



KESTÄVÄÄ HYVINVOINTIA KEHITTÄMÄSSÄ 2017

Anu Haapala (toim.)



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Anu Haapala (toim.)

KESTÄVÄÄ HYVINVOINTIA KEHITTÄMÄSSÄ 2017

XAMK KEHITTÄÄ 30

**KAAKKOIS-SUOMEN AMMATTIKORKEAKOULU
MIKKELI 2017**

© Tekijät ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

Kannen kuva: Jukka Turunen

Julkaisun kuvat iStock ellei kuvaajaa mainittu

Taitto- ja paino: Grano Oy

ISBN: 978-952-344-058-6 (nid.)

ISBN: 978-952-344-059-3 (PDF)

ISSN: 2489-2467 (nid.)

ISSN 2489-3102 (verkkójulkaisu)

julkaisut@xamk.fi

LUKIJALLE

Hyvinvointi ja sen kestävyys on yhä useammin esillä yhteiskunnallisessa keskustelussa. Vahvasti hyvinvointi on ollut esimerkiksi Suomi100-keskustelussa, jossa hyvinvoinnin ylläpitäminen ja kehittäminen on asetettu tavoitteeksi myös seuraavan sadan vuoden ajaksi. Samalla hyvinvointi on alettu nähdä entistä laaja-alaisemmin sekä yksilön kokonaisvaltaisena hyvinvointina, peruslähtökohtana menestyksekkäälle elinkeinoelämälle ja liiketoiminnalle että ympäristön ja luonnon vastuullisena käyttönä. Hyvinvointiin yhdistettävät ympäristöt ovat keskusteluissa laajentuneet yksilön lähiympäristöstä esimerkiksi työ-, opiskelu-, liiketoiminta-, luonto- ja kulttuuriympäristöiksi. Samalla kun hyvinvoinnin mittaaminen eri ympäristöissä on mahdollistunut teknologisten sovellusten avulla, on keskusteluun noussut yhä vahvemmin myös hyvinvoinnin kokemuksellisuus.

Nämä kaikki teemat ovat esillä myös Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun Kestävän hyvinvoinnin tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminnassa. Tavoitteenamme on kestävä hyvinvoinnin edistäminen erityisesti kehittämällä dataperusteisia hyvinvointipalveluja ja älykkäitä, käyttäjäkeskeisiä ruokapalveluja sekä edistämällä osallistuvaa ja yhdenvertaista nuoruutta ja vastuullista matkailua. Kehittäminen on tutkimuksellista ja perustuu uusimpaan saatavilla olevaan tietoon ja sen hyödyntämiseen, soveltamiseen ja testaamiseen alueen toimijoiden kanssa tehtävässä yhteistyössä.

Tämän julkaisun tarkoituksena on nostaa esille TKI-toiminnassa aktiivisesti mukana olevien asiantuntijoiden näkemyksiä hyvinvoinnista ja kehittämisestä sekä jakaa sitä osaaamista, mikä heille työssään on kertynyt. Julkaisussa keskitytään erityisesti tiedon rooliin ja merkitykseen kehittämisen lähtökohtana, tarkastellaan erilaisia tiedon muotoja ja saatavuutta muun muassa käyttäjälähtöisessä kehittämisessä, hahmotellaan erilaisia kehittämisen näkökulmia ja opiskelijoiden roolia kehittämisessä sekä analysoidaan osallisuutta ja yhdenvertaisuutta kehittämisen tavoitteina.

Esitän lämpimät kiitokseni kaikille julkaisun toteuttamiseen osallistuneille. On ilo työskennellä tällaisen asiantuntijajoukon kanssa! Toivon samalla, että julkaisu tuottaa iloa myös sen lukijoille ja haastaa aina uudelleen tarkastelemaan omaa, lähiyhteisön ja ympäristön hyvinvointia ja sen edistämistä tuoreista, kehittäivistä ja uutta luovista näkökulmista.

Mikkelissä, Suomen itsenäisyyden 100-vuotispäivänä 6.12.2017

Anu Haapala, tutkimusjohtaja

KIRJOITTAJAT

TUULEVI ASCHAN, KK, projektipäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

SUSAN ERIKSSON, YTT, projektipäällikkö, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

ANU HAAPALA, KT, tutkimusjohtaja, Kestävä hyvinvointi, Xamk

TIMO HANTUNEN, LitM, Insinööri (AMK), TKI-asiantuntija, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

TAINA HARMOINEN, MMM, projektipäällikkö, Matkailu-, ravitsemis- ja nuorisoalan koulutusyksikkö, Xamk

TUIJA HEISKANEN, TtM, projektitutkija, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

MARKO KANANEN, YTT, tutkija, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

HEIKKI KANTONEN, yhteisöpedagogi (AMK), projektityöntekijä, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

MAARIT KARHULA, TtM, tutkimuspäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

MARJA-LEENA KAURONEN, TtT, yliopettaja, Terveysalan ja ensihoidon koulutusyksikkö, Xamk

TIINA KIRVESNIEMI, KT, projektipäällikkö, Luovat alat, Xamk

EEVA KOIVULA, MH (MMM), lehtori, Matkailu-, ravitsemis- ja nuorisoalan koulutusyksikkö, Xamk

SIRKKA KOMULAINEN, YTT, tutkimuspäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

VILJO KUULUVAINEN, KTM, LitM, TKI-asiantuntija, Active Life Lab, Xamk

MARJA-LIISA LAITINEN, THM, projektipäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

SANNA LAPPALAINEN, KM, projektipäällikkö, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

OLLI LEHTONEN, FT, dos., erikoistutkija, Maankäyttö ja aluesuunnittelu, Luonnonvarakeskus

VELI LIIKANEN, FM, projektitutkija, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

MINNA MÄNNIKKÖ, Työterveyshoitaja (YAMK), projektipäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

KAROLIINA NIKULA, TT, projektipäällikkö, Luovat alat, Xamk

TIMO PARTALA, FT, tutkimuspäällikkö, Digitaalinen talous, Xamk

ARTO PESOLA, LitT, tutkimuspäällikkö, Active Life Lab, Xamk

TEIJA RAUTIAINEN, Restonomi (YAMK), tutkimuspäällikkö, Älykkäät ja käyttäjäkeskeiset ruokapalvelut, Xamk

MERJA A.T. REUNANEN, YTT, yliopettaja, Kuntoutus- ja terveysalan koulutusyksikkö, Xamk

JUSSI RONKAINEN, YTT, yksikön johtaja, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

LAURA SAAR, Jalkaterapeutti (YAMK), lehtori, Kuntoutus- ja terveysalan koulutusyksikkö, Xamk

KARI SAARI, YTT, projektitutkija, Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia, Xamk

SARI SAUKKONEN, fysioterapeutti (AMK), YAMK-opiskelija, Monialainen toimintakyvyn edistäminen

HANNELE SAUNDERS, TtT, tutkimuspäällikkö, Dataperusteiset hyvinvointipalvelut, Xamk

HILLA SUMANEN, FT, yliopettaja, Terveysalan ja ensihoidon koulutusyksikkö, Xamk

RIITTA TUIKKANEN, ETL, yliopettaja, Matkailu-, ravitsemis- ja nuorisoalan yksikkö, Xamk

TIINA TUOVINEN, MMM, lehtori, Matkailu-, ravitsemis- ja nuorisoalan koulutusyksikkö, Xamk

TUIJA VÄNTTINEN, TtL, opetusjohtaja, Opetuksen hallinto ja ylempien ammattikorkeakoulututkintojen kehittäminen, Xamk

MERJA YLÖNEN, restonomi (YAMK), TKI-asiantuntija, Älykkäät ja käyttäjälähtöiset ruokapalvelut, Xamk

SISÄLTÖ

TIEDOLLA KEHITTÄMINEN	9
Näyttöön perustuva toiminta asiantuntijuuden perustana terveydenhuollon palvelu- ja koulutusorganisaatioissa	10
Xamk Active Life Lab - Dataperustaisia hyvinvointipalveluja kehittämässä	19
Henkilökohtaiset teknologiat ruokailuvalintojen ohjaajina.....	24
Paikkaperustainen terveyspalvelujen suunnittelu.....	30
KÄYTTÄJÄKOKEMUKSET KEHITTÄMISEN LÄHTÖKOHTANA	35
Ruokailukokemuksen eri ulottuvuudet	36
Subjektiiiset kokemukset toimintakyvyn mittaajina.....	42
Nuorten työllistymisen tukeminen yksilölähtöisillä palveluilla.....	49
Käyttäjakeskeisyys digiloikan kompassina.....	54
HYVINVOINTIVAIKUTUKSET JA NIIDEN TODENTAMINEN	61
Teknologian todellinen vaikuttavuus aktiivisuuden ja terveyden edistämisessä	62
Jokainen askel on kohti terveempää elämää.....	70
TIETOPERUSTEINEN TYÖELÄMÄN KEHITTÄMINEN	75
Tieto työkyvyn kehittämisen tukena	76
Nuorten työntekijöiden sairauspoissaolot paljastavat preventiotarpeen	82
Näkökulmia työssä menestymiseen.....	89
KEHITTÄMISEN ERILAISET YMPÄRISTÖT	97
Xamk Active Life Lab hyvinvoinnin edistämisen innovaatioalustana	98
Työn kehittäminen ammattikeittiöissä.....	106
Tilanne päällä - uhka vai mahdollisuus?.....	111
TARKASTELUNÄKÖKULMIA KEHITTÄMISEEN	117
Dialogisuus, pedagogisuus ja radikaali monialaisuus hyvinvoinnin ja innovaatioiden lisäämisessä	118

Varhainen tuki ja tutkimus nuorten hyvinvoinnin takeena	124
Tulevaisuustieto hyvinvoinnin kehittämisessä	130
Toiminnan teoria käytäntöjen kehittämisen lähtökohtana.....	137
Vienti ja ruokamatkailu elintarvikealan kasvutekijöinä	143
KEHITTÄMÄLLÄ KOHTI OSALLISUUTTA.....	149
Digitaalisesta kuilusta kohti digiajan osallisuutta	150
Pelilliset menetelmät auttavat nuorta selviytymään	156
Osallistuva nuoruus aikuisten maailmassa – nuoret ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen.....	162
YHDENVERTAISUUS KEHITTÄMISEN KOHTEENA	169
Pureeko populismi nuoriin?.....	170
Kosmopolitanismi yhtenä maahanmuuttohankkeiden arvoperustana	175
Liikunnan polttopisteessä on nyt yhdenvertaisuus.....	179
OPISKELIJAT KEHITTÄJINÄ.....	185
Opinnäytetyön tekeminen hankkeessa tuottaa työelämässä tarvittavaa osaamista.....	186
Vastuullinen matkailu – TKI:n ja opetuksen voimin eteenpäin.....	193
Opiskelijat hankekehittäjinä – Jalkahuoltopäivä	200
Kokonaisuus on enemmän kuin osiensa summa	205

Tiedolla kehittäminen



NÄYTTÖÖN PERUSTUVA TOIMINTA ASiantuntijuuden perustana terveydenhuollon palvelu- ja koulutusorganisaatioissa

HANNELE SAUNDERS

Terveysalalla näyttöön perustuvalla toiminnalla (NPT) tarkoitetaan parhaan saatavilla olevan, tiivistetyn tiedon yhdistämistä terveysalan ammattilaisen oman asiantuntijuuden ja sisäisen tiedon sekä potilaan omaa hoitoaan koskevien toiveiden ja preferenssien kanssa, hoitotyön päivittäisen päätöksenteon perustaksi (Melnik ym. 2014). Kyse on siis järjestelmällisestä, parhaaseen tietoon perustuvasta ongelmien ratkaisutavasta potilaiden hoitoon liittyvässä päätöksenteossa. Toisin sanoen, potilaiden hoidon tulisi perustua parhaaseen saatavilla olevaan tiivistettyyn tietoon, ei terveysalan ammattilaisten mielipiteisiin tai osastoilla vallitseviin traditioihin ja vanhoihin rutiineihin.

Tiivistetyllä tiedolla tarkoitetaan parhaan saatavilla olevan tiedon ”jalostamista” useiden tutkimusten tulosten kriittisen arvioinnin ja yhdistämisen eli synteessin kautta potilashoitoon parhaiten soveltuvaan muotoon (Saunders ym. 2016; Stevens 2012). Näitä synteesejä ovat esimerkiksi huolellisesti parhaita tutkimusmenetelmiä käyttäen tehdyt järjestelmälliset katsaukset ja näyttöyhteenvedot, jotka on muokattu päivittäisessä potilashoidossa helpommin hyödynnettävään muotoon, kuten näyttöön perustuviksi hoitosuosituksiksi tai näyttöön perustuviksi keskeisiksi hoitotoimenpiteiksi (engl. clinical care bundles).

MIKSI NÄYTTÖÖN PERUSTUVAN TOIMINNAN TOTEUTTAMINEN ON TÄRKEÄÄ?

NPT:n toteuttamisen päivittäisessä potilashoidossa on useissa tutkimuksissa osoitettu johtavan parempiin hoitotuloksiin sekä korkea- ja tasalaatuisempaan hoitoon alhaisemmilla kustannuksilla (McGinty & Anderson 2008; Melnik ym. 2010; Melnik ym. 2017; Wallen ym. 2010). Näiden tutkimustulosten johdosta NPT:n toteuttamisesta onkin muodostunut globaali megatrendi terveydenhuollon palvelu- ja koulutusorganisaatioissa. NPT:n toteuttaminen edellyttää terveysalan ammattilaisilta oman ammatillisen osaamisen ja kokemuksen sekä sisäisen tiedon (esim. potilaan kliinisen tilan arvioinnista saadun tiedon) tuoman asiantuntijuuden ja potilaan toiveiden yhdistämistä parhaaseen saatavilla olevaan tiivistettyyn tietoon päivittäisessä potilaan hoitoon liittyvässä päätöksenteossa (Melnik ym. 2014).

Vaikka potilaat ja muut terveyspalveluiden kuluttajat yleisesti olettavat terveysalan ammattilaisten toimivan työssään näyttöön perustuvasti, NPT:n toteuttaminen ei ole

vahvistamisen tulisikin olla yksi tärkeimmistä asioista kaikissa suomalaisissa terveydenhuollon palvelu- ja koulutusorganisaatioissa.

TERVEYSALAN NPT-KOMPETENSSIEN NYKYTILA SUOMALAISSA YLIOPISTOSAIRAALOISSA

Vuonna 2016 Suomessa julkaistun kansallisen kyselytutkimuksen (Saunders ym. 2016) tulokset osoittivat, että yliopistollisissa sairaaloissa työskentelevillä hoitajilla oli vaatimatomat NPT-kompetenssit: 1) kansainvälisillä mittareilla arvioidut hoitajien aktuaaliset NPT:n tiedot olivat alhaisella tasolla, ja 2) heidän luottamuksensa omiin kykyihinsä soveltaa NPT:tä omassa päivittäisessä hoitotyössään oli alhaisesta keskinkertaisella tasolla. Aktuaalisilla NPT:n tiedoilla tarkoitetaan hoitajien tietotestillä mitattuja NPT-tietoja, ei hoitajien itsensä arvioimaa NPT:n osaamista. Vaikka useimmat hoitajat tunsivat NPT-käsitteen, yleisellä tasolla arvostivat NPT:tä sekä uskoivat sen hyödyllisyyteen ja tärkeyteen laadukkaimman hoidon ja parhaiden potilaiden hoitotulosten saavuttamiseksi, moni ei kuitenkaan ymmärtänyt, miksi ja miten NPT:tä tulisi toteuttaa päivittäisessä hoitotyössä. Tämä johtui pääasiallisesti siitä, että heiltä puuttui riittävä NPT-koulutus ja sen myötä tarvittavat NPT-kompetenssit parhaan saatavilla olevan tiivistetyn tiedon integroimiseksi päivittäin antamaansa potilashoittoon, eikä suurin osa näin ollen toteuttanut sitä omassa työssään. Monissa muissa tutkimuksissa on kansainvälisesti saatu samansuuntaisia tuloksia (Saunders & Vehviläinen-Julkunen 2015).

NPT-OSAAMISEN VAHVISTAMINEN TERVEYDENHUOLLON PALVELUORGANISAATIOISSA

Koska hoitajat ovat suurin terveysalan ammattilaisten ryhmä suomalaisissa sairaaloissa ja muissa terveydenhuollon palveluorganisaatioissa, hoitajien (kuten muidenkin terveysalan ammattilaisten) NPT-valmiuksien vahvistamisen ja NPT:n integroinnin heidän omaan työhönsä tulisi olla yksi tärkeimmistä asioista mahdollisimman suuren vaikutuksen aikaansaamiseksi hoidon laadun ja potilaiden hoitotulosten parantamisessa. Terveysalan ammattilaisten NPT-valmiuksia voidaan suunnitelmallisesti kehittää ja vahvistaa mm. järjestämällä NPT-täydennyskoulutuksia ja ottamalla käyttöön kansainvälisissä tutkimuksissa kehitetyt NPT-kompetenssit, joiden suorittamista odotettaisiin kaikilta terveydenhuollon palveluorganisaatioissa työskenteleviltä terveysalan ammattilaisilta (ml. uusilta työntekijöiltä vuoden sisällä rekrytoinnista) ja joita käytettäisiin osana esim. terveysalan ammattilaisten rekrytointia, perehdytysohjelmia, ammatillisia tehtäväkuvauksia, vuosittaisia kehityskeskusteluja ja ammatillisia urakehitysohjelmia.

Taulukko 1. Näyttöön perustuvan toiminnan (NPT) implementointiprosessin vaiheet (Melnik ym. 2014).

Näyttöön perustuvan toiminnan (NPT) implementointiprosessi terveydenhuollossa

Vaihe 0. Kultivoi aktiivista kyselyhenkeä ja NPT-kulttuuria omassa organisaatiossasi.

Vaihe 1. Kysy PICO(T)*-kysymyksiä eli järjestelmällisiin tiedonhakuihin soveltuvia kysymyksiä.

Vaihe 2. Hae parasta saatavilla olevaa tiivistettyä tietoa tietokannoista.

Vaihe 3. Arvioi tiivistetty tieto kriittisesti.

Vaihe 4. Integroi paras saatavilla oleva tiivistetty tieto terveysalan ammattilaisen oman asiantuntijuuden sekä potilaan arvojen ja toiveiden kanssa, potilaan hoitoa koskevan päätöksenteon perustaksi.

Vaihe 5. Arvioi NPT-muutoksen tuloksia

Vaihe 6. Levitä NPT-muutoksen tulokset.

*PICO(T): P=populaatio; I=interventio tai intressi; C= vertailukohde; O=tulos; T=ajanjakso

Sen lisäksi että terveydenhuollon palveluorganisaatioiden organisaatiokulttuuria, -rakenteita ja päivitysjohtamista tulee kehittää NPT:n implementointia tukeviksi, NPT:n integrointia terveysalan ammattilaisten työhön voidaan konkreettisesti tukea esim. kouluttamalla NPT-mentoreita, jotka toimivat NPT-ekspertteinä osastoilla sekä tukevat ja edistävät NPT:n laajempaa käyttöönottoa ja järjestelmällistä soveltamista päivittäisessä potilashoidossa. NPT-mentoroinnin on useissa tutkimuksissa osoitettu olevan vaikuttava interventio terveysalan ammattilaisten NPT-valmiuksien vahvistamiselle ja NPT:n implementoinnin edistämiseksi potilashoidossa (Friesen ym. 2017; Levin ym. 2011; Melnik ym. 2010; Spiva ym. 2017; Wallen ym. 2010).

Monissa suomalaisissa yliopisto- ja keskussairaaloissa työskentelee jo nyt hoito- ja terapiatyön (esim. fysioterapia) klinisiä asiantuntijoita ja muita asiantuntijahoitajia, joiden NPT-osaamista tulee vahvistaa ja hyödyntää nykyistä huomattavasti enemmän esim. klinisessä potilastyössä toimivien hoitajien NPT-mentoreina ja heidän NPT-kompetenssiensa kehittämisessä sekä NPT:n järjestelmällisen ja kestäväns toteuttamisen johtamisessa päivittäisessä potilashoidossa. Lisäksi NPT-mentorit järjestävät NPT-täydennyskoulutuksia ja kouluttavat klinistä potilastyötä tekevien hoitajien joukosta osastoille NPT-vastaavia (engl. EBP Champions) tukemaan NPT:n integrointia muiden hoitajien päivittäiseen hoitotyöhön.

NPT-OSAAMISEN VAHVISTAMINEN TERVEYDEN- HUOLLON KOULUTUSORGANISAATIOISSA

Ammattikorkeakoulujen (AMK) terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden koulutusohjelmissa tulisi NPT:n implementoinnin opetus integroida jokaisen opintojakson sisältöihin sen sijaan, että ym. koulutusohjelmissa opetetaan erillistä NPT-opintojaksoa tai opetetaan ainoastaan tutkimustaitoja (esim. koulutusohjelman aikana suoritettavan opinnäytetyön tekemistä), eikä opeteta NPT:n implementointia lainkaan. On ensisijaisen tärkeää, että

- 1) AMK:n terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden koko opetushenkilökunta ymmärtää, että tutkimustaitojen opetus ja NPT:n implementoinnin opetus eivät ole sama asia, sekä osaa myös spesifioida, mitkä niiden erot tarkalleen ottaen ovat, sillä mitä ei ymmärretä, sitä ei myöskään osata opettaa muille;
- 2) AMK:n terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden opetushenkilökunta keskittyy ensisijaisesti opettamaan opiskelijoille NPT:n implementointia sekä ennen kaikkea sitä, miten opiskelijoiden tulisi integroida NPT:tä päivittäiseen potilashoittoon.

Toisin sanoen terveysalan opiskelijoiden tulisi koulutusohjelmiansa aikana ensisijaisesti oppia päteviksi parhaan näytön käyttäjiksi ja -soveltajiksi kliinisessä potilaiden hoidossa, ei tutkimustaitojen osaajiksi eikä uuden tutkimustiedon tuottajiksi, sillä valmistuttuaan koulutusohjelmistaan ja siirtyessään työskentelemään terveydenhuollon palveluorganisaatioihin uudet terveysalan ammattilaiset tarvitsevat päivittäisestä työstään laadukkaasti selviytyäkseen ennen kaikkea pätevän tason NPT-valmiuksia eli NPT-kompetensseja. Samasta syystä AMK-opinnäytetöiden tulisi myös olla NPT:n implementointiprojektien tyyppisiä, näyttöä päivittäiseen potilashoittoon soveltavia käytännönläheisten hankkeiden raportteja, ei uuden tutkitun tiedon tuottamiseen tähtäviä tutkimuksellisia opinnäytetöitä, koska tutkimusten suorittamiseen terveysalan opiskelijat eivät saa riittävää koulutusta ennen kuin vasta tohtoritason koulutuksessa.

Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi tarvitaan:

- 1) NPT:n implementoinnin opettamisen täydennyskoulutusta AMK:n terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden opetushenkilökunnalle
- 2) AMK:n terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden opetushenkilökunnan kansainvälisessä käytössä olevien, tutkimuksissa kehitettyjen NPT-kompetenssien suorittamista, edellytyksenä NPT:n implementoinnin opettamiselle terveysalan opiskelijoille – esim. patofysiologian opettamista ei sallita muille kuin ym. tieteenalan erityisosaajille, miksi siis terveysalan ja terveystieteiden opetushenkilökunnalle ilman NPT:n implementoinnin erityisosaamista sallittaisiin terveysalan ammattilaisille keskeisten NPT-kompetenssien opettaminen?
- 3) NPT-kompetenssien integrointia terveysalan opiskelijoiden opetukseen, ml. valmistumisvaiheessa olevien terveysalan opiskelijoiden NPT-kompetenssien kansalliseen arviointiin esim. tutkimuksissa kehitetyllä NPT-tietotestillä, sekä

- 4) tutkimus- ja kehittämishankkeiden suunnittelua ja toteuttamista AMK:n terveysalan ja yliopistojen terveystieteiden opetushenkilökunnan sekä terveysalan opiskelijoiden NPT-kompetenssien valtakunnalliseksi kehittämiseksi.

NPT:n järjestelmällisen implementoinnin on useissa kansainvälisissä tutkimuksissa osoitettu huomattavasti parantavan hoidon laatua, vaikuttavuutta, tuottavuutta, turvallisuutta ja kustannustehokkuutta, ts. parantavan terveydenhuollon organisaatioiden keskeisiä tulostavoitteita, joiden toteutumista myös kansallisen sote-uudistuksen onnistunut läpivieminen edellyttää. Terveysalan ammattilaisten NPT-valmiuksien ja -osaamisen täytyy kuitenkin olla riittävällä tasolla, ennen kuin he kykenevät järjestelmällisesti toteuttamaan NPT:tä ja käyttämään näyttöä päivittäisessä potilaiden hoidossaan.

NPT-kompetenssit kuuluvat terveysalan ammattilaisten ydinkompetensseihin, joten niiden vahvistaminen muodostaa näyttöön perustuvan avainstrategian terveydenhuollon palvelu- ja koulutusorganisaatioiden laatu-, vaikuttavuus- ja tuottavuustavoitteiden saavuttamiseksi. Miksi siis ei hyödynnettäisi tätä monissa NPT:n implementoinnin edelläkävijämaissa jo käyttöön otettua ja vaikuttavaksi osoitettua avainstrategiaa myös suomalaisen terveydenhuoltopalvelujärjestelmän edelleen kehittämisessä?

LÄHTEET

Breimaier, H. E., Halfens, R. J. G. & Lohrmann, C. 2011. Nurses' wishes, knowledge, attitudes and perceived barriers on implementing research findings into practice among graduate nurses in Austria. *Journal of Clinical Nursing* 20, 1744-1756.

Cadmus, E., Van Wynen, E. A., Chamberlain, B., Steingall, P., Kilgallen, M. E., Holly, C. & Gallagher-Ford, L. 2008. Nurses' skill level and access to evidence-based practice. *Journal of Nursing Administration* 38 (11), 494-503.

Dalheim, A., Harthug, S., Nilsen, R. M. & Nortvedt, M. W. 2012. Factors influencing the development of evidence-based practice among nurses: A self-report survey. *BMC Health Services Research* 12 (367). Saatavissa: <http://www.biomedcentral.com/1471-6963/12/367> [viitattu 26.10.2017].

Population structure and ageing. 2017. Eurostat. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Population_structure_and_ageing [viitattu 25.10.2017].

Filippini, A., Sessa, A., Giuseppe, G. D. & Angelillo, I. F. 2011. Evidence-based practice among nurses in Italy. *Evaluation & the Health Professions* 34, 371-382.

Friesen, M. A., Brady, J. M., Milligan, R. & Christensen, P. 2017. Findings from a pilot study: Bringing evidence-based practice to the bedside. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 14 (1), 22-34.

Levin, R., Fineout-Overholt, E., Melnyk, B. M., Barnes, M. & Vetter, M. 2011. Fostering evidence-based practice to improve nurse and cost outcomes in a community health setting: a pilot test of Advancing Research and Clinical Practice through Close Collaboration model. *Nursing Administration Quarterly* 35 (1), 21-33.

- McGinty, J. & Anderson, G. 2008. Predictors of physician compliance with American Heart Association guidelines for acute myocardial infarction. *Critical Care Nursing Quarterly* 31 (2), 161-172.
- Melnyk, B. M., Orsolini, L., Tan, A., Arslanian-Engoren, C., D'Eramo Melkus, G., Dunbar-Jacob, J., Rice, V. H., Millan, A., Dunbar, S.B., Braun, L.T., Wilbur, J., Chyun, D. A., Gawlik, K. & Lewis, L.M. 2017. A national study links nurses' physical and mental health to medical errors and perceived worksite wellness. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*, Published Ahead of Print.
- Melnyk, B. M., Gallagher-Ford, L., Thomas, B. K., Troseth, M., Wyngarden, K. & Szalacha, L. 2016. A study of Chief Nurse Executives indicates low prioritization of evidence-based practice and shortcomings across hospital performance metrics across the United States. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 13 (1), 6-14.
- Melnyk, B. M., Gallagher-Ford, L., Long, L. E. & Fineout-Overholt, E. 2014. The establishment of evidence-based practice competencies for practicing Registered Nurses and Advanced Practice Nurses in real-world clinical settings: Proficiencies to improve healthcare quality, reliability, patient outcomes, and costs. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 11 (1), 5-15.
- Melnyk, B. M., Fineout-Overholt, E., Gallagher-Ford, L. & Kaplan, L. 2012. The state of evidence-based practice among U.S. nurses. *Journal of Nursing Administration* 42 (9), 410-417.
- Melnyk, B. M., Fineout-Overholt, E., Giggelman, M. & Cruz, R. 2010. Correlates among cognitive beliefs, EBP implementation, organizational culture, cohesion and job satisfaction in evidence-based practice mentors from a community hospital system. *Nursing Outlook* 58 (6), 301-308.
- Saunders, H. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2017. Nurses' evidence-based practice beliefs and the role of evidence-based practice mentors at university hospitals in Finland. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 14 (1), 35-45.
- Saunders, H., Stevens, K. R. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2016. Nurses' readiness for evidence-based practice at Finnish university hospitals: A national survey. *Journal of Advanced Nursing* 72(8), 1863-1874.
- Saunders, H. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2015. The state of readiness for evidence-based practice among nurses: An integrative review. *International Journal of Nursing Studies* 56, 128-140.
- Spiva, L. A., Hart, P. L., Patrick, S., Waggoner, J., Jackson, C. & Threatt, J. L. 2017. Effectiveness of an evidence-based practice nurse mentor training program. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 14 (3), 183-191.
- Stevens, K. R., Puga, F. & Low, V. 2012. The ACE-ERI: An instrument to measure EBP readiness in student and clinical populations. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.acestar.uthscsa.edu/su12/documents/ace/8%20The%20ACE-ERI%20%20Instrument%20to%20Benchmark.pdf> [viitattu 25.10.2017].
- Thorsteinnsson, H. S. 2012. Icelandic nurses' beliefs, skills, and resources associated with evidence-based practice and related factors: A national survey. *Worldviews on Evidence-Based Nursing* 10 (2), 116-126.

Wallen, G., Mitchell, S., Melnyk, B., Fineout-Overholt, E., Miller-Davis, C., Yates, J. & Hastings, C. 2010. Implementing evidence-based practice: Effectiveness of a structured multifaceted mentorship programme. *Journal of Advanced Nursing* 66 (12), 2761-2771.

Waters, D., Crisp, J., Rychetnik, L. & Barratt, A. 2009. The Australian experience of nurses' preparedness for evidence-based practice. *Journal of Nursing Management* 17, 510-518.



Kuva: Minna Männikkö

XAMK ACTIVE LIFE LAB – DATA- PERUSTAISIA HYVINVOINTI- PALVELUJA KEHITTÄMÄSSÄ

Viljo Kuuluvainen ja Arto Pesola

Dataan perustuva hyvinvoinnin edistäminen on yksi Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun Kestävän hyvinvoinnin vahvuusalueen osaamiskärjistä. Käsite konkretisoituu käytännössä esimerkiksi Xamk Active Life Lab -kehittämissympäristössä, jonka tavoitteena on edistää dataan perustuvien hyvinvointipalveluiden kehittämistä Etelä-Savon alueella.

Yksilön fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin seuranta teknologiaa hyödyntäen ja hyvinvoinnin omaehtoinen edistäminen ovat vahvoja trendejä (Hautamäki 2016). Mittaamisen tuloksena syntyvä data ei ole kuitenkaan itsetarkoitus, vaan seurannan avulla voidaan ymmärtää paremmin yksilön hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä, kehittää vaikuttavuudeltaan parempia hyvinvoinnin edistämisen ratkaisuja ja kohdentaa toimenpiteitä oikein. Tieto antaa tukea oikeiden ratkaisujen tekemiseen ja tekee mahdolliseksi palvelujen asiakaskohtaisen räätälöinnin.

DATAPERUSTAISUUS ON TIEDON HYÖDYNTÄMISTÄ KOKONAISVALTAISESTI JA JÄRJESTELMÄLLISESTI

Yksinkertaistettuna dataperustaisuus tarkoittaa sitä, että kehittämistyössä tehdyt ratkaisut perustetaan uusimpaan mitattuun ja tutkittuun tietoon eikä yksittäisten ihmisten näkemuksiin. Tämän tulisi tietenkin olla kaiken, eri tasoilla tehtävän kehittämistoiminnan lähtökohta, mutta käytännössä näin ei aina ole. Lisäksi dataperustaisessa kehittämisessä palveluiden ja toimenpiteiden vaikuttavuudesta kerätään näyttöä eli seurantadataa, johon syklinen kehittäminen voidaan perustaa.

Dataperustainen palveluiden kehittäminen ottaa vaikutteita muun muassa tiedolla johtamisesta, tutkimuksellisesta kehittämisestä ja näyttöön perustuvasta toiminnasta. Tutkimuksellinen kehittäminen asettuu tieteellisen tutkimuksen ja arkiajatteluun perustuvan kehittämisen väliin. Se tarkoittaa, että kehittämistyön tueksi kerätään systemaattisesti ja kriittisesti arvioimalla tietoa sekä käytännöstä että teoriasta (Ojasalo ym. 2009).

Tiedolla johtaminen tarkoittaa olemassa olevan tiedon hyödyntämistä kehittämistyössä. Käytännössä se on kokoelma toimintatapoja, joilla kerättyä tietoa jalostetaan ja hyödynnetään palvelujen kehittämisessä ja päätöksenteossa. (Laihonen & Lönnqvist 2013.) Näyttöön perustuva toiminta on lähtöisin lääketieteen ja terveyden edistämisen aloilta. Yksinkertaistettuna se tarkoittaa parhaaseen saatavilla olevaan, ajantasaiseen tutkimustietoon ja käytännön kokemukseen perustuvaa järjestelmällistä ongelmien ratkaisutapaa potilaiden hoidossa (Sackett ym. 1996).

