



Kuntoutussäätiö

Arvioinnin
osaamiskeskus

Kimppakyyti – työikäisten neuropsykiatrinen yksilövalmennus -hankkeen tuloksellisuuden ja vaikutusten arviointiraportti

Ruuth, Mari

19.12.2023



Tietoa meistä

Kuntoutussäätiö on kuntoutuksen suunnannäyttjä ja visiomme on olla vetovoimaisin kuntoutuksen kehittämisympäristö. Osaamisalueemme ovat työkyky, toimintakyky ja sosiaalinen osallisuus.

Toiminnassamme yhdistämme asiakaskokemuksen korkeatasoiseen monitieteiseen tutkimukseen, uudistamme kuntoutusmalleja ja kuntoutusjärjestelmää sekä innostamme kehittämiseen mukaan asiantuntijoita, päättäjiä, yrityksiä, järjestöjä ja asiakkaita.

Arvomme ja lupauksemme

Avoimuus

Toimimme avoimesti ja tutkittuun tietoon perustuen siten, että työmme tuloksia voidaan hyödyntää kuntoutusalalla mahdollisimman laajasti. Jaamme tietoa, osaamista ja tuloksia.

Yhdessä tekeminen – yhdessä onnistuminen

Haemme aina parhaan asiantuntemuksen toimintoihimme. Mahdollistamme päättäjien, palvelutuottajien, kehittäjien ja asiakkaiden vuorovaikutuksen. Toimimme ja vaikutamme yhdessä.

Yhdenvertaisuus

Toimimme kehittämisympäristössämme yhdenvertaisemman kuntoutuksen aikaansaamiseksi eri väestöryhmille.

Kuntoutussaatio.fi
Pakarituvantie 5
00410 Helsinki

Sisällysluettelo

1 Arvioinnin kohde ja tavoitteet	3
2 Arviointiasetus sekä arvioinnissa hyödynnetyt menetelmät ja aineistot	4
3 Arvioinnin tulokset	5
3.1 Valmennuksiin osallistuneiden asiakkaiden arviot omasta toimintakyvystään sekä työ- tai opiskelukyvystään	5
3.1.1 Taustatietoja asiakkaista ja heidän odotuksistaan valmennukselle	5
3.1.2 Hyvinvointi	9
3.1.3 Osallisuus	15
3.1.4 Mieli.....	21
3.1.5 Arki.....	24
3.1.6 Taidot.....	26
3.1.7 Työ ja tulevaisuus.....	33
3.2 Hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivien ammattilaisten näkemykset valmennusten tuloksellisuudesta	37
3.2.1 Taustatietoja kyselyyn vastanneista ammattilaisista	37
3.2.2 Ammattilaisten arviot asiakkaiden hyötymisestä hankkeen valmennuksiin osallistumisestaan	38
4 Johtopäätökset	43
4.1 Hyvinvointi.....	43
4.2 Osallisuus.....	45
4.3 Mieli.....	45
4.4 Arki	46
4.5 Taidot.....	46
4.6 Työ ja tulevaisuus.....	47
5 Yhteenveto ja kehittämissuosituksset	48
Lähteet	50

1 Arvioinnin kohde ja tavoitteet

Kimppakyyti – työikäisten neuropsykiatrinen yksilövalmennus -hankkeessa tarjottiin matalan kynnyksen palveluna maksutonta yksilövalmennusta, jolla pyrittiin parantamaan asiakkaiden elämänlaatua ja -hallintaa sekä lisäämään tietoisuutta neuropsykiatrisista haasteista. Hanketta toteutti Iisalmen Nuorison Tuki ry (INTRY) ajalla 1.6.2022–31.12.2023. Rahoittajia olivat Euroopan sosiaalirahasto (ESR) ja Iisalmen kaupunki. Kimppakyyti-hanke edusti toimintalinjaa 5 ”Sosiaalinen osallisuus ja köyhyyden torjunta” ja erityistavoitetta 10.1 ”Työelämän ulkopuolella olevien työ- ja toimintakyvyn parantaminen”.

Hankkeessa korostui ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen yksilövalmennus, joka oli suunnattu henkilöille, joilla on neuropsykiatrisia (ADHD, asperger, autismikirjon häiriöt, tourette ym.) erityisvaikeuksia. Hanke tarjosi yksilövalmennusta alueen (Iisalmi, Kiuruvesi, Sonkajärvi ja Vieremä) työikäisille, pääsääntöisesti yli 29-vuotiaille. Hankkeen konkreettisia tavoitteita olivat:

1. Auttaa asiakkaita tunnistamaan omat erityispiirteensä, jotta he kykenevät sopeutumaan haasteiseen eri toimintaympäristöihin esim. opinnot/työelämä.
2. Lisätä asiakkaiden tietoisuutta neuropsykiatrisista ja muista erityispiirteistään psyykoedukaation keinoin.
3. Asiakkaan oman elämänlaadun koheneminen arjenhallinnan vahvistuessa.
4. Auttaa asiakkaita löytämään, motivoitumaan ja kiinnittymään heille tarpeenmukaisiin palveluihin (esim. kuntoutus- ja työelämäpalvelut).
5. Toteuttaa alle 29-vuotiaille asiakkaille lyhyitä 2–3 tapaamisen tietoisuuksia neuropsykiatrisista haasteista ja niihin tarjolla olevista tukipalveluista, sekä laatia olemassa olevista palveluista sähköinen yhteenveto muiden ammattilaisten käytettäväksi.
6. Luoda hankkeessa toteutetusta yksilövalmennuksesta palvelumalli, jonka pohjalta muut toimijat voivat toteuttaa vastaavan valmennusprosessin.

Kuntoutussäätiö toteutti hankkeen tuloksellisuuden arvioinnin ajalla 8.8.2022–20.12.2023. Arvioinnissa selvitettiin, miten yksilövalmennusjakso I vaikuttaa asiakkaiden toimintakykyyn sekä työ- tai opiskelukykyyneen. Arvioinnissa tehtiin alkutilanteen arviointi ennen valmennusjakson I alkua ja lopputilanteen arviointi valmennuksen päättyessä. Lisäksi tämän valmennusryhmän osalta tuloksia arvioitiin uudelleen vuoden 2023 lopussa (seurantamittaus). Lisäksi hankkeeseen sisältyi selvityksen toteuttaminen ammattilaisille.

2 Arviointiasetelma sekä arvioinnissa hyödynnetyt menetelmät ja aineistot

Kimppakyyti-hankkeen tuloksellisuuden (loppumittaus) ja vaikutusten (seurantamittaus) arvioinnissa hyödynnettiin soveltuvien osien Työterveyslaitoksen kehittämää Kykyviisari-mittaria. Mittarissa on yhteensä yhdeksän osiota. Arviointiin otettiin mukaan alla tummennetut seitsemän osiota soveltuvien osien. Kykyviisarissa fyysistä toimintakykyä tarkastellaan Keho-osiossa, mutta tässä arvioinnissa yksi fyysistä kuntoa koskeva kysymys päätettiin sisällyttää Hyvinvointi-osioon.

1. **Esitiedot** (mm. sukupuoli ja ikä)
2. **Hyvinvointi** (mm. elämään tyytyväisyys, yleinen toimintakyky, koettu työkyky ja terveys ja suhde työelämään)
3. **Osallisuus** (sosiaalinen toimintakyky ja sosiaalinen kanssakäyminen)
4. **Mieli** (psykkinen toimintakyky)
5. **Arki** (arjesta selviytyminen)
6. **Taidot** (mm. kognitiivinen toimintakyky, osaaminen)
7. **Työ ja tulevaisuus** (mm. työllisyystilanne, muutostoiveet)

Mukaan otettiin myös muutamia lisäkysymyksiä, joilla kerättiin sekä määrällistä että laadullista arviointitietoa. Asiakkaiden loppu- ja seuranta-haastattelussa esitettiin mahdollisimman paljon samoja kysymyksiä kuin tehdyissä alkuhaastattelussa, jotta saatiin tuloksellisuutta (tavoitteet versus tulokset) ja vaikutuksia koskevaa arviointitietoa.

Lisäksi kyselyn avulla selvitettiin Kimppakyyti-hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivien ammattilaisten kokemuksia hankkeen tarjoaman neuropsykiatrisen yksilövalmennuksen vaikutuksista heidän asiakkainaan olevien toimintakykyyn sekä työ- tai opiskelukykyyneen. Kyselyyn lähetettiin myös uusintavastaamispyyntö, jotta voitiin varmistaa mahdollisimman suuri vastaajamäärä. Kyselyn vastauksia ei voitu yhdistää yksittäisiin asiakkaisiin, vaan kyselyn tulokset kertoivat ammattilaisten näkemyksistä yleisellä tasolla.

Tässä arviointiraportissa saatuja tuloksia tarkastellaan ryhmätasolla. Kerätyn arviointitiedon haluttiin olevan mahdollisimman luotettavaa, joten tarkasteltaviin alku- ja loppumittausaineistoihin jätettiin mukaan vain ne yksilövalmennuksen asiakkaat, joilta oli saatu tiedot kummallakin mittauskerralla. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että aineiston kokonaismääräksi tuli 11 (kaksi alkumittaukseen osallistunutta jäi pois aineistosta, koska heiltä ei ollut saatu lopputilanteen tietoja).

Tilaaajan kanssa oli sovittu, että seurantamittauksia koskevassa aineistossa on mukana kaikki saadut vastaukset (N = 10). Alla on tietoa kerätystä aineistosta ja analyysiin mukaan tulleen aineiston suuruudesta:

- Yksilömuotoiseen valmennusjaksoon I osallistuvien asiakkaiden alkuhaastattelut (9.8.–3.10.2022; N = 13; tarkasteltavan aineiston lopullinen koko: N = 11)
- Yksilömuotoiseen valmennusjaksoon I osallistuneiden asiakkaiden loppuhaastattelut (13.1.–2.3.2023; N = 11)
- Yksilömuotoiseen valmennusjaksoon I osallistuneiden asiakkaiden seuranta haastattelut (26.10.–10.11.2023; N = 10)
- Kysely hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimiville ammattilaisille (13.10.–3.11.2023; N = 10)

3 Arvioinnin tulokset

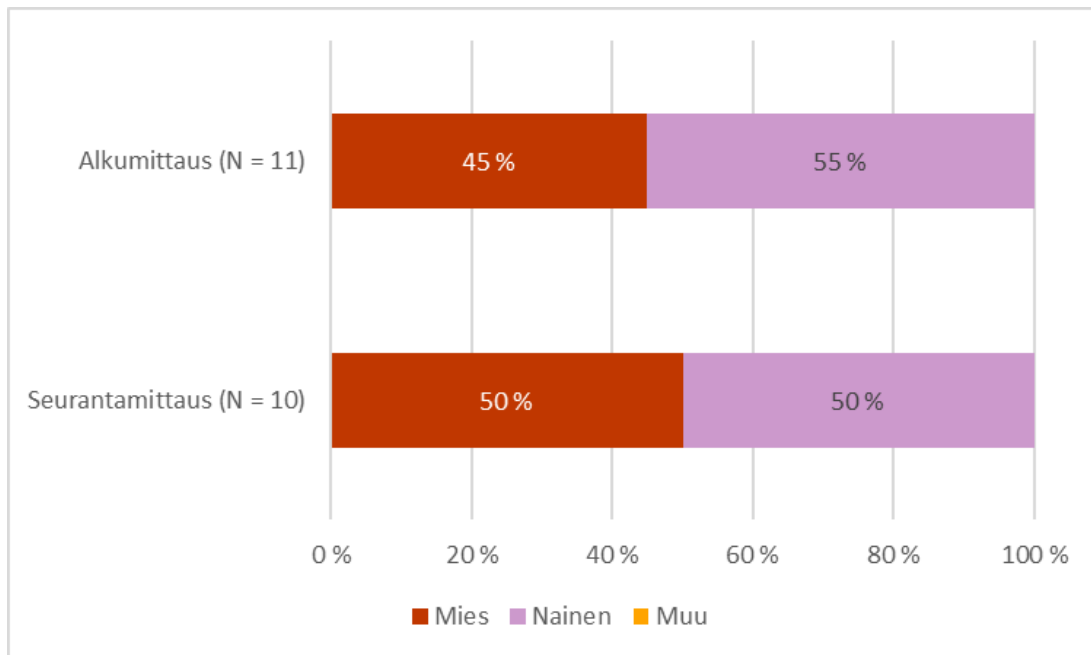
Luvussa 3 esitetään koottujen määrällisten aineistojen osalta aineistoon perustuvia jakaumatietoja ja keskilukuja. Joissakin kysymyksissä tehdään raportointia myös kysymyskohtaisesti (keskiarvosummamuuttuja kaikista kysymyksen väittämistä). Laadullisen aineiston (avovastaukset) analysoinnissa hyödynnettiin sisällönanalyysia. Raporttiin on liitetty myös suoria lainauksia saaduista vastauksista sekä Kimppakyyti-hankkeen asiakkaiden että hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivien ammattilaisten osalta.

3.1 Valmennuksiin osallistuneiden asiakkaiden arviot omasta toimintakyvystään sekä työ- tai opiskelukyvystään

3.1.1 Taustatietoja asiakkaista ja heidän odotuksistaan valmennukselle

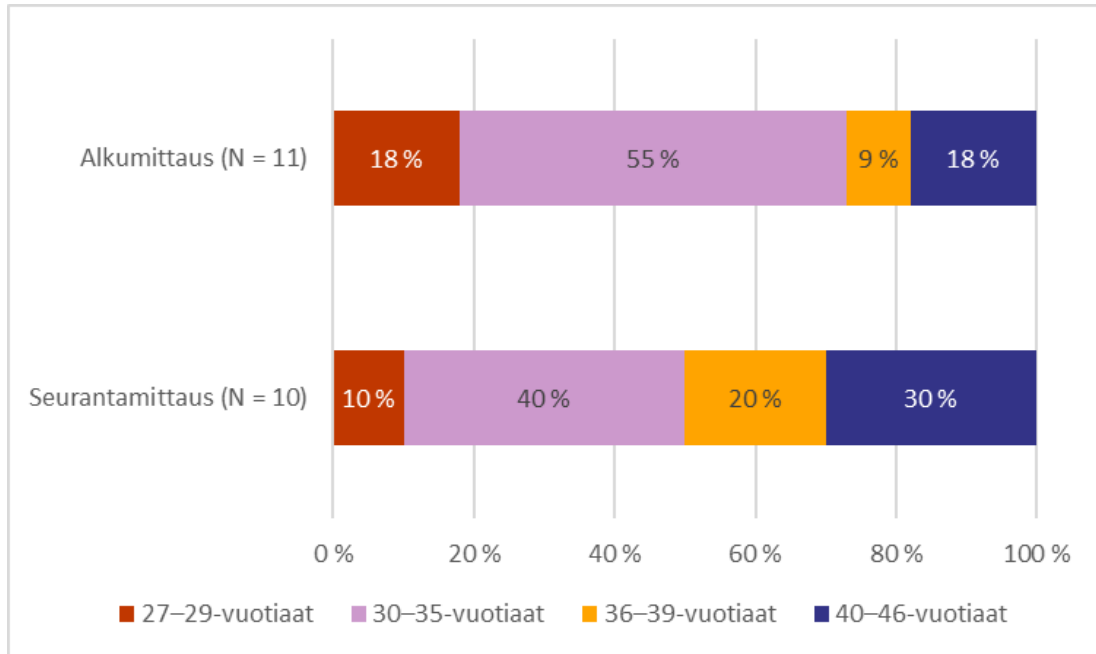
Kyselylomakkeen taustatietoihin sisältyivät **sukupuoli** ja ikä (kuvat 1–2). Lisäksi luvussa 3.1.1 esitellään keskeisimpiä tuloksia asiakkaiden Kimppakyyti-hankkeen yksilövalmennusta koskevista odotuksista sekä heidän arvionsa siitä, mille elämänsä osa-alueille he toivoisivat muutosta. Asiakkailta oli mahdollisuus kertoa valmennusta koskevista odotuksistaan omin sanoin (avovastaus) alkumittauksen yhteydessä. Elämän eri osa-alueita koskevista muutostoiveista tiedusteltiin alkumittauksen yhteydessä myös valmiiden vastausvaihtoehtojen avulla (ks. taulukko 1).

Tarkasteltavissa alku- ja loppumittausaineistoissa oli mukana vain ne yksilövalmennuksen asiakkaat, joilta oli saatu tiedot kummassakin mittauksessa. Kuvasta 1 havaitaan, että tässä aineistossa miehiä oli 45 % ja naisia 55 %. Seurantamittauksia koskevassa aineistossa on mukana kaikki saadut vastaukset. Seurantamittauksia koskevaa arviointiaineistoa saatiin yhtä paljon sekä miehiltä että naisilta.



Kuva 1. Asiakkaiden sukupuolijakauma

Yksilövalmennusta koskevassa alku- ja loppumittausaineistossa enemmistö (55 %) asiakkaista oli **ikänsä** 30–35-vuotiaita (kuva 2). Myös seurantamittausaineistossa suurin osa (40 %) asiakkaista oli 30–35-vuotiaita.



Kuva 2. Asiakkaiden ikäjakauma

Asiakkailla oli alkuhaastatteluissa mahdollisuus kertoa vapaamuotoisesti Kimppakyyti-hankkeen **valmennusta koskevista odotuksistaan**. Yksilövalmennukseen osallistuvien asiakkaiden (N = 11) odotukset liittyivät esimerkiksi arjenhallintaan, sosiaalisiin suhteisiin sekä ymmärryksen ja tuen saamiseen neuropsykiatrisiin haasteisiin. Alla on aluksi mainittu yksityiskohtaisemmat ja lopuksi yleisemmät tai kokonaisvaltaisemmat odotukset. Mukana on myös suoria lainauksia saaduista vastauksista.

- **Arjenhallinta:** arjen työkaluja, vinkkejä ja apuja arjen pyörittämiseen, ruoanlaitto, kaupassa käynti
- **Sosiaaliset suhteet:** ”... Toivon myös keskusteluseuraa, jotta saisin vaihtaa ajatuksia toisen aikuisen kanssa.”; ”... Suurin ongelmani on varmaankin yksinäisyys.”
- **Ymmärrystä ja tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin:** ”Että saisin enemmän ymmärrystä nepsy-haasteista...”; ”Saisin tukea eri asioihin ja näihin ADHD-juttuihin.”
- **Itsensä parempi ymmärtäminen ja toiminnanohjaus:** ”Haluan oppia ymmärtämään itseäni paremmin, omia ajatusmalleja ja kompastuskiviä...”; ”... omaan energian- tai toiminnanohjauksen säätelyyn käytännön vinkkejä...”
- **Yleistä tai kokonaisvaltaista tukea:**
”Saisin apua ja tukea ja otetta elämään.”

”... Toivoisin kädestä pitäen apua joidenkin asioiden hoitamiseen.”

”Toivoisin yleistä tekemistä ja meikäläisen tsemppaamista arkisissa asioissa. Yhdessä voitaisiin käydä kodin ulkopuolella, aktivoisi käymään muuallakin kuin olemaan sohvalla nurkassa...”

