

# **Osallistava ryhmämuotoinen palveluohjaus**

## **– toimintamalli ja sen vaikutukset ikäihmisten hyvinvointiin**

**PROMEQ-hankkeen alueellinen seminaari, Kuopio 15.2.2019**

---

Hanna Ristolainen, Elisa Tiilikainen & Sari Rissanen, Itä-Suomen yliopisto  
Sirpa Kannasoja & Kati Närhi, Jyväskylän yliopisto

# Tausta ja tavoite

- Suunnitella ja toteuttaa yksin asuvien ikäihmisten omista tarpeista lähtevä toimintamalli, jolla vahvistaa heidän elämänlaatuaan ja arjessa pärjäämistä
  - Ikäihmiset kokivat elämänlaatuaan heikentävinä tekijöinä sosiaalisten kontaktien vähäisyyden, palveluiden saavutettavuuteen liittyvän epävarmuuden ja epätietoisuuden, huonon kohtelun sosiaali- ja terveystalveissa sekä osallistumismahdollisuuksien kaventumisen
  - Kaipasivat mahdollisuutta päästä kotoa pois muiden ihmisten seuraan, tukea epävarmassa ja muutoksen alla olevassa palvelujärjestelmässä navigoimiseen sekä kokemusta siitä, että tulevat kohdatuksi yksilöinä ja aktiivisina toimijoina avun tarpeistaan huolimatta
  - Tutkimuksessa mukana olevilla sote-toimijoilla (Eksote, Siun sote, Kuopio ja Jyväskylä) oli kiinnostus kehittää iäkkäiden palveluohjausta
- syntyi **osallistavan ryhmämuotoisen palveluohjauksen** toimintamalli, jonka vaikutuksia tutkittu monimenetelmällisesti satunnaistetussa ja kontrolloidussa koeasetelmassa
-

# Tutkimuksen kulku

Intervention suunnittelu yhdessä ikäihmisten ja ikääntyneiden palveluiden esimiesten kanssa (Jyväskylä, Siun sote, Eksote)

Tutkimukseen ilmoittautuminen

1. Kyselylomake (N=392)

Interventioryhmä (N=185)

3 kk kyselylomake (N=182)

6 kk kyselylomake (N=179)  
+  
intervention liittyvä kysely

Kontrolliryhmä (N=207)

3 kk kyselylomake (N=193)

6 kk kyselylomake (N=189)

Päiväkirjat ryhmätapaamisista (N=120) ja ryhmäkeskustelut palveluohjaajien kanssa (N=3 x 4)

Loppukeskustelut ryhmätapaamisissa (N=24)

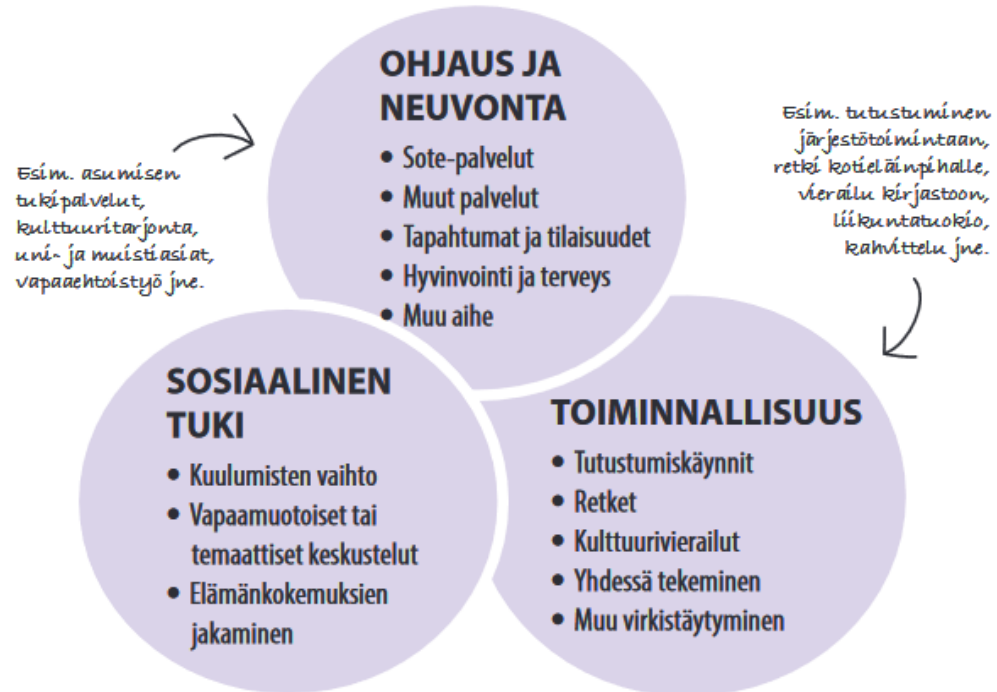
# Tutkimuksen ikäihmiset

## Kutsussa mainittiin:

- +65-vuotias
- Kokoaikaisesti eläkkeellä
- Asuu yksin kotona
- On viimeisen puolen vuoden aikana käyttänyt vähintään kahta terveys- tai sosiaalipalvelua (esim. lääkäri, sairaanhoitaja, palveluohjaaja tai sosiaalityöntekijä)
- Kokee vähintään yhdellä terveyden tai hyvinvoinnin osa-alueella puutteita (esim. turvattomuus tai yksinäisyys, krooninen kipu tai tarvitsee apua arjessa)