Dataan perustuva kehittäminen ei siten ole uusi lähestymistapa hyvinvointipalveluiden kehittämiseen. Käytännön toiminnassa, kuten terveydenhuollossa tai ennaltaehkäisevissä hyvinvointipalveluissa, käytettävät toimenpiteet perustuvat hyvin usein esimerkiksi asiakkaan lähtötietoihin, ja uusimman tutkimustiedon halutaan olevan käytännön toimijoiden käytettävissä ennemmin tai myöhemmin. Monet toimintatavat ovat siis dataperustaisia, vaikka niitä ei sellaisiksi mielletäkään. Toimenpiteitä myös kehitetään kysyntädataan tai vaikuttavuusdataan perustuen, mutta syklit ovat usein pitkiä. Tieto on harvoin helposti saatavilla, ja sen tulkinta vaatii asiantuntemusta, puhumattakaan dataan perustuvasta palveluiden kehitystoiminnasta. Helppojen toimintamallien puutteessa dataan perustuva palveluiden kehittäminen ei useinkaan toteudu käytännössä.

ACTIVE LIFE LABISSA DATAPERUSTAISUUS OHJAA TOIMINTAA

Tavoitteena on viedä dataperustaisuus Active Life Labissa seuraavalle tasolle. Asiakasdatan kerääminen ja hyödyntäminen ovat edellytyksiä asiakasprofiilien luomisessa ja palvelun räätälöimisessä valituille kohderyhmille. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi palvelun tai intervention rakentamista monesta eri komponentista, joiden valinta perustuu asiakkaan taustatietoihin tai edistymiseen tietyn muuttujan suhteen.

Erinomainenkaan palvelu ei ole kuitenkaan hyödyllinen, jos se ei tavoita kohderyhmää. Onneksi digitaaliset kanavat ja välineet mahdollistavat nykyään viestin kohdentamisen tarkasti valituille kohderyhmille ja myös viestinnän vaikuttavuuden seurannan. Vaikuttavuustiedon järjestelmällinen kerääminen on yhtä tärkeää myös varsinaisen palvelun testaus- ja tuotantovaiheessa, sillä se mahdollistaa palvelun edelleen kehittämisen dataan perustuen.

Active Life Labissa haasteita ratkaistaan ja palveluja kehitetään monitieteisesti hyödyntäen uusinta saatavilla olevaa tietoa. Datan määrä on suuri, mutta tekoäly antaa mahdollisuuksia tiedon hyödyntämisessä ja palveluiden kohdentamisessa oikeille kohderyhmille. Tekoälyä pystytään käyttämään esimerkiksi ei-strukturoidun datan, kuten kirjoitetun tekstin, käyttämisessä kehitystyön raaka-aineena. Lisäksi tekoälyä voidaan käyttää hyväksi tehokkaimpien toimintamallien valinnassa reaaliaikaisesti.

Datalla johdettu hyvinvoinnin edistäminen on ennen kaikkea mitattavaa ja jatkuvasti kehittyvää tekemistä, jossa korostuvat oikein valitut, tarkoituksenmukaiset mittarit ja mitattuun tietoon perustuvat oikeat toimenpiteet. Datasta syntyy näin merkittävää lisäarvoa loppukäyttäjälle ja sitä kautta yhteiskunnalle.

DATAN KERÄÄMINEN, PROSESSOINTI JA ERITYISESTI HYÖDYNTÄMINEN VAATIVAT OSAAMISTA

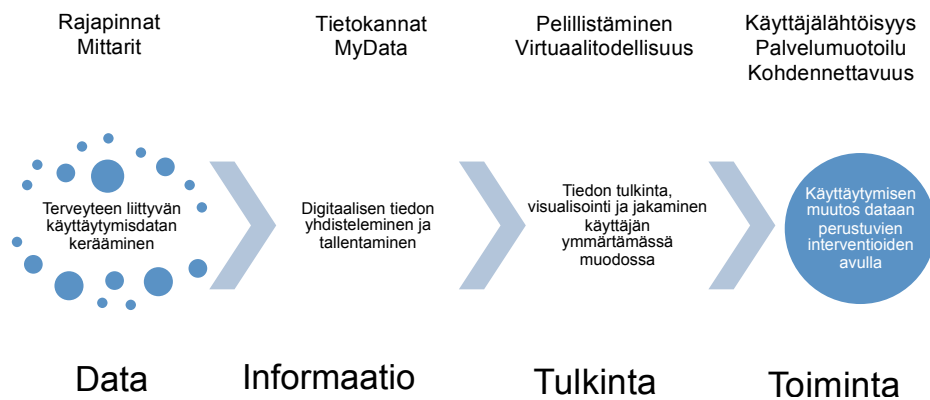
Hyvinvoinnin edistämisen kannalta arvokasta tietoa voidaan kerätä monista eri lähteistä. Active Life Labiin rakennetaan tätä varten datan keräämisen ja hyödyntämisen prosessi (kuva 1). Tämä prosessi perustuu My Data -periaatteelle. My Data on ihmiskeskeinen malli

henkilötiedon organisointiin, mikä tarkoittaa sitä, että yksilö omistaa häntä koskevan tiedon, päättää sen käytöstä ja olemassaolosta (Poikola ym. 2014).

Tavoitteena on rakentaa datapankki, johon pitkällä aikavälillä kerättyä tietoa voidaan hyödyntää tutkimuksessa ja kehittämisessä. Datapankin perustan muodostavat Active Life Labin kumppaneilta, kuten kuntosaliketjuilta tai hyvinvointipalveluita tarjoavilta yrityksiltä, saatava anonyymi vaikuttavuusdata. Kumppaniyrityksille kannustimia datan tarjoamiseen ovat Active Life Labin aktiivinen kehitystoiminta ja asiantunteva tulkintojen tekeminen datasta; usein data pölyttyy pöytälaatikossa, koska toimenpiteitä tai resursseja sen hyödyntämiseksi ei ole.

Lisäksi datapankkiin kerätään tietoa erilaisilla mittauksilla ja kyselyillä Active Life Labin asiakkailta. Asiakkaat voivat olla kehittämissympäristössä fyysisesti vierailevia ihmisiä tai digitaalisten välineiden, kuten puettavien mittareiden tai mobiilisovellusten, kautta siihen linkittyneitä.

Tavoitteena on, että jokainen asiakaskäynti ympäristössä tuottaa dataa järjestelmään. Yksi mahdollinen malli on, että asiakas maksaa saamastaan palvelusta omalla datallaan My Data -periaate huomioiden. Ennakkoon arvioituna suurin osa kehittämissympäristössä kerättävästä datasta kerätään erilaisille ryhmille toteutettujen palveluiden, tutkimusten ja interventioiden yhteydessä. Asiakasvirtoja pyritään rakentamaan kehittämällä yhteisiä palveluja alueen hyvinvointialan toimijoiden kanssa. Tavoitteena on julkaista datapankki avoimena verkkotyökäluna, jolloin se on vapaasti käytettävissä vaikuttavien hyvinvointipalveluiden kehitystyössä.



Kuva 1. *Datan keräämisen ja hyödyntämisen toimintaperiaate Active Life Labissa.*

Datan kerääminen ja hyödyntäminen noudattavat tiedolla johtamisen periaatteita. Prosessi lähtee yksilöä koskevan, terveyteen liittyvän käyttäytymisdatan keräämisestä hyödyntämällä erilaisia mittareita ja rajapintoja. Seuraavassa vaiheessa eri lähteistä kerätty data

muokataan informaatioksi yhdistelemällä ja tallentamalla se tietokantaan hyödyntämistä varten. Tulkintavaiheessa tieto visualisoidaan, siitä tehdään tulkintoja ja se jaetaan käyttäjän ymmärtämässä muodossa. Tässä voidaan hyödyntää esimerkiksi pelillistämistä ja virtuaalitulidellisuutta. Toiminnan vaihe tarkoittaa yksilön käyttäytymisen muutokseen tähtäävien interventioiden ja palveluiden suunnittelua ja toteutusta esimerkiksi palvelumuotoilun keinoin. Tällöin korostuvat palveluiden käyttäjälähtöinen suunnittelu ja kohdentaminen.

Dataperusteisuuden eli datan keräämiseen, käsittelyyn, analysointiin ja hyödyntämiseen liittyy olennaisesti digitaalisuus. Digitaaliset työkalut usein käytännössä mahdollistavat dataperusteisuuden. Dataperustaisessa palvelussa on usein jokin digitaalinen ulottuvuus. Digitaalisuuden hyötyjä käyttäjälle ovat esimerkiksi nopeammin toimivat palvelut ja tuottajan näkökulmista tarkasteltuna digitaaliset ratkaisut esimerkiksi tehostavat toimintaa. (Reason ym. 2016.)

Dataan perustuvien palveluiden kehittämisen tärkeimpänä edellytyksenä on loppukäyttäjiltä ja muista lähteistä kerätyn raakadatan olemassaolo. Tällaisen hyvinvoinnin edistämiseen liittyvän datapankin rakentaminen on Active Life Labin arvonluonnin perusta. Dataan perustuva palveluiden kehittäminen vaatii datan jalostuksen osaamista. Innovaatioalustalla toimivilta organisaatioilta edellytetään valmiutta datan hyödyntämiseen ja digitaalisten palveluiden kehittämiseen.



LÄHTEET

Hautamäki, A. 2016. Terveiden omaehtoinen edistäminen – kehityspolku. Tekesin katsaus 326/2016. Tekes.

Laihonen, H. & Lönnqvist, A. 2013. Tiedolla johtaminen tarkoittaa tiedon hyödyntämistä. Saatavissa: <https://tietovirta.wordpress.com/2013/11/06/tiedolla-johtaminen-tarkoittaa-tiedon-hyodyntamista/> [viitattu 24.10.2017].

Ojasalo, K. Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät: Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: WSOYpro.

Poikola, A. Kuikkaniemi, K. & Kuittinen, O. 2014. My data - johdatus ihmiskeskeiseen henkilötiedon hyödyntämiseen. Liikenne- ja viestintäministeriö. Saatavissa: http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/77875/My_data_-_johdatus_ihmiskeskeiseen_henkilotiedon_hyodyntamiseen.pdf?sequence=1 [viitattu 20.10.2017].

Reason, B., Lovlie, L. & Brand Flu, M. 2016. Service Design for Business: A Practical Guide to Optimizing the Customer Experience.

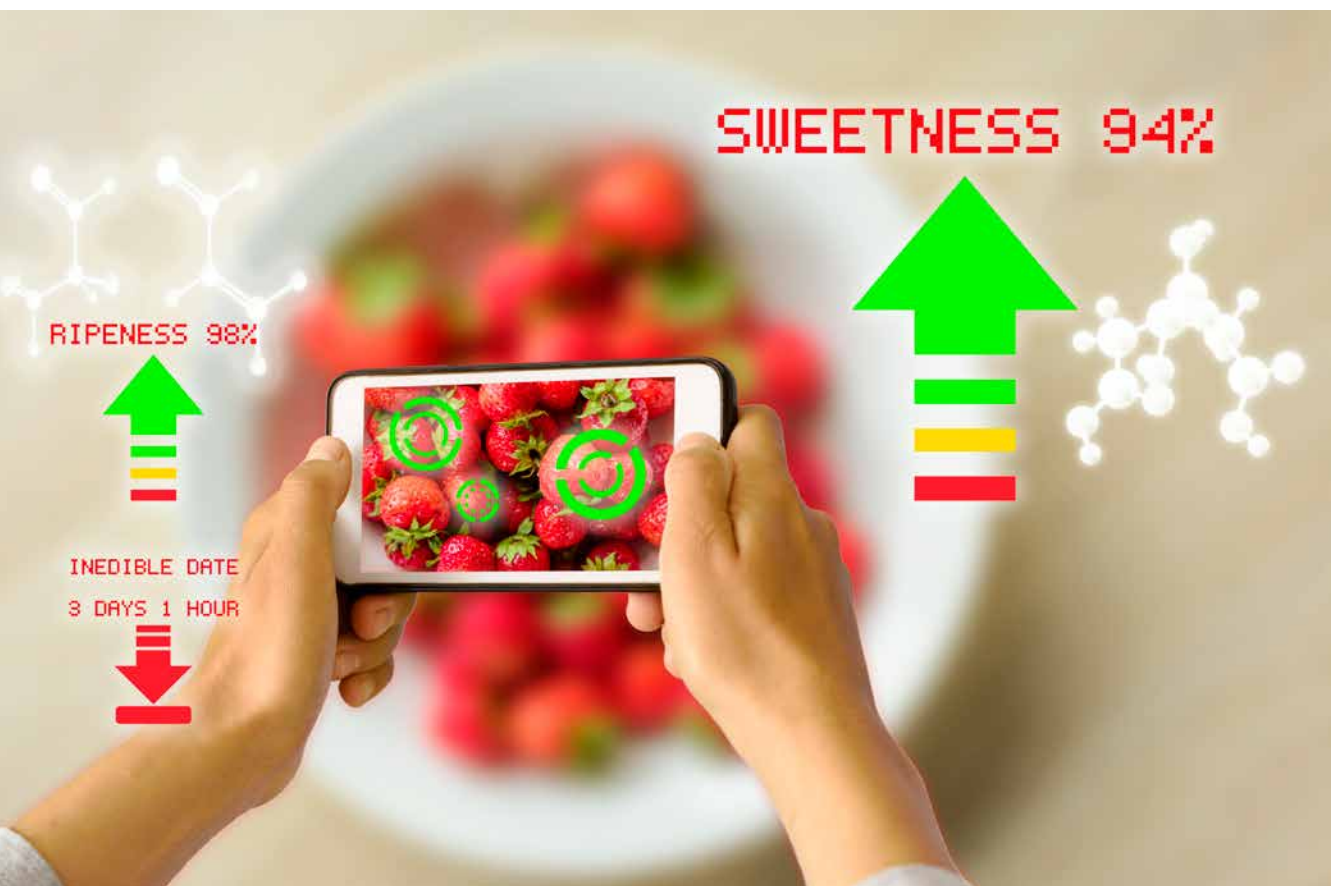
Sackett, D. L., Rosenberg, W. M. C., Gray, J. A. M., Haynes, R. B., & Richardson, W. S. 1996. Evidence based medicine: What it is and what it isn't. It's about integrating individual clinical expertise and the best external evidence. *British Medical Journal*, 312 (7023), 71-72.

HENKILÖKOHTAISET TEKNOLOGIAT RUOKAILU- VALINTOJEN OHJAAJINA

Teija Rautiainen, Timo Partala ja Riitta Tuikkanen

Ruoka on tärkeä ihmisen hyvinvointia ylläpitävä tekijä. Syömiseen ja ruoankäyttöön liittyvä tutkimus selvittää suomalaisten syömistapoja väestötasolla. Tutkimusten tuloksia käytetään mm. väestön ravitsemustilan arvioinnin ja seurannan, terveystieteiden ja ravitsemusohjauksen tukena sekä päätöksenteossa ja ravitsemussuositusten laadinnassa. (Heldán ym. 2013; Kunttu ym. 2016.) Tutkimustiedon kerääminen on työlästä ja aikaa vievää ja uusille tavoille tutkia yksilöiden ravinnonsaantia, terveystietämystä ja kulutustottumuksia on tarvetta.

Ravitsemussuositukset ja niiden pohjalta annetut suositukset ruokapalveluille ohjaavat ruokapalvelujen järjestämistä sekä aterioiden suunnittelua, valmistamista ja tarjoilua niin, että ateriat ovat ravitsemuksellisesti täysipainoisia (esim. Sosiaali- ja terveysministeriö 2010). Lisäksi ruokapalvelut kertovat terveellisistä ruokavalinnoista ja hyvästä ravitsemuksesta esimerkiksi julisteilla, “puoli kiloa kasviksia” -suosituksilla tai lautasmalleilla (VRN 2014, STM 2010). Kansainvälisten tutkimusten mukaan ravitsemuksesta perinteisellä tavalla



annetulla lisäinformaatiolla ei ole välttämättä pysyvää vaikutusta ruokavalintoihin (Yamamoto ym. 2005; Diskrell ym. 2008; Absetz ym. 2012).

Viime vuosina ravitsemussuosituksissa on nostettu esiin myös asiakasnäkökulma. Esimerkiksi vuonna 2017 uudistettu kouluruokailusuositus (VRN 2017) painottaa oppilaiden osallisuutta: oppilaille on annettava mahdollisuus kouluruokailun suunnitteluun ja toteutukseen oman kehitysvaiheensa mukaisesti. On ymmärretty, että terveellisen ruoan tarjoaminen ja siitä kertominen ei riitä.

MITTAAMALLA FAKTAA SYÖMISESTÄ

Teknologian kehittyminen ja mukana kulkevat älylaitteet sovelluksineen mahdollistavat jatkuvan itsensä mittaamisen trendien, kuten life-logging, quantified-self, body-hacking, kasvun ja samalla oman syömisen ja ravinnonsaannin mittaamisen. Samoja teknologioita voidaan käyttää syömistä käyttäytymisen tutkimuksessa, vaikkakin niiden käytettävyyteen tutkimuskäytössä toivotaan parannuksia (Thompson ym. 2010; Sharp & Allman-Farinelli 2014; Wharton ym. 2015). Myös perinteisiä tutkimusmenetelmiä voidaan täydentää uusilla välineillä, kuten kuvantamisteknologian, koneoppimisen ja älykkään tunnistamisen yhdistelmillä. Esimerkiksi eButton, DietCam ja SenseCam ottavat valokuvaa tai videota ruoka-annoksesta ja arvioivat annoksen energiasisältöä. (Kong & Tan 2012; O’Loughlin ym 2013.)

Myös ruokapalvelut voivat palvella tarkasta tiedosta ja mittaamisesta kiinnostuneita asiakkaita kertomalla ruokalajien tarkat ravintosisältötiedot ja tarjoamalla mahdollisuuden uusien teknologioiden käyttöön. Henkilökohtaisen ruoankäytön ja ravintoaineiden saannin mittaamisessa ruokapalveluissa auttaa Älylinjasto. Älylinjasto tunnistaa asiakkaan, mittaa asiakkaan itsepalvelulinjastosta ottaman ruoan määrän, laskee sen ravintosisällön ja näyttää otetun ruoan määrän ja energiasisällön ottohetkellä linjaston näytöllä. Lopuksi asiakas voi tarkastella koko aterian ravintosisältöä henkilökohtaiselta nettisivulta. (Rautiainen & Tuikkanen 2016).

TEKNOLOGIAN KÄYTTÄJÄKOKEMUS HAASTEENA JA MAHDOLLISUUTENA

Ruokailupalveluissa käytettävään teknologiaan liittyy tällä hetkellä vielä monia nuorille teknologioille tyypillisiä teknisiä ja palvelujen käytön luotettavuuteen liittyviä ongelmia. Monet ongelmat liittyvät uusissa teknologioissa käytettyihin mittauksiin. Esimerkiksi videopohjaisen annoksen energiasisällön arvioinnin täytyy olla hyvin lähellä todellista, jotta käyttäjät ovat valmiita hyväksymään järjestelmän pitkäaikaiseen käyttöön.

Teknologian käytettävyyden kolme tekijää ovat: käytön vaikuttavuus, tehokkuus ja tyytyväisyys, jolla käyttäjät pääsevät tavoitteeseensa järjestelmää käyttäen. Vaikuttavuus viittaa lopputuloksen laatuun käyttäjän kannalta. Esim. Älylinjaston vaikuttavuus on hyvällä tasolla, kun käyttäjä saa tiedot aterian ravintosisällöstä ymmärrettävässä muodossa. Tehokkuus puolestaan viittaa vuorovaikutukseen käytettyihin aika- ja muihin resurssei-

hin ja tyytyväisyys käyttäjän tyytyväisyyteen sekä lopputulokseen, että sen aikaansaamiseen käytettyihin resursseihin. Tutkimus on osoittanut, että nämä kolme käytettävyyden osa-aluetta korreloivat toistensa kanssa vain vähän ja siksi käytettävyytutkimuksissa olisi tärkeää tutkia kaikkia osa-alueita.

Ihmisen ja teknologian vuorovaikutus vaatii nykykäsityksen mukaan käyttäjän huomiointia jo teknologian suunnittelun alkuvaiheessa. Käyttäjätutkimuksella voidaan selvittää kohderyhmän ominaisuuksia, käyttäjätarpeita ja arvoja. Ruokapalvelujen käyttäjien ymmärtäminen on vielä tärkeämpää kuin useimmilla muilla aloilla, koska ihmisten ruokavalinnoissa mm. arvoilla, arvoperustaisilla valinnoilla ja vakiintuneilla ruokailutottumuksilla on suuri merkitys. Lisäksi palvelun käyttäjäryhmien väliset erot ovat suuria. Nämä asiat tulee ottaa huomioon, jotta ihmisten hyväksyvät ruokapalvelujen uudet teknologiat ja ottavat uudet, teknologiaan perustuvat palvelut käyttöönsä.

Käyttäjätyytyväisyys järjestelmän käyttöä kohtaan on sekin varsin kapea näkökulma. Kokonaisvaltainen käyttäjäkokemus sisältää ISO-standardin (2009) mukaan kaikki tunteet, uskomukset, mieltymykset, psyykkiset ja fyysiset vasteet, käyttäytymisen ja aikaansaannokset, jotka syntyvät ennen käyttöä, käytön aikana ja käytön jälkeen. Ruokailu moniaistisena, konteksti- ja tilanneriippuvaisena tapahtumana voi saada aikaan laajan kirjon erilaisia tunnekokemuksia (Desmet & Schifferstein 2008). Ruokailuun liittyvissä henkilökohtaisissa teknologioissa, kuten syömisen hallinnan sovelluksissa, käyttäjäkokemuksen täytyy olla alusta alkaen hyvällä tasolla, jotta käyttäjät ylipäättään hyväksyvät teknologian pitkäaikaiseen käyttöön osaksi päivittäisiä rutiinejaan.

SUOSTUTELLAAN – HELLÄSTI TUUPATEN TAI PELILLISTÄEN

Ruokapalveluissa käydessään asiakkaan on jo nyt mahdollista saada omaan ”datapankkiinsa” syömästään ruoasta yksilöllistä tietoa. Kun tähän tietoon jatkossa yhdistetään mukana kuljettavien laitteiden avulla saatavat päivän muut ruokailutiedot, tiedot liikkumisesta ja nukkumisesta, on koossa kokonaisvaltainen käsitys yksilön fyysisestä hyvinvoinnista. Kun ruokapalveluissa mahdollistetaan ruokailun tunnekokemuksen ja fyysisen hyvinvoinnin mittaaminen, saadaan puolestaan kokonaiskuva siitä, miten ruokapalvelu tukee asiakkaan hyvinvointia ja terveellistä syömistä.

Ruokailun henkilökohtaisissa teknologioissa erityisen hyvällä ja mukaansatempaavalla käyttäjäkokemuksella voidaankin saada aikaan positiivisia muutoksia käyttäjän ruokailutottumuksissa ja ruokavalinnoissa. Tällä vuosituhanella kehittynyt uusi tutkimusalue suostutteleva teknologia (persuasive technology) tutkii juuri sitä, miten teknologian avulla voidaan vaikuttaa ihmisten uskomuksiin ja käyttäytymiseen. Tutkimusalueen parhaat tulokset ovatkin toistaiseksi pitkälti terveyteen liittyvän käyttäytymisen muuttamisesta ja ala tarjoaakin mahdollisuuksia terveellisen syömisen ja ruokavalintojen (esim. Zachariassen 2015) edistämiseen.

Toinen kokemuksiin perustuva tutkimusalue, pelillistäminen, tarjoaa samankaltaisia



Kuva: Gredi

mahdollisuuksia hieman systemaattisempaa lähestymistapaa hyödyntäen. Molemmilta tutkimusalueilta on jo muutamia onnistuneita esimerkkejä ruokailuun liittyen. Esimerkiksi Jones ym. (2014) onnistuivat lisäämään koululaisten hedelmien ja vihannesten kulutusta pelillistämisen avulla. Suomessa pelillistämistä ollaan kehittämässä mm. ruoka-aiheiselle verkkosivustolle (Kuusisto 2016).

SAIMAA STADIUMI - UUSI TUTKIMUS- JA KEHITTÄMISYMPÄRISTÖ RUOKAPALVELUILLE

Saimaa Stadiumin Active Life Lab tarjoaa uuden mahdollisuuden asiakkaiden ruokavalintojen tutkimukseen ja uusien palvelujen kehittämiseen. Esimerkiksi asiakkaiden liikkumista seuraavat paikannusteknologiat, ruokavalintoja mittaavat laitteet ja ruoka-automaattien käyttäjäkokemusten mittaaminen yhdistettynä käyttäjän fysiologisiin mittauksiin tuottavat uutta tietoa. Tämän tiedon avulla ruokapalvelut tarjota uusia palveluja eri asiakaskohderyhmille ja tukea asiakkaiden hyvinvointia.

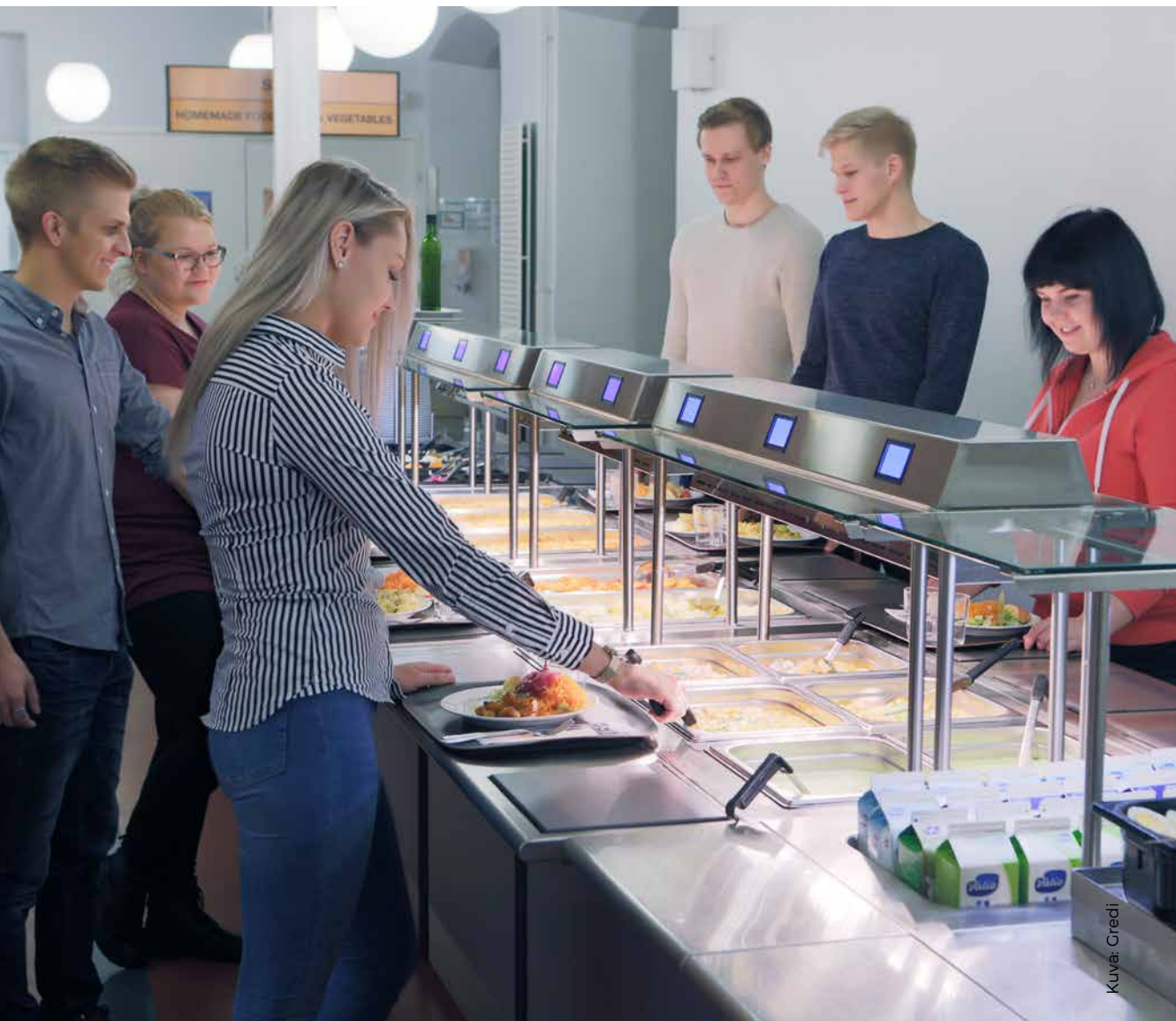
Suostuttelun ja pelillistämisen mahdollisuuksia voidaan tutkia erityisesti lisätyn todellisuuden ja virtuaalitodellisuuden sovellusten avulla. Ne sopivat myös ravintolaympäristöjen suunnittelun ja tuote- ja palvelukehityksen tueksi. Mahdollisuudet ovat lähes rajattomat.

LÄHTEET

- Helldán, A., Helakorpi, S., Virtanen, S. & Uutela, A. 2013. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2013- Health Behavior and Health Among the Finnish Adult Population, Spring 2013. Raportti 021. Helsinki: THL.
- Desmet, P. M. & Schifferstein, H. N. 2008. Sources of positive and negative emotions in food experience. *Appetite*, 50(2), 290-301.
- Jones, B. A., Madden, G. J., Wengreen, H. J., Aguilar, S. S. & Desjardins, E. A. 2014. Gamification of dietary decision-making in an elementary-school cafeteria. *PLoS One*, 9(4), e93872.
- Kong, F. & Tan, J. 2012. DietCam: Automatic dietary assesment with mobile camera phones. *Pervasive and Mobile Computing* 8, 147 - 163.
- Kuntu, K., Pesonen, T. & Saari, J. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.
- Kuusisto, R. 2016. Verkkopohjaisen ruokayhteisön pelillistäminen: case: Food Channel Finland. Turun ammattikorkeakoulu.
- O'Loughlin, G., Cullen, S., McGoldrick, A., O'Connor, S., Blain, R., O'Malley, S. & Warrington, G. 2013. Using a wearable camera to increase the accuracy of dietary analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, pages 297 - 301.
- Rautiainen, T. & Tuikkanen, R. 2016. User experience affects the development process of Smartmeal - an innovation for accurate and real-time nutritional information when using buffet lines. Teoksessa C. Currin (toim.) *Proceedings of Measuring Behavior 2016 10th International Conference on Methods and Techniques in Behavioral Research*. 25 - 27 May 2016, Dublin, Ireland.
- Sharp, D.B. & Allman-Farinelli, M. 2014. Feasibility and validity of mobile phones to assess dietary intake. *Nutrition* 30, 1257 - 1266.
- Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). 2010. Joukkoruokailun kehittäminen Suomessa. Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuositus. *Selvityksiä* 2010:11.
- Thompson, F.E., Subar, A.F., Loria, C.M., Reedy, J.L. & Baranowski, T. 2010. Need for Technological Innovation in Dietary Assesment. *Journal of American Dietetic Assosiation* 110, 48 - 51.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2017. Terveyttä ruoasta. Suomalaiset ravitsemussuosituksset. Helsinki: THL.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2017. Syödään ja opitaan yhdessä. Kouluruokailusuositus. Helsinki: THL.

Wharton, C. M., Johnston, C. S., Cunningham, B.K. & Sterner, D. 2015. Dietary self-monitoring, but not dietary quality, improves with use of smartphone app technology in an 8-week weight loss trial. *Journal on Nutrition Education and Behaviour* 46, 440 – 444.

Zachariassen, J. 2015. Technology-assisted persuasion on for dietary habit change. Allborg University. Student report.



Kuva: Credi

PAIKKAPERUSTAINEN TERVEYS- PALVELUJEN SUUNNITTELU

Olli Lehtonen ja Marja-Leena Kauronen

Tässä katsauksessa esitellään esimerkin avulla paikkaperustaisen suunnittelun mahdollisuuksia terveyspalveluverkoston suunnittelussa. Paikkaperustaisuus tarkoittaa paikkojen moninaisuuden tunnistamista ja paikallisten olosuhteiden ja tarpeiden huomioimista. Paikkaperustaista ajattelua hyödynnetään arvioitaessa, miten kustannustehokkaita erilaiset tuottajamallit ovat tuottamaan terveyspalveluita maaseudulla, kun kustannuksia arvioidaan kokonaiskustannuksilla. Arvioinnissa keskitytään terveysasemaverkoston laajentamiseen, monipalvelupisteiden avaamiseen ja liikkuviin terveyspalveluihin. Paikkaperustaisen suunnittelun yhtenä tavoitteena on varmistaa terveydenhuoltolain (1326/2010) 10. §:n toteutumista, jossa määrätään terveyspalvelut järjestettäväksi niin, että ne sijaitsevat lähellä asukkaita, paitsi jos palveluiden alueellinen keskittäminen on perusteltua palveluiden laadun turvaamiseksi.

Tiivistetysti katsauksessa vastataan kysymykseen; mikä olisi kustannustehokas tapa tuottaa maaseudun palveluja, jos laskennassa huomioidaan vuosittaisten ylläpitokustannuksien lisäksi terveyspalveluiden saavutettavuuden liittyvät liikkumiskustannukset ja näitä tarkastellaan paikallisesti. Tarkastelu tehdään kustannuslaskennalla, jossa uusien avattavien terveyspalvelupisteiden tuottamia säästöjä liikkumiskustannuksissa verrataan terveyspalvelupisteen ylläpitokustannuksiin. Liikkumiskustannukset määritetään tässä katsauksessa Kelan maksamien korvausten perusteella. Laskentavaihtoehtoissa korvausta maksetaan kuitenkin vain 25:n tai 50 euron omavastuun ylittävästä osuudesta. Ylläpitokustannukset perustuvat kuntien ilmoittamiin kiinteistöjen vuosittaisiin ylläpitokustannuksiin.

Paikkaperustaisen suunnittelun hyötyjä havainnollistetaan Pohjois-Kymenlaakson alueella. Kustannuslaskenta pohjautuu paikkatietoon, johon sovelletaan spatiaalista optimointia ja saavutettavuuslaskentaa. Paikkatieto tarkoittaa tietoa, joka yhdistää sijainti- ja ominaisuustietoja. Sen avulla kustannuslaskenta voidaan sitoa paikallisiin ominaisuuksiin – esimerkiksi asutuksen tiheyteen, väestörakenteeseen tai sijaintiin suhteessa nykyisiin terveyspalveluihin. Näin paikkatieto mahdollistaa paikkaperustaisen terveyspalvelujen suunnittelun, sillä se tunnistaa maaseudun erityisolosuhteet ja ne voidaan sisällyttää todellisina osaksi kustannuslaskentaa.