”... Toivon, että saan elämäni hallintaan ja löytäväni työn, jonka voin sopeuttaa omaan tilanteeseeni. Elämän ei tulisi olla vain lusimista kohti kuolemaa, tästä pitäisi pystyä myös nauttimaan.”

Asiakkailta tiedusteltiin alkumittauksessa myös valmiiden vastausvaihtoehtojen avulla, mihin elämänsä osa-alueille muutosta toivottaisiin. Tarvittaessa oli mahdollisuus valita useampi annettu vaihtoehdoista (ks. taulukko 1). Kukaan asiakkaista ei ollut valinnut vastausvaihtoehtoja ”En osaa sanoa” tai ”En koe tarvetta muutokseen”.

Taulukko 1. Elämän osa-alueet, joille asiakkaat toivoivat muutosta (alkuhaastattelut; kysymyksessä voi valita useamman vaihtoehdon)

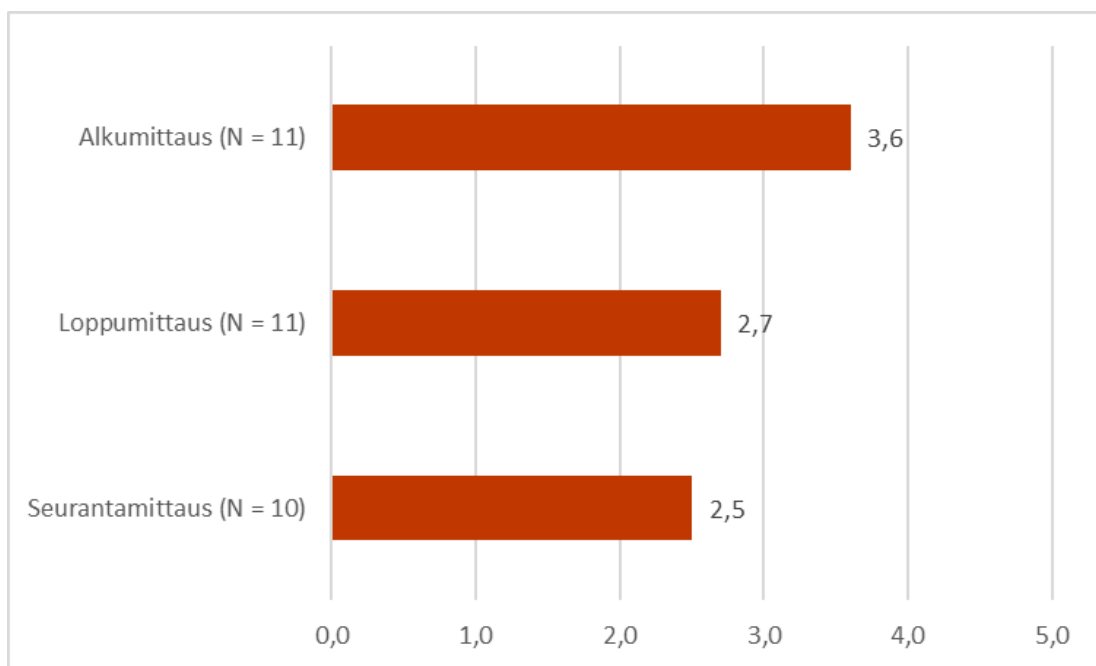
Elämän osa-alueet (%)	Alkumittaus (N = 11)
Työtilanteeseeni tai työllistymiseeni	36 %
Osaamiseeni tai ammattitaitooni	36 %
Taloudelliseen tilanteeseeni	82 %
Terveystilaani	91 %
Nukkumiseeni tai vuorokausiryhtiini	73 %
Ruokavaliooni	64 %
Fyysiseen kuntooni	82 %
Arkeni hallintaan	91 %
Mielen hyvinvointiin	82 %
Ihmissuhteisiini	91 %
Harrastamiseeni tai osallistumiseeni	73 %
Päihteiden käyttöni tai muihin riippuvuuksiini	55 %

Taulukosta 1 havaitaan, että yksilövalmennukseen osallistuvat asiakkaat toivoivat muutosta etenkin terveydentilaansa, arjenhallintaansa ja ihmissuhteisiinsa. Asiakkaista 91 % oli maininnut nämä osa-alueet.

3.1.2 Hyvinvointi

Kykyviisarissa **hyvinvointi** tarkoittaa elämään tyytyväisyyttä, yleistä toimintakykyä, koettua työkykyä ja terveyttä sekä suhdetta työelämään. Aluksi valmennukseen osallistuville asiakkaille oli esitetty kysymyksiä koskien yleistä hyvinvointia.

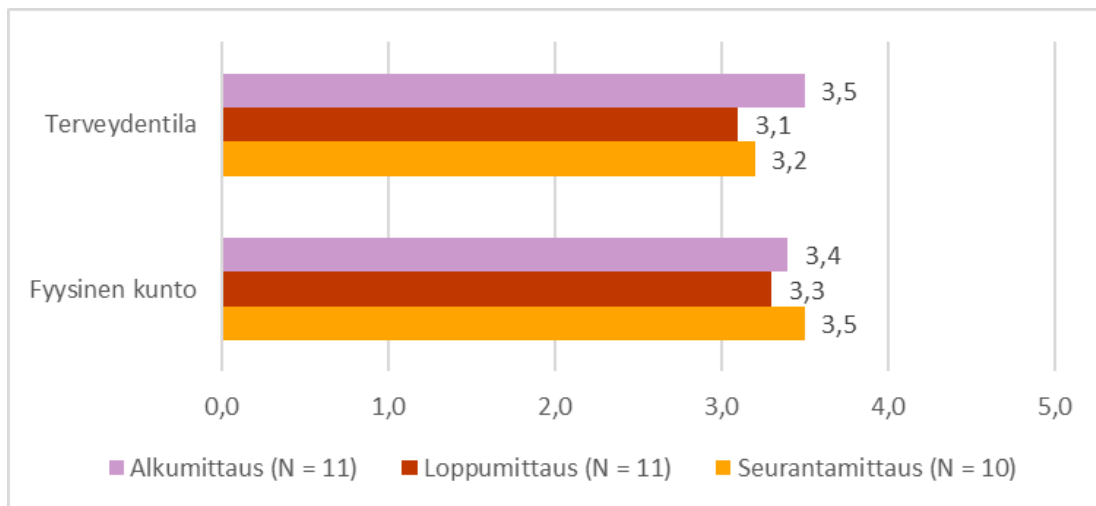
Kuvassa 3 esitellään asiakkaiden arviot siitä, kuinka **tyytyväisiä** he ovat tällä hetkellä **elämäänsä** (1 = Erittäin tyytyväinen – 5 = Erittäin tyytymätön). Kuvasta 3 löytyvät yksilövalmennukseen osallistuneiden asiakkaiden vastausten keskiarvot valmennuksen alku- ja loppuvaiheissa sekä seurantamittauksessa loka–marraskuussa 2023.



Kuva 3. Asiakkaiden tämänhetkinen tyytyväisyys omaan elämäänsä (vaihtoehdot: 1 = Erittäin tyytyväinen, 2 = Melko tyytyväinen, 3 = En tyytyväinen, mutta en tyytymätönkään, 4 = Melko tyytymätön ja 5 = Erittäin tyytymätön)

Kuvasta 3 ilmenee, että yksilövalmennukseen osallistuvien asiakkaiden tyytyväisyys omaan elämäänsä sai alkumittaushetkellä arvosanan 3,6. Loppu- ja seurantamittauksissa tyytyväisyys omaan elämään oli selvästi lisääntynyt.

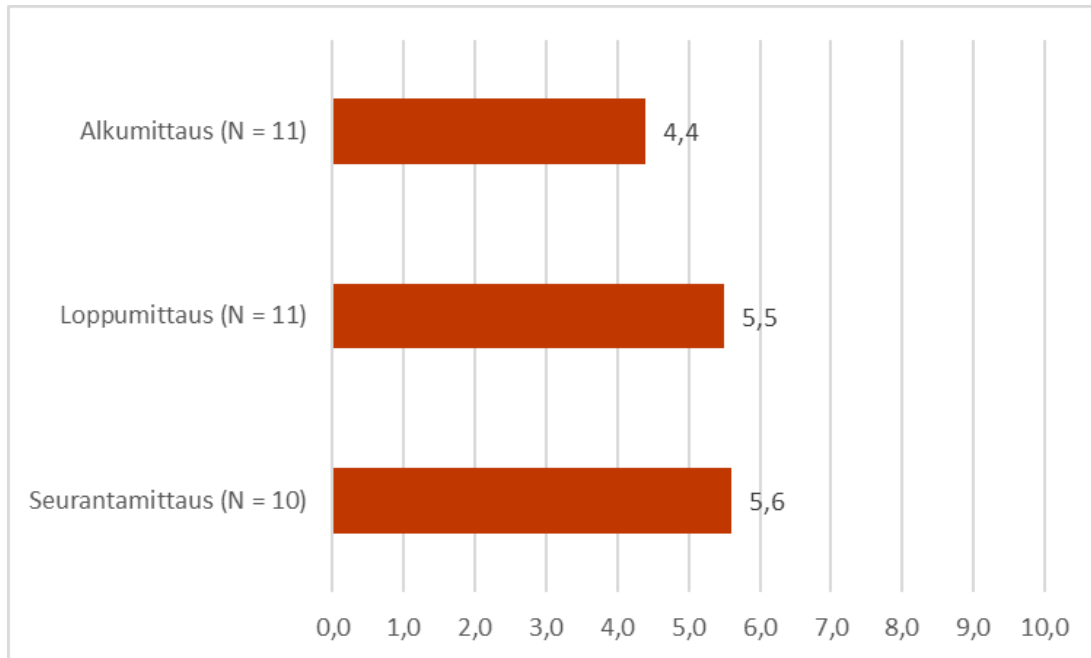
Asiakkailta tiedusteltiin myös arvioita **terveydentilastaan ja fyysisestä kunnostaan** 5-portaisella asteikolla (1 = Hyvä – 5 = Huono; kuva 4). Kykyviisarissa fyysinen kunto sisältyy Kehosioon. Tässä arviointitiedon keruussa yksi fyysistä kuntoa koskeva kysymys oli liitetty osaksi Hyvinvointi-osiota.



Kuva 4. Asiakkaiden arviot nykyisestä terveydentilastaan ja fyysisestä kunnostaan (vaihtoehdot: 1 = Hyvä, 2 = Melko hyvä, 3 = Keskitasoinen, 4 = Melko huono ja 5 = Huono)

Alkumittauksessa valmennukseen osallistuvat arvioivat terveydentilansa keskitasoiseksi. Näkemykset terveydentilasta olivat jonkin verran myönteisempiä loppu- ja seurantamittauksissa. Fyysistä kuntoa koskevat arviot säilyivät melko samansuuntaisina.

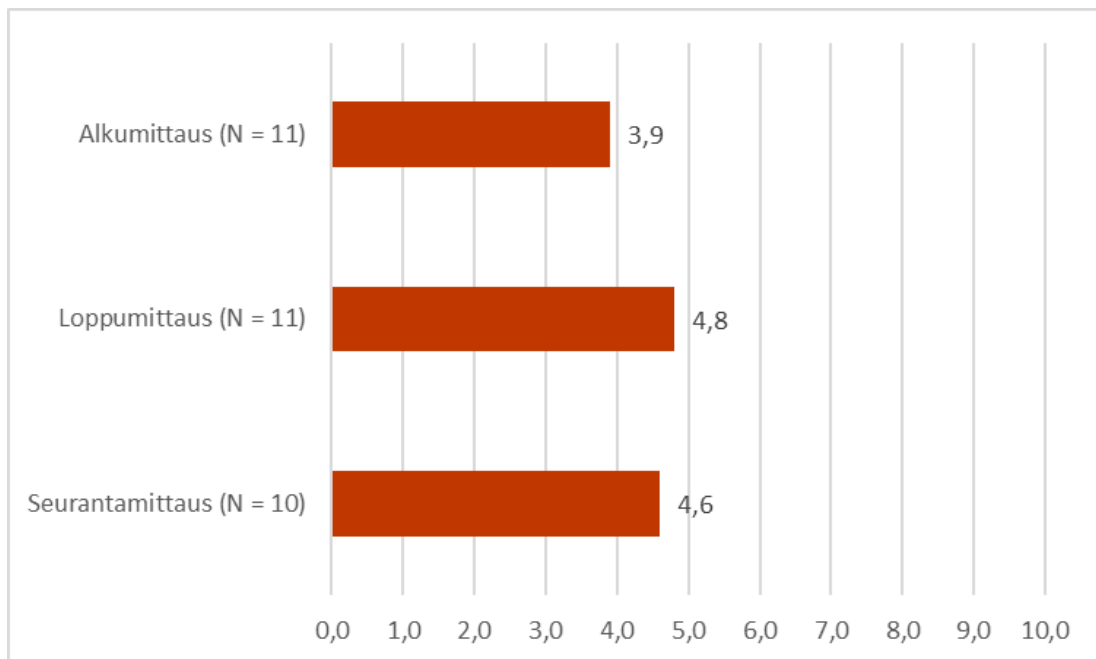
Kykyviisarin määritelmän mukaan **toimintakyky** viittaa yksilön kykyyn selviytyä jokapäiväisistä arjen haasteista ja tehtävistä. Se voidaan jakaa psyykkiseen, sosiaaliseen, kognitiiviseen ja fyysiseen toimintakykyyn. Toimintakykyä koskevia tuloksia tarkastellaan kuvassa 5.



Kuva 5. Asiakkaiden arviot toimintakyvystään (vaihtoehdot: 0 = Suoriudun erittäin huonosti – 10 = Suoriudun erittäin hyvin)

Yksilövalmennukseen osallistuvat antoivat alkumittauksessa toimintakyvylleen arvosanan 4,4. Näkemykset omasta toimintakyvystä olivat kohentuneet myöhemmillä mittauskerroilla. Seurantamittauksessa arvioksi saatiin 5,6.

Työkyky (kuva 6) rakentuu puolestaan yksilön voimavarojen ja työn vaatimusten välisestä suhteesta. Yksilön voimavaroja ovat muun muassa toimintakyky, terveys, motivaatio ja osaaminen. Työkykyyn vaikuttavat myös yksilön toimintaympäristö ja lähiyhteisö. Tässä Kimppakyyti-hankkeen arvioinnissa tarkasteltiin työkyvyn ohella myös opiskelukykyä.

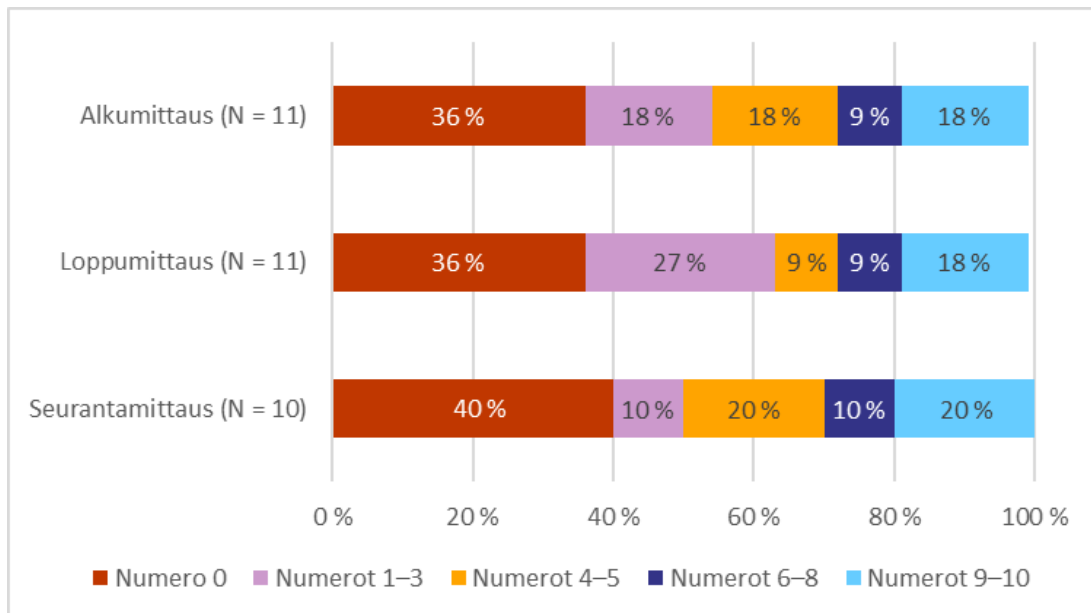


Kuva 6. Asiakkaiden arviot työ- tai opiskelukyvystään (vaihtoehdot: 0 = En pysty lainkaan työhön/opiskeluun – 10 = Työkykyni/opiskelukykyyni on parhaimmillaan)

Valmennukseen osallistuneet kokivat myös työ- tai opiskelukyöksä kohentuneen. Alkumittauksessa keskiarvoksi oli saatu 3,9; loppumittauksessa 4,8 ja seurantamittauksessa 4,6.

Asiakkailta tiedusteltiin myös heidän **suhteestaan työelämään** tällä hetkellä (kuva 7). Kysymys käsittää kolme ulottuvuutta: työtilanne, edellytykset työhön osallistumiseen ja tuen tarve. Asiakkaita pyydettiin valitsemaan omaa tilannettaan parhaiten kuvaava numero 0–10:

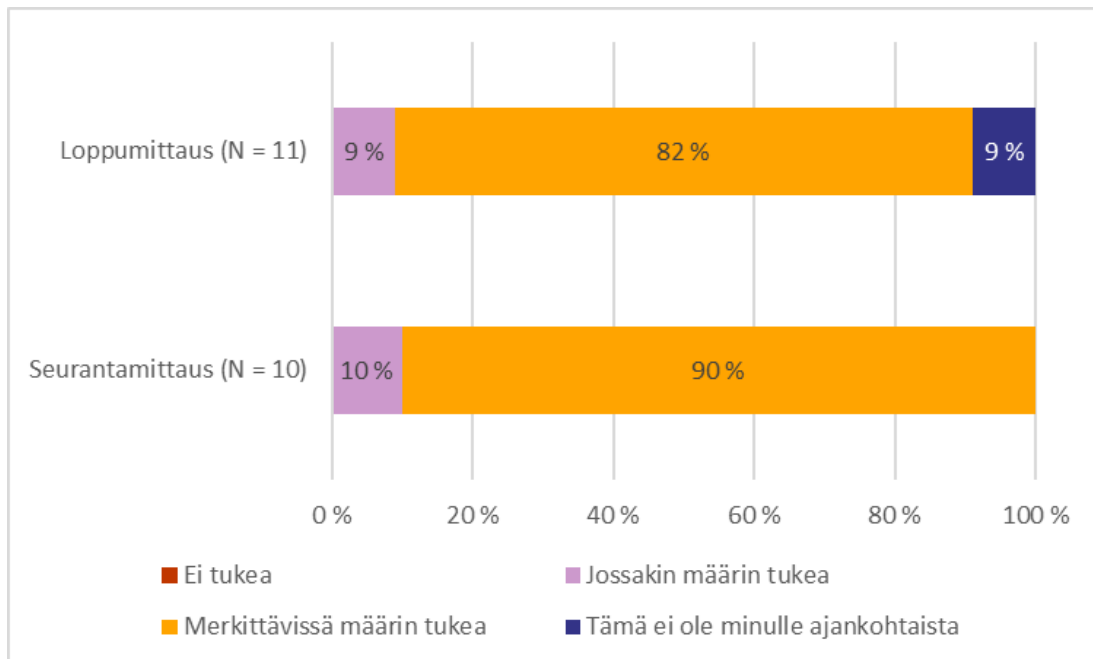
- 0 = Työelämä tai työllistyminen ei ole minulle ajankohtaista
- 1–3 = Minulla ei ole työtä. Minulla on vähäiset edellytykset siirtyä työelämään. Tarvitsen tukea työllistymiseen.
- 4–5 = Minulla ei ole työtä. Minulla on kuitenkin edellytyksiä siirtyä työelämään. Saatan tarvita tukea työllistymiseen.
- 6–8 = Minulla on työtä. Minulla on edellytyksiä osallistua työelämään. Saatan kuitenkin tarvita tukea työelämässä jatkamiseksi.
- 9–10 = Minulla on työtä. Minulla on hyvät edellytykset jatkaa työelämässä.



