Työkirja tukiasumisen työntekijöille

Kehitysvammaisten Palvelusäätiön julkaisuja 2/2020

Työkirja tukiasumisen työntekijöille

Sisältö

4 JOHDANTO

6 YKSILÖLÄHTÖINEN SOSIOKULTTUURINEN TOIMIJUUS
10 Yksilölähtöisen sosiokulttuurisen toimijuuden tukeminen

14 SOSIAALINEN OSALLISUUS JA HYVINVOINTI
16 Osallisuuden kartoittaminen?
20 Sosiaaliset suhteet
22 Sosiaalinen verkosto
24 Työntekijän verkostokartta
25 Yksinäisyys tukiasumisessa

26 KEINOJA SOSIAALISEN OSALLISUUDEN EDISTÄMISEEN
28 Arvopyramidi
30 Näkökulma arjen tavoitteiden asettamiseen
33 Lähiyhteisön kartoittaminen
36 Sosiaalisen toiminnan tukeminen

itsenäiset
Hyvä elämä omassa kodissa

TYÖKIRJA TUKIASUMISEN TYÖNTEKIJÖILLE
Itsenäiset – hyvä elämä omassa kodissa -hanke
Kehitysvammaisten Palvelusäätiö sr
Työryhmä: Jesse Sjelvgren ja Petteri Kukkaniemi
Teksti: Jesse Sjelvgren
Piirrokset: Johanna Vuorenmaa / HehkuVisual
Taitto: Jaakko Bashmakov / Pic Design
Paino: Kariteam, 2020
ISBN 978-952-7292-23-5 (verkkojulkaisu)
ISSN 2670-2193 (verkkojulkaisu)
ISSN 2670-1863 (painettu)

Johdanto

Tämä työkirja on syntynyt Kehitysvammaisten Palvelusäätiön Itsenäiset – Hyvä elämä omassa kodissa -hankkeen (2018-2019) työntekijäverkoston innoittamana. Verkosto koostui tuetun asumisen ohjaajista ja kehittämistyössä toimivista työntekijöistä. Verkostossa jaettiin vertaistukea ja ideoita tukiasumisen käytäntöjen kehittämiseen.

Hankkeen aikana vahvistui käsitys siitä, että tukiasumisen työntekijöiden rooli asukkaiden

elämässä on usein merkittävä. Työntekijöiden roolit ovat paikkakunnasta riippuen vaihtelevat, mutta yhteinen tavoite säilyy: itsenäisen asumisen ja elämisen turvaaminen.

Myös ilmiöt, jotka koskettavat yhä useampaa tukiasumisen parissa työskentelevää, ovat pääosin jaettuja. Työntekijöiden huolet saattavat liittyä asukkaalle tarjotun tuen riittävyyteen, taloudellisiin- sekä päihteisiin- ja mielenterveyteen liittyviin haasteisiin. Myös myönteiset asiat ovat jaettuja: asukkaan pärjääminen, onnistumisen kokemukset, itsemääräämisoikeuden vahvistuminen ja muut elämään kuuluvat myönteiset muutokset ovat osa tukiasumisen arkea.

Tähän työkirjaan on valittu teemaksi sosiaalinen osallisuus ja yksilölähtöisen sosiokulttuurisen toimijuuden tukeminen. Vaikka työkirja on suunnattu tukiasumisen parissa työskenteleville, voi osaa tehtävistä soveltaa myös muun ohjaustyön tukena.

Osa työkirjan tehtävistä on suunnattu erityisesti työntekijöille ja osa tukiasukkaille. Voit halutessasi hyödyntää kirjan tehtäviä ja teemoja myös osana tukiasumisen käytäntöjen kehittämistä. Toivottavasti saat tämän työkirjan kautta uusia näkökulmia ja välineitä ohjaustyön tueksi.

Antoisia hetkiä kirjan parissa!

Jesse Sjelvgren
Kehitysvammaisten Palvelusäätiö

Yksilölähtöinen sosiokulttuurinen toimijuus tukiasumisessa

● Tässä työkirjassa tarkastellaan tukiasumisen toimintakenttää yksilölähtöisen sosiokulttuurisen toimijuuden viitekehyksestä.

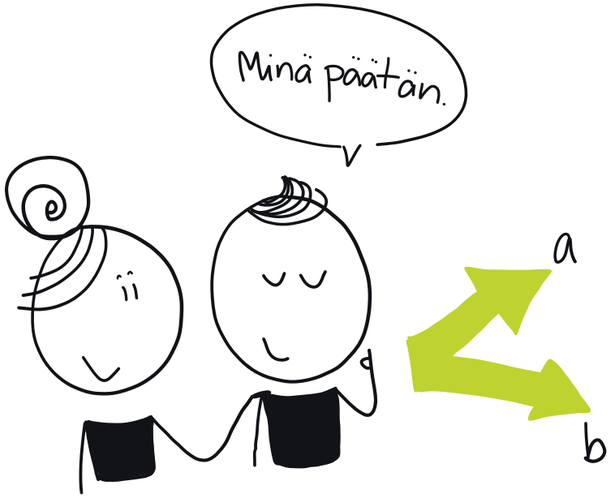
Yksilölähtöinen sosiokulttuurinen toimijuus[1] perustuu sosiokulttuurisen oppimisen teoriaan[2].

Sosiokulttuurisen oppimisen teorian mukaan ihminen ei reagoi vaistonvaraisesti ulkoisiin olosuhteisiin, vaan hänen toiminta on välittynyttä erilaisten kulttuuristen välineiden, työkalujen, kielen sekä symbolijärjestelmien välityksellä. Näitä kulttuurisia toimijuutta ohjaavia välineitä kutsutaan myös artefakteiksi.

Tukiasumisen ohjaustyössä näillä työkaluilla voidaan tarkoittaa esimerkiksi ammatillisia työvälineitä, kuten palvelusuunnitelmia, Näin minä pärjään -työkirjaa, arvopyramidia ja muita yksilökeskeistä elämänsuunnittelua tukevia menetelmiä, kuten verkostokarttoja, elämän karttoja sekä positiivista riskiarviointia. Työvälineiden avulla saadaan esiin asukkaan kokemuksia, toiveita ja tarpeita.

Yksilölähtöisen sosiokulttuurisen toimijuuden menetelmät pohjautuvat samoihin periaatteisiin kuin yksilökeskeisen elämänsuunnittelu: tavoitteena on tukea asukasta elämään omannäköistä elämää. Yksilölähtöisessä sosiokulttuurisessa toimijuudessa lähtökohtana on, että asukas on oman elämänsä asiantuntija ja aktiivinen päätöksentekijä. Tämä tarkoittaa, että huomio keskittyy asukkaan oman toimijuuden tukemiseen, jolloin lähtökohtana on vahvistaa asukkaan luottamusta hänen omiin kykyihin tehdä valintoja ja päätöksiä.

Esimerkkejä yksilökeskeisen elämänsuunnittelun menetelmistä löydät KVPS:n julkaisusta "yksilökeskeisen suunnittelun työvälineitä".



