

Mitä sinulle kuuluu?

Työkalu tuen tarpeen
tunnistamisen avuksi



Palvelupolut kuntoon (PAKU) -hanke 2018–2020

jamk.fi

KOSKE
KESKI-SUOMEN
OSIALLISALAN
OSAAMISKESKUS

GRADIA

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Mitä sinulle kuuluu?



Mitä sinulle kuuluu -kartoitus on muotoutunut Palvelupolut kuntoon (PAKU) -hankkeen kehittäjäryhmätyöskentelyn tuotoksena vuoden 2020 alussa. Työskentelyn pohjana ja mallina käytettiin Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä (ESY) -menetelmää.

Mitä sinulle kuuluu -kartoitus on tarkoitettu työkaluksi erityisesti tilanteissa, joissa ihmisen on vaikea kertoa, millaisissa asioissa hän kokee tarvitsevänsä apua. Työkalua voivat käyttää kaikki toimijat, jotka kohtaavat työssään tuen tarpeessa olevia ihmisiä ja etsivät heille apua.

Mitä sinulle kuuluu -kartoitus on työkalu, joka voi helpottaa ihmisen kokonaistilanteen hahmottamista ja yhteisen ymmärryksen muodostamista tuen tarpeesta. Kun ne on tunnistettu yhdessä, voidaan hakeutua oikean avun piiriin oikeaan aikaan. Työkalun loppuun on koottu muutamien keskeisten toimijoiden roolit avun löytämiseksi.

Mitä sinulle kuuluu -kartoitus ei ole tarkoitettu toimintakyvyn arvioinnin välineeksi, vaan tuen tarpeen tunnistamisen, puheeksi ottamisen ja keskustelun avuksi. Sen käyttö voi myös nopeuttaa palvelutarpeen arviointiprosesseja, jos työkalun käytöstä ja dokumentointitavoista on paikallisissa toimijaverkostoissa yhdessä sovittu.

Lähde: Hankosalo, Timo. Nd. ESY-Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä. Virta II-hanke 2013-2016. Saatavana:

<https://www.tpy.fi/alu/kehittamishankkeita-ja-hyvia-kaytantoja/sosiaalinen-vahvistuminen/esy-elamantilanteen-selvittamisen-ympyra/>

Työkalun käyttö:

Työkalu on kaksiosainen.

Ensimmäinen osa on ympyrä, jossa on kuvattu elämän eri osa-alueita, ja se on tarkoitettu asiakkaan / apua hakevan täytettäväksi. Tätä osaa voi pitää esillä niin, että siihen on helppo kiinnittää huomiota ja tarttua.

Toinen osa on muistilista työntekijälle puheeksi ottamisen tueksi. Nämä ovat **apukysymyksiä** työntekijälle, joita voi hyödyntää keskustelussa soveltuvin osin. Se, miten asiaa kysytään, on työntekijän harkinnassa tilannekohtaisesti. Muistilistan jokaista kysymystä ei tarvitse käydä automaattisesti läpi eikä niitä pisteytetä. Muistilista on tarkoitettu keskustelun, tuen tarpeen tunnistamisen ja dokumentoinnin tueksi.

Ensin asiakas / apua hakeva miettii ympyrän eri osa-alueiden toteutumista omassa tilanteessaan ja ympyröi niitä parhaiten kuvaavat pistemäärät. Tämän jälkeen vastauksiin perusteluineen syvennyttään tarkemmin yhdessä keskustellen. Tässä vaiheessa työntekijä voi tarvittaessa käyttää apunaan muistilistaa. Keskustelun tarkoitus on sanoittaa ja konkretisoida yhdessä asiat, joihin tukea tarvitaan sekä sopia, mistä, miten ja kenen kanssa sitä haetaan. **Tärkeintä tilanteessa on kohtaaminen ja keskustelutaidot, ei arviointi.**

Mitä sinulle kuuluu?



Tulevaisuuden toiveet ja tavoitteet

- Kiinnostuksen kohteet
- Omat haaveet

Ihmissuhteet ja sosiaaliset tilanteet

- Tyytyväisyys ihmissuhteisiin
- Ryhmään/yhteisöön kuuluminen
- Luottamus ja rohkeus