Kuva 7. Asiakkaiden tämänhetkinen suhde työelämään (vaihtoehdot: 0 = Työelämä tai työllistyminen ei ole minulle ajankohtaista – 9–10 = Minulla on työtä. Minulla on hyvät edellytykset jatkaa työelämässä.)

Valmennukseen osallistuneista enemmistö (alku- ja loppumittauksissa 36 % ja seurantamittauksessa 40 %) kertoi, ettei työelämä tai työllistyminen ole heille ajankohtaista. Seurantamittauksessa kymmenesosa oli valinnut vaihtoehdon 1–3 (Minulla ei ole työtä. Minulla on vähäiset edellytykset siirtyä työelämään. Tarvitsen tukea työllistymiseen.). Alku- ja loppumittauksissa tämän vastausvaihtoehdon valinneiden määrät sijoittuivat välille 18–27 %.

Loppu- ja seurantahaastatteluissa oli esitetty lisäksi kysymyksiä koskien sitä, miten asiakas kokee saaneensa Kimppakyyti-hankkeen valmennuksesta tukea esimerkiksi yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen (vrt. Kykyviisarin Hyvinvointi-osio) tai osallistumiselleen ja sosiaalisille suhteilleen (Kykyviisarin Osallisuus-osio). Näissä kysymyksissä oli annettu valmiit vastausvaihtoehdot (1 = Ei tukea, 2 = Jossakin määrin tukea, 3 = Merkittävässä määrin tukea ja 4 = Tämä ei ole minulle ajankohtaista).



Kuva 8. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen

Kuvasta 8 ilmenee, että Kimppakyyti-hankkeen valmennukseen osallistuneista 9–10 % koki saaneensa jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin **tukea yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen**. Asiakkailla oli loppu- ja seurantamittauksessa mahdollisuus myös omin sanoin, avovastauksella antaa lisätietoja senhetkisestä yleisestä hyvinvoinnistaan ja fyysisestä kunnostaan ja/tai valmennuksesta saamastaan tuesta. Saatujen avovastausten määrät olivat: loppumittaus (N = 8) ja seurantamittaus (N = 7). Valmennukseen osallistuneet asiakkaat kertoivat esimerkiksi arjen- ja elämänhallintansa edistymisestä, tuesta opiskelunsa loppuun saattamiseen, ihmissuhteidensa kohentumisesta sekä kuntonsa edistymisestä ja harrastamisen jatkamisesta. Useampi haastateltu kertoi saaneensa hankkeelta kokonaisvaltaista tukea ja apua. Alta löytyy suoria lainauksia sekä loppu- että seurantahaastatteluista.

- **Tukea arjen- ja elämänhallintaan:**

”Paljon pieniä asioita, joissa on saanut tukea ja vinkkejä omaan ja tyttären elämään, jotta saadaan arki sujumaan mahdollisimman hyvin.” (loppumittaus)

”Juoksevien asioiden hoitamiseen tämä oli ratkaiseva asia, deadlinet hoidettiin yhdessä. Olisin niitä itse vain siirtänyt...” (loppumittaus)

”Toimistoasiat ja kirjeiden avaamiset olleet vaikeita, niiden asioiden ylläpito ja hoito on ollut tärkeää. Oli hyvä työntekijä niin sai tukea tilanteeseen.” (loppumittaus)

”Olen oppinut kalenteroimaan asioita, mikä on ollut suuri apu arjessa. Olen oppinut tekemään edellisenä päivinä listoja koskien seuraavaa päivää. Listoihin on sisältynyt muutama asia, on ollut jotain, mihin keskittyä.” (seurantamittaus)

”Valmennuksen aikana käytiin paljon kävelemässä ja keskusteltiin samalla voinnista ja senhetkisestä elämäntilanteestani. Se tuki arjessa selviytymistäni...” (seurantamittaus)

”Olen saanut elämänhallintaan työkaluja, jotka ovat auttaneet selviytymään arjesta.” (loppumittaus)

”On ollut iso apu. Itsellä ei ole oikein voimavarat riittäneet oman asunnon ylläpitoon, on yhdessä siivottu.” (seurantamittaus)

- **Tukea opiskelun loppuun saattamiseen:** *”... En olisi saanut koulua loppuun ilman tätä.” (loppumittaus)*
- **Tukea ihmissuhteisiin:** *”... ihmissuhdeasiat ovat olleet vaikeita. Ne ovat pikkuhiljaa helpottamassa.” (seurantamittaus)*
- **Kunnon edistymisen ja harrastamisen:** *”Kunto on ollut huono, ja apu on ollut iso.” (loppumittaus); ”... Kävelyharrastus on säilynyt.” (seurantamittaus)*
- **Kokonaisvaltaista tukea ja apua:**

”Kokonaisvaltaisesti saanut apua kaikkiin asioihin, mihin on tarvinnut. Tukenut kaikissa asioissa, ei ole yksin tarvinnut pärjätä. Sellaista tukea, mitä ei muualta ole saanut.” (loppumittaus)

”... Minulla menee merkittävästi määrin paremmin kuin aloittaessani, tilanteeni on pysynyt tasaisena. Nyt on ollut hetkiä, jolloin on ollut heikompia aikoja, muttei ole otettu takapakkeja, mikä ei olisi onnistunut ilman valmennusta.” (loppumittaus)

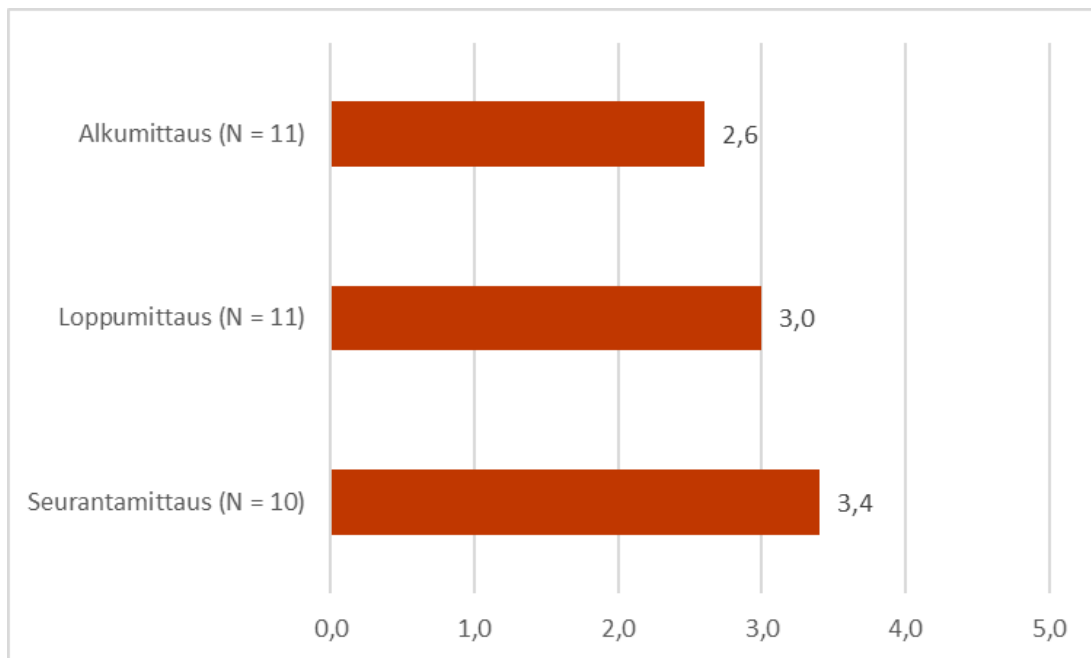
”... Ilman Kimppakyyti-hankkeen tukea todennäköisesti koko kuntoutumisprosessini olisi jäänyt kesken. Kaltaiselleni ihmiselle pitkäkestoisten asioiden hoitaminen on haasteellista.” (seurantamittaus)

3.1.3 Osallisuus

Kykyviisarin mukaan **osallisuus** syntyy tunteesta, että kuuluu johonkin yhteisöön. Yhteiskunnassa osallisena oleminen ilmenee esimerkiksi mahdollisuutena terveyteen, koulutukseen,

työhön sekä toimeentuloon. Osallisuus ilmenee myös oikeutena vaikuttaa itseään ja yhteiskuntaa koskeviin asioihin.

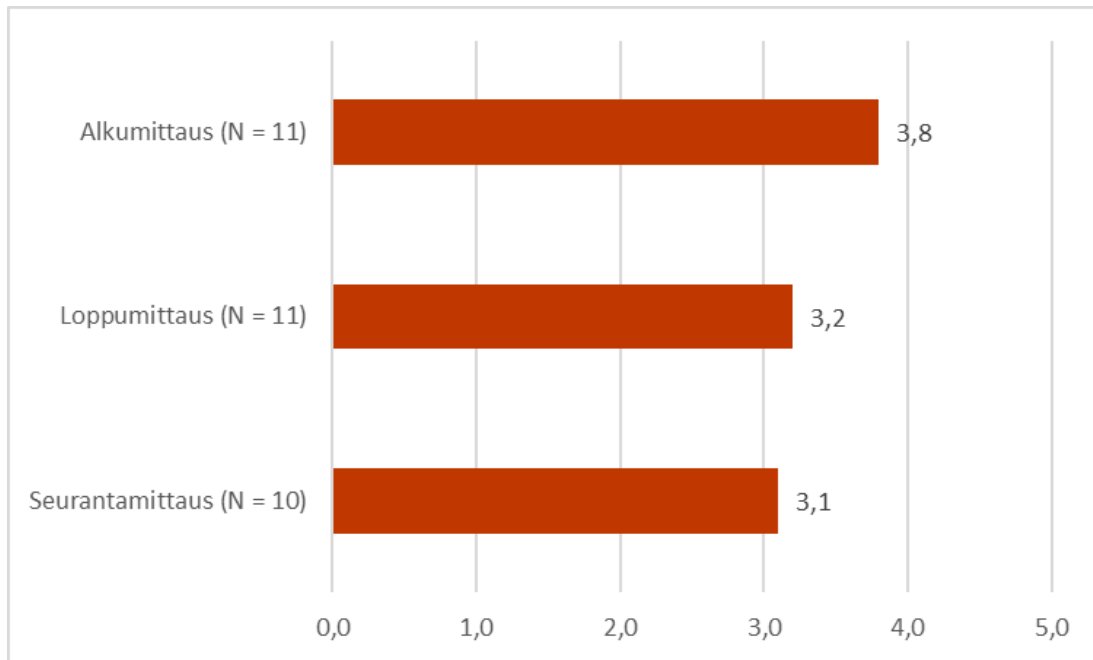
Arviointitiedon keruussa **osallistumisesta ja sosiaalisista suhteista** tiedusteltiin kahdella kysymyksellä, joista ensimmäiseen sisältyi kahdeksan väittämää (kuva 9) ja toiseen neljä väittämää (kuva 12). Kummankin kysymyksen tulokset esitellään väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja). Ensimmäisen kysymyksen väittämiä olivat: Saan apua, kun sitä tarvitsen; Olen tarpeellinen muille; Saan sanoa asiani ja tulen kuulluksi; Minua arvostetaan; Olen kokenut onnistumisia; Ohjaan oman elämäni kulkua; Tunnen kuuluvani yhteiskuntaan ja Olen tyytyväinen ihmissuhteisiini.



Kuva 9. Asiakkaiden arviot osallistumisestaan ja sosiaalisista suhteistaan, kysymys 1 (vaihtoehdot: 1 = Täysin eri mieltä – 5 = Täysin samaa mieltä)

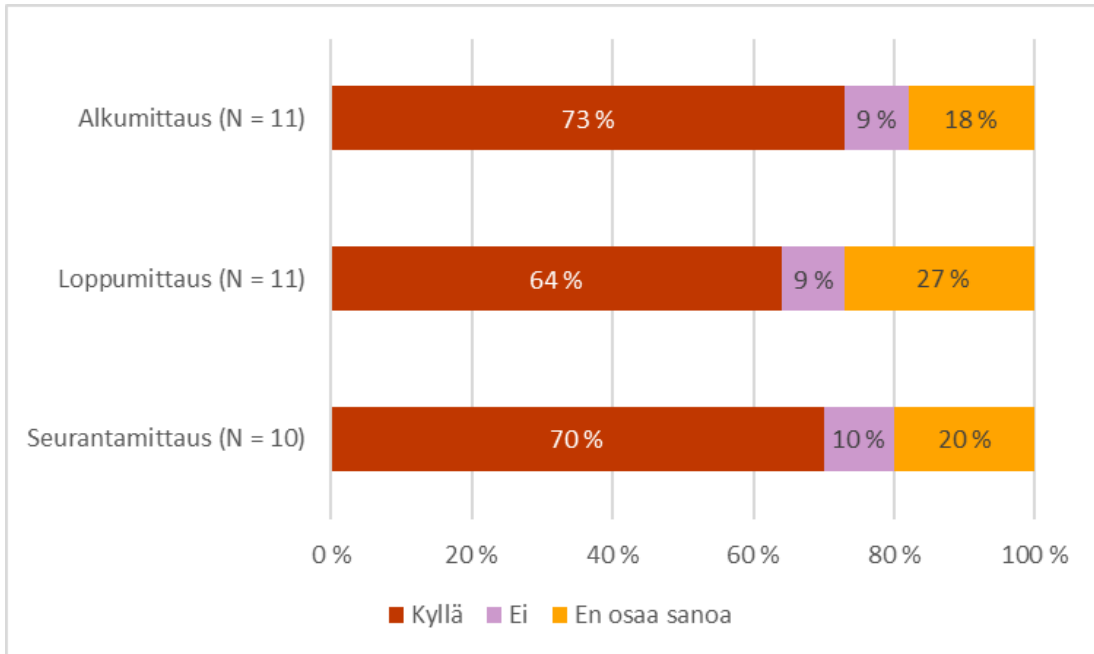
Valmennukseen osallistuneet asiakkaat kokivat osallistumisensa ja sosiaalisten suhteidensa edistyneen valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (kysymys 1). Viisiportaisella asteikolla (1 = Täysin eri mieltä – 5 = Täysin samaa mieltä) tehdyt arviot saivat alkumittauksessa keskiarvon 2,6 ja seurantamittauksessa korkeimman keskiarvon 3,4.

Osallisuuteen liittyy myös **itsensä yksinäiseksi tunteminen**. Kuvasta 10 huomataan, että asiakkaiden arviot saivat alkumittauksessa keskiarvon 3,8. Loppu- ja seurantatilanteiden aineistonkeruussa keskiarvot olivat matalampia kuin alkumittauksessa eli koettu yksinäisyys oli vähentynyt.



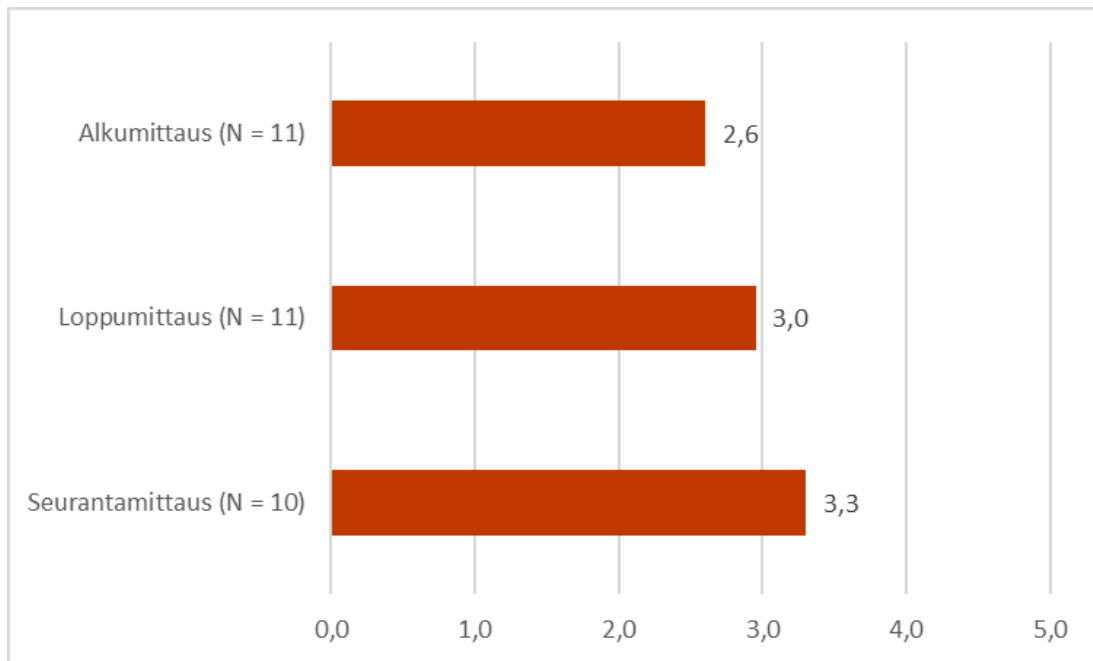
Kuva 10. Asiakkaiden arviot itsensä yksinäiseksi kokemisesta (vaihtoehdot: 1 = En koskaan, 2 = Hyvin harvoin, 3 = Joskus, 4 = Melko usein ja 5 = Jatkuvasti)

Lisäksi tiedusteltiin, onko asiakkailla jokin **harrastus tai sellaista tekemistä, jonka parissa he viihtyvät** (kuva 11). Kyllä-vastausvaihtoehdon valinneiden osuudet olivat alkumittauksessa 73 %, loppumittauksessa 64 % ja seurantamittauksessa 70 %.



