

Diakonissa-
laitos

Etsivä vanhustyö

– kannustusta ja toivoa

Vaikuttava menetelmä
vanhustyöhön

DIAKONISSALAITOKSEN OPAS
11/2026

Diakonissa-
laitos

Diakonissalaitoksen opas 11/2026

Etsivän vanhustyön tiimi: **Tarja Jalli, Johanna Lehti-Salo, Karoliina Vesilahti, Mira Pridham, Fozi Ahmed**

Ulkoasu: **Inari Savola** / Noon Kollektiivi
Taitto: **Mia Kolari**

ISBN 978-952-7667-12-5

© Diakonissalaitos 2026

Sisällys

Lukijalle 4

1 Mitä on etsivä vanhustyö? 6

2 Milloin etsivää vanhustyötä tarvitaan? 11

3 Rinnalla kulkeva tuki etsivässä vanhustyössä 20

4 Ikääntyneen polku etsivässä vanhustyössä 23

5 Etsivä vanhustyö on monenlaista yhteistyötä 30

Lopuksi 37

Lukijalle

Tämä on opas, jossa kuvataan etsivän vanhustyön menetelmää ja työtapaa. Tämä kuuluu sinulle, joka etsit keinoja oman elämäsi tarkastelemiseen, ratkaisuja ja tukea muutoksen tekoon tai olet kiinnostunut siitä, mitä etsivässä vanhustyössä tehdään.

Etsivä vanhustyö on kokonaisvaltaisen luottamuksen ja turvallisuuden vahvistamista. Se on yhteisen välittämisen ja rohkeuden kudelma, jota tarvitaan jotta kukaan ei jäisi vaille tarvitsemaansa tukea.

Välittäminen ja huolenpito apua tarvitsevista ikääntyneistä kuuluu meille kaikille. Yhdessä voimme varmistaa, ettei kukaan jää näkymättömäksi.

Toivottavasti tämä opas antaa sinulle ajatuksia, rohkeutta ja välineitä välittämiseen!

> Kukaan ei saa
> jäädä näkymättömäksi.
> Välittäminen kuuluu
> meille kaikille.



Etsivässä vanhustyössä kuljemme ikääntyneen rinnalla tarjoten kiireetöntä läsnäoloa ja yksilöllistä tukea. Toimimme myötätunnolla ja kunnioitamme ikääntyneen arvoa tukemalla osallisuutta, toimijuutta ja mahdollisuutta vaikuttaa omaan elämäänsä sekä ylläpitää toiveikkuutta.

– Etsivän vanhustyön arvolupaus (2026)



1 Mitä on etsivä vanhustyö?

Etsivä vanhustyö on matalan kynnyksen rinnalla kulkevaa toimintaa, jossa etsitään ratkaisuja ja vahvistetaan mahdollisuuksia oman näköiseen ja mielekkääseen elämään.

Etsivä vanhustyö on rinnalla kulkemista

Etsivä vanhustyö on ikääntyneiden ihmisarvoisen ja mielekkään elämän turvaamista sekä ikääntyneen ehdoilla tapahtuvaa kokonaisvaltaista ja tarpeenmukaista rinnalla kulkevaa toimintaa. Se on matalan kynnyksen toimintaa, jonka tavoitteena on löytää ja tukea ikääntyneitä, jotka ovat jääneet ilman tarvitsemaansa tukea tai joiden tarpeisiin olemassa oleva palvelujärjestelmä ei pysty vastaamaan.

Etsivä vanhustyö kulkee ikääntyneen rinnalla ja vahvistaa mahdollisuuksia omannäköiseen, mielekkääseen elämään.

Tukea tarvitsevat ikääntyneet löytyvät monella tavalla. Heitä kohdataan arjen tilanteissa, ja yhteydenottoja voi tulla läheisiltä, ammattilaisilta tai paikallisilta toimijoilta. Myös ikääntynyt itse voi ottaa yhteyttä.

Työskentelyssä tarjotaan yksilöllistä ja tavoitteellista psykososiaalista tukea ja ohjausta voimavaralähtöisesti. Keskeistä on luottamuksen rakentaminen ja lujittaminen, kiireetön kohtaaminen ja läsnäolo. Yhdessä ikääntyneen kanssa pohditaan hänen tilannettaan, tehdään oivalluksia ja kokeillaan erilaisia ratkaisuja.

Työskentely tapahtuu yhdessä sovituissa tapaamisissa ikääntyneen kotona tai hänen lähiympäristössään. Ratkaisuja etsitään yhdessä ikääntyneen, hänen läheistensä ja tarvittaessa monialaisen verkoston kanssa. Tavoitteena on löytää ikääntyneen tilanteeseen sopivia ratkaisuja ja vahvistaa hänen mahdollisuuksiaan elää oman näköistä ja mielekästä elämää.

Etsivän vanhustyön merkitys ikääntyneelle

Ikääntyneen tarve

- Toimintakyky muuttuu, yksinäisyys kasvaa, maailma kutistuu.
- Ikääntyneen tarve jää tunnistamatta ja ilman tukea tai hän itse ei osaa tai jaksa hakea apua.
- Pelko, häpeä tai aiemmat syrjivät kokemukset voivat estää osallistumisen ja toimimisen.
- Vaikeassa tilanteessa ikääntynyt saattaa tarvita tukea löytääkseen hänelle sopivia vaihtoehtoja ja huomatakseen omat piilevät voimavaransa.

Hyöty ikääntyneelle

- Rinnalla kulkeminen ja osallisuuden tukeminen auttavat lievittämään yksinäisyyden kokemusta ja ehkäisemään syrjäytymistä.
- Kun apu ja tuki ovat saatavilla ja oikeuksia puolustetaan, turvallisuuden tunne vahvistuu.
- Kuulluksi ja nähdyksi tuleminen antaa merkityksen kokemuksen, vahvistaa itseluottamusta ja voimaannuttaa toimimaan.
- Ikääntynyt saa tarvitsemaansa tukea ajoissa, mikä vahvistaa hyvinvointia ja mahdollistaa itsenäisemmän elämän.

