin olosuhteisiin ja seikkoihin, joiden uskotaan tuovan uusia näkemyksiä ja sitä kautta uutta teoriaa kyseisestä ilmiöstä. (Peirce 1958, 96–97.)

Ensimmäisen kerran luokittelua ohjasi toimintakykykäsite, onnellisuuskäsite ja ryhmän jäsenten käsitys onnellisuuden täyttymyksestä. Olin tarkoituksella ajatellut jättää tutkimuksestani empowerment, eli valtaistumis -käsitteen ja sen analysoinnin kokonaan pois, koska ajatukseni oli löytää uutta näkökulmaa toimintakyky ja onnellisuus teemaan. Tutkimuksen edetessä syntyi havainto, että valtaistumis -käsitettä on mahdotonta jättää pois

aineiston analyysistä, koska valtaistuminen ja voimaantuminen ovat selkeästi yhteydessä toimintamahdollisuuksien paranemiseen ja siihen, että toimintamahdollisuuksien paraneminen johtaa parhaimmillaan tavoiteltuun toimintaan, eli tässä tapauksessa tuettuun työllistymiseen. Onnellisuutta tutkiessani tein mielenkiintoisen havainnon itselle tuntemattomasta opittu avuttomuus -käsitteestä. Tämä teema nousi selvästi esille myöhemmästä empiirisestä aineistosta, joihin haettiin sen jälkeen teoriaohjaavutta teoriakirjallisuuden avulla.

Joseph A Maxwellin (2005) mukaan abduktiiviseen sisällönanalyysiin liittyvät tutkimusongelmat muokkautuvat tutkimusprosessin aikana lopulliseen muotoonsa. Tutkijan on pystyttävä avaamaan tutkimuksen kysymysten ja tarkoitusten muovautumisen prosessi myös tutkimuksesta kiinnostuneille lukijoille. (Maxwell 2005, 53.) Tässä tutkimuksessa tutkimusongelma muokkautui empirian ja teorian vuoropuhelun kautta lopullisiksi kysymyksiksi.

1. Toimintakyvyn muutosten vaikutus onnellisuuteen

Tässä vaiheessa käsittelin toimintakykyä ja onnellisuutta vielä kahtena eri teemana ja onnellisuudesta etsin teoria-aineistoa, joka liittyi lähinnä onnellisuuden tunteeseen ja sen kokemiseen. Toimintakykyä käsittelin pitkälle erilaisina kykyinä, eli kykynä suoriutua päivittäisistä toimista ja kykynä suoriutua asioinnista viranomaisten kanssa. Mielessä pyöri myös intuitio siitä, että ”Iloiset työntekijät”- vertaisryhmän jäsenet ovat aivan kuin oikeutetusti onnellisia ja tyytyväisiä elämäänsä. Vertaisryhmän käsitys toimintakyvystä oli tässä vaiheessa selkeästi suppea. He toivat esille sen, että toimintakyky on huono silloin, kun on vakavasti sairas.

2. Litteroinnin jälkeen koodasin aineiston tutkimustehtävän mukaisesti. Aineistosta pyrin löytämään toimintakykyyn, toimintamahdollisuuksiin ja onnellisuuteen liittyviä asioita, jotka voisivat olla tutkimustulosten kannalta tärkeitä. Koodaamisen toteutin erivärisillä yliviivaustusseilla. Koodaamisen jälkeen teemoittelin vastaukset. Abduktiivisen toteutustavan mukaisesti etsin teoretietoa lisää niihin teemoihin, joissa koin, etten tutkijana pysty selittämään haastattelun kautta tullutta tietoa jo aikaisemmin tarkasteleman teorian avulla. Koodasin aineiston jokaisen analysointikerran yhteydessä, jotta kaikki tärkeät yksityiskohdat, joilla voi olla merkitystä tutkimustulosten kannalta, tulevat huomioitua.

Aineistoa analysoitaessa havaitsin, että asiakkaan olemassa olevaa toimintakykyä voidaan määritellä itsenäisesti ilman tukea saavutettuna toimintakykyinä tai toimintakykyinä ja toimintamahdollisuuksina, jotka mahdollistuvat saadun tuen avulla. Kukaan tutkimusjoukkoon kuuluvista ei ollut päässyt haluamaansa toimintaan, eli tuettuun työhön sillä tuella, mikä heillä oli käytettävissä ennen vertaisryhmään osallistumista. He eivät edes olleet tunnistaneet toiveitaan koska he eivät tieneet, että palkkatyöhön on mahdollista saada työvalmentajan tukea. Toisaalta tuli selkeästi esille myös se, että ryhmän jäsenille ei ollut kerrottu heidän oikeuksista tuoda esille mielipiteitä, toivomuksia ja omaa etua (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812, 4§). Saman lain 5§ velvoittaa sosiaalihuollon henkilöstöä kertomaan asiakkaalle hänen oikeudet ja velvollisuudet, sekä erilaiset vaihtoehdot ja niiden vaikutukset. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812). Ryhmän jäsenet toivat kuitenkin esille sen, että terveydenhuollosta on tarjottu eläkepaperit ja sosiaalityön puolelta ehkä useiden vuosien jälkeen työtoiminta. Palvelusuunnitelmia ei ollut juurikaan päivitetty.

3. Analysoinnin jälkeen tein toisen avoimen haastattelun, jossa nousi selkeästi esille tuen tarve ja voimaantumisen kokemukset, jotka olivat mahdollistuneet vertaistuen ja ammatillisen tuen avulla. Tämän haastattelun jälkeen muodostui tarkennettu hypoteesi toimintamahdollisuuksien muutosten vaikutuksesta vertaisryhmän jäsenen valtaistumiseen ja sitä kautta itse toimintaan, esimerkiksi tuettuun työhön. Tässä vaiheessa aineistosta etsittiin sellaista tietoa, millä saattaa olla merkitystä lopputuloksiin.
4. Seuraavassa analyysissä yhdistin aiemmin esiin nousseita asioita ja etsin niille teoriaohjaavuutta. Empiria, teoriakirjallisuus ja tutkimukset kävivät vuoropuhelua koko tutkimuksen ajan ja tutkimustuloksiin nostettiin sellaiset seikat, joissa teoria tuki selkeästi empiriasta esiin nousseita tutkimuksen kannalta tärkeitä asioita.
5. Edellä kerrottu prosessi kokonaisuudessaan selvensi ja täsmensi tutkimuksen tarkoitusta.
6. Tässä vaiheessa heinäkuussa 2016 päätin vielä haastatella avoimen haastattelun menetelmällä kolmea vertaisryhmän jäsentä. Tarkoitus oli täsmentää ja varmistaa

tutkimustulosten oikeellisuutta. Huomioitavaa on, että tutkimustuloksiin vaikuttaa abduktiivisen päättelyn avulla toteutetussa sisällönanalyysissä tutkijan valitsema ja tutkimusta ohjaaja teoria. Toisaalta teorian valintaan on vahvasti vaikuttanut empiirisen tutkimuksen esiintuomat asiat.

7. Aineiston analyysi tarkennettiin niin, että otin mukaan analyysiin opittu avuttomuus- ja empowerment -käsitteet. Onnellisuus -käsitteen kohdalla käytin Aristoteleen ja Ojasen määritelmiä hyvästä ja tyydyttävästä elämästä, jonka jälkeen muokkasin tutkimustuloksia lopulliseen muotoonsa. Aristoteleen ajatus kohtuullisuuden ja onnellisuuden yhteydestä sopi hyvin tämän tutkimuksen analyysiin. (EN 1094a, Ojanen 2001, 153.) Myös aiemmin prosessin aikana saamani tulokset näkyvät tutkimustulokset luvussa pääpiirteissään. Aineiston viimeinen analyysi muokkautui valmiiseen muotoonsa lokakuussa 2016.
8. Tässä vaiheessa tutkimustulosten perusteella on perusteltua väittää toimintakyvyn muutoksilla olevan vaikutusta onnellisuuteen. Johtopäätöksiin on tiivistetty prosessin lopputulos. Tutkijana abduktiivisen päättelyn käyttäminen on hyvin mielenkiintoista ja analyysin syventämistä voisi jatkaa, vaikka kuinka kauan. Tutkijan on päätettävä se, missä vaiheessa analyysi on riittävä juuri tämän tutkimuksen kannalta. Lokakuun 2016 alussa kävin vielä kertaalleen läpi Jyväskylän yliopiston e-materiaalia tuetusta työllistymisestä, osatyökykyisten toimintakyvystä -ja onnellisuudesta. Tämän jälkeen minulle jäi tunne, että tutkimustulosten kannalta olen löytänyt sen teoriakirjallisuuden, joka on olennainen juuri tämän tutkimuksen tulosten näkökulmasta.

5.5 Eettisyys

Tutkimuksen eettiset haasteet liittyivät tutkimustoimintaan kuten tutkittavien informoimiseen, aineiston keräämiseen, analyysimenetelmien luotettavuuteen, tunnistamattomuuteen ja tulosten esittämiseen. Tutkimusaihetta valittaessa jouduin pohtimaan sitä, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi ryhdyin tekemään juuri tätä tutkimusta. Laadullisessa tutkimuksessa tulokset vaikuttavat eettisiin ratkaisuihin ja tutkijan tekemiin ratkaisuihin vaikuttavat eettiset kannat. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127–129.)

Mielenterveyskuntoutujien ja kehitysvammaisten avotyötoimintaan ja tuettuun työllistymiseen liittyy paljon eettisiä näkökulmia. Iris ja Pekka Särssi (2016) ovat käyneet keskustelua kehitysvammaisten asumisesta. Keskustelussa sivuttiin jälleen kerran työllistymisasiä ja sitä, että kehitysvammaisen voi saada kahvilassa työskennellessään työosuusrahaa viisi euroa ja maksaa lounaasta yli viisi euroa. Osallisuus ja tarpeeksi haasteita tarjoava tekeminen antavat heille kuitenkin päivään sisältöä ja saavat heidät lähtemään avotyötoimintaan päivittäin. (Särssi & Särssi 2016.) Lisäksi he usein ovat vielä niitä työpaikan ilopillereitä, jotka pitävät työpaikalla hyvää tunnelmaa yllä. Olen pohtinut tätä asiaa jo pidempään.

Eettinen vastuu korostuu tutkimusta tehtäessä silloin, kun tutkimus kohdistuu ihmisen henkilökohtaisiin kokemuksiin. Avoimessa haastattelussa tutkija syventyy ryhmän jäsenten subjektiiviseen elämysmaailmaan, tällöin on tärkeää, että eettisyys näkyy selkeästi läpi koko tutkimusprosessin. Koska tutkimus perustuu luottamuksellisuuteen, on tutkittavien anomiteetti säilytettävä. Sen olen tutkijana myös luvannut tutkittaville. Haastattelut nauhoitettiin toisen haastattelukerran osalta, mutta nauhoitettu aineisto tuhottiin sovitusti heti litteroinnin valmistuttua. Tutkimusaineisto on vain tutkijan käytössä. Tutkimuksessa ei käy ilmi se, missä kaupungissa tutkimus on tehty. Ainoastaan ryhmän itse itsellensä antama nimi on tiedossa. Ryhmän nimi ei ole yleisesti tiedossa, sen tietää ainoastaan kaksi työvalmentajaa ja heidän esimiehensä. Näin suojataan tutkittavien yksityisyyttä. Tutkimuksen analysointivaiheessa käytin suoria sitaatteja, mutta niin, ettei sitaatteja ole mitenkään yksilöity. Lisäksi pyrin kohtelemaan tutkittaviani kunnioittavasti niin haastatteluvaiheessa, kuin analyysivaiheessa.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole yksiselitteisiä ohjeita. Tiettyjen asioiden arviointi antaa tutkijalle kuitenkin keinoja mitata tutkimuksen luotettavuutta. Tutkijalla on oltava selvillä se, mitä hän tutkii ja miksi. Hän kirjoittaa tämän auki tutkimukseensa, jotta lukijalla on mahdollisuus arvioida tutkimuksen luotettavuus. Mikä tekee tutkimuksesta tärkeän tutkijalle, miten tutkija on kerännyt aineistoa, miten menetelmä on valittu, tai mitä tekniikkaa hän on käyttänyt. Tutkijan on pystyttävä perustelemaan se, miten hän on valinnut tutkittavat ja miten hän varmistaa tutkittaville suojan. Analysointivaiheessa tutkija kertoo, miten on analysoinut aineiston ja päätenyt juuri niihin tuloksiin ja johtopäätöksiin. Luotettavuutta lisää, että tutkija pystyy analysoimaan tutkimustuloksia teorian kautta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140–141.)

6 TOIMINTAKYVYN MUUTOKSET JA ONNELLISUUS

6.1 Tutkimukseen osallistuneiden vertaisryhmän jäsenten elämäntilanteet

Tässä luvussa kuvaan ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenten tämänhetkistä elämäntilannetta peilaten kokonaistilannetta toimintakyvyn ja onnellisuuden teoriaan. Haastattelun kommentit on kirjattu anonyymeinä, eikä tutkimuksessa ole tarkoituksella kerrottu kuntaa, missä tutkimus on tehty. Tutkimus on tehty keski-suudessa eteläsuomalaisessa kunnassa, jossa avotyötoiminnassa oli tutkimuksen tekohetkellä noin 120 asiakasta. ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmään osallistumisesta ei ole tehty erillisiä päätöksiä ja ryhmään osallistuneet henkilöt ovat yksittäisiltä työtoimintapaikilta koottu ryhmä. Ryhmän kokoonpano on tutkijan lisäksi ainoastaan asiakkaiden asioita hoitavien työvalmentajien ja heidän esimiehensä tiedossa.

Ryhmän jäsenet ovat iältään 25–43 vuotiaita. Ryhmään kuului neljä miestä ja kolme naista. Kaksi ryhmän jäsenistä on parisuhteessa ja yhdellä on kouluikäinen lapsi. Molemmat kehitysvammaiset ryhmän jäsenet ovat olleet eläkkeellä yli 20 vuotta. Nuorinta ryhmän jäsentä lukuun ottamatta kaikki ovat pysyvällä työkyvyttömyyseläkkeellä. Kuntoutustuella (määräaikainen eläke) oleva ryhmän jäsen on ollut kuntoutustuella useita vuosia. He kaikki saavat lisäksi eläkkeensaajan asumistukea. Heidän kokemuksensa on haastattelun perustella se, että toimeen tullaan, mutta ylimääräiseen ei ole rahaa. Yksi ryhmän jäsenistä kertoi käyneensä nuorempana useita kertoja työvoimatoimistossa kysymässä töitä. Hän kertoi, että silloiset huonot kokemukset vaikuttavat hänen tämän hetkiseen halukkuuteensa ilmoittautua TE-toimistoon työnhakijaksi. Kolme vertaisryhmän jäsentä olivat olleet samassa työtoimintapaikassa avotyötoiminnassa yli viisi vuotta, he kokivat avotyötoiminnan turvallisiksi. Tutkimuksen aikana kävi selvästi esille se, että juuri näiden pitkään samassa avotyötoimintapaikassa olleiden ryhmän jäsenten on vaikea lähteä kokeilemaan uutta, vaikka he kertoivat olevansa halukkaita palkkasuhteiseen työhön. Kaksi ryhmän jäsentä oli ollut samassa avotyötoimintapaikassa alle vuoden ja yhdellä oli muutaman kuukauden kokemus avotyötoiminnasta.

Kaikilla ryhmän jäsenillä on asiakkuus aikuissosiaalityössä tai vammaispalvelun sosiaalityössä, mutta he eivät osanneet sanoa, kuka on heidän työntekijänsä. Yhdellä ryhmän jäsenellä on lisäksi asiakkuus A -klinikalla ja kolmella aikuispsykiatrian poliklinikalla. Kahdelle ryhmän jäsenelle on laadittu erityishuolto-ohjelma ja heillä on mahdollisuus-erityishuoltolain (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 519/1977) palveluihin.

Toinen ryhmän kehitysvammaisista jäsenistä ei ole käyttänyt juurikaan näitä palveluita, toiselle on myönnetty asumisen tuki. Hän käyttää myös erityishuollon poliklinikan palveluita.

