

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoitaja

MTMK16

2016

Ahonen Anna, Nori Teija, Nurmi Terhi & Salonen Lisa

NUORTEN TYÖTTÖMIEN AJATUKSIA TERVEYDESTÄ, TYÖ- JA TOIMINTAKYVYSTÄ SEKÄ PALVELUISTA JA OSALLISUUDESTA

Ahonen Anna, Nori Teija, Nurmi Terhi & Salonen Lisa

NUORTEN TYÖTTÖMIEN AJATUKSIA TERVEYDESTÄ, TYÖ- JA TOIMINTAKYVYSTÄ SEKÄ PALVELUISTA JA OSALLISUUDESTA

Tämän laadullisen opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää haastattelun avulla nuorten työttömien ajatuksia, tarpeita, toiveita ja ideoita terveydestä, työ- ja toimintakyvystä sekä palveluista ja osallisuudesta. Lisäksi selvitettiin heidän digitaalitekniikan käyttötaitojaan ja toiveitaan tämän osaamisalueen vahvistamiseksi. Tavoitteena oli kerätä tietoa nuoren omista näkemyksistä heidän terveyteensä, työ- ja toimintakykynsä sekä palveluihin ja osallisuuteen liittyen. Opinnäytetyö kuuluu Turun AMK:n Ruori- hankkeeseen.

Aineistonkeruu toteutettiin ryhmässä teemahaastattelulla ja puolistrukturoidun kyselylomakkeen avulla. Kohdejoukkona olivat työttömät nuoret Naantalissa ja Turussa. Haastatteluihin osallistui 11 nuorta. Saatujen vastausten analysoinnissa käytettiin sisällön analyysiä.

Tulokset antoivat viitteitä siitä, että nuoret kokivat terveytensä pääsääntöisesti hyväksi. Nuoret pitivät itsestään huolta liikkumalla. Kaikilla oli luotettavia henkilöitä lähipiirissä. Suurimmat esteet työllistymiselle olivat työkokemuksen ja koulutuksen puute sekä epävarmuus omasta alasta. Lisätietoa kaivattiin talousasioista. Nuoret halusivat apua työllistymiseen. Keinoiksi mainittiin esimerkiksi toimiva TE-toimisto, realismi työtarjousten antamisessa ja oikean tiedon saanti. Nuoret ajattelivat tulevaisuudestaan positiivisesti. He näkivät itsensä töissä tai opiskelemassa viiden vuoden kuluttua.

Johtopäätöksenä todetaan, että nuori tarvitsee henkilökohtaista tukea ja motivointia urapolulle ohjaamisessa. Nuori tarvitsee myös kokemuksen siitä, että hänet nähdään omana itsenään ja häntä arvostetaan. Nuorten digitaalitekniikan taidot voivat mahdollistaa tietotekniikan hyödyntämisen tulevaisuuden ammateissa.

Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää kehitettäessä palveluohjausta ja -muotoilua nuorten työttömien työ- ja toimintakyvyn edistämiseen.

ASIASANAT: Terveys, terveyden edistäminen, työttömyys, hyvinvointi, toimintakyky, työkyky, palvelut ja osallisuus

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme Bachelor of Health Care/ of nursing

December 2016 | 47+3

Ahonen Anna, Nori Teija, Nurmi Terhi & Salonen Lisa

THOUGHTS OF YOUNG UNEMPLOYED PERSONS ON HEALTH, WORK ABILITY, FUNCTIONAL ABILITY, SERVICES AND PARTICIPATION

The purpose of this qualitative Bachelor's graduate thesis was, by using an interview, to collect and describe information on unemployed youths' thoughts, needs, wishes and ideas of health, work ability, functional ability, services and participation. In addition, their capabilities of using digital technology and wishes of reinforcing this domain of competence were studied. The aim was to collect information on the youths' views on their health as well as work ability, functional ability, services and participation. This graduate thesis is part of a project called 'Ruori' carried out by Turku University of Applied Sciences.

The material was collected in a group by means of a thematic interview and a semi-structured questionnaire, with unemployed young persons in Naantali and Turku as the target group. Eleven youths were interviewed, and the answers were interpreted by content analysis.

The findings indicated that these young persons, as a rule, felt that their health was good. They took care of the basic health by regular physical exercise. Each person had good friends and relatives they could trust on. The biggest obstacle to obtain a job was the lack of work experience and education and uncertainty of their own area of special talents. More information was needed on economic affairs, and in obtaining assistance in practical issues in getting employed. As means of achieving this they mentioned, for example, an efficient Employment and Economic Development Office, giving realistic job offers and receiving correct information. The young persons had a positive outlook on their future, seeing themselves working or studying after a period of five years.

As a conclusion we can state that a young person needs personal support and motivation for their career path. A young person also needs an experience of being accepted and an appreciated. Additional digital technology skills may enable the use of information technology in future career.

In future, the findings of this Bachelor's thesis can be used in providing unemployed youths with activities that promote their work ability and functional ability.

KEYWORDS: Health, health promotion, unemployment, wellbeing, work ability, functional ability services, participation

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 TYÖTTÖMYYS JA HYVINVOINTI	7
3 NUORTEN ELINTAVAT	8
4 NUORET JA TYÖTTÖMYYS	10
5 NUORTEN TERVEYS, TYÖ- JA TOIMINTAKYKY	12
5.1 Terveys ja terveyden edistäminen	12
5.2 Nuorten työ- ja toimintakyky	14
5.3 Nuoret ja digitaidot	16
5.4 Nuorten terveyttä ja toimintakykyä edistävät tekijät	17
6 PALVELUT JA OSALLISUUS	19
6.1 Nuorisotakuu	19
6.2 Matalan kynnyksen palveluja nuorille	19
6.2.1 Naantalin matalan kynnyksen palveluja	20
6.2.2 Turun matalan kynnyksen palveluja	21
7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	23
8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	24
8.1 Laadullinen lähestymistapa	24
8.2 Aineiston keruu	25
8.3 Haastattelujen toteutus	26
9 AINEISTON ANALYYSI	28
10 TULOKSET	31
10.1 Taustatiedot	31
10.2 Nuorten työttömien ajatuksia terveydestä	32
10.3 Nuorten työttömien ajatuksia työ- ja toimintakyvystä	33
10.4 Nuorten työttömien ajatuksia palveluista ja osallisuudesta	34
10.5 Nuorten työttömien toiveita	36
11 POHDINTA	37

11.1 Eettisyys ja luotettavuus	37
11.2 Tulosten tarkastelu	38
11.3 Arviointi	41
11.4 Kehittämisen- ja tutkimusehdotukset	42

LÄHTEET	44
----------------	-----------

LIITTEET

Liite 1. Teemahaastattelun kysymykset	
Liite 2. Kirjoitusalueet	

KUVAT

Kuva 1. Esimerkki yhden Learning Cafe- pöydän kirjoitusalueesta.	29
--	----

KUVIOT

Kuvio 1. Työkyky ja siihen vaikuttavat tekijät	15
Kuvio 2. Esimerkkikuvio kysymyksestä "Millainen on hyvä elämä? Mistä haaveilet?"	30
Kuvio 3. Terveystta edistävät ja heikentävät tekijät	32
Kuvio 4. Nuorten työttömien työ- ja toimintakykyä edistävät ja heikentävät tekijät	34
Kuvio 5. Palveluiden käyttöä ja osallisuutta edistävät ja heikentävät tekijät	35
Kuvio 6. Mitä palveluja haluaisit, mistä olisi apua työllistymiseen?	35
Kuvio 7. Millaiseen toimintaan haluaisit osallistua mielelläsi?	36
Kuvio 8. Toiveet	36

TAULUKOT

Taulukko 1. Taustatiedot.	31
---------------------------	----

1 JOHDANTO

Valtion nuorisoasiain neuvottelukunnan lausunto lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämissuunnitelmaan otettavista asioista vuosille 2016 - 2019 pitää sisällään kehittämissuunnitelman, jonka tavoitteena on alle 29-vuotiaiden kasvu- ja elinolojen parantaminen. Neuvottelukunta ehdottaa, että tulevan suunnitelman tärkeimmäksi tavoitteeksi otettaisiin nuorten osallistuminen ja se on kirjannut tulevaisuuden visioksi ”maailman osallistuvien nuoriso”. Tutkimusten mukaan aktiivinen osallistuminen ennustaa esimerkiksi yksilön sosiaalisten taitojen hallintaa sekä kiinnostusta terveisiin elämäntapoihin. Nuorten tulisi saada kokea, että heitä arvostetaan ja että heidän mielipiteillään on vaikutusta uusien kuulemis- ja vaikuttamisjärjestelmien lisäksi. Jos nuori ei usko pystyvänsä vaikuttamaan yhteisessä päätöksenteossa, estää se hänen aktiivista osallistumista, vaikka vaikuttamisen mahdollisuuksia olisikin. Lisäksi heikko usko omaan pystyvyyteen päätöksenteossa lisää syrjäytymisen riskiä. Nuoria koskevien palvelujen kehittämisessä tulee toteuttaa kokeiluja, joita nuoret ovat myös suunnittelemassa. Sähköisten palveluiden kehittämisessä tulisi hyödyntää sellaisia palveluja, joita nuoret jo käyttävät. (Valtion nuorisoasiain neuvottelukunta 2016.) Opinnäytetyö on ajankohtainen ja tarpeellinen, koska kohderyhmänä ovat työttömät nuoret.

Opinnäytetyö toteutetaan Ruori-hankkeessa, joka on ESR-rahoitteinen hanke. Hankkeen ensimmäisessä vaiheessa 1.2. - 30.11.2016 kartoitetaan työttömien näkemyksiä terveyden, työ- ja toimintakyvyn edistämisestä ja ylläpitämisestä. Kohderyhminä hankkeessa ovat nuoret, yli 50 vuotiaat ja maahanmuuttajataustaiset työttömät ihmiset. Tarkoituksena on ottaa selvää heidän toiveistaan, odotuksistaan ja esteistään toimintaan, jotka edistäisivät heidän työ- ja toimintakykyään. Lisäksi heidän on tarkoitus osallistua hankkeen puitteissa terveyttä edistävän toiminnan suunnitteluun. Hanke toteutetaan Naantalissa, Turussa ja Salossa. (Ruori-hanke 2016.)

Tässä opinnäytetyössä kohderyhmänä olivat 18 - 29-vuotiaat nuoret työttömät Turussa ja Naantalissa. Opinnäytetyö kohdennetaan hankkeen ensimmäiseen vaiheeseen eli tiedonkeruuseen. Asiaa tarkastellaan kolmesta näkökulmasta, joita ovat 1) terveys, 2) työ- ja toimintakyky sekä 3) palvelut ja osallisuus.

2 TYÖTTÖMYYS JA HYVINVOINTI

Työ itsessään toimii hyvinvoinnin lähteenä. Työllä ja työyhteisöllä on suuri merkitys psykososiaaliseen tukeen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Työttömät ovat vaarassa syrjäytyä sosiaalisten kontaktien puuttuessa ja työstä saatujen muiden etujen esim. työterveyshuollon ulkopuolelle jäämisen vuoksi. Työ rytmittää ihmisen arkea ja tuo turvaa säännöllisestä toimeentulosta. Työstä saatu palkka nostaa elintasoa ja sitä kautta hyvinvointia. Raha mahdollistaa itsensä toteuttamisen, kehittymisen ja vapaa-ajan vieton. Työtön joutuu turvautumaan yhteiskunnan tarjoamiin tukiin selviytyäkseen arjesta. Kuitenkin tiiviin työnhaun on todettu olevan yhteydessä itsensä kehittämiseen ja päämäärätietoisuuteen. (Grönholm 2016, 5; Hult 2014,17.)

Työttömyys muuttaa normaalin työhön ja vapaa-aikaan jakautuvan elämänrytmin. Ajankäytön hallinta vähentää merkittävästi työttömyyden hyvinvoinnille aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia. Hallittu ajankäyttö merkitsee nykyisyyteen orientoitumista, tarkoituksellisuutta, tehokasta järjestelykykyä ja peräänantamattomuutta. Työttömät, jotka hallitsevat ajankäyttöä, kokevat psyykkisen hyvinvointinsa paremmaksi. (Huhta 2015,14; Hult 2014,18.)

Nuorten työttömien ajankäytön tutkimuksissa on tullut esille, että kolmasosa hereillä oloajasta kulutettiin television katseluun, internetin selailuun ja oleiluun mitään tekemättä. Kotitöihin nuoret työttömät käyttivät hieman enemmän aikaa kuin työssä käyvät. Passiivinen ajankäyttö heikentää nuoren työttömän terveyttä. Ennaltaehkäisyllä ja koulutuksella voidaan tukea nuorta työtöntä käyttämään aikansa suotuisalla ja tarkoituksellisella tavalla. (Hult 2014,18.)

Työttömyys, erityisesti pitkittyessään, vaikuttaa haitallisesti terveyteen ja hyvinvointiin. Työttömät kokevat vointinsa huonommaksi ja sairastavat enemmän kuin työlliset. Työttömyysriskiä lisää huono terveys ja varsinkin mielenterveysongelmat. Työttömyys saattaa johtaa huonoon terveyteen ja huono terveys voi johtaa suurempaan työttömyysriskiin. Sosiaalinen tuki, hyvä itsetunto ja omat selviytymiskeinot voivat lieventää työttömyyden terveysvaikutuksia. Toistuvat työttömyysjaksot, pitkäaikainen työttömyys, häpeä, taloudelliset ongelmat, alkoholin käyttö ja mielenterveysongelmat voivat puolestaan pahentaa työttömyyden terveysvaikutuksia. Pitkittynyt työttömyys ja usein toistuvat työttömyysjaksot alentavat työkykyä ja lisäävät kuolleisuutta. (THL 2016.)

3 NUORTEN ELINTAVAT

Nuorisobarometri 2015 on tutkinut 15 - 29-vuotiaita Suomessa asuvia nuoria. Tutkimuksen mukaan 86 % nuorista harrastaa jotain liikuntaa. Mitä enemmän on ikää, sen yleisempää on liikkuminen. Taloudellinen tilanne vaikuttaa asiaan. Heikosti toimeentulevista tai köyhistä 80 % ilmoittaa harrastavansa liikuntaa. Hyvin toimeentulevissa ja varakkaissa luku on 88 %. Yli puoli vuotta työttömänä olleilla nuorilla vastaava luku on 84 %. Säännöllisesti tupakoivista nuorista 22 % ei harrasta mitään liikuntaa. (Nuorisobarometri 2015.)

Nuoret työttömät valvovat tavallisesti pitkään. Nuorisobarometrin mukaan nuoret nukkuvat keskimäärin 8,2 tuntia. Arjen myöhäisellä nukkumaanmenoajalla on yhteys lyhyeksi jääviin yöuniin ja se vaikuttaa voimakkaasti arkiaskareista selviämiseen. Heikoiten arjessa pärjäävät vasta puolen yön jälkeen nukkumaan menevät. He käyttävät selvästi enemmän päihteitä. Lisäksi he ovat keskimääräistä tyytymättömämpiä terveyteensä, fyysiseen kuntoon ja yleensä koko elämäänsä. Univaje saattaa huonontaa toimintakykyä sekä psyykkistä ja somaattista hyvinvointia. Riittävän unen määrän yhteys hyvään terveyteen selittynee pääasiassa muiden elämäntapojen säännöllisyydellä ja terveellisyydellä. (Nuorisobarometri 2015.)

