

KESKI-
SUOMEN
HYVINVOINTI-
ALUE

Sosiaalisen kuntoutuksen käsikirja

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelun kehittäminen
aikuisten sosiaalipalveluissa Keski-Suomen
hyvinvointialueella

Sosiaalihuollon kehittämisohjelma
Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus -ohjelma 2020–2023



Lukijalle

Sosiaalihuollon kehittämisohjelma toteutettiin osana Keski-Suomen hyvinvointialueen Tulevaisuuden sosiaali- ja terveystyökeskus -ohjelmaa vuosina 2022–2023. Aikuisten sosiaalipalveluiden osalta sosiaalihuollon kehittämisohjelman kehittämistoimenpiteet painottuivat sosiaalista tukea ja kuntoutusta sekä paljon palveluja tarvitsevan asiakkaan palveluihin.

Sosiaalihuollon kehittämisohjelma sijoittui hyvinvointialueuudistuksessa sen valmistelun ja aloituksen ajankohtaan. Vuoden 2022 puolella työskentelimme kehittämistyön tiimoilta hyvinvointialueen valmistelutyön kanssa ja vuonna 2023 Keski-Suomen hyvinvointialueen aloitettua olemme verkostoituneet kentälle ja saaneet kehittämistyöllemme tukea aikuisten sosiaalipalveluiden henkilöstöltä ja johdolta. Iso kiitos siitä!

Keski-Suomen hyvinvointialue oli mukana Terveystyön ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimus- ja kehittämistyössä osallistumalla Sosiaalityön vaikuttavat toimintamallit -työpajasarjaan sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallin pilotoinnin osalta. Pilotointi toteutettiin entisen Perusturvaliikelaitos Saarikan alueella ja Laukaassa. Työpajaan osallistumisen kautta pyrimme selkeyttämään sosiaalisen kuntoutuksen palvelun sisältöä ja kehittämään palvelun laadun ja vaikuttavuuden osoittamista. Työpajasarjan mukaista sosiaalisen kuntoutuksen mallinnusta on hyödynnetty kattavasti tässä kehittämistyössä, jossa kehitimme sosiaalisen kuntoutuksen palvelua aikuisten sosiaalipalveluihin Keski-Suomen hyvinvointialueella.

Kehittämistyömme aikajänne oli varsin lyhyt, emmekä päässeet tukemaan hankkeen kautta sosiaalisen kuntoutuksen palvelun käyttöönottoa. Tästä johtuen päädyimme laatimaan tämän sosiaalisen kuntoutuksen käsikirjan. Käsikirja on napakka tietopaketti sosiaalisen kuntoutuksen teoreettisista lähestymistavoista ja Keski-Suomen hyvinvointialueen aikuisten sosiaalipalveluiden sosiaalisen kuntoutuksen palvelun sisällöstä. Käsikirjan loppuun olemme koonneet sosiaalisen kuntoutukseen soveltuvaa menetelmällisyyttä ja työkaluja asiakastyön tueksi.

Toivottavasti olemme onnistuneet pyrkimyksissämme ja saat tästä käsikirjasta tukea sosiaalisen kuntoutuksen ohjaukseen.

Terveisin,

Kehittäjät: Merja Jämsinen ja Henna-Mari Pekkanen



Sisällys

| | | |
|------|---|----|
| 1. | Sosiaalinen kuntoutus | 3 |
| 2. | Kuntoutus ja kuntouttava sosiaalityö..... | 4 |
| 3. | Sosiaalinen toimintakyky | 6 |
| 4. | Sosiaalisen kuntoutuksen palvelu aikuisten sosiaalipalveluissa Keski-Suomen hyvinvointialueella..... | 7 |
| 4.1. | Tehostetun tuen tarpeen tunnistaminen ja määrittäminen | 8 |
| 4.2. | Suunnitelmallisuus..... | 9 |
| 4.3. | Sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutuksellisten tarpeiden selvittäminen | 10 |
| 4.4. | Tehostettu yksilötyö | 11 |
| 4.5. | Ryhmätoiminta | 12 |
| 5. | Sosiaalisen kuntoutuksen palveluprosessi | 14 |
| 6. | Etä- ja hybridipalvelun toteutus | 17 |
| 7. | EuroHIS-8-elämänlaatumittari ja asiakaskysely | 19 |
| 8. | Menetelmät ja työvälineet asiakastyön tueksi | 20 |
| 8.1. | Toimintakyvyn havainnointi ja kuntoutuksellisten tarpeiden selvittäminen ... | 21 |
| 8.2. | Arkitaitoja vahvistava toiminta..... | 23 |
| 8.3. | Sosiaalisia taitoja vahvistava toiminta..... | 27 |
| 8.4. | Yhteisötaitoja vahvistava toiminta | 29 |
| | Lähteet..... | 32 |



1. Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalihuoltolain (1301/2014) 17§ mukaista palvelua. Lain mukaan sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tavoitteellista tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. (STM 2017a, 56.)

Nuorten kohdalla sosiaalinen kuntoutus voi tarkoittaa sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan ja sillä ehkäistään näiden keskeyttämistä. (STM 2017a, 56.)

Sosiaalisella kuntoutuksella vahvistetaan henkilön kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista, vuorovaikutussuhteista ja oman toimintaympäristönsä rooleista. Sosiaalinen kuntoutus on osa monialaista kuntoutusjärjestelmää ja sitä on toteutettava tiiviissä yhteistyössä lääkinnällisen, ammatillisen ja kasvatuksellisen kuntoutuksen kanssa. (STM 2017a, 56.)

Sosiaalisen kuntoutuksen taustalla on ymmärrys kokonaisvaltaisen työskentelyn tarpeesta. Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden haastavat elämäntilanteet, kasautuneet ja pitkittyneet ongelmat ovat syntyneet yleensä pitkän ajan kuluessa, joten niiden korjaaminen vaatii myös pitkäjänteistä työskentelyä. (STM 2017a, 56.)

Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvat:

1. sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen
2. kuntoutusneuvonta ja -ohjaus, tarvittaessa kuntoutuspalveluiden yhteensovittaminen
3. valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan
4. ryhmätoiminta, tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin
5. muut asiakkaan toimintakykyä tukevat toimenpiteet yksilöllisen tarpeen mukaisesti

Sosiaalisen kuntoutuksen välineitä voivat olla yksilöllinen psykososiaalinen tuki ja lähiyö (kotikäynnit, mukana kulkeminen, kasvatuksellinen tuki omien asioiden

hoitamiseen), erilaiset toiminnalliset ryhmät, vertaistuki tai esimerkiksi osallistuminen vapaaehtoistoimintaan. (Kuntoutussäätiö 2016.)

2. Kuntoutus ja kuntouttava sosiaalityö

Kuntoutus on perinteisesti jaettu lääkinälliseen, sosiaaliseen, ammatilliseen ja pedagogiseen kuntoutukseen. Kuntoutuksen eri osa-alueiden tavoitteet, keinot ja palvelut voivat olla samoja tai osittain toisiinsa yhdistyviä. Kuntoutuksessa on lähestymisnäkökulmasta riippumatta kyse kuntoutujan tukemisesta arjen toiminnoissa niissä toiminta- ja elinympäristöissä, joissa hän elää ja toimii. (Valkeinen 2022.)

Alla olevassa kuvassa 1 on kuvattu kuntoutuksen yleinen toimintamalli. Toimintamalli on kuvattu monen eri osa-alueen muodostamana kokonaisuutena, jossa keskeisenä lähtökohtana on asiakkaan polku. (Valkeinen 2022.)



Kuva 1: Kuntoutuksen toimintamalli (Valkeinen 2022.)

Kuntoutus on kuntoutujan tarpeista ja tavoitteista lähtevä suunnitelmallinen prosessi, jossa kuntoutuja ylläpitää ja edistää toiminta- ja työkykyään ammattilaisten tuella. Keskeistä on tukea kuntoutujan omaa motivaatiota ja aktiivisuutta. Kuntoutukseen kuuluu myös kuntoutujan toimintaympäristöjen kehittäminen. Kuntoutus tukee kuntoutujan ja hänen lähipiirinsä voimavaroja, itsenäistä elämää, työllistävyyttä ja sosiaalista osallisuutta. Kuntoutus on osa hyvinvointipalvelujärjestelmää ja edellyttää useiden toimijoiden oikea-aikaisia ja saumattomia palveluja ja etuuksia. (STM, 2017b: 41, 35.)



Asiakkaan prosessista vastaava taho (omatyöntekijä) vastaa verkostomaisen yhteistyön toimivuudesta. Kuntoutumisprosessiin osallistuvat tahot määritellään asiakassuunnitelmassa ja ne toimivat yhdessä asiakkaan hyväksi. Toimijat sopivat kokonaisuudesta yhteistyössä ja yhdessä asiakkaan kanssa. (STM, 2017b: 41, 43.)

Kuntouttava sosiaalityö

Kuntoutus ja sosiaalityö ovat molemmat muutostyötä, jossa pyritään tekemään interventioita yksilön ja yhteiskunnan väliseen suhteeseen. Sosiaalityön professori Sanna Hautalan (2018) mukaan kuntouttavalla sosiaalityöllä (empowering social work) viitataan monimuotoiseen muutostyöhön, jonka päämääränä on vahvistaa yksilön arjessa selviämistä ja tukea vuorovaikutussuhteita, jotka lisäävät yhteiskunnallista, yhteisöllistä ja yksilöllistä toimijuutta ja osallisuutta.

Kuntouttavan sosiaalityön tavoitteena on:

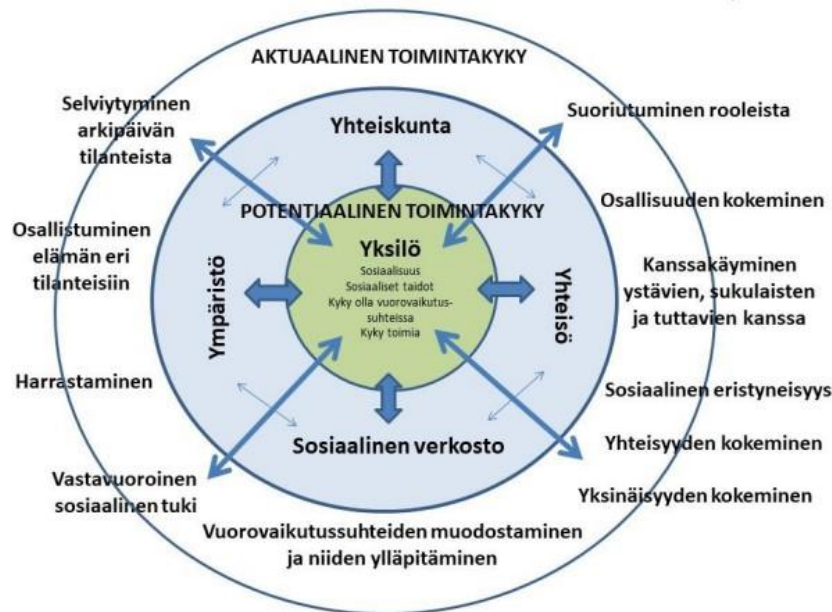
- luoda, palauttaa ja ylläpitää omaehtoista selviytymistä
- mahdollistaa hyvän elämän ja toimintakyvyn edellytykset
- ehkäistä syrjäytymistä
- tukea asiakkaiden itsenäisiä ja myönteisiä elämänvalintoja sekä täysivaltaista kansalaisuutta

Kuntouttavan sosiaalityön määritelmä on laaja. Se sisältää ohjausta, neuvontaa, verkostotyötä, voimaannuttavaa työtettä ja psykososiaalista työtä. Kuntouttavassa sosiaalityössä asiakasta pyritään tukemaan arjessa ohjaamalla ja toimintakykyä vahvistamalla. Työskentelyssä hyödynnetään erilaisia työmenetelmiä ja tuen muotoja kuten sosiaalista kuntoutusta. Sitä tarvitaan elämäntilanteissa, joissa yksilön tai erityisten ryhmien täysivaltainen toiminta on vaikeutunut tai vaikeutumassa.

Kuntoutuksellisen orientaation tarve näkyy aikuissosiaalityössä ja erityisesti heikoimmassa ja vaikeimmassa asemassa olevien ihmisten auttamisessa ja tukemisessa. (Hautala 2018., Liukko 2006, 102–103.) Näiden asiakkaiden tarpeet ovat monimutkaisia ja niiden ratkomiseen tarvitaan laaja-alaisia ja pitkäkestoisia toimenpiteitä ja interventioita (Mäki-Kulmala 2013.) Työskentelyn kohteena eivät ole asiakkaan ongelmat, vaan keskiössä ovat asiakkaan voimavarat ja kuntoutukselliset tarpeet (Matikainen 2006, 49).