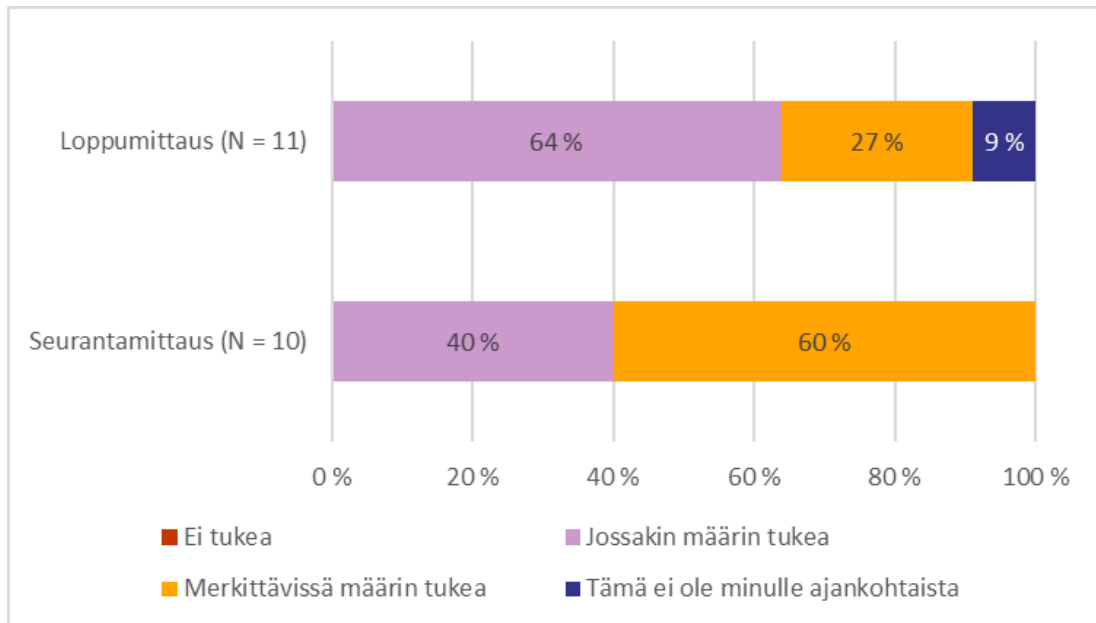
Kuva 11. Asiakkailta harrastuksia

Osallistumisen ja sosiaalisten suhteiden osalta asiakkaille esitettiin myös toinen kysymys, jonka tuloksia tarkastellaan neljän väittämän keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja). Tarkasteltuja väittämiä olivat: Tulen hyvin toimeen läheisteni kanssa; Minun on helppo pitää yllä ihmissuhteita; Minun on helppo tutustua uusiin ihmisiin ja Minun on helppo olla tekemisissä vieraiden ihmisten kanssa.



Kuva 12. Asiakkaiden arviot osallistumisestaan ja sosiaalisista suhteistaan, kysymys 2 (vaihtoehdot: 1 = Täysin eri mieltä – 5 = Täysin samaa mieltä)

Kuvasta 12 havaitaan, että arviot osallistumisesta ja sosiaalisista suhteista (kysymys 2) sijoituivat välille 2,6–3,3. Tällä osa-alueella myönteistä kehitystä tapahtui valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (loppu- ja seurantamittaukset). Näkemykset olivat myönteisempiä seurantamittausvaiheessa.



Kuva 13. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta osallistumiselleen ja sosiaaliin suhteisiinsa

Kuvasta 13 ilmenee, että asiakkaat kokivat saaneensa Kimppakyyti-hankkeen valmennuksesta paljon **tukea osallistumiselleen ja sosiaaliin suhteisiinsa**. Osallistuneista 40–64 % koki saaneensa jossakin määrin ja 27–60 % merkittävässä määrin tukea. Alle on koottu suoria lainauksia loppuhaastattelujen (N = 4) ja seuranta haastattelujen (N = 4) vastauksista. Tukea on saatu parisuhteeseen, ystävyysuhteisiin sekä verkostoitumiseen ADHD:n osalta (vertais-suhteet).

”Parisuhteeseen saanut neuvoja.” (loppumittaus)

”Ei ole ollut kohdallani kaikkein tarpeellisin asia, mutta sain jutella ystävyysuhteistani ja purkaa sydäntäni niistä” (loppumittaus)

”Varsinkin ADHD:n osalta sain verkostoitumista tosi paljon. Pääsin vertaisuuhteisiin, mikä oli merkittävää. Sain valmennuksesta jatkoa ajatellen yhteystietoja.” (seurantamittaus)

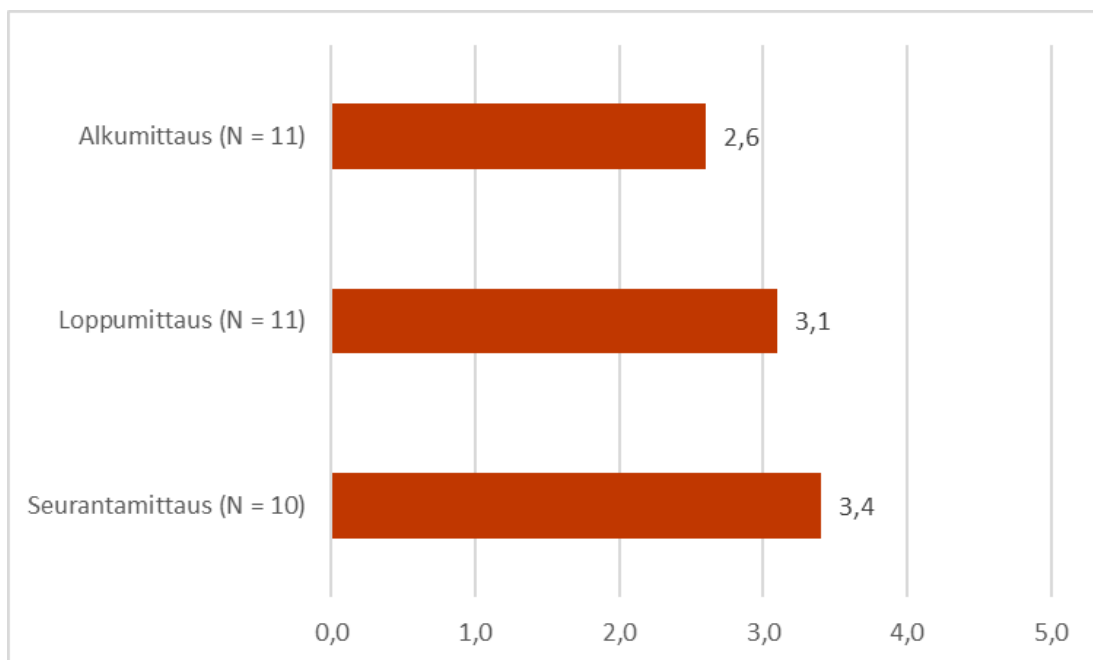
”Tällä hetkellä suunta on oikea. Aiemmin olen ollut aika lailla omissa oloissa oleva. Nyt olen osallistunut vertaisryhmään ja ollut enemmän tekemisissä kavereiden kanssa.” (seurantamittaus)

”Kimppakyyti on ollut 1. tukitoimi, jossa on tullut konkreettisia toimia siihen, miten toimia itseleni hankalissa tilanteissa. Asioita on lähestytty siten, että saavutettaisiin kestäviä tuloksia.” (seurantamittaus)

3.1.4 Mieli

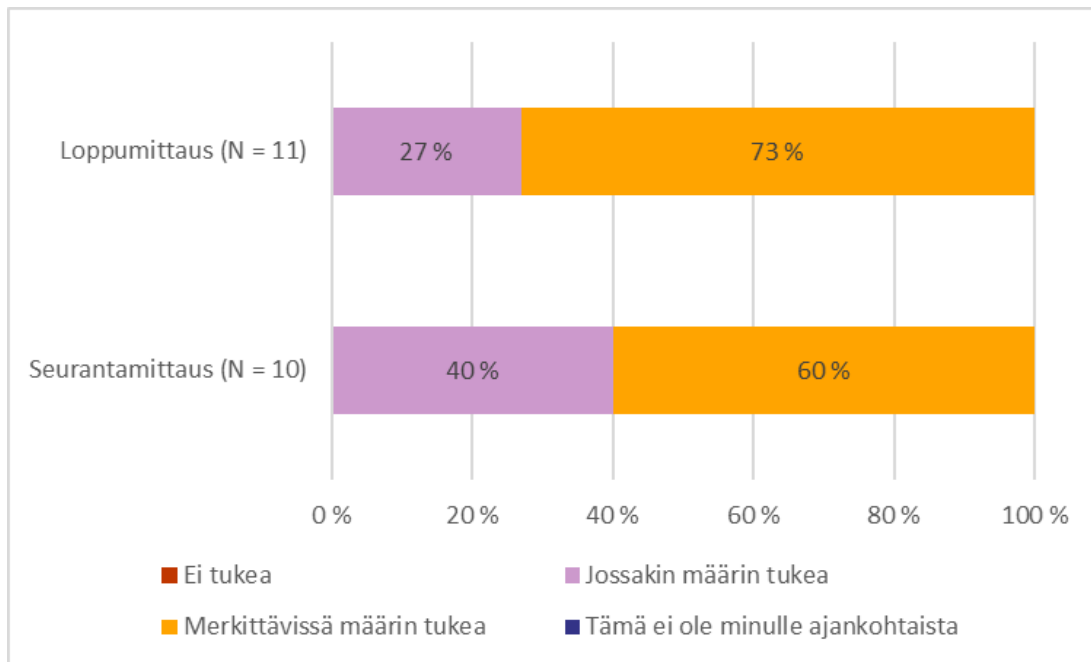
Mieltä (psyykkinen toimintakyky; mielen hyvinvointi) koskevassa osiossa oli kysymys, johon sisältyi yhdeksän väittämää ja jonka tuloksia tarkastellaan väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja). Kysymyksen väittämiä olivat: Olen tuntenut itseni toiveikkaaksi tulevaisuuden suhteen; Olen tuntenut itseni hyödylliseksi; Olen tuntenut itseni rentoutuneeksi; Olen käsitellyt ongelmia hyvin; Olen ajatellut selkeästi; Olen tuntenut läheisyyttä toisiin ihmisiin; Olen kyennyt tekemään omia päätöksiä asioista; Olen kyennyt tarttumaan toimeen asiointeni hoitamisessa ja Olen tuntenut mielihyvää itselleni tärkeistä asioista.

Saatujen tulosten mukaan (kuva 14) asiakkaiden mielen hyvinvointi oli lisääntynyt valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (loppu- ja seurantamittaukset). Keskiarvojen keskiarvoksi (summamuuttuja) eri väittämistä saatiin alkumittauksessa 2,6 ja seurantamittauksessa 3,4.



Kuva 14. Asiakkaiden arviot mielensä hyvinvoinnista (vaihtoehdot: 1 = En koskaan, 2 = Harvoin, 3 = Silloin tällöin, 4 = Usein ja 5 = Koko ajan)

Kuvasta 15 havaitaan, että kaikki asiakkaat kokivat saaneensa valmennuksesta **tukea mielensä hyvinvointiin**. Heistä 27–40 % sai tukea jossakin määrin ja 60–73 % merkittävässä määrin.



Kuva 15. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta mielensä hyvinvointiin

Saadusta tuesta mielen hyvinvointiin oli ollut mahdollista kertoa omin sanoin loppu- ja seurantamittausten yhteydessä. Alle on koottu suoria lainauksia loppuhaastattelujen (N = 7) ja seurantahaastattelujen (N = 6) vastauksista. Saaduista vastauksista kuvastuvat nähdyksi ja kuulluksi tuleminen, keskusteluavun saaminen ja kannustavuus; itsevarmuuden ja päätösten tekemisen edistyminen; armollisuuden lisääntyminen itseä kohtaan; tiedonsaanti siitä, mitä voi vaatia, sekä mielen hyvinvoinnin kokonaisvaltainen edistyminen.

- **Nähdyksi ja kuulluksi tuleminen, keskusteluavun saaminen ja kannustavuus:**

”Keskusteluapu on tärkeää, kun ei ole hoitosuhteita mihinkään. Siitä on ollut apua.” (loppumittaus)

”Olen saanut omia huolia ja murheita kertoa, ja olen tuntenut tullessi kuulluksi. Se on auttanut asiaan.” (seurantamittaus)

”... on saanut kokea tullessa nähdyksi ja kuulluksi tässä valmennuksessa... Oma työntekijä ei koskaan kyseenalaistanut oireitani. Näin pystyi jaksamaan itseeni uskomista, että oireita on ja saa oikeanlaista apua. Sai kannustettua avun etsintään ja siihen minä ansaitseen apua. Toivottavasti hanke saisi jatkoa, näitä varmasti tarvitaan.” (loppumittaus)

- **Itsevarmuuden ja päätösten tekemisen edistyminen:**

”Se on vahvistanut itsevarmuutta ja sitä, ettei vika ole minussa. Minun suhteeni ympäristöön, oikeiden tapojen löytäminen oli tässä ratkaisevaa.” (loppumittaus)

”Tällä osa-alueella on ollut eniten kehitystä. Olen itsevarmempi, ja päätöksenteko on helpompaa. Terapia on alkamassa maaliskuussa, olen saanut siihen henkistä tukea ja kannustusta hankkeelta.” (seurantamittaus)

- **Armollisuuden lisääntyminen itseä kohtaan:** *”... Olen oppinut olemaan armollisempi itselleni.” (loppumittaus)*

- **Tiedonsaanti siitä, mitä voi vaatia:** *”Yleisesti voin sanoa, että tieto auttoi tosi paljon. On tietoa ja tietää, mitä voi vaatia. Se on kantanut pitkälle, vaikka hanke on loppunut.” (seurantamittaus)*

- **Mielen hyvinvoinnin kokonaisvaltainen edistyminen:**

”... Ehkä vaihtoehtoisten ajatusten ja toimintamallien esittely, sulattelu ja toimeen saattaminen. Viimeisen puolen vuoden aikana olen tavallaan opetellut elämään uudelleen, mikä näkyy kaikkialla, siinä, miten palapeli pysyy kasassa.” (loppumittaus)

”... Jos tulee hankalampia aikoja, asiat lähtevät helposti lumipallona vyörymään. Hanke on tavallaan pysäyttänyt sen. Asiat on pystynyt käsittelemään heti, jolloin ne eivät paisu liian suuriin mittasuhteisiin. On pystynyt keskittymään siihen, miten tilanne ratkaistaan.” (seurantamittaus)

”Tämänhetkinen mielen hyvinvointi on todella hyvällä tasolla... jos vertaa vuoden takaiseen tilanteeseen, on menty todella paljon eteenpäin. Koen, että valmennuksesta on ollut iso hyöty.” (seurantamittaus)

3.1.5 Arki

Kykyviisari-mittarissa arki tarkoittaa arjesta selviytymistä ja itsestä huolehtimista. **Arjesta ja sen sujuvuudesta** tiedusteltiin kysymyksellä, jossa pyydettiin arvioimaan 11 arkipäivän asiasta suoriutumista (ks. taulukko 2). Vastauksia pyydettiin siinäkin tapauksessa, vaikka kyseiset palvelut tai välineet eivät olisi helposti saatavilla tai asia ei olisi asiakkaalle tällä hetkellä ajankohtainen.

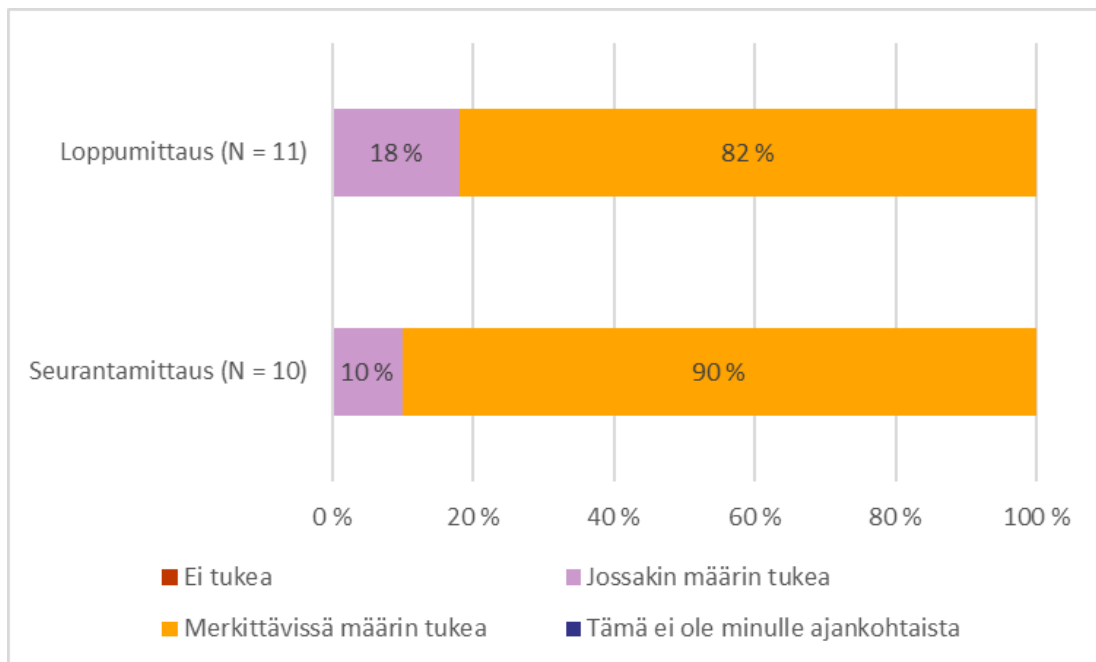
Taulukko 2. Asiakkaiden arviot arjestaan ja sen sujuvuudesta (vaihtoehdot: 1 = En suoriudu, 2 = Paljon vaikeuksia, 3 = Jonkin verran vaikeuksia, 4 = Vähän vaikeuksia ja 5 = Suoriudun hyvin)

Arki ja sen sujuvuus (ka:t)	Alkumittaus (N = 11)	Loppumittaus (N = 11)	Seurantamittaus (N = 10)
Kotitöiden tekeminen	2,4	3,3	3,0
Kauppa-asioiden hoitaminen	3,4	3,7	3,8
Julkisten palvelujen käyttäminen	2,9	3,5	3,4
Internetin kautta asioiminen ja tiedon hakeminen	3,9	4,5	4,8
Raha-asioista huolehtiminen	2,5	3,1	3,0
Omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen	2,6	3,1	3,3
Säännöllisen vuorokausirytmien ylläpitäminen ja riittävä nukkuminen	2,4	2,8	3,4
Omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtiminen	3,5	3,5	4,1
Terveyspalvelujen käyttäminen	2,6	3,5	4,0
Kodin ulkopuolella kulkeminen	3,1	3,5	3,5
Muista huolehtiminen	3,9	4,3	4,4

Alku- ja loppumittausten arvioita vertailtaessa havaitaan, että asiakkaat olivat edistyneet kaikissa muissa arkipäivän asioista suoriutumisessaan lukuun ottamatta omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtimistaan (taulukko 2). Omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtimisen kohdalla tilanne oli pysynyt ennallaan (ka = 3,5). Erityisen paljon edistymistä oli tapahtunut kotitöiden tekemisessä ja terveyspalvelujen käyttämisessä.

Huomionarvioista on se, että seitsemän osa-alueen osalta näkemykset olivat vielä myönteisempiä seurantamittauksessa. Näihin osa-alueisiin lukeutuivat kauppa-asioiden hoitaminen; internetin kautta asioiminen ja tiedon hakeminen; omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen; säännöllisen vuorokausirytmien ylläpitäminen ja riittävä nukkuminen; omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtiminen; terveystalvelujen käyttäminen; muista huolehtiminen. Kokonaisuudessaan tarkasteltuna eniten myönteistä kehitystä oli tapahtunut terveystalvelujen käyttämisessä (alkumittaus, ka = 2,6; seurantamittaus, ka = 4,0) sekä säännöllisen vuorokausirytmien ylläpitämisessä ja riittävässä nukkumisessa (alkumittaus, ka = 2,4; seurantamittaus, ka = 3,4).

