



Tukimateriaali
asiakkaan omien
tavoitteiden
selvittämiseen
RAI-arvioinnissa
(Innokylä)

**Asiakkaan omien
tavoitteiden selvittäminen
RAI-arvioinnissa –
toimintamalli**

**Asiakaslähtöinen ja
osallistava RAI-arviointi –
toimintamallikokonaisuus**

Terveiden ja
hyvinvoinnin laitos

1.11.2025



Tukimateriaali Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen RAI-arvioinnissa -toimintamallin käyttöön

Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen RAI-arvioinnissa on toimintamalli, joka on osa Asiakaslähtöinen ja osallistava RAI-arviointi -toimintamallikokonaisuutta.

[Linkki toimintamallikokonaisuuteen \(Innokyla.fi\)](https://innokyla.fi/toimintamallikokonaisuuteen)

Tukimateriaali on osa Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen RAI-arvioinnissa -toimintamallia.

[Linkki toimintamalliin \(Innokyla.fi\)](https://innokyla.fi/toimintamalliin)

Tukimateriaali on tarkoitettu käytettäväksi RAI-arviointikeskustelussa, jossa asiakas itse ilmaisee omia tavoitteita hänen hoitoa ja palvelua koskien.

Toimintamallikokonaisuuden ja toimintamallin sekä tukimateriaalin kehittämisestä ja ylläpidosta vastaa Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL).

Toimintamalli ja tukimateriaali on toteutettu Yhteisrahoitteisen RAI-vertailukehittämisen kumppaneiden kanssa vuonna 2025.



Asiakkaan itse ilmaisemat tavoitteet

- Tukimateriaalissa kuvataan menetelmät ja keinot asiakkaan tavoitteiden itseilmaisun tueksi, joita RAI-arviointia tekevä ammattilainen voi hyödyntää arviointia tehdessään.
- Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen on keskeinen osa RAI-arviointiprosessia. Tavoitteita on hyvä jäsentää eri aikaväleille ja tarkkuustasoille.



HUOM!

Eri tasoiset ja eri näkökulmista selvitettyt tavoitteet muodostavat kokonaisuuden.

Kun ymmärtää, miten lyhyen aikavälin tavoitteet liittyvät pitkän aikavälin tavoitteisiin, se lisää sitoutumista toimia kohti tavoitetta.

Tavoite kirjataan sellaisena, kun asiakas on sen itse ilmaissut ja häntä voidaan tarvittaessa auttaa tavoitteen ilmaisemisessa. Keskustelussa voi käyttää myös asiakkaalle soveltuvia puhetta tukevia kommunikaatiomenetelmiä.

Kun asiakas on määritellyt itse tavoitteet, ammattilaisten tehtäväksi jää käyttää asiantuntemustaan ja etsiä asiakkaan kanssa keinot tavoitteiden saavuttamiseksi.

Kokonaistavoite

- Kuvaa laajaa, pitkän aikavälin päämäärää, joka liittyy johonkin asiakkaan elämäntilanteeseen.
- Toimii suunnan näyttäjänä ja voi liittyä esimerkiksi itsenäisempään arjessa selviytymiseen tai elämänlaadun parantamiseen.



Esimerkkimuotoiluja:

Haluan pysyä mahdollisimman omatoimisena ja liikkua päivittäin, jotta voin hyvin ja säilytän toimintakykyni.

Haluan olla mukana yhteisön toiminnassa ja jutella muiden kanssa, jotta en tunne itseäni yksinäiseksi.

Haluan tehdä asioita, joista nautin ja jotka tuovat minulle merkitystä arkeen.

Haluan säilyttää omatoimisuuteni pukeutumisessa ja peseytymisessä niin pitkään kuin mahdollista.

Päätavoite

- Tarkempi ja rajatumpi kuin kokonaistavoite.
- Määritellään tietyllä aikavälillä ja liittyy asiakkaalle merkitykselliseen toimintaan.
- Ohjaa konkreettista tekemistä ja toimii välietappina kohti kokonaistavoitetta.