3. Sosiaalinen toimintakyky

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2023) määritelmän mukaan toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista sekä itsensä ja toisten huolehtimisesta siinä ympäristössä, jossa hän elää. Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen kykyä tyydyttää perustarpeitaan ja sillä on suuri merkitys ihmisen yleiseen hyvinvointiin ja elämänlaatuun (Ollila ym. 2018, 51). Toimintakykynä voidaan nähdä arkielämän toiminta eli itsestään, kodista ja läheisistä huolehtiminen ja näistä tehtävistä suoriutumisen taso. Toimintakykyyn vaikuttaa yksilön kyvyt ja valmiudet sekä ympäristön toimintaedellytykset ja vaatimukset. (Väänänen 2007, 13.)



Kuva 2: Sosiaalinen toimintakyky (Tiikkanen & Pynnönen 2018, 2.)

Edellisessä kuvassa 2 on esitetty sosiaalisen toimintakyvyn keskeiset osa-alueet ja niiden keskinäinen vuorovaikutus. Yksilön potentiaalinen sosiaalinen toimintakyky muodostuu yksilön ja sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan välisessä aktiivisessa vuorovaikutuksessa niiden tarjoamien mahdollisuuksien ja rajoitteiden puitteissa. Aktuaalinen sosiaalinen toimintakyky ilmenee mm. vuorovaikutuksena sosiaalisessa verkostossa, erilaisista rooleista suoriutumisena, sosiaalisena osallistumisena sekä yhteisyyden ja osallisuuden kokemuksina. (Tiikkanen & Pynnönen 2018, 2.)



Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa yksilön kykyä:

- vuorovaikutukseen
- toimia sosiaalisissa verkostoissa ja erilaisissa rooleissa
- kokea osallisuutta
- toimia yhteisöissä
- toimia yhteiskunnan jäsenenä
- toimia lähiyhteisössään

Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttaa yksilön fyysinen, kognitiivinen ja psyykinen toimintakyky sekä ympäristön ominaisuudet yksilön temperamentti, sosiaaliset taidot ja opitut käyttäytymismallit (Koskinen ym. 2011, 137). Sosiaalinen toimintakyky voi muuttua elämäntilanteiden mukana ja sen heikkeneminen voi näyttäytyä monin eri tavoin, kuten haasteina selviytyä arkipäivän toimista sekä vuorovaikutuksesta muiden kanssa. Usein sosiaalista toimintakykyä alentavat elämän kriisit, päihde- ja mielenterveysongelmat, pitkittynyt työttömyys sekä neuropsykiatriset oireet, joita ei ole tunnistettu.

4. Sosiaalisen kuntoutuksen palvelu aikuisten sosiaalipalveluissa Keski-Suomen hyvinvointialueella

Keski-Suomen hyvinvointialueen aikuisten sosiaalipalveluissa sosiaalisen kuntoutuksen palvelu on sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin ja resurssien kautta annettavaa tehostettua tukea asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseksi. Palvelun tavoitteena on tukea asiakkaan elämänhallintaa ja osallisuutta sekä ehkäistä syrjäytymistä. Se on muutokseen tähtäävää, asiakkaan vapaaehtoisuuteen pohjautuvaa pitkäjänteistä työtä, jossa asiakkaan oma motivaatio muutokseen on tärkeässä roolissa. Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään vahvistamaan asiakkaan omia voimavaroja ja löytämään uusia keinoja toimia omassa arkiympäristössään. Palvelu toteutetaan asiakkaan omien tarpeiden ja tavoitteiden näkökulmasta, eikä se ole sidoksissa mihinkään tietyn etuuden saamiseen.

Palvelun avulla tuetaan asiakasta:

- **Vahvistamaan käytännön asioiden hoitamiskykyä** – esim. toimintakykyä toimia arkipäivän sosiaalisissa tilanteissa, elämänhallintaa ja tarvittaviin palveluihin hakeutumista sekä niiden omatoimista käyttöä.



- **Vahvistamaan vuorovaikutustaitoja ja sosiaalisia vuorovaikutussuhteita** – esim. kykyä ja uskallusta sosiaalisissa tilanteissa toimimiseen, löytää itselle sopivia sosiaalisia verkostoja tai toimintaympäristöjä, jotka edistävät ja tukevat sosiaalista toimintakykyä sekä osallisuutta arjessa pitkäkestoisesti.
- **Tunnistamaan omia voimavaroja ja työskentelemään tavoitteellisesti** – esim. lisätä keinoja arjen haasteiden hallintaan, nykyisen elämäntilanteen ja tulevaisuuteen suunnattujen tavoitteiden jäsentäminen, motivoituminen tavoitteelliseen työskentelyyn.

(Pohjois-Savon hyvinvointialue 2022, 5–6.)

Sosiaalisen kuntoutuksen asiakaskohderyhmä on Keski-Suomen hyvinvointialueen aikuisten sosiaalipalveluiden sosiaalityön, sosiaaliohjauksen ja toimeentulotuen 18–64-vuotiaat asiakkaat, jotka ovat syrjäytymisvaarassa ja/tai tarvitsevat tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi.

Yhteisiä nimittäviä tekijöitä sosiaalisen kuntoutuksen palvelun tarpeelle on:

- työelämästä syrjäytyminen
- vähäinen sosiaalinen osallisuus
- riski sosiaaliseen syrjäytymiseen
- pitkittynyt taloudellisen ja sosiaalisen tuen tarve
- pitkittynyt sosiaalityön asiakkuus
- useat ja pitkäkestoiset elämänhallinnan haasteet, joiden tukemiseen muut sosiaalipalvelut tai muiden hallintoalojen palvelut ovat riittämättömiä

(Pohjois-Savon hyvinvointialue 2022, 5–6; Liukko 2006, 91–94.)

Sosiaalinen kuntoutus suunnitellaan asiakkaan tarpeen mukaisesti ja se sisältää tehostettua yksilötyötä tai ryhmätoimintaa tai on näiden yhdistelmä. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on vahvistaa asiakkaiden itsenäistä arjessa selviytymistä ja osallisuutta yhteiskunnassa sekä auttaa asiakasta etenemään tämän yksilöllisellä kuntoutumisen polulla.

4.1. Tehostetun tuen tarpeen tunnistaminen ja määrittäminen

Sosiaalipalveluja järjestetään asiakkaiden tuen tarpeeseen. Laki sosiaalisen kuntoutuksen järjestämisestä painottaa palvelun olevan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tavoitteellista tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden



edistämiseksi. Sosiaalityöntekijä tai sosiaaliohjaaja arvioi kuntoutuksen edellytyksenä olevan tehostetun tuen tarpeen ja tuen muodosta/määrästä päätetään.

Osallisuutta moniammatillisesti (OSMO) -hankkeessa on määritelty tehostettu tuki kolmeen luokkaan: intensiivinen tuki, perustuki ja kevyt tuki (OSMO 2020). Alla olevaan taulukkoon on koottu OSMO- hankkeen mukaista tehostetun tuen määrittelyä ja nostettu esiin käytännön ohjauksen painopisteitä suhteessa määrittelyyn. Taulukon laadinnassa olemme hyödyntäneet Keski-Suomen hyvinvointialueen laaja-alaisen sosiaali- ja terveyskeskuksen sekä koti- ja asumispalvelujen palvelukuvauksia. Taulukon tarkoituksena on havainnollistaa sosiaalisen kuntoutuksen tuen tarpeen määrittelyä.

| Tuen muoto | Määrittely | Käytännössä |
|--|--|---|
| INTENSIIVINEN TUKI Toteutus esim. kotiin tukemisen tiimi | <ul style="list-style-type: none">• asiakkaan toimintaedellytysten ja arjessa selviytymisen turvaaminen• kontaktin saaminen• voimaannuttaminen• tarkoitettu erityistä tukea tarvitseville henkilöille, joilla kotiin annattavan tiiviin tuen tarve suuri | <ul style="list-style-type: none">• ohjauksen painopiste päivittäisistä toiminnoista selviytymisessä, oireiden hallinnassa, lääkähoidossa tukemisessa, kokonaisvaltaisessa voinnin seuraamisessa• tavoitteena ensisijaisesti itsenäisen asumisen turvaaminen |
| PERUSTUKI Toteutus sosiaalisen kuntoutuksen palvelussa | <ul style="list-style-type: none">• asiakkaan tarpeen mukaan kotona tai kodin ulkopuolella annattavaa tukea• lähtökohtana aktiivinen asiakkaan resurssien käyttöönotto ja tukeminen• motiivintyö• arjen hallinnan tukeminen• osallisuuden vahvistaminen omassa elämässä ja suhteessa ympäristöön• merkityksellisyden etsintää ja yhteisöllisyyttä | <ul style="list-style-type: none">• tapaamiset kerran viikossa asiakkaan kotona tai kodin ulkopuolella• tavoitteiden jäsentäminen ja motivoituminen tavoitteelliseen työskentelyyn• omien voimavarojen tunnistaminen ja hyödyntäminen |
| KEVYT TUKI Toteutus sosiaalisen kuntoutuksen palvelussa | <ul style="list-style-type: none">• asiakkaan rinnalla kulkevaa tukea• verkostojen löytäminen• asiakkaan saattelu mielekkään tekemisen pariin• kyky toteuttaa suunnitelmiaan ja valintojaan ja ratkaisujaan• vahvistaa arjenhallintataitoja ja elämänhallintaa• kannustaa eteenpäin• taataan turvallinen siirtymävaihe ja siinä tarvittava tuki• ennaltaehkäistä palveluista putoaminen | <ul style="list-style-type: none">• tapaamiset kerran kuukaudessa tai kahden viikon välein• jatkolokujen etsiminen• siirtymävaiheen tuki• ryhmätoimintaan osallistuminen |

Taulukko 1: Tehostetun tuen tarpeen määrittely.

4.2. Suunnitelmallisuus

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelun pohjana on omatyöntekijän tekemä **palvelutarpeen arvio** (PTA), jossa on havaittu tarve sosiaaliselle kuntoutukselle. Muiden kuntoutusten tavoin myös sosiaalinen kuntoutus on suunnitelmallista ja tavoitteellista työskentelyä.



Asiakkaalle laaditaan **asiakassuunnitelma**, johon kirjataan asiakkaan yksilölliset **tavoitteet** sosiaaliselle kuntoutukselle sekä määritellään keinot tavoitteiden saavuttamiseksi. Tavoitteiden on oltava realistisesti saavutettavia ja tarpeeksi konkreettisia. Vaikka sosiaalinen kuntoutus on suunnitelmallista ja tavoitteellista, on siinä oltava tarvittavaa joustavuutta esim. tavoitteet ja keinot voivat täsmentyä työskentelyn aikana. (Karjalainen ym. 2022, 13). Asiakassuunnitelmaa tarkastellaan ja päivitetään sovituin väliajoin.

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelun antamisesta tehdään oikaisuvaatimuskelpoinen **päätös**.

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteiden asettelussa on tärkeää, että asiakas osallistuu kuntoutuksen tarpeen ja tavoitteiden määrittelemiseen sekä sisältöjen suunnitteluun ja toteutukseen. Asiakas määrittelee itselleen merkitykset ja realistisen tavoitteet, joiden saavuttamiseen suunnitellaan keinot yhdessä tarvittavien asiantuntijoiden kanssa. Kuntoutumisen prosessi edellyttää asiakkaan sitoutumista ja oikea-aikaisia kuntoutuspalveluita, jotka jatkuvat saumattomasti asiakkaan tarpeen mukaisesti myös organisaatiosta toiseen. (Alanko ym. 2017, 6–8.) Hyvin laaditut ja selkeät tavoitteet osallistavat asiakasta kuntoutukseen ja helpottavat myös tavoitteiden saavuttamisen arviointia.

4.3. Sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutuksellisten tarpeiden selvittäminen

Sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutuksellisten tarpeiden selvittämisessä painottuu sosiaalihuoltolain 17§ kohta yksi.