”Siis vaik käyn psykiatrisen sairaanhoitajan luona, ei se kysele perään, jos miuta ei kuulu. Työvalmentaja on kyllä paras tuki.” 24.5.2016

”Ei kait mitään ihmeellistä tukea ole. Työvalmentajat ovat nyt neuvoneet.” 25.4.2016

Vertaisryhmän jäsenet kokivat tärkeänä sen, että heille on annettu vastuuta avotyötoimintapaikassa. Yksi vertaisryhmän jäsenistä kertoi, että hän vastaa yhden osaston siisteydestä ja hänen vastuulla on pyykinpesu. Hän kokee, että häneen luotetaan. Toisaalta nämä ovat selvästi myös asioita, jotka vaikeuttavat vertaisryhmän jäsentä tekemään sellaisen päätöksen, että hän lähtisi pois paikasta, jossa hän kokee, että häntä arvostetaan ja hänelle on annettu selkeästi vastuuta. Moni vertaisryhmän jäsenistä toi esille myös sen asian, että yksi syy, miksi he ovat jatkaneet avotyötoiminnassa kauan on se, ettei halua jättää työkavereita puolaan.

”Sosiaalityöntekijä teki silloin yhdeksän vuotta sitten päätöksen. Ollut varmaan ihan tyytyväisiä, kun minulla on paikka, minne mennä aamuisin.” 25.4.2016

Kaikki ryhmän jäsenet kokivat, että avotyötoiminnasta oli heille paljon hyötyä, vaikka työ ei olekaan palkkatyötä. Kaikki olivat saaneet positiivista palautetta, joka tuntui luonnollisesti hyvältä. Omatoimisuutta ja avoimuutta on opittu avotyötoiminnassa ja vertaisryhmässä. Kaksi ryhmän jäsentä mainitsi, että työvalmentaja on aina valmis auttamaan. Ilman työvalmentajan apua he eivät olisi oman arvionsa mukaan siinä tilanteessa missä nyt ovat.

Kaksi ryhmän jäsenistä asui puolison kanssa. He kokivat parisuhteen työtä ja toimintakykyäkin tärkeämmäksi. Puolison läsnäolo on tärkeää, etenkin silloin, kun itsellä on vaikeaa.

”Kumppani, kyllä se on kaikista tärkein. Silloin, kun on vaikeaa ja masentaa, hän kannustaa. Kyllä se on isompi onnellisuuden aihe, kun työpaikka, vaikka siitäkkin olen tällä hetkellä niin onnellinen. Työkaveriksi sain vertaisryhmästä X:n ja yhdessä meillä on kyllä ihan hauskaa töissä.” 4.5.2016

Työkavereiden ja ihmissuhteiden tärkeys näkyy vertaisryhmän jäsenten keskustelussa.

Vertaisryhmän jäsen haluaa opetella kieliä, jotta hän voi kommunikoida paremmin työkavereiden kanssa. Yksilöllä on tarve kuulua johonkin, olla osa jotain isompaa.

”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäseniä ei ehkä voida nimittää syrjäytyneeksi, mutta he ovat selkeästi syrjäytymisvaarassa, jos eivät saa tarvitsemaansa tukea ja palveluita. Avoimissa haastattelutilanteissa 25.4.2016 ja 4.5.2016 he toivat esille sen, että ovat saaneet tarvitsemaansa tukea ja apua vertaisryhmän kokoontumisissa ja niiden välissä. Myös vertaisryhmän kokoontumisten loppumisen jälkeen työvalmentajat ovat tukeneet heitä, sekä tarvittaessa järjestäneet myös muuta tukea. Tukemisessa olennaista on ollut se, että asiakkaat ovat saaneet valtaistumis kokemuksia, sekä ovat itse kokeet muuttuneensa prosessin aikana.

6.2 Toimintakyky ja toimintamahdollisuudet

6.2.1 Toimintakyvyn määrittelyä

Kuusi seitsemästä vertaisryhmän jäsenestä on ollut työkyvyttömyyseläkkeellä yli viisi vuotta ja seitsemäskin yli kolme vuotta. Kaikille yhtä lukuun ottamatta, on myönnetty pysyvä eläke. Ryhmän jäsenten oli vaikea hahmottaa, mitä toimintakyky-käsite pitää sisällään. Haastattelujen perusteella näyttää siltä, että suurin osa haastateltavista määrittelevät hyvän toimintakyvyn ja terveyden synonyymeiksi. Silloin, kun ihminen ei ole vakavasti sairas, hän on toimintakykyinen. Yksi haastateltavista kertoi, ettei ole koskaan edes miettinyt sitä, mitä toimintakyky tarkoittaa. Keskusteluissa nousi esille se, että toimintakyvyn puutteita on mahdollista paikata ahkeruudella ja yrittelijäisyydellä. Kun pärjää ja hoitaa tehtävänsä on ryhmän jäsenen mukaan riittävä toimintakykyinen.

”Siis jos ihmisellä ei ole joku vakava sairaus, niin silloin on toimintakykyinen. Syöpä on ainakin semmoinen, että jos on syöpä, ei ole toimintakykyinen.”
4.5.2016

”En voi saada ajokorttia, minulla on sellainen silmävamma. Trukkikortin olen kuitenkin saanut. Kun haluaa pärjää, vaikka on jotain puutteita terveydessä.”25.4.2016

”Siis joku voi ajatella, että en ole täysin toimintakykyinen. Vaikka minulla on fyysisiä rajoitteita, tunnen olevani toimintakykyinen, kun pärjään ja osaan hoitaa asiani.” 25.4.2016

Ryhmän jäsenet kokivat tärkeänä sen, että heillä on tukea saatavissa. Tuen tarve korostuu heidän mukaansa silloin, kun on masentunut, eikä jaksakaan oikein tehdä mitään tai silloin, kun on tarvetta asioida viranomaisten kanssa. Näyttää siltä, että haastateltavilla on tuen tarvetta erityisesti psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä vaativissa tilanteissa. Työhaastattelut ja

kontaktit työnantajiin oli niitä asioita, joita he eivät olisi oman kertomansa mukaan saaneet hoidettua ilman tukea. Liisa Hokkasen (2014) mukaan autetuksi tulemisessa on kysymys vastuusta ja vallasta. Avun tarjoajalla on kontekstista huolimatta valtaa johonkin, mitä avunhakija etsii ja kaipaa. Auttajalla on mahdollisuus mahdollistaa autetuksi tuleminen, mutta pahimmillaan hän voi rakentaa esteitä autetuksi tulemiselle. Autetuksi tulemisen kannalta tärkeää on, käyttääkö auttaja hänellä olevan valtansa sellaiseen auttamiseen, joka tuottaa autetuksi tulemistä. (Hokkanen 2014, 79.) Ensimmäisellä haastattelukerralla haastateltavat eivät ehkä hahmottaneet omaa toimintakykyään, mutta haastatteluiden edetessä he toivat esille asioita, joissa heillä on selkeää avun tarvetta. Näyttää siltä, että heidän auttajansa, eivät olleet aikaisemmin käyttäneet valtaansa sellaiseen auttamiseen, joka olisi tuottanut tulosta, jos auttamista arvioidaan työllistymisen näkökulmasta.

Ryhmän jäsenet ovat olleet pitkään työkyvyttömyyseläkkeellä ja he itse eivät oman kertomansa mukaan ole osanneet ajatella, että heidän toimintakykynsä on vajavainen. He ovat oppineet toimimaan niin, että pärjäävät sillä fyysisellä toimintakyvyllä, joka heillä on olemassa. Yksi ryhmän jäsen kertoi 25.4.2016, että toisessa silmässä oleva vamma vaikeuttaa hänen toimintamahdollisuuksiinsa niin, ettei hän pysty ajamaan ajokorttia ja saamaan sellaisia töitä, joissa ajokortti on välttämätön. Itse toiminta, eli työllistyminen ei toteudu ilman toimintamahdollisuuksia.

”Minun toinen käsi ei ole toiminut koskaan ja toinen jalkakin toimii huonosti, mut mulla on kuitenkin omasta mielestä ihan hyvä toimintakyky. En oo sillee sairas tai mitään. Harmittaa vaan, kun en ole saanut töitä.” 25.4.2016

”Toimintamahdollisuudet ovat kehittyneet tuen avulla. Olen tyytyväinen. Tuntee että kestäen vastoinkäymisetkin entistä paremmin.” 4.5.2016

Ajokortin saaminen ei ole ryhmän jäsenelle mahdollista, vaikka hänen toimintamahdollisuuksiaan tuettaisiin kuinka paljon, koska kyseessä on fyysisen terveyden mukanaan tuoma este, jota ei pystytä poistamaan edes lääketieteen avulla. Tällaisessa tilanteessa asiakas voi tarvita apua ja tukea siihen, että hän pystyy mieltämään tulevaisuutta realistisesti. Tarvittavan tuen- ja avun turvin hän voi suunnata työn hakua realistisiin mahdollisuuksiin.

”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenet pitivät toimintakykyä ja terveyttä synonyymeinä, kun taas toimintamahdollisuudet he kertomansa mukaan mielsivät mahdollisuudeksi toimia tuettuna tai ilman tukea. He kertoivat, että työvalmentajat ovat auttaneet siinä, että heidän toimintamahdollisuudet ovat parantuneet. Kaikki seitsemän ryhmän jäsentä pitivät työvalmentajien apua ja tukea erittäin tärkeänä. Kaikki myös uskoivat (haastattelu

4.5.2016), että heillä on tällä hetkellä paremmat mahdollisuudet päästä palkkatöihin, kuin ennen vertaisryhmään osallistumista.

6.2.2 Opittu avuttomuus ja positiivisuuden psykologia

Haastateltavien keskusteluista nousi esille se, että ihminen ei voi tavoitella sitä, mistä hänellä ei ole tietoa. Yksilö jatkaa elämäänsä totutusti siihen saakka, kun hänelle annetaan mahdollisuus muutokseen kertomalla asioista. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812) velvoittaa sosiaalihuollon henkilöstöä antamaan asiakkaalle tietoa erilaisista vaihtoehdoista ja niiden vaikutuksesta niin, että asiakas ymmärtää merkityksen ja sisällön. Asiakkaalle on laadittava palvelusuunnitelma. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812, 5§ ja 7§.) Haastateltavat toivat esille sen, että ensimmäisen kerran he saivat tietoa siitä, että heillä on eläkeläisinä mahdollista töitä. He olivat jääneet tässä suhteessa avuttomuuden tilaan, koska heidän toimintamahdollisuuksiaan ei oltu tuettu, vaan heille oli tarjottu vain mahdollisuutta työtoimintaan.

”Tietoa on aikaisempaa enemmän. Voi tulla välähdys, kun on tieto asioista. Siitä tulee hyvä mieli.”4.5.2016

”Ehkä se on lukujen kaunistelua. Eläkkeelle vaan, ei ole sitten kinuamassa mitään. Mutta enpä enää suostu, kun kerta on kerrottu oikeudesta hakea töitä. Samat palvelut kuuluvat meille kuin muillekin”25.4.2016

”Itse otin yhteyttä sosiaalityöntekijään ja kerroin, että haluan avotyötoimintaan. Paikkakin oli valmiina. Eipä siinä muuta kysely, kun tehtiin päätös työtoiminnasta”4.5.2016

Ihmisellä on halu ja tarve hallita, olla pätevä ja suoriutua tehtävistä, joita elämässä tulee vastaan. (Ojanen 2001,154). Ihminen voi saada avuttoman leiman yllättävän helposti. Eräessä tutkimuksessa on tutkittu opiskelijoiden suoriutumista tehtävistä, joissa keksittiin sanoja. Opiskelijoiden suoritustaso laski, mikäli he olivat toimineet alistuvan apulaisen roolissa jossain toisessa tehtävässä. Vaikka yksi tutkimus ei pysty todistamaan tätä, arkihavainnoista kävi ilmi se, että omia, eikä toisen suorituksia saisi arvioida etukäteen. (Ojanen 2001, 156.) ”Iloiset työntekijät” -ryhmän jäsenet kertoivat, ettei sosiaalityöntekijä ollut asiakassuunnitelmaa tehdessä kertonut muista vaihtoehdoista, kuin työtoiminnasta. Asiakassuunnitelmaa ei ole päivitetty vuosiin viiden asiakkaan kohdalla. Kahden kohdalla asiakassuunnitelma on tehty viimeisen vuoden sisällä. Asiakassuunnitelmapalaveri oli heidän mukaansa pidetty työtoiminnan aloittamista varten. Haastattelussa nousi esille monen vertaisryhmän

jäsenen kertomana se, että heidät oli jätetty selviytymään yksin, vaikka selkeää avun tarvetta oli nähtävissä. Heille oli annettu yksi ainut vaihtoehto, työtoiminta ja jätetty avuttomuuden tilaan, koska muita vaihtoehtoja ei ole edes tarjottu.

”Ei kukaan ole kiinnostunut, mitä eläkeläinen tekee. Kolmekymppinen ja työkyvyttömyyseläkkeellä. Mulle ei ole koskaan puhuttu mistään kuntoutuksesta mitään tai siitä, että voidaan yhdessä sopia asioista. Nyt työvalmentaja on auttanut, niin olen päässyt eteenpäin.” 4.5.2016

Martin Seligmanin (2008) mukaan se, että ihminen tuntee välillä olonsa kurjaksi, ei tarkoita sitä, ettei ihminen voisi tuntea myös voimakkaita onnen ja ilon tuntemuksia. On olemassa, useita tutkimuksia, joiden mukaan myönteisen ja kielteisen tunteen välillä ei ole suoraa vastaveroista suhdetta. (Seligman 2008,75.) Seligmanin näkemys tukee sitä, että vaikka asiakkaalla on kurja olo, eikä mikään sillä hetkellä huvita, hänelle on hyvä tarjota tukea ja apua. Tämä nousi esille myös haastatteluissa. Juuri tällaisessa tilanteessa haastateltavat kokivat erityisen hyvänä sen, että työvalmentaja on ottanut yhteyttä ja tukenut.

”Ihana kun joku välittää. Työvalmentaja soitti, kun oli huolissaan minusta. Kyllä tuntui hyvältä” 4.5.2016

Psykiatrisilla potilailla on nähtävissä opittua avuttomuutta. Psykiatrisia asiakkaita pyritään ymmärtämään ja heille osoitetaan empatiaa. Ihminen voi oppia avuttomaksi tilanteessa, missä hän ei tiedä mitä pitäisi tehdä. Yksilö voi kokea, että se mitä hän tekee ja yrittää, ei vaikuta mihinkään. Ympäristö voi suhtautua välinpitämättömästi ja ihmisen annetaan olla oman onnensa nojassa. Toisaalta ympäristö voi tarjota paljon virikkeitä ja hyödykkeitä, jotka eivät kuitenkaan ole seurausta yksilön omasta toiminnasta. (Ojanen 2001, 173–174.) Haastatteluissa nousu esille se, että kahden haastateltavan kohdalla vanhemmat ja asumisen ohjaajat vaikuttivat vahvasti haastateltavien päätökseen. Heidän kohdallaan oli nähtävissä selkeästi opittua avuttomuutta. Toisaalta heillä oli voimakas halu kokeilla jotain uutta, mutta itselle tutujen ja turvallisten ihmisten mielipide vaikutti vielä tässä vaiheessa niin paljon, ettei itsenäisiä päätöksiä pystytty tekemään.

