



samk



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

VILLE UOTI

# **Opiskelijoiden mielenterveyden tukeminen ammatillisissa oppilaitoksissa**

Kirjallisuuskatsaus

HOITOTYÖN KOULUTUSOHJELMA  
2021

Tekijä Uoti Ville	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Toukokuu 2021
	Sivumäärä 36	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi <b>Opiskelijoiden mielenterveyden tukeminen ammatillisissa oppilaitoksissa</b>		
Tutkinto-ohjelma Hoitotyön koulutusohjelma		
Tiivistelmä  <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää opiskelijoiden yleisimpiä mielenterveydellisiä haasteita opintojen aikana ja miten näistä haasteista kärsiviä tuetaan. Tavoitteena oli saada uusia ajatuksia kuinka mielenterveydellisistä haasteista kärsiviä nuoria voisi paremmin tukea koulutuksensa aikana.</p> <p>Työ on tehty Satakunnan ammattikorkeakoulun tilauksesta ja se on osana Tukee! -hanketta. Hanke on lähtöisin Satakunnan ammattikorkeakoulusta ja siinä on mukana myös alueellisia palveluita, mitkä työskentelevät nuorten parissa. Työn toteutettiin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmin. Kirjallisuushaun kriteereitä sekä hakusanoja jouduttiin konkretisoimaan juuri oikeanlaisiksi sekä käyttämään useampaa samanaikaisesti, sillä hakutuloksien määrä laajeni liian suureksi. Tuloksista oltiin hyvin kriittisiä niiden sopivuuden suhteen ja lopputuloksena työhön valikoitui 5 tutkimusta. Tutkimukset arviointiin vielä CASP-arviointi menetelmää hyödyntäen. Tämän jälkeen tutkimukset vielä analysoitiin, joista saatiin luotua pääkategoria sekä sen ylle yläkategoriat. Näiden avulla keskeisimmät tulokset oli helpompi tuoda esille.</p> <p>Tulokset olivat yhteneväisiä keskenään. Selkeästi nuorten kokemiin mielenterveydellisiin haasteisiin on panostettu viime vuosina enemmän. Parannettavaa kuitenkin vielä on. Koulujen resurssit ovat hyvin rajalliset ja siksi sen ulkopuolisilla tahoilla on olennainen merkitys nuorten hyvinvoinnin tukemisessa. Eri tahojen yhteistyön tiivistämisellä palveluiden saatavuus ja hoitopolut selkeytyvät. Jokainen ihminen on oma yksilönsä ja kohdattava myös sellaisena kuin on. Tämän kautta yksilöidyn tuen tarpeen kartoittaminen on helpompaa. Pärjätäkseen ihminen tarvitsee ihmistä.</p> <p>Nuorten omaa tietoisuutta saatavilla olevista palveluista olisi lisättävä. Nuoren aktivoimisella oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen on kehittävä vaikutus kohti aikuisuutta.</p>		
Asiasanat ammattillinen oppilaitos, mielenterveys, nuorten hyvinvointi		

Author(s) Uoti Ville	Type of Publication Bachelor's thesis	Date April 2021
	Number of pages 36	Language of publication: Finnish
Title of publication <b>Supporting students' mental health in vocational schools</b>		
Degree program <b>Bachelor's degree programme in nursing</b>		
Abstract  <p>The purpose of the thesis was to clear the most common mental health challenges of students during their studies and how to support those who suffer from the challenges. The aim was to get new ideas how to support young people better with their mental health challenges during their education in vocational school.</p> <p>The work was commissioned by Satakunta University of Applied Sciences and is part of Tukee! project. The project comes from a school and involve regional services that works with young people. The work is done by using the methods of a descriptive literature review. The criteria for the literature search and the search words had to be specified in exactly the right kind and used several at the same time, as the number of search boxes expanded too large. The results were very critical for the effect of those suitable for them, and as a result, 5 studies were selected for the work. Studies were evaluating by using the CASP assessment method. After that, the surveys were analyzed, giving you confidence for main category and above it in the upper category. These made it easier to highlight key findings.</p> <p>The results are consistent with each other. Clearly, more has been invested in the mental health challenges experienced by young people in recent years. The resources of schools are very limited and that's why the health care services job for supporting young people wellness is in bigger mention. By intensifying co-operation between different parties, the availability of services and treatment paths are clearly better. Each person is their own one of a kind and need to face just the way they are. This makes it easier to identify the need of identified support. To succeed, a person needs a person.</p> <p>Young people's own awareness of the services available should be raised. Activating a youngster to maintain their own well-being has a developing effect towards adulthood.</p>		
Key words Vocational institution, mental health, wellness of young people		

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 TUKEE! -HANKE .....	6
2.1 Tukee2 -hanke .....	7
3 NUORET JA MIELENTERVEYS .....	7
3.1 Nuoren kehitys .....	7
3.2 Nuorten mielenterveys .....	8
3.2.1 Ahdistuneisuushäiriöt .....	9
3.2.2 Masennushäiriöt .....	10
3.2.3 Yksinäisyys .....	10
4 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	11
5 TUTKIMUSMENETELMÄ JA AINEISTON ESTTELY .....	12
5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus .....	12
5.2 Tiedonhaku .....	13
5.3 Aineiston esittely .....	14
5.4 Aineiston analysointi .....	17
6 TULOKSET .....	18
6.1 Opiskelijayhteisö ja koulu .....	19
6.2 Terveyspalvelut ja muut ammattihenkilöt .....	19
6.3 Yhteistyö .....	20
6.4 Yksilöity tuen tarve .....	21
7 POHDINTA .....	21
7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset .....	21
7.2 Kirjallisuuskatsauksen arviointi .....	22
7.2.1 Luotettavuus .....	22
7.2.2 Eettisyys .....	24
7.3 Jatkotutkimusidea .....	25
7.4 Oman ammatillisen kasvun pohdinta .....	25

LÄHTEET

LIITTEET

## 1 JOHDANTO

Vaikka kaikki nuoret eivät halua tulla kuulluksi ja nähdyksi, tarvitsevat he myös toista ihmistä siinä missä muutkin. Yksinäisyyden hyvät ja huonot puolet ovat toistensa vastapaino ja kehittävät nuorissa piirteitä, joista on hyötyä heidän kasvulleen kohti aikuisuutta. Liiallisella yksinäisyydellä on kuitenkin varjopuolensa ja saattavat olla kohtalokkaita nuoren ammatillisten opintojen edistymisen kanssa. Muita opinnoissa edistymisen haasteita ovat mielenterveydelliset ongelmat kuten masennus ja ahdistushäiriöt. Psykkisen terveyden ollessa epävakaa, nuori tarvitsee yksilöityä tukea sekä toisinaan moniammatillisen tiimin apua. Koulun sekä sen henkilöstön resurssit ovat rajalliset, joten koulun ulkopuolisten ammattihenkilöiden rooli kasvaa. Toimiakseen oikein täytyy koulun tehdä enemmän yhteistyötä ulkopuolisten tahojen kanssa. Omista vastuista ei silti sovi luistaa ja nuoren psyykkisen hyvinvoinnin perusta opintojensa aikana on lähtöisin koulusta.

Kohtaamisella sekä voimavaroihin keskittymisellä on tärkeä tehtävänsä. Nuoren on pystyttävä kohtaamaan aikuinen koulussa matalalla kynnyksellä ja uskallettava löytää luotettava turvallinen aikuinen, jos sellaista ei kotona ole (Varpenius, 2020). Ensisijaisesti nuori kuitenkin hakee turvaa ja vertaistukea ikätoveristaan eli kavereista, ystäväistä ja kumppaneista (Multanen, 2016). Toisinaan nuori kokee sellaisille omien asioiden helpommaksi kuin aikuiselle. Se ei kuitenkaan aina riitä, joten siksi ammattiapu on toisinaan välttämätön. Eri ammattiryhmien hyvällä yhteistyöllä nuori kokee avun turvalliseksi sekä hoitopolut muuttuvat sujuvammiksi (Laitinen & Nevalainen, 2018). Rohkeus hakea apua ei aina riitä ja sitäkin varten on olemassa oma ammattiryhmänsä, kuka voi jalkautua nuorten pariin ja ohjata heitä sieltä käsin (Varpenius, 2020).

Tämä opinnäytetyö on toteutettu Satakunnan ammattikorkeakoulun tilauksesta Tukee! -hankkeelle mikä opinnäytetyön prosessin aikana muuttui Tukee!2 -hankkeeksi. Hanke on yhdessä Satakunnan ammattikorkeakoulun ja hankkeessa mukana olevien tahojen yhteistyö, missä kartoitetaan 16-25 vuotiaiden nuorten tarvitsemaa tukea arjen

haasteissa. Hankkeessa keskitytään erityisesti mielenterveydellisissä haasteissa tukemiseen. (Tukee 2021.) Tarkoituksena työssä on selvittää yleisimpiä opiskelijoiden kokemuksia mielenterveydellisiä haasteita opintojensa aikana ja miten näistä haasteista kärsiviä tuetaan. Tavoitteena saada uusia ajatuksia kuinka mielenterveydellisistä haasteista kärsiviä nuoria voisi paremmin tukea koulutuksensa aikana.

Työn teorettisessa osassa käydään läpi mistä Tukee! -hankkeessa on kyse. Tämän lisäksi teoriataustaa on haettu nuorten kehityksestä ja heidän kokemistaan yleisimmistä mielenterveydellisistä haasteista sekä syistä niihin. Kirjallisuushaun prosessi, tulokset ja sen analysointi löytyy työstä omina vaiheinaan sekä liitteistä. Työn lopussa on vielä pohdintaa tuloksista, niiden johtopäätöksistä ja jatkokehitysideasta.