Etsivän vanhustyön merkitys yhteisössä

Tarve yhteisölle

- Naapurustoissa ja asuinalueilla on tunnistamatonta avun ja tuen tarvetta.
- Alueellinen eriarvoisuus, eriytyminen ja vastakkainasettelu uhkaavat yhteisöllisyyttä.
- Naapurustojen ja asukkaiden välinen vuorovaikutus voi tarvita tuekseen ammatillista ohjausta ja koordinaatiota

Hyöty yhteisölle

- Lisää sukupolvien ja erilaisten yhteisöjen välistä ymmärrystä ja tekee yhteisöistä elävämpiä ja empaattisempia.
- Yhteisön selviytymiskyky ja joustavuus kasvaa, kun ikääntyneiden vahvuudet ja voimavarat tuodaan osaksi yhteisöä.
- Arjen luottamus ja turvallisuus kasvavat ylisukupolvisen vuorovaikutuksen lisääntyessä.

Etsivän vanhustyön merkitys yhteiskunnallisella tasolla

Yhteiskunnan tarve

- Väestö ikääntyy, eikä sen moninaisia tarpeita tunnisteta palvelujärjestelmässä, tai niihin ei pystytä olemassa olevilla palveluilla tarttumaan.
- Palvelujärjestelmän haasteena ovat sen tiukat kriteerit, monimutkaisuus ja sektorirajat, järjestelmälähtöinen työskentely, yhteistyön puute ja ongelmakeskeisyys.
- Hauraassa tilanteessa olevat ihmiset ovat vaarassa jäädä näkymättömiin ja ilman tarvitsemaansa tukea.

Hyöty yhteiskunnalle

- Vahvistaa inhimillisyyttä, hyvinvointia ja sosiaalista kestävyyttä.
- Tukee ikäystävällisen ja oikeudenmukaisen yhteiskunnan rakentumista.
- Kun tuki ja apu saadaan oikeaan aikaan, voidaan ehkäistä tai viivyttää raskaampien palveluiden tarvetta (esim. päivystyskäynnit, laitoshoito).
- Rakentaa monialaista yhteistyötä mahdollistaen ikääntyneiden monimutkaisten haasteiden ratkaisemisen.



2 Milloin etsivää vanhustyötä tarvitaan?



Etsivää vanhustyötä tarvitaan moninaisissa tilanteissa. Seuraavaksi käydään läpi tarpeita, joissa etsivän vanhustyön menetelmistä voi olla tukea ikääntyneelle.

Yksinäisyys ja turvattomuus

- Ikääntynyt kokee syvää ja joskus läpi elämän jatkunutta yksinäisyyttä. Ulkopuolisuuden kokemus korostuu muiden seurassa ja eristää lisäten samalla turvattomuutta.

- Ikääntyneellä ei ole läheisiä tai suhteet heihin ovat katkenneet eikä hänellä ole ketään, jolta saisi tukea sitä tarvitessaan.

- Ikääntynyt kaipaa myötätuntoista kuuntelijaa oman elämänsä läpikäymisessä, itsensä kohtaamisessa ja uusien näkökulmien etsimisessä.

- Ikääntynyt tarvitsee rinnalla kulkevaa tukea kotoa lähtemiseen ja muiden seuraan menemiseen

Sosiaalinen arkuus ja vaikeus kiinnittyä yhteisöihin

- Ikääntynyt kokee sosiaalista arkuutta ja muiden ihmisten seuraan meneminen jännittää.
- Ikääntynyt ei luota omiin kykyihinsä.
- Ikääntynyt kaipaa merkityksellisiä ihmissuhteita ja sisältöä arkeensa.
- Ikääntynyt tarvitsee rinnallakulkijaa etsiessään itselleen sopivaa yhteisöä sekä tukea tutustuessaan ja kiinnittyessään uuteen yhteisöön.





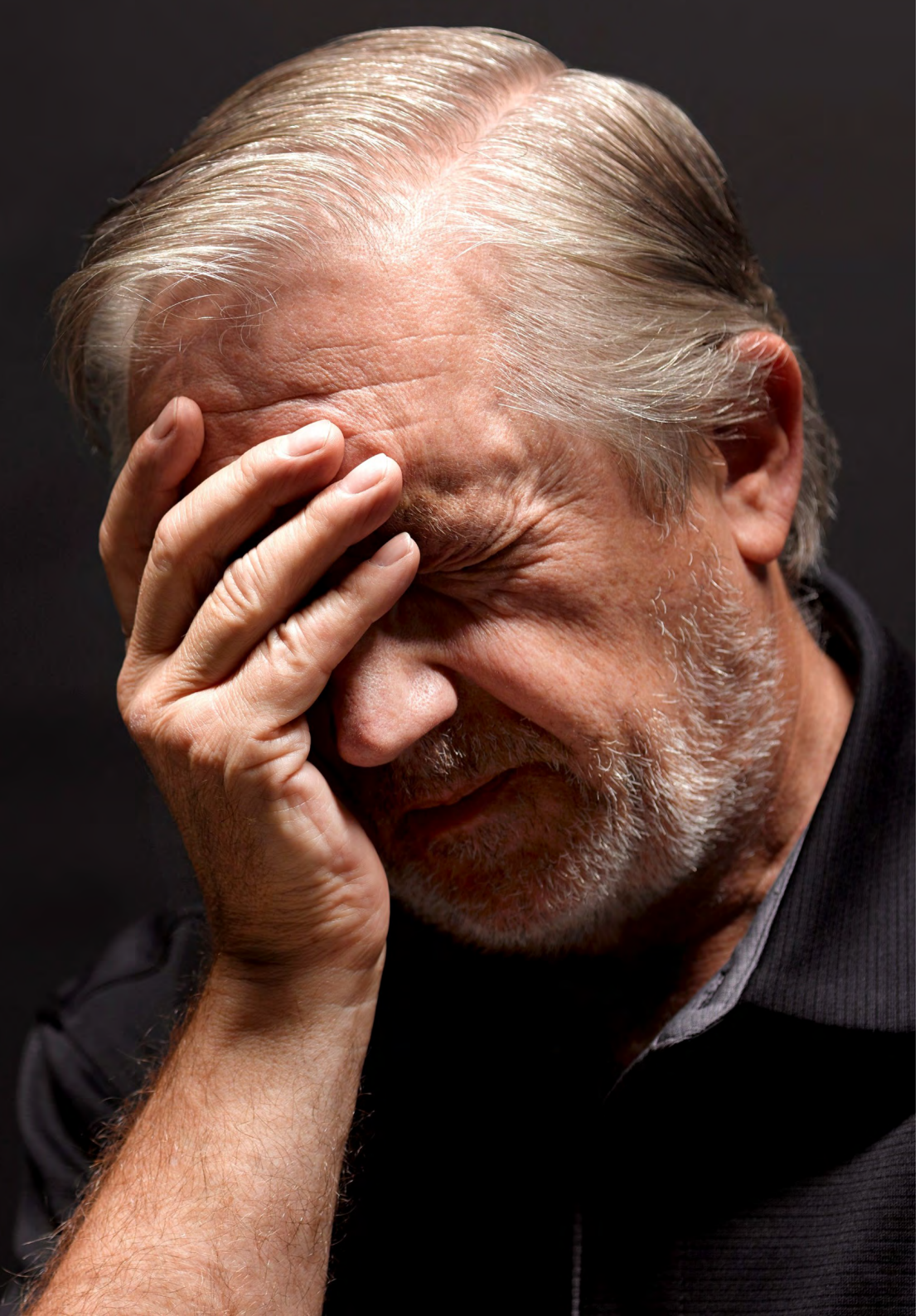
Huoli muistista tai varhainen muistisairaus

