

Pitkäaikaistyöttömien kokemuksia Työkykyisenä työelämään - hankkeesta

Sohvi Brandt 25.04.2019

Miksi tämä aihe on tärkeä?

Työttömyys on tällä hetkellä ajankohtainen asia, sillä työllisyysasteen nostaminen oli yksi eduskuntavaalien puhutuimpia aiheita

Liikkumattomuus aiheuttaa valtiolle vuosittain arviolta 3,2-7,5 miljardia euroa, koska se on monien sairauksien riskitekijä (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2018)

Tämän takia olisi syytä keskittyä parantamaan väestön hyvinvointia ja fyysistä aktiivisuutta, jotta säilytettäisiin väestön työkyky mahdollisimman pitkään hyvänä ja välttyttäisiin ennenaikaisilta työkyvyttömyyksiltä

Toimeksiantaja ja hanke

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Yksi Suomen liikunnan aluejärjestöistä

Toiminta keskittyy seuratoimintaan, aikuisliikuntaan sekä lapsiin ja nuoriin

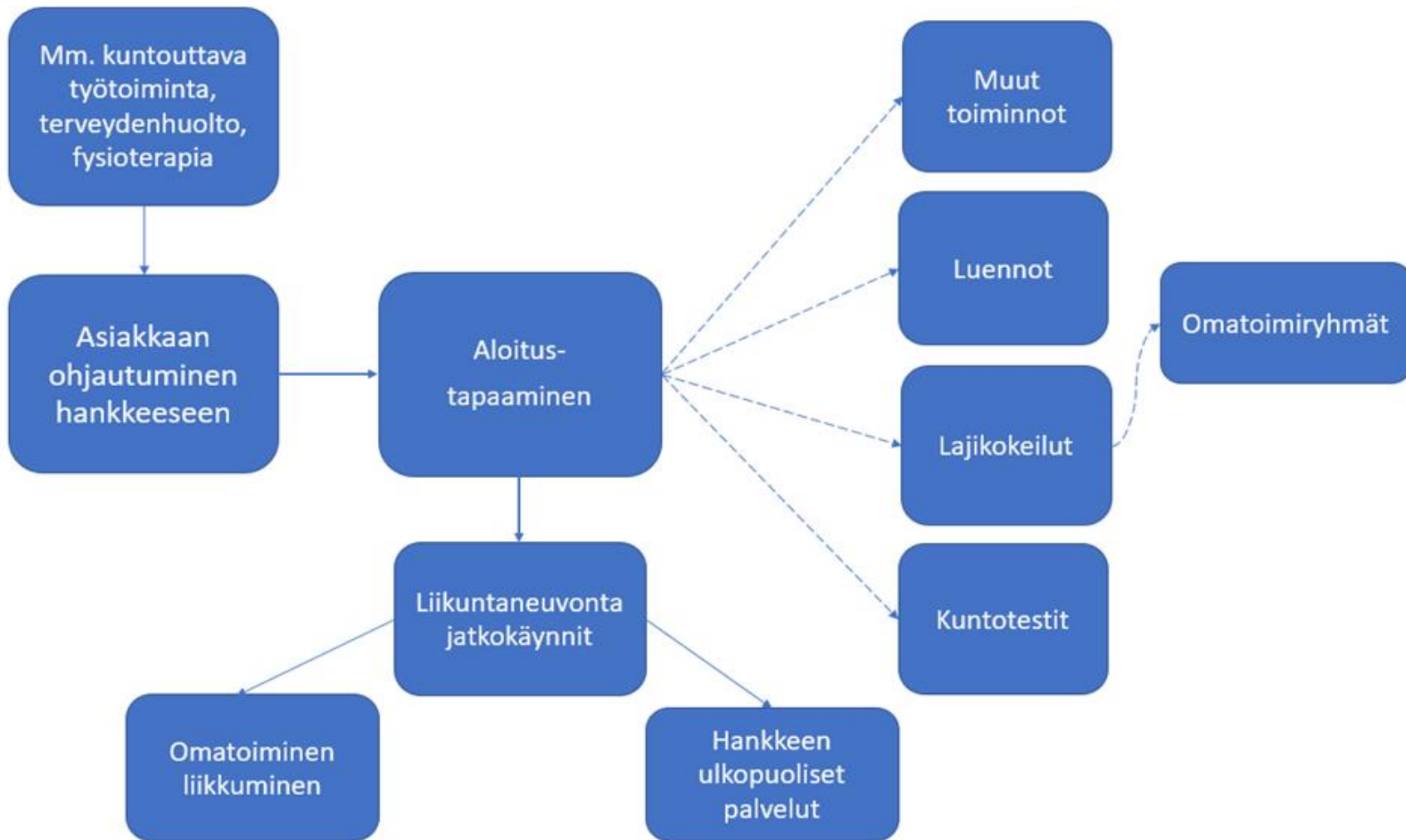
Työkykyisenä työelämään -hanke

Käynnistyi syksyllä 2017 ja jatkuu kesälle 2019

Tavoitteena edistää lahtelaisten pitkäaikaistyöttömien työkykyä

Kohderyhmänä erityisesti 30-55 vuotiaat miehet