Pitkään jatkuneena työttömyydellä voi olla merkittävä vaikutus nuoren terveyteen. Työttömyys heikentää psyykkistä terveyttä, lisää stressiä, ahdistuneisuutta ja psykosomaattisia oireita. Työttömyys laskee hyvinvointia ja itsetuntoa. Työttömillä on havaittu kaksi kertaa enemmän merkittäviä masennuksen oireita työssä käyviin verrattuna. Heikko mielenterveys vaikuttaa eri tavalla naisten ja miesten kohdalla, kun he joutuvat työttömäksi. Naisten heikko mielenterveys johtaa työttömyyteen miehiä useammin, kun miehillä puolestaan heikko mielenterveys ennustaa pitkää työttömyyttä ja paluu työelämään on epätodennäköistä. Työttömät nuoret naiset arvioivat omaa terveyttään heikommaksi kuin työttömät nuoret miehet. (Hult 2014,11 - 12.)

Alkoholismi tunnetaan työttömyyteen vaikuttavana syynä, mutta alkoholismin vaikutusta työhön on tutkittu vähemmän. Tutkittaessa alkoholin kulutusta työttömien keskuudessa on työttömyyden todettu olevan riskitekijä alkoholin väärinkäytölle. Työttömyyden ensimmäisen vuoden aikana on todettu alkoholin päivittäisen kulutuksen lisääntyneen ja alkoholiriippuvuuden kehittymisen todennäköisyyden kasvavan. (Hult 2014,12.) Alkoholin lii-

Alkoholin liikakäyttö vaikuttaa terveydellisten ongelmien lisäksi sosiaalisiin ja taloudellisiin seikkoihin. Alkoholin liikakäytöstä on haittaa itse käyttäjänsä lisäksi hänen lähiympäristölleen, työyhteisölleen ja koko yhteiskunnalle. (Palosuo ym. 2013, 109 - 110.)

Tupakoinnin lopettaminen on tehokas tapa parantaa terveyttä. Tupakointi on suurin yksittäinen terveysriski sekä keskeinen syy väestöryhmien välisiin terveyseroihin. (STM 2016.) Koulutusryhmittäiset erot tupakoinnissa ovat kasvaneet viime vuosina. Tupakointi ja siihen liittyvät ongelmat ovat yleisimpiä alimmissa koulutusryhmissä. Tupakointi heikentää toimintakykyä esimerkiksi lisäämällä tuki- ja liikuntaelinten sairauksia. Nuoren arkeen vaikuttavia tupakkariippuvuuden oireita ovat esimerkiksi keskittymisvaikeudet, ahdistuneisuus ja univaikeudet. (THL 2014.) Tupakkatuotteet sisältävät myrkyllisiä aineita ja aiheuttavat elimistössä solu- ja perimämuutoksia, kudosaivourioita sekä monia sairauksia. (Hara ym. 2010, 3.)

Ruokavaliossa ja ravitsemuksessa on eroja koulutus ja tulotasoon liittyen. Erot heijastuvat myös sairastavuuteen ja kroonisten sairauksien riskitekijöihin. Joukkoruokailuilla, kuten koulu- ja työpaikkaruokailuilla, näitä väestöryhmien välisiä eroja voidaan kaventaa. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 13.)

4 NUORET JA TYÖTTÖMYYS

Työttömyyttä kuvataan Suomessa yleensä kahdella tavalla. Työ- ja elinkeinoministeriö (2015) määrittelee työttömäksi työnhakijaksi henkilön, joka ei ole työsuhteessa eikä työlisty päätoimisesti yritystoiminnassa tai omassa työssään. Työttömäksi työnhakijaksi katsotaan henkilö, joka on joko kokonaan lomautettu tai jonka säännöllinen viikoittainen työaika on alle neljä tuntia. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015.)

Tilastokeskuksen (2016) mukaan työtön työnhakija on henkilö, joka on Tilastokeskuksen tutkimusviikolla työtä vailla. Työttömäksi määritellään henkilö, joka on aktiivisesti etsinyt töitä viimeisen neljän viikon aikana ja voisi aloittaa työt kahden viikon kuluessa. Lisäksi työttömäksi tilastoidaan henkilöt, jotka voisivat aloittaa työn kahden viikon kuluttua, mutta joiden työsuhde alkaa vasta kolmen kuukauden kuluttua. Pitkäaikaistyöttömäksi määritellään henkilö, joka on ollut tutkimusajankohtana työttömänä yhtäjaksoisesti 12 kuukautta tai pidemmän aikaa. (Tilastokeskus 2016.)

Varsinais-Suomen työ- ja elinkeinotoimistossa oli syyskuun lopussa 28 200 työtöntä työnhakijaa. Syyskuussa työttömien määrä yleensä vähenee. Työttömien määrä työvoimasta oli syyskuussa Varsinais-Suomessa 12,4 %. Työttömyysaste oli Turun kaupungissa 15,9 % ja Naantalissa 9,4 %. Alle 25-vuotiaiden nuorten työttömien määrä oli 3 % pienempi verrattuna vuotta aikaisempaan. Työttömyyden kasvu oli kauan voimakasta 25 - 34-vuotiailla, mutta se lähti laskuun vuoden 2016 maaliskuussa. Trendinä näyttäisi olevan, että alle 30-vuotiaiden työttömyys on vähentynyt laajasti. (Varsinais-Suomen työllisyyskatsaus 9/2016.)

Tilastokeskuksen teettämän työvoimatutkimuksen mukaan Suomessa oli työttömiä vuoden 2016 syyskuussa 204 000 eli 21 000 vähemmän kuin vuosi sitten. Työttömyysaste on laskenut vuoden takaisesta 8,4 prosentista 7,7 prosenttiin. Työmarkkinoiden ja opiskelun ulkopuolelle jäävien nuorten aikuisten osuus on lisääntynyt taantuman aikana. Syyskuussa 15 - 24-vuotiaita nuoria oli 635 000. Heistä työelämässä oli 252 00 ja työttöminä 50 000. Näiden nuorten työttömien osuus saman ikäisistä muista nuorista oli 7,8 prosenttia. (Tilastokeskus 2016.)

Vuoden 2015 alussa tuli voimaan laki (1369/2014) työllistämistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta. Yhteispalvelulla tarkoitetaan yhteistoimintamallia, jossa työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja Kansaneläkelaitos yhdessä arvioivat työttömien palvelutar-

peet, suunnittelevat työttömien työllistymisen kannalta tarkoituksenmukaiset palvelukonaisuudet sekä vastaavat työttömien työllisyysprosessin etenemisestä ja seurannasta. Nuori ohjataan palvelun piiriin, jos hän on täyttänyt 25 vuotta ja ollut työttömänä yhtäjaksoisesti 12 kuukautta. Samoin toimitaan, jos alle 25-vuotias on ollut kuusi kuukautta työttömänä. Kartoitusjakson kuluessa työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja Kansaneläkelaitos selkiyttävät yhdessä työttömän kanssa hänen ammatillisen osaamisen sekä työllistymiseen vaikuttavan sosiaalisen tilanteen, terveydentilan ja työ- ja toimintakyvyn. Kartoitusjaksoon sisältyy ohjausta, jonka päämääränä on motivoida ja sitouttaa työtön työllistymisen kannalta oikeisiin palveluihin. (Laki työllistymistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta 1369/2014; Grönholm 2016, 75.)

Nuorten työttömyydellä on todettu olevan yhteyttä lisääntyneisiin psyykkisiin ja sosiaalisiin ongelmiin, terveystalvaiden lisääntyneeseen käyttöön, somaattisiin sairauksiin sekä yhteiskunnasta vieraantumiseen. Työttömyyden ja sen mukanaan tuoman ulkopuolisuuden tunteen on todettu siirtyvän sukupolvelta toiselle. Kotitausta vaikuttaa paljon nuoren tulevaisuuteen ja mahdolliseen syrjäytymiseen. (Laitinen, Salmela & Suvivuo 219, 150.)

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että syrjäytymisvaarassa olevien nuorten huono-osaisuus liittyy toimeentuloon, työllisyyteen ja terveydentilaan. Nuoren huono-osaisuus on myös pysyvää, koska useiden vuosien ajan nuorten syrjäytymisvaaraan on yhdistynyt samat asiat eli toimeentulo, työllistymisen vaikeus ja heikompi terveydentila. (Vaarama ym. 2014, 172.)

5 NUORTEN TERVEYS, TYÖ- JA TOIMINTAKYKY

5.1 Terveys ja terveyden edistäminen

Terveys määritellään eri lähteissä eri tavoin. World Health Organization määritteli vuonna 2012 terveyden edistämisen prosessina, joka antaa ihmiselle mahdollisuuden edistää terveyttään omien valintojen kautta. Tämä prosessi ulottuu yksilön lisäksi myös häntä ympäröivään yhteisöön. (WHO 2016 a.) Terveiden edistämisen avulla ihmiset voivat lisätä terveystensä hallintaa. Omien valintojen lisäksi terveyttä ja hyvinvointia suojaavilla tekijöillä on tässä iso merkitys. Painopisteet ovat terveyttä edistävissä politiikassa, terveyden lukutaidossa sekä terveyttä edistävissä kaupungeissa. (WHO 2016 b.) Terveiden lukutaito eli "health literacy" on enemmän kuin vain terveystietojen lukemista. Se on taitoa ymmärtää lukemaansa siten, että käytös muuttuu terveyttä ylläpitäväksi. (WHO 2016 c.)

Hyvä terveys kuuluu kaikille, eikä sen saavuttamisen tulisi olla riippuvainen sosiaalisesta asemasta (Rotko ym. 2013, 20). Kaikilla ei kuitenkaan ole samanlaisia mahdollisuuksia terveyteen, sillä terveyden riskitekijät, esimerkiksi vähäinen koulutus ja pitkäaikainen työttömyys, kasautuvat alimpiin sosiaaliryhmiin ja siirtyvät monesti sukupolvien yli. (Rotko ym. 2014, 92).

Alma-Atan julistuksessa 1978 peräänkuulutettiin perusterveydenhuollon merkitystä (WHO 2016 d). Ensimmäinen WHO:n kansainvälisen terveyden edistämisen konferenssi pidettiin Ottawassa 30 vuotta sitten. Vuonna 1986 pidetyssä kokouksessa hyväksytyssä WHO:n Ottawan julkilausumassa (Ottawa Charter for Health Promotion) terveyden edistäminen määriteltiin prosessiksi, jossa ihmisellä on valta tehdä päätöksiä, jotka tukevat ja edistävät hänen terveyttään. Terveys nähtiin arkielämän voimavarana, ei elämän päämääränä. Asiakirjaan kirjattiin viisi keskeistä aihetta, joissa toivottiin otettavan huomioon terveyden edistämisen näkökulma. Nämä olivat ihmisten tietojen ja taitojen vahvistaminen sekä päätösten tekeminen, yhteisöllinen toiminta, palvelujen ja ympäristön kehittäminen sekä politiikkaan liittyvät toimet. (WHO 1986.) Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen Terveyden edistämisen laatusuosituksessa painotetaan samoja asioita, joita on mainittu Ottawan julkilausumassa. (STM 2006.)

Savola ja Koskinen-Ollonqvist (2015) tarkastelevat terveyden edistämistä myös laajasti. He nostavat esiin kaksi näkökulmaa yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla. Toinen

näistä näkökulmista on voimavaralähtöinen promotiivinen näkökulma eli ajatus terveyden edistämisestä jo ennen kuin ongelmat ovat syntyneet. Toinen on preventiivinen näkökulma, joka on ongelmalähtöinen näkökulma eli sairauksia ja komplikaatioita ehkäisevää sekä toimintakykyä vahvistavaa toimintaa. (Savola & Koskinen-Ollonqvist 2005,13.)

Kunnissa terveyden edistäminen on kaikkien hallinnonalojen yhteinen tehtävä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen käsitteitä käytetään rinnakkain painottamaan toiminnan laaja-alaisuutta. Terveyden edistäminen on toimintaa, jonka tarkoituksena on väestöryhmien välisten terveyserojen vähentäminen, terveyden ja toimintakyvyn lisääminen ja tietoista vaikuttamista terveyden taustatekijöihin kuten elintapoihin ja elinympäristöön sekä palvelujen toimivuuteen ja saatavuuteen. (Kunnat, 2016.)

Vuonna 2011 voimaan tulleen Terveydenhuoltolain (1326/2010) tarkoituksena on muun muassa edistää ja ylläpitää väestön terveyttä työ- ja toimintakykyä sekä kaventaa väestöryhmien välisiä terveyseroja. Laki velvoittaa myös kuntia ottamaan ennakoita huomioon päätösten vaikutukset väestön terveyteen. Kuntia velvoitetaan seuraamaan asukkaiden terveyttä sekä siihen vaikuttavia tekijöitä väestöryhmittäin. (Tukia ym. 2011, 11 - 12.)

Kuntien tehtävänä on järjestää työttömien terveystalvet. Sosiaali- ja terveysministeriö on ohjeistanut kuntia tämän tehtävän toteuttamisessa sekä työ- ja toimintakyvyn arvioinnissa. Vastuu työ- ja toimintakyvyn arvioinnin koordinoimisesta on TE-toimistolla. Terveystalvetuiden on tuettava työttömän työ- ja toimintakykyä, ehkäistävä sairauksia sekä edistettävä mielenterveyttä ja elämäntalvintaa. Tarvittaessa apua tarvitsevat henkilöt on ohjattava hoitoon, lääkitinnälliseen, ammatilliseen tai sosiaaliseen kuntoutukseen. (STM 2016.)

Alueellinen terveys- ja hyvinvointitutkimus eli ATH-tutkimus seuraa 20-vuotiaiden ja sitä vanhempien suomalaisten hyvinvoinnissa ja terveydessä tapahtuneita muutoksia. Tutkimus tuottaa myös tietoa väestölle tarjottavien palvelujen tarpeesta, käytöstä sekä riittävydestä. Turusta ja Varsinais-Suomesta saatua tutkimustietoa voidaan hyödyntää monin eri tavoin. Saadut tulokset on jaettu aihepiireittäin seuraavasti: hyvinvointi, terveys, toiminta- ja työkyky, elintavat ja riskitekijät sekä palvelut. Tuloksia voidaan tarkastella väestöryhmittäin sukupuolen, ikäryhmän tai koulutusryhmän mukaan. (THL 2016).

Sinervo ja Hietapakka (2013) toteavat myös Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen valtakunnallisen terveystalvkeskustelun 2013 tulostalvortissa, että väestöryhmien väliset hy-

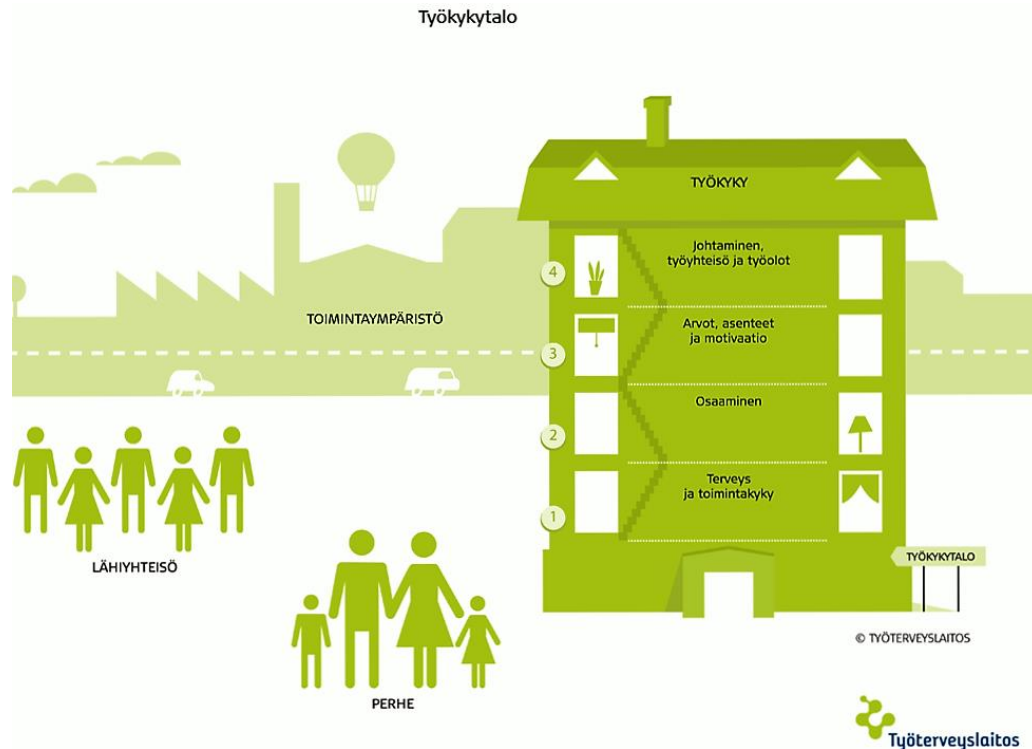
vinvointi- ja terveyserot näkyvät sukupuolen, alueiden ja sosioekonomisten ryhmien välillä kuolleisuudessa, sairastavuudessa, toimintakyvyssä ja koetussa terveydentilassa. Monissa eri tutkimuksissa on todettu työttömien voivan huonommin ja olevan sairaampia kuin vastaavan ikäiset työlliset. (Sinervo & Hietapakka 2013, 11.)