OSA 1



Opiskelu ja työelämä

- Mielekkyyys
- Jaksaminen

Terveys ja hyvinvointi

- Terveystila
- Elintavat
- Itsestä huolehtiminen
- Mielen taidot



Asioiden hoitaminen

- Virastoasiointit, muut palvelut ja kaupassakäynti
- Kirjeet ja verkkoasiointi



Arjen sujuvuus

- Kodinhoito
- Päivärytmi
- Mielekäs tekeminen



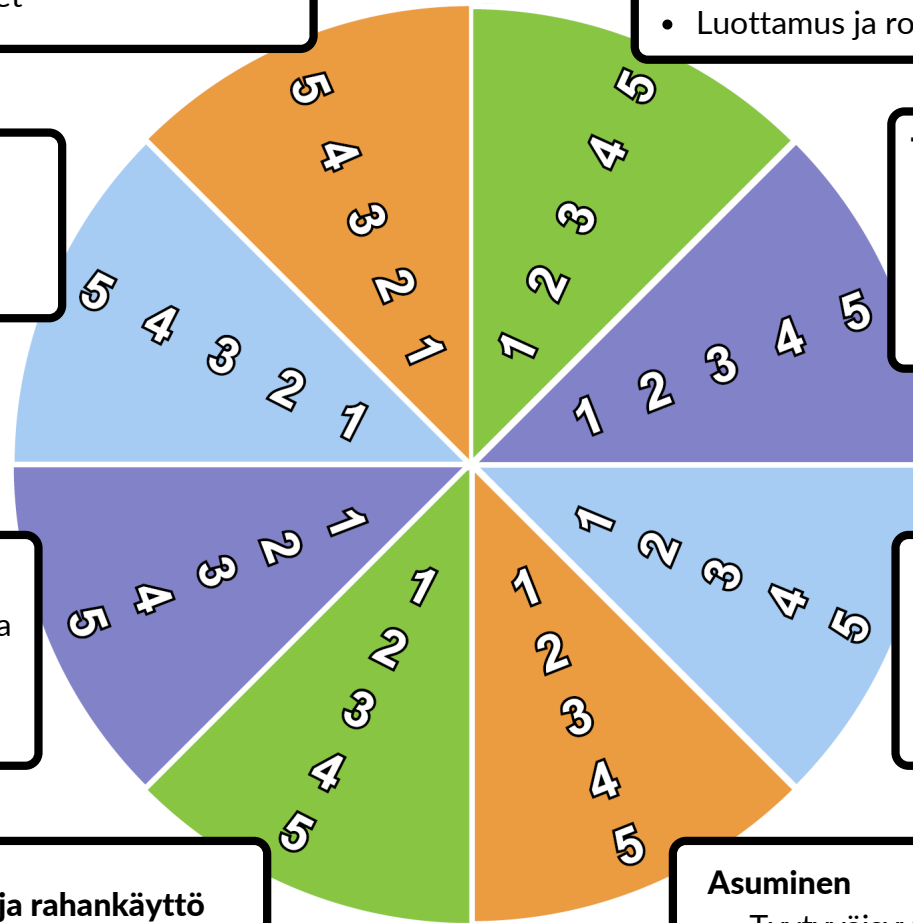
Toimeentulo ja rahankäyttö

- Riittävätkö tulot menoihin?



Asuminen

- Tyytyväisyys asumiseen
- Turvallisuuden tunne



Ympyröi parhaiten tilannettasi kuvaava luku jokaisesta osa-alueesta

5 = Olen täysin tyytyväinen tilanteeseeni
4 = Tilanteeni on hyvä ja suoriudun arjestani

3 = Olen melko tyytyväinen, jotakin voisi tehdä toisin
2 = Toiset asiat sujuvat, mutta joihinkin kaipaen apua

1 = Minulla on vaikeuksia ja tarvitsen apua

Muistilista ja vinkkejä puheeksi ottamisen tueksi

Alla olevat kysymykset voivat auttaa keskustelussa ja ihmisen tuen tarpeen sanoittamisessa.

Kysymykset ovat **apukysymyksiä, joita voit hyödyntää muistilistana ja soveltaa** sisältöjä eri tilanteisiin sopivalla tavalla. Miksi nämä asiat ovat ihmiselle merkityksellisiä tai miksi nämä asiat ovat haastavia? Kuuntele ja reagoi!

**Mitä
sinulle
kuuluu?
OSA 2**



Ihmissuhteet ja sosiaaliset tilanteet

- Oletko tyytyväinen perhesuhteisiisi? Miksi?
- Oletko tyytyväinen muihin ihmissuhteisiisi? Miksi?
- Koetko kuuluvasi johonkin ryhmään tai yhteisöön? Mihin?
- Onko sinulla joku, johon voit luottaa?
- Osaatko hakea apua ongelmiisi tarvittaessa? Miten?
- Miten koet sosiaaliset tilanteet? Miksi?



Terveys ja hyvinvointi

- Millaiseksi koet terveytesi?
- Miten pidät huolta hyvinvoinnistasi ja terveydestäsi?
 - Syötkö monipuolisesti?
 - Nukutko hyvin ja riittävästi? Kuuluuko liikunta arkeesi?
- Millainen rooli päihteillä on elämässäsi?
- Haluaisitko keskustella hengellisistä / henkisistä kysymyksistä jonkun kanssa?
- Miten käsittelet tunteitasi? Millaiseksi koet keskittymiskykyä ja kärsivällisyytesi? Siedätkö pettymyksiä?