Kuvasta 16 nähdään, että osallistuneet arvioivat saaneensa paljon **tukea arkeensa ja sen sujuvuuteen**. Heistä 10–18 % kertoi saaneensa jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin tukea arkeensa.



Kuva 16. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta arkeensa ja sen sujuvuuteen

Hankkeelta saadusta tuesta arkeen ja sen sujuvuuteen oli mahdollista kertoa myös avovastauksilla loppu- ja seurantamittauksissa. Vastauksia saatiin seuraavasti: loppumittaus (N = 7) ja seurantamittaus (N = 5). Saatu tuki liittyi vuorokausirytmien ylläpitämiseen, ruokareseptien saamiseen ja tarvikkeiden löytämiseen kaupasta, yhdessä siivoamiseen, kalenterointiin ja tehtävälisiin sekä armollisuuteen omaa kotia ja tilannetta kohtaan.

- **Vuorokausirytmien ylläpitäminen:** *”Vuorokausirytmiasia, se johtuu siitä, että minulla on vapaat työajat. Se on saatu järjestymään.”* (seurantamittaus)

- **Ruokareseptien saaminen ja tarvikkeiden löytäminen kaupasta:** *”Muutama resepti ruoanlaitosta ja se, mistäpäin tarvikkeet löytyvät kaupasta, on auttanut. Nykyään menee vähemmän roskaruokaa.”* (loppumittaus)
- **Yhdessä siivoaminen:** *”On yhdessä siivottu ja hoidettu muitakin asioita. On ollut iso apu, harmi, että tämä loppuu.”* (loppumittaus)
- **Kalenterointi ja tehtävälistat:**

”Viikkotasolla se auttoi hahmottamaan, missä menee omien asioiden kanssa. Kalenterin kanssa käytiin tosi hyvin läpi, mitä oli milloinkin. Sain alkusysäyksen asioiden hoitamiseksi.” (loppumittaus)

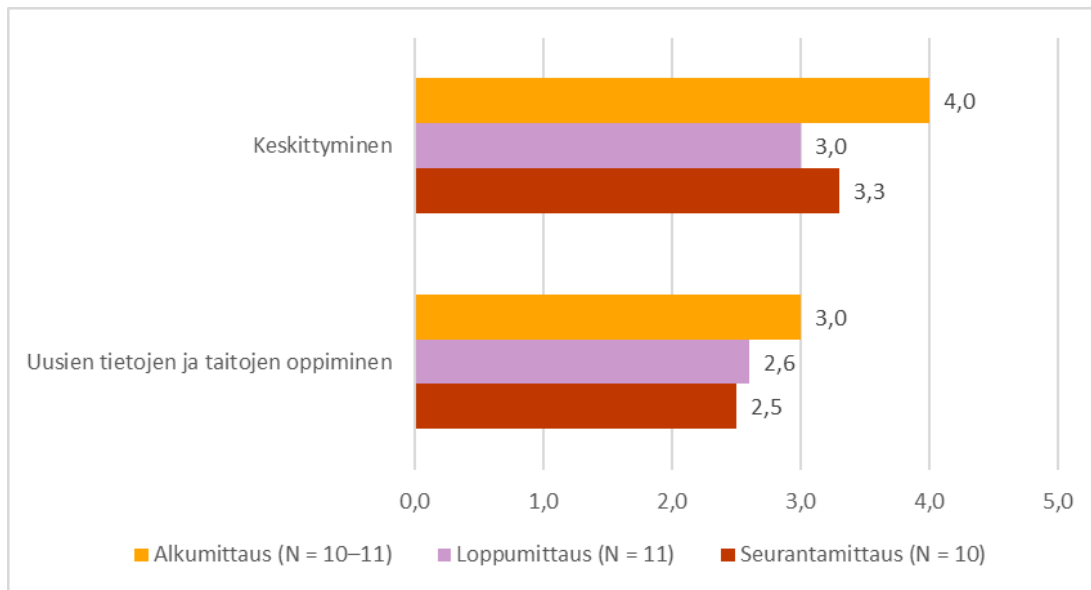
”Oli tosi merkittävää, kun käytiin joka viikko läpi, mitä pitää hoitaa. Viikoittain käytiin asioita läpi, mikä oli selkeää. Tiedusteltiin myös, olenko hoitanut asiat, ja tuli tsemppiä.” (seurantamittaus)

”Hanke on vaikuttanut merkittävästi siihen, että arkeni toimii hyvin. Nyt minua muistutetaan, ja suoriudun hyvin. Mikä muu palvelu ei ole pystynyt tätä aikaisemmin tarjoamaan.” (seurantamittaus)
- **Armollisuus omaa kotia ja tilannetta kohtaan:** *”... Valmentaja tuki armollisuuteen kotia ja tilannetta kohtaan, siivous ja muut asiat eivät aina suju. Valmentaja kannusti, että täällä saa olla sellaista kuin on, tämä on sinun kotisi. Opin itseni hyväksyntää.”* (loppumittaus)

3.1.6 Taidot

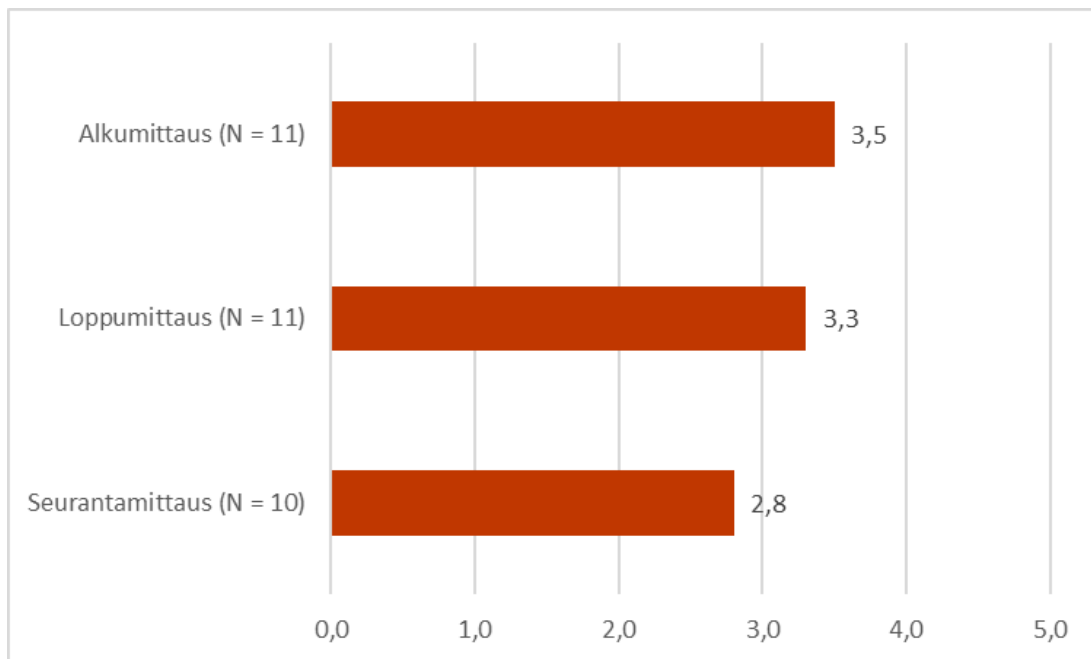
Kykyviisarissa **taidot** tarkoittavat kognitiivista toimintakykyä, osaamista ja suhtautumista tulevaisuuteen. Taitojen osalta asiakkaille esitettiin aluksi kaksi kysymystä (Pystytkö yleensä **keskittymään asioihin?** ja Sujuuko sinulta **uusien tietojen ja taitojen oppiminen?**). Vastaukset pyydettiin 5-portaisella asteikolla (1 = Erittäin hyvin – 5 = Erittäin huonosti).

Osallistuneiden arviot keskittymisestään sekä uusien tietojen ja taitojen oppimisestaan olivat parempia loppumittauksessa kuin alkumittauksessa (kuva 17). Valmennuksen alussa asiakkaat arvioivat keskittymisensä huonoksi, loppumittauksessa se todettiin tyydyttäväksi. Seurantamittauksessa arvio keskittymisestä sijoittui tyydyttävän ja huonon tason välille. Arviot uusien taitojen oppimisesta kehittyivät valmennuksen aikana ja sen jälkeen.



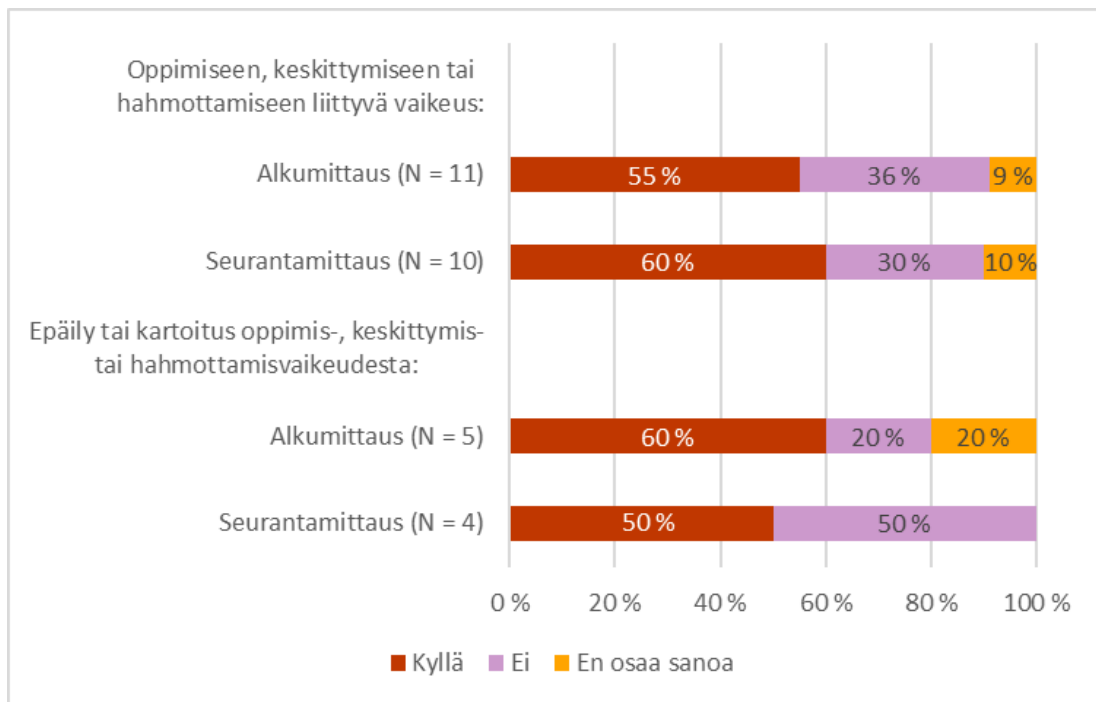
Kuva 17. Asiakkaiden arviot keskittymiskyvystään sekä uusien tietojen ja taitojen oppimisestaan (vaihtoehdot: 1 = Erittäin hyvin, 2 = Hyvin, 3 = Tyydyttävästi, 4 = Huonosti ja 5 = Erittäin huonosti)

Taitojen osalta pyydettiin myös arvioita **muistista** (Millaiseksi arvioit muistisi tällä hetkellä?; kuva 18). Valmennukseen osallistuneet kokivat muistinsa kohentuneen valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (alkumittaus, ka = 3,5; loppumittaus, ka = 3,3; seurantamittaus, ka = 2,8).



Kuva 18. Asiakkaiden arviot muististaan (vaihtoehdot: 1 = Erittäin hyvä, 2 = Hyvä, 3 = Tyydyttävä, 4 = Huono ja 5 = Erittäin huono)

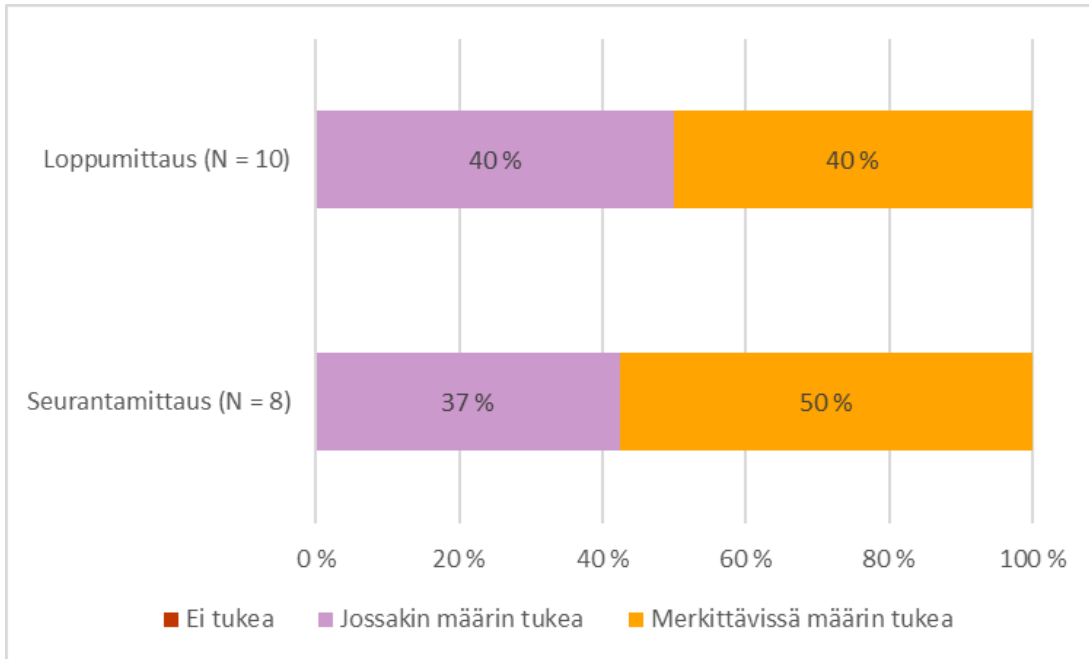
Kuvassa 19 esitellään tulokset asiakkailta **todetuista oppimiseen, keskittymiseen tai hahmottamiseen liittyvistä vaikeuksista** tai **näitä vaikeuksia koskevista epäilyistä tai kartoituksista**. Epäilyjä tai kartoituksia koskeva jatkokysymys esitettiin vain niille aikuisille, jotka olivat ensimmäisessä kysymyksessä valinneet vastausvaihtoehdon ”Ei” tai ”En osaa sanoa”.



Kuva 19. Asiakkailta todetut oppimis-, keskittymis- tai hahmottamisvaikeudet tai näitä vaikeuksia koskevat epäilyt tai kartoitukset

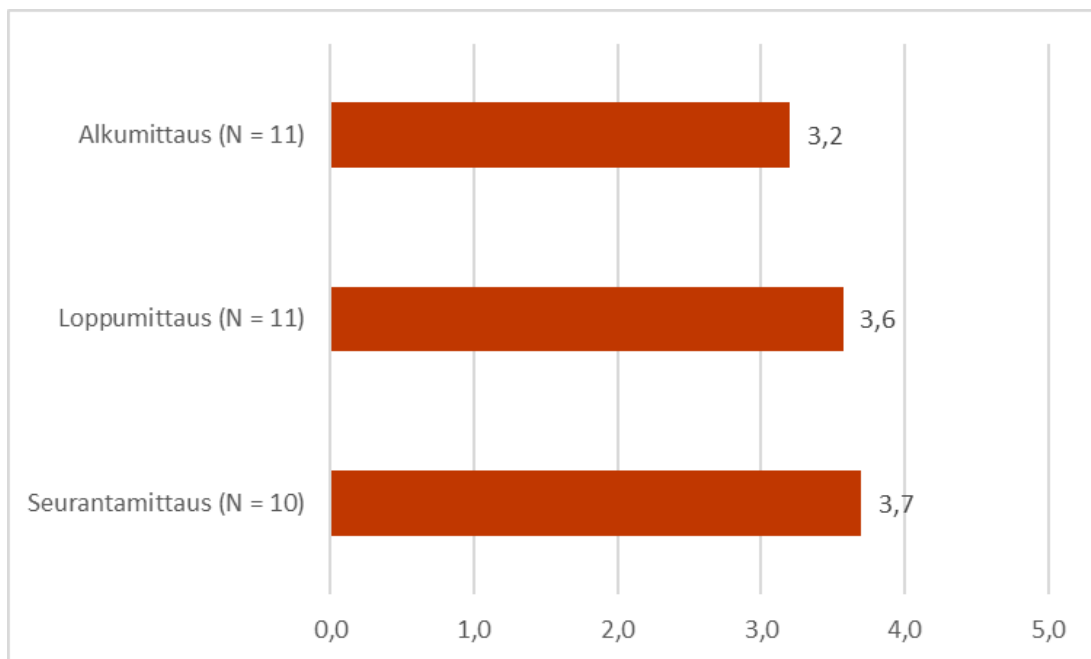
Todettuja oppimiseen, keskittymiseen tai hahmottamiseen liittyviä vaikeuksia oli alkumittauksen mukaan 55 %:lla asiakkaista ja seurantamittauksen mukaan 60 %:lla asiakkaista. Kuten edellä todettiin, alku- ja loppumittausaineistoissa oli mukana ne yksilövalmennuksen asiakkaat, joilta oli saatu tiedot kummallakin mittauskerralla. Seurantamittauksia koskevassa aineistossa oli mukana kaikki saadut vastaukset. Niistä asiakkaista, joilla ei ollut diagnoosia oppimis-, keskittymis- tai hahmottamisvaikeudesta, 50–60 %:lla oli epäilty tai kartoitettu tällaista vaikeutta.

Kuvasta 20 ilmenee, että osallistuneista 37–40 % koki saaneensa jossakin määrin ja 40–50 % merkittävässä määrin **tukea oppimiseen, keskittymiseen tai hahmottamiseen liittyviin vaikeuksiinsa**.