Terveys 2015 kansanterveysohjelman loppuarvioinnin mukaan suomalaisten terveydentila on kohentunut 15 vuoden aikana. Hyvinvointi ja terveys jakautuvat kuitenkin yhä epätasaisemmin eri väestöryhmien kesken. Pienipalkkaisten ja suurituloisten erot näkyvät esimerkiksi työllisyydessä ja terveystalvelujen saatavuudessa. (THL 2016.) Rotko ja Kauppinen toteavat Terveys 2015 loppuarvioinnissa, että hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä sekä eriarvoisuuden vähentämistavoitteiden saavuttamiseksi tarvitaan täsmällisempiä tavoitteita pitkän aikavälin linjausten lisäksi. Lisäksi tarvitaan poikkialinnollista yhteistyötä ja konkreettista ilmiökeskeistä työskentelyä. (Rotko & Kauppinen 2016, 3.)

5.2 Nuorten työ- ja toimintakyky

Työkyky on ihmisen yksilöllinen kokemus työn hallinnasta, joka syntyy vuorovaikutuksessa yksilön, työn ja työyhteisön välillä. Olennaista on työntekijän oma arvio hänen käytettävissä olevista voimavaroista verrattuna työn vaatimuksiin. Ihminen kokee työkykynsä joko hyväksi tai huonoksi käytettävien voimavarojen ja työhön liittyvien vaatimusten suhteen. Työkykyyn vaikuttavat monet tekijät. Tärkeimpiä yksilöön liittyviä tekijöitä ovat esimerkiksi motivaatio, osaaminen ja voimavarat työn tekemiseen. Vastaavasti työhön ja työyhteisöön liittyviä tekijöitä ovat esimerkiksi vaikutus- ja oppimismahdollisuudet sekä sosiaalinen tuki. Työkyky syntyy prosesseista, joissa yhdistyvät monet asiat, esimerkiksi esimiestyö sekä hyvinvointia tukevat toimintakäytännöt. (Nummelin 2008, 29, 145.)

Työkyky voidaan määritellä monin eri tavoin. Eräs tapa kuvata sitä on professori Juhani Ilmarisen kehittämän työkykitalon muodossa. (Kuvio 1.)



Kuvio 1. Työkyky ja siihen vaikuttavat tekijät (Työterveyslaitos 2014)

Työkykytaloissa on neljä kerrosta, joista kolme alimmaista kuvaavat yksilön henkilökohtaisia voimavaroja ja ylin neljäs kerros työtä, työoloja ja johtamista. Terveys sekä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky ovat talon perusta, jonka päälle kohdistuu kaikkien muiden kerrosten paino. Perustassa tapahtuvat muutokset ovat uhka koko työkyvylle. (Ilmarinen 2006, 79.) Osaaminen, jonka perustana ovat peruskoulutus sekä ammatilliset tiedot ja taidot, sijaitsee toisessa kerroksessa (Työterveyslaitos, 2014). Osaamiseen voidaan lukea myös toimiminen työyhteisössä (Ilmarinen 2006, 79). Kolmannessa kerroksessa ovat arvot, asenteet ja motivaatio. Jos työ koetaan mielekkäänä, vahvistuu työkyky ja tilanteen ollessa päinvastainen, työkyky heikkenee. Johtaminen, työyhteisö ja työolot ovat neljännessä kerroksessa. Tässä kerroksessa sijaitsee varsinainen työpaikka ja kaikki mitä siihen kuuluu eli työ, työolot, koko työyhteisö, mukaan lukien organisaatio. Työkyvyssä on siis kysymys ihmisen voimavarojen ja työn välisestä tasapainosta. (Työterveyslaitos, 2014.) Työkyvyn ylläpitäminen sekä kehittäminen edellyttävät esimiehen ja työntekijän yhteistyötä, sekä työyhteisön, työterveyshuollon ja työsuojeluorganisaation tukea. Tämän lisäksi perheellä ja lähiyhteisöllä voi olla vaikutuksensa ihmisen työkykyyn. Myös yhteiskunta tukee myös omalta osaltaan työntekijän työkykyä erilaisin palveluin. (Ilmarinen 2006, 81.)

Hyvä fyysinen, psyykinen, kognitiivinen ja sosiaalinen toimintakyky ja sitä tukeva ympäristö auttavat ihmistä voimaan hyvin, löytämään oma paikkansa yhteiskunnassa sekä selviytymään arjesta itsenäisesti (THL 2016). Fyysisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisiä edellytyksiä selviytyä arjen toimista ja tehtävistä. Fyysisen toimintakyvyn kannalta tärkeitä ominaisuuksia ovat esimerkiksi lihasvoima, kestävyyskunto, kehon asennon ja liikkeiden hallinta sekä näkö ja kuulo. (THL 2015.) Psyykkiselle toimintakyvylle ei ole yhtä yhtenäistä määritelmää. Psyykinen toimintakyky liittyy esimerkiksi elämänhallintaan, mielenterveyteen, kykyyn suunnitella omaa elämäänsä ja tehdä sitä koskevia päätöksiä. Se on myös kykyä tuntea, kokea, muodostaa käsityksiä omasta itsestä ja ympäröivästä maailmasta. Kognitiivinen toimintakyky käsittää esimerkiksi oppimisen, ongelmien ratkaisun, muistin sekä toiminnanohjauksen toimintoja. Nämä ovat tiedon vastaanottoon, käsittelyyn, säilyttämiseen ja käyttöön liittyviä psyykkisiä toimintoja. Sosiaalinen toimintakyky muodostuu vuorovaikutussuhteissa toisten ihmisten kanssa ja ilmenee esimerkiksi sosiaalisena osallistumisena erilaisiin toimintoihin yhteiskunnassa (THL 2011).

5.3 Nuoret ja digitaidot

Tässä opinnäytetyössä tarkoitetaan digitaalitekniikalla tietotekniikan perustaitoja, joihin voidaan ajatella kuuluvan esimerkiksi tekstinkäsittelyohjelma, sähköposti, taulukkotyökalu sekä tiedonhaku. Myös sosiaalisen median käyttötaitojen katsotaan olevan perustaitoihin lukeutuvaa. Digitaalitekniikan käyttötaidot liittyvät kiinteästi toimintakykyisyyteen niin työttömyyden aikana kuin mahdollisen työllistymisen koittaessa.

Digitaalisuus on työväline, jolla mallinnetaan reaalimaailmaa virtuaaliseksi maailmaksi. Sillä voidaan siirtää reaalimaailman vuorovaikutus tietokoneiden maailmaan ja mahdollistaa tietotekniikan toimimisen reaalimaailmassa. Digitaalisuus on myös uusi tehokkaampi tapa toimia. Sillä voidaan tehostaa yksilöiden välistä vuorovaikutusta. (Jungner 2015, 9.)

Digitalisaatio muuttaa maailmaamme vauhdilla ja peruuttamattomasti. Se muuttaa ihmisten tapaa saada informaatioita, hankkia tuotteita ja palveluja, hoitaa jokapäiväisiä asioita, jakaa kokemuksiaan ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa, ja se muuttaa ajan käyttöä ylipäättään. Oman identiteetin rakentaminen ja henkilökohtaisen brändin luominen ovat digitalisaation myötä muuttuneet täydellisesti. (Ilmarinen & Koskela 2015, 52 - 53.)

Digitaalisuus saattaa asettaa ihmiset eriarvoiseen asemaan yhteiskunnassa. Osaamattomuus hyödyntää tietokonetta voi aiheuttaa jopa syrjäytymistä. (Rantanen 2005.)

5.4 Nuorten terveyttä ja toimintakykyä edistävät tekijät

Bäckmand ja Lönnqvist (2009) esittelevät THL:n Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen-oppaassa mielenterveyttä suojaavia sisäisiä ja ulkoisia tekijöitä. Yksilöllisiä eli sisäisiä ja yhteiskunnallisia eli ulkoisia terveyttä ja toimintakykyä edistäviä tekijöitä on lukuisia. Sisäiset suojaavat tekijät ovat esimerkiksi hyvä fyysinen terveys, myönteiset varhaiset ihmissuhteet, hyvä itsetunto, hyväksytyksi tulemisen kokemukset, hyvä oppimiskyky, ongelmanratkaisu- ja ristiriitojen käsittelytaito sekä kyky ihmissuhteiden luomiseen, ylläpitoon ja purkamiseen. Vastaavasti ulkoiset suojaavat tekijät ovat esimerkiksi monipuolinen ravinto, asunto, sosiaalinen tuki, työllisyys, koulutusmahdollisuudet ja turvallinen ympäristö. (Aalto ym. 2009, 8.)

Hyvinvointierot ja syrjäytyminen juontavat usein juurensa varhaisempiin elämänvaiheisiin. Suurimmassa syrjäytymisvaarassa ovat ne nuoret, joiden omat resurssit ja mahdollisuudet ovat jo alkuun toisia heikommat. THL:n Kansallinen syntymäkohortti 1987-tutkimuksessa seurattiin vuonna 1987 Suomessa syntyneitä noin 60 000 lasta sikiökaudelta aina vuoden 2008 loppuun. Lapsuuden olosuhteilla on suuri vaikutus ihmisen myöhemmän hyvinvointiin (Paananen ym. 2012, 3, 37).

Tämän Kansallinen syntymäkohortin pitkittäisseurannan perusteella ilmenee, että hyvinvoinnin ongelmilla, esimerkiksi kouluttamattomuudella ja toimeentulo-ongelmilla on taipumus kasautua. Pelkästään peruskoulun suorittaneille nuorille kasaantuu hyvinvointi-ongelmia useammin kuin niille nuorille, jotka ovat suorittaneet toisen asteen tutkinnon. Tavallisen koulutuksen lisäksi on hyödyllistä miettiä muita tapoja tutkintojen suorittamiseen. Tämän lisäksi tarvitaan vielä ponnisteluja sen suuntaan, että kouluttautumista seuraisi työllistyminen. Koulutuspaikkoja tulisi lisätä niillä alueilla, joilla kouluttamattomuus on yleistä. (Paananen ym. 2012, 37, 44.)

Koulutuksen lisäksi huomio tulee suunnata myös työllistymiseen ja erityisesti niihin nuoriin, jotka tarvitsevat erityisiä tukitoimia tai vaihtoehtoisia työllistymisen muotoja. Nuorten aikuisten jääminen koulutuksen tai työmarkkinoiden ulkopuolelle lisää eriarvoistumista. Osa nuorista tarvitsee tukea päästäkseen kiinni yhteiskuntaan (Paananen ym. 2012, 7, 43 - 44).

Nuorten vaikeuksien taustalla saattaa toisinaan olla syitä, joihin ei voi vaikuttaa. Sen sijaan kehitysympäristöihin, kuten perheeseen, koulunkäyntiin, sosiaalisiin suhteisiin tai harrastuksiin voidaan vaikuttaa. Arjen sujumiseen vaikuttamalla voidaan joko estää ongelmien ilmaantumista tai edistää niistä selviämistä. Kansallisessa kohorttitutkimuksessa kävi ilmi, että tärkeimpiä hyvinvointia suojaavia tekijöitä ovat myönteiset ihmissuhteet sekä onnistumisen kokemukset esimerkiksi harrastuksissa. Ongelmiin puuttamisen sijaan tulisi panostaa hyvinvoinnin vahvistamiseen. Nuoret ovat yksilöitä. Moni nuori pärjää vaikeuksista huolimatta elämässään hyvin. (Paananen ym. 2012, 43 - 44.)

Huomionarvoista on se, että Kansallinen syntymäkohortti 1987-tutkimuksen tulokset painottavat, että kehityksellä on suunta, jota jatkuvasti luodaan arjessa ja jota ympäristö voi vahvistaa tai heikentää. Tulokset eivät siis tue ajatusta ennalta määrätystä ylisukupolvisista ilmiöistä, vaan ennemminkin ajatusta siitä, että kehityksellä on tietty suunta, jota jatkuvasti luodaan arjessa, ja jota ympäristö pystyy niin vahvistamaan kuin heikentämään. Esimerkiksi ehkäisevien palveluiden ja hyvinvointia tukevat palveluilla on oma paikkansa ylisukupolvisen ongelmaketjun katkaisemisessa sekä syrjäytymisen ehkäisemisessä (Paananen ym. 2012, 41, 43).

Selviytymisessä on usein kyse toivon synnyttämisestä. Tällainen voi olla myönteinen tapahtuma, joka rohkaisee ihmistä suuntautumaan tulevaisuutta kohti, katsomaan eteenpäin. Esimerkiksi työttömän ihmisen vähäisetkin työtulot voivat luoda uutta sisältöä elämään, laajentaa sosiaalista verkostoa, lisätä yhteyksiä työelämään sekä yhteiskuntaan. Vaikeuksissa elävät ihmiset tarvitsevat kokemuksia siitä, että he pystyvät osallistumaan yhteiskunnan toimintaan omalla panoksellaan. Yhteiskunnan muilta jäseniltä saatu kiitos ja arvostus lisäävät työttömän pystyvyyden tunnetta. Osa ihmisistä löytää tekemisen ja arvostuksen paikat itse, osalle niitä on etsittävä. (Isola ym. 2015, 81 - 82, 84.)

6 PALVELUT JA OSALLISUUS

6.1 Nuorisotakuu

Nuorisotakuu merkitsee sitä, että jokaiselle alle 25-vuotiaalle nuorelle ja alle 30-vuotiaalle vastavalmistuneelle tarjotaan työ-, harjoittelu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaa viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi joutumisesta. Nuorisotakuu pitää sisällään myös koulutustakuun ja nuorten aikuisten osaamisohjelman. Koulutustakuun päämääränä on tarjota jokaiselle peruskoulun päättäneelle mahdollisuus opiskella lukiossa, ammatillisessa oppilaitoksessa tai oppisopimuksella. Lisäksi tarjotaan mahdollisuus osallistua työpajaan, kuntoutukseen tai tuetaan nuorta muilla tavoin. Nuorten aikuisten osaamisohjelmassa on alle 30-vuotiaiden pelkästään peruskoulun suorittaneiden mahdollisuus hankkia ammatillinen perustutkinto. Koulutusta järjestetään vuosina 2013 - 2016. (Mikä nuorisotakuu? 2013.) Työllistyminen vaikeutuu ilman ammatillista tutkintoa ja pidemmän työuran luominen pelkän peruskoulun pohjalta on vaikeaa. Siksi koulutustakuu on merkittävä työuraa pidentävä toimenpide. (Hyvönen & Valtonen 2014, 37.) Nuorisotakuun tavoitteena on estää nuorten syrjäytymistä koulutuksella ja edistää nuorten työllistymistä. Näin voidaan lisätä nuorten hyvinvointia ja osallisuutta yhteiskunnassa. (Nuorisotakuu 2013.)