Arjen sujuvuus

- Millainen on päivärytmisi?
- Onko sinulla riittävästi mielekästä tekemistä? Mitä?
- Miten kotityöt sujuvat? (esim. ruuan laitto, siivous, pyykinpesu, ulkotyöt)
- Tarvittaessa: Tarvitsetko apuvälineitä arjen tukena? Millaisia? (esim. päivittäiset toiminnot, liikkuminen, kuuleminen, näkeminen, kommunikointi)



Toimeentulo ja rahankäyttö

- Tiedätkö, paljonko rahaa sinulla on kuukausittain käytössäsi?
- Riittävätkö rahasi kuukausittaisiin menoihisi? Jos eivät, miksi?
- Miten pystyt huolehtimaan laskujen maksamisesta?
- Luotatko siihen, että selviät taloudellisesti yllättävissä tilanteissa? Miksi?
- Onko sinulla velkoja ja ongelmia niiden hoitamisessa? Miksi?



Asuminen

- Koetko olosi turvalliseksi kotona ja kodin ulkopuolella? Miksi?
- Miten viihdyt kodissasi?
- Koetko voivasi päättää, kuka viettää aikaa kodissasi? Jos et, miksi?
- Tarvittaessa: Millaiset mahdollisuudet sinulla on peseytymiseen ja hygieniasta huolehtimiseen?



Asioiden hoitaminen

- Miten asiointiasi virastoissa, muissa palveluissa ja kaupassa sujuvat?
- Hoidatko asioitasi itsenäisesti vai tarvitsetko siihen tukea? Millaista tukea?
- Osaatko hoitaa asioitasi sähköisesti verkkopalveluissa? Jos et, miksi?
- Avaatko sinulle tulevat kirjeet ja luetko sähköpostit? Jos et, miksi?



Opiskelu ja työelämä

- Millaiseksi koet opiskelusi tai työsi? Miksi?
- Miten työ tai opiskelu vaikuttaa elämänlaatuusi?
- Miten jaksat työssäsi tai opinnoissasi?



Tulevaisuuden toiveet ja tavoitteet

- Onko sinulla elämässäsi asioita, joista innostut? Mitä?
- Millaisia haaveita, toiveita ja tavoitteita sinulla on?
- Mitä olet valmis tekemään tavoitteidesi saavuttamiseksi?
- Koetko elämäsi merkitykselliseksi? Miksi?

Tuen ja palvelujen tarve tunnistetaan kohtaamisten yhteydessä

Kuuntele, tarkenna ja anna aikaa keskustelulle. Pyrkikää muodostamaan tilanteesta yhteinen ymmärrys ja pohtikaa yhdessä siihen sopivia ratkaisuja.

Joskus läheisten ja tuttavien tarjoama tuki voi riittää. Jos se ei riitä tai omaa tukiverkostoa ei ole, apua voi hakea eri paikoista: ammattilaisilta, järjestöiltä, seurakunnilta, kokemusasiantuntijoilta tai vapaaehtoistoimijoilta.

Ratkaisevaa on tilanteeseen tarttuminen, avun etsiminen ja käynnistäminen.

Kaikissa palveluissa on velvollisuus auttaa pääsemään oikean avun piiriin.

Lähde:
Palvelupolut kuntoon (PAKU)-hanke. Ennaltaehkäisevän palveluohjauksen ja varhaisen tuen malli. 2020.

Kuntien neuvontapalvelut

ovat yleistä neuvontaa, josta voit kysyä, mihin ottaa yhteyttä tilanteesi ratkaisemiseksi.

Sosiaalitoimisto

- arjen ja asumisen haasteet
- taloudellisen tuen tarve
- väkivaltakokemukset
- äkillinen kriisi
- päihdeongelmat
- huoli lapsen tai läheisen hyvinvoinnista
- erityisen tuen tarpeen arviointi

Akuutit tilanteet ja kriisiapu

- Hätäkeskus, soita 112
- Kriisiapu: Kriisikeskus Mobile, Rikosuhripäivystys
- Sosiaalipäivystys
- Kriisi-, väkivalta- ja perhetyö: Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti ry

Muita tärkeitä kanavia

- Keski-Suomen oikeusaputoimisto
- Digi- ja väestötietovirasto
- Keski-Suomen sovittelutoimisto
- Poliisi
- Takuusäätiö
- Suomi.fi

Terveyskeskus

- sairauden tai vamman hoito
- päihde- tai mielenterveysasiat
- terveysneuvonta
- neuvolat
- suun terveys
- palveluohjaus

TE-toimisto

auttaa työllistymisen, yrittäjyyden ja työllistämisen sekä ammatinvalinnan kysymyksissä.