”Kysyn vanhemmilta, kyllä ne tietää, milloin kannatta hakea töitä. On tämä lama ja kaikkee.” 4.5.2016

”Olisi mahdollista saada töitä ainakin vähän, mutta sitten mun luona ei enää kävisi tuetun työntekijä. Se on silleen tärkeä mulle, että ne auttavat minua.” 4.5.2016

Haastateltava toi esille sen, ettei hän pysty käyttämään kaikkea toimintakykyään, koska hän pelkää menettävänsä silloin hänelle tärkeän palvelun. Tuomas Schwandt (2004) nostaa esille sen, että jokaiselle asiakkaalle olisi tärkeä löytää hänen näköinen kokonaisuus, jotta asiakas saisi mahdollisimman hyvän tuen kuntoutuakseen niin omatoimiseksi, kuin mahdollista. (Schwandt 2004,15.) Tässä on nähtävillä selkeästi se, että asiakas on pahassa välikädessä. Jatkaako hän työtoiminnassa opitusti avuttomana, vai lähteekö hän töihin ja jää ilman hänen tällä hetkellä tarvitsemaansa palvelua. Hänen on mahdollista tulevaisuudessa pärjätä ilman tuetun asumisen palveluita, mutta jos ne tässä vaiheessa häneltä otetaan pois, hän voi epäonnistua myös työllistymiseen liittyvissä asioissa. Tilanteessa olisi hyvä katsoa kokonaisuutta. Kun asiakasta tuetaan nyt niin, että työllistyminen onnistuu ja hänen toimintamahdollisuudet paranevat, hän valtaistuu ja selviää todennäköisesti tulevaisuudessa paremmin myös muilla elämän osa-alueilla. Senin (1993) mukaan on tärkeä arvioida yksilön todellista toimintamahdollisuutta suhteessa toimintaan. Tärkeä on yhdessä asiakkaan kanssa pohtia niitä menetelmiä, minkä avulla tavoitteeseen päästään. Ilo, onni, vauraus ja halujen tyydyttäminen eivät Senin mukaan ole itsessään olennaisia asioita, koska ilman toimintamahdollisuuksia ja niiden tukemista, näitä voi olla vaikea saavuttaa. (Sen 1993, 30.)

Vertaisryhmän jäsenen vastauksesta nousee esille se, että hänellä ei ole rohkeutta elää toisella tavalla. Hänen kohdallaan voidaan pohtia, onko hänellä oikeus elää tavalla, mikä olisi hänen toimintakykynsä ja toimintamahdollisuudet huomioiden mahdollista. (Sen 1993,33.) Asiakkaalla on hyvä olla rohkeutta ilmaista myös se, että hän haluaa jatka avotyötoiminnassa, vaikka työvalmentajan ajatus voi olla, että asiakkaan toimintakyky riittäisi palkkatyöhön. Toisaalta asiakasta on hyvä kannustaa palkkatyöhön, silloin kun se on realistista. Hän saa siitä uusia voimaantumisen kokemuksia ja pitkällä tähtäimellä työvalmentajan resursseja vapautuu uusille asiakkaille. Erityisen tärkeää on työvalmentajan tuki myös jatkossa, koska yksi vertaisryhmän jäsen toi selkeästi esille toiveensa päästä opiskelemaan tai tuettuun työhön myöhemmässä vaiheessa. Hän ja hänen läheiset tarvitsevat myös lisää tietoa mahdollisuuksista. Sirpa Kannasojan (2013) mukaan vahva sosiaalinen toimintakyky näkyy myös vahvuutena toimia tasavertaisesti ja oikeudenmukaisesti muita ihmisiä kohtaan pelkäämättä muiden reaktioita silloin, kun tietää toimivansa oikein (Kannasoja 2013, 20, 203.)

Sen (1993) tuo esille sen, että mikäli ihminen ei voi valita arvojensa mukaisesti, ei ihmisen vapaus lisäänty, vaikka hänen valinnanmahdollisuudet lisääntyisivät määrällisesti. (Sen 1993, 34.) Työtoiminnassa olevan asiakkaan vapaus ei lisäänty, jos hän itse

toivoo pääsemistä tuettuun työhön ja hänelle annetaan vaihtoehdoksi joku toinen työtoimintapaikka, tai sanotaan, että voit itse etsiä työtä, vaikka tiedetään asiakkaan tarvitsevan tukea tavoitteeseen pääsemiseen.

Kaksi vertaisryhmän jäsentä nostivat esille niitä kokemuksia, jotka liittyivät heidän eläkkeelle jäämiseen reilut kymmenen vuotta sitten. He olivat saaneet lääkärin myöntämän työkyvyttömyyseläkkeen, mutta heitä ei ole heidän kertomansa mukaan silloin ohjattu esimerkiksi aikuissosiaalityön tai kuntoutuksen asiakkaaksi.

”Eläkkeelle jääminen ei ollut helppo asia. Olisin voinut tehdä töitä, jos olisin saanut apua niihin asioihin, mihin apua tarvitsin. Ei minulle mitään kuntoutusta tarjottu, eläkepaperit vaan kouraan.” 25.4.2016

”Ajatelkaa, kun miettii lääkärin kannalta, ne vaan kirjoittaa eläkepaperin. Minun pitäisi olla niin kuin sairas. Varmasti olisin aika onneton, jos vaan jäisin makoilemaan. Kavereita on, mutta ne ovat kaikki jossakin töissä tai työtoiminnassa. Onneksi ovat työvalmentajat, jotka ovat niin meidän puolella. Niin, onhan minulla eläke.” 25.4.2016

Ojasen (2001) mukaan opittu avuttomuus on seurausta hallinnan puutteesta. Yksilö voi kokea, että vaikka hän tekisi mitä, tulosta ei synny. Avuttomuus yhdessä asiassa heijastuu helposti myös muihin asioihin. Opittu avuttomuus on hyvä pitää mielessä, koska esimerkiksi masennuksen syynä voivat olla tällaiset kokemukset. Mikäli elämä on tuottanut kokemuksen, että yrittäminen on turhaa, masennus on mahdollinen reaktio. (Ojanen 2001, 159.) Vastaavasti ihmisen on mahdollista opetella hallintaa. Kun hallitsee yhden tärkeän asian, myös se on siirrettävissä. (Ojanen 2001, 159.)

Vertaisryhmän jäsenen kommentti 25.4.2015 ”Ettehän laita minua x:lle”, näyttää kertovan opitusta avuttomuudesta. Hänen ajatuksensa vaikutti tuossa vaiheessa olevan, että hänellä ei ole sananvaltaa asioissa, jotka koskivat häntä itseään. Paikka, mistä hän puhui, on työtoimintakeskus. Hän oli haastatteluhetkellä avotyötoiminnassa, eikä missään tapauksessa toimintakeskus ole hänen toimintakykynsä mukainen paikka. Näyttää siltä, ettei hän hahmottanut sitä, mikä on palkkatyötä ja mikä työosuusrahan pohjautuvaa työtoimintaa. Amartya Sen (1993) lähtee siitä ajatuksesta, että ihmisillä on mahdollisuus olla yhtä onnellisia silloin, kun heillä on samat resurssit. Yksilön toimintamahdollisuuksia on Senin mukaan arvioitava suhteessa siihen, mitä tavoitellaan. Toimintamahdollisuuksia on peilattava toimintaan. Mikäli yksilön toiminta ei ole mahdollista, yksilöä on tuettava niin, että tietty toiminta onnistuu. (Sen 1993,5.)

Markku Ojanen (2016) nostaa Kouvolan Sanomien haastattelussa esille ihmisen sopeutumiskyvyn, joka on hänen mukaansa hämmästyttävän hyvä. Hänen mukaansa suurin osa ihmisistä on selviytyjiä. Positiivisuus ja ystävällisyyden osoittaminen muille auttavat niin työntekijää, kuin asiakasta ajattelemaan positiivisesti. (Hakaniemi 2016, 2.) Hyvä sopeutumiskyky voidaan kuitenkin nähdä myös negatiivisena asiana tilatessa, jossa ihminen aivan kuin jää tilanteeseen, joka ei tuo hänelle tyydytystä. Toisaalta taas on hyvä, että ihminen sopeutuu elämään esimerkiksi vamman kanssa, jolle hän ei voi mitään. Yhteen asiaan juuttuminen voi estää häntä pääsemästä eteenpäin muissa hänen tavoittelemisissaan asioissa, kuten työllistymisessä.

6.2.3 Vertaisryhmän aikana saadun tuen merkitys

Työvalmentajien tuki:

Haastateltavat kokivat vertaisryhmän aikana saadun tuen tärkeänä. He kertoivat työvalmentajan tukeneen heitä sekä työllistymiseen liittyvissä asioissa, että muissa elämänhallintaan liittyvissä asioissa. Neljä haastateltavaa toivat esille sen, että heidän on helppo ottaa työvalmentajaan yhteyttä. Haastateltavat toivat esille sen, että niin mielenterveyskuntoutujille, kuin kehitysvammaisille asiakkaille on tärkeää se, että heillä on yksi vastuutyöntekijä. Häneen on helppo olla yhteydessä heti, kun avun tarvetta ilmenee.

”On nuo kyllä naisia, ne auttavat ja tukevat meitä. Kun on joku ongelma, työvalmentajalle soitan ensimmäisenä, en osaisi sosiaalitoimistoon mennä.”
4.5.2016

”Aina nuo yrittävät auttaa. Ymmärrän, että aina ei voi, kun työntekijöitä liian vähän. Pitäisi antaa rahaa tällaiseen, missä oikeasti tehdään toisten hyväksi töitä ja autetaan asiakkaita pärjäämään.” 4.5.2016

Kaikki ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenet olivat kuulleet vertaisryhmästä työvalmentajalta ja heillä oli aito halu osallistua ryhmään. He kokivat, että työvalmentaja on se, keneltä he ovat saaneet tärkeää tietoa etenkin työllistymiseen liittyvissä asioissa. Yhdellä haastateltavalla on käynyt asumisen ohjaaja säännöllisesti useiden vuosien ajan, silti hän koki, että nyt hän kuuli ensimmäisen kerran mahdollisuudesta tehdä eläkeläisenä töitä,

Hän kertoo saaneensa työvalmentajalta tukea työpaikan etsimiseen niin, että hänellä on edessä työhaastattelu. Työvalmentaja on auttanut ryhmän jäsentä pääsemään haastatteluun saakka kertoen hänestä niitä asioita työhön liittyen, mitä hänellä on tiedossaan.
”X on ahkera ja tunnollinen. Hän hoitaa sovitut hommat jämptisti, eikä jätä hommia kesken,

vaikka päivä olisi täysi”, kertoi työpaikan vastaava yhden vertaisryhmän jäsenen työtoimintapaikalla 19.7.2016. Yrittäjä ei kuitenkaan ole suostunut tekemään työsopimusta, vaikka X:n mukaan on palkannut uusia työntekijöitä samaan aikaan, kun hän on siellä ollut avotyötoiminnassa. Yrityksestä jäi sellainen tunne, että yrittäjä ei uskalla palkata ”erilaista” työntekijää, vaikka työkaverit puhuivat asiakkaan puolesta. Näyttää siltä, että asenteet vaikuttavat työntekijän palkkaamiseen ainakin siinä tilanteessa, kun työnhakija on mielenterveyskuntoutuja, jolla ei ole ennestään työkokemusta palkkatyöstä.

Usealla ryhmän jäsenellä oli riittävästi sitä toimintakykyä, mitä tarvitaan fyysisen työn suorittamiseen. Sosiaalinen toimintakyky on heikompi, sen vuoksi he tarvitsevat siinä tukea. Työhaastattelut, työpaikan etsintä ja asioiminen esimerkiksi TE-toimistossa olivat asioita, joihin tarvittiin ainakin ensimmäisellä kerralla työvalmentajan tukea.

”Ei olisi yksin tullut mentyä TE-toimistoon. Työvalmentaja varasi ajan ja ilmoitti minulle. Ensimmäiselle ajalle en mennyt, unohtui laittaa kalenteriin. Työvalmentaja ei antanut periksi ja varasi uuden ajan minulle. Sille menin yhdessä työvalmentajan kanssa ja kyllä se kannatti.” 4.5.2016

Yksi ryhmän jäsenistä kertoi oman ajatuksensa siitä, miten hänen sosiaalinen toimintakykynsä on kehittynyt ryhmän tapaamisten aikana. Myös hän toi esille työvalmentajan tuen tärkeyden. Kaisa Haapakoski (2015) nostaa tutkimuksessa esille kuntoutustyötä tekevän työntekijän toiminnan ja sen vaikutuksen kuntoutujiin. (Haapakoski 2015, 135.) Työvalmentajan toiminta tuki haastateltavien kertoman mukaan heidän kuntoutumistaan ja toimintakykyvyn vahvistumista. Haapakosken (2015) mukaan työntekijän aito kyky kuunnella asiakkaan haluja ja pohtia todellisia mahdollisuuksia vaikuttaa oleelliselta työvälilineeltä työn onnistumisen kannalta. (Haapakoski 2015, 135.)

”Minulla on ollut vuosia tunne, ettei sosiaalityöntekijä ymmärrä minua ollenkaan. En olisi lähtenyt avotyötoimintaan, jos työvalmentaja ei olisi patistellut. Pelkäsin tavata muita ihmisiä. Tuntui, että minun olisi annettu vaan olla, paitsi työvalmentajat ja työtoimintapaikan pomo tukevat minua aina.” 4.5.2016

Anneli Pohjolan, Tarja Kemppaisen ja Sanna väyrysen (2012) tutkimuksen mukaan vaikeavammaiset nuoret kokivat, että kokonaisvaltainen kuntoutus vaikutti myönteisesti heidän fyysiseen toimintakykyynsä. Kaksi kolmesta vastaajasta arveli, että heidän toimintakyvyssä ja fyysisessä kunnossa oli tapahtunut paljon myönteistä muutosta. Lähes puolet vastaajista koki kuntoutuksen tukeneen itsenäistä suoriutumista heidän arjessaan. Myös kommunikatiotaidoissa on nähtävissä huomattavaa parannusta. Vuorovaikutustaidoissa, opinnoissa ja

työelämässä selviytymisessä oli 37 % havainnut selkeää muutosta myönteiseen suuntaan. (Pohjola & Kempainen & Väyrynen 2012, 220.) Myös tässä tutkimuksessa nousi selvästi esille se, että pelkkä työvalmentajan tuki ei riitä kaikkien kohdalla, vaan tarvitaan yhteistyötä muiden asiakkaan kuntoutuksessa olevien tahojen kanssa. Tärkeimmäksi yhteistyön työvalmentajan ja esimerkiksi psykiatrian poliklinikan ja aikuissosiaalityö kesken näkivät ne haastateltavat, joilla oli psyykkisiä haasteita.

Muilta vertaisryhmän jäseniltä saatu tuki:

Vertaisuudesta puhuttaessa tarkoitetaan sitä, että vertaisen osaaminen ja tieto perustuvat omakohtaiseen kokemukseen jostakin erityisestä elämäntilanteesta, tässä tutkimuksessa avotyötoiminnan asiakkuudesta. (Laimio & Karnell 2010,16). Lisäksi vertaisryhmän jäsenillä oli yhteistä se, että kaikki ovat eläkkeellä. Melkein kaikkia yhdisti myös sama erityisammattikoulu.

”Mukava nähdä muita avotyötoiminnassa olevia ja kuulla mitä he tekevät.”
25.4.2016

Ihmisillä on tarve vertailla kykyjään, mielipiteitään ja ominaisuuksiaan toisiin vastaaviin, jotta hän saa tarkemman käsityksen omista ominaisuuksistaan. (Salmivalli 1998, 24–25). Ryhmän jäsenet pohtivat selvästi omaa tilannettaan, kun kuulivat minkälainen tilanne työn, parisuhteen, asumisen ja ystävyysuhteiden suhteen muilla vertaisryhmän jäsenillä oli.

”Olen käynyt kaikissa ”Iloiset työntekijät” ryhmän tapaamisissa ja huomannut, että minulla on asiat hyvin. Koskaan ei ole tullut tunnetta, etten haluaisi mennä töihin (avotyötoimintaan). Minut otetaan työpaikalla huomioon.” 25.4.2016

”Jännä huomata, että melkein kaikki olemme käyneet ammattikoulun Kiipulassa.” 25.4.2016

Kiipulan ammattiopisto on monessa eri toimipisteessä toimiva erityisammattikoulu, joka tarjoaa ammattiin valmistavaa erityisopetusta. Vertaisuus termillä kuvataan sitä, että vertaisen osaaminen ja tieto perustuvat omakohtaiseen kokemukseen jostakin erityisestä elämäntilanteesta. Tässä tapauksessa kaikki olivat työtoiminnan asiakkaita, joiden työtoiminta oli järjestetty avotyötoimintana ja he halusivat saada tietoa tuetusta työllistymisestä. (Laimio & Karnell 2010,16.) Vertaisryhmän jäsenet saivat tietoa tuetusta työllistymiseltä henkilöltä, joka itse oli työllistynyt palkkatuella ja saanut työsuhteen aikana tukea työvalmentajalta. Tämän vierailun haastateltavat kokivat erityisen vaikuttavana ja tärkeänä heille itselleen.