[1] Eteläpelto, A., Vähäsantanen, K., Hökkä, P. & Paloniemi, S. 2013. What is agency? Conceptualizing professional agency at work. Educational Research Review 10/2013, 45–65.

[2] Vygotsky, L.S. 1978. Mind in society: The development of higher psychological processes. London: Harvard University press.

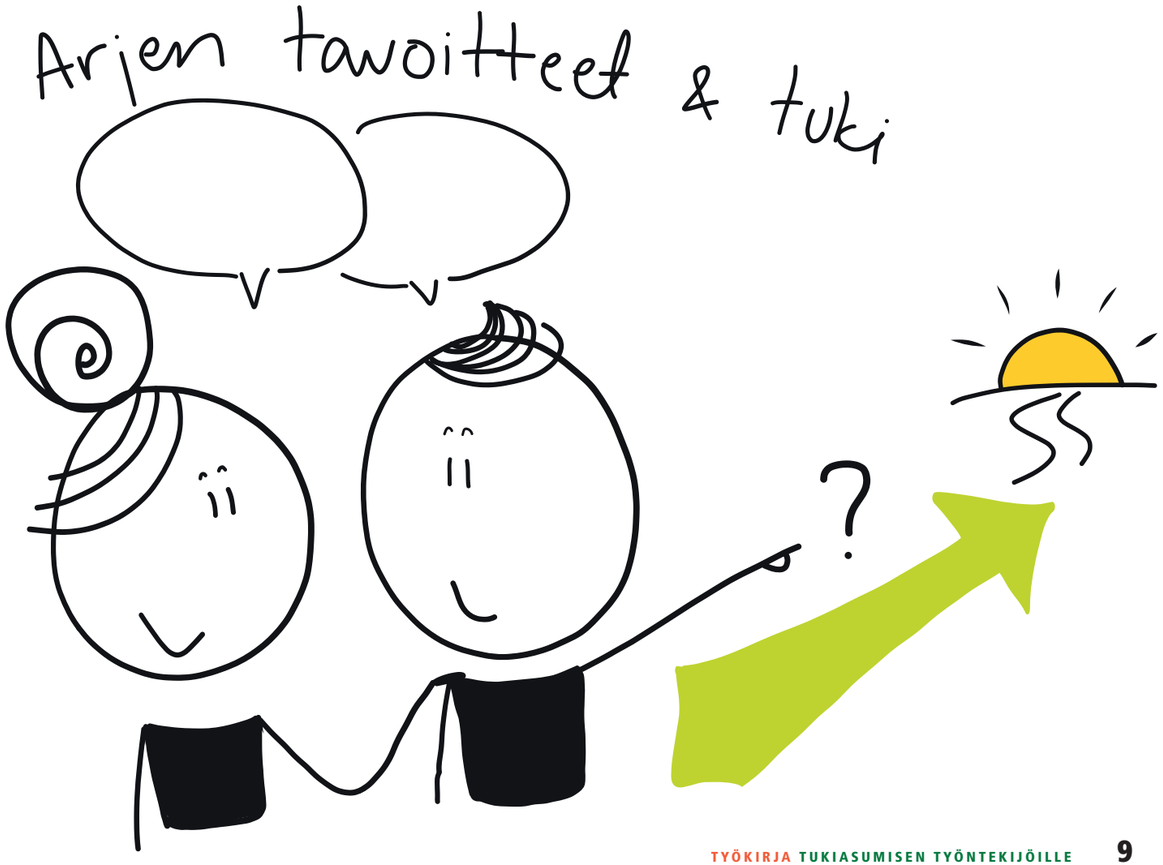
Tässä näkökulmassa työntekijä toimii mahdollistajana, joka tuo asukkaan käyttöön erilaisia työvälineitä, joiden avulla pyritään saamaan esiin asukkaan elämän kannalta olennaista tietoa. Pelkkä tiedonkeruu asukkaan näkemyksistä ei kuitenkaan aina ole riittävää, sillä asukas voi tarvita tukea omien arvojen, tarpeiden ja haaveiden konkreettiseen toteuttamiseen. Tällöin asukkaan arvojen, tarpeiden ja haaveiden pohjalta voidaan luoda arkeen tavoitteita, joita kohti työntekijä pyrkii asukasta tukemaan.

Asukkaan ja työntekijän välisen vuorovaikutuksen lisäksi asukkaan toimijuutta mahdollistavat tai rajoittavat fyysiseen ja psykososiaaliseen ympäristöön liittyvät tekijät.

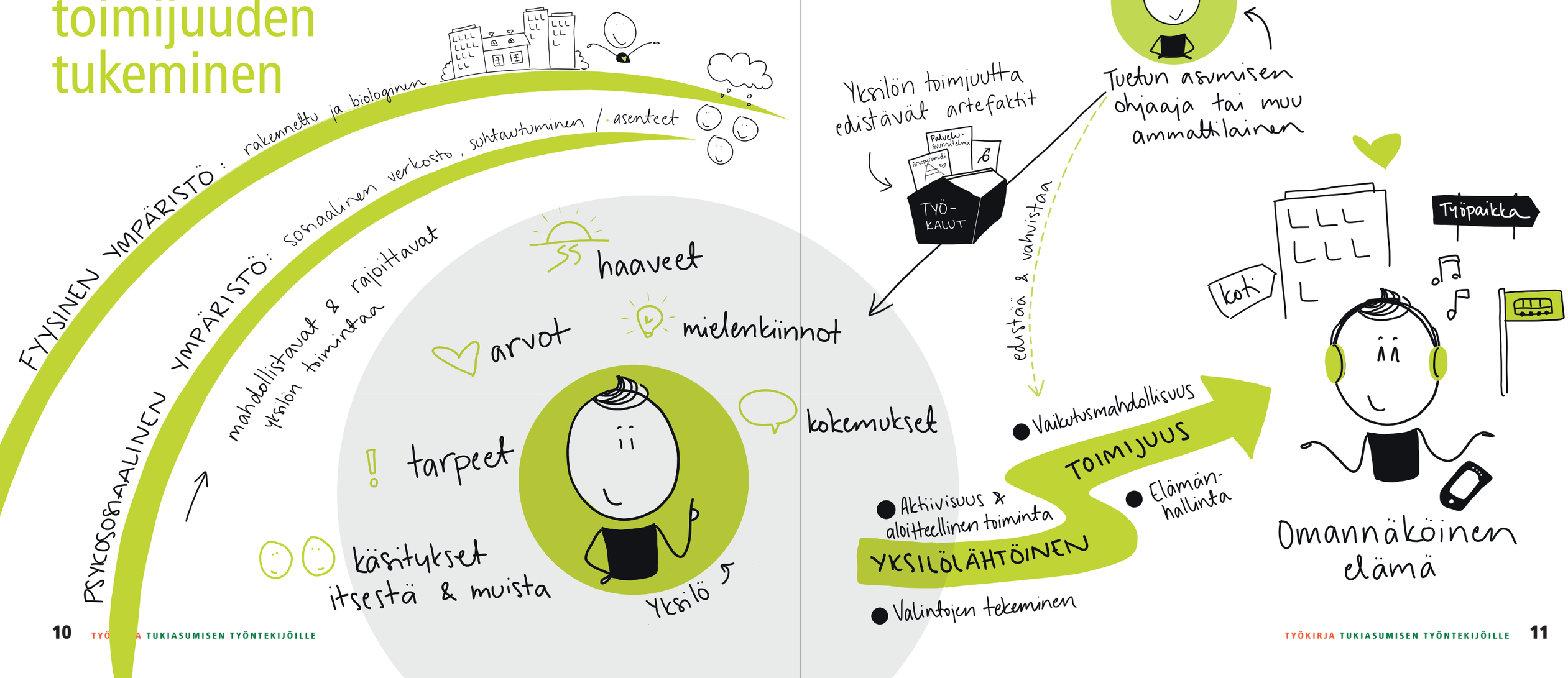
Fyysinen ympäristö voidaan eritellä rakennettuun ja biologiseen ympäristöön. Rakennetulla ympäristöllä tarkoitetaan esim. kaupunkirakenteen tai arkisen fyysisen ympäristön (kuten koti ja lähiympäristö) rakennetta. Esimerkiksi jos asukkaalla on fyysiseen toimintakykyyn liittyviä rajoitteita, ne voivat rajoittaa henkilön osallistumista, jos ympäristöä ei ole suunniteltu esteettömäksi. Erilaiset apuvälineet ja palvelut voivat tukea fyysisen esteettömyyden toteutumista (esim. kuljetuspalvelu tai esteetön asunto). Myös kodin lähiympäristön palvelutarjonta ja kulkuyhteydet voivat vaikuttaa siihen, miten helppoa osallistuminen harrastuksiin tai lähiyhteisön toimintaan on.