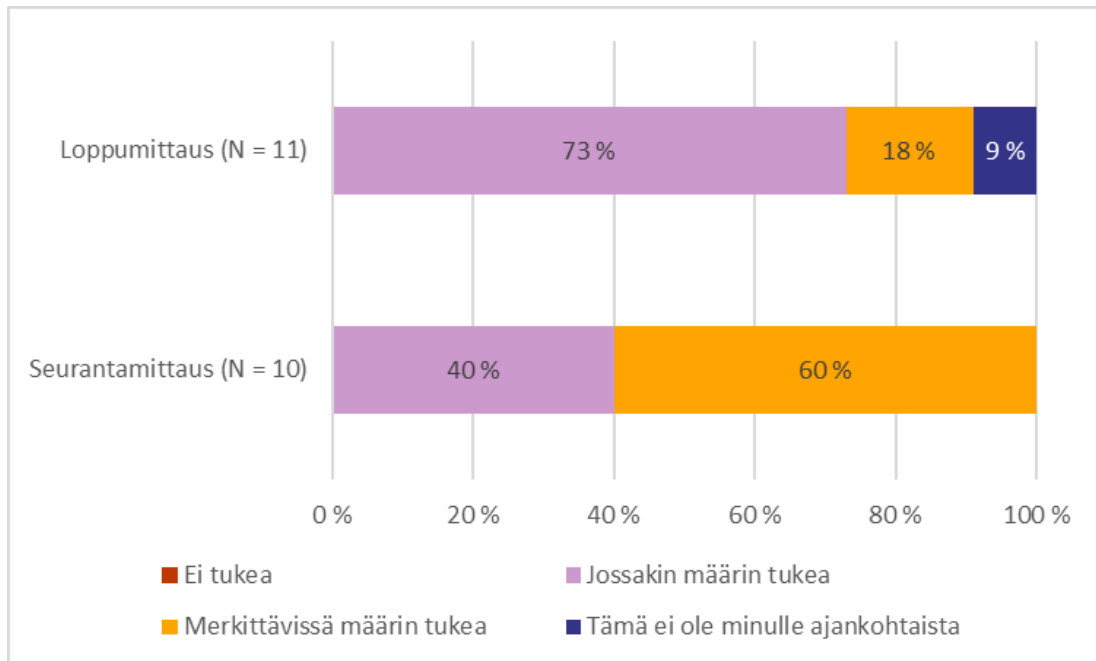
Kuva 20. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta oppimis-, keskittymis- tai hahmottamisvaikeuksiinsa

Osallistuneilta pyydettiin näkemyksiä myös **tulevaisuudestaan ja osaamisestaan** (kuva 21). Kysymykseen lukeutui yhteensä kuusi väittämää (Suhtaudun tulevaisuuteni myönteisesti; Minulla on haaveita ja toiveita tulevaisuudelleni; Olen valmis näkemään vaivaa ja tekemään asioita tavoitteitteni ja haaveitteni toteutumisen eteen; Minulla on osaamista, jota voin hyödyntää työelämässä; Pystyn ilmaisemaan itseäni eri tilanteissa suullisesti; Pystyn ilmaisemaan itseäni eri tilanteissa kirjallisesti). Tulevaisuutta ja osaamista koskevia tuloksia tarkastellaan väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja).



Kuva 21. Asiakkaiden arviot tulevaisuudestaan ja osaamisestaan (vaihtoehdot: 1 = Täysin eri mieltä – 5 = Täysin samaa mieltä)

Kuvasta 21 havaitaan, että yksilövalmennukseen osallistuneet suhtautuivat myönteisemmin tulevaisuuteensa ja osaamiseensa loppu- ja seurantamittauksissa. Alkumittauksessa keskiarvojen keskiarvoksi (summamuuttuja) eri väittämistä oli saatu 3,2, ja seurantamittauksessa arvioksi tuli 3,7.



Kuva 22. Asiakkaiden arviot valmennuksesta saamastaan tuesta taidoilleen (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen ja suhtautuminen tulevaisuuteen)

Asiakkaista 40–73 % arvioi saaneensa valmennuksesta jossakin määrin **tukea taidoilleen** (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen ja suhtautuminen tulevaisuuteen; kuva 22). Osallistuneista 18–60 % kertoi puolestaan saaneensa merkittävässä määrin tukea taidoilleen. Seurantamittausvaiheessa merkittävässä määrin tukea saaneita oli eniten (60 %).

Asiakkailla oli myös loppu- ja seuranta haastattelussa mahdollisuus omin sanoin kertoa tämänhetkisistä taidoistaan ja hankkeen valmennuksesta saamastaan tuesta. Vastauksia saatiin seuraavasti: loppumittaus (N = 3) ja seurantamittaus (N = 4). Saaduissa vastauksissa kerrottiin esimerkiksi kannustuksen ja tuen saamisesta, itsetunnon vahvistumisesta sekä armollisuuden lisääntymisestä itseä kohtaan. Valmennuksen avulla sai myös tukea keskittymiseen ja opiskeluun.

”On tehty selväksi, että kaikki ovet ovat auki, kuten muillekin. Positiivinen palaute on auttanut paljon, olen ollut aikaisemmin skeptinen.” (loppumittaus)

”Olen saanut kannustusta ja tukea, armollisuutta itseäni kohtaan. On taustalla työuupumus, huonontunutta itsetuntoa oli työelämän liittyen ja siihen olen nyt saanut tukea. Sain tosi paljon positiivista palautetta ja itsetuntoon tukea, meinaa itsellä välillä usko hiipua...” (loppumittaus)

”Valmennuksesta saatu tuki opiskeluun. Valmennuksen avulla opin keskittymistä, jotta jaksan opiskella paremmin. Opin paremmin omia voimavaroja.” (seurantamittaus)

”Suhtautumiseni tulevaisuuteen on muuttunut huomattavasti realistisemmaksi. Toiveet tulevaisuuteen ovat maltillisempia ja tasaisempia. Ne ovat todennäköisemmin saavutettavissa olevia asioita. Aikaisemmin minun oli vaikea uskoa pitkäkestoisesti, että on olemassa jokin mahdollisuus, jossa minäkin voin pärjätä tulevaisuudessa.” (seurantamittaus)

3.1.7 Työ ja tulevaisuus

Kykyviisarissa **työ ja tulevaisuus** viittaavat työllisyystilanteeseen, työllistymisuskoon ja muutostoiveisiin. Asiakkailta tiedusteltiin ensinnäkin heidän nykyisestä työtilanteestaan sekä alku-, loppu- että seurantamittauksissa (taulukko 3).

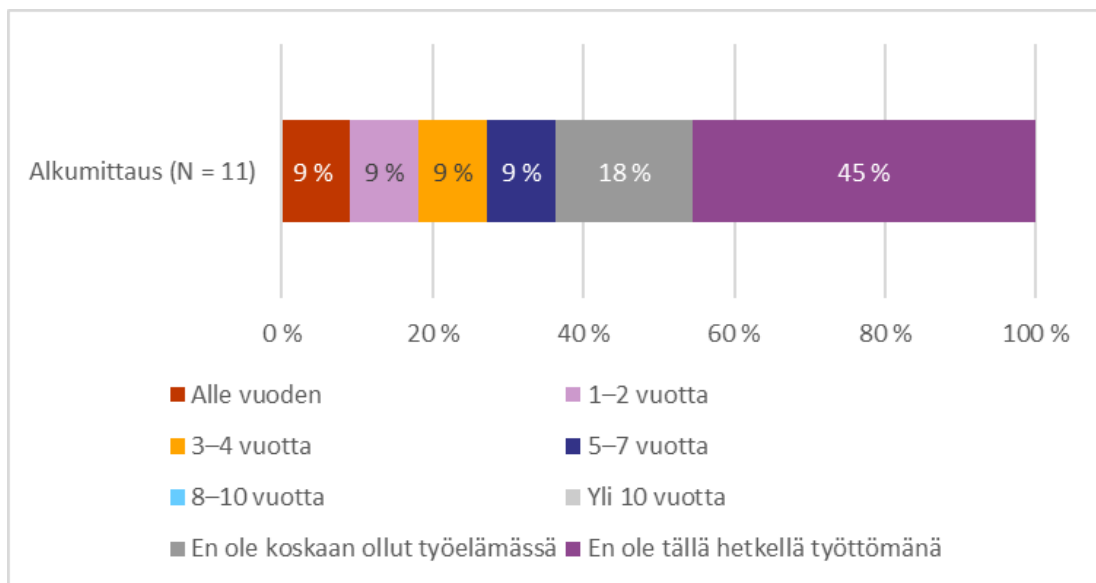
Taulukko 3. Asiakkaiden nykyinen työtilanne (voi valita useamman vaihtoehdon)

Työtilanne (%)	Alkumittaus (N = 11)	Loppumittaus (N = 11)	Seurantamittaus (N = 10)
Työharjoittelussa			10 %
Työpajatoiminnassa tai kuntouttavassa työtoiminnassa	9 %	9 %	
Työkokeilussa		9 %	
Työttömänä (työnhakijana TE-toimistossa)	46 %	36 %	10 %
Ei-palkatussa työssä esim. vapaaehtois- tai hyväntekeväisyystyössä	18 %		40 %
Opiskelijana tai oppisopimuskoulutuksessa	9 %	9 %	20 %
Sairauslomalla tai osasairauslomalla	9 %		30 %
Eläkkeellä (työkyvyttömyys-, osatyökyvyttömyys-, kuntoutustuki tai osakuntoutustuki, perhe- tai lapseneläke)	18 %	18 %	30 %
Palkkatyössä (täysiaikainen, osa-aikainen tai palkkatuettu työ)	27 %	27 %	30 %
Ammatinharjoittajana tai freelance-rina	9 %		

Taulukosta 3 ilmenee, että alkumittauksessa enemmistö (46 %) asiakkaista oli työttömiä (työnhakijana TE-toimistossa). Seuraavaksi eniten (27 %) mainintoja sai palkkatyössä (täysiaikainen, osa-aikainen tai palkkatuettu työ) oleminen.

Seurantamittauksessa enemmistö (40 %) asiakkaista kertoi olevansa ei-palkatussa työssä (esim. vapaaehtois- tai hyväntekeväisyystyö). Seuraavaksi eniten mainintoja saivat sairausloma tai osasairausloma; eläke (työkyvyttömyys-, osatyökyvyttömyys-, kuntoutustuki tai osakuntoutustuki, perhe- tai lapseneläke) ja palkkatyö. Näistä jokaisen vastausvaihtoehdon oli valinnut 30 % valmennukseen osallistuneista.

Nykyisen **työttömyyden kestoa** (alkumittaus) koskevat tulokset löytyvät kuvasta 23. Yksilövalmennukseen osallistuvien työttömyys oli pisimmillään kestänyt 5–7 vuotta. Asiakkaista 18 % ei ollut koskaan ollut työelämässä, ja 45 % ei ollut mittaushetkellä työttöminä.



Kuva 23. Asiakkaiden nykyisen työttömyyden kesto (alkumittaus)

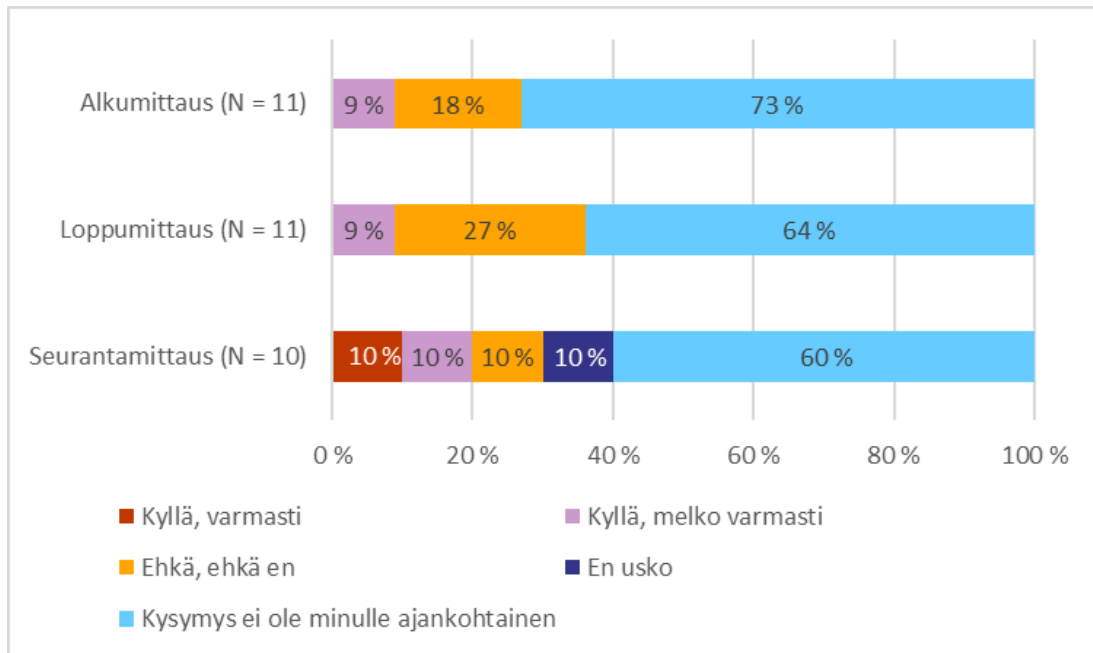
Asiakkaat antoivat arvionsa myös **työelämään osallistumistaan vaikeuttavista asioista** (taulukko 4). Näkemykset pyydettiin 5-portaisella asteikolla (1 = Erittäin paljon – 5 = Ei lainkaan ja lisäksi En osaa sanoa -vaihtoehto).

Taulukko 4. Asiakkaiden työelämään osallistumista vaikeuttavat asiat (vaihtoehdot: 1 = Erittäin paljon, 2 = Paljon, 3 = Jonkin verran, 4 = Vähän, 5 = Ei lainkaan ja lisäksi En osaa sanoa; keskiarvot laskettu vaihtoehdoista 1–5)

Työelämään osallistumista vaikeuttavat asiat (ka:t)	Alkumittaus (N = 10–11)	Loppumittaus (N = 10)	Seurantamittaus (N = 10)
Työmahdollisuuksien puute	3,8	3,4	3,9
Töihin liikkumisen vaikeudet	3,4	3,7	4,5
Koulutuksen tai osaamisen puute	3,1	3,3	2,9
Työmotivaation tai työhalujen väheneminen	3,0	3,9	3,7
Terveysten tai toimintakykyyn liittyvät ongelmat	2,2	2,2	2,6
Oma elämäntilanne	2,1	3,1	3,1
Päihitteet tai muut riippuvuudet	4,4	4,3	4,4
Rikosrekisteri- tai huumausainemerkinnät	4,5	5,0	5,0
Taloudellinen tilanne	3,0	3,7	3,6

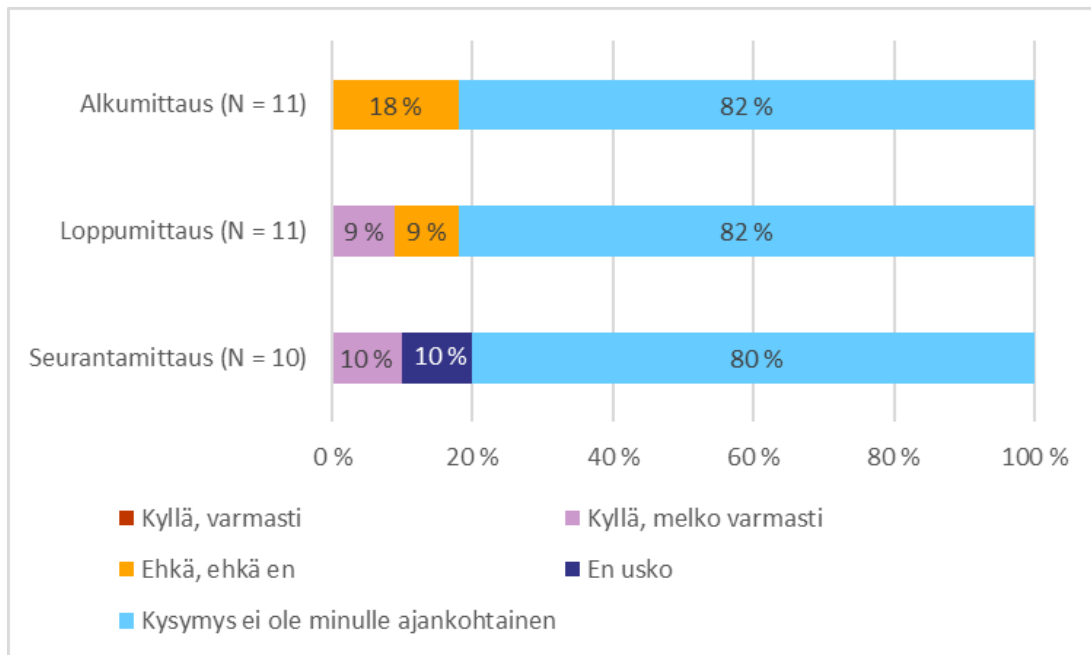
Taulukosta 4 havaitaan, että erityisen paljon myönteistä kehitystä oli tapahtunut oman elämäntilanteen osalta. Alussa oman elämäntilanteen koettiin vaikeuttavan työelämään osallistumista keskimäärin paljon (ka = 2,1), mutta myöhemmissä mittauksissa sen nähtiin heikentävän työelämään osallistumista enää jonkin verran (ka:t = 3,1).

Asiakkailta tiedusteltiin myös, uskovatko he **löytävänsä palkkatyötä** (kuva 24). Asiakkaista 60–73 % oli eri mittauskerroilla todennut, ettei kysymys ole heille ajankohtainen. Seurantamittauksessa kymmenesosa osallistuneista oli valinnut vaihtoehdon ”Kyllä, varmasti”, toisaalta tällä mittauskerralla kymmenesosa totesi, ettei usko löytävänsä palkkatyötä.



Kuva 24. Asiakkaiden arviot mahdollisuudestaan palkkatyön löytämiseen

Kuvassa 25 esitellään asiakkaiden näkemykset **mahdollisuudestaan löytää koulutuspaikka**. Asiakkaista 80–82 % oli eri mittauskerroilla kertonut, ettei kysymys ole heille ajankohtainen. Arviot koulutuspaikan löytämisestä olivat myönteisempiä valmennusten lopputilanteissa. Seurantamittauksessa kymmenesosa yksilövalmennukseen osallistuneista ei uskonut löytävänsä koulutuspaikkaa.



Kuva 25. Asiakkaiden arviot mahdollisuudestaan koulutuspaikan löytämiseen

3.2 Hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivien ammattilaisten näkemykset valmennusten tuloksellisuudesta

Kysely Kimppakyyti-hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimiville ammattilaisille toteutettiin ajalla 13.10.–3.11.2023. Sen avulla selvitettiin ammattilaisten kokemuksia hankkeen tarjoaman neuropsykiatrisen yksilövalmennuksen vaikutuksista heidän asiakkaidensa toimintakykyyn. Vastauspyyntö kyselyyn lähetettiin yhteensä 28 ammattilaiselle, vastauksia saatiin 14.

3.2.1 Taustatietoja kyselyyn vastanneista ammattilaisista

Kyselyyn vastanneet ammattilaiset edustivat seitsemää **yhteistyötahoa** (N = 14). Osa näistä tahoista oli ilmoitettu vastausvaihtoehdon ”Jokin muu mikä?” kohdalla. Suuri osa ammattilaisista edusti kuntoutuspalveluja (N = 3), sosiaalityötä (N = 3) ja työllisyyspalveluja (N = 3). Lisäksi edustettuina (1–2 hlöä/taho) olivat terveydenhuollon palvelut, nuorten työpaja, koulutusorganisaatio ja oppilaitos.

Puolet ammattilaisista kertoi **tuntevansa** hyvin **Kimppakyyti-hankkeeseen liittyvää toimintaa**. Ammattilaisista 43 % totesi tuntevansa hanketoimintaa kohtuullisesti ja loput 7 % huonosti.