## 2 TUKEE! -HANKE

Tukee -hanke on Satakunnan ammattikorkeakoulun ja alueellisten kumppaneiden yhteistyössä toteuttama hanke 16–25 vuotiaille nuorille, minkä tarkoituksena on tukea nuoria arjessa pärjäämisen kanssa. Mukana olevat alueelliset kumppanit ovat Euran kunta, Lasten ja nuorten Kilpi, Porin kaupungin psykososiaaliset palvelut, Sataedu ja Tukiranka ry. Hankkeen kohderyhmänä on eritoten mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevat sekä neuropsykiatrisista ongelmista kärsivät nuoret. Hankkeen tavoitteena on saada aikaan uusia ratkaisuja tukemaan nuoria arjessa, etenkin sen haasteissa. (Tukee 2021.)

Hankkeessa ideana on se, että nuoret ovat tasavertaisessa asemassa kaikkien toimijoiden kanssa. Ideoita jaetaan puolin ja toisin ammattilaisten sekä nuorten välillä. Tällöin nuoret pääsevät paljon vaikuttamaan itse tarpeidensa suunnitteluun ja työtapojen kehittymiseen. Hankkeessa myös laajennetaan monialaista yhteistyötä alueellisten palveluiden kanssa kunnallisen erikoissairaanhoidon lisäksi, jolloin toimijoiden joukkoon saadaan laajempi kirjo alueellisista palveluntuottajista. Laajempi saatavilla olevien palveluiden kirjo antaa nuorille paremmat mahdollisuudet valita itselleen sopivimman palvelun. Nuorten saaman hyödyn lisäksi alueelliset toimijat hyötyvät tästä saamalla

saaden lisää tietoisuutta toisten tarjoamista palveluista ja työstä nuorten hyväksi. Tämä nostattaa arvostusta ammattiryhmissä toinen toisiaan kohtaan ja edistää rohkeutta toimia nuorten parissa niissä ympäristöissä, joissa nuoret viettävät arkensa. (Tukee 2021.)

## 2.1 Tukee2 -hanke

Opinnäytetyön edetessä Alkuperäinen Tukee! -hanke alkoi olla jo menneen talven lumen ja käynnistymässä oli uusi jatkohanke nimeltä Tukee2, johon tämä opinnäytetyön suuntautuu. Tarkoituksena Tukee2 -hankkeella on jatkaa ensimmäisessä hankkeessa aloitettua nuoria osallistavaa ja heidän mielenterveyttään edistävää näyttöön perustuvan osaamisen jalkauttamista. Työtä tullaan tekemään nuorten arkisissa kasvuympäristöissä nuorten sekä muiden heidän kanssaan työskentelevien ammattiryhmien kanssa niin, että mahdollisuudet mielenterveydellisten ja neuropsykiatristen haasteiden tunnistamisen sekä kohtaamisen osaaminen vahvistuisivat. (Kahala sähköposti 24.3.2021.)

Tavoitteena hankkeella on siinä syntyvien toimenpiteiden tuotoksena vahvistaa nuorten valmiutta suuntautua ammatillisiin koulutuksiin, niissä opintojen suoriutumisessa loppuun ja niin edelleen työelämään siirtymisessä. Näillä tavoitellaan myös nuorten työelämätaitojen kehittymistä tulevaisuutta varten. Tulevaisuutta ajatellen pitkän aikavälin halutuin tulos olisi nuorten osallisuuden lisääminen ja syrjäytymisen ehkäisy, etenkin niiden nuorten kohdalla, jotka ovat mielenterveydellisen tuen tarpeessa. (Kahala sähköposti 24.3.2021.)

## 3 NUORET JA MIELENTERVEYS

### 3.1 Nuoren kehitys

Nuoren kasvaessa hän kohtaa nopeaa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Kasvun aikana tapahtuu myös paljon muutoksia omassa seksuaalisuudessa sekä suhteissa

vanhempiin, kavereihin, ystäviin ja omaan persoonaan. Jotkin hyvin nopeastikin tapahtuvat muutokset saattavat aiheuttaa nuorena hämmennystä. (THL 2021.)

Nuoruusikä voidaan jakaa karkeasti kolmeen eri ikäluokkaan kehitysvaiheiden mukaan. Niitä ovat varhaisnuoruus (n. 12-14v), keskinuoruus (n. 15-17v) ja myöhäisnuoruus (n. 18-22v). (THL 2021.) Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan ammatillista oppilaitosta käyviä nuoria eli ikäjakaumassa keksinuoruudessa sekä myöhäisnuoruudessa olevia opiskelijoita.

Nuorten kasvu ja kehitys tapahtuu hyvin yksilöllisesti. Kuitenkin aivojen kehitys tapahtuu hyvin vahvana kaikilla nuorilla koko nuoruusiän. Erityisesti aivoalueet mitkä osallistuvat tunteiden tunnistamiseen, käyttäytymisen säätelyyn sekä oman suunnitelmallisen toiminnan ohjaamiseen jatkavat kehittymistä aikuisikään asti. Kehittyminen ei välttämättä kaikilla näy yhtä voimakkaasti ulospäin. Koska kehitys on yksilöllistä, on myös avun tarve kehityksen aikana tapahtuvien muutosten osalta yksilöllistä. Samalla kun joku tarvitsee apua itsenäistymiseen, joku toinen saattaa tarvita opastusta vaaroilta kuten päihteiltä suojautumiseen. (THL 2021.)

### 3.2 Nuorten mielenterveys

Nuoreten mielenterveysongelmat ovat useiden eri tutkimusten mukaan olleet viime vuosien aikana huolestuttavasti nousussa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että nuorista noin joka neljäs kärsii jostain mielenterveydellisestä ongelmasta. Joissakin tapauksissa häiriöitä saattaa olla useampia samaa aikaa. Siksi onkin tärkeää, että oireet ja häiriöt tunnistetaan mahdollisimman varhain sillä ne vaikuttavat muun muassa koulussa suoriutumiseen, omasta terveydestä huolehtimiseen ja lähimpiin ihmissuhteisiin. Pahimassa tapauksessa häiriöt saattavat saada nuoren normaalin kehityksen juuttumana. (THL 2021.)

Yleisimpiä nuorten kärsimiä mielenterveydellisiä haasteita suomessa ovat ahdistuneisuushäiriöt ja masennushäiriöt. Näihin saattaa liittyä myös syömishäiriöitä, ahdistuneisuutta, psykooseja sekä johtaa päihteiden käyttöön. (THL 2021.) Tällaisilla nuorilla ilmenee usein yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Joidenkin nuorten taustalta löytyy



perhe missä esiintyy psyykkistä huonovointisuutta. Tämä on suuri riski siihen, että nuori alkaa oireilla myös itsekin. Siksi jokaisella nuorella tulisi olla mahdollisuus edes yhteen luotettavaan aikuiseen kodin sisällä tai sen ulkopuolella, kenelle voi rohkeasti ilmaista omista ajatuksista ja tuntemuksistaan. Valitettavaa kuitenkin on, että osa nuorista elää vailla yhtään ystävää tai harrastusta mitä kautta ystävien hankkiminen olisi mahdollista. (Tays 2020.)

### 3.2.1 Ahdistuneisuushäiriöt

Ahdistuksella tarkoitetaan tunnetilaa, mikä muistuttaa paljon pelkoa. Haastavaa tästä tekee kuitenkin sen, että pelon kohteita voi olla hankala eritellä. Ahdistus luetaan häiriöksi silloin kuin siitä aiheutuu selkeää kärsimystä ja toiminnallista haittaa. Yleisimpiä ahdistusta aiheuttavia tilanteita voi olla sosiaaliset tilanteet, joissa pelkää tulevansa nolatuksi, julkiset paikat ja tilanteet, joista ei voi poistua halutessaan sekä määräkohittaiset pelot eli tietyt ärsykkeet tai paikat. (THL 2019.)

Nuoret voivat hakea apua kokemaansa ahdistukseen esimerkiksi koulujen terveydenhoitajan, kuraattorin tai koulupsykologin avulla, mikäli koulunkäynti häiriintyy merkittävästi. Vaikeissa ahdistushäiriöissä saattaa tulla ongelmia todellisuudentajusta. Tämän kaltaisissa tilanteissa on syytä ohjautua suoraan erikoissairaanhoidon puoleen. (THL 2019.)

Varsinaista yhtä oikeaa yksittäistä syytä nuoren ahdistuneisuuteen ei ole. Siihen vaikuttavat vahvasti tunne-elämä kuinka herkkä tai vahvatunteinen on. Tähän vaikuttaa muun muassa perinnöllisyys. Kuitenkaan herkkä persoona ei automaattisesti tarkoita sitä, että tällaisen persoonan omaavalle henkilölle tulee ahdistuneisuushäiriö. Muita ahdistusta altistavia tekijöitä ovat kokemukset elämässä ja mallioppiminen. Samalla kuitenkin syytä muistaa, että kokemukset ja haasteet elämässä sekä niistä selviäminen opettaa ja antaa valmiuksia selvitä haasteista myös aikuisena. (Mielenterveystalo.fi., n.d.)

### 3.2.2 Masennushäiriöt

Masennusoireet ilmenevät varhaisnuorista myöhäisnuoriin hyvin samankaltaisesti ja ovat havaittavissa sekä ruumiillisesti, että käytöshäiriönä. Nuori saattaa kääntyä helposti sisäänpäin ja pitkään jatkuneen masennuksen vuoksi murrosiän viivästyminen on mahdollista. Muita oireita ovat muun muassa itsetunto-ongelmat, kapinallisuus, väsymys ja masentunut mieliala sekä mielihyvää tuottaneiden asioiden jättäminen. Sisäänpäin kääntyminen näkyy harrastuksista pois jäämisenä sekä sulkeutumisella läheisiltä ihmisiltä kuten kavereilta. Ulkoisesti masennus saattaa näkyä ärtyisyytenä ja vihaisuutena. Vaarana masentuneilla nuorilla on myös päihteiden käytön aloittaminen. Oireiden yleispiirteet ovat siis hyvin paljon aikuisiän masennustiloja vastaavia. (Huttunen M., [www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi), 2018.)