”Oli kiva kuulla työllistymisestä sellaiselta ihmiseltä, joka on oikeasti ollut palkkatöissä. Hän kertoi hyvin siitä, miten silloinkin työvalmentaja tukee. Tuli luottavainen mieli” 25.4.2016

Henkilökohtaisista asioista puhuminen edellyttää turvallista ja luotettavaa ilmapiiriä ja -paikkaa. Turvallisen ja luotettavan ilmapiirin luominen voi viedä aikaa, mutta se on välttämätöntä, jotta kaikki ryhmän jäsenet uskaltavat osallistumaan. (Laimio & Karnell 2010, 18.) ”Iloiset työntekijät” -vertaisryhmän jäsenet olivat kokeneet vertaisryhmän turvalliseksi ja ilmapiirin avoimeksi. Kuusi ryhmän jäsentä, koki ryhmästä olleen heille hyötyä. Yksi haastateltava sanoi haastattelijalle 4.5.2016, ettei oikein tiedä, onko vertaisryhmästä ollut hänelle mitään hyötyä. Toisaalta hän koki kuitenkin hyvänä sen, että oli saanut tutustu muihin avotyötoiminnassa käyviin ihmisiin ja kuullut heidän elämäntilanteistaan. Haastateltavat toivat haastattelutilanteissa esille sen, että vaikka vertaisryhmä oli tarkoitettu työllistymisestä kiinnostuneille, keskusteltiin ryhmän tapaamisissa myös paljon muista henkilökohtais-takin asioista.

Optimismi lisää toivoa. Vertaisryhmässä jonkun ryhmän jäsenen optimistinen asenne voi aivan kuin tarttua ja koko ryhmän optimistisuus kasvaa. Optimistinen ihminen suhtautuu tulevaisuuteen positiivisesti. Toiveikas ihminen uskoo, että asiat kääntyvät parhain päin. (Ojanen 2001, 357.)

Suurin osa haastateltavista nostivat esille vertaisryhmän **valtaistavan** vaikutuksen. Viisi seitsemästä koki, että itseluottamus oli parantunut ja heistä oli tullut reippaampia ja omatoimisimpia. Heille oli tullut halu pärjätä entistä enemmän itse. Kaksi ryhmän jäsentä kertoi, että palkkatyöstä kertyvä loma sai heidät tajuamaan, että kannattaa oikeasti rohkaistua ja lähteä tavoittelemaan palkkatyötä. Työtoiminnan johtaja oli kertonut heille yhdellä vertaisryhmän kokoontumiskerralla avotyötoiminnan ja palkkatyön eroista.

”Sain itselleni itseluottamusta, opin ainakin sen, ei menetä tukia. Joka kerralla on ollut vieras, saanut heiltä tietoa. Vertaisryhmän jälkeen tuli tunne, että haluan ehdottomasti palkkatyöhön ja uskon, että se on mahdollista.” 4.5.2016

Liisa Hokkasen (2014) tutkimuksessa nousi esille, että vertainen ja vapaaehtoinen auttaminen perustuvat molemminpuolisuuteen ja vapaaehtoiseen auttamiseen. Vertaistuki voidaankin määritellä vapaaehtoistoiminnan alalajiksi. Autettava voi kokea, että vertaistuesta on ollut hänelle paljon apua ja toinen voi taas kokea, ettei se ole juurikaan auttanut eteenpäin. (Hokkanen 2014,25) Suurin osa haastateltavista koki vertaisryhmän hyödyttäneen heitä

monella tavalla. Heidän luottamuksensa työllistymiseen kasvoi ryhmässä käytyjen keskustelujen myötä.

”Parasta oli se, kun töihin päässyt henkilö kävi kertomassa omasta työstä ja siitä, mitä kaikkea pitää tehdä. Siis tosi hyvä, että sellainen ihminen kävi, joka oli itse ollut vertaisryhmässä ja päässyt töihin. Me muutkin voidaan.”
25.4.2016

Yksi vertaisryhmän jäsen kertoi 25.4.2016 haastattelussa, että avotyötoimintaan pääseminen oli auttanut häntä muutenkin valtaistumaan. Hän asui vertaisryhmän alkaessa marraskuussa 2015 vielä mielenterveyskuntoutujien asumisyksikössä, mutta hyvin pian sen jälkeen hän pääsi muuttamaan omaan asuntoon. Työvalmentajien tuen hän koki hyvin tärkeäksi. Avotyötoimintapaikan hän koki valtaistavana ja esimiehen tuen erityisen tärkeänä.

”Kyllä se nosti itsetuntoa hurjasti, kun pääsin ihanaan paikkaan. Positiivista palautetta työskentelystäni ja halit päälle. Koin, että olen tärkeä ja työvalmentaja tsemppasi ja tuki minua.” 25.4.2016

6.3 Onnellisuus

6.3.1 Onnellisuuden kokemukset

Kaksi parisuhteessa olevaa vertaisryhmän jäsentä kokivat parisuhteen tärkeimpänä onnellisuutta tuotava asiana. Yksi haastateltavista kertoi matkustelun lisäävän hänen onnellisuuttaan. Matkustelu liittyi voimakkaasti ihmissuhteisiin, koska hänen sukulaisensa asuivat kaukana. Ihmissuhteiden lisäksi työ koettiin yhdeksi tärkeäksi onnellisuutta lisääväksi asiaksi. Työstä saatava palkka mahdollistaa haastateltavien mukaan monia heille tärkeitä asioita ja toisaalta se helpottaa myös ihmissuhteiden hoitamista, kun palkkatöistä saatavalla rahalla olisi mahdollista matkustaa useammin tai ostaa auto, jolla voisi kuljettaa tyttöystävää. Yksi haastateltava nosti esille sen, että onnellisuus on kiinni myös itsestä.

”Onnellisuus on vähän itsestäkin kiinni. Toisaalta olen onnellinen tämän hetken tilanteeseen, olen saanut toivomani uuden asunnon. Ehkä olisi vielä onnellisempi, mikäli työnantaja suostuisi maksamaan minulle palkkaa. Vähän vaikea juttu. Työkaverit ovat kivoja ja kaikki suunnilleen saman ikäisiä, töissä on niin mukava olla, että en ole halunnut lähteä muualle, vaikka työnantaja ei ole palkannut minua. Ehkä syksyllä voisin tehdä jotain muuta. En voi nyt lähteä, kun kesä tulee ja kiireet.” 4.5.2016

”siis, saan kulkea työkaverin kanssa töihin, samalla autolla päästään. On tunne, että kuulun johonkin, niin kun olen jotain. Minulla on työpaikka. Ainoa pelko

on Kelan tuet, jos ne ottaa ne pois, niin ei ole mitään hyötyä tehdä töitä.”
19.7.2016

Onnellisuuden taustalla näyttää universaalisti vaikuttavan erityisesti terveys ja perhe. Toimeentulon tärkeyttä ei voida myöskään vähätellä. (Hirvonen & Mangeloja 2005, 6.) Hirvosen ja Mangelojan (2005) mukaan kaikkea toimintaamme ohjaa pyrkimys lisätä ja säilyttää onnellisuuttamme. Tutkimusten mukaan onnelliset ihmiset voivat paremmin, pariutuvat helpommin ja elävät pidempään. (Hirvonen & Mangeloja 2005,5.)

Ryhmän jäsenet kertoivat (25.4.2016) minkälaiset asiat tuovat heille mielihyvää. Ihmissuhteet nousivat selvästi esille, samoin kuin asumisolosuhteet. Yksi ryhmän jäsen sai toivomansa asunnon haastattelujen välissä.

”Hei, sinulle en ole näyttänyt hääkuvaa” Yksi ryhmän jäsen esitteli innostuneena hääkuvaa tutkijalle. 25.4.2016

”Yksi asia, mistä olen tosi onnellinen tällä hetkellä, on uusi rivitaloasunto.”
4.5.2016

6.3.2 Varallisuuden vaikutus onnellisuuteen

Markku Ojasen (2001) mukaan elintason nousu ei välttämättä näy onnellisuuden lisääntymisenä. Onnellisuuden kokemisen ehtona näyttää kuitenkin olevan tietyn elintason saavuttaminen. (Ojanen 2001, 84.) Köyhyydessä pahinta näyttää olevan se, että ihminen ei pysty kontrolloimaan ja hallitsemaan elämäänsä niin, kuin haluaisi. Rahan puutteessa ihminen kokee, ettei voi tehdä juuri mitään. Ihminen joutuu muiden armoille, itsekunnioitus vähenee ja avuttomuus lisääntyy. (Ojanen 2001, 85.) Kaksi haastateltavaa toivat esille tärkeän asian. Ihminen voi tyytyä elämäänsä, vaikka leipä ei ole leveä. Kuitenkin heidän mukaansa tilanetta helpottaisi se, että hän saisi edes osa-aikatöitä ja hieman palkkaa. Silloin voisi ostaa bussikortin ja raha riittäisi ruokaankin. Markku Ojasen (2001) mukaan varakkaat ihmiset voivat valittaa bensiinin hinnan nousua tai sitä, ettei palkka riitä mihinkään. Tällöin on kuitenkin enemmänkin kyse siitä, ettei palkkaa ole koskaan tarpeeksi. Ihminen sopeutuu nopeasti siihen, mitä hänellä on. On selvää, että monet mukavuudet tekevät elämästä helpompaa. (Ojanen 2001, 83.)”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenten kohdalla kyse on lähinnä Aristoteleen esille ottamasta kohtuullisuudesta. Työpaikka mahdollistaisi perustarpeiden tyydytyksen nykyistä paremmin.

”On ollut sellanen tilanne, että mun on ollut valittava bussikortin tai ruoan välillä. Silloin olen ostanut ruokaa ja kävellyt.” 25.4.2016

”Yritetään ostaa kaikki punaisilla lapuilla ja silti saa aina laskea, riittääkö rahat. Tykkään tuosta työpaikasta (avotyötoiminta), mutta ottaisin vastaan palkkatyön. Työkaverit tykkäävät, mutta työnantaja ei suostu maksamaan palkkaa.” 4.5.2016

”Siis ei minulla koskaan ole ollut varsinaisesti rahapulaa. Nyt kun on työpaikka, voin kuitenkin alkaa säästää ajokorttiin, vaikka 20 euroa kuussa.” 25.4.2016

6.3.3 Koetun terveyden vaikutus onnellisuuteen

Oletettavasti tyypillinen tulos kaikissa onnellisuustutkimuksissa on onnellisuuden ja terveyden välinen voimakas korrelaatio. Ihmisen, jolla on voimakkaita kipuja ja joka tuntee itsensä sairaaksi, ei ole helppoa tuntea itseään onnelliseksi. 85 prosenttia ihmisistä, jotka kokivat itsensä onnelliseksi, olivat myös terveitä. Vastaavasti 13 prosenttia huonon tai erittäin huonon terveydentilan omaavista koki itsensä onnelliseksi. 63 prosenttia ihmisistä, jotka kokivat terveydentilansa huonoksi, kokivat itsensä onnettomiksi. Tutkimuksen tulokset eivät perustu lääkärin diagnooseihin, vaan ihmisten omiin arvioihin terveydentilastaan. (Hirvonen & Mangelaja 2006, 88–89.) Tämän tutkimuksen haastateltavat kokivat terveyden vaikuttavan onnellisuuteen lähinnä niin, että sairastuminen horjuttaa taloutta voimakkaasti.

”Kun on sairas, talous kaatuu. Silloin ei voi olla onnellinen.” 4.5.2016

”Eläkkeelle jääminen ei ole mikään helppo asia. Lääkäri kirjoitti paperit, ehkä sitä on jotenkin sairas, kun on eläkkeen saanut.” 4.5.2016

Ruut Veenhovenin (2010) mukaan terveyden ja onnellisuuden korrelaatio ei ole yllättävää. Yllättävää voi olla se, että mielenterveyden ja onnellisuuden korrelaatio on voimakkaampi, kuin fyysisen terveyden ja onnellisuuden. Fyysinen sairaus vähentää ymmärrettävästi onnellisuutta, vaikka useat tutkimukset osoittavat vakavasti sairaiden ja vammaisten keskuudessa merkittävää sopeutumista. (Veenhoven 2010, 346.) Tässä tutkimuksessa nousi selvästi esille se, että ryhmän jäsenet olivat tottuneet niihin fyysisiin rajoitteisiin, mitä heillä oli. Psykkisen voimien huonontuminen taas vaikutti selkeästi toimintakykyyn. Tällaisessa tilanteessa tuen tarve korostuu ja tukea tulisi olla satavissa. Kinnusen ym. (2011) mukaan onnellisuudessa ja terveydessä on useita samantapaisia piirteitä. Kun ihminen on saavuttanut elämisen ja elämänlaadun tason, hän tottuu siihen verrattain helposti. Vasta negatiivinen muutos voi tuoda mukanaan onnellisuuden tason laskua. (Kinnunen ym. 2011, 387.)

”Kyllä siinä tunsin itsensä aika onnettomaksi, kun oli työpaikka ja kaikki ja sitten selkä petti. Masennus siinä sitten tuli.” 4.5.2016

Sosiaalisten tilanteiden muutos ja pelkojen kohtaaminen edellyttävät yksilön toiminnan uudelleen suuntaamista. Tällöin joudutaan miettimään, miten on mahdollista saada uskoa sekä luottamusta muutoksiin, sekä päästä samalla itse elämässä eteenpäin. Ongelmat on eletävä ja niistä on kuntouduttava arjessa. Kuntoutus ei tapahdu pelkästään professionaalisissa kohtaamisissa, vaan myös niiden ulkopuolella. (Niemelä 2009, 209.)

Selän pettäminen oli vertaisryhmän jäsenelle selkeästi murhetta tuottava asia. Hän tunsin itsensä onnettomaksi siinä tilanteessa.

”Ihana kun joku välittää. Työvalmentaja soitti, kun oli huolissaan minusta. Kyllä tuntui hyvältä” 4.5.2016

Selkeästi välittäminen on tuntunut hyvältä. Vertaisryhmän jäsen kertoi, että aikoo lähteä syksyllä opiskelemaan, täytyy mennä eteenpäin. Toisaalta hänen apeuden huomasi, kun keskustelimme siitä, mistä hän tulee onnelliseksi.

”Kelaan kaikkia vanhoja juttuja. Minulla oli sellaisia käsittelemättömiä juttuja, jotka pitävät käsitellä. Oli kaikille parempi, että lopetin silloin. Työtoimintapaikan vastaava sanoi, että voit milloin vaan tulla takaisin, jos haluat” 25.4.2016

6.3.4 Voimaantuminen toimintamahdollisuuksien kautta

Ruut Veenhoven (2010) tuo esille, että toimintakyky ja toimintamahdollisuudet edistävät onnellisuutta. Hyvä toimintakyky toimintamahdollisuuksineen korreloi Veenhovenin mukaan onnellisuutta. Toimintamahdollisuudet ovat paremmat silloin, kun ihminen on onnellinen. Veenhoven tuo esille myös sen, että toimintakykyä ja mahdollisuuksia on arvioitava, jotta niitä voidaan tuetusti parantaa. (Veenhoven 2010, 346.) Vertaisryhmän jäsenet toivat haastatteluissa esille, että toimintamahdollisuuksien parantuminen on parantanut heidän elämänlaatuaan ja sitä kautta heillä on mahdollisuus onnellisempaan elämään. Näyttää siltä, että usealla vertaisryhmän jäsenellä oli aikaisemmin vaikea toimia muiden kanssa ryhmässä ja sosiaaliset tilanteet tuntuivat hankalilta. Toimintamahdollisuuksien tukeminen mahdollisti valtaistumisen ja voimaantumisen. Heidän toimintamahdollisuuksien lisääntyessä, myös kyky hoitaa asioista itsenäisesti ja omatoimisesti lisääntyi.