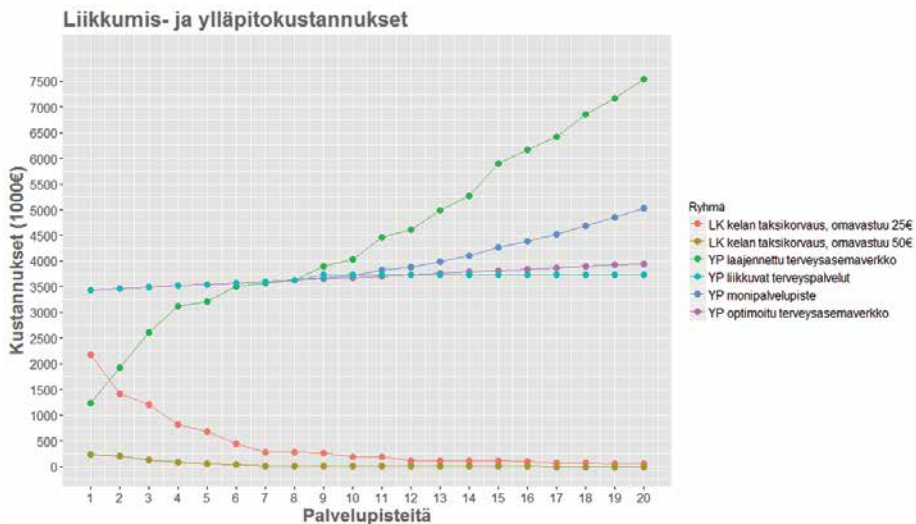
TIEDOLLA KOHTI PAIKKAPERUSTAISTA TERVEYS- PALVELUVERKOSTON SUUNNITTELUA

Terveyspalveluverkoston liikkumis- ja ylläpitokustannukset vaihtelevat suuresti Pohjois-Kymenlaaksossa palveluverkon koon suhteen (kuva 2). Kun palvelupisteitä on vähän, ovat

liikkumiskustannukset palvelujen luo korkeat, mutta ylläpitokustannukset ovat vastaavasti matalat. Erityisen suureksi liikkumiskustannukset terveyspalveluihin muodostuvat silloin, kun omavastuu on 25 euroa (kuva 2). Liikkumiskustannuksissa on laskua kummallakin omavastuulla aina noin 8 palvelupisteeseen asti. Tämän jälkeen liikkumiskustannuksien lasku on maltillisempaa riippumatta omavastuun suuruudesta.

Kustannuslaskennan tulokset osoittavat, että nykyisen terveysasemaverkoston kasvattaminen lisäämällä terveysasemia kasvattaa terveysasemaverkoston ylläpitokustannuksia voimakkaasti, vaikka se toki laskee myös liikkumiskustannuksia (kuva 2). Näin ollen maaseudun palveluita ei ole tehokasta lisätä kasvattamalla terveysasemaverkon kokoa. Tosin teoreettisesti optimitilanteessa, jossa palveluverkko sopeutuisi paikalliseen kysyntään, ei palvelupisteiden lukumäärän lisääminen olisi ylläpitokustannuksiltaan suuri ponnistelu (kuva 2). Tähän ei kuitenkaan ole mahdollisuutta ilman suuria investointeja, koska optimointitulosten perusteella terveysasemaverkosto on historian saatossa etäännyntynyt paikallisista lähtökohdista.

Terveyspalvelujen tuottaminen koulukiinteistöjen monipalvelupisteissä näyttyytyy kustannuslaskennassa huomattavasti terveysasemaverkon laajentamista huokeampana vaihtoehtona. Tässä tuottajamallissa kustannukset kasvavat palvelupisteiden lisääntyessä suhteellisen vakioidusti, mutta ovat silti esimerkiksi 20 palvelupisteen muodostamassa verkossa noin 34 prosenttia alhaisemmat kuin terveysasemiin perustuvassa vastaavan kokoisessa verkossa. Edullisin ylläpitokustannuksissa on liikkuva palvelu, jossa Pohjois-Kymenlaaksoon muodostettaisiin yksi palvelulinja sisältäen 10 pysähdyspaikkaa. Liikkuvan palvelutuotantomallin vertailu kahteen edelliseen tuotantomalliin on kuitenkin vaikeaa, koska palvelujen ylläpitokustannuksia ei suhteuteta kysyntään toisin kuin edellisissä vaihtoehdoissa. (Kuva 2.)

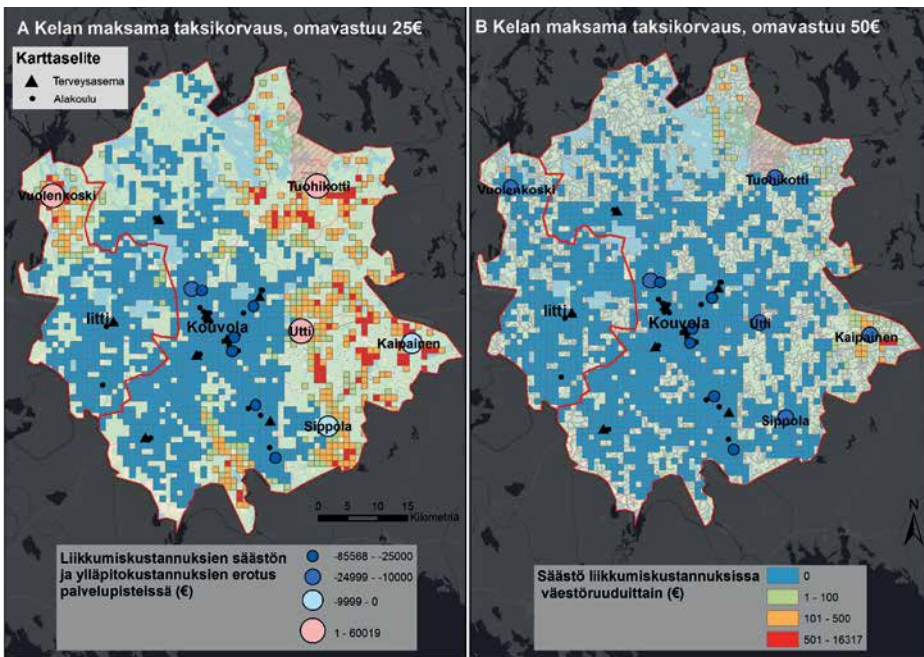


Kuva 2. Liikkumis- ja ylläpitokustannukset eri palvelupistelukumäärillä.

Yleisesti kuvasta 3 nähdään, että liikkumiskustannuksien laskiessa kohoavat palvelupisteiden ylläpitokustannukset, mutta siitä ei kuitenkaan voida nähdä sitä, kuinka paljon palvelupisteiden lisääminen tuottaa paikallisesti säästöjä liikkumiskustannuksissa suhteessa palvelupisteen avaamisesta syntyviin ylläpitokustannuksiin. Näitä paikallisia säästöjä on havainnollistettu palvelupisteissä ja väestöruuduissa kuvassa 3. Esitetyt liikkumiskustannussäästöt perustuvat Kelan maksamiin matkakorvauksiin, joissa omavastuu on 25 ja 50 euroa.

Kuvan 3 vertailu osoittaa selkeästi, että omavastuun suuruus määrittää sen, kuinka keskitetysti terveystaloutta kannattaa tuottaa alueella (kuva 3A). Jos omavastuu on alhainen, kannattaa palvelujen tuotantoa hajauttaa moneen terveystalouteen. Tällöin Pohjois-Kymenlaaksossa olisi taloudellisesti kannattavaa avata 3 uutta terveystaloutta Tuohikottiin, Uttiin ja Vuolenkoskelle (kuva 3A). Yhteensä näistä palvelupisteistä syntyisi vuosittain säästöä 106 600 euroa.

Vastaavasti korkea 50 euron omavastuu kannustaa palvelujen keskittämiseen nykyisiin terveysasemiin, koska tällöin Pohjois-Kymenlaaksossa ei löydy yhtään terveystaloutta, jonka avaamisella saavutettava liikkumiskustannuksien paikallinen säästö ylittäisi ylläpitokustannukset. Lähimpänä kannattavuutta ollaan Vuolenkoskella ja Kaipiaisissa, joissa ylläpitokustannukset ovat 16 800 ja 18 100 euroa liikkumiskustannuksien säästöä pienemmät. Omavastuun suurentuminen paitsi romahduttaa liikkumiskustannuksien paikalliset säästöt, käytännössä myös kohdentaa vähäiset liikkumiskustannuksien säästöt harvaan asutulle maaseudulle tarkastelualueen reunaosiin. (Kuva 3B).



Kuva 3. Kustannuslaskennan tulokset optimoiduissa terveystalouksissa ja väestöruuduissa.

PAIKKAPERUSTAISUUS TERVEYSPALVELUJEN- SUUNNITTELUSSA VÄHENTÄÄ TERVEYDEN ERiarvoisuutta

Kustannuslaskennan tulokset paljastavat, että terveyspalvelujen suunnittelua ei tällä hetkellä ohjaa tarkka tietämys paikallisista väestön hyvinvointi- ja terveystarpeista ja sen sijoittumisesta suhteessa terveyspalvelupisteisiin, minkä vuoksi paikallisia ominaisuuksia ei ole tunnistettu eikä hyödynnetty verkoston suunnittelussa. Tämänhetkinen terveysasemaverkosto ei ole muodostunut optimaaliseksi, koska se ei ole kiinnittynyt paikalliseen kysyntään tiedon puuttuessa. Nykyisessä terveysasemaverkossa on elementtejä sekä keskittämistä että hajauttamista, minkä vuoksi verkostossa on tehottomuutta. Eniten tehottomuudesta näyttävät kärsivän maaseudun asukkaat. Tiedon käyttöä lisäämällä voisivat optimaalisen terveyspalveluverkoston avulla myös maaseudun asukkaat pysyä paremmin terveydentilan seurannassa ja palvelujen piirissä, mikä puolestaan vähentää väestön hyvinvointi- ja terveyseroja. Taloudellisia kannustimia tälle olisi, koska terveyserot lisäävät palveluiden kustannuksia kunnissa (Rotko ym. 2014).

Analyysiemme perusteella paikkaperustaisuus on mahdollisuus paikallisille terveyspalveluille. Paikkatieto ja paikkaperustaisuus tulisi huomioida terveyspalveluiden suunnittelussa ja tuottamisessa. Paikalliset erityispiirteet, kuten sijainti suhteessa nykyisiin terveyspalveluihin ja väestömäärä ja -rakenne, määrittävät tarpeet terveyspalveluille ja siten myös optimaalisen palveluverkon muodon. Tieto paikallisista ominaisuuksista lisää suunnittelun ja päätöksenteon laatua ja on ennakoivampi lähestymistapa hyvinvoinnin edistämässä kuin nyt käytetty sosioekonomisten terveyserojen tunnistaminen.


OMANLAISET TUOTTAJAMALLIT MAASEUDUN TERVEYSPALVELUILLE

Maaseudun palvelut vaativat omanlaisia tuottajamalleja, koska maaseudun ominaisuudet eivät tue terveysasemissa tapahtuvaa keskitettyä palvelutuotantoa. Kustannuslaskennan perusteella monipalvelupisteet ovat varteenotettava vaihtoehto maaseudun terveyspalvelujen tuottamiselle, koska niiden avulla osa palveluista voidaan tarjota kustannustehokkaasti, esimerkiksi hoitajan vastaanottopalveluina yhdistettynä lääkärin etäpalveluihin. Viime kädessä maaseudun palvelutuotannon optimaalisuus tiivistyy liikkumiskustannuksiin ja saavutettavuuden arvottamiseen. Jos liikkuminen on yhteiskunnalle kallista, on palveluverkon hajauttaminen kannattavaa. Vastaavasti jos liikkumisesta ei synny kustannuksia yhteiskunnalle, kuten korkealla omavastuulla, on terveyspalvelujen keskittäminen kannattavaa.

LÄHTEET

Rotko, T., Kauppinen, T. & Palojärvi E. 2014. Kuntaan elinvoimaa ja kuntalaisille hyvinvointia eriarvoisuutta vähentämällä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Terveydenhuoltolaki 1326/2010. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326> (Viitattu 3.11.2017)

A close-up photograph of two hands, one appearing to be from an older person and the other from a younger person, holding each other in a supportive grip. The skin on the older hand is wrinkled, while the younger hand is smoother. The background is blurred, focusing attention on the hands.

Käyttäjäkokemukset kehittämisen lähtökohtana

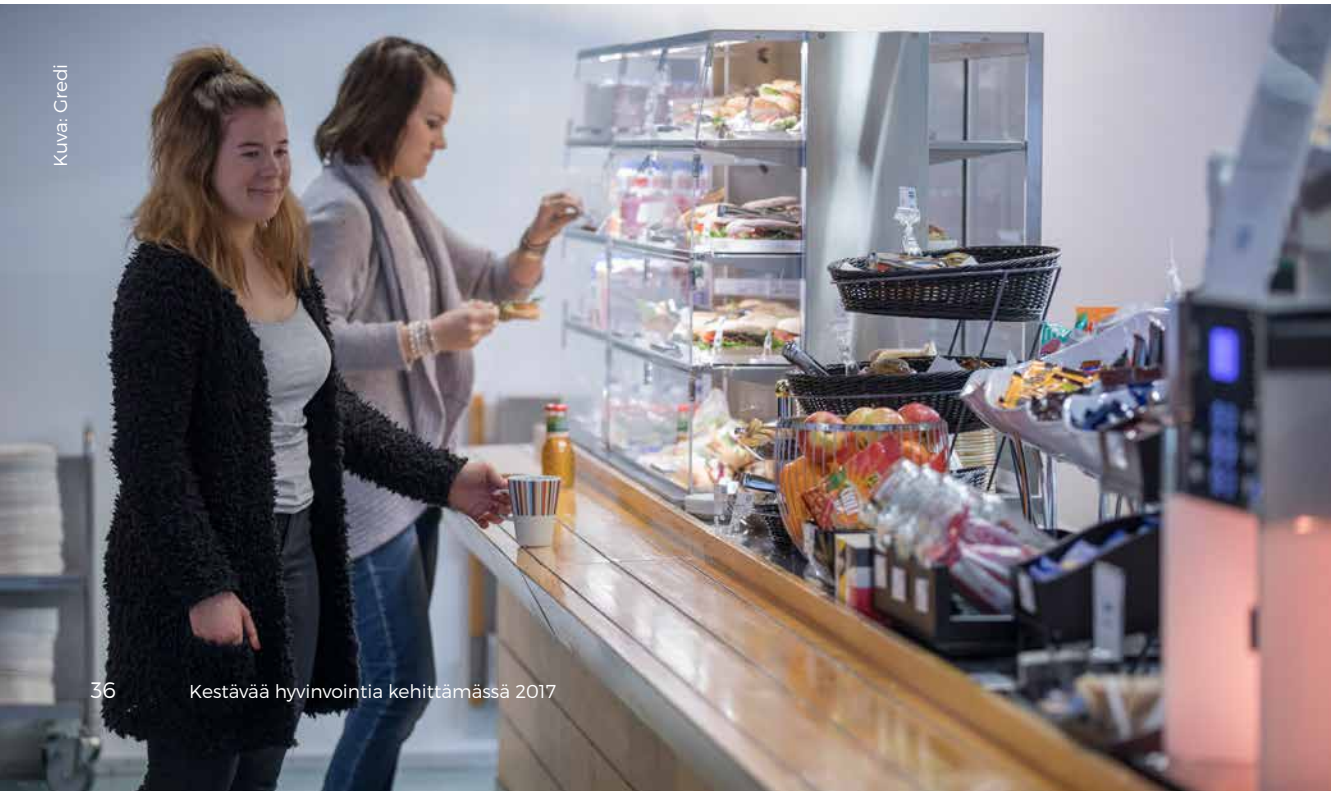
RUOKAILUKOKEMUKSEN ERI ULOTTUVUUDET

Riitta Tuikkanen, Timo Partala ja Teija Rautiainen

Ruokailupaikkaa etsivälle ihmiselle on nykyisin tarjolla paljon vaihtoehtoisia palveluita, ja siksi ruoan tarjoajan on erotuttava kilpailijoista. Asiakkaalle ei useinkaan enää riitä se, että saa vatsansa täyteen, vaan aterian lisäksi halutaan mieleen painuva kokemus. Asiakas palaa yhä uudelleen parhaimman kokemuksen tarjoavan yrityksen ruokapöytään.

Nykyään asiakaskokemusta määriteltäessä viitataan usein Gentilen ym. (2007) määritelmään. Sen mukaan asiakaskokemus saa alkunsa sarjasta vuorovaikutustilanteita asiakkaan ja tuotteen, yrityksen tai yrityksen osan kanssa. Nämä vuorovaikutustilanteet, joita kutsutaan usein kontaktipisteiksi, saavat asiakkaassa aikaan reaktion. Asiakaskokemus on hyvin henkilökohtainen ja sisältää asiakkaan osallistumisen tuotteen tai palvelun käyttöön eri tasoilla. Kokemus sisältää mm. järki-, tunne- ja aistitasot sekä fyysisen ja henkisen tason.

Verhoef ym. (2009) laajensivat asiakaskokemuksen määritelmää siten, että asiakaskokemukset ovat kokonaisvaltaisia ja sisältävät myös sosiaalisen tason. Lisäksi he toivat asiakaskokemuksen määritelmään mukaan monikanavaisuuden, mikä tarkoittaa sitä, että fyysisen tuote- tai palvelukontaktin lisäksi tai sijasta asiakas voi olla vuorovaikutuksessa palvelun ja sen tarjoajan kanssa esim. tietoverkon välityksellä tiedonhausta jälkimarkkinointiin asti.



ASIAKASKOKEMUKSEN ULOTTUVUUKSIA

Konteksti, sosiaalisuus, asiakas, arvot ja tunnekokemus ovat tekijöitä, jotka vaikuttavat asiakaskokemukseen alasta riippumatta. Erilaisten tekijöiden merkitys painottuu kuitenkin ruokapalveluissa omilla tavoillaan. Osassa ravintolapalveluista asiakaskokemus on erityisen keskeinen osa palvelun asiakkaalle tarjoamaa arvoa. Esimerkiksi iltaruokailuun keskittyvät ravintolat usein pyrkivän laadukkaan ruuan lisäksi erottautumaan muista asiakaskokemuksella.

Kontekstilla tarkoitetaan tilanteeseen tai tapahtumaan liittyviä olosuhteita. Ruokailupalvelujen yhteydessä kontekstista tulee ensimmäisenä mieleen fyysinen ympäristö, jossa ruokailu tapahtuu. Tämä onkin ollut ensimmäisiä asioita, jotka on otettu huomioon ruokailukokemustutkimuksissa. On arvioitu mm. sisustuksen onnistuneisuutta ja visuaalisuutta sekä teeman noudattamisen johdonmukaisuutta. Fyysistä kontekstia ovat myös valaistus, äänimaisema (mm. musiikki, akustiikka, häiriöttömyys) ja lämpötila.

Ruokailun halutaan usein olevan sosiaalinen kokemus. Tärkein tekijä ruokailun sosiaalisessa kontekstissa on tyypillisesti oma seurue, vuorovaikutus muiden seurueen jäsenten kanssa ja tähän liittyvä ryhmädynamiikka. Tärkeä merkitys on myös vuorovaikutuksella henkilökunnan kanssa ja tähän liittyvällä palvelun laadulla. Sosiaalinen konteksti käsittää lisäksi muut paikalla olevat henkilöt, joilla on suuri vaikutus ruokailutilanteen kokonaistunnelmaan.

Yksi tärkeä tekijä siinä, millaiseksi asiakaskokemus muodostuu, on asiakas itse. Asiakkaan mieliala, fyysinen tila (esim. levänpöyryisyys tai väsymys) ja tilannetekijät (esim. kiire) vaihtelevat tyypillisesti saman palvelun eri käyttökertojen välillä, jolloin kokemuksin muotoutuu usein erilaiseksi. Hieman pysyvämpiä asiakkaaseen liittyviä tekijöitä ovat mm. odotukset,



aikaisemmat kokemukset, tavat ja tottumukset. Asiakkaaseen liittyvät tekijät eivät tyypillisesti ole palveluntarjoajan eivätkä täysin asiakkaan itsensäkään kontrolloitavissa, mikä tuo oman haasteensa kaikkeen asiakaspalvelutyöhön. Tutkittaessa palvelun laatua, arvioidaan usein henkilökunnan empatiaa tai kykyä ottaa huomioon asiakkaiden erilaisia tarpeita.

Asiakkaat peilaavat jatkuvasti tarjolla olevia palveluita omia arvojaan vasten. Jos palvelu vaikuttaa tukevan omia arvoja, todennäköisyys palvelun jatkuvalla käytölle kasvaa. Havaittu ristiriita palvelun ja omien arvojen välillä puolestaan johtaa helposti siihen, että palvelua ei käytetä. Asiakkaiden ruokailuvalinnat ovat hyvin henkilökohtaisia ja ruokailupalvelujen käyttöön liittyvät lisäksi arvot ja eettisyys. Esimerkiksi vegaani voi olla käyttämättä ravintolan palveluita pelkästään, koska ruokalista koostuu suurelta osin liharuuista. Joku toinen puolestaan voi arvostaa erityisesti ravintolan kotoisaa tunnelmaa.

Asiakaskokemuksesta puhuttaessa kokemuksen laatua pystytään parhaiten ymmärtämään jotakin tunnekokemuksen malleja hyödyntäen. Tunnekokemuksia tutkitaan usein niiden pääulottuvuuksien kautta. Tunnekokemus voi olla positiivinen, negatiivinen tai neutraali. Toinen tärkeä ulottuvuus on vireystila, joka ulottuu rauhallisesta kiihtyneeseen tunnekokemukseen. Kolmantena ulottuvuutena otetaan joskus mukaan hallinnan tunne. Tarkempaa erittelyä voidaan lisäksi tehdä arvioimalla kokemusta suhteessa listaan erillisiä emootioita tai laadullista tietoa keräämällä.

MISTÄ HYVÄ RAVINTOLAKOKEMUS MUODOSTUU?

Ruokapalveluasiakkaan ruokailukokemusta on viime vuosikymmeninä tutkittu paljon. Ruokailukokemuksesta on tutkimusten perusteella yritetty löytää kokemuksen keskeisiä ulottuvuuksia. Esimerkiksi Harringtonin ym. (2012) tutkimuksessa selvitettiin, mitä ruokailuun liittyviä attribuutteja nuoret, niin sanotut Y-sukupolven edustajat, liittivät hyvään ja huonoon ravintolakokemukseen.

Positiiviseen ravintolakokemukseen liitettiin useimmiten viisi attribuuttia: ruoan tai juoman laatu, palvelun laatu, ravintolan henkilöstön ystävällisyys, ravintolan ilmapiiri ja palvelun nopeus. Tutkimuksessa kokemuksia selvitettiin myös kolmessa erityyppisessä ravintolassa, pikaruokapaikassa, arkisessa ruokaravintolassa ja tasokkaassa illallisravintolassa. Kiinnostavaa on, että sekä pikaruokapaikkojen että arkisten ruokaravintoloiden positiivisissa kokemuksissa terveelliset ruokavaihtoehdot nousivat tilastollisesti merkittävien attribuuttien joukkoon. (Harrington ym. 2012.)

MALLINNUKSIA RUOKAILUKOKEMUKSESTA

The Five Aspects Meal Model (FAMM) ja The customers' Meal Experience Model (CMEM) ovat yleisimmät mallit ruokailukokemusten tarkasteluun (Gustafsson ym. 2006; Hansen ym. 2005). Molemmissa malleissa neljä viidestä ruokailukokemuksen pääulottuvuudesta on samoja: ydintuote eli ruoka, ravintolan fyysinen tila ja sisustus, kohtaamiset ja henkilökohtainen palvelu ja ravintolan ilmapiiri. Viides ulottuvuus on FAMM-mallissa "johtamis-



järjestelmä” ja CMEM-mallissa “yritys”. Kun pääulottuvuuksiin liittyviä tekijöitä tarkastellaan lähemmin, löytyy lisää eroja. Esimerkiksi FAMM-malli keskittyy ruokatuotannon näkökulmaan ja jakaa ydintuotteen eli ruoan ateriaosien mukaisesti ruokaan ja juomaan. Asiakkaiden kokemusten pohjalta rakennetussa CMEM-mallissa ydintuote on puolestaan määriteltä paljon laajemmin.

CMEM-mallissa ydintuote määritellään yksilön kokonaisvaltaiseksi kokemukseksi, jossa ruoka ja juoma ovat vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Malli nostaa erityisesti esille ravintolan ilmapiirin ja sen merkityksen toimia ruokailukokemuksen filterinä ja voimistajana asiakkaan aistien välityksellä. Asiakas kokee ruoan ja ravintolan ilmapiirin viiden aistinsa välityksellä.

RUOKAILUKOKEMUKSEN MITTAAMINEN

Ruokailukokemuksesta on haluttu kuvailevan tiedon lisäksi myös numeerista tietoa. Ruokailukokemuksen mittaamisessa käytettiin aiemmin palvelun laadun yleisiä malleja kuten SERVQUAL- ja DINESERV-malleja (Parasuraman 1985; Stevens ym. 1995). Mallit eivät kuitenkaan soveltuneet kaikilta osin ruokailukokemuksen mittaamiseen, ja tutkijat ovat kehittäneet kuvaileviin attributteihin perustuvia kvantitatiivisia malleja. Niistä uusin on

Hansenin (2016) kehittämä MEEEEI-malli, joka täydentää SERVQUAL- ja DINESER-malleja ravitsemisalalan ammattilaisten näkemyksillä. Malli koostuu 29-osaisesta kysymyspatteristosta ja kattaa kuusi ruokailukokemuksen ulottuvuutta: ydintuotteen eli ruoan, fyysisen tilan, ihmisten kohtaamiset, yrityksen, ravintolan ilmapiirin ja johtamisjärjestelmän.

KOHTI MYÖNTEISIÄ RUOKAILUKOKEMUKSIA

Ravintolassa ruokailevan asiakkaan ruokailukokemuksen muodostumisen ymmärtäminen on tärkeää niin yritysten liiketoiminnan näkökulmasta kuin myös pyrittäessä kehittämään ruokapalveluiden asiakaskokemusta. Ruokailukokemusta on mallinnettu ja ruokailukokemuksen eri ulottuvuuksia löydetty tutkimuksissa paljon, mutta tarvitaan lisää empiiristä tutkimusta eri ryhmien (esim. ikääntyneet, lapset, nuoret) asiakaskokemuksesta ja ruokailukokemuksesta erilaisissa ruokailuympäristöissä. Lisäksi ruokapalveluihin liittyvien digitaalisten palvelujen vaikutus asiakaskokemukseen tarvitsee lisähuomiota.

Ruokailukokemuksen syvälinen ymmärtäminen on tärkeää myös siksi, että voisimme vaikuttaa asiakkaiden syömiskäyttäytymiseen. Koska ihmiset ruokailevat yhä useammin kodin ulkopuolella, ruokapalveluilla on tärkeä merkitys ihmisten hyvinvoinnille. Sen lisäksi, että tarjolla on terveysttä edistävää ruokaa, ruokailukokemuksen ymmärtäminen voi tuoda uusia työkaluja ihmisten hyvinvoinnin edistämiseen ruokapalveluympäristössä niin ruokavalintojen kuin myös laajemmin kokonaiskokemuksen kautta.



Kuva: Gredi

LÄHTEET

Anderson, E. W., Fornell, C. & Lehmann, D. R. 1994. Customer satisfaction, market share, and profitability: Findings from Sweden. *The Journal of marketing*, 53–66.

Bitner, M. 1992. Servicescapes: The Impact of Physical Surroundings on Customers and Employees. *Journal of Marketing* 56, 57–71.

Gentile, C., Spiller, N. & Noci, G. 2007. How to sustain the customer experience. An overview of experience components that co-create value with the customer. *European Management Journal* 25, 395–410.

Gustaffson, I.-B., Öström, Å., Johannson, J. & Mossberg, L. 2006. The Five Aspects Meal Model: a tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservices* 17, 84–93.

Hansen, K. 2014. Development of SERVQUAL and DINESERV for Measuring Meal Experiences in Eating Establishments. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism* 2, 116–134.

Hansen, K., Jensen, O. & Gustafsson, I.-B. 2006. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism* 2, 135–151.

Harrington, R., Ottenbacher M., Staggs, A. & Powell F. 2012. Generation Y consumers: Kye restaurant attributes affecting positive and negative experiences. *Journal of Hospitality & Tourism Research* 4, 431–449.

Lake, A., Burgoine, T., Greenhalgh, F., Stamp, E. & Tyrrell, R. 2010 The foodscape: Classification and field validation of secondary datasources. *Health & Place* 16, 666–673.

Parasuraman, A., ZelthamI, A. & Berry, L. 1985. A Conceptual model of service quality and its implications for future research. *Journal of Marketing* 49, 41–50.

Verhoef, P. C., Lemon, K. N., Parasuraman, A., Roggeveen, A., Tsiros, M. & Schlesinger, L. A. 2009. Customer experience creation: Determinants, dynamics and management strategies. *Journal of retailing* 85, 31–41.

SUBJEKTIIVISET KOKEMUKSET TOIMINTAKYVYN MITTAAJINA

Tuija Heiskanen ja Maarit Karhula

Päivittäinen elämä koostuu erilaisista tilanteista, joissa toimitaan yksin ja yhdessä muiden ihmisten kanssa. Samalla käytetään erilaisia kykyjä ja taitoja, jotka sopeutetaan ympäristön ja tilanteen vaatimuksiin. Toimintakyky voi olla uhattuna ja tutut päivärutiinit muuttua monista eri syistä. Työttömyys tai sen uhka, läheisen sairastuminen, omaishoitotilanne kuin myös ikääntyminen vaikuttavat sairastumisen tai vammautumisen lisäksi toimintakykyyn. Riittävä toimintakyky elämän erilaisissa tilanteissa onkin tärkeä osa ihmisen hyvinvointia ja edellytys sille, että elämän eri alueet – perhe- ja kotielämä, työ, vapaa-aika – tuntuvat mielekkäiltä.

Kansainvälinen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus ICF kuvaa toimintakyvyn moniulotteisena, dynaamisena tilana, jossa terveydentila sekä yksilö ja ympäristötekijät ovat vuorovaikutteisessa suhteessa. ICF toimii viitekehyksenä arvioitaessa toimintakykyä kokonaisvaltaisesti. Kokonaisvaltaisen arvion tulisi sisältää tietoa toimintakyvyn eri osa-alueilta eli ruumiin rakenteista tai kehon toiminnoista, suorituksista ja osallistumisesta sekä kontekstuaalisista ympäristö- ja yksilötekijöistä. Tieto tulisi koota hyödyntäen sekä objektiivisia, havaintoihin perustuvia mittareita että subjektiivisia, kokemuksiin perustuvia mittareita. (Karhula ym. 2010, 14–15; Valkeinen & Anttila 2014, 9.)

IHMISEN NÄKEMYS TOIMINTAKYVYSTÄÄN OHJAA MUUTOSTA

Henkilön näkemys ja kokemus toimintakyvystään sekä siihen vaikuttavista tekijöistä on oleellista kuntoutumisessa. Kuntoutuksen paradigman muutoksen myötä palvelua käyttävä henkilö nähdään aktiivisena toimijana prosessissa. Käyttäjän muuttunut rooli näkyy palveluiden personalisointina henkilön yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Henkilön subjektiivisen arviointitiedon arvostusta tukee myös sosiaali- ja terveyspalveluiden näkökulman muuttuminen palvelujen antamista korostavasta näkökulmasta yhdessä käyttäjän kanssa toteutettaviin, elämänhallintaa ja terveyttä lisääviin toimiin. (Jesus ym. 2016, 1–2.)

Henkilön subjektiivista näkemystä tarvitaan etenkin silloin, kun on tarpeen ymmärtää hänen toimintaa ja rutiineja arkiympäristöissään. Tällaista ICF:ssä osallistumisen tasolle sijoittavaa tietoa toimintakyvystä on haasteellista saada esille pääasiassa vastaanottotiloissa tapahtuvalla objektiivisella, ammattilaisen havaintoihin tai mittauksiin perustuvilla arvioinneilla (Stevens 2016, 37). Tarvitaan henkilön omaa arviota tilanteesta.

Kansainvälisessä kirjallisuudessa käytetään henkilön omaan arvioon perustuvasta itsear-



viointimittarista lyhennettä PROM (person/patient-reported outcome measure). Lyhennettä on alettu yleisesti käyttää myös suomenkielisissä teksteissä. PROMit ovat yleisimmin kyselylomakkeita, joissa henkilö arvioi itse omaa toimintakykyään ja hyvinvointiaan (Stevens 2016, 37). Itsearviointimenetelmiä voidaan hyödyntää toimintakykyä tukevien tavoitteiden asettelussa, tarpeiden selvittämisessä sekä laajemmin palvelujen toimivuuden ja laadun arvioinnissa (Kanelisto & Salminen 2011, 6; Valkeinen & Anttila 2014, 5). Lisäksi PROMeja käytetään tutkimuksessa, esimerkiksi tietyn hoitomuodon vaikutusten arvioinnissa. Vielä lisää tietoa tarvittaisiin etenkin siitä, miten käyttäjäasiakkaat ja ammattilaiset kokevat PROMien käyttämisen ja mikä ohjaa ammattilaisia valitsemaan eri tilanteissa PROMeja arviointimenetelmiksi (Bausewein ym. 2011, 1).