Esimerkkimuotoiluja:

Haluan käydä ulkona säännöllisesti ja vahvistaa jalkojen voimaa ja tasapainoa.

Osallistun yhteisiin kahvihetkiin ja pidän yhteyttä perheeseeni.

Kuuntelen lempimusiikkia säännöllisesti ja osallistun askarteluryhmään.

Puen itse yläosan joka päivä ja ylläpidän kykyäni peseytyä itsenäisesti.

Välitavoitteet

- pieniä askelia, joiden avulla asiakas etenee kohti päätavoitetta.
- konkretisoivat tekemistä arjessa ja mahdollistavat onnistumisen kokemuksia, jotka vahvistavat asiakkaan pystyvyyden tunnetta ja tukevat motivaatiota.



Esimerkkimuotoiluja:

Kävelen pihalla 10 minuuttia hoitajan kanssa 3 kertaa viikossa (3 kk arviointi) ja teen tuolijumppaa 2 kertaa viikossa ryhmässä (6 kk arviointi).

Käyn kahvihetkessä vähintään 2 kertaa viikossa (3 kk arviointi). Soitan lapsenlapselle kerran viikossa hoitajan avustuksella (6 kk arviointi).

Kuuntelen musiikkia 3 kertaa viikossa 30 min kerrallaan (3 kk arviointi). Teen yhden askartelutyön kuukaudessa ryhmässä (6 kk arviointi).

Puen yläosan ilman apua 5 päivänä viikossa (3 kk arviointi). Harjoittelen peseytymistä hoitajan ohjauksessa kerran viikossa (6 kk arviointi).



Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen
”Mikä on sinulle tärkeää?” -kysymystä käyttäen

Omat tavoiteltavat asiat merkityksellisen elämän saavuttamiseksi

- Vinkki! Soveltuu hyvin asiakkaan oman kokonaistavoitteen selvittämiseen ja asiakkaaseen tutustumisen yhteyteen.



Esimerkkikysymyksiä asiakkaalta kysyttäväksi:

Mikä on sinulle elämässä tärkeää juuri nyt?

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä päättää itse?

Mitä sinun tulisi tehdä ensin, jotta voisit saavuttaa haluamasi?

Mitä sinun tulisi tehdä tämän jälkeen?



Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen
SMART-tavoitteen asettamisen menetelmää
käyttäen

SMARTisti tarkempi tavoite

- SMART-tavoitteen määrittely on menetelmä, joka auttaa asettamaan selkeitä ja saavutettavia tavoitteita.
- SMART-tavoite muodostuu alkukirjainten mukaan viidestä ominaisuudesta ja hyvä tavoite huomioi niistä jokaisen.

Vinkki!

Soveltuu hyvin asiakkaan päätavoitteiden ja välitavoitteiden selvittämiseen!



S

Specific (tarkka)

- Tavoitteen tulee olla selkeä ja yksiselitteinen. Mitä tarkemmin tavoite on määritelty, sitä helpompi sitä on seurata ja saavuttaa.



Esimerkkimuotoiluja:

Haluan kävellä päivittäin ulkona pihalla.

Haluan jutella muiden asukkaiden kanssa kahvihuoneessa.

Haluan kuunnella lempimusiikkiani.

Haluan pukeutua itse mahdollisimman pitkälle.

M

Measurable (mitattava)

- Tavoitteen tulee olla mitattavissa, jotta sen edistymistä voidaan seurata. Mitattavat tavoitteet auttavat arvioimaan, onko tavoite saavutettu.

Esimerkkimuotoiluja:

Kävelen vähintään 10 minuuttia joka päivä.

Osallistun kahvihetkeen vähintään kaksi kertaa viikossa.

Kuuntelen musiikkia vähintään kolme kertaa viikossa 30 minuuttia kerrallaan.

Puen itse yläosan joka päivä.



A

Achievable (saavutettavissa)

- Tavoitteen tulee olla realistinen ja saavutettavissa. On tärkeää asettaa tavoitteita, jotka ovat mahdollisia saavuttaa käytettävissä olevilla resursseilla ja ajalla.