- Ikääntynyt on huolissaan muististaan, mutta ei tiedä miten edetä tilanteessa ja tarvitsee kannustusta muistitutkimusten aloittamiseen.
- Ikääntynyt kaipaa kuuntelijaa ja rinnallakulkijaa uuteen tilanteeseen sopeutumisessa diagnoosin saatuaan.
- Ikääntyneellä on tarve käsitellä sairauden vaikutuksia elämäänsä sekä saada käytännön neuvoja arjen sujuvuuden varmistamiseksi.
- Ikääntynyt haluaa ennakoida tulevaa ja varmistaa, että elämä on sairauden edetessä oman tahdon mukaista.

Elämänmuutos tai arjenhallinnan vaikeus

- Ikääntynyt kokee jääneensä yksin uudessa elämäntilanteessa ja usko omaan pärjäämiseen on heikkoa.
- Ikääntynyt tuntee turvattomuutta tai hänen on vaikea hyväksyä uutta elämäntilannetta.
- Ikääntynyt kaipaa myötätuntoista kuuntelijaa sopeutuakseen uuteen tilanteeseensa.
- Ikääntynyt tarvitsee tukea hyvinvointia ja elämänhallintaa tukevien ratkaisujen etsimiseen ja aloitukseen.





Mielenterveys- ja päihdeongelma

- Ikääntynyt kokee, ettei tule kuulluksi eikä hänellä ole mahdollisuutta vaikuttaa elämäänsä koskeviin valintoihin.

- Ikääntynyt tuntee arvottomuutta ja häpeää. Kokemus omasta avun tarpeesta ei kohtaa ammattilaisen näkemyksen kanssa eikä hänen tilanteeseensa löydy ratkaisua yrityksistä huolimatta.

- Ikääntynyt kaipaa kokonaisvaltaista kohdatuksi, arvostetuksi ja hyväksytyksi tulemista ilman vaatimusta muutoksesta.

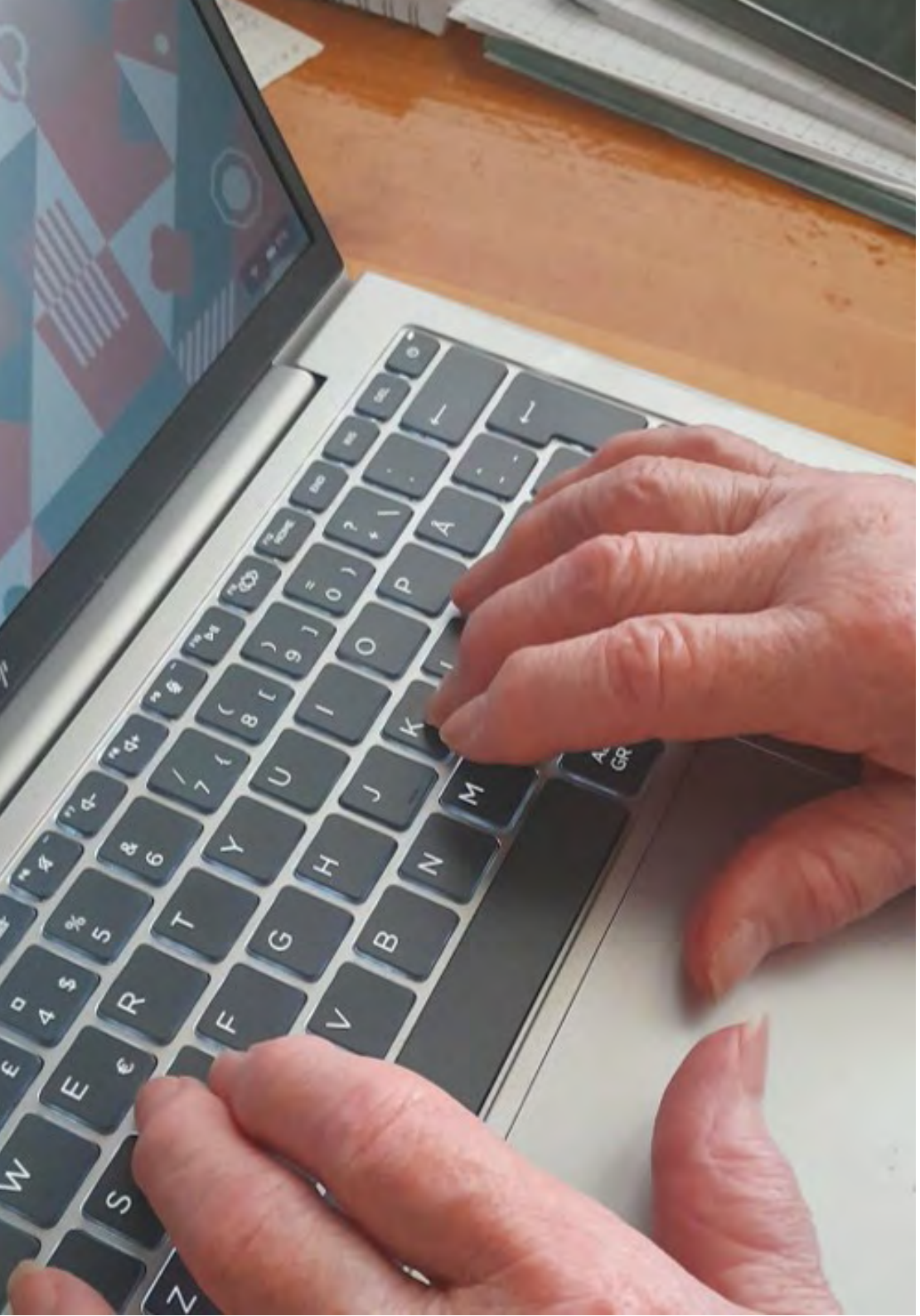
- Ikääntynyt toivoo rinnallakulkijaa osallisuutensa vahvistumiseksi sekä luottamuksen uudelleen rakentumiseksi kanssaihmisiin ja yhteiskuntaan.