Yhteistyössä Lahden kaupungin liikuntapalveluiden, sosiaali- ja terveystoimen, TE-toimiston, alueen oppilaitosten sekä työllisyyspalveluiden kanssa



Asiakkaan polku hankkeessa

Opinnäytetyön tavoite ja menetelmät

- ▶ Työn tavoite oli selvittää asiakkaiden kokemuksia hankkeesta sekä miten asiakkaat ovat kokeneet käyttäytymisensä muuttuneen hankkeen myötä
- ▶ Lisäksi selvitettiin asiakkailta kehitysehdotuksia hankkeesta
- ▶ Toinen tavoite oli arvioida hanketta hankkeesta kerätyn aineiston perusteella sekä tutkimuksesta saatujen tulosten avulla

- Tutkimusmenetelmänä oli laadullinen tutkimus, joka toteutettiin yksilöhaastatteluina kahdeksalle hankkeen asiakkaalle
- Koetun työkyvyn kehittymistä analysoitiin Kykyviisarista -saatujen tulosten perusteella ensimmäisen ja viimeisen kyselyn välillä

❖ *Kykyviisari on Työterveyslaitoksen kehittämä koetun työkyvyn itsearviointi työkalu, jota alan ammattilaiset voivat hyödyntää työssään. Se sisältää työkyvyn eri osa-alueita, mm. fyysinen toimintakyky, psyykinen hyvinvointi, arjenhallinta, osallisuus sekä taidot*



Seuraavat neljä kysymystä koskevat yleistä hyvinvointiasi.