Esimerkkimuotoiluja:

Kävely tapahtuu hoitajan tai läheisen kanssa, tarvittaessa rollaattorin avulla.

Hoitaja muistuttaa ja tarvittaessa saattaa minut paikalle.

Hoitaja auttaa laittamaan soittimen päälle ja valitsemaan kappaleet.

Hoitaja tukee tarvittaessa ja varmistaa turvallisuuden.

R

Relevant (merkityksellinen)

- Tavoitteen tulee olla merkityksellinen ja tärkeä asiakkaalle. Merkitykselliset tavoitteet motivoivat ja lisäävät sitoutumista.



Esimerkkimuotoiluja:

Ulkoilu tuo minulle hyvää oloa ja virkistystä.

Yhteisöllisyys on minulle tärkeää ja vähentää yksinäisyyttä.

Musiikki tuo minulle iloa ja muistoja.

Omatoimisuus lisää itsenäisyyden tunnetta.

T Time-bound (aikataulutettu)

- Tavoitteella tulee olla selkeä aikaraja. Aikataulutettu tavoite auttaa pitämään keskittymisen ja motivaation yllä.



Esimerkkimuotoiluja:

Aloitamme heti ja arvioimme onnistumista 3 ja 6 kuukauden kuluttua.

Seuraamme toteutumista 6 ja 12 kuukauden kuluttua.

Aloitamme heti ja arvioimme 3 ja 6 kuukauden kuluttua.

Arvioimme edistymistä 3 ja 6 kuukauden kuluttua.



Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen
asiakkaan toimijuuden modaliteettien kautta.

Asiakkaan omien tavoitteiden selvittäminen toimijuuden modaliteettien kautta

- Toimijuuden modaliteetit tarkoittavat toimijuuden eri ulottuvuuksia.
- Kysy avoimia, asiakaslähtöisiä kysymyksiä, jotka auttavat ymmärtämään asiakkaan näkemyksiä ja kokemuksia.



Toimijuuden modaliteetit:

Kykeneminen: asiakkaan oma näkemys fyysisestä ja psyykkisestä kyvystään

Osaaminen: asiakkaan oma näkemys hänen elämänsä aikana kertyneistä tiedoista ja taidoista

Haluaminen: asiakkaan oma motivaatio ja päämäärät elämässä

Täytyminen: asiakkaan omat rajoitteet ja velvollisuudet elämässä

Voiminen: asiakkaan omat mahdollisuudet ja rakenteet sille että, voi toteuttaa itseään

Tunteminen: asiakkaan omien tunteiden kokeminen

Kykeneminen

- Asiakkaan oma kokemus omasta fyysisestä ja psyykkisestä kyvystä arjessa.



Esimerkkikysymykset:

Miten koet jaksamisesi ja voimasi arjessa tällä hetkellä?

Onko asioita, joita haluaisit tehdä, mutta koet vaikeaksi fyysisen tai psyykkisen kunnon vuoksi?

Millaisissa tilanteissa tunnet olosi vahvaksi?

Millaisissa tilanteissa tarvitset tukea?

Osaaminen

- Asiakkaan näkemys elämänsä aikana kertyneistä tiedoista ja taidoista.



Esimerkkikysymykset:

Mitä taitoja tai osaamista sinulla on, joista olet ylpeä?

Onko jokin harrastus, työ tai muu asia, jossa olet kokenut olevasi hyvä?

Haluaisitko hyödyntää osaamistasi arjessa tai täällä palvelussa?

Haluaminen

- Asiakkaan oma motivaatio ja päämäärät elämässä.



Esimerkkikysymykset:

Mitkä asiat ovat sinulle elämässäsi tärkeitä juuri nyt?

Onko sinulla tavoitteita tai toiveita, joita haluaisit toteuttaa?

Mikä tuo sinulle merkitystä ja iloa arkeen?

Täytyminen

- Asiakkaan kokemat rajoitteet ja velvollisuudet elämässä.