	Miehet (n=65)	Naiset (n=323)	Yhteensä (N=388)
<b>Ikä</b>			
65–74	47,6	39,4	40,7
75–84	17,5	43,8	39,4
85–99	34,9	16,8	19,8
<b>Elämänlaatu</b>			
Osallistujat	28,6	23,9	24,7
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	57,3	54,9	55,9
<b>Yksinäisyys</b>			
Osallistujat	45,3	28,4	31,2
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	6,3	8,9	7,7
<b>Osallistuminen (aktiviteetit)</b>			
Osallistujat	45,2	37,2	38,5
Yli 65-vuotiaat suomalaiset	24,8	31,3	28,4

# Osallistava ryhmämuotoinen palveluohjaus



## OSALLISTUJAT:



**Ryhmän vetäjä**  
(esim. palvelu-ohjaaja)



**Ulkopuoliset asiantuntijat**  
(esim. ravitsemusterapeutti)

Noin 5 tapaamista  
4 viikon välein

Tuetaan itsenäisiin  
jatkotapaamisiin

## Esimerkkejä tapaamisten sisällöistä

### Tietoa

- Ikäihmisten ruokavaliosta ja liikunnasta
- Asumisesta
- Uni- ja muistiasioista
- Palveluista ja tapahtumista
- Sotesta ja valinnanvapaudesta

### Tutustumista

- Taidenäyttelyt, museot ja teatteri
- Päiväkeskukset ja senioritalot
- Kolmannen sektorin toimintapaikat
- Uimahalli

### Muuta virkistymistä

- Kävely- ja nuotioretket
- Kortti- ja lautapelit
- Lounastaminen ja kahvittelu
- Tuolijumppa tai muu ohjattu liikuntatuokio

# Vaikutukset ikäihmisten näkökulmasta

## **Sosiaalinen tuki**

uusia ystäviä ja tuttavvia,  
vertaistuki ja keskustelut  
tärkeitä, yhteenkuuluvuus

## **Vaihtelua arkeen**

normaalista arjesta  
poikkeavaa tekemistä,  
odotettu meno

## **Tietoisuus ja**

### **toimintamahdollisuudet**

tärkeää uutta tietoa, uusia  
palveluita, tiedon  
levittäminen

## **Voimaantuminen**

iloa ja virkistystä ryhmästä, luottamus  
tulevaisuuteen, uusia näkökulmia oman  
elämän tarkasteluun, inspiraatiota ja  
vinkkejä arkeen

## **Muutoksia arjessa ja**

### **osallistumisessa**

aktiivisuus ja osallistuminen  
tapahtumiin ja toimintoihin lisääntynyt,  
liikkuminen ja ravitsemustottumuksien  
miettiminen

# Luottamus vahvistui ja yksinäisyys väheni

- Luottamus toisiin ihmisiin ja kunnan päätöksen tekoon lisääntyi niillä ikäihmisillä, joiden elämänlaatu oli lähtötilanteessa hyvä
  - Instituutionaalinen luottamus lisääntyi myös elämänlaatunsa heikoksi kokevien ikäihmisten keskuudessa
  - Myös tulevaisuuteen kohdistuva luottamus lisääntyi: palveluihin liittyvä tiedon koettiin auttavan varautumaan erityisesti toimintakyvyssä tapahtuviin menetyksiin ja vertaistuen kautta saatiin vahvistusta arjessa pärjäämisen mahdollisuuksiin
  - Interventio vähensi yksinäisyyttä (UCLA-mittari) niiden ikäihmisten kohdalla, joiden elämänlaatu oli alkumittauksen perusteella heikko
  - Ryhmätapaamisissa käydyt keskustelut, mahdollisuus elämäkokemusten jakamiseen ja toiminnan myötä saadut uudet sosiaaliset kontaktit koettiin merkityksellisinä
  - Ryhmäläisten kesken muodostui kokemus yhteenkuuluvuudesta ja toiminnan kautta löytyi syy lähteä kotoa pois
-

”On saanut tietoa erilaisista palveluista ja on nyt tieto, mihin ottaa yhteyttä sitten, kun apua tarvitsee.”

”Antaa varmuuden, että noin minä sitten teen, kun tulen siihen ikkään.”

”Tämmönen yhteenkuuluvaisuus... saahaan olla yhdessä, pohtii näitä asioita... Nää on semmosii asioita... ne tulee jokaiselle aikanaan etteen.”