3.2.2 Ammattilaisten arviot asiakkaiden hyötymisestä hankkeen valmennuksiin osallistumisestaan

Kimppakyyti-hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivat ammattilaiset kertoivat näkemyksiään osallistuneiden yksilövalmennuksista saamasta hyödystä yleisellä tasolla ja myös osiokohtaisesti (Kykyviisarin osa-alueet). Osiokohtaisia tuloksia tarkastellaan seitsemän osion osalta: 1) Yleinen hyvinvointi ja fyysinen kunto, 2) Päivittäisistä toimista ja tehtävistä suoriutuminen (toimintakyky), 3) Työ- tai opiskelukyky, 4) Osallistuminen ja sosiaaliset suhteet, 5) Mielen hyvinvointi, 6) Arki ja sen sujuvuus sekä 7) Taidot (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen, suhtautuminen tulevaisuuteen).

3.2.2.1 Arviot asiakkaiden saamasta hyödystä yleisellä tasolla

Kyselyyn vastanneilta hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivilta ammattilaisilta tiedusteltiin ensin **yleisellä tasolla** näkemyksiä **osallistuneiden yksilövalmennuksista saamasta hyödystä** (N = 14). Hyödystä oli mahdollisuus kertoa avovastauksella, omin sanoin.

Kaikkien kyselyyn osallistuneiden ammattilaisten mukaan asiakkaat olivat hyötäneet valmennuksesta. Hyödyt näkyivät vastauksissa laajasti ja monipuolisesti. Yhdessä vastauksessa kiteytettiin hienosti: *”Elämänhallintaa, ymmärrystä omasta olemisesta, selkeää keinovalikkoo arkeen ja myös kuormittaviin tilanteisiin.”* Alle on koottu yksilöidympiä mainintoja, jotka luokiteltiin kuuden teeman alle (itsetuntemuksen ja itsetunnon vahvistuminen sekä ahdistuksen väheneminen; arjen- ja elämänhallinnan sekä kodin ulkopuolella toimimisen vahvistuminen; omatoimisuuden ja eteenpäin suuntautumisen kehittyminen; tuki asioiden selvittelyyn; parempi ohjautuminen muihin tukipalveluihin; opintojen edistyminen).

- **Itsetuntemuksen ja itsetunnon vahvistuminen sekä ahdistuksen väheneminen:**

”Asiakkaiden itsetunto ja itsetuntemus on kohentunut. Yksilövalmennus on tuonut merkityksellisyyden kokemusta.”

”... Vahvuuksien ja onnistumisien esiin nostot ja positiivinen kannustus vahvistivat itsetuntoa.”

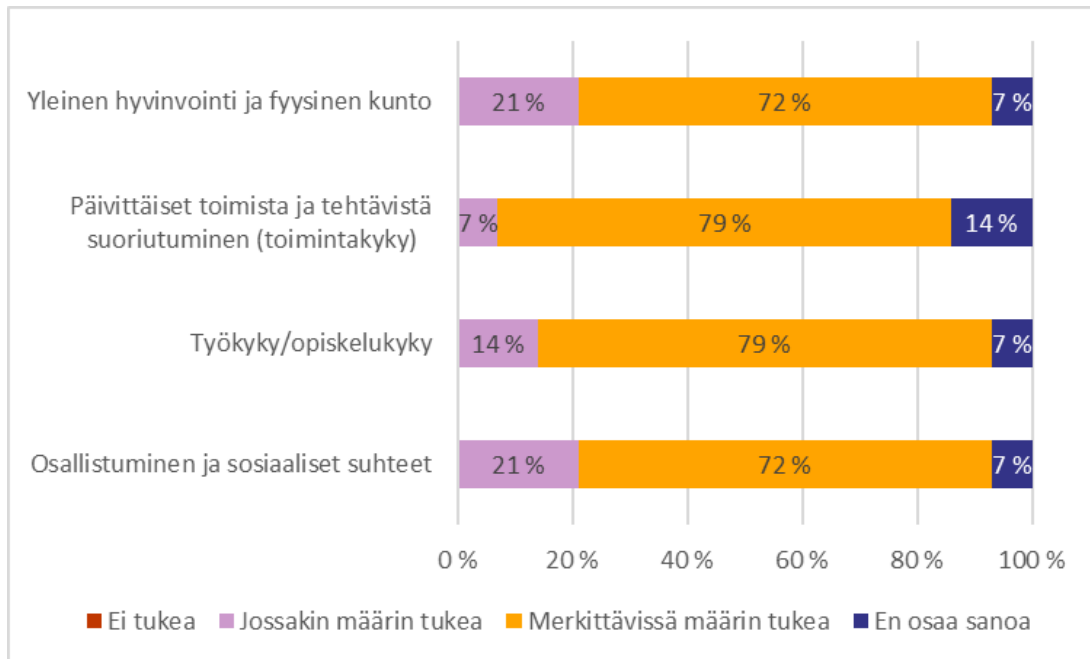
”Asiakas saanut paljon tietoa adhd-oireistaan ja se helpottanut asiakkaan ahdistusta ja lisännyt itsetuntemusta ja ymmärrystä...”

- **Arjen- ja elämänhallinnan sekä kodin ulkopuolella toimimisen vahvistuminen:**
”Asiantunteva asiakkaalle läsnäoleva tuki koettu tärkeäksi. Säännöllisissä tapaamisissa konkreettisia arjenhallinta taitoja, keinoja haettu ja harjoiteltu. Valmennuspalvelulle on tarve ja se on ennaltaehkäisevää toimintaa. Riittävän pitkäkestoisena prosessina saavutetaan tuloksia.”
”... Asiakas saanut harjoitella erilaisia keinoja, jotka voisivat hyödyttää hänen arjesaan ja huomannut vireystilan vaihtelun ja levon merkityksen myös sellaisissa hetkissä, kun ei koe olevansa väsynyt.”
”Asiakas on rohkaistunut toimimaan kodin ulkopuolella”
- **Omatoimisuuden ja eteenpäin suuntautumisen kehittyminen:** *”Asiakkaiden omatoimisuus, eteenpäin suuntautuneisuus ja neuvojen arkeen mukaan ottaminen ovat kohentuneet.”*
- **Tuki asioiden selvittelyyn:** *”On saanut apua asioiden selvittelyyn, rinnallakulkija ja auttaja”*
- **Parempi ohjautuminen muihin tukipalveluihin:** *”... hän löysi tiensä paremmin myös muihin tukipalveluihin, joista hyötyi.”*
- **Opintojen edistyminen:** *”Hänen saamalla tuellaan on ollut hyötyä opintojen eteenpäin viemiseen.”*

3.2.2.2 Arviot asiakkaiden saamasta hyödystä osiokohtaisesti

Ammattilaisille suunnatussa kyselyssä pyydettiin näkemyksiä osallistuneiden hankkeen valmistuksesta saamasta hyödystä myös osiokohtaisesti: 1) Yleinen hyvinvointi ja fyysinen kunto, 2) Päivittäisistä toimista ja tehtävistä suoriutuminen (toimintakyky), 3) Työ- tai opiskelukyky, 4) Osallistuminen ja sosiaaliset suhteet, 5) Mielen hyvinvointi, 6) Arki ja sen sujuvuus sekä 7) Taidot (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen, suhtautuminen tulevaisuuteen). Arvioita pyydettiin 4-portaisella asteikolla (1 = Ei tukea, 2 = Jossakin määrin tukea, 3 = Merkittävässä määrin tukea ja 4 = En osaa sanoa).

Tulokset osioista 1–4 löytyvät kuvasta 26 ja tulokset osioista 5–7 kuvasta 27. Ammattilaisilla oli lisäksi mahdollisuus antaa avovastauksilla lisätietoja kyseisistä osioista ja hankkeen valmistuksen tarjoamasta tuesta.



Kuva 26. Ammattilaisten arviot asiakkaiden yksilövalmennuksista hyötymisestä, osiot 1–4 (N = 14)

Kuvasta 26 havaitaan, että ammattilaiset kokivat osallistuneiden saaneen valmennuksista erittäin paljon tukea yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen, toimintakyvyllään, työ- tai opiskelukyvyllään sekä osallistumiselleen ja sosiaalisille suhteilleen. Ammattilaisista 7–21 % arvioi asiakkaiden saaneen jossakin määrin ja 72–79 % merkittävässä määrin tukea näille osa-alueille.

Ammattilaiset (N = 8) antoivat avovastauksissaan lisätietoja osallistuneiden tämänhetkisestä **yleisestä hyvinvoinnista ja fyysisestä kunnosta** sekä hankkeen valmennuksen tarjoamasta tuesta. Useamman ammattilaisen mukaan asiakkaiden asiat ovat edenneet esimerkiksi terveydenhuollon ja kuntoutuksen osalta. Kimppakyyti-hankkeen on koettu olleen merkittävä toimija verkostossa. (*”Monella asiat edenneet esim. terveydenhuolto ym.”*; *”Kimppakyyti-valmennus kytkeytyi asiakkaan kuntoutuspalveluun, ns. saattaen saapuminen ja päätösvaiheen verkostopalaverissa jatkosuunnitelmien läpikäynti, valmennuksessa jatkotoimenpiteiden varmentaminen. Tärkeä toimija verkostossa.”*) Vastauksissa oli mainintoja myös asiakkaiden omatoimisuudesta ja eteenpäin suuntautumisesta: *”Treenaa päämäärätietoisesti, ruoka- ja unirytmisi on hyvä, lääkemyönteisyys ja realismi siinä.”*; *”Asiakas on uskaltanut edetä suunnitelmissa, esim. kelan ammatilliseen kuntoutuspalveluun.”*; *”Asiakas suuntautuu eteenpäin suunnitellen ja järjestellen tulevaisuuttaan.”*

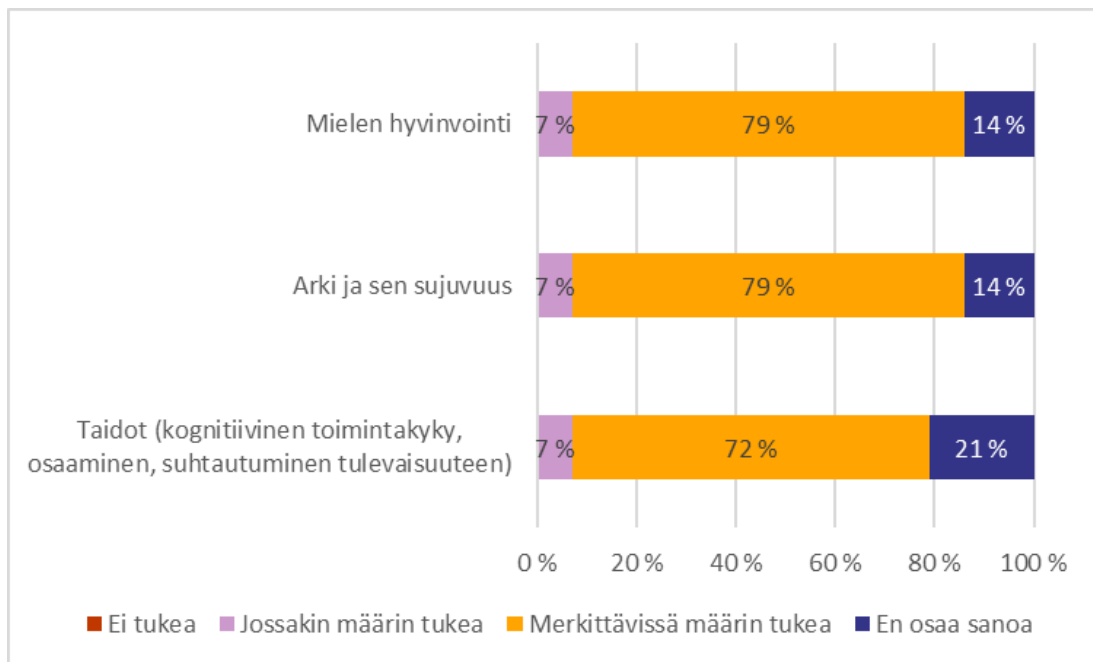
Asiakkaiden **toimintakyvyn** osalta ammattilaiset (N = 7) kertoivat etenkin asiakkaiden tiedon, itsetuntemuksen ja -luottamuksen, omatoimisuuden sekä rohkeuden kohdata tuntemattomia ihmisiä lisääntymisestä. Saadut neuvot on otettu mukaan arkeen. (*”Stuktuurit arjessa tu-*

kevat hienosti toimintakykyä ja ennen hyvinkin jännittävien asioiden hoitaminen sujuu.”; ”Konkreettiset harjoitteet, saatu tieto, tuki, oman pärjäämisen tuntemus, itseluottamuksen- ja tuntemuksen kasvaminen.”; ”Ovat tietoisia asioista ja yrittävät nykyään itse enemmän hoitaa asioitaan.”; ”Rohkeutta tullut kohdata tuntemattomia ihmisiä”)

Lisätietoja saatiin osallistuneiden tämänhetkisestä **työ- tai opiskelukyvystä** ja hankkeen valmennuksen tarjoamasta tuesta (N = 5). Opiskelukyvyn osalta kerrottiin joidenkin asiakkaiden opintojen jatkamisesta tai hyvästä opiskelukyvystä (esim. *”Kykenee osallistumaan ryhmätoimintoihin ja on hakeutunut jatkamaan kesken jääneitä opintoja.”*) Kaikille opiskelu ei ole vielä ajankohtaista: *”Asiakas saanut vahvistusta itsetunnolleen ja kokee että voisi ylipäätään opiskella vielä jotain. Asiakas lähtenyt portaissa etenemään ja ottanut seuraavan haasteen vastaan, vaikka opiskelu ei vielä ajankohtaista heti tässä vaiheessa.”* Näkemyksiä saatiin myös koskien asiakkaiden työllistymisedellytysten vahvistamista (työkyvyn selvittelyt; työkokeilu): *”Omat asiakkaat ovat sen verran huonokuntoisia, että mikään hanke ei saisi heistä työkykyisiä, mutta eteenpäin meno esim. työkyvyn selvittelyissä olisi jo hyvä asia.”; ”On pystynyt etenemään kohti kelan työkokeilua”.*

Ammattilaiset (N = 5) kokivat asiakkaiden **osallisuuden ja sosiaalisten suhteiden** vahvistuneen valmennuksen myötä. Yhden ammattilaisen mukaan osallistumisesta olisi tuskin tapahtunut niin paljon ilman työntekijöiden antamaa lähiohjausta ja tukea. Ammattilaisten mukaan asiakkaat ovat saaneet uskallusta lähteä kotoaan asioita hoitamaan, kykenevät osallistumaan ryhmätoimintoihin ja ovat saaneet rentoutta sosiaalisiin tilanteisiin (esim. *”Kykenee osallistumaan ryhmätoimintoihin ja suunnitelmallisesti toteuttaa yhdessä toisten kanssa niitä.”; ”... Itsetuntemuksen ja itsetunnon lisääminen kuitenkin osaltaan vaikuttanut rentoutteen sosiaalisissa tilanteissa, ei jännitä niitä enää niin paljoa.”*)

Kuvassa 27 esitellään ammattilaisten näkemyksiä asiakkaiden valmennuksesta hyötymisestä mielen hyvinvoinnin, arjen ja sen sujuvuuden sekä taitojen (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen ja suhtautuminen tulevaisuuteen) osalta. Ammattilaisista 7 % arvioi osallistuneiden saaneen jossakin määrin ja 72–79 % merkittävässä määrin tukea näille osa-alueille.



Kuva 27. Ammattilaisten arviot asiakkaiden valmennuksista hyötymisestä, osiot 5–7 (N = 14)

Ammattilaiset (N = 5) kertoivat avovastauksissaan osallistuneiden **mielen hyvinvoinnin** edistyneen minäkuvan kehittymisen, ahdistuksen hallinnan ja yleisesti mielialan kohentumisen osalta (*”Asiakkaiden psyykinen terveys on kohentunut.”*; *”Asiakas kokenut erityisen hyödyllisenä tietoisuuden lisäämisen adhd-oireista, mikä helpottanut ahdistusta ja parantanut minäkuvaa.”*) Asioiden selvittely ja ratkaisujen etsintä ovat omalta osaltaan edistäneet mielen hyvinvointia (*”Asioiden selvittely, etuuksien hakemista varten tarvittavan tiedon selvittäminen”*; *”Asioiden tarkastelu on avaraa, itsekritiikki realistista. Keskustelee avoimesti ja hakee ratkaisuja haastaviinkin tilanteisiin yhdessä toisten kanssa.”*)

Osallistuneiden **arjen sujuvuus** on ammattilaisten (N = 7) mukaan parantunut valmennusten avulla. Asiakkaat ovat saaneet ohjausta ja tukea konkreettisista keinoista ja toimintatapamuutoksista. Monessa vastauksessa kuvastuvat arjen struktuurit ja aikataulut (*”Asiakas on kertonut kiinnostävänsä enemmän huomiota itsestä huolehtimiseen ja esim. kodin siisteyteen”*; *Kotityöt tehty ja kalenteroitu jatkoja ajatellen.”*; *”Toteuttaa suunnittelemaansa aikatauluja tarkastellen niistä saamaansa hyötyä, pystyy myös tarvittaessa joustamaan ja taas palaamaan niihin.”*; *”Aiemmissa jumi-tilanteissa uusia toimintamalleja ja muita interventioon tarvittavia toimintamalleja.”*)

Taitojen osalta on ammattilaisten (N = 6) mielestä valmennuksista ollut hyötyä tulevaisuuden suunnitteluun (*”Jatkosuunnitelmien pohdintaa valmentajan kanssa esim. koulutus- ja työuralle etenemiseen liittyen.*) Vastauksissa näkyi myös esimerkiksi toiveikkuuden vahvistuminen suhteessa tulevaisuuteen ja lisääntynyt rohkeus edetä suunnitelmissa (*”Suhtautuminen tulevaisuuteen on toiveikkaampaa.”; ”Uskallus edetä suunnitelmissa on kohentunut”; ”Taitoja on aina ollut, mutta nyt uskaltaa niitä käyttää ja uskoo itseensä.”*)

4 Johtopäätökset

Kimppakyyti-valmennus toteutettiin jokaisen asiakkaan kohdalla yksilöllisen suunnitelman mukaan (tavoitteena n. 5 kk mittainen valmennus, jossa tapaamisia vähintään 1 krt/vko). Kuntoutussäätiön toteuttamassa Kimppakyyti-hankkeen arvioinnissa selvitettiin, miten yksilövalmennusjakso I vaikuttaa asiakkaiden toimintakykyyn sekä työ- tai opiskelukykyyn. Arvioinnissa tehtiin alkutilanteen arviointi ennen valmennusjakson alkua ja lopputilanteen arviointi valmennuksen päättyessä. Lisäksi tuloksia arvioitiin uudelleen vuoden 2023 lopussa (seurantamittaus). Arviointiin sisältyi myös selvityksen toteuttaminen ammattilaisille.

Arvioinnissa hyödynnettiin soveltuvin osin Työterveyslaitoksen kehittämää Kykyviisari-mittaria. Alle on koottu Kykyviisarin määritelmät arvioinnin kohteena olleista osioista (osa-alueet, esim. hyvinvointi).

Luvussa 4 esitellään Kuntoutussäätiön arviointitiimin keskeisimmät johtopäätökset hankkeen arvioinnin pohjalta. Ne on jaoteltu kuuden teeman (osion) alle: 1) Hyvinvointi, 2) Osallisuus, 3) Mieli, 4) Arki, 5) Taidot, 6) Työ ja tulevaisuus.