Nuorisotakuun toteutumista on haitannut huono taloustilanne ja se on vaikuttanut esimerkiksi siten, että työllisyyttä tukevat toimenpiteet eivät ole toteutuneet suunnitellusti. Lisärahoituksen avulla voidaan tehdä etsivää nuorisotyötä kaikkialla Suomessa. Nuorten työpajatoiminnassa kävijöiden määrä on lisääntynyt tasaisesti. Nuorisotakuu-työryhmä suosittelee jatkotoimiksi nuorisotakuun toteuttamista pitkäjänteisesti ja siihen tulee varata riittävästi resursseja. Nuorisotakuu kuuluu kaikille nuorille ja heillä pitäisi olla mahdollisuus päästä kokeilemaan työelämää. (Työ ja yrittäjyys 2015, 52 - 56.)

6.2 Matalan kynnyksen palveluja nuorille

Matalan kynnyksen palvelut tarkoittavat sellaisia palveluita, joiden pariin hakeutumiseksi asiakkaalta vaadittavia edellytyksiä on madallettu. Niiden, jotka ovat jääneet syystä tai toisesta palvelujärjestelmän ulkopuolelle, on mahdollista käyttää matalan kynnyksen palveluita. Tällaisia ovat muun muassa työpajatoiminta, etsivä nuorisotyö ja erilaiset koh-

taamispaikat, missä on harrastus- ja urheilumahdollisuuksia, kuntouttavaa ryhmätoimintaa, vertaistukea, ura- ja työllisyyspalveluita, asumispalveluita, sekä päihde- ja mielen-terveyspalveluita. (Leemann & Hämäläinen 2015.)

Suomessa on ollut työpajatoimintaa jo yli vuotta 30 vuotta ja tällä hetkellä maassa toimii 260 työpajaorganisaatiota, joista suurin osa on kuntien hallinnoimia. Suurin osa työpajoihin osallistuvista on alle 29-vuotiaita ja heistä puolella on pelkästään peruskoulu suoritettuna. Työpajatoiminnan vaikuttavuutta kuvaa se, että työpajajakson jälkeen 70 % valmentautuneista sijoittuu työelämään. Työpajatoiminnan perustehtävä on valmentaminen, jossa työtä käytetään välineenä. Työpajoilla käytetään työ-, yksilö- ja ryhmävalmennusta tai yhdistelemällä näitä kaikkia yksilöllisesti. Työpajatoiminta on työvaltaista ja yhteisöllistä valmennusta, joka tukee yksilöllistä kasvua, sosiaalista vahvistumista ja aktiivista osallisuutta. Työpajatoiminnalla pyritään parantamaan nuoren valmiuksia päästä koulutukseen, suorittaa koulu loppuun tai päästä työelämään. Lisäksi pyritään parantamaan nuoren elämönhallintataitoja. Nuorisotakuussa työpajat nähdään koulutuksen, kuntoutuksen ja työn rinnalla todellisina vaihtoehtoina kohti koulutusta ja työelämää. (Hämäläinen & Palo 2014, 10 - 13.)

Etsivän nuorisotyön tavoitteena on auttaa tuen tarpeessa olevia nuoria ja ohjata heidät palvelujen ja erilaisten tukien piiriin. Tehtävänä on edistää nuoren kasvua ja itsenäistymistä, edesauttaa pääsyä koulutukseen ja auttaa työllistymisessä. Etsivää nuorisotyötä tehdään yksilöllisesti perustuen nuorten omiin tarpeisiin. (Nuorisolaki 72/2006 7b §.)

6.2.1 Naantalin matalan kynnyksen palveluja

Naantalin työpaja on kaupungin ylläpitämää työelämään tai koulutukseen valmentavaa toimintaa. Yhtenä toimintamuotona on valmistaa puu- ja keramiikkatuotteita myyntiin. Asiakkaat voivat myös tilata apua arjen askareisiin, joten arkiaputyötä on tarjolla mm. huonekalujen kokoamiseen tai lehtien haravointiin. (Naantalin kaupunki 2016.)

Palvelupiste Naantalin Pointin palvelu on tarkoitettu naantalilaisille, joiden mahdollisuudet saada omatoimisesti työtä ovat jostain syystä heikentyneet. Erytiskohderyhmänä ovat vaille opiskelu- tai työpaikkaa jääneet alle 25-vuotiaat nuoret sekä pitkäaikaistyöttömät. Tavoitteena on löytää asiakkaille konkreettisia työllistymiseen ja elämönhallintaan johtavia ratkaisuja. (Naantalin kaupunki 2016.)

Etsivä nuorisotyö on 15 - 29-vuotiaita nuoria varten. Apua on tarjolla esimerkiksi, jos opinnot ovat keskeytyneet tai tarvitsee tukea elämäntilanteessa ja työpaikan, työkokeilu ja opiskelupaikan haussa. (Naantalin kaupunki 2016.)

6.2.2 Turun matalan kynnyksen palveluja

Ohjaamo tarjoaa nuorille yksilöllistä tukea ja ohjausta monin eri palveluin. Tavoitteena on saattaa nuori joko opinto- tai työllistymispolulle. (ELY-keskus 2015.) Turun Ohjaamo on keskustassa toimiva, matalan kynnyksen toimipiste 16 - 29- vuotiaille nuorille. Ohjaamo tarjoaa työllistymispalveluja sekä tieto- ja neuvontapalvelua. Käynnit ovat nuorelle maksuttomia. Ohjaamossa sijaitsevat myös Nuorten tieto- ja neuvontapiste Nuorten Turku sekä KOHO. Nuorten Turku tarjoaa kaikille alle 29-vuotiaille ohjausta ja tukea erilaisiin mieltä askarruttaviin kysymyksiin. Apua on saatavissa esimerkiksi asunnon etsimiseen, cv:n tekemiseen, nettihakemusten täyttämiseen ja harrastuksiin liittyvissä asioissa. KOHO on myös osa Turun Ohjaamo. KOHO:n urasuunnittelijoille voi varata ajan jos nuori tarvitsee tiiviimpää ohjausta. Tavoitteena on tukea työtöntä nuorta elämässä eteenpäin. Keinoina voivat olla esimerkiksi koulutuspaikan löytäminen tai terveydentilan ja työkyvyn selvittäminen. Turun Ohjaamon palveluita voivat hyödyntää myös nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset. (Turun kaupunki 2016.) Ohjaamo-hankkeet ovat yksi merkittävä keino toteuttaa nuorisotakuuta (ELY-keskus 2015).

Nuorten kohtaamispaikka Toivo on tarkoitettu 17 - 28-vuotiaille nuorille aikuisille. Toivossa on tarjolla erilaista maksutonta tekemistä, kuten kädentaitoja, ruuanlaittoa, retkeilyä ja pienryhmiä. Paikalle voi tulla viettämään aikaa, selaamaan nettiä, lukemaan lehtiä ja tapaamaan muita ihmisiä. Toivo on Raha-automaattiyhdistyksen tukemaa toimintaa ja se on osa Turun NMKY:n sosiaalista toimintaa. (Turun kaupunki 2016.)

Nuorten taide- ja toimintatalo Vimmassa on monipuolinen tarjonta erilaisia harrastusmahdollisuuksia. Komppi-etsivä nuorisotyön palvelu on tarkoitettu 15 - 29-vuotiaille. Palvelun piiriin voi mennä, jos työ- ja opiskelupaikka puuttuu, tulevaisuus mietityttää tai kaipaa tukea ja seuraa. Nuorten Fendari-työpajoilla alle 29-vuotiaat voivat kokeilla perinteisiä huonekalupuusepän, maalarin tai metalliverstaan töitä. Nuorisotyöntekijöiden ja urasuunnittelijan kanssa voi miettiä ratkaisuja arjen haasteisiin. Tyttöjen Talo Turku järjestää toimintaa 12 - 28-vuotiaille tytöille ja nuorille naisille. Toimintamuotoina on yksilötyötä, ryhmiä ja avointa toimintaa. Tsemppi-Talo on tavoitteellinen ja suunnitelmallinen toimintakeskus, joka on tarkoitettu turkulaisille ja sopimuksen mukaan myös lähikuntien

työkäisille mielenterveysasiakkaille tai muuten haastavassa elämäntilanteessa oleville. Toimintamuotoja ovat työyksiköt, ryhmät, kohtaamispaikka ja yksilöllinen tuki omaan kuntoutumisprosessiin. (Turun kaupunki 2016.)

7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää haastattelun avulla 18 - 29-vuotiaiden naantalaisten ja turkulaisten nuorten työttömien ajatuksia, tarpeita, toiveita ja ideoita terveydestä, työ- ja toimintakyvystä sekä palveluista ja osallisuudesta. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää heidän digitaalitekniikan käyttötaitojaan ja toiveitaan tämän osaamisalueen vahvistamiseksi.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätä tietoa työttömien nuorten näkemyksistä heidän terveyteensä, työ- ja toimintakyvynsä sekä palveluihin ja osallisuuteen liittyen. Tiedot tulevat Ruori- hankkeen käyttöön.

Tutkimuskysymys:

Millaisia ajatuksia nuorilla työttömillä on terveydestä, työ- ja toimintakyvystä sekä palveluista ja osallisuudesta?

Opinnäytetyö ja haastattelukysymykset on jaoteltu seuraavien teemojen mukaan:

1. Terveys
2. Työ- ja toimintakyky; sisältää myös aihealueen digitaalisuus
3. Palvelut ja osallisuus

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

8.1 Laadullinen lähestymistapa

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyssä tutkimuksessa tarkastellaan ihmisten välistä ja sosiaalisten merkitysten maailmaa. Tavoitteena on löytää ihmisen omat kuvaukset niistä asioista, koetusta todellisuudesta, joita hän pitää itselleen merkityksellisinä. (Vilkkä 2015, 118.)

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohdetta. Aineistosta ei tehdä päätelmiä yleistettävyyttä ajatellen. Tutkimalla yksittäistä tapausta nousee usein esille se, mikä on merkittävää ja mikä toistuu usein tarkastelemalla ilmiötä yleisemmällä tasolla. (Hirsijärvi ym. 2009, 182.)

Tässä laadullisessa opinnäytetyössä etsitään työttömien nuorten vastauksista niitä asioita, joita he pitävät itselleen merkityksellisinä. Ihmisten kuvaamien kokemusten ja käsitysten avulla luodaan johtolankoja, joiden avulla tehdään tulkintoja (Vilkkä 2015, 118). Opinnäytetyön keskeinen prosessi on nuorten työttömien kokemusten merkityssuhteiden tulkinta. Haastattelut toteutettiin teemahaastattelulla ja puolistrukturoidulla kyselykaavakkeella.

Teemahaastattelun avulla saadaan tietoja ihmisten mielipiteistä ja käsityksistä. Haastattelu tapahtuu aina vuorovaikutustilanteessa. Teemahaastattelussa aihepiirit ovat kaikille samat, mutta kysymykset voivat vaihdella tilanteen edetessä (Hirsijärvi, Hurme 2008, 41 - 47.) Haastattelu voidaan toteuttaa teemahaastatteluna, jossa aihepiirit ovat tiedossa, mutta tarkat rajat puuttuvat (Hirsijärvi ym. 2009, 208). Teemahaastattelussa edetään valittujen teemojen mukaisesti. Valitut teemat nousevat tutkimuksen viitekehyksestä. Teemahaastattelussa tavoitteena on löytää vastauksia tutkimuskysymyksiin. Tavoitteena on selvittää merkityksellisiä vastauksia liittyen tavoitteisiin ja tutkimusongelmiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Teemahaastattelussa haastatteliija huolehtii, että kaikki osallistujat saavat äänensä kuuluville. Tiedon keräämisen lisäksi haastattelulla on tärkeä tehtävä vaikuttaa tutkittavien myönteisiin ajattelumalleihin tutkittavasta asiasta. Ryhmähaastatteluja voidaan toteuttaa käyttämällä aivorihtä, työpajaa tai oppimiskahvilamenetelmää eli Learning Cafea. (Vilkkä 2015, 125 - 126.)

Learning Café on työskentelymenetelmä, jonka avulla ryhmät saadaan työskentelemään yhdessä. Ihmiset jaetaan aluksi ryhmiin. Jokaiseen pöytään valitaan puheenjohtaja, joka ylläpitää keskustelua ja tarvittaessa auttaa kirjaamisessa. Teemat tai kysymykset jaetaan pöydittäin. Paikkoja vaihdetaan sovittun ajan jälkeen. Puheenjohtaja kertoo edellisen ryhmän vastauksista seuraavalle ryhmälle. Seuraava ryhmä jatkaa siitä, mihin edellinen ryhmä on päässyt. Lopuksi tehdään yhteenvetoa tuloksista, joista keskustellaan yhdessä. Menetelmä auttaa hiljaisempien jäsenten osallistumista ja auttaa erilaisten ratkaisujen löytymisessä. (Verkostojohtamisen opas 2016.)

8.2 Aineiston keruu

Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat Naantalissa ja Turun 18 - 29-vuotiaat työttömät nuoret. Aineiston keruu toteutettiin teemahaastattelun avulla 11 työttömältä nuorelta Naantalissa ja Turussa. Vuoden 2016 alussa selvitettiin mahdollisuutta tavata Naantalissa ja Turun nuoria työttömiä. Helmikuussa 2016 oltiin yhteydessä Raision kaupungin kahteen etsivään nuorisotyöntekijään. Helmikuussa myös sovittiin ensimmäisestä haastattelusta nuorten työpajalla Naantalissa. Turun Ohjaamossa käytiin keväällä 2016 tapaamassa hankekoordinaattoria ja kyselemässä mahdollisuudesta tulla haastattelemaan nuoria. Vastaanotto oli myönteinen ja haastattelua varten ehdotettiin tulevaa Hyvän olon meininkiä- tapahtumaa, jonne odotettiin saapuvaksi paljon nuoria. Kolmanneksi haastattelu paikaksi sovittiin Turun Nuorten kohtaamispaikka Toivo.

Taustatiedot kysyttiin jokaiselta haastatteluun osallistuneelta erikseen paperilla. Naantalissa haastattelu tehtiin ryhmässä teemahaastattelulla Learning Cafe-tyyppisesti. Turussa Toivossa haastattelu toteutettiin Learning Cafen sijaan ryhmähaastattelulla, koska haastateltavia oli vain kolme.

Tätä opinnäytetyötä varten suunniteltiin haastattelukysymykset, jotka on esitetty liitteessä 1. Haastattelurunko käsitti taustatietojen lisäksi kolme erilaista teemaa. Taustatietoihin sisältyi kysymyksiä iästä, koulutuksesta ja työkokemuksesta. Teema 1 sisälsi terveyteen, teema 2 työ- ja toimintakykyyn ja teema 3 palveluihin ja osallistumiseen liittyviä kysymyksiä. Teema 2 sisälsi myös kysymyksiä digitaidoista. Tavoitteena oli saada vastauksia tutkimusongelmaan.