B. Hyvinvointi

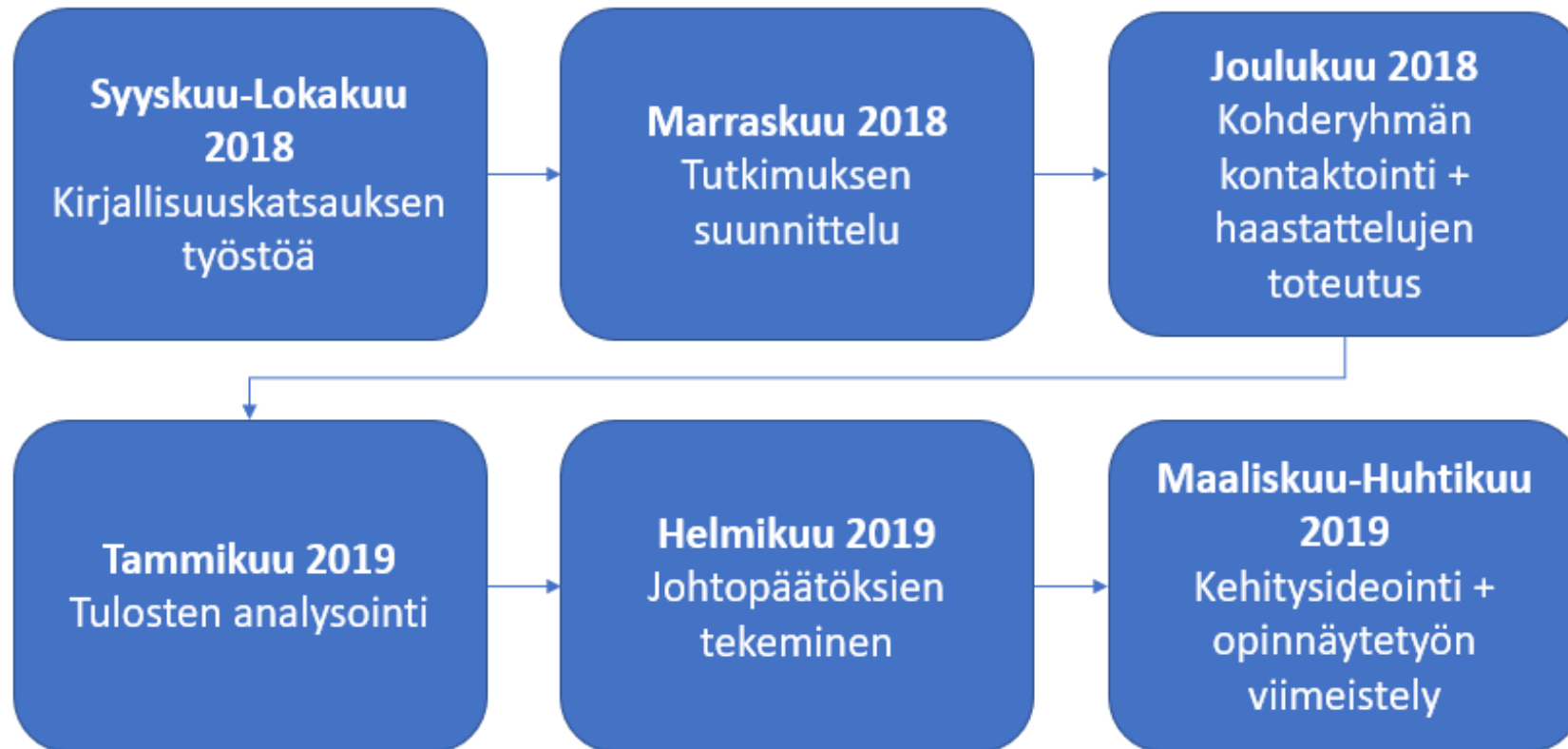
B1. Kuinka tyytyväinen olet tällä hetkellä elämääsi? 

- Erittäin tyytyväinen
- Melko tyytyväinen
- En tyytyväinen, mutta en tyytymätönkään
- Melko tyytymätön
- Erittäin tyytymätön

B2. Onko terveydentilasi mielestäsi nykyisin? 

- Hyvä
- Melko hyvä
-

Opinnäytetyön aikataulu



Tutkimusongelmat:

Miten asiakkaat ovat kokeneet Työkykyisenä työelämään -hankkeen?

Miten hanke on vaikuttanut asiakkaiden käyttäytymiseen?

Mitä työkaluja asiakkaat ovat saaneet tulevaisuutta varten?

Tutkimuksen tulokset

- ▶ Keskeiset löydökset olivat asiakkaiden liikkumismotivaation sekä ravintotottumusten parantuminen
 - ryhmä koettiin tekijänä, joka edesauttoi liikkumismotivaation syntyä
 - kuntosali oli tullut monella säännölliseksi harrastukseksi
 - luennoilta oli saatu konkreettisia hyviä neuvoja ruokavalioon