ITSEARVIOINTIMENETELMÄN VALINTA VAATII HARKINTAA

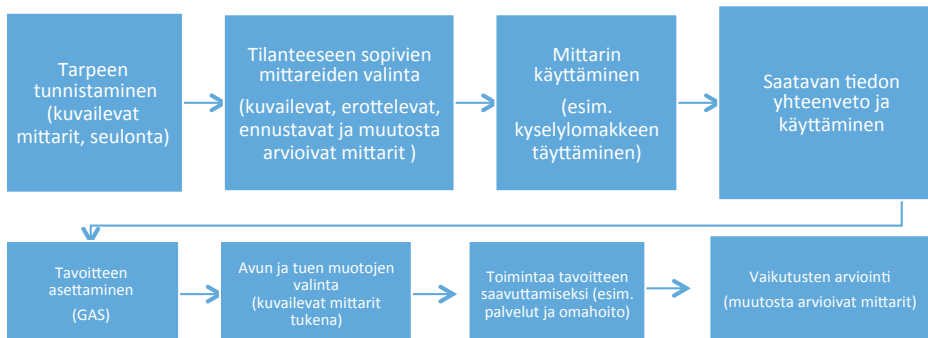
Itsearviointimenetelmän valintaan ja käyttöön pätevät samat lainalaisuudet kuin muidenkin arviointimenetelmien. On kriittisesti harkittava menetelmien luotettavuutta, käyttökelpoisuutta ja soveltuvuutta kunkin henkilön tarpeisiin (Karhula ym. 2010, 7–8). Tällä hetkellä on käytössä runsaasti itsearviointimenetelmiä, mutta vain osan psykometriikasta on saatavilla riittävästi luotettavaa tietoa (Valkeinen 2017; Stevens 2016, 37, 44). Mittarin

luotettavuutta ja pätevyyttä arvioidaan monesta eri näkökulmasta. Mittarin validiteetti sisältää muun muassa mittarin sisällön pysyvyyden, ennustamiskyvyn ja kulttuurien välisen validiteetin tarkastelun. Reliabiliteetti taas ilmaisee mittarin johdonmukaisuutta ja mittaustuloksen toistettavuutta. (Stevens 2016, 37–38.)

Tilanteeseen soveltuvan, luotettavan ja pätevän mittarin löytäminen ja valinta eivät välttämättä ole aina helppoja tehtäviä. Kuitenkin uusien toimintakykymittareiden kehittämiseen ryhtymistä tulisi harkita tarkoin, sillä kehittäminen on pitkä ja haastava prosessi (Karhula ym. 2017, 412–413; Wagman & Håkansson 2014, 228; Juntunen & Salminen 2011, 7–10). Kansallisen Toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin asiantuntijaverkon (TOIMIA) kehittämä ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ylläpitämä TOIMIA-tietokanta ohjeistaa arviointimenetelmien suositusten ja mittariarviointien laadinnassa sekä sisältää tietoa toimintakykymittareiden soveltuvuudesta erilaisiin käyttötarkoituksiin (THL 2017). Kansainvälisiä ohjeistuksia arviointimenetelmien käyttöön löytyy mm. Rehabilitation Measures Database -sivustolta (Rehabilitation Measures Database).

ITSEARVIINTIMENETELMIÄ KÄYTETÄÄN ERI TARKOITUKSIIN

Subjektiiivisten arviointimenetelmien avulla saadun tiedon yhdistäminen objektiivisiin havaintoihin ja mittauksiin antaa parhaimmillaan henkilölle itselleen kokonaisvaltaisemman kuvan tilanteesta. Tällöin oman tavoitteen asettaminen ja tarvittavan tuen määrittely selkiytyvät (kuva 1). Henkilö motivoituu ja sitoutuu elämäntapamuutokseen silloin, kun tavoitteet ovat hänelle merkityksellisiä. Subjektiiivisen kokemuksen arvioinnissa ei pyritä ensisijaisesti selvittämään, miten henkilön toimintakyky ja toiminnan haasteet eroavat muiden henkilöiden tilanteesta vaan miten juuri tämä yksittäinen henkilö kokee oman toimintakykynsä ja hyvinvointinsa omassa elämässään (Kanelisto & Salminen 2011, 6; Stevens 2016, 37, 44).



Kuva 4. Subjektiiivisen itsearviointitiedon käyttö palveluprosessin aikana.

Subjektiiiviset arviointimenetelmät ovat usein joko itsenäisesti täytettäviä kyselylomakkeita tai strukturoituja haastatteluja. Niitä käytetään eri vaiheissa kuntoutumisprosessia eri tarkoituksiin: kuvailemaan tilannetta, erottelemaan henkilöitä ryhmiin, ennustamaan tilannetta ajan kuluessa ja arvioimaan muutosta (Fawcett 2007). Taulukossa 2 kuvataan itsearviointimenetelmillä saatua tietoa erilaisissa tilanteissa ja tuodaan esille esimerkkejä käyttötilanteista sekä TOIMIA-tietokannassa arvioituista, Suomessa käytössä olevista itsearviointimenetelmistä.

Taulukko 2. Subjektiiivisilla arviointimenetelmillä saatava tieto, esimerkkejä käyttötilanteista ja mittareista.

Esimerkkejä käyttötilanteista	Esimerkkimittari
Kuvaileva (descriptive) arviointi antaa tietoa senhetkisestä tilanteesta, toimintaan vaikuttavista tekijöistä ja myös osoittaa tarpeen tarkempaan arvioon (seulonta).	
Aikuisen toimintakyky	WHO Disability Assessment Schedule 2.0
Omaishoitajan kuormittuminen ja tuen tarve	COPE-indeksi
Aikuisten sosiaalinen osallistumisen autonomian näkökulmasta	IPA – vaikutukset osallistumiseen ja autonomiaan
Aikuisen elämänlaatu	WHOQOL-BREF
Ikääntyneen liikkumiseen ja tasapainoon liittyvät vaikeudet erilaisten arkisten toimintojen yhteydessä	ABC-asteikko
Erottelu (discriminative) arviointi tuottaa vertailevaa tietoa henkilön tilanteesta suhteessa johonkin ryhmään.	
Lapsen psyykkisten oireiden tunnistaminen	SDQ, Vahvuudet ja vaikeudet – kysely
Ennustava (predictive) arviointi tuottaa tietoa, jolla pyritään ennustamaan yksilön toimintamahdollisuuksia tulevaisuudessa.	
Työkyky: työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen, varhaisen työmarkkinoilta poistumisen ja sairauspoissaolojen ennustaminen sekä eläkeiän hyvinvointi	Työkykyindeksi
Muutoksen (evaluative) arviointi tuottaa tietoa ajan kuluessa tapahtuvasta muutoksesta esim. intervention tuloksellisuudesta.	
Päivittäisen elämän toimintojen haasteet ja huolenaiheet	COPM (Canadian Occupational Performance Measure)
Yksilöllisen tavoitteen saavuttaminen	GAS (Henkilön oma tavoite)

Joitakin mittareita voi käyttää useissa eri tarkoituksissa. Taulukossa on tuotu esille mittarin ensisijainen käyttötarkoitus. TOIMIA-tietokannassa arvioidut mittarit on luokiteltu ICF:n mukaisesti, mikä helpottaa mittarin valinnassa. Suurin osa mittareista kohdentuu varsin

kapea-alaisesti jollekin tietylle ICF:n alueelle (Valkeinen ja Anttila 2017), joten tarvitaan useampi mittari, joiden tietoa yhdistetään päätelmiä tehtäessä.

KOKEMUS TOIMINTAKYVYSTÄ KUULUU NÄYTTÖÖN PERUSTUVAAN TOIMINTAAN

Henkilön kokemus toimintakyvystään ja siihen vaikuttavista tekijöistä tulisi olla palveluprosessissa yhtä tärkeä tiedonlähde kuin objektiivisten mittausten tulokset. Eri lähteistä kerättävä tieto on tae näyttöön perustuvan käytännön toteutumiselle (Hoffman ym. 2010, 3–4). Käytettävien arviointimenetelmien tulisi olla luotettavia, päteviä ja tilanteeseen soveltuvia. Lisäksi henkilön tulee kuulua siihen kohderyhmään, jolle arviointimenetelmä tarkoitettu, ja viitearvojen kohderyhmälle tulee olla saatavilla (Valkeinen 2017; Stevens 2016, 37–38). On myös huomioitava, että osa arviointimenetelmistä on kehitetty tutkimustyöhön, eivätkä ne sovellu sellaisinaan kliiniseen työhön (Bausewein ym. 2011, 8).

Itsearviointimenetelmien käyttö muutoksen mittaamisessa perustuu siihen oletukseen, että yksilön käsitys toimintakyvystään pysyy muuttumattomana. Arvioinnin tuloksia tulkittaessa on kuitenkin tiedostettava, että henkilön omat arvot tai käsitys toimintakyvystä on saattanut muuttua palveluprosessin aikana (Schwartz 2010, 38).

Kokonaisvaltaisen toimintakyvyn arvioinnissa ja palveluprosessin etenemisen tukena tarvitaan erilaisia arviointimenetelmiä. Tärkeää on, että niitä käytetään siinä tarkoituksessa, johon ne on kehitetty, ja kerättyä tietoa aidosti hyödynnetään prosessin aikana.



LÄHTEET

Bausewein, C., Simon, T.S., Benalia, H., Downing, J., Mwangi-Powell, F.N., Daveson, B.A., Harding, R. & Higginson, I.J. 2011. Implementing patient reported outcome measures (PROMs) in palliative care - users' cry for help. *Health and Quality of Life Outcomes* 9, 1–11.

Fawcett A. 2007 *Principles of assessment and outcome measurement for occupational therapists and physiotherapists. Theory, Skills and Application*. West Sussex, England: John Wiley & sons Ltd.

Hoffman, T., Bennett, S. & Del Mar, C. 2010. *Introduction to evidence-based practice*. Teoksessa Hoffman, T., Bennett, S. & Del Mar, C. (toim.) 2010. *Evidence-based practice across the health professions*. Sydney, Australia: Elsevier, 1–15.

Jesus ym. 2016. Person-centred rehabilitation: what exactly does it mean? Protocol for a scoping review with thematic analysis towards framing the concept and practice of person-centred rehabilitation. *BMJ Open* 6:e011959. doi:10.1136/bmjopen-2016-011959. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4964252/pdf/bmjopen-2016-011959.pdf> [viitattu 26.10.2017].

Juntunen, K. & Salminen, A.-L. 2011. Omaishoitajan jaksamisen ja tuen tarpeen arviointi. COPE-indeksi suomalaisen sosiaali- ja terveydenhuollon käyttöön. Kelan tutkimusosasto. Sosiaali- ja terveysturvan selosteita 78.

Kanelisto, K. & Salminen, A.-L. 2011. IPA-kyselylomake valinnoista ja osallistumisesta jokapäiväisessä elämässä. Timintakyvyn itsearviointimenetelmä aikuisille, joilla on fyysisiä toimintarajoitteita. Kelan tutkimusosasto. Sosiaali- ja terveysturvan selosteita 76.

Karhula, M., Heiskanen, T., Juntunen, K., Kanelisto, K., Kantanen, M., Kanto-Ronkanen, A. & Lautamo, T. 2010. Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa. Arvioinnin lähtökohdat ja suositukset. Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/1080/arviointikaytannot.pdf> [viitattu 26.10.2017].

Karhula, M., Salminen, A.-L., Hämäläinen, P., Ruutiainen, J., Era, P. & Tolvanen, A. 2017. Psychometric evaluation of the Finnish version of the impact on participation and autonomy questionnaire in persons with multiple sclerosis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* 24, 410–420.

Rehabilitation Measures Database. 2017. Rehabilitation Institute of Chicago. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.rehabmeasures.org/> [viitattu 26.10.2017].

Schwartz, C. 2010. Applications of response shift theory and methods to participation measurement. A brief history of a young field. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation* 91 (Suppl 1), 38–43.

Stevens, P. 2016. Going to PROM? Reviewing Patient-Reported Outcome Measures (PROMs) in the Management of Neurologic Hemiplegia. *The O&P EDGE* January 36-44. Saatavissa: https://opedge.com/Articles/ViewArticle/2016-01_03 [viitattu 26.10.2017].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). TOIMIA –tietokanta 2017. Verkkosivusto. Saatavissa: <http://www.toimia.fi> [viitattu 26.10.2017].

Valkeinen, H. 2017. Toimintakyvyn itsearviointimittarit ja uusi PROMIS. ICF innofoorumi 4.9.2017. THL luennot.

Valkeinen, H. & Anttila, H. 2014. ICF-luokitus ja toimintakykymittarit: mitä, miten ja miksi? Fysioterapia 4, 5–10.

Wagman, P. & Håkansson, C. 2014. Introducing the occupational balance questionnaire (OBQ). Scandinavian Journal of Occupational Therapy 21, 227–231.



NUORTEN TYÖLLISTYMISEN TUKEMINEN YKSILÖLÄHTÖISILLÄ PALVELUILLA

Susan Eriksson

Tilastokeskuksen (2017) mukaan 15-24-vuotiaiden nuorten työttömyysaste on edelleen Suomessa korkea (22,8% vuoden 2017 helmikuussa), vaikka tilanne on hiukan kohentunut edellisestä vuodesta. Työmarkkinoiden eriytymiskehitys on ollut rivakkaa alueellistumisen ja työn teknologisoitumisen myötä. Alueelliset erot liittyen työn tarjontaan ja työvoiman saatavuuteen ovat viime vuosina kasvaneet. Joillakin aloilla on työvoimapula, mutta ei riittävästi tekijöitä, kun taas toisilta aloilta työpaikat ovat kadonneet kokonaan. (esim. Pyykkönen 2017; Myrskylä 2012.) Työn teknologisoituminen on vähentänyt perinteisiä, niin kutsutun suorittavia ja vähemmän koulutusta vaativia töitä. Se on vaikuttanut etenkin nuoriin, joiden asema työmarkkinoilla on heikko johtuen esimerkiksi matalasta koulutustasosta.

Vaikeuksiin työllistyä eivät vaikuta vain paikallisten työmarkkinoiden luonne, vaan kasvavassa määrin esimerkiksi huonoon koulumenestykseen johtaneet oppimisvaikeudet. Koulutuspalveluissa ongelma nähdään jo merkittävänä, ja siihen vaikuttavat lisääntyneet tehokkuuden vaatimukset muun muassa ammatillisessa koulutuksessa. Kaikki opiskelijat eivät ole koulutuksen markkinointiretoriikan lupaamia eturivin osajia. (Eriksson 2017, 86 - 97.)

Kun nuorelta puuttuvat tutkinnon alan taidot kokonaan, vaikka nuori olisikin jo valmistunut, ollaan työnhaussa väistämättä ongelmien edessä. Erityisongelmat ja niistä johtuvat vaikeudet työllistyä ovat myös nuorta tukevan palvelujärjestelmän huomattavia haasteita etenkin opintojen ja työelämään siirtymisen nivelvaiheissa. Uusien ratkaisujen tarve on suuri, sillä vaikeasti työllistyviä nuoria on aiempaa enemmän.

YKSILÖKESKEISEN TYÖOTTEEN TÄRKEYS

Yksilölähtöisyyden merkitys nuorten palveluissa on monin paikoin koettu melkein itsensänselvyytenä, sillä nuoren kohtaaminen kuuntelevasti ja arvostavasti on työssä muutenkin keskeistä (esim. Kiilakoski ym. 2015). Kuitenkin yksilölähtöisyyden toteutumisessa on todellisuudessa paljon vaihtelua. Iso-Britanniassa yksilölähtöisyyteen alettiin pyrkiä 2000-luvun alussa sosiaalipalveluissa, jolloin sosiaalipolitiikkaan tuli personalisation – ajattelu. Ideologisesti luotsattu hallituksen Putting People First -agenda vuodelta 2007 on vaikuttanut sosiaalipalvelujen järjestämiseen, ja yksilön tarpeita pyritään pitämään toimenteiden keskiössä. (Beresford 2014.) Samalla paikallisyhteisöjen merkitystä korostetaan, sillä uskotaan, että hyvinvointi perustuu mahdollisuuksille tukea yksilöä osana elinyhteisöään.



Kuva: Credi

Paikallisyhteisöille annettiin painoarvoa yksilön hyvinvoinnin tukijoina jo 1970-luvun Iso-Britanniassa. Paikallisyhteisöissä tapahtuvan nuorisotyön (community work) merkitystä on alettu jälleen korostaa. (Esim. Banks & Carpenter 2017.) Myös Suomessa yhteisöllisten siteiden vaikutus tiedetään keskeiseksi nuorten hyvinvoinnin kannalta, ja erityisesti syrjäseuduilla eläville nuorille paikallisyhteisöllä on merkitystä (esim. Tuuva-Hongisto ym. 2016). Suomen kunnissa on panostettu viime vuosina syrjäseutunuorten palveluihin palkkaamalla kuntiin etsiviä nuorisotyöntekijöitä. Heidän panoksensa on koettu kunnissa täysin korvaamattomaksi, sillä heidän koetaan pääsevän ammattitoiminnassaan lähelle nuorta. (Esim. Miettinen & Pöyry 2015.)

Etsivät nuorisotyöntekijät edustavat nuorta tukevaa yhteisöä, jolloin nuoren hyvinvointia voidaan tarkastella parhaimmillaan hyvin yksilökeskeisesti kokonaiselämäntilanteen sekä yhteisön ja elinpiirin vaikutusten kannalta. Työllistymisen tukeminen on tärkeä osa etsivän nuorisotyöntekijän toimenkuvaa pienissä kunnissa, sillä työssä on resursseja esimerkiksi jalkautua nuoren kanssa tutustumaan yrityksiin ja etsiä paikkakunnalta työllistymismahdollisuuksia.

Isoissa kunnissa suuremmat asiakasmäärät asettavat kuitenkin haasteita sille, kuinka yksilöllistä palvelua työntekijän on mahdollista tarjota. Työntekijät kokevat palvelusektorista riippumatta ajan puutteen heikentävän asiakastyön laatua (esim. Pohjola 2009). Ongelma on tällä hetkellä rakenteellinen, sillä palvelujärjestelmässä ei kaikkialla ole riittäviä henkilöresursseja niin, että pitkäjänteinen yksilöllinen tukeminen olisi mahdollista.



Kuva: Credi

TYÖHÖNVALMENTAJAN ARVOKAS PANOS

Työllisyyspalveluissa on rakenteellisin uudelleenjärjestelyin kyetty huolehtimaan monista syrjäytymisriskissä olevista nuorista. Työllisyyspalveluita on uudelleenorganisoitu vastaamaan tarkkarajaisemmin erillisten asiakasryhmien tarpeisiin, joten nuorille kohdennetuissa työllisyyspalveluissa tehdään yksilöiden tarpeista lähtevää työtä. Nuoret ovat kuitenkin heterogeeninen ryhmä, eivätkä kaikkien ammattitietämys tai ajalliset resurssit välttämättä riitä esimerkiksi erityistä tukea tarvitsevien auttamiseen ja palveluratkaisujen suunnitteluun.

Työllisyyspalveluita ja niiden työkäytäntöjä koetaan halutaan nykyisin kehittää yksilökeskeisyyden suuntaan. Esimerkiksi työhönvalmentajien työote vastaa parhaimmillaan yksilökeskeisyyden ideaalia. Monet nuoret työnhakijat tarvitsevat tukea osaamisensa ja taitojensa kartoittamiseen ja verbalisoimiseen työnhakua varten ansioluettelossa ja edelleen työhaastattelussa. Työhönvalmentaja kykenee toimimaan nuoren kanssa vuorovaikutteisesti ja oikeita kysymyksiä esittämällä siten, että nuori oppii sanoittamaan omia vahvuuksiaan ja osaamistaan ja siten harjaannuttamaan työnhakutaitojaan. Samalla nuori saa tärkeää tietämystä työmarkkinoista, työllistymismahdollisuuksista paikkakunnalla, erilaisista työpaikoista ja toimenkuvista sekä työelämästä yleensä. Vastaavan kaltainen ammatillinen osaaminen ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys, ja yksilölähtöiseen työotteeseen halutaan erillistä koulutusta (esim. Eriksson 2017).

Nykyisin työhönvalmentajien palvelu hankitaan kunnissa ostopalvelumenettelyllä esi-

merkiksi tukemaan osatyökykyisten työllistymistä. Työhönvalmentajien panos koetaan työvoimapalveluissa tärkeäksi juuri erityistä tukea tarvitsevien nuorten auttamisessa. Eräissä kunnissa työhönvalmentajapalvelua on kuitenkin jo laajennettu niin, että jokaisella pitkäaikaistyöttömällä on omavalmentaja, joka vastaa pitemmällä aikavälillä hänen palvelutarpeistaan. Järjestelyyn on panostettu kuntatasolla huomattavasti myös rahallisesti.

ASIAKASTYÖN KEHITTÄMISEN MAHDOLLISUUDET TYÖLLISYYSPALVELUISSA

Yksilökeskeisyyden merkitystä ja mahdollisuuksia nuorten palveluissa ei ole vielä luodattu kovin syvältä. Useat nuorten kanssa toimivat työntekijät pitävät sitä edelleen työntekijäkohtaisena kysymyksenä. Ajatellaan, että se liittyy työntekijän persoonallisuuteen ja kyvykkyyteen olla vuorovaikutuksessa nuoren kanssa. Yksilölähtöisyyttä pidetään pitkälti myös eräänlaisena ammattikulttuurin sisäänrakennettuna elementtinä nuorten palveluissa, joka on jo olemassa, koska kyse on asiakastyöstä. (Esim. Kiilakoski ym. 2015.) Näistä näkemyksistä huolimatta monet nuorisotyöntekijät mieltävät yksilölähtöisyyden kuitenkin vuorovaikutteiseksi työskentelyotteeksi, joka ei ole kaikilla hallussa, mutta sitä nähdään kuitenkin mahdolliseksi ja tarpeelliseksi omaksua ja oppia työkäytäntöihin (esim. Eriksson 2015).

Vaikka yksilökeskeisyyden määrittelytavat, tulkinnat ja soveltamiskohteet ovat moninaisia ja vaihtelevat kulttuurisesti, suomalaisen palvelujärjestelmän toiminnasta puuttuu edelleen laaja keskustelu siitä, miten yksilölähtöisyyttä tai -keskeisyyttä voisi parhaiten edistää eri palvelunkäyttäjryhmissä.

Työllistymispalveluissa on vielä varaa muokata toimintaa esimerkiksi panostamalla entistä enemmän yksilön tarpeista lähtevään työnhaku- ja työelämävalmennukseen. Valmentajien hyöty ei ole rahalla mitattavissa, sillä nuori arvostaa todella paljon sitä, että heidän asiaansa kuunnellaan, tarpeitaan ja intressejään huomioidaan ja elämäntilannetta ymmärretään (esim. Miettinen & Pöyry 2015).

Eräissä vaikeasti työllistyvien nuorten palvelujärjestelmää kehittämään pyrkivässä projektissa nuorisotyöntekijä mainitsi haastattelussa, että nuori ”haistaa helposti leipäpapin”. Lausuma merkitsee ainakin sitä, että nuoret ovat aika lahjomattomia siinä, millaisen tuen he kokevat vastaavan tarpeitaan. Palvelujärjestelmän työntekijä, joka esittää valmista ratkaisua rutiiniensa nojalla tai perustaa ratkaisujaan vain moneen kertaan pureskeltuun asiantuntijatietoon, ei ole nuoren näkökulmasta uskottava. Yksilökeskeisyyden nimissä kaikkia kiviä ei ole vielä käännetty myöskään nuorten palveluissa.

LÄHTEET

- Banks, S. & Carpenter, M. 2017. Researching the local politics and practices of radical Community Development Projects in 1970s Britain. *Community Development Journal* 52 (2): 226 - 246.
- Beresford, P. 2014 (toim.) *Personalisation. Policy Press: Critical and Radical Debates on Social Work.* Series Editors Iain Ferguson & Michael Lavalette. London: University of Chicago Press.
- Eriksson, S. 2017. Palvelujärjestelmän ammattilaisten käsitykset oppimisvaikeuksista ja erityisen tuen tarpeesta nuorten siirtymävaiheessa koulutuksesta työelämään. Teoksessa S. Aaltonen & A. Kivijärvi (toim.) *Nuoret aikuiset hyvinvointipalvelujen käyttäjinä ja kohteina.* Helsinki: Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto 198. 79-102.
- Eriksson, S. 2015. VAINU selvitti: vaikeasti työllistyvät nuoret tarvitsevat yksilöllistä tukea. *Nuorisotyö* 3, 20-26.
- Kiilakoski, T. & Kinnunen, V. & Djupsund, R. 2015. Miksi nuorisotyötä tehdään? Tietokirja nuorisotyön opetussuunnitelmasta. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, Julkaisuja 169.
- Miettinen, S. & Pöyry, S-M. 2015. Vainulla Etelä-Savossa – vaikeimmin työllistyvät nuoret palvelujärjestelmässä – selvitys. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu, A: Tutkimuksia ja raportteja, Research Reports 100.
- Myrskylä, P. 2012. Alueellisten työmarkkinoiden muutos. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys. 1/2012.
- Pohjola, A. 2009. Nuorisotyön ja sosiaalityön rajapinnalla. Teoksessa Raitakari, Suvi & Virokanas, Elina (toim.): *Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät.* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, Julkaisuja 96. 21-40.
- Pyykkönen, J. & Myrskylä, P. & Haavisto, I. & Hiilamo, H. & Nord, U. 2017. Kadonneet työmiehet. EVA Analyysi No 54. 16.2.2017. http://www.eva.fi/wp-content/uploads/2017/02/no_54.pdf
- Tuuva-Hongisto, S. & Pöysä, V. & Armila, P. 2016. Syrjäkylien nuoret – unohdetut kuntalaiset? Helsinki: Kaks – Kunnallisan alan kehittämissätiö. Tutkimus.

KÄYTTÄJÄKESKEISYYS DIGILOIKAN KOMPASSINA SOTE-ALALLA

Timo Hantunen

Suomi100-juhluvuotta riemuitsevaa valtakuntaa puhuttaa parhaillaan suunnitteilla oleva sote-uudistus, jossa koko julkinen sosiaali- ja terveydenhuolto on tarkoitus uudistaa 1.1.2020 mennessä, jolloin sote-palveluiden järjestämisvastuu siirtyy uusille maakunnille. Sote-uudistuksen avulla pyritään supistamaan kestävyysvajetta kolmen miljardin euron verran. Säästöjen toteutumista tavoitellaan vuoteen 2029 mennessä. (Hallitusohjelma 2015.)

Hallituksen vuoden 2015 lopulla julkistamassa virkamiesselvityksessä sote-uudistuksen säästömekanismeista suuri huomio on kiinnitetty digitalisaation tuomiin mahdollisuuksiin. Selvityksessä arvioidaan, että noin puolet sosiaali- ja terveydenhuollon tuottavuuden kehitysmahdollisuuksista perustuu digitalisaatioon. (STM 2015.) Tulevaisuuden sähköisiin palveluihin ladataan kovia odotuksia myös sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2014 julkaisemassa Sote-tieto hyötykäyttöön -strategia 2020:ssä, jonka mukaan sähköisillä palveluilla ja uusilla toimintamalleilla on merkittävä osuus sote-uudistuksen tavoitteisiin pääsemisessä.

Tulevaisuudessa on siis odotettavissa paljon uusia digitaalisia palveluita ja uusia toimintamalleja. Puhutaan digiloikasta, jonka ennakoidaan tuovan valtakunnallisesti merkittäviä hyötyjä. Ikävä kyllä sote-alan sähköisten palvelujen ja järjestelmien tämänhetkinen tilanne ei tarjoa kovin hedelmällistä maaperää uusille digitaalisille palveluille ja halutuille säästöille. Sote-alan järjestelmien käytettävyys on todettu huonoksi monissa tutkimuksissa (Viitanen ym. 2011; Nykänen ym. 2012; Kaipio ym. 2017).

Huolestuttavinta on, että nämä ongelmat ovat olleet tiedossa jo pitkään. Tästä huolimatta järjestelmiä ei ole saatu käyttäjiä paremmin palveleviksi esimerkiksi vuosina 2010–2014. (Kaipio ym. 2017). Kurssin oikaisemiseen ratkaisuja ovat antaneet mm. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuspäällikkö Hannele Hyppönen sekä Aalto-yliopiston tutkija Johanna Kaipio. He ovat puheenvuoroissaan kuuluttaneet käyttäjakeskeisen toimintakulttuurin perään sekä käytettävyysasiantuntijoiden mukaan ottamista järjestelmien suunnitteluun. (THL 2017; Soininen 2017).

ARKIPSYKOLOGIAN SUDENKUOPAT

Käyttäjakeskeisen toimintakulttuurin luominen on monella tapaa haasteellista. Käyttäjakeskeisen toimintakulttuurin luominen sähköisien palveluiden ja järjestelmien suunnitteluun vaatii ymmärrystä käyttäjästä sekä käyttäjän toiminnasta. Käyttäjän ymmärtäminen ei ole kuitenkaan yksinkertainen asia. Usein käyttäjän tarkastelun lähtökohtana digitaalisten



palveluiden suunnittelussa on arkipsykologia. Arkipsykologia tarkoittaa, että käyttäjän toiminnasta tehdään huomioita ilman ihmistieteellistä koulutusta. Arkipsykologian käyttö johtuu usein siitä, että teknisen koulutuksen pohjalta joudutaan miettimään ihmisen toimintaa. (Oulasvirta 2011.)

Arkipsykologiaan perustuva käytettävyys- ja suunnitteluosaaminen ei ole riskitön suunnittelutapa. Arkipsykologia perustuu usein yhden ihmisen omiin kokemuksiin, kuinka ihmiset toimivat, jolloin tarkastelussa ei tule huomioon monet jo pitkään tunnetut ihmistä koskevat tieteelliset näkökulmat, kuten mm. alitajunta ja neuraalinen tarkastelunäkökulma. (Oulasvirta 2011.) Esimerkiksi on tutkittu, että kohteen erottaminen taustasta perustuu alitajuntaisesti opittuihin asioihin (Shiffrin 1988). Käyttöliittymäsuunnittelusta tulee näin ollen helposti sattumanvaraista, koska kohteen erottamisen analyysi perustuu suunnittelijan osalta alitajuntaisesti opittuihin asioihin. Oulasvirta (2011) toteaa, että suuri ongelma arkipsykologiaan perustuvassa suunnittelussa on, että käyttöliittymäsuunnittelu on liian usein epämääräisiin intuitioihin perustuvaa sekä psykologian lainmukaisuudet jätetään suunnittelussa tyystin käyttämättä.

KÄYTTÄYTYMISTIETEIDEN ASiantuntijat

Aiheeseen ottaa kantaa myös Kalifornian yliopiston kognitiotieteen emeritusprofessori Don Norman. Ihmiskunnan ja teknologisen kehityksen ansoista suunnittelijoista on tullut nykyään käyttäytymistieteiden asiantuntijoita. Normanin (2010) mukaan nykypäivän suunnit-

telijat ja insinöörit ovat kuitenkin alakoulutettuja toimimaan kyseisen alan asiantuntijoina. Norman (2010) kertoo suunnittelijoiden pahimpana virheenä käyttäytymis- ja kognitiotieteiden näkökulmasta olevan, että he luulevat tietävänsä asioita, joita eivät oikeasti tiedä.

Suunnittelijat usein näkevät käyttäjät haluamallaan tavalla, eivätkä näe heitä sellaisina kuin käyttäjät todellisuudessa ovat. Ihmisen toiminta ei kuitenkaan ole aina rationaalista, vaan ihmisen käyttäytyminen on erittäin kontekstuaalista. Käyttäytymistä ohjaavat emotionaaliset ja kognitiiviset prosessit, jotka suurilta osin ovat alitajuntaisia. Norman (2010) näkee uuden ihmiskeskeisen suunnittelutaidon puutteen niin suurena, että hän ehdottaa täysin uuden suunnittelijakoulutuksen perustamista, joka sisältää mm. kognitiotiedettä, neuropsykologiaa, sosiologiaa, tilastotieteitä ja ohjelmointia. (Norman 2010.)

Ihmisen käyttäytymistä ja toimintaa on tutkittu jo pitkään, ja onkin hämmästyttävää, kuinka vähän tätä tietoa käytetään sote-alan sähköisten palveluiden ja järjestelmien suunnittelussa. Nykyiset ohjelmat ja järjestelmät sisältävät paljon suunnitteluvirheitä, jotka olisi voitu välttää pelkällä kognitiotieteen ja neuropsykologian asiantuntemuksella. Ohjelmat eivät tue ihmisen kognitiivisia vinoumia, järjestelmät rasittavat turhaan käyttäjien muistia ja käyttäjän huomiota käyttöliittymissä ohjataan väärin kohtiin.

DigiSote-hankkeessa on pyritty hyödyntämään laajasti olemassa olevaa tutkimustietoa.



Itä-Savon sairaanhoitopiirin lasten ja nuorten palveluluukun sähköisen yhteydenottokanavan suunnittelussa on hyödynnetty mm. Bargas-Avilan ym. (2010) ja Secklerin ym. (2014) tutkimuksia. Bargas-Avila ym. (2010) on tehnyt laajan kirjallisuuskatsauksen eri sähköisten yhteystietolomakkeiden käytettävyydestä tutkimuksista lopputuloksenaan 20 kohdan vaatimustietolomakkeille. DigiSote-hankkeen aikana eri teknologioiden käyttöönottoissa on hyödynnetty Rogersin (2003) innovaation leviämisteoriaa ja Venkateshin ym. (2003) teknologian hyväksymismallia. Rogersin (2003) ja Venkateshin ym. (2003) teorit ovat hyvin tunnettuja ja niitä on käytetty hyödyksi monissa tutkimuksissa sote-alalla (Tung ym. 2008; Pelletier ym. 2011; Vanneste ym. 2013; Kim ym. 2016).

MITÄ KÄYTTÄJÄ OIKEASTI AJATTELEE?

Käyttäjakeskeisten digitaalisten palveluiden suunnitteleminen vaatii ymmärrystä käyttäjän mentaalimalleista. Mentaalimallit ovat HCI-alan (Human-Computer Interaction) eli ihmisen ja tietokoneen vuorovaikutusta tarkastelevan alan yksi tärkeimmistä käsitteistä, koska käyttäjän toiminta perustuu hänen omiin mentaalimalleihinsa. Nielsenin (2010) mukaan mentaalimalli tarkoittaa käyttäjän ajatuksissa olevaa mallia, kuinka hän kuvittelee järjestelmän tai ohjelman toimivan. Nielsen toteaa suunnittelijan ensisijaisen tehtävän olevan käyttäjäliittymän suunnittelun, jotta käyttäjä voi muodostaa tarpeeksi tarkkoja ja hyödyllisiä mentaalimalleja järjestelmästä.

Nielsenin (2010) mukaan yksi käytettävyyden suurimmista surmanloukuista on käyttäjien ja suunnittelijoiden mentaalimallien välinen ero. Suunnittelijoilla on paljon tietoa eri teknisistä ratkaisuista, joiden pohjalle heidän oma mentaalimallinsa on rakentunut. Tämä luo illuusion suunnittelijalle kuvitella, että heidän suunnittelemansa ohjelmat ja järjestelmät ovat helppokäyttöisiä. Käyttäjien mentaalimallit ovat kuitenkin usein erilaisia ja vajavaisia verrattuna suunnittelijoiden mentaalimalleihin, minkä vuoksi käyttäjät tekevät virheitä käyttäessään eri ohjelmia ja järjestelmiä sekä kokevat käyttäjäliittymät vaikeiksi. (Nielsen 2010.)