Biologisella ympäristöllä tarkoitetaan yksilön ja ympäristön biologisia olosuhteita. Näitä ovat esimerkiksi yksilön geneettiset tekijät ja synnynnäiset taipumukset, jotka vaikuttavat ihmisen toimintamahdollisuuksiin. Uskomukset biologisten tekijöiden rajaavasta vaikutuksesta voivat ohjata sitä, minkälaisina yksilön toimintamahdollisuudet nähdään.

Psykososiaaliseen ympäristöön kuuluvat sosiaaliset suhteet sekä yleinen suhtautuminen ja asenteet yksilöä kohtaan. Yhteiskunnan tai lähiyhteisön arvostukset voivat mm. vaikuttaa siihen, miten rajaavana tai mahdollistavana henkilön toimintavalmiudet nähdään ja minkälaisia odotuksia henkilön toiminnalle asetetaan. Esimerkiksi jos yksilö nähdään pystyvänä ja aktiivisena toimijana häneltä voidaan odottaa arjessa enemmän ja tukea häntä toimimaan itsenäisemmin. Vastaavasti jos yksilö nähdään passiivisena, muista riippuvaisena ihmisenä sekä kykenemättömänä muutokseen, ei häneltä myöskään edellytetä itsenäisempää toimintaa. Sosiaalisen ympäristön yksilöön kohdistamilla toimijuususkomuksilla voi olla siis sekä rajoittavia, että mahdollistavia vaikutuksia yksilön toimintamahdollisuuksiin.



Yksilölähtöisen sosiokulttuurisen toimijuuden tukeminen



Voit pohtia

minkälaisia työkaluja/menetelmiä sinä käytät työssäsi ja miten niillä voidaan edistää asukkaan itsenäistä elämää? (Esim. arkea helpottavat apuvälineet, menetelmät ja toimintatavat)

Sosiaalinen osallisuus

● Sosiaalista osallisuutta voidaan määritellä monella tapaa. Yksi määritelmä on, että sosiaalinen osallisuus käsittää konkreettisia asioita, kuten yksilön mahdollisuutta terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin. [3]

Sosiaalinen osallisuus on yksilön subjektiivinen ja henkilökohtainen kokemus, joka syntyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Keskeistä on tunne kuulumisesta johonkin yhteisöön sekä kokemus siitä, että voi vaikuttaa oman elämän kulkuun. Osallisuuden kokemuksen syntymistä voidaan edistää mahdollistamalla asukkaalle osallistuminen.

Osallisuuden kokemuksen näkökulmasta on myös tärkeää tukea yksilön itsemääräämisoikeutta, lisätä elämän ennakoitavuutta ja ymmärrettävyyttä. [4]

[3] Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R.-M. (2015). Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla www.thl.fi/sokra.

[4] Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R. Schneider, T., Valtari, S & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Osallisuus on tunteen lisäksi myös toimintaa. Osallisuus voi näkyä erilaisissa toimissa arjessa:

1. Tieto-osallisuus (tiedon saaminen ja tuottaminen)

2. Suunnitteluosallisuus (saa olla mukana oman elinympäristön järjestämisessä, esim. päättää omaan asuinpaikkaan ja kotiin liittyvissä asioissa)

3. Päätösosallisuus (saa olla mukana omaa elämäänsä koskevassa päätöksenteossa)

4. Toimintaosallisuus (saa toimia omassa elinympäristössään yhdessä muiden kanssa)

Osallisuuden kartoittaminen

Tässä on kysymyksiä, joiden avulla voit kartoittaa miten osalliseksi henkilö itsensä kokee. Kysymykset pohjautuvat THL:n laatimaan arviointimittaristoon.

Kuhunkin väitteeseen **voi vastata 1-4 asteikolla** (täysin eri mieltä – täysin samaa mieltä) **tai käyttää kyllä/en- vastauksia** antamaan suuntaa koetusta osallisuuden kokemuksesta.

	Asteikko 1-4 tai kyllä/en
Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä >	
Saan myönteistä palautetta tekemisistäni >	
Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön >	
Olen tarpeellinen muille ihmisille >	
Pystyn vaikuttamaan oman elämäni kulkuun >	
Tunnen, että elämälläni on tarkoitus >	
Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita >	
Saan itse apua silloin, kun sitä todella tarvitsen >	
Koen, että minuun luotetaan >	
Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin >	

Mitkä asiat lisäävät osallisuutta?

