



”Uskon siihen, että pystyn ja pärjään”

TYÖPAJATOIMINNAN VALTAKUNNALLISET SOVARI 2021 -TULOKSET

Riitta Kinnunen, Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry

Sisällys

Johdanto	3
Valmentautujien näkemyksiä työpajatoiminnan toteutuksesta	6
Valmentautujien kokema sosiaalinen vahvistuminen työpajajakson aikana.....	12
Sovari-tuloksia valmentautujaryhmittäin	15
Sovari-tuloksia työpajapalvelun mukaan	19
Valmentautujien kuvauksia laadukkaasta työpajatoiminnasta.....	29
Valmentautujien kuvauksia työpajatoiminnan vaikutuksista	33
Valmentautujien kuvauksia työpajatoiminnan kehittämistarpeista.....	43
Sovariin vastanneet valmentautajat.....	51



Johdanto

SOVARI – SOSIAALISEN VAHVISTUMISEN MITTARI on työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön vaikuttavuuden mittari. Sovarin tarkoituksena on mitata ja tuoda esille palveluiden sosiaalisesti vahvistavia vaikutuksia. Asiakkaiden sosiaalinen vahvistuminen nähdään työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön keskeisenä tavoitteena. Sovari täydentää työpajojen ja etsivän nuorisotyön tilastollista vaikuttavuustietoa, jolla seurataan asiakkaiden sijoittumista koulutukseen, työhön ja muihin palveluihin. Sovari-mittarin avulla työpajatoiminnasta ja etsivästä nuorisotyöstä saadaan valtakunnallisesti yhdenmukaista ja vertailtavaa vaikuttavuustietoa ja tunnuslukuja.

Työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön vaikutuksia asiakkaiden elämäntilanteisiin on tärkeää saada esille, jotta nähdään tuotettujen palveluiden merkitys ja tarve palvelujärjestelmässä. Sovarin tuottamalla tiedolla työpajatoimijat ja etsivää nuorisotyötä toteuttavat organisaatiot voivat osoittaa rahoittajilleen, yhteistyötahoilleen ja muille sidosryhmilleen palveluiden laatua ja vaikutuksia asiakkaiden kokemusten perusteella. Työpajat ja etsivän nuorisotyön organisaatiot voivat hyödyntää tietoja myös oman toimintansa kehittämiseen. Valmentautujille on tärkeää osallisuus, tunne siitä, että heidän kokemuksensa tulevat kuulluiksi ja he voivat vaikuttaa työpajatoiminnan kehittämiseen.

Sovari-mittarin ylläpidosta vastaa Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry osana kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskustoimintaa opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) tuella. Sovarin kehittämistyö on toteutettu tiiviissä yhteistyössä työpajojen ja etsivän nuorisotyön toimijoiden ja asiakkaiden kanssa.

Tässä raportissa keskitytään työpajojen valtakunnallisiin Sovari-tuloksiin. Etsivän nuorisotyön valtakunnallinen raportti julkaistaan erikseen.

Sovari-mittari perustuu työpajojen valmentautujille suunnattuun anonyyymiin nettikyselyyn. Työpajatoiminnassa valmentautajat vastaavat Sovari-kyselyyn työpajakaksensa loppuvaiheessa. Kyselyyn vastaaminen järjestetään osana työpajatoimintaa. Intossa on laadittu Sovarin käyttöä tukeva opaskirja¹, jossa kuvataan konkreettisesti Sovarin sisältö ja käsitellään sosiaalisen vahvistamisen osa-alueita ja periaatteita sekä mittarilla saatavan tiedon tulkitsemista ja hyödyntämistä.

Työpajatoiminnan Sovari sisältää kaksi arviointiosiota:

1. työpajatoiminnan *toteutuksen* ja
2. sen vaikutusten arvioinnin *sosiaalisen vahvistumisen* näkökulmasta.

Sovari-kyselyn ensimmäisessä arviointiosiossa valmentautajat arvioivat työpajatoiminnan toteutusta ja laatua. Työpajatoiminnan arvioinnin keskeisiä osa-alueita ovat **1) työtehtävät ja osallisuus, 2) yhteisöllisyys sekä 3) työ- ja yksilövalmennuksessa**

¹ Kinnunen, Riitta (2016): Työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön vaikuttavuus. Työkaluna sosiaalisen vahvistumisen Sovari-mittari. Valtakunnallinen työpajayhdistys ry, Helsinki. http://www.tpy.fi/site/assets/files/1372/tyopajatoiminnan-ja-etsivan_sovari-mittari_verkko-pdf.pdf

tarjottu ohjaus ja tuki (kuvio 1). Nämä ovat kolme keskeistä kulmakiveä, joihin sosiaalinen vahvistaminen työpajatoiminnassa perustuu.

Sovari-kyselyn toisessa arviointiosiossa valmentautujat arvioivat sosiaalisen vahvistumisen kokemuksiin työpajajakson aikana viidellä osa-alueella. Kukin osa-alue sisältää muutaman arviointikysymyksen. Asiakas arvioi, onko hän kokenut muutosta sosiaalisen vahvistumisen eri osa-alueilla palvelujakson aikana ja minkä suuntaista muutos on ollut.

Kuvio 1. Työpajatoiminnan toteutuksen arviointiteemat Sovarissa.



Sovari-mittarin sosiaalisen vahvistumisen osa-alueita ovat **1) itsetuntemus, 2) sosiaaliset taidot ja 3) elämänhallinta, jotka ovat ihmisen keskeisiä voimavaroja elämässä (kuvio 2). Lisäksi osa-alueisiin kuuluvat 4) arjen asioiden hallinta ja 5) opiskelu- ja työelämävalmiudet**, joissa sosiaalinen vahvistuminen ilmenee käytännössä arjessa suoriutumisenä ja etenemisenä opintojen ja työelämän poluilla.

Sovari-mittari tuottaa valtakunnallisia, alueellisia ja organisaatiokohtaisia tietoja ja tunnuslukuja sekä asiakkaiden omin sanoin kuvaamia kokemuksia työpajatoiminnan vaikutuksista. Työpajoille tuotetaan lisäksi yksikkö- tai ryhmäkohtaisia tietoja, mutta henkilökohtaisia tuloksia Sovari ei tuota. Into laatii Sovari-tulosten alueelliset ja organisaatiokohtaiset yhteenvedot sekä valtakunnallisen raportin kerran vuodessa. Organisaatiokohtaisissa ja alueellisissa yhteenvedoissa tulokset ovat vertailtavissa valtakunnallisiin tuloksiin.

Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastasi kaikkiaan 4338 valmentautujaa 200 työpajalta. Sovari 2021 -tulokset perustuvat vuoden 2021 aikana ja tammikuussa 2022 kerättyihin tietoihin. Sovari-mittari on ollut käytössä vuodesta 2016 ja nyt kyseessä oli kuudes tiedonkeruukausi. Sovari on juurtunut työpajakentälle laajasti: nyt omat Sovari-tuloksensa sai 135 työpajaa.

Vuosina 2019–2021 työpajatoimintaa sopeutettiin koronapandemian tuomien kokoontumisrajoitusten mukaan. Työpajatoimintaa siirrettiin työpajoilta koteihin etäyhteyksien päähän ja järjestettiin entistä rajatummissa pienryhmissä työpajoilla.

Uusia toimintamalleja kehitettiin ja otettiin käyttöön ripeällä otteella. Muutokset vaikuttivat muun muassa työpajalla järjestettyihin tehtäviin ja työn sisältöihin, valmentautujien mahdollisuuksiin tavata toisiaan ja työskennellä yhdessä sekä työ- ja yksilövalmennuksen toteutukseen. Vuoden 2021 aikana voitiin irtautua työpajoja koskeneista kokoontumisrajoitteista, mutta uusia verkkoavusteisia toimintamalleja on hyödynnetty ja jalostettu edelleen. Sovari 2021 -tulokset kertovat osaltaan työpajatoiminnan kehittymisestä muutosten keskellä. Seurantatieto tuo esille työpajatoiminnasta saatuja kokemuksia sekä sen merkitystä ja vaikutuksia valmentautujien elämässä pandemian aikana.

Sovari 2021 -kyselyn sisältö vastasi edeltäneen 2020 vuoden kyselyä, joten nämä tulokset ovat vertailtavissa keskenään. Tuloksia voi verrata myös aikaisempiin Sovari 2020 ja 2019 -tuloksiin sillä huomiolla, että Sovari 2021 -kyselyä hiottiin selkokieliempään muotoon ja tämä voi osaltaan selittää tuloksissa havaittavia eroja. Kysymysten sisältö pyrittiin kuitenkin pitämään mahdollisimman ennallaan.

Tässä raportissa esitellään valtakunnallisia Sovari 2021 -tuloksia työpajatoiminnasta. Ensin kuvataan valmentautujien näkemyksiä työpajatoiminnan toteutuksesta sekä heidän kokemaansa sosiaalista vahvistumista työpajajakson aikana. Sen jälkeen käydään läpi Sovari-tuloksia valmentautujaryhmittäin ja työpajapalvelun mukaan. Lopuksi tuodaan esille valmentautujien omin sanoin kirjoittamia kuvauksia työpajatoiminnan tarjoamista kokemuksista ja sen vaikutuksista sekä työpajatoiminnan kehittämistarpeista.



Kuvio 2. Sosiaalisen vahvistumisen osa-alueet Sovarissa.

Valmentautujien näkemyksiä työpajatoiminnan toteutuksesta

SOVARI-MITTARILLA TUOTETAAN tietoa sosiaalista vahvistumista edistävien periaatteiden toteutumisesta työpajatoiminnassa. Myönteiset kokemukset työtehtävissä, yhteisöllisyydessä ja valmennuksessa rakentavat perustaa sosiaaliselle vahvistumiselle. Onnistuminen työpajan tehtävissä ja myönteisen palautteen saaminen ryhmän muilta jäseniltä ja valmentajilta tuottavat valmentautujalle hyväksytyksi tuleminen tunteita. Vahvistuneet käsitykset omista kyvyistä, työpajayhteisössä pärjääminen sekä kannustava valmennus edistävät tavoitteisiin pyrkimistä ja uuden oppimista, yrityksen ja erehdyksen kautta.²

Työpajojen Sovari-tulosten mukaan edellä kuvatut periaatteet toteutuvat työpajatoiminnassa yleensä melko tai erittäin hyvin. Työpajatoiminta on yleisesti laadukasta. Valmentautujille on järjestetty sopivan haastavia ja antoisia tehtäviä, sillä 93 prosenttia heistä on saanut tehtävissään onnistumisen kokemuksia ja 82 % kokee oppineensa uusia taitoja (kuvio 3). Useimmat heistä, 84 %, ovat myös saaneet kokeilla riittävän monipuolisesti erilaisia työtehtäviä. Nämä asiat ovat tärkeitä valmentautujan omien vahvuuksien tunnistamiseksi.

Osallisuuden toteutumista työpajalla osoittaa se, että valmentautujista 82 % kokee voineensa vaikuttaa omien tehtäviensä valintaan ja katsoo, että tulevaa toimintaa on suunniteltu yhdessä.

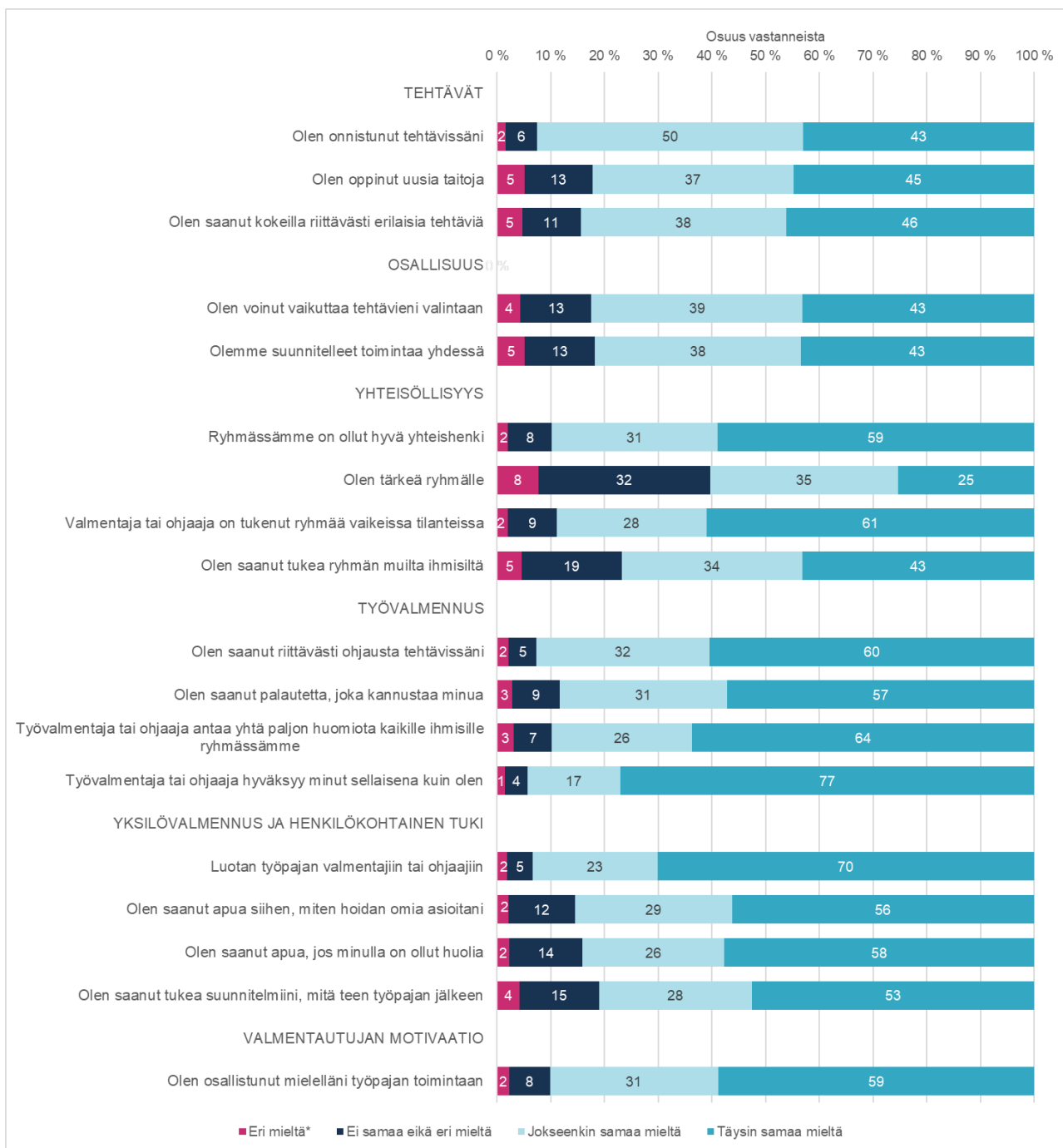
Työpajan ilmapiirin valmentautajat kokevat yleisesti hyväksi: valmentautujista 90 % on vähintään melko tyytyväisiä ryhmähenkeen työpajalla. Valmentautujista 60 % on kokenut itsensä tärkeäksi ryhmän jäseneksi työpajalla. Kaikille valmentautujille ryhmään kuuluminen ei ole aivan sujuvaa. Kuitenkin suurin osa, 77 % vastaajista, kokee saaneensa vertaistukea ryhmältään. Yhteisöllisyyden merkitys näyttää pysyneen vuoden 2020 tasolla ja sitä aikaisempaa suurempana.

Sovari-tulosten mukaan valmentautajat ovat antaneet erityisen hyvät arviot sekä työvalmennukselle että yksilövalmennukselle. Sovari-tulosten perusteella valmentajat luovat luottamuksen ja hyväksynnän ilmapiiriä: valmentautujista valtaosa, 92 %, luottaa valmentajiin ja 94 % kokee valmentajien hyväksyvän heidät sellaisena kuin he ovat.

Työpajojen työvalmentajat kohtelevat valmentautujia tasapuolisesti ja arvostavasti: valmentautujista 88 % on saanut kannustavaa palautetta ja 90 % kokee työvalmentajien huomioivan heitä tasapuolisesti. Tyytyväisyyden taso on korkea, kun kuusi kymmenestä valmentautujasta on erittäin tyytyväisiä näihin asioihin. Valmentautujista 89 % on myös kokenut, että valmentajat ovat tukeneet ryhmää vaikeissa tilanteissa.

Valmentautujista suurin osa, 86 %, on saanut ainakin melko hyvin ohjausta omien asioidensa järjestämiseen ja 81 % tukea jatkosuunnitelmien tekemiseen työpajajakson aikana. Useimmat valmentautajat (84 %) ovat saaneet halutessaan ainakin melko hyvin tukea myös mieltään painaviin asioihin. Vähintään puolet valmentautujista on erittäin tyytyväisiä näihin yksilövalmennukseen liittyviin asioihin. Toisaalta viidesosa (19 %) vastaajista ei koe saaneensa kovin hyvin tukea suunnitelmiensa tekemiseen. Joka kuudes valmentautuja (16 %) oli tyytymätön tuen saantiin omiin huoliinsa liittyen.

² Ks. Sovarin opaskirja: http://www.tpy.fi/site/assets/files/1372/tyopajatoiminnan-ja-etsivan_sovari-mittari_verkko-pdf.pdf



Kuvio 3. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokemukset työpajatoiminnasta (N=3655). (*Vastausvaihtoehdossa "eri mieltä" on yhdistetty vastausvaihtoehdot "jokseenkin eri mieltä" ja "täysin eri mieltä".)

Sovariin vastanneista valmentautujista kaikkiaan 96 % on kokenut työpajajaksonsa niin onnistuneena, että suosittelisi työpajatoimintaa työttömänä olevalle kaverille. Tulos on valmentautujilta selkeä viesti siitä, että työpajatoiminta nähdään hyväksi ja hyödylliseksi palveluksi. Työpajatoimintaan ollaan kokonaisuutena tyytyväisiä. 90 % Sovariin vastanneista valmentautujista on osallistunut mielellään työpajatoimintaan.

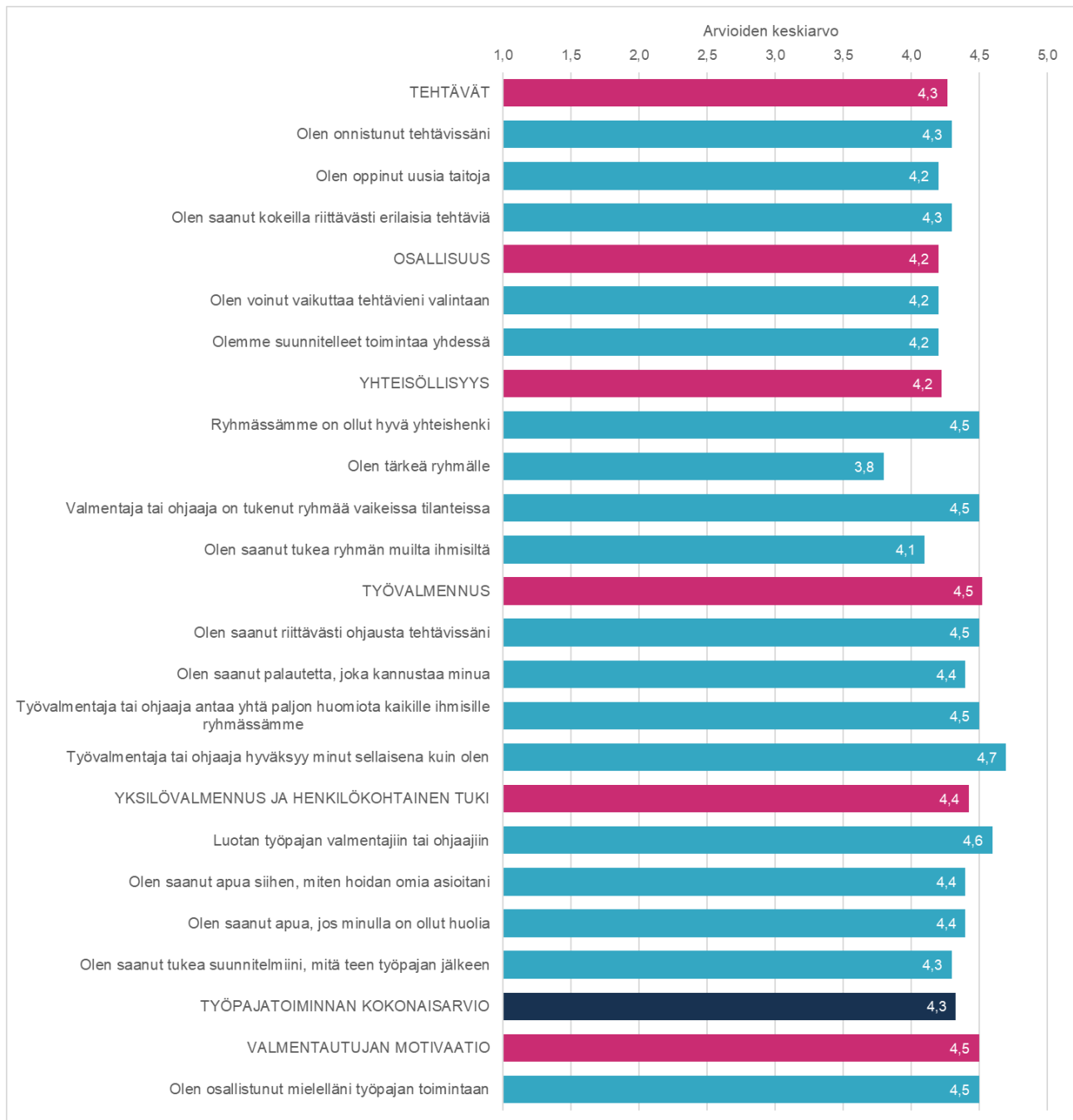
Sovarissa kysytään, mitä hyvää valmentautujat ovat saaneet työpajatoiminnasta. Nämä valmentautujien omin sanoin kirjoittamat kuvaukset tuovat esille, mistä työpajatoiminnassa on kysymys:

Olen saanut haastaa omia epävarmuuden tunteita ja häpeän kokemuksia turvallisessa ilmapiirissä. Työpaja on tukenut ja lisännyt voimavarojani monella elämän osa-alueella, kuten yleisessä jaksamisessa ja paineensietokyvyn lisäämisessä. Myös itsereflektoinnin taso ja rakentavan palautteen antaminen ja vastaanottaminen ovat kehittyneet huomasti tämän 3 kuukauden aikana. Pidän erityisesti avoimesta ja luottamuksellisesta vuorovaikutuksesta, jota ohjaaja hienosti ohjaili. Keskusteluiden aikana tuli aina kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tunne. Työpajan myötä olen saanut uudenlaista intoa luonto- ja ympäristöalan opintojen suhteen, sekä lisää itsevarmuutta. Koen, että pystyvyyden tunne työelämään palaamisen suhteen on voimistunut. Ohjaaja oli erittäin ammattitaitoinen ja luotettava ja hän osasi tukea koko työpajatoiminnan ajan.

Työpajan ansiosta olen saanut itsevarmuutta enemmän ja rohkeutta, sekä muutenkin elämäni on ollut tasapainoisempaa, kun olen käynyt pajalla ja olen pysynyt mielestäni hyvin arkirytmissä kiinni. Työpajalla olen myös saanut paljon vertaistukea muilta pajalaisilta ja ohjaajat ovat olleet kaikin puolin erittäin mukavia ja luotettavia ihmisiä, joille on pystynyt puhumaan, jos on ollut jotain. Sain myös erittäin paljon apua, kun mietin kouluun hakemista, ja pääsinkin sitten lopulta kouluun. Kaikin puolin työpajalla oleminen on vaikuttanut elämäni hyvin positiivisesti ja olen viihtynyt pajalla erittäin hyvin, eli pajatoiminta on auttanut paljon elämässäni ja selkeyttänyt tulevaisuuden suunnitelmiani.

Työpaja on auttanut minua palauttamaan ja ylläpitämään unirytmiani. Olen oppinut paljon kädentaitoja, joita olen aina halunnut kokeilla. Olen oppinut työpaikkojen hakuun liittyviä asioita, kuten hakemuksen muotoilu ja itsensä "myyminen" työnantajalle. Olen saanut rauhassa kuntouttaa itseäni niin henkisesti kuin fyysisestikin ilman työelämän aiheuttamaa stressiä ja ajan viettä. Olen nyt paljon paremmassa kunnossa aloittamaan työelämän. Olen tavannut uuden hyvän ystävän pajan kautta. Tämä on ollut hieno asia minulle, koska minulla ei ollut ystäviä, joita pääsisin näkemään koska vain. Kaikki muut ystäväni asuvat nykyään ympäri Suomea, ja olen heihin internet puheluiden välityksellä päivittäin - viikoittain yhteyksissä. Olen päässyt kokeilemaan asioita, joita en ollut edes miettinyt, että voisi kokeilla. Pelkoni esimerkiksi sirkkelin ja muiden sahojen ja laitteiden käytöstä hävisi pajalla ollessa, kun sain hyvin kattavat ohjaukset näiden laitteiden käyttöön.

Valtakunnallisten Sovari 2021 -tulosten mukaan työpajatoiminta saa valmentautujilta kiitettävän yleisarvosanan 4,3 asteikolla 1–5 (kuvio 4). Parhaimpiin arvosanoihin ylsivät työvalmennus (4,5) ja yksilövalmennus (4,4). Työtehtäville ja toiminnalle annettiin arvosana 4,3, osallisuuden toteutumiselle 4,2 ja työpajan yhteisöllisyydelle 4,2.



Kuvio 4. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien työpajatoiminnalle antamien arvioiden keskiarvot asteikolla 1–5 (N=3655).

Sovarin opaskirjassa³ on määritelty, että keskiarvon 4,1–4,5 saaneet toiminnan periaatteet ovat toteutuneet työpajatoiminnassa hyvin ja kyse on toiminnan vahvuudesta. Sovari 2021 -tuloksissa lähes kaikki valtakunnallisen aineiston arviot sijoittuvat tälle välille. Keskiarvo 3,6–4,0 merkitsee, että arvioitu periaate toteutuu kohtalaisesti, ja toiminnassa voi olla tältä osin kehittämistarpeita. Vuonna 2021 tälle välille on sijoittunut edelleen yksi työpajan yhteisöllisyyttä kuvaava väittämä: ”Olen kokenut

³ https://www.tpv.fi/site/assets/files/1372/tyopajatoiminnan-ja-etsivan_sovari-mittari_verkko-pdf.pdf

itseni tärkeäksi työpajaryhmässä”. Tulosten mukaan valmentautajat kokevat itsensä tärkeäksi silloin, kun heillä on jotain tärkeää annettavaa ryhmälleen, esimerkiksi he voivat auttaa tai opastaa toisiaan.