Lähdemateriaalin kohdalla aiheen ajankohtaisuus näkyy runsaslukuisuutena. Päivittäislehdissä kirjoitetaan usein artikkeleita nuoriin kohdistetuista tukitoimista, kannustimista

ja kiristimistä. Nämä artikkelit jätettiin käyttämättä lähteinä. Niiden olemassaolo kuitenkin muistuttaa asian olevan pinnalla ja motivoi etsimään ratkaisuja suurta ihmisjoukkoa koskeviin kysymyksiin.

Kirjallisuuskatsausta varten tehtiin tiedonhaku hakusanoilla terveys, terveyden edistäminen, nuoret ja työttömyys, hyvinvointi, toimintakyky, työkyky, palvelut ja osallistuminen, teemahaastattelu, etiikka ja sisällön analyysi. Tietokannoista olivat käytössä Finna, Medic, Theseus ja Google Scholar. Tietoa työttömille nuorille suunnatuista palveluista etsittiin kaupunkien omilta nettisivuilta sekä sähköpostitse.

Opinnäytetyön suunnitelma tehtiin helmi - maaliskuussa 2016. Toimeksiantosopimus allekirjoitettiin Ruori-hankkeen yhdyshenkilön kanssa 18.4.2016. Haastattelut suoritettiin huhti – kesäkuussa 2016. Ruorihankkeen yhdyshenkilöiden kanssa oli muutamia tapaamisia työn edetessä. Heidän kanssaan oltiin yhteydessä myös sähköpostitse. Kirjallisuuskatsaus ja analyysit tehtiin maaliskuun ja marraskuun välisenä aikana.

8.3 Haastattelujen toteutus

Ensimmäinen haastattelu toteutettiin Naantalissa nuorten työpajalla 21.4.2016 nuorille tutussa ympäristössä. Työpajan ohjaajat olivat kysyneet nuorten halukkuutta osallistua haastatteluun. Opinnäytetyön tekijöitä oli paikalla kolme. Paikalla oli kaksi ohjaaja ja yhdeksän nuorta. Kahdeksan nuorta osallistui teemahaastatteluun. Yksi nuorista oli alle 18-vuotias, joten häntä ei haastateltu. Tilaisuuden alussa esiteltiin Ruori-hanketta lyhyesti ja kerrottiin kyselyn kulusta. Jokainen nuori kirjoitti nimensä erilliselle osallistujalistalle. Kaikki haastattelut toteutettiin nimettömästi. Näin varmistettiin jokaisen anonymiteetti. Taustakysymykset ja ensimmäinen teema eli terveyteen liittyvät aiheet kysyttiin jokaiselta erikseen kirjallisena. Toisen toimintakyky-teeman ja kolmannen palvelut ja osallisuus-teeman haastattelut toteutettiin Learning Cafe menetelmällä. Nuoret jaettiin kolmeen ryhmään ja kukin ryhmä kiersi kolmessa eri pöydässä. Opinnäytetyöntekijät olivat kukin omassa pöydässään. Teemoista keskusteltiin ja ryhmän jäsenet kirjasivat vastauksia paperille. Kysymykset synnyttivät välillä vilkastakin keskustelua. Tilaisuuden loppuksi oli vapaamuotoista keskustelua, johon osallistuivat niin nuoret, ohjaajat kuin opinnäytetyön tekijätkin. Tilaisuuden kesto oli kaksi tuntia.

Torstaina 28.4.2016 klo 14 - 17 järjestettiin Turun Ohjaamossa Hyvän olon meininki – tapahtuma. Nuoria saapui paikalle ennako-odotuksista huolimatta vain muutamia ja vain yhtä nuorta haastateltiin. Haastattelun aikana ilmeni, että haastateltava nuori teki

jonkin verran osa-aikaista työtä ja tämän vuoksi hänen vastauksiaan ei voitu opinnäytetyössä hyödyntää. Haastateltavia yritettiin saada hyvinvointipäivän aikana lisää myös Fendarista, joka on alle 29 vuotiaalle suunnattu työpaja. Ohjaamon hankekoordinaattori oli Fendariin yhteydessä puhelimitse, tuloksetta, ketään ei saapunut paikalle. Ilmiselvää oli, että haastateltavia oli löydettävä muualta.

Käynti Toivoon toteutettiin 13.6.2016 klo 13. Opinnäytetyön tekijöitä oli paikalla kolme. Lisäksi Toivossa oli paikalla kaksi ohjaajaa. Kolme nuorta halusi osallistua haastattelutilanteeseen. Yksi nuori tuli vielä mukaan hetken harkittuaan, mutta hän poistui tilaisuudesta muutaman kysymyksen jälkeen, eikä halunnut enää jatkaa. Sovituista ikärajoista pidettiin kiinni, joten eräs haastateltavaksi halunnut henkilö ei päässyt osallistumaan ryhmähaastattelutilanteeseen. Hän kuitenkin vastasi haastattelukysymyksiin erilliselle paperille. Näitä vastauksia ei käytetty opinnäytetyöhön, mutta Ruori-hanke sai hänen vastauksensa käyttöönsä. Ryhmähaastattelu toteutettiin huoneessa pöydän ääressä, jonka ympärillä kaikki istuivat yhdessä. Kysymykset käytiin läpi ryhmähaastatteluna. Keskustelu oli avointa ja vilkasta. Nuorille tuttu ympäristö oli omiaan lisäämään luottamuksen tunnetta ja aroistakin asioista keskustelemista. Käyntiin Toivossa kului aikaa kolme tuntia. Haastattelutilanteessa yksi opinnäytetyön tekijöistä kirjasi vastaukset paperille.

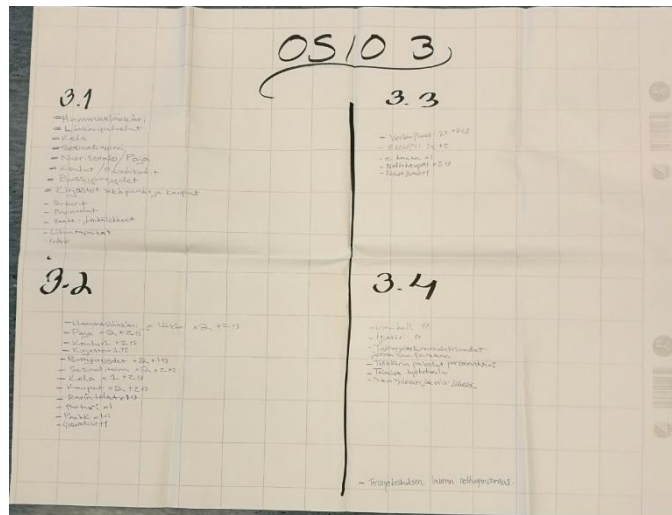
9 AINEISTON ANALYYSI

Analyysi etenee osissa, joita ovat aineiston kerääminen, kuvaaminen, luokittelu ja yhdistäminen. Lopuksi niistä muodostuu yhteinen analyysi. Analyysivaiheen tekee mielenkiintoiseksi ja haastavaksi yleensä aineiston runsas määrä. (Hirsjärvi ym. 2009, 223 - 225.) Aineiston erittely tehdään taustatietojen purkamisella ja ryhmätöiden kokoamisella. Analyysissa perehdytään materiaaliin, luokitellaan haastattelut, pyritään löytämään yhteyksiä ja kirjoitetaan raportti. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 144.)

Analyysi tarkoittaa aineiston lukemista huolellisesti, materiaalin läpikäyntiä, sisällön ja/tai rakenteiden erittelyä, jäsentämistä ja pohtimista. Analyysi on luokittelua aiheiden ja teemojen mukaan. Ajatuksena on saada keskeiset asiat esille ja tarkastella niitä tutkimusongelmaan liittyen. Analyysissa vertaillaan teoriaa, tutkimusongelmaa, saatua aineistoa ja omaa ajattelua. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

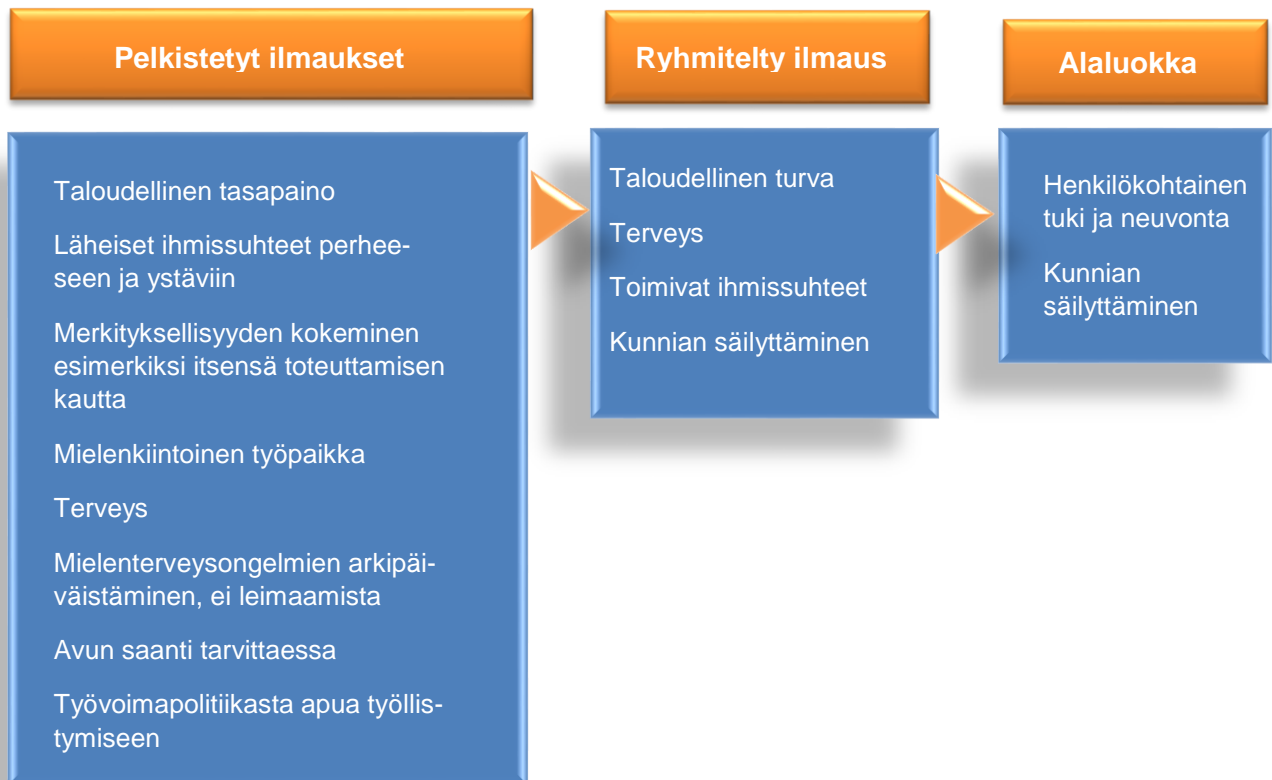
Aineiston ryhmittelyssä kerätty aineisto käsitellään ja kartoitetaan samantapaisia ja/tai erilaisia asioita. Samat asiat jaetaan ryhmiin ja tehdään niille luokkia. Haastattelun teemat muodostavat helpon pohjan käsitellä aineistoa. Luokille annetaan nimet aineiston sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Tulokset käsitellään pelkistettyinä ilmauksina ja ne ryhmitellään alaluokkiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93, 110 - 111.)

Haastattelut toteutettiin teemojen mukaan. Pääteemoja olivat terveys, työ- ja toimintakyky sekä palvelut ja osallisuus. Taustakysymyksiä oli seitsemän. Terveys- teemassa kysymyksiä oli yhdeksän, toimintakyky- teemassa yksitoista sekä palvelut ja osallisuus- teemassa kahdeksan. (Liite 1.) Analyysi aloitettiin kirjaamalla vastaukset siinä muodossa, kun ne olivat kirjoituslustoissa. (Kuva 1.)



Kuva 1. Esimerkki yhden Learning Cafe- pöydän kirjoituslupusta.

Aineistot annettiin Ruori-hankkeen käyttöön. Sisällön analyysi aloitettiin lukemalla vastaukset läpi. Tutkimuskysymys ja teemat ohjasivat analyysia alusta alkaen. Tämän jälkeen vastauksista etsittiin erilaisia yhdistäviä ja erottavia tekijöitä. Samankaltaiset vastaukset kerättiin yhteen ja niistä muodostettiin pelkistettyjä ilmaisuja. Pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin. Näistä syntyi alaluokkia. Kaikista alaluokista koottiin teemoittain yläluokat, joista toinen kuvaa teemaa edistäviä ja toinen heikentäviä tekijöitä. Yläluokista saatiin vastaukset tutkimuskysymykseen. Alla on esimerkki yhden kysymyksen käsittelystä vastausten pelkistämisestä alaluokkaan saakka. (Kuvio 2.)



Kuvio 2. Esimerkkikuvio kysymyksestä "Millainen on hyvä elämä? Mistä haaveilet?"

10 TULOKSET

10.1 Taustatiedot

Taulukko 1. Taustatiedot.

Ikä	Sukupuoli	Koulutus/am-matti	Työkokemus	Asuminen
24	mies	ICT- asentaja	kesätyö	koti
25	mies	peruskoulu	ei	vuokra
24	mies	peruskoulu	2 - 3 v.	vuokra, vaimo ja lapsi
23	mies	peruskoulu	ei	avoliitto
24	nainen	autoasentaja	1 - 2v.	avomies
21	mies	peruskoulu	työtoiminta	vanhempien kanssa
21	mies	sähköautomaatio-asentaja	1v.	vanhempien kanssa
21	nainen	myyjä	kauppa	puoliso
23	nainen	yo/kokki	ravintola, lastenhoitaja, kaupan kassa	yksin vuokralla
22	nainen	merkonomi	lyhyitä pätkiä eri aloilta	kaksio, avopuoliso
24	nainen	media-assistentti	tiskari, leikkausassistentti, graafinen suunnittelija, lastenhoitaja	avoliitto, vuokralla

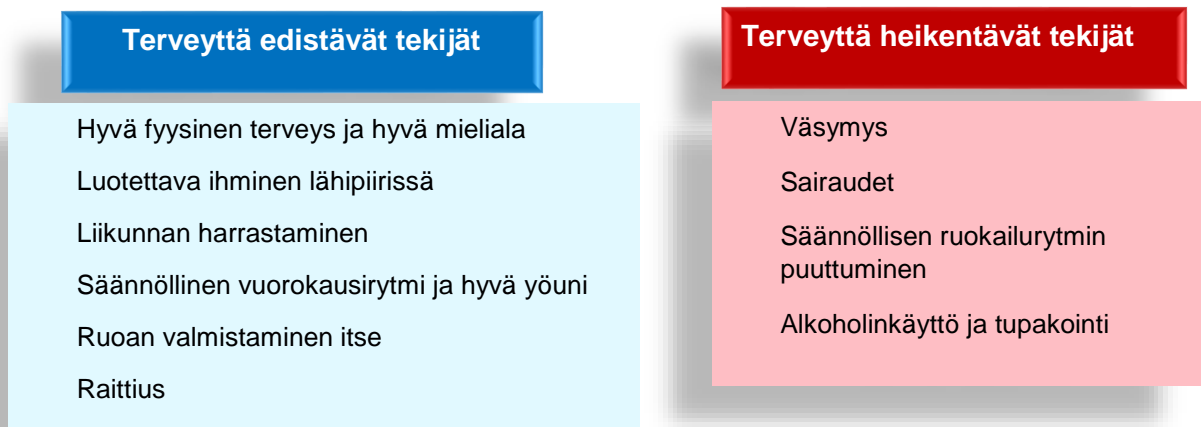
Opinnäytetyön haastatteluihin osallistui yhteensä 11 työtöntä nuorta Naantalista ja Turusta. Naantalista oli kahdeksan nuorta ja Turusta kolme. Nuoret olivat iältään 21 - 25-vuotiaita. Neljä nuorta oli kokonaan ilman peruskoulun jälkeisiä opintoja. Työkokemuksen pituus vaihteli. Heistä neljällä ei ollut joko lainkaan työkokemusta tai sitä oli enintään

4 kk. Viidellä nuorella oli työkokemusta puolesta vuodesta vuoteen ja kahdella koke-
musta oli yli 12 kk. Vastanneista kuusi eli avoliitossa ja vanhempien kanssa kolme. Yksin
asui kaksi nuorta. (Taulukko 1.)