- Ikääntynyt tarvitsee käytännön ohjausta ja tukea arkisten asioiden hoitamisessa ja palvelujärjestelmässä asioinnissa.

Palvelut eivät vastaa tarpeisiin

- Ikääntynyt on jäänyt tuen ulkopuolelle tai kokee tyytymättömyyttä käynnissä oleviin tukitoimiin ja toivoo niihin muutosta.
- Ikääntynyt on kohdannut pettymyksiä tai väärinymmärryksiä eikä koe tulleensa kohdatuksi palveluissa. Ikääntynyt kokee haastavana sanoittaa omia toiveitaan ja tarpeitaan.
- Ikääntynyt kaipaa ihmistä, johon tukeutua uuden palvelun alkaessa.
- Ikääntynyt tarvitsee kohdatuksi tulemista kiireettömästi sekä omiin asioihinsa ja tilanteeseensa paneutumista rauhassa.





Digitaalisen tuen tarve

- Ikääntynyt on pudonnut monien yhteiskunnan järjestelmien ulkopuolelle, koska ei osaa tai halua käyttää digitaalisia palveluja tai ei omista tarvittavia välineitä.
- Ikääntynyt on altistunut taloudelliselle hyväksikäytölle digitalisoitumisen myötä.
- Ikääntynyt tarvitsee tukea ja kannustusta hoitaakseen asioitaan, löytääkseen tarvitsemaansa tietoa ja tunnistaakseen taloudellisen hyväksikäytön vaaran paikat.
- Ikääntynyt tarvitsee motivointia ja ohjausta digitaalisten palveluiden käytössä sekä tukea arjen perusvälineiden käytössä.

Kieli- ja kulttuurimuuri

- Ikääntynyt kokee epävarmuutta ja ahdistusta, kun oma elämänpolku ja tulevaisuuden näkymät tuntuvat epäselviltä tai toivottomilta.
- Ikääntynyt kokee epäluottamusta palveluita ja toimijoita kohtaan, mikä vaikeuttaa yhteiskuntaan kiinnittymistä.
- Ikääntynyt tarvitsee tukea oman roolin ja osallisuuden vahvistumiseen sekä arjen asiointiin heikon kielitaidon vuoksi.
- Ikääntynyt kaipaa kulttuurisensitiivistä kohtaamista luottamuksen vahvistumiseksi.
- Ikääntynyt tarvitsee tietoa tarjolla olevista palveluista, tukitoimista ja niihin hakeutumisesta.





3 Rinnalla kulkeva tuki etsivässä vanhustyössä

Rinnalla kulkevan tuki syntyy ennakkoluulottomista kohtaamisista ja vuorovaikutuksesta, luottamuksen rakentumisesta ja yhdessä kokeilemisesta. Polku ei aina etene samalla tavalla, vaan muotoutuu ihmisen ja tilanteen mukaan.

Ennakkoluuloton kohtaaminen ilman odotuksia

Kohtaamiset ovat kiireettömiä ja ikääntyneen toiveiden ja tahdin mukaisia. Ikääntyneelle annetaan aikaa ja tilaa ilmaista itseään sekä kertoa omasta tilanteestaan juuri sen verran kuin hän haluaa. Työskentelyssä keskitytään ikääntyneen vahvuuksiin ja niiden esiin nostamiseen, kuitenkaan haasteita väheksymättä. Kohtaamiseen tullaan avoimin mielin, ilman oletuksia ja valmiita vastauksia tai pyytämättä annettuja neuvoja.

Ikääntyneen elämää, toiveita ja tarpeita tarkastellaan yhdessä lempeällä uteliaisuudella ja aidolla kiinnostuksella. Ikääntynyt ja työntekijä toimivat aktiivisesti ja vastavuoroisesti, rakentaen yhdessä ymmärrystä tilanteesta ja etsien ikääntyneelle sopivia tapoja edetä.

Luottamus rakentuu kohtaamisissa

Luottamuksen rakentumiselle annetaan aikaa myötätuntoisessa ja arvostavassa kohtaamisessa. Kaikki tunteet ovat sallittuja, eikä niitä tarvitse torjua. Ikääntynyt on päähenkilö omien asioidensa järjestelyssä. Tavoitteena on vahvistaa hänen kokemustaan kuulluksi tulemisesta. Keskustelua ei pyritä ohjailemaan, vaan annetaan tilaa ikääntyneen omille ajatuksille, tunteille ja näkemyksille.

Etsivän vanhustyön tekijät ovat yhteydenpidossa sinnikkäitä ja aktiivisia eivätkä luovuta, vaikka yhteys ei heti muodostuisi. Luottamuksen syntyminen voi vaatia aikaa ja useita kohtaamisia. Kohtaamisessa on myös lupa kiintyä. Kiintyminen nähdään ikääntynyttä eteenpäin vievänä voimana ja merkityksellisen yhteyden rakentajana. Luottamus ja läsnäolo ylläpitävät toivoa. Elämä kantaa myös silloin, kun toimintakyky muuttuu.

