

Löydettyinä

Etsivä vanhustyö ja ikäihmisten psykososiaalinen hyvinvointi

MINNA PIETILÄ & MARJA SAARENHEIMO

Johdanto

Ikääntyneen väestön määrä kasvaa, ja ikääntyneiden ihmisten joukko monimuotoistuu samalla kun yhteiskunnan rakenteet ja tukijärjestelmät muuttuvat. Julkisten palvelujen resurssipulassa valtiovalta painottaa entistä enemmän ihmisten omia voimavaroja ja mahdollisimman pitkää kotona asumista (Alastalo & al. 2017). Hyvän elämän mahdollisuuksiin ja kotona asumiseen ikääntyessä kohdistuvat riskit liittyvät erityisesti tiettyihin elämäntilanteisiin ja kokemuksiin, kuten pienituloisuuteen, omaishoitajuuteen, läheisen menetykseen, muistisairauksiin, yksinäisyyteen, mielialahäiriöihin, päihteiden käyttöön, kaltoinkohdeltuun ja perhe- tai läheisväkivaltaan. Myös esimerkiksi ulkona liikkumisen rajoitteet ja muutokset asuin- tai lähiympäristössä ovat riskejä omaehtoiselle elämälle. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Kuntaliitto 2017, 16–17.)

Gerontologisessa sosiaalityössä tähdätään tilanearviointilla ja ratkaisuprosesseilla myönteisiin muutoksiin yksilöiden, perheiden, ryhmien ja yhteisöjen sosiaalisissa ongelmissa. Samalla vahvistetaan hyvinvointia edistäviä olosuhteita, yhteisöjen toimivuutta ja ihmisten toimintakykyisyyttä. (Seppänen 2013.) Toimintaan liittyy keskeisesti psykososiaalinen tuki (tai kuntoutus), jossa tarkastellaan ihmisen koko elämäntilannetta, sekä sisäistä että ulkoista todellisuutta, selvittämällä muun muassa psyykkisen tuen, sosiaalityön ja muiden palvelujen tarpeita. (Hinkka & al. 2006, 23–25.) Etsivä vanhustyö on osa gerontologista sosiaalityötä, ja siinä yritetään aktiivisesti löytää hankalissa tilanteissa ja syrjäytymisvaarassa olevia tai jo syrjäytyneitä, vaikeasti tavoitettavia ihmisiä. Ihmiset kohdataan arkiympäristöissään (kotona tai

muissa lähiympäristössä), ja periaatteena on toteuttaa heille jatkuva palveluketju. Työssä tavoitetaan esimerkiksi yksinäisiä, masentuneita, mielen-terveys- ja päihdeongelmista kärsiviä sekä vaillo omaisia olevia ikääntyneitä. Osa heistä on kaikkien palvelujen ulkopuolella ja osa esimerkiksi kotihoidon piirissä puutteellisesti siten, että he eivät saa kaikkea tarvitsemaansa tukea. (Pietilä & Saarenheimo 2017.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ehdotti katkaussessaan vanhushuolteen tilasta vuodelta 2016, että gerontologista sosiaalityötä ja mielen-terveys- ja päihdetyötä tulisi lisätä (Alastalo & al. 2017; myös Wahlbeck & al. 2018, 21). Tilastojen valossa Suomessa näyttääkin olevan niille varsin runsaasti tarvetta. Vuoden 2017 lopussa Suomen väestöstä viidesosa eli lähes 1 800 000 ihmistä oli täyttänyt 65 vuotta ja heistä puolet asui yksin. Runsas puolet katsoi terveydentilansa keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi ja hieman vajaa puolet piti elämänlaatuun keskimäärin huonona. Kahdeksan prosenttia eli lähes 100 000 henkeä koki itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Yksinasuvista ikäihmisistä paljon yksinäisyyttä kokee jopa kolmasosa (Närhi & al. 2017). Liikaa alkoholia käytti 15 prosenttia ikäryhmästä. Edelleen vuoden 2017 tilastoissa 75 vuotta täytäneistä kolmannes koki suuria vaikeuksia arkitöissään ja 12 prosenttia itsestään huolehtimisessa. Yhdeksän prosenttia katsoi saavansa riittämättömästi apua arkipäivän askareissaan. Masennusoireita oli 26 prosentilla ja merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta kahdeksalla prosentilla ikäryhmästä. (Sotkanet.fi; Murto & al. 2017.)

Etsivää vanhustyötä ei ole Suomessa tutkittu kovinkaan paljon, vaan sitä on lähinnä sivuttu ammattikorkeakoulujen opinnäytteissä, joi-

den varsinainen aihe on jokin muu ikäihmisten palvelu (kuitenkin esim. Partti 2017; Mertaniemi 2016; Pöyhönen 2015). Tarkastelemme tässä kirjoituksessa erityisesti järjestölähtöistä etsivää vanhustyötä kotona yksin asuvien, vaikeissa tilanteissa ja syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten psykososiaalisen hyvinvoinnin kannalta. Psykososiaalisella tuella tarkoitamme vastaamista niihin tarpeisiin, joita ihmisillä on psyykkisen hyvinvoinnin ja sosiaalisen liittymisen ulottuvuuksilla. Kuvaamme etsivän vanhustyön käytäntöjä ja käymme hieman läpi niistä tehtyä aiempaa tutkimusta. Samoin esitämme vanhustyön kehittämishankkeita koonneessa Eloisa ikä -ohjelmassa (2012–2017) tehdyn haastattelututkimuksen tulokset etsivän työn osalta. Analysoimme toiminnassa löydettyjen ikäihmisten kymmenen laadullista haastattelua ja kartoitamme heidän kokemuksiaan arjestaan, osallisuudestaan ja toimijuudestaan sekä psykososiaalisesta hyvinvoinnistaan sekä niissä haasteina mahdollisesti tapahtuneita muutoksia.