10.2 Nuorten työttömien ajatuksia terveydestä

Nuoret kokivat terveytensä pääsääntöisesti hyväksi tai kohtalaiseksi. Hyväksi terveyden-
tilaa kuvattiin seuraavilla ilmauksilla: ei sairauksia, olo on hyvä ja sanalla terve. Pääasi-
assa nuoret määrittivät mielialansa hyväksi. Nuorilla oli luotettavia henkilöitä omassa
perheessä ja ystäväpiirissä.

Terveyttä edistäviä tekijöitä kysyttäessä nuoret kertoivat pitävänsä itsestään huolta liik-
kumalla, riittäväällä unensaannilla, sosiaalisilla suhteilla sekä huolehtimalla henkisestä
hyvinvoinnistaan. Nuoret vastasivat liikkuvansa melko säännöllisesti. Nuoret kuvailivat
nukkumistaan normaalin vuorokausirytmien mukaisesti. Nuoret söivät pääasiassa kotiruo-
kaa. Terveyttä ja hyvinvointia heikentäviksi tekijöiksi mainittiin esimerkiksi tuki- ja liikun-
taelinten oireet, ongelmat henkisessä jaksamisessa, alkoholinkäyttö ja tupakointi. (Kuvio
3.)



Kuvio 3. Terveyttä edistävät ja heikentävät tekijät

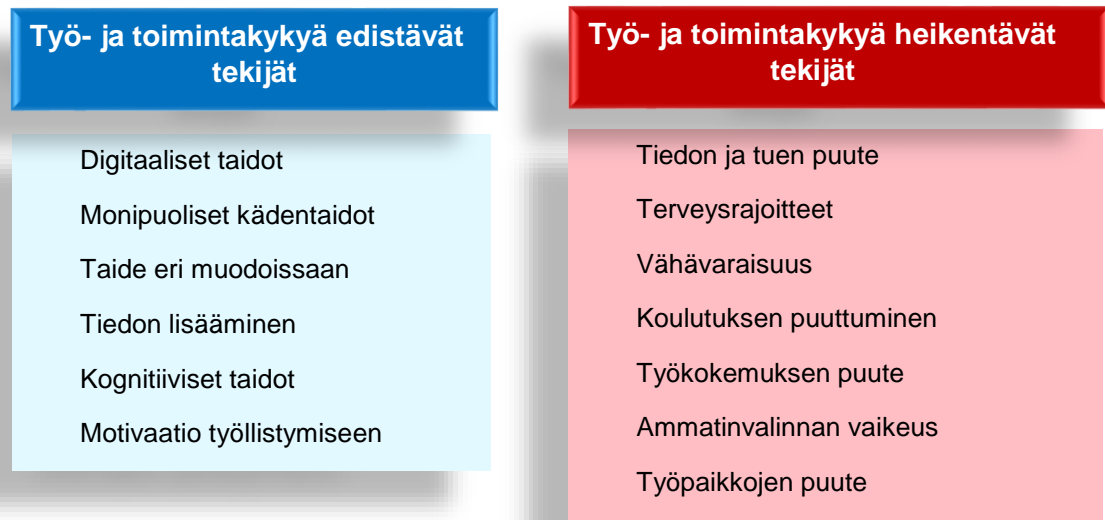
10.3 Nuorten työttömien ajatuksia työ- ja toimintakyvystä

Nuorten harrastusten kirjo oli laaja. Harrastuksina mainittiin esimerkiksi nyrkkeily, miekkailu, keilaus, kitaransoitto, piirtäminen, lukeminen, kielten opiskelu, tietokoneen ohjelmointi, irlantilainen tanssi ja virkkaus. Vahvuuksikseen nuoret ilmoittivat luonteenpiirteitä, esimerkiksi rehellisyyden, sinnikkyuden ja tunteiden näyttämisen. Lisäksi nuoret kokivat osaavansa laittaa ruokaa, maalata, pelata tietokonepelejä, soittaa soittimia ja liikkua monipuolisesti.

Kaikilla haastatelluilla nuorilla oli käytössä älypuhelimet, tietokone tai tabletti. Mahdollisuudet sähköisten palveluiden hankkimiseen ja asioiden hoitamiseen ovat laitteiden puolesta olemassa. Nuoret kokivat osaavansa käyttää laitteita ja ohjelmia hyvin. Myös erityisiä ammattiin liittyviä erikoisohjelmia mainittiin osattavan. Internetiä kerrottiin käytettävän päivittäin sekä hui- että hyötytarkoituksessa. Nuorten mainitsemia sosiaalisen median palveluita ovat Whatsapp, Facebook, Instagram, Spotify, Netflix, Youtube, Skype, Reddit ja Imgur. Toiveena nuorilla oli edelleen kehittää tietoteknisiä taitoja, esimerkiksi koodaamisesta oltiin kiinnostuneita. Yksi vastaajista olisi myös valmis ohjaamaan toisia tietoteknisissä asioissa.

Merkittävimmiä työllisyyttä heikentäviksi tekijöiksi nuoret mainitsivat työpaikkojen, koulutuksen ja työkokemuksen puuttumisen. Lisäksi hankaluutta aiheutui siitä, ettei oman alan koulutus ollut itselle sopiva. Myös epävarmuus uravalinnasta mainittiin. Käytännön esteiksi nuoret ilmoittivat myös työpaikan sijainnin ja liikenneyhteydet. (Kuvio 4.)

Työn merkitys nähtiin ensisijaisesti taloudellisena tekijänä. Lisäksi arjen rytmityksen koettiin olevan helpompaa työn avulla. Työn myös mainittiin antavan elämään pysyvyyttä ja merkityksellisyyttä.



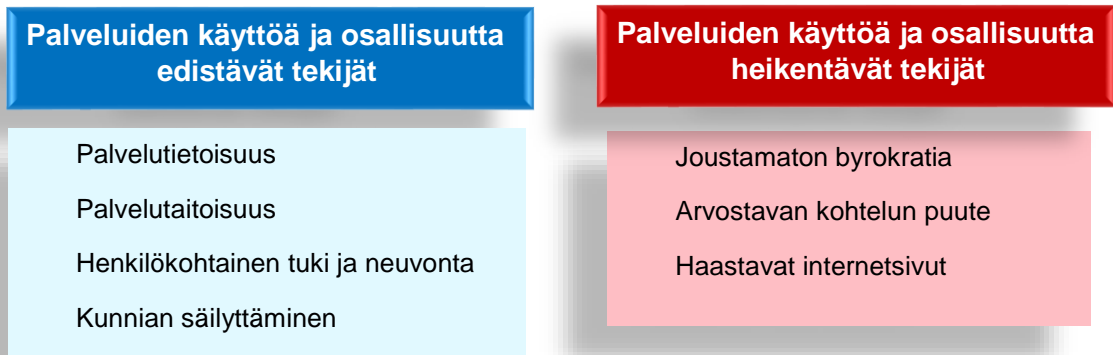
Kuvio 4. Nuorten työttömien työ- ja toimintakykyä edistävät ja heikentävät tekijät

10.4 Nuorten työttömien ajatuksia palveluista ja osallisuudesta

Nuoret osasivat nimetä lukuisia palveluita terveys-, sosiaali- ja sivistyspalveluiden sarjalta. Lisäksi mainittiin useita työllistymiseen liittyviä palveluita. Tällaisia olivat esimerkiksi Kela, TE-toimisto, Pointti Naantalissa ja Ohjaamo Turussa. Ne palvelut, joihin yhteiskunta velvoittaa, olivat tutuimmat. Tarve yksilöllisesti muotoilluille palveluille nousi esille.

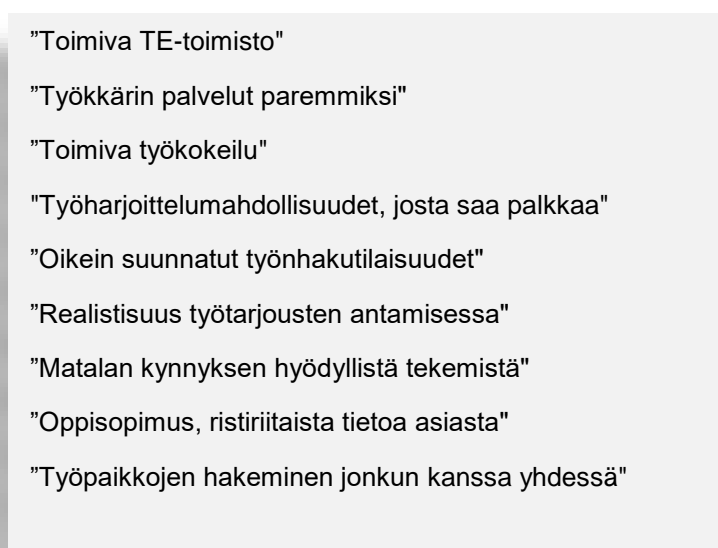
Digitaalisten palveluiden käyttäminen on tuttua. Yleisimmin käytetty on verkkopankki, jota kaikki haastateltavat olivat käyttäneet. Lisäksi Kanta- palvelut, nettikaupat ja ajanvarauspalveluja mainittiin. Yritysten nettisivuilta haettiin tietoa työpaikoista.

Palvelujen käyttöä hankaloittavaksi tekijäksi nuoret kokivat jäykän byrokratian. Tästä mainittiin esimerkkinä työkokeiluun liittyvät säännökset. Asenteellisuuden ja ennakkoluulojen koettiin vaikuttavan työllistymiseen heikentävästi. (Kuvio 5.)



Kuvio 5. Palveluiden käyttöä ja osallisuutta edistävät ja heikentävät tekijät

Suoria lainauksia nuorten vastauksista kysymykseen ”Mitä palveluja haluaisit, mistä olisi apua työllistymiseen?” on koottuna alla olevaan kuvioon. (Kuvio 6.)



Kuvio 6. Mitä palveluja haluaisit, mistä olisi apua työllistymiseen?

Suoria lainauksia nuorten vastauksista kysymykseen ”Millaiseen toimintaan haluaisit osallistua mielelläsi?” on koottuna alla olevaan kuvioon. (Kuvio 7.)

"Vapaaehtoistyöhön, josta saisi työkokemusta"
 "Matala kynnyks tärkeää"
 "Enemmän julkisia tiloja, jossa nuoret saa olla, tapaamispaikka kavereille"
 "Ilmaista harrastustoimintaa"

Kuvio 7. Millaiseen toimintaan haluaisit osallistua mielelläsi?

Hyvää elämää mietittäessä nuoret toivat esiin tulevan työn ja elämän merkityksellisyyden. Turvattu toimeentulo sekä läheiset ihmissuhteet nousivat tärkeimmiksi hyvään elämään kuuluviksi asioiksi. Nuoret arvostivat myös omaa ja läheisten terveyttä. Oman paikkansa löytäminen ja onnellisuuden kokeminen olivat nuorelle tärkeitä.

10.5 Nuorten työttömien toiveita

Kaikkien teemojen sisällä nousi esiin vastauksia erilaisista toiveista. Ne liittyivät esimerkiksi käytännön asioihin, työllistymiseen ja tulevaisuuteen. Työllistyminen ja koulutus olivat nuorilla tulevaisuuden haaveissa. Työelämältä toivottiin joustavuutta työn sisällön ja siitä saatavan korvauksen suhteen. Ajatus mahdollisesta perheestä kuvastui nuorten vastauksista. Inhimillinen toive oli nähdä ihminen omana itsenään, eikä sairauden kautta. Digitaaliseen osaamiseen liittyviä toiveita oli monia erilaisia. Nuoret kaipasivat lisää tietoa talousasioista. (Kuvio 8.)

Toive koulutuksesta
 Tukea ja ohjausta uravalintaan
 Toive aviopuolisosta
 Toiveena olla äiti tai isä
 Toiveena tulla nähdyksi ihmisenä, eikä sairauden kautta
 Tietoteknisten taitojen lisääminen: Excel, koodaaminen ja tietokoneen ohjelmointi
 Lisätietoa talousasioista

Kuvio 8. Toiveet

11 POHDINTA

11.1 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusetiikkaa säätelevät monet normit ja lait. Lähtökohtana on, mihin tutkimusta tarvitaan ja mikä on siihen liittyvä tutkimuskysymys. Tämän jälkeen arvioidaan vastaako kohde ja tutkittava asia toisiaan ja ovatko ne eettisesti perusteltuja. Tietolähteiden valinnalla on huomattava merkitys luotettavuudessa. Analyysissa täytyy huomioida kaikki vastaukset. (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 365 - 367.) Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa mainitaan tärkeimpinä eettisinä periaatteina suostumukseen, luottamuksellisuuden ja yksityisyyteen liittyvät asiat (Hirsjärvi & Hurme 2008, 20). Hoitotyötä ohjaavat eettiset periaatteet ovat ihmisarvon kunnioittaminen, hyvän tekeminen ja pahan välttäminen, oikeudenmukaisuus ja perusteltavuus (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 30).

Tutkimuksen eettisyyteen kuuluu hyvä tutkimussuunnitelma, oikein laaditut tutkimuskysymykset, laadukas raportointi ja eettisesti sitoutuneet tekijät (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127).

Tässä opinnäytetyössä pyrittiin käyttämään laadukasta ja tuoretta teoria-aineistoa. Koska teimme opinnäytetyön Ruori-hankkeelle, kohderyhmämme oli selvillä alusta alkaen. Tähän opinnäytetyöhön hyväksyttiin mukaan ainoastaan sellaisten työttömien nuorten vastaukset, jotka kuuluivat sovittuun ikäryhmään. Toimeksiantosopimus saatiin ennen haastattelujen aloittamista. Tutor -opettajan ohjaukseyntejä hyödynnettiin säännöllisesti.

Ryhmähaastattelun yhteydessä korostettiin osallistumisen vapaaehtoisuutta ja anonymiteettiä. Haastatteluun osallistuneilta pyydettiin kirjallinen suostumus. Ne menivät vain Ruori-hankkeen käyttöön. Vastaukset käsiteltiin erillään osallistujatiedoista.

Haastattelut tehtiin sekä taustakysymyksillä että ryhmässä toteutetulla teemahaastattelulla. Tekijät olivat koko ajan läsnä tilanteissa, joten nuoret pystyivät esittämään lisäkysymyksiä ja tarkennuksia liittyen teemoihin ja käsiteltäviin aiheisiin. Kaikki osallistuneet olivat täysi-ikäisiä. Naantalissa työpajalla oli läsnä myös yksi ala-ikäinen. Yhdessä päätettiin, että häntä ei otettu tutkimukseen mukaan. Turun Toivossa oli yksi tutkimuksen ikärajan ylittävä henkilö, joka vastasi kyselyyn. Hänen vastauksensa jätettiin huomiotta tässä opinnäytetyössä, mutta Ruori-hanke sai nekin käyttöönsä.