	Miten voin työntekijänä edistää näiden toteutumista?	Mitä voimme tehdä yhdessä asukkaan kanssa edistääksemme näitä osa-alueita?
Tarpeisiin vastaavat palvelut >		
Tarjoamalla tilaisuuksia sosiaaliseen toimintaan >		
Itsemäärämisoikeuden ja oman toimijuuden vahvistaminen >		
Elämän ennakoitavuuden ja hallinnan vahvistaminen >		
Toimintaympäristön ymmärrettävyyden vahvistaminen >		

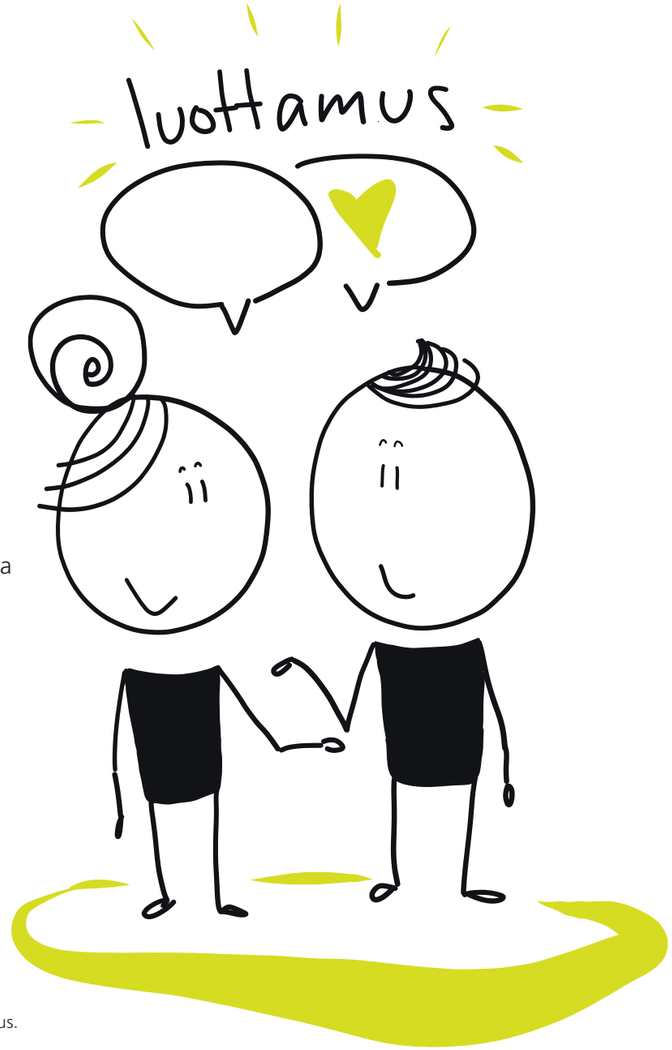
Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R. Schneider, T., Valtari, S & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Sosiaaliset suhteet

Sosiaalisilla suhteilla ja niiden kautta syntyvällä sosiaalisella pääomalla on myönteinen vaikutus hyvinvointiin ja elämänlaatuun. [5]

Tutkimusten mukaan sosiaaliseen toimintaan osallistuvat kokevat terveytensä parempana kuin osallistumattomat. [6]

Toimivissa sosiaalisissa suhteissa kahden ihmisen välille on syntynyt vastavuoroista luottamuksen tunnetta. Luottamuksen tunnetta syntyy, kun vuorovaikutus on avointa ja molempia osapuolia kunnioittavaa. Luottamuksen tunne on varmuutta siitä, että toinen ei petä toiveita tai aiheuta pettymystä. Syntynyt luottamus lisää myös halua jakaa näkemyksiään toiselle ihmiselle.



[5] Hyyppä, M. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen hyvinvointi. PS-kustannus.; Laine, K. 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Helsinki: Otava.

[6] Tilastokeskus. 2006. Sosiaalinen pääoma Suomessa – tilastokatsaus.

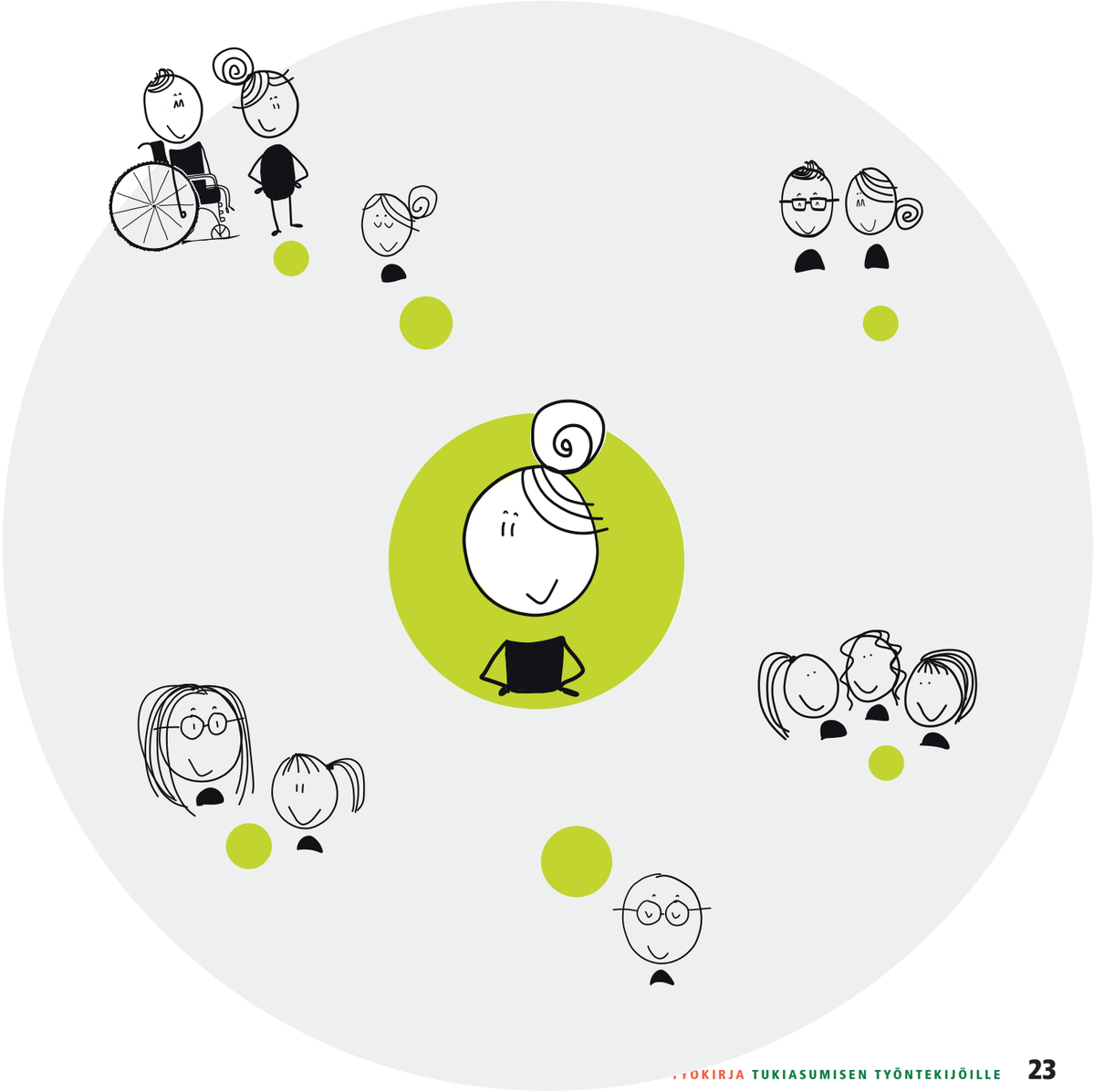
Pohdi

miten voin työntekijänä edistää luottamuksen syntymistä tukiasukkaan välille?