”

Yksinäisyys, turvattomuus ja ulkopuolisuuden kokemus voivat kaventaa ikääntyneen elämänpiiriä.

Vuorovaikutuksesta ja kanssakäynnistä voimavaroja ja hyvinvointia

Yhdessä ikääntyneen kanssa tunnistetaan ja sanoitetaan hänen tarpeitaan, tunteitaan ja toiveitaan sekä asetetaan tavoitteet niiden pohjalta. Ikääntyneen elämäntarinaan paneutumalla voidaan löytää hänen arvojaan, vahvuuksiaan ja voimavarojaan. Ikääntynyttä tuetaan tunnistamaan oman hyvinvointinsa lähteitä ja suuntaamaan huomiota myönteisiin sekä tyytyväisyyttä tuoviin asioihin.

Avoimella ja vastavuoroisella vuorovaikutuksella voidaan tarttua myös vaikeisiin asioihin rohkeasti ja rakentavasti. Elämäntarinaa on mahdollista sanoittaa uudelleen eheämmäksi ja löytää siihen uusia näkökulmia. Samalla muistetaan myös mahdollisuus unelmoida ja haaveilla. Rinnalla kulkeminen voi myös avata sillan toisiin ihmisiin, yhteisöllisyyteen ja kokemukseen yhteydestä.

Luovien kokeilujen kautta ratkaisuihin

Arkea tarkastellaan yhdessä eri näkökulmista, oppien ja uusia oivalluksia etsien. Toiveikkuutta vahvistetaan nostamalla esiin onnistumisia ja pieniäkin edistysaskeleita. Ikääntynyttä rohkaistaan kokeilemaan arjessa myös uudenlaisia ratkaisuja ja löytämään mielekästä tekemistä, jossa voi hyödyntää omia vahvuuksiaan ja kykyjään tai oppia uutta.

Ratkaisuja ei tarvitse löytää nopeasti, eikä kekseneräisyyttä tarvitse pelätä. Edetään ikääntyneen omaan tahtiin ja etsitään yhdessä juuri hänen tarpeisiinsa sopivia tapoja vahvistaa hyvää arkea. Tutustutaan alueen toimintoihin, vahvistetaan ihmissuhteita ja löydetään itselle merkityksellisiä asioita. Tarvittaessa hoidetaan yhdessä myös käytännön asioita ja etsitään sopivaa tukea tai palveluja sekä rohkaistaan niiden vastaanottamiseen.

Oman näköinen elämä

Ikääntyneen elämässä on vahvistunut turvallinen jatkuvuus ja toiveikkuus. Merkityksellisyyden kokemus sekä luottamus itseen ja muihin ovat lisääntyneet. Yhteys toisiin ihmisiin on vahvistunut ja itselle tärkeä yhteisö on löytynyt. Tarvittavat verkostot ja ammattilaiset ovat tulleet saavutettaviksi, ja ikääntyneen tarpeita vastaava tuki on löytynyt. Osallisuus ja toimijuus ovat vahvistuneet, samoin hyväksyvä näkemys itsestä ja omasta elämästä.



4 Ikääntyneen polku etsivässä vanhustyössä

Etsivän vanhustyön polku muotoutuu ikääntyneen yksilöllisten tarpeiden mukaan. Määräaikainen, rinnalla kulkeva tuki päättyy, kun ikääntyneen tilanteeseen on löytynyt ratkaisu.



1.
Ikääntyneen huolenilmaisun johdosta yhteydenotto etsivään vanhustyöhön. Yhteydenottaja voi olla ikääntynyt itse, hänen omaisensa tai verkostokumppani, mutta yhteydenotto tapahtuu aina ikääntyneen suostumuksella.

2.
Ensimmäinen tapaaminen, jossa sovitaan yhteistyön alkamisesta ja iakääntynyt tutustuu tarkemmin etsivän tuen mahdollisuuksiin sekä työntekijään.

3.
Määräaikainen rinnalla kulkeva tuki kestoltaan 1- 6 kuukautta ikääntyneen tarpeen mukaan alkaa työntekijän ja ikääntyneen kumppanuuden sekä luottamuksen rakentamisella. Yhteiselle työskentelylle asetetaan ikääntyneen tarpeiden ja toiveiden mukaiset tavoitteet. Se voi sisältää myös yhteistyötä ikääntyneen verkoston kanssa hänen suostumuksellaan.

Ikääntynyt ja työntekijä tapaavat ikääntyneen kotiympäristössä noin kahden viikon välein tai joustavasti tilanteen mukaan.

Etsivässä vanhustyössä mukana olevat allekirjoittavat suostumuslomakkeen toimintaan osallistumisesta.

4.
Ikääntyneen voimaantuminen, osallisuuden vahvistuminen tai muu hänen toivomansa muutos elämäntilanteessa on rinnalla kulkevan etsivän työn tavoitteena!

5.
Rinnalla kulkeminen päättyy joustavasti yhdessä sopien, kun ikääntyneen elämäntilanteessa on toivottua jatkuvuutta. Arvioidaan yhdessä ikääntyneen kulkemaa polkua.

6.
Kuulumissoitto tai tapaaminen tarpeen mukaan sovitun ajan päästä yhteistyön päättymisestä. Ikääntynyttä rohkaistaan myös ottamaan itse yhteyttä mikäli hän kokee tarvitsevansa myöhemmin tukea työntekijältä.

PALVELUOHJAAJAN YHTEYDENOTTO

Martan 82v matka yksinäisyydestä kohti mielekästä arkea

> ***Onneksi sait minut innostumaan toimintaan mukaan***
> – ikääntyneen kokemus

Ennakkoluuloton kohtaaminen ja luottamuksen rakentaminen koko matkan ajan

Ikääntyneen lähtötilanne ja tarpeet

Martta on ollut viikkoja sairaalahoidossa, josta kotiutunut uuden palvelun, kotihoidon turvin. Hänellä on ollut jo ennestään mielialan alavireisyyttä, mitä fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen ja asunnon tuholaisongelma on laskenut entisestään. Yksinäisyyttä ja mielekkään tekemisen puutetta, Martan aikaisempi aktiivisuus ja harrastustoiminta hiipunut.