4.1 Hyvinvointi

Kykyviisari-mittarissa **hyvinvointi** tarkoittaa elämään tyytyväisyyttä, yleistä toimintakykyä (ml. fyysinen kunto), koettua työkykyä ja terveyttä sekä suhdetta työelämään. Kimppakyyti-hankkeen yksilövalmennukseen osallistuneiden asiakkaiden hyvinvointia koskevat kattavat tulokset on esitelty tämän raportin luvussa 3.1.2. Luvussa 4.1 esitellään keskeisimmät tulokset hankkeen valmennukseen osallistuneiden toimintakyvystä, työ- tai opiskelukyvystä, suhteesta työelämään sekä tarjotusta valmennuksesta saadusta tuesta.

Toimintakyky viittaa yksilön kykyyn selviytyä jokapäiväisistä arjen haasteista ja tehtävistä. Kimppakyyti-hankkeen yksilövalmennukseen osallistuneet antoivat alkumittauksessa toimintakyvylleen arvosanan 4,4 (vastausvaihtoehdot: 0 = Suoriudun erittäin huonosti – 10 = Suoriudun erittäin hyvin). Näkemykset omasta toimintakyvystä olivat kohentuneet myöhemmillä mittauskerroilla (loppumittaus, ka = 5,5 ja seurantamittaus, ka = 5,6).

Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittama Kimppakyyti-hanke edusti toimintalinjaa 5 (sosiaalinen osallisuus ja köyhyyden torjunta), joten vertailukohtana voidaan joiltakin osin käyttää TL5-hankkeet-seurantaraporttia. Seurantaraportin tulokset on laskettu 30.4.2022 mennessä kertyneistä vastauksista. Seurantaraportissa koetun toimintakyvyn (N = 1 747) keskiarvoksi oli saatu alkumittauksessa 6,6 ja loppumittauksessa 6,9.

Kimppakyyti-hankkeen asiakkaiden alkumittauksessa toimintakyvylleen antama keskiarvo oli huomattavasti alhaisempi kuin vastaava keskiarvo TL5-hankkeet-seurantaraportissa. Lisäksi hankkeen asiakkaiden toimintakyky edistyi paljon verrattuna osallistujien toimintakyvyn keskimääräiseen edistymiseen toimintalinjaa 5 edustavissa hankkeissa.

Työkyky rakentuu yksilön voimavarojen ja työn vaatimusten välisestä suhteesta. Kimppakyyti-hankkeen arvioinnissa tarkasteltiin työkyvyn ohella myös opiskelukykyä. Yksilövalmennukseen osallistuneet kokivat työ- tai opiskelukykynsä edistyneen. Alkumittauksessa keskiarvoksi oli saatu 3,9, loppumittauksessa 4,8 ja seurantamittauksessa 4,6 (vaihtoehdot: 0 = En pysty lainkaan työhön/opiskeluun – 10 = Työkyky/opiskelukyky on parhaimmillaan). Vertailutietona voidaan mainita, että TL5-hankkeet-seurantaraportissa koetun työkyvyn (N = 1 747) keskiarvoksi oli alkumittauksessa saatu 5,9 ja loppumittauksessa 6,2.

Myös työ- tai opiskelukyvyn osalta voidaan todeta sama huomio kuin edellä toimintakyvyn osalta. Hankkeen asiakkaiden alkumittauksessa saatu työ- tai opiskelukyvyn keskiarvo oli huomattavasti alhaisempi kuin vastaava keskiarvo TL5-hankkeet-seurantaraportissa. Hankkeen asiakkaiden työ- tai opiskelukyky edistyi paljon verrattuna osallistujien työkyvyn keskimääräiseen edistymiseen toimintalinjaa 5 edustavissa hankkeissa. TL5-hankkeissa keskimääräinen seuranta-aika Kykyviisarilla on noin 188 päivää.

Alku-, loppu- ja seurantamittauksissa asiakkailta tiedusteltiin myös osallistujien **suhteestaan työelämään**. Yksilövalmennukseen osallistuneista enemmistön (alku- ja loppumittauksissa 36 % ja seurantamittauksessa 40 %) mukaan työelämä tai työllistyminen ei ole heille ajankohtaista. Seurantamittauksessa kymmenesosa oli valinnut vaihtoehdon 1–3 (Minulla ei ole työtä. Minulla on vähäiset edellytykset siirtyä työelämään. Tarvitsen tukea työllistymiseen.) Alku- ja loppumittauksissa tämän vastausvaihtoehdon valinneiden määrät sijoituivat välille 18–27 %.

Hankkeen valmennukseen osallistuneista 9–10 % koki saaneensa jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin **tukea yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen**. Myös hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivilta ammattilaisilta saatiin arviot heidän asiakkaidensa olevien ja hankkeen valmennukseen osallistuneiden saamasta tuesta näille osa-alueille. Ammattilaisista 21 % arvioi osallistuneiden saaneen jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen.

4.2 Osallisuus

Osallisuus merkitsee sosiaalista toimintakykyä ja sosiaalista kanssakäymistä. Kimppakyyti-hankkeen yksilövalmennukseen osallistuneiden asiakkaiden osallisuutta koskevat tulokset löytyvät raportin luvusta 3.1.3. Luvussa 4.2 esitellään keskeisimmät tulokset osallistumisesta ja sosiaalisista suhteista sekä hankkeen valmennuksesta saadusta tuesta.

Arvioinnissa **osallistumisesta ja sosiaalisista suhteista** tiedusteltiin kahdella kysymyksellä, joista ensimmäiseen sisältyi kahdeksan väittämää (esim. Saan apua, kun sitä tarvitsen ja Olen tarpeellinen muille) ja toiseen neljä väittämää (mm. Tulen hyvin toimeen läheisten kanssa ja Minun on helppo pitää yllä ihmissuhteita). Vastaukset oli pyydetty viisiportaisella asteikolla (1 = Täysin eri mieltä – 5 = Täysin samaa mieltä). Kummankin osallistumista ja sosiaalisia suhteita koskevan kysymyksen tuloksia tarkasteltiin väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja).

Osallisuutta ja sosiaalisia suhteita koskevien kahden kysymyksen kohdalla keskiarvojen keskiarvot (summamuuttujat) eri väittämistä olivat: alkumittaus, ka:t = 2,6; loppumittaus, ka:t = 3,0 ja seurantamittaus, ka:t = 3,3–3,4. Valmennukseen osallistuneiden asiakkaiden näkemykset osallisuudestaan ja sosiaalisista suhteistaan olivat kehittyneet myönteiseen suuntaan valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (loppu- ja seurantamittaukset).

Asiakkaat kokivat saaneensa Kimppakyyti-hankkeen valmennuksesta paljon **tukea osallistumiselleen ja sosiaalisiin suhteisiinsa**. Osallistuneista 40–64 % koki saaneensa jossakin määrin ja 27–60 % merkittävässä määrin tukea. Ammattilaisten arviot olivat vielä myönteisempiä kuin asiakkaiden näkemykset: heistä 21 % koki osallistuneiden saaneen jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea.

4.3 Mieli

Kykyviisarissa **mieli** tarkoittaa psyykkistä toimintakykyä, mielen hyvinvointia. Hankkeen valmennukseen osallistuneiden mieltä koskevat kattavat tulokset ovat raportin luvussa 3.1.4. Luvussa 4.3 esitellään keskeisimmät tulokset asiakkaiden mielen hyvinvoinnista ja hankkeen valmennuksesta saadusta tuesta.

Mieltä arvioitiin kysymyksellä, johon sisältyi yhdeksän väittämää ja jonka tuloksia tarkastellaan väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja). Kysymyksen väittämiä olivat esimerkiksi Olen tuntenut itseni toiveikkaaksi tulevaisuuden suhteen ja Olen tuntenut itseni hyödylliseksi (vastausvaihtoehdot: 1 = En koskaan – 5 = Koko ajan).

Asiakkaiden mielen hyvinvointi oli lisääntynyt valmennuksen kuluessa ja sen päättymisen jälkeen (loppu- ja seurantamittaukset). Keskiarvojen keskiarvoksi (summamuuttuja) eri väittämistä tuli alkumittauksessa 2,6 ja seurantamittauksessa 3,4. Osallistuneista 27–40 % kertoi saaneensa jossakin määrin ja 60–73 % merkittävässä määrin **tukea mielensä hyvinvointiin**. Ammattilaiset esittivät vielä myönteisempiä näkemyksiä. Heistä 7 % totesi osallistuneiden saaneen jossakin määrin ja 79 % merkittävässä määrin tukea.

4.4 Arki

Arki viittaa arjesta selviytymiseen ja itsestä huolehtimiseen. Hankkeen valmennukseen osallistuneiden arkea koskevat kattavat tulokset ovat raportin luvussa 3.1.5. Luvussa 4.4 esitellään keskeisimmät tulokset koskien asiakkaiden arkea ja sen sujuvuutta sekä hankkeen valmennuksen tarjoamaa tukea.

Arjesta ja sen sujuvuudesta tiedusteltiin kysymyksellä, jossa pyydettiin arvioimaan 11 arkipäivän asiasta suoriutumista (esim. kotitöiden tekeminen ja kauppa-asioiden hoitaminen). Vastauksia pyydettiin, vaikka kyseiset palvelut tai välineet eivät olisi helposti saatavilla tai asia ei olisi aikuiselle tällä hetkellä ajankohtainen.

Alku- ja loppumittausten keskiarvoja vertailtaessa havaitaan, että asiakkaat olivat edistyneet kaikissa muissa arkipäivän asioista suoriutumisessaan lukuun ottamatta omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtimistaan. Omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtimisen osalta tilanne oli pysynyt ennallaan (ka = 3,5). Erityisen paljon edistymistä oli tapahtunut kotitöiden tekemisessä ja terveystalvelujen käyttämisessä. Seitsemän osa-alueen kohdalla näkemykset olivat vielä myönteisempiä seurantamittauksessa. Kokonaisuudessaan tarkasteltuna eniten myönteistä kehitystä oli tapahtunut terveystalvelujen käyttämisessä (alkumittaus, ka = 2,6; seurantamittaus, ka = 4,0) sekä säännöllisen vuorokausirytmien ylläpitämisessä ja riittävässä nukkumisessa (alkumittaus, ka = 2,4; seurantamittaus, ka = 3,4).

Osallistuneet kokivat saaneensa paljon **tukea arkeensa ja sen sujuvuuteen**. Heistä 10–18 % kertoi saaneensa jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin tukea. Myös ammattilaisten mielestä asiakkaat saivat valmennuksesta paljon tukea arjelleen (7 %:n mukaan jossakin määrin ja 79 %:n mukaan merkittävässä määrin tukea).

4.5 Taidot

Taidot merkitsevät kognitiivista toimintakykyä, osaamista ja suhtautumista tulevaisuuteen. Hankkeen valmennukseen osallistuneiden taitoihin liittyvät tulokset löytyvät raportin luvusta

3.1.6. Luvussa 4.5 esitellään keskeisimmät tulokset asiakkaiden osaamista koskevista asioista (asioihin keskittyminen sekä uusien tietojen ja taitojen oppiminen). Lisäksi esitellään heidän näkemyksiään tulevaisuudestaan ja osaamisestaan sekä valmennuksesta saadusta tuesta.

Osallistuneiden arviot **keskittymisestään sekä uusien tietojen ja taitojen oppimisestaan** olivat parempia loppumittauksessa kuin alkumittauksessa. Vastaukset oli pyydetty 5-portaisella asteikolla (1 = Erittäin hyvin – 5 = Erittäin huonosti). Valmennuksen alussa asiakkaat arvioivat keskittymisensä huonoksi, loppumittauksessa se todettiin tyydyttäväksi. Seurantamittauksessa arvio keskittymisestä sijoittui tyydyttävän ja huonon tason välille. Arviot uusien taitojen oppimisesta kehittyivät valmennuksen aikana ja sen jälkeen. Yksilövalmennukseen osallistuneista 37–40 % koki saaneensa jossakin määrin ja 40–50 % merkittävässä määrin **tukea oppimiseen, keskittymiseen tai hahmottamiseen liittyviin vaikeuksiinsa**.

Taitojen osalta asiakkailta oli pyydetty arvioita myös **tulevaisuudestaan ja osaamisestaan**. Kysymykseen lukeutui yhteensä kuusi väittämää (esim. Suhtaudun tulevaisuuteni myönteisesti ja Minulla on haaveita ja toiveita tulevaisuudelleni). Tulevaisuutta ja osaamista koskevia tuloksia tarkasteltiin väittämien keskiarvojen keskiarvona (summamuuttuja).

Valmennukseen osallistuneet suhtautuivat myönteisemmin tulevaisuuteensa ja osaamisensa loppu- ja seurantamittauksissa. Keskiarvojen keskiarvo (summamuuttuja) eri väittämistä oli alkumittauksessa 3,2 ja seurantamittauksessa 3,7.

Asiakkaista 40–73 % arvioi saaneensa valmennuksesta jossakin määrin ja 18–60 % merkittävässä määrin **tukea taidoilleen** (kognitiivinen toimintakyky, osaaminen ja suhtautuminen tulevaisuuteen). Seurantamittauksessa merkittävässä määrin tukea saaneita oli eniten (60 %). Ammatillaiset esittivät vielä myönteisempiä arvioita kuin asiakkaat. Heistä 7 % totesi osallistuneiden saaneen jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea taidoilleen.

4.6 Työ ja tulevaisuus

Työ ja tulevaisuus tarkoittavat työllisyystilannetta, työllistymisuskoa ja muutostoiveita. Valmennukseen osallistuneiden asiakkaiden työtä ja tulevaisuutta koskevat kattavammat tulokset löytyvät tämän raportin luvusta 3.1.7. Luvussa 4.6 tarkastellaan osallistuneiden nykyistä työtilannetta ja työelämään osallistumista vaikeuttavia asioita.

Valmennukseen osallistuneiden **työtilanteen** osalta havaittiin, että alkumittauksessa enemmistö (46 %) asiakkaista oli työttömiä (työnhakijana TE-toimistossa). Seuraavaksi eniten (27 %) mainintoja sai palkkatyössä (täysiaikainen, osa-aikainen tai palkkatuettu työ) oleminen.

Seurantamittauksessa suurin osa (40 %) asiakkaista kertoi olevansa ei-palkatussa työssä (esim. vapaaehtois- tai hyväntekeväisyystyö). Seuraavaksi eniten mainintoja saivat sairausloma tai osasairausloma; eläke (työkyvyttömyys-, osatyökyvyttömyys-, kuntoutustuki tai osakuntoutustuki, perhe- tai lapseneläke) ja palkkatyö. Näistä jokaisen vastausvaihtoehdon oli valinnut 30 % valmennukseen osallistuneista.

Asiakkaiden **työelämään osallistumista heikentävien** asioiden kohdalla erityisen paljon myönteistä kehitystä oli tapahtunut oman elämäntilanteen osalta. Alussa oman elämäntilanteen koettiin vaikeuttavan työelämään osallistumista keskimäärin paljon (ka = 2,1), myöhemmissä mittauksissa sen nähtiin heikentävän työelämään osallistumista enää jonkin verran (ka:t = 3,1).

5 Yhteenveto ja kehittämissuosituks

Yhteenvetona voidaan todeta, että Kimppakyyti-hankkeen toteuttamaan yksilömuotoiseen valmennukseen (valmennusjakso I) osallistuneiden toimintakyky sekä työ- tai opiskelukyky edistyivät paljon verrattuna osallistujien toimintakyvyn ja työkyvyn keskimääräiseen edistymiseen toimintalinjaa 5 edustavissa hankkeissa. Hankkeen asiakkaiden alkumittauksessa toimintakyvylleen sekä työ- tai opiskelukyvylleen antamat arviot olivat huomattavasti alhaisempia kuin vastaavat keskiarvot TL5-hankkeet-seurantareportissa.

Valmennukseen osallistuneista 18–90 % totesi saaneensa merkittävässä määrin tukea eri osa-alueille. Loppu- ja seurantamittauksissa jopa 82–90 % osallistuneista kertoi saaneensa merkittävässä määrin tukea yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen sekä arjelleen ja sen sujuvuudelle. Huomionarvoista on se, että yleiselle hyvinvoinnilleen ja fyysiselle kunnolleen, osallisuudelleen, arjelleen sekä taidoilleen merkittävässä määrin tukea saaneiden osuudet olivat seurantamittauksessa vielä suurempia kuin loppumittauksessa.

- *Asiakkaiden arviot tuen saamisestaan hankkeelta:* Yleinen hyvinvointi ja fyysinen kunto (9–10 % jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin tukea); Osallisuus (40–64 % jossakin määrin ja 27–60 % merkittävässä määrin tukea); Mieli (27–40 % jossakin määrin ja 60–73 % merkittävässä määrin tukea); Arki (10–18 % jossakin määrin ja 82–90 % merkittävässä määrin tukea) ja Taidot (40–73 % jossakin määrin ja 18–60 % merkittävässä määrin tukea)

Myös Kimppakyyti-hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivat ammattilaiset kokivat osallistuneiden hyötynneen valmennuksesta todella paljon. Heiltä oli pyydetty näkemyksiä myös asiakkaiden saamasta tuesta toimintakyvylleen ja työ- tai opiskelukyvylleen. Ammattilaisista jopa 72–79 % arvioi osallistuneiden saaneen valmennuksesta merkittävässä määrin tukea kaikille alla mainituille seitsemälle osa-alueelle.

- *Ammattilaisten arviot osallistuneiden valmennuksesta hyötymisestä:* Yleinen hyvinvointi ja fyysinen kunto (21 % jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea); Toimintakyky (7 % jossakin määrin ja 79 % merkittävässä määrin tukea); Työ- tai opiskelukyky (14 % jossakin määrin ja 79 % merkittävässä määrin tukea); Osallisuus (21 % jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea); Mieli (7 % jossakin määrin ja 79 % merkittävässä määrin tukea); Arki (7 % jossakin määrin ja 79 % merkittävässä määrin tukea) ja Taidot (7 % jossakin määrin ja 72 % merkittävässä määrin tukea)

Valmennukseen osallistuneilta tai hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivilta ammattilaisilta ei erikseen tiedusteltu kehittämisehdotuksista hankkeelle. Yksi asiakas toivoi pitkäkestoisempaa valmennusta ("... Olisin kaivannut pidempiaikaista tukea arkeen ja omaan terveydentilaan liittyen...") Yksi ammattilainen toi esille, että riittävän pitkäkestoisella valmennuksella on mahdollista saavuttaa tuloksia ("... *Valmennuspalvelulle on tarve ja se on ennaltaehkäisevää toimintaa. Riittävän pitkäkestoisena prosessina saavutetaan tuloksia.*")

Lähteet

Kimppakyyti-hankkeen kuvaus RR-tietopalvelussa:

<https://www.eura2014.fi/rrtiepa/projekti.php?projektikoodi=S22834>

Kimppakyyti-hankkeen verkkosivut:

<https://www.intry.fi/kimppakyyti/>

TL5-hankkeet-seurantaraportti

Työterveyslaitos (2019) Kykyviisari. Työ- ja toimintakyvyn itsearviointimenetelmä. Käyttö-
opas ESR Toimintalinjan 5 hankkeille. Työterveyslaitos, Solmu-hanke.



Kuntoutussäätiö