Sovari-tulosten vertailu vuodesta 2017 vuoteen 2021 tuo esille, että työpajatoiminnan laatu on parantunut aste asteelta, mikä on havaittavissa seuraavissa asioissa:

- **Valmentautujien tyytyväisyys työtehtäviin ja osallisuuteen on lisääntynyt: valmentautajat ovat voineet kokeilla entistä monipuolisemmin erilaisia tehtäviä sekä vaikuttaa entistä paremmin tehtäviensä valintaan ja yhteiseen toimintaan työpajalla.**
- Yhteisöllisyyden osalta **ryhmähenki on vahvistunut ja valmentajat ovat tukeneet ryhmiä** entistä paremmin vaikeissa tilanteissa – myös läpi koronapandemian. Muilta ryhmäläisiltä on saatu entistä enemmän **vertaistukea**.
- Työvalmennuksessa valmentautajat ovat saaneet **yhä paremmin ohjausta tehtävissään**, heitä on **huomioitu entistä tasapuolisemmin** ja he ovat kokeneet yhä vahvemmin, että heidät **hyväksytään omana itsenään**.
- Yksilövalmennuksessa valmentautajat ovat saaneet **entistä paremmin tukea omista huolistaan. Tuen saaminen tulevaisuuden suunnitelmien tekemiseen ja omien asioiden hoitamiseen myös vahvistui, kun vertaillaan Sovari 2021 -tuloksia edelliseen vuoteen.**
- Valmentautajat ovat olleet myös **entistä motivoituneempia** osallistumaan työpajatoimintaan.

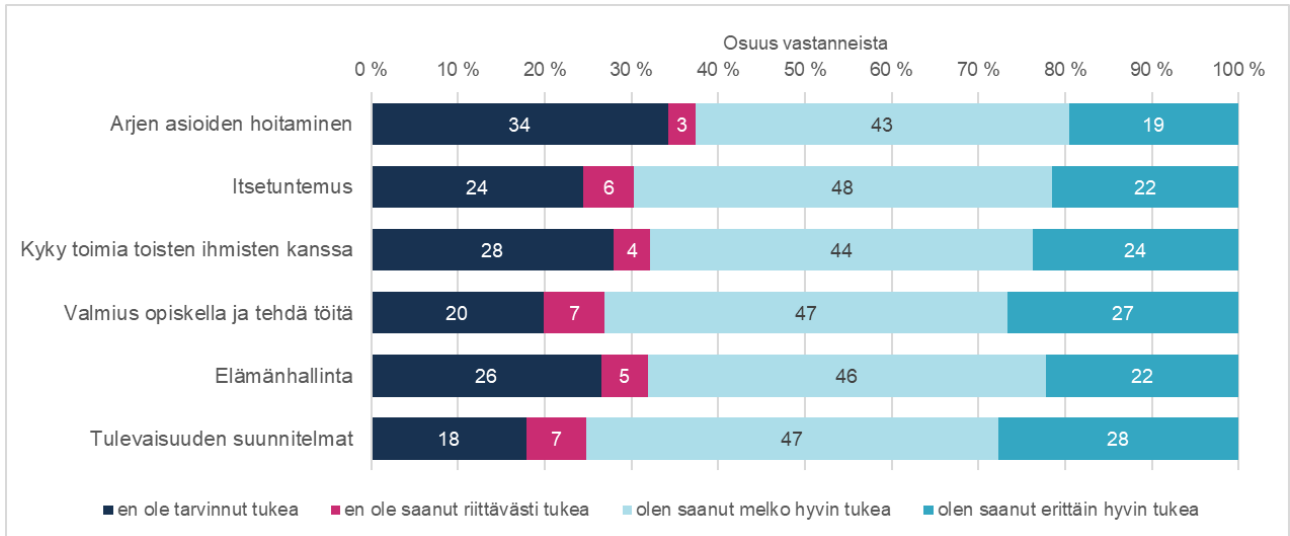
Kehitys ei ole kuitenkaan kulkenut pelkästään parempaan suuntaan. Sovari 2017–2019-tuloksissa yksilövalmennuksen taso nähtiin hieman nykyistä paremmaksi:

- Sovari-tulosten mukaan yksilövalmennuksesta saatiin aikaisemmin hieman nykyistä paremmin tukea omien asioiden hoitamiseen sekä suunnitelmiin, mitä valmentautuja tekee työpajajakson jälkeen.
- Sovari 2017–2018-tuloksissa valmentautajat kokivat onnistumisia tehtävissään työpajalla enemmän kuin myöhemminä vuosina.

Läpi Sovari-vuosien valmentautajat ovat olleet tyytyväisimpiä seuraaviin asioihin työpajalla:

- Valmentautujan saama hyväksyntä omana itsenään
- Luottamus työpajan valmentajiin
- Työpajan yhteishenki
- Ohjauksen riittävyys työtehtävissä
- Ohjauksen tasapuolisuus ryhmissä

Valtaosa valmentautujista on tarvinnut tukea kaikilla sosiaalisen vahvistumisen osa-alueilla työpajajakson aikana. Yleisesti tuen tarpeisiin on vastattu melko tai erittäin hyvin (kuvio 5). Valmentautajat ovat tarvinneet ja myös saaneet tukea yleisimmin tulevaisuuden suunnitelmiin (75 %) sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksiinsa (73 % vastaajista). Tuen tarve ja saanti on liittynyt useimpien kohdalla myös itsetuntemuksen vahvistamiseen (70 %), sosiaalisiin taitoihin (68 %) sekä elämänhallintaan (68 %). Myös arjen hallinnassa tuen tarve on ollut yleistä ja siihen on vastattu hyvin työpajalla (63 %). Valmentautujista 3–7 % olisi kuitenkin toivonut enemmän tukea näissä asioissa kuin ovat työpajajaksonsa aikana saaneet. Tuen puutetta on ollut eniten tulevaisuuden suunnitelmissa sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksissa. Valmentautujien tuen tarpeissa ei ole nähtävissä merkittäviä muutoksia aiempiin vuosiin verrattuna. Tuen saanti työpajajakson aikana on pysynyt pääosin yhtä hyvällä tasolla.

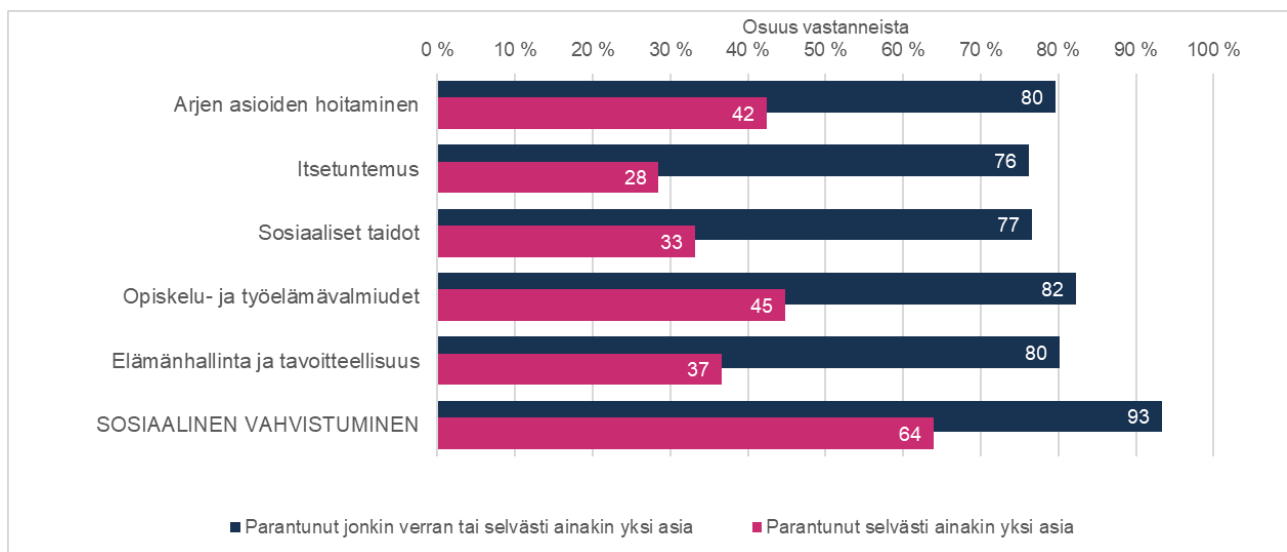


Kuvio 5. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokema tuen tarve ja saanti työpajajakson aikana (N=4309).

Valmentautujien kokema sosiaalinen vahvistuminen työpajajakson aikana

VALTAKUNNALLISTEN SOVARI 2021 -TULOSTEN mukaan työpajojen valmentautujista 93 prosenttia on kokenut sosiaalista vahvistumista vähintään jonkin verran työpajajakson aikana. Selvää vahvistumista jakson aikana on kokenut 64 prosenttia valmentautujista (kuvio 6).

Useimmat valmentautajat ovat kokeneet sosiaalista vahvistumista useilla eri osa-alueilla samanaikaisesti. Myönteisiä edistysaskelia on koettu erityisesti opiskelu- ja työelämävalmiuksissa (82 % valmentautujista), arjen asioiden hallinnassa (80 %) sekä elämönhallinnassa ja tavoitteellisuudessa (80 %). Myönteistä muutosta on tapahtunut useimmilla valmentautujilla myös sosiaalisissa taidoissa (77 %) ja itsetuntemuksessa (76 %). Tulokset kertovat sosiaalisen vahvistumisen laaja-alaisuudesta ja eri osa-alueiden yhteydestä: koetut edistysaskeleet yhdellä saralla liittyvät edistymisen kokemuksiin muissa elämäntaidoissa.



Kuvio 6. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokema sosiaalinen vahvistuminen osa-alueittain työpajajakson aikana (N=4335).

Sosiaalisen vahvistumisen Sovari 2021 -tulokset ovat pysyneet lähes edellisen vuoden tasolla. Suurempi muutos on havaittavissa 2019-kauden ja sitä aikaisempiin tuloksiin nähden: sosiaalinen vahvistuminen on aikaisempaa yleisempää ja laaja-alaisempaa työpajatoiminnassa. Entistä suurempi osa valmentautujista on kokenut selvää myönteistä muutosta työpajajakson aikana sosiaalisen vahvistumisen eri osa-alueilla. Kaudella 2021 64 %, 2020 65 % ja 2019 59 % valmentautujista oli kokenut selvää vahvistumista ainakin jossakin asiassa. Työpajatoiminnan merkitys näkyy entistä suurempana erityisesti valmentautujien opiskelu- ja työelämävalmiuksien vahvistumisessa.

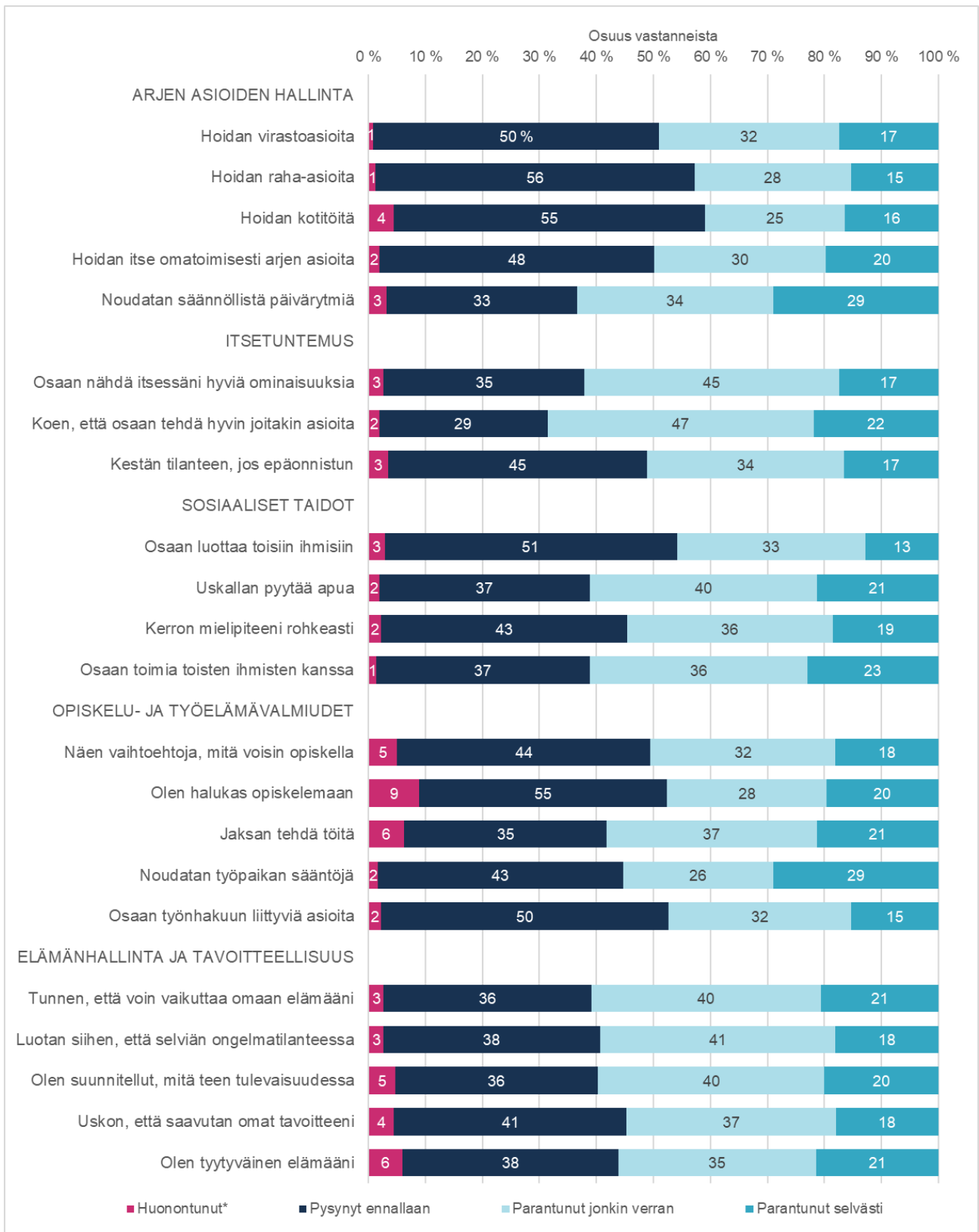
Edistyminen arjenhallinnassa merkitsee useimmiten päivärytmin parantumista (63 % valmentautujista) ja monen valmentautujan kohdalla myös omatoimisuuden lisääntymistä arjen asioiden hoitamisessa (59 %) ja virastoasioissa (49 %) (kuvio 7). Itsetuntemuksen kohentuminen tarkoittaa erityisesti vahvistumisen tunnetta siinä, että osaa tehdä hyvin joitakin asioita (69 %) ja näkee itsessään hyviä ominaisuuksia (62 %). Sosiaalisten taitojen vahvistuminen viittaa etenkin parantuneeseen kykyyn toimia toisten ihmisten kanssa (61 %) sekä kasvaneeseen rohkeuteen pyytää apua (61 %) ja tuoda esille omia mielipiteitä muiden ihmisten kesken (55 %).

Opiskelu- ja työelämävalmiuksissa koetut myönteiset muutokset ilmenevät muun muassa työtehtävissä jaksamisessa (58 %), työelämän pelisääntöjen noudattamisessa (55 %), opiskeluhalukkuudessa (48 %) ja opiskeluun liittyvien vaihtoehtojen selkeydessä (51 %). Elämänhallinnan ja tavoitteellisuuden parantuminen on merkinnyt ennen kaikkea sitä, että valmentautuja kokee entistä vahvemmin voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä (61 %). Myös suunnitelmat omassa elämässä eteenpäin ovat useimpien kohdalla selkeytyneet (60 %) ja luottamus ongelmista selviämiseen on vahvistunut (59 %).

Sovari 2021 -tulosten perusteella työpajatoiminta on tukenut sosiaalista vahvistumista eniten seuraavissa asioissa:

- vahvistanut valmentautujien tunnetta omasta osaamisesta (69 %)
- vahvistanut omien hyvien ominaisuuksien tunnistamista (62 %)
- parantanut valmentautujien päivärytmiä (63 %)
- lisännyt rohkeutta pyytää apua toisilta ihmisiltä (61 %)
- vahvistanut kykyä toimia toisten ihmisten kanssa (61 %)
- vahvistanut tunnetta, että voi itse vaikuttaa omaan elämäänsä (61 %)

Pandemia lisäsi valmentautujien huolenaiheita ja ahdistusta, mutta työpajatoiminta tuki heidän voimavarojaan. Useimpien valmentautujien kyvykkyyden ja pystyvyyden tunne selviytyä haasteellisista tilanteista sekä vaikuttaa elämäänsä vahvistui pajajakson aikana. Vertaistuellalla on ollut epidemiavuosina valmentautujille entistä suurempi merkitys työpajalla. Työpajatoiminnan myötä valmentautujista yli puolet (56 %) koki olevansa aikaisempaa tyytyväisempiä elämäänsä.

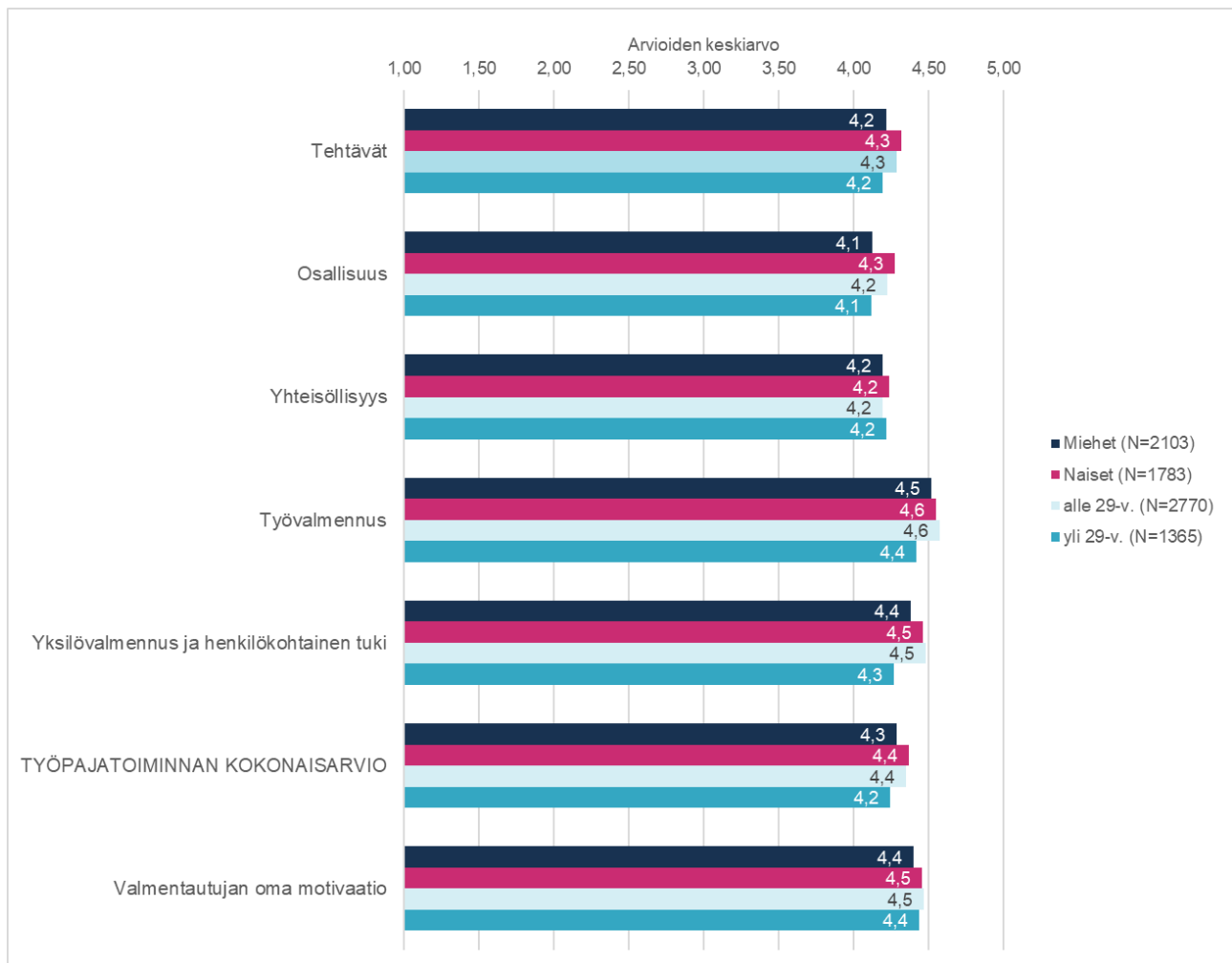


Kuvio 7. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokema muutos sosiaalisen vahvistumisen osa-alueilla työpajajakson aikana (N=4335). (*Vastausvaihtoehdossa "huonontunut" on yhdistetty vastausvaihtoehdot "huonontunut jonkin verran" ja "huonontunut selvästi".)

Sovari-tuloksia valmentautujaryhmittäin

Tuloksia valmentautujien iän ja sukupuolen mukaan

Sovari-mittarilla kerätään tietoa sekä nuorten että aikuisten työpajatoiminnasta. **Työpajatoiminnan toteutusta** koskevien **eri ikäryhmien** tulosten vertailuissa tulee esille, että työpajatoiminta saa kaikenikäisiltä valmentautujilta hyvän arvosanan, nuorilta (alle 29-vuotiaat) 4,4 ja aikuisilta (vähintään 29 vuotta täyttäneet) 4,2 (kuvio 8).



Kuvio 8. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien työpajatoiminnalle antamien arvioiden keskiarvot asteikolla 1–5 sukupuolen ja iän mukaan.

Nuoret valmentautajat ovat keskimääräisesti hieman tyytyväisempiä työpajan tarjoamiin tehtäviin, osallisuuteen työpajalla sekä työ- ja yksilövalmennukseen kuin aikuiset valmentautajat. Yhteisöllisyyden työpajalla nuoret ja aikuiset kokevat yhtä hyväksi. Molemmat ikäluokat ovat myös yhtä motivoituneita työpajatoimintaan.

Sovari-tuloksista voidaan tehdä lisäksi seuraavia havaintoja ikäryhmiin liittyen:

- Nuoret valmentautajat (alle 29-vuotiaat) ovat tyytyväisempiä tehtäviensä monipuolisuuteen ja uuden oppimisen mahdollisuuksiin työpajalla kuin aikuiset valmentautajat (vähintään 29 vuotta täyttäneet). Aikuisten tyytyväisyys näihin asioihin on kuitenkin noussut edellisen vuoden tuloksista. On hyvä, jos vanhempien ikäryhmien kohdalla on lisätty työsisältöjen monipuolisuutta ja nostetaan vaatimustasoa valmentautujien työkokemuksen ja osaamisen mukaan.
- Nuoret näkevät vaikutusmahdollisuutensa työpajan toimintaan ja tehtäviin keskimääräisesti paremmiksi kuin aikuiset. Aikuisten tyytyväisyys osallisuuden mahdollisuuksiin on kuitenkin lisääntynyt edellisen vuoden Sovari-tuloksista. Tulos voi kertoa siitä, että varttuneemmille valmentautujille on annettu entistä enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa omien tehtäviensä valintaan ja suunnitteluun.
- Työpajatoiminnan yhteisöllisyyteen nuoret ja aikuiset valmentautajat ovat yhtä tyytyväisiä. Aikuiset valmentautajat kokevat nuoria useammin itsensä tärkeäksi ryhmässä ja saaneensa vertaistukea toisilta valmentautujilta. Nuoret puolestaan ovat tyytyväisempiä valmentajien antamaan tukeen ryhmässä.
- Etenkin nuoret ovat tyytyväisiä saamaansa työ- ja yksilövalmennukseen. Ero tyytyväisydentasossa näkyy kaikissa valmennukseen liittyvissä kysymyksissä. Työvalmennuksessa nuoret ovat aikuisia tyytyväisempiä ohjauksen saantiin, kannustavuuteen ja tasapuolisuuteen. Yksilövalmennuksessa nuorten suurempi tyytyväisyys näkyy etenkin siinä, miten nuoret ja aikuiset ovat saaneet ohjausta ja tukea omien asioidensa hoitamisessa, mieltään painavissa asioissa ja jatkosuunnitelmissa. Tulos herättää kysymyksen, onko aikuisten työpajatoiminnassa riittävästi yksilövalmennusta. Tässä ei ole havaittavissa muutosta edellisen vuoden tuloksiin.

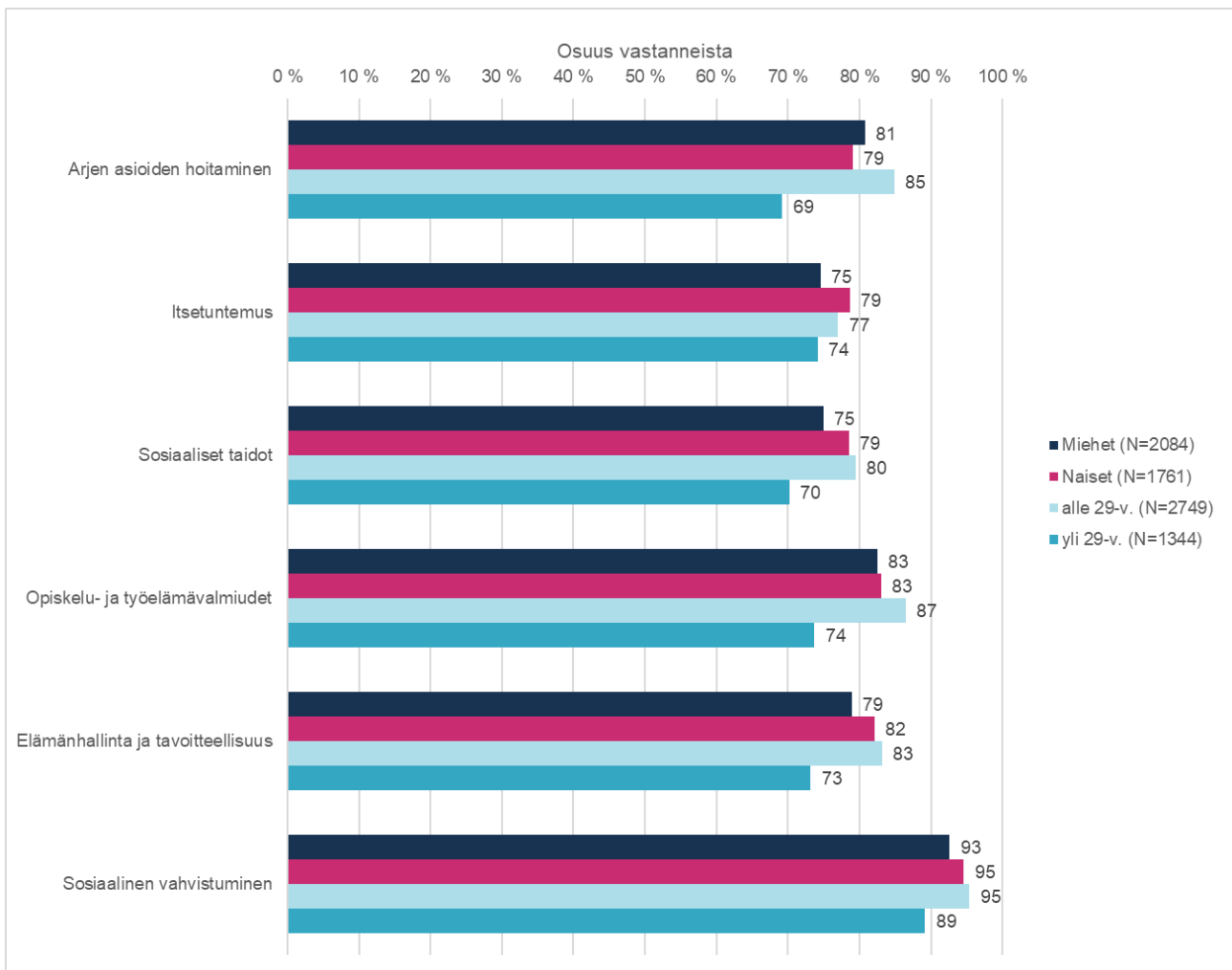
Nuorten kokema **tuen tarve** sosiaalisen vahvistumisen eri osa-alueilla on suurempi kuin aikuisilla. Nuorten tuen tarpeisiin myös vastataan hyvin: tukea tarvinneista alle 29-vuotiaista vähintään 92 % on ollut tyytyväisiä tuen saantiin sosiaalisen vahvistumisen kullakin osa-alueella. Myös aikuisista valmentautujista suurin osa kokee tarvinneensa tukea esimerkiksi tulevaisuuden suunnitelmien tekemiseen (73 %), opiskelu- ja työelämävalmiuksien vahvistamiseen (69 %) ja itsetuntemukseen (66 %). Myös heidän tuen tarpeisiinsa on yleensä vastattu hyvin työpajalla. Aikuisista valmentautujista 8 % olisi tarvinnut enemmän tukea tulevaisuuden suunnitelmien tekemiseen kuin on saanut työpajajakson aikana.