1

Martan tavoitteet:

- Mielialan kohentuminen
- Yksinäisyyden lievittyminen
- Mielekkään tekemisen löytäminen

2

Etsivän työn rinnalla kulkeva tuki

- Kotikäynnit
- Asiointikäynti kirjastoon
- Ulkoilua ja mummodiskoilua
- Alueen toimintoihin tutustumista ja kerhotoimintaan saattaminen

3

Menetelmät

- Tutustuminen ikääntyneen tilanteeseen ja arkeen
- Luottamuksen rakentaminen keskustellen avoimesti myös kipeistä asioista
- Käytännön tuki puhelinsopimuksen uusimisessa ja kuljetuspalvelun hakemisessa.
- Tuki tuttuun yhteisöön palaamisessa ja uusiin yhteisöihin tutustumisessa
- Vahvuuksien ja voimavarojen tunnistaminen ja sanoittaminen
- Mielekkään toiminnan lisääminen arkeen

4

Käännekohdat

- Käynnit eläkeläiskerhossa ja uusi yhteisö löytyy
- Elinpiirin laajeneminen kuljetus-palvelun myötä
- Tuholaisongelma poistuu

Tilanne ENNEN

- Yksinäisyyttä
- Häpeää tuholaisongelmasta
- Mielialan alavireisyyttä ja kotiin jäämistä
- Kotihoidon käynnit kolmesti viikossa

Tilanne NYT

- Yksinäisyyden kokemus on lievittynyt ja mieliala on kohentunut
- Mielekästä tekemistä arjessa
- Kotihoidon käynnit päättyneet
- Vapaaehtoisasia vireillä

PALVELUOHJAAJAN YHTEYDENOTTO

Helka 75v. yksinäisyydestä täyteen elämään

> ***Tämä on ollut ihmeellinen vuosi.***
> – ikääntyneen kokemus

Ennakkoluuloton kohtaaminen ja luottamuksen rakentaminen koko matkan ajan

Ikääntyneen lähtötilanne ja tarpeet

Toimintakyvyn muutokset sairaskohtauksen seurauksena ja ainoan lähiomaisen kuolema. Yksinäisyyttä ja läpi elämän jatkunutta ulkopuolisuuden kokemusta ja arkuutta. Uusien ihmisten ja tilanteiden pelkoa. Huoli tulevasta putkiremontista ja siihen liittyvien asioiden hoidosta. Huoli omasta liikunta- ja toimintakyvystä.

1

Helkan tavoitteet:

- Rohkaistua muiden seuraan ja tulla osaksi yhteisöä.
- Koti olisi paikka, jossa on hyvä olla.
- Kuntoutuminen omien asioiden hoitamiseen
- Rohkaistua muiden seuraan ja tulla osaksi yhteisöä.
- Koti olisi paikka, jossa on hyvä olla.

2

Etsivän työn rinnalla kulkeva tuki

- Kotikäynnit
- Asiointikäynnit
- Alueen toimintoihin tutustuminen
- Tuki toimintoihin kiinnittymisessä

3

Menetelmät

- Tutustuminen ikääntyneen tilanteeseen ja arkeen, omien toiveiden kartoittaminen
- Luottamuksen rakentaminen keskustellen avoimesti myös kipeistä asioista kuten yksinäisyys ja läheisen kuolema
- Tuki kodin remontin suunnittelussa ja muissa käytännön asioissa (digi, pankki)
- Ryhmätoimintaan tutustuminen ja ohjaaminen kuntouttavaan ryhmään
- Yhteistyö palveluohjaajan, ryhmätoiminnan ohjaajan ja fysioterapeutin kanssa

4

Käännekohdat

- Yhteisön löytyminen
- Kuntoutumisen myötä itsevarmuus lisääntyy
- Oma ihana koti valmistuu

Tilanne ENNEN

- Yksinäinen
- Koti aiheutti ahdistusta
- Huoli tulevaisuudesta ja omasta pärjäämisestä, fyysinen toimintakyky heikentynyt

Tilanne NYT

- Kiinnittynyt yhteisöön, yksinäisyyden kokemus lievittynyt
- Onnellinen kodista, jossa on hyvä olla
- Itsevarmuus lisääntynyt kun kuntoutunut ja pystyy hoitamaan asioita itsenäisesti

OTTANUT ITSE YHTEYTTÄ

Tuula 79v. löysi yhteisön ja iloa arkeen

> ***Olen virkistynyt! Huolien taakka, pelko ja epävarmuus vähentynyt.***
> – ikääntyneen kokemus

Ennakkoluuloton kohtaaminen ja luottamuksen rakentaminen koko matkan ajan

Ikääntyneen lähtötilanne ja tarpeet

Kokemus yksinäisyydestä ja arkuutta liikkua yksin kodin ulkopuolelle. Liikkuminen haastavaa ja jännittää, oma toimintakyky huolettaa. Usko omiin kykyihin matala. Kaipaa arkeen enemmän iloa ja keveyttä. Toivoo myös tukihenkilöä arkeen.

1

Tuulan tavoitteet:

- Yksinäisyyden lievittyminen.
- Itselle sopivan yhteisön löytyminen ja siihen kiinnittyminen.
- Henkilökohtaisen avustajan saaminen.

2

Etsivän työn rinnalla kulkeva tuki

- Kotikäynnit
- Alueen toimintoihin tutustuminen
- Tuki toimintoihin kiinnittymisessä
- Puhelinsoitot yhdessä esim. vammaissosiaalityöhön
- Tukihakemusten täyttö yhdessä

3

Menetelmät

- Kiireetön tutustuminen ja avoin keskustelu, ihmisen elämäntilanteeseen ja elämänhistoriaan tutustuminen
- Yhdessä tiedon etsiminen alueen ryhmistä ja näiden peilaaminen ihmisen omiin mielenkiinnon kohteisiin
- Tutustuminen yhdessä paikan päällä useampaan ryhmään
- Mieleisen ryhmän löydyttyä saatettu paikalle aluksi, tuettu ja kannustettu ryhmään kiinnittymisessä
- Tukitoimien kartoitus yhdessä, hakemusten täyttäminen yhdessä henkilökohtaisen avustajan saamiseksi

4

Käännekohdat

- Löytyy itselle mieleinen, viikoittainen ryhmä.
- Tapaaminen vammaissosiaalityön kanssa toteutuu ja henkilökohtaisen avustajan saaminen edistyy

Tilanne ENNEN

- Yksinäinen.
- Kotoa poistuminen jännittää, huoli omasta toimintakyvystä.