Kunnan työllisyyspalvelut

auttavat, jos työttömyys on pitkittynyt tai työelämään pääseminen tuntuu vaikealta.

Seurakunnat, järjestöt ja kokemusasiantuntijat

auttavat, neuvovat ja tukevat ihmisiä vaihtuvissa elämäntilanteissa. Apu voi olla keskustelua, toimintaa, kotikäyntejä, ruoka-apua, neuvontaa ja opastusta. Tietoa järjestöjen toiminnasta saa mm. www.yhdistystori.fi.

Kela

huolehtii sosiaaliturvasta. Perustoimeentulotukea, asumistukea, työttömän perusturvaa ja monia muita etuuksia sekä kuntoutusta voi hakea Kelasta.



Yhteystietoja

KRIISIAPU:

- Hätäkeskus, soita 112
- [Kriisikeskus Mobile](#) 24h/vrk, soita 044 7888 470.
- [Rikosuhripäivystys](#) (RIKU): valtakunnallinen puhelinpalvelu ma-pe klo 9-20, p. 116 006. Jyvässeudun palvelupiste: Matarankatu 2 (C-ovi), Jyväskylä.
- [Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti ry:](#) kriisi-, väkivalta- ja perhetyö. Jyväskylä, p. 050 4688
Äänekoski, p. 050 4773 973.

MUITA AUTTAVIA TAHOJA:

- [Poliisi:](#) lupa-asiat, rikosilmoitukset. Keski-Suomen poliisilaitos, p. 0295 440 131.
- [Takuusäätiö:](#) neuvoja ja ratkaisuja velkatilanteisiin. Velkalinja 0800 9 8009.
- [Suomi.fi:](#) tietoa kansalaiselle ja yrittäjälle.
- [Yhdistystori:](#) tietoa järjestöjen toiminnasta.
- [Sosiaaliamies:](#) neuvoo ja ohjaa sosiaalihuollon asioissa, p. 044 265 1080
- [Keski-Suomen sovittelutoimisto:](#) rikos- ja riita-asioiden sovittelu, p. 014 266 3620

SOSIAALIPÄIVYSTYS:

Virka-aikaan kuntien sosiaalitoimistot. Muuna aikana koko Keski-Suomen sosiaalipäivystyksestä vastaa Jyväskylän sosiaalipäivystyksikkö: p. 014 266 0149.

Mikäli sosiaalipäivystäjä ei pysty vastaamaan puheluun, päivystyksen tavoittaa yleisen hätänumeron 112 kautta.

OIKEUSAPUTOIMISTO:

[Oikeusapu:](#) arkisin 8:00-16:15
Jyväskylä, p. 029 56 60830
Jämsä, p. 029 56 60800 tai 050-405 8073
Viitasaari, p. 029 56 60880
Äänekoski, p. 029 56 60870.

[Talous- ja velkaneuvonta:](#) puhelinpalvelu arkisin 8-16.15, ajanvaraus ja puhelinneuvonta arkisin 10-12 ja 15-16.15, p. 029 56 60835.

[Edunvalvonta:](#) Keski-Suomen toimipaikat Jyväskylä, Jämsä, Viitasaari ja Äänekoski. Asiakasopastus, p. 029 56 52245.

KELA:

Sähköinen asiointi Kelan [asiointipalvelussa](#). Puhelinpalvelu valtakunnallisissa numeroissa arkisin klo 9-16:

Asuminen 020 692 210
Eläkkeet 020 692 202
Kansainväliset tilanteet 020 634 0200 (klo 10-15)
Kuntoutus ja vammaistuet 020 692 205
Opiskelu ja asevelvollisuus 020 692 209
Perintäkeskus 020 634 4940
Sairastaminen ja kortit 020 692 204
Toimeentulotuki 020 692 207
Turvakieltoasiakkaat 020 635 3500
Työttömyys 020 692 210
Vanhemmuus 020 692 206.

TE-TOIMISTO:

Keski-Suomen TE-toimisto:
Vapaudenkatu 58 A, PL 400
40100 Jyväskylä
Asiointi ensisijaisesti sähköisesti [Oma asiointi](#) - palvelun kautta.
Puhelinpalvelu valtakunnallisen numeron kautta: 0295 025 500 (arkisin klo 9-16.15).

DIGI- JA VÄESTÖTIETOVIRASTO:

Esim. avioliitto- ja parisuhdeasiat, lapsen saaminen ja adoptio, nimiasiat, muutto, edunvalvonnan haku, kuolema ja perunkirjoitus ym.
Käyntiosoite: Hannikaisenkatu 47 C, Jyväskylä, 3. kerros. (Ma - Pe 9.00 - 16.15).
Ajanvaraus [sähköisessä palvelussa](#). [Valtakunnallinen puhelinpalvelu](#) arkisin klo 9-15.