”Minusta on tullut omatoimisempi.” 25.4.2016

”Reippaus on lisääntynyt.” 25.4.2016”

”Luotaan itseeni enemmän kuin ennen.” 25.4.2016

Vastauksista nousi esille, että valtaistuminen on selkeästi yhteydessä autetuksi tulemiseen ja toimintamahdollisuuksien paranemisiin. Sosiaalinen toimintakyky on parantunut voimaantumisen kautta. ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet ovat saaneet lisää itseluottamusta asioiden hoitoon, he kokevat olevansa aikaisempaa omatoimisempia ja rohkeampia. Liisa Hokkasen (2014) mukaan ensimmäinen valtaistumiskokemus on tärkeä. Kun yksilö on kokenut valtaistumisen kerran, hänen on mahdollista ottaa se käyttöön seuraavassa tilanteessa luottavaisemmin, helpommin ja aikaisemmin. Auttajan on hyvä mieltää valtaistuminen prosessina ja itseään ruokkivana. (Hokkanen 2014, 43.) Valtaistumisprosessissa ei välttämättä ole oleellista se, kiehtooko voimaantumiseen tähtäävä toiminta, vaan se, mihin ongelmaan asiakas on hakemassa ratkaisua. Hokkanen (2014) tuo esille, että yksilö voi osallistua toimintaan lopputuloksen vuoksi. (Hokkanen 2014, 43.) ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenistä noin puolet osallistui vertaisryhmään sen vuoksi, että heillä oli selkeä ajatus edetä tuettuun työhön ja he toivoivat saavansa tietoa ja tukea saavuttaakseen tavoitteensa. Heille vertaisryhmän valtaistava vaikutus oli tarpeellinen tavoitteen saavuttamisen vuoksi.

”Siis se, kun työvalmentaja lähti kanssani kysymään töitä. Oli muuten aivan eri vastaanotto. Kelassakin ymmärsin paremmin, kun työvalmentaja vielä selitti mulle asiat. Nyt tuntuu, että uskallan itse yrittää enemmän kuin ennen. ”
4.5.2016

Haastateltavien keskustelusta nousee esille se, että toimintakyky sinänsä ei ole olennainen asia, vaan toimintamahdollisuudet nousevat esille. Tarvittavan tuen saaminen oikea-aikaisesti on ensiarvoisen tärkeää. Työvalmentajien avulla ryhmän jäsenten toimintamahdollisuudet ovat kasvaneet ja he kokevat itsensä piristyneemmiksi, omatoimisemmiksi ja heidän itsetuntonsa on parantunut. Sosiaalinen toimintakyky on parantunut toimintamahdollisuuksien parantumisen kautta. Senin (1993) mukaan toimintamahdollisuudet johtavat toimintoihin. Toiminnot muotoutuvat yksilön kykyjen mukaisiksi. Yksilö voi saavuttaa toimintoja itsenäisesti tai tuettuna. Yksilö voi kokea eri toiminnot eriarvoisina. (Sen 1993,31.) Tärkeää olisi tarjota tukea ja apua siihen, mitä asiakas arvostaa. Sen (1993,32) ei tee eroa sen välille, kykeneekö yksilö toimintaan itsenäisesti, vai tuetusti. Tärkeää on riittävä ja asiakkaan tilanteeseen oikeanlainen tuki. (Sen 1993,32.)

”Ennen en uskaltanut kunnolla edes ulos. Pelotti, että tuttu tulee vastaan, enkä osaa sanoa mitään. Kuntosalilla kävin silloin, kun siellä ei ollut muita. Työvalmentajan patistamaan uskaltauduin kokeilemaan työtoimintaa. Nyt olen samassa paikassa palkkatyössä.” 4.5.2016

6.3.5 Onnellisuuden täyttymys

Useiden tutkimusten mukaan jatkuva yksinolo ei ole hyvä kenellekään. Yksinolo voi olla haitallista ihmisen hyvinvoinnille ja terveydelle. Tutkimusten mukaan ihmiselle syntyy myönteisiä tunteita perheen ja ystävien kanssa vietetystä ajasta. Ihminen, jolla on vahva läheisverkosto, kokee elämäntyytyväisyyttä ja onnellisuutta todennäköisemmin, kuin yksinäinen ihminen. (Cohen & Fredrickson & Brown & Mikels & Conway 2009, 361–362.)

Kysyin tutkittavilta, mikä olisi heidän elämässään onnellisuuden täyttymys. Kaikki ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet yhtä lukuun ottamatta mainitsi perheen tärkeänä onnellisuutta tuottavana tekijänä. Kolme ryhmän jäsentä toivoivat itselleen kumppania ja yksi mainitsi perheen. Puoliso ja kumppani olivat tärkeimpiä onnellisuutta tuottavia asioita kahdelle ryhmän jäsenelle, jotka ovat tällä hetkellä parisuhteessa. Muut ryhmän jäsenet eivät seurustelleet haastattelujen tekemisen aikaan. Omakotitalo ja velattomuus ovat tärkeitä asioita, mutta vain yksi ryhmän jäsen mainitsi rahan onnea tuottavaksi asiaksi ja yksi ryhmän jäsenistä mainitsi lottovoiton. Työn mainitsi kolme ryhmän jäsentä, mutta työn osalta tärkeintä oli mielekäs tekeminen ja työkaverit. Tutkimukseen osallistuneet eivät suoranaisesti maininneet sosiaalityöntekijää tai työvalmentajaa sellaiseksi ihmiseksi, ketkä tekisi heidän onnelliseksi, mutta työvalmentajan he kokivat itselle tärkeänä henkilönä ja tärkeimpänä tukijana silloin, kun puhutaan ammatillisesta tuesta. Saikkosen, Blomgrenin, Karjalaisen ja Kivipellon (2015) tutkimusten mukaan elämänhallinta lisääntyy silloin, kun sosiaalityössä onnistutaan ja se voi johtaa polulle, minkä päässä on työpaikka. (Saikkonen ym. 2015.)

”Perhe ja omakotitalo, siinä ne ovat.” 4.5.2016

Martin E.P. Seligman ja Ed Diener (2008) ovat tutkineet erittäin onnellisia ihmisiä. Näistä ihmisistä kaikki yhtä lukuun ottamatta elivät parisuhteessa. Tutkijoiden mukaan onnellisten ihmisten seuraelämä on rikasta ja tyydyttävää. Erittäin onnelliset ihmiset viettävät vähiten aikaa yksinään ja ovat enimmän aikaa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Seligman 2008,75.) Sama nousi esille myös haastateltavien näkemyksistä. Moni vertaisryhmän jäsen osallistui ryhmään uusien ystävien toivossa. Yksinäisyys koettiin vaikeaksi asiaksi.

Vaikka raha ei tee onnelliseksi, vertaisryhmän jäsenten ajatus oli, että onnellisuuden täyttymykseen liittyy tilanne, jossa ollaan velattomia. Perhe, omakotitalo, terveys ja velattomuus ovat suurimman osan mielestä ne asiat, jotka tarvitaan täydelliseen onneen.

”Terveys työ ja perhe. Olen kerran menettänyt nämä kaikki. Kuntoutusta ja yrittämistä on tarvittu.” 4.5.2016

Elämää rajoittava köyhyys vähentää ihmisen mahdollisuuksia hyvään elämään, sekä onnen kokemiseen. Ihmisen onni ei kuitenkaan ole rahasta kiinni. (Ojanen 2001, 82.) Haastateltavat toivat esille sen, että heidän perustarpeet tulevat tyydyttyksi, mutta olisi mukava, jos aina ei tarvitsisi kaupassa katsoa punaisten lappujen, eli alennustuotteiden perään. Myös se, että rahaa ei riitä säästämiseen, vähentää vertaisryhmän jäsenten mahdollisuuksia hyvään elämään, koska esimerkiksi ajokortin- tai oman asunnon hankintaan on pystyttävä säästämään pitkäjänteisesti.

6.4 Yhteenveto tutkimustuloksista

Uuden sosiaalihuoltolain mukaan syrjäytymiskehitystä edistävät riskitekijät voivat liittyä mielenterveysongelmista, vammasta tai sairaudesta johtuvaan toimintakyvyn heikkenemiseen. Pelkän sosiaaliturvan varassa elävillä henkilöillä on suuri riski syrjäytyä. Tarvittava tuki syrjäytymisen ehkäisyyn ja ulkopuolisuuden tunteen torjumiseen voi yksittäisen henkilön kohdalla tarkoittaa hänen ohjaamistaan hänen kannaltaan mielekkääseen hyvinvointia edistävään toimintaan, sekä toimintamahdollisuuksien ja elämänhallinnan vahvistamista ja tukemista. (sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 11§.) ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenten toimeentulo on koostunut jo pitkän aikaan työkyvyttömyyseläkkeestä ja asumistuesta. Toimeentulotukea ei kukaan saa säännöllisesti, vaan useat ryhmän jäsenet ovat saaneet toimeentulotukea lyhytaikaisesti joihinkin yllättäviin tilanteisiin. Tällaisia tilanteita on syntynyt esimerkiksi takuuvuokrasta, yllättävästä sairastumisesta tai pidempiaikaisesta sairaalassaolosta. Sosiaalihuoltolain 11§ mukaiseen hyvinvointia edistävään toimintaan oli ohjattu kuutta seitsemästä vertaisryhmän jäsenestä. Heille ei ole silloin kerrottu muista mahdollisista vaihtoehdoista, joten heillä ei ole ollut vapautta valita. Yksi ryhmän jäsen on hakeutunut toimintaan itse. Kahden ryhmän jäsenen kohdalla ohjausta on antanut asumisyksikön ohjaajat ja kahden kohdalla aikuissosiaalityön palveluihin on ohjautettu aikuispsykiatrian poliklinikan ohjauksen kautta. Ryhmän jäsenten mukaan heidän palvelusuunnitelmiaan ei ole

päivitetty aikoihin. Sosiaalihuoltolain hengen mukaisesti asiakassuunnitelma on laadittava ja siihen kuuluu tavoitteiden laatiminen. Tavoitteisiin olisi tärkeä kirjata se, miten asiakkaan toimintamahdollisuuksia tuetaan ja miten hänen elämänlaatuaan vahvistetaan.

Vertaisryhmän jäsenet määrittivät toimintakyvyn lähinnä vakavan sairauden puuttumisena. He kaikki olivat olleet useita vuosia työkyvyttömyyseläkkeellä, eivätkä osanneet ajatella, että heidän toimintakykynsä olisi vajavainen. He olivat oppineet toiminaan niin, että pärjäävät olemassa olevalla toimintakyvyllä. Vertaisryhmällä oli selkeästi haasteita ja puutteita sosiaalisessa toimintakyvyssä. Sirpa Kannasojan (2013) mukaan sosiaalisen toimintakyvyn perustana ovat tiedot, taidot ja kyvyt. Kun sosiaalinen toimintakyky on vahva, yksilö pystyy pohtimaan eri tilanteisiin sopivaa toimintaa. Yksilön täytyy myös pystyä toteuttamaan toimintaa, mihin hän pohdintojen avulla päätyy. (Kannasoja 2013, 200.) Vertaisryhmän jäsenet tarvitsevat tukea sosiaalisen toimintakyvyn kehittämisessä. Haastattelujen aikana nousi esille se, että osa vertaisryhmän jäsenistä halusi luottaa läheisiin tai asumisen ohjaajiin, eivätkä lähteneet tavoittelemaan sitä, mitä kuitenkin omien puheiden mukaan tavoittelivat. Markku Ojasen (2001) mukaan kyse voi olla opitusta avuttomuudesta. Tällöin ihminen on tottunut siihen, että joku muu päättää hänen puolestaan, eikä hänen tarvitse ponnistella asioiden eteenpäin menemisen suhteen. (Ojanen 2001, 154.) Tällöin yksilö ei kuitenkaan ole vapaa toteuttamaan elämäänsä omien tavoitteiden mukaan (Sen 1990, 110).

”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet kokivat vertaisryhmän kokoontumisien aikana saamansa tuen erittäin merkittävänä. He saivat tukea työvalmentajalta, joka toimi tärkeänä yhteyshenkilönä myös silloin, kun he tarvitsivat muuta apua tai tukea aikuis-sosiaalityön tai aikuispsykiatrian puolelta. He kokivat työvalmentajan henkilönä, keneltä oli helppo pyytää apua silloin, kun apua tarvitsi. Tärkeänä he kokivat myös sen tiedon, mitä saivat aikaisemmin tuetussa työssä aikaisemmin olleelta henkilöltä. Tärkeää on se, että tietoa annetaan ymmärrettävästi. Vertaisryhmä koettiin voimaannuttavana.

Vertaisryhmän jäsenet toivoivat, että tuettu työllistyminen toisi myös edes vähän helpotusta taloudelliseen tilanteeseen. He olivat tottuneet käyttämään rahaa niin, että pääasiassa heidän ei tarvinnut tinkiä perustarpeista. Heillä oli kuitenkin toiveita sen suhteen, että rahaa olisi hieman enemmän. Tällöin pystyisi mahdollisesti myös säästämään vähän tulleisiin tarpeisiin. Ojasen (2001) mukaan rahan vähyys voi johtaa siihen, että ihminen kokee olevansa arvoton, koska ei voi tehdä juuri mitään. (Ojanen 2001, 85.) Raha ei tällä hetkellä riitä mihinkään ylimääräiseen.

Haastatteluissa nousi esille, että terveys vaikuttaa onnellisuuteen vertaisryhmän jäsenten kokemusten mukaan. Terveiden heikkeneminen johtaa nopeasti onnellisuuden

väheneeseen. Samalla se heikentää nopeasti toimintakykyä. Mielen terveyden korrelaatio on vielä fyysistä terveyttäkin voimakkaampi. Kinnusen ym. (2011) mukaan negatiivinen muutos voi aiheuttaa laskua onnellisuuden tasossa. (Kinnunen ym. 2011, 387).

Onnellisuuden täyttymys muodostuu vertaisryhmän jäsenten mielestä kumppanista, perheestä, mielekkästä asunnosta ja työstä. Myös terveys nähtiin tärkeänä. Aikaisemmat tutkimukset ovat päätyneet samansuuntaisiin tuloksiin. Yksinolo ei ole kenellekään hyväksi. Yksinäisyys voi vaikuttaa kielteisesti yksilön hyvinvointiin ja terveyteen. (Cohen ym. 2009, 368–369.) Vertaisryhmän jäsenet kokivatkin yhtenä työllistymistä seuraavana positiivisena asiana työtoverit, eli työpaikan myötä saavutetut ihmissuhteet. Avotyötoiminnan aikana ja tuettuun työhön siirryttäessä tärkein tukija oli selkeästi työvalmentaja. ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet kokivat työvalmentajan henkilönä, jota oli helppo lähestyä sekä työllistymiseen, että muuhun elämänhallintaan liittyvissä asioissa.

”Kävin S-ryhmän henkilöstöpäällikön juttusilla työvalmentajan kanssa. On siinä kyllä nainen (naurua). Ei se anna periksi. Uskon, että syksyllä minulla on työpaikka. Prisma tai ABC, kesän olen vielä entisessä. Vertaisryhmän aikana ja sen jälkeen asiat on mennyt parempaan suuntaan. Nyt on mukava asunto. Uskon, että kohta työpaikkakin, niin ja ehkä se tyttöystäväkin löytyy.”
19.7.2016

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1 Johtopäätökset

Tarkoitukseni oli selvittää, onko toimintakyvyn muutoksilla ja tuetulla työllistymisellä vaikutusta yksilön onnellisuuteen. Tutkimus on tapaustutkimus, joten tutkimustulokset eivät ole suoraan tilastollisesti yleistettävissä. Abduktiivisen päättelyn mukaisesti tutkimuksen tarkoitus muokkautui tutkimuksen edetessä. Tutkimusjoukko koostui seitsemästä ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenestä. He olivat osallistuneet työvalmentajien vetämään vertaisryhmään marraskuun 2015 - helmikuun 2016 aikana. Ensimmäiseen vertaisryhmään valittiin sellaisia työtoiminnan asiakkaita, joiden työtoiminta toteutettiin avotyötoimintana tavallisilla työpaikoilla ja jotka olivat kiinnostuneita tuetusta työllistymisestä. Vertaisryhmän kokoontumisten aikana he saivat konkreettista tietoa tuetusta työllistymisestä ja mahdollisista avoimista työpaikoista. Antti Särkelän (2001) mukaan asiakas on pidettävä mukana auttamisprosessissa aktiivisena toimijana, mikäli hänen halutaan kehittyvän. Asiakas saa itse olla mukana niiden toimenpiteiden suunnittelussa, mitä hän kokee tarvitsevansa. Tärkeää on, ettei asiakasta päästetä avuttomaan rooliin, joka kuvittelee, että työntekijä on asiantuntija hänen asiassaan. (Särkelä 2001, 64, 71.) Ryhmän kokoontumisten ohessa he saivat työvalmentajalta konkreettista apua esimerkiksi TE-toimistossa asioimiseen, työhaastatteluissa käymiseen, tukien selvittelyyn ja muihin työllistymiseen liittyviin asioihin. Abduktiivisen tutkimusotteen mukaisesti tutkimuksen aikana nousi esille asioita, jotka nostan esille tutkimustuloksia esiteltäessä.