Tilanne NYT

- Kiinnittynyt yhteisöön.
- Virkistynyt, saanut lisää iloa arkeen.
- Henkilökohtaisen avustajan saaminen edistynyt.

ALUEELLISET VERKOSTOT OVAT YHTEYDESSÄ

Aaliya 65v. sai luottamusta omaan pärjäämiseen

> ***Tunsin, että minusta välitetään ja se loi minulle turvallisuuden tunteen.***
> – ikääntyneen kokemus

Ennakkoluuloton kohtaaminen ja luottamuksen rakentaminen koko matkan ajan

Ikääntyneen lähtötilanne ja tarpeet

Fyysisen toimintakyvyn muutokset, jalan infektion vuoksi. Yhteisöön kiinnittyminen on usein haasteellista, koska rajoittunut kielitaito tai digitaalinen osaaminen on vielä vierasta.

1

Aaliyan tavoitteet:

- Aktiivisuuden lisääminen
- Osallisuuden ja toimijuuden vahvistumisen

2

Etsivän työn rinnalla kulkeva tuki

- Digituki
- Käytännön asiat mm. kielellinen tuki tai saattaminen palveluihin,
- Yhteisöön saattaminen
- Kuntoutumisen tuki

3

Menetelmät

- Tutustuminen ikääntyneen tilanteeseen ja arkeen, omien toiveiden kartoittaminen
- Luottamuksen rakentaminen keskustellen avoimesti myös kipeistä asioista kuten yksinäisyydestä
- Tuki käytännön asioissa (digi, pankki)
- Ryhmätoimintaan tutustuminen
- Ketterä yhteistyö terveydenalan ammattilaisiin

4

Käännekohdat

- Yhteisön löytyminen
- Kuntoutumisen myötä itsevarmuus lisääntyy
- Omien vahvuuksien uudelleen löytymineny

Tilanne ENNEN

- Eristäytynyt
- Heikko luottamus naapurustoon tai omaan yhteisöön
- Huoli tulevaisuudesta ja omasta pärjäämisestä

Tilanne NYT

- Kiinnittynyt yhteisöön
- Itsevarmuus lisääntynyt kun kuntoutunut ja pystynyt hoitamaan asioita itsenäisesti



5 Etsivä vanhustyö on monenlaista yhteistyötä

Etsivä vanhustyö rakentuu yhteistyöstä, paikallistuntemuksesta ja yhteisöjen voimasta. Verkostoja ja yhteyksiä vahvistamalla voidaan tavoittaa ikääntyneitä, tukea heidän osallisuuttaan ja rakentaa arkea kantavia yhteyksiä.

Alueen tuntemus on perusta

Etsivä vanhustyö rakentuu vahvalle paikallistuntemukselle ja tiiviille yhteistyölle. Aktiivinen läsnäolo arjen ympäristöissä sekä verkostoituminen lisäävät ymmärrystä alueen ihmisistä, palveluista ja muutoksista.

> **Yhteistyö ja paikallistuntemus auttavat löytämään myös ne ikääntyneet, jotka eivät itse osaa tai uskalla hakea apua.**

Kohtaamiset tuovat tiedon

Alueellista ymmärrystä vahvistetaan kuuntelemalla ikääntyneitä ja heidän läheisiään sekä jalkautumalla arjen paikkoihin, kuten terveysasemille, kirjastoihin ja kauppoihin. Yhteistyö järjestöjen, seurakuntien, taloyhtiöiden ja muiden toimijoiden kanssa pitää yhteyden elävänä.

Yhteistyö tavoittaa ja tukee

Hyvä verkostotyö auttaa löytämään myös ne ikääntyneet, jotka eivät itse hae apua. Se mahdollistaa oikea aikaisen avun, vahvistaa yhteistä tilannekuvaa ja luo luottamukselliset suhteet, joiden varassa voidaan reagoida nopeasti sekä välttää päällekkäistä työtä.

Etsivän vanhustyön yhteistyökumppanit sosiaali- ja terveyspalveluissa



Etsivän vanhustyön muut yhteistyökumppanit



Yhteisöjen ja naapurustojen vahvistaminen

Alueelliset erot ikääntyneiden palveluissa

Ikääntyneiden palveluiden saatavuudessa on merkittäviä alueellisia eroja. Erityisesti alueilla, joissa ennaltaehkäisevät ja kotiin vietävät palvelut ovat vielä kehittymässä, yhteisöjen ja naapurustojen vahvistaminen on keskeistä. Etsivän vanhustyön yhdeksi osaksi on noussut näiden vahvistaminen yhteisötyön kautta.

Naapuruston merkitys arjen turvana ja voimavarana

Naapurustojen merkitys ikääntyneen elämässä on suuressa roolissa etenkin silloin, kun ikääntyneellä ei ole läheisiä tai he asuvat kaukana. Tällöin naapurien tunteminen ja mahdollisuus pyytää apua on tärkeä voimavara ja turva.

Osallisuudesta pysyviin yhteyksiin

Ikääntyneiden osallisuutta ja toimijuutta tuetaan niin, että he ovat mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa toimintaa, joka vastaa heidän tarpeitaan ja toiveitaan. Yhteisötyön tavoitteena on lisätä osallisuutta ja luoda yhteyksiä, jotka kantavat myös ohjatun toiminnan päätyttyä.

Monikulttuurinen yhteisötyö

Siltoja ihmisten ja yhteiskunnan välille

Tavoitteena on rakentaa luottamuksellisia siltoja, vahvistaa osallisuutta ja mahdollistaa yhteys sekä omaan yhteisöön että laajempaan yhteiskuntaan. Yhteisötyö tukee kiinnittymistä, toimijuutta ja kokemusta siitä, että kuuluu johonkin.