Esimerkkikysymykset:

Onko sinulla velvollisuuksia tai asioita, jotka rajoittavat tekemisiäsi?

Koetko, että jokin pakko tai sääntö estää sinua tekemästä haluamiasi asioita?

Miten nämä velvollisuudet vaikuttavat arkeesi?

Voiminen

- Asiakkaan mahdollisuudet ja rakenteet toteuttaa itseään.



Esimerkkikysymykset:

Millaisia mahdollisuuksia koet sinulla olevan toteuttaa itseäsi?

Onko ympäristössäsi esteitä tai asioita, jotka vaikeuttavat sinulle tärkeitä asioita?

Mitä tarvitsisit, jotta voisit tehdä enemmän sinulle mieluisia asioita?

Tunteminen

- Asiakkaan omien tunteiden kokeminen ja niiden merkitys arjessa.



Esimerkkikysymykset:

Millaisia tunteita koet useimmiten arjessa?

Onko jokin asia, joka tuo sinulle hyvää mieltä tai rauhaa?

Miten haluaisit, että tunteesi otetaan huomioon hoidon ja palvelun suunnittelussa?



Toipumisorientaatio lähestymistapana asiakkaan
omien tavoitteiden selvittämisen yhteydessä

Toipumisorientaatio lähestymistapana

- Toipumisorientaatio korostaa asiakkaan yksilöllisyyttä, osallisuutta, itsemääräämisoikeutta, toivoa ja elämän merkityksellisyyttä.
- Näitä arvoja voidaan tukea kysymyksillä, jotka auttavat asiakasta sanoittamaan omia toiveitaan, arvojaan ja tavoitteitaan.

Toipumisorientaatio auttaa ammattilaista varmistamaan toimintansa asiakaslähtöisyyden. Tällöin ammattilainen tukee asiakkaan toiveikkuutta ja elämän merkityksellisyyden kokemusta. Toipumisorientaatio auttaa asiakasta löytämään voimavaroja, joiden avulla hän voi toteuttaa itselleen tärkeitä päämääriä ja haaveita.



Toipumisorientaatio työotteena (1)

- Auta asiakasta tunnistamaan ja priorisoimaan omat tavoitteensa – ei ammattilaisten tavoitteita.
- Tuo esille luottamuksesi asiakkaan olemassa oleviin vahvuuksiin hänen pyrkiessään tavoitteisiinsa.
- Anna esimerkkejä omista tai asiakkaiden kokemuksista, jotka herättävät ja vahvistavat toivoa.
- Korosta, että vaikka tulevaisuus on epävarma ja takaiskuja voi tulla, itse määriteltyjen tavoitteiden saavuttaminen on silti mahdollista – tue toivon ja positiivisten odotusten ylläpitämistä.
- Kannusta asiakasta antamalla tietoa ja vahvistamalla hänen olemassa olevaa itsemääräämistä.



Esimerkkikysymyksiä:

Millainen elämä on sinulle merkityksellistä juuri nyt?

Miten haluaisit tulla nähdyksi ja kohdatuksi?

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä arjessa?

Mitä toivot tulevilta kuukausilta tai viikoilta?

Onko jotain, mitä haluaisit vielä kokea tai tehdä?

Millaiset asiat tuovat sinulle iloa tai lohtua?

Miten haluaisit osallistua omaan hoitoosi ja palveluihisi liittyviin päätöksiin?

Ketkä ihmiset ovat sinulle tärkeitä ja miten he voisivat olla mukana tukenasi?

Onko sinulla toiveita siitä, miten hoitajat voisivat tukea sinua parhaiten?

Toipumisorientaatio työotteena (2)

- Kuuntele asiakkaan toiveita tavoitteiden suhteen ja osoita, että olet kuunnellut.
- Ilmaise kunnioittava asenteesi asiakasta kohtaan ja tuo esille halusi tasavertaiseen kumppanuuteen työskentelyssä.
- Tuo esille sitoutumisesi asiakkaan auttamiseen niin, että hänellä on mahdollisuus saavuttaa tavoitteensa.
- Kiinnitä erityistä huomiota tavoitteisiin, jotka ohjaavat asiakasta perinteisestä sairaan roolista kohti muiden auttamista.
- Huomioi tavoitteiden saavuttamisessa voimavarat, kuten omaiset, ystävät, verkostot, organisaatiot, harrastukset ja mielenkiinnon kohteet.