Sosiaalista toimintakykyä ja kuntoutustarvetta on selvitetty kokonaisvaltaisesti osana sosiaalihuollon palvelutarpeen arviointia. Sosiaalinen toimintakyky ja palvelutarve voi täsmentyä sosiaalisen kuntoutuksen prosessin aikana. Sosiaalista toimintakykyä tarkastellessa huomioidaan, tunnistetaan ja ymmärretään asiakkaan arkielämän, taitojen ja toimintaympäristön eri osa-alueiden merkitys. Tietoa asiakkaan toimintakyvystä kerätään koko kuntoutumisprosessin ajan ja tiedon keräämisen havainnoinnin apuna voidaan käyttää erilaisia tarpeenmukaisia menetelmiä ja mittareita. Kuntoutujalle on annettava riittävästi aikaa tuoda esiin omaa elämäntilannettaan, tämä edellyttää luottamuksellisen asiakassuhteen luomista. Kuntoutuspolun selvittäminen ja siinä etenemisen tukeminen voi olla osa sosiaalista kuntoutusta tai se voi olla tehostetun yksilötyön päätavoite. (Vainikainen, 2022; Karjalainen ym. 2022, 13.)

Kuntoutuksellisten tarpeiden selvittämisessä selvitetään myös asiakkaan tarpeet ja mahdollisuudet saada kuntoutusta terveystarpeista, päihde- ja mielenterveystyöstä, työ- ja elinkeinohallinnosta, opetushallinnosta, eläke- ja sosiaalivakuutusjärjestelmästä sekä järjestöjen kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminnasta (STM 2017a, 56).



Kuntoutuksellisten tarpeiden selvittämisessä tehdään yhteistyötä asiakkaan ammattilaisverkoston, esimerkiksi mielenterveys- ja päihdepalveluiden kanssa.

4.4. Tehostettu yksilötyö

Tehostetussa yksilötyössä painottuu sosiaalihuoltolain 17§ mukaiset kohdat kaksi ja kolme; valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan sekä kuntoutusneuvonta ja ohjaus.

Tehostettu yksilötyö on suunnitelmallinen, tavoitteellinen, asiakaslähtöinen ja asiakkaan osallisuutta edistävä palvelu. (Vainikainen, 2022.)

Tehostetun yksilötyön **tarkoituksena** on tarjota asiakkaille yksilöllisiin palvelutarpeisiin vastaavaa tehostettua tukea. Tehostetulla yksilötyöllä madalletaan asiakkaan kynnystä toimia arjen vaatimissa sosiaalisissa tilanteissa, hyödyntää tarvitsemiaan muita hoito- ja kuntoutuspalveluja ja rakentaa osallisuutta tukevaa sosiaalista verkostoa sekä tukea työelämävalmiuksia ja työ- ja toimintakykyä. Tehostetun yksilötyön avulla pyritään ensisijaisesti aikaansaamaan muutosta asiakkaan hyvinvoinnissa ja kuntoutumisessa. (Pohjois-Savon hyvinvointialue 2022, 5–6.)

Tehostetun yksilötyön **tavoitteena** on vahvistaa asiakkaan sosiaalista toimintakykyä, arjessa pärjäämistä sekä oman tukiverkoston rakentumista.

Palvelun avulla tuetaan asiakasta muun muassa seuraavissa asioissa:

- **Arkitaitoja vahvistava toiminta:** jokapäiväisessä elämässä tarvittavan osaamisen ja kykyjen lisääntyminen. Tavoitteena vahvistaa mm. käytännön asioiden hoitamiskykyä, tavoitteiden asettamista ja saavuttamista, asumisen ja kodin ylläpitoa, arjessa pärjäämistä, itsestä huolehtimista, omien voimavarojen tunnistamista, organisointikykyä ja riippuvuuksien hallintaa.
- **Sosiaalisia taitoja vahvistava toiminta:** itseilmaisuuksiin ja vuorovaikutukseen liittyvien taitojen ja kykyjen lisääntyminen. Tavoitteena vahvistaa mm. vuorovaikutustaitoja, luottamusta ja arvostusta, kykyä luoda ja ylläpitää ihmissuhteita ja kykyä ottaa vastuuta.
- **Yhteisötaitoja vahvistava toiminta:** toimijuuden vahvistaminen yhteisössä ja yhteiskunnassa. Tavoitteena vahvistaa mm. palvelujärjestelmän tuntemusta, omaehtoisuuden tiedostamista ja lisäämistä, tulevaisuusorientaatiota ja sopeutumiskykyä, kykyä asioida palveluissa ja sitoutua niihin sekä madaltaa osallistumiskynnystä ja tukea koulutus- ja työllistymispolulle pääsyä ja polulla pysymistä.

(THL 2018 a., 7.)



Tehostetussa yksilötyössä korostuu henkilökohtainen psykososiaalinen tuki ja vuorovaikutus. Työskentely perustuu tarvelähtöiseen ja voimaannuttavaan ajatukseen. Tehostettu yksilötyö sisältää palveluohjausta, jossa asiakasta tuetaan myös tarvittavien palvelujen käytössä, sekä huolehditaan siitä, että asiakkaan palvelut muodostavat hänen kuntoutumistaan edistävän kokonaisuuden. (Vainikainen, 2022.)

Tehostetussa yksilötyössä sosiaalialan ammattilainen tapaa asiakkaan kanssa säännöllisesti asiakkaan tarpeen mukaisesti viikoittain tai kaksi kertaa kuukaudessa. Tapaamisissa on tavoitteena vahvistaa asiakkaan elämänhallintaa ja arkitaitoja valmentavalla ja toiminnallisella työotteella, yhdessä tehden. Työskentely on asiakaslähtöistä; kuunnellaan asiakkaan tarpeita ja odotuksia, suunnitellaan työskentelyä yhdessä asiakkaan kanssa ja tarvittaessa korjataan toimintaa asiakkaan antaman palautteen perusteella. Tapaamiset toteutuvat asiakkaan omassa elinympäristössä asiakkaan kotona, lenkipolulla, kahvilassa, ostoskeskuksessa tai muussa asiakkaan toivomassa paikassa, mutta ne voivat toteutua myös toimistossa tai etäyhteydellä. Tehostettuun yksilötyöhön kuuluu myös yhteistyö asiakkaan ammattilaisverkostoissa. (Karjalainen ym. 2022, 11–12.)

4.5. Ryhmätoiminta

Ryhmätoiminnassa painottuu sosiaalihuoltolain 17§ mukainen kohta neljä; ryhmätoiminta ja tuki sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin.

Vuorovaikutus toisten kanssa ja osallisuuden vahvistuminen on olennainen osa sosiaalista kuntoutusta. Ryhmämuotoisessa toiminnassa opetellaan vuorovaikutustaitoja, ryhmässä toimimisen taitoja ja vahvistetaan osallisuutta sosiaalialan ammattilaisen ohjauksessa. Samalla rytmitetään arkea ja opetellaan elämänhallintataitoja. (Vainikainen, 2022.)

Ryhmätoiminnan **tarkoituksena** on tarjota asiakkaalle ohjattua vertaistukea sisältävää toimintaa, joka tukee asiakkaan elämänhallintaa, hyvinvointia ja sosiaalisen toimintakyvyn vahvistumista arjessa pärjäämiseksi. **Tavoitteena** on ohjata, kannustaa ja tukea asiakasta löytämään itselleen keinoja ja mahdollisuuksia oman toimintakyvyn ja osallisuuden edistämiseen myös palvelun jälkeen. (Pohjois-Savon hyvinvointialue 2022, 6.)



Ryhmätoiminta tukee asiakasta:

- mielekkään tekemisen äärelle ja arkirytmien parantamisessa
- turvallisen sosiaalisen toimintaympäristön löytymisessä, jossa voi vahvistaa vuorovaikutus- ja elämönhallintataitoja sekä tunteiden hallintaa
- lisäämään kykyä osallistua erilaisiin toimintoihin
- vahvistamaan yhteisöissä toimimisen taitoja

Ryhmätoiminnan toteutuksessa ja käytettävissä menetelmissä on olennaista, että niiden avulla tuetaan asiakkaiden yksilöllisiä tavoitteita, osallisuutta ja arjen sujuvuutta. Ryhmätoiminnassa käsiteltävät teemat ja aihealueet voivat liittyä tehostetussa yksilötyössä kuvattuihin sosiaalisen kuntoutuksen elementteihin; arkitaitoja-, sosiaalisia taitoja- ja yhteisötaitoja vahvistavaan toimintaan. Ryhmässä voidaan hyödyntää retkiä, vertaistuellista keskustelua, vierailevia asiantuntijoita, toiminnallisia, pelillisiä tai taidelähtöisiä menetelmiä. Asiakkaiden osallisuutta vahvistetaan, kun asiakkaat otetaan mukaan toiminnan suunnitteluun ja toimintaa kehitetään asiakaspalautteen kautta. (Karjalainen ym. 2022, 14.)

Ohjauksessa on hyvä huomioida, että ryhmätoimintaan osallistumisen kynnys voi olla asiakkaalle suuri ja toimintaan osallistumiseen tarvitaan aikaa ja motivointia. Asiakas voi osallistua ryhmätoimintaan tehostetun yksilötyön kanssa samanaikaisesti tai ryhmätoiminta voi olla oma erillinen sosiaalisen kuntoutuksen palvelun sisältö. Kokemukset osoittavat, että usein sosiaalisen kuntoutuksen palvelu alkaa tehostetulla yksilötyöllä ja ryhmätoimintaan osallistutaan kuntoutusprosessin edetessä. Ryhmätoiminta voi olla myös asiakkaan tilannetta kannatteleva tuki tehostetun yksilötyön jälkeen.

Ryhmätoimintaa voi järjestää eri tavoin. Ryhmätoiminta voi olla avoin ryhmä, suljettu ryhmä, täydentyvä ryhmä tai jonkun teeman ympärille kokoontuva ryhmä (Juntunen, 2016, 18.):

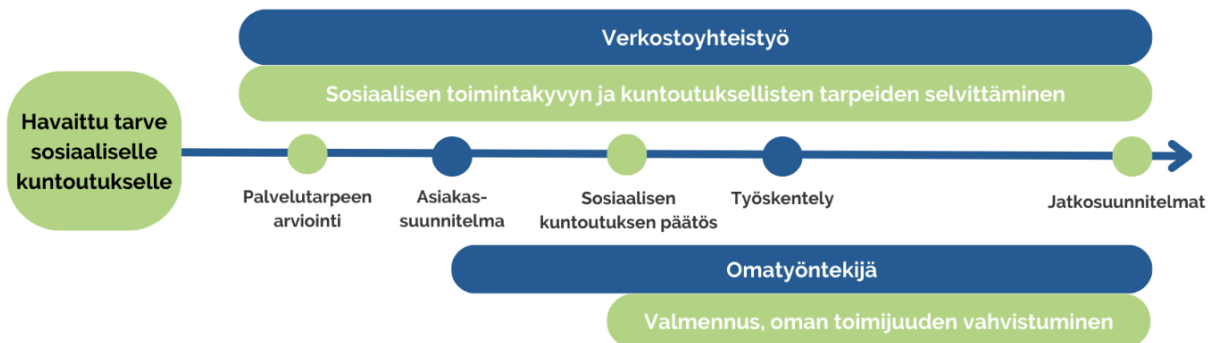
- **Avoimissa ryhmissä** ei usein ole alkamis- tai päättymispäivää, vaan ne ovat jatkuvasti kokoontuvia ryhmiä, jonne kuka vain on tervetullut. Ryhmän jäsenet voivat vaihtua eikä osallistuminen vaadi sitoutumista. Tällaisia ryhmiä ovat mm. avoimet kohtaamispaikat.
- **Suljetut ryhmät** ovat pienryhmiä, joissa osallistujat eivät vaihdu. Ryhmän kesto ja osallistujat on määritelty etukäteen, eikä ryhmään tule kesken kaiken uusia osallistujia. Suljettuja ryhmiä voi järjestää sekä läsnä- että etätoteutuksina. Suljetun ryhmän kesto on ryhmän tavoitteista ja tarkoituksesta riippuen kuudesta viikosta kolmeen kuukauteen.

- **Täydentyvä ryhmä** on myös pienryhmä, mutta jatkuvaluonteisempi kuin suljettu ryhmä ja siihen voidaan ryhmästä poistuneen tilalle ottaa uusi ryhmäläinen.
- **Teemaryhmä** on asiakkaita kiinnostava tai asiakkaiden elämäntilanteita yhdistävä ryhmä. Teemat voivat olla esim. hyvinvoinnin tukemiseen, kulttuuriin tai luontoon liittyviä tai ryhmätoimintaa voidaan järjestää vertaistuellisesti jonkun muun palvelun kanssa yhteistyönä.

5. Sosiaalisen kuntoutuksen palveluprosessi

Tähän kappaleeseen olemme koonneet tietoa sosiaalisen kuntoutuksen palveluprosessista. Prosessin kuvaamisen on tarkoitus selvittää työntekijöille palvelun eri vaiheita palveluun liittyvän ohjaustyön ja kirjaamisen näkökulmasta. Palveluprosessi on kuvattu alla olevassa kuvassa 3 ja tarkemmin avattuna liitteessä 1.