”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet näkivät positiivisten ihmissuhteiden vaikutuksen onnellisuuteen selvänä. Aikaisempien tutkimusten mukaan parisuhde tarjoaa ihmiselle aivan kuin pakopaikan, etenkin tilanteissa, jossa muilla elämänalueilla on koettu stressiä. Parisuhteessa elävät ovat onnellisempia, kuin yksinelävät. Parisuhde nostaa usein myös itsetuntoa. (Hirvonen & Mangelaja 2006, 89.) Haastateltavat kokivat puolison, perheen ja läheisten tuovan heille eniten onnea. Haastateltavista kaksi elää parisuhteessa, mutta selkeästi parisuhde ja kumppani nousivat korkealle sijalle myös muiden puheissa pohdittaessa onnellisuutta lisääviä asioita. Vertaisryhmän jäsenten mielestä onnellinen elämä koostuu kumppanista, perheestä, kodista, ruoasta, työstä ja työkavereista. Haastateltavat kuitenkin toivoivat, että työllistymisen jälkeen myös ihmissuhteiden hoito saa uuden merkityksen ja toivo parisuhteesta eli voimakkaana haastateltavien puheessa.

Raha ei tämän tutkimuksen valossa tuo onnea, mutta vertaisryhmän jäsenet kokivat, että palkkasuhteinen työ voisi tuoda hieman enemmän rahallista vapautta elämään, kuin avotyötoiminta. Ojosen (2001) mukaan yksilön kannalta rahan puutteessa pahinta tuntuu olevan se, että ihminen kokee, ettei hän pysty hallitsemaan omaa elämäänsä niin, kuin haluaisi. Ihmisen itsekunnioitus nousee tilanteessa, missä hän kokee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä. (Ojosen 2001, 85.) ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän haastatteluissa nousi selkeästi esille se, että rahaa on tällä hetkellä sen verran vähän, että esimerkiksi ajokortin hankkiminen voi tuntua mahdottomalta. Pieni lisä kuukausituloihin voisi mahdollistaa ajokortin hankkimisen pidemmällä aikavälillä. Esille nousi myös se, että välillä voi olla tilanne, jossa joutuu arvioimaan ruoan ja bussikortin välillä. Tällöin yksilö ei pysty hallitsemaan elämäänsä niin, kuin itse haluaisi. Hirvonen & Mangeloja (2006) nostavat esille sen, ettei materialistinen ja oman varallisuuden maksimointiin pyrkivä elämänsä näytä olevan ihmiselle hyväksi. Materiaalisia tarpeita on vaikea tyydyttää täysin, koska aina löytyy jotain parempaa ja uutta. (Hirvonen & Mangeloja 2006, 72.) ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän tarpeet ja toiveet tuntuivat olevan sellaisia, jotka monelle muulle ovat aivan itsestään selviä elämää helpottavia tarpeita, ja jotka ovat suhteellisen helposti tyydytettävissä. Aristoteles (1989) nostaa esille kohtuullisuuden, joka on yksi osa hyvän eli onnellisen elämän tavoittelua. Osatyökykyisten tuettun työllistymisen paikan tavoittelu on selkeästi kohtuullista, eikä heillä ole työpaikan tavoittelussa mielessä taloudellisen hyvän maksimointi. Rahan keräämiseen keskittyvä elämäntapa voi olla pakon sanelema, eikä silloin rikkaus ole se hyvä, jota tavoitellaan. Raha, mitä haastateltavat voivat työstään saada on käyttöä varten ja palvelee selkeästi jotain tarkoitusta. (EN 1096a.)

”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet kokivat vertaisryhmän tuen valtaistavana. Vaikka vertaisryhmän jäsenillä on avun ja tuen tarvetta joissakin asioissa, on hyvä muistaa, että myös heillä on oikeus olla oman elämänsä isäntiä ja kieltäytyä asioista, jotka eivät tunnu hyviltä ja onnea tuottavilta. Bam Björlingin (2005) mukaan vertaistuessa on kysymys siitä, ettei ihmisiä ajatella pelkästään toiminnan objekteina, vaan muutoksen subjekteina. Björling on kuvannut valtaistamis -mallin malliksi, jossa asiakkaat itse muuttuvat prosessin aikana ja tekevät itse valtaistamis -työnsä. Asiakas tarvitsee ehkä ulkopuolista apua ja tukea siihen, että hän pystyy tunnistamaan omat voimavaransa. Keskeistä on se, että yksilön voimavaroihin ja vaikutusmahdollisuuksiin uskotaan. Ihmisestä voi tulla kasvun kautta oman elämänsä toimija. (Björling 2005,175.) Oikeanlaisen tuen saaminen oikeaan aikaan nousikin tutkimuksessa tärkeään asemaan. Toimintakykyä tukemalla myös onnellisuus lisääntyy.

Haastatteluissa nousi selkeästi esille se, että kehitysvammaisten henkilöiden kohdalla muut henkilöt, kuten läheiset ja asumisen ohjaaja vaikuttivat enemmän ratkaisuun sen suhteen, miten he tuettuun työllistymiseen liittyvissä asioissa etenivät. Molemmat kehitysvammaiset ryhmän jäsenet tulivat siihen lopputulokseen, että jatkavat tutussa avotyötoimintapaikassa. Ojasen (2001) mukaan mielenterveyskuntoutujilla ja kehitysvammaisilla henkilöillä on nähtävissä opittua avuttomuutta. Kun ihminen on muita heikompi, häntä pyritään ymmärtämään ja hänelle osoitetaan empatiaa. Ihminen voi oppia avuttomaksi tilanteessa, missä hän ei tiedä mitä pitäisi tehdä. Yksilö voi kokea, että se mitä hän tekee ja yrittää, ei vaikuta mihinkään. (Ojanen 2001, 173–174.) Hän voi ajatella, että muut ovat vastuussa hänen asioistaan. Tämä tuli selkeästi esille tutkimuksessa erityisesti kehitysvammaisten ryhmän jäsenten kohdalla. Läheiset ihmiset mukaan luettuna asumisen ohjaajat nähtiin henkilöinä, jotka aivan kuin vastaavat heidän elämän sujumisesta ja tavoitteiden asettamisesta. He tarvitsevat aikaa, sekä pitkäaikaista ja suunnitelmallista tukea. Asiakkaalla on oltava aikaa muutokselle. Aristoteles (1989) nostaa esille heikkoluonteisuuden käsitteen. Hän määrittelee heikkoluonteiseksi henkilön, joka on tietämätön omista oikeuksistaan ja mahdollisuuksistaan. Heikkoluonteisuus voi esiintyä voimattomuutena. (EN 1147a, 1150b.) Tutkimustulosten valossa näyttää siltä, että osa vertaisryhmän jäsenistä kaipaa edelleen mahdollisuutta tukeen tuettuun työllistymiseen liittyvissä asioissa. Kehitysvammaisten kohdalla on tärkeä antaa myös tukiverkostolle mahdollisuus saada tietoa tuettuun työllistymiseen ja itsenäistymiseen liittyvissä asioissa. Sirpa Kannasoja (2013) nostaa väitöskirjassaan esille sen, että sosiaalisessa toimintakyvyssä on pitkälti kysymys asenteesta. Tavoitteellinen asenne on hyvän sosiaalisen toimintakyvyn edellytys. Tavoitteellisesti toimivalla yksilöllä on olemassa tavoite, johon hän toiminnallaan pyrkii. (Kannasoja 2013, 201.) Tämän- ja aikaisempien tutkimusten valossa näyttää siltä, että sosiaalisen toimintakyvyn ja tavoitteellisen asenteen vahvistaminen ovat tärkeitä onnellisuuden näkökulmasta. Osatyökykyisten, sosiaalipalveluiden piirissä olevien asiakkaiden läheisille on annettava mahdollisuus oman asenteen muokkaamiseen. Oikean tiedon saaminen helpottaa myös omien asenteiden muokkaamista. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812) velvoittaa sosiaalihuoltoa tarjoavaa tahoa ottamaan huomioon asiakkaan toiveet ja mielipiteet. Sosiaalihuollon henkilöstön on kerrottava asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa, sekä erilaiset vaihtoehdot. Selvitys on annettava niin, että asiakas sen ymmärtää. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812.)

Toimintamahdollisuuksien tukeminen on erityisen tärkeää silloin, kun toimintakyky on laskenut psyykkisen pahoinvoinnin vuoksi. Tällaisessa tilanteessa tukea on tärkeä

tarjota mahdollisimman nopeasti, että asiakkaan toimintakykyä ja toimintamahdollisuuksia pystyttäisiin tukemalla parantamaan mahdollisimman nopeasti. Thomas Schwandtin (2004) mukaan kuntoutuksessa tulisi lähteä tavoittelemaan itsemääräämisoikeutta ja toiminnan tulisi suuntautua kuntoutujan sosiaaliseen ja psykologiseen ympäristöön. (Schwandt 2004, 20.) Amartya Senin toimintamahdollisuuksien teorian pohjalle tukeutuva työote pyrkii suuntautumaan kuntoutujan omaan ympäristöön ja huomiomaan asiakkaan itsemääräämisoikeuden. (Sen 1993,31.) Myös uusi sosiaalihuoltolaki (1301/2014) lähtee siitä, että viranomaisten on yhteistyössä asiakkaan kanssa edistettävä ja tuettava tuen tarpeessa olevien yksilöiden hyvinvointia, sekä poistettava epäkohtia ja ehkäistävä niiden syntymistä. (sosiaalihuoltolaki 1301/2014.) Asiakkaan toimintamahdollisuuksia ja sitä kautta toimintakykyä tukemalla on samalla mahdollista tukea asiakkaan onnellisuutta ja mahdollistaa hänelle elämä, joka on hänelle itselle tyydyttävää ja onnellista elämää. Tukea pitäisi olla kohtuullisen helposti saatavilla silloin saatavilla, kun ihmisen omat voimavarat eivät riitä. Autettavan omatoimisuus saattaa laskea ja samalla passiivisuus lisääntyä, mikäli tuen antamisen yhteydessä ei henkilöä tueta käyttämään omia voimavarojaan. (Särkelä 2001, 64.) Sosiaalityön osuutta aikuissosiaalityön prosessin johtajana tulisi vahvistaa niin, että asiakkaalla olisi paremmat mahdollisuudet valita hänelle parhaiten sopivat sosiaalipalvelut yhdessä hänen asioistaan vastaavien työntekijöiden kanssa, sekä edetä tavoitteisiin yksilöllisesti. Vertaisryhmän jäsenet olivat itse ilmaisseet halukkuutensa osallistua ryhmään. Ryhmän toiminnan tarkoitus oli heille selvä ja useimmat kokivatkin saaneensa apu ja tukea työllistymiseen liittyvissä asioissa, mutta samalla he kokivat omatoimisuutensa lisääntyneen. Apu ja tuki pystyttiin suuntaamaan heille, jotka kokivat sitä tarvitsevansa. Samalla heidän oma toimintakykynsä parani selvästi. Antti Särkelän (2001) mukaan tärkeää on se, ettei asiakasta päästetä avuttomaan rooliin, joka kuvittelee, että työntekijä on asiantuntija hänen asiassaan (Särkelä 2001, 71).

Muutosprosessissa ihminen saa omat voimavarat käyttöön ryhmän tuella, omia valintoja ja oivalluksia tehden. Muutosprosesseissa on tärkeää, että ihminen antaa itselle aikaa käydä läpi prosesseja. Muutosten läpikäyminen vaatii rohkeutta. (Laimio & Karnell 2010, 11–12.) Osa vertaisryhmän jäsenistä halusi edelleen jatkaa avotyötoiminnassa, mutta hekin ovat prosessoineet asiaa. Prosessi voi johtaa heidänkin kohdallaan muutokseen. Timo Airaksisen (2001) ja Amartya Senin (1993) määrittelyjen mukaan toimintamahdollisuus- ja onnellisuuskäsitteet ovat lähellä toisiaan. Näyttää siltä, että yksilö, joka kokee olevansa arvokas ja vapaa tekemään valintoja elämässään joko tuettuna tai ilman, voi kokea tyytyväisyyttä elämäntilanteeseensa ja elää onnellista elämää. Selkeästi oli nähtävillä se, että yksi

positiivinen voimaantumisen kokemus auttoi yksilöä siinä, että hän rohkeni lähteä tavoittelevaan seuraavaa muutosta. (Sen 1993, 31 & Airaksinen 2001, 177.)

”Kyl mä nyt luota siihen, että emäntäkin löytyy. On kuitenkin työpaikka ja vielä vakituinen. Kyllä se varmaan vaikuttaa, siis naisten silmissä.” 19.7.2016

Amartya Sen (1992) puhuu toiminnasta, joka mahdollistuu toimintakyvyn kautta. Toimintakykyyn tarvitaan taas mahdollista toimintamahdollisuuksien tukemista. Toiminta, joka on ollut yksilön tavoitteena lisää toteutuessaan onnellisuutta. (Sen 1992, 266–267.) Työn ilo ja onnellisuus siitä, että on saanut palkallisen työpaikan, hehkui muutaman vertaisryhmän jäsenen kasvoilla. He olivat saaneet lisää toimintamahdollisuuksia tuettuna. Toimintamahdollisuuksien parantumisella on selkeä vaikutus heidän onnellisuuteen. Toimintakyky parani toimintamahdollisuuksien tukemisen kautta ja mahdollisti itse toiminnan eli työllistymisen.

Autetuksi tulemisen näkökulmasta mielenkiintoista on se, että asiakas on valmis toimintaan lopputuloksen vuoksi, vaikka itse toiminta ei häntä kiehtoisiakaan. Välitavoitteisiin pääseminen rakentaa sekä suuntaa toimintaa eteenpäin. Valtaistumisen kannalta on tärkeä yhdistää prosessi- ja päämääränäkökulmat. (Hokkanen 2014,43.) Tutkimuksessa nousi esille se, että kaikki vertaisryhmän jäsenet eivät tällä kertaa päätyneet palkkatyöhön, mutta kokivat hyötynensä vertaisryhmästä. Heidän tukemistaan on erityisen tärkeä jatkaa, koska näyttää siltä, että myös he ovat kokeneet voimaantumista, vaikka eivät tällä kertaa päätyneet toimintaan, eli tuettuun työllistymiseen asti. Kaikki vertaisryhmän jäsenet kertoivat viimeisessä yhteisessä haastattelussa 4.5.2016, että he uskovat voivansa työllistyä tuetusti ja he haluavansa palkkatöihin.