Sosiaalista vahvistumista kokevat yleensä kaikenikäiset valmentautajat työpajajaksonsa aikana. Sovarin mukaan työpajatoiminnasta ovat hyötynet erityisesti nuoret, alle 29-vuotiaat valmentautajat: heistä 95 % on kokenut sosiaalista vahvistumista jollakin elämäntaitojen osa-alueella. Myös yli 29-vuotiaista aikuisista valtaosa, 89 % on kokenut sosiaalista vahvistumista työpajajakson aikana.

- Arjen asioiden hoitamisessa erityisesti nuoret valmentautajat kokevat edistymistä työpajajakson aikana: nuorista 85 % on kokenut arjenhallinnan vahvistumista työpajajaksolla. Etenkin nuoret kokevat myönteisiä muutoksia päivärytmissä, kotitöiden ja virastoasioiden hoitamisessa sekä yleisessä omatoimisuudessa arjessa. Nuorilla voi olla enemmän opittavaa arjenhallinnassa, ja se kehittyy aikuistumisen myötä. Kuitenkin myös aikuisista 69 % on kokenut edistystä arjenhallinnassa työpajalla ollessaan: joka toisella muutos on liittynyt päivärytmiin, mutta monilla muihinkin arjen taitoihin.
- Opiskelu- ja työelämävalmiudet vahvistuvat etenkin nuorilla, mutta myös aikuisilla: edistymistä on kokenut nuorista 87 % ja aikuisista 74 %. Työpajajakson aikana vähintään joka toinen nuori on kokenut opiskeluvaihtoehtojen selkeytymistä, opiskeluhaluuden lisääntymistä, edistymistä työpaikan pelisääntöjen noudattamisessa, työhön

liittyvässä jaksamisessa ja työnhakutaidoissa. Aikuisilla myönteiset muutokset painottuvat enemmän työelämäntoihin kuin opiskeluun, etenkin työssä jaksamiseen ja työelämän pelisääntöjen noudattamiseen.

- Myös sosiaalisissa taidoissa nuoret kokevat vahvistumista enemmän kuin aikuiset työpajalla, nuorista 79 % ja aikuisista 70 %. Elämönhallinnan vahvistumista on kokenut 87 % nuorista ja 74 % aikuisista. Erot ikäryhmien välillä ovat kuitenkin näillä osa-alueilla pienempiä kuin arjenhallinnassa sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksissa. Selkeimmin ero tulee esille siinä, että etenkin nuoret ovat työpajalla suunnitelleet, mitä tekevät työpajajakson jälkeen, ja saaneet vahvistusta tunteeseen, että voivat itse vaikuttaa elämänsä kulkuun ja saavuttaa tavoitteensa. Nuorista liki kaksi kolmasosaa ja aikuisista noin puolet on saanut näitä vahvistumisen kokemuksia työpajajakson aikana.
- Vähiten ikäryhmien välisiä eroja tulee esille itsetuntemuksen vahvistumisessa. Nuorista 77 % ja aikuisista 74 % on kokenut itsetuntemuksen parantumista työpajajakson aikana. Niin nuoret kuin aikuisetkin ovat oppineet tunnistamaan omia hyviä ominaisuuksiaan ja osaamistaan.
- Nuorista 97 % ja aikuisista 93 % suosittelee työpajatoimintaa työttömälle kaverilleen.



Kuvio 9. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokema sosiaalinen vahvistuminen työpajajakson aikana ikäryhmittäin ja sukupuolen mukaan.

Sukupuolten välillä on eroa tyytyväisyydessä **työpajatoiminnan toteutukseen**. Naiset ovat yleisesti tyytyväisempiä työpajatoimintaan kuin miehet, mutta myös miehet antavat työpajatoiminnasta yleisesti hyvät arvosanat. Ero sukupuolten välillä näkyy suurempana tyytyväisyydessä työpajan tarjoamiin tehtäviin, valmentautujien osallisuuteen sekä yksilövalmennukseen ja pienempänä tyytyväisyydessä työpajan yhteisöllisyyteen ja työvalmennukseen (kuvio 8).

- Naiset ovat miehiä tyytyväisempiä erityisesti siihen, miten työpajan tehtävät ovat tarjonneet onnistumisen ja uuden oppimisen kokemuksia sekä miten he ovat voineet vaikuttaa tehtäviensä valintaan. Naiset ovat miehiä tyytyväisempiä myös kannustavan palautteen sekä tuen saamiseen mieltä painavissa asioissa ja jatkosuunnitelmien tekemisessä. (Erot sukupuolten välillä ovat tilastollisesti merkitseviä.)
- Sovari-tulosten mukaan miehet ovat aikaisempaa tyytyväisempiä tehtäviensä monipuolisuuteen ja työvalmennukseen, ja niiltä osin sukupuolten väliset erot tyytyväisyydessä ovat jonkin verran tasoittuneet. Naiset ovat kokeneet entistä enemmän onnistumisia tehtävissään. Sovari-tulosten mukaan sekä miesten että naisten osallisuus työpajalla on lisääntynyt, kun he ovat voineet vaikuttaa työtehtäviensä valintaan entistä paremmin.
- Naiset ovat olleet hieman motivoituneempia osallistumaan työpajatoimintaan kuin miehet: halukkuus osallistua työpajatoimintaan saa miehiltä keskiarvon 4,4 ja naisilta 4,5 (asteikolla 1–5, tilastollisesti merkitsevä ero). Valtaosa sekä miehistä (96 %) että naisista (97 %) kokee työpajatoiminnan kokonaisuutena niin onnistuneena, että suosittelee työpajatoimintaa myös työttömänä olevalle kaverilleen.

Naiset kokevat miehiä enemmän **sosiaalista vahvistumista** itsetuntemuksen, sosiaalisten taitojen, opiskeluvälmiuksien, työsäljaksamisen ja elämänhallinnan osa-alueilla (kuvio 9). Arjenhallinnan vahvistumisessa ei ole havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa sukupuolten välillä. Valtaosa niin miehistä (93 %) kuin naisistakin (95 %) on kokenut edistymistä jollakin sosiaalisen vahvistumisen osa-alueella työpajajakson aikana. Naisista 67 % ja miehistä 63 % on kokenut jonkin selkeän myönteisen muutoksen työpajajakson aikana. Näissä tuloksissa ei ole tilastollisesti merkittäviä edellisen vuoden Sovari 2020 -tuloksiin nähden.

Niin miehistä kuin naisistakin suurin osa on kokenut tarvinneensa tukea sosiaalisen vahvistamisen eri osa-alueilla. Tulosten mukaan miehet kokevat naisia enemmän tuen tarvetta arjen asioiden hoitamisessa. Puolestaan naiset ovat tarvinneet tukea miehiä enemmän itsetuntemuksessa ja jatkosuunnitelmien tekemisessä. Tuen saanti on yleisesti hyvällä tasolla työpajatoiminnassa: tukea tarvinneista valtaosa on kokenut tuen melko riittäväksi. Tulosten mukaan tuen saantia olisi tarvetta parantaa lähinnä opiskelu- ja työelämävalmiuksien sekä tulevaisuuden suunnitteluun liittyen sekä naisten kohdalla myös itsetuntemuksen vahvistamisessa.

Sukupuolinäkökulmasta on hyvä tarkastella ja kehittää työpajan tehtäväsisältöjä edelleen niin, että ne tarjoavat myös miehille sopivasti uuden oppimisen kokemuksia ja he itse pääsevät vaikuttamaan vahvemmin työtehtäviin työpajalla. Myös yksilövalmennuksen tukea olisi hyvä kehittää etenkin miesten näkökulmasta.

Sovari-tuloksia työpajapalvelun mukaan

SEURAAVASSA TARKASTEELLAAN VALMENTAUTUJIIEN KOKEMUKSIA työpajatoiminnasta sen mukaan, missä palvelussa he ovat olleet työpajalla. Tarkastelu sisältää kuntouttavassa työtoiminnassa (N=2221), työkokeilussa (N=904) sekä palkkatuella tai muussa työsuhteessa (N=443) olleiden valmentautujien kokemusten vertailua työpajatoiminnan toteutuksesta ja sosiaalisesti vahvistavista vaikutuksista. Lisäksi tarkastellaan työpajan starttivalmennukseen osallistuneiden valmentautujien (N=511) kokemuksia työpajatoiminnasta ja sen vaikutuksista.

Työpajatoiminnan toteutukseen kokonaisuutena ovat tyytyväisimpiä työpajalla työkokeilussa olleet valmentautajat (kuvio 10): he antoivat myönteisimmät arviot valmentautujien osallisuudesta ja saamastaan valmennuksesta työpajalla. Työkokeiluun osallistuneet ja palkkatuella olleet arvioivat myönteisimmin työpajan tehtäviä ja omaa motivaatiotaan osallistua työpajatoimintaan. Kuntouttavassa työtoiminnassa olleet antoivat keskimääräistä heikkomat arviot työpajatoiminnan toteutukselle. Kuitenkin heidänkin arvionsa yltyvät keskimäärin hyvän tasolle, vähintään 4,1:een.

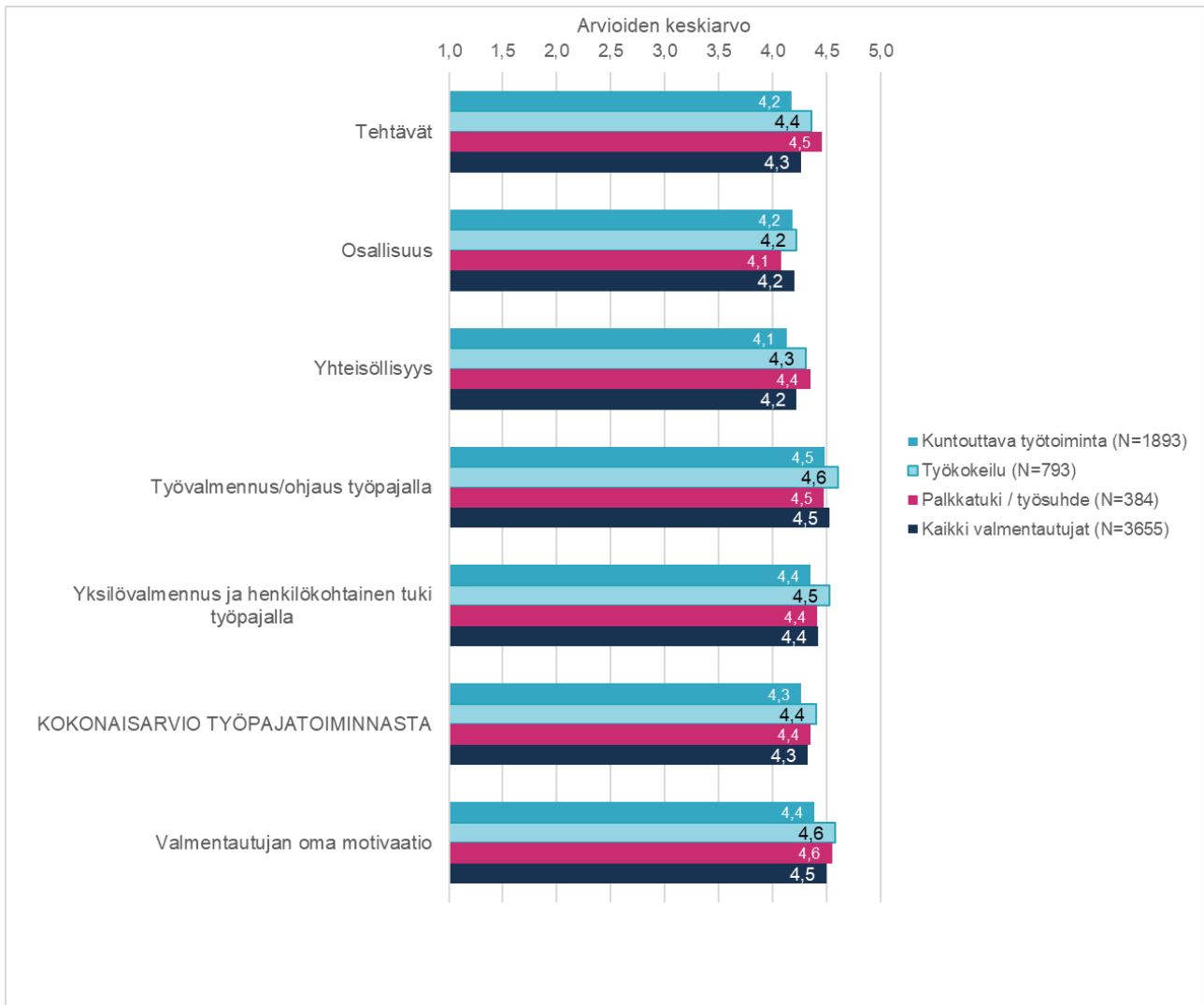
Työkokeilussa olleet valmentautajat ovat kokeneet **sosiaalista vahvistumista** keskimääräisesti vahvemmin kuin muissa palveluissa olleet valmentautajat (kuvio 12). Kokonaisuudessaan sosiaalista vahvistumista on kokenut 96 % työkokeilussa olleista, 91 % palkkatuella työskennelleistä ja 92 % kuntouttavassa työtoiminnassa olleista. Opiskelu- ja työelämävalmiuksissaan ovat kokeneet kohentumista etenkin työkokeilussa olleet valmentautajat. Samoin arjenhallinnassa he ovat kokeneet eniten edistymistä.

Lähtökohtaisesti työkokeilussa ja kuntouttavassa työtoiminnassa olleet valmentautajat ovat kokeneet tuen tarpeita eniten, kun taas palkkatuella tai muussa työsuhteessa olleet keskimääräistä vähemmän työpajajakson aikana. Työpajoille ohjataan asiakkaita eri palveluihin juuri heidän lähtötilanteidensa ja tuen tarpeidensa mukaisesti, mikä heijastuu sosiaaliseen vahvistumiseen. Kussakin palvelussa painottuvat niiden omat sisällöt ja tavoitteet.

Työpajalla **työkokeilussa** olleet valmentautajat ovat keskimääräistä tyytyväisempiä kaikkiin työpajatoiminnan osa-alueisiin, tehtäviin, vaikutusmahdollisuuksiinsa, yhteisöllisyyteen ja valmennukseen. Tyytyväisimpiä he ovat työ- ja yksilövalmennukseen. Työkokeilun aikana valmentautajat ovat kokeneet saaneensa kiitettävästi tukea työtehtävissään (keskiarvo 4,6 asteikolla 1–5), omien asioidensa hoitamiseen (4,5), huoliinsa (4,5) ja jatkosuunnitelmiinsa (4,4). Kuusi kymmenestä työkokeiluun osallistuneesta on ollut ohjauksen saantiin näiltä osin erittäin tyytyväisiä. Työkokeiluun osallistuneet myös luottavat erittäin hyvin valmentajiin (4,7), kokevat saaneensa kannustavaa palautetta (4,5) ja tulevansa hyväksytyiksi omana itsenään (4,8).

Työkokeiluun osallistuneet kokevat työpajaryhmässään, että yhteishenki on ollut korkealla (4,6), ohjaajat ovat tukeneet ryhmän toimintaa vaikeissa tilanteissa (4,5) ja vertaistuki on koettu melko hyväksi (4,2). Työkokeilu tuottaa useimmille uuden oppimisen kokemuksia (4,4): yli puolet työkokeiluun osallistuneista on ollut tähän erittäin tyytyväisiä ja 88 % vähintään melko tyytyväisiä uusien asioiden oppimiseen työpajalla. He antavat kiitosta myös työpajan tehtävien monipuolisuudesta (4,3).

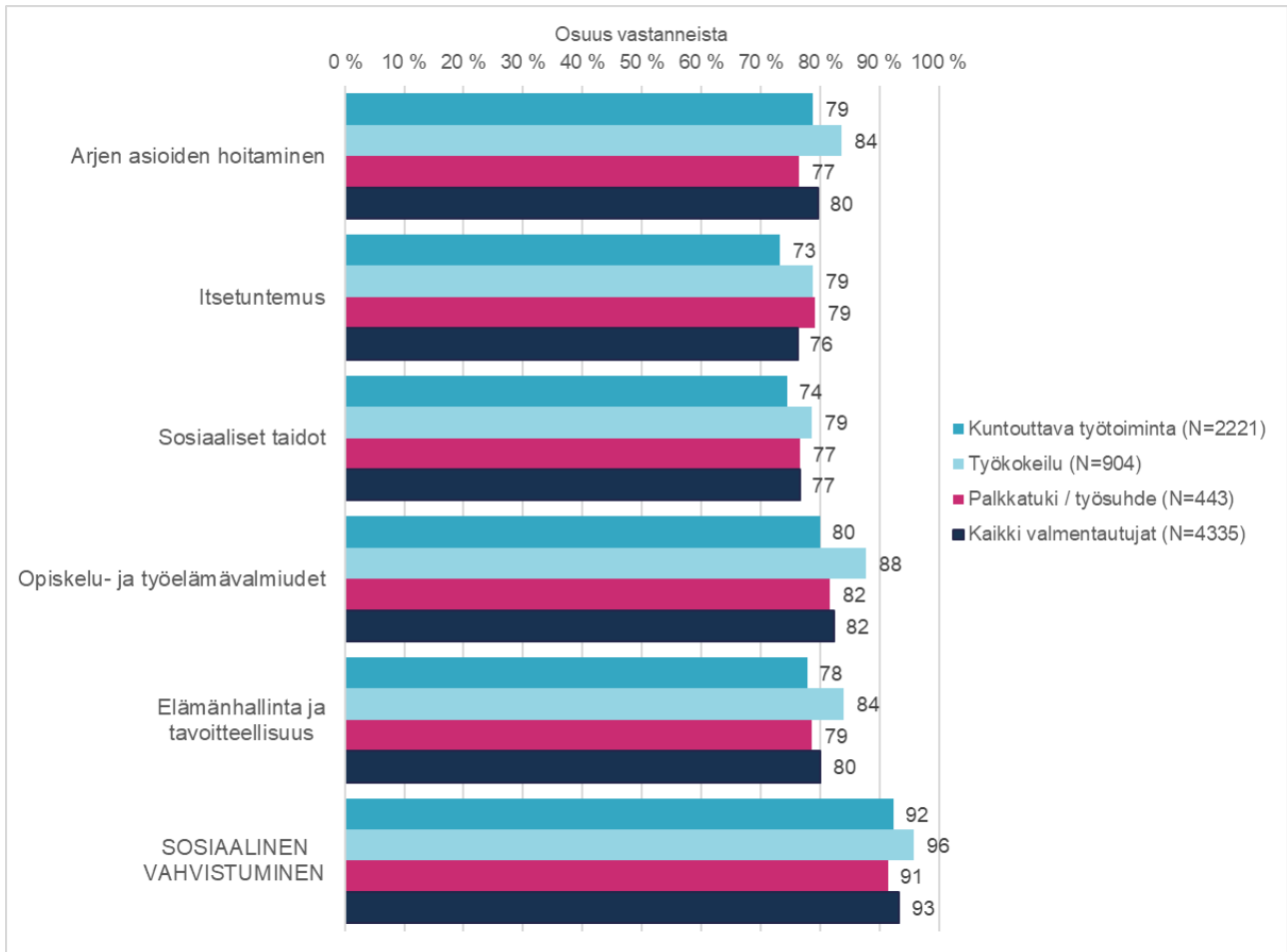
Työkokeilu työpajalla tuntuu siihen osallistuneista mielekkäältä: Sovari-tulosten mukaan 68 % työkokeiluun osallistuneista on erittäin motivoituneita työpajatoimintaan ja yhteensä 93 % vähintään melko motivoituneita. Työkokeiluun osallistuneiden motivaatio osallistua työpajatoimintaan oli korkeampi kuin sitä edeltäneenä vuonna.



Kuvio 10. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien työpajatoiminnalle antamien arvioiden keskiarvot asteikolla 1–5 työpajapalvelun mukaan.

Työkokeiluun osallistuneet kokevat tarvinneensa tukea etenkin itsetuntemukseen (78 % työkokeilijoista), opiskelu- ja työelämävalmiuksiin (83 %) sekä tulevaisuuden suunnitteluun (85 %). Useimmat pitivät tukea tarpeellisena myös arjen asioiden hoitamisessa, sosiaalisissa taidoissaan ja elämänhallinnassa.

Työkokeilussa olleet valmentautajat ovat kokeneet sosiaalista vahvistumista työpajajakson aikana etenkin opiskelu- ja työelämävalmiuksissaan (88 % vastaajista), arjenhallinnassaan (84 %) sekä elämänhallinnassaan (84 %) (kuviot 10 ja 11). Erityisesti he ovat jaksaneet entistä paremmin työtehtävissä ja heidän opiskeluvaihtoehtonsa ovat selkeytyneet. Arjenhallinnassa nimenomaan päivärhythmiin on tullut ryhtiä, ja joka toinen työkokeilija on kokenut myös yleisen omatoimisuuden arjessa lisääntyneen. On yleistä, että työkokeilija omaksuu työpajalla uusia taitoja ja huomaa omia hyviä ominaisuuksiaan. He oppivat yhteistyötaitoja ja saavat lisää rohkeutta pyytää apua toisilta valmentautujilta. Työkokeilu työpajalla on monipuolisten taitojen kartuttamista.



Kuvio 11. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden valmentautujien kokemus sosiaalinen vahvistuminen osa-alueittain työpajajakson aikana työpajapalvelun mukaan.

Työkokeilussa olleiden valmentautujat kokemukset työpajatoiminnasta eivät poikenneet tilastollisesti merkittävästi edellisestä vuodesta.

Palkkatuella tai muussa työsuhteessa työskennelleet valmentautujat ovat keskimääräistä tyytyväisempiä työtehtäviinsä työpajalla ja antavat niille arvion 4,5. Tulosten mukaan erityisesti he saavat työpajalla työtehtävistään onnistumisen kokemuksia ja saavat kokeilla monipuolisesti erilaisia työtehtäviä. Heillä sekä työkokeilussa olleilla on hyvät mahdollisuudet oppia uusia taitoja työpajalla. Myös yhteisöllisyyden kokemus on palkkatuella tai muussa työsuhteessa olleilla ollut erityisen hyvä, arvostamalla 4,4, ja se on kohentunut edellisestä kyselykaudesta. He kokevat työpajan yhteishengen ja ryhmältään saamansa vertais-tuen erityisen hyväksi. Erityisesti he kokevat itsensä tärkeäksi työpajaryhmässä. He myös kiittävät valmentajien antamaa tukea ryhmälle vaikeissa tilanteissa.

Palkkatuella tai muussa työsuhteessa olleiden valmentautujien kohdalla työvalmennus (4,5) ja yksilövalmennus (4,4) toimivat hyvin. He ovat saaneet yleensä hyvin ja tasapuolisesti ohjausta tehtävissään, kannustusta ja hyväksyntää sellaisena kuin ovat. He kokevat voivansa luottaa valmentajiin ja ovat saaneet hyvin tukea omien asioiden hoitamiseen ja huoliin. Sovari-tulosten mukaan palkkatuetussa tai muussa työsuhteessa olleet ovat aikaisempaa tyytyväisempiä siihen, kuinka hyvin he ovat saaneet tukea suunnitelmiin, mitä he voivat tehdä työpajajakson jälkeen (4,3).

Vaikka palkkatuella olleet valmentautajat ovat monin tavoin tyytyväisiä työpajatoimintaan, tuloksissa nousee esille yksi poikkeus: osallisuuden kokemus palkkatuella tai muussa työsuhteessa olleilla on heikompi kuin muilla valmentautujaryhmillä. He kokevat mahdollisuutensa vaikuttaa tehtävien valintaan ja toiminnan yhteisen suunnittelun vähäisemmäksi kuin muut valmentautajat. Tähän asiaan työpajoilla on yleisesti syytä kiinnittää enemmän huomiota.

Palkkatuella tai muussa työsuhteessa olleista valmentautujista valtaosa on kokenut sosiaalista vahvistumista työpajakajon aikana: edistysaskelia koetaan yleensä kaikilla sosiaalisen vahvistumisen osa-alueilla. Opiskelu- ja työelämävalmiuksien lisäksi työpajatoiminta on vahvistanut heidän itsetuntemustaan, elämänhallinnan tunnettaan, sosiaalisia taitojaan ja arjen asioiden hoitamista. Lähtökohtaisesti näillä valmentautujilla on keskimääräistä vähemmän tuen tarpeita, mutta heistäkin valtaosa kokee tarvinneensa tukea sosiaalisen vahvistumisen eri osa-alueilla, ja tuen tarpeisiin on yleensä vastattu hyvin. Kokemus sosiaalisesta vahvistumisesta on heillä lähes yhtä yleinen kuin muillakin valmentautujilla.

Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ovat saaneet Sovari-tulosten mukaan työpajan tehtävistä ja osallisuudesta melko myönteisiä kokemuksia ja antavat niille keskimäärin arvion 4,2. Näihin asioihin kuntouttavassa työtoiminnassa olleet valmentautajat ovat aikaisempaa tyytyväisempiä. He ovat yleisesti löytäneet hyvin motivaatiota työpajatoimintaan: heistä 87 % on osallistunut siihen mielellään. Tässäkin on tapahtunut myönteistä muutosta suhteessa edellisen vuoden tuloksiin: kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden motivaatio työpajatoimintaan on entistä parempi.

Tulokset ovat myönteisiä, vaikka tehtävissä ja osallisuudessa kuntouttavan työtoiminnan arviot eivät yllä aivan samalle tasolle kuin muissa valmennuspalveluissa. Kuntouttavaan työtoimintaan ohjataan ihmisiä, jotka tarvitsevat arjenhallinnan tukea ja joilla voi olla erityisiä haasteita jaksamisessa ja voimavarojen riittävydessä.

Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden arviot työvalmennukselle (4,5) ja yksilövalmennukselle (4,4) ovat hyvällä tasolla. Tulosten mukaan ohjauksen saaminen työtehtävissä ja jatkosuunnitelmien tekemisessä kehittyi vuoden aikana paremmaksi kuntouttavassa työtoiminnassa.

Yhteisöllisyyden osalta kuntouttava työtoiminta saa arvion 4,1. Kuitenkin nämä valmentautajat arvioivat yhteishengen ja valmentajien antaman tuen ryhmälle yleensä hyväksi (4,4). Yleensä he eivät koe itseään niin tärkeäksi työpajaryhmässään kuin muut valmentautajat. Esimerkiksi saamaansa palautetta he eivät näe yhtä kannustavaksi kuin muut valmentautajat. Näihin asioihin voi olla syytä kiinnittää enemmän huomiota työpajalla.

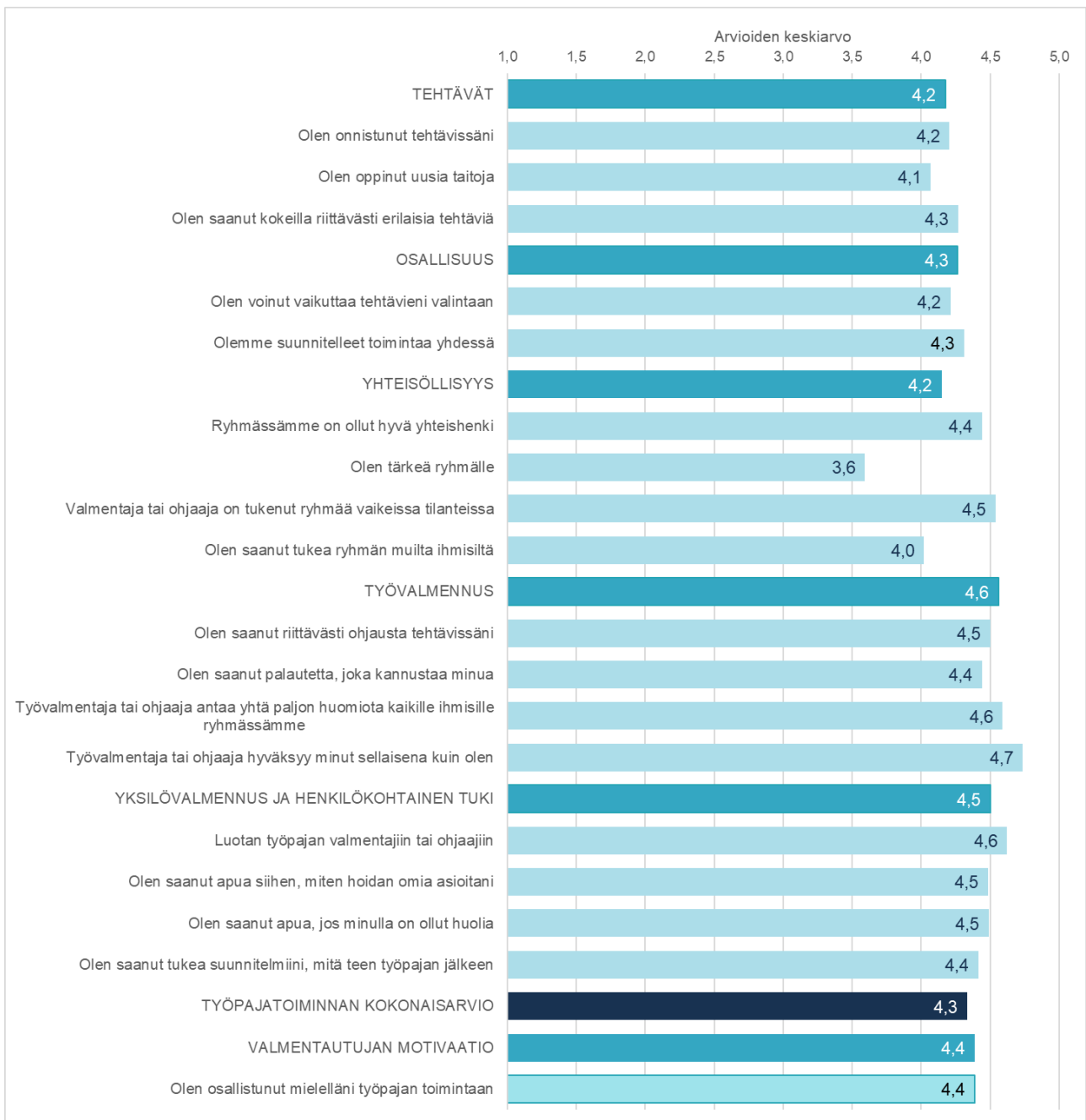
Kuntouttavan työtoiminnan valmentautujista valtaosa on kokenut edistymistä kaikilla sosiaalisen vahvistumisen osa-alueilla. Edistysaskeleet ovat liittyneet erityisesti opiskelu- ja työelämävalmiuksiin (80 % vastaajista) ja arjen hallintaan (79 %) (kuvio 13). Myönteisiä muutoksia on koettu yleisesti myös elämänhallinnassa ja tavoitteellisuudessa (78 %) sekä sosiaalisissa taidoissa (74 %). Sosiaalisen vahvistumisen tulokset ovat kuntouttavassa työtoiminnassa edellisen vuoden tasolla.

Starttivalmennuksen⁴ asiakkaat (N=427) ovat erityisen tyytyväisiä **työpajatoiminnassa** toteutettuun valmennukseen niin työvalmennuksen (4,6) kuin yksilövalmennuksenkin osalta (4,5) (kuvio 12). Tyytyväisyys valmennukseen on lisääntynyt siinä, kuinka hyvin he ovat saaneet tukea tulevaisuuden suunnitelmiinsa. Valmentautajat starttivalmennuksessa ovat keskimääräistä tyytyväisempiä myös osallisuuden toteutumiseen työpajalla (4,2): heistä 88 % arvioi, että työpajalla suunnitellaan työpajatoimintaa melko tai erittäin hyvin yhdessä valmentajien ja valmentautujien kesken. Starttivalmennukseen osallistuneiden tyytyväisyys osallisuuteen on lisääntynyt edellisestä vuodesta: valmentautajat ovat voineet entistä paremmin vaikuttaa omien

⁴ Starttivalmennuksesta tarkemmin, ks. <https://www.intory.fi/materiaalipankki/vopajoiien-starttivalmennus-sosiaalisen-kuntoutuksen-palveluna-starttivalmennuksen-juurruttaminen-paikalliseen-palveluverkoston/>

tehtäviensä valintaan. Toiminnan yhteinen suunnittelu kuuluu keskeisenä starttivalmennuksen toimintaperiaatteisiin. Starttivalmennukseen osallistuneet ovat hieman aikaisempaa tyytyväisempiä myös tehtäviensä monipuolisuuteen. Kuitenkin kokonaisarvio tehtävistä (4,2) jää starttipajalla alemmaksi kuin muissa työpajaryhmissä.

Starttivalmennukseen osallistuneet antavat työpajan yhteisöllisyydelle hyvän, mutta muita valmentautujia heikomman yleisarvion 4,2. Työpajan yhteishenkeen he ovat yhtä tyytyväisiä kuin muutkin valmentautajat. Valmentajat myös tukevat erityisen hyvin starttiryhmä vaikeissa tilanteissa. Kuitenkaan osallistujat eivät koe saavansa yhtä hyvin vertaistukea kuin muut valmen-



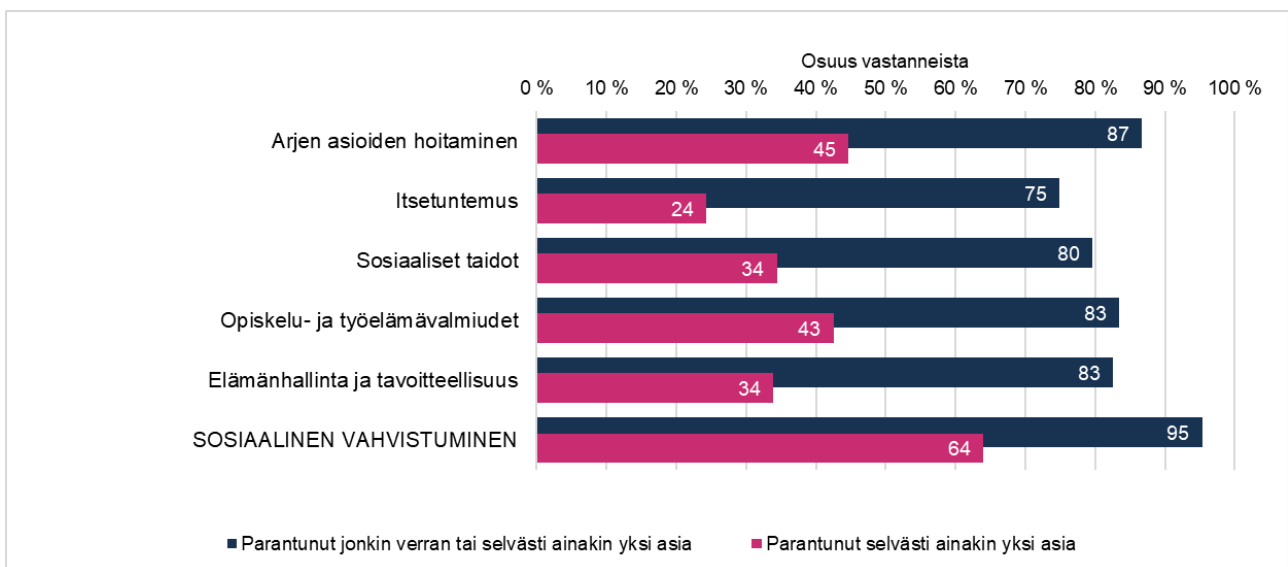
Kuvio 12. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden starttivalmennuksen valmentautujien työpajatoiminnalle antamien arvioiden keskiarvot asteikolla 1–5 (N=427).

tautajat eivätkä he tunne itseään niin tärkeäksi starttiryhmässä. Näihin asioihin voi olla syytä kiinnittää entistä enemmän huomiota starttivalmennuksessa.

Sovari-tuloksia tarkastellessa on hyvä ottaa huomioon starttivalmennuksen luonne ja toiminnan tarkoitus: starttivalmennuksessa painopiste on yksilö- ja ryhmävalmennuksessa sekä arjen taitojen ja elämänhallinnan tukemisessa, ei niinkään ammatillisten taitojen edistämisessä. Starttivalmennukseen tullaan useimmiten kuntouttavan työtoiminnan tai sosiaalisen kuntoutuksen palvelusopimuksella. Sen sijaan palkkatuella tai työkokeilussa olevien valmentautujien tähtäimet ovat vahvemmin opiskelu- ja työelämään siirtymisessä kuin kuntouttavassa valmennuksessa.

Starttivalmennukseen osallistuneet valmentautajat kokevat keskimääräisesti muita valmentautujia enemmän **sosiaalista vahvistumista** työpajajakson aikana. Heistä 95 % on kokenut sosiaalista vahvistumista vähintään jonkin verran ja 64 % selvästi työpajajakson aikana (kuvio 13). Myönteisiä muutoksia on koettu samanaikaisesti monissa asioissa, erityisesti arjen asioiden hoitamisessa (87 % valmentautujista), opiskelu- ja työelämävalmiuksissa (83 %) sekä elämänhallinnassa ja tavoitteellisuudessa (83 %). Starttivalmennukseen osallistuneista neljä kymmenestä on kokenut jopa selkeän edistysaskeleen arjenhallinnassa sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksissaan. Valmentautujien opiskeluhaluukkuus on lisääntynyt entistä enemmän. 64 % heistä on tehnyt selkeämpiä suunnitelmia elämässä eteenpäin ja 60 % uskoo entistä vahvemmin selviävänsä myös haasteellisissa tilanteissa eteenpäin. Starttivalmennukseen osallistuneista 57 % on entistä tyytyväisempiä elämäänsä työpajatoiminnan myötä. Starttivalmennukseen osallistuneet ovat kokeneet edistymistä muita valmentautujia enemmän myös sosiaalisissa vuorovaikutustaidoissaan (80 %).

Starttivalmennukseen osallistuvilla on lähtökohtaisesti muita valmentautujia haasteellisemmat elämäntilanteet ja vahvemmat tuen tarpeet, joten sosiaalinen vahvistuminen on etenkin heille tärkeää elämässä etenemiseksi: heillä on tuen tarpeita kaikilla sosiaalisen vahvistamisen osa-alueilla enemmän kuin muilla valmentautujilla. Valtaosa starttivalmennukseen osallistuneista on kokenut, että työpajalla on vastattu erilaisiin tuen tarpeisiin melko tai erittäin hyvin. Tältä osin tulokset ovat entistä myönteisemmät: valmentautujien itsetuntemusta, opiskelu- ja työelämävalmiuksia sekä tulevaisuuden suunnitelmia on tuettu riittävämmiin kuin edeltävänä vuonna.

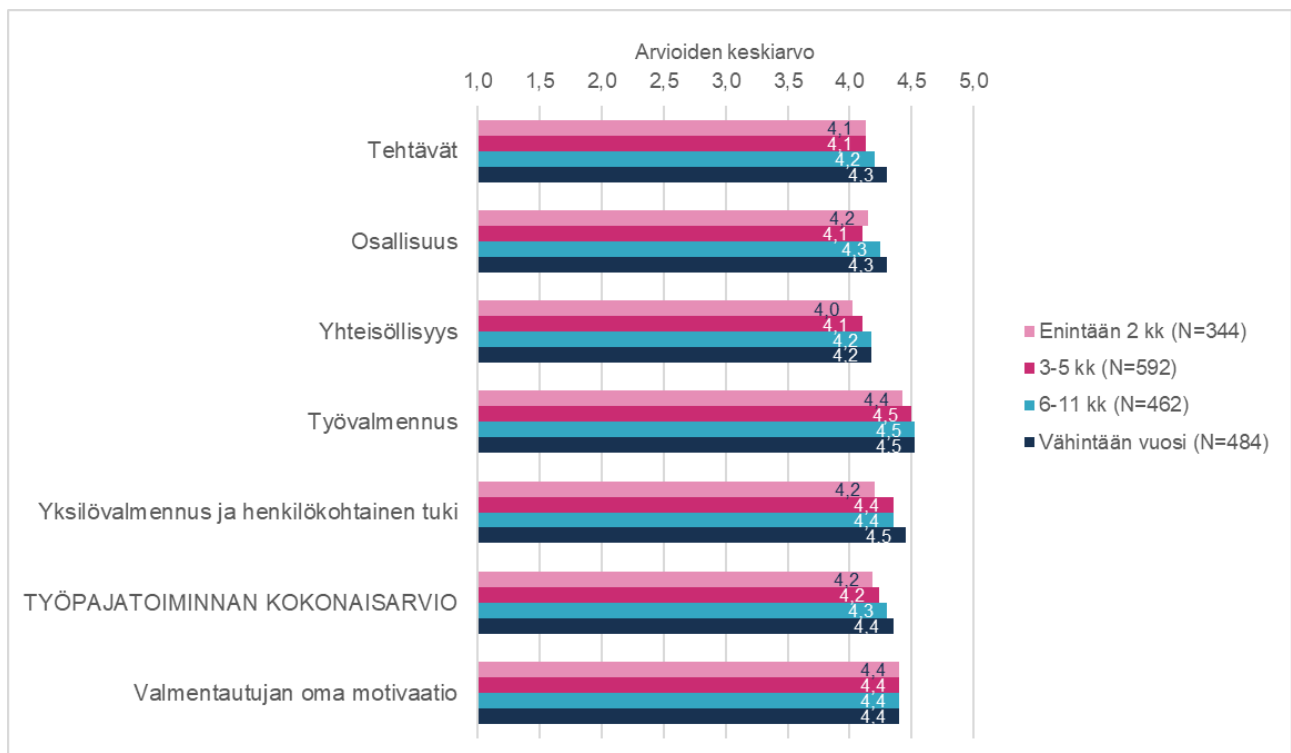


Kuvio 13. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden starttivalmennuksen valmentautujien kokema sosiaalinen vahvistuminen osa-alueittain työpajajakson aikana (N=511).

Työpajajakson kesto

Seuraavassa tarkastellaan lähemmin **kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden** kokemuksia työpajatoiminnasta sen mukaan, kuinka pitkään heidän työpajajaksonsa on kestänyt. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat antavat **työpajatoiminnan toteutukselle** hyvän yleisarvion riippumatta siitä, kuinka pitkään valmentautuja on ollut työpajalla (kuvio 14); etenkin työvalmennus saa hyvät arviot valmentautujilta jo kahden ensimmäisen työpajakuukauden aikana. Tästä voidaan päätellä, että valmentautujien vastaanotto työpajalla on yleisesti hyvä ja kokemukset työpajatoiminnasta ovat jo lyhyen ajan jälkeen myönteisiä. Valmentautajat kokevat tulevansa hyväksytyiksi sellaisena kuin ovat ja rakentavat luottamusta valmentajia kohtaan hyvinkin nopeasti. Työpajatoiminta koetaan mielekkääksi ja motivoivaksi jo kahden ensimmäisen kuukauden aikana ja siitä eteenpäin yli vuoden mittaisiin työpajajaksoihin asti.

Valmentautujien tyytyväisyys kuntouttavaan työtoimintaan työpajalla lisääntyy työpajajakson jatkuessa pitempään. Heidän kokemuksensa tehtävistä, osallisuudesta, yhteisöllisyydestä ja yksilövalmennuksesta ovat sitä myönteisempiä, mitä pitempään he ovat olleet työpajalla: näihin asioihin ovat tyytyväisimpiä vähintään vuoden kuntouttavassa työtoiminnassa olleet valmentautajat. Työpajajakson edetessä valmentautuja ehtii kokeilla monipuolisemmin erilaisia tehtäviä, oppia enemmän uusia taitoja ja suunnitella toimintaa yhdessä toisten kanssa, eli saada myös osallisuuden kokemusta. Mitä pitempään valmentautuja on ollut kuntouttavassa työtoiminnassa, sitä tärkeämmäksi hän on kokenut itsensä ryhmässä ja enemmän saanut vertaistukea muilta valmentautujilta. Pitemmän työpajajakson aikana valmentautajat ovat myös saaneet enemmän tukea omiin asioihinsa, huoliinsa ja jatkosuunnitelmiinsa.

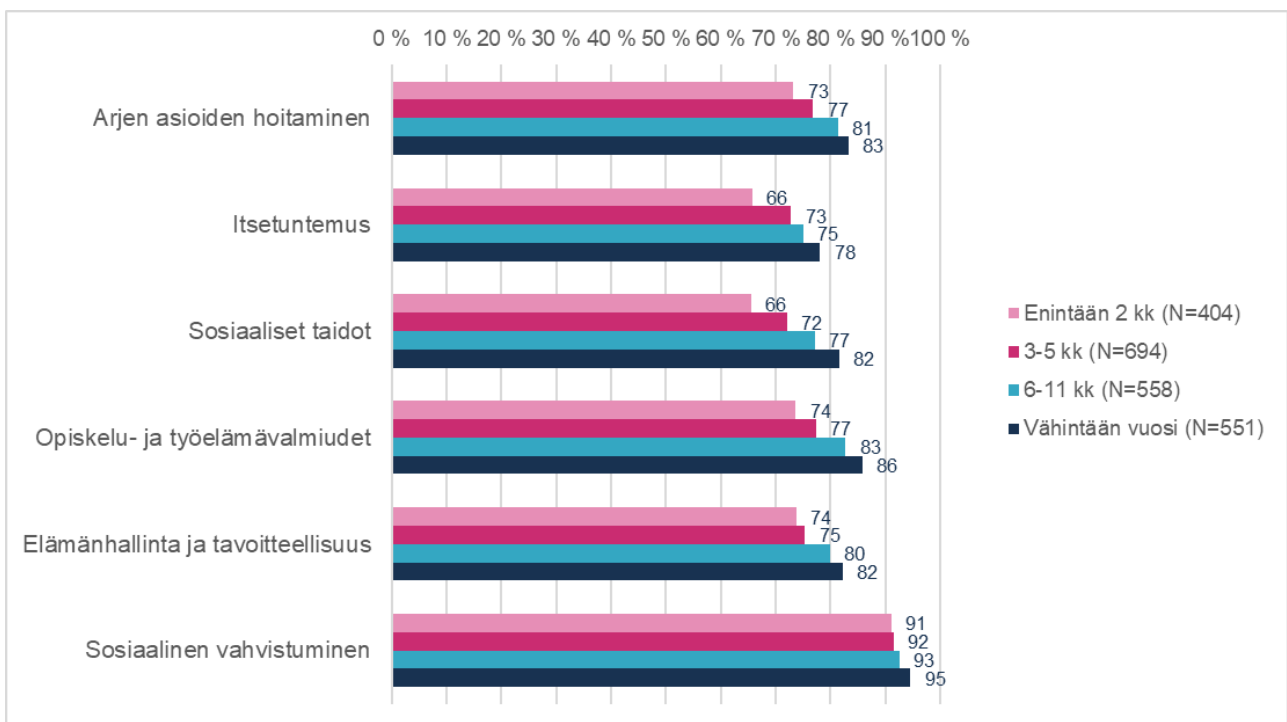


Kuvio 14. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden kuntouttavan työtoiminnan valmentautujien työpajatoiminnalle antamien arvioiden keskiarvot asteikolla 1–5 työpajajakson keston mukaan.

Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuneet valmentautajat ovat kokeneet **sosiaalista vahvistumista** sitä enemmän, mitä pitempään he ovat olleet työpajatoiminnassa (kuvio 15). Enintään kahden kuukauden ajan työpajalla olleista valmentautujista jo 91 % on kokenut sosiaalista vahvistumista pajajakson aikana, useimmat monella osa-alueella. Vähintään vuoden työpajalla olleista valmentautujista vastaava osuus on 95 %. Sosiaalinen vahvistuminen näkyy ajan myötä yhä enemmän kaikilla osa-alueilla: arjen hallinnassa, itsetuntemuksessa, sosiaalisissa taidoissa, opiskelu- ja työelämävalmiuksissa sekä elämännhallinnan tunteessa.

- Ajan myötä esimerkiksi kyvyt toimia toisten kanssa kehittyvät ja moni valmentautuja saa lisää rohkeutta tuoda esille näkemyksiään.
- Työpajajakson edetessä valmentautajat saavat lisää tottumusta hoitaa virastoasioita ja lisää omatoimisuutta arkeensa.
- Kyvyt karttuvat ja käsitys omista hyvistä ominaisuuksista vahvistuu sen myötä.
- Työnhakutaidot ja työelämän pelisääntöjen tuntemus vahvistuvat edelleen vielä vuoden työpajajakson jälkeenkin.
- Samoin valmentautajat saavat työpajajakson edetessä yhä enemmän tunnetta, että voivat itse vaikuttaa elämäänsä, selvittää haasteista ja saavuttaa tavoitteitaan.
- Tyytyväisyys omaan elämään on lisääntynyt sitä suuremmalla osalla valmentautujista, mitä pitempään työpajajakso on kestänyt.

Kuntouttavan työtoiminnan alkaessa moni valmentautuja muuttaa nopeasti päivärytmiään. Tässä on havaittavissa muutosta jo parin ensimmäisen kuukauden aikana useammalla kuin joka toisella valmentautujalla. Myös kokemus siitä, että osaa tehdä hyvin joitakin asioita, vahvistuu useimpien valmentautujien kohdalla jo työpajajakson alkumetreillä. Motivaatio osallistua kuntouttavaan työtoimintaan työpajalla on pysynyt valmentautujilla yhtä korkealla jakson kestoista riippumatta.



Kuvio 15. Työpajojen Sovari 2021 -kyselyyn vastanneiden kuntouttavan työtoiminnan valmentautujien kokemus sosiaalinen vahvistuminen osa-alueittain työpajajakson aikana jakson keston mukaan.

Valmentautujien tuen tarpeet vaihtelevat sen mukaan, kuinka pitkään he ovat olleet työpajalla. Eniten tuen tarpeita ovat tunnistaneet yli vuoden työpajalla olleet valmentautajat. Enintään kaksi kuukautta kuntouttavassa työtoiminnassa olleet arvioivat tuen tarpeensa vähäisemmiksi kuin muut valmentautajat, mutta heistäkin 59–75 % on kokenut tarvinneensa tukea sosiaalisen vahvistamisen eri osa-alueilla.

Työkokeiluun osallistuneiden valmentautujien kokemukset työpajatoiminnasta ovat myös sitä myönteisempiä, mitä pitempään he ovat olleet työpajalla. Sovari-aineistossa työkokeilu on kestänyt valtaosalla alle vuoden ajan. Sosiaalisen vahvistamisen kokemukset lisääntyvät myös heillä sen myötä, kuinka pitkään he ovat olleet työpajalla.

Palkkatuetussa työssä tai muussa työsuhteessa olleiden valmentautujien kohdalla ei ole havaittavissa yhtä selkeää kehityskaarta jakson keston mukaan: tyytyväisyys työpajan toimintaan tulee esille tasaisena yli kaksi kuukautta työpajalla olleilla valmentautujilla. Kuitenkin mahdollisuudet kokeilla erilaisia työtehtäviä, työssäjaksaminen, rohkeus kertoa omia mielipiteitä ja työnhakutaidot ovat parantuneet heilläkin sitä useammalla, mitä pitempään he ovat olleet työpajalla.

Käyntitiheys työpajalla

Valmentautujan käyntitiheys työpajalla ja työpajatoiminnan sisällöt on sovitettu kunkin valmentautujan elämäntilanteen, jakamisen ja tuen tarpeiden mukaan. **Kuntouttavan työtoiminnan** valmentautajat antavat sitä myönteisempiä arvioita **työpajatoiminnan toteutuksesta** mitä useammin he käyvät työpajalla. Tähän liittyy myös valmentautujan motivaatio osallistua työpajatoimintaan. Motivoituneimpia ovat työpajalla 4–5 kertaa viikossa käyvät valmentautajat: heistä 95 % osallistuu mielellään työpajatoimintaan. Kerran viikossa työpajalla käyvistä valmentautujista 73 % on halukkaita osallistumaan työpajatoimintaan.