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelupolku



Kuva 3: Sosiaalisen kuntoutuksen palvelupolku.

Palveluun hakeutuminen/ohjautuminen

Asiakas voi hakeutua sosiaaliseen kuntoutukseen itsenäisesti, läheisen ohjaamana, sosiaalityössä havaitun tarpeen tai yhteistyötahon (esim. TE-palvelut, työllistymistä edistävä monialainen yhteispalvelu TYP, mielenterveys- ja päihdepalvelut, terveydenhuolto, etsivä työ, seurakunta) kautta. Asiakasta ohjataan ottamaan yhteyttä alueen aikuisten sosiaalipalveluihin.

Palvelun suunnittelu

Asiakkaan ohjautuessa aikuisten sosiaalipalveluihin, sosiaalityöntekijä tai sosiaaliohjaaja tekee asiakkaalle **palvelutarpeen arvioinnin**, jossa kartoitetaan kuntoutuksen ja tehostetun tuen tarve. Kun tarve aikuisten sosiaalipalveluiden sosiaaliselle kuntoutukselle on todettu, laaditaan **asiakassuunnitelma**, johon kirjataan kokonaisvaltaisesti asiakkaan tuen ja palvelujen tarpeet, tavoitteet, työskentelymenetelmät, sekä eri toimijoiden roolit asiakkaan kuntoutusprosessissa. Asiakassuunnitelman laadinnassa voi olla lisäksi muita asiakkaan verkostossa toimivia tahoja ja asiakassuunnitelmaan kirjataan ylös muiden palvelujen edustajien näkemykset asiakkaan palvelutarpeesta.

Asiakassuunnitelmaa laadittaessa ja sosiaalista kuntoutusta suunniteltaessa otetaan huomioon asiakkaan palveluiden yhteensovittaminen sekä mahdollisuudet saada kuntoutusta eri järjestelmissä. (THL 2020.) Palvelua suunniteltaessa pohditaan asiakaskohtaisesti yhdessä asiakkaan kanssa, millaista tukea asiakas arkeensa tarvitsee sekä onko kyse tehostetusta yksilötyöstä, ryhmätoiminnasta vai niiden yhdistelmästä.

Palvelun järjestäminen ja toteutus

Tehostettu yksilötyö on sosiaalityötä tai sosiaaliohjausta, joka perustuu säännöllisiin tapaamisiin sosiaalialan ammattilaisen kanssa (THL 2020, 12). Asiakkaalle nimetään omatyöntekijä, joka on vastuussa sosiaalisen kuntoutuksen järjestämisestä ja jolla on kokonaisvastuu prosessista. Mikäli sosiaalista kuntoutusta ohjaa joku muu kuin asiakkaan omatyöntekijä, ohjaustyötä tekevä työntekijä raportoi säännöllisesti asiakkaan tilanteesta omatyöntekijälle. (OSMO 2020, 7.)

Sosiaalisesta kuntoutuksesta tehdään sosiaalihuoltolain mukainen päätös. Päätökseen kirjataan sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet ja keinot, palvelun kesto ja tapaamisten tiheys sekä laki, johon päätös perustuu. Tarkempi kuvaus asiakkaan tavoitteista löytyy asiakassuunnitelmasta. (THL 2018a, 18.)

Tehostetussa yksilöohjauksessa sosiaalialan ammattilainen tapaa asiakasta säännöllisesti ja työskentelee asiakkaan kanssa valmentavalla työotteella hänen yksilöllisten tavoitteidensa mukaisesti soveltuvia menetelmiä ja työvälineitä käyttäen. Työskentely on käytännönläheistä ja tapaamiset toteutuvat työntekijän toimistolla ja/tai asiakkaan arkiympäristössä asiakkaan toiveet huomioiden. Työskentelyn aikana työntekijä pystyy havainnoimaan asiakkaan toimintakykyä asiakkaan





arkiympäristössä ja erilaisia työvälineitä hyödyntäen. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet voivat muuttua tai täsmentyä työskentelyn aikana. Tapaamiset ovat tarvittaessa mahdollisia myös etäyhteyksiä käyttäen.

Työskentelyyn kuuluu yhteistyö asiakkaan verkostoissa (esim. päihde- ja mielenterveyspalvelut, terveydenhuolto, TE-palvelut, Kela, asiakkaan määrittelemä läheisverkosto). Asiakkaan kuntoutuminen on riippuvainen useasta eri tekijästä ja on tärkeää, että asiakkaan verkoston jäsenillä on yhtenäinen ymmärrys asiakkaan tilanteesta.

Tehostetusta yksilötyöstä ja ryhmätoiminnasta kirjataan tapaamisten keskeiset sisällöt asiakastietojärjestelmään.

Perustuki käytännön ohjaustyössä

Perustuki on asiakkaan tarpeen mukaan kotona tai kodin ulkopuolella annettavaa tukea. Lähtökohtana on aktiivinen asiakkaan resurssien käyttöönotto ja tukeminen, motivointityö, arjen hallinnan tukeminen, osallisuuden ja merkityksellisyyden vahvistaminen omassa elämässä ja suhteessa ympäristöön. (OSMO 2020.)

Kotona annettavaan tukeen voi kuulua esimerkiksi kodinhoidollisten ja ruuanlaittoon liittyvien asioiden opettelu ja valmennus, arkea helpottavien suunnitelmien tekeminen, talousasioiden hallinnan opettelu, tuki opiskelujen tai työssäkäynnin etenemiseen, asioinneissa avustaminen ja opastaminen sekä keskustelutuki.

Kodin ulkopuolella annettavaan tukeen voi kuulua esimerkiksi asioinneissa avustamisen tukeminen, sosiaaliin tilanteisiin altistuminen, harrastuksien etsiminen ja liikunnan lisääminen sekä verkostojen kartoittaminen ja hyödyntäminen.

Kevyt tuki käytännön ohjaustyössä

Kevyt tuki on asiakkaan rinnalla kulkevaa tukea. Tavoitteena voi olla verkostojen löytäminen ja asiakkaan saattelu mielekkään tekemisen pariin, tuki kykyyn toteuttaa suunnitelmiaan, vahvistaa arjenhallintataitoja ja elämänhallintaa, kannustaa eteenpäin. Kevyen tuen avulla taataan turvallinen siirtymävaihe ja siinä tarvittava tuki sekä ennaltaehkäistään palveluista putoaminen. (OSMO 2020.)

Kevyt tuki voi olla esimerkiksi "tarkastuskäyntejä" ja tilanteen päivitystä perustuen jälkeen ennen sosiaalisen kuntoutuksen päättymistä, jatkopolkujen etsimistä, tukea opintojen, harrastuksen tai työssäkäynnin etenemiseen tai ryhmätoimintaan osallistumista.

Palvelun päättyminen

Sosiaalisen kuntoutuksen sisältö ja pituus ovat yksilöllisiä. Sosiaalinen kuntoutus koostuu jaksoista, jotka ovat pituudeltaan 3–6kk. Asiakas voi hyötyä lyhyestä, kolme kuukautta kestävästä tuesta, jonka jälkeen hän pääsee etenemään prosessissaan, tai asiakkuus voi jatkua pidempään, useamman jakson ajan. Asiakkaan tilannetta tarkastellaan aina jakson päättyessä.

Sosiaalisen kuntoutuksen jakson lopussa asiakkaan tilannetta arvioidaan ja peilataan jakson alussa asetettuihin tavoitteisiin yhdessä asiakkaan ja mahdollisen verkoston kanssa ja päätetään palvelun jatkamisesta tai päättämisestä.

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelun päättäminen kannattaa tehdä tukea pikkuhiljaa vähentäen, esimerkiksi siirtymällä asteittain perustuesta kevyeen tukeen. Asiakkaalle on hyvä antaa tarvittaessa mahdollisuus olla yhteydessä omatyöntekijään jakson jälkeen tai sopia tapaaminen tietyn ajan päähän. Palvelujaksosta tehdään kirjallinen yhteenveto asiakastietojärjestelmään.

Palvelun päättyessä tehdään kirjaus sosiaalisen kuntoutuksen päättämisestä ja jatkotoimenpiteistä. Mikäli asiakkaan tilannetta ei voida edistää sosiaalisen kuntoutuksen keinoin, tehdään suunnitelmallinen ja kirjattu ohjaus asiakkaan tarvetta vastaaviin palveluihin. Palvelun jatkuessa asetetaan uudelle jaksolle tavoitteet ja tehdään uusi päätös palvelusta. Sosiaalisen kuntoutuksen enimmäisaikaa ei ole määritelty.

6. Etä- ja hybridipalvelun toteutus

Etäkuntoutusta on mahdollista toteuttaa reaaliaikaisesti sekä ajasta riippumattomilla menetelmillä erilaisia alustoja käyttäen. Reaaliaikaisessa etäkuntoutuksessa asiakas ja ohjaaja ovat yhteydessä toisiinsa hyödyntäen etäteknologiaa. Ajasta riippumattomassa etäkuntoutuksessa asiakas hyödyntää kuntoutuksessa erilaisia ääni- ja/tai videonauhoituksia tai harjoitusohjelmia. Toimiakseen etäpalveluiden tulee olla hyvin suunniteltuja, koska vanhat toimintatavat eivät ole suoraan siirrettävissä etäpalveluun. Huomioon on otettava myös mm. tietosuoja sekä asiakkaiden edellytykset ottaa etäpalvelua vastaan. (STM 2020, 41–42)





Sosiaali- ja terveysministeriön sidosryhmiltä saaman palautteen mukaan etäkuntoutus, digitaaliset palvelut ja uudet teknologiat ovat merkittäviä kuntoutuksen kehittämiskohteita. (STM 2020, 41) Sosiaalityön etiikan mukaista on ehkäistä digisyrjäytymistä ja auttaa digipalveluista hyötyviä niiden pariin pääsemisessä. Tärkeää on myös tarjota onnistumisen kokemuksia harjoittelemalla digitaitoja yhdessä asiakkaan kanssa. Etäpalveluita kehitettäessä on kuitenkin huomioitava, että kaikille asiakkaille digipalvelut eivät sovi, vaan on myös heitä, jotka hyötyvät enemmän kasvokkaisesta palvelusta. (Hytti 2020, 21)

Valvira ja STM ovat antaneet ohjeita ja linjauksia etäpalveluiden toteuttamisesta terveydenhuollossa, vastaavia ohjeita ei ole laadittu sosiaalihuoltoon. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus Socca on laatinut vuonna 2020 raportin, miten sosiaalisessa kuntoutuksessa voi hyödyntää etäkuntoutuksen ja digisosaalityön mahdollisuuksia. Olemme koonneet alle listauksen raportin mukaisista huomioitavista asioista etäpalvelujen toteuttamisesta.

- Etäpalveluun on oltava asiakkaan suostumus
- Ammattihenkilön on arvioitava, soveltuuko annettava palvelu etäpalveluna toteutettavaksi
- Ammattihenkilön tulee arvioida yksilöllisesti, soveltuuko asiakkaan tilanne hoidettavaksi etäyhteyden välityksellä
- Asiakkaan tunnistaminen on perustuttava luotettavaan menetelmään. Tunnistamiseen käytettävä menetelmä on oltava todennettavissa jälkikäteen
- Asiakkaalle on tarvittaessa varattava mahdollisuus henkilökohtaiseen vastaanottokäyntiin tai asiakas tulee ohjata vastaanotolle muuhun palveluun
- Etäpalvelun antajalla on oltava asianmukaiset tilat, laitteet ja yhteydet
- Henkilökunnalla on toiminnan edellyttämä koulutus
- Etäpalvelun tulee olla sosiaalityön arvojen ja etiikan mukaista sekä ottaa huomioon asiakasturvallisuus
- Etäpalvelusta on laadittava asianmukaiset asiakasasiakirjamerkinnät
- Etäpalveluissa asiakastietojen välitykseen ja tallennukseen käytettävien tietojärjestelmien on täytettävä salassapitoa, tietosuojaa sekä tietoturva koskevien säännösten vaatimukset
- Etäpalvelujen sisältö on huomioitava omavalvontasuunnitelmassa
- Etäpalvelujen on täytettävä asianomaista toimintaa koskevan lainsäädännön asettamat vaatimukset (henkilötietolaki ja sosiaali- ja terveydenhuollon asiakastietojen sähköisestä käsittelystä annettu laki)



7. EuroHIS-8-elämänlaatumittari ja asiakaskysely

EuroHIS-8- elämänlaatumittarin kysymykset mittaavat elämänlaatua psyykkisellä, fyysisellä, sosiaalisella ja ympäristöolottuvuudella. Elämänlaadussa on kyse yksilön arviosta elämästään siinä kulttuuri- ja arvoympäristössä, jossa hän elää, suhteessa yksilön omiin päämääriin, odotuksiin, arvoihin ja muihin hänelle merkityksellisiin asioihin. EuroHIS-8-elämänlaatumittarin pohjana on käytetty WHOQOL-BREF-mittaria. Linkki elämänlaatumittarin lomakkeelle löytyy käsikirjan menetelmät ja työvälineet - osiosta s. 22.