Masennus itsessään ei ole välttämättä omaa tai kenenkään muun syytä. Se saattaa joutua monista eri syistä. Nuorten masennuksien taustalla on usein menetykset ja muut elämän vastoinkäymiset, kiusaaminen, väkivalta, ryhmistä kuten kaveriporukoista ulkopuolelle jääminen, lapsuuden kokemukset kuten vanhempien ero sekä monet muuta kuormittavat tekijät. Muita olennaisia syitä on riittävän tuen puuttuminen, unenpuute, paine ja stressi esimerkiksi koulun suhteen, huoli omasta suoriutumisesta ja paikan löytämisestä. Perimällä, sairauksilla sekä päihteiden käytöllä on yhteys masennuksen ilmaantuvuuteen tai vaikuttavuuteen. (Nuortenmielenterveystalo.fi., n.d.)

### 3.2.3 Yksinäisyys

Ihmisen eheää kasvua edesauttaa muut ihmiset sekä fyysinen ja psyykkinen läheisyys. Samaa aikaa kuitenkin yksinäisyys kasvattaa ihmisen henkistä vahvuutta, edesauttaa itsenäistymistä ja riippumattomuutta muista ihmisistä. Siksi onkin hyvä tunnistaa ero yksinäisyyden ja yksinolon välillä (MLL 2017).

Yksinäisyys voi olla sekä hyvää, että huonoa. Sen hyvinä puolina on rauhoittava vapauden tunne missä omaa tilaa riittää. Saat olla luova ja täysin omissa ajatuksissasi. Kaiken tämän vastakohtana yksinäisyys on todella haasteellinen asia. Se on todella voimakas asia mikä saattaa pelottaa ja lamaannuttaa ihmisen täysin. Sen lisäksi, että ihminen voi olla hetkellisesti yksinäinen, pahimmillaan yksinäisyys seuraa koko

elämän ja vaikuttaa syvälle persoonaan. Yksinäisyyden tunne on ahdistavaa sillä, siinä kokee sosiaalisten suhteiden olevan riittämättömiä suhteessa siihen mitä niiltä itse haluaisi. Nuorien keskuudessa yksinäisyys näkyy usein ulkopuolisuutena ja hyväksymättömyydessä kaveriporukkaan. (Junttila, n.d.)

Yksinäisyyttä käsitellessä voidaan puhua sosiaalisesta ja emotionaalisesta yksinäisyydestä. Sosiaalinen yksinäisyys on yhtä kuin kavereiden puute, kokemus joukkoon sopimattomuudesta ja ettei ole muiden hyväksymä, ajatukset ettei kukaan tai hyvin harva pitää sinusta. Vastakohtana samaa aikaa on toive missä olisit muiden hyväksymä ja kaveriporukoihin mukaan otettu persoona ja tällä tavoin sosiaalisen yksinäisyyden tunteet poistuisivat. (Junnila, n.d.)

Emotionaalinen yksinäisyys eroaa sosiaalisesta yksinäisyydestä siinä, että silloin voi olla kavereita ja kokea olevansa hyväksytty kaveriporukkaan, mutta silti läheinen ystävä puuttuu kehen luottaa ja voi puhua omista asioistaan. Emotionaalista yksinäisyyttä on myös kokemukset, ettei ole yhtään välittävää henkilöä lähellä ja samalla toive sellaisesta kuten ystävästä kuka välittäisi. Yksi tunnusomainen kokemus on myös se, että toivoo jonkun pitävän sinua tärkeänä, sillä oma ajatus siitä on päinvastainen. (Junnila, n.d.)

#### 4 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää opiskelijoiden yleisimpiä mielenterveydellisiä haasteita opintojen aikana ja miten näistä haasteista kärsiviä tuetaan. Tavoitteena saada uusia ajatuksia kuinka mielenterveydellisistä haasteista kärsiviä nuoria voisi paremmin tukea koulutuksensa aikana. Ihanteellisin lopputulos olisi, jos loppu tuotoksesta tulevat näkökulmat auttaisivat opetushenkilöstöä auttamaan opiskelijoitaan heidän mielenterveydellisissä haasteissaan, esimerkiksi kannustamalla hakemaan apua tai ohjaamalla oikean avun luo. Tutkimuskysymykset ovat:

1. Minkälaisia mielenterveydellisiä haasteita ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla on?
2. Kuinka ammatillisten oppilaitosten henkilöstö ja opiskelijayhteisö voisi auttaa ja tukea mielenterveysongelmista kärsiviä opiskelijoitaan?

## 5 TUTKIMUSMENETELMÄ JA AINEISTON ESTTELY

### 5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsauksen tärkeimpänä tehtävänä on käsitteistön ja teoreettisen tieteenalan ymmärtämisen kehittäminen sekä jo olemassa olevan teorian arviointi. Muita mahdollisia tehtäviä katsauksella voi olla käsiteltävän aiheen ristiriitaisuuksien tai ongelmien tunnistaminen. (Stolt, Axelin & Suhonen 2016, 7.)

Kirjallisuuskatsausta tehdessä työn eri vaiheiden tunteminen helpottaa katsasteltavien tutkimusten tai artikkelien kriittistä arviointia ja on tietysti edellytys prosessin toteutumiselle. Työn päämääräinen tarkoitus on luoda kokonaiskuva tutkittavasta aiheesta aikaisemman tiedon perusteella. Käytännössä ilman asianmukaista kirjallisuuskatsausta, tutkimuksen kohteena olevaa aihetta ei voida ymmärtää riittävän kokonaisvaltaisesti. (Stolt ym. 2016, 23.)

Eri katsaustyyppejä on olemassa useita, koska kirjallisuuskatsaus voidaan tehdä erilaisiin tarkoituksiin riippuen tutkimuksen tyypistä ja päämäärästä. Tutuimpia ja tyypillisimpiä näistä ovat narratiivinen eli kuvaileva, systemaattinen sekä määrällinen ja laadullinen meta-analyysi. (Stolt ym. 2016, 8.) Valitusta katsaustyyppistä huolimatta kirjallisuuskatsauksesta löytyy tyypillisimpinä vaiheina työn tarkoituksen ja tutkimusongelman määrittämisen, kirjallisuushaun ja siitä aineiston valinnan, valittujen tutkimusten arvioinnin, aineiston analyysin sekä lopuksi saatujen tulosten raportoinnin. (Stolt ym. 2016, 23.)

Tämä opinnäytetyö on toteutettu hyödyntäen narratiivista eli kuvailevaa kirjallisuuskatsausta. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa pyritään kuvailemaan kohdistetusti tutkittavaa aihetta viimeisimpään tietoon perustuen. Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle ominaista on myös asetettujen tutkimuskysymysten laajuus. Laajuudet voivat olla hyvinkin erilaisia ja siksi sisältävätkin usein aiheen rajauksia, joilla työ saadaan pysymään hallinnassa. Kuvailevan katsauksen heikkous on sen laadunarviointi, sillä sen avulla ei voida ottaa riittävästi kantaa valittaviin tutkimuksiin tai niiden luotettavuuteen. (Stolt ym. 2016, 9.)

## 5.2 Tiedonhaku

Kirjallisuuskatsausta varten tiedonhakuja tehtiin useasta luotettavasta lähteestä. Aineistoa löytyi ennakkoluuloista huolimatta runsaasti ja rajauksia jouduttiin tekemään suunnitelmasta poiketen lisää. Kohdennettuun tiedonhakuun, käytettäviin hakusanoihin, palveluihin sekä aiheen rajaukseen apua saatiin Satakunnan Ammattikorkeakoulun INFO-telakassa työskentelevältä henkilöltä. Tiedonhaku rajattiin vuosiin 2015–2021. Hakupalveluista Google Scholar jätettiin pois sillä hakutuloksia tuli aivan liian runsaasti, vaikka hakusanoja kohdennettiin erittäin täsmällisiksi. Suomen kielistä aineistoa haettiin Medic-, Finna.fi- ja Theseus-tietokannoista. Rajauksia tehtiin myös työhön hyväksyttäviin teoksiin. AMK-opinnäytetyöt jätettiin pois ja työhön hyväksyttiin mukaan vain YAMK-opinnäytetyöt, pro gradut, lisensiaattityöt ja väitöskirjat.

Tietokannoista saatujen tulosten suhteen oltiin hyvin kriittisiä niiden hyväksymisen suhteen. Teokset saattoivat käsitellä esimerkiksi päihteiden käytön yhteyttä mielenterveydellisiin ongelmiin tai nuorten omia ajatuksia päihteiden käytöstään. Tällaiset työt jätettiin huomioimatta, mikäli ne käsittelivät pääasiassa päihteiden käyttöä ja psyykinen terveys oli sivuutettu. Hakutuloksia karsittiin ensin tulkitsemalla vaikuttaako otsikko vastaavan tässä työssä kaivattuun tietoon. Jos otsikko vaikutti sopivan edes osittain, luettiin työn tiivistelmä, minkä jälkeen jo pystyttiin enemmän päättelemään sen sopivuudesta. Tiivistelmän lukemisen jälkeen mukaan otettujen töiden sisältöön paneuduttiin tarkemmin. Sisältöä verrattiin asetettuihin hyväksymiskriteereihin kuten tutkimuskysymyksiin. Vasta tässä vaiheessa voitiin vahvistaa mukaan otetun työn todellinen työn sopivuus.

Käytetyt hakusanat ja tietokannat tuloksineen löydät liitteestä (Liite 1).