Etsivän vanhustyön tarpeellisuus

Ikäihmisten määrän kasvun ja laitoshoidon purkamisen myötä kotihoidon iäkkäimpien asiakkaiden ja kotikäyntien määrä on kasvanut. Samalla henkilöstön määrä on kuitenkin vähentynyt, ja kotihoidon ulkopuolelle jää varsinkin pienituloisia apua tarvitsevia ihmisiä. (Hannikainen 2018; Kehusmaa & al. 2017.) Kotihoidon henkilöstö kokee usein, ettei pysty vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin niin hyvin kuin haluaisi (Vehko & al. 2017). Siten kotihoidon piirissäkään olevat ihmiset eivät aina saa riittävää tukea (myös Tenkanen 2007). Kotihoidossa korostuvat esimerkiksi asiakkaiden kokemana yksinäisyys ja toive henkilökunnan pysyvyydestä (Vehko & al. 2017). Työntekijät ovat tunnistanee ikääntyneiden asiakkaidensa keskeiseksi psykososiaalisen tuen tarpeiksi kuuntelun, keskustelun ja henkisen tuen. Kuulluksi tulemista pidetäänkin onnistuneen ammatillisen auttamistyön perustana (Hokkanen 2014a, 47).

Sote- ja maakuntauudistuksen erääksi tavoitteeksi on mainittu järjestää ikäihmisille lisää palveluja kotiin (Salo 2017). Samassa yhteydessä on korostettu tarvetta järjestää haavoittuvimmassa asemassa oleville ihmisille enenevästi henkilökoh- taista ohjausta ja tukea (Ojanen 2018). Esimerkiksi ikäihmisten mielenterveyden edistämisen ja ongelmien ehkäisyn on havaittu olevan paitsi toi-

mivaa myös kustannusvaikuttavaa (esim. McDaid 2011, 8, 15). Julkisen kotihoidon niukkuuden tilanteessa etsivä vanhustyö näyttää tarpeelliselta ainakin kahdesta syystä: yhtäältä se on tärkeää niiden ihmisten löytämiseksi ja auttamiseksi, jotka ovat jääneet tarvitsemansa avun ulkopuolelle, ja toisaalta se paikkaa kotihoidon aukkokohtia erityisesti psykososiaalisen tuen ja palveluohjauksen osalta. Löytämisen lisäksi ihmisille pitää siis pystyä tarjoamaan apua ratkaisujen hahmottamiseksi vaikeissa tilanteissa.

Etsivää vanhustyötä on tehty Suomessa jo varsin pitkään erilaisin tavoin. Sen edelläkävijöitä ovat olleet muun muassa Pelastusarmeija, Kaupunkilähetys ja etsivä nuorisotyö, ja sittemmin mukaan ovat tulleet kunnat, kaupungit ja järjestöt erilaisen kartoittavien ja hyvinvointia edistävien kotikäyntien muodossa. (Myllymäki & Huuhka 2017, 4; Gävert 2016, 103.) Vanhustyön ammattilaisten on huomattu pitävän etsivän työn käsitettä vaikeana hahmottaa sen vakiintumattomuuden vuoksi, vaikka toimintatavat ovatkin periaatteessa tuttuja ja nähdään tarpeellisiksi (Mertaniemi 2016, 43). Toisaalta toimintatapojen moninaisuus ja vakiintumattomuus mahdollistaa toiminnan joustavuutta ja laaja-alaisuutta (Bouman & al. 2008).

Etsivän työn toteuttamisesta ja haasteista

Etsivän työn tekeminen on usein varsin vaikeaa, koska siinä tavoitellut ihmiset eivät ole välttämättä minkään julkisten palvelujen piirissä. Heillä ei myöskään aina ole läheisiä, jotka voisivat yrittää järjestää heille tarvittavaa apua. Heitä täytyy siis todellakin etsiä. Etsivää työtä tehdäänkin tyypillisesti verkostoissa, ikäihmisten osalta erityisesti kolmannen sektorin järjestöjen sekä julkisten sosiaali- ja terveyspalvelujen kesken mutta myös seurakuntien ja yksityisen sektorin toimijoiden kanssa (esim. Pöyhönen 2015, 27). Verkostojen toimijat pitävät etsivää työtä usein tuloksellisena ja tarpeellisena (Jokinen & al. 2017, 32). Laatusuosituksessa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi ehdotetaan, että eri toimijoiden yhteistä tekemistä vahvistetaan entisestään kunnissa ja jatkossa ilmeisesti myös maakunnissa (Sosiaali- ja terveysministeriö & Kuntaliitto 2017, 16).

Järjestölähtöinen etsivä vanhustyö tarkoittaa järjestöissä organisoitavaa ja verkostokumppani-

en kanssa toteutettavaa toimintaa. Se suuntautuu yleensä varsinkin vaikeissa tilanteissa oleville ihmisille, ja järjestöjen erityisosaamista on siinäkin ihmisten kiireetön ja kunkin tilanteeseen paneutuva kohtaaminen. Etsivä työ alkaa usein ihmisen omasta tai omaisen tai jonkun muun tahon yhteydenotosta työntekijöihin, jolloin käy ilmi huoli tämän arjen hallinnasta. Huolen ilmaisuun on käytössä erilaisia yhteydenottokortteja, sähköisiä lomakkeita ja puhelinpäivystyksiä. Esimerkiksi kriisipuhelimiin soittaa usein uudelleen samoja, monesti yksinäisiä ihmisiä. Potentiaalisia tuen tarvitsijoita etsitään myös katutyössä ja ovensuukyselyin. Päivi Thitz (2017, 4) havaitsi etsivän vanhustyön IkäArvokas-hankeesta tekemässään arvioinnissa, että niin jalkautuvaa työtä kuin erilaisia yhteydenottokeinojakin tulisi kuitenkin kehittää edelleen.