Useita kertoja viikossa työpajalla käyvät valmentautajat ovat muita tyytyväisempiä työpajatehtävien antiin eli niiden tarjoamiin onnistumisen kokemuksiin, uusien taitojen oppimiseen ja monipuolisuuteen. Mitä tiiviimmin valmentautuja on mukana työpajatoiminnassa, sitä enemmän hän on myös päässyt vaikuttamaan tehtäviensä valintaan ja yhteisen toiminnan suunnitteluun. 4–5 kertaa viikossa työpajalla käyvät kuntouttavan työtoiminnan valmentautajat antavat tehtäville erityisen hyvän arvosanan 4,4 ja osallisuuden mahdollisuuksille 4,3.

Sillä, kuinka usein valmentautuja käy työpajalla, on suora yhteys myös yhteisöllisyyden kokemukseen: yhteishenkeen ja vertaistuen saantiin ryhmässä sekä siihen, kuinka tärkeäksi valmentautuja kokee itsensä työpajaryhmässä. 4–5 kertaa viikossa kuntouttavassa työtoiminnassa käyvät valmentautajat antavat työpajan yhteisöllisyydelle arvosanan 4,3. Kerran viikossa työpajalla käyvien valmentautujien voi olla vaikeampi kiinnittyä työpajaryhmäänsä, ja heidän arvionsa työpajan yhteisöllisyydestä on muiden arvioita heikompi (3,9).

Käyntimäärä työpajalla liittyy samansuuntaisesti myös siihen, kuinka tyytyväinen työkokeiluun osallistunut valmentautuja on yksilövalmennukseen. Tämä tulee esille etenkin kysymyksissä siitä, kuinka hyvin valmentautuja on saanut tukea omien asioidensa hoitamiseen, huoliinsa ja jatkosuunnitelmien tekemiseen. Työvalmennukseen valmentautajat ovat likipitäen yhtä tyytyväisiä riippumatta siitä, kuinka usein he käyvät työpajalla. Kuitenkin vain kerran viikossa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuneet valmentautajat antavat muita heikomman arvosanan saamastaan palautteesta työpajalla (4,1).

Käyntitiheys työpajalla on yhteydessä **sosiaalisen vahvistumisen** kokemuksiin: sosiaalinen vahvistuminen on sitä yleisempää, mitä useammin viikossa valmentautuja käy työpajalla. Mitä useampia kertoja viikossa valmentautujat käyvät kuntouttavassa työtoiminnassa, sitä suurempi osa heistä on kokenut edistymistä kaikissa sosiaalisen vahvistumisen kysymyksissä. Vahvinta edistymistä jokaisella osa-alueella ovat kokeneet 4–5 kertaa viikossa työpajalla käyvät. Kuitenkin myös kerran viikossa työpajalla käyvät valmentautujat kokevat paljon edistysaskelia työpajalla.

- Esimerkiksi sosiaalisten taitojen vahvistumista on kokenut kerran viikossa työpajalla käyvistä 59 % ja 4–5 kertaa käyvistä 81 %.
- Itsetuntemuksen vahvistumista on kokenut kerran viikossa työpajalla käyvistä 61 % ja 4–5 kertaa käyvistä 81 %.
- Kun tarkastellaan sosiaalista vahvistumista kokonaisuutena, kerran viikossa työpajalla käyvistä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaista 82 % on kokenut sosiaalista vahvistumista ainakin jollakin osa-alueella; vastaava osuus 4–5 kertaa viikossa pajalla käyvistä on 94 %.

Tässäkin on huomioitava, että eri valmentautujaryhmien kohdalla elämäntilanteet ja toiminnan tavoitteet ovat erilaisia. Yhdestä kahteen kertaa viikossa työpajalla käyvien valmentautujien elämäntilanteet voivat olla haasteellisia ja merkittävää voi olla jo se, että valmentautuja saapuu työpajalle sovittuina päivinä. Aktiivisen työpajatoimintaan osallistumisen myötä voidaan saavuttaa tuntuvia tuloksia sosiaalisen vahvistumisen eri osa-alueilla.

Valmentautujien kuvauksia laadukkaasta työpajatoiminnasta

SOVARI-KYSELYSSÄ VALMENTAUTUJIA PYYDETÄÄN kertomaan omin sanoin, mitä hyviä kokemuksia työpajatoiminta on heille antanut. Lisäksi heiltä kysytään, mitä huonoa työpajassa on ollut ja miten työpajan toimintaa voitaisiin kehittää. Sovari 2021 -kyselyyn vastanneista valmentautujista yli 3300 eli liki 80 prosenttia vastasi kysymykseen ”Mitä hyvää työpajajakso on antanut sinulle?” ja kuvasi kokemuksiaan työpajatoiminnan annista, osa heistä parilla sanalla ja osa monisanaisesti.

Valmentautajat kuvasivat vastauksissaan

1. työpajatoiminnan *toteutukseen* liittyviä kokemuksiaan ja
2. työpajatoiminnan *vaikutuksia* itseensä ja elämäntilanteeseensa.

Tässä luvussa tarkastellaan työpajatoiminnan toteutukseen liittyviä vastauksia. Tämä aineisto kuvaa sitä, mitä asioita valmentautajat näkevät työpajatoiminnan laatutekijöinä, jotka mahdollistavat sosiaalisen vahvistumisen kokemukset. Tämän luvun jälkeen seuraavassa luvussa tarkastellaan valmentautujien kokemuksia työpajatoiminnan vaikutuksista. Vastauksissa tuli vahvasti esille kaikki sosiaalisen vahvistumisen osa-alueet.

Sovariin saaduissa avovastauksissa **työpajatoiminnan laatutekijöinä** nousee esille kolme kulmakiveä: **tehtävät ja osallisuus, yhteisöllisyys sekä työ- ja yksilövalmennus**. Vastausten mukaan työpajatoiminta antaa mielekästä tekemistä päivään. Se on lisännyt valmentautujan aktiivisuutta ja tuonut hyvää vaihtelua arkeen. Valmentautujille on annettu vapauksia työskennellä omaan tahtiinsa ja tapaansa. Työpaja mahdollistaa valmentautujien kiinnittymisen osaksi turvallista yhteisöä. Ilmapiiri työpajalla on koettu hyväksi. Työntekoon ja toimintaan työpajalla on sisältynyt rohkaisua, kannustusta, ohjausta ja tukea. Valmentautujien tarpeita ja elämäntilannetta on ymmärretty ja huomioitu hyvin. Heidän osaamistaan on arvostettu. Valmentautujille on annettu tukea henkilökohtaisissa asioissa ja suunnitelmissa eteenpäin. Valmentajien toimintaa on kuvattu välittäväksi ja sydämelliseksi, ja heidän kanssaan on voinut keskustella avoimesti monenlaisista asioista. Laadukas työpajatoiminta lisää valmentautujien motivaatiota osallistua työpajatoimintaan.

Työpajatoiminnalla on suoria vaikutuksia valmentautujien elämään. Laadukas työpajatoiminta tuottaa monelle valmentautujalle hyvän mielen päivään, mielekästä tekemistä ja mukavia kokemuksia, mikä on jo sellaisenaan merkityksellistä valmentautujien hyvinvoinnin ja sen vahvistumisen näkökulmasta. Työpajatoiminta muuttaa nuoren ja aikuisen arkipäivän paremmaksi. Sen vaikutukset ulottuvat myös pidemmälle: laadukas työpajatoiminta luo mahdollisuudet valmentautujien sosiaaliselle vahvistumiselle.

Tässä on valmentautujien kirjoittamia kuvauksia heidän saamistaan **kokemuksista työpajatoiminnassa**:

- Hyvä ilmapiiri sekä mahdollisuus olla sosiaalisessa ympäristössä samalla kun voi tehdä töitä. Käsillä tekeminen ja varsinkin huonekalujen kunnostaminen yleisesti hyvin mielekästä. Ohjaajat luotettavia ja tietää, että voi aina heihin tukeutua, kun on tarvis. Ymmärtävät selkeästi nuorten huolia.
- Arkiseen elämään sisältöä ja saanut sosiaalista kanssakäymistä toisten ihmisten kanssa. Arvokasta työkokemusta ja uutta intoa opiskeluun. Mahdollisuus toteuttaa omia visioita työskentelyssä ja tätä kautta saanut intoa ja rohkeutta

kokeilla uusia työskentelymenetelmiä. Ohjaajat ei ole huohottanut ja patistanut niskassa vaan sopivissa määrin rohkaisseet ja auttaneet työskentelyssä. Työskentely ohjaajien ja muiden kanssa on ollut helppoa ja miellyttävää.

- Mahdollisuuden viikoittaiseen sosiaaliseen kanssakäymiseen. Ohjaajan kanssa on ollut mahdollisuus avoimiin ja luottamuksellisiin keskusteluihin, joka on tosi jees.
- Unirytmien, hyvän työporukan, hyviä ja uusia kokemuksia, uuden oppimista, saan tehdä sitä mistä tykkään, vapauden valita tehtäviä, tukea vaikeissa tilanteissa ja tunnen riittäväni ihmisenä.
- Olen saanut pajalla arkeeni tekemistä ja sosiaalista kontaktia muiden kanssa, saanut jakaa omia asioita vapaasti ja olla mukana kaikissa keskusteluissa. Tykkäsin reissuista, mitä tehtiin porukalla ja mihin pajalla osallistuttiin. Olen saanut olla koko pajajakson aikana oma itseni, ja minut on hyväksytty aina sellaisena kuin olen, myös niin huumorinakin päivinä. Pajalle oli aina mukava tulla. Ohjaajat ovat superihania, auttavaisia, ymmärtäviä, tsemppaavia, rentoja ja aina mukavia. Huumoria ja naurua päivistä ei kyllä koskaan puuttunut! Rennolla fiiliksellä mentiin aina!
- Työpaja on tukenut minua todella paljon arjen hallinnassa; nukun, liikun ja syön säännöllisemmin. Se on antanut minulle mahdollisuuden sosiaalisiin suhteisiin, sillä muuten vietän paljon aikaa kotona. Tuntuu, että siellä minua kuunnellaan ja asioistani ollaan kiinnostuneita. Olen saanut paljon tukea opintoihini ja tulevaisuuden suunnitelmien eri vaihtoehtoihin.
- Työpajan kautta on ollut hienoa päästä oppimaan uusia taitoja ja huomata, kuinka nopeasti on oppinut uutta ja kehittynyt. Myös työpajan kautta olen tutustunut paljon uusiin ihmisiin, saanut ystäviä ja sosiaalista kanssakäymistä.
- Työpaja on opettanut paljon uusia asioita ja työelämätaitoja. Pääsin kokeilemaan kiinnostavia työtehtäviä käytännön tasolla. Pajalla oli positiivinen vaikutus mielialaani. Oma kouluttajani piti huolta, että ryhmässä vallitsi humaani ja turvallinen ilmapiiri. Hän osasi selkeästi ja kannustavasti ohjeistaa meitä työtehtävissämme. Hän todella kuunteli ja ymmärsi koko ryhmää. Olen hyvin kiitollinen kuntouttavalle kouluttajalle ja työvalmentajalle, joilta sain merkittävää tukea itselleni haastaviin asioihin. Sain apua työnhakuun pajajakson jälkeiselle ajalle sekä asunnon etsimiseen.
- Työpajan avulla olen nähnyt selkeämmin vahvuuteni, oppinut sekä antamaan että vastaanottamaan palautetta ja tehnyt elämäni selkeämpää suuntaa. On tuntunut hienolta tulla arvostetuksi niiden asioiden saralla, joita osaa tehdä. Työpaja on mainio ponnahduslauta eteenpäin elämässä. Se on riittävän säännöllinen ja kuitenkin samankaltaisesti sen verran rento, ettei se aiheuta liikapaineita. Se tuo juuri sopivasti haastetta ihmiselle, jolla ovat elämän suunta ja rutiinit hieman hukassa.
- Työpaja on opettanut kantamaan vastuuta ja luomaan työskentelyrytmiä. Työskentelemällä leipomossa ja keittiössä oppii samalla myös keittiötaitoja omaa arkea varten. Työpaja on luonut jälleen elämälle rytmiä ja rutiinia, joka on hyödyllistä tulevaisuuden opiskelua varten. Ohjaajat olivat erittäin sydämellisiä ja oli helppoa pyytää apua ja tukea tarvittaessa.
- Työpajan ohjaajien kanssa on helppo tulla toimeen ja heiltä on helppo kysyä, jos on huolia minkään asian suhteen. He ovat tukeneet ja auttaneet minua löytämään omia kiinnostuksen kohteita ja tukeneet minua hyvin paljon valitsemallani reitillä.
- Paja on varmaan paras asia, mitä minulle on tapahtunut. Ennen pajajaksoa en tiennyt yhtään, mitä teen elämälläni, ja mielenterveysongelmien takia kaikki vaikutti muutenkin aina niin hankalalta. Työpajalla minua on tuettu melkein kaikessa ja saan aina apua, jos sitä kysyn. Koen, että minusta välitetään aidosti, eri tavalla, mitä ikinä aikaisemmin esim. opiskellessa.
- Mahdollisuuden kehittyä yksilönä sekä toimia yhteisössä. Olen myös saanut tukea kaikissa asioissa, jotka ovat huoletuttaneet minua, esim. töiden etsimisessä, itseäni uskomisessa, siihen että voin saavuttaa mitä vain, kunhan teen asioiden eteen jotain, tukea omieni kykyjen vahvistamiseen ja ylipäättään minua on tuettu ja kannustettu positiivisesti.

- Olin seinättömällä pajalla ja työkokeilu pajan ulkopuolella sujui hyvin. Pajan työntekijät ja ohjaajat auttoivat minua aina tarvittaessa ja kävimme läpi paljon tulevaisuuteeni liittyviä suunnitelmia etenkin opiskelun ja työnteon saralla, sillä nämä asiat ovat pinnalla juuri nyt.
- Sain paljon hyvää, enemmän valoa omaan tulevaisuuteen ja hyviä neuvoja vaikka mihin asioihin. Tukea ja kannustusta riitti.

Valmentautujilla on myönteisiä kokemuksia työpajojen järjestämästä **etävalmennuksesta**:

- Tämä etävalmennus on ollut minulle parasta, mitä TE-toimisto on voinut minulle koskaan antaa! Voin työskennellä kotona, suunnitella tulevaa ja tehdä uraani eteenpäin turvallisessa ilmapiirissä/ohjauksessa, ilman että täytyy väkisin mennä jonnekin pajalle "tekemään jotakin muuta". Asiaan sisältyy vahvasti se, että työpajani/työpöytäni on kotonani. Etävalmennus on minulle kuin taivaan lahja! Olen päässyt urassani eteenpäin valmennusta kävelykeppinä käyttäen ja siihen nojaten. Toivon tällaista inhimillistä ja ihmiskohtaista valmennusta lisää tähän maahan.
- Olen ollut etävalmennuksessa pääsääntöisesti ja yhden päivän pajalla, ja täytyy sanoa, että erittäin tyytyväinen olen ollut tuon etävalmennuksen osalta siihen, että myös siinä on kannustettu ulkoilemaan ja olenkin sisällyttänyt usein ulkona käyntiä arkeen, mikä on tuntunut tosi hyvältä. Lisäksi etävalmennuksessa on ollut kivoja nuo yhteiset meetingit, joissa ollaan välillä rupateltu niitä näitä päivän päätteeksikin. Lisäksi etävalmennuksessa olen huomannut olevani paljon tehokkaampi ja virkeämpi, sillä on voinut itse rytmittää, milloin syö, milloin keittää ne kahvit, milloin käy ulkona jne.
- Tapaamiset keskimäärin 2 viikon välein olivat tarpeellisia etappeja, jotta omia asioita tuli edistettyä sopivin askelin. Keskustelut olivat myös merkittävää kohtaamista vähäisten ihmiskontaktien aikaan. Näkökulmia, toisen luottamusta omaan eteenpäin pääsyyn ym. oli arvokasta saada. Joustavuus sovittujen aikataulujen kanssa oli tärkeää isojen ja kuormittavien elämänmuutosten kohdalla. Tapaamiset ja suunnitelmat auttoivat myös jatkamaan työelämäsuunnitelmia kriisitilanteen jälkeen. Ilman niitä kynnyks palata tulevan suunnitteluun olisi ollut paljon korkeampi ja voinut viivästyä paljonkin.

Yhteisöllisyys, myönteinen ilmapiiri työpajalla ja hyväksytyksi tulemisen kokemukset ovat tukeneet valmentautujien kanssakäymistä muiden ihmisten kesken. Työpaja tarjoaa tilaisuuksia keskustella ja käsitellä erilaisia elämänsasioita, jolloin valmentautujat kokevat saaneensa vertaistukea toisiltaan. Välittävä ilmapiiri työpajalla on koettu tärkeäksi ja voimauttavaksi. Se tukee valmentautujien itsetuntemusta ja lisää itsevarmuutta. Valmentautujat kokevat, että he voivat olla työpajalla sellaisia kuin ovat luonnostaan ja tulevat hyväksytyiksi omana itsenään. Työpaja antaa turvallisen ja vuorovaikutteisen ympäristön sosiaalisten taitojen kehittymiselle.

Valmentautujien kirjoittamissa kuvauksissa työpajatoiminnasta tulee erityisen paljon esille **turvalliseen yhteisöllisyyteen ja valmennukseen** liittyviä asioita:

- Työpaja on antanut minulle todella paljon. Olen saanut itsevarmuutta ja oppinut huomaamaan itsessäni oma-aloitteisuutta ja kehittynyt sosiaalisesti. Porukka täällä on ottanut minut niin hyvin vastaan ja olen saanut tutustua erilaisiin ihmisiin ja ystävystynyt myös heidän kanssaan. Olen oppinut paljon puukäsitöistä. Olen myös oppinut, että kelpaan tällaisena kuin olen ja minä riitän. Työpaja on ollut minulle henkisesti kasvattava ja kaikin puolin opettava ja ihana kokemus. Suosittelen pajaa kaikille nuorille ja miksei vanhemmillekin.
- Työpajan kautta olen altistunut tilanteille, joissa vaaditaan oma-aloitteisuutta sosiaalisissa tilanteissa ja ns. small talk -taitoja. Sosiaalisissa tilanteissa ongelmani on ollut se, että uusiin ihmisiin tutustuminen on minulle hankalaa.

Työpajan kautta olen siis päässyt harjoittelemaan näitä tilanteita ja siten tullut itsevarmemmaksi näissä tilanteissa. Lisäksi olen oppinut, miten työyhteisöissä toimitaan.

- Sain uusia kokemuksia ja onnistumisia, paljon kannustusta ja neuvoja tulevaisuuden suunnitelmiin esim. opiskelujen suhteen. Ryhmähenki on ollut hyvä ja olen saanut lisää itseluottamusta kykyihini sosiaalisissa tilanteissa.
- Olen saanut olla hyödyllinen ja arvostettu osa työryhmää, ja olen saanut työskennellä itsenäisesti, koska minuun luotetaan taitojeni ja aikaisemman kokemukseni vuoksi.
- Ensimmäistä kertaa elämässäni koin, että olin osa ryhmää ja sain olla täysin oma itseni. Sain myös käydä läpi omaa elämäni kirjoittamalla, mikä oli todella antoisa projekti ja auttoi myös tulevaisuuden suunnittelussa. Aloin uskoa itseäni enemmän ja kiinnostuin enemmän opiskelusta ja sopivan työn löytämisestä.
- Kohottanut itsetuntoani, olen saanut kiitosta ja arvostusta hyvin tehdystä työstä, sekä paljon tukea huonona päivänä. Työpajalla tunnen oloni tärkeäksi, osaksi tiimiä. Olen kiitollinen.
- Positiivisen kokemuksen hyvästä työympäristöstä. Kunnioittava ja ystävällinen ilmapiiri oli mukana läpi koko jakson. Työpaja on antanut hurjan paljon kokemusta uudenlaisesta tekemisestä ja antanut luottoa taitoihini ja tekemiseeni. On varmistunut ajatus, että "Mähän oon tässä aika hyvä". Työpajalla opin kohtaamaan ihmisiä ja tilanteita uudella tavalla. Hankalammatkin tilanteet eivät tunnu enää niin hankalilta, vaan olen oppinut kohtaamaan niitä luonnollisemmin.
- Päivärytmin ylläpito on ehdottomasti iso juttu. Tuttu ja turvallinen työyhteisö, johon on aina hyvä tulla ja olo on tervetullut. Voin olla avoimesti oma itseni, ja minut hyväksytään just sellaisena kuin olen. Pajalta olen saanut innostusta uusiin harrastuksiin (mm. frisbeegolf, valokuvaus/videoeditointi), ja saanut samanhenkistä jutusteluseuraa työajan ulkopuolellekin. Työpajalla käyminen on myös antanut oleellista tukea masennuksesta toipumiseen, kun on ollut paikka, johon mennä ja josta huudeltaisiin perään, jos ei saapuisi paikalle.
- Sosiaalisia kontakteja, työkavereista on tullut vapaa-ajankin kavereita. Saanut jonkinlaisen arkitytmin pidettyä yllä, saanut tekemistä päiviin ja puhua ihmisille iloista ja suruista, ja tuntuu, että minusta välitetään ja halutaan auttaa.
- Päivärytmin, kivaa tekemistä, olen saanut kokeilla uusia asioita, mukava työilmapiiri ja ryhmän yhteishenki on ollut positiivinen ja voimaannuttava kokemus, tunnen että minut on hyväksytty joukkoon omana itsenäni.
- Rytmittänyt arkea. Aikuisia kontakteja kodin ulkopuolella. Vertaistukea. Työpajatoiminta on näyttäytynyt joustavana ja yksilölliset tarpeet huomioon ottavana. Se on mielestäni merkittävää.
- Saan itseluottamusta, vertaistukea, kannustusta, rohkaisua, kiitosta, kuuntelua, huomioimista. Opettelen sosiaalisten suhteiden luomista, kanssakäymistä ihmisten kanssa. Palautteen antamista, vastaanottamista. Erilaisten persoonallisuuksien kanssa toimeen tulemista. Kärsivällisyyttä. Tilan antamista ja ottamista. Iloa, energiaa, hyvää mieltä! Kiva tulla, hyvillä mielin kotiin lähdän! Ryhmään kuulumista, hyväksyntää. Oppimista, osaamisen kokemuksia! Koirapelkoni siedätyshoitoa!
- Työpaja on antanut rauhallisen ja mukavan työilmapiirin, jossa saanut rauhassa kuunnella itseäni ja sitä mitä tulevaisuudeltani ja elämältäni toivon. Olen saanut toteuttaa itseäni luovasti, tutustua uusiin ihmisiin ja nauttia luonnonläheisyydestä. Olen saanut vahvistaa työkykyjäni ja kerätä itsevarmuutta omaan tekemiseen.
- Työpaja on itsessään hyvin mielekäs ja elämäkatsomukseni mukainen. Ihailen järjestelmää, joka hyödyntää tuotteet loppuun asti. Nautin siitä, kun me kaikki erilaiset ihmiset saamme rauhassa ja yhdessä tehdä töitä, vaihtaa mielipiteitä ja kokemuksia asioista. Olen kokenut kuntoutuspaikkani kokonaisvaltaisesti kuntoutusta tukevana, onnellisena paikkana.
- Tämä paikka on ollut ajoittain vähän kuin toinen perhe. Täällä saa toteuttaa itseään ja olla oma itsensä ilman, että kukaan tuomitsee. Saa tukea arkisiin asioihin ja suurempiinkin kriiseihin. Ja sitten tietty peruspäivärytmin ylläpito ja toimintakyvyn ylläpito.

Valmentautujien kuvauksia työpajatoiminnan vaikutuksista

SOVARI-KYSELYSSÄ VALMENTAUTUJAT KERTOIVAT, mitä hyviä kokemuksia työpajatoiminta on heille antanut. Heidän vastauksiinsa tulee esille monenlaista sosiaalista vahvistumista. Useimmissa vastauksissa nousee esille edistysaskeleet useilla sosiaalisen vahvistumisen osa-alueilla samanaikaisesti, ei vain yhteen teemaan rajautuen. Vastaukset ovat osoitus sosiaalisen vahvistumisen moninaisuudesta työpajajakson aikana. Monet valmentautajat kertoivat myös yksittäisistä konkreettisista taidoista ja asioista, joita olivat oppineet työpajalla. Seuraavaan on poimittu vastauksia teemoittain.

Arjenhallinnan vahvistuminen tuli esille useissa valmentautujien vastauksissa, kun he kuvasivat työpajatoiminnan antia. Työpajatoiminta on tuonut säännöllisyyttä päivärytmiin, mikä on helpottanut heräämistä aamuisin ja auttanut jaksamiseen. Valmentautajat ovat harjaantuneet hoitamaan kodin askareita, raha-asioita ja virastoasioita sekä aktivoituneet vapaa-ajan viettämisessä. Arjen asioista suoriutuminen kytkeytyy myös muun aktiivisuuden lisääntymiseen esim. vapaa-ajan viettämisessä, sosiaalisissa suhteissa, arkielämässä sekä opiskelun ja työelämän suunnalla. Työpajatoiminta on vaikuttanut myös päihteiden käytön ja muiden riippuvuuksien hallintaan. Maahanmuuttajilla työpajatoiminta on auttanut kotoutumisessa ja suomen kielen oppimisessa.

Seuraavat vastaukset kuvaavat valmentautujien kokemuksia siitä, miten työpajatoiminta on vahvistanut arjenhallintaa:

- Pajalla olen saanut säännöllisen rutiinin elämääni, joka on vaikuttanut positiivisesti mielenterveyteeni.
- Apua päivärytmiin, tietoa työjutuista ja koulujutuista. Olen oppinut perusarkisia juttuja lisää esim. siivoukseen. Olen saanut motivaatiota lisää tehdä juttuja päivisin ja ollut aktiivisempi.
- Rytmää elämään. Esimerkiksi unirytmieni on paljon parempi. Myös kodin siistinä pitäminen on ollut helpompaa, enkä ole koko ajan niin väsynyt.
- Olen löytänyt oikeanlaisen, terveellisen rytmin arkeeni, mistä olen hyvin onnellinen. Tunnen jaksavani paremmin nyt, mitä aiemmin elämässäni työ- ja opiskeluaikoina.
- Arkirytmää, syyn herätä. Järkevää tekemistä. Sosiaalisuutta. Mahdollisuuksia tehdä erilaisia kädentöitä sekä taitteilla. Arkiliikuntaan kiinnostusta. Työpajatoiminnan aikana olen saanut rauhassa kuntoutua, pienin askelin.
- Paljon hyödyllistä itsetutkiskelua varsinkin tunne-elämän osalla. Paljon tukea riippuvuuksien hallinnan suhteen ja päihitteettömyyden ylläpitämiseen. Arkirytmä hallinnassa.
- Säännöllisen päivärytmin, sosiaalisuuden, onnistumisen ilon, tukea päihitteettömyyttä. Tunnen kuuluvani johonkin ja saan olla oma itseni. Vertaistukea ja paljon.
- Arkirytmä, päihteistä eroon, tulevaisuudensuunnitelmat avautuivat, itsevarmuutta, sosiaalista vahvistumista.
- Selvänä olemisen ja jotta elämässä on ehkä kuitenkin muutakin kuin juominen, ja on asioita minkä takia kannattaa olla päihitteettä, arkielämä ja ihmissuhteiden paraneminen.
- Olemme käyneet läpi tuki- ja asuntoasioita sekä Kelaan ja työnhakuun liittyviä asioita. Koen osaavani yleismaailmallisia asioita paremmin kuin ennen. Esimerkiksi hakemuksien teko, omakelan käyttö jne.