”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmässä toteutettu tapaustutkimus osoittaa selkeästi sen, että sosiaalityön asiakkaiden toimintamahdollisuuksia on tuettava, jotta heidän toimintakykynsä vahvistuisi. Toimintakyvyn vahvistumisen kautta heillä on mahdollisuus toteuttaa sitä toimintaa, mitä he tavoittelevat. Tavoitteeseen pääseminen lisää tyytyväisyyttä elämään ja tätä kautta onnellisuutta. Saikkosen & Blomgrenin ym. (2015) mukaan toimeentulotuen siirtyminen Kelaan luo painetta sosiaalityön uudistamiselle, koska tällä hetkellä toimeentulotukeen liittyvät toimet vievät aikaa muusta sosiaalityöstä. Uudistuksen myötä olisikin hyvä tilaisuus vahvistaa sosiaalityötä ja samalla uudistaa käytäntöjä työtoiminnan asiakkaiden asioista vastaavien tahojen kanssa niin, että painopiste olisi entistä enemmän tuetun työllistämisen palveluissa. (Saikkonen & Blomgren & Karjalainen & Kivipelto 2015,59.) Onnistunut sosiaalityö näkyy asiakkaan elämänhallinnan lisääntymisenä ja tavoitteiden toteutumisena, eli työllistymiseen johtavan polun löytämisenä silloin, kun työllistyminen on

asiakkaan tavoitteena. (Saikkonen ym.2015,11.) Asiakas saa tärkeän voimaantumisen kokemuksen ja yksilönä hän voi voimaantua myös muiden asioiden hoitamisen suhteen. Larry Seidlitz ja Ed Diener (1993) kirjoittavat hyvinvoinnista. Hyvinvoiva ihminen on onnellinen ja tyytyväinen elämäänsä. (Seidlitz & Diener 1993, 654.)

Juha Sihvolan (1994) mukaan Aristoteles näki tärkeänä myös valtion onnellisuuden. Valtion onnellisuus on mahdollista vain, jos ainakin suurin osa sen kansalaisista on onnellisia. (Sihvola 1994,55.) Aristoteleen ajatuksia mukaillen tutkimustulosten valossa näyttää siltä, että hallituksen esitys avotyötoiminnan lopettamisesta lisäisi onnellisuutta, mikäli toimintamahdollisuuksia tuetaan niin, että työllistyminen onnistuisi niiden asiakkaiden kohdalla, jotka asettavat sen tavoitteekseen. Samalla, kun tämä lisäisi sosiaalihuollon asiakkaana olevien kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien onnellisuutta, voidaan ajatella, että myös valtion onnellisuus lisääntyisi. Sihvolan (1994) mukaan Aristoteles korosti valtion vastuuta kansalaisten toimeentulosta. Valtion on pidettävä huoli kansalaisistaan niin, etteivät he köyhyä liikaa, koska liika köyhtyminen voi tehdä hyvän elämän mahdottomaksi. Kuitenkaan suora taloudellinen avustus ei hänen mukaansa ole paras mahdollinen keino pitää huolta apua tarvitsevista kansalaisista. Valtion intervention päämääränä tulisi olla kansalaisten toimintavapauden lisääminen. (Sihvola 1994, 171–172.) Tämän tutkimuksen valossa näyttää siltä, että tuettuun työllistämiseen resursoiminen on kannattavaa myös valtiotaholta. Se kannustaa asiakkaita elämään, jossa he ottavat entistä enemmän vastuuta itsestään. Samalla asiakkaiden onnellisuus lisääntyy. Tutkimuksen valossa näyttää siltä, että hyvä toimintakyky ja onnellisuus ovat käsitteinä hyvin lähellä toisiaan. Toimintakykyinen ihminen voi toteuttaa itsensä ja elää hyvää elämää. Kun hän tyytyy kohtuullisuuteen, hän voi tuntea itsensä onnelliseksi.

7.2 Pohdintaa

Psykoterapeutti Richard Lazarus (2003) kysyy artikkelissaan ”Miksi jatkuvaa onnellisuutta tulisi pitää oleellisena tai edes tärkeänä hyvän elämän kannalta?” Lazarus pohjaa ajatuksensa siihen, että elämä on enemmän tai vähemmän kamppailua jokaiselle. (Lazarus 2003, 173.) Tutkimustuloksia tarkastellessa uskon, että onnellisuuden kokemukset ovat tärkeitä jokaiselle ja me tarvitsemme niitä. Vielä tärkeämpää näyttää kuitenkin olevan se, että olemme tyytyväisiä siihen, mitä meillä on. Toisaalta ihminen tarvitsee unelmia ja jotain mitä tavoitella. Meillä on pyrkimys onnelliseen ja tyydyttävään elämään. Vaikka ”Iloiset työntekijät”-

vertaisryhmän jäsenet kokivat elävänsä tyydyttävää ja hyvää elämää jo ennen vertaisryhmää. He kokivat voimaantumista vertaisryhmän kokoontumisten aikana ja niiden jälkeen. Heille annettiin mahdollisuus tehdä valintoja ja he saivat tietoa realistisella tasolla omista oikeuksistaan, sekä mahdollisuuksista. Heille tuli kokemus siitä, että he ovat tärkeitä ja heillä on aidosti mahdollisuus vaikuttaa siihen, miten työntekijät työskentelevät heidän kanssaan ja että heillä on mahdollisuus vaikuttaa myös lopputulokseen.

Vaikeudet ovat voitettavissa, kun suuntaamme ajatuksemme niihin vahvuuksiin, mitä meillä on ja jätämme heikkouksien pohtimisen vähemmälle. Mielenterveyskuntoutujien ja kehitysvammaisten kanssa työskentelevien olisi hyvä muistaa tämä ja kannustaa asiakkaita ottamaan vastuuta itsestään. Joskus se tapahtuu yrityksen ja erehdyksen kautta, mutta eikö sekin ole sallittavaa elämässä. Liian suojeleva työote voi tappaa asiakkaan oma-toimisuuden. Ei aina tarvitse ottaa ”varman päälle”. ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet ovat saaneet tuekseen työvalmentajat, jotka uskovat asiakkaisiin ja pyrkivät antamaan heille mahdollisuuksia. Uskon, että tällä on merkitystä sille, miten asiakkaat pääsevät eteenpäin toteuttamaan omia unelmiaan.

Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmä on esittänyt avotyötoiminnan lopettamista. Ajatuksena esitys on hyvä ja kannatettava. Kenelläkään ei tulisi teettää työtä ilman palkkaa, eikä sen tulisi olla ainakaan laillista. Kuitenkin olisi hyvä ottaa huomioon tämän päivän realiteetit. Työpaikat ovat entistä enemmän piilotyöpaikkoja, joita on osattava etsiä. Työnantajilla on mahdollisuus palkata avoimeen paikkaan useista hakijoista juuri heille sopivin. Keskustelin TE-toimiston virkailijan kanssa siitä, mitkä asiat hän näkee suurimpana haasteena kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien työllistymiselle. Hän mainitsi kaksi asiaa. Ensinnäkin se, että työn vaatimukset eivät kohtaa työnhakijoiden kanssa, eivätkä työnantajat laita enää kaikkia työpaikkoja avoimeen hakuun, vaan hakevat työntekijöitä niin, että työpaikat eivät tule julkiseen hakuun. Tällaisissa tilanteissa on painoarvoa esimerkiksi sillä, miten ”myyvä” työnhakija osaa cv:ssä olla. Tällöin ”Iloiset työntekijät”-vertaisryhmän jäsenet jäävät valitettavasti ulkopuolelle. Suomesta on katoamassa niin sanonut aputyöpaikat, joihin aikaisemmin pääsi suoraan kansakoulun penkiltä. Olen ollut tilaisuudessa, joissa on haikailtu entisten työvoimatoimistojen perään, joissa oli oikeasti työllitystoimintaa. Muistan työvoimatoimiston käytävän seinillä olleet lappuset, joissa oli työpaikan puhelinnumero ja siihen soittamalla saattoi päästä työhaastatteluun ja jopa töihin. Olisiko mahdollista miettiä osatyökykyisten työllistämistä siltä kantilta, että työllistyessään osa-aikaisesti he tarvitsevat yhteiskunnan tukea aikaisempaa vähemmän. Yksi suuri haaste on se, että erityisammattikoulut kouluttavat ammattilaisia, mutta näiden ammattilaisten on vaikea päästä

töihin. Uskon kuitenkin, että kulutukseen hakeudutaan siinä toivossa, että myöhemmin olisi mahdollista tehdä töitä juuri sillä alalla.

Opittu avuttomuus on asia, jonka ääreen jokaisen sosiaalialalla olisi hyvä py-sähtyä. Kannustammeko, kuljemmeko rinnalla tarvittavan matkan, vai opetammeko asiakaita avuttomiksi. Avuton asiakas voi olla helppo, mutta asiakkailla on oikeus parempaan. Markku Ojasen (2013) mukaan ihmisellä on kyky sopeutua mitä erilaisimpiin olosuhteisiin. (Ojanen 2013,171.) Työntekijöinä emme voi kuitenkaan katsoa sivusta sitä, että asiakkaat ovat aivan kuin sopeutuneet vallitsevaan tilanteeseen. Sosiaalihuollon asiakkailla on oikeus kokea onnistumisen hetkiä, onnellisuutta ja sitä, että heidän toimintamahdollisuuksiaan tuetaan niin, että he saavat mahdollisimman hyvän, täysipainoisen ja omannäköisen elämän. Opittua avuttomuutta olisi mielenkiintoista tutkia enemmän. Tutkimuksia ei löytynyt, mutta ilmiö kuitenkin varmasti tunnistetaan. Kehitysvammaiset nuoret itsenäistyvät aikaisempaa nuorempina. Ennaltaehkäiseekö se opittua avuttomuutta? Myös mielenterveyskuntoutujien kohdalla asiaa on hyvä pohtia ja asiakkaiden kokonaisvaltaista kuntoutusta tehostaa heti, kun asiakkaalla on vähänkään voimavaroja työskennellä oman itsensä kuntouttamisen eteen. Tämän näen haasteena aikuissosiaalityössä. Pohdin sitä, olisiko psykiatrisen poliklinikan asiakastyötä kehitettävä enemmän asiakasta tukevaan ja yhteistyötä tekevään suuntaan. Asiakkaalle on hyvä antaa vastuuta, mutta myös tukea siinä vaiheessa, kun hänellä ei itsellä ole voimavaroja esimerkiksi hoitoon sitoutumiseen. Olen kuullut surullisia tarinoita siitä, että asiakas, joka ei kykene menemään hänelle sovitulle käynnille saa kotiin kirjeen, jossa ilmoitetaan asiakassuhteen päättyvän, koska asiakas ei sitoudu. Tällaisissa tilanteissa yhteistyö olisi erityisen tärkeä kaikkien niiden kanssa, jotka työskentelevät juuri kyseisen asiakkaan asioissa. Asiakkaan rinnalle yhdessä tulemalla pääsemme todennäköisesti parempaan lopputulokseen, kuin niin, että jokainen tekee juuri sen, mikä itselle kuuluu. Tällöin asiakkaan kokonaistilanne ei välttämättä ole kenenkään tiedossa.

Layard (2005) on nähnyt yhteiskunnan epäkohtiin puuttumisen onnellisuutta tehokkaimmin parantavana toimenpiteenä. Hän näkee erityisen tärkeänä mielenterveyskuntoutujien tukemisen ja kuntoutuksen. (Layard 2005,145.) Hirvosen ja Mangelojan (2005,11) mukaan ei voi unohtaa sitä, että EVA:n onnellisuusraportin ”kahdeksan kymmenestä” tulos jättää yli miljoona suomalaista onnettomaksi. Huomion arvoista on myös se, ettei suomalaisten onnellisuudessa ole mainittavaa muutosta positiiviseen suuntaan viimeisen kahdenkymmenenviiden vuoden aikaa, vaikka samaan aikaan talous on kasvanut 2,6 prosentin vuosivauhdilla (Hirvonen & Mangeloja 2005,11.) Nämä tulokset vahvistavat sitä, että toiminta-

kyvyn ja hyvinvoinnin tukemiseen kannattaa käyttää voimavaroja ja epäkohtiin olisi puututtava. Sote-uudistuksessa on tärkeää, että suunnitteluryhmissä on mukana asiantuntijoita myös mielenterveyspuolelta. Toimintakyvyn tukemiseen on hyvä kiinnittää huomiota, koska lääkehoito ei selvästikään ole paras mahdollinen ratkaisu kuntoutuksessa, vaikka se voikin olla hyvin tarpeellinen osa kuntoutumista.

Työvalmentajien kanssa keskustellessa he ovat tuoneet esille sitä, miten vaikeaa sosiaalipalvelujen asiakkaiden on asioida Kelan palveluissa, TE-toimistoissa ja muissa virastoissa. Virastojen henkilökunnan käyttämä kieli voi olla heille vaikeaa ja he voivat häitäntyä, kun kotiin tulee kirje mahdollisesta takaisinperinnästä, vaikka se ei tarkoittaisikaan vielä muuta, kuin asioiden selvittämistä. Tällaisessa tilanteessa he tarvitsevat tukea. Olisi ihanteellista, jos sosiaalipalveluissa, esimerkiksi aikuissosiaalityössä työskentelisi yksi henkilö sitä varten, että hän voisi tarvittaessa auttaa asiakkaita tällaisissa tilanteissa. Ei riitä, että on olemassa palvelu johon voi soittaa. Tarvittaisiin ihminen, joka on mahdollista tavata ja joka voi sovittaessa lähteä mukaan selvittämään asiakkaan tilannetta. Moni asiakas pääsisi todennäköisesti eteenpäin jo tällä. Kelan tukiin, esimerkiksi asumistuen osalta tarvittaisiin enemmän harkinnanvaraisuutta. Ei voi olla oikein, että asiakkaalle, jonka tulot ovat muutoinkin pienet jää alle 200 euroa enemmän käteen siitä, että hän käy töissä, kun jäisi avotyötoiminnassa. Työmatkan hän joutuu kustantamaan luonnollisesti itse, kun taas avotyötoiminnan matkoihin on mahdollista saada tukea. Tällaiset epäkohdat pitäisi saada purettua järjestelmistä.

Mielenkiintoista haastateltavien kohdalla oli se, ettei kukaan haastateltavista maininnut uskoa onnellisuutta lisäävänä asiana, vaikka useissa tutkimuksissa uskonto on todettu turvallisuutta ja onnellisuutta tuovaksi asiaksi. Mangeloja ym. (2005) tuovat esille uskonnon positiivisen merkityksen onnellisuuteen (Mangeloja & Hirvonen 2005,9) Mielenkiintoista olisi selvittää, miten haastateltavat kokisivat uskonnon ja onnellisuuden suhteen, jos sitä erikseen tutkittaisiin, vai onko se heille asia, jota he eivät ole pohtineet.

”Kuuntele itseäsi, älä anna muiden unelmien vallata elämäsi.

Elä omaa totuuttasi hienotunteisesti ja myötätuntoisesti itseäsi ja muita kohtaan. Älä anna ihmisten odotusten sysätä sinua tasapainosta.

Pysähdy keskukseesi varmana siitä, että olet hyvä ja kelpaat hyvin.

Kieltäydy ystävällisesti ja ilmaise tarpeesi. Se on elämistä omassa voimassasi.”
(Ehdin 2008,250.)

Kirjallisuus:

- Airaksinen, T (2006) *Onnellisuuden opas*. Helsinki: WSOY.
- Alasuutari, P (1995) *Researching culture. Qualitative Method and Cultural Studies*. London: Sage Publications.
- Antila O, Kerminen P, & Nissinen P, & Paaermaa P, & Tossavainen H, & Tötterman, P & Liski-Wallentowitsh (2013) *Osatyökykyisten työllistymisen edistäminen. Toimintaohjelmaa valmistelevalle työryhmälle välimietintö*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Anttila, P (1996) *Tutkimisen taito ja tiedon hankinta Taito- taide ja muotoilualojen tutkimuksen työvälineet*. Jyväskylä: Gummerus.
- Aristoteles (1989) *Nikomakhoksen etiikka*. suom. Simo Knuutila. Tampere: Gaudeamus.
- Aspvik, U (2003) *Psyykkisesti vajaakuntoisten avotyötoiminta: Toiminnan kehittämisprosessi ja merkitys osallistujien elämälaadulle*. Oulu: Oulun yliopisto: väitöskirja.
- Bergman, M & Paavola, S (toim.) (2004) *The Commens Dictionary. Peirce`s Terms in His Own words. New edition*. <http://www.commens.org/dictionary/term/abduction#>. viitattu 16.5.2016.
- Björklund, L & Sarlio-Siintola, S (2010) *Inhimilliset toimintavalmiudet suomalaisessa hyvinvointipolitiikassa*. Teoksessa: Hiilamo, H & Saari, J (toim.). *Hyvinvoinnin uusi politiikka. Johdatus sosiaalisiin mahdollisuuksiin*. Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu. S. 37-70.
- Björling, B (2005) *Empowerment – Modeord Eller Framtida Möjlighet*. Teoksessa Hilte, M (toim.) *Kön, Behandling och Kunskap – om Oliga Vägar ut ur Missbruk och Social Marginalisering*. Lund: Studentlitteratur s. 173-180.
- Cohen, G.A (1993) *Equality of What? On Welfare, Goods, and Capabilities*. Teoksessa: Nussbaum, M & Sen, A (toim.): *The Quality of Life*. Oxford: Clarendon Press.
- Cohn, MA & Fredrickson, BL & Brown SL & Mikels, JA & Conway, AM (2009) *Happiness Unpacked: Positive Emotions Increase Life Satisfaction by Building Resilience*. *Emotion*. (2009) June 9 (3). s. 362-388.
- Diener, E & Diener, C (1996) *Most People Are Happy*. *Psychological Science*, Vol. 13, no 1.