Yhdysvalloissa etsivää vanhustyötä tehdään myös yhteisölliseen vapaaehtoistoimintaan perustuvalla ”portinvartijamallilla” (*gatekeeper model*). Tällöin jonkin alueen asukkaita – tai ”yhteisökumppaneita” (*community partners*) – koulutetaan tunnistamaan ja ohjaamaan eteenpäin ikäihmisiä, jotka todennäköisesti hyötyisivät esimerkiksi intensiivisestä palveluohjauksesta tai mielenterveyspalveluista. Tutkimuksissa yhteisökumppanien toiminta on osoittautunut vaikuttavaksi, sillä siinä löydettyjen ja ohjattujen ihmisten masennus, ahdistus ja sosiaalinen eristäytyminen ovat vähentyneet ja heidän hyvinvointinsa lisääntynyt. (Nyunt MSZ & al. 2009; Citters & Bartels 2004.)

Etsivän työn keskeisintä keinovalikoimaa ovat työntekijöiden tai vapaaehtoisten kotikäynnit, joita tehdään usein parityöskentelynä. Thitz (2017, 22) toteaa edellä mainitussa hankearvioinnissaan, että kotikäyntityö vaikuttaa yhdeltä parhaista etsivän työn menetelmistä ihmisten löytämisessä, auttamisessa ja syrjäytymisen estämisessä. Ammattilaisten käynneillä kartoitetaan löydetyn ihmisen elämäntilannetta, toimintakykyä ja tuen tarvetta, mieluusti ajan kanssa. Samalla luodaan yhdessä suunnitelmaa tarvittavista palveluista. Kohtaamisissa panostetaan ihmisen tilanteen ja omien näkemysten tunnistamiseen ja tunnustamiseen. Ihmisiä pyritään motivoimaan muutoksiin ja ohjaamaan vertaistuen piiriin. (Esim. Partti 2017, 41.) Toiminnan resursointi ei kuitenkaan aina taivu siihen, että todellisen kohtaamisen mahdollistaminen edellyttää runsaasti aikaa (Thitz 2017, 22). Hyvinvointia edistävät kunnalliset kotikäynnit on myös yleensä rajattu koskemaan vain tietyn ikäisiä

(tavallisesti 75–80-vuotiaita) ihmisiä, ja niitä kohdennetaan harvoin riskiryhmille. Silti näinkin löydetään palvelujen ulkopuolella olevia ja niitä tarvitsevia ihmisiä. (Seppänen & al. 2009, 41.)

Kotikäyntien merkitystä painottavat osaltaan havainnot kodin ulkopuolisista toimintavoista, joissa on etsivän työn ulottuvuus mutta joita tavoitellut – esimerkiksi syrjäytymisvaarassa olevat – ikäihmiset eivät löydä riittävässä määrin (esim. Lundan 2017, 50–51; myös Thitz 2017, 32). Jos esimerkiksi kodin ulkopuolisten terveystapaamisten yhteydessä ajatellaan toteutettavan myös ”voimavaroja vahvistavaa etsivää vanhustyötä” kotihoidon piiriin kuulumattomien ikäihmisten keskuudessa (Niinipuu & Pasanen 2011, 11), ulkopuolelle jäävät edelleen ne, jotka eivät kykene itse hakeutumaan palveluun. Toisaalta myös liikkuvin palveluin on tavoitettu riskiryhmiin kuuluneita ikäihmisiä (esim. Rahunen & Järvenpää 2014, 10).

Etsivässä työssä voidaan edistää kotona asuivien ihmisten mahdollisuuksia myös toisten kohtaamiseen sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksiin järjestämällä erilaista matalan kynnyksen toimintaa, esimerkiksi niin sanottuja korttelikahviloita sekä kylä- ja olohuonekerhoja. Parhaimmillaan matalan kynnyksen toimintaan osallistuminen voi vahvistaa ikääntyneiden ihmisten sosiaalista verkostoa, poistaa yksinäisyyttä ja lisätä aktiivisuutta (Vuorinen 2016, 31). Thitzin (2017, 33) hankearvioinnissa kerhotoiminta ja ikäihmisiä yhteen kokoavat tapahtumat olivat eräitä parhaiten toimivia etsivän työn menetelmiä. Silti matalan kynnyksen paikkoihinkaan ei ole aina helppoa tulla, vaan sitä voi edeltää vaativa harkinta ja rohkaistuminen (Hokkanen 2014b, 54). Vaikeassa tilanteessa olevan ja ehkä myös lähtökohtaisesti aran ihmisen on silloin pystyttävä ylittämään itsensä. Yhteen kokoontumisen haasteita voivat olla myös vertaisuuden käsitteen määrittäminen ja kulloinkin tavoitellun kohderyhmän rajaaminen (mt.).

Haastatteluaineiston keruu ja analyysi

Seuraavassa tarkastellaan etsivässä vanhustyössä löydettyjen ikäihmisten kokemuksia toiminnasta ja sen vaikutuksia haastatteluaineiston valossa.