- Esimerkiksi työmotivaatio on löytynyt uudestaan, kun on saanut tehdä mielekästä työtä ja samalla se on vaikuttanut arjen toimivuuteen ja siihen, että arkiset asiat, esim. laskut, on tullut hoidettua ilman että siitä on täytynyt tehdä iso ohjelmanumeroa.
- Paluun arkeen ja sen, että tiedän voivani tehdä asioita, kunhan vain ryhdyn tekemään.
- Olen oppinut heräämään aamuisin paremmin ja sitä kautta luomaan toimivampaa päivärytmiä ja muutenkin elintapoja. Suunnittelen ajankäyttöä nykyään paremmin ja keskityn siihen, että lepään ja syön tarpeeksi = onnistun tekemään parempia valintoja = elämänlaatu paranee.
- Oli hyvä kielen harjoittelupaikka. Minä olen voinut paljon puhua ja kuunnella suomen kieltä, tapasin hyviä ihmisiä. Nyt en pelkää puhua suomeksi.
- Minä olen oppinut suomen kielen tällä pajalla hyvin.
- Rahallisen tasapainon myötä pystyin keskittämään arjessa voimani muiden asioiden hoitamiseen ja sain voimia pyörittää arkea ja tehdä enemmän vapaa-ajalla asioita, kuin ennen pajajaksoa.
- Sain lähdettyä kotoa masennuksen jälkeen ja luotua pitkästä aikaa jonkinlaisen päivärytmin.
- Säännöllinen meno kerran viikossa on antanut rakennetta viikkoon, mukavaa ja kiinnostavaa tekemistä, rohkeutta olla muiden kanssa, mieliala parantunut, onnistumisen kokemuksia, että osaankin jotain, työelämän asioiden opettelua: työaika, herääminen, eväät, kulkeminen, työajalla tehtävien tekoa, tauot, ihmisten kanssa olemista.
- Työpaja on antanut minulle parhaiten hallintaa rytmiin, ja motivointia tehdä itsenäisesti asioita eikä aina kysyä muilta/odottaa muita tekemään. Tajuan oman kodin hoitamista paremmin ja ruoan laittamisen, sekä miten hoidetaan raha-asioita.
- Työpaja on antanut minulle sellaisen päivärytmin, että en nuku iltapäivään asti ja teen viikoilla jotain enkä vain lorvaile kotona. Työpaja on myös auttanut ja tukenut minua todella hyvin elämän arkiasioissa, raha- ja tukiasioissa ja muutenkin asioiden yleisessä hoidossa.
- Työpaja on auttanut minua taloudellisesti hyvin sekä myös monissa muissakin asioissa. Yksi tärkeimmistä se, että olen saanut paluun takas normaaliin rytmiini ja parantunut burnoutista armeijan jälkeen.
- Työpaja on tuonut minulle säännöllisen arkirytmien, onnistumisen kokemuksia, työskentelyn iloa, apua asioiden hoitamiseen ja sisältöä elämään. Pelkkää positiivista!!
- Työpaja on antanut minulle itsevarmuutta ja uskoa omiin kykyihin ja taitoihin, apua vuorokausirytmien kanssa ja myös uusia tietoja ja taitoja, joista uskon olevan minulle paljon hyötyä tulevaisuudessa. Olen oppinut itsestäni paljon uutta työpajalla ollessani.

Itsetuntemuksen ja itseluottamuksen koheneminen tulevat esille useissa valmentautujien vastauksissa siitä, mitä työpajatoiminta on antanut heille. Nämä muutokset liittyvät usein omien taitojen ja osaamisen tunnistamiseen ja vahvistumiseen työpajalla. Valmentautajat ovat kokeneet tulevansa hyväksytyiksi omana itsenään työpajan yhteisössä, mikä on monelle uusi kokemus ja lisää itseluottamusta sosiaalisissa tilanteissa. Itsetuntemus ja itsevarmuus helpottavat suunnitelmien tekemistä elämässä eteenpäin ja tukevat valmentautujien mielenterveyttä.

- Työpaja on tarjonnut minulle monia erilaisia vaihtoehtoja kokeilla ja tutustua omiin vahvuuksiin. Olen oppinut tuntemaan itseäni paremmin, ja saanut näkemystä minkälaiset työtehtävät saattaisivat sopia minulle.
- Itsetuntoni on parantunut hurjasti, sekä olen oppinut toimimaan paremmin muiden ihmisten kanssa (töissä tai ihan muuten vaan juttellessa). Kokemusta eri alojen töistä ja paremmat valmiudet työelämään tulevaisuudessa.
- Olen oppinut olemaan oma itseni, ja luottamaan siihen, että minut hyväksytään sellaisena kuin olen. Olen saanut rohkeutta ottaa vastuuta työtehtävistäni, ja toimia entistä itsevarmemmin ja rohkeammin.

- Uusia ihmiskontakteja, tunnen itseni hyväksytyksi ja kuulluksi, minulta kysytään mielipiteitä ja ideoita ja siitä tulee olo, että minut nähdään ja olen tärkeä. Kaikkien vahvuuksia tuodaan esille ja kannustetaan.
- Sosiaaliset taitoni ovat parantuneet huomattavasti, olen löytänyt tukiverkoston, johon voin luottaa työn kautta ja olen oppinut myös toimimaan itseäni kohtaan reilummin ja mukavammin, kun ennen olin armoton itselleni. Se että olen oppinut olemaan sinut itseni kanssa, tulee olemaan hyödyksi tulevan työn ja työnhaun kannalta koska en tule polttamaan itseäni loppuun ja pystyn tekemään töitä paremmin.
- Mielenterveyteni voi paljon paremmin. Meni aika huonosti ennen tätä. Työpaja paransi oloani valtavasti. Olen myös saanut varmuutta siihen mitä haluaisin tehdä tulevaisuudessa. Oli ihan valtavan hyvä ja tärkeä kokemus tähän hetkeen. En tiedä miten voisin ilman tätä.
- Uusia ystäviä ja taitoja, mieliala on noussut ja pääsen oikeasti sängystä ylös. Sain apua pajan kautta, kun terveydenhuollon ammattilaiseen ei saatu yhteyttä. Luotan enemmän siihen, että pystyn toteuttamaan suunnitelmiani.
- Olen pajalla oppinut kartoittamaan hyviä ja huonoja puoliani. Olen oppinut myös vahvistamaan itsetuntoani ja vetämään rajoja ihmissuhteissa, jotka ovat huonoksi minulle. Olen saanut vahvistusta huomata, että olen myös akateemisesti kykenevä edistymään elämässä.
- Työpajalla työskentely on tehnyt minusta selvästi rohkeamman, itsevarmemman ja terveellä tavalla avoimemman persoonan. Luotan enemmän omiin kykyihini ja arvostan itseäni enemmän. Koin olleeni tänne tullessa täysin särkyneet ja rikki, nyt koen olevani eheä ja vahva.
- Tunnistan tunteitani vähän paremmin sekä sen, mistä ne voivat johtua. Olen voinut puhua mielenkiinnon kohteistani vähäsen.
- Työpaja on antanut minulle paljon uusia aivan ihania ihmisiä elämäni ja erityisesti lisää luottamusta sekä uskoa itseeni ja kykyihini. Koen että olen saanut apua ja tukea myös mahdolliseen masennukseeni pajalta. ♥
- Helpottanut sopeutumistani toimintakykyäni pysyvään rajoittumiseen ja toisaalta rohkaissut kokeilemaan, miten nyt onnistuu vanhat jo omaksutut taidot, joita en enää omatoimisesti ehkä olisi kokeillut.
- Olen saanut paljon itsevarmuutta ja rytmiä elämäni. Olen saanut uudelleen ja uudelleen haastaa itseäni täällä ja kehittänyt todella paljon. Olen ylittänyt hyvässä mielessä omia rajoja ja saanut rohkeutta kaikenlaisiin tilanteisiin.
- Uskoa omaan tekemiseen ja epätäydellisyyden ymmärrystä. On ok tehdä virheitä ja pyytää apua muilta.
- Lisää itsevarmuutta omasta osaamisesta. Uusia taitoja ja vanhojen taitojen kartuttamista. Mielekästä puuhaa. Selkeyttä tulevaisuuden suunnitelmiin.
- Itseluottamusta, uskoa omiin kykyihini työelämään, paniikkihäiriötaipumusten hallintaa, uusia ystäviä ja itsetuntemusta.
- Jaksamista, rohkeutta, itsetuntemusta, myötätuntoa itseäni kohtaan ja sitä mitä teen. Ymmärrystä erilaisuudesta, kykyä toimia erilaisten ihmisten kanssa sekä eri tilanteissa. Olen löytänyt itsestäni uusia puolia sekä oppinut paljon uutta.
- Luottamusta omaan itseen, omiin vahvuuksiin ja tärkeimpänä, miten suhtautua omiin pelkoihin, jännityksiin ja häveliäisyyksiin ja miten toimia, kun nämä valtaavat mielen ja saada silti pidettyä toimintakyky yllä.
- Itsevarmuutta ja toivoa tulevaisuuteen. Olen päässyt kokeilemaan turvallisesti ohjaamista ja oppinut paljon siihen liittyen ja oppinut omia vahvuuksia.
- Runsaasti itseluottamusta, ja taitoa olla ylpeä omista onnistumisista sekä taitoa huomata hyvät asiat itsessäni, muissa ihmisissä ja omassa elämässäni.
- Työpajalla olen oppinut uusia taitoja, saanut innostusta jatkaa kuvataideharrastustani ja se on auttanut minua ruokkimaan omaa luovuuttani. Itsevarmuuteni on kasvanut huomattavasti työpajan aikana. Uskalsin ensimmäistä kertaa vuosiin tehdä isoja valintoja tulevaisuuteeni liittyen.

Sosiaalisten taitojen vahvistuminen liittyy rohkeuteen olla oma itsensä ja tuoda esille omia näkemyksiä ryhmässä. Monet valmentautajat kertoivat, että pelko ja arkuus muiden ihmisten seurassa on vähentynyt työpajakson aikana. Tämä on helpottanut heidän toimimistaan ja työskentelyä ryhmässä. Työpaja on antanut tunteen yhteisöön kuulumisesta ja vahvistanut osallisuuden kokemusta. Monet valmentautajat ovat saaneet työpajalla ystäviä. Joillakin asenteet toisia ihmisiä kohtaan ovat parantuneet, jolloin ristiriidat toisten kanssa ovat vähentyneet. Myönteiset sosiaaliset kokemukset ja sosiaalisten taitojen kehittyminen tulevat esille muun muassa seuraavissa valmentautujien kuvaamissa kokemuksissa työpajalta:

- Työpaja on antanut minulle paremman itsetunnon ja luoton ihmisiä kohtaan. Olen tuntenut itseni tärkeäksi osaksi yhteisöä ja olen oppinut, että joskus voi tehdä virheitä ja apua voi pyytää. Olen kehittynyt sosiaalisissa tilanteissa ja elämänasenteeni on muuttunut positiivisemmaksi.
- Ryhmässä oleminen ja työpajan toiminta on auttanut oppimaan enemmän yhteistyötaitoja ja minusta on tullut uskaliaampi, enkä enää jännitä läheskään niin paljoa tilanteissa, jotka ennen tuottivat minulle isoja ongelmia arkeni hallinnan kanssa (mm. kaupassa käynti, yleisesti asioiminen erilaisten palvelujen kanssa).
- Olen oppinut luottamaan enemmän itseeni ja kertomaan tuntemuksistani muille. Olen oppinut jakamaan kokemuksia toisten kanssa ja pyytämään apua, jos sitä olen tarvinnut.
- Olen oppinut paljon itseluottamusta ja päässyt paljon ulos omista peloista, esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden kanssa. Olen huomannut, että tulen hyvin toimeen muiden ihmisten kanssa.
- Olen oppinut pärjäämään tilanteissa, joissa aiemmin koin ärtymystä, ja tulemaan paremmin juttuun erilaisten ihmisten kanssa. Pystyn nykyään paremmin selvittämään konflikteja ja välttämään niitä.
- Olen saanut lisää rohkeutta puhua minulle vieraille ja/tai vieraammille ihmisille. Olen saanut uskallusta vähän lisää kysyä muilta ryhmäläisiltä apua tarvittaessa. Olen piristynyt henkisesti ollessani muiden aikuisten kanssa tekemisissä.
- Olen oppinut valmistamaan suomalaisia ruokia. Olet saanut uusia ystäviä. Sosiaalinen elämä on palannut. Suomen kieli on vahvistunut. Sekä tulevaisuuden suunnitelmat on selvät.
- Olen saanut opetella ryhmässä toimimisen taitoja, itsetuntemukseni on lisääntynyt, sosiaaliset taidot ovat parantuneet.
- Kykenen taas olemaan sosiaalisissa tilanteissa ja vielä omana itsenäni.
- Olen päässyt kehittämään sosiaalisia taitojani ja sosiaalista kestämisokykyä. Jaksan ihmiskontakteja paljon paremmin kuin aloittaessa.
- Lisännyt erilaisten ihmisten kanssa sosiaalista kanssakäymistä, auttanut arjen tehtävissä ja rytmisissä, vähentänyt ennakkoluuloja muita kohtaan.
- Hyvää työkokemusta ja mukavia ihmisiä kenen kanssa oli mukava työskennellä. Auttanut minua pääsemään eroon turhasta sosiaalisesta jännityksestä ja ottamaan vastuuta enemmän sekä hoitamaan asioita, mitkä ennen pajajaksoa jännitti.
- Inspiraatiota, iloa ja innostusta. Uskallan lähteä uusiin paikkoihin avoimemmin. Uskallan sanoa paremmin mitä ajatelen, ja saan uskallusta olla ihmisten kanssa.
- Kannustusta ja tukea normaaliin sosiaaliseen kanssakäymiseen. Rohkeutta olla sosiaalisempi uusien ihmisten kanssa ja kokeilla uusia asioita. Mahdollisuuden tottua sosiaaliseen kanssakäymiseen, jotta se sujuu tulevaisuudessa koulussa ja työssä paremmin ja ilman lamauttavaa ahdistusta.
- Kokemuksen siitä, että voin kuulua työyhteisössä ns. joukkoon ja että voin lähentyä työkavereiden kanssa oikeasti. Toivottavasti uuden kaverin.

- Mielekästä tekemistä, yhteistyö- ja tiimityötaitoja, asiakaspalvelutaitoja, parantanut sosiaalisia taitoja, ymmärrystä erilaisia elämäntilanteita kohtaan ja tätä myöten osaa suhteuttaa omaakin elämäntilannettaan, mukavia työtöve-reita ja uusia ystäviä.
- Rohkeutta ilmaista itseäni ryhmässä ja olla oma itseni. Luottamusta toisiin. Erilaisia näkökulmia ja samaistumista muihin, yhteyden tuntu muihin ihmisiin ja yhteiskuntaan. Riittävyden tunne ja parempi suhtautuminen omiin epä-onnistumisiin.

Valmentautujat ovat kuvanneet myös **opiskelu- ja työelämävalmiuksiensa** parantumista sekä opiskeluun tai työelämään liit-tyvien suunnitelmien selkeytymistä työpajajakson aikana. Vastauksissa nousee esille monenlaisten opiskeluun ja työhön liit-tyvien valmiuksien vahvistuminen. Työpajalla on opittu yleisiä taitoja ja kerätty ammattialan osaamista. Monella valmen-tautujalla halu opiskeluun tai työntekoon on lisääntynyt ja opiskeluvaihtoehdot ovat jäsentyneet. Valmentautujat ovat suorit-taneet työpajalla opintoja ja oppineet hakemaan opiskelu- ja työpaikkaa.

Työpaja on tarjonnut hyvää työkokemusta ja harjoitusta. Valmentautujat ovat oppineet tunnistamaan osaamistaan ja haas-teitaan. Työpajalla on voitu testata ja vahvistaa omaa työkykyä ja saada itseluottamusta pärjäämisestä työelämässä. Työpaja on ollut joillekin valmentautujille paikka, jossa on voinut selviytyä uupumuksesta ja joka on tarjonnut matalan kynnyksen työs-säkäyntiin. Valmentautujat ovat voineet tutustua oman ammattialan toimijoihin ja yhteistyökumppaneihin. Tulevaisuuden suunnitelmien selkeytyminen on tuntunut monelle valmentautujalle helpottavalta.

Valmentautujat kuvasivat **opiskeluun** liittyvää etenemistä seuraavalla tavalla, kun heiltä kysyttiin, mitä työpajatoiminta on heille antanut:

- Apua tulevaisuuden suunnitelmiin esim. opiskelumahdollisuuksiin. Työpaja myös tuonut itsestä uusia kykyjä esille ja vahvistanut niitä ja uusia ystäviä ja verkostoitumista alan tekijöihin.
- Arvokasta työkokemusta ja uutta intoa opiskeluun. Mahdollisuus toteuttaa omia visioita työskentelyssä ja tätä kautta saanut intoa ja rohkeutta kokeilla uusia työskentelymenetelmiä.
- Auttanut päivärytmin hallinnassa ja valmistautumisessa tulevaan koulutukseen pitkän työttömänä kotona olon jäl-keen, antanut näkemystä ja valmiutta ICT-alaan.
- Auttanut ylläpitämään arkirytmää, lisää motivaatiota itseopiskeluun ja luottamusta opintojen suorittamiseen.
- Ennen työpajalle tuloa en olisi voinut kuvitella hakevani opiskelemaan vielä, koska en luottanut omiin kykyihini, enkä uskaltanut. Työpajan aikana luotto ja usko omaan pärjäämiseeni ja omiin kykyihini löytyi, ja olen päättänyt hakea yhteishaussa opiskelemaan.
- Itseluottamusta ja -varmuutta. Voimia normaalin arjen pyörittämiseen. Luottamusta omiin kykyihin sekä varmuutta tulevaisuuden suunnitelmille. Omat mielenkiinnon kohteet tulivat pajajakson aikana esille, jonka vuoksi voin lähteä opiskelemaan omaa alaa.
- Itseluottamusta, työ- ja opiskelupaikan haku onnistuu nykyään helposti, arvostan itseäni enemmän, sosiaalisten tilanteiden ahdistus lähtenyt melkein kokonaan pois.
- Oppinut työtä ja sen tekemiseen liittyviä asioita, saanut alasta selkeämmän kuvan ja saanut neuvoja töiden hake-miseen ja kouluhakuihin.
- Paremman suunnitelman opiskeluun ja työelämään. Kokemusta erilaisista työtehtävistä ja ihmisistä.
- Pitkästä aikaa elämässäni olen käynyt jossain arkiamuisin mielelläni. Sain myös erittäin hyvän pohjan lähteä opis-kelemaan media-alaa. Ammatinvalinta selkiytyi.

- Työpajan myötä olen saanut uudenlaista intoa luonto- ja ympäristöalan opintojen suhteen, sekä lisää itsevarmuutta. Koen, että pystyvyyden tunne työelämään palaamisen suhteen on voimistunut.
- Tehtiin yhteishakuhakemukset ja sain tietokoneen lainaan pääsykokeita varten. Sain sellaista tekemistä päiviin, että on helpompi mennä opiskelemaan, jos pääsee kouluun sisään.
- Työpaja on antanut minulle halua aloittaa koulu. Hain kouluun ja olen erittäin onnellinen opiskelupaikastani.
- Työpaja on antanut minulle paljon aikaa kehittyä ohjelmoijana. Työpaja on antanut minulle myös mahdollisuuden tutkailla, mitkä aiheet kiinnostavat minua, esimerkiksi ohjelmoinnin saralla, ja sitten opiskella niitä.
- Työpajalla paikan päällä ollessani olin motivoitunut tekemään tehtäviä, omia projekteja, sekä oppimaan uutta, oli se mihin tahansa aiheeseen liittyvää. Opin paljon uutta liittyen AV-alan taitoihin.
- Valmiudet opiskeluun lähtöön. Myös oma suhtautumiseni elämään on parantunut huomattavasti eikä tulevaisuus tunnu enää toivottomalta.
- Valmiuksia työelämään ja uskoa itseeni ja siihen, että pystyn opiskelemaan ja suorittamaan opinnot loppuun ja sitä kautta työllistymään.
- Antanut hyvät valmiudet työnhakuun. Opinnollistaminen on ollut mielenkiintoinen, täysin uusi toimintamuoto minulle opintojen suorittamiseen.
- Sain työpajalta paljon uutta tietoa, itseluottamusta ja suoritettua osatutkinnon, mikä on ollut tavoitteenani jo kauan. Näillä opeilla ja tiedoilla saan varmasti suoritettua opintoni loppuun.
- Työpaja on antanut minulle uutta puhtia ja toivoa tulevaisuuden suhteen. Valmentaja on ollut suuri apu ja inspiroinut hakeutumaan kouluun todella voimakkaasti. Hän preppaa kanssani valintakokeita varten ja auttaa hakemusten kanssa. Käydään teoriaa ja erilaisia harjoitteita läpi, mikä on auttanut ahdistukseeni ja tuonut enemmän luottoa omaan osaamiseen. Päässyt kokeilemaan tosi laajasti ja vapaasti eri tekniikoita, sen lisäksi saan paljon kritiikkiä ja teemme töitä tosi näkyvästi, jotta totumme muiden katseisiin, kun työskentelemme. Ennen pajaa mulla ei ollut minkään näköistä päivärytmiä ja masennus oli ottanut isosti asemansa esille arjessa. Nyt asiat ovat toisin.
- Työpaja tuli minulle juuri oikeaan aikaan. Työpaja on antanut minulle uutta intoa. Ennen työpajaa minulla ei ollut mitään tulevaisuuden suunnitelmia, opiskelupaikka aivan hukassa ja oma elämänhallinta hukassa. Työpajalla olen pystynyt korjaamaan unirytmien, jaksan herätä aamulla. Olen oppinut löytämään itsestäni täysin uusia puolia ja itsevarmuus on kasvanut älyttömästi! Sain myöskin tarpeeksi aikaa miettiä sopivaa alaa itselleni, ja seuraavaksi olenkin menossa opiskelemaan erittäin mielenkiintoista alaa. Kiitos työpajan, sillä pääsimme työpajan ohjaajien kanssa tutustumaan kyseiseen kouluun ja alaan.

Valmentautajat kuvasivat **työelämävalmiuksiensa** vahvistumista seuraavalla tavalla:

- Olen saanut paljon itseluottamusta oman jaksamisen ja työkyvyn suhteen, olen huomannut itsessäni paljon uusia hyviä piirteitä; olen reipas ja oma-aloitteinen. Olen saanut intoa jatkoon ja selvät tavoitteet tulevaisuuden suhteen; joko töihin tai opiskelemaan.
- Olen oppinut jonkin verran asioita, joista on hyötyä oman alan töissä. Olen saanut totuteltua työelämään pitkän sairaus- ja työttömyysjakson jälkeen.
- Olen oppinut paljon kädentaitoja, joita olen aina halunnut kokeilla. Olen oppinut työpaikkojen hakuun liittyviä asioita kuten hakemuksen muotoilu ja itsensä "myyminen" työnantajalle. Olen saanut rauhassa kuntouttaa itseäni niin henkisesti kuin fyysisestikin ilman työelämän aiheuttamaa stressiä ja ajan vieniä. Olen nyt paljon paremmassa kunnossa aloittamaan työelämän.
- Olen saanut tehdä sellaista työtä, mistä nautin. Olen löytänyt oikeanlaisen, terveellisen rytmien arkeeni, mistä olen hyvin onnellinen. Tunnen jaksavani paremmin nyt, mitä aiemmin elämässäni työ- ja opiskeluaikoina.

- Lisää itseluottamusta ja itsevarmuutta. On oppinut työelämän sääntöjä, miten ollaan työssä ja millaista on työssä. On oppinut tulemaan toisten ja erilaisten ihmisten kanssa toimeen.
- Hyvän työkokemuksen. Edellisestä työpaikasta jäi huonot fiilikset työuupumuksen ja muiden asioiden takia, tämä työpaikka on auttanut unohtamaan sen ja näkemään että on sellaisiakin töitä, jotka sopivat minulle. Työ on ollut monipuolista ja vaihtelevaa, olen saanut paljon onnistumisen kokemuksia ja oppinut paljon uutta, niin pajaohjaajalta kuin myös muilta työntekijöiltä.
- Olen saanut onnistumisen kokemuksia. Tämä on ollut ensimmäinen työpaikka, jossa olen viihtynyt eikä ole ahdistanut tulla töihin. Se on ollut tärkeä kokemus!
- Arkirytmisiä ja varmuutta siitä, että tunnen ja tunnistan oman ammattitaitoni ja sen haasteet, rajat ja vahvuudet.
- Olen oppinut luottamaan omiin kykyihini paremmin ja uskon siihen, että pystyn toimimaan tavallisessa työelämässä. Uskallan kokeilla, tehdä virheitä ja mennä eteenpäin.
- Arvokasta työkokemusta ja uutta intoa opiskeluun. Mahdollisuus toteuttaa omia visioita työskentelyssä ja tätä kautta saanut intoa ja rohkeutta kokeilla uusia työskentelymenetelmiä. Ohjaajat ei ole huohottanut ja patistanut niskassa vaan sopivissa määrin rohkaisseet ja auttaneet työskentelyssä.
- Arvokasta kokemusta työelämästä, oman alan sisällöstä ja ohjelmistoista. Työpajasta saadut työnäytteet ja työnhaakuprosessiin saatu tuki on jo huomattavasti auttanut menestymään paremmin työnhaussa.
- Auttanut CV:n päivittämisessä. Työpajan kautta löysin myös uuden työpaikan ainakin seuraavaksi 6 kk ajaksi.
- Harjoitusta sosiaalisissa tilanteissa, jatkotyöskentelymahdollisuuden pajajakson päätyttyä ja valmennusta sosiaali- ja terveystieteiden alalla.
- Auttanut tutkimaan ja etsimään itseäni. Sekä tietoa työnhausta ja ansioluettelon teosta. Tutustuttanut myös erilaisiin ohjelmiin ja niiden käyttöön.
- Paremman suunnitelman opiskeluun ja työelämään. Työpaja antoi minulle kokemusta sisustusalasta. Pääsin myös takaisin kiinni työelämään, ja sain jonkinlaisen päivärutiinin. Tutustuin myös uusiin mahtaviin ihmisiin sisustustoitteilla.
- Hyvän arkirytmien lisäksi olen työpajalta saanut esimerkiksi neuvoja työnhaakuun ja opiskeluun, sekä sain kehittää joitakin taitoja liittyen ohjaus- ja sote-työhön.
- Itseluottamukseni on noussut ja olen saanut paljon tietoa ja oppinut uutta työkoneista ja työelämästä yleisesti.
- Olen oppinut tekemään todella paljon uusia töitä ja kädentaitoja, käyttämään uusia työvälineitä, laitteita, ajoneuvoja ja oppinut myös ymmärtämään paremmin rakennusalan maailmaa.
- Tämä jakso oli elämälleni yksi tärkeimmistä kulmakivistä. Löysin paljon uusia sekä vanhoja asioita, suhteita, tunteita ja yhteistyökumppaneita. Jakson harjoitteet herättivät ajatustoimintaa ja tutkivampaa suhtautumista elämään. Niiden kautta inspiroiduin yhä enemmän seikkailemaan ja tekemään luovan alan töitä heittäytyvämmällä otteella. Koko toiminnalla oli myös iso vaikutus omaan ammattimaiseen kehitykseen siinä, että mihin päin suuntaan seuraavaksi ja miten aion myydä työtäni.
- Paljon tukea, uusia ystäviä, rytmiä päivään ja ennen kaikkea uskomattoman paljon tietoa ja taitoa tavoittelemaani ammattia varten.
- Paljon työkokemusta. Oppia miten käyttää paljon erilaisia työkoneita ja välineitä. Paljon tietoa erilaisista ammateista ja työtilanteista. Valmiutta työelämän erilaisiin tilanteisiin ja haasteisiin.
- Hyvää monipuolista työkokemusta, mahdollisuuden suorittaa hyödyllisiä kursseja kuten hygieniapassi. Tukea työelämään, hyviä kokemuksia työstä ja ruoanlaittotoitoja.
- Itseluottamusta. Tiedän nyt, että osaan oman alan töitä ja että pystyn tarpeen tullen etsimään tarvitsemani tiedon. Lisäksi tiedän, että olen onnistunut ja osaan kysyä apua, mikäli asia on jäänyt epäselväksi.