EuroHIS-8-elämänlaatumittaria suositellaan käytettäväksi tilanteissa, joissa laajemman mittarin käyttö nähdään haasteelliseksi. (Sotkanet 2023.) EuroHIS-elämänlaatumittarin validiteetista on tutkimuksia ja tulokset osoittavat vahvaa yhteneväisyyttä muihin elämänlaatumittareihin. Mittari on koettu käyttökelpoiseksi, yksinkertaiseksi ja nopeaksi täyttää. TOIMIA-tietokannassa mittari on arvioitu käyttökelpoisuudeltaan hyväksi. (Koponen 2022.)

Suositukset EuroHIS-8-elämänlaatumittarin käytölle:

- Käytetään sosiaalisen kuntoutuksen palvelun alussa, jakson lopussa ja palvelun päätyttyä (työntekijä säilyttää mittausten tulokset ja merkitsee mittausten järjestyksen).
- Voidaan hyödyntää asiakastyön työkaluna esim. palvelun tavoitteiden tarkentamisessa, havainnollistamassa asiakkaan kokemaa elämänlaadun muutosta ja keskustelupohjana, jossa asiakas voi itse sanoittaa tarkemmin mahdolliseen muutokseen vaikuttaneita tekijöitä.
- Mittarin kautta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää palvelun raportoinnissa.
- Anonyymia EuroHIS-8-elämänlaatumittaritietoa voidaan koota hyvinvointialueitasoisesti yhteen ja koottua tietoa voidaan hyödyntää palvelun vaikuttavuuden osoittamiseen. Ensimmäisten mittauskertojen tuloksista saadaan sosiaalisen kuntoutuksen asiakasryhmän tilannetta kuvaavaa tietoa, jota voidaan hyödyntää palvelun jatkokehittämisessä tai muiden samalle asiakasryhmälle kohdennettujen palvelujen kehittämisessä.

Asiakaskyselyt (liite 2 ja liite 3) on muokattu Keski-Suomen hyvinvointialueen käyttöön Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen laatiman kyselylomakkeen pohjalta. Alkuperäinen asiakaskysely kuului sosiaalityön vaikuttavat toimintamallit -työpajasarjan sosiaalisen kuntoutuksen työpakettiin. Asiakaskyselyn pohjana on käytetty THL:n terveysasemakyselyä, osallisuusindikaattorin, FinSote-kyselyn sekä NPS (Net Promoter Score) -kyselyn kysymyksiä. (THL 2022, 8–9.) Kyselyyn on muotoiltu myös omia kysymyksiä.



Suosituksset asiakaskyselyn käytölle:

- Asiakaskysely on anonyymi palautteenantotapa. Yksilöohjausta ja ryhmätoimintaa varten on omat kyselyt. Asiakkaalla on mahdollisuus vastata kyselyyn sähköisesti tai paperilla. Jotta kyselyyn vastaaminen onnistuu anonyymisti, asiakkaan vastaukset vastaanottaa joku muu kuin sosiaalisen kuntoutuksen ohjaustyötä tehnyt työntekijä (Forms-kysely ja postitusmahdollisuus paperiseen vastaukseen).
- Asiakaskyselyt kootaan sosiaaliasema-/ tiimikohtaisesti yhteen, jotta tuloksia voidaan käsitellä aluekohtaisesti ja tarvittavat muutokset ohjaustyössä kohdentuvat palautteen mukaiseen työhön.
- Hyvinvointialue kokoaa anonyymia asiakaskyselytietoa ja koostaa niistä koko hyvinvointialueen sosiaalisen kuntoutuksen palvelun palautetietoa sosiaalipalveluiden kehittämisen, johtamisen ja päätöksenteon tueksi.

Kuvaamamme suositukset EuroHIS-8-elämänlaatumittarin ja asiakaskyselyn käytölle vaativat aikuisten sosiaalipalveluissa suunnitellun, ennalta sovitun ja henkilöstölle ohjeistetun tavan ko. aineiston keräämiseen, säilyttämiseen ja käsittelyyn.

8. Menetelmät ja työvälineet asiakastyön tueksi

Työorientaatio täsmentää työn tavoitetta ja toteuttamista sekä asiakkaan ja työntekijän välisen vuorovaikutuksen luonnetta. Työorientaatio voi olla esimerkiksi talous-, asumis- ja kotouttamissosiaalityötä, kuntouttavaa, rakenteellista tai työllisyyttä edistävää sosiaalityötä.

Työmenetelmä tarkoittaa vuorovaikutuksellista ja suunnitelmallista toimintatapaa, kuten yksilötyötä ja ryhmätyöskentelyä, jotka ovat siirrettävissä ja muokattavissa toiseen asiakastilanteeseen.

Työväline on konkreettinen apuväline tai -keino, kuten erilaiset lomakkeet, kortit ja tekniikat, joita käytetään asiakastyössä. Työvälineen valinta riippuu siitä mitä työmenetelmää ja työorientaatiota kulloinkin käytetään.

(Liukko 2009, 39–40; Kuntaliitto, 2018)



Toiminnalliset menetelmät ovat opetus- ja ohjaustyössä käytettäviä menetelmiä ja tärkeää osaamista myös sosiaalialalla. Menetelmien taustalla on tavoite tukea asiakasta aktiivisena toimijana. Toiminnalliset ja luovat menetelmät toimivat apuvälineenä asiakkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutuksessa ja menetelmien kautta tuetaan asiakasta tarkastelemaan itseään ja elämäänsä. Menetelmien avulla tuetaan asiakasta itseilmmaisussa ja itsetuntemuksessa, tarjotaan työkaluja arjen ja elämän jäsentämiseen, lisätään toimintakykyä arjessa ja vahvistetaan asiakkaan osallisuutta. Menetelmäosaaminen vahvistaa ammattilaisen ammatillista erityisosaamista. (Arnemann & Brigatti-Soininen 2022, 11.)

Olemme koonneet tähän kappaleeseen sosiaaliseen kuntoutukseen soveltuvia menetelmiä ja työvälineitä asiakastyön tueksi. Olemme pyrkineet valitsemaan menetelmät ja työkalut siten, että mahdollisimman monet niistä soveltuvat sekä yksilö- että ryhmätyöskentelykäyttöön.

8.1. Toimintakyvyn havainnointi ja kuntoutuksellisten tarpeiden selvittäminen

Sosiaalisen kuntoutuksen työskentelynä voi käydä läpi asiakkaan itsearviointia omasta elämäntilanteesta ja toimintakyvystä. Palvelun vaikuttavuuden osoittamiseksi itsearviointimittareita kannattaa toistaa työskentelyjakson aikana ja päätyttyä.

Huolellinen, erityyppisten kuntoutustarpeiden selvittäminen edellyttää riittävän paneutuvaa työskentelyä. Riippuen sosiaalisen kuntoutuksen toteuttamiseen liittyvästä työnjaosta, erityyppisten kuntoutuspalveluiden selvitystyötä voi tehdä omatyöntekijä jo osana asiakkaan palvelutarpeen arviointia tai sitä voidaan tehdä paneutuvammin vasta asiakkaan siirryttyä sosiaalisen kuntoutuksen palvelujaksolle.

Sosiaalisen kuntoutuksen tehostetun yksilötyön tavoitteena voi olla muiden kuntoutuspalveluiden tarpeen arvioiminen ja asiakkaalle annettava tuki niihin hakeutumisessa. Palvelun aikana asiakkaan toimintakykyä voidaan selvittää systemaattisella tavalla ja erilaisia työvälineitä hyödyntäen. Asiakkaan todellista toimintakykyä pystytään havainnoimaan parhaiten hänen omassa arkiympäristössään. (THL, 2022)

Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä

Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä -menetelmä eli ESY-menetelmä on kehitetty työ- ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten sosiaalisen kuntoutuksen työvälineeksi. Muutoksen seurannan tueksi on rakennettu kymmenestä elämän osa-alueesta koostuva ympyrä. Elämäntilanteen osa-alueet on purettu sitä arvioiviksi positiivisiksi väittämiksi. Asiakas arvioi itse ESY-ympyrän kunkin teemaan väittämät arviointiasteikolla 1–10. Lisätietoa:

- [ESY-menetelmän käsikirja \(Virta II -hanke\)](#)
- [Elämäntilanteen selvittämisen ympyrän selkokielen versio \(Socca\)](#)



SPIRAL-lautapeli

SPIRAL-lautapeli on toimintakyvyn itsearviointimenetelmä, joka helpottaa tavoitteiden asettamista kuntoutuksessa. Pelistä on erilaisia versioita eri kohderyhmille. Voit ladata tai tulostaa kohderyhmäkohtaiset. SPIRALin osa-alueet perustuvat kansainväliseen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitusjärjestelmään (ICF).

Peliä voi hyödyntää mielenterveyskuntoutujien, autismin kirjon nuorten, kielellisistä vaikeuksista kuntoutuvien kanssa sekä päihdeongelmasta toipuvien kanssa. Peli toimii parhaiten ryhmässä, mutta sitä voidaan hyödyntää myös yksilötyössä. Lisätietoa:

- [Spiral-menetelmä \(Kuntoutussäätiö\)](#)

EuroHIS-8-elämänlaatumittari

EuroHIS-8-elämänlaatumittari on lyhennetty versio WHOQOL-BREF-mittarista ja se on tarkoitettu nopeaksi ja helppokäyttöiseksi menetelmäksi väestön terveydentilan arviointiin ja seurantaan. Elämänlaatuindikaattori muodostettiin WHO8-EUROHIS-mittarin sisältämien kahdeksan kysymyksen pohjalta. Lisätietoa:

- [EuroHIS-8-elämänlaatumittari \(Duodecim, terveysportti.fi\)](#)

WHOQOL-BREF-elämänlaatumittari

- [WHOQOL-BREF-elämänlaatumittari \(terveysportti.fi\)](#)

Kykyviisari: Työ- ja toimintakyvyn arvioiminen

Kykyviisari on maksuton työ- ja toimintakyvyn itsearviointimenetelmä kaikille työkäisille. Kykyviisarin avulla vastaaja voi selvittää omaa tilannettaan, keskeisiä vahvuuksiaan ja kehittämiskohteitaan. Kykyviisari mahdollistaa myös työ- ja toimintakyvyssä tapahtuneen muutoksen tarkastelun, jos arviointi toistetaan. Kykyviisari on saatavilla usealla eri kielellä. Lisätietoa:

- [Kykyviisari \(Työterveyslaitos\)](#)

WHODAS 2.0

WHODAS 2.0:n avulla voidaan selvittää terveydentilaa ja toimintarajoitteita. Lomakkeita on kolmenlaisia: haastattelu, itsetäytettävä ja läheisen täytettävä. Lomakkeita on 12:n ja 36:n kysymyksen mittaisia. Lisätietoa:

- [WHODAS 2.0 - terveyden ja toimintarajoitteiden arviointi \(Duodecim, terveysportti.fi\)](#)

TOIMIA-tietokanta

TOIMIA-tietokanta sisältää paljon erilaisia toimintakykyä mittaavia kyselyitä. Lisätietoa:

- [TOIMIA-tietokanta \(Duodecim, terveysportti.fi\)](#)

Omaolo-terveystarkastus

Omaolon sähköinen terveystarkastus, joka arvioi elintapoja ja henkistä hyvinvointia. Terveystarkastus kertoo, miten elintavat vaikuttavat arvioituun elinikään ja sairastumisriskeihin. Lisätietoa:

- [Terveystarkastus \(omaolo.fi\)](https://omaolo.fi)

8.2. Arkitaitoja vahvistava toiminta

Arkitaitoja vahvistavan toiminnan ohjaaminen tähtää jokapäiväisessä elämässä tarvittavan osaamisen ja kykyjen lisääntymiseen. Keskeisiä tavoitteita ovat:

- ensisijaisten etuuksien piiriin ohjaaminen ja käytännön tuki asioimisessa
- asumiseen liittyvien ratkaisujen etsiminen sekä tuki kodin ylläpitämiseen
- itsestä ja perheestä huolehtiminen
- organisointikyvyn lisääntyminen
- riippuvuuksien hallinta ja päihteettömyyden tukeminen

(THL, 2018a, 13, THL 2018b)

Muistiinpanot ja tehtävälistat

Google Play -kaupasta ja AppStoresta löytyy ilmaisia sovelluksia hakusanoilla ”muistiinpanot” ja ”tehtävälistat”. Esimerkkinä Evernote, johon voi lisätä usealla tavalla muistiinpanoja ja niitä voi jakaa muille.