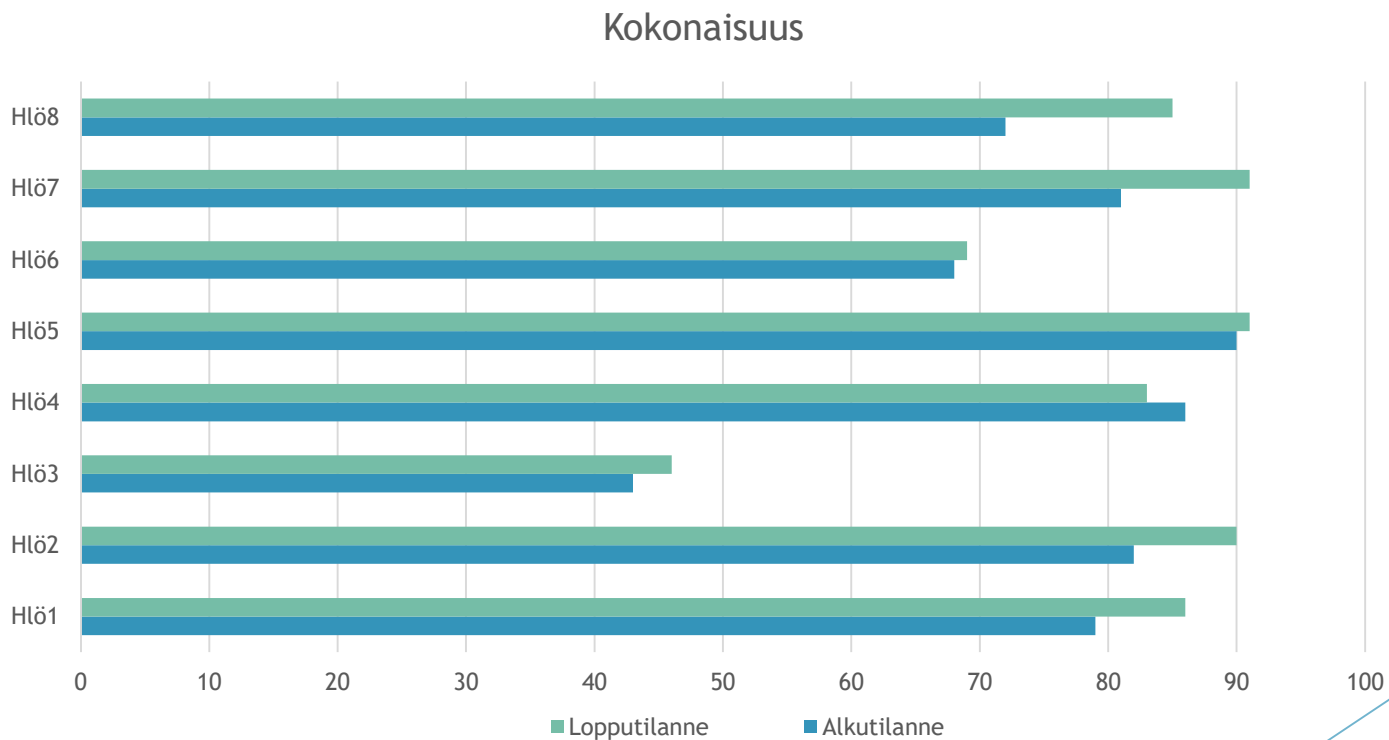
”Ne on ollu tavallaa iha mielenkiintosia (lajikokeilut), vaikka sieltä ei iha kaikki oo ollu lempilajeja, ni on ollu iha mielenkiintosta nähä ja kokeilla noita eri lajeja. Et siinäki varmaa se porukka, et ku porukka lähti kokeilee ni miks en minäki sitte. Ja ei muuten varmaa ois tullu mieleekää, esim tota kuntonyrkkeily kokeilla.”