Yksilöhaastattelut tehtiin vuonna 2015 osana laajempaa tutkimusta¹, joka toteutettiin 31 erilaista vanhustyön kehittämishanketta yhteen kooneessa Eloisa ikä -ohjelmassa (2012–2017). Ohjelmaa koordinoi Vanhustyön keskusliitto ja rahoitti Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA, ja sen tavoitteena oli edistää erilaisissa elämäntilanteissa olleiden ikäihmisten hyvää arkea. Tutkimuksessa haluttiin tuottaa tietoa ikääntyneiden ihmisten kokemuksista osallistumisestaan järjestöjen organisoimaan psykososiaaliseen hanke-toimintaan sekä analysoida toiminnan vaikutuksia ja antaa näkökulmia sen kehittämiseen. Tässä tarkoituksessa selvitettiin hankeosallistujien näkemyksiä arjestaan, toimijuudestaan, osallisuudesta ja psykososiaalisesta hyvinvoinnistaan sekä niissä hankeaikana mahdollisesti tapahtuneita muutoksia.

Tämän kirjoituksen haastatteluaineisto kerättiin neljässä Eloisa ikä -ohjelman hankkeessa, joissa tehtiin etsivää vanhustyötä hieman toisistaan poikkeavin tavoin Helsingissä, Turussa ja Oulussa. Hankkeissa etsittiin haasteellisissa elämäntilanteissa olleita ikäihmisiä erilaisten julkisista ja yksityisistä toimijoista koostuneiden verkostojen kanssa. Löydettyjä ihmisiä tuettiin kolmessa hankkeessa pääosin kotona mutta myös mahdollistamalla heidän liikkumistaan lähiympäristössä ja ohjaamalla heitä kodin ulkopuolisten toimintojen piiriin. Yhdessä hankkeessa toteutettiin ainoastaan ryhmätoimintaa kaupungissa keskeisellä paikalla sijainneessa palvelutalossa. Kahdessa hankkeessa ikäihmisten kanssa toimi ainoastaan ammattilaisia, kahdessa näiden lisäksi myös erikäisiä vapaaehtoisia tukihenkilöitä.

Hankkeiden työntekijät tiedustelivat osallistujilta suostumusta tulla haastatelluksi tutkimuksessa. Haastatellut kymmenen henkilöä olivat iältään 60–92-vuotiaita, ja heistä melkein kaikki eli kahdeksan oli naisia. Ohjelman kaksi tutkijaa teki noin tunnin mittaiset puolistrukturoidut haastattelut heidän kanssaan kotona tai hankkeen toteutuspaikassa. Tutkijat pyysivät haastateltuja ku-

vaamaan omin sanoin kokemuksiaan hankkeiden toimintaan osallistumisesta sekä sen mahdollisesti aiheuttamia muutoksia elämässään. Samoin heidän toivottiin arvioivan hankeosallistumisensa mahdollisia myönteisiä ja kielteisiä vaikutuksia itseensä sekä kertovan, jos hankkeessa oli ollut heille jotakin erityisen mieluisaa tai epämieluisaa. Edelleen haastateltuja pyydettiin antamaan toiminnalle kehittämisehdotuksia. Myös vapaalle keskustelulle oli aikaa, ja sitä käytiinkin varsin runsaasti erilaisista haastateltujen esiin nostamista teemoista. Haastattelut litteroitiin sanatarkasti ja analysoitiin realistisella sisällönanalyttisellä otteella, jossa teemoiteltiin osallistujien kokemuksia psykososiaalisesta hanketoiminnasta. Analyysia käytettiin tehtäessä johtopäätöksiä toiminnan vaikutuksista hankeosallistujien arkeen.

Haastattelujen tulokset

Erilaisia syitä vaikeaan tilanteeseen

Haastatelluista lähes kaikki kertoivat, että heillä oli jonkinasteisia vaikeuksia liikkumisessa ja että yksin kotoa lähteminen oli heille siksi hankalaa tai mahdotonta. Heillä ei myöskään ollut juuri ystäviä tai tuttavuuksia, jotka olisivat voineet auttaa tilanteessa. Oma tai läheisen huono terveydentila saattoivat kuormittaa varsinkin, jos kaikkia tarvittuja palveluja ei ollut saatavilla. Eräs haastateltu kertoi tilanteestaan näin:

Kun mä olin viimeks lääkärin luona niin hän sano, että ”mä en voi muuta kun sulla on lääkkeit ja kaikki mitä voidaan antaa ja käyttää”. (...) Mutta nää kodinhoitajat niin käyvät mun miehelleni antamassa lääkkeitä ja auttamassa ja (...) mä sanoin [yhdele heistä] että kun mä yökaudet itken (...) 2009 olin itte neljässä leikkauksessa, ja mies on tässä kunnossa, että hänellä oli syövä ja Alzheimerit ja kaikki mahdolliset ja (...) kun mulle tulee jotain niin mä en kuulu siihen enkä mä kuulu tähän [palvelun piiriin] ja (...) jollain tavalla mä tunsin itteni niin avuttomaks siinä, ja sitten tämä taivaan lahja [hanketyöntekijä] ottaa yhteyttä.

Vaikeuksien kasautuminen saattoi aiheuttaa syvää avuttomuuden ja ulkopuolisuuden tunnetta, ja niiden keskelle viimein saapuva apu koettiin kuin ihmeenä. Haastatelluilla oli myös muita pulmia, jotka ahdistivat ja lamauttivat ja joiden vuoksi ulkomaailmakin pelotti. Joillakuilla oli ollut mielenterveysongelmia jo pidempään, esimerkiksi masennusta lapsuudesta lähtien tai paniikki-kohtauksia parikymmentä vuotta. Ongelmia saattoi aiheutua myös liiallisesta alkoholin käytöstä.

¹ Tutkimuksen koko aineisto kerättiin monesta hankkeesta, ja se koostui määrällisestä kyselystä (N = 529) ja laadullisista haastatteluista (92).

Haastatellut olivat siten jumissa kotonaan usein sekä fyysisesti että henkisesti. Yksi kertoi kotona lukevansa paljon, toinen ”kiroili ja katso televisi-oo” ja kolmas totesi ”mökkiytyneensä”.