Ajanhallinnan avuksi

Puhelimeen ladattavien sovellusten, kuten TimeTimer tai MouseTimer, avulla voi hahmottaa ajan kulumista tai aikatauluttaa asioiden tekemistä. Yksinkertaisimmillaan ajan kulua voi opetella hahmottamaan manuaalisen munakellon avulla.

Viikko-ohjelma

Matkapuhelimen tai tietokoneen kalenteria voi hyödyntää viikko-ohjelman laatimiseen. Tärkeimpiin menoihin tai asioihin voi kytkeä hälytyksen päälle. Paperisen viikko-ohjelman voi ripustaa vaikka jääkaapin oveen.

Papunetin työkalulla voi muokata kuvilla havainnollisen päivä- ja viikko-ohjelman.

Lisätietoa:

- [Viikko-ohjelma \(Muistiliitto\)](#)
- [Tulostettavat kalenterit \(7calendar.com\)](https://7calendar.com)
- [Päiväohjelma ja lukujärjestys \(Papunet\)](#)



Ateriasuunnitelma



esimerkiksi viikoksi eteenpäin tukee ruokailun säännöllisyyttä ja kaupassa käynnin suunnittelua. Ideoita ruokiin löytyy verkosta paljon, esimerkiksi

- [Reseptit \(Martat\)](#)

Aikuisen arki toimimaan -opas

ADHD-liiton sivuilta löytyy opas, jossa on tietoa ADHD:sta ja sen vaikutuksesta arkeen, mutta sen sisältämistä vinkeistä on apua ihan kaikille, vaikka ei ADHD:ta olisikaan.

Lisätietoa:

- [Aikuisen arki toimimaan -opas \(ADHD-liitto\)](#)

Digihelppari

Digihelppari on arjentueksi kehitetty mobiilisovellus. Sovellus on kehitetty ihmisille, joilla on neuropsykiatrisia piirteitä, esim. vaikeuksia keskittymisessä, muistamisessa tai asioiden ja arkiaskareiden loppuunsaattamisessa. Digihelpparissa on kalenteri, muistiinpanomahdollisuus, talousosio ja tärkeiden linkkien tallennusmahdollisuus. Sovellus on ladattavissa ilmaiseksi Google Play -kaupasta ja AppStoresta.

Priorisoinnin nelikenttä

Priorisoinnin nelikenttä auttaa hahmottamaan asioiden tärkeysjärjestystä, kun ajatukset ovat täynnä tekemättömiä asioita eikä tiedä mistä aloittaa. Lisätietoa:

- [Priorisoinnin nelikenttä -harjoitus \(Duunitori.fi\)](#)

Arkielämän taitojen vahvistaminen, kotikäyntityö

Sosiaaliseen kuntoutukseen voi kuulua tuki kodin ylläpitoon, siivoukseen, pyykinpesuun, ruuanlaittoon ja asiointiin yhdessä tehden ja opetellen valmentavalla työtöteellä.

Kotikäyntityössä on huomioitava yksilöiden erilaiset siisteyskäsitteet, jotka voivat poiketa toisistaan paljonkin. Yleissiisteyttä voi opetella ja perusasiat on hyvä tuoda esille, mutta on kyettävä kunnioittamaan asiakkaan omaa näkemystä tämän omasta kodista ja siitä mikä on riittävää. Todelliset huolenaiheet on kuitenkin tuotava esille, esimerkiksi paloturvallisuus, elintarvikehygieniat, nukkumishygieniat ja asunnon kunnossa pitäminen.

Asumiseen ja kodinhoitoon liittyvää ohjausta, materiaalia, vinkkejä

Nuorisoasuntoliitto NAL ry:n verkkosivuilla on mm. viikkosiivouslista, vuokralaisen muistilista. Marttaliiton nettisivuilta löytyy käytännön vinkkejä ja ohjeita asumisen ja kodinhoidon asioihin, osassa videoiden kera. Lisätietoa:

- [Asumisen ABC \(Nuorisoasuntoliitto NAL ry\)](#)
- [Vinkkejä kodinhoitoon \(Martat\)](#)

Talous- ja velka-asioiden ohjaus

TASOS taloudellinen toimintakyky ja sosiaalinen osallisuus -hankkeen aikuissosiaalityön mallinnuksista löytyy oppaita, joista löytyy ohjausta ja käytännön työkaluja asiakkaan tukemiseen ja kohtaamiseen.

Hallitse rahojasi -tehtävien kautta voidaan asiakasta ohjata kulutus päätöksiin vaikuttamisessa, rahankäyttöön liittyvissä arvoissa, asenteissa ja käyttäytymismalleissa sekä rahanhallinnan eri keinoissa. Lisätietoa:

- [Asiakkaan tukeminen ja kohtaaminen talous- ja velka-asioissa \(Takuusäätiö\)](#)
- [Talous- ja velka-asiat puheeksi ryhmissä \(Takuusäätiö\)](#)
- [Hallitse rahojasi -työkaluja \(Takuusäätiö\)](#)



Taloudellisen ahdingon omahoito- ohjelma

Taloudellisen ahdingon omahoito -ohjelma sisältää tietoa ja neuvoja raha-asioiden hoitamisesta sekä erilaisia tehtäviä ja harjoituksia. Ohjelman avulla taloudellisiin huoliin liittyvä ahdingon tunne vähenee ja tulevaisuudesta tulee paremmin ennustettavaa. Lisätietoa:

- [Taloudellisen ahdingon omahoito \(Mielenterveystalo\)](#)

Penno-käsikirja sekä mobiilisovellus Androidille

Penno on verkossa toimiva ilmainen palvelu, jolla voi seurata omaa taloutta. Asiakas voi ladata sovelluksen ja täyttää sitä itsenäisesti. Työntekijä voi käydä palvelua yhdessä läpi asiakkaan kanssa ja suunnitella rahankäyttöä. Lisätietoa:

- [Penno](#)

Elämän puu

Elämän puu on juliste, johon kirjataan asiakkaan haaveet ja toiveet, tärkeät asiat elämän varrelta, mieltymykset sekä seikat, joista hän ei pidä. Työkalun avulla asiakkaan toiveet ja tarpeet tehdään näkyviksi. Lisätietoa:

- [Elämänpuu \(peda.net\)](#)

Mielenterveyden käsi

Mielenterveyden käsi -tehtävässä autetaan hahmottamaan mitkä elämän perusasiat ovat kunnossa, ja mihin pitäisi kiinnittää enemmän huomiota. Harjoituksen tekemiseen on verkkosivuilla video. Lisätietoa:

- [Mielenterveyden käsi -julistte \(MIELI ry\)](#)
- [Mielenterveyden käsi -harjoitus \(MIELI ry\)](#)

Rentoutus- ja mindfulness-harjoituksia

Lisätietoa:

- [Harjoitukset \(MIELI ry\)](#)
- [Rentoutus- ja hengitysharjoituksia \(Mielenterveystalo\)](#)
- [Rentoutusharjoituksia \(Suomen Kipu ry\)](#)
- [Oiva - Harjoitukset \(oivamieli.fi\)](#)



Voimavaratimantti

Voimavaratimantti-lomakkeelta ympäröidään, kuinka tyytyväinen on elämän eri osa-alueisiin. Täyttämisen jälkeen valitaan asia, johon on erityisen tyytyväinen ja asia, johon haluaisi keskittyä enemmän. Lisätietoa:

- [Voimavaratimantti \(Mielenterveyden keskusliitto\)](#)

Materiaalia ja ohjeita erilaisten välineiden käyttöön

Lisätietoa:

- Mieli ry:n sivuilta [Materiaalit](#)
- Mielenterveyden keskusliiton sivuilta [Materiaalipankki](#)

Omaolon valmennukset

Omaolon valmennukset kannustavat terveyttä tukeviin elämäntapamuutoksiin. Valmennuksia voi aloittaa itsenäisesti tai ammattilaisen suosittelemana. Palveluun kirjaudutaan omilla (verkkopankki)tunnuksilla.

Valmennukset:

- [Alkoholinkäytön vähentäminen \(omaolo.fi\)](#)
 - Ohjelmassa saa viikoittain käytännöllisiä neuvoja ja tehtäviä, joiden avulla opetellaan hallitsemaan alkoholin kulutusta.
- [Arjen harmituksen vähentäminen \(omaolo.fi\)](#)
 - Auttaa hallitsemaan vastoinkäymisten kohtaamisessa syntyvää harmitusta sekä kielteisiä tunteita ja reaktioita.
 - Tavoite on, että valmennukseen osallistuvat saavat parempia valmiuksia sietää arjen pieniä vastoinkäymisiä niin, että vastoinkäymiset harmittaisivat vähemmän ja lyhyemmän aikaa.
 - Ohjelman harjoitteet sisältävät tehtäviä ja tietoa aiheesta.
- [Painonhallinta \(omaolo.fi\)](#)
 - Auttaa pohtimaan painoon vaikuttavia tottumuksia ja arkipäivän ratkaisuja, joilla voi saada painon paremmin hallintaan.
 - Ohjelmassa saa viikoittain neuvoja ja tehtäviä.
- [Terveyttä edistävä ravinto -valmennus \(omaolo.fi\)](#)
 - Tarjoaa käytännönläheiset työkalut ja vinkit terveelliseen ja laadukkaaseen syömiseen.



- Tavoitteena on myös oppia uutta ja motivoitua tekemään hyviä valintoja omassa ruokavaliossa.
- [Tupakoinnin lopettamisen valmennusohjelma \(omaolo.fi\)](#)
 - Auttaa valmistelemaan tupakoinnin lopettamista ja tekemään tupakoinnin lopettamista koskevan päätöksen.
 - Ohjelman avulla voi luopua tupakoinnista kokonaan ja saada tukea ja neuvoja päätöksen pitämiseen.
- [Univalmennus \(omaolo.fi\)](#)
 - Auttaa parantamaan unen laatua ja määrää.
 - Viikoittaisia neuvoja ja tehtäviä, jotka saavat miettimään nukkumisympäristöä sekä muita uneen vaikuttavia tekijöitä.

Keski-Suomen digitaalinen sosiaali- ja terveyskeskus Omaks.fi

Tarjoaa apua terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa chatissa tai videovastaanotolla kaikille keskisuomalaisille. Lisätietoa:

- [Omaks.fi \(Keski-Suomen digitaalinen sosiaali- ja terveyskeskus\)](#)

8.3. Sosiaalisia taitoja vahvistava toiminta

Sosiaalisia taitoja vahvistavan toiminnan ohjaaminen tähtää itseilmaisuun ja vuorovaikutukseen liittyvän osaamisen ja kykyjen lisääntymiseen. Keskeisiä tavoitteita ovat:

- kyky luoda ja ylläpitää ihmissuhteita
- kyky luottaa toisiin ja ottaa vastuuta myös muista
- sosiaalisten tilanteiden pelkojen vähentyminen
- merkityksellisten ihmissuhteiden olemassaolo
- itsearvostuksen lisääntyminen
- (THL, 2018a, 13, THL 2018b)

Sosiaalinen verkostokartta

Sosiaalinen verkostokartta on koonti henkilön elämässä olevista ihmisistä visuaalisesti esitettyä. Verkostokartan avulla voidaan kartoittaa asiakkaan perhettä, ystäviä ja sukulaisia sekä ammattilaisverkostoa. Lisätietoa:

- [Sosiaalinen verkostokartta \(edu.fi\)](#)
- [Verkostokartta \(Terveyskylä\)](#)

Elämänjana

Elämänjana on toiminnallinen työväline, jonka avulla voidaan avata keskustelua ja tuoda esille asiakkaan elämänvaiheita ja -tapahtumia sekä voimavaroja. Elämänjanan



tekemiseen ei tarvita erikoisia välineitä, vaan siihen riittää paperi ja kynä. Asiakkaan niin halutessa voidaan käyttää myös kuvia ja eri värisiä kyniä ja piirroksia elävöittämään janaa.