Osallistuessani DigiSote-hankkeen aikana moniin eri sote-alan seminaareihin ja konferensseihin olen kuullut suunnittelijoilta liian monta kertaa, että mikäli sote-alan työntekijät käyttäisivät sähköisiä järjestelmiä oikein ja oikealla tavalla järjestelmät toimisivat kunnolla. Tässä mentaalimallien ero näkyikin. Liian usein suunnittelija pakottaa käyttäjää muuttamaan mentaalimalliaan suunnittelijan mentaalimallin suuntaan. Liian usein suunnittelija turvautuu suunnittelussa pelkästään omaan mentaalimalliin eikä perusta suunnitteluaan käyttäjien mentaalimalleihin. Suunnittelijaa ei ole palkattu suunnittelemaan palveluita, jotka tukevat parhaiten hänen omia mentaalimallejaan, vaan hänet on palkattu suunnittelemaan palveluita, jotka tukevat parhaiten käyttäjien mentaalimalleja.

Kuinka suunnittelija sitten voi saada selville käyttäjien mentaalimallit? Tekemällä heille luotettavia käyttäjä- sekä käytettävyydestä tutkimuksia. Onnistuneiden ja luotettavien tutkimusten tekeminen vaatii tutkimusosaamista sekä ymmärrystä ihmisen käyttäytymisestä. DigiSote-hankkeessa ongelma mentaalimallien eroista on tiedostettu ja hyödynnetty käyttäjä tutkimuksia Itä-Savon sairaanhoitopiirin lasten ja nuorten palveluluukun sähköisen

yhteydenottokanavan suunnittelussa sekä hoitopolkujen visualisoinnissa. Käyttäjätutkimuksissa koehenkilöinä on ollut sote-alan henkilökuntaa sekä palveluluukun mahdollisia asiakkaita, jotta DigiSote-hankkeessa tuotetut ratkaisut tukevat mahdollisimman laajasti tulevien käyttäjien ajatuksia ja odotuksia.

DIGILOIKAN SUUNTA

Sote-uudistuksen säästöjen toteutumisen tuomat paineet uusille digitaalisille palveluille pakottavat sote-alaa muuttumaan asiakas- ja käyttäjäkeskeisemmäksi. Tämän muutoksen toteuttamiseen tarvitaan sote-alalle uutta osaamista ja näkökulmaa. Oikeasti käyttäjäystävällisiä palveluita tuottaakseen tarvitaan suunnitteluun mukaan käyttäjiä, mutta suunnitteluun tarvitaan ennen kaikkea myös ammattilaisia, jotka oikeasti ja luotettavasti osaavat analysoida käyttäjiä ja käyttäjien toimintaa. Kognitiotieteen ja neuropsykologian näkökulman käyttämättä jättämisen tulevien sote-alan sähköisten palveluiden ja järjestelmien suunnittelussa sekä epämääräisiin intuitioihin perustuvan arkipsykologiaan turvaantumisen vaarana on, että käyttäjäkeskeisyys uusissa digitaalisissa palveluissa jää haaveeksi. Tutkimustietoa hyödyntämällä ja eri osapuolien käyttäjäkokemuksia hyödyntämällä digi ei loikkaa ojasta allikkoon.

LÄHTEET

Bargas-Avila, J.A., Brenzikofer, O., Roth, S.P., Tuch, A.N., Orsini, S. & Opwis, K. 2010. Simple but crucial user interfaces in the world wide web: Introducing 20 guidelines for usable web form design. Teoksessa R. Matrai (toim.) User Interfaces. InTech.

Hallitusohjelma. 2015. Ratkaisujen Suomi – Pääministeri Juha Sipilän hallituksen strateginen ohjelma. Hallituksen julkaisusarja 10/2015.

Kaipio, J., Lääveri, T., Hyppönen, H., Vainiomäki, S., Reponen, J., Kushniruk, A., Sorycki, E. & Vänskä, J. 2017. Usability problems do not heal by themselves: National survey on physicians' experiences with EHRs in Finland. *International Journal of Medical Informatics* 97, 266–281.

Kim, S., Lee, K.H., Hwang, H. & Yoo, S. 2016. Analysis of the factors influencing healthcare professionals' adoption of mobile electronic medical record (EMR) using the unified theory of acceptance and use of technology (UTAUT) in a tertiary hospital. *BMC Medical Informatics and Decision Making* 16, 12.

Nielsen, J. 2010. Mental models. Saatavissa: www.nngroup.com/articles/mental-models [viitattu 26.10.2017].

Norman, D. 2010. Why design education must change. Core 77. Saatavissa <http://www.core77.com/posts/17993/why-design-education-must-change-17993> [viitattu 30.10.2017].

Nykänen, P., Kaipio, J. & Kuusisto A. 2012. Evaluation of the national nursing model and four nursing documentation systems in Finland—lessons learned and directions for the future. *International Journal of Medical Informatics* 81, 507–520.

Oulasvirta, A. 2011. *Ihmisen ja tietokoneen vuorovaikutus*. Helsinki: Gaudeamus.

Pelletier, A.C., Jethwani, K., Bello, H., Kvedar, J. & Grant, R.W. 2011. Implementing a web-based home monitoring system within an academic health care network: barriers and facilitators to innovation diffusion. *Journal of Diabetes Science and Technology* 5, 32–38.

Rogers, E. 2003. *Diffusion of innovation*. New York: Free Press.

Seckler, M., Heinz, S., Bargas-Avila, J.A., Opwis, K. & Tuch, A.N. 2014. Designing usable web forms – empirical evaluation of web form improvement guidelines. *Proceedings of the 2014 annual conference on Human factors in computing systems*, 1275–1284.

Shiffrin, R.M. 1988. Attention. Teoksessa R.C. Atkinson, R.J. Herrnstein, G. Lindzey & R.D. Luce (toim.). *Steven's handbook of experimental psychology, Volume 2: Learning and Cognition*. New York: Wiley, 739–811.

Soininen, M. 2017. Miksi potilastietojärjestelmien käytettävyys ei parane? *Lääkärilehti* 3/2017, 100.

STM. 2014. *Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena - Sote-tieto hyötykäyttöön -strategia 2020*. Tampere: STM.

STM. 2015. *Sote-uudistuksen säästömekanismit – alustava virkamiesselvitys*. Saatavissa: <http://vnk.fi/documents/10616/1865308/Arvio+sote-uudistuksen+s%C3%A4%C3%A4st%C3%B6ist%C3%A4+ja+s%C3%A4%C3%A4st%C3%B6mekanismeista.pdf/c5c53712-7b8c-4bae-aa62-3d8953f73d3a> [Viitattu 26.10.2017].

THL. 2017. Tiedote: Sähköiset sote-palvelut onnistuvat vain toimintaa muuttamalla. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/-/sahkoiset-sote-palvelut-onnistuvat-vain-toimintaa-muuttamalla> [viitattu 26.10.2017].

Tung, F.C., Chang, S.C. & Chou, C.M. 2008. An extension of trust and TAM model with IDT in the adoption of the electronic logistics information system in HIS in the medical industry. *International Journal of Medical Informatics* 77, 324–335.

Vanneste, D., Vermuelen, B. & Declercq, A. 2013. Healthcare professionals' acceptance of BelRAI, a web-based system enabling person-centred recording and data sharing across care settings with interRAI instruments: a UTAUT analysis. *BMC Medical Informatics and Decision Making* 13, 129.

Venkatesh, V., Morris, M.G., Davis G.B., Davis, F.D. 2003. User acceptance of information technology: Toward a unified view. *Management Information Systems Quarterly* 27, 425–278.

Viitanen, J., Hyppönen, H., Lääveri, T., Vänskä, J., Reponen, J. & Winblad, I. 2011. National questionnaire study on clinical ICT systems proofs: physicians suffer from poor usability. *International Journal of Medical Informatics* 80, 708–725.

Hyvinvointivaikutukset ja niiden todentaminen



TEKNOLOGIAN TODELLINEN VAIKUTTAVUUS AKTIIVISUUDEN JA TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ

Arto Pesola ja Viljo Kuuluvainen

Internetpohjaiset interventiot ovat koostuneet tyypillisesti sähköpostein lähetetyistä viesteistä, verkkopohjaisista portaaleista kuten chat-huoneista, joissa osallistujat voivat kysyä kysymyksiä, tai näiden yhdistelmästä. Internetin välityksellä tarjottava sisältö poistaa tyypillisiä esteitä, kuten matkustamisen ja lisääntyneen ajankäytön, joita kasvokkain toteutetut interventiot väistämättä kohtaavat. Viestien sisältöä automaattisesti personoimalla osallistumisesta voidaan tehdä yksilöllä mielenkiintoisempaa ja hänen elämäntilanteeseensa relevantimpaa. Sisällöt ovat myös saavutettavissa ajasta ja paikasta riippumatta, mikä tekee osallistumisesta vaivattomampaa ja pitää kustannukset alhaisina.

Internetin välityksellä toteutettavien interventioiden on havaittu olevan vain vähän, tosin tilastollisesti merkitsevästi, tehokkaita lisäämään fyysistä aktiivisuutta ainakin lyhyellä aikavälillä (Davies ym. 2012). Sen sijaan pitkäaikaisesta vaikuttavuudesta on vain vähän näyttöä. On kuitenkin huomattavaa että internetin välityksellä toteutettujen interventioiden on havaittu olevan yhtä tehokkaita kasvokkain toteutettuihin interventioihin verrattuna, huolimatta internetvälitteisten interventioiden alhaisemmista kustannuksista (Joseph ym. 2014). Osallistujien lähtötason huomiointi, intervention koulutukselliset komponentit, suurempi kontaktien määrä ja perustuminen käyttäytymismuutosteorioihin lisäsivät vaikuttavuutta (Davies ym. 2012; Vandelandotte ym. 2007).

SOSIAALISESSA MEDIASSA ON SAMASSA LÄHTÖTILANTEESSA OLEVIA KAVEREITA

Sosiaalisen median yleistyttyä siitä on tullut useille paikka hakea räätälöityä ja omiin mielityksiin vastaavaa terveydenedistämisisältöä. Tyypillisesti interventioissa koehenkilöille on muodostettu yksityisiä ryhmiä, joissa he voivat jakaa keskenään ja jossa tutkijat voivat jakaa ryhmän henkilöiden taustaan sopivaa tietoa terveyden edistämisestä. Sosiaalisen median kautta toteutettujen interventioiden on osoitettu olevan tehokkaita muuttamaan sosiaalisia normeja ja lisäämään fyysiseen aktiivisuuteen osallistumista jopa 45% (Nakhasi ym. 2014). Keskimäärin sosiaalisen median kautta toteutetut interventiot ovat kuitenkin tehokkuudeltaan vähäisiä tai keskitasolla (Maher ym. 2014).

Sosiaalisen median interventioilla on iso potentiaali, koska sisältö voidaan helposti räätälöidä yksilöiden tarpeisiin ja tarjolla on sosiaalinen tukiryhmä. Nämä asiat ovat tärkeitä vaikuttavuuden lisäämisessä. Tyypillisesti koehenkilöiden osallistuminen on kuitenkin

vähäistä, eivätkä useimmat interventioista perustu käyttäytymismuutosteorioille. Interventioiden on todettu olevan sitä tehokkaampia, mitä enemmän koehenkilöt saadaan altistettua sisällölle, mitä enemmän koehenkilöt voivat osallistua intervention toteuttamiseen esimerkiksi keskustelemalla keskenään, sekä siihen, kuinka pitkään koehenkilöt pysyvät mukana ohjelmassa (Maher ym. 2014).

Käyttäytymismuutosteorioiden perusteella henkilöille räätälöidyt sisällöt ovat tuoneet parempia tuloksia painonpudotukseen tähdänneissä sosiaalisen median interventioissa kuin ilman teoriataustaa toteutetut interventiot (Khaylis ym. 2010). Vaikuttavuutta voidaan lisätä myös esimerkiksi muodostamalla ryhmät ihmisistä, jotka tuntevat toisensa etukäteen. Tällöin interventiossa voidaan luoda esimerkiksi ystävällismielisiä kilpailuja, jotka eivät onnistuisi ventovieraiden kanssa. Lisäksi pienelläkin intervention tavoitteiden suuntaisten toimenpiteiden pelillistämällä esimerkiksi palkitseminen kautta saadaan osallistumista lisättyä. (Gao 2017.)

PUETTAVA TEKNOLOGIA JA MOBIILIAPPLIKAATIOT TUOVAT TERVEYDEN EDISTÄMISEN IHOLLE

Nykyiset älypuhelimet kulkevat ihmisten mukana arjen askareissa ja sisältävät valtavan määrän sensoreita joilla esimerkiksi päivittäistä aktiivisuutta voidaan mitata. Tämä yhdistelmä on mahdollistanut tuhansien hyvinvoinnin lisäämiseen tähtäävien applikaatioiden kehittämisen. Puettava teknologia käsittää laajan kattauksen erilaisia mukana kannettavia ja päälle puettavia, hyvinvoinnin mittaamiseen tarkoitettuja laitteita. Usein puettava teknologia on yhteydessä älypuhelimien applikaatioon, johon tieto kerätään ja jonka kautta käyttäjä saa syvällisemmän palautteen käyttäytymisestään kuin pelkästään esimerkiksi aktiivisuusmittarin ruudulta. Siksi puettavan teknologian sisällöt ovat usein hyvin saman tyyppisiä kuin mobiiliapplikaatioissa.

Puettavan teknologian etuna on mahdollisuus pitää laitteita päällä pidempiä aikoja ja tilanteissa, joissa älypuhelin ei voi pitää mukana, kuten uudessa tai harjoittelussa. Lisäksi puettavalla teknologialla päästään tyypillisesti parempaan tarkkuuteen esimerkiksi aktiivisuuden tai unen mittaamisessa, koska sitä kannetaan jatkuvasti mukana ja pitopaikka on määrätty esimerkiksi ranteeseen. Puhelin voi olla milloin missäkin, pöydällä tai repussa.

Tyypillisesti puettavan teknologian ja mobiiliapplikaatioiden lähtökohta on terveyskäyttäytymisen itsemonitorointi. Applikaatioilla ja sensoreilla voi esimerkiksi seurata aktiivisuuden, unen tai vaikka leposykkeen muutoksia eri päivien tai vuodenaikojen välillä. Eri applikaatioiden datan yhdistäminen auttaa tekemään johtopäätöksiä esimerkiksi aktiivisuuden tai nukkumaanmenoajan yhteyksistä unen laatuun, mikä voi lisätä motivaatiota terveellisten valintojen tekemiseen. Itsemonitorointi onkin yksi laajalti käytetty ja tehokkaaksi todettu tekniikka elämäntapamuutoksessa. Muita tyypillisiä käyttäytymismuutokseen kannustavia sisältöjä ovat tavoitteenasettelu, palkitseminen, muistutukset sekä sosiaalinen yhteisö ja esimerkiksi kisat muiden käyttäjien kanssa (Sullivan & Lachman 2017).

Puettavan teknologian on havaittu olevan tehokas lisäämään aktiivisuutta ainakin lyhytaikaisesti (Sullivan & Lachman 2017). Erityisen tärkeänä komponenttina on laitteen



Kuva: Gredi

antama palaute käyttäytymisestä (Thompson ym. 2014). Eräässä tutkimuksessa puettavaa teknologiaa käyttäneellä ryhmällä painonpudotustulos oli kuitenkin heikompi kontrolliryhmään verrattuna. Tämä saattoi tutkijoiden mukaan johtua teknologian antamista jatkuvista muistutuksista tavoitteeseen pyrittäessä, mikä oli omiaan heikentämään motivaatiota niillä, jotka eivät päässeet tavoitteisiin (Jakicic ym. 2016). On siis tärkeää huomioida yksilöllisyys ja välttää käyttäjän ylikuormittamista sisällöillä, jotka eivät kannusta saavutettaviin muutoksiin.

Huolimatta mobiiliapplikaatioiden ja puettavan teknologian hyödyistä, innostus niiden käyttöön hiipuu nopeasti. Vähintään joka kolmas käyttäjä hylkää puettavan teknologian ensimmäisen 4–6 kuukauden aikana (Ledger & McCaffrey 2014). Yksilöt jotka todennäköisimmin lopettavat käytön, ovat juuri niitä, jotka tarvitsisivat interventiota eniten. Silti puettava teknologia ja mobiiliapplikaatiot antavat loputtomat mahdollisuudet hyvinvoinnin edistämiseen motivoiden ja yksilölliset lähtökohdat huomioiden.

AKTIIVISET VIDEOPELIT, VIRTUAALITODELLISUUS JA LISÄTTY TODELLISUUS VOIVAT TEHDÄ TERVEELLISEN ELÄMÄN TAVOITTELUSTA HAUSKAA JA ELÄMYKSELLISTÄ

Aktiiviset videopelit, kuten Nintendo Wii, vaativat käyttäjältä aktiivisuutta. Erityisen mielenkiintoiseksi aktiiviset videopelit tekee käyttäytymisen muutoksen kannalta se, että peleillä on mahdollista saavuttaa tietokoneista ja konsolipeleistä kiinnostunut ryhmä, jolla on suuri potentiaali hyötyä aktiivisuuden lisäämisestä ja istumisen vähentämisestä. Aktiivisten videopelien tai muiden terveyden edistämisen työkalujen ympäristöistä voi virtuaalitodellisuuden avulla tehdä normaalia elämyksellisempiä, esimerkiksi polkemalla

kuntopyörällä Ranskan ympäriajoa virtuaalitodellisuuslasit päässä. Lisätyn todellisuuden teknologiat mahdollistavat sisältöjen luomisen normaalin elämän ympäristöjen päälle, kuten Pokemonin kiinni ottaminen paikallisessa puistossa omalta ruudulta. Terveiden edistämiseksi nämä teknologiat tarjoavat valtavia mahdollisuuksia.

Aktiivisilla videopeleillä voidaan saavuttaa akuutteja terveyshyötyjä passiivisiin peleihin verrattuna, mutta normaaliin liikuntaan verrattuna niistä ei ole lisähyötyä (Gao ym. 2015). Laboratoriotutkimusten perusteella pelien pelaaminen nostaa energiankulutusta jopa seitsenkertaiseksi lepoenergiankulutukseen verrattuna, mikä luokitellaan tehokkaaksi liikunnaksi (Bailey & McInnis 2011). Tyypillisesti intensiteetti jää kuitenkin kevyelle tai keskitasolle riippuen pelin vaatimasta intensiteetistä ja käytettävistä lihasryhmistä (Graves ym. 2008). On kiinnostavaa, että pelaamisesta nauttivat eniten ne lapset, joiden painoindeksi on korkea (Bailey & McInnis, 2011).

Pidemmällä aikavälillä aktiivisten videopelien on havaittu joidenkin tutkimusten mukaan mm. kasvattavan kuntoa (Bethea ym. 2012) ja olevan normaaleja käytäntöjä tehokkaampi työkalu tasapainon edistämiseksi (Rendon ym. 2012; Staiano & Flynn 2014) ja vähintään yhtä hyvä työkalu fyysisen toimintakyvyn edistämiseksi kuntoutuksessa (Zeng ym. 2017). Kaikissa tutkimuksissa aktiivisilla videopeleillä ei ole kuitenkaan onnistuttu lisäämään aktiivisuutta (Baranowski ym. 2012). Lisäksi, kuten missä tahansa muussakin interventiossa, kiinnostus pelaamista kohtaan laskee ajan myötä (Duncan & Staples, 2010).

Joidenkin tutkimusten esiin nostama pelien tarjoama sosiaalisuus, uusien taitojen opettelu, innostus ja välittömien palkintojen sekä kavereiden hyväksynnän saanti voi kuitenkin parhaimmillaan antaa valmiudet fyysisesti aktiivisempaan elämään myös pelaamisen ulkopuolella. Onnistumisen varmistamiseksi on tärkeää opettaa pelaamista ja kertoa sen tarjoamista hyödyistä osallistujille sekä kommunikoida pelaamisen tai koko intervention tavoitteet selkeästi osallistujille. Pelkkä pelin pelaaminen ei siis riitä vaikuttavuuden aikaansaamiseksi.

Aktiivisilla videopeleillä on saavutettu lupaavia tuloksia erityisryhmien kuntoutuksessa. Pelaamisen on havaittu ainakin alustavien tutkimusten mukaan parantavan keuhonhallintaa ja motorista toimintakykyä (Jelsma ym. 2014; Page ym. 2017). Virtuaalitodellisuussovelluksilla on onnistuttu parantamaan aivohalvauspotilaiden, Parkinson-potilaiden sekä CP-vammaisten ylä- ja alavartalon toimintakykyä ja tasapainoa (Arias ym. 2012; McEwen ym. 2014; Saposnik ym. 2016). Vaikuttavuus on ollut vähintään yhtä hyvää tai hieman parempaa tavanomaisiin kuntoutustoimenpiteisiin verrattuna.

Vaikuttavuus perustunee osaltaan siihen, että virtuaalitodellisuus mahdollistaa kuntoutuksen kannalta merkityksellisten toimintamallien toistamista intensiivisesti sekä mahdollistaa pelillisen ja mukaansatempaavan kuntoutusympäristön luomisen. Virtuaalitodellisuus mahdollistaa kuntoutuksen tekemisen ulkoisen, ei pelkästään sisäisen palautteen perusteella. Tämä tarkoittaa sitä, että tavanomaisessa terapiassa potilasta saatetaan pyytää esimerkiksi ottamaan pidempi askel vasemmalla jalalla. Tällöin pidemmän askeleen ottaminen on itsenäinen tietoinen prosessi. Virtuaalitodellisuuden avulla pystytään luomaan ympäristö, jossa vasemmalla jalalla pidemmän askeleen ottaminen on reaktio ympäristöön, eikä pyyntöön ottaa pidempi askel, jolloin suoritus on todenmukaisempi.

Virtuaalitodellisuutta on käytetty hyödyksi myös psykologisessa kuntoutuksessa lähinnä erilaisten pelkotilojen tai stressin hoidossa ja alustavat tulokset ovat hyviä (Cipresso ym. 2014; Morina ym. 2015; Powers & Emmelkamp 2008). Virtuaalitodellisuuden avulla terapeutti pystyy luomaan kontrolloidusti pelkotiloja aiheuttavan ympäristön, mutta muuttamaan eri elementtien määrää ja laatua ja kehittämään näin terapian aikana emotionaalisia taitoja vaikeissa tilanteissa selviytymiseksi. Samaa periaatetta voi käyttää hyväksi myös fyysisen aktiivisuuden ja terveystyökalujen edistämiseksi ja vaikeisiin tilanteisiin valmistautumisessa. Vastaavasti virtuaalitodellisuutta voi käyttää taitojen opettamisessa ja mielikuvaharjoittelussa, mikä valmistaa todellisen suorituksen toteuttamiseen.

MITEN HYVINVOINTITEKNOLOGIAN VAIKUTTAVUUTTA VOI PARANTAA?

Erilaiset hyvinvointitekniikat tarjoavat valtavat mahdollisuudet terveyden edistämiseen. Usein niiden puutteena mainitaan kuitenkin se, että ne eivät juurikaan sisällä toimintatapoja, joiden on todettu olevan kaikista tehokkaimpia pitkäaikaisten elämäntapamuutosten toteuttamisessa. Näitä menetelmiä voivat olla esimerkiksi virheellisten käsitysten muokkaaminen, positiivisen asenteen ja tunteiden luominen terveyden edistämistä kohtaan, käyttäytymisen suunnittelu, negatiivisten asenteiden käsittely ja muuttaminen, ympäristön muuttaminen terveyttä edistävää käyttäytymistä tukevaksi ja esteiden tunnistaminen, niihin varautuminen ja esteiden ylittämisen suunnittelu etukäteen (Sullivan & Lachman 2017).

Näillä menetelmillä yksilö voi oppia tunnistamaan, miten hänen sisäiset ajatuksensa muokkaavat terveellisiä, päivittäisiä valintoja. Koettu minäpystyvyyden tunne on tässä keskeinen. Ihmisen täytyy siis kokea pysyvänsä toteuttamaan haluttu käyttäytyminen, mikä todennäköisemmin johtaa käyttäytymiseen. Mitään näistä komponenteista ei kuitenkaan tyypillisesti ole huomioitu hyvinvointitekniikassa, vaan keskiössä on todellisen käyttäytymisen mittaaminen ja ulkoisen motivaation ruokkiminen esimerkiksi palkinnoilla, ei koetun pätevyyden tai positiivisten uskomusten edistäminen.

Hyvinvointitekniikan vaikuttavuutta voi parantaa useilla tavoilla. Monet tekijät liittyvät tekniikan käytettävyyteen ja sen tarjoamiin sisältöihin. Hyvin monet tekijät ovat hyvin yksinkertaisia ja tekniikasta riippumattomia. Käyttöön oton koulutus, käyttöön kannustaminen, asiantuntijapalautteen lisääminen ja vertaisten tuki ovat esimerkkejä toimintamalleista, jotka parantavat vaikuttavuutta vaikka itse tekniikassa ei tapahtuisi muutoksia.

Hyvinvointitekniikan kehitys on huimaa. Terveyden edistämisen näkökulmasta hyvinvointitekniikan sisältö ja niiden tutkimus on vasta alussa. Muutaman vuoden päästä hyvinvointitekniikka on yhä tärkeämpi osa terveyden edistämisen toimintaa. Keskeistä on huomioida yksilön elämäntilanne, hänen tarpeensa, mieltymyksensä sekä minäpystyvyyden kehittäminen ja taitojen opettelu oman käyttäytymisen ohjaamiseen. Hyvinvointitekniikalla noihin tavoitteisiin on mahdollista päästä, mutta se edellyttää askeleen ottamista pelkästä mittaamisesta tai ulkoisista palkinnoista eteenpäin. Vain siten hyvinvointitekniikka voi saavuttaa potentiaalinsa pitkäaikaisten elämäntapamuutosten toteuttamisessa ja lunastaa paikkansa ennaltaehkäisevän terveyden edistämisen työkaluna jota ei voi sivuuttaa.



Kuva: Credi

LÄHTEET

- Arias, P., Robles-García, V., Sanmartín, G., Flores, J. & Cudeiro, J. 2012. Virtual reality as a tool for evaluation of repetitive rhythmic movements in the elderly and parkinson's disease patients. *PLoS ONE*, 7(1), e30021.
- Bailey, B.W. & McInnis, K. 2011. Energy cost of exergaming. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 165(7), 597. Saatavissa: <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.15> [Luettu 30.10.17]
- Baranowski, T., Abdelsamad, D., Baranowski, J., O'Connor, T.M., Thompson, D., Barnett, A., Chen, T.-A. 2012. Impact of an active video game on healthy children's physical activity. *Pediatrics*, 129(3), e636-e642.
- Bethea, T.C., Berry, D., Maloney, A.E. & Sikich, L. 2012. Pilot study of an active screen time game correlates with improved physical fitness in minority elementary school youth. *Games for Health Journal*, 1(1), 29–36.
- Cipresso, P., Serino, S., Pedroli, E., Gaggioli, A. & Riva, G. 2014. A virtual reality platform for assessment and rehabilitation of neglect using a kinect. *Studies in Health Technology and Informatics*, 196, 66–68.
- Davies, C.A., Spence, J.C., Vandelanotte, C., Caperchione, C.M. & Mummery, W. 2012. Meta-analysis of internet-delivered interventions to increase physical activity levels. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 52.
- Duncan, M. & Staples, V. 2010. The impact of a school-based active video game play intervention on children's physical activity during recess. *Human Movement*, 11(1), 95–99.
- Gao, Z. 2017. *Technology in physical activity and health promotion*. Taylor and Francis.
- Gao, Z., Chen, S., Pasco, D. & Pope, Z. 2015. A meta-analysis of active video games on health outcomes among children and adolescents. *Obesity Reviews*, 16(9), 783–794.
- Graves, L., Stratton, G., Ridgers, N.D. & Cable, N. T. 2008. Energy expenditure in adolescents playing new generation computer games. *British Journal of Sports Medicine*, 42(7), 592–4.
- Jakicic, J.M., Davis, K.K., Rogers, R.J., King, W.C., Marcus, M.D., Helsel, D., Belle, S.H. (2016). Effect of wearable technology combined with a lifestyle intervention on long-term weight loss. *JAMA*, 316(11), 1161.
- Jelsma, D., Geuze, R.H., Mombarg, R. & Smits-Engelsman, B.C.M. 2014. The impact of Wii Fit intervention on dynamic balance control in children with probable Developmental Coordination Disorder and balance problems. *Human Movement Science*, 33, 404–418.
- Joseph, R.P., Durant, N.H., Benitez, T.J. & Pekmezi, D. W. 2014. Internet-based physical activity interventions. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 8(1), 42–67.
- Khaylis, A., Yiaslas, T., Bergstrom, J. & Gore-Felton, C. 2010. A review of efficacious technology-based weight-loss interventions: Five key components. *Telemedicine and E-Health*, 16(9), 931–938.

- Maher, C.A., Lewis, L.K., Ferrar, K., Marshall, S., De Bourdeaudhuij, I. & Vandelanotte, C. 2014. Are health behavior change interventions that use online social networks effective? A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 16(2), e40.
- McEwen, D., Taillon-Hobson, A., Bilodeau, M., Sveistrup, H. & Finestone, H. 2014. Virtual reality exercise improves mobility after stroke: an inpatient randomized controlled trial. *Stroke*, 45(6), 1853–5.
- Morina, N., Ijntema, H., Meyerbröker, K. & Emmelkamp, P.M.G. 2015. Can virtual reality exposure therapy gains be generalized to real-life? A meta-analysis of studies applying behavioral assessments. *Behaviour Research and Therapy*, 74, 18–24.
- Nakhasi, A., Shen, A.X., Passarella, R.J., Appel, L.J. & Anderson, C.A. 2014. Online social networks that connect users to physical activity partners: a review and descriptive analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 16(6), e153.
- Page, Z.E., Barrington, S., Edwards, J. & Barnett, L.M. 2017. Do active video games benefit the motor skill development of non-typically developing children and adolescents: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 0(0).
- Powers, M.B. & Emmelkamp, P.M.G. 2008. Virtual reality exposure therapy for anxiety disorders: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 561–569.
- Rendon, A.A., Lohman, E.B., Thorpe, D., Johnson, E.G., Medina, E. & Bradley, B. 2012. The effect of virtual reality gaming on dynamic balance in older adults. *Age and Ageing*, 41(4), 549–552.
- Saposnik, G., Cohen, L.G., Mamdani, M., Pooyania, S., Ploughman, M., Cheung, D. 2016. Efficacy and safety of non-immersive virtual reality exercising in stroke rehabilitation (EVREST): a randomised, multicentre, single-blind, controlled trial. *The Lancet. Neurology*, 15(10), 1019–27.
- Staiano, A.E. & Flynn, R. 2014. Therapeutic uses of active videogames: A systematic review. *Games for Health Journal*, 3(6), 351–65.
- Sullivan, A.N. & Lachman, M.E. 2017. Behavior change with fitness technology in sedentary adults: A review of the evidence for increasing physical activity. *Frontiers in Public Health*, 4(January).
- Thompson, W.G., Kuhle, C.L., Koepp, G.A., McCrady-Spitzer, S.K. & Levine, J.A. 2014. “Go4Life” exercise counseling, accelerometer feedback, and activity levels in older people. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 58(3), 314–319.
- Vandelanotte, C., Spathonis, K.M., Eakin, E.G. & Owen, N. 2007. Website-delivered physical activity interventions. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(1), 54–64.
- Zeng, N., Pope, Z., Lee, J.E. & Gao, Z. 2017. A systematic review of active video games on rehabilitative outcomes among older patients. *Journal of Sport and Health Science* 6: 33–43.

JOKAINEN ASKEL ON KOHTI TERVEEMPÄÄ ELÄMÄÄ

Laura Saar

Kävely on aikuisen tyypillisin perusliikkumisen muoto. Ihmisen perusliikkumisen edellytyksinä ovat stabiilius eli vakaus sekä mobiilius eli liikkuvuus. Liikkuvuus saadaan aikaan lihasvoimalla ja -aktiivilla. Näin saadaan aikaan liike haluttuun suuntaan. Vakaus tarkoittaa kehon hallintaa ja epädullisten voimien vastustamista. (Sandström & Ahonen 2016, 288–290; Kukkonen 2010, 113–120.) Kävely on helppo, nopea ja edullinen tapa liikkua.

Elämäntapojen ja ympäristön muutosten myötä arkiaktiivisuus on vuosien mittaan vähentynyt. Valtaosa suomalaisista tekee työtä, jonka fyysinen rasittavuus on vähäistä. Paikasta toiseen siirtyminen tapahtuu usein autolla kävelyn sijaan. (Husu ym. 2011, 37.) Maailman terveysjärjestö WHO toteaa kansainvälisessä terveys-suosituksessaan fyysisen passiivisuuden olevan neljänneksi suurin kuolleisuuden riskitekijä.

Fyysinen epäaktiivisuus on yhteydessä muun muassa useisiin sydän- ja verisuonitauteihin, 2-tyyppin diabetekseen sekä eri syöpäsairauksiin (WHO 2010, 7, 10–11). Liikunnan Käypä



hoito-suositus korostaa metabolisten sairauksien lisäksi liikunnan positiivisia vaikutuksia myös unen laatuun, mielialaan sekä tuki- ja liikuntaelimestön kuntoon (Liikunta, Käypä hoito 2016).

ISTUMISEN TAUOTTAMINEN KANNATTAA

On laskettu, että jos työmatkalla bussin kyytiin nouseekin molempiin suuntiin matkustaessa vasta 300 metrin päästä lähipysäkiltä, kertyy vuoden aikana lisäkilometrejä jopa 150. Myös kotona kannattaa suosia istumisen tauottamista. Esimerkiksi televisiota katsottaessa tai mobiililaitteita käytettäessä on hyvä nousta välillä seisomaan ja ottaa muutamia askeleita. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015, 27–28.)