### 5.3 Aineiston esittely

Lida Salomaan (2021) työssä käsiteltiin ammattiin opiskelevien nuorten voimavaroja kohdennettuna opiskelijaprofiileihin sekä niiden vaikutusta terveyden edistämisen työkaluna. Työ toteutettiin kehittämisprojektina osana ANKKURI-hanketta. Kehittämisprojektin tavoitteena oli ammattiin opiskelevien nuorten voimavarojen kartoittaminen päihitteettömyyteen sekä heidän hyvinvointinsa ja terveytensä edistämiseen. Työn tarkoituksena oli saada selville nuorten omia voimavarojaan ja hyödyntää saatua tietoa työkalun luomiseen millä voidaan edistää heidän terveystään. Projekti toteutettiin määrällisen tutkimuksen menetelmällä. Kirjallisuuskatsauksen sekä jo olemassa olleen aikaisemman voimavaroja tarkastelevan mittarin pohjalta luotiin kysely Turun-ammattinstituutin opiskelijoille. Kyselyyn vastasi kaiken kaikkiaan 477 opiskelijaa. Projektissa saatujen tulosten perusteella voidaan todeta tiivistetysti, että ihmissuhteilla on suuri merkitys nuorten elämässä. Ihmissuhteista tärkeimmiksi nousivat perhe sekä ystävä. Hyvillä ihmissuhteilla oli olennainen merkitys riskikäyttäytymisen ehkäisemiksi. Vastanneista 11 % arvioi terveytensä huonoksi tai erittäin huonoksi. Kyselyn yhdeksi keskeisimmistä johtopäätöksistä tuli turvallisen aikuisen merkitys nuorta suojaavana tekijänä. Jos tällaista ei löydy nuoren kotoa kehen turvautua, nousee oppilaitoksen rooli keskeiseksi tekijäksi paikkana mistä löytää luotettava ja turvallinen aikuinen. Tämä vaatii oppilaitoksen henkilöstöltä kykyä kohdata nuori omana yksilönään ja tunnustaa hänen vahvuutensa. Niiden kautta nuoren mielenterveyden tukeminen sekä edistäminen on helpompaa matalamman kynnyksen ansiosta. Koska selkeästi ihmissuhteet ovat yksi tärkeimmistä nuoren terveellistä kasvua edistävästä tekijöistä, on siis tärkeää tiedostaa nuoren ihmissuhteet ja niiden laatu nuoren tuen tarpeen kartoittamiseksi. Tässä yhteydessä vanhempien ja koulun henkilöstön yhteistyön merkitys on merkittävä. Nuorten voimavaroja kehittävää työtä tulisi siis tehdä kaikissa kohtaamisissa, jokaisen heidän kanssaan työskentelevän ammattilaisen toimesta.

Marja-Leena Multanen (2016) käsitteli laadullisena tutkimuksena tehdyssä työssään nuorten miesten yksinäisyyttä erään ammattiopiston miesopiskelijoiden kokemana.

Tarkoituksena oli kerätä syitä yksinäisyydelle, sen tuntemuksia, vaikutuksia hyvinvointiin, lähisuhteiden merkitystä ja eri keinoja yksinäisyyden tunteen helpottamiseksi. Aineisto koostui 34 vapaaehtoisen nuoren kirjoittamasta kirjeestä. Tuloksista voitiin sanoa yksinäisyyden olevan tylsän masentava tunne, mutta osaltaan hyvä silloin, kun oikeasti haluaa olla vain yksin. Syitä yksinäisyydelle voi löytyä henkilön omasta persoonasta, mikäli hän on vaikka ujo tai muuten sulkeutunut, omaa huonon itsetunnon, etäisyys kavereihin sekä koulukiusaaminen. Yksinäisyyttä suojaaviksi tekijöiksi koettiin läheiset ihmissuhteet kuten perhe, kaverit/ystävät ja kumppanit. Vastanneista osa kertoivat murheiden kertomisen olevan helpompaa kavereille tai ystäville. Näiden ihmissuhteiden merkitys siis koettiin todella tärkeäksi. Tällöin vertaistuen saaminen on helpompaa. Nuoret kuvailivat yksinäisyyden negatiivisiksi tekijöiksi hyvinvoinnin kannalta pahan olon tunteen, surullisuuden ja masennuksen. Yksinäisyyden positiivisina puolina koettiin keskittyminen omiin asioihin, rauhoittuminen ja rauhassa ajattelu. Vastanneet kokivat yksinäisyyttä erityisesti helpottaviksi tekijöiksi sosiaalisen toiminnan ja läheisiltä ihmisiltä saadun tuen. Suurimmaksi yksinäisyyden syyksi nousi kavereiden puute. Ikäisensä vertaisen merkitys on siis nuorelle suuri, sillä usein hän saattaa olla se, kenelle nuori uskaltaa mieluummin kertoa murheistaan. Vertaistuen hakeminen ikäisestään on siis helpompaa.

Piia Salon ja Elina Wetterstrandin (2019) työ käsitteli opiskeluhuollon keinoja tukea keskeyttämisvaarassa olevia nuorisoiikäisiä opiskelijoita ammattiopistossa. Työ tehtiin yhteistyössä erään pääkaupunkiseudulla olevan ammatillisen oppilaitoksen kanssa laadullisena tutkimuksena. Aineisto tutkimusta varten kerättiin ryhmämuotoisena teema-haastatteluna. Yhteensä kolmella haastattelulla tavoitettiin kahdeksan työntekijää opiskelijahuollosta. Kerätty aineisto analysoitiin sisällönanalyysiä hyödyntäen. Tuloksista ilmeni, että haasteet sekä tuen tarve keskeyttämisvaarassa olevien opiskelijoiden keskuudessa ilmenee yksilö- ja ympäristötasolla. Näillä opiskelijoilla oli selkeästi runsaammin mielenterveydellisiä ongelmia ja oman elämänsä hallintaan liittyviä haasteita. Kokemistaan haasteista nuoret eivät välttämättä koe luottamusta kertoakseen niistä esimerkiksi opettajalle tai opiskelijahuollon ammattihenkilölle. Opiskelijat kokivat valitettavasti myös tunnetta, ettei heistä välitetä. Psykykkisten haasteiden lisäksi normaalia etenemistä opinnoissa vaikeutti mahdolliset yksilöiden oppimisvaikeudet, motivaation puute opintoihin ja osaamisen puute. Riittävän tuen puute sekä muusta opiskelijaryhmästä erkaantuminen kuormittaa opiskelijoita myös entisestään.

Opintonsa keskeyttämistä suunnittelevista nuorista suurimmassa vaarassa olivat ne, jotka kokivat olevansa väärällä alalla. Suurimman tarvitsemansa tuen opiskelijat saivat opiskeluhuollon kautta. Toimivia menetelmiä opiskeluhuollolla oli nuorten oikeanlainen kohtaaminen, tuen tarpeen kartoittaminen sekä yhteistyön tekeminen. Tutkimuksessa selvisi myös, että eri ammattihenkilöiden yhteistyön kehittäminen voisi parantaa opiskelijoiden keskeyttämisvaaran ennaltaehkäisyä.

Anu Varpeniuksen (2020) työssä tarkasteltiin nuorisotyön roolia oppilaitoksen hyvinvointityössä. Opinnäytetyön kohteena oli ammatillinen oppilaitos. Tutkimuksen toteutustapa oli laadullinen kehittämistietoa tuottava tutkimus ja menetelmänä hän käytti ryhmähaastattelua. Osallistujia oli kolmesta oppilaitoksen kanssa toimivasta hyvinvointia tukevasta ammatillisesta verkostokokoonpanosta. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä oli ”mikä on nuorisotyön rooli oppilaitoksen hyvinvointityössä?” Tulosten perusteella voitiin sanoa, että nuorisotyön rooli osana oppilaitoksen nuorten hyvinvointityötä on todella merkittävä. Oppilaitoksiin tarvitaan aikuisia, joiden kohtaaminen nuorille olisi mahdollisimman matala kynnyksellä ja joilla olisi riittävästi aikaa nuorille sekä heidän kokemilleen haasteille erityisesti opetusajan ulkopuolella. Riittävä tietoisuus nuorisotyön roolista todettiin olevan ammatillisessa oppilaitoksessa huonoa hyvinvoinnin ammattilaisille, joten sen kehitykseen tulisi keskittyä tulevaisuudessa.

Viimeinen mukaan valittu tutkimus on Jonna Laitisen ja Minna Nevalaisen (2018) kirjoittama opinnäytetyö aiheesta ”Yhteistyön kehittäminen nuoren mielenterveyden ammattiopintojen tukemiseksi”. Työ tehtiin Ohjaamo 2.0 -hankkeelle. Toteutuspatana hyödynnettiin tutkimuksellista kehittämistoimintaa Lean -menetelmiä hyödyntäen. Tarkoituksena oli kehittää ammattiopintojen aikana hyödynnettäviä mielenterveyttä ja opintoja tukevia palveluita. Tavoitteena oli edistää koulun sekä alueellisten palveluiden välistä yhteistyötä, joita tässä työssä olivat ammatillisen oppilaitoksen lisäksi psykiatrinen erikoissairaanhoidon ja ohjaamo. Tuloksena syntyi toimintamalli, missä jokaisen tutkimuksessa mukana olevan palvelun sekä koulun välille syntyi selkeät hoitopolut ja tilanteiden ratkaisut riippuen missä nuoren oireet havaitaan ensimmäisenä. Tällä saadaan luotua mahdollisimman laaja sekä moniammatillinen verkosto, millä asiakkaita eli tässä tapauksessa ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoita voidaan auttaa. Opiskelijoilla on kuitenkin silti itsellään oikeus päättää, keitä auttavaan verkostoon kuuluu, jos hän tarvitsee ammatillista apua psyykkisiin häiriöihin.



Toimintamallina tämä on nuoren näkökulmasta todella tärkeä, jotta hän saa ympärilleen mahdollisimman tärkeät henkilöt.

#### 5.4 Aineiston analysointi

Analyysillä luodaan sanallinen sekä selkeä kuva tutkittavasta ilmiöstä. Sillä pyritään tiivistämään aineisto riittävän selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää informaatiota ja tarkoitusta. Laadullisella analysoinnilla lisätään informaatioarvoa ja sillä pyritään luomaan hajanaisesta aineistosta selkeä sekä yhtenäinen informaatiopaketti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108). Se mitä kirjallisuuskatsausmenetelmää on käytetty, määrittää aina mitä analysointimenetelmää käytetään. Aivan kuten esimerkiksi tutkijoiden työssä, aineistoa järjestetään ja luokitellaan, jotta niistä löydetään yhtäläisyyksiä tai päinvastoin eroja ja näistä muodostuneesta tuotoksesta kirjoitetaan katsaus eli ymmärrystä lisäävä analyysi. (Stolt, Axelin, Suhonen 2016, 30.)

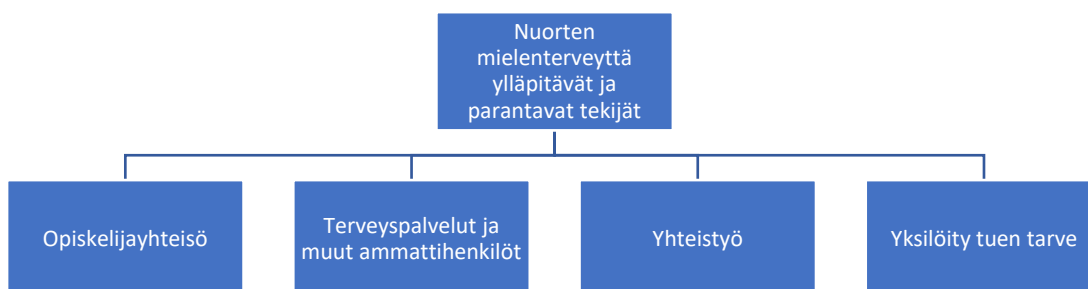
Opinnäytetyöhön valittujen tutkimusten analysointiin käytettiin aineistolähtöistä eli induktiivista analysointia. Induktiivisella tarkoitetaan yleisen tosiasian päättelemistä yksittäistapauksista. Aineistolähtöisessä analyysissä toteutuu päävaiheina pelkistäminen, ryhmittely ja teoreettisten käsitteiden luominen. Sisällönanalyysia varten on luotava analyysiyksikkö minkä ohjaamista määrittää tutkimustehtävä. Analyysiyksikkö voi olla esimerkiksi sana, lause tai ajatuskokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 91.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi alkaa pelkistämällä missä turha tieto karsitaan pois ja jäljelle jää vain olennainen. Tämän voi suorittaa myös halutessaan tiivistämällä tai aineiston jaottelulla osiin. Tarkoituksena pelkistämisessä on etsiä aineistosta toistuvat tutkimustehtävää kuvailevat käsitteet. Pelkistetyt ilmaisut ryhmitellään eli etsitään samankaltaisia käsitteitä, jotka muodostavat keskenään alkuperäisilmaisut. Samaa käsitettä käsittelevät ilmiöt jaotellaan ja näistä muodostetaan alaluokat. Jaottelun jälkeen aineisto käsitteellistetään eli luodaan valitun tiedon pohjalta teoreettisia käsitteitä mitkä ovat tutkimuksen kannalta olennaisia. Alaluokkiin saadut termit yhdistetään ja näin saadaan muodostettua yläluokat. Tämän jälkeen yläluokat yhdistetään pääluokiksi tai yhdistäväksi luokaksi. Lopputuloksena syntyy kokoava käsite. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 91-94.)

Tässä opinnäytetyössä aineiston analysointi alkoi työhön valittujen tutkimusten tarkemmalla lukemisella sekä niihin syvällisemmin paneutumisella. Tutkimuksista etsittiin toistuvia samankaltaisia käsitteitä, joista muodostui alkuperäisilmaisut sekä niin edelleen pelkistetyt ilmaisut. Pelkistetyistä ilmaisuista luotiin alaluokat, yläluokat sekä yhdistävä luokka (LIITE 4). Kaikista 5 tutkimuksesta löytyi yhdistävä tekijä mikä vastasi kysymykseen: ”Kuinka nuorten kokemia mielenterveydellisiä haasteita voidaan auttaa tai ennaltaehkäistä?”

## 6 TULOKSET

Tulokset tässä työssä olivat hyvin yhdenmukaisia ja johdattelevat vastauksia valittuihin tutkimuskysymyksiin. Kysymyksiin vastaavista tuloksista muodostui 1 pääkategoria ja se alle eriteltiin yläluokkia pääkategoriassa käsiteltävään asiaan. Pääkategoriaksi syntyi ”Nuorten mielenterveyttä ylläpitävät ja parantavat tekijät”. Pääkategorian alle muodostui yläluokat ”opiskelijayhteisö”, ”terveyspalvelut”, ”yhteistyö” ja ”yksilöity tuen tarve”.



## 6.1 Opiskelijayhteisö ja koulu

Tutkimuksista ilmeni, että hyvillä ihmissuhteilla on suuri merkitys nuorille. Suhteista tärkeimmiksi nousivat esille kaverit/ystävät, kumppanit ja perhe (Salomaa 2021, 63). Kaverien ja ystävien tärkeys nousi jopa perheen edelle syystä, että nuoret miehet kokivat henkilökohtaisten asioiden helpommaksi vertaiselle ikätoverille kuin esimerkiksi vanhemmille. Yksinäisyyttä kokevat kokivat kavereiden puutteen olevan yksi merkittävä negatiivinen tekijä ja aiheuttavan masennuksen ja alakuloisuuden tunnetta. (Multaan 2016, 62–65.)

Koska kaikilla nuorilla ei ole mahdollisuutta siihen, että koulun ulkopuolella olisi turvallinen aikuinen kehen turvautua, koulu koettiin Salomaan (2021) tutkimuksessa paikkana missä nuorilla pitäisi olla turvallinen aikuinen kenet kohdata ja kenellä on kyky huomioida nuoren voimavarat sekä saada ne nuoren tietoisuuteen hänen itsensä terveyden edistämiseksi. Voimavaroja huomioivaa työskentelytapaa tulisi käyttää kaikissa kohtaamisissa nuorten kanssa työskentelyssä ja kohtaamisissa nuori pitää huomioida omana yksilönään.

## 6.2 Terveyspalvelut ja muut ammattihenkilöt

Varpeniuksen (2020, 33–38) tutkimuksessa todettiin, että kouluihin tarvitaan enemmän aikuisia, joiden kohtaaminen olisi nuorille matalan kynnyksen takana. Itsessään tämä ei kuitenkaan riitä ja siksi nuorisotyöllä on oleellinen merkitys ammatillisessa oppilaitoksessa nuorten hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Nuorisotyöllä on enemmän resursseja kohdata nuoria, olla läsnä heille sekä auttaa heitä kohtaamisissaan haasteissa. Tällä pystytään muun muassa ehkäisemään nuorten kohtaamaa yksinäisyyttä. Nuorisotyöllä olisi mahdollista jalkautua koulun käytäville ja kohdata siellä nuoria, jotka ovat tulleet koululle vain hengaamaan. Kohtaamisella pystyttäisiin kartoittamaan miksi opiskelu ei kiinnosta ja mikseivät he mene oppitunneille. Tällaiseen työhön opetushenkilöstöllä ei riitä resursseja sillä heille ensisijainen tehtävä on olla opetustyössä, kun taas nuorisotyön tehtävä ei ole puuttua opetustyöhön. Jalkautumisen tuloksena voisi löytää niitä nuoria, jotka saattavat tarvita yksilöityä tukea. Jännitystä, pelokkuutta ja niiden johdosta ahdistusta nuorilla esiintyi peruskoulusta siirtymisen johdosta ammatillisiin opintoihin. Nuorisotyö nähtiin tässä voimavarana, millä nuorten astumista

ammattillisen opintojen pariin voisi helpottaa esimerkiksi saattamalla koulun ovista sisään ensimmäisinä päivinä.

Nuorten hyvinvoinnin tukena opintojensa aikana toimii useita ammattihenkilöitä. Oppilaitoksessa niitä ovat muun muassa kuraattori, kouluterveydenhoitajan, opinto-ohjaaja sekä koulupsykologi. Koulun ulkopuolisia palveluita ovat psykiatriset palvelut sekä nuorille ja aikuisille riippuen onko nuori yli- tai alle 18-vuotias sekä mielenterveys- ja päihdepalvelut. (Laitinen & Nevalainen 2018, 51.)

### 6.3 Yhteistyö

Yhteistyö eri ammattiryhmien välillä nuorten hyvinvoinnin hyväksi helpottaa molempien osapuolien työtä. Varpeniuksen (2020, 37–38) tutkimuksessa esitettiin opetushenkilöstön ja nuoristyön yhteistyötä uusien opiskelijoiden ryhmäytymisessä. Uusien opiskelijoiden ryhmäytyminen on kirjattu koulutuksen vastuuhjaajan tehtäviin, mutta jatkuvan haun vuoksi opiskelijoita saattaa aloittaa opintonsa pitkin vuotta eikä vastuuhjaajilla välttämättä riitä aika siihen. Pääsääntöisesti kuitenkin opiskelijoiden ryhmäytys tapahtuu kaksi kertaa vuodessa. Näissä tapauksissa nuorisotyön ammattihenkilöt voisivat tehdä koulun opetushenkilöstön kanssa yhteistyötä ja avustaa osaltaan opiskelijoiden ryhmäytymistä. Tällä vältetään yksittäisten opiskelijoiden ryhmästä ulosjäämistä ja sulkeutumista muusta opiskelijayhteisöstä mitkä osaltaan voivat taas johtaa mielenterveydellisiin haasteisiin sekä opintojen keskeyttämiseen (Salo & Wetterstrand 2019, 39).