- Itsevarmuutta ja itseluottamusta tulevaisuutta varten. Myös omatoimisuutta on tullut lisää ja vahvaa halua tehdä töitä.

Elämänhallinnan vahvistuminen tulee esille useiden valmentautujien vastauksissa työpajatoiminnan annista. Se on luetta- vissa kertomuksista, joissa he kuvaavat laaja-alaista sosiaalisen vahvistumisen kokemustaan: työpajalla monet palaset ovat löytäneet paikkansa. Elämänhallinta on luottamusta siihen, että pärjää elämässään ja erilaisten haasteiden edessä. Se on kykyä jäsentää tulevaisuuden suunnitelmiaan ja uskoa siihen, että omat tavoitteet ovat saavutettavissa. Kaikki sosiaalinen vahvistu- minen tukee elämänhallintaa, liittyyipä se arjen perusasioiden hallintaan, itseluottamukseen ja mielenterveyteen, sosiaalisiin kykyihin tai opiskelu- ja työelämän taitoihin. Hyvä elämänhallinta antaa välineitä tunnistaa ja toteuttaa itselle tärkeitä asioita ja tehdä asioita omien tavoitteidensa ja unelmiensa eteen. Se lisää tyytyväisyyttä elämään, elämänlaatua.

- Elämäntilanteeni on parantunut huomattavasti työpajajakson aikana. Työnteko ja ihmiskontaktit ovat ensisijaisesti pitäneet mielenterveyteni kunnossa pimeän talven läpi, ja siltä pohjalta olen voinut pikkuhiljaa muodostaa tärkeitä arkirutiineja ja saanut elämäni hallintaan. Nyt kun olen myös saanut opiskelupaikan, on elämäni suurin stressin- lähde poissa ja tulevaisuus alkaa taas näyttää valoisaalta.
- Itselleni työpaja on antanut mahdollisuuden oppia ja pärjätä monessa asiassa, työn miellyttävyyden ja palautteen kautta. Tämä on kasvattanut turvallisuuden ja menestymisen mahdollisuuden tunteita, joka näyttäytyy elämän muissakin asioissa.
- Itsetunto kasvanut huomattavasti ja usko siihen, että pystyn ja pärjään. Olen saanut tietoa mahdollisuuksista, joista en ole ollut tietoinen. Sosiaaliset kykyini ovat kasvaneet. Ajattelen vähemmän sitä, häiritsekö muita olemassaolol- lani.
- Olen oppinut paremmin sietämään stressaavia tilanteita ja löytämään niihin ratkaisuja. En lannistu, jos jokin menee pieleen, vaan tiedän että asian voi yleensä korjata jotenkin. Olen myös saanut uutta näkökulmaa tulevaisuuden varalle sekä löytänyt uusia mielenkiinnonkohteita.
- Olen saanut arjen rytmin kohdilleen sekä lisää itsevarmuutta omaan tekemiseen ja olemiseen. Tulevaisuuteni ei ole enää niin hämärän peitossa. Paja vahvisti myös sosiaalisia taitojani sekä tuki ja neuvoi minua saamaan omat perus- asiani hallintaan. Työpaja esti syrjäytymiseni.
- Olen saanut paljon hyviä onnistumisen kokemuksia, varmuutta, energisyyttä ja motivaatiota sekä luottamusta tule- vaisuutta kohtaan. Olen avoimempi ja aktiivisempi, hyväksyn itseni paremmin ja olen saanut uusia näkökulmia mo- niin asioihin. Koen kasvaneeni paljon ja olen todella iloinen ja kiitollinen kokemuksesta. Se on ollut minulle erittäin tärkeä ja parantanut elämäni laatua.
- Olen saanut takaisin itsevarmuutta omaan työskentelyyni ja motivoitunut jatkamaan vanhaa harrastusta kotonakin. Jännitän sosiaalisia tilanteita vähemmän, olen tilanteissa luontevampi ja olen taas kiinnostuneempi muista ihmi- sistä. Olen alkanut myös jälleen suunnitella tulevaisuuttani.
- Tilaisuuden varttua työelämään turvallisessa työilmapiirissä. Olen oppinut paljon sekä työelämästä että yksityisestä elämästä. Olen saanut kattavaa työkokemusta ja ohjauksen kautta saanut tulevaisuuden suunnitelmani kohdilleen. Olen saanut uusia ystäviä ja oppinut itsestäni paljon uutta.
- Työpaja on antanut itsevarmuutta sekä aidosti hyödyllisiä tietoja ja taitoja tulevaa elämää varten. Myöskin jatkuva koronatilanne on opettanut joustavuutta ja kehittänyt ongelmanratkaisutaitoja, kun on työpajan arjessa joutunut sopeutumaan muuttuneisiin kuvioihin.
- Työpaja on auttanut päivärhythmiä saavuttamisessa, aamulla heräämisessä ja arjen rutiineista kiinni pitämisessä. Työ- pajalla olen saanut kokemusta ja harjoitusta sosiaalisista kohtaamisista luonnollisessa ja rennossa ympäristössä.

Tulevaisuuden suunnitelmat ovat saaneet selkeämpää muotoa. Opiskelu ja sen jälkeen työskentely tuntuvat ajatuksena innostavalta. Olen päässyt kokeilemaan uusia asioita ja näin löytänyt uusia mielenkiinnon kohteita.

- Työpaja on haastanut kohtaamaan itselleni vaikeita tilanteita (unirytmii, sosiaaliset tilanteet ym.) ja näyttänyt, että voin päästä yli omista esteistäni ja eteenpäin elämässä. Olen saanut kannustavaa palautetta ja neuvoja, jotka auttavat tulevaisuuden hahmottamisessa ja suunnittelussa.
- Työpaja on tuonut paljon iloa ja positiivisuutta elämäni. Pajalla ollessani tunnen, että liikun elämässä eteenpäin, ja saan asioita aikaiseksi käsitöiden ohella. Olen oppinut uusia asioita, joka kannustaa myös pajan ulkopuolella kokeilemaan uusia asioita. Olen saanut myös kavereita pajalla, joita tapaan vapaa-ajalla. Ohjaajat ovat tukeneet minua loistavasti ja hyödyn pajajaksostani paljon. Nostin pajalla numeroitani ja pääsin haluamaani kouluun. Paras asia, mitä pajalta olen saanut, on uusi asenne.
- Työpaja toi alkuaan sekavaan elämäntilanteeseeni tasaisuutta ja uutta suuntaa. Pajalla on ollut elämässäni merkittävä vaikutus. Olen löytänyt sen kautta enemmän omaa ääntäni ja aivan uusia puolia itsestäni. Minusta on tullut vastuullisempi ja tunnen paremmin, mitkä asiat elämässä ovat oikeasti lähellä sydäntäni.
- Työpajajakso antoi minulle paljon, mutta suurin asia oli, että minulle palasi toiveen kipinä tulevaisuuden mahdollisuuksista.
- Työpajajakso on palauttanut uskoani itseni, toisiin ihmisiin ja elämään yleensä. Lisäksi olen ollut lähes päihteetön puoli vuotta.
- Työpajajaksolle lähteminen oli varmasti yksi parhaista päätöksistäni vuosiin. Ryhmän osana toimiminen ja oleminen ovat auttaneet minua huomaamaan omia vahvuuksiani sekä kannustaneet uskomaan parempaan huomiseen huolimatta menneistä vaikeuksista. Erittäin onnellinen siitä, että lähdin tällaista kokeilemaan. 👍
- Työpajalla oleminen on nostanut itsetuntoani ja antanut positiivisen asenteen elämään. Sain myös tarvittua aikaa pohtia uutta suuntaa elämälle, ja sitä on nyt helpompaa lähteä tavoittelemaan paremmalla voinnilla ja voimavaroilla.
- Työpajan ansiosta olen saanut elämän takaisin hallintaani ja saanut siihen sisältöä. Olen välttynyt syrjäytymiseltä, saanut motivaatiota asioiden hoitamiseen sekä paremman käsityksen itsestäni.
- Työpajatoiminta on pitkälti käyty etänä ja se on ollut minusta ihan hyvä. Päivärytmi on säilynyt ja olen tuntenut, että jaksan tehdä asioita. Tämän puolentoista vuoden aikana olen saanut selvän väylän elämälleni ja opiskelupaikan. Tämä tuskin olisi ollut mahdollista ilman työvalmennusta. Elämänlaatuni olisi siinä tapauksessa ollut erittäin paljon huonompi. Koen eheytyneeni, löytäneeni polun ja eväät jatkaa ja jaksaa. Siitä iso kiitos, tämä toiminta on minun kohdallani ollut korvaamatonta ja elämäni kannalta erittäin tärkeää.
- Voimaa ja toivoa jatkoon elämässä. Oppinut kohtaamaan epäonnistumiset aivan eri tavalla. Rohkeutta näyttää tunteet ja kertoa omat mielipiteet. Opettanut aikatauluttamaan arjen askareet ja koulutyöt.
- Tämä työpaja on antanut minulle työkaluja selvittää ja mennä eteenpäin elämässä. Sosiaaliset taitoni ovat parantuneet huomattavasti ja olen löytänyt tukiverkoston, johon voin luottaa työn kautta. Olen oppinut myös toimimaan itseäni kohtaan reilummin ja mukavammin, kun ennen olin armoton itselleni. Se, että olen oppinut olemaan sinut itseni kanssa, tulee olemaan hyödyksi tulevan työn ja työnhaun kannalta, koska en tule polttamaan itseäni loppuun ja pystyn tekemään töitä paremmin.
- Uusia ihmissuhteita, arkitymmin, luottoa siihen, että selviän jatkossa, paremman mielenterveyden, sosiaalisia taitoja, mahdollisuuden toteuttaa itseäni, itsevarmuutta yms.
- Varmuutta ja luottamusta siihen, mitä tekee. Uskallusta hakea töihin niin, että uskoo pärjäävänsä ja että voi aina tarvittaessa kysyä apua. Pieni epäonnistuminen ei haittaa, koska voi yrittää uudestaan ja joka päivä menee vähän paremmaksi.

Osa valmentautujista kirjoitti laajemman kuvauksen siitä, mitä kokemuksia työpajatoiminta on heille antanut ja miten laadukas työpajatoiminta liittyy heidän sosiaalisen vahvistumisen kokemuksiinsa. Vastauksissa tulee esille se, miten monet asiat valmentautujien elämässä ovat edenneet hyvään suuntaan työpajajakson aikana:

Tulin työpajalle, koska halusin kehittää itseäni monipuolisesti äänen eri osa-alueilla. Ajattelin, että lähtiessäni harjoittelun jälkeen osaisin käyttää musiikinteko-ohjelmia, äänittää, nauhoittaa, tehdä radiota, podcasteja, äänikirjoja ja niin edelleen. Odotukseni sekä tavoitteeni jaksolle olivat hyvin korkeat itseäni kohtaan. Opin paljon äänestä, mutta ennen kaikkea itsestäni. Työpajajakson jälkeen olen oppinut kuuntelemaan itseäni, olemaan armollisempi sekä kärsivällisempi itseäni kohtaan. Näiden asioiden kanssa olen omassa henkilökohtaisessa elämässäni lyönyt päätäni seinään moneen kertaan, joka on vienyt minua yhä kauemmaksi sekä kauemmaksi pois itsestäni ja unelmistani. Uskon että työpajajakso on opettanut minulle paljon asioita, mitä en osannut vielä ennen harjoittelua edes kuvitella, miten laajalle muutos kantautuisi. Opin ymmärtämään, että on ihan ok olla joskus antamatta 10 000 % itsestään ja luottaa vain siihen, että asioilla on tapana järjestyä. Päivä kerrallaan. Haluan kiittää kaikkia ammattitaitoisia mahtavia, mukavia, ymmärtäväisiä ja kannustavia ohjaajia heidän työstään.

Tukea opiskelutapojen tutkimisessa, oppimisvaikeudet on otettu tosissaan ja on yhdessä pohdittu, miten ne otetaan huomioon arjessa yms. Uusia ihmiskontakteja, tunnen itseni hyväksytyksi ja kuulluksi, minulta kysytään mielipiteitä ja ideoita ja siitä tulee olo, että minut nähdään ja olen tärkeä. Kaikkien vahvuuksia tuodaan esille ja kannustetaan. Kuntoutumistani on tuettu hyvin. Tilanteeni nähdään oikein. Minua kannustetaan pohtimaan tulevaisuuttani, mutta ei luoda paineita. Rajallinen jaksamiseni on huomioitu hyvin. Minua ei patisteta tai paineisteta liian aikaisin takaisin työelämään tai opiskeluun vaan kannustetaan ottamaan rauhallisesti ja luomaan vahva pohja jaksamiselle. Itsetuntoni on kohonnut huomattavasti. Olen oppinut omista vahvuksistani ja hyväksynyt heikkouksiani. Minut nähdään tasavertaisena muiden kanssa eikä esimerkiksi sukupuolestani oleteta minulla olevan tiettyjä ominaisuuksia ja heikkouksia. Olen löytänyt vahvat kiinnostuksen kohteeni ja minua on kannustettu kehittämään itseäni. Minua on kuunneltu, jos on ollut jotakin huolia eikä minua ole jätetty yksin ajatusteni kanssa. Jaksamisestani ollaan kiinnostuneita ja koen, että minua halutaan aidosti auttaa ja tukea kuntoutumisessani. Syön säännöllisen ja terveellisen aamupalan ja lounaan, kun olen työpajalla. Ruoka on erittäin hyvää. Olen saanut ideoita omaan ruoanlaittoon kotona.

Valmentautujien kuvauksia työpajatoiminnan kehittämistarpeista

SOVARI-KYSELYSSÄ VALMENTAUTUJIA PYYDETÄÄN kertomaan omin sanoin, millaisia huonoja kokemuksia työpajatoimintaan on liittynyt ja miten työpajan toimintaa voitaisiin kehittää. Sovari 2021 -kyselyssä useimpien valmentautujien oli vaikea määritellä, miten työpajatoimintaa voitaisiin parantaa. Vastanneista valmentautujista noin 1100 totesi, etteivät he näe työpajatoiminnassa epäkohtia. 1500 valmentautujaa, yli kolmasosa vastanneista, mainitsi toiminnassa tai siihen liittyneissä olosuhteissa jotain itseään harmittavaa. Lisäksi 1400 valmentautujaa, liki kolmasosa vastanneista, toi esille jonkin kehittämiskohdan työpajatoiminnassa.

Koronapandemian vaikutukset työpajatoimintaan näkyvät myös valmentautujien antamissa vastauksissa työpajatoiminnan haasteisiin liittyen. Osa vastaajista kertoi omaan jaksamiseen tai elämäntilanteeseen liittyvistä ongelmista, vaikka ne eivät suoranaisesti liity työpajatoiminnan järjestämiseen, mutta haittasivat työpajajakson läpikäyntiä. Valmentautajat toivat esille myös työpajan toimintasisältöihin ja työtehtäviin liittyviä kehittämistarpeita. Muita useammin toistuvia teemoja vastauksissa olivat työ- ja yksilövalmennuksen kehittäminen ja valmentautujien välinen vuorovaikutus. Lisäksi vastauksissa tuotiin jossain määrin esille tiedonsaantiin, työpajatoiminnan organisointiin ja resursointiin sekä valmentautujien osallisuuteen ja motivointiin liittyviä kehittämistarpeita.

Pääosin työpajatoimintaan ollaan tyytyväisiä ja toiminnan kehittämistarpeet vaihtelevat työpajoittain. Valmentautujien kehittämisenäkökohdat voivat kuitenkin antaa kaikille työpajoille tärkeää tietoa siitä, mihin työpajatoiminnassa on syytä kiinnittää huomiota ja millaiset asiat vaikuttavat valmentautujien tyytyväisyyteen. Kehittämisenäkökohdista on mahdollista poimia ideoita, miten työpajatoimintaa voidaan kehittää edelleen. Seuraavaan on koottu teemoittain, mitä epäkohtia valmentautajat ovat havainneet työpajatoiminnassa tai mitä asioita he kehittäisivät työpajalla.

Koronapandemian tuottamat kokoontumisrajoitukset vaikuttivat monin tavoin työpajojen toimintaan vuoden 2021 aikana. Työpajatoimintaa oli sopeutettu näihin rajoituksiin jo edellisen vuoden aikana. Toimintaa toteutettiin mahdollisuuksien mukaan etävalmennuksena verkkoyhteyksien kautta, ja ryhmätoimintaa työpajoilla rajattiin pienempiin ryhmiin. Valmentautajat kokivat haasteita etävalmennukseen osallistumisessa ja siinä, ettei kaikkia toimintasisältöjä voitu toteuttaa. Valmentautajat kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti:

- Ajat eivät ole helpoimmat monille toimijoille, mutta tämä työpaja muokkasi toimintaansa toimivaksi, eikä koronatilanne ns. lannistanut tätä toimintaa. Yhdessä keksittiin uusia tapoja toimia, mikä oli hienoa.
- Aika on ollut liian lyhyt, varsinkin kun korona lock down söi leijonan osan omasta ajasta, niin ei ehtinyt tutustua mielestäni tarpeeksi.
- Ainut huono asia on ollut korona, joka on rajoittanut pajatoimintaa.
- Harmiksi emme ole päässeet vierailulle paikkoihin koronan takia.
- Hiljaiset ajanjaksot, jolloin työtehtäviä ei ole. (Mikä on toki ymmärrettävää pandemian aikana.)
- En keksi muuta huonoa kuin tämänhetkisen koronatilanteen aiheuttama maskipakko.
- Kaikki eivät ole käyttäneet maskia ja pitäneet turvaväliä.
- Rokottamattomia on ollut työpajatoiminnassa. On riski saada korona työpajatoiminnassa.

- Huonoa on ehkä ollut se, että lähitoimintaa ei ollut kertaakaan koronan takia. Se olisi voinut antaa vielä enemmän kokemusta minulle.
- Ainoana miinuksena viime keväänä pahimpana korona-aikana, kun paja meni kiinni, niin oli etäkuntouttava omasta mielestä hieman ankea, kun ei pystynyt niin paljon näkemään ja olemaan pajalaisten plus ohjaajien kanssa kasvokkain läsnä, joka olisi ollut itselleni helpompaa. Omien asioiden hoito ja edistyminen oli silloin hieman hitaampaa ja vaikeampaa.
- Etänä on pitkälti omien työkalujen armoilla. Voi oppia uusia ammattiin liittyviä taitoja, mutta muita työelämäntaitoja on vaikea harjoitella yksin kotona.
- Etäopiskelu, koska omalta kohdalta olen aika heikko oppimaan uusia asioita (varsinkin teknisiä) itsenäisesti.
- Etätyöskentely on ollut kurjaa ajoittain, kun ei pääse samalla tavalla tutustumaan muihin pajalaisiin ja uuden opettelu ollut välillä hankalaa yksin. Itsellä on kasvanut kynnyksensä pyytää apua, kun ollaan etänä, lähityöskentelyssä se olisi helpompaa.
- Etävalmennus, joka vaikuttaa paljon jaksamiseen ja ylipäätään päivärytmin ylläpitoon. Myös masennus ottaa vahvasti otetta, kun ei näe ihmisiä.
- Koronan takia oli paljon etäopetusta. Itse olen koulutettu ja minulla on aika erilainen tausta kuin muilla, joten etätehtävät tuntuivat usein turhilta. Ymmärrän kuitenkin, että on vaikea yhtäkkiä keksiä kaikille sopivaa tekemistä.
- Etäpäivinä olisi voinut olla enemmän tehtävää, mutta etäpäivä oli ainakin rento, siitä plussat.

Useat valmentautajat mainitsivat henkilökohtaisista [omaan jaksamiseen ja voimavaroihin](#) liittyneistä ongelmistaan, jotka josain määrin vaikeuttivat työpajatoimintaan osallistumista. Työpajatoimintaa kehitettäessä on hyvä pohtia, miten valmentautujien jaksamista tuetaan mahdollisimman hyvin. On olennaista, että valmentautuja ohjautuu oikeaan, hänen tarpeisiinsa vastaavaan palveluun, ja palvelu on räätälöitävissä kunkin voimavarojen mukaan. Tarvitaan myös riittävät resurssit yksilövalmennukseen. Joillakin työpajoilla [meluisa](#) tai muuten rauhaton toimintaympäristö lisää kuormittavuutta. Työpajan avoimet tilat voivat heikentää työskentelyrauhaa. Osa valmentautujista kokee itsensä herkiksi ja kuvaa kärsivänsä melusta erityisen paljon.

- Välillä omien haasteiden takia työpaja on vienyt voimavaroja jo ennestään vähäisistä voimavaroista.
- Kun on ollut monta viikkoa putkeen todella raskasta puuhaa, ollut sen takia todella uupunut.
- Arjenhallinta selvästi huonontunut työtoiminnan väsyttävyyden takia. Arjen sisältö vähentynyt työtoiminnan ulkopuolella. Lisääntynyt väsymys ja jaksamattomuus.
- Itselle työpaja osoittautui liian rankaksi mielenterveyden ja arjen haasteiden vuoksi. Mikäli vointini olisi ollut parempi, olisin hyötynyt työpajasta enemmän. Nyt koen, että työpaja lähinnä hidasti voimien kohenemistä.
- Jännittämisen vuoksi työpajalla käyminen on välillä tuntunut haastavalta.
- Tuntemattomat ihmiset jännittää kauheasti ensin. Tuntuu, ettei ole tärkeä osa ryhmää.
- Jotkut hyvin isot ryhmätilaisuudet ovat olleet liian vaikeita, mutta muuten en oikein löydä mitään huonoa.
- Viihtyisän taukotilan puute... Tai se, ettei ole oikein löytänyt paikkaa latautumiselle työpäivän aikana. Myös sosiaalisen kuormittumisen kanssa on saanut tasapainoilla, ehkä juuri latautumispaikan puutteen takia.
- Joskus hälyä, jos on paljon ihmisiä paikalla.
- Aistiliherkkänä ryhmässä keskustelut välillä kuormittavat. Koen vähän painetta poistua rauhallisempaan tilaan, joka on tarjolla.
- Välillä kovat äänet pajoilla ylikuormittavat. Silloinkin on mahdollista vaikuttaa asiaan laittamalla kuulosuojaimet tai menemällä työskentelemään viereiseen hiljaisempaan huoneeseen.
- Työpajan radio. Tykkään rauhallisemmasta työtilasta. Kuuntelen rauhallista musiikkia, jos jotain kuuntelen, en poppia enkä negatiivista radiopöytästä.

Hyvä työpajatoiminta tarjoaa riittävästi ja monipuolisesti erilaisia työtehtäviä ja toimintaa valmentautujien lähtökohdat huomioon ottaen. Sovari-tulosten mukaan näihin asioihin ollaan valtaosin tyytyväisiä, mutta osa valmentautujista on kokenut, ettei työpajalla ole aina **riittävästi työtehtäviä** valmentautujille. Osa heistä olisi toivonut enemmän tai haasteellisempia työtehtäviä ja myös mahdollisuutta ottaa enemmän vastuuta. Jotkut valmentautajat myös toivoivat, että työpajalla keskityttäisiin enemmän työnteekoon kuin muuhun toimintaan. Toisaalta jotkut valmentautajat kokivat työmäärän liialliseksi ja uuvuttavaksi.

- Joinain päivinä hommia ei ollut tai niitä ei tultu tarjoamaan. Aika kului istuessa puhelinta selatessa usein.
- Alkuun oli hyvän verran tekemistä, sillä enempää en olisi jaksanut, mutta näin loppua kohden haluaisin vain enemmän toimintaa. Tosin, se varmaankin kertoo vain siitä, että olen valmis siirtymään työpajalta eteenpäin.
- Ainoa häiritsevä asia alussa oli tehtävien määrä ja niiden lyhyet deadlinet, mutta opettaja vaihtoi deadlinet pidemmiksi ja tehtävien määrän vähäisemmäksi. Huolellisuus tehtäviä tehdessä helpottui sen myötä.
- Oman kokemuksen mukaan liian hidas tahti. Välillä tuntui, että asiat eivät edenneet riittävän rivakasti, alkoi väsyttää.

Osa valmentautujista olisi toivonut voivansa tehdä työpajalla **monipuolisemmin erilaisia työtehtäviä** ja saada enemmän valinnanmahdollisuuksia. He ehdottivat, että töiden jakamisessa huolehdittaisiin toiminnan vaihtelevuudesta. Heillä oli myös epätietoisuutta, millaisia työmahdollisuuksia työpajalla olisi ollut tarjolla. Valmentautajat antoivat toiminnan sisällöistä ehdotuksia, joita on hyvä ottaa huomioon toiminnan kehittämisessä.