Esimerkkikysymyksiä:

Missä asioissa koet olevasi hyvä tai vahva?

Miten olet aiemmin selviytynyt vaikeista tilanteista?

Mitkä asiat auttavat sinua jaksamaan arjessa?

Mitkä asiat elämässäsi ovat olleet sinulle kaikkein merkityksellisimpiä?

Onko jokin elämänohje tai arvo, jota haluat edelleen vaalia?

Miten haluaisit, että elämäsi tarina jatkuu tästä eteenpäin?



Asiakasesimerkkejä elävästä elämästä

Case 1: Kaino – muistisairas iäkäs henkilö

Taustatiedot

- Kaino on muistisairas iäkäs, jolla on heikentynyt lyhytkestoinen muisti ja ajoittaisia vaikeuksia puheen tuottamisessa. Hän tarvitsee ohjausta päivittäisissä toiminnoissa, mutta osallistuu niihin mielellään. Kaino kokee toimintakykynsä hyväksi ja ilmaisee haluavansa osallistua arjen tekemiseen ja olla yhteydessä läheisiinsä.

Kainon itse ilmaisemat tavoitteet

- Havainnoinnin ja keskustelujen perusteella Kaino ilmaisi: "Minä tykkään pelata pelejä, se on mukavaa."
"Olisi kiva, jos näkisi lapsen useammin."



SMART-tavoite:

Tavoite:

Osallistua säännöllisesti mielekkäisiin aktiviteetteihin ja pitää yhteyttä lapseen.

Keinot:

Ohjataan Kaino osallistumaan peleihin ja ryhmätoimintaan. Avustetaan videopuhelussa kerran viikossa.

Arviointi: Viimeistään 6 kk kuluttua.

Toteutumisen arviointi:

Kaino osallistui aktiivisesti toimintaan hoitajan avustuksella. Hän ystävystyi toisen asukkaan kanssa ja nautti viikoittaisista videopuheluista lapsensa kanssa.

Case 2: Tuovi – iäkäs henkilö elämänsä loppuvaiheessa

Taustatiedot

- Tuovi on iäkäs elämänsä loppuvaiheessa. Hänellä on vaikeuksia kommunikaatiossa ja nielemisessä, mutta hän reagoi myönteisesti yksinkertaiseen viestintään ja osallistuu mielellään, kun häntä kutsutaan mukaan. Tuovi ei ole oma-aloitteinen, mutta osoittaa ilon merkkejä sosiaalisissa tilanteissa.

Ritvan itse ilmaiset tavoitteet

- Havainnoinnin ja yksinkertaisten kysymysten esittämisen avulla Tuovi ilmaisi: Hymyili ja nyökkäsi, kun kysyttiin: "Haluatko osallistua uudestaan tähän jumppaan?" Tarttui voileipään ja vastasi myöntävästi kysymykseen: "Haluatko syödä itse tämän leivän?"



SMART-tavoitteet

Tavoite: Syödä itse paloitettu leipä aterioilla.

Keinot: Leivät pilkotaan valmiiksi ja asetellaan käden ulottuville. Ohjataan ja muistutetaan ruokailun ajan.

Arviointi: Jokaisella aterialla.

Tavoite: Osallistua ryhmätoimintoihin päivittäin.

Keinot: Kutsutaan ja osallistetaan aktiivisesti. Läheiset tukevat tilanteissa.

Arviointi: Viimeistään 6 kk kuluttua.

Toteutumisen arviointi:

Ruokailutavoite jouduttiin lopettamaan nielemisvaikeuksien vuoksi.

Ryhmätoimintatavoite saavutettiin: Tuovi osallistui mielellään, kun häntä kutsuttiin mukaan.