Istumatyön tauottamisen terveysvaikutuksesta on olemassa runsaasti tutkimusnäyttöä. Tauottamisessa voi myös työnantaja tulla mukaan työpisteiden suunnitteluun. Jos tulostimelle kävelee sen sijaan, että liikkuisi pyörillä varustetulla työtuolilla, saa nopeasti lisää askeleita työpäivään. Työpaikkaruokalaan voi kulkea kiertotietä, jolloin askeleita kertyy taas hieman enemmän.

Dempsey ym. (2006) ja kumppanit ovat havainneet, että jo kolmen minuutin kävely ja kolmen minuutin lihasvoimaharjoittelu voivat kumota osan fyysisen epäaktiivisuuden aiheuttamista haitoista. Aktiivisuuden lisääminen esimerkiksi alensi verenpainetta. (Dempsey ym. 2016.) Muutaman minuutin kävely pitkien istumisjaksojen sisällä esimerkiksi puolen tunnin välein voi parantaa myös veren glukoositasapainoa. Eniten istumisen tauottamisesta näyttäisi hyötyvänkin juuri riskiryhmät, esimerkiksi hengitys- ja verenkiertoelimestön ongelmista kärsivät. (McCarthy 2017.)

KÄVELYLENKILLÄ PAREMPAAN KUNTOON

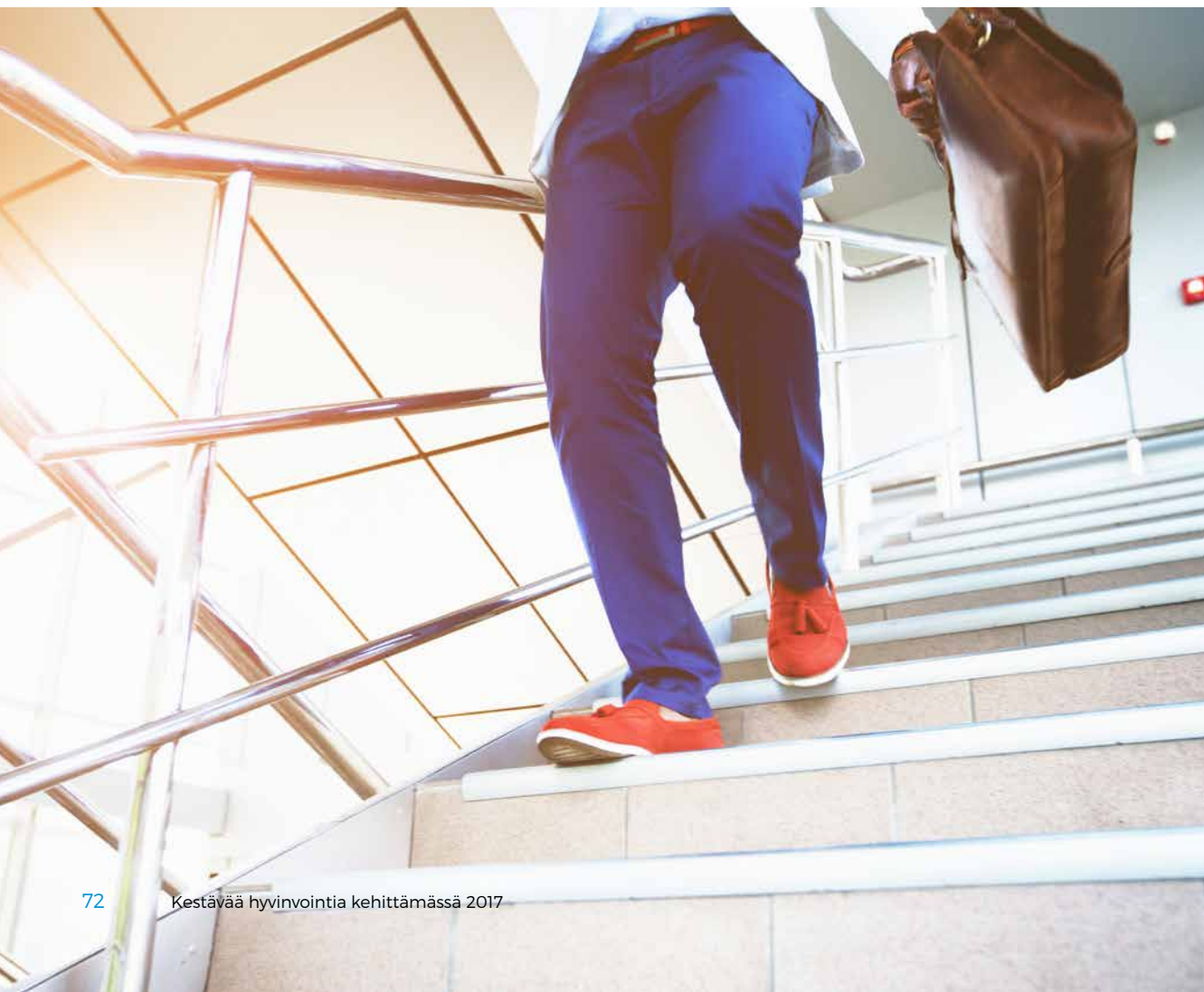
Liikunnaksi kävely voidaan luokitella silloin, kun sitä toteutetaan määrätietoisesti ja sen tavoitteena on fyysisen tai psyko-sosiaalisen kunnon ylläpitäminen tai kehittäminen. Väähäisillä muutoksilla saa kävelystä hyvin monipuolisen liikuntamuodon. (Kukkonen 2010, 118.) Kävelylenkkejä suositellaan tehtäväksi vaihtelevassa maastossa. Mäkinen maasto rasittaa lihaksia monipuolisemmin. Jyrkän mäen nouseminen vastaa jopa porraskävelyä. Epätasainen alusta tukee proprioseptiikan eli niin sanotun asentotunnon kehittymistä. Hyvä proprioseptiikka tukee tasapainoa ja kehon hallintaa. Lisätehoa kävelylenkkiin saa myös kävelysauvojen käytöstä tai lisäpainoista. (Ahonen ym. 1998, 426, 436; Sandström & Ahonen 2016, 35–38.)

Hanson ja Jones (2015) tutkivat kävelyn terveysvaikutuksia ja totesivat kävelyn sopivan harjoitus- ja liikuntamuotona lähes kaikille tiettyjä rajoitteita lukuun ottamatta. Kävelyllä todettiin olevan terveysvaikutuksia etenkin masentuneisuuden vähenemiseen ja mielialan nousuun. Verenpaineeseen ja verensokeriin vaikutukset olivat suurimmat henkilöillä, joilla verenpaine- ja verensokeriarvot olivat lähtötilanteessa kohonneet. Tutkimuksessa todettiin, että kävelyllä on terveyshyötyjä erityisesti riskiryhmille.

KUINKA PALJON ASKELEITA ON TARPEEKSI?

Askelmääriä tutkittaessa on todettu, että vuorokaudessa 3000–7000 askelta kertyy välttämättömien arkipäivän toimintojen suorittamisesta. 7500–10 000 askelta kertoo jo terveyden kannalta riittävään fyysiseen aktiivisuuteen. Yli 10 000 askelta voidaan luokitella hyvään aktiivisuuteen ja yli 12 500 askelta jo erittäin aktiiviseksi. (Tudor-Locke ym. 2004; Lihavuus, Käypä hoito 2013.) Terveystyötyt kasvavat selvästi, kun kiinnitetään huomiota askelmäärän lisäksi myös kävelynopeuteen. Suositus on, että reipasta kävelyä vuorokaudessa tulisi vähintään puoli tuntia. Tämä tarkoittaa noin 3000–4000 askelta 30 minuutissa. (Tudor-Locke ym. 2011.)

Jokainen voi miettiä, mikä on itselle paras keino kontrolloida omaa liikkumista. Vaihtoehtoina tähän voivat olla esimerkiksi aktiivisuusranneke, kellosta katsottu kävelylenkin ajallinen pituus tai kävelylenkillä kertyneet kilometrit. Mittaamista tärkeämpää kuitenkin on, että liikettä syntyy ja liikkuja itse voi kokea siitä saamansa terveyshyödyt. Parhaaseen lopputulokseen pääsee, kun kerää askeleita tasaisesti pitkin päivää ja harrastaa lisäksi reipasta lenkkeilyä.



LÄHTEET

Ahonen, J., Sandström M., Laukkanen, R., Haapalainen, J., Immonen, S., Jansson, L., Fogelholm, M. 1998. Alaraajojen rakenne, toiminta ja kävelykoulu. Jyväskylä: VK-kustannus.

Dempsey, P.C., Sacre, J.W., Larsen, R.N., Straznicky, N.E., Sethi, P. Cohen, N.D., Cerin, E., Lambert, G.W., Owen, N., Kingwell, B.A., Dunstan, D.W. 2016. Interrupting prolonged sitting with brief bouts of light walking or simple resistance activities reduces resting blood pressure and plasma noradrenaline in type 2 diabetes. *Journal of Hypertension*: December 2016/34, 2376–2382. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27512975> [viitattu 29.10.2017]

Hanson, S., & Jones, A. 2015. Is there evidence that walking groups have health benefits? A systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med*. 2015 Jun; 49(11): 710–715. Saatavissa: <http://bjsm.bmj.com/content/49/11/710> [viitattu 22.10.2017].

Husu, Pauliina, Paronen, Olavi, Suni, Jaana & Vasankari, Tommi 2011. Suomalaisen fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010 Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15. Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75444/OKM15.pdf?sequence=1> [viitattu 27.10.2017].

Kukkonen, Sirkka 2010. Perusliikkuminen, teoksessa *Jalat ja Terveys*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Liikunta. Käypä hoito 2016. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Käypä hoito -johtoryhmän asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2016. Saatavissa: www.kaypahoito.fi [viitattu 27.10.2017].

Lihavuus. Käypä hoito 2013. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Käypä hoito -johtoryhmän asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2016. Saatavissa: www.kaypahoito.fi [viitattu 27.10.2017].

McCarthy, M. 2017. Fitness Moderates Glycemic Responses to Sitting and Light Activity Breaks. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 11/2017. Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.xamk.fi:2048/ehost/detail/detail?vid=2&sid=c447188c-d34c-4d11-a148-20dd6f7dd343%-40sessionmgr101&bdata=JnNpdGU9ZWVhc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=125761506&db=afh> [viitattu 28.10.2017]

Sandström, M. & Ahonen, J. 2016. Liikkuva ihminen – aivot, liikuntafysiologia ja sovellettu biomekaniikka. Keuruu: VK-kustannus.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. 2015. ISTU VÄHEMMÄN – VOI PAREMMIN! Kansalliset suositukset istumisen vähentämiseen. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön julkaisuja. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126296/STM_esite_210x210_Kansalliset%20suositukset%20istumisen%20v%C3%A4hent%C3%A4miseksi_sisus_net_jpg.pdf?sequence=1 [viitattu 28.10.2017].

Tudor-Locke, C., Bassett, D.R.Jr. How many steps/day are enough? Preliminary pedometer indices for public health. *Sports Medicine*. Jan, 2004. 1-8. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14715035> [viitattu 27.10.2017].

Tudor-Locke, C., Craig, C.L., Brown, W.J., Clemen, S.A., De Cocker, K., Giles-Corti, B., Hatano, Y., Inoue, S., Matsudo, S.M., Mutrie, N., Oppert, J-M., Rowe, D.A., Schmidt, M.D., Schofield, G.M., Spense, J.C., Teixeira, P.J., Tully, M.A. & Blair, S.N. 2011. How many steps/day are enough? for adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 8/2011. 79. Saatavissa: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-79> [viitattu 27.10.2017].

WHO 2010. Global recommendations on physical activity for health. Saatavissa: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf [viitattu 22.10.2017].

A chainsaw with a red and black body and a silver chain is shown cutting through a large log. The log is split into several sections, with the fresh, light-colored wood exposed. The background is filled with a pile of cut logs, some covered in moss, and bare tree branches. The scene is set in a wooded area with a body of water visible in the distance.

Tietoperusteinen
työelämän
kehittäminen

TIETO TYÖKYVYN KEHITTÄMISEN TUKENA

Minna Männikkö

Tekemättömän työn vuosikatsauksen (2017) mukaan työkyvyttömyyden kokonaiskustannukset ovat jatkaneet laskuaan tutkimuksessa mukana olleissa yrityksissä vuosina 2008–2016. Tästä huolimatta keskimääräiset työkyvyttömyys- ja työtapaturmavakuutusmaksut ovat vuosikatsausaineistossa kääntyneet nousuun parin viimeisen vuoden aikana. Tekemättömän työn vuosikatsauksen mukaan työkyvyttömyyden hinta on noin 5 miljardia euroa.

Eri tutkimukset ja erilaiset lähestymistavat antavat työkyvyttömyydelle monenlaisia hintalappuja. Riippumatta työkyvyttömyyden ”hinnan” laskentatavasta ja saaduista lopputuloksista on työkyvyttömyyden hinta joka tapauksessa suuri, ei pelkästään euromääräisesti, vaan myös inhimillisestä näkökulmasta tarkasteltuna. Näin ollen oleellista ei ole se, kuinka monta euroa työkyvyn edistämisen toimenpiteisiin sijoitettu euro tuottaa, vaan se, että panostuksen tiedetään tuottavan tulosta, niin taloudellisesti kuin inhimillisestikin tarkasteltuna.

Työkyvyttömyyskustannuksia verrattaessa bruttokansantuotteeseen on Suomi ollut muihin maihin verrattuna kärkipäässä. 2010-luvun alussa sairauslomien määrä oli Suomessa OECD-maiden kolmanneksi suurin ja työkyvyttömyyseläkkeiden määrä neljänneksi suurin. Suomessa työkäisistä on työkyvyttömyyseläkkeellä noin 7,5 prosenttia, kun OECD-maissa luku on 6 prosentin luokkaa. (Gockel 2015, 41.) Valtaosa suomalaisista pitää työkykyään vähintäänkin hyvänä. Silti vuoden 2015 työolobarometrin mukaan vain noin 13 % koki työkykynsä suhteessa työn fyysisiin ja henkisiin vaatimuksiin korkeintaan kohtalaiseksi. (Lyly-Yrjänäinen 2015.)



Työkyvyttömyys maksaa yhteiskunnalle vuodessa

4050* milj. €

* koko sosiaalivakuutuksen työkyvyttömyyskustannukset



Työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyy vuodessa

18 800

henkilöä



Työkyvyttömyyseläkettä saa lähes

170 000

henkilöä

Kuva 5. Työkyvyttömyyden hinta Suomessa (Varma s.a.).

Suomessa työkyvyttömyyseläkkeelle jäädään keskimäärin 52-vuotiaana. Ennenaikaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle jää vuosittain vajaat 20 000 suomalaista. Miesten ja naisten työkyvyttömyyseläkkeiden määrässä ei ole suurta eroa. Huolestuttavana voidaan pitää sitä, että nuorten työkyvyttömyyseläkkeet ovat lisääntyneet vuosi vuodelta.

MIKÄ MEISTÄ TEKEE TYÖKYVYTTÖMIÄ?

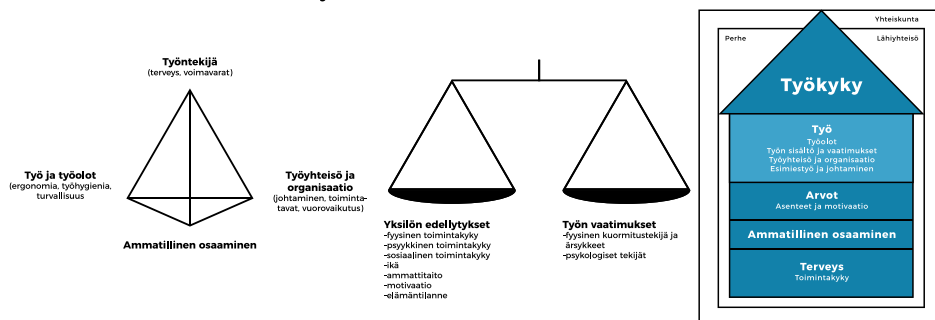
Työkyvyttömyyden syyt vaihtelevat yksilöittäin, ammattialoittain ja ikäryhmittäin. Työkykyä voidaan myös tarkastella useammasta näkökulmasta. Työkyvyn ulottuvuudet -kirja (2006) jakaa työkykykäsitykset kolmeen ryhmään: Lääketieteellisen työkykykäsityksen mukaan työkyvyn alenemisen ja työkyvyttömyyden syynä on aina sairaus tai vamma. Työkyvyn tasapainomallisissa työkyky ymmärretään yksilön fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn ja työn asettamien vaatimusten tasapainoisena suhteena. Integroiduissa malleissa painottuu ihmisen toiminta sosiaalisessa ympäristössään.

Lääketieteellisen työkykykäsityksen mukaan työkyky on yksilön psykofyysisen järjestelmän ominaisuus. Työkyky on terveyttä ja sairauksien puuttumista, ongelmat työkyvyssä sairauksien ja vammojen esiintymistä. Työkyvyn ylläpito perustuu sairauksien varhaiseen toteamiseen ja lääketieteeseen pohjaaviin menetelmiin. Sairaus voikin heikentää työkykyä, mutta välttämättä näin ei jokaisen sairauden kohdalla ole.

Vuonna 2016 työkyvyttömyyden yleisimmät syyt olivat mielenterveyden häiriöt (42 %), tuki- ja liikuntaelinten sairaudet (27 %), hermoston sairaudet (9 %) ja verenkiertoelinten sairaudet (6 %). Masennus on suurin yksittäinen syy työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymiseen. Viime vuonna tuosta syystä eläkkeelle joutui kahdeksan henkilöä päivässä. Masennus ja tuki- ja liikuntaelinten sairaudet vievät työkyvyttömyyseläkkeelle erityisesti naisia ja verenkiertoelinten sairaudet sekä vammat ja myrkytykset miehiä. (Eläketurvakeskus 2017.)

Mitä on työkyky?

On olemassa erilaisia määritelmiä, mutta työkyvyn voidaan todeta olevan työntekijän kyky ansaita elantonsa osallistumalla työelämään. Työkyvyn vaikuttavat monet eri asiat ja olosuhteet:



Kuva 6. Mitä on työkyky? (Forma 2017).

Työkykyisellä toimintakyky riittää työn vaatimuksista selviytymiseen. Toimintakyvyn alentuminen tai työn liialliset vaatimukset lisäävät työkyvyttömyyden riskiä. Työkyvyn alenemiseen pyritään vaikuttamaan yksilön toimintakykyä parantamalla tai muuttamalla työn vaatimuksia.

Integroidun tai systeemisen työkykykäsityksen mukaan työkyky on yksilön ja ympäristön yhteisvaikutusta ja sidoksissa niin aikaan, paikkaan kuin tehtäväänkin. Tämän käsityksen mukaan työkykyongelmat nähdään kokonaisuuden häiriönä. Muutos yhdessä osassa vaikuttaa muihin osiin. Työkyvyn ylläpitäminen ja edistäminen edellyttää tämän kokonaisuuden huomioon ottamista ja kehittämistä.

Työkyvyn arvioinnin lähtökohdaksi tulee ottaa diagnoosin sijasta jäljellä oleva työkyky, jonka arviointiin tulisi käyttää laaja-alaista tietämystä ja monenlaisia menetelmiä. Arvioinnin tulisi perustua yksilön ominaisuuteen ja siihen ympäristöön, jossa hän toimii.

TYÖKYVYN HALLINTA NYT JA TULEVAISUUDESSA

Työkyvyttömyyden tai tekemättömän työn syyt ovat moninaiset, ja syiden paremmalle tolalle saattamiseen tarvitaan kehittämistyötä eri tasoilla ja tahoilla. Työkyvyn moniulotteisuutta voidaan tarkastella niin yksilötasolla, organisaatiotasolla kuin yhteiskuntatasolla. Näillä kaikilla tasoilla on jo pitkään tehty erilaisia toimia työkyvyn edistämiseksi.

Yksilötasolla voidaan todeta, että elintavat Suomessa ovat parantuneet kautta linjan. Elämme pidempään ja olemme terveempiä. Siitä huolimatta tälläkin saralla tehtävää edelleen riittää. Työkykyä uhkavia tekijöitä ovat erityisesti ylipaino, fyysinen passiivisuus, uneen liittyvät tekijät ja alkoholin kulutus. Mielenterveysyyt työkyvyttömyyden taustalla ovat olleet kasvussa. Työikäisten naisten masennus on merkittävä tekijä työkyvyttömyystilastoissa. Kehittämistoimia tarvittaisiin erityisesti ennalta ehkäisyyn ja varhaiseen toteamiseen.

Tulevaisuuden työelämässä yksilön vastuu omasta työkyvystään korostuu. Näköpiirissä on jo nyt työn pirstaloituminen. Tulevaisuudessa erilaisia työnteon muotoja on monia; työtä tehdään pätkissä ja osa-aikaisena rinnakkain useille eri työnantajille, välillä opiskellaan ja toimitaan yrittäjänä. Työympäristöjä, -olosuhteita ja -yhteisöjä on useita ja jokaisessa omanlaisensa työkykyriskit. Erilaisten kaupallisten hyvinvointivalmennuksien ohelle soisikin kehitettävän työkykyvalmennusta niille, joilla ei vielä työkykyongelmia ole.

Nuorten työkyvyttömyyseläkkeet ovat kasvussa, erityisesti mielenterveysongelmista johtuen. Syyt taustalla ovat moninaiset. Osa nuorista ei edes ehdi työllistyä ennen työeläkkeelle siirtymistä. Herää kysymys, voitaisiinko näitä nuoria auttaa esim. valmistamalla heitä paremmin työelämään jo opiskeluaikana? Voisiko työkykyisyyttä arvioida systemaattisesti jo oppilaitoksessa ja tarvittaessa kohdentaa erityistä tukea työuran alkuun sitä tarvitseville?

Työkykyä pitää johtaa. Työkykyjohtaminen on osa henkilöstöhallinnon, esimiesten ja yrityksen johdon tehtäväkenttää. Hyvän organisoinnin, oikein valittujen mittareiden ja kaikilla tiedossa olevien toimintamallien avulla yrityksellä on hyvät mahdollisuudet saada työkykyriskit hallintaan. Työkykyjohtamisen käytäntöjä tulisikin saada yhä useampien

yrittäjien käyttöön.

Tämän hetken haasteet työkykyjohtamisessa liittyvät erityisesti tietoon ja sen hyödynnettävyyteen. Hankaluutta aiheuttavat mm. tietosuojat, järjestelmien hajanaisuus, tiedon ”omistajuus” ja puutteet osaamisessa. Haasteeksi muodostuu myös, etteivät tulevaisuuden näkymät ainakaan helpota edellä mainittuja hankaluuksia, sillä näköpiirissä on jo nyt se, että yritysten henkilöstö muodostuu työsuhteessa olevista, freelancereista ja yksityisyrittäjistä, jotka kaikki tarjoavat osaamistaan eri verkostoissa eri yritysten käyttöön. Kuinka tällöin voidaan saada kokonaiskuva henkilöstön työkyvystä?

Suomessa työnantajan lakisääteisenä velvollisuutena on järjestää työntekijöilleen työterveyshuolto, jonka perustehtävä on ehkäistä työkyvyttömyyttä. Työterveyshuollon painopiste on kuitenkin vuosien saatossa kääntynyt enenevässä määrin sairauksien hoitoon ja koko ajan kauemmaksi tuosta perustehtävästä. Näin on huolimatta siitä, että viimeisen parin vuoden aikana on alettu työterveyshuolloissa puhua terveystieteiden sairauspoissaolojen sijaan.

Haasteena työterveyshuoltopalveluissa on kautta aikain ollut palveluiden epätasainen kattavuus. Isot organisaatiot ovat työterveyshuollon piirissä ja osaavat hyödyntää työterveysyhteistyötä, mutta vain osa yksityisyrittäjistä ja työnantajayrittäjistä kuuluu työterveyshuollon



Kuva: Minna Männikkö

piiriin. Näin ollen isolla osalla työntekijöistä ei ole työterveyshuollon mukanaan tuomaa työkyvyn tukea. Pienemmissä yrityksissä myös työterveysyhteistyö jää ohueksi ja työkyvyn tuen mahdollisuudet eivät tule juurikaan hyödynnettyä.

Uudenlaiset, monimuotoiset työurat tuovat haasteita työterveyshuollollekin. Kuinka tulevaisuudessa työterveyshuolto pystyy hoitamaan perustehtävänsä, kun perinteiset työnantajarakenteet murtuvat? Aivan ensimmäiseksi kuitenkin olisi suotavaa paluu takaisin perustehtävän äärelle. Toiseksi on suuren kehitysloikan aika niin, että tulevaisuuden hybridi-työntekijätkin (yrittäjä-työntekijä-opiskelija) saavat työterveyshuollosta osaavaa ja ammattitaitoista tukea työkyvyilleen.

Työkykyä tuetaan myös lainsäädännön avulla. Sairausvakuutus- ja työterveyshuoltolain tarkoitus on tukea työkykyä sairauden tai toipumisen pitkittyessä. Työnantajaa, työntekijää ja työterveyshuoltoa kannustetaan selvittämään sairastuneen työntekijän tilannetta sekä pohtimaan työjärjestelyjä ja tukemaan työhön paluuta. Tältä osin viimeisimpiä lisäyksiä lakiin on ns. 30-60-90-laki, jolla pyritään erityisesti ehkäisemään työkyvyn pitkittymistä. Kela on myös määrittänyt kannustimeksi suuremman korvauksen, mikäli työterveyshuolto ja yritys ovat yhteistyössä sopineet työkyvyn hallinnasta, seurannasta ja varhaisesta tuesta.

Vuonna 2007 astui voimaan laki osasairauspäivärahasta. Sen tavoitteena on ollut parantaa työelämään osallistumista silloin, kun työkykyä on jäljellä vain osittain. Kun ehtoja väljennettiin 2010, osasairauspäivärahan käyttö kasvatti nopeasti suosiotaan. Työtä voi siis tehdä, vaikka ei olisikaan täysin työkykyinen. Osatyökyvyttömyyseläke puolestaan voidaan myöntää, mikäli henkilön työkyky on alentunut, mutta hän voi kuitenkin selviytyä osa-aikatoista ja kevyemmistä työtehtävistä.

Teknologian kehitys on tuonut mukanaan paljon hyvää työkyvyn hallintaan. Oman hyvinvoinnin mittaamisesta on tullut monelle arkipäivää, ja se on useiden työntekijöiden kohdalla tuonut hyötyjä myös työkyvyn säilymiseen. Tieto kulkee reaaliajassa työterveyshuoltojen ja yritysten välillä, ja tietoa eri tietolähteistä on nopeampaa yhdistää kuin ennen. Työkykyä uhkaaviin tekijöihin voidaan siis tarttua aiempaa nopeammin. Yrityksillä on kuitenkin edelleen hyvin erilaiset lähtökohdat työkyvyn hallintaan ja ero edelläkävijöiden ja perässätulijoiden kesken kasvaa entisestään teknologian lisääntymisen myötä.

Tulevaisuudessa työkyvyn hallintaan kohdistuu valtaisia haasteita. Vielä toistaiseksi eletään pääasiassa perinteisten työsuhteiden aikaa eli työsuhde perustuu työ sopimukseen, työtä tehdään yhdelle työnantajalle johdetussa ja valtuissa olosuhteissa palkkaa tai muuta sovittua korvausta vastaan. Kehittämistyötä työpaikoilla tehdään edelleen pitkälti tästä perinteisen työsuhteen näkökulmasta käsin. Tulevaisuuden muutokset työelämässä tuovat mukanaan suuria haasteita, mutta ehdottomasti myös helpotuksia. Tämä on hyvä huomioida uusia työkyvyn hallintaan kohdistuvia kehittämishankkeita suunniteltaessa.

LÄHTEET

Eläketurvakeskus. Työkyvyttömyyseläkettä saaneet. Findikaattori. Saatavissa: <http://findikaattori.fi/fi/76> [viitattu 26.10.2017].

Forma, P. 2017. Työkyky tulevaisuuden työelämässä. Alustus 25.4.2017. Saatavissa: <https://www.slideshare.net/PauliForma/tykyky-tulevaisuuden-tyelmss> [viitattu 26.10.2017].

Gockel, M. 2015. Ohjaaminen vakuutusyhtiön tuella ammatilliseen kuntoutukseen. Työterveyslääkäri 2015/2. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi/dtk/tyt/avaa?p_artikkeli=ttl01320 [viitattu 26.10.2017].

Ilmarinen, J., Gould, R., Järvikoski, A. & Järvisalo, J. 2006. Työkyvyn moninaisuus. Teoksessa R. Gould, R., J. Ilmarinen, J. Järvisalo & S. Koskinen (toim.). Työkyvyn ulottuvuuksia. Helsinki: Eläketurvakeskus, Kansaneläkekeskus, Kansanterveyslaitos ja Työterveyslaitos, 7–34.

Lyly-Yrjänäinen, M. 2015. Työolobarometri, syksy 2015. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74896/TEMjul_17_2016_28042016.pdf?sequence=1 [viitattu 23.10.2017].

Tekemättömän työn vuosikatsaus 2017. Yhteenveto tuloksista 12.10.2017. Saatavissa: https://www.veritas.fi/sites/veritas.fi/files/Tekemattoman_tyon_vuosikatsauksen_tulosraportti_12102017.pdf [viitattu 23.10.2017].

Työkyvyttömyyden hinta Suomessa. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.varma.fi/tyonantaja/tyokykyjohtaminen/tyokyvyttomyden-tunnusluvut/tyokyvyttomyden-hinta-suomessa/> [viitattu 23.10.2017].

NUORTEN TYÖNTEKIJÖIDEN SAIRAUSSPOISSAOLOT PALJASTAVAT PREVENTIOTARPEEN

Hilla Sumanen

Nuorten työntekijöiden pitkälle jatkuviin työuriin kohdistuu yhä enemmän odotuksia ja olettamuksia. Työn vaatimusten kasvaessa ja työelämän jatkuvasti muuttuessa on hyvä huomioida, millä voimavaroilla nuoret suorittavat tulevat työvuotensa. Nuorten työntekijöiden luulisin ikänsä puolesta elävän varsin tervettä ja toimintakykyistä elämänvaihetta, mutta työelämässä jaksaminen ei ole itsestäänselvyys. Erityisesti mielenterveyteen kytkeytyvät haasteet ovat yleistyneet nuorten keskuudessa. Työuran varhaisessa vaiheessa ilmennyt työkyvyttömyys tuo yhteiskunnalle paljon kustannuksia ja on myös henkilölle itselleen varsin ikävä tila terveydellisesti, sosiaalisesti ja taloudellisesti.

Olen tutkinut nuorten, 18–34-vuotiaiden Helsingin kaupungin työntekijöiden sairauspoissaoloja vuosilta 2002–2016 osana Helsingin yliopiston Helsinki Health Study -tutkimushanketta. Tutkimusjakson aikana Helsingin kaupungilla on ollut noin 10 000 18–34-vuotiasta työntekijää joka vuosi, eli aineisto on hyvin laaja. Tutkimukseni ovat rekisteripohjaisia, ja olen kiinnittänyt huomiota nuorten työntekijöiden sairauspoissaolojen rakenteisiin, sosioekonomisiin eroihin ja ajassa tapahtuviin muutoksiin.

SOSIOEKONOMISEN ASEMAN MITTARIT

Koulutus, ammattiasema ja tulot ovat sosioekonomisten erojen tyypillisimpiä mittareita (Lahelma ym. 2004). Koulutus on hierarkkinen ja pysyvä tila, sillä kerran saavutettua koulutustasoa ei voi menettää. Korkea koulutustaso tarjoaa tietoja ja taitoja, joilla tehdään onnistuneita terveyden vaikuttavia valintoja. Koulutustaso voi olla myös edellytys tiettyyn ammattiasemaan pääsemiseksi ja korkean tulotason saavuttamiseksi.

Ammattiasema vaikuttaa siihen, millaiset psyykkiset ja fyysiset työolot henkilöllä on. Alemmissa ammattiasemissa työ on tyypillisesti fyysisesti raskaampaa ja saattaa sisältää vähemmän vaikutusmahdollisuuksia. Korkeammassa ammattiasemassa olevilla voi olla enemmän joustoa ja valinnanvaraa työskentelyssä. Jos esimerkiksi kunnossapidon työntekijä murtaa jalkansa, hän ei voi tehdä töitään. Asiantuntijatehtävässä työskentelevän työ voi helpommin mukautua terveydentilaan, ja jalan murtuminen ei automaattisesti tarkoita pitkää sairauslomaa, vaan työ voi järjestyä kotoa käsin tehtäväksi. Korkeammassa ammattiasemassa olevilla on kuitenkin usein psyykkisesti vaativampi ja vastuullinen työ, mikä saattaa aiheuttaa haasteita jaksamiselle.

Tulot viittaavat materiaalisiin resursseihin, joilla voi olla terveysvaikutuksia. Hyvä tu-



lotaso mahdollistaa esimerkiksi terveellisemmän ruoan ostamisen, yksityisten terveystalvelujen hyödyntämisen ja monipuoliset vapaa-ajan harrastukset. Usein tulot vaikuttavat myös asumisen terveellisyyteen.

LYHYET SAIRAUSSPOISSAOLOT OVAT NUORILLA YLEISIÄ

Sairauspoissaolot jaetaan usein lyhyisiin, omalla ilmoituksella pidettäviin 1–3 päivän sairauspoissaoloihin sekä pitkiin, todistusta vaativiin, vähintään neljän päivän pituisiin sairauspoissaoloihin. Lyhyet sairauspoissaolot voivat johtua nopeasti ohimenevästä sairaudesta, mutta taustalla voivat olla myös työmotivaatioon liittyvät asiat ja työn kuormittavuuden säätely. Pidempien, todistusta vaativien sairauspoissaolojen ajatellaan johtuvan pääasiassa terveydellisistä syistä. (Marmot ym. 1995.)