”Toiveita tämä on vastannut ja tuo keskustelu äsken tuossa oli kyllä piste i:n päällä. Keskusteluja oon kaivannu.”

”Mielenkiintoista kuulla erilaisia kohtaloita, se avartaa paljon, kun kuulee, että en ole yksistään minä.”

---



# Palveluohjaajien kokemuksia

- Ryhmämuotoinen palveluohjaus toi vaihtelua tavanomaisiin työrutiineihin
  - Ryhmätoiminnan myötä palveluohjaajat olivat tietoisempia ikäihmisten sosiaalisen tuen tarpeista ja keinoista vastata niihin
  - Myös tietoisuus alueen toimintapaikoista ja esimerkiksi kolmannen sektorin tarjoamista mahdollisuuksista ikäihmisten tukemiseksi lisääntyi
  - Ryhmässä toteutunut keskusteleva ja vastavuoroinen ohjausote antoi palveluohjaajille uusia näkökulmia ohjauksen toteuttamiseen → tasavertaisuus ikäihmisen ja palveluohjaajan välillä
  - Toimintamallin suunnittelu ja toteuttaminen oli oppimisprosessi, jonka antia koettiin voivan hyödyntää myös yksilöllisessä asiakastyössä
-

# Kohti kokonaisvaltaisia toimintamalleja

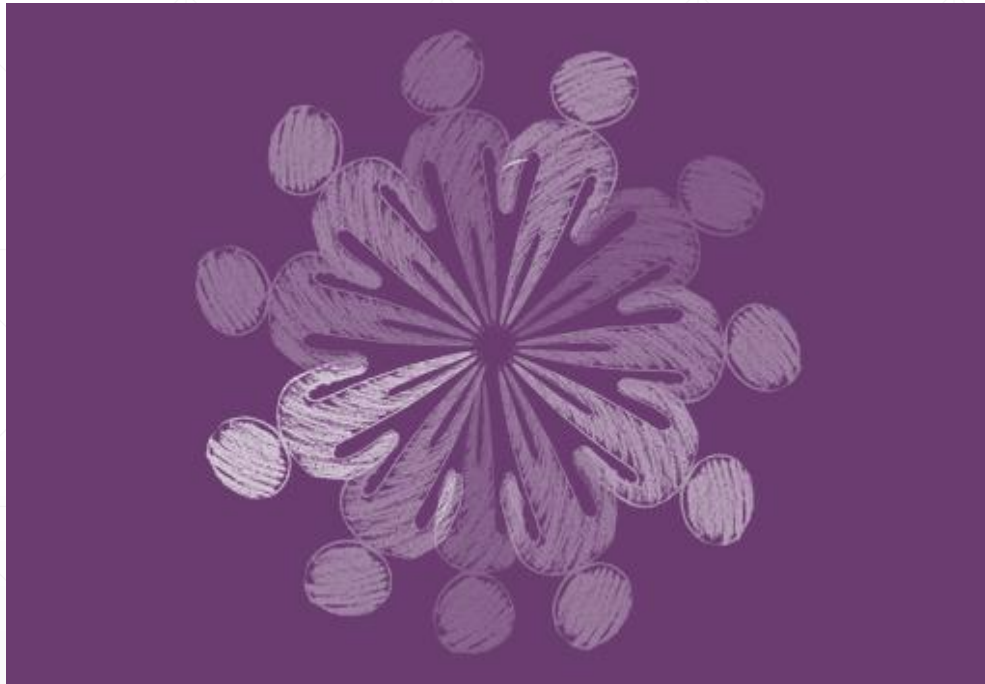
- Haasteellisissa elämäntilanteissa olevien ikäihmisten **tavoittaminen** edellyttää jalkautumista heidän arkeensa ja laaja-alaista yhteistyötä eri toimijoiden kesken
- Erilaisten tuen tarpeiden **tunnistaminen** ja erilaisten elämäntilanteiden **ymmärtäminen** avainasemassa tarkoituksenmukaisten ja oikea-aikaisten tukimuotojen löytymisessä
- Paljon hyvää jo tehdään, mutta varmistettava että tukimuodot ja palvelut ovat aidosti **saavutettavissa** → tiedon välittämisestä osallisuuden tukemiseen

Lue politiikkasuosituksemme: [Ikäihmisten yksinäisyyttä voi vähentää – palveluohjauksen käytäntöjä uudistettava](#)



## TAVOITE

Ikäihmisten kokonaisvaltainen elämänlaadun tukeminen osallistavasti ja tarvelähtöisesti



Lisätietoja:

[www.promeq.fi](http://www.promeq.fi)

Projektitutkija Hanna Ristolainen

[hanna.ristolainen@uef.fi](mailto:hanna.ristolainen@uef.fi)

Tutkijatohtori Elisa Tiilikainen

[elisa.tiilikainen@uef.fi](mailto:elisa.tiilikainen@uef.fi)

---