- ▶ Myös sosiaalisuuteen ja sosiaalisten tilanteiden pelkoon hanke oli vaikuttanut positiivisesti
- ▶ *”Pyrkiny siihe et pari kertaa tulis viikossa liikuttua. Seki oli yks syy miks mä tähän tulini että, ku mulla on vähä noita sosiaalisten tilanteiden pelkoa ni sen takia yritän tulla tälläsii hankkeisii ja ryhmii että siedättäisin itteeni siihe, että ehkäisisin sitä syrjäytymistä, etten jäisi sinne kotii vaa yksin. Et siihen on vaikuttanut.”*

- ▶ Lähes puolet haastateltavista kokivat oppineensa paljon uutta kuntosaliharjoittelusta
- ▶ *”...mä oon ollut erittäin tyytyväinen, et löyty tää oma laji tavallaa. Nyt mä tajusin mikä mun elämästä puuttu, et se oli se kuntosali. Et tää oli ihan mahtavaa et sai kaikki ohjeet ja neuvot, et se oli sellane paketti mistä ei pystyny kieltäytymää.”*
- ▶ Vapaaehtoisuus hankkeessa koettiin positiivisena asiana
- ▶ *”..siihenki olin vähä varautunu et mitä tää nyt oikee on (liikuntaneuvonta), mut kyl se, oikee henkilö oli siinä ja hyvin toi asiat esille. Se, että hän huomioi sen, että ei oo pakko sitoutuu kauheeseen ohjelmaa vaan sitä yksilöitiin tausta huomioiden, että mihi mä haluaisin osallistua.”*

→ Hankkeesta ei tullut keltään negatiivista sanottavaa, kehitysehdotuksina muutamilta nousivat lajikokeiluiden monipuolistaminen sekä sähköinen seuranta hankkeessa ja sen jälkeen

- ▶ Kykyviisarin -tuloksissa asiakkailla oli positiivisia sekä negatiivisia muutoksia
- ▶ Psyykinen hyvinvointi oli osa-alueista suurin muuttuja
- Kuitenkin keskiarvollisesti kohderyhmällä työkyvyn kokonaisuus parani +5,0 yksikköä



→ Havaittiin yhteys toimintoihin osallistumisen määrän sekä koetun työkuoron muutosten välillä

	Liikuntaneuvonta	Lajikokeilut	Luennot	Kuntotestit	Omatoimiryhmä+ muut toiminnot	Yhteensä
Hlö 1	4	19	5	2	74	104
Hlö 2	3	19	5	2	79	108
Hlö 3	3	8	3	0	28	42
Hlö 4	1	6	2	1	1	11
Hlö 5	3	0	1	1	0	5
Hlö 6	4	1	3	1	0	9
Hlö 7	1	5	2	2	1	11
Hlö 8	4	16	2	2	38	62

Pohdintaa

- ▶ Haastatteluissa jotkut vastaukset olivat todella suppeita
 - ▶ Olisiko pitänyt etukäteen lähettää kysymykset, että asiakkaat olisivat voineet miettiä kokemuksiaan kauemmin?
 - ▶ Erilainen kysymysasettelu?
 - ▶ Myös haastava kohderyhmä, jotkut hiljaisia ja varautuneita → ei ehkä osaa ilmaista itseään hyvin keskustelutilanteissa?
- ▶ Tutkija oli ollut ohjaajana mukana hankkeessa, joten saattoi vaikuttaa haastateltavien vastauksiin verrattuna tilanteeseen jos haastattelija olisi ollut täysin tuntematon hankkeen ulkopuolinen henkilö?
- ▶ Yleensä tyypillisesti tutkimuksiin lähtevät mukaan aktiivisimmat ja kiinnostuneimmat henkilöt, joten haastatteluihin osallistunut kohdejoukko voi täten vaikuttaa myös tutkimustuloksiin

Lopuksi..



Tuloksista kävi ilmi, että asiakkaat kokivat toiminnoilla olleen erilaisia vaikutuksia omaan arkeen ja hyvinvointiin



Tulokset luovutetaan toimeksiantajalle



Niiden avulla he pystyvät kehittämään toimintaa eteenpäin



Hyötyä opinnäytetyöstä saa myös muut organisaatiot, jotka suunnittelevat samankaltaista toimintaa



▶ **KIITOS!**

Kysymyksiä?