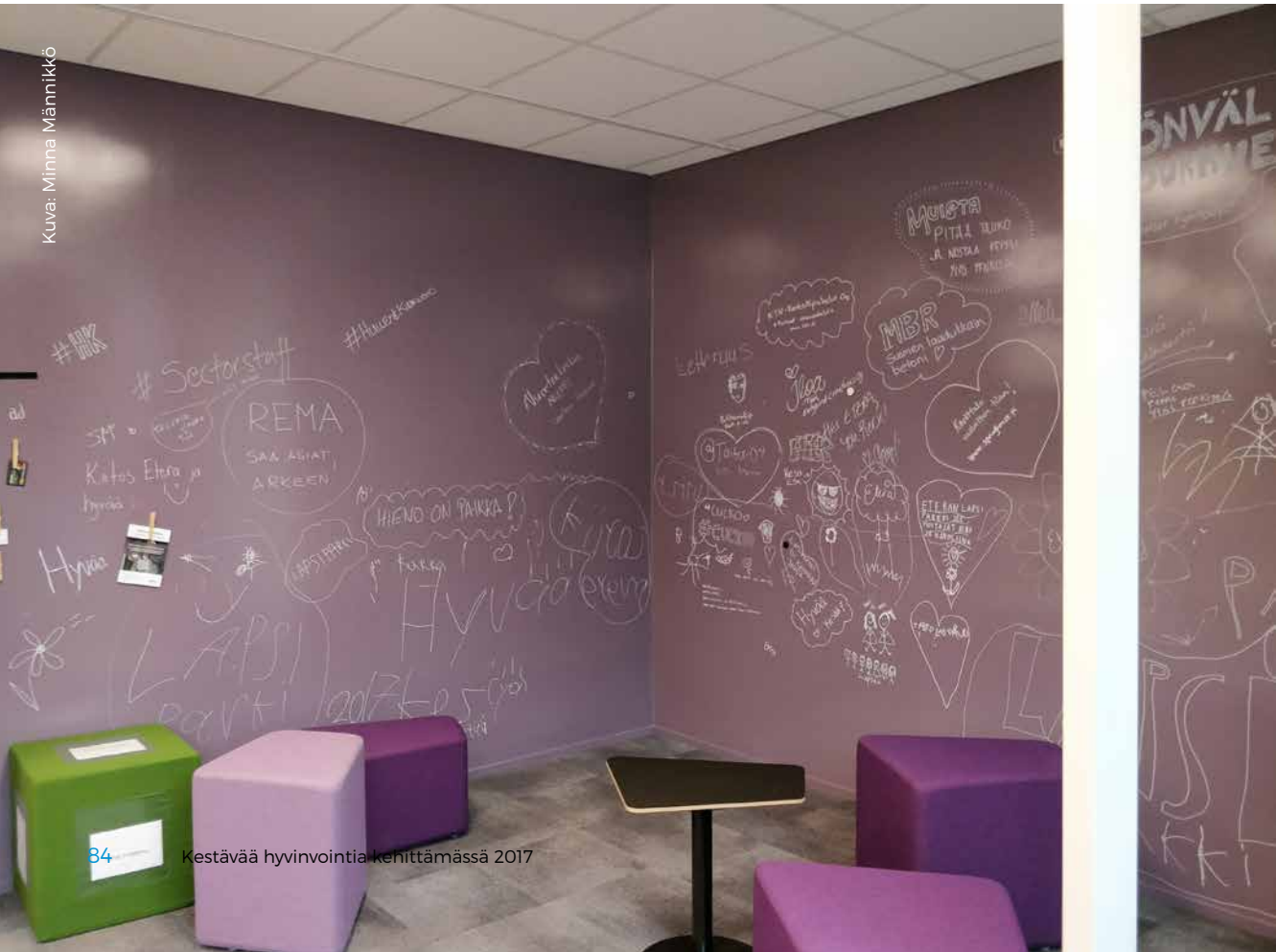
Lyhyet sairauspoissaolot ovat yleisempiä nuorilla työntekijöillä kuin varttuneemmilla. Helsingin kaupungin aineistossa lyhyitä, usein omalla ilmoituksella pidettyjä 1–3 päivän sairauspoissaoloja oli kaikista eniten 18–24-vuotiailla (Sumanen ym. 2015a; 2016a). Lyhyiden sairauspoissaolojen vuosittainen määrä väheni aina vanhempaan ikäryhmään siirryttäessä.

Kuten sairauspoissaoloissa yleensäkin nuorilla naisilla oli tutkimusjakson aikana enemmän lyhyitä sairauspoissaoloja kuin vastaavan ikäisillä miehillä (Boschman ym. 2017). Keskimäärin 18–24-vuotiailla naisilla oli 3,5 ja miehillä 2,5 lyhyttä sairauspoissaolojaksoa

vuodessa. 25–29-vuotiaisiin siirryttäessä vastaavat luvut olivat 2,5 ja 2, eli lyhyitä sairauspoissaoloja oli hieman vähemmän. (Sumanen ym. 2015a.) Todistusta vaativia sairauspoissaoloja nuorilla on keskimäärin noin kerran vuodessa (Sumanen ym. 2015a), erityisesti mielenterveyssyistä (Sumanen ym. 2017a; 2017b).

Lyhyet sairauspoissaolot eivät välttämättä kiinnitä työyhteisössä niin paljon huomiota kuin pidemmät poissaolot. Tällöin on vaarana, ettei mahdollisiin nuorten työkykyongelmiin puututa riittävän varhaisessa vaiheessa. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että lyhyet sairauspoissaolot ennustavat pidempiä sairauspoissaoloja. Niillä, joilla on paljon sairauspoissaoloja, on todennäköisesti myös myöhemmin paljon sairauspoissaoloja. (Hultin ym. 2012; Sumanen ym. 2017a.)

Kaikki nuoret työntekijät eivät ole töistä toistuvasti pois sairausloman vuoksi. Helsingin kaupungilla työskentelevistä alle 35-vuotiaista noin 30 prosentilla naisista ja 40 prosentilla miehistä ei ole ollenkaan sairauspoissaolopäiviä koko vuoden aikana. Yleisesti pohjoismaissa noin 40–50 prosentilla työkäisistä ei ole sairauspoissaoloja vuoden aikana (Thorsen ym. 2012). Tämä tarkoittaa sitä, että jo nuorten työntekijöiden keskuudessa on niitä, jotka sairastavat paljon, mutta heidän sairauspoissaolokuormansa nostaa koko ikäryhmän trendiä huolta aiheuttavaksi.



Kuva: Minna Mämmikkö

SOSIOEKONOMISET TERVEYSEROT NÄKYVÄT JO NUORILLA

Sosioekonomiset terveyserot tarkoittavat yksinkertaisimmillaan sitä, että vähän koulutetuilla, vaatimattomissa ammateissa työskentelevillä ja pienituloisilla on huonompi terveydentila. Terveiden sosioekonomiset erot ovat yleisesti suuria, sillä korkeimmassa sosioekonomisessa asemassa olevilla on tyypillisesti moninkertaisesti parempi terveydentila kuin matalammassa sosioekonomisissa asemassa olevilla, terveystilasta riippuen. Sosioekonomiset terveyserot ovat valtava ja pysyvä kansanterveydellinen ongelma, ja erojen kaventaminen on jatkuvasti kansainvälisen keskustelun aiheena. Yksilön oma sosioekonominen asema vakiintuu iän karttuessa, kun koulutustaso on saavutettu ja koulutusta vastaava ura edennyt. Esimerkiksi korkeaan ammattiasemaan pääseminen vaatii yleensä korkeaa koulutusta, joten kovin nuoret eivät vielä voi olla edustettuina. (Lahelma & Rahkonen 2017.)

Koulutustaso ja ammattiasema vaikuttavat voimakkaasti sairauspoissaolojen määrään jo nuorilla, alle 35-vuotiailla työntekijöillä (Sumanen 2015b; 2015c; 2016a; 2016b; 2017b; 2017c; 2017d). Tutkimuksissani korkeakoulutetuilla nuorilla työntekijöillä oli selvästi vähemmän vuosittaisia sairauspoissaolopäiviä ja -jaksoja kuin peruskoulu- tai ammattikoulutason koulutuksen käyneillä nuorilla. Vastaavasti korkeimmassa ammattiasemassa (esimerkiksi asiantuntijatyössä olevat, opettajat, lääkärit, johtajat) olevilla oli paljon harvemmin lyhyitä, 1–3 päivän poissaoloja kuin alimmassa ammattiasemassa (esimerkiksi lähihoitajat, lastenhoitajat, siivoojat, sihteerit, keittiötyöntekijät) olevilla. Kun tarkasteltiin kaikkia sairauspoissaolojaksoja, myös pitkiä, erot ovat jopa 2,5-kertaisia ylimmän ja alimman ammattiasemaryhmän välillä. Naisilla tämä sosioekonominen tasoero oli myös pysyvä koko tutkimusjakson ajan.

Sosioekonomisten erojen syntyminen on paljon syvemmällä kuin vain nuoren omissa valinnoissa. Kausaliteetti ja valikoituminen voivat vaikuttaa siihen, mihin sosioekonomiseen asemaan nuori päätyy. Esimerkiksi vanhempien koulutustaso voi vaikuttaa siihen, millainen koulumenestys nuorella on ollut ja mille koulutustasolle nuori itse pyrkii, ja valinta määrittää osaltaan tulevaa aikuisuuden aikaista sosioekonomista asemaa (Tinklin ym. 2005). Myös vanhempien työttömyys voi ohjata nuoren tekemään ammatinvalinnan työllistymisen varmuuden perusteella (Huttunen & Riukula 2017). Toisaalta nuoren oma terveys voi vaikuttaa siihen, että hän ei kykene esimerkiksi suorittamaan korkeampaa koulutusta (Lahelma & Rahkonen 2011).

HUOMIO RISKIRYHMIIN

Matalasti koulutetut suorittavaa työtä tekevät nuoret naispuoliset työntekijät ovat ryhmä jonka työkyvyn ylläpitämiseen olisi hyvä kiinnittää enemmän huomiota (Sumanen 2016a). Monet tämän ryhmän työntekijöistä ovat töissä hoitoalalla ja päiväkodeissa, joissa työ on fyysisesti ja psyykkisesti kuormittavaa. Jos jo nuorella työntekijällä ilmenee paljon sairauspoissaoloina näyttäytyviä työkykyongelmia, on olemassa riski, että ajan myötä rinnalle

tulevat myös pitkittyneen kuormituksen tuomat terveysongelmat ja iän karttuessa mahdollisesti ilmenevät krooniset sairaudet. Tällöin työkyky on vakavasti uhattuna, ja työkykyä ylläpitävät mahdollisuudet rajatumpia kuin varhaisen prevention vaiheessa.

Työpaikoilla ja työterveyshuolloissa on usein käytössä sairauspoissaolojen hälytysrajat, jotka tukevat varhaista puuttumista. Nämä rajat voivat olla esimerkiksi 30 sairauspoissaolopäivää tai 5 sairauspoissaolokertaa vuoden sisällä. Tutkimustiedon valossa nämä hälytysrajat vaikuttavat korkeilta, erityisesti nuorten työntekijöiden kohdalla. Tunnistetun riskiryhmän kohdalla olisi syytä pohtia, voisiko heille kohdistaa enemmän ennaltaehkäiseviä resursseja ja varhaisessa vaiheessa havaitun sairauspoissaolokierteen katkaisevia mahdollisuuksia, jotta työkykyongelmien kumuloituminen saataisiin estettyä. Nuorilla työntekijöillä on paljon työvuosia edessä, joten potentiaalinen preventiohyöty voi olla hyvin merkittävä.

Nuorilla työntekijöillä voi olla hyvin erilainen suhtautuminen työelämään kuin vartuneemmilla työntekijöillä (Taimela ym. 2007; Thomson ym. 2001). Nuorten työelämäasenteet ovat muodostuneet osittain jo ennen työelämään astumista esimerkiksi omien vanhempien työuraa ja töistä puhumista seuraamalla (Loughlin & Barlin 2001). Työhön kiinnittymisen kokeminen voi vaikuttaa myös sairauspoissaoloihin, sillä työstä, joka ei tunnu täysin omia toiveita vastaavalta, voi olla helpompi jäädä kotiin vähäisilläkin oireilla (Scneider 1983). Rekisteritutkimus ei taivu sairauspoissaolojen taustalla olevien syiden selvittämiseen, vaan tueksi tarvitaan myös haastattelu- ja kyselytutkimusta. Nuorten työelämätaitojen, työssäjaksamiseen vaikuttavien tekijöiden ja työhön kohdistuvien asenteiden selvittäminen ovat ajankohtainen tutkimusaihe. Tuoreen, suomalaista työelämää kuvaavan tutkimustiedon avulla myös preventiivisten toimenpiteiden kohdistaminen olisi tehokkaampaa ja vaikuttavampaa.

LÄHTEET

Boschman, J.S., Noor, A., Sluiter, J.K. & Hagberg M. 2017. The mediating role of recovery opportunities on future sickness absence from a gender- and age-sensitive perspective. *PLoS One* 27, e0179657.

Hultin, H., Lindholm, C., Malfert, M. & Möller, J. 2012. Short-term sick leave and future risk of sickness absence and unemployment - The impact of health status. *BMC Public Health* 12, 861.

Huttunen, K. & Riukula, K. 2017. Parental job loss and children's schooling choices. Poster. Saatavissa: https://www.dropbox.com/s/q4zjaaov2l9nh1w/job_loss_poster_eale.pdf?dl=0 [viitattu 29.10.2017].

Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2011. Sosioekonominen asema. Teoksessa Laaksonen, M. & Silvenoinen, K. (toim.) *Sosiaaliepideologia*. Helsinki: Gaudeamus, 41–59.

Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2017. Sosiaalinen rakenne ja terveys. Teoksessa S. Karvonen, L. Kestilä & T. Mäki-Opas (toim.) *Terveyssosiologian linjoja*. Helsinki: Gaudeamus, 19–39.

- Lahelma, E., Martikainen, P., Laaksonen, M. & Aittomäki, A. 2004. Pathways between socio-economic determinants of health. *Journal of Epidemiology and Community Health* 58, 327–332.
- Marmot, M., Feeney, A., Shipley, M., North, F. & Syme, S. 1995. Sickness absence as a measure of health status and functioning: From the UK Whitehall II study. *Journal of Epidemiology and Community Health* 49, 124–130.
- Sneider, B. 1983. Interactional psychology and organizational behavior. Teoksessa L. Cummings & B. Staw (toim.) *Research in Organizational Behavior*, 5. painos. Greenwich: JAI Press, 1–31.
- Sumanen H. 2016a. Work disability among young employees: Changes over time and socioeconomic differences. *Dissertationes Scholae Doctoralis Ad Sanitatem Investigandam Universitatis Helsinkiensis*, nro 18/2016.
- Sumanen, H., Lahelma, E., Lahti, J., Pietiläinen, O. & Rahkonen, O. 2016b. Educational differences in sickness absence among young employees from 2002 to 2013. *BMJ Open* 6, e008550.
- Sumanen, H., Lahelma, E., Pietiläinen, O. & Rahkonen O. 2017c. The magnitude of occupational class differences in sickness absence: 15-year trends among young and middle-aged municipal employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14, 625.
- Sumanen, H., Lahti, J., Lahelma, E., Pietiläinen, O. & Rahkonen, O. 2015b. 12-year trends in occupational class differences in short sickness absence among young women. *Scandinavian Journal of Public Health* 43, 441-444.
- Sumanen, H., Pietiläinen, O. & Mänty, M. 2017d. Self-certified sickness absence among young municipal employees-changes from 2002 to 2016 and occupational class differences. *International Journal of Environment Research and Public Health* 14, 1131.
- Sumanen, H., Pietiläinen, O., Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2017a. Short sickness absence and subsequent sickness absence due to mental disorders - a follow-up study among municipal employees. *BMC Public Health* 5, 15.
- Sumanen, H., Pietiläinen, O., Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2017b. 10-year trends of educational differences in long sickness absence due to mental disorders. *Journal of Occupational Health* 27, 352–355.
- Sumanen, H., Pietiläinen, O., Lahti, J., Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2015a. Sickness absence among young employees: trends from 2002 to 2013. *Journal of Occupational Health* 57, 474-481.
- Sumanen, H., Pietiläinen, O., Lahti, J., Lahelma, E. & Rahkonen, O. 2015c. Interrelationships between education, occupational class and income as determinants of sickness absence among young employees in 2002–2007 and 2008–2013. *BMC Public Health* 15, 332.
- Taimela, S., Läärä, E., Malmivaara, A., Tiekso, J., Sintonen, H., Justen, S. & Aro, T. 2007. Self-reported health problems and sickness absence in different age groups predominantly engaged in physical work. *Occupational and Environmental Medicine* 64, 739–746.

Thomson, L., Griffiths, A. & Davison, S. 2000. Employee absence, age and tenure: A study of non-linear effects and trivariate models. *Work Stress* 14, 16–34.

Thorsen, S., Friborg, C., Lundström, B., Kausto, J., Örneelius, K., Sundell, T., Kalsto, Å.M., Gross, B.-O., Petersen, H. & Haram, Ö. 2015. *Sickness absence in the nordic countries*. Copenhagen: Nordic Social Statistical Committee.

Tinklin, T., Croxford, L., Ducklin, A. & Frame, B. 2005. Gender and attitudes to work and family roles: the views of young people at the millennium. *Gender and Education* 17, 129–142.

NÄKÖKULMIA TYÖSSÄ MENESTYMISEEN

Tuulevi Aschan

Mitä tarkoittaa menestys työssä? Entä miten menestymistä voi edistää itse, kollegana, esimiehenä tai johtajana? Pohdin aihetta Tiedosta – työhyvinvointia ja tuottavuutta -hankkeen asiakkaiden ajatusten valossa, positiiviseen psykologiaan peilaten. Syksyllä 2017 nimettömään Webropol-kyselyyn osallistuneet vastaajat edustavat kahta eteläsavolaista organisaatiota: kuntaa ja isossa muutoksessa olevaa suurehkoa yritystä. Vastaajat työskentelevät tuotanto-, toimisto-, asiantuntija- ja esimiestehtävissä. He pohtivat työssä menestymisen sisältöä, muistelevat onnistumia sekä tuumivat menestystä edistäviä tai estäviä tekijöitä.

Positiivinen psykologia tutkii yksilöön ja yhteisöön yhteydessä olevia voimavaroja, vahvuuksia ja keinoja tukea niitä sekä selviytyä vastoinkäymisistä (Ojanen 2014, 10–13). Seligmanin (Hakanen 2009, 9) mukaan näitä voi katsoa kolmella tasolla: subjektiivinen kokemusten taso, yksilölliset ominaisuudet, kyvyt ja voimavarat sekä yksittäisiä ihmisiä hyvän elämän suuntaan tukevat positiiviset instituutiot. Työorganisaatiot ja työ voivat täyttää positiivisen instituution tunnusmerkit.

Tähän liittyy myös flow: täydellinen keskittyminen käsillä olevaan asiaan. Automaattisesti flow ei tapahdu, vaan vaatii sekä tehtävän edellyttämiä taitoja että harjoittelua. Työn imun käsite perustuu flow-ilmioon. Työn imussa sinnikäs, tarmokas ja omistautunut ihminen suoriutuu työn perusvaatimuksien lisäksi myös vapaaehtoisesta toiminnasta sekä sitoutuu tehtäviinsä ja organisaatioonsa. (Chikszentmihály 2005, 70; Hakanen 2009, 15.) Työn imua voi pitää positiivisena käsitteenä, joka on osa työhyvinvoinnin kokonaisuutta, ja antiteesinä työuupumukselle, joka kuvastaa matalaa aktiivisuustasoa ja vähäistä mielihyvää (Uusautti 2015, 32).

Eräs Webropol-kyselyn vastaaja nimeää työn imun hyvään ilmapiiriin liittyväksi tekemisen voimaksi. Toinen toteaa menestyksen työssä olevan sitä, että työ on mielekästä ja antoisaa ja työntekijä kokee työn imua. ”Tekemisen ilo tulee tekemisestä ja onnistumisesta”, toteaa yksi vastaaja.

MENESTYKSEN MÄÄRITTELYÄ

Menestyvä ja hyvinvoiva yritys positiivisen psykologian valossa -tutkimuksen tehnyt Satu Uusautti (2015, 127–133) määrittelee yritysjohton ja työntekijöiden käsityksien perusteella menestystä sekä prosessina että lopputuloksena. Molempia käsittelevät myös kyselyn vastaajat. Menestysprosessiin sisältyvät työpaikan sosiaaliset suhteet, jotka jakautuvat hyviin johtamiskäytäntöihin, ilmapiiriin sekä avoimeen vuorovaikutukseen ja yhteistyöhön. Tarvitaan myös toimivat työolot ja muut ulkoiset tekijät. Työntekijäkohtaisiin tekijöihin

sisältyy muutokseen sopeutuminen, toiveikkaus ja sitoutuminen. Näitä tekijöitä ovat myös mahdollisuus hyödyntää työssä omia vahvuuksia sekä halu kehittyä ja kehittää työtä. Nämä yhdessä vahvistavat yhteistyötä, onnistumisia, tuottavuutta ja hyvinvointia. Uusautin näkemyksen mukaan kaikki edellämainittu näkyy henkilökohtaisena ja tiimikohtaisena työssä menestymisenä sekä organisaation mitattavana menestymisenä.

Yksi kyselyn vastaaja pohtii menestystä mielekkään tekemisen ja työnantajalle koituvan hyvän tuloksen yhdistelmänä. Menestyksenä koetaan se, että parhaimmillaan saavutetaan tai jopa ylitetään työnantajan asettamat strategiset tavoitteet. Vastauksissa pohditaan myös sosiaalisia suhteita. Työkaverien huomaamisella ja maininnoilla hyvin tehdystä työstä on merkitystä. Myönteiseen tai myönteistä ja korjaavaa palautetta yhdistävään palautteeseen viittasi useampi vastaaja. Henkilökohtaisina tuloksina vastaajat muistelevat asiakas- tai sidosryhmäpalautetta. Jo valmiin työn esittely sidosryhmälle on merkittävä tulos. Oman työn käynnistämä toiminta palkitsee. Suoralla kehullakin on paikkansa.

**"Aloin implementoida kehittämäni prosessia keski johdolle.
Sieltä tulleen palautteen ansiosta myös yrityksen johto ja hallitus kiinnostuivat asiasta."**



Kun lopputuloksella tarkoitetaan numeerisesti mitattavaa tulosta, se on paitsi ohjaava ja kannustava tekijä, toisaalta ongelmallinen, jos määrälliset tavoitteet eivät sovellu työn luonteeseen. Ilman tavoitteita oman työn vaikutuksia tai siihen kohdistuvia odotuksia on vaikea nähdä. Työntekijän käsitys työn laadusta ja myönteinen palaute tasaavat vertailua tehtäviin, joissa mitattavat tavoitteet toimivat. Tuki työn merkityksen ymmärtämiseksi osana isompaa kokonaisuutta onkin tarpeen. (Uusiautti 2015, 128.)

URAKEHITYSTÄ JA ITSETUNTEMUSTA

Yhtenä menestyksen näkökulmana on pidetty työuralla etenemistä. Driver (Uusiautti 2015, 28) kuvaa uraa lineaarisena tikapuilla kiipeämisenä kohti korkeampaa asemaa joko omalla alalla tai työpaikalla. Titteliin tai rahaan ei kukaan kyselyn vastaajista kuitenkaan viitannut. Päinvastoin joku piti niitä huonoimpana mahdollisena menestyksen mittarina.

Plant (2015) katsoo menestystä työarvoajattelun kautta. Yksi palkansaajaryhmä kiinnostuu hyvästä toimeentulosta ja tasapainoisesta elämästä. Toiselle ryhmälle tärkeitä ovat



uudet tuotteet ja yritykset. Kolmatta joukkoa innostaa ammatille omistautuminen, oppiminen ja kehitys. (Uusiautti 2015, 29.) Liki kaikki vastaajat pohtivat viimeistä näkökulmaa ja kirjoittivat oppimisesta, tekemisestä tai hyvin tehdystä työstä tyydytyksen lähteenä. Työtehtävän ja aseman yhteensopivuutta omiin kykyihin ja osaamiseen korostettiin. Monimutkaisten asioiden selvittäminen antaa tyytyväisyyttä ja hyvän olon tunnetta, joka saa työn tuntumaan mukavalta.

”Tunnen menestyneeni, kun saan ratkaistua ongelman tai kehitän jotain uutta, mikä auttaa yritystä. Projekti, työ tai tehtävä alkaa nollassa ja päättyy asian hoitoon tai suorittamiseen – saan työn valmiiksi. Pahimpana vastakohtana on raskas projekti, joka viedään kunnialla maaliin, mutta se ei hyödytä yritystä. Harmitus kestää pitkään.”

Uusiautti (2015, 28–31) viittaa myös Spencer G. Nilesin ja kumppaneiden uravirtaus-näkemykseen. Se perustuu visiointiin, suunnitteluun ja tavoitteiden asetteluun. Niiden avulla onnistuu hyvän tuloksen hahmottelu ja tavoittaminen sekä strategioiden tunnistaminen, hyödyntäminen ja soveltaminen. Toivo tukee erilaisista uravirtauksista pätevästi selviämistä. Itsereflektio taas auttaa ymmärtämään yksittäisiä uravirtauskokemuksia ja itsetuntemus palvelee henkilökohtaisten ja ympäristöstä riippuvaisten resurssien ymmärtämistä haasteissa. Tähän liittyy erään vastaajan pohdinta vaativan lapsuuden vaikutuksista:

”Opin jo pienenä miellyttämään ja kun aikuistuesssa osasin kääntää tämän myönteiseksi taidoksi, niin onnistun asiakaspalvelussa aina. Paras tulos on aina asiakkaan tyytyväisyys ja siitä seuraavat uudet tilaukset.”

Hyvä itsetuntemus auttaa myös hahmottamaan omaa työtä ja sen arvoa. Vaikka huomio valuisi muille, menestyksen ainekset näkee itse.

”Aina, kun jokin projekti on saatu valmiiksi ja itse tietää, että on ollut oikeasti merkittävä henkilö sen toteutuksessa – vaikka muut saisivatkin kiitokset siitä.”

JOHTAMISEN MAHDOLLISUUDET

Työn imuun liittyvät aloitteellisuus ja uudistushalu. Tätä varten organisaation ja johtamisen tulee edistää sellaisia työn voimavaroja, jotka tukevat työntekijän yhteenliittymiseen, itsenäisyyteen ja pärjäämiseen kytkeytyviä perustarpeita. (Hakanen 2009, 15.) Tähän vastaa palveleva johtajuus, ihmisläheisen johtajuuden yksi malli. Siinä ensin tulee työntekijä ja vasta sen jälkeen organisaation tavoitteet ja asiakas. Palveleva johtaja osoittaa myötätuntoa ja myötäintoa, jotka vahvistavat voimavaroisia työoloja ja tukevat kuormituksissa. Nämä lisäävät proaktiivisuutta, terveyttä, hyvää elämää ja työn imua. Organisaatioissa työn laatu paranee, sitoutuminen lisääntyy ja palveleva kulttuuri vahvistuu. (Pessi ym. 2017, 288–291.)

Ihmisläheiseen johtamiskulttuuriin viitataan myös vastauksissa. Yksi pitää yhdessä ja kanssa -ajattelutapaa hyvänä johtamisen systeeminä. Toinen puhuu vuorovaikutteisesta johtamisesta. Eräs esimies saa työntekijät menestymään luottamalla, kannustamalla ja positiivisten kokemusten kautta. Kunnian jakamiseen ja myönteiseen palautteeseen yhdessä rakentavan palautteen kanssa viitataan taitavana johtamisen tapana.

**”Parhaiten työssä menestymistä edistää alaisesta huolehtiminen.
Saan ihmiset menestymään olemalla kiinnostunut heidän
työstään ja laittamalla heidät itse ajattelemaan.
Esimiehen tuki ja huolellinen tehtävän suunnittelu
auttaa tehtävän maaliin saattamisessa.”**

Kun työntekijä saa toteuttaa työtään kokonaisuutena ja kokea työn imua, asiakkaat tulevat palveltua hyvin, tavoitteisiin päästään tai ne jopa ylitetään. Yksi vastaaja mainitsi uusien toimintatapojen etsimisen työssä menestymistä edistävänä asiana, toinen selkeät ohjeet ilman turhaa rajoittamista vaikkapa tittleiden tai jonkun aseman pönkittämisen vuoksi. Eräs esimies antaa tilaa työntekijöille kuitenkin niin, että työt organisoidaan työnantajan kokonaistarpeita ajatellen. Palveleva johtaja kykeneekin huomioimaan myös työnantajan pitkän aikavälin tavoitteet. Vastauksissa peräänkuulutetaan selkeää johtamiskulttuuria sekä tietoa tavoitteista, vastuista ja velvollisuuksista. Visiota ja strategiaa osataan odottaa. Epäselvä suunta ja roolit nähdään menestystä haittaavina tekijöinä.

**”Esimiehen aika menee päälle kaatuvien asioiden selvittelyssä ja työntekijät
varmistavat asioiden sujumisen jatkuvalla varmistamisella toisiltaan.”**

Menestyksen esteiksi nimetään se, ettei ongelmia kuunnella, vaan ne vähätellään tai niiden esille tuojat siirretään sivuun. Niitä ovat myös tiedon panttaaminen, kateus, mustasukkaisuus ja edut tai palkitsemisjärjestelmä. Myös ammattitaidon tai koulutuksen puutteisiin viitataan. Yksi vastaaja mainitsikin menestystekijänä taidot, koulutuksen ja työkierron edistämisen.

HUOMIO TYÖILMAPIIRIIN

Monessa vastauksessa viitattiin ilmapiiriin, työyhteisön avoimuuteen ja luottamuksellisuuteen menestyksen edistäjänä tai toisaalta henkilöstöirstiriitoin sen jarruna. Joku vastaajista nimitti esteiksi vanhanaikaisen autoritaarisen johtamisen ja toinen ankeuttajat eli ihmiset, joille ei millään johtamisen keinoilla voi mitään. Yksi vastaaja kirjoittaa terveestä nöyryydestä ja samalla aaltopituudella olemisesta menestystekijöinä. Menestystekijöiksi nimetyt asiat ovat samoja, joita pidetään huipputiimien toimintatapoina. Huipputiimit viestivät runsaasti kasvokkain, ovat suoraan yhteydessä toisiinsa ja hankkivat sisältöä myös tiimin ulkopuolelta. (Jarenko 2017, 266, 268–269.)

Työpaikan ihmissuhteiden kehittämiseen on syytä panostaa. Hyvät suhteet kestävät stressiä, negatiivisia tunteita ja jännitteitä. Niiden osapuolet avautuvat uusille ajatuksille sekä ilmaisevat hyväntahtoisuutta ja kokevat toisten suhtautuvan heihin positiivisesti ja myötätuntoisesti. Systeemiluottamus eli osaamiseen perustuva luottamus sekä suhdeluottamus eli hyväntahtoinen luottamus auttavat jakamaan hiljaista tietoa ihmisten kesken. (Jarenko 2017, 266.)

HALLINNAN TUNNE TYÖSSÄ

Menestymiseen liittyy myös hallinnan tunne, josta Csikszentmihalyi (2005, 17–19) kirjoittaa. Kun työssä on riittävästi optimaalisia kokemuksia eli flow-kokemuksia, hallinnan tunne kasvaa. Se vahvistaa tunnetta osallisuudesta elämän ja työn sisältöön.

”Suurten muutosten jälkeen olen kokenut menestyväni tilanteissa, joissa noin vuoden uutta työtä tehtyäni huomaankin, että johdan itse työtä eikä työ vie minua sattumanvaraisesti.”

Nämä kokemukset vievät meitä myös työssä kohti tilaa, jota kutsumme onnellisuudeksi. Sen edistämiseksi menestystä tutkinut Uusiautti (2015, 141–142) kehottaa myös tekemään sekä omaan että työpaikan keskinäiseen toimintaan suuntautuvia myönteisiä asioita. AK-KU-sääntö toimii: kaikessa yhdessä tekemisessä auta, kehu, kiitä ja uskalla. Tämä koskee johtajia, esimiehiä, toimihenkilöitä, tiimejä, yksiköitä ja konttoreita. Tälläkin voimme kaikki ottaa vastuuta menestyksestä, tuottavuudesta ja tuloksista.



Kuva: Credi

LÄHTEET

Csikszentmihalyi, M. 2005. Flow, elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Helsinki: Rasalas Kustannus Oy.


Hakanen, J. 2009. Työn imua, tuottavuutta ja kukoistavia työpaikkoja? Kohti laadukasta työelämää. Helsinki: Työsuojelurahasto.

Hakanen, J., Kuusela, S. & Pessi A. B. 2017. Myötätuntoinen johtaminen. Teoksessa A.B. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen (toim.). Myötätunnon mullistava voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 281–303.

Jarenko, K. 2017. Myötätunto, hyväntahtominen ja psykologinen turva uusiutumiskyvyn edellytyksinä. Teoksessa A.B. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen (toim.). Myötätunnon mullistava voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 263–280.

Ojanen, M. 2014. Positiivinen psykologia. Helsinki: Edita.

Uusiautti, S. 2015. Menestyvä ja hyvinvoiva yritys positiivisen psykologian valossa. Yritysjohdon ja työntekijöiden näkemyksiä menestyksestä. Helsinki: BoD.



Kehittämisen
erilaiset ympäristöt

XAMK ACTIVE LIFE LAB HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN INNOVAATIOALUSTANA

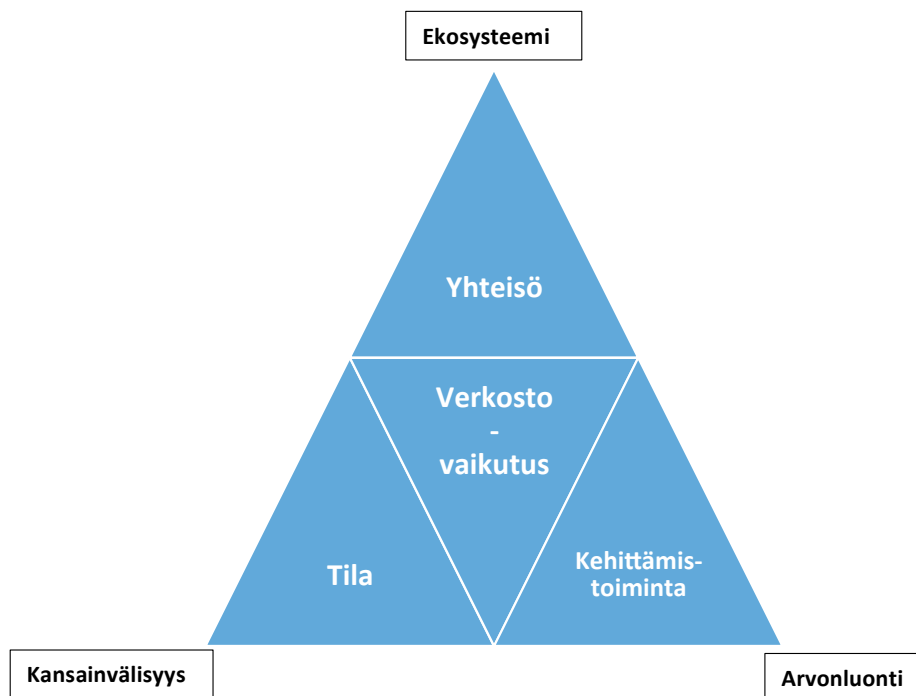
Viljo Kuuluvainen ja Arto Pesola

Tieto on hyödyllisimmillään silloin, kun siihen perustuvat hyvinvoinnin edistämisen ratkaisut ja palvelut ohjaavat yksilön käyttäytymistä. Uusien ratkaisujen kehittämistä voidaan helpottaa tarkoitukseen soveltuvalla ympäristöllä, kokoamalla yhteen aktiiviset toimijat ja luomalla kehittämistyölle selkeät prosessit.

