

Oireilun vaikutukset työkykyyn moninaiset

"Tulevaisuus pelottaa, sekä terveyden että työn jatkumisen näkökulmista."

"Työkykyäni saattaa vaihdella päivittäin"

"Vapaa-aikani menee oireista toipumiseen"

Oireilun vaikutukset voimavaroihin

Muutokset ammatilliseen identiteettiin

"Ammatillinen itsetuntoni on romuttunut. Koen, etten ole yhtä hyvä työntekijä oireitteni kanssa"

"Olen täysin työkykyinen, mutta en tietyissä rakennuksissa tai tiloissa. Tämä aiheuttaa vaikeuksia vastata kysymyksiin työkyvystä."

Vaikeus kuvailla oireilun vaikutuksia työkykyyn

"Olen saanut osakseni jopa vihapuhetta työpaikalla ja vähättelyä."

Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunne työyhteisössä

Oireiden ennakoimattomuus ja siitä johtuva epävarmuus

"Oireeni eivät ole ennakoitavissa tai tulevat viiveellä."

"Paluu entiseen työhöni ei näytä mahdolliselta"

"En ole tällä hetkellä työkykyinen"

Työelämäsuhteen muutokset

Sisäilmasta oireilevien kokemuksia työkyvystä

Uudenlainen ymmärrys sisäilmasta oireilevan työkyvystä

Yhdessä kartoitettuja keinoja työkyvyn tukemiseen

Voimavarojen näkyväksi tekeminen

Kokonaisvaltainen tilannekartoitus

Omien kuormitustekijöiden hallinta

Joustava työaika ja työn muokkauksen mahdollisuus

Läheisten ja verkostojen merkitysten tunnistaminen

Yksilöllinen, joustava ja tarpeen mukaan räätälöity tuki

Läheisten ja verkostojen merkitysten tunnistaminen

Työkykyä yhdessä -hankkeessa kehitetty toimintamalli

Osallistuminen oman työkyvyn tuen suunnitelman tekemiseen

Aitasalo, Matleena / Hengitysliitto ry
Henttonen, Niina / Kiipulasäätiö

Taustaa

Työkykyä yhdessä -hankkeen keräämän kokemustiedon mukaan sisäilmasta oireilu aiheuttaa muutoksia sisäilmasta oireilevan työ- ja toimintakykyyn. Sisäilmasta oireileville tarjottava tuki ja apu eivät aina kohtaa heidän kokemaansa tarvetta. Oireilevien tarpeen ja olemassa olevan tuen kohtaamattomuuden syitä ovat hankkeen havaintojen mukaan mm. oireilevia kohtaavien ammattilaisten keinottomuus kohdattaessa ja puuttuvat hoito- ja palvelupolut. Hankkeen tavoitteena oli kehittää keinoja, joiden avulla sisäilmasta oireileva kokee selviävänsä arjestaan ja työstään paremmin.

Miten uudenlainen ymmärrys syntyi

Kokemustieto kerättiin keskusteluista, joita käytiin hankkeeseen osallistuneiden sisäilmasta oireilevien työikäisten kanssa (n=48). Hanke teetti kuntoutumisryhmissä olleille (n=20) työkykyyn liittyvän kyselyn, josta saatiin lisätietoa sisäilmasta oireilevan työkyvyn tukemisesta. Lisäksi hankkeeseen osallistuneet tuottivat tarinoita työkyvystään, joita hyödynnettiin ymmärryksen lisäämiseksi. Kuntoutumisprosessien tukena hyödynnettiin etävalmennus-

taa, jossa osallistujat käsittelivät erilaisia välitehtäviä ja kuvasivat kokemuksiaan sisäilmasta oireilun vaikutuksista työ- ja toimintakykyyn. Hankkeen järjestämästä toiminnasta kerättiin laadullista palautetta. Numeraalista palautetta saatiin sekä hankkeen omasta tilastoinnista että Kykyviisari®-itseoarviointimenetelmän antamista yhteenvedoista. Ammatillaiset (n=24) osallistuivat hankkeen kehittämistyöhön työpajatyöskentelyllä.

Uudenlaista ymmärrystä työkyvystä ja keinoista sen tukemiseksi luotiin yhteiskehittämällä hankkeeseen osallistuneiden sisäilmasta oireilevien työikäisten ja heitä kohtaavien ammattilaisten kanssa.

Lopuksi

Sisäilmasta oireilevien työkyvyn tukeminen onnistuu parhaiten sekä tuntemalla sisäilmasta oireilun ilmiökenttää että omaamalla ammatillista osaamista luoda kohtaamisiin psykologinen turvallisuus. Ammatillisella ei tarvitse olla vastauksia valmiina, vaan halu luoda yhteinen ymmärrys tilanteesta ja taitoa kutsua oireileva oman tilanteensa, arkensa sekä olemassa olevan työkyvyn ja taitojen tarkasteluun ja tarpeenmukaisen tuen suunnitteluun.

Työkykyä yhdessä -hankkeessa (2020–2022) kehitettiin ja tarjottiin kuntoutumisen tukea sisäilmasta oireileville työikäisille. Osallistuneiden hankkeen toimintaan, sisäilmasta oireilevat tuottivat samalla uudenlaista ymmärrystä kuntoutumisen ja työkyvyn tuen sisällöistä. Kehittämistyötä tehtiin yhdessä sisäilmasta oireilevien sekä heitä kohtaavien ammattilaisten kanssa. Hankkeen toteuttivat Kiipulasäätiö ja Hengitysliitto ry Veikkauksen tuotoilla.

Lisätietoja hankkeen verkkosivuilta:

