



## Sijaishuollosta kohti itsenäistymistä- opas Nuorisokoti Avaloniin

Jonna Kettunen, Niina Ristimäki & Laura Olenius

2024 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

## Sijaishuollosta kohti itsenäistymistä- opas Nuorisokoti Avaloniin

Jonna Kettunen, Niina Ristimäki &

Laura Olenius

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyö

Marraskuu, 2024

Jonna Kettunen, Niina Ristimäki & Laura Olenius

Sijaishuollosta kohti itsenäistymistä- opas Nuorisokoti Avaloniin

Vuosi

2024

Sivumäärä

44

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda itsenäistymisopas sijaishuollosta itsenäistyville nuorille, tukemaan heidän siirtymistään kohti omatoimista elämää. Kehittämismuotoisena opinnäytetyönä toteutettu projekti toteutettiin yhteistyössä sijaishuoltoyksikkö Nuorisokoti Avalonin kanssa, joka toivoi opasta helpottamaan nuorten siirtymävaihetta kohti itsenäistä asumista. Opas tarjoaa sijaishuollon nuorille ja työntekijöille konkreettisia keinoja sekä selkeitä toimintamalleja, joiden avulla valmistautuminen itsenäiseen elämään voi alkaa jo sijaishuoltoyksikössä. Oppaan on tarkoitus olla mukana nuoren arjessa myös tämän muuttaessa omaan kotiin, jolloin sitä voi hyödyntää omaan tahtiin omien tarpeiden mukaan. Tavoitteena oli, että oppaasta tulisi hyödyllinen työväline myös muissa Nuorisokoti Avalonin yksiköissä.

Tietoperusta käsittelee lastensuojelulain määrittelemiä vaiheita kiireellisestä sijoituksesta jälkihuoltoon, nuoruutta elämänvaiheena sekä itsenäistymisprosessia sijaishuollosta ja jälkihuollon merkitystä. Lisäksi tietoperustassa keskitytään nuoren hyvinvointiin vaikuttaviin tekijöihin, kuten psykososiaalisen tuen tärkeyteen, mielenterveyden haasteisiin ja päihdeongelmien hallintaan arjessa. Oppaan kehittämisessä hyödynnettiin tuotekehitysprosessin teoriaa, ja sen sisältö ja visuaalinen ilme suunniteltiin toimeksiantajan ja asiakasryhmän tarpeiden pohjalta.

Oppaan sisältö rakentui monipuolisen taustatyön pohjalta, johon sisältyi aiempien itsenäistymisoppaiden tarkastelua sekä nuorten haastatteluja eri kehitysvaiheissa. Toimeksiantaja osallistui oppaan suunnitteluun ja palautteen antamiseen kehityksen alusta arviointivaiheisiin asti. Oppaan käyttökelpoisuutta arvioitiin haastattelujen avulla, ja sen toimivuutta tullaan tarkastelemaan lisää, kun se on otettu laajempaan käyttöön osana sijaishuollon itsenäistymisen tukemista. Kehittämistyön tuloksena syntyi opas Nuorisokoti Avalonin sijaishuollosta itsenäistyville nuorille, jotka ovat muuttamassa omaan asuntoon tai tukiasuntoon.

Asiasanat: lastensuojelu, sijaishuolto, lastensuojelun jälkihuolto, nuoren itsenäistyminen sijaishuollosta

Jonna Kettunen, Niina Ristimäki & Laura Olenius

From Foster Care Towards Independence - A Guide to Youth Home Avalon

Year

2024

Pages

44

---

The purpose of this thesis was to create a guide for young people transitioning from foster care to independent living, to support their move towards self-sufficiency. This project, developed as a practice-based thesis, was carried out in cooperation with the foster care unit Nuorisokoti Avalon, which requested a guide to ease young people's transition from foster care to independent living. The guide provides young people and staff in foster care with concrete strategies and clear models for action, enabling preparations for independent living to begin already within the foster care unit. The guide is also intended to be a resource for young people as they transition into their own homes, allowing them to use it according to their needs and at their own pace. The goal was for the guide to serve as a useful tool in other Nuorisokoti Avalon units as well.

The theoretical framework covers the stages defined by the child welfare law, from emergency placement to aftercare, adolescence as a life stage, and the process of transitioning from foster care to independence. Additionally, the theoretical basis focuses on factors influencing young people's well-being, such as the importance of psychosocial support, challenges in mental health, and managing substance use issues in daily life. The development of the guide utilized product development process theories, and its content and visual design were tailored to the needs of both the commissioning party and the target group.

The guide's content was built on extensive background research, which included reviewing previous guides for independent living and interviewing young people at different stages of the development of the guide. The commissioning party participated closely in planning the guide and providing feedback throughout its development and evaluation phases. The guide's viability was assessed through interviews, and its effectiveness will be further evaluated once it has been widely implemented as a part of supporting the transition to independence in foster care. The development process resulted in a guide for young people transitioning from Nuorisokoti Avalon foster care to their own homes or supported housing.

Keywords: Child protection, foster care, Aftercare in child protection, A young person's transition to independence from foster care

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Toimeksiantaja.....	7
3	Opinnäytetyön tarkoitus & tavoite .....	8
4	Lastensuojelu.....	8
4.1	Huostaanotto .....	9
4.2	Sijaishuolto .....	10
4.3	Jälkihuolto.....	10
5	Nuoruus elämänvaiheena .....	12
5.1	Itsenäistyminen .....	12
5.2	Itsenäistyminen sijaishuollosta .....	13
5.2.1	Arjen sujuvuus.....	14
5.2.2	Opinnot ja työ.....	15
5.2.3	Talouden hallinta .....	16
6	Nuorten hyvinvointi.....	18
6.1	Hyvinvoinnin tuki .....	19
6.2	Psykososiaalinen tuki.....	20
6.3	Mielenterveysongelmat .....	22
6.4	Päihdeongelmat.....	23
7	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	25
8	Tuotekehitysprosessi .....	26
8.1	Kehittämistarpeiden tunnistaminen.....	28
8.2	Ideavaihe .....	29
8.3	Luonnostelu.....	29
8.4	Kehittäminen .....	29
8.5	Viimeistely.....	30
9	Toimeksiantajan arviointi oppaasta .....	31
10	Eettisyys ja luotettavuus .....	32
11	Pohdinta .....	33
	Lähteet .....	36
	Kuvat.....	40

## 1 Johdanto

Suomen lastensuojelun jälkihuollossa on tapahtunut merkittäviä muutoksia viime vuosina. Vuoden 2020 aikana voimaan tullut lakimuutos nosti jälkihuollon ikärajan 21 ikävuodesta 25 ikävuoteen, sittemmin Orpon hallitus kohahdutti laskemalla jälkihuollon ikärajaa 23 ikävuoteen. Aiemmin tehty ikärajan nosto oli osoittautunut merkitykselliseksi etenkin nuorille, joilla oli päihde- ja mielenterveysongelmia tai rikostaustaa. Sen tavoitteena oli vähentää nuorten syrjäytymistä. Ikärajan nosto antoi myös nuorille lisää aikaa kehittyä itsenäisiksi ja saada tarvittavaa tukea ennen aikuisuuteen siirtymistä. (Lepistö 2023.)

Lastensuojelun jälkihuollon johtavan sosiaalityöntekijä Sonja Soinin mukaan on yleistä, että huostaanottoja tehdään vasta 16-17-vuotiaille, mikä tarkoittaa sijaishuollossa vietetyn ajan jäävän kovin lyhyeksi. Tämä johtaa usein siihen, että nuoret ovat jälkihuollon alkaessa vielä kuntoutumisen alkuvaiheessa, jolloin jälkihuollolla on merkittävä rooli nuoren toipumisessa ja itsenäistymisessä (Verde 2023.) Ikärajan lasku herättää huolta nuorten itsenäistymisen turvaamisesta tulevaisuudessa, sillä he menettivät kaksi vuotta tärkeää tukea. Monet nuoret olisivat hyötynyt näistä vuosista saadakseen vahvempaa jalansijaa arjenhallinnassa, työelämässä ja opinnoissa. Nuorten itsenäistymistä on tarpeen tukea, ja tässä tarkoituksessa voidaan hyödyntää nuorille suunnattua itsenäistymisopasta. Tällainen opas voi tarjota konkreettisia ohjeita ja tukea nuorille, kun he siirtyvät sijaishuollosta kohti itsenäistä elämää, mikä myös vähentää syrjäytymisen riskiä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa itsenäistymisopas Nuorisokoti Avalonin itsenäistyville nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea nuorten onnistumista itsenäistymisessä ja sijoituksen jälkeisessä elämässä. Opas tarjoaa nuorille selkeitä ohjeita ja käytännön vinkkejä muun muassa asumiseen, talouden hallintaan, päihdeettömään arkeen sekä työnhakuun liittyvissä asioissa. Sen avulla pyritään varmistamaan, että nuorilla on riittävät taidot ja tiedot itsenäistymisen kynnyksellä.

Opinnäytetyön teoreettisessa osuudessa käsitellään lastensuojelulain mukaisia palveluita nuorisoiäkisille asiakkaille sekä tarkastellaan nuoruusikää ja sen vaiheita. Itsenäistymisoppaassa käsitellään keskeisiä aiheita, kuten itsenäistyminen, hyvinvointi, mielenterveys- ja päihdeongelmat, arjenhallinta, opiskelu sekä työelämä.

## 2 Toimeksiantaja

Nuorisokoti Avalon on erityistason lastensuojeluyksikkö, joka tarjoaa sijaishuoltopalveluita 13-17-vuotiaille kiireellisesti sijoitetuille tai huostaanotetuille nuorille. Nuorisokoti Avalonilla on kolme yksikköä, jotka sijaitsevat Siuntiossa, Heinolassa ja Hausjärvellä. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Avalon lastensuojelupalvelut Oy:n Nuorisokoti Avalon Siuntion yksikkö. Siuntion yksikkö sijaitsee Länsi-Uudellamaalla ja tarjoaa paikan 14 nuorelle, minkä lisäksi siellä toimii myös oma peruskoulun opetuspiste. Nuorisokoti Avalonin toiminta keskittyy nuorten arjenhallinnan ja päihteettömän elämän tukemiseen. Kuntoutus perustuu monipuolisiin menetelmiin, kuten Green Care -toimintaan, joka sisältää luonto- ja eläinavusteista toimintaa. (Nuorisokoti Avalon 2024.)

Nuorisokoti Avalonin yksiköt ovat erityistason yksiköitä, joissa henkilöstörakenne on räätälöity vastaamaan haastavasti käyttäytyvien nuorten tarpeita. Työryhmät koostuvat moniammatillisista tiimeistä, joilla on laaja kokemus lastensuojelusta. Kaikki ohjaajat ovat suorittaneet mielenterveys- ja päihdetyön erikoisammattitutkinnon sekä lisäksi nuorten tukena toimii neuropsykiatrinen valmentaja. Jokaisessa työryhmässä on myös vastuusairaanhoitajia ja Siuntion yksikössä työskentelee lisäksi toimintaterapeutti. Toimintaterapeutti tapaa kaikkia Nuorisokoti Avalonin nuoria ja työskentelee heidän kanssaan tarpeisiin vastaavasti sekä yksilöllisesti. (Nuorisokoti Avalon 2024.)

Strukturoitu arki tukee nuoren päihteiden käytön lopettamista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Itsenäistymisvaiheessa nuoret harjoittelevat arjen taitoja itsenäistymisasunnoissa tai huoneissa, joissa he valmistautuvat sijoituksen jälkeiseen elämään. Lisäksi Nuorisokoti Avalonissa toteutettava perhetyö tukee nuoren sosiaalista ympäristöä ja varmistaa kuntoutuksen jatkuvuuden myös sijoituksen jälkeen. (Nuorisokoti Avalon 2024.)

Erityistason lastensuojeluyksikössä järjestettävä hoito ja kasvatus perustuvat lapsen tarpeisiin ja oikeuteen saada hyvää hoitoa sekä kasvatusta. Hoidon tulee vastata lapsen yksilöllisiin haasteisiin, kuten mielenterveysongelmiin tai päihdekäyttämiseen. Hoitoa tarjotaan lapsen hyvinvoinnin ja tasapainoisen kehityksen turvaamiseksi. Sijaishuoltoapaikan valinnassa otetaan huomioon lapsen tarpeet. Erityistason yksiköissä henkilökunnalla on usein lisäkoulutusta, jotta he osaavat kohdata lasten erityishaasteet ja tukea heidän kuntoutumistaan. Lisäksi kunkin lapsen yksilölliset tarpeet, kuten terapia- ja kuntoutuspalvelut täytyy järjestää erikseen. Näiden palveluiden tarjoaminen voi edellyttää resurssin lisäämistä tai muuta erityisjärjestelyä, josta vastaa lapsen sijoittanut hyvinvointialue. Kaikkia palveluita on jatkuvasti arvioitava lapsen edistymisen kannalta. (Räty 2023, 661.)

### 3 Opinnäytetyön tarkoitus & tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa itsenäistymisopas Nuorisokoti Avalonin itsenäistyville nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea nuorten onnistumista itsenäistymisessä ja sijoituksen jälkeisessä elämässä. Lisäksi tavoitteena on työelämäkumppanin toiminnan kehittämisen.

### 4 Lastensuojelu

Lastensuojelulaki määrittää, että lastensuojelua tulee toteuttaa ennaltaehkäisevästi kunnissa ja hyvinvointialueilla, kun lapsi ei ole lastensuojelun asiakkaana. Ennaltaehkäisevää lastensuojelua toteutetaan perheiden arkisissa ympäristöissä, kuten koulussa, päiväkodissa, nuorisotyössä, äitiys- ja lastenneuvolassa sekä terveydenhuollossa. Ehkäisevällä työllä pyritään edistämään sekä turvaamaan lapsen kasvua ja kehitystä. Ennaltaehkäisevän työn avulla voidaan tukea lapsiperhettä varhaisessa vaiheessa heidän tarpeidensa mukaisesti. Lastensuojelua toteutetaan myös lapsi- ja perhekohtaisesti, jolloin lapsella on asiakkuus lastensuojelun palveluissa. Lastensuojelulaki määrittää, että lastensuojelun asiakkaana olevalla lapsella on aina oltava oma nimetty sosiaalityöntekijä, joka vastaa kokonaisvaltaisesti lapsen tilanteesta lastensuojelun näkökulmasta. Lastensuojeluasiakkuus alkaa, kun sosiaalityöntekijä toteaa palvelutarpeen arvioinnin perusteella, että lapsen kasvuolosuhteet tai käyttäytyminen vaarantavat lapsen terveyden tai kehityksen. Tai lapsi muutoin tarvitsee lastensuojelulain mukaisia palveluja sekä tukitoimia. Työskentely perustuu asiakassuunnitelmaan, jossa määritellään lapsi- ja perhekohtaiset tavoitteet. Lastensuojelun auttamiskeinoihin kuuluvat erilaiset avohuollon tukitoimet, lapsen kiireellinen sijoitus, huostaanotto, sijaishuolto sekä jälkihuolto. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

Lastensuojelun keskeisenä periaatteena on lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin turvaaminen. Lastensuojelu toimii lapsen huoltajien tukena lapsen hoitoon ja kasvatukseen liittyvissä asioissa. Tavoitteena on ehkäistä lapsen ja perheen haasteita sekä tarvittavan tuen tarjoaminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, kun haasteita ilmenee. Lastensuojelun tarvetta arvioidessa sekä palveluita toteutettaessa on ensisijaisen tärkeää huomioida lapsen etu. Lastensuojelun toimenpiteitä ja ratkaisuja tehtäessä tulee turvata lapsen tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. Lastensuojelulaki myös määrittää, että lapsen tärkeitä ihmissuhteita tulee tukea. Lapsella on oikeus saada hänen tarpeitaan vastaavaa hoitoa ja huolenpitoa sekä turvallinen kasvuympäristö. Lapsella on oikeus olla osallisena häntä koskevissa asioissa sekä mahdollisuus vaikuttaa esimerkiksi omaan koulutukseensa. Lastensuojelussa täytyy toimia sensitiivisesti ja avohuollon tukitoimet ovat ensisijaisia. Kuitenkin sijaishuolto on järjestettävä viivyttämättä, jos se on lapsen edun mukaista. Sijaishuollon aikana perheen jälleenyhdistyminen täytyy olla yhtenä tavoitteena, kuitenkin huomioiden lapsen etu. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

Lastensuojelulain mukaan lapsi voidaan sijoittaa kiireellisesti kodin ulkopuolelle, jos hänen kasvunsa ja kehityksensä on välittömässä vaarassa. Päätöksen sijoituksesta tekee sosiaalityöntekijä. (Lastensuojelulaki 417/2007.) Kiireellisen sijoituksen aikana lapsen hoito ja huolenpito järjestetään perhehoidossa, lastensuojelulaitoksessa, terveydenhuollon laitoksessa tai muulla soveltuvalla tavalla. Tänä aikana lapsen ja perheen tilannetta kartoitetaan sekä arvioidaan kokonaisvaltaisesti 30-60 päivän ajan. Tarvittaessa sosiaalityöntekijä voi tehdä päätöksen lapsen huostaanotosta. Sosiaalityöntekijän on kuultava huoltajia sekä yli 12-vuotiasta lasta huostaanoton suhteen. Jos joku osapuolista vastustaa huostaanottoa, päätös siirtyy hallinto-oikeuden käsiteltäväksi. (THL 2023a.)

#### 4.1 Huostaanotto

Huostaanotto on prosessina laaja ja siihen ryhdytään sosiaalityöntekijän ja hänen työparinsa päätöksellä. Prosessissa hyödynnetään usein myös moniammatillista yhteistyötä. Päätöksenteossa ja sitä valmistellessa sosiaalityöntekijän tulee kirjata selkeästi kaikki perusteet sekä näyttö huostaanottoon johtavista syistä. Lapsen ja muiden asianosaisten kuuleminen järjestetään lastensuojelulain määrittämällä tavalla sekä dokumentoidaan. Päätöksentekoa varmistetaan horisontaalisesti eli sitä katsotaan usean eri henkilön näkökulmasta. Muun muassa kollegoiden, eri asiantuntijoiden sekä lapsen ja vanhempien näkökulmasta. Vastuu prosessin etenemisestä on sosiaalityöntekijällä sekä hänen työparillaan. (Pösö 2016, 12.)

Huostaanotto on viimesijaisin keino puuttua perheen sisäiseen toimintaan ja siihen tarvitaan aina painavat perusteet. Huostaanotto tulee kyseeseen ainoastaan silloin, kun lastensuojelun muut tukitoimenpiteet eivät ole riittäviä, lapsen kasvu ja kehitys on välittömässä vaarassa tai lapsi vaarantaa omalla toiminnallaan itsensä. Huostaanoton tulee aina olla lapsen edun mukainen. Huostaanottoon johtavat syyt voivat olla esimerkiksi lapsen omaa terveyttä ja kehitystä vaarantava käyttäytyminen, kuten päihteidenkäyttö, rikollisuus tai muu haitallinen käyttäytyminen (Lastensuojelulaki 417/2007). Huostaanoton myötä lapsen arki muuttuu vanhempien tai muiden huoltajien kodista sijaishuoltoon, jossa lapsen hoidosta, huolenpidosta ja arjen sujuvuudesta vastaavat sijaishuollon työntekijät. Huostaanoton päällimmäisenä tavoitteena on edistää lapsen etua ja oikeuksia, jolloin vanhempien etu ja mielipide ovat toissijaisia. (Pösö 2016, 7-11.)

Huostaanotto on voimassa toistaiseksi. Huostaanotto voidaan lopettaa lapsen asioista vastaavan sosiaalityöntekijän päätöksellä, jos huostaanottoon johtaneet syyt ovat korjautuneet, eikä sijaishuollolle ole enää tarvetta. Huostassa pitoa ei kuitenkaan lain mukaan saa lopettaa, jos sen lopettaminen on lapsen edun vastaista. Lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä arvioi huostassa pidon jatkumista asiakassuunnitelman tarkistamisen yhteydessä, lapsen tai hänen huoltajiensa hakemuksesta tai kun arviointi tulee muutoin tarpeelliseksi. Lapsen

huostassa pito päättyy kuitenkin aina viimeistään, kun lapsi täyttää 18-vuotta. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

#### 4.2 Sijaishuolto

Sijaishuollolla tarkoitetaan kiireellisesti sijoitetun, huostaanotetun tai hallinto-oikeuden väliaikaispäätöksellä sijoitetun lapsen tai nuoren hoidon ja huolenpidon järjestämistä kodin ulkopuolella. Lastensuojelun sijaishuollossa olevien lasten määrä on kasvanut viime vuosina. Sijaishuoltoa järjestetään perhe- ja laitoshuotoisena. Perhehuotoisen sijaishuollon osuus on hieman suurempi pitkäaikaisissa sijoituksissa. Kodin ulkopuolelle sijoittamisen syynä voivat olla lapsen puutteelliset kotiolot. Tällöin kotona saattaa olla vanhempien päihteiden käyttöä, lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa tai laiminlyöntiä sekä mielenterveyden ongelmia. Sijoittamisen syynä voivat olla myös lapsen omat käytösongelmat, päihteidenkäyttö, koulupoissaolot, karkailu, itsetuhoisuus, väkivaltaisuus tai rikollinen käyttäytyminen. (Lastensuojelun vaativan sijaishuollon uudistamistyöryhmän loppuraportti 2020, 11.)

Lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä etsii ja valitsee yhteistyössä asianosaisten kanssa lapsen tarpeisiin sopivan sijaishuoltopaikan, joka voi olla perhehoidossa, ammatillisessa perhehoidossa, lastensuojelulaitoksessa tai muussa lapsen tarpeisiin vastaavassa yksikössä (THL 2023b). Työskentely itsenäistymisen tukemiseksi on keskeistä nuoren ollessa sijoitettuna. Itsenäistymistä harjoitellaan konkreettisesti sijaishuoltopaikassa turvallisten aikuisten ohjauksena. Sijaishuollossa asuville nuorille teetetyt tutkimuksen mukaan itsenäistymiseen voi liittyä myös yksinäisyyden tunteita, hylkäämisen kokemus sekä kokemus itsenäistymiseen pakottamisesta. Osalla kyselyyn osallistuneista nuorista itsenäistymisen oli aiheuttanut negatiivisen tapahtumaketjun elämässä. Nuoret kokivat, että negatiiviseen kierteeseen vaikutti tuen väheneminen merkittävästi sijaishuollon päättymisen jälkeen. Nuorilla oli kokemusta päihteiden käytön runsaasta lisääntymisestä, arjen hallitsemisen vaikeuksista sekä koulun keskeytymisestä. Nuorten yksilölliset voimavarat sekä ympäristö vaikuttivat itsenäistymiseen. Nuorten kokemusten mukaan jälkihuollon erilaiset palvelut tukevat itsenäistymisprosessia ja jälkihuollon työntekijästä voi tulla tarpeellinen turvallinen aikuinen muuttuneeseen elämäntilanteeseen. (Groop 2021, 255-258.)

#### 4.3 Jälkihuolto

Jälkihuolto tarkoittaa lastensuojelulain mukaista tukea, jota annetaan nuorelle sijaishuollon tai pitkän avohuollon päätyttyä. Lastensuojelulaki määrittää, että hyvinvointialueen on järjestettävä nuoren tarpeiden mukainen jälkihuolto. Jälkihuolto on kuitenkin kaikille

vapaaehtoista ja nuori voi halutessaan kieltäytyä siitä. Jälkihuollon työskentelyssä toimitaan nuorelle laadittavan asiakassuunnitelman mukaisesti. (Lastensuojelulaki 417/2007.) Pääta-voitteena on auttaa nuorta itsenäistymään ja saavuttamaan tarvittavat taidot arjen hallintaan ja aikuisuuteen. Tämä tuki on erityisen tärkeää sijaishuollosta itsenäistyville nuorille, joilla voi olla suuria haasteita selviytyä ilman apua. Jälkihuolto kattaa esimerkiksi asumiseen, koulutukseen ja työelämään liittyvän tuen sekä nuoren sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin tuen. Tukea tarjotaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti, jotta nuoren siirtyminen itsenäiseen elämään olisi mahdollisimman sujuvaa. Hyvin toteutettu jälkihuolto voi vähentää syrjäytymisen riskiä ja tarjota nuorelle vahvemman perustan tulevaisuutta varten. (THL 2024a.)

Kodin ulkopuolelle sijoitetulle nuorelle kertyy joka kuukausi itsenäistymisvaroja, jotka maksetaan nuorelle itsenäistymisen yhteydessä tai viimeistään nuoren täyttäessä 23-vuotta. Hyvinvointialueet saavat itse päättää, missä vaiheessa itsenäistymisvarat maksetaan nuorelle, mutta selvitys itsenäistymisvarojen kertymisestä ja maksamisesta tulee antaa sijoituksen päätyttyä. 15-vuotta täyttäneellä nuorella tai hänen huoltajallaan on oikeus pyytää selvitystä hyvinvointialueeltansa itsenäistymisvarojen kertymisestä jo sijoituksen aikana. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

Jälkihuollosta nimetään nuorelle oma sosiaalityöntekijä tai sosiaaliohjaaja. Jälkihuollossa hoidetaan myös nuoren mahdollisen oman lapsen tai puolison asioita. Jälkihuollosta saa ohjausta ja tukea erilaisiin arjen asioihin, raha-asioiden hoitamiseen, virastoiden kanssa asioimiseen, opiskelupaikan löytämiseen, työllistymiseen sekä asunnon hakemiseen. (Aaltonen, Berg & Ikäheimo 2015, 136.)

Jälkihuollon loppumisen jälkeen asiakkuus siirtyy tarvittaessa aikuispalveluiden piiriin. Oikeus jälkihuoltoon päättyy nuoren täyttäessä 23-vuotta. (Lastensuojelulaki 417/2007.) Jälkihuolto on usein nuoren viimeinen mahdollisuus saada tiivistä tukea elämänhallintaansa. Vaikka nuori olisi lain mukaan aikuinen, hän voi kuitenkin samanaikaisesti olla vielä hyvin kehittymätön aikuiselämän vaatimukseen nähden. Täysi-ikäiseen henkilöön kohdistuu erilaisia odotuksia, jotka voivat kuitenkin olla täysin ristiriidassa yksilöllisen toimintakyvyn ja pystyvyyden kanssa. Sosiaalialan työntekijöiden kokemuksen mukaan lastensuojelun vahvan tuen piirissä kasvaneiden nuorten itsenäistymistaidot ovat heikommat, kuin muilla samanikäisillä. Helsingin kaupungin vuonna 2013-2015 teettämän tutkimuksen mukaan jälkihuoltoon nuorten koulutustaso oli huono ja vain 14 % nuorista oli valmistunut ammattiin jälkihuollon päättyessä. Tutkimuksessa nuoret kertoivat suurimpien haasteiden olevan päivärätmin ylläpitämisessä, raha-asioiden hoidossa sekä päihteiden käytössä. (Saari, Eskelinen & Björklund 2020, 239-241.)

## 5 Nuoruus elämänvaiheena

Nuoruus voi olla haastava elämänvaihe lapsuuden ja aikuisuuden välissä. Nuoruuteen kuuluu itsenäistymistä, irrottautumista lapsuuden perheestä ja oman identiteetin etsimistä. Nuoruuteen kuuluu paljon muutoksia, kuten opintojen loppuun saattaminen, työelämään siirtyminen, ensimmäinen oma koti sekä seurustelusuhteet. Joskus nuoruuteen kuuluvat myös haasteet esimerkiksi opinnoissa tai työelämässä, päihdeongelmat, rikollisuus sekä erilaiset mielenterveyden ongelmat. Nuori saattaa kokea ajelehtivansa ilman päämäärää, eikä osaa tai halua miettiä tulevaisuuttaan. Ensimmäiseen omaan kotiin muuttavan nuoren odotetaan ottavan vastuu omasta taloudestaan ja elämästään ilman aikuisen valvontaa. Itsenäistymisvaiheessa nuorta kuitenkin auttaa turvallisten aikuisten läsnäolo sekä tuki. (Saari, Eskelinen & Björklund 2020, 144-145.)

Suomessa nuorten oikeuksien toteutumisesta huolehditaan muun muassa nuorisolailla 1285/2016. Nuorisolain tarkoituksena on edistää nuorten osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia sekä heidän kykyään ja edellytyksiään toimia yhteiskunnassa, tukea nuorten kehitystä, itsenäistymistä, yhteisöllisyyden tunnetta sekä tähän liittyvien tietojen ja taitojen omaksumista, tukea nuorten vapaa-ajan toimintaa ja kansalaistoimintaa, edistää nuorten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä heidän oikeuksiensa toteutumista, sekä parantaa nuorten kasvu- ja elinoloja. Tavoitteet pyritään saavuttamaan perustuen solidaarisuuteen, kulttuuriseen monimuotoisuuteen ja kansainvälisyyteen, kestäväan kehitykseen, terveisiin elämäntapoihin, ympäristön ja elämän kunnioittamiseen sekä sektorirajat ylittävään yhteistyöhön. (Undervisnings- och kulturministeriet 2020, 11.)

### 5.1 Itsenäistyminen

Nuoren itsenäistyminen on yksilöllinen tapahtuma, johon vaikuttavat useat taustatekijät. Itsenäistymiseen vaikuttavat perhe ja sen rakenne, sukupuoli, suhteet vanhempiin, murrosiän vaikutukset, aivojen kehitys, kaverisuhteet sekä harrastukset. Useimmiten jollain näistä osa-alueista on puutteita. Itsenäistymiseen vaikuttaa suoraan myös se, kenestä tai mistä nuori itsenäistyy ja irtaantuu. Nuoren psyykinen itsenäistyminen tapahtuu hitaasti sekä mutkitellen. Psyykkisen itsenäistymisen aikana voi tulla myös takapakkia, jolloin nuori tarvitsee vahvempaa aikuisen tukea. Liian nopea irtaantuminen ja itsenäistyminen ovat riski nuoren psyykkiselle hyvinvoinnille. (Sinkkonen 2010, 63-64.)

Itsenäistymisvaiheeseen kuuluu monta muutosta. Yleensä ensimmäinen asia on omaan kotiin muuttaminen. Omassa kodissa nuoren täytyy huolehtia itsenäisesti arjen hallinnasta, asunnon siisteydestä, opiskeluista ja töistä, laskujen maksamisesta sekä ihmissuhteista. Sijaishuollon yksiköstä tai perheestä itsenäistyvällä nuorella on haastavampi alku, koska heiltä usein

puuttuu kokonaan tai osittain vanhempien tuki. Itsenäistyvä nuori kuitenkin tarvitsee turvallisia aikuisia suuressa elämänmuutoksessaan. Aikuisten tuki voi olla henkistä tukemista, konkreettista taloudellista apua sekä fyysistä läsnäoloa ja apua. Sijaishuollosta itsenäistyvä nuori muuttaa omaan asuntoon 18-vuotiaana usein ilman koulutusta, työpaikkaa tai pysyviä tuloja. Aikaisessa vaiheessa omaan kotiin muuttaminen voi aiheuttaa huono-osaisuutta, kuten matalaa koulutustasoa tai koulupudokkuutta sekä toimeentulotuen tarvetta. Nuori voi kokea jäävänsä yksin uudessa ja vaativassa elämäntilanteessa. (Saari, Eskelinen & Björklund 2020, 145-146.)

## 5.2 Itsenäistyminen sijaishuollosta

Sijaishuollon asiakkaaksi tulo on merkittävä tapahtuma nuoren elämässä ja samoin on sijaishuollon päättyminen. Sijaishuolto päättyy viimeistään silloin, kun nuori täyttää 18-vuotta. Sijaishuollosta nuori muuttaa omaan asuntoon tai tukiasuntoon ja siirtyy jälkihuollon asiakkaaksi. Sijaishuollon päättymiseen voi liittyä myös muita isoja muutoksia nuoren elämässä, kuten paikkakunnan vaihtuminen tai perheen perustaminen. Huostaanotetulla nuorella on yksilölliset tuen ja palveluiden tarpeet, joihin voi liittyä muun muassa menneisyyden traumoja tai terveys- ja hyvinvointihaasteita. Sijaishuollosta itsenäistyvä nuori voi olla vahvan tuen tarpeessa. Tuen tarpeet vaihtelevat yksilöllisesti sekä tilanteiden mukaan. Tutkitusti siirtymävaihe sijaishuollosta itsenäiseen asumiseen voi olla riski nuoren hyvinvoinnille. Siirtymisen onnistumisella on vaikutusta nuoren tulevaisuuteen. (Vierula ym. 2024, 65.)

Itsenäistyvä nuori saa yleensä tukea ja apua vanhemmiltaan tai muilta läheisiltä aikuisilta, mutta sijaishuollosta itsenäistyvän nuoren perhesuhteet voivat olla haasteelliset. Sijaishuolto paikasta itsenäistyvältä nuorelta odotetaan aikuistumista ja yksin pärjäämistä heti, kun hän täyttää 18-vuotta. Vaatimus on kova, jos sitä vertaa muiden samankäisten nuorten tilanteeseen. Sijaishuoltopaikasta itsenäistyvä nuori on haavoittuvaisemmassa asemassa ja itsenäistymisen nopea aikataulu voi olla riski hyvinvoinnille. Nuoren itsenäistymistä on tärkeää tukea jo sijaishuoltopaikassa tehtävällä pitkäjänteisellä työskentelyllä. Työskentelyssä on tärkeää huomioida nuorten yksilöllisyys ja tuen tarpeet. Osa nuorista on valmiimpia itsenäiseen asumiseen ja elämiseen, kun taas osa tarvitsee vahvempaa tukea. Merkityksellisiä itsenäistymisen onnistumisessa ovat myös nuoren tukiverkostot ja yhteisöt. Sijaishuoltopaikassa voidaan tukea nuoren osallisuutta yhteisöissä ja vahvistaa tukiverkostoja. (Vierula ym. 2024, 66-67.)

Sijaishuoltopaikasta pois muuttamiseen valmistautuminen tulisi aloittaa varhaisessa vaiheessa. Pitkäkestoisella työskentelyllä pystytään paremmin tunnistamaan nuoren tuen tarpeet sijoituksen päätyttyä sekä löytämään niihin myös ratkaisuja. Edellytys onnistuneelle siirtymiselle on, että nuori tunnistaa omat tuen tarpeensa ja osaa ottaa tukea vastaan. Nuoren itsenäistymisen konkreettisena apuvälineenä käytetään jälkihuoltosuunnitelmaa, jonka

tekemiseen on osallistunut nuori itse, vanhemmat, vastaava sosiaalityöntekijä sekä sijaishuoltopaikan työntekijä. Suunnitelman avulla määritellään konkreettisesti mistä ja millaista apua nuori saa itsenäistymisvaiheessa. (Bardy 2013, 270.) Lastensuojelulain (417/2007) mukaan jälkihuollon tulee olla suunnitelmallista työskentelyä sijoituksen päättymisen jälkeen. Lastensuojelulaissa kirjataan, että nuorella on oikeus saada hänen tarpeisiinsa ja toiveisiinsa vastaavaa tukea jälkihuollosta, kun hän siirtymässä sijaishuollosta itsenäiseen asumiseen.

Erilaisissa tutkimuksissa Suomessa sekä kansainvälisesti on kuitenkin tullut esiin, että jälkihuollon toteutuminen on hyvin epätasalaatuista ja riittämätöntä. Nuoren itsenäistymiseen sekä selviytymisen tukemiseen ei ole riittäviä keinoja. Sijaishuollon aikana opitut taidot esimerkiksi arjenhallinnassa, vastuullisuudessa, vuorovaikutustaidoissa sekä hyvinvoinnin ylläpitämisessä voivat jäädä käyttämättä, jos nuori ei saa tarpeeksi tukea sijoituksen päättyessä. Sijaishuollon aikana olisi tärkeää opetella tarvittavia itsenäistymistaitoja nuoren kanssa sekä luoda luottamusta nuoren omaan pärjäämisen tunteeseensa. Sijaishuollon aikana nuori oppii paljon yhdessä tekemisen kautta ja hänen itsetuntonsa vahvistuu vuorovaikutuksessa turvallisten aikuisten kanssa. Sijaishuoltopaikan itsenäistymistä tukeva työskentely tulisi olla tavoitteellista sekä systemaattista. (Bardy 2013, 270-271.)

Sijaishuollon päättymisen jälkeen nuoren on aika luopua sijaishuoltopaikan päivittäisistä kohtaamisista työntekijöiden kanssa, mutta suhteita olisi suotavaa ylläpitää nuoren toiveiden ja edun mukaisesti. Itsenäistymiseen ja aikuistumiseen liittyy paljon kysymyksiä, joiden pohtimisessa nuori voi hyötyä keskustelemisesta tutun aikuisen kanssa. Henkinen tuki siirtymävaiheessa on tärkeää, jotta itsenäisen elämän alku sujuisi helpommin. Nuoren on tärkeää tietää, että hän voi olla yhteydessä matalalla kynnyksellä sijoitushuoltopaikkaan. Nuori hyötyy siirtymävaiheessa myös konkreettisesta hänen tarpeisiinsa vastaavasta avusta. Kyseessä voi olla esimerkiksi nuoren auttaminen muutossa. Nuorta on tärkeää rohkaista itsenäiseen elämään ja miettiä yhdessä ennen muuttoa, millä keinoilla muutto on mahdollisimman sujuva nuoren näkökulmasta. (Bardy 2013, 271.)

### 5.2.1 Arjen sujuvuus

Omassa kodissa asuminen, arjenhallinta, taloudellinen toimeentulo ja talouden hallinta sekä erilaiset sosiaaliset suhteet ovat merkittäviä tekijöitä nuoren hyvinvoinnissa. Puutteet yhdelläkin osa-alueella voivat haitata nuoren turvallista itsenäistymistä. Osa-alueella ilmenevät pitkään jatkuneet vaikeudet voivat aiheuttaa syrjäytymistä, luottotietojen menettämistä sekä asunnottomuutta. Nuoren pitkään jatkuneet haasteet voivat johtaa huono-osaisuuteen sekä negatiivisten tapahtumien ketjuun. (Helminen 2020,115.)

Nuoren rinnalla kulkevaa tukea on sosiaaliohjaus, jota hän saa ensin lastensuojelun sijaishuollon yksikössä, sitten jälkihuollon asiakkaana ja myöhemmin tarvittaessa aikuissosiaalipalveluiden asiakkaana. Sosiaaliohjauksen tavoitteena on tukea asiakasta hänen elämäntilanteessaan,

arjessaan sekä ihmissuhteissaan. Arjen tukemiseen käytetään muun muassa avointa keskustelua, tavoitteiden asettamista, toimimista yhdessä sekä konkreettisia neuvoja. Tärkeää on kuitenkin nuoren oma toimijuus sekä osallisuuden vahvistaminen omassa elinympäristössä. (Helminen 2020, 22-23.)

Kodin ulkopuolelle sijoitetut lapset ovat yhä useammin nuorisoikäisiä, ja heidän haasteensa ovat usein monimuotoisia. Nuoren haasteet ovat voineet jatkua pidemmän aikaa ennen sijoitusta, mikä voi lisätä vaikeuksien määrää myöhemmin. Nuorella voi olla useampi diagnoosi, mikä vaikuttaa hänen toimintakykyynsä, itsenäiseen pärjäämiseen ja asioiden hoitamiseen. (Helminen 2020, 94.)

### 5.2.2 Opinnot ja työ

Koulutuksella on suuri merkitys nuoren elämässä ja aikuisuudessa. Toisen asteen tutkinnon puuttuminen vaikeuttaa myös huomattavasti työllistymistä ja työelämään kiinnittymistä. Toisen asteen tutkinto on myös edellytys esimerkiksi korkeakouluun hakemiselle. Itsenäistyvällä nuorella voi olla haasteita toisen asteen tutkinnon suorittamisessa. Pahimmassa tapauksessa opinnot keskeytyvät kokonaan elämänhallinnan haasteiden, vähäisen motivaation, mielenterveysongelmien, päihteidenkäytön, haastavien ihmissuhteiden tai oppimisympäristön sopimattomuuden vuoksi. Yleinen oppimisympäristöstä johtuva haaste on kiusaaminen tai aiemmat kiusaamisen kokemukset. Tällöin nuori tarvitsee yksilöllistä tukea, arjenhallintataitoja sekä hyvinvoinnin tukea opintojen suorittamiseen ja tutkinnon valmiiksi saattamiseen. (Saari, Eskelinen & Björklund 2020, 146-150.)

Oppilaitoksilla on suuri määrä konkreettisia keinoja nuorten opintojen tukemiseen. Opintojen alkaessa nuoren kanssa kartoitetaan keskustelemalla sekä täytettävän lomakkeen avulla mahdolliset tuen tarpeet. Kartoituksen avulla selvitetään, onko nuorella tarve säännölliseen opinto-ohjaukseen tai erityisopetukseen. Myös opintoaikaa voidaan tarvittaessa pidentää, jos se tukee opiskelijan tilannetta. Aikuiskoulutuksessa opinnot alkavat aina uraohjauksella, jonka avulla selvitetään mikä ala nuorta kiinnostaa. Opintojen aikana nuoren kanssa pidetään tarpeen mukaan ohjauskeskusteluja, joissa kartoitetaan nuoren elämäntilannetta. Ohjauskeskustelu tapahtuu yleensä nuoren ja hänen ryhmänohjaajansa välillä, mutta tarvittaessa siihen voi osallistua myös muita ammattilaisia, kuten opinto-ohjaaja tai erityisopettaja. Jokaiselle oppilaalle tehdään henkilökohtainen opetussuunnitelma eli HOPS. HOPS tehdään aina yhdessä nuoren kanssa ja siihen kirjataan ylös esimerkiksi opintojen aikataulu sekä tukemisen keinot. Nuoren olisikin tärkeää tietää, että oppilaitoksen henkilökunta on tukemassa ja auttamassa häntä opintojen suorittamisessa. (Paaso & Lavikainen 2015, 42-43.)

Ammatillisen tutkinnon aikana pyritään suunnitelmallisesti tukemaan valmistuneiden opiskelijoiden työllistymistä. Työllistymistä tukevat oppilaitoksen työelämäyhteydet, työssäoppimiskaksot, kesätyöt sekä työllistymissuunnitelman tekeminen, työelämäinfot ja erilaiset työelämään valmistavat tutkinnon osat. Tärkeintä kuitenkin on nuoren tukeminen opintojen loppuun saattamisessa sekä tarvittaessa alan vaihdossa. Nuorten työllistymisen tueksi on olemassa myös erilaisia nuorisopalveluita, kuten etsivä nuorisotyö ja nuorten työpajat. Nuoren työllistymisen tukena käytetään myös yksilöohjausta, jossa nuoren kanssa kartoitetaan työllistymistä tukevia tekijöitä sekä mahdollisia haasteita. Oppilaitoksen henkilökunta voi neuvoa ja auttaa nuorta esimerkiksi jatko-opintojen suunnittelussa, työllistymisessä, toimeentuloasioissa sekä TE-palveluiden käyttämisessä. Oppilaitos tekee myös nuoren edun mukaista yhteistyötä sosiaalitoimen kanssa. (Paaso & Lavikainen 2015, 46-48.)

### 5.2.3 Talouden hallinta

Nuoruuteen kuuluu olennaisena osana itsenäisen elämän rakentaminen sekä vastuunotto oman talouden hallinnasta. Taloudellinen itsenäisyys on yksi keskeinen tekijä liittyen nuoren hyvinvointiin ja tulevaisuuden mahdollisuuksiin.

Nuoren talouden hallinta voi olla haasteellista, erityisesti silloin, kun tulot eivät riitä kattamaan menoja. Nuoret tarvitsevat tukea talouden hoidossa ja suunnittelussa, kuten etuuksien hakemisessa ja kuukausibudjetin laatimisessa. On tärkeää, että nuoret saavat tietoa ja tukea etuuksista ja tulevista menoista jo ennen itsenäistymistään, jotta he pystyvät omaksumaan tarvittavat tiedot rauhassa. Sijaishuollossa nuoret eivät välttämättä opi rahan käyttöä tai laskujen maksamista. Harjoittelu, kuten viikkobudjetin laatiminen sijaishuollossa, voi auttaa nuoria valmistautumaan itsenäiseen elämään. Kun nuori muuttaa omilleen, vastuu omista menoista voi tulla yllätyksenä, ellei asiasta ole annettu riittävästi tietoa. Nuorten on tärkeää ymmärtää, että heidän tulee itse vastata vuokrasta ja muista asumiseen liittyvistä kuluista. (Mansner 2020, 36-37.)

Oman talouden hallinta edellyttää, että nuori ymmärtää omia oikeuksiaan ja vastuitaan. Nuorten on tärkeää saada selkeä käsitys itsenäistymisvarojen määrästä ja käyttötarkoituksesta, jotta he pystyvät varautumaan yllättäviin menoihin sekä suunnittelemaan tulevaisuuttaan. Itsenäistymisvara on taloudellinen tuki, joka on suunnattu lapsille ja nuorille, jotka ovat sijoitettuina kodin ulkopuolelle sijaishuollon tai jälkihuollon kautta. Lastensuojelulaki (417/2007) määrittää, että hyvinvointialueen on varattava nuorelle kuukausittain vähintään 40 prosenttia hänen sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuistaan itsenäistymistä varten. Mikäli nuorella ei ole riittävästi varoja, hyvinvointialueen on tuettava nuorta asumiseen, koulutukseen sekä muissa itsenäistymiseen liittyvissä menoissa. Itsenäistymisvarat ovat erillisiä varoja, jotka eivät kuulu jälkihuollon tukitoimiin ja ne on myönnettävä nuorelle viimeistään

23-vuotiaana tai erityisestä syystä aikaisemmin. Hyvinvointialueen on annettava nuorelle tietoa hänen itsenäistymisvarojensa kertymisestä ja maksamisesta sijoituksen päätyttyä, sekä tarvittaessa sijoituksen aikana. Nuoren on tärkeää saada tietoa itsenäistymisvaroistaan, jotta hän voi suunnitella ja varautua ajoissa itsenäiseen elämään. (THL 2024b.)

Itsenäistyvän nuoren talouden suunnittelu kattaa myös varautumisen lyhyen ja pitkän aikavälin menoihin. Tämä tarkoittaa, että nuorten tulisi olla tietoisia taloudellisista riskeistä ja osata varautua yllättäviin menoihin, kuten onnettomuuksiin tai kodin laitteiden rikkoutumiseen. Suunnittelu liittyy käytännössä budjetointiin ja kirjanpitoon, mikä auttaa nuoria hallitsemaan päivittäisiä ja kuukausittaisia kulujaan. Säästäminen on myös keskeinen osa talouden hallintaa, jonka avulla voi varautua yllättäviin tilanteisiin. Säästäminen tulisi aina aloittaa hyvissä ajoin. Vaikka nuoret usein suunnittelevat hankintojaan ja säästämistä, heille ei aina anneta riittävästi tietoa pitkäaikaisesta talouden suunnittelusta kuten sijoittamisesta. (Peura-Kapanen & Lehtinen 2011, 31.)

Taloudellisten asioiden läpikäyminen jälkihuollon alkuvaiheessa voi ennaltaehkäistä velkaantumista. Ilman luotettavaa tietoa nuoret voivat ajautua velkakierteeseen. Talous- ja velkaneuvonnan tuki voi olla tarpeen ja nuorelle voidaan harkita edunvalvonnan hakemista, jos hänen taloudelliset taitonsa ovat heikot tai hän on altis taloudelliselle hyväksikäytölle. Nuorten tulee myös tutkia erilaisia keinoja rahanhallinnan parantamiseksi, kuten omatoimisen luotto kiellon hankkimista. (Mansner 2020, 36-37.) Kotoa pois muuttavilla nuorilla aikuisilla on erityisen suuri riski ajautua vaikeaan velkaantumiseen, kun he opettelevat talouden hallintaa pienillä tuloilla ja hankkivat välttämättömiä tavaroita kotiin. Velkaantumisen taustalla voi olla myös laajempia elämänhallintaongelmia, kuten mielenterveysongelmia tai peliriippuvuutta. (Peura-Kapanen, Aalto, Lehtinen & Järvinen 2015, 20.)

Nuoret voivat saada maksuhäiriömerkinnän, jos laskuja ja velkoja ei makseta ajallaan. Nuorilla merkinnät johtuvat usein maksamattomista puhelinlaskuista, verkko-ostoksista, vuokrista tai kulutusluotoista. Luottotietojen menetys vaikeuttaa monia arjen asioita, joten oman talouden hoitaminen on todella tärkeää. Jos velkoja yritetään maksaa uusilla lainoilla, voi syntyä velkakierre. Erityisesti pikavipit ovat monen nuoren velkaantumisen taustalla. Ilman riittävää tietoa pikavipit voivat vaikuttaa houkuttelevilta helpon saatavuutensa vuoksi, mutta niiden suuret korot ja takaisinmaksusummat voivat johtaa vakaviin talousongelmiin. (Säästöpankki 2020.)

Törrösen ja Vauhkosen (2012) tutkimuksessa, joka käsittelee sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten hyvinvointia, kävi ilmi, että sijoitettuna olleet nuoret mainitsivat taloudelliset tekijät usein itsenäisen elämän ongelmiksi. Näitä taloudellisia haasteita esiintyi erityisesti asumiseen, työhön tai työttömyyteen, talouden hallintaan sekä toimeentulon niukkuuteen liittyen. Taloudelliset vaikeudet korostuivat elämää häiritsevinä tekijöinä, jotka aiheuttivat huolta ja

epävarmuutta tulevaisuuden suunnittelussa. Kun nuoret arvioivat arjen taitojaan, he kokivat erityisesti rahankäytön suhteen epävarmuutta (Törrönen & Vauhkonen 2012, 57). Sijaishuolto-paikalla, sijoituksen syillä sekä nuorten elämäkokemuksilla ja -tilanteilla on vaikutusta nuorten voimavaroihin ja mahdollisuuksiin työllistyä tai opiskella. Nuorten työllistymiseen vaikuttavat myös laajemmat yhteiskunnalliset tekijät, kuten työmarkkinoiden muutokset. Haasteena on, että avustavia tehtäviä on karsittu ja työpaikkoihin vaaditaan usein koulutusta ja työkokemusta. Lisäksi nuoren terveydentila, jaksaminen ja motivaatio ovat tärkeitä tekijöitä, jotka voivat liittyä nuoren minäkuvaan ja itsetuntoon; tämä vaikuttaa siihen, kuinka nuori kokee omat mahdollisuutensa ja kykynsä selviytyä (Törrönen & Vauhkonen 2012, 61). Siksi nuorten talouden hallinnan tukeminen ja siinä opastaminen on ratkaisevan tärkeää heidän itsenäistymisensä kynnyksellä.

## 6 Nuorten hyvinvointi

Terveen itsetunnon omaavasta nuoresta kasvaa paremmin voiva aikuinen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemässä kouluterveyskyselyssä vuonna 2017 nousi esiin, että alakouluikäiset voivat huomattavasti paremmin kuin yläkouluikäiset ja toisen asteen opiskelijat. Nuorten huomioimiseen, kasvun ja kehityksen tukemiseen sekä positiivisen palautteen antamiseen tulisi panostaa enemmän. Nuorten hyvinvointiin vaikuttaa erilaisissa ympäristöissä tapahtuvat vuorovaikutussuhteet muiden ihmisten kanssa. Kouluympäristön, erilaisten yhteisöjen ja oman perheen aikuisten toiminta vaikuttaa nuoren hyvinvointiin. Nuori kehittyy ympäristöstä saamansa palautteen avulla sekä muodostaa minäkuvaansa. Nuorta on tärkeää tukea antamalla positiivista palautetta hänen osaamisestaan, vahvuuksistaan sekä onnistumisistaan. Nuoren kohtaamisessa on kunnioitettava hänen mielipiteitään sekä ajatuksiaan. (Leskisenoja, Sandberg 2019, 87.)

Nuorten mielenterveydelliset ongelmat ovat olleet nousussa jo usean vuoden ajan. Eri tutkimuksissa on noussut ilmi, että 20-25 prosenttia suomalaisista nuorista kärsii mielenterveyden ongelmista ja ne ovatkin yleisimpiä nuorten terveydellisiä haasteita. Masennus ja ahdistus ovat lisääntyneet varsinkin tyttöjen keskuudessa. Kansaneläkelaitoksen selvityksen mukaan työkyvyttömyyseläkkeelle jää päivittäin kuusi alle 30-vuotiasta mielenterveyden haasteiden vuoksi. Nuorten mielenterveyden ongelmia voidaan ennalta ehkäistä tehokkaasti opettamalla heille keinoja hyvinvointinsa vahvistamiseen. Konkreettisia keinoja ovat myönteisten tunteiden vahvistaminen, sinnikkyuden opettelu, vuorovaikutustaitojen harjoittelu sekä omien vahvuuksien tunnistaminen. Nuoren hyvinvointi vaikuttaa koulumotivaatioon, kouluun kiinnittymiseen sekä onnellisuuden kokemiseen. (Leskisenoja, Sandberg 2019, 12-13.)

## 6.1 Hyvinvoinnin tuki

Nuoren hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että hän voi kokea olonsa turvalliseksi omassa elinympäristössään. Nuoren on tärkeää tuntea, että häntä arvostetaan omana itsenään ja että häneen kohdistuu välittämistä ja huolenpitoa. Hyvinvoinnin kannalta keskeistä on nuoren perustarpeiden täyttyminen. Turvallisuus, ravinto, uni ja liikunta ovat fyysisiä perustarpeita, joiden toteutuminen tukee kasvua ja kehitystä. Psykologiset perustarpeet, kuten yhteenkuuluvuuden tunne sekä kokemus rakastetuksi ja hyväksytyksi tulemisesta, vahvistavat nuoren hyvinvointia. Näiden tarpeiden täyttyminen lisää nuoren kokemusta kuulumisesta osaksi yhteisöä. (Suhonen 2024, 12-13.)

Terveellinen ja monipuolinen ravinto on olennainen osa nuoren kasvua ja kehitystä. Ravinnon merkitys korostuu erityisesti nuoruuden aktiivisessa elämänvaiheessa. Ravinnon tarve vaihtelee yksilöllisesti nuoren fyysisen aktiivisuuden ja kasvuvaiheen mukaan. Itsenäistyvää nuori tarvitsee tukea terveellisten ruokailutottumusten omaksumisessa, jotta hän oppii huolehtimaan ravitsemuksestaan. Säännöllinen ja monipuolinen ruokailu on välttämätöntä nuoren fyysisen terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi. (Aaltonen 2003, 133-135.)

Uni on elintärkeää nuoren kehitykselle ja hyvinvoinnille, sillä se antaa keholle aikaa palautua ja korjata itseään. Nuoruusiässä uni tukee erityisesti kasvuhormonin tuotantoa, mikä on keskeinen tekijä kasvussa ja kehityksessä. Unen merkitys ulottuu myös oppimiseen, sillä aivot käsittelevät ja järjestävät yöllä päivän aikana opittuja asioita, mikä auttaa tallentamaan ne muistiin. Pitkittynyt univaje voi vaikuttaa negatiivisesti oppimiskykyyn sekä lisätä keskittymisen vaikeutta ja rauhattomuutta. (Aaltonen 2003, 141-143.)

Liikunta on yksi tärkeimmistä tekijöistä nuoren hyvinvoinnin tukemisessa. Säännöllinen liikunta parantaa peruskuntoa, vahvistaa vastustuskykyä ja ehkäisee muun muassa liikalihavuutta sekä sydän- ja verisuonisairauksia. Liikunta myös kohottaa vireystasoa, tuo elämään positiivista vaihtelua ja parantaa kokonaisvaltaisterveyttä. Lisäksi liikunta antaa nuorelle mahdollisuuden sosiaalisten kontaktien luomiseen sekä itsetunnon vahvistamiseen kehonkuvan parantuessa. Hyvä fyysinen kunto luo pohjan mielenterveydelle ja tukee terveiden elämäntapojen omaksumista. Liikunnan myötä syntyvät ystävyysuhteet ja positiiviset kokemukset ryhmässä tukevat myös nuoren koulumenestystä ja jaksamista arjessa. Liikkuminen voi parantaa keskittymiskykyä, mikä puolestaan heijastuu opiskeluun ja työskentelyyn myönteisesti. Yleinen hyvinvointi lisää sosiaalisia kontakteja, jotka ovat tärkeitä nuoren henkiselle hyvinvoinnille. (Aaltonen 2003, 144-146.)

Nuorten hyvinvoinnin tukeminen on monisyinen prosessi ja keskeistä on varmistaa, että kaikilla nuorilla on mahdollisuus käyttää peruspalveluja, saada tarvitsemansa tuki ja kokea osallisuutta. Nuorten hyvinvoinnille riskitekijöitä voivat olla matala koulutustaso, pitkäaikainen

työttömyys sekä mielenterveys- ja päihdeongelmat, jotka saattavat kasautua erityisesti heikommissa asemassa oleville nuorille. (THL 2023c.)

Osallisuuden kokemus on olennainen osa nuoren hyvinvointia. Osallisuus merkitsee, että nuori tuntee kuuluvansa yhteisöihinsä ja yhteiskuntaan ja hänellä on mahdollisuus osallistua esimerkiksi työelämään, vapaa-ajan toimintoihin ja päätöksentekoon omassa elämässään. Vertaisryhmät, kuulluksi tuleminen ja vaikuttamismahdollisuudet ovat nuorelle tärkeitä hyvinvoinnin kannalta. Toisaalta osa nuorista kokee olevansa yhteisöissään ulkopuolisia ja yksinäisiä. (THL 2023c.)

Nuoren tunnetaidot ovat keskeisiä hyvinvoinnin ja itsenäistymisen tukemisessa. Nuoruusiässä nuoret oppivat monia taitoja, jotka auttavat heitä ymmärtämään ja käsittelemään tunteitaan. Tunnetaidot, kuten tunteiden tunnistaminen, sanoittaminen, säätely ja ilmaiseminen, parantavat nuoren psyykkistä joustavuutta ja stressin sietokykyä. Aikuiset voivat merkittävästi vaikuttaa nuoren tunnetaitojen kehitykseen tarjoamalla emotionaalista tukea ja ymmärrystä. Hyvät tunnetaidot omaavat aikuiset kykenevät tukemaan nuoren psyykkistä kehitystä, mikä auttaa nuorta itseluottamuksen ja sosiaalisten taitojen kehittämisessä. (Suhonen 2020, 66.)

Sosiaalinen vuorovaikutus on keskeistä tunteiden säätelyn kehittymiselle, mutta älylaitteiden käytön kasvu tuo tähän haasteita. Älypuhelimesta on tullut kiinteä osa nuorten elämää ja suomalaisnuoret käyttävät sitä keskimäärin 5-6 tuntia päivässä. Älypuhelin mahdollistaa yhteydenpidon kavereihin ja tarjoaa nuorille jatkuvasti virikkeitä, kuten sosiaalista mediaa, harrastusmahdollisuuksia sekä tietoa. Vaikka tämä digitaalinen läsnäolo helpottaa arkea ja tarjoaa tukea, se myös altistaa nuoret jatkuvaan paineeseen. Liiallinen käyttö voi vaikuttaa negatiivisesti esimerkiksi unenlaatuun tai mielenterveyteen. Verkkokiusaaminen ja sosiaalisen median kautta tapahtuva vertailu voivat puolestaan lisätä stressiä ja masennusta nuorten keskuudessa. (Mattila & Manninen 2024, 177-178.)

Rutiinien ylläpitäminen arjessa on tärkeää nuoren hyvinvoinnille. Säännölliset aikataulut, kuten nukkumaanmenoajat ja ruokailuajat luovat turvallisuuden tunnetta. Arjen säännöllisyys sekä rutiinit vähentävät stressiä. Rauhallinen ympäristö edistää tunnetaitojen kehitystä, jolloin nuoren on helpompi löytää tasapaino arjessaan sekä vahvistaa omaa hyvinvointiaan. (Suhonen 2020, 87.)

## 6.2 Psykososiaalinen tuki

Mielenterveyden kannalta voidaan tunnistaa sekä hyvinvointia tukevia tekijöitä, että riskitekijöitä. Mielenterveyttä voidaan vahvistaa edistämällä sen hyvinvointia tukevia toimia. Kun

henkilö kokee psyykkisiä oireita, psykososiaaliset terapeuttiset interventiot tai hoitokeinot voivat lievittää oireita ja nopeuttaa toipumisprosessia. Psykososiaalinen tuki tarjoaa kokonaisvaltaista psyykkistä, sosiaalista ja henkistä apua, jonka tavoitteena on auttaa potilasta sopeutumaan nykyiseen tilanteeseen. Psykososiaalisen tuen muotojen sisältö voi olla vuorovaikutusta, yhteistä tekemistä, tietoa tai harjoituksia. Menetelmien toteutus vaihtelee sen mukaan, missä määrin ja miten ne pyrkivät edistämään valittuja tavoitteita. Psykososiaaliset hoitomuodot muodostavat jatkumon, johon kuuluvat vapaamuotoinen psykososiaalinen tuki ja oireenmukainen hoito, omahoito, perustason ja päihdehoidon palvelut sekä psykiatrisen erikoissairaanhoidon terapeuttiset interventiot. Näitä ovat lyhytpsykoterapiat ja pidempikestoisen kuntouttava psykoterapia. (THL 2023d.)

Sosiaalityö pohjautuu vahvasti vuorovaikutussuhteeseen ja onnistuneen työn keskeinen perusta on luottamuksen rakentaminen asiakkaan ja työntekijän välillä. Toimiva asiakassuhde syntyy luottamuksen kautta, joka rakentuu molemminpuolisessa kohtaamisessa. Luottamuksen luominen ja siihen perustuvan vuorovaikutuksen kehittäminen ovat keskeisiä edellytyksiä. (Metteri 2012, 228.) Luottamuksellisen suhteen rakentuminen nuoren ja työntekijän välille ei tapahdu automaattisesti, vaan se vaatii sekä aikaa että aktiivista panostusta. Nuorelle on tärkeää kokea itsensä arvokkaaksi ja merkitykselliseksi työntekijälleen, sekä tuntea, että hänen asioistaan ollaan aidosti kiinnostuneita. Tämän lisäksi nuorella tulee olla mahdollisuus tehdä virheitä ja oppia niistä ilman pelkoa asiakassuhteen kärsimisestä. Luottamuksen kehittäminen vaatii molemminpuolista sitoutumista. Nuoret kaipaavat aikuisten luottamusta, jotta he voivat paremmin sitoutua aikuisen tarjoamaan tukeen. (Laaksonen 2004, 27-31.)

Vaikka psykososiaalisen tuen merkitys ymmärretään laajalti, sen toteutuksessa ilmenee edelleen huomattavia puutteita. Valtiontalouden tarkastusviraston (2012, 103-104) raportin mukaan jälkihuollon piirissä olevat nuoret saavat taloudellista tukea tarpeidensa mukaisesti, mutta heidän itsenäistymisprosessinsa vaatimaa henkilökohtaista tukea, neuvontaa ja ohjausta ei pystytä tarjoamaan riittävässä määrin. Tämä johtuu pääosin työntekijöiden kiireestä ja suuresta työkuormasta, mikä rajoittaa heidän mahdollisuuksiaan antaa tarvittavaa tukea.

Jälkihuollon tavoitteena on tukea nuorta itsensä löytämisessä ja auttaa häntä tunnistamaan omat vahvuutensa ja voimavaransa. Tämän kautta nuori oppii hyödyntämään näitä taitoja elämässään ja saa lisää itsevarmuutta omien päätöstensä vaikutuksesta elämänsä kulkuun. Jälkihuollossa on tärkeää keskustella nuoren tulevaisuudesta, asettaa yhdessä lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteita ja miettiä, kuinka ne voidaan saavuttaa. Näiden tavoitteiden saavuttaminen lisää nuoren luottamusta omiin selviytymistaitoihinsa. (Laaksonen 2004, 27.)

Itsenäistymisvaiheessa erityisen haavoittuvassa asemassa ovat nuoret, joilla ei ole muuta tukiverkostoa, kuten vanhempia tai sukulaisia. Itsenäistymisen aikana on tärkeää, että nuorella on ainakin yksi luotettava aikuinen tai viranomainen, esimerkiksi sosiaalityöntekijä, nuoren

sijaishuoltopaikan henkilökunta tai tukihenkilö. Laaksosen (2004) mukaan jälkihuollon psykososiaalisen tuen keskeisiä tavoitteita ovat nuoren avustaminen oman identiteetin ja vahvuuksiansa löytämisessä, ongelmanratkaisukykyjen kehittäminen sekä toivon ylläpitäminen. Tämänkaltaisen tuen tarjoaminen on ratkaisevan tärkeää nuoren hyvinvoinnille ja itsenäistymisprosessille.

Nuorten ryhmiä jälkihuollossa ohjannut Levamo (Levamo 2007, 70-80) on todennut, että itsenäistyville nuorille on tärkeää saada aikuisen tukea sekä ulkoisen, että sisäisen elämänhallinnan vahvistamiseksi. Hänen mukaansa jälkihuoltotyössä painottuu usein ulkoiset elämänhallintaan liittyvät asiat, kuten sosiaaliturvaetuuksien hakeminen ja asuminen. Kuitenkin nuorten itsenäistymisen tueksi on olennaista myös aikuisen läsnäolo ja rinnalla kulkeminen.

Teoksessa Mikä jälki jää -Opas lastensuojelun jälkihuoltotyöhön, Pukkio ja Hoikkala (2016, 8-10.) nostavat esille psykososiaalisen tuen tärkeyden. Sijaishuollon päätyttyä nuori kohtaa usein useita samanaikaisia haasteita: hänen on irtauduttava sijaishuoltopaikastaan sekä fyysisesti että emotionaalisesti, mahdollisesti muutettava uuteen paikkaan, aloitettava opiskelu tai työllistytävä ja löydettävä oma roolinsa elämässä. Jälkihuoltonuoren elämäntilanne ennen sijaishuoltoa on usein sisältänyt monia haasteellisia tai tavanomaisesta poikkeavia vaiheita, kuten vanhempien päihteidenkäyttöä tai mielenterveysongelmia, hoidon ja kasvatuksen laiminlyöntiä, väkivaltaa tai muuta kaltoinkohtelua. Toisaalta nuori on voinut myös itse vaarantaa oman kasvunsa ja kehityksensä, esimerkiksi päihteiden käytön tai rikollisen toiminnan kautta. Myös sijoitus kodin ulkopuolelle on haastava ja tavanomaisesta poikkeava elämäntapahtuma. Sijoitettuna olleiden nuorten kyvyt selviytyä itsenäistymisprosessista vaihtelevat nuoren kokonaistilanteesta ja voimavaroista riippuen. Monilla nuorilla on taustallaan erittäin haastavia kokemuksia ja kuormittavia tekijöitä, ja osa voi kärsiä päihde- ja mielenterveysongelmista tai neurologisista vaikeuksista. Itsenäistyminen on kriittinen vaihe elämän muutos- ja siirtymätilanteen vuoksi. Nuoren elämäntilanne voi kehittyä joko negatiivisesti tai positiivisesti, ja siksi riittävän psykososiaalisen tuen tarjoaminen on erityisen tärkeää sijaishuollosta itsenäistyväälle nuorelle näissä vaiheissa.

### 6.3 Mielenterveysongelmat

Nuoruus on kriittinen vaihe myös aikuisiän terveyden ja mielenterveyden kannalta, sillä monet elintavat ja tottumukset, kuten suhtautuminen liikuntaan, päihteisiin ja ravintoon muotoutuvat nuorena tehtyjen kokeilujen kautta. Tutkimusten mukaan noin puolet aikuisiän mielenterveyshäiriöistä ovat ilmaantuneet ennen 14 vuoden ikää ja kolme neljästä ennen 24 ikävuotta. Nuorten mielenterveyshäiriöt ovat melko yleisiä. Koululaisten keskuudessa mielenterveyshäiriöt ovat nykyään yleisin terveysongelma Suomessa. Tavallisimpia nuorten

mielenterveyden haasteita ovat mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöt. (Huurre, Viialainen, Marttunen & Strandholm 2013, 10.)

Lastensuojelun piirissä olevilla nuorilla on enemmän mielenterveysongelmia, kuten traumoja, käyttäytymisongelmia, ahdistusoireita sekä masennusta. Mielenterveysongelmiin on yhteydessä nuorten elämäntilanne ja historia, jotka voivat olla poikkeavia valtaväestöstä. Tämän vuoksi lastensuojelu on tärkeä kumppani terveyden edistämässä ja nuorten mielenterveyspalveluissa. (Kaivosoja & Välimäki 2016, Lastensuojelu ja terveydenhuolto.)

Nuorten ja lasten mielialahäiriöt ovat monimuotoisia ja niiden varhainen hoitaminen ja tunnistaminen on erittäin tärkeää. Mielialahäiriöt voivat merkittävästi vaikuttaa arkeen sekä haitata kehitystä. Masennustiloja voi esiintyä kaikenikäisillä, mutta ne yleistyvät erityisesti murrosiän jälkeen. Mielialahäiriöiden diagnoosissa on huomioitava eri kehitysvaiheiden erityispiirteet. Masennuksen taustalla vaikuttavat sekä perimä, että ympäristötekijät ja nuoruusiässä ympäristön rooli on erityisen merkittävä. Psykososiaaliset hoitomuodot ovat ensisijaisia hoitokeinoja ja lääkitystä voidaan käyttää tarvittaessa. (Karlsson, Marttunen & Kumpulainen 2016a, Lasten ja nuorten mielialahäiriöt.)

Nuoren masennus voi ilmetä monin eri tavoin, mikä tekee sen tunnistamisesta haastavaa. Oireet voivat vaihdella keskittymisvaikeuksista levottomuuteen ja jopa aggressiiviseen käyttäytymiseen. Tyypillisiä oireita ovat väsymys, univaikeudet sekä erilaiset fyysiset oireet, kuten esimerkiksi päänsärky tai vatsakivut. Masentuneena nuori saattaa vaikuttaa ikäistään nuoremmalta ja hän voi kokea ilon menettämistä elämää kohtaan. Hänen sosiaaliset suhteensa saattavat kärsiä ja itsetunto heiketä merkittävästi. (Karlsson ym. 2016b, Lasten ja nuorten masennus.)

Käytösongelmat ja -häiriöt ovat yksi keskeisimmistä syistä, miksi nuoret hakeutuvat psykiatriseen hoitoon. Uhmakkuushäiriö tarkoittaa nuorten pitkäaikaista ja ikätasosta poikkeavaa vastustavaa, vihamielistä ja uhmaavaa käyttäytymistä. Käytöshäiriöt puolestaan viittaavat nuoren laaja-alaiseen ja pitkäaikaiseen käyttäytymiseen, jossa ei kunnioiteta toisten oikeuksia, hyvinvointia tai yhteisön sääntöjä. Varhain nuoruudessa alkaneet uhmakkuus- tai käytöshäiriöt voivat olla yhteydessä myöhempään rikollisuuteen, sosiaaliseen eristäytymiseen, päihteiden käyttöön ja muihin psyykkisiin ongelmiin, mukaan lukien itsetuhoisuus ja psykososiaalinen huono-osaisuus. (Aronen & Lindberg 2016, Lasten ja nuorten käytöshäiriöt.)

#### 6.4 Päihdeongelmat

Monet pitävät nuorten alkoholinkäyttöä huolestuttavana, sillä se saattaa kertoa nuorten elämän haasteista tai huoltajien valvonnan puutteesta. Nuoret saattavat käyttää alkoholia näyttäkseen itsenäisemmältä. Aikuisille on usein hankalaa tietää, miten suhtautua nuorten päihteiden käyttöön, sillä perinteiset pelotteluun perustuvat valistuskeinot eivät aina välttämättä

toimi. Tutkimukset esittävät kaksi erilaista näkökulmaa, joita ovat syrjäytymismalli ja nuori-sokulttuurinen malli. Syrjäytymismalli painottaa, että päihteiden käyttö voi olla osa syrjäytymiskehitystä, joka johtuu vaikeista lapsuuden kokemuksista tai nykyisistä ongelmista. Nuori-sokulttuurinen näkökulma korostaa alkoholin roolia osana nuorten tavanomaista juhlimista sekä vapaa-ajan viettoa. Sosiaalisten tilanteiden luoma paine tekee päihteistä kieltäytymisen haastavaksi. Nuoret itse kokevat usein, että he hallitsevat omaa päihteiden käyttöään, eivätkä koe siitä olevan haittaa itselleen. (Fröjd, Kaltiala-Heino, Ranta, Von der Pahlen, Marttunen 2009, 21.)

Nuorten päihdekokeilut sekä ympäristötekijät, jotka vaikuttavat niiden taustalla ovat keskeisessä roolissa päihteiden käytön kehityksessä ja myöhempien päihdeongelmien riskin muodostumisessa. Päihteiden käytön varhainen aloitus voi huomattavasti lisätä riippuvuuden riskiä myöhemmällä iällä. Arviolta jokainen vuosi, jolloin alkoholin käyttöä siirretään yli 14 vuoden iän, vähentää alkoholiriippuvuuden riskiä 14 %. Nuorten päihdekokeiluihin ja käytön muuttamiseen säännölliseksi vaikuttaa suuresti ystäväpiirin päihteidenkäyttö ja asenteet. (Niemelä 2016a, Päihdeongelmille altistavat tekijät.)

Nuorten päihteiden käytöllä on useita haitallisia vaikutuksia. Yleisimpiä niistä ovat fyysisiä alkoholihaittoja, kuten esimerkiksi muistinmenetys ja krapula. Lisäksi nuorilla, erityisesti tytöillä, korostuvat haitat ovat rahan menettäminen ja tehtyjen asioiden katuminen. Humalahakuisesti juovilla nuorilla ilmaantuu myös enemmän seksuaalista riskikäyttäytymistä ja laitonta toimintaa. (Niemelä 2016b, Päihdehaitat, nuoren päihdehäiriön luonne ja kulku.)

Päihdehäiriöt voidaan jakaa kahteen päätyyppiin, joita ovat päihteiden väärinkäyttö ja riippuvuus. Väärinkäyttö tarkoittaa toistuvaa päihteiden käyttöä, mikä johtaa ongelmiin, kuten vastuiden laiminlyöntiin, päihteiden käyttöön vaarallisissa tilanteissa, lain rikkomiseen tai sosiaalisiin konflikteihin. Riippuvuudessa taas päihteiden käyttö muuttuu pakonomaiseksi, jolloin hallinnan menetys, vieroitusoireet, toleranssin kasvu ja päihteiden hallitseva rooli arjessa korostuvat, ja käyttö jatkuu, vaikka siitä aiheutuisi selviä haittoja. (Von der Pahlen, Lepistö & Marttunen 2013, 114.)

Päihteiden käyttö nuorilla alkaa usein jo varhaisessa vaiheessa, tyypillisesti tupakan kokeiluilla 12-15-vuotiaana. Tämä on riskialtista aikaa, jolloin monet nuoret myös kokeilevat alkoholi. Täysi-ikäisyyteen mennessä noin 90 % nuorista on ainakin kerran kokeillut alkoholia. Nuorilla alkoholin käyttö liittyy usein humalahakuisuuteen ja huomattava osa juo itsensä voimakkaaseen humalaan vähintään kerran kuukaudessa. Myös huumeiden, erityisesti kannabiksen, kokeilu yleistyy nuoruusiässä. Humalajuominen madaltaa kynnystä kokeilla muita päihteitä, mikä tekee alkoholinkäytön ja huume-kokeilujen yhdistelmästä erityisen vaarallisen nuorille. Päihteiden käyttö huipentuu yleensä varhaisaikuisuudessa, noin 20-25-vuotiaana, minkä jälkeen se yleensä laskee. (Niemelä 2016c, Nuorten päihdekäytön epidemiologiaa.) Tämän takia

on erityisen tärkeää tukea sijaishuollosta itsenäistyviä nuoria heidän päihdeongelmissaan sekä ottaa itsenäistymisopissa päihdeongelmat huomioon. Nuoren siirtyessä itsenäiseen elämään hän kohtaa monia uusia haasteita ja vapauksia, joten päihdeiden käyttöön liittyvien asioiden ennakoiva käsittely voi auttaa ehkäisemään ongelmia myöhemmin.

Päihdeitä käyttävien nuorten kanssa työskennellessä on ensiarvoisen tärkeää lisätä lasten ja nuorten päihdetietoisuutta, vahvistaa heidän itsetuntoaan sekä kehittää heidän käyttäytymis- ja ongelmanratkaisutaitojaan. Varhaisessa vaiheessa tarjottava tuki alkoholinkäyttöön liittyen terveydenhuollon ammattilaisilta on ratkaisevaa. Lisäksi neuropsykiatristen haasteiden tunnistaminen ja hoitaminen voi auttaa estämään päihdekokeiluja ja ehkäisemään päihdehäiriöiden kehittymistä. (THL 2023e.)

## 7 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on kehittämistyötä ja yksi opinnäytetyötyyppi ammattikorkeakouluopinnoissa. Toiminnallisessa opinnäytetyössä kehittämistyön tuloksena syntyvä tuotos voi olla esimerkiksi konkreettinen tuote tai tapahtuma. Opinnäytetyössä näytetään ammatillinen asiantuntijuus kehittäväällä ja tutkimuksellisella otteella tehdyllä tuotoksella ja raportilla. Valinnat, ratkaisut ja lähtökohdat työlle perustellaan. (Airaksinen Kostamo, & Vilka 2022,11.) Kehittämistyössä tietoon perustuva käsitteellinen lähtökohta, kriittinen asenne, empatia, kumppanuus ja ymmärtäminen korotuvat (Vilka 2021,42-54).

Toiminnallisen opinnäytetyön raportti on teksti, josta tulee selvittää mitä, miksi ja miten on tehty, millainen työprosessi on ollut ja minkälaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on päädytty. Lukijan tulee voida arvioida opinnäytetyöstä, miten kehittämistyö on onnistunut. Se viestittää lukijalle ammatillisesta osaamisesta sekä kertoo ammatillisesta ja persoonallisesta kasvusta. Työn valmistuttua on tärkeää reflektoida tavoitteiden onnistumista ja luotettavuutta. (Vilka & Airaksinen 2002,65.)

Toiminnan alussa määritellään tavoitteet ja suunnitellaan toteutus. Näiden jälkeen valitaan kehittämistyön menetelmä ja aikataulutetaan työskentely. On tärkeää myös suunnitella, miten valmista tuotosta tai tuloksia voidaan arvioida ja miten palautetta kerätään. Kun pohjatyö on valmistunut, tarvitaan tietoperusta, jota jäsenellään ja johon kerätään olennainen tieto. Työelämäkumppanin kanssa käydään tarkasti läpi millaiseen tarpeeseen ja ympäristöön tuotos tuotetaan ja mihin kehittämistarpeeseen vastataan. Kehittämisprosessi rakentuu hiljalleen useasta eri vaiheesta, jossa yhteen kietoutuu toiminnan kehittäminen ja asiantuntijaksi kirjoittaminen. (Airaksinen, Kostamo & Vilka 2022, 15-18.) Toteutuksen kuvaus on toiminnallisen opinnäytetyön keskeisimpiä sisältöjä. Toteutusta koskevat valinnat ja ratkaisut

raportoidaan ja perustellaan. Lukija tulee vakuuttaa siitä, että aiheeseen on perehdytty kattavasti teoreettisesti ja käytännössä. (Airaksinen, Kostamo & Vilka 2022,131.)

Toiminnallisen kehittämistehtävän lähtökohta voi olla hyvin käytännönläheinen. Se voi syntyä esimerkiksi työharjoittelussa tai arjen työskentelyssä työpaikalla. Toiminnassa tai toiminnasta saatu tieto on aina subjektiivista lähtökohdiltaan. Saatu subjektiivinen ammatillinen tieto, joka suhteutetaan ammatillisessa todellisuudessa toimivien ihmisten kokemuksiin voi joko vahvistaa, korjata tai kumota sen. Kun tietoa peilaa tutkimuksissa saatuun tietoon, tiedon luotettavuus ratkaisun perustaksi varmistuu. Tieto on silloin enemmän kuin yhden ihmisen kokemus. (Airaksinen, Kostamo & Vilka 2022,21-29.)

Tuotteen suunnitteluvaiheessa aihealue, kohderyhmä, kehittämisen toimintaympäristö, ja tiedon määrittely tarkentuu. Tekstiä ja muita opinnäytetyöhön kuuluvia osia suunnitellaan. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ammattialan käytäntö on opinnäytetyön aiheen lähtökohta sekä tutkimuksellisen kehittämisen kohde. Ratkaisuihin vaadittava tieto löytyy alan käytännöistä, ammattilaisilta, asiakkailta ja materiaaleista sekä tutkimuksista. Opinnäytetyön tekijänä asetutaan tiedon äärelle ja tarkastellaan kohdetta kriittisesti, sanallistaen ja aiempaan tietoon nojaten. Tämä mahdollistaa, että ammatillinen kehittämistehtävä vastaa toimintaympäristöstä tulleseeseen ammatilliseen kehittämistoiveeseen. (Airaksinen, Kostamo & Vilka 2022,15-22.)

## 8 Tuotekehitysprosessi

Opinnäytetyön suunnittelun, valmiin tuotoksen eli itsenäistymisoppaan tuottamisen ja sen arvioinnin tueksi hyödynsimme Jämsän ja Mannisen (2000, 28-30) esittämää sosiaali- ja terveystieteiden tuotekehitysprosessia, joka koostuu viidestä vaiheesta. Prosessi etenee vaiheittain tietyssä järjestyksessä, mutta tarvittaessa eri vaiheisiin voidaan palata prosessin aikana joustavasti. Tuotekehitysprosessin ensimmäinen vaihe on ongelman tai kehittämistarpeen tunnistaminen. Tuotekehitysprosessi käynnistyy, kun havaitaan puutteita olemassa olevassa tuotteessa ja nähdään tarve sen uudistamiselle, tai kun tunnistetaan uusi kehittämistarve, jota varten tarvitaan kokonaan uuden tuotteen luominen.

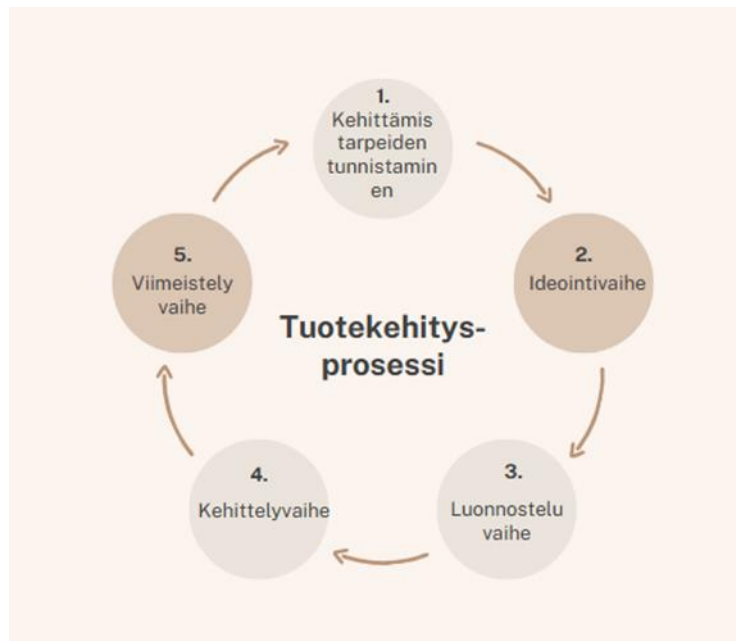
Kehittämistarpeen tunnistamisen jälkeen siirrytään ideointivaiheeseen. Innovaatioilla ja vaihtoehtoilta pyritään löytämään ratkaisu ongelmiin, jotka sillä hetkellä ovat ajankohtaisia. Ratkaisuja ongelmaan lähdetään etsimään erilaisia lähestymis- ja työtapoja hyödyntäen, joista yleisimpiä ovat luovan toiminnan ja ratkaisun eri menetelmät. Sosiaali- ja terveystieteillä näitä menetelmiä ovat esimerkiksi aivoriihi. Ratkaisuvaihtoehtoja voidaan etsiä myös palautteita keräämällä. Ideointiprosessin rikkautena nähdään osallistujien erilaisuus. Yksi voi esittää kysymyksiä, ennakoita tarpeita ja havainnoida, toinen voi analysoida ja olla kriitikkona ja

kolmannella voi olla rohkeutta toteuttaa asioita uusin tavoin. Ennen kuin päätös kehitettävästä tuotteesta tehdään, täytyy pohtia mm. mitä hyötyä ratkaisuvaihtoehdosta on, kenelle vaihtoehto on suunnattu, mitkä ovat vaihtoehdon suotavat ominaisuudet ja miten ne ovat saatavissa (Jämsä & Manninen 2000, 35-40.)

Tuotekehitysprosessin kolmannessa vaiheessa keskitytään tuotteen konseptin luonnosteluun. Tässä vaiheessa määritellään asiakaskohderyhmä ja analysoidaan toimintaympäristö. Lisäksi tarkennetaan tuotteen sisältö ja rajataan sen keskeiset elementit. Samalla on tärkeää selvittää mahdolliset rahoitusvaihtoehdot ja niiden toteutettavuus. Tavoitteena on täsmentää, ketkä ovat suunniteltavan tuotteen hyödynsaajat ja millaisia he ovat palvelun tai tuotteen käyttäjinä. Luonnosteluvaiheessa on selvitettävä kohderyhmän ikään ja kehitystasoon liittyvät näkökulmat. (Jämsä & Manninen 2000, 43-52.)

Neljäs vaihe eli tuotteen kehittäminen sisältää tuotteen asiasisällön jäsentelyn. Painotuotetta, kuten opasta tehdessä tässä vaiheessa prosessia tehdään lopulliset sisältöön ja ulkoasuun vaikuttavat valinnat. Hyvin tehty jäsentely ja otsikoiden muotoilu selkeyttävät ydinajatusta. Teksti viestii ammattikunnan arvoihin, kulttuuriin ja ihmiskäsityksiin liittyviä näkökulmia. Ne voidaan tunnistaa tekstin tyylistä, kuten puhuttelutavasta ja asioiden perustelusta. Nämä ratkaisut ovat asiasisällön oheisviestintää ja ne voivat sekä edistää tai estää viestin vastaanottamista. Toinen ratkaistava tekijä on tuotteen visuaalinen ulkomuoto. On tehtävä valinta kirjaintyypeistä kuvitusvaihtoehtoihin. (Jämsä & Manninen 2000, 54-57.)

Tuotekehittelyn viimeisessä vaiheessa suoritetaan tuotteen viimeistely, yksityiskohtien hiominen ja palautteen kerääminen. Jotta palaute olisi mahdollisimman hyödyllistä ja rakentavaa, sitä tulisi kerätä henkilöiltä, jotka eivät ole osallistuneet tuotteen kehitysprosessiin. Kehitysprosessiin osallistuneiden antama palaute saattaa olla liian kannustavaa, koska he ovat jo perehtyneet prosessin eri vaiheisiin ja voivat olla puolueellisia tuotteen arvioinnissa. Jos tuotetta on tarkoitus jakaa, täytyy tehdä myös ratkaisut, miten tuotetta jaetaan. On tärkeää varmistaa, että asiakkailla on tarpeeksi tietoa tuotteesta ja sen käytöstä. (Jämsä & Manninen 2000, 80-81.)



Kuva 1: Tuotekehitysprosessi

### 8.1 Kehittämistarpeiden tunnistaminen

Opinnäytetyössämme työn lähtökohdaksi muodostui tarve, johon halusimme vastata konkreettisella tuotoksella. Tarvetta kartoitettiin tarkasti keskustellen toimeksiantajan kanssa. Toimeksiantaja oli yksikössään huomannut tarpeen konkreettiselle apuvälineelle, joka tukisi nuoria ja auttaisi työntekijöitä nuoren itsenäistyessä sijaishuoltoyksiköstä. Nuorisokodissa on olemassa itsenäistymisasunto, mutta nuorelle suunnattuja ohjeita itsenäistymiseen ei ollut saatavilla. Päädyimme ryhmänä pohtimaan, minkälaisella kehittämistyön muodolla ja tuotoksella voisimme parhaiten vastata kehittämistarpeeseen. Päädyimme keskustelujen pohjalta oppaaseen, joka tulisi toimimaan sekä nuoren itsensä tukena, mutta myös työntekijöiden työvälineenä itsenäistyvän nuoren ohjauksessa.

Opinnäytetyön rajausta pohdittiin keskustellen toimeksiantajan ja opinnäytetyöryhmämme kesken ja sen lisäksi tutkimalla ja etsimällä materiaalia aiheeseen liittyen. Opinnäytteen rajausta määritteli nuorisokodin kohderyhmä, jolle tuotettava opas tulisi toimia apuvälineenä, josta he hyötyvät arjessaan. Tietoperusta, teoreettinen viitekehys, tiedon hankinta sekä käsittely nojautuivat ajankohtaiseen tutkimustietoon. Teoriaa ja tietoa kerätessämme reflektimme ja arvioimme tietoa lähdekriittisesti.

## 8.2 Ideavaihe

Toukokuussa 2024 pidimme useita palavereja ja pidimme aivoriihiä aktiivisesti opinnäytetyhmän kesken. Aivoriihissä kartoitimme, millaisia oppaita nuorille oli saatavilla. Poimimme mielestämme toimivia ratkaisuja ylös ja rajasimme mielestämme epäoleellisia vaihtoehtoja pois. Keskustelimme asiakasryhmästä eli nuorista, nuoruudesta ja sijaishuollon erityispiirteistä. Halusimme saada yhteisen näkemyksen työllemme.

Teimme yhdessä aiheanalyysin, jonka esitimme opinnäytetyöseminaarissa. Seminaarista saadun palautteen perusteella tarkensimme ja rajasimme opinnäytetyön sisältöä. Työelämäkumppanimme johtajan kanssa kävimme keskustelua yhteistyön tavoitteista ja toiveista mm. miksi oppaalle on tarvetta ja miten se parhaiten palvelisi nuorisokodin nuoria heidän itsenäistymisprosessissaan. Yksikössä työskentelevä opinnäytetyön tekijätiimimme jäsen kävi myös keskustelua nuorten kanssa heidän ajatuksistaan ja toiveistaan. Näiden keskustelujen pohjalta pystyimme varmistamaan, että opas vastaisi toimeksiantajan sekä nuorten toiveisiin ja tarpeisiin. Yksikön johtajalta saimme hyvin vapaat kädet oppaan valmisteluun. Toiveena oli selkeä opas, josta nuori saisi matalalla kynnyksellä selkeitä ohjeita arkensa tueksi. Seuraavaksi ja oimme tehtävät tiimimme kesken ja aloimme luonnostelemaan työtä.

## 8.3 Luonnostelu

Luonnosteluvaiheessa teimme päätöksen, että tuleva oppaamme on saatavilla digitaalisessa muodossa. Digitaalinen muoto helpottaa mahdollista jatkotyöstämistä myöhemmin. Työntekijät voivat tarvittaessa myös tulostaa digitaalisen version nuorelle fyysiseksi kappaleeksi. Uskomme nykynuorten arvostavan sitä, että tiedon saa luettua kännykältä. Silloin opas kulkee helpommin myös mukana paikasta toiseen. Digitaalinen muoto mahdollisti myös sen, ettei oppaan tuottamiseen tarvittu taloudellista panosta. Tutustuimme myös erilaisiin digitaalisiin työkaluihin, joilla pystytään rakentamaan visuaalisesti selkeä, hyödyllinen ja kaunis opas.

Luonnosteluvaiheen rinnalla kulki opinnäytetyön teoriaosuuden kirjoittaminen. Tämä täsmensi ja lisäsi ymmärrystä asiakasryhmästä ja sen erityispiirteistä. Pystyimme teoriaan nojautuen rajaamaan tarkemmin oppaaseen tulevaa sisältöä.

## 8.4 Kehittely

Syyskuussa 2024 keskityimme yksityiskohtaisen suunnitelman laatimiseen ja oppaan kehittelyyn. Pidimme palavereja sekä kasvotusten, että Teamsin välityksellä ja selkeän työnjaon ansiosta jokainen opinnäytetiimimme jäsen pystyi keskittymään omaan vastuualueeseensa. Suunnitelma esiteltiin opinnäytetyön ohjaajalle sekä työelämäkumppanin johtajalle lokakuun alussa, kun olimme saaneet luotua mahdollisimman vankan pohjan työllemme. Marraskuussa

siirryimme oppaan varsinaiseen kirjoitusvaiheeseen. Oppaan alkuvaiheessa työstimme sitä Wordissa, mutta totesimme sen epäkäytännölliseksi ja visuaalisesti köyhäksi. Siirryimme käyttämään Canvaa, jonka avulla pystyimme luomaan visuaalisesti selkeän ja nuoria houkuttelevan oppaan.

Kiinnitimme huomiota tekstin selkeyteen, kirjoitustyyliin ja asiasisältöön. Halusimme, että nuoret saisivat mahdollisimman kattavasti, selkeästi ja laadukkaasti tuotettua tietoa. Pohdimme myös, millainen tieto kestäisi aikaa, ettei oppaan sisältö vanhentuisi aivan heti. Työelämäkumppanin johtaja esitti meille toiveen oppaan vihreästä värimaailmasta, sekä Nuorisokoti Avalonin logon näkymisestä oppaassa. Päätimme toteuttaa tämä toiveen parhaamme mukaan.

Tuotoksen väliversiosta pyydetään kohderyhmältä välipalaute, jota hyödynnetään tuotoksen viimeistelyvaiheessa. Välipalautetta voidaan kerätä esimerkiksi välipalaute lomakkeen avulla. Saatu palaute raportoidaan. (Airaksinen, Kostamo & Vilka 2022, 134-135.) Palautteen keräämiseen hyödynsimme kyselylomaketta, jolla saimme sekä nuorilta, että työntekijöiltä anonyymeja mielipiteitä ja kehitysehdotuksia oppaan sisällöstä. Kyselylomakkeen kohderyhmä oli itsenäistymisvaiheessa olevia sijoitettuja nuoria, joille opas on tarkoitettu sekä työntekijöistä, jotka ohjaavat ja tukevat nuoria arjessa. Tavoitteenamme oli saada 5-10 nuoren sekä 3-5 työntekijän välipalaute. Saimme 3 työntekijältä ja 3 nuorelta välipalautetta. Näiden palautteiden perusteella pääsimme hiomaan oppaan sisältöä. Lisäsimme saatuun palautteeseen nojautuen oppaaseen qr-koodien rinnalle verkkosivujen osoitteet sekä selkeytimme tekstiä ja ulkoasua.

Välipalautteeseen vastanneet nuoret ovat pääosin itsenäistymisen kynnyksellä tai juuri itsenäistymisvaiheessa olevia nuoria. Työntekijät puolestaan ovat mukana arjen ohjauksessa ja tukemisessa ja heidän näkemyksensä auttoivat ymmärtämään, millaista tukea nuoret tarvitsevat. Työelämäkumppanimme toiveiden mukaisesti raportoimme kaiken niin, ettei ketään ei pystytty tunnistamaan, jotta osallistujien yksityisyys säilyi.

## 8.5 Viimeistely

Viimeistelyvaiheessa hioimme oppaan sisältöä kyselylomakkeella tehdyn välipalautteen perusteella. Kävimme myös läpi aiemmin asetettuja tavoitteitamme oppaalle ja tarkistimme, olemmeko saavuttaneet tavoitteet. Viimeistellessämme opasta kiinnitimme erityistä huomiota sen sisältöön ja ajantasaisuuteen varmistaaksemme, että tiedot ovat täsmällisiä ja luotettavia. Tarkistimme, että erityisesti lakiin, virallisiin ohjeisiin ja palveluverkostoihin liittyvät tiedot ovat ajankohtaisia ja perustuvat luotettaviin lähteisiin. Lisäksi varmistimme, että lähdeluettelo on merkitty, mikä lisää oppaan uskottavuutta ja parantaa sen käytettävyyttä.

Päätimme jättää lähdeviitteet tekstin sisältä pois, jotta oppaasta tulisi helposti luettava ja selkeä. Huomioimme myös kohderyhmän tarpeet ja ymmärrettävyyden. Koska opas oli suunnattu nuorille, käytimme selkeää ja helposti ymmärrettävää kieltä, jotta oppaan lukeminen ja omaksuminen olisi vaivatonta. Vältimme monimutkaisia ilmauksia ja lisäsimme tarvittaessa selityksiä tai esimerkkejä, jotta tiedon soveltaminen olisi mahdollisimman helppoa. Tämän ansiosta oppaasta tuli käyttäjäystävällinen ja saavutettava kohderyhmälleen. Hyödynsimme qr-koodeja oppaan sivuilla, joiden avulla verkkosivuille pääsee helposti siirtymään. Qr-koodien lisäksi merkitsimme verkkosivujen osoitteet, sillä koodien toimivuutta ei voida varmistaa luotettavasti ajan kuluessa.

Panostimme sisällön selkeään rakenteeseen ja loogiseen järjestykseen. Järjestimme aiheet johdonmukaisesti selkeisiin lukuihin ja osioihin, mikä auttaa lukijaa löytämään tarvitsemansa tiedon nopeasti. Laadimme myös sisällysluettelon ja käytimme selkeää otsikointia, mikä tukee lukijaa hahmottamaan oppaan rakenteen ja auttaa sen käytössä. Visuaalinen ilme oli myös tärkeä osa suunnittelua; kiinnitimme huomiota asetteluun, fonttien valintaan ja värien käyttöön sekä siihen, että oppaan kuvat ja kaaviot ovat laadukkaita. Näin oppaasta tuli houkutteleva ja helposti lähestyttävä, mikä parantaa viestin perillemeno.

Pidimme tärkeänä, että opas sisältää käytännönläheisiä esimerkkejä ja selkeitä ohjeita, joiden avulla lukija voi soveltaa tietoa omassa arjessaan. Oppaassa on konkreettisia vinkkejä esimerkiksi talouden hallinnasta ja työnhausta ja niiden avulla pyrimme tekemään oppaasta mahdollisimman hyödyllisen sekä relevantin käyttäjälleen.

Viimeistelyvaiheessa kiinnitimme myös erityishuomiota oppaan kieliasuun ja tyyliin. Oikoluimme tekstin huolellisesti, tarkistimme oikeinkirjoituksen, kieliopin, tyylin ja luimme tekstin ääneen havaitaksemme kohtia, jotka eivät olleet riittävän sujuvia tai selkeitä. Lisäksi pyysimme toista henkilöä tarkistamaan tekstin saadaksemme palautetta. Tämä auttoi varmistamaan, että oppaan kieli on ammattimaista ja miellyttävää lukea, mutta kuitenkin nuorille suunnattua.

Näiden asioiden huomioiminen viimeistelyvaiheessa takasi mielestämme sen, että oppaasta tuli laadukas, helposti käytettävä ja kohderyhmälleen hyödyllinen kokonaisuus. Viimeistelyn jälkeen pyysimme vielä palautetta yksikön esihenkilöltä, sillä halusimme tiiviissä yhteistyössä toteuttaa juuri heidän tarpeitaan vastaavan oppaan.

## 9 Toimeksiantajan arviointi oppaasta

Yhteistyömme Nuorisokoti Avalonin kanssa huipentui oppaan valmistumiseen, jonka tavoitteena oli tukea nuorten itsenäistymistä sijaishuollon jälkeen. Oppaan kehittämisprosessin

loppuvaiheessa pyysimme täsmällistä palautetta toimeksiantajalta varmistaaksemme, että opas vastaisi heidän tarpeisiinsa ja olisi aidosti hyödyllinen käytännön työssä.

Toimeksiantajan arvion mukaan opinnäytetyönämme syntynyt itsenäistymisopas tulee saamaan erittäin positiivisen vastaanoton Nuorisokoti Avalonissa. Toimeksiantaja korosti erityisesti oppaan hyödyllisyyttä jo sijaishuollon aikaisessa työskentelyssä, sillä opasta on tarkoitus käyttää aktiivisesti omaohjaajatyön tukena noin puoli vuotta ennen nuoren sijoituksen päättymistä. Oppaasta voidaan valita yksilöllisesti käsiteltäviä aihealueita nuoren tuen tarpeiden mukaan, mikä tekee siitä joustavan työkalun erilaisten teemojen käsittelyyn. Lisäksi opas jaetaan nuorelle digitaalisessa muodossa, kun tämä siirtyy itsenäiseen asumiseen, jotta nuoret voivat palata siihen myöhemmässäkin vaiheessa helposti.

Toimeksiantaja totesi, että yhteistyö kanssamme oli erittäin sujuvaa ja rakentavaa. He arvostivat avointa kommunikaatiotamme ja haluamme kuulla heidän näkemyksiään oppaan sisällöstä ja visuaalisesta ilmeestä. Toimeksiantaja arvosti sitä, että otimme palautteet huomioon ja toteutimme parannukset toivotulla tavalla.

Toimeksiantajan kirjallisen palautteen perusteella oppaamme nähdään arvokkaana työkaluna, joka tukee nuorten itsenäistymistä ja mahdollistaa yksilöllisen tuen tarjoamisen. Tämä yhteistyö tarjosi meille myös arvokasta kokemusta työelämän tarpeiden huomioimisesta ja olemme kiitollisia saamastamme mahdollisuudesta kehittää työelämälähtöistä osaamistamme.

## 10 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvän tieteellisen käytännön ohjeessa tutkimusetiikalla tarkoitetaan eettisesti vastuullisten ja oikeiden toimintatapojen noudattamista ja edistämistä tutkimustoiminnassa, sekä epärehellisyyden tunnistamista ja torjumista. Eettisesti hyväksyttävä ja luotettava tieteellinen tutkimus vaatii tutkimuksen toteuttamista hyvän tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla. Hyvä tieteellinen käytäntö on osa tutkimusorganisaatioiden laatujärjestelmää. Sen keskeisinä lähtökohtina voidaan pitää rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyön aikana, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimuksen ja tulosten arvioinnissa. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu myös eettisesti kestäviä ja tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia tiedonhankinta-, tutkimus ja arviointimenetelmiä. Tutkijoilta odotetaan muiden tutkijoiden työn ja saavutuksien asianmukaista huomioon ottamista. Muiden työtä kunnioitetaan, annetaan arvo ja merkitys omassa tutkimuksessaan ja sen tuloksia julkaistaessa. (HTK-ohje 2012.)

Opinnäytetyömme prosessin aikana noudatimme hyvän tieteellisen käytännön ohjeistusta. Toimimme koko prosessin ajan eettisesti, rehellisesti, huolellisesti ja tarkasti. Pehdyimme huolellisesti kehittämistyön ohjeisiin, käytäntöihin ja menettelyihin. Toteutimme kyselyt

nimettöminä, jotta yksityisyyden suoja säilyy niihin vastanneilla. Käytimme työssämme laadukkaita lähteitä ja huolehdimme, että alkuperäinen tieto tulee selkeästi esille, jotta tutkijoiden työ ja saavutukset tulevat huomioiduksi asianmukaisella tavalla.

Tutkimuksen vaiheisiin kuuluu suunnittelu, toteutus ja raportointi. Siitä syntyneet tietoaineistot tallennetaan vaatimusten mukaan, jotka on asetettu tieteelliselle tiedolle. Tutkimukseen liittyvät tutkimusluvut tulee olla hankittuna ja eettinen ennakoarviointi tehtynä, jos sitä vaaditaan. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu myös, että jokainen tutkimustyöhön osallistuva tietää vastuunsa, velvollisuutensa sekä oikeutensa ja tekijyyttä koskevat periaatteet. (HTK-ohje 2012.)

Olemme suunnitelleet työmme huolellisesti, pyytäneet työmme eri vaiheissa palautetta ja raportoineet työmme eri vaiheissa annettujen ohjeiden mukaisesti. Selvitimme, tarvitsemmeko työllemme tutkimuslupan. Koska tutkimuslupaa ei tarvittu, sellaista tietoaineistoa ei syntynyt, jota täytyisi säilyttää tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa perustui koko opinnäytetyöprosessin ajan avoimuuteen ja keskinäiseen luottamukseen. Toimeksiantajalla oli jokaisessa vaiheessa mahdollisuus tarkastella kirjallista tuotostamme, esittää toiveita ja pyytää muutoksia.

Opinnäytetyön luotettavuutta tarkastellaan työn suunnitelmallisuuden, johdonmukaisuuden ja perusteltavuuden kautta. Opinnäytetyön lähdekriittisyys korostuu, kun tarkastellaan aihepiiriä tai ilmiötä useasta näkökulmasta. Opinnäytetyötä tehdessä vaaditaan taitoa valita lähteitä harkiten ja suhtautua lähteisiin kriittisesti. Opinnäytetyö ei saa pohjautua vain subjektiivisiin näkemyksiin tai kokemuksiin; sen täytyy pohjautua tutkittuun tietoon, jolloin teoreettinen viitekehys on asianmukainen. (Vilka & Airaksinen 2002, 72-73.)

Opinnäytetyön ja oppaassa käytettyjen lähteiden arviointi ja valinta perustuivat kriittiseen tarkasteluun työmme kaikissa vaiheissa. Lähteiden valinnassa kiinnitimme erityistä huomiota niiden esittämien tietojen perusteltavuuteen ja kirjoittajan asiantuntijuuteen. Tekstin sisäiset viittaukset merkittiin huolellisesti ja lähdeluettelo laadittiin Laurea-ammattikorkeakoulun antamien ohjeiden mukaisesti. Työskentelymme oli alusta alkaen hyvin suunnitelmallista ja johdonmukaista. Tuotoksemme lopputulosta pystymme perustelemaan raportin tieteelliseen teoriaosuuteen nojautuen.

## 11 Pohdinta

Opinnäytetyöprosessi eteni suunnitellusti opinnäytetyöryhmämme aikataulun mukaisesti. Työstimme opinnäytetyötä yhdessä ja itsenäisesti ennalta sovituin tavoin ja pidimme tarkasti huolta, että pysyimme asettamassamme aikataulussa. Opinnäytetyöprosessin aikana ammatillinen osaamisemme vahvistui huomattavasti ja havaitsimme konkreettisesti, kuinka paljon

tietoa olemme kerryttäneet opintojemme aikana. Erityisesti jälkihuollon prosessien tuntemus ja ymmärrys nuoruudesta merkittävänä ikävaiheena syvenivät prosessin myötä. Dokumentoimme työmme huolellisesti ja hyödynsimme laajasti lähteitä, jotka valitsimme tarkoin lähdekriittisin perustein. Koemme onnistuneemme aiheen rajauksessa ja keskeisten teemojen käsittelyssä sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten elämässä.

Saimme mahdollisuuden yhteiskehittää opasta toimeksiantajan kanssa, mikä vahvisti osaamistamme erityisesti kehittämisprosessin hallinnan sekä viestintä- ja vuorovaikutustaitojen osalta. Työmme merkitys korostui toimeksiantajalta saadun palautteen myötä, mikä kannusti meitä hiomaan oppaasta mahdollisimman toimivan ja käytännöllisen. Erityisen arvokkaaksi koimme myös nuorilta saamamme välipalautteen oppaan toimivuudesta. Tämä palaute tukee myös oppaan jatkokehittelyä tulevaisuudessa. Mikäli oppaan suunnittelulle olisi ollut käytävissä enemmän aikaa, olisimme voineet osallistaa nuoria aktiivisemmin sen kehittämiseen. Ymmärrämme myös, ettei opas välttämättä vastaa jokaisen nuoren tarpeisiin. Toivomme, että opasta jatkokehitetään toimeksiantajan toimesta, kun oppaan käytöstä on saatu riittävästi kokemusta ja sen toimivuutta on voitu arvioida tarkemmin.

Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli koko opinnäytetyöprosessin ajan sujuvaa, avointa ja rakentavaa. Toimeksiantaja antoi meille paljon vapautta oppaan sisällön suunnittelussa, mutta tarjosi myös arvokkaita näkemyksiä sekä palautetta, jotka tukivat kehittämistyötämme. Jatkuva viestintä ja avoimet keskustelut varmistivat sen, että oppaasta tuli käytännönläheinen ja juuri heidän tarpeisiinsa sopiva työkalu. Toimeksiantaja on ilmaissut kiinnostuksensa oppaan kehittämiseen myös muiden yksiköiden käyttöön. Oppaan sisältöä voidaan toimeksiantajan puolelta päivittää ja täydentää tarpeen mukaisesti, jotta se pysyy ajantasaisena ja toimivana työkaluna nuorten itsenäistymisen tukemisessa.

Jälkihuolto on merkittävä tuki, kun nuori siirtyy sijaishuollosta itsenäiseen asumiseen. Siirtymävaihe on monille nuorille merkittävä nivelkohta palveluiden välillä ja se saattaa aiheuttaa nuorelle epävarmuutta ja stressiä. Jälkihuollon tarkoituksena on tarjota nuorelle joustavaa ja monipuolista tukea, jonka avulla nuori voi kehittää arjenhallintaa, talouden hoitoa, sosiaalista verkostoa sekä yleisesti parantaa omaa elämänhallintaansa. Jälkihuollon toimivuus riippuu sen kyvystä vastata nuoren yksilöllisiin tarpeisiin ja haasteisiin. Esimerkiksi usea nuori kaipaa konkreettista apua vuokranmaksun, koulutuksen tai työnhaun parissa, kun taas jotkut nuoret kaipaavat enemmän emotionaalista tukea ja ohjausta itseluottamuksen tai päihteettömyyden ylläpitämiseksi. Onnistunut jälkihuolto on sellainen, joka on joustava, helposti saavutettava sekä pitää sisällään luottamuksellisen suhteen jälkihuollon työntekijän ja nuoren välillä. Luottamuksellista suhdetta tukee säännöllinen vuorovaikutus, nuoren omatoimisuuden tukeminen, dialogisuus sekä avoin kohtaaminen.

Jälkihuollon haasteita syntyy resurssipulasta, joka koskettaa laajasti sosiaali- ja terveysalaa. Resurssipula näkyy käytännössä palveluiden saatavuuden epätasaisuutena eri hyvinvointialueilla sekä saatujen palveluiden laadun poikkeavuuksina. Kaikki nuoret eivät välttämättä saa tarvitsemaansa tukea, ja osa saattaa jäädä kokonaan tuen ulkopuolelle juuri silloin, kun he eniten sitä tarvitsisivat. Lisäksi byrokratia ja palveluiden sirpaleisuus voivat hankaloittaa nuoren asiointia, palveluihin kiinnittymistä sekä avun saantia. Yhtenä haasteena voidaan myös pitää kokonaan jälkihuollon tuen ulkopuolelle jääviä nuoria, jotka syystä tai toisesta kieltäytyvät jälkihuollosta kokonaan tai työskentely loppuu hyvin lyhyeen. Riittämätön tuki nuoren itenäistymisvaiheessa saattaa aiheuttaa merkittäviä ongelmia nuoren elämässä pitkälläkin aikavälillä.

Jälkihuollon kehittämisessä tulisi huomioida nuorten kokemukset ja yksilölliset tarpeet. Nuoret hyötyvät eniten tuesta, joka on helposti saatavilla ja on ymmärrettävää. Huomioon tulee ottaa myös nuorten taustat sekä sijaishuollossa vietetty aika. Palveluiden koordinointi ja yhteistyö eri ammattilaisten välillä on ratkaisevaa, jotta nuorten saama apu on kokonaisvaltaista. Itsenäistyvien nuorten tapaamiseen tulisi olla resursseja ja luottamuksellisen suhteen rakentaminen tulisi aloittaa jo hyvissä ajoin sijoituksen aikana. Riittävä, yksilöllinen tuki auttaa nuoria pääsemään kiinni itsenäiseen elämään, löytämään omat vahvuutensa ja rakentamaan myönteisen pohjan tulevaisuudelleen.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut opettavainen ja monipuolinen prosessi, joka on syventänyt ymmärrystä nuorten itsenäistymisen tukemisesta sekä jälkihuollon merkityksessä. Prosessin aikana opimme laajasti nuorten itsenäistymisen haasteista sekä niitä tukevien palveluiden merkityksestä. Työtä tehdessä korostui, kuinka tärkeää on kuunnella nuorten näkemyksiä ja kehittää tukipalveluita heidän kokemustensa pohjalta. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt opas tarjoaa konkreettista apua ja tietoa itsenäistymiseen. Opasta voidaan käyttää sijaishuoltoyksikön itsenäistymistä tukevassa työskentelyssä sekä itsenäistyvät nuoret voivat hyödyntää sitä omien tarpeidensa ja toiveidensa mukaisesti. Työ toi myös esille jälkihuollon kehittämistarpeet sekä sen, että jokaisen nuoren kuuluu saada tarvitsemaansa tukea elämän nivelkohdassa.

Haluamme lopuksi kiittää opinnäytetyötä ohjannutta opettajaa, yhteistyötahoja sekä kaikkia niitä nuoria, joiden kokemukset ja ajatukset ovat rikastuttaneet tätä työtä. Toivomme, että tämä opas tarjoaa arvokasta tukea ja inspiraatiota nuorten kanssa työskenteleville sekä ennen kaikkea itse nuorille heidän matkallaan kohti itsenäistä elämää.

## Lähteet

### Painetut:

Aaltonen, M. 2003. Nuoren aika. 2. uudistettu painos. Porvoo; Helsinki: WSOY.

Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015. Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytyneeseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 160. Helsinki: Unigrafia.

Aronen, E. & Lindberg, N. 2016. Lasten ja nuorten käytöshäiriöt. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. 2017 (toim.) Lasten psykiatria ja nuorisopsykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.

Bardy, M. (toim.) 2013. Lastensuojelun ytimissä. 4. uudistettu painos. Tampere: Suomen Yliopistopaino.

Helminen, J. 2020. Sosiaaliohjaus - lähtökohtia ja käytäntöjä. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Kaivosoja, M. & Välimäki, K. 2016. Lastensuojelu ja terveydenhuolto. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. 2017 (toim.) Lasten psykiatria ja nuorisopsykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.

Karlsson, L., Marttunen, M. & Kumpulainen, K. 2016a. Lasten ja nuorten mielialahäiriöt. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. 2017 (toim.) Lasten psykiatria ja nuorisopsykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.

Karlsson, L., Marttunen, M. & Kumpulainen, K. 2016b. Lasten ja nuorten masennus. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. 2017 (toim.) Lasten psykiatria ja nuorisopsykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilka, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: Opas toiminnalliseen oppimisyöhön. Helsinki: Art House.

Laaksonen, S. (toim.) 2004. Jälkihuolto-opas. Sijaishuollon neuvottelukunnan julkaisuja 17. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.

Lastensuojelulaki 417/2007.

Leskisenoja, E. & Sandberg, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Mattila, L. & Manninen, J. 2024. Teinin mieli: Opi ymmärtämään nuorta. Helsinki: Gummerus.

Niemelä, S. 2016a. Päihdeongelmille altistavat tekijät. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. Lasten psykiatria ja nuorten psykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.

- Niemelä, S. 2016b. Päihdehaitat, nuoren päihdehäiriön luonne ja kulku. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. Lasten psykiatria ja nuorten psykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.
- Niemelä, S. 2016c. Nuorten päihdekäytön epidemiologiaa. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. Lasten psykiatria ja nuorisopsykiatria. E-kirja. Helsinki: Duodecim.
- Nuorisolaki 1285/2016.
- Paaso, L. & Lavikainen, E. 2015. Välittämistä ja konkretiaa: Nuorten ja ammattilaisten kohtaamisia koulutuksen ja työelämän rajapinnoilla. E-kirja. Helsinki: Otus.
- Pösö, T., Enroos, R., Heino, T. & Hautanen, T. 2016. Huostaanotto: lastensuojelun vaativin tehtävä. E-kirja. Tampere: Vastapaino.
- Räty, T. 2023. Lastensuojelulaki: Käytäntö ja soveltaminen. 5. uudistettu painos. Helsinki: Edita.
- Saari, J., Eskelinen, N. & Björklund, L. 2020. Raskas perintö. Ylisukupolvinen huono-osaisuus Suomessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY.
- Suhonen, P. 2020. Onnellisten lasten salaisuudet. Helsinki: Siltala.
- Vierula, T., Korkiamäki, R., Saukkola, S., Pakarinen, T., Pohjolainen, A., Vanhatalo, N. & Eronen, T. 2024. Lapsiperheiden ja lastensuojelun sosiaalityö. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sähköiset:
- Fröjd, S., Kaltiala-Heino, R-K., Ranta, K., Von der Pahlen, B., Marttunen, M. 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö: Tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Jyväskylä: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin ja laitos. Viitattu 28.11.2024. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80114/4f346481-ad88-43d7-8320-c5ddbfc057c1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Groop, K. 2021. Sijaishuolto osana elämäntarinaa - Elämänkulun käännekohtien analyysi sijais- huollosta aikuistuneiden kokemuksista. Janus 29/2021. Viitattu 11.9.2024. <https://journal.fi/janus/article/view/82039/65546>
- HTK-ohje 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. Tutkimus eettinen neuvottelukunta. Viitattu 3.9.2024. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/HTK-ohje-2012#HTK>
- Hurme, A. 2024. Lastensuojelun jälkihuollon järjestäminen Pirkanmaalla muuttuu taas - juuri 25 vuoteen nostettua ikärajaa lasketaan. Viitattu 11.9.2024. <https://yle.fi/a/74-20068665>

Huurre, T., Viialainen, R., Marttunen, M. & Strandholm, T. 2013. Nuorten mielenterveyshäiriöt: Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 2.9.2024. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL\\_OPA025\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kettunen, J., Kärki, A., Näreaho, S. & Päällysaho, S. 2017. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Helsinki: Ammattikorkeakoulujen Rehtorineuvosto Arene. Viitattu 4.9.2024. <https://arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Arenen%20ONT%20eettiset%20ohjeet%20esitysmateriaali%202020.pdf?t=1578486373>

Lastensuojelun vaativan sijaishuollon uudistamistyöryhmän loppuraportti 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2020:28. Helsinki. Viitattu 6.9.2024. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162414/STM\\_2020\\_28\\_rap.pdf;jsessionid=2B53574D6F9BE5B320A4A651016D9A99?sequence=1](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162414/STM_2020_28_rap.pdf;jsessionid=2B53574D6F9BE5B320A4A651016D9A99?sequence=1)

Lepistö, J. 2023. Jälkihuoltoikäraja laskee - sosiaaliministeri perustelee muutosta yhdenvertaisuudella. Viitattu 11.9.2024. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/jalkihuoltoikaraja-laskee-sosiaaliministeri-perustelee-muutosta-yhdenvertaisuudella/8744548#gs.eys5vs>

Levamo, P. 2007. Omaa elämää etsimässä. Tutkimus ryhmämuotoisen sosiaalityön mahdollisuuksista tukea nuorten itsenäistymistä. Teoksessa Heikkinen, A., Levamo, P., Parviainen, M. & Savolainen, A. Näe minut - kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCA:n ja Heikki Waris -instituutin julkaisuja nro 11. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 15.10.2024. [https://socca.fi/files/80/Nae\\_minut\\_kuule\\_minua\\_kokemuksia\\_ryhmista.pdf](https://socca.fi/files/80/Nae_minut_kuule_minua_kokemuksia_ryhmista.pdf)

Mansner, R. 2020. Superhetket nuoren itsenäistymisen polulla. Teoksessa Yliruka, L., Kanto- luoto, A., Heino, T., Laine, T. & Hipp, T. (toim.) Itsenäistymistä ja hyvinvointia tukeva jälkihuolto ja nuorten aikuisten sosiaalityön mallinnus. THL, työpäpaperi 32/2020, 36-37. Viitattu 28.11.2024. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140573/TY%c3%962020\\_032\\_Itsen%c3%a4istymist%c3%a4%20ja%20hyvinvointia%20tukeva%20j%c3%a4lkihuolto%20ja%20nuorten%20aikuisten%20sosiaality%c3%b6n%20mallinnus\\_s.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140573/TY%c3%962020_032_Itsen%c3%a4istymist%c3%a4%20ja%20hyvinvointia%20tukeva%20j%c3%a4lkihuolto%20ja%20nuorten%20aikuisten%20sosiaality%c3%b6n%20mallinnus_s.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Metteri, A. 2012. Hyvinvointivaltion lupaukset, kohtuuttomat tapaukset ja sosiaalityö. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Viitattu 15.10.2024. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66973/978-951-44-8956-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Nuorisokoti Avalon 2024. Viitattu 25.9.2024. <https://nuorisokotiavalon.fi/#:-:text=Nuorisokoti%20Avalon%20on%20p%C3%A4ihiteill%C3%A4>

Peura-Kapanen, L., Aalto, K., Lehtinen, A. & Järvinen, R. 2015. Ylivelkaantumisen ehkäisyn ja hoidon tehostaminen. Valtioneuvoston kanslia. Viitattu 23.10.2024. [https://tietokayttoon.fi/documents/10616/2009122/26\\_Ylivelkaantumisen+ehk%C3%A4isyn+ja+hoidon+tehostaminen.pdf/97f54cef-7913-46fc-a469-1b4e0c79d1ba?version=1.0](https://tietokayttoon.fi/documents/10616/2009122/26_Ylivelkaantumisen+ehk%C3%A4isyn+ja+hoidon+tehostaminen.pdf/97f54cef-7913-46fc-a469-1b4e0c79d1ba?version=1.0)

Peura-Kapanen, L. & Lehtinen, A. 2011. Nuorten taloudellinen osaaminen: Määrittelyä, toimijoita, materiaaleja. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus. Viitattu 23.10.2024. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/4fb3c949-ba69-4bd1-aefa-3c68868b30cf/content>

Pukkio, S. & Hoikkala, S. 2016. Jälkihuolto kasvun ja itsenäistymisen tukena. Teoksessa Opas jälkihuoltotyöhön. Pukkio, S. & Hipp, T. (toim.) Viitattu 15.10.2024. <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/Opas-lastensuojelun-jalkihuoltotyohon-120616-1.pdf>

Säästöpankki 2024. Nuorten raha-asiat, maksuhäiriömerkinnät. Viitattu 22.10.2024. <https://www.saastopankki.fi/fi-fi/nuorten-raha-asiat/maksuhairiomerkinnat>

Talentia 2022. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Viitattu 4.9.2024. <https://talentia.lukusali.fi/#/reader/4fb08bf6-d9e1-11ed-bdad-00155d64030a>

THL 2023a. Lastensuojelun käsikirja, kiireellinen sijoitus. Viitattu 3.9.2024. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/kiireellinen-sijoitus>

THL 2023b. Lastensuojelun käsikirja, sijaishuolto. Viitattu 3.9.2024. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot>

THL 2023c. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. Viitattu 23.10.2024. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/hyvinvointi-ja-terveys/nuorten-syrjaytymisen-ehkaisy>

THL 2023d. Lasten ja nuorten päihdeongelmiin puuttuminen. Viitattu 15.9.2024. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/paihde-tyo-sijaishuollossa/lasten-ja-nuorten-paihdeongelmiin-puuttuminen>

THL 2023e. Mielensterveys. Mielensterveyspalvelut. Viitattu 30.10.2024. <https://thl.fi/aiheet/mielensterveys/mielensterveyspalvelut/terapeutitset-menetelmat-ja-terapiapalvelut>

THL 2024a. Lastensuojelun käsikirja, jälkihuolto. Viitattu 10.9.2024. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/jalkihuolto#nuoret>

THL 2024b. Lastensuojelun käsikirja, jälkihuolto. Viitattu 22.10.2024. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/jalkihuolto>

Törrönen, M. & Vauhkonen, T. 2012. Itsenäistyminen elämänvaiheena: Osallistava vertaistutkimus sijaishuollosta itsenäistyvien nuorten hyvinvoinnista. Helsinki: SOS-Lapsikylä. Viitattu 22.10.2024. <https://www.sos-lapsikyla.fi/wp-content/uploads/2020/12/vertaistutkimus-SOS-Lapsikyla.pdf>

Undervisnings- och kulturministeriet. 2020. Riksomfattande program för ungdomsarbete och ungdomspolitik 2020-2023. Målet är att alla unga ska ha ett meningsfullt liv och vara delaktiga i samhället. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2020:3. Helsingfors. Viitattu 11.9.2024. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162008/OKM\\_2020\\_3\\_VANUPO\\_SV.pdf;jsessionid=4610B0B231CC37F1C5BE5BFFDB50E424?sequence=4](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162008/OKM_2020_3_VANUPO_SV.pdf;jsessionid=4610B0B231CC37F1C5BE5BFFDB50E424?sequence=4)

Valtiontalouden tarkastusviraston tarkastuskertomukset 6/2012. Tuloksellisuustarkastuskertomus. Lastensuojelu. Helsinki: Edita Prima. Viitattu 15.10.2024. <https://www.vtv.fi/app/uploads/2018/06/29145931/lastensuojelu-06-2012.pdf>

Verde 2023. Lastensuojelun jälkihuollon ikärajan laskeminen ei tuo odotettuja säästöjä. Viitattu 11.9.2024. <https://www.verdelehti.fi/2023/10/06/lastensuojelun-jalkihuollon-ikarajan-laskeminen-ei-tuo-odotettuja-saastoja/>

Von der Pahlen, B., Lepistö, J. & Marttunen, M. 2013. Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Teoksessa Marttunen, M., Huurre, T., Strantholm, T. & Viialainen, R. (toim.) Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 25.9.2024. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL\\_OPA025\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kuvat

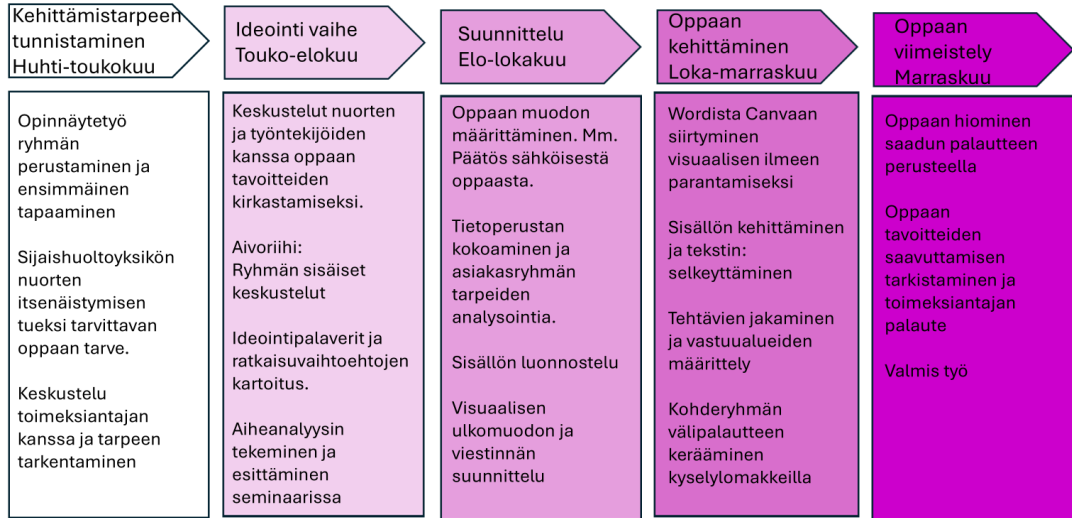
Kuva 1: Tuotekehitysprosessi..... 28

## Liitteet

Liite 1: Prosessin kulku .....	42
Liite 2: Välipalaute .....	43

## Liite 1: Prosessin kulku

# Prosessin kulku



## Liite 2: Välipalautte

Nuorten Itsenäistymisoppaan **Välipalautte**, työ on vielä keskeneräinen.



Tuosta pääset oppaaseen!

Kiitos, että otit hetken aikaa palautteen antamiseen! Tavoitteenamme on tehdä oppaasta mahdollisimman hyödyllinen ja selkeä. Vastaa alla oleviin kysymyksiin ja auta meitä kehittämään opasta paremmaksi.

Merkitse oletko: nuori  ohjaaja

### 1. Kuinka tyytyväinen olet oppaan visuaaliseen ulkoasuun (esim. värit, kuvat ja asettelu)?

- Erittäin tyytymätön
- Jonkin verran tyytymätön
- Neutraali
- Tyytyväinen
- Erittäin tyytyväinen

#### Kommentit visuaalisuudesta:

*(Mitä pidit ulkoasusta? Miten voisimme parantaa sitä?) kirjoita vastaus:*

### 2. Onko oppaan kieli selkeää ja helppolukuista?

- Erittäin epäselvä
- Melko epäselvä
- Neutraali
- Melko selkeä
- Erittäin selkeä

#### Kommentit selkeydestä:

*(Oliko jokin kohta vaikeasti ymmärrettävä? Missä kaipasit tarkennusta? onko tekstiä liikaa?) Kirjoita vastaus:*

### 3. Kuinka hyödyllisiä oppaan aiheet olivat?

- Ei lainkaan hyödyllisiä
- Vain hieman hyödyllisiä
- Kohtalaisen hyödyllisiä
- Hyödyllisiä
- Erittäin hyödyllisiä

#### Kommentit aiheista ja niiden tärkeydestä:

*(Onko jokin aihe erityisen tärkeä tai vähemmän tärkeä itsenäistymisessäsi?) kirjoita vastaus:*

### 4. Mitä aiheita tai tietoa oppaasta mielestäsi puuttuu?

### 5. Muita ajatuksia tai kehitysehdotuksia oppaasta?

*(Mikä oli parasta? Missä näet parannettavaa?)*

Kiitos vastauksistasi!