

# MITEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA VOIDAAN HYÖDYNTÄÄ ETÄKUNTOUTUKSEN JA DIGISOSIAALITYÖN MAHDOLLISUUKSIA?

Tytti Hytti,  
Saara Lipponen &  
Marjo Oikarinen

2.6.2020



**Socca**

Pääkaupunkiseudun  
sosiaalialan osaamiskeskus



**ESPOO  
ESBO**

**Helsinki**



# Sosiaalisen kuntoutuksen pääkaupunkiseudun kuntaverkosto –digiteema keväällä 2020

## Raportti Versio 1.0

### Digium-kyselyllä tiedonkeruuta kunnista

### Työntekijöiden vertaistapaaminen 16.6. 2020



**Socca**

Pääkaupunkiseudun  
sosiaalialan osaamiskeskus

MITEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA VOI  
HYÖDYNTÄÄ ETÄKUNTOUTUKSEN JA  
DIGISOSIAALITYÖN MAHDOLLISUUKSIA?

Versio 1.0 (05/2020)



Tytti Hytti, Socca /HUS

Pääkaupunkiseudun  
sosiaalialan osaamiskeskus

# Raportin taustaa ja kehittämisen tarve

- STM (2020) kehoitus kehittää poikkeustilanteessa uusia vaihtoehtoisia kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen toimintamalleja.
- Soccan raportissa on viitattu muilla kuntoutuksen osa-alueilla ja terveydenhuollossa annettuihin suosituksiin etäkuntoutuksesta ja etäpalveluista (Kelan tutkimusosasto, Valvira, STM:n suositukset ja Terveyskylä). → **Viitekehys myös sosiaaliselle kuntoutukselle etänä**
- Raporttiin on koottu ideoita **jatkokehittämiselle**: kokemuksia asiakastyön arjesta, tutkimusta sekä viimeaikaista valtakunnallista kehittämistyötä (mm. PeLa, PRO SOS, Terveyskylä)

# Raportin sisältöjä

- Jäsennystä soskusta etäkuntoutuksena
- Vinkkejä teemoittain (talous, hyvinvointi jne.) digitaalisiin sekä ei-digitaalisiin tehtäviin ja työvälineisiin, joita voi käyttää etänä tehtävän yksilövalmennuksen tai ryhmätyön apuna
- Itsearviointimittareita ja ideoita niiden etäkäyttöön
- Esimerkkejä digitaalisista alustoista ja mitä huomioida työskentelyssä
- Vinkkejä työskentelyyn ammattilaiselle videopuheluissa
- Vertaistuen mahdollisuuksia
- Toimintamalleja ja kokeiluja asiakkaiden kanssa

**RAPORTTIA TÄYDENNETÄN KYSELYN JA  
VERTAISTAPAAMISEN JÄLKEEN.**



**Socca**

Pääkaupunkiseudun  
sosiaalialan osaamiskeskus

MITEN SOSIAALISESSA  
KUNTOUTUKSESSA  
VOI HYÖDYNTÄÄ  
ETÄKUNTOUTUKSEN JA  
DIGISOSIAALITYÖN  
MAHDOLLISUUKSIA?

# Sosiaalinen kuntoutus etäkuntoutuksena

- Se on erilaisten etäteknologiaa (matkapuhelin, tietokone, tabletti, puhelimen ja tietokoneen yhteiskäyttö) hyödyntävien sovellusten tavoitteellista käyttöä kuntoutuksessa.
- Etäkuntoutuksesta tehdään päätös yhdessä asiakkaan kanssa. Osa kuntoutujan asiakassuunnitelmaa, johon etäkuntoutuksen sisältö ja yhteydenpitotavat kirjataan.
- Etäkuntoutus on ammattilaisen ohjaamaa ja seuraamaa.
- Sillä on selkeä tavoite sekä alku ja loppu. Sosiaalinen kuntoutus perustuu aina asiakkaan toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. Itsearviointia voi tehdä myös etänä.

# Sosiaalinen kuntoutus etäkuntoutuksena

- Sisällöt suunnitellaan asiakkaiden tavoitteiden ja tarpeiden mukaan.
- Etäkuntoutusta voidaan toteuttaa yksilö-, tai ryhmämuotoisena.
- Ajasta riippumattomina menetelminä asiakkaalle tai ryhmälle voi antaa pohdintatehtäviä, joita sovitusti käydään yhdessä läpi.
  - mm. digitaalisia sovelluksia tai omahoito-ohjelmia
  - Käyttöön myös voimavaralähtöiset keinot kuten valokuvaus, musiikki, luonto tai pelillisuus
- Reaaliaikaisesti asiakas ja ammattilainen ovat reaaliajassa yhteydessä toisiinsa.
  - Videopuheluissa mm. kuntoutustarpeiden selvittäminen, sosiaalisen kuntoutuksen teematapaamiset, kotitehtävien läpikäyminen tai ohjaaminen käytännön asioissa



# Sosiaalinen kuntoutus etäkuntoutuksena

- Vaatii uudenlaista osaamista työntekijöiltä: teknologia ja sovellukset, materiaalit ja sisällöt, vuorovaikutus verkkoympäristössä
- Ihannetilassa työntekijöillä voisi olla hallussaan erilaisia kommunikointimuotoja (mm. chat, tekstiviestit, sähköposti, äänipuhelut, tapaamiset, videopuhelut), joita voisi sosiaalisessa kuntoutuksessa soveltaa asiakkaan tilanteen ja voinnin mukaan.
  - **Työskentelymuodot tulisi nähdä joustavina mahdollisuuksina, eikä staattisina joko-tai vaihtoehtoina.** (vrt. Granholm 2016.)



- Etätyö tulisi jäädä yhdeksi työn tekemisen tavaksi kasvokkaisten kohtaamisten rinnalle.
- On paljon asioita, joita voi hoitaa etäyhteyksin.
- Erilaisia menetelmiä ja erityisesti verkossa olevia työkaluja voisi hyödyntää vielä tehokkaammin. Erilaisten mittareiden käytöstä voisi olla hyötyä.
- Tuttujen asiakkaiden kanssa etätyöskentely on sujunut hyvin. Uusien asiakkaiden kohdalla luottamuksen rakentaminen ollut haastavampaa.
- Kaikilla ei ole riittävää toimintakykyä tai osaamista käyttää teknologiaa, eikä edes välineitä siihen.
- Osaaminen on karttunut erityisesti erilaisten digitaalisten mahdollisuuksien hyödyntämisessä asiakastyössä.

## PALAUTETTA TYÖNTEKIJÖILTÄ

# Kokemuksia kunnista

# Kokemuksia Espoosta

- Monien nuorten aikuisten kanssa etätyöskentely ja videoyhteydet ovat olleet toimivia ratkaisuja. Osalle heistä osallistuminen videoyhteydellä on ollut jopa helpompaa ja uudenlaiset tavat palvella ovat jopa madaltaneet kynnystä saada palvelua.

- Vieraskielisten asiakkaiden etäryhmiin osallistuneet asiakkaat ovat antaneet palautetta sosiaalisesta osallisuudesta; vertaistuen kokemuksista ja sosiaalisista suhteista, kohtaamisten ja keskusteluiden tärkeydestä.

# Esimerkkejä Espoosta

- Yksilötyössä annetaan tehtävä, jonka asiakas tekee päivän aikana. Asiakas palauttaa tehtävän ja saa siitä palautteen työntekijältä sovittuna ajankohtana. (esimerkiksi valokuvaa itsellesi iloa antavia asioita)

- Yksilötyössä voi aktivoida masentunutta asiakasta esimerkiksi lähtemään ulos kävelylle niin, että työntekijä ja asiakas puhuvat videopuhelua samanaikaisesti, mutta kävelevät omassa ympäristössään.

# Esimerkkejä Espoosta

- Videoyhteyden avulla voi päästä lähelle asiakkaan kotiympäristöä ja tukea arjenhallintaa esimerkiksi opastamalla etänä ruoanlaitossa.

- Yksilötyössä (puhelimitse) asiakkaan esittämään hyvinvoinnin ongelmaan on muovattu tehtävä, kysymyksiä tai teema, jota asiakas jää työstämään viikon ajaksi pohtimalla ja kirjoittamalla. Seuraavalla tapaamisella aihetta käydään yhdessä läpi sosiaaliohjaajan kanssa. Asiakkaan kanssa työstetään siis henkisen hyvinvoinnin ”työkalupakkia”.

# Esimerkkejä Helsingistä

## Sosiaalisen kuntoutuksen pilotti (tammi – lokakuu 2020, mukana 13 asiakasta) sekä kuntoutusohjauksen etäryhmätoiminta eli Etäkahvila (noin 90 asiakasta/kokoontumiskerta):