Taustakysymyksiin ja terveys-teeman kysymyksiin sai jokainen vastata yksityisesti. Näin varmistettiin jo ennalta, ettei kukaan joudu julkisesti vastaamaan arkaluontoisiin kysymyksiin. Muiden kysymysten kohdalla sen sijaan päädyttiin ryhmähaastatteluun, koska näin saatiin samanaikaisesti vastauksia monelta nuorelta. Kysymykset on esitetty liitteessä 1. Nuoret myös tunsivat toisensa, joten ryhmässä keskusteleminen oli sujuvaa ja luontevaa. Ryhmähaastattelu ja Learning Cafe sopivat hyvin aineistokeruumenetelmäksi, koska nuoret pystyivät näin vertailemaan kokemuksiaan. Ryhmähaastattelu toteutettiin nimettömänä, joten anonymiteetti turvattiin, eikä opinnäytetyön julkaisussa yksittäisten vastaajien tietoja voi tunnistaa. Haastatteluja ei videoitu vaan vastaukset kirjattiin paperille teemojen mukaisesti.

Ryhmän vetäjä huolehti, että kaikki saivat puheenvuoron. Osa kysymyksistä herätti vilkasta keskustelua ja synnytti näin uusia ajatuksia. Vuorovaikutus toimi ryhmissä hyvin. Keskusteluissa pysyttiin aiheessa. Mielpide-eroja tuli esille vain vähän.

Ensimmäisellä haastattelukerralla esitettiin epähuomiossa sama kysymys kahteen kertaan. ”Mitkä ovat mielestäsi suurimmat pulmat työllistymisesi tiellä” esitettiin työttömille nuorille sekä palvelut ja osallisuus –teeman että toimintakyky –teeman alla. Virhe huomattiin ennen seuraavassa paikassa tehtäviä haastatteluja. Jatkossa kysymys esitettiin nuorille vain kerran, toimintakyky –teemaan liittyvien kysymysten yhteydessä. Kaikkia saatuja vastauksia käsiteltiin opinnäytetyötä tehtäessä eikä yhtäkään jätetty huomiotta. Vastauksia käsiteltiin mahdollisimman tarkasti alkuperäinen tarkoitus mielessä säilyttäen. Tuloksia käsiteltiin Naantalissa ja Turussa saatuja vastauksia toisistaan erottamatta vastaajien anonymiteetin varmistamiseksi.

11.2 Tulosten tarkastelu

Tutkimustuloksia tarkasteltiin teemojen mukaan. Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätä tietoa työttömien nuorten omista näkemyksistä Turussa ja Naantalissa heidän terveyteensä, työ- ja toimintakykynsä sekä palveluihin ja osallisuuteen liittyen. Tuloksia verrattiin aikaisempiin tutkimuksiin ja opinnäytetyön teoriaosuuteen.

Työstä saatu palkka nostaa elintasoja ja sitä kautta hyvinvointia. Raha mahdollistaa itsensä toteuttamisen, kehittymisen ja vapaa-ajan vieton. (Grönholm 2016, 5; Hult 2014, 17.) Nuorten vastauksissa tämä asia korostui. Heidän mukaansa työ ja siitä saatu palkka antaa taloudellista turvaa. Nuoret nostivat vastauksissaan esille myös elämän tärkeät perusasiat: läheiset ihmiset ja terveyden.

Terveys

Terveys- ja toimintakyky ovat työkyvyn perusta (Ilmarinen 2006, 79). Nuorten työttömyydellä on todettu olevan yhteyttä lisääntyneisiin psyykkisiin ja sosiaalisiin ongelmiin, terveyspalveluiden lisääntyneeseen käyttöön, somaattisiin sairauksiin sekä yhteiskunnasta vieraantumiseen (Laitinen, Salmela & Suvivuo 2015).

Hyvinvointia ja terveyttä suojaavia ja edistäviä tekijöitä sekä ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa on tärkeää vahvistaa sen sijaan, että keskityttäisiin pelkästään sairauksien hoitoon. Sosiaalista tukea saatiin ystäviltä ja perheeltä. Hyvä terveys kuuluu kaikille sosiaalisesta asemasta riippumatta (Rotko ym. 2013, 20).

Nuorisobarometrin 2015 mukaan 15 - 29-vuotiaiden työllisyystilanne ei juurikaan vaikuta liikunnan harrastamiseen (Nuorisobarometri 2015). Nuoret kuvasivat oman terveytensä hyväksi. Nuoret harrastivat monipuolisesti eri liikuntalajeja.

Työttömyyden on todettu olevan riskitekijä alkoholin väärinkäytölle. Työttömyyden ensimmäisen vuoden aikana on todettu tutkimusten mukaan alkoholin päivittäisen kulutuksen lisääntyneen ja alkoholiriippuvuuden kehittymisen todennäköisyyden kasvavan. (Hult 2014, 12.) Osa nuorista kertoi olevansa raittiita. Päihteitä käyttävät kertoivat tupakoivansa ja käyttävänsä alkoholia. Nuoret kuvailivat käyttävänsä alkoholia harvoin, kerran kuussa, harvemmin kuin kerran kuussa ja ei ollenkaan.

Työ- ja toimintakyky

Nuoret tunnistivat itsessään erilaisia vahvuuksia, esimerkiksi sinnikkyuden. Tämä on tärkeä henkinen pääoma etenkin työttömyyden pitkittyessä. Huomionarvoista on, että vastauksista esiin nousivat ainoastaan yksilötaidot, ei ryhmä- tai yhteisötaidot. Nuoren yhteisöllisyyden tukeminen on tärkeää. Nuoret olivat aktiivisia ja harrastivat monipuolisesti erilaisia asioita. Harrastukset ylläpitävät monipuolisesti nuorten hyvinvointia ja mahdollistavat toimintakyvyn säilyttämisen työllisyyden koittaessa.

Työkokemuksen ja koulutuksen puuttuminen vaikeuttavat työn saamista. Lisäksi hankaluutta aiheutui siitä, ettei hankittu koulutus ollut itselle sopiva. Työpaikkojen vähyyys ja sijainti koettiin esteeksi työllistymiselle. Suoraan lainattuna: "Kun ei ole työkokemusta ja sitä vaaditaan, ei pääse töihin. Tästä tulee oravanpyörä". Nuoren jäädessä työttömäksi on tärkeää, että löytyy tahoja, joista saa tarvittaessa opastusta. Turussa ja Naantalissa löytyy tällaisia toimijoita, esimerkiksi Ohjaamo Turussa. Nuoret toivoivat koulutusta lisää. Se nähtiin yhtenä keinoa työllistyä tulevaisuudessa.

Työkyvyllä tarkoitetaan ihmisen voimavarojen ja työn välistä tasapainoa. Mielekäs työ vahvistaa työkykyä ja toisaalta epätyytyttävä työ voi heikentää työkykyä. (Työterveyslaitos, 2014.) Työ- ja toimintakykyyn liittyviä tärkeitä tekijöitä ovat esimerkiksi motivaatio työn tekemiseen, osaaminen ja voimavarat (Nummelin 2008, 29). On tärkeää huomioida nuoren terveystarpeet työllisyysuunnitelmien teossa. Yhtenä keinona tässä on työttömien terveystarkastukset. Lisäksi toivottiin helposti saavutettavia terveystarpeita terveydentilan seurantaan.

Nuoret viestittelevät toisilleen enimmäkseen sosiaalisessa mediassa. Ihmisten välinen aito kohtaaminen saattaa jäädä vähemmälle, kun kontaktit hoidetaan sähköisten laitteiden välityksellä. Myös ilmeiden ja eleiden tulkinnan mahdollisuudet vähenevät ja mahdollisuus ihmissuhdetaitojen kapenemiseen on olemassa. Inhimillisyyttä on hankala ylläpitää ilman aitoa vuorovaikutusta. Runsas mediavälineiden käyttäminen vie aikaa muulta toiminnalta. Asialla on myös kääntöpuolensa. Nuorten digitaaliset taidot vaikuttavat olevan hyvät. Medialaitteet ovat oiva työnhaun väline. Tulevaisuuden ammateissa digitaaliset taidot korostuvat entisestään, esimerkiksi robotiikassa ja koodaamiseen liittyvissä tehtävissä. Nuorten digitaalitekniikan käyttötaidot mahdollistavat laaja-alaisen tietotekniikan hyödyntämisen tulevaisuudessa.

Palvelut ja osallisuus

Nuoret osasivat nimetä lukuisia oman alueensa palveluita. Varsinkin Turussa on laajat palvelut nuorille työttömille. Onko mahdollista, että nuori jää kokonaan palveluiden saavuttamattomiin, vaikka palveluita on tarjolla? Yhtenä tukimuotona on olemassa etsivä nuorisotyö. TE-toimistoa käytettiin paljon, ja sen palvelut saivat eniten kritiikkiä.

Laki (1369/2014) työllistämistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta pitää sisälleen yhteistoimintamallin, jossa työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja Kansaneläkelaitos yhdessä arvioivat työttömien palvelutarpeet, suunnittelevat työttömien työllistymisen kannalta tarkoituksenmukaiset palvelukokonaisuudet sekä vastaavat työttömien työllisyysprosessin etenemisestä ja seurannasta. Nuoria ohjataan palvelun piiriin 6 - 12 kuukauden yhtäjaksoisen työttömyyden jälkeen. (Laki työllistämistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta 1369/2014; Grönholm 2016, 75.) Nuoret mainitsivat itse monta ideaa työllistymisen edistämiseksi, erityisesti toimivan TE-toimiston.

Työllistymistä vaikeuttaa ammatillisen tutkinnon puuttuminen ja pidemmän työuran luominen pelkän peruskoulun pohjalta on hankalaa. Koulutustakuu on tärkeä työuraa pidentävä toimenpide. (Hyvönen & Valtonen 2014, 37.) Nuoret ymmärtävät, että kouluttautuminen on yksi keino edesauttaa työllistymistä. Vastanneista neljällä ei ollut peruskoulun jälkeistä koulutusta. Kansallisen syntymäkohortti 1987-tutkimuksessa ilmeni, että nuorten aikuisten jääminen koulutuksen tai työmarkkinoiden ulkopuolelle on omiaan lisäämään eriarvoistumista (Paananen ym. 2012, 7).

Ehkäisevien palveluiden ja hyvinvointia tukevat palveluilla on oma paikkansa syrjäytymisen ehkäisemisessä. Kansallisessa syntymäkohorttitutkimuksessa tutkimuksessa kävi ilmi, että on olemassa myös erilaisia hyvinvointia suojaavia tekijöitä, kuten myönteiset ihmissuhteet ja onnistumisen kokemukset esimerkiksi harrastuksissa. (Paananen ym. 2012, 43.)

Aktiviteetit, joihin nuoret kertoivat osallistuvansa, vaihtelivat suuresti ryhmän sisällä. Haastatteluissa kävi ilmi, että osallistuminen itsessään näyttäytyy merkityksellisenä. Toiminnan sisällöllä ei tunnu olevan niin suurta merkitystä, vaan tärkeänä nousee esiin osallistumisen mahdollisuus.

Kaikki vastanneet näkivät itsensä työelämässä viiden vuoden päästä. Nuorilla oli positiivinen asenne tulevaisuuteen. Tämä puhuu sen puolesta, että nuorten parissa tehtävää pitkäjänteistä työtä tulee jatkaa. Tulevaisuus nähtiin toiveikkaana.

11.3 Arviointi

Haastattelut toteutettiin kahdessa eri paikassa ja niihin osallistui yhteensä 11 nuorta. Toiveena oli saada enemmän haastateltavia, mutta heidän mukaan saamisensa osoittautui hankalaksi. Nuoret osallistuivat keskusteluun molemmissa paikoissa aktiivisesti.

Haastatteluissa oli aina läsnä kolme opinnäytetyön tekijää. Nuoret pystyivät halutessaan esittämään tarkentavia kysymyksiä ja keskustelemaan aiheesta.

Luotettavuutta lisäsi se, että analyysiä tehtiin ja tulokset sekä johtopäätökset pohdittiin yhdessä neljän opinnäytetyöntekijän kesken. Tutor -opettajalta saatiin ohjausta aina tarvittaessa. Taustakysymyksiin nuoret vastasivat henkilökohtaisesti, joten heidän kirjautumisestaan vastauksista voitiin antaa tarkkoja lukuja ja yksityiskohtaista tietoa.

Työn päätavoite oli kerätä tietoa Ruori-hankkeelle. Tässä onnistuttiin hyvin. Ruori-hankkeen toimijat saivat vastaukset nopeasti voidakseen edistää uutta tulevaa hankesuunnitelmaa.

Käsitellyt aiheet nostivat esiin uusia ja erilaisia ajatuksia nuorten keskustellessa niistä yhdessä. Näin voidaan ajatella ryhmähaastattelun tuottaneen enemmän ajatuksia ja ideoita kuin yksilöhaastattelu olisi tehnyt. Työn parasta antia olivatkin nuorten ryhmähaastattelut. Se avarsi myös opinnäytetyön tekijöiden näkökulmaa työttömien nuorten maailmaan.

11.4 Kehittämisen- ja tutkimusehdotukset

Ruori-hankkeen toteutuksessa hyödynnetään palvelumuotoilua sekä Living Lab-toimintaa eli käyttäjän osallistamista aktiiviseksi toimijaksi palveluiden kehittämisessä. Tämä lisää työttömän sosiaalista osallisuutta palveluiden suunnittelussa. Hankkeessa korostuu halu kuunnella ja ymmärtää työtöntä ihmistä, ja kehittää yhteistyössä heidän kanssaan tarkoituksenmukaisia palveluita. (Ruori-hanke 2016.) Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää Ruori-hankkeen jatkosuunnitelmissa.

Ruori-hankkeen ensimmäisen vaiheen jälkeen on tarkoitus järjestää suunnittelutyöpajoja kohderyhmien ja eri palveluntuottajien kanssa. Tarkoituksena on suunnitella työ- ja toimintakykyä edistävää toimintaa yhteistoiminnallisesti ja työttömiä osallistaen. Hankkeelle haetaan jatkorahoitusta vuosille 2017 ja 2018. Tarkoituksena on suunnitella toimintamalleja ja toteuttaa terveyden ja hyvinvoinnin toimintasuunnitelma. (Ruori-hanke 2016.)

Yksi opinnäytetyön tärkeimmistä johtopäätöksistä on, että työttömät nuoret tarvitsevat edelleen henkilökohtaisesti annettua tietoa koulutuksista ja työvoimapolitiisista asioista, vaikka näitä palveluita on saatavilla. Tämän lisäksi tarvitaan tukea ja motivointia sekä nuorta arvostavaa otetta urapolulle ohjaamisessa huomioiden hänen mahdollisuudet, vahvuudet ja rajoitteet. Nuorten tarve ja annettava tuki tulisi saada kohtaamaan toisensa entistä toimivammin.

Nuorten digitaalisten taitojen hyödyntäminen avaa mahdollisesti uusia urapolkuja, esimerkiksi robotiikkaan ja koodaamiseen liittyviin koulutuksiin ja sitä kautta myös tehtäviin. Idea, että vapaaehtoistyöhön osallistumisesta saisi työtodistusta vastaavan todistuksen,

on kehittämiskelpoinen. Tulevissa jatkohankkeissa olisi hyvä ottaa työttömiä nuoria mukaan jo aivan alusta alkaen eli jo hanke-aiheita mietittäessä ja hankesuunnitelmaa tehtäessä. Ja se, miten nuoria tähän houkutellaan mukaan, kannattaa kysyä nuorilta itseltään.

LÄHTEET

Aalto, M.; Bäckmand, H.; Haravuori, H.; Lönnqvist, J.; Marttunen, M.; Melartin, T.; Partanen, A.; Partonen, T.; Seppä, K.; Suomalainen, L.; Suokas, J.; Suvisaari, J.; Viertiö, S. & Vuorilehto, M. 2009. Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen: Opas ennaltaehkäisevän työn ammattilaisille. Helsinki: THL.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085191>.