Sosiaalinen verkosto

Sosiaalinen verkosto koostuu niistä ihmissuhteista, jotka yksilö kokee olevan merkityksellisiä hänen elämänsä kannalta. Verkostoon voi kuulua esimerkiksi perheenjäseniä, ystäviä ja ammattilaisia. Sosiaalinen verkosto vaikuttaa myös ihmisen sosiaalisen identiteetin muodostumiseen. Verkosto osaltaan ylläpitää ja muokkaa odotuksia, joita yksilön sosiaaliselta toiminnalta odotetaan.

Sosiaalinen verkosto voi tukea yksilöä erilaisissa elämäntilanteissa. Verkostoon kuuluvien ihmisten määrä saattaa vaihdella yksilöstä toiseen. Verkostoon kuuluvien ihmisten määrä ei kuitenkaan välttämättä kerro vuorovaikutussuhteiden laadusta tai riittävyydestä. Koska tunne osallisuudesta on henkilökohtainen, yhdelle saattaa riittää muutama tärkeä ihmissuhde, kun toinen tarvitsee useita ihmissuhteita elämäänsä. Tämän vuoksi voi olla tärkeää selvittää miten ihminen itse asian kokee.



Työntekijän verkostokartta

• Keitä työverkostoosi kuuluu? (keiden kanssa teet yhteistyötä)

• Miten eri toimijat tukevat asiakkaan omaa toimijuutta ja itsenäistä elämää?

• Onko alueellasi toimijoita, jotka eivät ole vielä verkostosi jäseniä, mutta jotka voisivat tukea asukkaiden toimijuutta ja itsenäistä elämää?

Yksinäisyys tukiasumisessa?

Tukiasumisen yhtenä haasteena on tukiasukkaiden kokema yksinäisyys. Yksinäisyyden syitä voi olla monia ja kuten osallisuuden kohdalla, kokemus yksinäisyydestä on yksilöllinen. Tällöin ulkopuolisen on vaikeaa arvioida ulkoisten puitteiden, kuten sosiaalisen verkoston laajuuden perusteella kokeeko henkilö itsensä yksinäiseksi vai ei. Tämän vuoksi on tärkeää selvittää, miten ihminen asian itse kokee. Jollekin yksin oleminen on voimavara, eikä kuormittava tekijä. Varsinaiseen yksinäisyyden kokemukseen voi kuitenkin liittyä kielteisiä tunteita, kuten masennusta, passiivisuutta ja eristäytymistä ja sillä voi olla kielteisiä vaikutuksia yksilön fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen.[7]

Tutkimusten mukaan kehitysvammaisten henkilöiden sosiaaliset verkostot voivat olla suppeat ja monella on yksinäisyyden kokemuksia.[8] Myös tukiasumisen työntekijöiden verkoston jäsenet toivat yksinäisyyden haasteen esille.

Tukiasukkaan sosiaalisissa verkostoissa saattaa myös korostua ammattilaisten suuri rooli, jolloin merkityksellisten ystävyyssuhteiden rooli voi jäädä pienemmäksi. Joskus asukas saattaa kokea ammattilaiset ystävinä, joka osaltaan voi kertoa siitä, että muunlaisia merkityksellisiä ystävyyssuhteita ei ole syystä tai toisesta onnistuttu luomaan. Yksinäisyys saattaa joskus liittyä myös harrastusten ja muun osallistumisen niukkaan määrään. [9] Tukiasukas voi siis tarvita tukea sosiaalisten suhteiden luomiseen ja ylläpitoon, mutta myös lähiyhteisöön osallistumiseen ja mielekkäiden harrastusten löytämiseen.

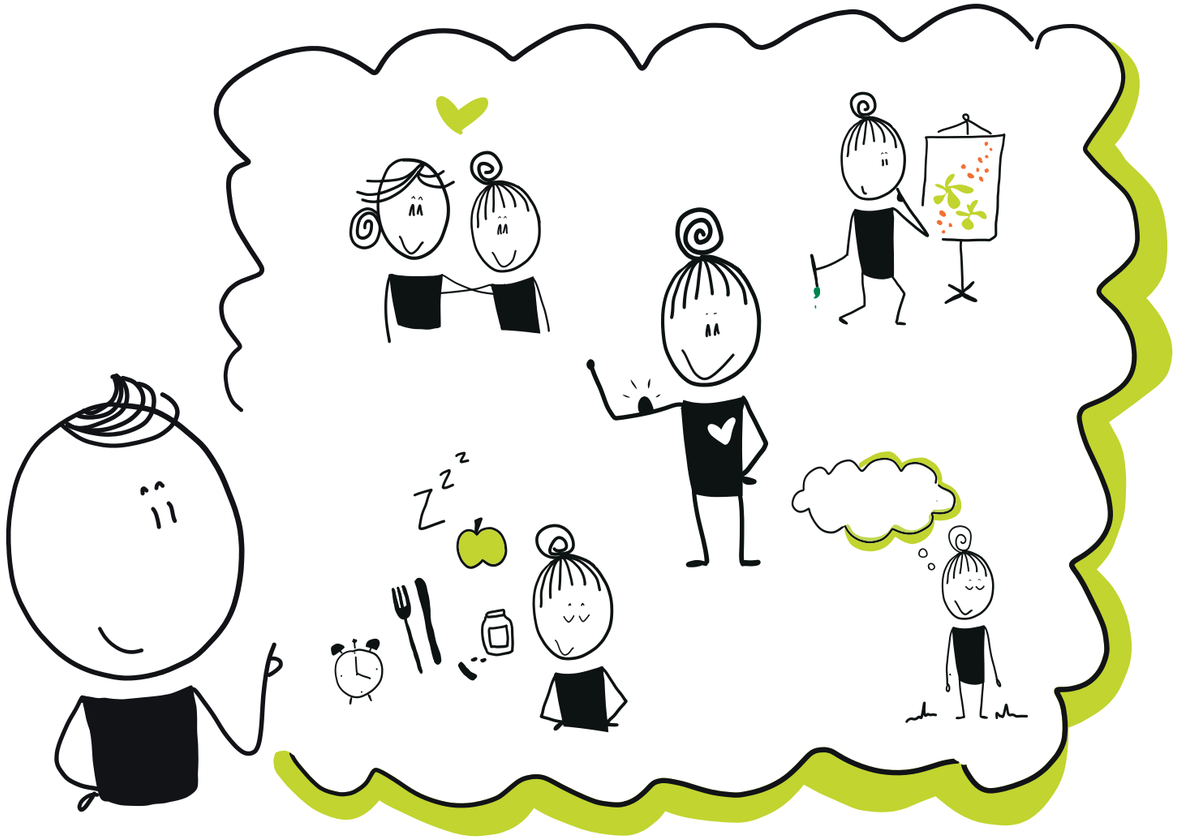
[7] Cacioppo, J. & Hawkley, L. 2010. Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. Annals of Behavioral Medicine, 40/2, s. 218–227

[8] Eriksson, S. 2008. Erot, erilaisuus ja elinolot – vammaisten arkielämä ja itsemääräämäminen. Helsinki: Kehitysvammaliitto.; Hintsala, S. & Ahlsten, M. 2011. Perustuuko asuminen tarpeisiin vai järjestelmän ylläpitämiseen. Teoksessa Ripatti, P. (toim.) Kehitysvammaisten asumisen uusi reformi 2010-2015. Helsinki: THL, s. 18-23.