- Sosiaalisen kuntoutuksen pilotin tavoitteena on lisätä omalta osaltaan siinä mukana olevien asiakkaiden toimijuuden tunnetta ja samalla kokeilla, kehittää ja mallintaa suunnitelmallisen sosiaalisen kuntoutuksen käytäntöjä yhteistyössä kuntoutusohjauksen ja aikuissosiaalityön kesken.
- Live-tapaamisten ja yksilökuntoutuksen lisäksi uutena palveluna alkaneet maaliskuulla 2020 etävastaanotot (Skype, Teams) ja etäryhmätoiminnat mm. aiempien ryhmämuotoisten HyvinvointiStartin ja Wertsun teemoilla (liikkuminen, uniterveys, hyvinvointi, luonto, talous, asuminen, päihteet).
- Teemojen läpikäynnin lisäksi keskustelua (kommentit puhuen/chattaamalla) ja etätehtäviä eri teemakerroille, palautus saman päivän aikana.
- Asiakkaiden itsensä ehdottamia teemoja mukaan (esim. mielenterveys), mukana myös kokemusasiantuntijoita, vierailevia luennoitsijoita.
- Lisäksi muun muassa työtoiminnan osallisuusvalmentajien voimin työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen pilotin asiakkaille tarjolla ryhmämuotoista osallisuusvalmennusta, jossa mukana myös kuntouttavia elementtejä.

# ESIMERKKEJÄ SOSIAALISESTA KUNTOUTUKSESTA ETÄTYÖTOIMINNASSA TIISTAISIN JA KESKIVIKKOISIN

## 1. Maanantai

Pajapäivä  
Kaikille suunnattua  
pajatoimintaa.

- 27.4.
- 4.5.
- 11.5.
- 18.5.
- 25.5.

## 2. Tiistai

**Osallisuusvalmennuksen  
tiistait (sisältää liikuntaosion)**

28.4. Esittäytyminen,  
kuulumisten vaihto, IT-tuki),  
vinkkien vaihto korona-ajalle

5.5. Aukastalot ja  
seniorikeskukset

**13.5. HUOM! Keskiviikko**  
Vapaaehtoistoiminta,  
Kanssalasta vierailija

19.5. Jokin toiveteemoista +  
työttömien alennukset

26.5. Yhteenveto aiemmista  
kerroista + virtuaalimuseot  
tms.

## 3. Keskiviikko

**Kuntoutusohjauksen  
Etäkahvila, jossa  
kuntoutuksellinen  
näkökulma**

22.4. Liikkuminen

29.4. Uni

6.5. Hyvinvointi - Hyvä mieli

**12.5. HUOM! Tiistai** Luonto

20.5. Talous ja asuminen

27.5. Päihteet

## 4. Torstai

**Työvalmennuksen  
etätyötoimintakerrat**

30.4. Sisällön esittely, ryhmän  
säännöt, työelämätaidot

7.5. Työrasti, ajankohtaiset  
asiat työllisyyden hoidosta,  
oppimistyyli

14.5. Työhaun asiakirjat,  
arvot

28.5. Erilaiset  
työllistymispolut ja  
koulutuspolut

## 1. Perjantai

Pajapäivä  
Kaikille suunnattua  
pajatoimintaa.

- 8.5.
- 15.5.
- 22.5.
- 29.5.

Pajapäivä eli työnjohtajan, ohjaajan kontaktipuhelu ja yksilötehtävä - voi toteutua minä päivänä tahansa riippuen siitä, mitä muuta toimintaa asiakkaan kanssa on mahdollisesti sovittu.

# Kokemuksia Helsingistä

- Asiakkailla kova tarve osallistua sosiaaliseen kuntoutuksen teemakerroille ja vaihtaa ajatuksia muiden kanssa. Aktiivista mielipiteiden vaihtoa.
- Sosiaalinen kuntoutus etänä on tuonut asiakkaita ja työntekijöitä uudella tavalla lähemmäksi toisiaan ja lisännyt entisestään vertaisuuden kokemusta.
- Osalle asiakkaista sosiaalinen kuntoutus etänä soveltuu hyvin lähikuntoutusta unohtamatta, osa ei kykene osallistumaan mm. puutteellisten välineiden ja puuttuvan tietotaidon takia.
- Sosiaalinen kuntoutus etänä sitoo paljon työntekijäresurssia, mutta vauhdittaa samalla osaltaan uudenlaisten työmuotojen kehittämistä.





# Kiitokset!

❖ Tytti Hytti

erikoissuunnittelija

Socca/HUS

[tytti.s.hytti@hus.fi](mailto:tytti.s.hytti@hus.fi)

❖ Saara Lipponen

ryhmätoimintojen koordinaattori, Espoo

[saara.lipponen@espoo.fi](mailto:saara.lipponen@espoo.fi)

❖ Marjo Oikarinen

johtava sosiaalityöntekijä/kuntoutusohjaus

Helsinki

[marjo.oikarinen@hel.fi](mailto:marjo.oikarinen@hel.fi)