- Diener, E & Suh, E.M & Smith, H & Shao, L (1999) Subjective Well-Being. Three Decades of Progress. Teoksessa: Psychological Bulletin. vol. 125 no.2, s. 276-302: University of Illinois.
- Easterlin, R (2004) The Economic of Happiness. Daedalus: The MIT press.
- Ehdin, S (2008) Sisäinen menestys. Helsinki. Wsoy.
- Ehdin, S (2010) Enemmän energiaa. Kohti rikasta, onnellista ja terveellistä elämää. Helsinki: Basam Books Oy.
- Eskola, J & Suoranta, J (2001) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Freire, P (2005) Pedagogy of The Oppressed. England: Middlesex.
- Grönfors M (1985) Kvalitatiiviset kenttätö-menetelmät. 2.painos. Porvoo: WSOY.
- Haapakoski, K (2015) Hyvä kuntoutustutkimustyössä: Abduktiivinen tutkimus kuntoutustutkimustyön hyväksityksellisistä ristiriidoista. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Hakaniemi, K (2016) Suurin osa on selviytyjiä. Onnellisuustutkija Markku Ojanen jakaa hämmästellä ihmisen kykyä nousta yhä uudelleen jaloilleen. Mutta onko hän itse onnellinen? Teoksessa: Kouvolan sanomat 9.10.2016, sunnuntailiite.
- Hellsten Sirkku (1994) Toimintamahdollisuudet sosiaalipolitiikan oikeudenmukaisuuden kriteerinä s. 39–44. Teoksessa: Niin ja Näin filosofinen aikakauslehti 1/1995. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.
- Hiltunen, P (1983) Oikeesti työssä. Työkokeilun ja sen ristiriitojen kuvaus. Valtakunnallisen tutkimus- ja kokeiluyksikön julkaisuja 19. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Hirsjärvi, S & Hurme, H (2001) Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Helsinki University Press.
- Hokkanen, L (2014) Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Hirsjärvi, S & Remes, P & Sajavaara, P (2013) Tutki ja kirjoita. 18.painos. Helsinki: Tammi.
- Hirvonen, E & Mangelaja, E (2005) Missä tutkia onnellisuutta maassa, jossa kahdeksan kymmenestä ilmoittaa olevansa onnellisia? Teoksessa: Tieteessä tapahtuu 5/2005. s. 5-12.
- Hirvonen, E & Mangelaja, E (2006) Miksi kolmas hampurilainen ei tee onnelliseksi. Helsinki: Atena kustannus Oy.
- Huuskonen, P (2014) Vertaistuki. Vammaispalvelujen käsikirja. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen internetsivut. <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki/> Viitattu 13.5.2016.

- Hyvärinen, M & Vesala, H & Seppälä, M (2002) Työ- ja toimintakeskukset tänään: Valtakunnallisen tutkimus ja kokeiluyksikön monisteita. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.
- Juhila, K (2008) Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön yhteiskunnallinen paikka. Teoksessa: Jokinen, A& Juhila, K. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino.
- Jyrkämä, O (2010) Vertaisryhmä kannattaa. Asumispalvelusäätiö Aspan julkaisu. www.sosialiportti.fi/file/1a4faebc-f9d0-4694-8f40-3695743172f17vertaistoiminta_kannattaa.pdf. viitattu 13.5.2016.
- Kahneman, D & Diener, E & Schwarz, N (toim.) Foundations of Hedonic Psychology. New York: Russel Sage Foundation. s. 434-498.
- Kananoja, A & Pentimäki, A (1984) Sosiaalinen toimintakyky ja sen arviointi sosiaalityössä. Teoksessa: Sosiaalityön vuosikirja. Helsinki: Sosiaalityöntekijäin liitto.
- Kangas O (2013) Kuntoutuksen merkitys yhteiskuntapolitiikassa ja yhteiskuntapolitiikassa. Kuntoutuspäivät 11.4.2013. www.kuntoutussaatio.fi/files/1162/kangas_olli.pdf. viitattu 14.4.2016.
- Kannasoja, S (2013) Nuorten sosiaalinen toimintakyky. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Karjalainen & Vilkkumaa (toim.) (2004) Kuntoutus kanssamme. Stakes M 196.
- Kehitysvammaliitto (2016) <http://www.kehitysvammaliitto.fi/suomeksi/kehittaminen/kehitysvammaiset-ihmiset-toihin/>
- Kinnunen, K & Virtanen, P & Valtonen, H: Yhteiskuntapolitiikka 76 (2011):4. s.387-396.
- Kostamo- Pääkkö, K (2001) Puheet avohuoltopainotteisia, toimenpiteet laitoskeskeisiä. Analyysi paikallisesta palvelujärjestelmästä. Lapin yliopisto.
- Kotiranta, T (2008) Aktivoinnin paradoksit. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Krippendorff, K (1985) Content Analysis. An Introduction to Its Methodology: Sage Publications.
- Kyngäs & Vanhanen (1999) Sisällönanalyysi. Hoitotiede 1999:11 (1) s.3-12.
- Laimio, A & Karnell, S (2010) Vertaistoiminta-kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa: Laatikainen, T (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA. viitattu 7.5.2016. http://www.kansalaisareena.fi/vertaistoiminta_kannattaa.pdf.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>.

- Layard, R (2003) Happiness. Has Social Science a Clue. <http://cep.lse.ac.uk/layard/>. Viitattu 11.5.2016.
- Layard, R (2005) Rethinking Public Economic: The Implications of Rivalry and Habit. Teoksessa: Bruni, L & Porta, P (toim.) Economic and Happiness, Framing and Analysis. New York: Oxford University Press.
- Lazarus R.S (2003) Author's Response. The Lazarus Manifesto for Positive and Psychology in General, Psychological Inquiry 14, s.173-189.
- MacIntyre, A (1998) A Short History of Ethics. Abingdon: Routledge.
- Martin, M (2012) Vaikeavammaisten lääkinnällisen kuntoutuksen yksilöllinen vaikuttavuus. Nuorten kokemuksia kuntoutuksen tarvevastaisuudesta. Teoksessa: Pohjola, A & Kemppainen, T (toim.) & Väyrynen, S. Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, s. 201-243.
- Maxwell, J (2005) Qualitative Research Design. An Interactive Approach. Second Edition. Thousand Oaks: Sage.
- Melender, T (2016) Onnellisuudesta esseitä. Helsinki: Wsoy.
- Metteri, A & Kröger, T & Pohjola, A & Rauhala, P-L (2004) Social Work Approaches in Health and Mental from Around the Globe. Binghampton, USA: The Haworth Social Work Press.
- Mullaly, B (2007) The New Structural Social Work. Oxford: Oxford University Press.
- Mäkelä, K (1990) Kvalitatiivisen analyysin arviointiperusteet. Teoksessa: Mäkelä, K (toim.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Gaudeamus 42-61.
- Nickles, T (1980) Introductory Essay: Scientific Discovery and The Future of Philosophy of Science. Teoksessa: Nickles (toim.) Scientific Discovery, Logic, and Rationality. Dordrecht: D.Reidel Publishing Company.
- Niemelä, P (2009) Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa: Mäntysaari, M & Pohjola, A & Pösö, T (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS – Kustannus, s. 209-236.
- Ojanen, M (2001) Ilo, onni ja hyvinvointi. Kuinka löytää syvempi onnellisuus. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Ojanen M (2009) Positiivista psykologiaa. Teoksessa: Tieteessä tapahtuu 2009/ 4-5. s 79-81.
- Ojanen, M (2013) Onnellisuuden käsikirja. EU: Perussanoma Oy.

- Paavola, S (2006) Abduction as a Logic of Discovery: The Importance of Strategies. *Foundations of Science* 20 (1) 50-108.
- Paavola, S (2009) Abduktiivinen argumentaatio-hypoteesien hakemisen ja keksimisen välityneet strategiat. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Peirce, C (1958) *Values in a Universe of Change: Selected Writings of Charles S. Peirce*. Toimittanut: Philip P Wiener. Stanford: Stanford University Press.
- Pirttimaa, R (2003) *Tuetun työllistymisen alkuvaiheet ja kehittyminen Suomessa*. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Pohjola, A & Kemppainen, T & Väyrynen, S (2012) *Sosiaalityön vaikuttavuus*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Pohjonen, M (2015) *Toimintatutkimus vammaispalvelun kehittämispäivistä*. Kandidaatin tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston avoin yliopisto.
- Raamattu. Ensimmäinen Mooseksen kirja, jae 19. Saatavissa: <http://www.evl.fi/raamattu/1933,38/1Moos.3.html>. Viitattu 20.9.2016.
- Saikkonen, P & Blomgren, S & Karjalainen, P & Kivipelto, M (2015) *Poistaako sosiaalityö huono-osaisuutta*. Kunnallisan alan kehittämissäätiön tutkimusjulkaisusarja nro 89. Helsinki: Pole-kuntatieto Oy.
- Salmivalli, C (1998) *Koulukiusaaminen ryhmäilmionä*. Tampere: Gaudeamus.
- Schwandt, T (2004) *Evaluating Holistic Rehabilitation Praxis*. Oslo: Kummerforlaget AS.
- Seligman, M (2008) *Aito onnellisuus*. Helsinki: Art House Oy. suom. Markus Lång.
- Sen, A (2004) *Why Health Equity?* Teoksessa: Sudhir A, Fabienne P, Sen A (toim.) *Public Health, Ethics, and Equity*. Oxford: University Press, s. 21-33.
- Sen, A (1985) *Commodities and Capabilities*. Elsevier Science Publishers B.V: Amsterdam.
- Sen, A (1987) *Gender and Cooperative Conflicts*. Wider Publications: Helsinki.
- Sen, A (1992) *Inequality Reexamined*. Oxford: University Press.
- Sen, A (1993) *Capability and Well-Being*. Teoksessa: Nussbaum, M & Sen, A (toim.): *The Quality of Life*. Oxford: Clarendon Press.
- Seidlitz, L & Diener, E (1993) *Memory for Positive Versus Negative Live Events: Theories for the Differences Between Happy and Unhappy Persons*. *Journal of Personality and Social Psychology*.64, s. 654-664.
- Siekinen, K (2001) *Syvähaastattelu*: Teoksessa Aalto, J & Valli, R(toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu*. Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, s. 43–58.

- Sihvola, J (1994) Hyvän elämän politiikka. Näkökulmia Aristoteleen poliittiseen filosofiaan. Tutkijaliiton julkaisuja 76. Helsinki: Tutkijaliitto.
- Sosiaalihuoltolaki (2014) 1301/2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>. Viitattu 25.5.2016.
- STM (2014) Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja. Sosiaalihuollon työelämäosallisuutta tukevan lainsäädännön ja palvelujärjestelmän uudistamistarpeita arvioivan työryhmän loppuraportti. Viitattu 24.4.2016. <http://stm.fi/julkaisu?pu-pid=10024/116877>
- Syrjälä, L & Ahonen, S & Syrjäläinen, E & Saari, S (1995) Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: West Point Oy.
- Särkelä, A (2001) Välittäminen ammattina. Tampere: Vastapaino.
- Särssi I & Särssi P (2016) Kehitysvammaisten itsenäistyminen. TV1 Aamusydämellä 8.5.2016.
- Torvi, & Kiljunen, P (2005) Onnellisuuden vaikea yhtälö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A (2002) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A (2004) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5-painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vainio, J (2015) Onnellisuus on kiittolisuutta nykyhetkestä – ”Arki tulisi Karibiallekin” <http://www.kaleva.fi/uutiset/kotimaa/kouluttaja-onnellisuus-on-kiittolisuutta-nykyhetkesta-arki-tulisi-karibiallekin/692500/>. Kaleva 20.3.2015. Viitattu 14.5.2016.
- Varanka, M & Saarinen, J (2012) Avotyötoiminnasta palkkatyöhön. Opas työnantajille ja työyhteisölle. Helsinki: VATES-Säätiö.
- Veenhoven, R (2010) Capability and Happiness. Conceptual Difference and Reality Links. Teoksessa: The Journal of Socio-Economics. Volume 39, Issue 3, June 2010. s. 344-350.
- Vesala, H & Klem A & Ahlsten M (2015) Kehitysvammaisten ihmisten työllisyystilanne 2013-2014. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Vilka, H (2005) Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.
- Virtanen, P & Suoheimo, M & Lamminmäki, S & Ahonen, P & Suokas, M (2011) Matka opas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveystalvelujen kehittämiseen. Helsinki: Tekesin katsaus 281/2011.

- Välimaa, O (2008) Kunnallisen aikuissosiaalityön rajat ja ammattietiikka pitkäaikaistyöttömien kohtaamisessa. Teoksessa: Jokinen, A & Juhila, K. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino.
- Väyrynen, S (2012) Muutosta edistävät tekijät päihde- ja mielenterveyskuntoutuksessa. Teoksessa: Pohjola, A & Kemppainen, T(toim.) & Väyrynen, S. Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.s.271 -300.
- Yle (2015) Tutkimus väittää: Suomi ykkönen Euroopassa – kaikki lähes yhtä onnellisia. http://yle.fi/uutiset/tutkimus_vaittaa_suomi_ykkonen_euroopassa__kaikki_lahes_yhta_onnellisia/8123924. Viitattu 14.3.2016.
- Ylin, R (1994). Case Research. Design and Methods. Thousand Oaks: Sage.

Liite 1**SUOSTUMUS AVOIMEEN HAASTATTELUUN**

Jyväskylän yliopiston sosiaalityön opiskelija Merja Pohjonen tutkii pro gradu -työssään osatyökykyisten toimintakykyä ja onnellisuutta. Hän haluaa tuoda uutta näkökulmaa osatyökykyisten työllistämiskeskusteluun.

”Iloiset työntekijät” vertaisryhmän jäsenten kesken järjestetään kaksi keskustelutilaisuutta 25.4.2016 ja 4.5.2016. keskustelutilaisuudet ovat vapaamuotoisia ja tarkoitus on keskustella työllistymiseen, toimintakykyyn, vertaistukeen ja onnellisuuteen liittyvistä asioista. Keskustelut muodostavat tutkimuksen empiirisen osuuden.

Avoimeen haastatteluun suostumalla, annan samalla suostumukseni haastattelujen taltiointiin. Kaikki materiaali on vain tutkijan käytettävissä ja hävitetään heti tutkimuksen valmistamisen jälkeen. Tutkijalla on vastuu haastateltavien yksityisyyden säilymisestä. Henkilöllisyydenne ei tule esille valmiissa tutkimuksessa.

Aikuistenelämäntalouden tukemisen yksikön palvelupäällikkö on myöntänyt Pohjoselle tutkimusluvan 21.4.2016. Valmis tutkimus toimitetaan hyvinvointipalvelujen kirjaamoon.

SUOSTUN TULEMAAN MUKAAN AVOIMEEN KESKUSTELUUN JA ANNAN LUVAN KÄYTTÄÄ KESKUSTELUJANI PRO GRADU TUTKIMUKSESSA

PAIKKA JA AIKA _____

NIMI JA NIMENSELVENNYS _____

Lisätiedot: Merja Pohjonen

Sosiaalityön pääaineopiskelija Jyväskylän yliopisto

040 7643335

mepohjon@student.jyu.fi