Yhteistyötä koulun kanssa tekevät myös muutkin tahot kuin nuorisotyö. Laitisen ja Nevalaisen (2018, 50–51) kehittämistoiminnan työssä parannettiin paikallisen ammattillisen oppilaitoksen, sairaanhoitopiirin aikuispsykiatrisen tehostetun avohoidon ja ohjaamon yhteistyötä. Tuloksena syntyneessä toimintamallissa eri toimijat oppivat toistensa palveluista enemmän ja osaavat toimia jatkossa enemmän yhteistyössä keskenään. Toimijat voivat olla yhteydessä toisiinsa riippuen minkä tahon aloitteesta nuoren psyykkisestä hyvinvoinnista herää huoli. Yhteistyö toimijoiden välillä tehdään kuitenkin aina nuoren suostumuksesta ja nuori saa itse päättää kehen oppilaitoksen henkilökunnasta muut toimijat saavat olla yhteydessä.

## 6.4 Yksilöity tuen tarve

Yksilöityä tuen tarvetta räätälöidessä on hyvä kartoittaa, millaisista terveydellisistä haasteista nuorella on kyse. Haasteita voi olla sekä mielenterveydellisiä, että somaattisia. Mielenterveydellisiä haasteita voi olla ahdistus, pelot, masennus sekä itsetuhoisuus. Edellä mainitut vaikuttavat vahvasti nuoren osallistumiseen opintoihinsa sekä niissä suoriutumiseen. Valitettavaa on, että paljolti kaikkia mielenterveydellisiä haasteita näkyy ammatillisessa oppilaitoksessa (Salo & Wetterstrand 2019, 36.) Psykiatrisen hoitotyön tehtävänä on osana moniammatillista yhteistyötä olla se taho, joka arvioi nuoren psyykkisen hyvinvoinnin sekä tuen tarpeen, jos nuoren oireet viittaavat psykiatristen palveluiden tarpeeseen (Laitinen & Nevalainen 2018, 51). Mielenterveydellisten haasteiden lisäksi nuoret saattavat tarvita yksilöityä tukea elämänhallinnan vaikeuksien kanssa. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi välinpitämättömyys ja sitoutumattomuus opinnoista sekä omasta elämästään. Tämän kaltaisissa tilanteissa opettajat yrittävät aktivoida nuoria tekemään enemmän suunnitelmia sekä aikatauluja esimerkiksi kalenteria hyödyntäen. Kuten mielenterveydellisten ongelmien, niin elämänhallintaan liittyvienkin haasteiden vuoksi opinnot saattavat helposti kärsiä tai keskeytyä kokonaan. Siksi yksilöityä tuen tarvetta tehdään systemaattista kartoitusta hyödyntäen. (Salo & Wetterstrand 2019, 38. 44.)

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Vaikka ihminen kokee tarvitsevänsä toisinaan yksinäisyyttä ja tilaa olla vain itsensä sekä omien ajatusten kanssa, tarvitsee ihminen toista ihmistä. Selkeästi etenkin nuorille toisen vertaisen läsnäololla on merkittävä merkitys psyykkiseen hyvinvointiin. Vertaistuen vuoksi toiselle ikäiselleen eli tässä tapauksessa ystävälle, kaverille tai kumppanille omien asioiden kertominen tuntuu helpommalta kuin aikuiselle. Silti luottettavan aikuisen läsnäololla nuoren elämässä on myös oma merkityksensä. Valitettavaa on, ettei kaikilla nuorilla ole mahdollisuutta siihen kotona. Tällaisissa tilanteissa koulun on oltava turvallinen paikka tulla ja sen henkilökunnan kuten opettajien sekä

hyvinvointia tukevien henkilöiden kohtaaminen tulisi olla nuorelle mahdollisimman matalan kynnyksen takana. Koulun ammattihenkilöiden tulisi keskittyä enemmän yksilöllisesti jokaisen nuoren omiin voimavaroihin sekä tukea heitä niiden kautta. Liian usein näkee nuorten tulevan kouluun yksin tai sulkeutuvan muusta opiskelijayhteisöstä. Uusien aloittavien opiskelijoiden ryhmäytymisellä on tässä suuri rooli. Haasteena kuitenkin tässäkin on oppilaitosten jatkuva haku, minkä vuoksi opintonsa aloitaneita tulee pitkin vuotta eikä ryhmänohjaajilla riitä aika yksilöiden ryhmäytymisille. Koulun tarvitseekin siis tehdä enemmän yhteistyötä nuorisotyön kanssa, millä riittää aika sekä resurssit tähän. Nuorisotyöllä pystytään sen lisäksi myös kartoittamaan nuoria koulun käytäviltä tai ulkopuolelta sekä olemaan enemmän läsnä heille. Jalkautumisella ja läsnäololla saadaan kartoitettua nuorten kokemia haasteita sekä osataan puuttua niihin riittävän ajoissa. Nuorten kanssa työskentelevien eri tahojen riittävän hyvällä yhteistyöllä sekä psyykkisen hyvinvoinnin edistämisellä vältetään muun muassa opintojen keskeytyminen. Mikäli nuorella kuitenkin havaitaan mielenterveydellisiin ongelmiin viittaavia oireita, eri ammattiryhmien yhteistyöllä saadaan toteutettua yksilöity hoitopolku tuen tarpeiden mukaan sekä ohjattua huonosti voiva nuori oikean avun piiriin. Tällaisia voivat olla esimerkiksi psykiatriset palvelut. Ammatillisen oppilaitoksen nuorilla opiskelijoilla ei erityisemmin ilmene vain jotain tiettyjä mielenterveydellisiä ongelmia, vaan haasteiden koko kirjo on mahdollinen. Näistä kuitenkin eniten on havaittu masennuksen ja ahdistushäiriöihin viittaavia haasteita.

Tärkeimpinä tekijöinä nuorten tukemiselle kirjoittaja näkee yhteisöllisyydellä, kohtamisella sekä yksilöiden voimavaroihin keskittymisellä ja eri tahojen kuten ammattiryhmien yhteistyöllä. Jos jokin edellä mainituista kolmesta asiasta ei toimi, kahdella muulla sitä voidaan korjata, mutta ei korvata. Nuorissa on tulevaisuus, emmekä saa heittää sitä hukkaan.

## 7.2 Kirjallisuuskatsauksen arviointi

### 7.2.1 Luotettavuus

Kirjallisuuskatsauksen aineiston luotettavuutta lisää, jos se on toteutettu yhteistyössä toisen tutkijan tai ryhmän kanssa. Kattavaa ja monipuolista aineistoa, minkä käsitelty

aineisto ulottuu muihinkin maihin kuin kotimaahan, pidetään luotettavana (Stolt Ym. 2015, 20). Luotettavuuden arviointi on kirjallisuuskatsauksessa vaativa ja aikaa vievä prosessi. Alkuperäistutkimusten ja laadukkaiden tutkimusten valikoituminen kirjallisuuskatsaukseen tuottaa luotettavaa ja oikeaa tutkimustulosta (Johansson, Axelin, Stolt & Ääri 2007, 107).

Kvalitatiiviselle tutkimukselle ominaista on, että sitä työstävä henkilö työskentelee yksin. Siksi sen luotettavuutta pohditaankin useimmissa metodikirjoissa. Riskinä yksin työskentelyssä on, että tekijä tulee niin sanotusti sokeaksi omalle aikaansaannokselleen. Tutkimuskirjallisuudessa tätä kutsutaan holistiseksi harhaluuloisuudeksi tai virhepäätelmäksi. Tiivistettynä tämä tarkoittaa sitä, että kirjoittaja tulee yhä vakuutuneemmaksi oman työnsä oikeellisuudesta ja todellisuudesta mitä pidemmälle hän etenee siinä, vaikka se ei sitä välttämättä ole. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017, 197.)

Työssä arvioitiin kriittisesti tiedon lähteitä analysoinnin yhteydessä. Omat päätelmät ovat johdonmukaisia ja mukautuvat kirjallisuushaun tuloksena saatuun tietoon. Virhepäätelmän tilanteita vältettiin lukemalla omaa tuotettua tekstiä ajatuksella ja pohtimalla sen suhdetta tiedon oikeellisuuteen. Tiedon varmistaminen luotettavaksi ja oikeelliseksi on helppoa katsastaa usean eri lähteen kautta. Jos jossain lähteessä esiintyy enemmän tai vähemmän tiedon poikkeamaa suhteessa muihin vastaaviin, voidaan päätellä lähteen tiedon olevan ainakin jokseenkin epäluotettavaa. Oma tuotettu teksti on johdonmukaista sekä olemassa olevan tiedon kanssa yhtenevää.

Laadun arviointia voidaan laadullisessa tutkimuksessa tehdä hyödyntäen CASP-laadunarviointivälinettä. Tämä arviointiväline on tehty yleisesti sosiaalitieteellisesti hyväksytyistä kriteereistä. Muokattu versio sisältää kymmenen kysymystä joilla voidaan arvioida muun muassa onko tutkimuksen tavoitteet selkeästi määritelty, oliko laadullinen tutkimusmenetelmä sopiva, tutkimusasetelman perustelu ja vastasiko se tutkimuskysymyksiin, sopiiko tutkittavien rekrytointistrategia tutkimuksen tavoitteisiin, kerättiinkö tutkimusaineisto siten, että saatiin tutkimusilmiön kannalta tarkoituksenmukaista tietoa, oliko mahdollinen tutkijan vaikutus huomioitu tarkoituksenmukaisella tavalla, oliko tutkimuksen eettiset seikat otettu huomioon, oliko tutkimuksen analyysi riittävän tarkkaa ja perusteellista, oliko tutkimuksen tulokset selkeästi ilmaistu ja

kuinka hyödyllinen tutkimus oli? (Nevala, Pehkonen, Koskela, Ruusuvuori, & Anttila 2014, 9–40.)