Kohtaaminen alkaa kielestä

Yhteinen kieli luo perustaa ymmärrykselle, mutta rinnalle tarvitaan mahdollisuuksien mukaan omakielistä viestintää. Kulttuurisensitiivisyys ja arvostava uteliaisuus avaavat tilaa luottamukselle. Samalla tuetaan suomen kielen vahvistumista ja arjessa pärjäämistä.

Luottamus rakentuu tiedosta ja suhteista

Yhteys yhteiskuntaan vahvistuu, kun tieto palveluista ja oikeuksista lisääntyy. Luottamus instituutioihin syntyy usein välillisesti, kohtaamisten ja rinnalla kulkemisen kautta. Yhteistyö olemassa olevien yhteisöjen kanssa on tässä keskeistä.

Osallisuus tuo merkitystä arkeen

Yhteisötyö voi lievittää yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä sekä vahvistaa kiinnittymistä omaan yhteisöön. Samalla vahvistuvat osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemukset. Tieto vapaaehtois- ja kansalaistoiminnan mahdollisuuksista avaa väyliä osallistua ja toimia.

Vapaaehtoistoiminta etsivän vanhustyön lisänä

Luottamus syntyy inhimillisessä kohtaamisessa
Vapaaehtoiset kohtaavat ikääntyneen kanssaihmisenä, ei viranomaisena tai ammattiroolissa. Tämä voi helpottaa kontaktin syntymistä ja madaltaa kynnystä luottaa myös muuhun tarjolla olevaan tukeen.

Mielekäs arki ei aina vaadi palveluja

Kaikki ikääntyneet eivät kaipaa palveluja, vaan merkityksellisiä ihmissuhteita ja arjen mielekkyyttä olematta asiakas tai potilas. Vapaaehtoinen voi tuoda seuraa, sisältöä ja iloa – elämänlaatua.

Yhteisö voi kantaa

Vapaaehtoistoiminta voi olla keino liittää naapurustoa yhteen ja tarjota tilaisuuksia osallistua tavalla, joka tukee sekä auttajaa että autettavaa, vastavuoroisesti. Ihmiset haluavat usein auttaa, kun siihen avataan mahdollisuus.

Jatkoa kohtaamiselle

Ammattilaisten aika on rajallinen, mutta vapaaehtoistoiminta voi jatkaa ja syventää sitä työtä, jota ammattilainen on käynnistänyt. Vapaaehtoistoimintaa syventää ja jatkaa etsivän työn vaikuttavuutta.

Osallisuus on vastavuoroisuutta

Myös ikääntynyt voi halutessaan toimia ja olla avuksi, ei vain tulla autetuksi. Etsivässä työssä tunnistetut ja tunnustetut ikääntyneen voimavarat ja vahvuudet voivat lisätä vastavuoroista toimijuutta ja osallisuutta.

Arviointi ja mittaaminen tekevät näkymättömästä näkyvää

Vaikuttavuus ansaitsee tulla nähdyksi

Etsivän vanhustyön tulosten ja vaikutusten näkyväksi tekeminen on tärkeää työn kehittämisen, rahoituksen ja yhteiskunnallisen merkityksen osoittamisen näkökulmasta. Samalla se tekee näkyväksi sen arvokkaan työn, joka usein tapahtuu katseilta piilossa, ihmisten arjessa.

Eettisyys ennen kaikkea

Kohderyhmän ikääntyneet elävät usein hauraissa elämäntilanteissa, mikä voi vaikeuttaa arviointiin osallistumista. Siksi mittaamisen tulee olla eettisesti kestävää, hienovaraisesti toteutettua ja yksilön tilannetta kunnioittavaa.

Määrät kertovat toiminnan laajuudesta

Määrällinen seuranta tekee näkyväksi työn volyymia: asiakasmääriä, kohtaamisia, kotikäyntejä ja tavoitettujen ikääntyneiden määrää. Se auttaa hahmottamaan, kuinka laajalle etsivä työ ulottuu.

Kokemukset kertovat merkityksestä

Laadullinen tieto syventää ymmärrystä vaikutuksista. Arvioinnissa tarkastellaan esimerkiksi yksinäisyyden, osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemuksia sekä asiakkaiden elämäntilanteita ja muutoksia niissä.

Muutos tehdään näkyväksi ajassa

Jakson alussa ja lopussa kerätyt kyselyt voivat osoittaa, mitä on muuttunut: onko arkeen tullut turvaa, yhteyksiä tai toivoa. Näin työn merkitys tulee esiin inhimillisesti, arvostavasti ja ikääntyneen omaa ääntä kunnioittaen.

”

Osallisuus syntyy kohtaamisista, ja yhteisöllisyys kantaa myös etsivän työn päätyttyä.

Lopuksi:

Etsivä vanhustyö on menetelmä, mutta ennen kaikkea asenne.

Se on tapa katsoa ihmistä, kohdata kiireettömästi ja kulkea rinnalla silloin, kun elämä on kaventunut tai suunta hukassa. Etsivässä vanhustyössä ei etsitä nopeita ratkaisuja, vaan rakennetaan luottamusta, toivoa ja mahdollisuuksia askel kerrallaan.

Tämä opas ei tarjoa valmiita vastauksia kaikkiin tilanteisiin. Sen sijaan se on kutsu kohtaamiseen, pysähtymiseen ja yhdessä oppimiseen.

Etsivä vanhustyö syntyy arjen kohtaamisissa – kodeissa, käytävillä, pihoilla ja naapurustoissa.

Kuka tahansa voi olla osa tätä työtä. Jokainen kohtaaminen on mahdollisuus tehdä ihminen näkyväksi ja vahvistaa kokemusta siitä, että kuuluu johonkin.



Kiitos kaikille, jotka ovat omalta osaltaan rakentaneet tätä työtä.

Ilman teidän kohtaamisianne, rohkeuttanne ja haluanne olla läsnä tätä opasta ei olisi syntynyt.

Diakonissa-
laitos

Rohkeasti ihmisarvon puolesta

Alppikatu 2, 00530 Helsinki • www.diakonissalaitos.fi