[9] Immonen, P. 2014. Kehitysvammaisten ihmisten asumisen selvitys Härkätien sote-yhteistoiminta-alueella. Aspa selvityksiä 1/2014.

Keinoja sosiaalisen osallisuuden edistämiseen

Tässä luvussa esitellään erilaisia keinoja, joiden avulla voitte tukea tukiasukkaan toimijuutta ja sosiaalista osallisuutta. Välineiden avulla voitte kartoittaa, suunnitella ja ohjata tukiasukasta sellaiseen toimintaan, joka tukee hänen arvojensa mukaista hyvää elämää.



Arvopyramidi

Täyttämisen jälkeen voit pohtia yhdessä asukkaan kanssa, miten voin edistää arvopyramidin mukaista elämää?

Arvopyramidi on yksi tapa saada asukkaan ääni kuuluviin ja mahdollistaa hänen arvojensa mukainen elämä ja arki. Pyramidi on kehitetty hyödyntäen Maslowin tarvehierarkiaa. Pyramidin voi täyttää kirjoittamalla tai piirtämällä. Muistathan aloittaa työskentelyn alhaalta ylöspäin. Arvopyramidissa on viisi osa-aluetta, jotka asukas voi täyttää itse tai yhdessä ohjaajan kanssa.

Turvallisuus, fyysiset ja biologiset tarpeet

Pyramidin alin osa sisältää kaikkein tärkeimmät tarpeemme biologisen selviytymisen kannalta: uni, ruoka, lääkkeet ja rutiinit. Millainen on sinun hyvä arkirytmisi? Kun saat elää oman rytmisi ja tapojesi mukaan, hyvinvointisi lisääntyy.

Yhteenkuuluvuus ja rakkaus

Tässä tasossa ovat sellaiset turvallisuutta ja vakautta tuovat tarpeet kuten muiden kanssa kommunikoiminen, ystävyydet, rakkauden ilmaiseminen ja sen vastaanottaminen, yhteisössä eläminen ja kuulumisen tunne, sekä ryhmän hyväksynnän saaminen. Millainen läheisyys on sinusta hyvää? Onko sinulla läheisiä ihmisiä ympärilläsi? Haluatko viettää enemmän aikaa seurassa vai viihdytkö enimmäkseen yksin?

Itsekunnioitus ja arvostus

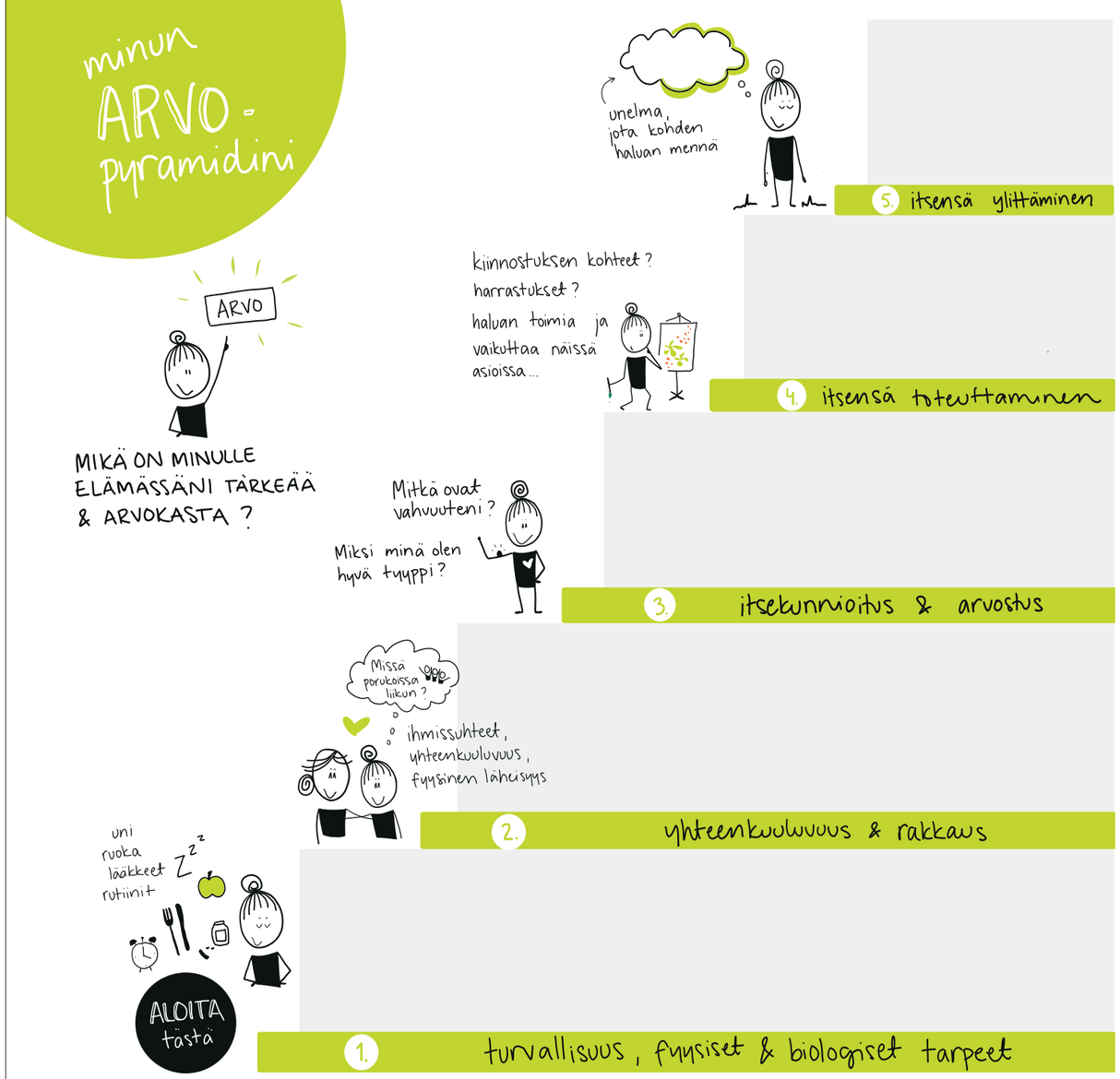
Meillä on tarve tuntea olevamme arvostettuja. Haluamme tunnustusta omille vahvuuksillemme ja kokea olevamme "hyvä tyyppi". Mitkä ovat sinun vahvuuksiasi? Missä olet hyvä? Mistä sinä saat kehuja? Mistä annat itsellesi kehuja?