CASP-laadunarviointivälinettä käytettiin kaikkien 5 tähän työhön mukaan otettujen tutkimusten arviointiin (LIITE 3). Arviointitaulukkoon on taulukoituna vasemmalle kaikki kymmenen laadunarviointia käsittelevää kysymystä sekä kohteena olevat työt yläriville. Arvioinnin pisteytys tapahtui asteikolla 0–2 esitetyn kysymyksen vastauksen mukaan. Vastauksella ”kyllä” sai 2 pistettä, ”osittain 1 pisteen sekä ”ei” 0 pistettä. Kymmenen kysymyksen vastauksista saatujen pisteiden yhteenlasketulla summalla voidaan todeta tutkimuksen laadullisuus. Tutkimuksen luotettavuutta voidaan pitää korkeana, mikäli se saa yhteispisteitä yli 10 kun taas alle 10 pistettä epäluotettavana. (Nevala ym. 2014, 10.) Kaikki mukaan otetut tutkimukset saivat vähintään 16 pistettä, minkä johdosta voidaan olla tyytyväisiä niiden laadullisuuteen.

Käytettyjä tutkimuksia ja julkaisuja arvioitiin kriittisesti niin, että niistä saatu tieto vastasi mahdollisimman tarkasti opinnäytetyön aihetta ja vastasivat osaltaan tälle työlle asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Laadun arvioinnissa kiinnitettiin huomiota myös lähteisiin sekä eettisyyteen. Kirjallisuuskatsauksen kirjallisuushaun tulokset ovat julkaistu ajalla 2016–2021, joten niistä saatu tieto on hyvin ajantasaista

### 7.2.2 Eettisyys

Opinnäytetyötä tekevällä on sekä moraalisia, että eettisiä velvollisuuksia kuten kohteena olevia henkilöitä, yhteiskuntaa ja tutkimusyhteisöä kohtaan. Ohjeet ja suositukset hyvään tieteelliseen käytäntöön ovat tutkijayhteisön itsesääätelyä, jolle rajat määrittelee lainsäädäntö. Esimerkiksi tutkimusvilppi, plagiointi tai muu piittaamattomuus tieteellisen tutkimuksen parissa ovat ensinnäkin käytännön vastaisia, mutta myös lainvastaisia. Siksi myös ammattikorkeakoulu opiskelijoiden on syytä soveltuvin osin tuntea tätä itsesäätelynormistoa kuten ihmisiin kohdistuvan työn periaatteet sekä sen eettisyys Suomessa. Eettinen vastuu on aina ensisijaisesti työn tekijällä itsellään, mutta sen tarkka noudattaminen kuuluu yhtä suurena vastuuna myös ohjaavalle opettajalle sekä korkeakoulun johdolle. Opinnäytetyötä tai muuta tutkimusta tehdessä on siis



syytä aina olla rehellinen tekemästään sekä kunnioitettava muiden tutkijoiden työtä. (Arene 2020.)

### 7.3 Jatkotutkimusidea

Sen lisäksi, että ammattiryhmien yhteistyötä tiivistetään ja eri tahojen palvelut tulevat toinen toisilleen tutummiksi, olisi tärkeää, että myös nuoret olisivat tietoisempia palveluista, joihin heillä on oikeus ja kuinka näitä voi hakea tarvittaessa. Tällä tavoin voisi aktivoida nuoria itseään rohkeasti kohtaamaan uusia aikuisia ja ottamaan vastuuta omasta hyvinvoinnistaan. Jossain vaiheessa itse kullekin nuorelle tulee tilanne muuttaa omilleen ja tällöin olisi todella tärkeää uskaltaa sekä osata itsenäisesti hakeutua asianmukaisten apujen piiriin, mikäli tilanne sitä vaatii. Tämä olisi siis osana nuoren kasvua kohti aikuisuutta ja itsenäistä heitä. Jatkotutkimusideani on siis nuorille suunnattu kysely missä heidän tietoisuuttansa kartoitettaisiin ovatko he tietoisia minkälaisiin palveluihin heillä on oikeus ja minkälaista apua eri tahojen kautta voi saada. Palveluiden luominen nuorille tutummaksi, laskee niihin hakeutumisen kynnystä, kun on jokin ennakkokäsitys minkälaisesta palvelusta onkaan kyse ja voiko sieltä saada apua juuri minun kokemaani haasteeseen.

### 7.4 Oman ammatillisen kasvun pohdinta

Opinnäytetyötä tehdessä opin paljon uutta tiedonhausta sekä sen eri mahdollisuuksista kuten useista eri hakupalveluista. Aineiston analysointi tuli myös hyvin uutena asiana mistä koen olevan hyötyä tulevaisuudessa, kun suuntaudun jatko-opintoihin, joissa kirjallisten töiden laajuus ja tarkkuus tulevat korostumaan entisestään.

Lasten ja nuorten hoitotyö jää sairaanhoitajan koulutuksessa melko vähälle lukuun ottamatta teoriaa. Koulutukseni aikana saadut teoreettiset tiedot tukivat hyvin käsitystäni nuorten mielenterveystyöstä. Harjoittelu paikoilla on tässä kohtaa oma tärkeä merkityksensä, mikäli opiskelijaa kiinnostaa suuntautua juuri nuorten mielenterveyttä edistävään hoitotyöhön. Opin kuitenkin paljon uutta sekä kuinka ammattihenkilöiden apua hyödynnetään nykyään paljon laajemmin kuin esimerkiksi silloin kun itse olen käynyt ammatillista oppilaitosta.

Ammatillinen kasvuni kohti ammattilaista on vasta alussa ja opittavaa vielä riittää. Osaaminen nuorten mielenterveystyöstä kehittyisi entisestään, mikäli suuntautuisin siihen erikoistuvaan yksikköön töihin. Valitettavasti koen kiinnostukseni vetävän minua aivan toisenlaiselle työuralle. Pidän omien kiinnostusten ja vahvuuksien tunnistamista osana ammatillista kasvua.

## LÄHTEET

- Arene 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 3.5.2021. <http://www.arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>
- Huttunen, M. Lasten ja nuorten masennus ja mielialahäiriöt. [www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi). Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 30.11.2018. Viitattu 29.4.2021.
- Johansson, K. Axelin, A. Stolt, M. & Ääri, R-L. (toim.) 2007. Systemaattinen kirjallisuuskarsaus ja sen tekeminen. Turun Yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Sarja A51. Tutkimuksia ja raportteja
- Junttila, N. Kasvatuspsykologian apulaisprofessori, Turun yliopisto. Yksinäisyys satuttaa. [Nuortenlinkki.fi](http://Nuortenlinkki.fi). Viitattu 1.5.2021. <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/yksinaisyys-satuttaa>
- Kahala, M. Opinnäytetyö suunnitelma. TUKEE2\_Hyväksytty hankesuunnitelma.pdf. Vastaanottaja Uoti, V. Lähetetty 24.3.2021 klo 14.42. Viitattu 31.3.2021.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2017. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy. Viitattu 3.5.2021. <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/978-952-63-0148-8>
- Laitinen, J. & Nevalainen, M. 2018. Yhteistyön kehittäminen nuorten mielenterveyden ja ammattiopintojen tukemiseksi. YAMK-opinnäytetyö. Karelia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 24.4.2021. <http://www.urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201804094361>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto MLL. 2017. Nuori on yksinäinen. Viitattu 1.5.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/nuori-on-yksinainen/>
- Mielenterveystalo.fi. Mistä lapsen/nuoren ahdistuneisuudessa on kyse? Viitattu 1.5.2021. [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/ahdistuksen\\_kesyttaminen/Pages/osio1.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/ahdistuksen_kesyttaminen/Pages/osio1.aspx)
- Multanen, M-L. 2016. Nuorten miesten yksinäisyys. Etelä-Kymenlaakson ammattiopiston miesopiskelijoiden kokemana. YAMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.4.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201604254947>
- Nevala, N. Pehkonen, I. Koskela, I. Ruusuvuori, J. & Anttila, H. Työpapereita 61. 2014. Työolosuhteiden mukauttaminen vammaisilla henkilöillä: vaikuttavuus sekä estävät ja edistävät tekijät. Järjestelmällinen kirjallisuuskatsaus. Helsinki: Kela. Viitattu 3.5.2021. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/135671>
- Nuortenmielenterveystalo.fi. Häiriöt ja ongelmat. Masennus ja mielialahäiriöt. Viitattu 1.5.2021. [https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa\\_mielenterveydesta/nuorten\\_mielenterveysongelmat/Pages/Masennus\\_ja\\_mielialahairiot.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/Masennus_ja_mielialahairiot.aspx)
- Salo, P. & Wetterstrand, E. 2019. Opiskeluhuollon keinot tukea keskeyttämisvaarassa olevia nuorisoikäisiä opiskelijoita ammattiopistossa. YAMK-opinnäytetyö.

Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.4.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019100719628>

Salomaa, I. 2021. Ammattiin opiskelevien nuorten voimavarat. Opiskelijaprofiilit terveyden edistämisen työkaluna. YAMK-opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.4.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202103163484>

Stolt, M. Axelin, A. & Suhonen, R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. Turun Yliopisto: Turku.