Kaikessa yksinkertaisuudessaan paperille piirretään vaakaviiva, jonka vasemmassa reunassa on syntymä ja oikeassa reunassa nykyhetki. Tärkeät tapahtumat sijoitetaan janalle aikajärjestyksessä. Paperin yläosaan voi merkitä hyvät hetket ja alaosaan vaikeat. Elämänjanaa voi soveltaa monenlaiseen työskentelyyn ja sen voi tehdä myös tietokoneella. Lisätietoa:

- [Toiminnalliset työvälineet \(Socca\)](#)

Omaolon valmennukset

Omaolon valmennukset kannustavat hyvinvointia tukeviin elämäntapamuutoksiin. Valmennuksia voi aloittaa itsenäisesti tai ammattilaisen suosittelemana. Palveluun kirjaututaan omilla (verkkopankki)tunnuksilla.

- [Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa -valmennusohjelma \(omaolo.fi\)](#)
 - Antaa tietoa tyypillisistä parisuhteen vuorovaikutusongelmista
 - Tarjoaa harjoitteita, joiden tavoitteena on vahvistaa vuorovaikutusta vaikeinakin hetkinä
 - Auttaa ristiriitojen ehkäisemisessä
 - Käytännön työkaluja vaikeassa tilanteessa eläville pariskunnille
- [Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa -valmennusohjelma \(omaolo.fi\)](#)
 - Antaa tietoa siitä, minkälainen vuorovaikutus vahvistaa parisuhdetta ja mitkä ovat tyypillisiä kompastuskiviä vuorovaikutuksessa.
 - Tarjoaa harjoitteita, joiden avulla voi kokeilla uusia toimintatapoja
- [Lapsiperheiden valmennusohjelma \(omaolo.fi\)](#)
 - Tavoitteena on auttaa vahvistamaan ystävällistä ja jämäkkää vuorovaikutusta lapsen kanssa vaikeinakin hetkinä. Harjoitukset auttavat myös vahvistamaan myönteisiä hetkiä vanhemmuudessa.
 - Valmennusohjelma lisää kaikkien vanhempien arjen elämänlaatua, mutta tarjoaa työkaluja myös erityisen kuormittavassa tilanteessa eläville vanhemmille.

Tapaamiset kävelyllä kaupungilla/taajamassa, kaupassa

Monelle oleminen paikassa, jossa on ihmiskontakteja, voi olla hankalaa. Tämän harjoitteluun konkreettisesti esimerkiksi kävelemällä asiakkaalle hankalassa ympäristössä (altistus) voi helpottaa, mutta altistuksen on tapahduttava asiakkaan omasta tahdosta.

Lisätietoa:

- [Sosiaalisen jännittämisen omahoito-ohjelma \(Mielenterveystalo\)](#)

Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät

Lisätietoa:

- Työvälineitä ryhmätoimintaan: [Odottamattomia aarteita \(Metropolia AMK\)](#)
- Ryhmätoimintamalleja: [Ryhmätoiminta \(Innokylä\)](#)
- Vinkkejä ryhmätoiminnan sisältöihin erilaisille ryhmille: [Ideoita ryhmätoimintaan \(Ryhmärenki\)](#)

Kehittäjäasiakasryhmä

Asiakkaista kootaan ryhmä, joka kehittää/on mukana suunnittelemassa jotain tiettyä palvelun osa-aluetta. Esimerkiksi ryhmätoimintaa, jonkin menetelmän testaamista tai palvelun käyttöönottoa.

Lisätietoa:

- [Kehittäjäasiakastoiminnan kokeilu \(JAMK\)](#)



8.4. Yhteisötaitoja vahvistava toiminta

Yhteisötaitoja vahvistavan toiminnan ohjaaminen tähtää vahvistuneeseen toimijuuteen yhteisöissä ja yhteiskunnassa. Keskeisiä tavoitteita ovat:

- osallistumiskynnysten madaltuminen
- omaehtoisuuden lisääntyminen
- itsen ja ympäristön välisen suhteen vahvempi tiedostaminen
- tulevaisuusorientaation ja sopeutumiskyvyn vahvistuminen
- itsenäinen kyky asioida
- koulutus- tai työllistymispolulle pääsy ja siellä pysyminen (THL, 2018a, 13, THL 2018b)

Chat- ja viestipalvelut, oma-asioinnit

Useilla virastoilla ja yrityksillä on käytössä chat- ja viestipalveluita, sovelluksia sekä oma-asiointi-sivuja. Näihin kirjautuminen ja sisältöihin yhdessä tutustuminen auttaa asiakasta tarttumaan omien asioiden hoitoon paremmin kuin että tarvitsisi soittaa tai käydä paikan päällä.



Luontolähtöiset menetelmät

Retket ja kävelyt luonnossa voimaannuttavat ja keskustelu on helpompaa rinnakkain kuin vastakkain pöydän molemmin puolin toimistossa, varsinkin henkilöille, joille silmiin katsominen on vaikeaa.

Marjastaminen, sienestäminen ja kalastaminen antavat ravinnon lisäksi luontokokemuksia.

Kasvien kasvattaminen tuo onnistumisen kokemuksia ja antaa vastuuta (sekä hyötykasvit että huonekasvit).

Luovat menetelmät

Osallistuminen taide- ja kulttuuritoimintaan sekä taiteen tekijänä että taiteen kokijana voi edistää ja tukea mielen hyvinvointia. Tutkimusten mukaan *museoissa, näyttelyissä, teatterissa ja elokuvissa käyminen* lievittää stressiä ja lisää oppimiskokemuksia.

Käsityöt, askartelu ja kuvataide

sekä yksin että ryhmässä kehittää elämänhallintaa, ongelmanratkaisukykyä sekä mielen voimavaroja (Kronqvist, 2020, 21). Tutustukaa esimerkiksi alueen kansalaisopiston tarjontaan.

Liikunta

lisää mielen hyvinvointia ja mielen hyvinvointi lisää liikkumista. Harrastusten etsiminen ja kokeileminen yhdessä helpottaa harrastuksen aloittamista ja *liikuntapäiväkirja* voi auttaa pitämään motivaatiota yllä ja havainnoimaan omia kokemuksia liikunnasta. Tutustukaa esim. alueen kansalaisopiston, urheiluseurojen ja naisvoimistelijoiden harrastustarjontaan.

Omaolon liikuntaohjelma kannustaa ja auttaa liikkumaan terveyden kannalta riittävästi. Valmennusohjelmassa annetaan vinkkejä perusliikkumiseen ja sen lisäämiseen. Palveluun kirjaututaan omilla (verkkopankki)tunnuksilla. Lisätietoa:

- [Liikuntapäiväkirja \(Terveyskirjasto\)](#)
- [Liikuntaohjelma terveysliikkuville \(omaolo.fi\)](#)

Elämänjana

Elämänjana on myös elämänviiva tai -kaari, eli yksi toiminnallinen työväline, jolla jäsennetään asiakkaan elämäntapahtumia. Elämänjana on asiakkaan itsensä tai työntekijän kanssa yhdessä jäsentämä kuva elämäkokemuksistaan, elämäntapahtumistaan ja muistoistaan. Lähtökohtana on menneisyyden tapahtumien tarkastelu, mutta elämänjanaan voi sisältyä myös tulevaisuuden hahmottaminen. Lisätietoa:

- [Elämänjana \(utupub.fi\)](#)



Unelmakartta

on kuin aarrekartta oman unelmasi elämän rakentamiseen. Se auttaa konkretisoimaan haaveitasi sanoin ja kuvin. Unelmakartan voit tehdä myös digitaalisesti koneella tai puhelimella. Lisätietoa:

- [Unelmakartta \(Duunitori\)](#)

Valokuvaus

Asiakkaiden voi olla helpompaa tai mielekkäämpää kertoa kokemuksistaan ja tavoitteistaan valokuvien avulla. Vinkkejä valokuvauksen hyödyntämiseen yksilö- ja ryhmätyöskentelyssä. Lisätietoa:

- [Elämäni kuvat -valokuvatyöskentely \(Socca\)](#)

Onnistumispäiväkirja

Onnistumispäiväkirja auttaa konkretisoimaan arjen hyviä puolia silloin, kun arki näyttäytyy haasteellisena. Lisätietoa:

- [Onnistumispäiväkirja \(Digipelirajaton\)](#)

Vahvuuskortit

Vahvuuskortteja voidaan myös hyödyntää työtiimeissä, keskusteluryhmissä, rekrytoinneissa tai urasuunnittelussa. Eri vahvuuskortteja on yhteensä 24 ja ne ovat ladattavissa myös ruotsiksi ja englanniksi. Lisätietoa:

- [Vahvuuskortit \(MIELI ry\)](#)

Oman miellejärjestelmän hyödyntäminen

Auditiivinen, visuaalinen vai kinesteettinen? Miellejärjestelmä vaikuttaa siihen, miten oppii, kokee ja muistaa asioita. Lisätietoa:

- [Miellejärjestelmätesti \(TenViesti Oy\)](#)



Lähteet

Alanko, T., Karhula, M., Piirainen, A., Kröger, T. & Nikander, R. 2017. Kuntoutujan osallistuminen tavoitteenasettamisprosessiin ja tavoitteiden saavuttamisen arviointiin. Loppuraportti. Kansaneläkelaitos. Työpapereita. [Kuntoutujan osallistaminen tavoitteenasettamisprosessiin ja tavoitteiden saavuttamisen arviointiin. Loppuraportti \(helsinki.fi\)](#)

Arnemann, A. & Grigatti-Soininen, J. 2022. Toiminnalliset menetelmät käyttöön aikuissosiaalityössä. Ammattilaisten ja asiakkaiden kokemuksia. Sosionomi AMK-opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. [Arnemann Brigatti-Soininen.pdf \(theseus.fi\)](#)

Hautala, H. 2018. Heikommassa asemassa olevien kanssa tehtävä kuntouttava sosiaalityö. Lapin yliopisto. [Heikommassa asemassa kanssa tehtävä kuntouttava sosiaalityö | PPT \(slideshare.net\)](#)

Hytti, T. 2020. Miten sosiaalisessa kuntoutuksessa voi hyödyntää etäkuntoutuksen ja digisosiaalityön mahdollisuuksia. Opas kunnille sosiaalisesta kuntoutuksesta etäpalveluna. Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Socca. [MITEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA VOI HYÖDYNTÄÄ ETÄKUNTOUTUKSEN JA DIGISOSIAALITYÖN MAHDOLLISUUKSIA? \(socca.fi\)](#)

Juntunen, Veera. 2016. Vahvistu - Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnan käsikirja.

Karjalainen, P., Liukko, E. & Muurinen, H. 2022. Sosiaalisen kuntoutuksen toimintamalli (THL) Sosiaalityön vaikuttavat toimintamallit – pilotti vaiheen opas. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Sosiaalisen kuntoutuksen toimintamalli \(THL\) \(innokyla.fi\)](#)

Koponen, P. 2022. EuroHIS-8- elämänlaatumittari. EuroHIS-8- esittely sosiaalityön vaikuttavat toimintamallit työpajasarjassa 21.10.2022

Koskinen, S., Lundqvist, A. & Ristiluoma, N. 2012. Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011. [Rap068 2012 netti.pdf \(julkari.fi\)](#)

Kuntaliitto 2018. [PowerPoint-esitys \(kuntaliitto.fi\)](#)

Kuntoutussäätiö 2016. Mitä sosiaalinen kuntoutus on. [Mitä sosiaalinen kuntoutus on - Yhteisömedia \(yhteisömedia.fi\)](#)

Kronqvist, E. 2020. Käsityöt vastavoimana masennukselle. Narratiivinen tutkimus käsitöiden hyödyistä masennuksen itsehoidon välineenä. Pro Gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto. [Gradupohja \(helsinki.fi\)](#)



Liukko, E. 2006. Kuntouttavaa sosiaalityötä paikantamassa. SOCCAn ja Heikki Waris-instituutin julkaisusarja 9/2006 [liukko3.pmd \(socca.fi\)](#)

Liukko, E. 2009. Perussosiaalityön mahdollisuuksia – helsinkiläisten projektien näkökulmia sosiaalityön ammatillisiin käytäntöihin. Sosiaalityön ammatillinen liseniaatintutkimus. Helsingin yliopisto. [loader.aspx \(sosnet.fi\)](#)

Matikainen, M. 2006. Kuntouttava sosiaalityö kunnallisessa perussosiaalityössä. Etnografinen tutkimus kuntouttavan sosiaalityön määritelmästä ja käytännöistä. Sosiaalityön pro gradu-tutkielma. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Jyväskylän yliopisto. [Microsoft Word - kansi matikainen.doc \(jyu.fi\)](#)

Mäki-Kulmala, A. 2013. Kohti kuntouttavaa sosiaalityötä. Julkari. STM:n hallinnonalan avoin julkaisuarkisto. [maki.pdf \(julkari.fi\)](#)

Ollila, J., Hakkarainen, T., Kan, S. & Lehtonen, E. 2018. Hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistäminen. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Omaolo. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveydenhuollon verkkopalvelu. DigiFinland Oy, Helsinki. [Omaolo](#)

OSMO 2020. osallisuutta moniammatillisesti- hanke. Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukuvaukset. [palvelukuvaukset_23.3_versio2.pdf \(kotisivukone.com\)](#)

Pohjois-Savon hyvinvointialue 2022. Hyvinvointialueen sääntökirja - Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukohtainen sääntökirja. [c6dba6f3-a3c2-4c5c-2884-88f8081feb2b \(pshyvinvointialue.fi\)](#)

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014

Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukuvaukset, OSMO - Osallisuutta moniammatillisesti - hanke 2018-2020. [Sosiaalinen kuntoutus/palvelukuvaukset_23.3_versio2.pdf](#)

Sosped-säätiö 2023. Helsinki. [Sosiaalinen toimintakyky ja vertaisuus | Sosped-säätiö](#)

Sotkanet 2023. Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet. [Metadata - Sotkanet.fi, Tilasto- ja indikaattoripankki](#)

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



STM 2017b. Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotukset kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:41.