Toiminnasta varsinkin psykososiaalista tukea

Haastatelluista lähes kaikki olivat tulleet etsivien hankkeiden piiriin jonkin ulkopuolisen tahon ehdotuksesta, monitoimijaisen verkoston kautta. Useammalla se oli ollut kunnallinen kotihoito ja jollakulla psykoterapeutti tai harrasteyhteisön jäsen. Tässä mielessä he eivät olleet ainakaan täysin syrjäytyneet yhteiskunnasta. Löydetyn ja tukeen halukkaana ihmisen kohdalla hankkeiden keskeinen työtapana olivat kotikäynnit. Joissain hankkeissa annettu tuki oli selkeästi määräaikaista ja tavoitteellista, kun taas toisissa rakenne oli löyhempi. Ihmisten mielen hyvinvointia pyrittiin edistämään varsinkin yksilöllisellä tuella mutta osin myös ryhmätoiminnoilla. Yksilötuki perustui lähinnä kahdenkeskiseen keskusteluun, palveluohjaukseen ja yhdessä tekemiseen, muun muassa käytännön asioiden hoitamiseen. Eräs haastateltu kertoi hanke-työntekijän kotikäynneistä ja keskusteluista hänen kanssaan näin:

Sen meidän tyttären sairastumisen ja kuoleman jälkeen meillähän loppu voimat aivan täysin, niin nyt tämän hankkeen myötä meitä on käyty kattoon kerran kuu-kaudessa, ja se on ollu kyllä kerta kaikkiaan oikeesti to-della tarpeeseen.

Yksilöllistä tukea annettiin pääosin ammattilaisten voimin, mutta muutamassa hankkeessa näis-sä tehtävissä toimi myös koulutettuja vapaaehtoi-sia tukihenkilöitä. Ryhmissä vastuullisten toimi-joiden suhde oli sen sijaan päinvastainen: vetäjinä oli useammin vapaaehtoisia vertaisia kuin ammat-tilaisia. Ryhmäisällöt koostuivat pääasiassa sellai-sista toiminnoista kuin keskustelu, liikunta, ret-ket ja tietoluennot. Esimerkiksi keskusteluryhmi-en tarjoamisella haluttiin mahdollistaa se, että tu-ettavalla ihmisellä olisi ollut elämässään useampi kiintopiste.

Haastateltujen arvioita toiminnan vaikutuksista

Useimmilla haastatelluilla oli ollut jokseenkin riit-tävästi konkreettista tukea välttämättömien arki-askareiden sujumiseen kotona jo ennen hanketoi-mintaan osallistumistaan. He olivat saaneet usein pientä ja tärkeää apua arkeen myös hankkeilta, mutta toiminnan suurimmaksi anniksi he koki-vat psykososiaalisen tuen. Haastatellut olivat val-

taosin erittäin tyytyväisiä tähän heidän sosiaalista liittymistään ja psyykkistä hyvinvointiaan edistäneeseen tukeen. He mainitsivat tärkeinä en-nen kaikkea kohtaamiset ja keskustelut hanke-työntekijöiden ja vapaaehtoisten tukihenkilöi-den kanssa, minkä he katsoivat vieneen tilannet-taan suotuisaan suuntaan. Toisin kuin kotihoidon työntekijöillä, hankkeiden toimijoilla oli ollut aikaa ja halua pysähtyä kuuntelemaan ja pohtimaan yhdessä ratkaisuja kunkin henkilön hankaliin ti-lanteisiin. Eräs haastateltu totesi, että hänen pää-synsä hankkeeseen oli ollut ”ihan lottovoitto, kos-ka mulle [se] on ollu niin suuri helpotus”. Toinen kuvasi hankkeensa toimintaa ”kullanarvoiseksi”, sillä ”mä aattelin, että oonks mä ihan tässä, et-tä mä en pääse enää kun roskat just viemään, että kyllä mä oon saanu vähän toivoo ainakin”. Löyde-tyksi ja tuetuksi tuleminen oli siten antanut ihm-i-sille toivoa paremmasta.

Jotkut haastatellut kuvasivat alkaneensa etsiviin hankkeisiin osallistumisensa myötä ikään kuin avautua kohti sosiaalisten suhteiden mahdolli-suutta ja toiset taas saaneensa uusia suhteita entis-ten tilalle (myös Jokinen & al. 2017, 6). Useam-pikin haastateltu oli johdateltu osallistumaan ryh-mätoimintaan, jota olivat muun muassa alkoholi-ongelmiaisille ikäihmisille tarkoitettu Pilke-ryhmä ja matalan kynnyksen korttelikahvila. Eräs tällai-sessa kahvilassa käynyt haastateltu kertoi nautti-vansa suuresti huumorin sävyttämistä kokoontu-misista: ”Siellä istutaan, juodaan kahvit ja jutel-laan kamalii.” Korttelikahvila oli hänelle siten uu-si myönteinen sosiaalinen arena toisten ihmisi-en tapaamiseen. Joillekuille haastatelluille kuu-losti riittävän – vähintään haastatteluhetkellä – se, että he pääsivät tukihenkilön kanssa ulos kävely-lle tai kaupungille kahvilaan. Siellä saattoi havai-ta, että kodin ulkopuolinen maailma oli edelleen olemassa ja siihen oli mahdollista luoda suhdetta: ”Mä olin aivan haltioissani, kun puoltoista tuntii ajeltiin Kauppatorilla ja keskustassa.” Tukihengi-löiden kanssa myös ystävyystyttiin: tukijasta saattoi tulla ”olennainen osa [omaa] elämää”.