Tampereen yliopistollinen sairaala Tays. 2020. Nuorten mielenterveyden häiriöiden kasvi on hätähuuto yhteiskunnan muutoksesta. Viitattu 28.4.2021. [https://www.tays.fi/fi-FI/Nuorten\\_mielenterveyden\\_hairioiden\\_kasvu\(102911\)](https://www.tays.fi/fi-FI/Nuorten_mielenterveyden_hairioiden_kasvu(102911))

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos THL. 2019. Nuorten ahdistus ja ahdistushäiriöt. Viitattu 29.4.2021. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-ahdistus-ja-ahdistuneisuushairiot>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos THL. 2021. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Viitattu 31.3.2021. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 11.5.2021. <https://www.elibrary.com/book/9789520400118>

Varpenius, A. 2020. Nuorisotyön rooli oppilaitoksen hyvinvointityössä. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Viitattu 24.4.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020121729026>

## LIITE 1

Tietokanta	Hakusanat	Tukokset	Hyväksytyt
Medic	Mielentervey* AND ”ammatillinen koulutus”	2	0
Medic	Mielentervey* AND ”ammatilli*“	14	0
Medic	mielentervey* OR psyykki* OR henkine* OR henkise* OR mielial* OR hyvinvoin* OR pahoinvoin* AND ammatilli* OR ammattikoulu* OR ammattiop*	54	0
Medic	Nuor* AND mielenterv* AND toisen*	3	0
Finna.fi	(mielentervey*) AND ("ammatillinen koulutus" OR "ammatillinen oppilaitos" OR ammattikou* OR ammattiop*)	10	2
Theseus	mielenterveys AND (”ammattikoululaiset” OR ”ammatillinen koulutus” OR ”ammatilliset oppilaitokset”)	118	2
Finna.fi	(mielentervey* OR psyykki* OR henkine* OR henkise* OR mielial* OR hyvinvoin* OR pahoinvoin*) AND (”ammatillinen koulutus” OR ”ammatilliset oppilaitokset” OR ammattikoulu* OR ammattiop*)	72	1

Tekijä(t), vuosi, maa	Tutkimuksen tarkoitus	Kohderyhmä	Käytetyt mit- tarit / aineis- ton keruu	Keskeiset tu- lokset
Iida Salomaa 2021 Suomi	Ammattiin opiskelevien nuorten terveyden ja hyvinvoinnin lisääminen ja päihitteettömyyden tukeminen kartoittamalla nuorten voimavaroja.	Turun ammatti-instituutin opiskelijat	Voimavaroja tarkastelevan mittarin pohjalta luotu kysely	Hyvillä ihmissuhteilla on todella olennainen merkitys nuorten elämässä sekä yhteys hyvään psyykkiseen hyvinvointiin.
Marja-Leena Multanen 2016 Suomi	Mahdollisimman laajan aineiston keruu nuorten miesten yksinäisyyden syistä, sen tuntemuksista, vaikutuksesta hyvinvointiin, ihmissuhteiden merkitys ja keinoista tunteen helpottamiseen.	Etelä-Kymenlaakson ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden miespuoliset opiskelijat	34 vapaaehtoisena opiskelijan oppitunnilla kirjoittamat omaelämäkerrat sekä yksinäisyyttä käsittelevät kirjeet.	Yksinäisyys voi olla sekä hyvää, että huono riippuen täysin olosuhteista sekä asiayhteydestä. Yksinäisyys koettiin hyvänä tilanteissa, joissa halusi rauhoittua ja se oli tarkoituksen mukaista. Negatiivisena se koettiin, jos se ei tapahtunut omasta tahdosta. Syitä siihen saattoi olla mm. ujon tai kaverien puute. Ystävät, kaverit ja kumppanit koettiin jopa perhettä tärkeämmiksi ihmissuhteiksi, koska

				vertaistuen hakeminen ikäsestään koettiin helpommaksi.
Piia Salo & Elina Wetterstrand 2019 Suomi	Selvittää ja kuvata keskeyttämisvaarassa olevien opiskelijoiden haasteita ja tuen tarvetta sekä kartoittaa opiskeluhuollon keinoja auttaa keskeyttämisvaarassa olevia opiskelijoita.	Pääkaupunkiseudulla toimivan ammatillisen oppilaitoksen opiskeluhuollon jäsenet	Ryhmämuotoinen teema-haastattelu	Haasteet ja tuen tarpeet ilmenivät hyvin yksilöittäin sekä ympäristötasoisesti. Selvisi, että opiskelijoilla on runsaasti mielenterveyteen ja elämänhallintaan liittyviä haasteita. Eniten normaalia etenemistä opinnoissa hidastivat oppimisvaikeudet, osaamisen ja motivaation puute. Näitä kuormittivat lisäksi opiskelijoiden kokemukset tuen puutteesta ja irrallisuudesta opiskelijayhteisöstä sekä opinnoista. Keskeyttämisvaarassa olevien opiskelijoiden tukeminen vaatii koulun ammattihenkilöstöltä hyvää yhteistyötä yhdessä muiden ammattiryhmien kanssa.

<p>Anu Varpe- nius 2020 Suomi</p>	<p>Tuottaa haas- tatteluiden avulla tietoa nuorisotyön roolista oppi- laitoksen hy- vinvointi- työssä.</p>	<p>Koulutuskes- kus Salpauk- sen hyvin- vointityötä te- kevät ammat- tilaiset</p>	<p>Ryhmämuo- toinen teema- haastattelu</p>	<p>Nuorisotyön rooli on to- della merkit- tävä oppilai- toksen nuorten hyvinvointi- työssä. Sen li- säksi, että koulun henki- löstön kohtaa- minen tulisi olla mahdolti- simman ma- tala nuorille, tarvitsevat he myös koulun ulkopuolelta apua ja tukea tarjoavia ai- kuisia, joiden kohtaaminen niin ikään olisi myös matalan kyn- nyksen ta- kana. Nuori- sotyötä teke- vällä ammatti- ryhmällä on enemmän ai- kaa ja resurs- seja nuorten auttamiseen sekä tukemi- seen. Nuoriso- työn tietoi- suutta olisi li- sättävä koulun henkilöstölle.</p>
<p>Jonna Laitinen &amp; Minna Ne- valainen 2018 Suomi</p>	<p>Kehittää opis- kelijoille suunnattuja palveluita, si- ten että ne tu- kisivat mah- dollisimman hyvin nuoren mielenter- veyttä ja</p>	<p>Ammatillista oppilaitosta käyvät tai opintonsa kes- keyttäneet nuoret, joilla oli hoitokon- takti psykiatri- seen erikois- saitaanhoitoon</p>	<p>Tutkimuk- sessa mukana oleville toimi- joille järjeste- tyt neljä kehi- tyspäivää</p>	<p>Työn tulok- sena syntyi malli, millä syvennettiin koulun, ohjaa- mon, sekä alu- eellisen sosi- aali- ja ter- veyspalveluita tarjoavan or- ganisaation</p>



	opintojen jatkuvuutta.			yhteistyötä nuorten mielenterveydellisten haasteiden tukemiseksi.
--	------------------------	--	--	---

Kriteetit	Iida Salo- maa 2021	Marja- Leena Mul- tanen 2016	Piia Salo & Elina Wet- terstrand 2019	Anu Varpe- nius 2020	Jonna Lai- tinen & Minna Ne- valainen 2018
Oliko tutki- muksen ta- voitteet sel- keästi mää- ritelty?	2	1	2	1	2
Oliko tutki- musmene- telmä so- piva?	2	2	2	2	2
Oliko tutki- musase- telma pe- rusteltu ja sopiiko se vastaamaan tutkimus- kysymyk- siin?	1	2	2	2	0
Sopiiko tut- kittavien rekrytointi- strategia tutkimuk- sen tavoit- teisiin?	2	1	1	2	2
Kerättiinkö tutkimusai- neisto siten, että saatiin tutkimusil- miön kan- nalta tar- koituksen- mukaista tietoa?	1	2	2	2	2
Oliko mah- dollinen tutkijan vaikutus huomioitu	1	1	1	2	1

tarkoituk- senmukai- sella ta- valla?					
Oliko tutki- muksen eettiset sei- kat otettu huomioon?	2	2	1	1	2
Oliko tutki- muksen analyysi riittävän tarkkaa ja perusteel- lista?	2	1	2	1	1
Oliko tutki- muksen tu- loket sel- keästi il- maistu?	2	2	2	2	2
Kuinka hyödyllinen tutkimus oli?	2	2	2	2	2
Yhteensä	17	16	17	17	16

Alkuperäinen ilmaistu	Pelkistetty ilmaisuus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä tekijä
Ammattiin opiskelevien nuorten terveyden ja hyvinvoinnin lisääminen kartoittamalla nuorten voimavaroja	Nuorten psyykkisen hyvinvoinnin edistäminen	Nuorten voimavarat	Sosiaalisten suhteiden tärkeys	Kuinka nuorten kokemia mielenterveydellisiä haasteita voidaan auttaa tai ennaltaehkäistä?
Nuorten miesopiskelijoiden syitä yksinäisyyteen ammatillisten opintojen aikana sekä kokemukset siitä	Yksinäisyyden syyt ja seuraukset	Yksinäisyyden ehkäisy	Läheisimpien ja ystävien tärkeys	
Keskeyttämissuorissa olevien opiskelijoiden kartoittaminen, tarvitsemansa tuen kartoittaminen ja opiskeluhuollon keinot auttaa	Opiskelijoiden tuen kartoittaminen opintojen keskeyttämisen ehkäisemiseksi	Keskeyttämisen syyt	Ammattihenkilöiden apu ja keskinäinen yhteistyö	
Nuorisotyön merkitys ammatillisen oppilaitoksen nuorten hyvinvointityössä	Nuorisotyön hyödyt ammatilliselle oppilaitokselle	Nuorten kohtaaminen ja yksilöity tuen tarve	Yhteistyön merkitys	
Nuorten opiskelijoiden mielenterveyttä ja opintojen jatkuvuutta tukevien palveluiden yhteistyön kehittäminen	Opiskelijoille suunnattujen palveluiden yhteistyön kehittäminen	Opintojen keskeyttämisen ehkäiseminen	Ammattiryhmien yhteistyö koulun kanssa	