- Ehkä kaikille ei löydy sitä omaa juttua, kun työt ovat vain ne, mitä täällä on tarjolla.
- Tehtävien haastavuustaso olisi voinut olla minulle suurempi.
- Olisin halunnut tehdä monipuolisempia työtehtäviä. Sain kuitenkin tehdä työtehtäviä, mutta ne olivat melko paljon itseään toistavia.
- Liian usein annettu sama työtehtävä minulle.
- Toisinaan työtehtävät ovat olleet vähän yksitoikkoisia ja motivaatio ollut hetkittäin hukassa.

Valmentautujien vastauksissa tuli esille toiveita **erilaisten aktiviteettien** lisäämiseksi. Valmentautajat toivoivat esimerkiksi enemmän retkiä, liikuntaa, ulkoilua, vierailuja, ruuanlaittoa, koulutuksia sekä yhteistyötä eri työpajojen kesken. Toimintaa on hyvä ideoida ja suunnitella yhdessä valmentautujien kanssa. Osa valmentautujista ei pidä yhteistä toimintaa tärkeänä tai mieluisana, joten toimintaan osallistuminen voi olla vapaaehtoista.

- Toiminta olisi voinut olla monipuolisempaa, enemmän ryhmässä tekemistä esimerkiksi.
- Työpajalla on jonkin aikaa ollut aika pieni porukka, joka on osittain hyvä asia, mutta olisin kaivannut vielä enemmän vaihtuvuutta. Yhteistä tekemistä ja keskustelua olisin toivonut enemmän.
- Kaipaen enemmän yhdessä tekemistä. Tähän mennessä ei ole ollut tarpeeksi haastetta.
- Liian lyhyet pajapäivät (4 h) ja liian vähän aikaa tehdä asioita yhdessä.
- Ehdottomasti lisää kivoja projekteja ja eri pajojen välistä toimintaa ja yhteistyötä!
- Enemmän ryhmätöitä ja yhdessä työskentelyn harjoittelua.
- Kartoittaa paremmin jokaisen henkilökohtainen osaaminen ja kiinnostuksen kohteet.
- Kehonhuollosta en tykännyt. Jatkoa ajatellen pajalaisilta voisi kysyä, haluaako osallistua.
- Liikaa ryhmäytymis- ja toimintapäiviä. Tulon tänne töihin, en luokkaretkille.
- Itse en ole tykännyt tapahtumapäivistä, joissa kierretään rasteja, mutta niihin ei ole ollut pakko osallistua.

Yleensä valmentautajat ovat motivoituneita osallistumaan työpajatoimintaan, mutta valmentautujien vastauksissa tuli jossain määrin esille myös **motivaation** puutetta. Osa työtehtävistä koetaan liian yksitoikkoisiksi ja niihin ohjaaminen painostavaksi. Toisten valmentautujien motivaation puute voi syödä myös toisten halukkuutta tehdä töitä.

- Joskus joutunut tekemään asioita, joista ei hirveemmin pidä.
- Joskus tehtävät eivät ole tuntuneet tarpeellisilta.
- Se, ettei ymmärretä, jos ahdistaa jokin tehtävä eikä halua tehdä sitä.
- Mielenkiintoista tekemistä ei aina riittävästi. Joskus joutuu tekemään tylsältä tuntuvia ja melko vähäpätöiseltä tuntuvia tehtäviä.
- Välillä se, että ei saa palkkaa, vaikka tehdään oikeita työtehtäviä ja hyvää jälkeä. Ymmärrän kyllä, että tämä on kuntouttavaa työtoimintaa ja siihen kuuluu se 9 €/pv, siitähän on jo iso apu.
- Asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaan enemmän haastetta. Nyt oli esimerkiksi minulle hieman turhan matalan kynnyksen hommaa. Tehtäviä oli kyllä monipuolisesti, mutta mielenkiinto jäi välillä uupumaan haasteen puutteesta.
- Jotkut päivät olivat vähän turhauttavia, koska omat taitoni olivat vahvat.
- Sellaiset ryhmän jäsenet, jotka eivät selvästi ole motivoituneita edes yrittämään niitä asioita, mitä pajalla tehdään. Syrjäytyneisyys on eri asia ja täysin ymmärrettävää, mutta joukossa on myös niitä, jotka tahallisesti kieltäytyvät kaikesta tekemisestä ja ovat aina myöhässä ym. Tällainen piittaamattomuus syö ryhmähenkeä ja muidenkin intoa ja motivaatiota tulla paikalle.

Joidenkin valmentautujien vastauksissa tuli esille toivomuksia heidän **osallisuutensa** lisäämiseksi työpajalla. He toivoivat, että valmentautujilta kysyttäisiin enemmän heidän mieltymyksistään sekä toivomuksistaan työtehtäviin ja toimintaan liittyen.

- Työtehtäviä ei suunniteltu nuorten kanssa yhdessä, joten halukkuus ja motivaatio ovat useilla nuorilla heikko!
- Työpajalla tuntui, että nuorten mielipiteitä ei kuunneltu/arvostettu.
- Aina ei tunnu siltä, että pystyisi vaikuttamaan omaan työhön. Välillä tuntuu, että valmentajat/esimiehet eivät kuuntele nuoria tavalla, joka näkyisi. Nuorille ei anneta mahdollisuuksia vaikuttamiseen.

Valmentautajat tulevat työpajoille erilaisin sopimuksin ja suunnitelmin, joissa otetaan huomioon kunkin valmentautujan jakaminen, osaaminen ja tavoitteet. Osa Sovariin vastanneista valmentautujista kuitenkin toivoi, että työpajalla kiinnitettäisiin enemmän huomiota **tasa-arvoisuuteen** ja pidettäisiin kiinni **yhteisistä säännöistä**.

- Asiakkaiden eriarvoisuus, esim. työmotivaatiossa ja työn tekemisessä.
- Ikävästi joudun siivoilemaan ja puhdistamaan työpisteiden ympäristöä. Mutta jonkun sekin on tehtävä, koska liiaksi on välinpitämättömyyttä työkavereissa tämän asian suhteen.
- Joskus hieman epäloogiset säännöt tai ne eivät ole samat kaikille, mikä hieman herättänyt kahtiajakoa.
- Kaikki pajalaiset eivät noudata työaikoja (ovat toistuvasti myöhässä), mikä vaikuttaa koko ryhmän toimintaan.
- Kaikki päivät eivät aina ole yhtä motivoivia, sillä välillä ekstrovertit ja enemmän näkyvillä olevat ihmiset saavat kaikki mielekkäimmät roolit, ja silloin sivusta seuraamista on paljon. Se luo kateutta ja omien kykyjensä aliarviointia.

Työvalmennus työpajalla on yleisesti koettu hyväksi, mutta osa valmentautujista on kokenut työssä saamansa perehdytyksen ja ohjauksen liian vähäiseksi. He toivoivat esimerkiksi selkeämpää ohjausta työn aloittamiseen ja perusteiden hallintaan sekä koulutusta uusien menetelmien käyttöönottoon. Valmentajilta odotetaan osaamista ja ymmärrystä päihde- ja mielenterveyskuntoutujien kanssa toimimiseen.

- Joissakin tehtävissä, joita tein ensikertaa, voisi antaa paremmat ja selkeämmät ohjeet.
- Henkilöstöpulaa, joten ohjausta ja apua ei saa tarpeeksi.
- Ehkä se, että ohjaajia on ollut välillä vaikea tavoittaa, kun on ollut itsellä jotain kysyttävää. Mutta olen ymmärtänyt sen, että joskus ohjaajilla on paljon tapaamisia ja kokouksia, joista johtuen olen mennyt jututtamaan heitä vasta, kun heillä on ollut paremmin aikaa.
- Olisin kaivannut enemmän ohjeistusta tekemiseen, halunnut tietää, mitä esimerkiksi videolta halutaan, millainen lopputulos pitäisi olla.
- Ehkä vähän myös liikaa itseopiskelua, jos haluaa kokeilla itselleen jotain täysin uutta. Toki valmentajat eivät voi osata kaikkea, mutta välillä tarvitsisi enemmän kädestä kiinni pitämistä, jotta jossain uuden työhömmän opiskelussa pääsisi oikeasti eteenpäin.
- Ohjaajat ovat käyttäytyneet mielestäni hieman epäoikeudenmukaisesti joitain kohtaan, ei ehkä tilannetajua ymmärtää ahdistuneita ja/tai masentuneita nuoria. Ehkä lisäkoulutusta ohjaajille esim. mielenterveysongelmien ymmärtämiseen ja siitä, miten kohdata nuori paremmin, joilla näitä on.
- Yhdessä vaiheessa tuntui, että ohjaajat unohtivat sen, että monilla nuorista on mielenterveysongelmia. Siihen vetoaminen ei tuntunut olevan riittävä syy olla tekemättä hetken töitä, vaikka se on yhtä vakavaa kuin tavallinen sairastuminenkin. Huoli asiasta vietiin kuitenkin eteenpäin ja siitä keskusteltiin kaikille ohjaajille, jonka jälkeen ongelmia ei ole ollut.

Yksilö- ja ryhmävalmennus saa Sovarissa kiitosta valmentautujilta. Kuitenkin osa valmentautujista toivoi enemmän henkilökohtaista tukea ja ohjausta. Valmentautujilla on monenlaisia henkilökohtaisen ja intensiivisen tuen tarpeita, joten työpajatoiminnassa on tärkeää turvata riittävät resurssit yksilövalmennukseen.

- Kynnys pyytää ja saada apua on korkea, koska ei tiedä milloin olisi hyvä aika keskustella omista asioista. Ohjaajat ovat kiireellisiä.
- Ehkä voisi olla jotain säännöllisiä jutteluaikoja vetäjän ja asiakkaan kesken, esim. joka toinen viikko / kerran kuussa, vaikka lyhytkin aika. Voisi jutella omista suunnitelmistaan tulevaisuutta koskien ja näin saada vähän helpommin apua/tsemppausta omaa tilannetta koskien.
- Enemmän aikaa asiakkaan kanssa, jutustelua tulevasta ja koittaa auttaa asiakasta enemmän yksilöllisesti.
- Jos paikalla olisi useampi työntekijä, voisi jaksoon sisällyttää henkilökohtaisempaa yksilöohjausta, joka voisi tukea osallistujia paremmin.
- Enemmän yksilöllistä huomiota. Monella pajalla käyvällä oli esim. vaikeuksia saada tehtäviä aluille, sosiaalisia pelkoja tai henkistä painolastia, joka vaikeutti pajatoimintaa. Varsinkin etätoiminnassa kehottaisin, että joko omaohjaaja tai joku muu pajan henkilökunnasta välillä kysyisi, onko kaikki hyvin, ja onko etätoiminnan suhteen huolia, joista he haluaisivat keskustella, tai johon he toivoisivat tukea, jotta ongelma korjattaisiin.
- Ihmiselle, jolla ei ole elämänhallintaan liittyviä ongelmia, joka on aktiivinen ja osaa tarvittavat taidot yhteiskunnassa toimimiseen, ryhmätapaamisissa käsitellyt teemat ovat tuntuneet hiukan turhanpäiväisiltä. Toki erilainen hyvinvointia parantava tieto on tärkeää varsinkin haastavissa elämäntilanteissa. Ehkä jonkinlainen alkukartoitus tarpeelliseksi koettavista aiheista ja aiheiden syvällisempi käsittely lisääisivät kiinnostavuutta?

Yleisesti työpajojen ilmapiiri ja yhteisöllisyys koetaan hyväksi, mutta joillakin valmentautujilla on myös toisenlaisia kokemuksia: työpajalla on ollut huono **työilmapiiri** ja ristiriitoja valmentautujien kesken. Tämä kuvastaa valmentautujien elämäntilanteiden haasteellisuutta ja monialaisen tuen tarpeita. Hyvässä työpajatoiminnassa edistetään valmentautujien yhteenkuuluvuutta ja pyritään ratkaisemaan konflikteja.

- Jotkut muut nuoret käyttäytyvät epäasiallisesti.
- Joidenkin pajalaisten kanssa ei oikein kemiat kohtaa.
- Toisinaan työpajassa on ollut haastavia tilanteita, jos minulla on ollut huono päivä, mikä on sitten näkynyt vuorovaikutuksessa muiden työntekijöiden kanssa.
- Joitakin konfliktitilanteita, joita ei puitu tarpeeksi, ja ne jäivät pyörimään mieleen sekä vaikuttivat työilmapiiriin.
- Ehkä jotkut pajuoret ovat olleet asenteeltaan negatiivisempia kuin joista olisin pitänyt, ja se on ehkä latistanut omaa mielialaani silloin tällöin.

Osa valmentautujista koki **vuorovaikutuksen** työpajalla liian vähäiseksi ja toivoi, että mahdollisuuksia vuorovaikutukselle, ryhmäytymiselle ja sosiaalisten suhteiden vahvistamiselle järjestettäisiin enemmän.

- Kaikki ryhmän jäsenet eivät huomioi tai juttele toisille ryhmän jäsenille välillä riittävästi.
- Joidenkin kävijöiden kanssa ei tule juteltua ollenkaan ja toisten kanssa enemmän, niin tulee vähän tunne eri porukoista, mutta ei se ole kovin iso asia ja varmaan ihan luonnollista. En kyllä tiedä, mistä se johtuu, varmaan itsestä kiinni, että ei juttele ihan kaikille.
- Kun projekteja ei ole ollut päällä, toiminta on ollut hyvin itsenäistä, mikä on ollut hyvä hetki rauhoittua ja saada omaa rauhaa, mutta välillä on ollut vähän yksinäistä. Asiaa auttoi ohjaaja, jolle oli aina mukava jutella ja jolla oli mielenkiintoista asiaa, sekä tuttu, joka sattui tulemaan pajalle työkokeiluun.
- Ihmisten vaihtuvuus on välillä ollut haastavaa ja uusiin ihmisiin kontaktin ottaminen.
- Ehkä jotkut koko porukalla tehtävät aktiviteetit voisi auttaa siinä, että juttelisi kaikille kävijöille vähän tasaisemmin. Joku teemapäivä ehkä, vaikka se olisi esim. ihan perus lautapeliteema.
- Enemmän tapahtumia, musiikkia tai vaikka tauon aikana syödään kaikki yhdessä samassa pöydän ääressä.
- Enemmän tehtävää, enemmän sosiaalisia kontakteja vaativia juttuja, kuten tietovisat, ryhmätyöt.
- Kehitystä mielessäni olisi siinä, että enemmän laitettaisiin nuoria tekemään asioita "oman ryhmänsä" ulkopuolella, että nekin, jotka ovat yksinäisiä tai vaikeaa etsiä tai hankkia uusia ystäviä, saisivat siihen mahdollisuuden, kuin pienen tönäisyn siihen suuntaan.
- Kaikkien ihmisten (työpajalla) olisi hyvä edes jotenkin tuntee/tietää toinen toisensa, vaikka moikkaustasolla. Tärkeintä olisi, ettei kenelläkään olisi turhaan liian vaivaantunut, kiusallinen tai epämukava olo olla ihmisten kanssa. Mitä tutumpi ilmapiiri sitä enemmän se helpottaisi mm. olemista aamiaisella/lounaalla sekä kokoontumisissa, yhteisissä tiloissa hengailua, osallistumista kaikkiin työpajojen tapahtumiin ja liikuntamahdollisuuksiin.

Osa valmentautujista toivoi, että **työpajatoimintaa organisoitaisiin** ja suunniteltaisiin enemmän ennakoivasti. Hyvään organisointiin liittyy sujuva **tiedonkulku**.

- Selvempi työnjako etukäteen olisi hyvä. Ei niin, että tullaan aamulla paikalle ja sovitaan vasta sitten.
- En tykkää asioista, jotka poikkeavat arjesta, ja haluaisin tietää kaiken jo paljon etukäteen, yllätykset ovat ahdistavia.

- Aika monta kertaa on käynyt niin, että olen saanut vähän liian myöhään tietää jostain uudesta toiminnasta, jota on pitänyt yhtäkkiä alkaa tehdä tai osallistua siihen aktiivisesti. Välillä olisin kaivannut ennakoitavuutta toimintaan.
- Välillä infon kulkeminen olisi voinut olla toimivampaa niin, että varmistettaisiin kaikkien varmasti kuulevan, kun asioista ilmoitetaan.

Valmentautajat toivat esille myös työpajan **resursseihin** eli tiloihin tai laitteisiin liittyviä kehittämistarpeita.

- Pieni miinus, mutta uusien työkalujen/kaluston hankinta työpajalle on erittäin hidas prosessi.
- Resurssien puute vähentää merkittävästi töiden laatua, kun työhön liittyy esimerkiksi tietokoneen ja muiden laitteiden käyttöä.
- Resurssien puute, tilat rajoittivat mahdollisuuksiamme eivätkä ole toimintaan ideaalit.
- Työpajalla ei ole mitään rauhallisempaa paikkaa tai huonetta, missä voisi keskustella pienellä kynnyksellä ohjaajan kanssa henkilökohtaisista asioista. Ei ole myöskään yhteisiä taukotiloja.

Joitakin valmentautujia harmitti se, että oman **valmennusjakson pituus työpajalla** jäi liian lyhyeksi. Työpajatoiminnassa olisi tarvetta pidemmille valmennusjaksoille ja joustavuudelle, kun määritellään jakson kesto kunkin valmentautujan tarpeiden mukaan. Kyseessä on usein työpajalle ohjaavan tahon linjauksista. Valmentautajat toivoivat myös parempia **jatkomahdollisuuksia** työpajajakson jälkeen.

- Loppuu liian äkkiä. Olisin voinut olla vaikka vuoden.
- Ainoa huono asia on se, että työjakso on niin lyhyt. Olisi mukavampaa, jos se voisi olla vähän pidempi, mutta kyllä sen kanssa selviää näinkin.
- Harmillista on myös se, että pajan kautta ei pääse mihinkään töihin tai harjoitteluun. En ole oikeutettu palkkatuki-paikoihin enkä voinut hakea edes oman alan kesätöitä kaupungilta, koska ne ovat vain tutkinto-opiskelijoille. Tämä ei kyllä ole pajan työntekijöiden syytä vaan rakenteellinen ongelma. 6 kk aktiivisen työskentelyn jälkeen on harmi, että joutuu takaisin lähtöruutuun.
- Olisi mahtavaa, jos pajatyöskentelyn kautta voisi edistää työllistymistään. Esim. voisi mennä harjoitteluun tai palkkatuella yksityiseen puualan firmaan. Olisi myös hienoa, jos pajan kautta pääsisi esim. lyhytterapiaan tai muihin terveydenhuollon palveluihin, sillä useimmilla ne ongelmat lienevät esteenä työllistymiselle.
- Jos tästä hommasta saataisiin kehitettyä sellaista, että se auttaisi kontaktien luomiseen työnantajiin ja johtaisi työllistymiseen, varsinkin nuoremmille täällä oleville, se olisi hyvä.

Valmentautujien mukaan työpajatoimintaa tulisi **markkinoida** nykyistä enemmän, että se olisi yleisesti tunnetumpaa ja ihmiset osaisivat hakeutua työpajoille.

- Olisi ihana jokin päivä tehdä myös oma nuorten pajalaisten näyttely, jolla voisimme ns. "mainostaa" pajoja enemmän. Kun itsekin kuulin pajasta ensimmäisen kerran, ymmärryksenä toiminnasta oli ihan eri.
- Työpajasta ja sen toiminnasta voisi ehkä vähän enemmän kertoa yleisesti, jotta mahdollisimman moni tietäisi, että tällaista toimintaa on. Minulle tämä oli täysin uusi juttu.
- Työpajaa pitäisi ehdottomasti markkinoida enemmän. En itse tiennyt työpajan toiminnasta, ennen kuin etsivä nuorisotyöntekijä kertoi työpajasta. Toivoisin myös enemmän mainostamista ja näkyvyyttä sosiaaliseen mediaan. Näin mahdollisimman moni voisi löytää työpajan.

- Lisäämällä sitä ja mainostamalla / tuomalla sitä julki enemmän, sekä työkkäriin/Kelan tms. pitäisi tarjota sitä melkein ensimmäisenä vaihtoehtona työelämään siirtyvälle nuorelle, jolla ei työllistyminen tahdo tuottaa toivottua tulosta.
- Mielestäni sen mainostusta voisi kehittää niin, että vielä enemmän ihmisiä löytäisi tänne. Syrjäytyneet ym. ovat varmaan vaikeammin tavoitettavissa ja eivät ole kuulleet työpajoista.
- Toiminnan suunnittelussa ei ongelmaa, eikä toiminnassa muutenkaan, mutta markkinointia kannattaisi laajentaa ja näyttää julkisemmin, tuoda enemmän puolia esiin. Esim. kouluissa ei meille kerrottu pajoista, ja sen takia niin pieni osa nuorista edes tietää pajatoiminnasta.
- Työpajan nettisivut voisi olla selveämmät, ja yhteyden ottaminen asiakkaana voisi olla helpompaa. Asiakaskunta on hyvin pieni vähäisen markkinoinnin takia. Itse en tiennyt pajan olemassaolosta ennen pajalle tuloa.

Paikoitellen **kulkuyhteydet** työpajalle ovat puutteelliset. Yhtenä ratkaisuna tähän voi olla **etävalmennuksen** järjestäminen, mihin onkin entistä paremmat valmiudet työpajatoiminnassa.

- Ei työpajassa, vaan matkoissa ja yhteyksissä, linja-autot eivät kulje. Jää aikaa aamusta ja työajan jälkeen. Kun koulut lomailee tai loppuu, loppuu myös linja-autoliikenne.
- Kulkeminen sinne välillä ollut haasteellista.
- Olen autoton ja joskus pyöräily ei onnistu. Tuo on ainoa asia, jota minun kohdallani voisi kehittää ja muuttaa, mutta hyvin on asiatkin näinkin järjesteltyinä.
- Itselleni sopisi varmaan paremmin tämä kaksipäiväinen osallistuminen niin, että toinen etänä, toinen paikalla. Tai että etäpajailu olisi mahdollista.
- Etäpajatoiminnassa aloitin ja se oli uskomattoman toimivaa. Melkein mielestäni keskittyneempää ja intensiivisempää kuin pajalla ryhmässä.

Sovari-tuloksissa työpajatoiminta saa kokonaisuutena hyvin myönteiset arviot valmentautujilta. Toiminta vastaa valmentautujien moninaisiin tarpeisiin. Työpajatoiminnassa saavutetaan tavoitteiden mukaisia vaikutuksia valmentautujien elämäntilanteissa. Sosiaalinen vahvistuminen on yleisesti laaja-alaista. Laadukas työpajatoiminta on monen tekijän summa. On tärkeää kuulla valmentautujien kokemuksia työpajatoiminnasta ja sen vaikutuksista sekä näkemyksiä työpajatoiminnan jatkuvaan kehittämiseen. Silloin työpaja voi tuottaa valmentautujille käänteentekeviä kokemuksia.

Pajalle on ollut helppo mennä. Kaikkeen on ollut matala kynnyks, niin työtehtäviin kuin erikoistapahtumiin, esimerkiksi retkiin. Olen kokenut saavani hieman enemmän varmuutta omaan tekemiseeni ja oppinut paljon uusia asioita ja tekniikoita. Yhteishenki on ollut yleisesti todella hyvä, tunnelma on ollut rauhallinen, mutta avoin. Opin myös paremmaksi sosiaalisissa tilanteissa. Aloittaessani avun pyytäminen tai keskusteluun osallistuminen oli hyvin vaikeaa, mutta nyt se on hieman helpompaa. Pajalla saa olla esillä sen verran kuin itselle on sopivaa, minkä koen äärimmäisen hyvänä asiana. Valinnan mahdollisuus työtehtävissä on ollut hyvä. Joskus, jos on ollut vaikea päivä, ohjaajat ovat antaneet helpompaa tekemistä sekä olleet armollisia päivien siirron tai poissaolojen kanssa, kun on muuten ollut sitoutuvainen. Ohjaajat ovat rohkaisseet ja antaneet kehuja työnjäljestä tarpeeksi, mikä on motivoinut paljon. Päällisin puolin hyvin positiivinen kokemus ja se auttoi minua ylläpitämään ja jopa hieman kehittämään elämäni peruspilareita.

Sovariin vastanneet valmentautajat

SOVARI 2021 -KYSELYYN VASTASI 4338 VALMENTAUTUJAA, joista 51 % oli miehiä, 43 % naisia ja 6 % oli muun sukupuolisia tai ei halunnut määritellä sukupuoltaan. Valtakunnallisen työpajakyselyn mukaan kaikista työpajojen valmentautujista 57 % oli miehiä ja 43 % naisia⁵. Tähän jakaumaan verrattuna Sovari-kyselyssä naiset ovat hieman yliedustettuina miehiin nähden.

Sovari-kyselyyn vastanneista valmentautujista 67 % oli alle 29-vuotiaita, kun taas valtakunnallisen työpajakyselyn mukaan alle 29-vuotiaiden osuus työpajatoimintaan osallistuneista valmentautujista oli 53 %. Sovarin kokonaistuloksissa painottuvat 21–28-vuotiaiden nuorten näkemykset alle 21-vuotiaiden ja varttuneempien valmentautujien sijasta. Sovari on suunnattu kaikenikäisille valmentautujille.

Sovariin vastanneista valmentautujista 82 % oli ollut työpajalla alle vuoden ja 18 % vähintään vuoden. Valtakunnallisessa työpajakyselyssä valmentautujista 74 prosentilla työpajakakso kesti alle vuoden ja 26 prosentilla vähintään vuoden. Osa valmentautujista on vastannut Sovari-kyselyyn kalenterivuoden päättyessä, vaikka heidän työpajakaksonsa on jatkunut vielä seuraavana vuonna.

Sovariin vastanneista 45 % on käynyt enintään peruskoulun tai se on vielä kesken ja 55 % on käynyt jonkin koulutuksen peruskoulun jälkeen. Sovariin vastanneista 56 prosentilla puuttuu ammatillinen koulutus ja 44 % on suorittanut vähintään toisen asteen ammatillisen tutkinnon. Valtakunnallisen työpajakyselyn tietojen mukaan nuorista valmentautujista 55 % on käynyt enintään peruskoulun ja 45 % jonkin koulutuksen peruskoulun jälkeen.

Sovarin käyttö kattaa koko maan melko tasaisesti. Sovariin vastanneiden alueellinen jakauma noudattaa melko hyvin työpajojen valmentautujien tilastollista jakaumaa. Sovariin vastanneista verrattain suuri osa on Etelä-Suomen AVI-alueelta (36 %), kun Etelä-Suomen osuus työpajatoiminnan kaikista valmentautujista on 27 %. Sovariin vastanneista 25 % on Länsi- ja Sisä-Suomen alueelta, kun alueen osuus kaikista valmentautujista on 31 %. Muilta osin Sovariin vastanneiden alueellinen jakauma ei poikkea kovin suuresti työpajatoiminnan kaikkien valmentautujien jakaumasta.

⁵ Nuorten työpajatoiminta 2021. LSSAVI, Valtakunnallinen työpajakysely, www.nuorisotilastot.fi 27.10.2021.