Löydetyille oli siten hahmottunut uusia reittejä eteenpäin kehää kiertävästä tilanteesta: esimerkik-si alkoholin kanssa tai täysin ypyöyksiin vietetyistä päivistä oli päästy toisten ihmisten ilmoille ja jopa yhteisöjen jäseneksi. Haastatteluaineiston valosa etsivä työ kantoi hyvin hedelmää: hankkeisiin osallistuneet ikäihmiset kokivat valtaosin hyöty-neensä toiminnasta niin arjen toimintamahdolli-suuksien kuin psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoin-

ninkin osalta. Hankkeisiin osallistuminen oli tarkoittanut ennen kaikkea merkityksellisiä kohtaamisia ja mielekästä toimintaa. Tärkeintä oli tavata toisia ihmisiä ja tulla kuulluksi omana itsenään sekä muuttaa arkeaan ja ratkaista sen nykyisiä ongelmia toisten avulla: näkymät avartuivat eteenpäin, maailmassa oli jälleen mahdollisuuksia.

Pohdinta

Etsivän työn ydintä on haastavissa elämäntilanteissa olevien ihmisten löytäminen ja kohtaaminen arvostavalla ja yksilöllisellä tavalla. Tavoitteena on tukea heidän arkensa sujumista ja mielekkyyttä. Kohtaamisen sisältöjä ovat inhimillinen tuki, ongelmien helpottaminen, yksinäisyyden lievittäminen, voimavarojen tukeminen, kyvykkyyden lisääntyminen ja mahdollisuuksien avautuminen. Yksilöllinen kannustavuus voi olla hedelmällisintä silloin kun henkilö on sivunnut palvelujärjestelmää aiemmin kiinnittymättä siihen, koska ei ole tunnistanut omaa avuntarvettaan tai on kieltäytynyt palveluista. (Jokinen & al. 2017, 33.)

Etsivää työtä koskeneen tutkimuksemme tulokset vahvistavat aiempia havaintoja siitä, että psykososiaalinen tuki edistää ikäihmisten hyvinvointia erityisesti lisäämällä heidän tyytyväisyyttään elämäänsä ja psyykkistä hyvinvointiaan sekä vähentämällä heidän mielialaongelmiaan ja yksinäisyyttään (esim. NICE 2015, 9–10; Forsman & al. 2011). Toisaalta tutkittaessa ryhmätoimintaa satunnaistetuissa koeasetelmissa (esim. Pitkälä & al. 2005, 36–38) on huomattu, että osallistujien

psykososiaalinen tilanne kohenee usein monilta osin, mutta heidän kokemuksensa yksinäisyydestä ei välttämättä vähene. Mielen hyvinvointia edistävän intervention tuloksena voi olla myös, että yksinäisyydestä kärsiminen lievittyy, vaikka sen kokeminen sinänsä ei vähenisi (Saarenheimo & Pietilä 2011, 8).

Etsivän työn tuloksena voidaan parhaimmillaan ehkäistä pahempia ongelmia ja edistää hyvinvointia, millä on vaikutuksia myös yhteiskunnallisiin kustannuksiin, kun kalliimpien toimenpiteiden tarve vähenee tai poistuu (Jokinen & al. 2017, 33). Kristian Wahlbeck ja kumppanit (2018, 67) toteavat, että jalkautuvan ja etsivän työn kustannusvaikuttavuutta ei ole tarkoituksenmukaista tarkastella sosiaali- ja terveyspalvelujen lyhyen aikavälin kustannusten pohjalta riskiryhmiin kuuluvien ihmisten usein monitahoisten ja pitkäkestoisten ongelmien vuoksi. Etsivän työn yhteistoiminnallisen kuntoutuksen kokeiluissa on havaittu, että paneutuminen ihmisten ongelmiin ja heidän tukemisensa oikean avun äärelle tuottavat aluksi lisäkustannuksia, mutta pitkällä aikavälillä toiminta on kustannustehokasta (mt).

Kirjoituksemme käytännöllisenä lopputulemana esitämme, että etsivä vanhustyö on ajankohdainen ja omaleimainen toimintatapa, jonka tekemistä voitaisiin enenevästi mahdollistaa eri toimijoiden yhteistyönä ja riittävällä resursoinnilla. Aiemmasta tutkimuksesta huomataan, että toiminnan tapoja ja menetelmiä tulee edelleen kehittää, sillä niillä ei ole tavoitettu kaikkia apua tarvitsevia ikäihmisiä riittävän hyvin.

KIRJALLISUUS

Alastalo, Hanna & Vainio, Suvi & Sarivaara, Sofia: Vanhuspalvelujen tila 2016. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2017. <https://www.slideshare.net/THLfi/vanhuspalvelujen-tila-2016>

Bouman, Ans & Rossum, Erik van & Nelemans, Patricia & Kempen, Gertrudis IJK & Knipchild, Paul: Effects of intensive home visiting programs for older people with poor health status: A systematic review. *BMC Health Services Research* 74 (2008): 8.

Citters, AD van & Bartels, SJ.: A Systematic Review of the Effectiveness of Community-Based Mental Health Outreach Services for Older Adults. *Psychiatric Services* 55 (2004), 11.

Forsman, Anna & Nordmyr, Johanna & Wahlbeck, Kristian: Psychosocial interventions for the promotion of mental health and the prevention of depres-

sion among older adults. *Health Promotion International* 26 (2011): S1, i85–i107.