Ely-keskus 2015 www-sivut. Hämeen alue. Viitattu 19.10.2016 <http://www.ely-keskus.fi>.

Ely-keskus 2016 www-sivut. Työllisyyskatsaus 2016. Viitattu 30.10.2016 <http://www.ely-keskus.fi>.

Grönholm, T. 2016. Aktivointileluja ja virikehäkkeitä-kuntouttava työtoiminta ja sosiaaliturva työllisyyden edistämisen näkökulmasta. Pro gradu-tutkielma. Johtamiskorkeakoulu. Tampereen yliopisto. Viitattu 28.9.2016
<http://uta32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/98765/GRADU-1459507047.pdf?sequence=1>.

Hara, M.; Ollilla, H. & Simonen, O. 2010. Lasten ja nuorten tupakoimattomuuden edistäminen. Yhteinen vastuumme. Toimintasuositukset lasten ja nuorten terveyden ja tupakoimattomuuden edistämiseksi Suomessa vuosina 2010 - 2013. 2. painos. Sosiaali- ja terveysministeriön selviytyksiä 2009:58. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-2906-7>.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Helsinki: Yliopistokustannus.

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita.15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Huhta, H. 2015. Pitää pään kasassa-liikunta työttömien nuorten arjessa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura. Viitattu 4.12.2016 <http://www.nuorisotutkimusseura.fi>.

Hult, M. 2014. Työttömien terveys ja hyvinvointi: Haastattelututkimus. Pro gradu-tutkielma, hoitotiede, Preventiivinen hoitotiede, Itä-Suomen yliopisto, Terveystieteiden tiedekunta. Viitattu 28.9.2016.
http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20140849/urn_nbn_fi_uef-20140849.pdf.

Hyvönen, U. & Valtonen, M. 2014. Nuorisotakuu- ehjä kokonaisuus vai kasa toimenpiteitä? Teoksessa Gretscher, A.; Paakkunainen, K.; Soutu, A-M. & Suurpää, L. (toim.) Nuorisotakuun arki ja politiikka. Nuorisotutkimusverkosto. Viitattu 19.9.2016 http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuorisotakuun_arki_ja_politiikka.pdf.

Hämäläinen, T. & Palo, S. 2014. Työpajapedagogiikka. Valmennuksen pedagogisia lähtökohtia työpajalla. Valtakunnallinen työpajayhdistys ry.

Ilmarinen, J. 2006. Pitkää työuraa! Ikääntyminen ja työelämän laatu Euroopan unionissa. Helsinki: Työterveyslaitos: Sosiaali- ja terveysministeriö. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504226126>.

Ilmarinen, V. & Koskela, K. 2015. Digitalisaatio – Yritysjohdon käsikirja. Helsinki: Talentum Media Oy.

Isola A-M.; Turunen E.; Hänninen S.; Karjalainen J. & Hiilamo H. 2015. Syrjäytynyt ihminen ja kunta. Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 84. Kaks Kunnallisalan kehittämissäatiö <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7072-17-2>.

Jungner, M. 2015. Otetaan digiloikka! – Suomi digikehityksen kärkeen. Helsinki: Elinkeinoelämän Keskusliitto.

Kunnat www-sivut 2016. Viitattu 31.10.2016 <http://www.kunnat.net>.

- Laitinen, E.; Salmela, M. & Suvivuo, P. 2015. Nuorten aikuisten työttömien terveyden edistäminen. Teoksessa Laaksonen, C.; Suvivuo, P.; Kuukasjärvi, A. (toim.) Terveesti nyt ja huomenna. Turun Ammattikorkeakoulun raportteja 219.
- Leemann, L. & Hämäläinen, R-M. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 8.11.2016 www.thl.fi/sokra.
- Leino-Kilpi, H & Välimäki, M. 2014. Etiikka hoitotyössä. 8., uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Myllyniemi, S. (toim.) 2015. Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Nuorisosiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusseura. Viitattu 26.10.2016 https://tietoaanurista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri_2015_ISSUU.pdf.
- Naantalın kaupungin www-sivut 2016. Viitattu 22.9.2016 <http://www.naantali.fi>.
- Nikula, T. (toim.). 2011. Arvioi ja kehitä. Kokoelma terveyden edistämisen malleja, mittaristoja ja menetelmiä. Terveyden edistämisen keskuksen julkaisuja 10/2011. Helsinki: Terveyden edistämisen keskus.
- Nummelin, T. 2008. Stressi haastaa työkyvyn: varhainen puuttuminen esimiehen työkaluna. Talentum Media. Viitattu 1.11.2016 https://login.ezproxy.turkuamk.fi/login?url=http://verkkokirjahylly.talentum.fi/teos/CAEBCXJTFF_
- Nuorisobarometri 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Nuorisosiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusseura. Viitattu 16.10.2016 https://tietoaanurista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri_2015_ISSUU.pdf.
- Nuorisolaki 2006. L 27.1.2006/72. Viitattu 1.9.2016 www.finlex.fi.
- Nuorisotakuu 2013. Kirje nuorisotakuun alueellisille ja paikallisille toimijoille. Viitattu 19.9.2016 http://nuorisotakuu.fi/files/36290/Nuorisotakuun_tavoitteet_ja_sisalto-Kirje_nuorisotakuun_alueellisille_ja_paikallisille_toimijoille.pdf.
- Nuorisotakuu 2014. Nuorille suunnatun Ohjaamo-toiminnan käynnistäminen ja kehittäminen. Viitattu 22.9.2016 http://www.peda.net/img/portal/3094341/Ohjaamo-toiminnan_yleiskuvaus_marraskuu_2014.pdf?cs=1416911814.
- Nuorisotakuu 2016. Viitattu 19.9.2016 http://www.nuorisotakuu.fi/tietoa_takuusta.
- Ottawacharter for health promotion. 1986. Ottawa. An International Conference on Health Promotion, November 17–21, 1986.
- Paahtama, S. 2016. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Viitattu 14.3.2016 <http://www.kuntnat.net>.
- Paananen, R.; Ristikari, T.; Merikukka, M.; Rämö, A. & Gissler, M. 2012. Lasten ja nuorten hyvinvointi Kansallinen syntymäkohortti 1987-tutkimusaineiston valossa. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Palosuo, H.; Sihto, M.; Lahelma, E.; Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. 2013. Sosiaaliset määrittäjät WHO:n ja Suomen terveystieteissä. Raportti 14/2013. Helsinki:THL. Viitattu 16.11.2016 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-909-1>.
- Prättälä, R. & Paalanen, L. 2007. Elintavat ja niiden väestöryhmäerot Suomessa. Terveys 2000-tutkimus. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B2/2007. Helsinki: Kansanterveyslaitos. Viitattu 29.9.2016 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78069/2007b02.pdf?sequence=1>.
- Rantanen, H. 2005. Nettikioskeja ja laajakaistaa – Kansalaisten tietoyhteiskuntaa rakentamassa. Helsinki: Edita Prima Oy.

Rotko, T. & Kauppinen, T. 2016. Terveys 2015 - kansanterveysohjelman loppuraportti. Työpäperi 8/2016. Helsinki: THL. Viitattu 25.10.2016 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-638-4>.

Rotko, T.; Mustonen, N. & Kauppinen, T. 2013. Eriarvoisuuden vähentäminen kaikissa politiikoissa- kokemuksia ministeriökierroksesta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Työpäperi: 2013_032. Helsinki: THL. Viitattu 27.3.2016 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-992-3>.

Rotko, T.; Hannikainen-Ingman, K.; Murto, J.; Kauppinen, T. & Mustonen, N. 2014. Terveyserojen kaventaminen käytännössä – alueellinen yhteistyö avuksi. Yhteiskuntapolitiikka 92-99. Viitattu 27.3.2016 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2014060526279>.

Rouvinen-Wilenius, P.; Aalto-Kallio, M.; Koskinen-Ollonqvist, P. & Nikula, T. 2011. Osallisuus osana tasa-arvoa. Teoksessa Tasa-arvo ja osallisuus väylä terveyteen.; Rouvinen-Wilenius, P. & Koskinen-Ollonqvist, P. (toim.). Terveiden edistämisen keskuksen julkaisuja 9/2011. Helsinki: Terveiden edistämisen keskus.

Ruori-hanke 2016. Turun ammattikorkeakoulu.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV-Teemahaastattelu. Tampereen yliopisto. Viitattu 9.10.2016 http://www.fsd.uta.fi/fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf.

Savola, E. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2005. Terveiden edistäminen esimerkein. Käsitteitä ja selityksiä. Helsinki: Terveiden edistämisen keskus ry. Viitattu 19.9.2016 http://www.soste.fi/media/pdf/terveyden_edistaminen_esimerkein_2005.pdf.

Savolainen, J.; Virnes, E.; Hilpinen, M.; Palola, E. 2015. Nuorisotakuu-työryhmän loppuraportti ja suositukset jatkotoimiksi. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys 19/2015. Edita Publishing Oy. Viitattu 21.9.2016 https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74962/TEMjul_19_2015_web_19032015.pdf?sequence=1.

Sinervo, L. & Hietapakka, L. 2013. Työttömien terveyspalvelut, Valtakunnalliset terveyskeskuskyselyn 2013 tulokset. Työpäperi 2013_041. Helsinki: THL. Viitattu 13.3.2016 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-049-8>.

Sinervo, L. 2009. Pitkäaikaistyöttömien terveyshanke Kehittämävaiheen loppuraportti ja paikalliset toimintamallit. 23/2009. Helsinki:THL. Viitattu 29.9.2016 <http://thl32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/80145/a79cf7a8-e4fe-4b72-b4fa-79268290bc10.pdf?sequence=1>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2006. Terveiden edistämisen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:19. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 25.10.2016 <http://stm.fi/>.

STM www-sivut 2016. Viitattu 29.10.2016 <http://stm.fi>.

Terveidenhuoltolaki. 2010. L 30.12.2010/1326 muutoksineen. Viitattu 1.9.2016 www.finlex.fi.

THL www-sivut 2011. Viitattu 17.10.2016 <https://www.thl.fi/>.

THL www-sivut 2015. Viitattu 16.3.2016 <https://www.thl.fi/>.

THL www-sivut 2016. Viitattu 16.3.2016 <https://www.thl.fi/>.

Tilastokeskus 2016. Viitattu 30.10.2016

Tukia, H.; Lehtinen, N.; Saaristo, V. & Vuori, M. 2011. Väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kunnassa - Perusraportti kuntajohdon tiedonkeruusta 2011. Helsinki: THL. Viitattu 29.10.2016 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085509>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi.

Turun kaupunki www-2016 sivut. Viitattu 1.11.2016 <https://www.turku.fi>.

- Turun kaupunki www-sivut 2016. Turun ohjaamo. Viitattu 22.9.2016 <https://www.turku.fi/ohjaamo>.
- Turun NMKY 2016. Nuorten kohtaamispaikka Toivo. Viitattu 22.9.2016 <http://www.tunmky.fi>.
- Työ- ja elinkeino ministeriö 2015. Viitattu 30.10.2016 http://tem.fi/artikkeli/-/asset_publisher/tyottomien-ja-pitkaaikaistyottomien-tilastointi-tyonvalityksen-tilastojarjestelmassa.
- Työterveyslaitos www-sivut 2014. Viitattu 17.10.2016 <http://www.ttl.fi>.
- Vaarama, M.; Karvonen, S.; Kestilä, L.; Moisio, P.; Muuri, A. 2014. Suomalaisten hyvinvointi. Helsinki: THL.
- Valtion nuorisoasiain valtuuskunnan www-sivut 2016. Viitattu 13.3.2016 <http://tietoanuorista.fi>.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta www- sivut 2014. Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014. Viitattu 3.12.2016 <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi>.
- Verkostojohtamisen opas 2016. Viitattu 11.11.2016 http://verkostojohtaminen.fi/?page_id=139.
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- World Health Organization 2016. Ottawa Charter for Health Promotion, 1986. Viitattu 29.10.2016 http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf.
- World Health Organization 2016a. Health Promotion. Viitattu 29.10.2016 http://www.who.int/topics/health_promotion/en/.
- World Health Organization 2016b. Viitattu 29.10.2016 <http://www.who.int/features/qa/health-promotion/en/>.
- World Health Organization 2016c. Viitattu 29.10.2016 <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/7gchp/track2/en/>.
- World Health Organization 2016d. Viitattu 29.10.2016 http://www.who.int/publications/almaata_declaration_en.pdf?ua=1.

Teemahaastattelun kysymykset

Haastattelukysymykset:

Käsitteinä ovat nuorten terveys, terveyden edistäminen, työkyky, toimintakyky, osallisuus ja toimintakykyä tukevat palvelut sekä digitaalitekniikan käyttö.

TAUSTATIEDOT

1. Ikä
2. Sukupuoli
3. Koulutus/ammatti
4. Työkokemus
5. Asuminen
6. Mitkä koet /olevan suurimmat rajoitteet tai hankaluudet työsaannissa?
7. Mitä työ sinulle merkitsee?

TERVEYS

1. Millaiseksi koet oman terveydentilasi? Onko sinulla sairauksia?
2. Millaiseksi koet oman mielialasi?
3. Onko sinulla luotettavia henkilöitä lähipiirissä?
4. Harrastatko säännöllistä liikuntaa?
5. Mihin aikaan menet nukkumaan ja milloin heräät?
6. Oletko herätessäsi virkeä?
7. Montako kertaa päivässä syöt? Laitatko itse ruokaa?
8. Mitä yleensä syöt ja juot?
9. Käytätkö alkoholia, kannabista, nuuskaa, tupakkaa tai sähkösavukkeita?

TYÖ- JA TOIMINTAKYKY

- Missä olet mielestäsi hyvä?
 - Mitä harrastat?
 - Käden taidot (esim. renkaiden vaihto, käsityöt), sujuuko kotityöt?
 - Oletko kiinnostunut tietämään lisää mm ravitsemus, uni, päihteet, liikunta jne?
 - Mitkä ovat mielestäsi suurimmat pulmat työllistymisesi tiellä?
-
- Käytätkö tietokonetta, tablettia tai älypuhelinta? Mitä niistä ja onko sinulla itselläsi ne käytössä vai käytätkö esim. kirjaston tietokonetta?
 - Kerro, mitä tietoteknisiä ohjelmia osaat käyttää? (esim. Word, Excel, tiedonhaku)
 - Käytätkö paljon internetiä? Millaiseen tarkoitukseen käytät?
 - Vietätkö aikaa sosiaalisessa mediassa- millaisissa? (Facebook, WhatsApp, Twitter, Instagram, jne.
 - Miten haluaisit kehittää tietoteknisiä taitoja?
 - Olisitko valmis ohjaamaan toisia tietoteknisissä asioissa?

PALVELUT JA OSALLISUUS

- Tiedätkö, mitä palveluja (Esim. lääkärin vastaanotto, hammaslääkäri, sosiaalityöntekijä, KELA, nuorisotalot jne.) asuinkunnassasi on tarjolla?
 - Mitä palveluita olet käyttänyt Naantalissa/ Turussa? / esimerkkejä
 - Käytätkö digitaalisia palveluja? Verkkopankki? E-terveyspalvelut? Ajanva-raukset
 - Mitä palveluja haluaisit, mistä olisi apua työllistymiseen? Anna esimerkkejä
-
- Millaiseen toimintaan haluaisit osallistua mielelläsi?
 - Onko sinulla ideoita oman tulevaisuutesi parantamiseksi?
 - Kerro, millainen on sinulle hyvä elämä? Mistä haaveilet?
Missä näet itsesi viiden vuoden päästä?