STM 2020. Kuntoutuksen uudistaminen. Kuntoutuksen uudistamisen toimintasuunnitelma vuosille 2020-2022. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:39.

THL 2018a. Suositus työikäisten sosiaalisen kuntoutuksen järjestämisen laatuksiteereiksi. Sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallinen kehittämishanke (SOSKU) ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-249-9>

THL 2018b. Sosiaalisen kuntoutuksen jaettu kokonaisuus. Verkkojulkaisu. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/sosiaalisen-kuntoutuksen-jaettu-kokonaisuus>

THL 2020. Sosiaalisen kuntoutuksen opas. [Sosiaalisen kuntoutuksen opas - THL](#)

THL 2022. Tutkimussuunnitelma: Arviointitutkimus sosiaalisen kuntoutuksen, matalan kynnyksen sosiaalityön ja etsivän sosiaalityön toimintamallien tuloksista.

THL 2023. Mitä toimintakyky on? [Mitä toimintakyky on? - THL](#)

Tiikkanen, P. & Pynnönen, K. 2018. Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja mittaaminen väestötutkimuksissa. Suositus. Toimia-tietokanta [BERGIN TASAPAINOTESTI \(v \(julkari.fi\)\)](#)

Vainikainen, S. 2022. Sosiaalisen kuntoutuksen toimintamalli. Sosiaalityön vaikuttavat toimintamallit- työpajasarjan Teams-palaverin materiaalit 4.11.2022

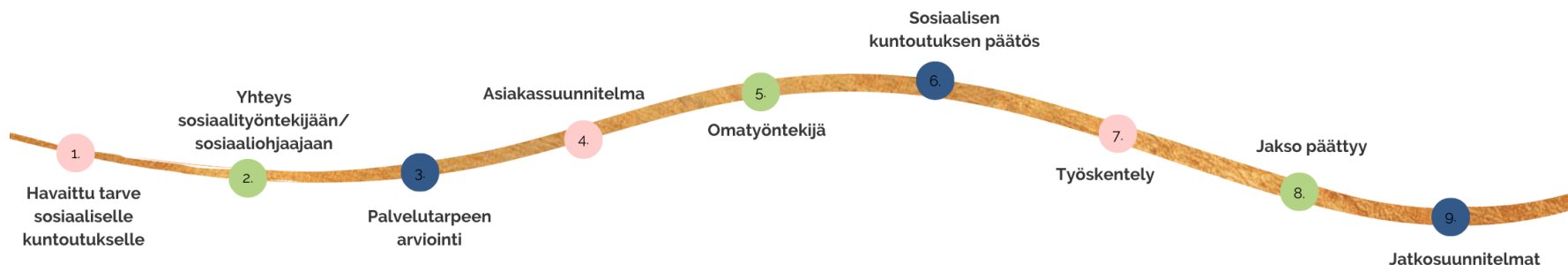
Valkeinen, H. 2022. Mitä kuntoutuksen yleisellä toimintamallilla tarkoitetaan? Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Innokylä. [Kuntoutuksen kehittäminen Tulevaisuuden sote-keskus -hankkeissa \(innokyla.fi\)](#)

Väänänen, K. 2007. Suomen Akatemia ja ikääntymiseen liittyvä tutkimus Euroopan Unionissa. Martelin, T. & Kuosmanen, M. (toim.) Ikääntyminen ja toimintakyky: haasteet tutkimukselle. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B24/2007. Helsinki: Edita Prima Oy.



Sosiaalisen kuntoutuksen palvelupolku

Liite 1.



1. Havaittu tarve sosiaaliselle kuntoutukselle

- asiakas itse
- läheinen
- sosiaalityö
- TE-palvelut
- mielenterveys- ja päihdepalvelut
- terveydenhuolto
- etsivä työ

Keskustelu asiakkaan kanssa halukkuudesta ottaa vastaan sosiaalisen kuntoutuksen palvelua.

2. Tarpeen havaitsija tai asiakas ottaa yhteyden alueen aikuisten sosiaalipalveluiden sosiaalityöntekijään/sosiaalihoajaan.

3. Sosiaalityöntekijä/sosiaalihoaja varaa asiakkaalle tapaamisajan jossa tehdään palvelutarpeen arvio. Arvioidaan sosiaalisen kuntoutuksen tehostetun tuen tarve:

- perustuki: tapaamiset 1 krt/vk
- kevyt tuki: tapaamiset 1-2 krt/kk

4. Kun sosiaalisen kuntoutuksen tarve on todettu, tehdään asiakassuunnitelma, jonka laatimiseen pyydetään mukaan tarvittavat asiakkaan verkostoon kuuluvat henkilöt (läheiset, ammattilaiset).

Asiakassuunnitelmaan kirjataan

- tuen ja palveluiden tarpeet
- tavoitteet
- menetelmät
- yksilö/ryhmätoiminta
- kuntoutuksellisten tarpeiden selvittäminen
- verkoston tehtävät

5. Asiakkaalle nimetään omatyöntekijä, jolla on kokonaisvastuu prosessista ja vastaa palvelun toteutuksesta asiakkaan arkiympäristössä.

6. Sosiaalityöntekijä/sosiaalihoaja tekee sosiaalisen kuntoutuksen päätöksen. Jakson pituus on yksilöllinen, mutta usein vähintään 3kk.

7. Työskentely asiakkaan yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti

- hyödynnetään eri menetelmiä ja työvälineitä
- verkostoyhteistyö
- tapaamisten sisältö kirjataan asiakastietojärjestelmään

8. Jakson päättyessä järjestetään palaveri yhdessä asiakkaan sekä mahdollisen verkoston kanssa. Käydään läpi tavoitteet ja niiden toteutuminen ja suunnitellaan jatkotoimenpiteitä.

9. Asiakkaan tarpeiden ja tavoitteiden mukaisesti tehdään jatkosuunnitelma, joka voi olla esim.

- sosiaalinen kuntoutus jatkuu
- kuntouttava työtoiminta
- muu kuntoutus
- työkokeilu
- työelämä
- opinnot
- muut palvelut
- eläke



Liite 2.

Sosiaalisen kuntoutuksen tehostettu yksilötyö

Asiakaskysely _____ (lisää toimipisteen nimi)

Vastaamalla kyselyyn voit antaa palautetta ja autat kehittämään palvelua.

Kuinka kauan sosiaalinen kuntoutus on jatkunut (kk): _____

Sosiaalinen kuntoutus jatkuu (), on päättynyt ()

Rastita sopivin vaihtoehto (1=täysin eri mieltä - 5=täysin samaa mieltä)

| | Täysin eri mieltä 1 😞 | Melko eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Melko samaa mieltä | Täysin samaa mieltä 5 😊 |
|--|--------------------------------|------------------------|-----------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| 1. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet olivat selkeitä | | | | | |
| 2. Sain yksilötapaamisilla tarvitsemani tuen | | | | | |
| 3. Saavutin sosiaalisen kuntoutuksen jaksolle asetetut tavoitteet | | | | | |
| 4. Työntekijät olivat ystävällisiä ja kiinnostuneita tilanteestani | | | | | |
| 5. Kuntoutustarpeitani kartoitettiin ja sain riittävästi tietoa eri palveluista | | | | | |
| 6. Minulle jäi tunne, että minusta välitettiin kokonaisvaltaisesti | | | | | |
| 7. Sosiaalisissa tilanteissa toimiminen on minulle helpompaa sosiaalisen kuntoutuksen jakson jälkeen | | | | | |



| | Täysin eri mieltä 1 😞 | Melko eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Melko samaa mieltä | Täysin samaa mieltä 5 😊 |
|---|--------------------------|------------------|--------------------------|--------------------|----------------------------|
| 8. Pystyn vaikuttamaan aiempaa paremmin oman elämäni kulkuun | | | | | |
| 9. Koen selviäväni paremmin arkipäivän asioista (mm. kotitöiden tekeminen, omasta terveydestä ja vuorokausirytmistä huolehtiminen, asioiden hoitaminen) | | | | | |
| 10. Minulla on sosiaalisen kuntoutuksen jakson jälkeen enemmän keinoja hoitaa talous- ja raha-asioitani | | | | | |
| 11. Yhteistyö minun asiaani hoitavien henkilöiden kesken oli sujuvaa | | | | | |
| 12. Jouduin selvittämään tilannettani useammalle työntekijälle tai moneen kertaan | | | | | |

13. Kuinka todennäköisesti suosittelisit samaasi palvelua omaisellesi tai ystävällesi?

Ympyröi antamasi numero asteikolla 1-10.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------------------|
| En suosittelisi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Suosittelisin lämpimästi |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------------------|

14. Voit antaa alla vapaamuotoisesti palautetta!

Lomake on laadittu Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen laatimaa asiakaskyselyä mukaillen.



Liite 3.

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminta

Asiakaskysely _____ (lisää toimipisteen nimi)

Vastaamalla kyselyyn voit antaa palautetta ja autat kehittämään palvelua.

Kuinka kauan sosiaalinen kuntoutus on jatkunut (kk): _____

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminta jatkuu (), on päättynyt ()

Rastita sopivin vaihtoehto (1=täysin eri mieltä - 5=täysin samaa mieltä)

| | Täysin eri mieltä 1 😞 | Melko eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Melko samaa mieltä | Täysin samaa mieltä 5 😊 |
|---|--------------------------------|------------------------|-----------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| 1. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminta tuki tavoitteideni saavuttamista | | | | | |
| 2. Saavutin ne tavoitteet, joita minulla oli ryhmätoimintaan osallistuessa | | | | | |
| 3. Koin ryhmätoimintaan osallistumisen minulle hyödyllisenä | | | | | |
| 4. Pystyin vaikuttamaan ryhmätoiminnan sisältöön | | | | | |
| 5. Työntekijät olivat ystävällisiä ja kiinnostuneita tilanteestani | | | | | |
| 6. Ryhmätoiminnan lisäksi sain yksilöllistä ohjausta tarpeideni mukaisesti | | | | | |
| 7. Sosiaalisissa tilanteissa ja ryhmissä toimiminen on minulle helpompaa sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoimintajakson jälkeen | | | | | |



| | Täysin eri mieltä 1 😞 | Melko eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Melko samaa mieltä | Täysin samaa mieltä 5 😊 |
|--|--------------------------|------------------|--------------------------|--------------------|----------------------------|
| 8. Ryhmätoiminnan jälkeen pystyn omatoimisesti etsimään itseäni kiinnostavia asioita ja osallistumaan niihin | | | | | |
| 9. Olen saanut neuvoja arjen asioissa selviämisen tueksi (mm. kotitöiden tekeminen, omasta terveydestä ja vuorokausirytmistä huolehtiminen, asioiden hoitaminen) | | | | | |
| 10. Ryhmätoiminnan teemat olivat minulle sopivia | | | | | |
| 11. Ryhmätoiminta tarjosi minulle mielekästä tekemistä arkeen | | | | | |
| 12. Yhteistyö kanssani työskennelleiden henkilöiden kesken oli sujuvaa | | | | | |

13. Kuinka todennäköisesti suosittelisit saamaasi palvelua omaisellesi tai ystävällesi?

Ympyröi antamasi numero asteikolla 1-10.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------------------|
| En suosittelisi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Suosittelisin lämpimästi |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------------------|

14. Voit antaa alla vapaamuotoisesti palautetta!

Lomake on laadittu Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen laatimaa asiakaskyselyä mukaillen.