Gävert, Titi: Diakoniabarometri 2016. Kirkon tutkimuskeskuksen verkkojulkaisuja 45, 2016. [http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/7E1D8FE804ED4E2FC225802E002137A5/\\$FILE/Kirkkohallitus_Diakoniabarometri%202016_netti.pdf](http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/7E1D8FE804ED4E2FC225802E002137A5/$FILE/Kirkkohallitus_Diakoniabarometri%202016_netti.pdf) (luettu 26.3.2018)

Hannikainen, Katri: Ikääntyneiden sosiaali- ja terveyspalveluiden tarve ja käyttö eroavat tulotason mukaan. Suomen sosiaalinen tila 1/2018. Tutkimuksesta tiiviisti 3/2018. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2018.

Hinkka, Terhi & Koivisto, Juha & Haverinen, Riitta: Kartoittava kirjallisuuskatsaus sosiaalisen kuntoutuksen työmuodoista ja niiden vaikutuksista. Ra-

- portteja 12/2006. Helsinki: Stakes, 2006.
- Hokkanen, Liisa: Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet. Acta Universitatis Lapponiensis 278. Lapin yliopisto, 2014a.
- Hokkanen, Liisa: Mielenterveysaktiivien toiminta. Kysely Mielenterveyden keskusliiton jäsenyhdistysten aktiivitoimijoille. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino, 2014b.
- Jokinen, Sanna & Lötjönen, Annika & Rahunen, Saija & Nikula, Ulla-Maija & Tarvainen, Tom: ”Paljosta olisi jäänyt, ellen ovea olisi avannut.” Löytävän työn tulokset ja vaikuttavuus. Fingerroosin säätiö, 2017.
- Kehusmaa, Sari & Alastalo, Hanna & Luoma, Minna-Liisa: Kotihoidon asiakasmäärä kasvanut, mutta henkilöstön määrä vähentynyt. THL Tiedote, 2017. <https://thl.fi/fi/-/kotihoidon-asiakasmäärä-kasvanut-mutta-henkilöstön-määrä-vähentynyt> (luettu 24.1.2018)
- Lundan, Jenni: Lähitori toimintakyvyn ja hyvän arjen tukijana. Opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, 2017.
- McDaid, David: Making the long-term economic case for investing in mental health to contribute to sustainability. European Union, 2011. https://www.mielenterveysseura.fi/sites/default/files/inline/Yhteiskunta/eu_mcdaid_long_term_sustainability_2011.pdf (luettu 8.2.2018)
- Mertaniemi, Helena: Etsivä vanhustyö. Auttava käsi, siellä missä tarvitaan – Vanhustyön ammattilaisten näkemyksiä etsivään vanhustyöhön. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu, Vanhustyön tutkinto-ohjelma, 2016.
- Murto, Jukka & Kaikkonen, Risto & Pentala-Nikulainen Oona & Koskela, T & Virtala, E & Härkänen, T & Koskeniemi, T & Jussmäki, T & Vartiainen, E & Koskinen, S: Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus ATH:n perustulokset 2010–2017. <https://www.thl.fi/ath> (luettu 4.5.2018)
- Myllymäki, Eija & Huuhka, Elisa: Hoksauta minut – Etsivän ja osallistavan vanhustyön toimintamalleja. Järvenpää: Kirkkopalvelut ry, 2017. <https://www.kirkkopalvelut.fi/images/liitteet/hoksautamintukaarvokaskevynetsivuittain2017.pdf> (luettu 4.3.2018)
- NICE: Independence and Mental Wellbeing (including social and emotional wellbeing) for older people. Review 1: What are the most effective ways to improve or protect the mental wellbeing and/or independence of older people? LSE Enterprise, 2015. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng32/documents/older-people-independence-and-mental-wellbeing-evidence-review-12> (luettu 16.1.2018)
- Niinipuu, Katja & Pasanen, Johanna: Terveysteen liittyvien neuvontapalveluiden kartoitus Vantaan seniorineuvolassa. Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma 2011.
- Nyunt MSZ & al.: Improving treatment access and primary care referrals for depression in a national community-based outreach programme for the elderly. International Journal of Geriatric Psychiatry 24 (2009): 11.
- Närhi, Kati & Kannasojä, Sirpa & Kivitalo, Mari & Rissanen, Sari & Tiilikainen, Elisa & Ristolainen, Hanna & Joro, Tuula & Hujala, Anneli: Ikäihmisten elämänlaatu ja toimintamahdollisuudet. Promeq-hanke, 2017. www.promeq.fi/loader.aspx?id=4fe3d412-39f5-466b-b59d-bb39dfde91a1 (luettu 20.10.2017)
- Ojanen, Minttu: Maakunnan strategiat – järjestöjen vaikuttaminen maakunnissa. Järjestö mukana muutoksessa -maakuntahankkeiden verkostotapaaminen 11.1.2018. <https://www.innokyla.fi/documents/5607939/ae4556f6-a9a9-403d-b0da-cac1a-7bc8c2c> (luettu 15.1.2018)
- Partti, Krista: Vanhusten etsivä sosiaalityö – Kyselytutkimus ikääntyvien syrjäytymisen tunnistamisesta ja sosiaalityön työmenetelmien kohdentumisesta. Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto, yhteiskunta- ja kauppatieteiden tiedekunta, 2017.
- Pietilä, Minna & Saarenheimo, Marja: Ilmeikäsi arki. Tutkimus ikääntyneistä ihmisistä järjestöjen kehittämistoiminnassa. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto, 2017.
- Pitkälä, Kaisa & Routasalo, Pirkko & Kautiainen, Hannu & Savikko, Niina & Tilvis, Reijo: Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke, raportti 11. Helsinki: Gummerus, 2005.
- Pöyhönen, Päivi: Suomen evankelis-luterilaisen kirkon rooli vanhustyössä. Väitöskirja, Helsingin yliopisto, teologinen tiedekunta. Helsinki: Helsingin yliopisto, 2015.
- Rahunen, Saija & Järvenpää, Satu: Liikkuvan resurssikeskuksen perustamissuunnitelma. Opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu, vanhustyön koulutusohjelma, 2014.
- Saarenheimo, Marja & Pietilä, Minna: Mielenmuutos masennuksen hoidossa. Mielialaongelmista kärsivien iäkkäiden ihmisten psykososiaalinen tukeminen. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto, 2011.
- Salo, Sinikka: Sote- ja maakuntauudistus ja valinnanvapaus. Järjestö 2.0 -hankkeiden starttitilaisuus 10.8.2017. <https://www.innokyla.fi/documents/5607939/e99d924b-f03f-4bb3-b9ea-c702b43d4f32> (luettu 25.11.2017)
- Seppänen, Marjaana: Gerontologinen sosiaalityö. Alustus 28.1.2013. <http://bit.ly/2nVqx3q> (luettu 17.2.2018)
- Seppänen, Marjaana & Heinola, Reija & Andersson, Sirpa: Hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa käytännössä. Ikäihmisten neuvontakeskuspalvelujen ja ehkäisevien kotikäyntien toteutuminen kunnissa. Avauksia 6. Helsinki: Terveysteen ja hyvinvoinnin laitos, 2009.
- Sosiaali- ja terveysministeriö & Kuntaliitto: Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017–2019. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2017:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, 2017.
- Sorkanet-tilastokanta. www.sorkanet.fi (luettu 10.5.2018)
- Tenkanen, Raija: Sosiaalityö ja kotona asuvien van-