Itsensä toteuttaminen

Ihmisellä on tarve toteuttaa ja kehittää itseään häntä kiinnostavilla alueilla esimerkiksi harrastusten ja työn kautta. Mitkä asiat sinua kiinnostavat ja mitä koet tärkeäksi tehdä? Haluaisitko aloittaa uuden harrastuksen, ja mikä se olisi?

Itsensä ylittäminen

Ihmisellä on tärkeää olla unelmia ja tavoitteita. Ne suuntaavat katseen tulevaisuuteen. Mistä sinä unelmoit? Mitä haluaisit vielä saavuttaa elämässäsi?



Näkökulma arjen tavoitteiden asettamiseen

Kun asukkaan haaveita ja tarpeita on saatu kartoitettua, voi olla tarpeen asettaa yhdessä asukkaan kanssa tavoitteita näiden saavuttamiseksi. Tavoitteet luovat pohjaa myös motivaation syntymiselle ja vahvistavat asukkaan toimijuususkomuksia.

Motivaatiota syntyy, kun ihminen uskoo, että tavoitteet ovat saavutettavia ja oman elämän kannalta mielekkäitä [10]. Arjen pienet onnistumiset voivat vahvistaa itsetuntoa ja minäpystyvyyden tunnetta.

Vygotskyn [2] kehittämä lähikehityksen vyöhyke voi auttaa hahmottamaan minkälaiset tavoitteet ovat saavutettavia ja edistävät onnistumisen kokemuksien syntymistä arjessa.

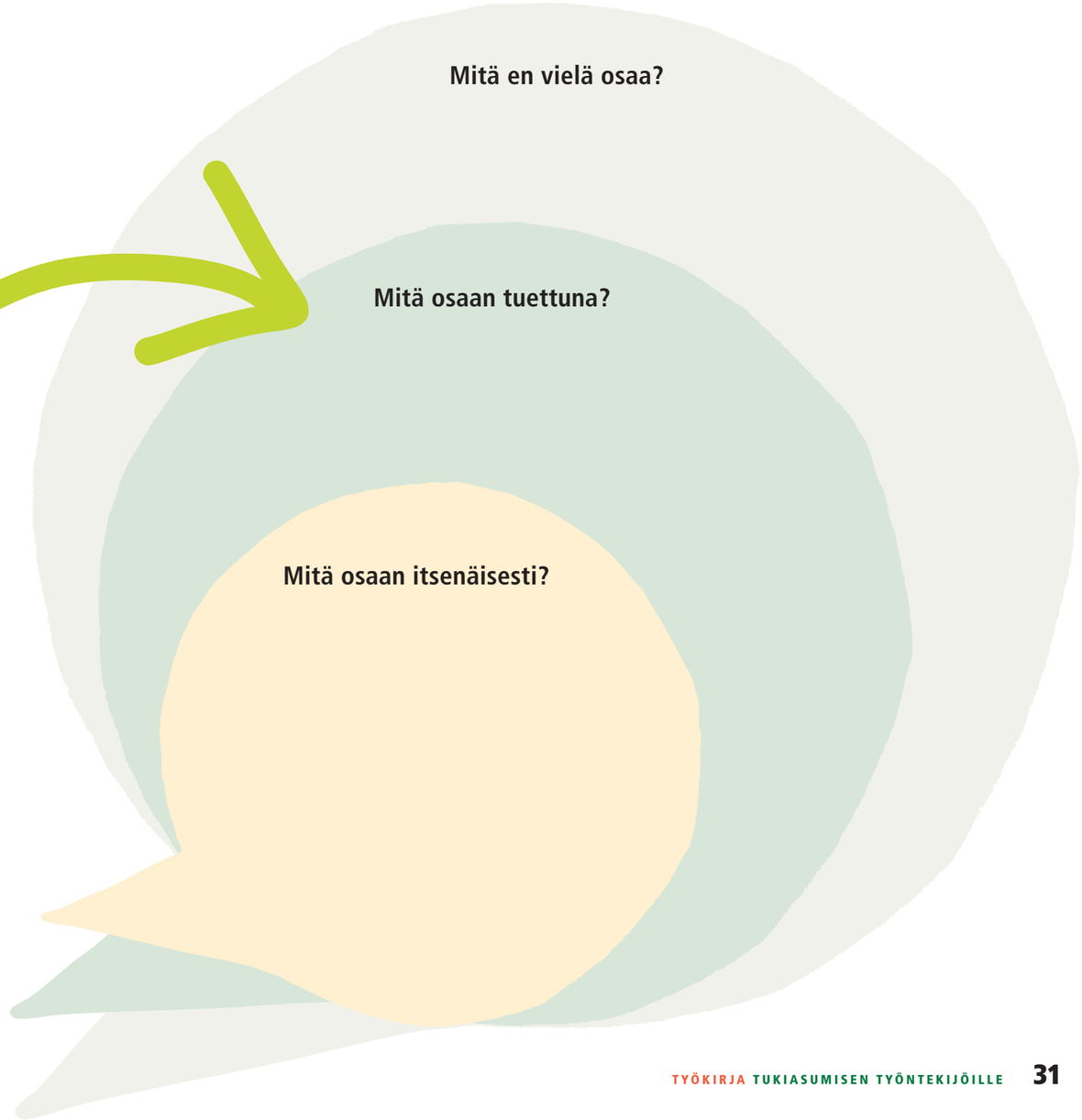
[2] Vygotsky, L.S. 1978. Mind in society: The development of higher psychological processes. London: Harvard University press.
[10] Ford, M. 1992. Motivating humans. Goals, emotions and personal agency beliefs. Sage Publications.

Lähikehityksen vyöhyke

Lähikehityksen vyöhyke on nykyisen osaamistason ja potentiaalisen osaamistason välillä oleva taso.

Ohjauksessa asetetaan tavoitteita, jotka eivät ole liian helppoja (mitä asukas osaa jo itsenäisesti) tai liian vaikeita (mitä asukas ei pysty tekemään vielä edes ohjatusti).

Lähikehityksen vyöhyke muuttuu, kun asukas kykenee toimimaan tilanteissa itsenäisemmin.



Esimerkki

Asukas haluaa aloittaa uuden harrastuksen. Pohdi seuraavia asioita:

Mikä ei ole vielä mahdollista tällä hetkellä
(esim. asukasta ei voi velvoittaa menemään täysin ilman apua harrastuspaikalle)

Mihin asioihin asukas tarvitsee vielä ohjausta tai tukea, jotta tavoite saavutetaan?
(esim. asukasta jännittää lähteä yksin harrastukseen. Pystyy osallistumaan jos saa tukea ensimmäisillä kerroilla)

Lähikehityksen vyöhyke

Mitä valmiuksia asukkaalla on jo tavoitteen saavuttamiseen?
(esim. innostus aloittaa harrastus ja asukas osaa kulkea julkisilla kulkuvälineillä harrastuspaikalle)

Lähiyhteisössä toimiminen...

Lähiyhteisöön kuuluvat alueen ihmiset, erilaiset paikat ja palvelut (esim. työpaikka, kauppa, posti ja harrastuspaikat).