husten ongelmat. S. 181–194. Teoksessa Seppänen, Marjaana & Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.): Vanhuus ja sosiaalityö. Jyväskylä: PS-kustannus, 2007.

Thitz, Päivi: Etsivää ja osallistavaa vanhustyötä kehittämässä. IkäArvokas -hankkeen ulkoinen arviointi. DIAK puheenvuoro 6. Helsinki: Juvenes Print, 2017.

Vehko, Tuulikki & Sinervo, Timo & Josefsson, Kim: Henkilöstön hyvinvointi vanhuspalveluissa – kotihoidon kehitys huolestuttava. Tutkimuksesta tiiviisti 11. Helsinki: Terveystien ja hyvinvoinnin laitos, 2017. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/134678/>

URN_ISBN_978-952-302-876-0
pdf?sequence=1&isAllowed=y (luettu 24.1.2018)

Vuorinen, Pirjo: Korttelikerho ikäihmisten sosiaalisen verkoston rikastuttajana. Opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu, sosiaalialan ylempi koulutusohjelma 2016.

Wahlbeck, Kristian & Hietala, Outi & Kuosmanen, Lauri & McDaid, David & Mikkonen, Juha & Parkkonen, Johannes & Reini, Kaarina & Salovuori, Samuel & Tourunen, Jouni: Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 89/2018. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia, 2018.

TIIVISTELMÄ

Minna Pietilä & Marja Saarenbeimo: Löydettyinä. Etsivä vanhustyö ja ikäihmisten psykososiaalinen hyvinvointi

Etsivän työn ydintä on haastavissa elämäntilanteissa olevien ihmisten löytäminen ja kohtaaminen arvostavalla ja yksilöllisellä tavalla. Tavoitteena on tukea heidän arkensa sujumista ja mielekkyyttä.

Etsivää vanhustyötä ei ole Suomessa tutkittu kovin paljon vaan lähinnä sivuttu ammattikorkeakoulujen opinnäytteissä, joiden varsinainen aihe on jokin muu ikäihmisten palvelu.

Kirjoituksessa tarkastellaan erityisesti järjestölähtöistä etsivää vanhustyötä kotona yksin asuvien, vaikeissa tilanteissa ja syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten psykososiaalisen hyvinvoinnin kannalta kuvaamalla sen käytäntöjä ja käymällä läpi niistä aiemmin tehtyä tutkimusta sekä esittämällä vanhustyön kehittämishankkeita koonneessa Eloisa ikä -ohjelmassa (2012–2017) tehdyn haastattelututkimuksen tulokset etsivän työn osalta. Toiminnassa löydettyjen ikäihmisten kymmenen laadullista haastattelua analysoitiin kartoittamalla heidän kokemuksiaan arjesta, osallisuudesta ja toimijuudesta

sekä psykososiaalisesta hyvinvoinnista sekä niissä hankkeiden aikana mahdollisesti tapahtuneita muutoksia. Analyysia käytettiin tehtäessä johtopäätöksiä toiminnan vaikutuksista ja onnistuneisuudesta.

Haastatteluaineiston valossa etsivä työ kantoi hyvin hedelmää: hankkeisiin osallistuneet ikäihmiset kokivat valtaosin hyötynensä toiminnasta niin arjen toimintamahdollisuuksien kuin psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinninkin osalta. Hankkeisiin osallistuminen oli tarkoittanut ennen kaikkea merkityksellisiä kohtaamisia ja mielekästä toimintaa. Tärkeintä oli tavata toisia ihmisiä ja tulla kuulluksi omana itsenään sekä muuttaa arkeaan ja ratkaista sen nykyisiä ongelmia toisten avulla: näkymät avartuivat eteenpäin, maailmassa oli jälleen mahdollisuuksia.

Etsivä vanhustyö on ajankohtainen ja omaleimainen toimintatapa, jonka tekemistä voitaisiin enenevästi mahdollistaa eri toimijoiden yhteistyönä ja riittävällä resursoinnilla. Aiemmasta tutkimuksesta huomataan, että toiminnan tapoja ja menetelmiä tulee edelleen kehittää, sillä niillä ei ole tavoitettu kaikkia apua tarvitsevia ikäihmisiä riittävän hyvin.