Lähiyhteisön kartoittamisessa on hyvä lähteä liikkeelle omista vahvuuksista ja kiinnostuksen kohteista. Sen jälkeen voit kartoittaa minkälaisia mahdollisuuksia lähiyhteisössä on ja merkitä paikkoja valmiiseen karttaan. Voit myös halutessasi tehdä mahdollisuuksista listan.

Voitte kartoittaa lähiyhteisön mahdollisuuksia myös ryhmässä. Näin voi syntyä uusia ideoita ja löytyä yhteisiä mielenkiintoja, joiden pohjalta voitte osallistua lähiyhteisön toimintaan yhdessä.

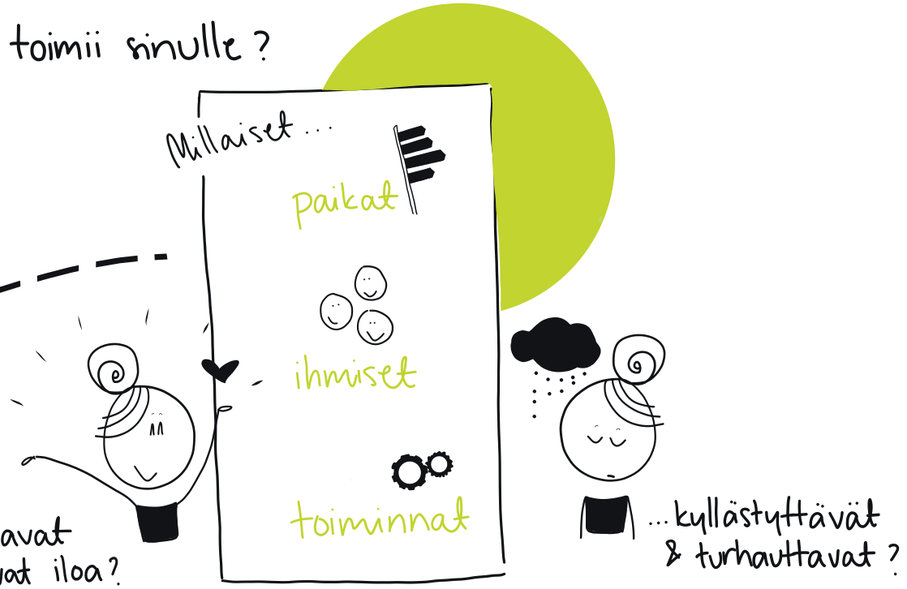
Kartoittamisen jälkeen voit tehdä suunnitelman siitä, millä tavoin haluat osallistua lähiyhteisösi tarjoamiin mahdollisuuksiin.

...lähiyhteisössä toimiminen...

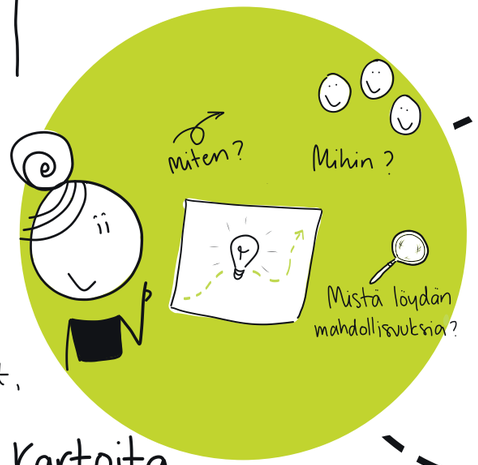
>>>

1. Lähde liikkeelle itsestäsi

2. Mikä toimii sinulle?



- yhdistys, yhteisö
- vapaa-ehtois-toiminta
- koti
- työ, koulut, päivätoiminta
- harrastuspaikat
- vapaa-ajan viettopaikat
- palvelut: kaupat, kahvilat, baarit...



3. Kartoita

4. Suunnittele & toimi!

Sosiaalisen toiminnan tukeminen

Tukiasumisen työntekijäverkostossa tuotiin esille keinoja, joilla voidaan tukea tukiasukkaiden keskinäistä yhteistyötä ja edistää ystävyyssuhteiden syntymistä.

Keinoissa oli yhteistä saada tukiasukkaat viettämään aikaa yhdessä ja kohtaamaan toisia ihmisiä. Yksi olennainen keino lisätä osallisuutta on luoda tilaisuuksia sosiaaliseen toimintaan. Sosiaalisen toiminnan tarjoamisella voidaan mm. pyrkiä ehkäisemään yksinäisyyttä, lisäämään merkityksellisten sosiaalisten suhteiden syntymistä, tarjoamaan tilaisuuksia arjenhallintaa tukevien taitojen kehittymiselle sekä tarjota mielekkäitä elämyksiä erilaisen vapaa-ajan toiminnan kautta.

Sosiaalinen toiminta voi tapahtua myös verkon välityksellä, joten sen mahdollisuus esimerkiksi uusien ystävien etsimisessä on hyvä huomioida.

Esimerkkejä sosiaalisen toiminnan tukemisesta

Kohtaamispaikka / olohuone yhteiseen ajanviettoon

• Tilassa voidaan järjestää ohjattua toimintaa tai vapaata oleskelua
• Lähiyhteisön toimintaan ja vapaa-ajan palveluihin osallistuminen yhdessä
• Toiminta voi tukea myös arjenhallinnan taitoja. Esim. ruuanlaitto, kaupassa käynti ja rahankäyttö.
• Toiminnan sisällön suunnittelu yhdessä asukkaiden kanssa

Ystävyyssuhteiden tukeminen

• Järjestä hyvin toimeen tulevien kaverusten kesken vierailu toisen asukkaan kotiin tai kannusta heitä aloittamaan jokin yhteinen harrastus
• Hyödynnä Kehitysvammaisten Palvelusäätiön Ystävyyttä oppimassa -työkirjaa

Järjestöt ja vapaa-ajan toimijat

• Selvitä alueesi järjestöjen ja vapaa-ajan toimijoiden olemassa oleva toiminta tai mahdollisuus järjestää erillistä ohjelmaa tukiasukkaille
• Henkilökohtainen apu mahdollistaa osallistumisen kaikille avoimeen toimintaan (esim. kansalais- ja työväenopistojen kurssit)
• Selvitä oppilaitosten mahdollisuus yhteistyöhön. Esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan sekä kauneusalan opiskelijat voivat olla hyviä yhteistyökumppaneita.

Muistiinpanoja

Työkirja tukiasumisen työntekijöille

Tämä työkirja on suunnattu tukiasumisen parissa työskenteleville. Kirjassa on tehtäviä, joiden avulla voit arvioida ja tukea asukkaiden sosiaalista osallisuutta sekä vahvistaa heidän arjen toimijuuttaan. Kirja tarjoaa myös näkökulmia ja työvälineitä ohjaustyön kehittämiseen.

KEHITYSVAMMAISTEN PALVELUSÄÄTIÖ

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA

Kirjan teemat on koostettu osana **Itsenäiset – Hyvä elämä omassa kodissa -hankkeen** (2018 - 2019) työntekijäverkostoa

www.kvps.fi