Xamk Active Life Lab on Mikkeliin rakentuva uudenlainen hyvinvoinnin edistämisen kehittämis-, tutkimus- ja oppimisympäristö. Ympäristössä operoidaan ensisijaisesti terveyden omaehtoisen edistämisen palvelujen kehittämisen parissa. Elämäntapamuutosta voidaan tukea erilaisilla palveluilla, jotka esimerkiksi auttavat yksilöä seuraamaan toimintaansa ja hyvinvointiaan (Hautamäki 2016). Active Life Lab tavoittelee hyvinvoinnin edistämiseen liittyvän alueellisen innovaatiotoiminnan vauhdittamista luomalla rakenteen alan innovaatioiden ideointiin ja testaamiseen. Ympäristöstä pyritään kehittämään hyvinvoinnin edistämisen innovaatioalusta, jonka toiminta tukee parhaalla mahdollisella tavalla uusien palveluiden syntyä.

Innovaatioalustan käsitteestä on olemassa lukuisia erilaisia määritelmiä. Yksinkertaisimmillaan innovaatioalusta on mikä tahansa toimintaympäristö, teknologia, järjestelmä, tuote tai palvelu, jonka kehittäminen on systemaattisesti avattu ulkopuolisille kehittäjille ja arvонуonnille. Sen keskeisenä tavoitteena on alustan käyttäjien toisilleen tuottama hyöty ja osallistumisen luoma verkostovaikutus. (Raunio ym. 2016.) Innovaatioalusta tuo yhteen palveluinnovaatioiden syntyyn tarvittavat resurssit ja ongelmiin uudenlaisia ratkaisuja hakevat toimijat (Lusch & Nambisan 2015).

Innovaatioalustan toimintaa voidaan hahmottaa kolmen peruselementin - yhteisön, tilan ja kehittämistoiminnan avulla (kuva 7). Nämä elementit voidaan organisoida monella tapaa tukemaan yhteistä palvelujen kehittämisen ja arvon luomisen prosessia. (Raunio ym. 2016.) Tarkastelemme tässä artikkelissa Active Life Labin toiminnan käynnistämistä tämän kolmijaon pohjalta.



Kuva 7. Innovaatioalustan elementit (Raunio ym. 2016).

FYYSINEN TILA MAHDOLLISTAA KEHITTÄMISTOIMINNAN JA LUO KIINTOPISTEEN YHTEISÖLLE

Innovaatioalustan fyysisten tilojen tulisi tarjota avoin kotipesä kehittäjäyhteisölle ja mahdollisimman hyvät puitteet yhteiskehittämiselle (Raunio ym. 2016). Active Life Labin fyysiset tilat sijoittuvat Mikkeliin rakennettavan Saimaa Stadiumin yhteyteen. Käynnistysvaiheen suurin panostus on tulevaa toimintaa palvelevan fyysisen ympäristön suunnittelu ja teknologiahankintojen tekeminen. Ainutlaatuinen ympäristö tulee sisältämään muun muassa käyttäytymiseen reagoivan hyvinvointitilan, kognitiota kehittävän kuntosalin, lisättyä todellisuutta hyödyntävän kuntoutusmaton, älykkään ravintolaympäristön ja yhteiskehittämiseen suunnitellun alueen. Tilan olemassaolon perusteluna toimivat kehittämissympäristön tutkimusoletukset (Taulukko 3). Ne antavat suuntaa tulevalle tutkimus- ja kehittämis toiminnalle ja ohjaavat ympäristöön tehtäviä teknologiahankintoja.

Innovaatioalustalla fyysistä ympäristöä tukee usein digitaalinen tila. Tässä yhteydessä se tarkoittaa hyvinvointidatan keräämistä, tallentamista ja hyödyntämistä mahdollistavaa data-arkkitehtuuria sekä yhteiskehittämistä tukevaa digitaalista verkkopalvelua.

Taulukko 3. Active Life Labin tilojen suunnittelua ja toimintaa ohjaavat tutkimusolelut.

Ympäristö	<p>Ympäristöä muuttamalla voidaan ohjata ihmistä terveelliseen käyttäytymiseen ilman ihmisen tietoista päätöstä</p> <p>Tilan sisustusta voidaan muuttaa rauhoittavaksi niin, että muutos vähentää ihmisten stressitasoa, parantaa verensokerinsäätelyä ja keskittymiskykyä.</p> <p>Ravintolan sisustusta ja asettelua muuttamalla voidaan vaikuttaa ihmisten ruokavalintoihin.</p> <p>Luonnon ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia voidaan tuottaa simuloituilla ympäristöillä.</p>
Teknologia	<p>Teknologialla voidaan helpottaa ja lisätä päivittäisten terveellisten valintojen tekemistä.</p> <p>Digitaaliset terveysinterventiot parantavat tehokkaammin sydän- ja verisuonitautien riskitekijöitä tavanomaisiin toimenpiteisiin verrattuna.</p>
Sisältö	<p>Voimaharjoitteluun yhdistetty kognitioharjoittelu parantaa ikääntyneiden toimintakykyä ja motivaatiota harjoittelua kohtaan enemmän kuin tavallinen kuntosaliharjoittelu.</p> <p>Kuntoutuksen pelillistäminen virtuaalitodellisuuden ja lisätyn todellisuuden avulla parantaa aivohalvauksipotilaiden kuntoutustuloksia ja kuntoutusohjelmaan sitoutumista tavanomaiseen kuntoutukseen verrattuna.</p> <p>Terveysteknologian vaikuttavuus terveyden edistämässä paranee, jos sisältö kehitetään edistämään henkilön koetun pätevyyden ja autonomian tunnetta.</p>
Vaikuttavuus	<p>Terveyden edistämiseen tähtävien toimenpiteiden vaikuttavuus paranee, jos ne kohdennetaan yksilöllisesti henkilön taustatietojen perusteella.</p> <p>Sitoutuminen kuntosaliharjoitteluun paranee, jos harjoittelun sisältö on personoitu, harjoittelusta saa välitöntä palautetta ja ohjelma mukautuu kehitykseen.</p>

KEHITTÄJÄYHTEISÖN AKTIIVISUUS JA TULOKSELLISUUS MÄÄRITTÄVÄT ALUSTAN MENESTYKSEN

Kehittäjäyhteisön kautta innovaatioalusta kiinnittyy laajempaan hyvinvoinnin edistämisen ekosysteemiin alueellisesti, kansallisesti ja kansainvälisesti. Aktiivinen kehittäjäyhteisö on tärkeä alustan menestyksen ja toiminnan jatkuvuuden kannalta. Innovaatioalustassa yhteisön toimijoilla on erilaisia ja mahdollisesti osin päällekkäisiä rooleja (Raunio ym. 2016). Omistaja eli tässä tapauksessa Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu toimii alustan perustajana ja rahoituksen hankkijana käynnistysvaiheessa. Omistajan rooliin kuuluu toiminnan tavoitteiden määrittely, verkoston rakentaminen ja toiminnan fasilitointi. Active Life Lab käynnistetään hankerahoituksella ja pysyvä toimintamalli henkilöstön osalta rakennetaan hankkeen aikana. Alustan operatiivisesta johtamisesta eli arjen toiminnasta ja kehityksestä

omistajan alaisuudessa vastaavat yleensä fasilitaattori ja manageri.

Kehittäjän tai innovaattorin roolissa yhteisössä voivat toimia esimerkiksi alueen yritykset, jotka hyödyntävät ympäristöä palveluidensa kehittämiseen, tai opiskelijat, jotka saavat kokemusta käytännön innovaatiotyöstä osallistumalla kehittämiseen. Kehittäjien motiivien on hyvä lähteä yhdessä tekemisen mielekkyydestä ja oman osaamisen kehittämisestä eikä ainoastaan yrityksen tapauksessa rahasta tai opiskelijoiden tapauksessa opintopisteistä. (Raunio ym. 2016.) Active Life Labissa opiskelijoilla on merkittävä rooli kehittäjinä. Ympäristöön sijoittuu kaksi koulutusta (YAMK-tutkinto ja tradenomitutkinto), joiden opiskelijat osallistuvat osana opintojaan yrityksiltä ja muilta organisaatioilta tulevien kehittämisshaasteiden ratkaisemiseen.

Asiakas maksaa alustan omistajalle saamastaan palvelusta. Yhteiskehittämisessä maksavan asiakkaan määrittely ei ole aina helppoa, eikä sellaista välttämättä löydy lainkaan. Maksavien asiakkaiden saaminen vaatii alustan tarjoaman palvelun huolellista tuotteistamista. Yrityksen motiiveja käyttää alustan tarjoamia palveluja voivat olla esimerkiksi tulevaisuuden osajien rekrytointi, uusien palvelukonseptien kehittäminen tai palvelun testaaminen. (Raunio ym. 2016.) Active Life Labissa tavoitteena on, että yhteiskehittämisen toimintamallin vakiinnuttua asiakasorganisaatiot maksavat esimerkiksi projektikohtaisen maksun alustalla toteutetuista kehittämisprojekteista. Alustan ei ole tarkoitus toimia markkinaehtoisesti, mutta maksullisuus sitouttaa asiakasorganisaatioita toimintaan ja kasvattaa kehittämistyölle asetettavaa vaatimustasoa.

Edellä esiteltyjen roolien lisäksi alustalla voi olla muitakin toimijarooleja, joista keskeisin on käyttäjä. Palvelun tai tuotteen loppukäyttäjien saaminen mukaan kehitysprosessiin on käyttäjälähtöisen kehittämistoiminnan edellytys. Haluttuja käyttäjiä ovat erityisesti sellaiset, jotka ovat valmiita tuomaan rohkeasti, avoimesti ja rehellisesti esille omia ideoitaan, kokemuksiaan ja näkemyksiään palveluiden kehittämisestä (Heikkanen & Österberg 2012).

KEHITTÄMISTOIMINNASSA HYÖDYNNETÄÄN KETTERIÄ YHTEISKEHITTÄMISEN MENETELMIÄ

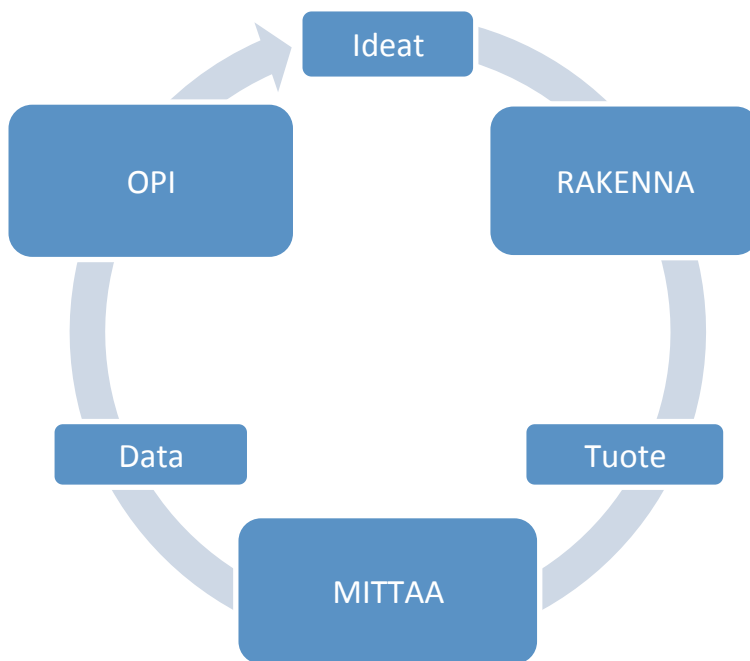
Kehittämistoiminnalla viitataan tässä yhteydessä innovaatioalustan tarjoamiin kehittämisen prosesseihin, jotka luovat arvoa alustan käyttäjille (Raunio ym. 2016). Käytännössä tämä tarkoittaa alustan omistajan rooliin kuuluvaa yhteiskehittämisen johtamista ja fasilitointia. Active Life Labin kehittämistoiminnan tavoitteena on luoda yhdessä alustan yhteisön toimijoiden kanssa uusia hyvinvoinnin edistämiseen tähtäviä ratkaisuja. Painopiste kehittämisessä on ideoinnissa, palvelukonseptien prototyyppien rakentamisessa ja niiden testaamisessa.

Active Life Labissa hyödynnetään useita kehittämismenetelmiä oman, kontekstiin ja ympäristöön parhaiten sopivan mallin rakentamisessa. Yhteinen nimittäjä useimmille yhteiskehittämisessä käytettäville teorioille ja menetelmille löytyy ketteryydestä, nopeista kokeiluista ja asiakkaiden osallistamisesta. Seuraavaksi esiteltävät teoriat kuvaavat palveluiden kehittämisen lähtökohtia ja prosessia ylätasolla. Mitä konkreettisemmalle tasolle käytäntöön yhteiskehittämisessä mennään, sitä enemmän hyödynnetään keskenään sa-

mankaltaisia ryhmätyöskentelyn fasilitoinnin menetelmiä.

Yhteiskehittäminen voidaan nähdä innovaatioalustalle tyypillisen toiminnan yläkäsitteenä. Se määritellään ihmisten väliseksi tavoitteelliseksi yhteistyöksi, jota voidaan edistää ja tukea monella tavalla. Sitä voidaan tehdä missä tahansa fyysisessä tai digitaalisessa yhteisössä. Kehittämisen kohteena voi olla hyvinkin erilaisia asioita, kuten tuote, palvelu, tilaratkaisut, liikeidea tai toimintatavat. (Agilemobile 2015.)

Lean startup on laajalti hyödynnetty yrittäjämäistä kokeilukulttuuria edustava kehittämisen malli. Syklinen menetelmä nojaa jatkuvaan nopeaan kehittämiseen ja oppimiseen menestymisen elinehtona. Ensinnäkin ideoidaan ja rakennetaan tuotteen tai palvelun MVP (minimum viable product), sen jälkeen testataan palvelua asiakkailta ja mitataan onnistumista eri mittarein. Tämän jälkeen käydään kerätty data läpi ja tehdään sen perusteella päätös, jatketaanko kehittämistä samalla strategialla vai otetaanko uusi suunta. (Ries 2016.) Tällaisen jatkuvan parantamisen ja oppimisen kulttuurin luominen on tavoitteena Active Life Labin yhteisössä.



Kuva 8. Rakenna-mittaa-opi-palautesykli. Tavoitteena on minimoida syklin kokonaiskiertoaika. (Ries 2016.)

Palvelumuotoilussa tai laajemmin muotoiluajattelussa (design thinking) asiakas on toiminnan keskiössä. Kehittämisprosessi voidaan jakaa esimerkiksi tutkimus-, luomis-, reflektointi- ja toteutusvaiheisiin (Stickdorn & Schneider 2010) tai inspiraatio-, synteesi-,



Kuva: Credi

kokeilu- ja toteutusvaiheisiin (Kelley & Kelley 2013). Palvelumuotoilun prosessissa on paljon samankaltaisuuksia lean startupiin, sillä ne molemmat korostavat asiakasnäkökulmaa ja syklistä kehittämistä.

Active Life Labin toiminta ottaa mallia myös living lab -ympäristöistä ja niiden toimintalogiikasta. Käyttäjälähtöinen yhteiskehittäminen on living labeissa keskeisin lähtökohta (Heikkanen & Österberg 2012; Leminen ym. 2012). Niissä hyödynnettävät menetelmät perustuvat lean startupin ja palvelumuotoilun tavoin sykliseen kehittämiseen, jossa kaikki yhteiskehittämisen toimijat osallistuvat tuotteiden, palveluiden ja uusien liiketoimintamallien luomiseen ja pilotointiin. Palveluiden kehittäminen vaiheistetaan useampaan vaiheeseen. Prosessi kulkee esimerkiksi taustoituvaiheen sekä ideointi- ja konseptointivaiheen läpi ennen konseptin soveltamista käytäntöön, prototyyppien luomista, testaamista ja jatkokehitystä, liiketoimintamallin kehitystä ja pilotointia sekä tuotteen lanseerausta. Tämän jälkeen siirrytään jatkuvan kehittämisen vaiheeseen. (Sutinen ym. 2016.)

Tutkimukseen perustuvien kehittämisteorioiden ohella Active Life Lab ottaa vaikutteita toiminnassa olevista kehittämisympäristöistä. Yksi tällainen on Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun Logistiikkaverstaan käytännössä kokeiltu ja palkittu malli. Siinä erilaiset organisaatiot tuovat verstaaseen kehittämishaasteita, joita monialaiset opiskelijatiimit ratkaisevat, ja lopputuloksena syntyy haasteeseen vastaava tuote tai palvelu. Varsin samankaltainen mutta toiminta-aresursein ja -volyymitään merkittävästi suurempi alusta on Aalto-yliopistossa Espoossa toimiva Design Factory. Toiminnan ydin rakentuu sielläkin

yrityksiltä tulevien tuotekehityksen haasteiden ja toimeksiantojen ratkaisemiseen opiskelijatiimien innovatiivisuuden ja osaamisen avulla. Aalto Design Factoryn tapauksessa toimeksiantajayritykset myös rahoittavat merkittäväällä summalla kehitysprojektin toteutusta.

KEHITTÄMISTOIMINTA ACTIVE LIFE LABISSA KÄYNNISTYY VAIHEITTAIN

Yhteiskehittämisen käynnistäminen innovaatioalustalla on monivaiheinen prosessi, jota voidaan karkeasti kuvata kolmen erillisen vaiheen kautta (Heikkanen & Österberg 2012). Active Life Labissa tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että liikkeelle lähdetään eräänlaisella ensivaiheen prototyypillä, jota laajennetaan, hiotaan ja muokataan toiminnasta saatujen kokemusten mukaan seuraavissa vaiheissa. Kokonaisuus rakentuu yhteisön, tilan ja toiminnan samanaikaisesta kehittämisestä.

Ensimmäisessä vaiheessa kärkinä ovat fyysisen ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ja alueellisen kumppaniverkoston ydintoimijoiden sitouttaminen. Samalla osallistetaan loppukäyttäjiä ja Xamkin opiskelijoita kehittämistoimintaan. Tavoitteena on, että ensimmäisen kehittämisprosessin tuotoksena syntyy kumppaniverkoston tuottamia palveluita, jotka hyödyntävät Active Life Labin fyysistä ympäristöä. Samalla kehittämisprosessin toimivuudesta saadaan kokemuksia, joiden perusteella yhteisön jäsenten tarpeisiin voidaan paremmin vastata.

Toisessa vaiheessa fyysinen ympäristö on valmis, hyvinvointidatan kerääminen on käynnistynyt, ja alustan toimintaa pyritään systematisoimaan ja laajentamaan. Datan kerääminen mahdollistaa sen hyödyntämisen palveluiden kehittämisessä. Lisäksi tässä vaiheessa yhteiskehittämiseen saadaan mukaan vahvempi opiskelijaresurssi uusien koulutusohjelmien käynnistyessä Active Life Labissa. Opiskelijoiden asema kehittäjinä on keskeinen.

Kolmannessa vaiheessa prosessien, rahoitusmallien, organisaation ja kehittämismenetelmien tulisi hioutua toimivaksi kokonaisuudeksi (Heikkanen & Österberg 2012). Jatkossa mallia kehitetään jatkuvasti muun muassa säännöllisen itsearvioinnin ja sidosryhmäpalautteen perusteella.

LÄHTEET

Agilemobile 2015. Agile - ketterät liiketoimintaa edistävät yhteiskehittämisen käytännöt. Turun yliopiston kauppakorkeakoulu. Saatavissa. <http://www.agilemobile.fi/> [viitattu 25.10.2017].

Hautamäki, A. 2016. Terveyden omaehtoinen edistäminen – kehityspolku. Tekesin katsaus 326/2016. Tekes. Saatavissa: https://www.tekes.fi/globalassets/julkaisut/terveyden_omaehtoinen_edistaminen_326_2016.pdf [viitattu 25.10.2017].

Heikkanen, S. & Österberg, M. (toim.). 2012. Living lab ammattikorkeakoulussa. Ammattikorkeakoulujen neloskierre -hanke/HAAGA-HELIA ammattikorkeakoulu.

Kelley, T. & Kelley, D. 2013. *Creative Confidence: Unleashing the Creative Potential Within us All*. New York: Crown business.

Lusch, R. F. & Nambisan, S. 2015. Service innovation: A Service-Dominant Logic Perspective. *MIS Quarterly* Vol. 39 No. 1, 55 – 75.

Leminen, S., Westerlund, M. & Nyström, A-G. 2012. Living Labs as Open-Innovation Networks. *Technology Innovation Management Review*. September 2012: 6-11.

Raunio, M., Nordling, N., Ketola, T., Saarinen, J. P. & Heinikangas, A. 2016. Avoin innovaatioalusta kaupunkikehittämisen lähestymistapana. Käsikirja kehittäjille. 6 Aika-hanke. Saatavissa: https://avoimetinnovaatioalustat.files.wordpress.com/2016/09/alustajohtamisen-kc3a4sikirja_pc3a4ivitetty.pdf [viitattu 15.10.2017].

Ries, E. 2016. *Lean startup: kokeilukulttuurin käsikirja: kuinka jatkuvan innovoinnin avulla luodaan merkittävästi onnistuneempaa liiketoimintaa*. Kerava: LavasDesign Oy.

Stickdorn, Marc & Schneider, Jacob 2010. *This Is Service Design Thinking: Basics-tools-cases*. Amsterdam: BIS Publishers.

Sutinen, P., Erkkilä, K., Wollstén, P., Hagman, K., Hirvikoski, T. & Äyväri, A. 2016. Koulujen ja yritysten yhteiskehittämisen KYKY Living Lab –käsikirja. Espoon kaupunki. Saatavissa: file:///C:/Users/hviku02/Downloads/2016-08-24_Espoo_KYKY_kasikirja_FI.pdf [viitattu 20.10.2017].

TYÖN KEHITTÄMINEN AMMATTIKEITTIÖISSÄ

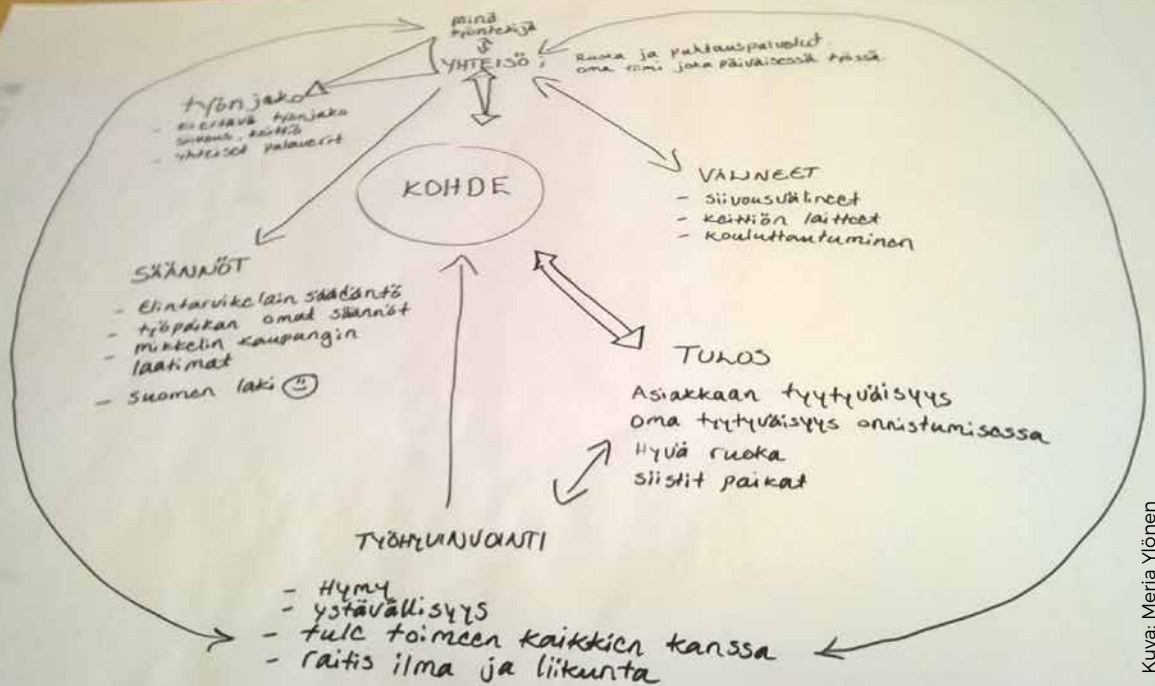
Tiina Tuovinen ja Merja Ylönen

Joukkoruokailu on osa suomalaista ruokakulttuuria. Ammattikeittiöiksi kutsutaan ruokapalveluja tuottavia keittiöitä, joista käytetään myös nimitystä suurkeittiö tai suurtalous (Lampi ym. 2012, 9). Ateriapalveluita käyttää päivittäin reilu kolmasosa väestöstä. Vuosittain ammattikeittiöt tarjoavat n. 850 miljoonaa ateriaa, mikä merkitsee 160 ateriaa henkeä kohti. (Vikstedt ym. 2011.) Ammattikeittiöissä valmistetaan aterioita mm. kouluihin, päiväkoteihin, sairaaloihin ja vanhainkoteihin. Ammattikeittiöosaajilla on tärkeä yhteiskunnallinen rooli ravitsemuksen, kansanterveyden ja suomalaisen ruokaperinteen tunnetuksi tekemisessä. Koulu- ja päiväkotiruokailu ovat osa lasten ja nuorten kasvatusta (Ammattinetti 2017).

Ammattikeittiöalalla tarvitaan ruokatuotannon prosessien hallintaa. Keittiöissä toiminnan on oltava taloudellista ja tuottavaa, joten hyvä etukäteissuunnittelu on tuotannolle tärkeää (Lampi ym. 2012, 14). Etukäteissuunnittelussa apuna on ammattikeittiön tuotannonohjausjärjestelmä. Sen avulla mm. suunnitellaan ruokalistat kilpailutetun raaka-ainevalikoiman pohjalta, suunnitellaan raaka-ainetilaukset ja seurataan varastojen tilannetta. Tuotannonohjausjärjestelmässä olevat vakioidut ruokaohjeet takaavat tasalaatuiset tuotteet valmistuskerrasta toiseen ja mahdollistavat toiminnan aikatauluttamisen. Ammattikeittiön toimintaa tehostavat myös viime vuosina yleistyneet ns. älylaitteet, joihin voidaan ohjelmoida ruokien kypsennysprosesseja.

Keittiötyö on perinteisesti ollut ja on osittain edelleen käsityötä, vaikka ala onkin kehittynyt uuden teknologian ansiosta. Uusi teknologia voi olla haaste ikääntyville työntekijöille. Kunnallisista ammattikeittiöiden työntekijöistä valtaosa on naisia, ja tilastokeskuksen 2013 tekemän selvityksen mukaan kunnallisen ruokapalveluhenkilöstön keski-ikä oli tuolloin 47,6 vuotta (Haapanen & Jalava 2014, 28). Nykypäivänä toimenkuvat ovat laajentuneet. Moniammatillisuuden ja -taitoisuuden lisäksi vaaditaan sosiaalisia taitoja, kielitaitoa ja tuottavuutta (Ammattinetti 2017).

Ruokapalveluihin kohdistuu vahvoja muutospaineita ja tulevaisuuden ennustaminen on vaikeaa. Vuonna 2014 tehdyn Ruokapalvelukartoituksen mukaan lähivuosien ongelmiksi koettiin kustannusten nousupaineet, työvoiman saannin vaikeutuminen ja asiakkaiden tarpeiden muuttuminen. Kehittämiskohteiksi todettiin mm. asiakaspalautteen parempi huomiointi, lähiruoan käytön lisääminen, kylmävalmistuksen lisääminen, ikääntyneiden ravitsemisuosituksiin panostaminen ja nykyistä asiakaslähtöisempi ruokalistasuunnittelu. Esimiestyön kehittämiseen sekä henkilöstön koulutukseen ja hyvinvointiin halutaan tulevaisuudessa myös panostaa. (Haapanen & Jalava 2014, 2, 37.)



Kuva: Merja Ylönen

AMMATTIKEITTIÖTYÖ MUUTOKSESSA

Työelämän muutosvauhti kiihtyy myös ruokapalvelualan toimipaikoissa; organisaatioita uudistetaan, tuotevalikoimaa uusitaan ja uutta teknologiaa otetaan käyttöön. Nämä muutokset lisäävät työn henkistä kuormittavuutta ja aiheuttavat siten myös sairauspoissaoloja. (Mäkitalo & Paso 2008, 12.) Muutos työssä aiheuttaa muutoksia työn sisältöön, osaamisvaatimukseen ja työn organisointiin. Puhutaan tuotanto- ja palvelukonseptin muutoksesta. Muutoksen tiedostamista työpaikoilla vaikeuttaa monesti se, ettei niissä tehdä konsepteihin ja niiden muutoksiin liittyvää systemaattista tutkimusta. Muutoksia tapahtuu, mutta niistä ei olla tietoisia. Samoin muutosten vaikutukset saattavat jäädä tiedostamatta. Voidaan tarvita ulkopuolisen tahon mukaantulo esimerkiksi hankkeen myötä, jotta tilanne tiedostetaan. (Mäkitalo & Paso 2008, 12.)

Muutos ja muuttuminen ovat välttämättömiä, jotta yritys tai organisaatio säilyy hengissä ja työpaikat olemassa. Ruokapalvelualalla muutokset ovat viime aikoina liittyneet esimerkiksi ruoan tuotantotapojen (prosessien) muutoksiin; ollaan siirrytty perinteisestä valmista ja tarjoile -menetelmästä (cook and serve) valmistetun ruoan jäähdyttämiseen ja kuljettamiseen jäähdytettynä (cook and chill) tai ruoan kylmävalmistukseen. Muutosten taustalla vaikuttavat erilaiset kehitystrendit; taloudellinen trendi pakottaa yhä tehokkaampaan tuotantoon,

teknologian kehittymisen myötä avautuvat uudet mahdollisuudet ja asiakkaiden muuttuneet tarpeet haastavat kehittämään toimintaa. (Mäkitalo & Paso 2008, 13.)

Toimipaikat, jotka ymmärtävät muutoksen välttämättömyyden, säilyvät. Todellinen muuttuminen edellyttää oman toiminnan kriittistä tarkastelua ja kykyä muuttaa omaa toimintatapaa ja toimintaa käytännössä (Mäkitalo & Paso 2008, 13). Muutokselle on tyypillistä pitkäkestoisuus ja vaihteellisuus. Monesti muutoksesta uutisoidaan vasta loppuvaiheessa, silloin, kun prosessissa on edetty ja uusi tuote tai palvelu on käytössä. Prosessin välivaiheet unohdetaan ja näin muutos vanhasta uuteen nähdään itsestään selvänä. Ei ymmärretä, että esimerkiksi ammattikeittiössä käytössä oleva toimiva ja tarpeelliset tiedot sisältävä tuotannonohjausjärjestelmä tai ruokalistan mukaan ohjelmoidut yhdistelmäunit ovat edellyttäneet valtavan määrän työtä. (Mäkitalo & Paso 2008, 16–17.)

Valtaosan muutoksista suunnittelevat johto tai kehittämisasiantuntijat. Henkilöstö eivätkä esimiehetkään välttämättä ymmärrä, miksi siirrytään uuteen, ja näin motivoituminen ja ”energialataus” muutokseen on puutteellista. Muutoksia suunnitellaan monesti myös ilman perehtymistä prosesseihin ruohonjuuritasolla. Kun tämä tieto puuttuu, uuden toiminnan käyttöönotto on haasteellista. Henkilöstö ikään kuin heitetään veteen, ja heidän on itse ratkaistava, miten pysyä pinnalla. Osa kehittää innovatiivisia ratkaisuja, mutta suuri vaara on, että palataan vanhaan. Unohdetaan esimerkiksi, miten käytettiin tuotannonohjausjärjestelmän varastotoimintoja tai miten sähköinen laskutus tapahtui. Ohjelmoinnin



mahdollistavien laitteiden käytössä siirrytään takaisin prosessikohtaiseen laitteen säätämiseen. (Mäkitalo & Paso 2008, 19.)

TYÖLÄHTÖINEN KEHITTÄMINEN TYÖN ÄÄRESSÄ

Muutoksista tiedotetaan yleensä koko henkilöstölle suunnatuissa tiedotustilaisuuksissa. Jos muutoksiin liittyy koulutusta, se kohdistetaan koko henkilöstölle kertaluonteisena massatapahtumana. (Mäkitalo & Paso 2008, 19.) Hyvä esimerkki tällaisesta toiminnasta ammattikeittiöissä ovat laitteiden ja tuotannonohjausjärjestelmän käyttöönottovaiheessa pidettävät koulutukset. Koulutus on asiantuntevaa, mutta sen toteutuminen kertaluonteisena ja siinä vaiheessa, kun koko käyttöönotettava laite tai ohjelmisto on uusi, ei välttämättä auta henkilöstöä muutoksen aiheuttamassa paineessa. Massakoulutus ei tarjoa riittävän yksityiskohtaisia vastauksia siihen, miten uutta aletaan käyttää; miten ohjelmoidaan ruokalistan mukaiset ruokien kypsennysprosessit laitteisiin tai tavarantoimittajien tuotemerkkien päivitykset tuotannonohjausjärjestelmään.

Työntekijän osaamisen kehittymistä tuetaan usein menetelmillä, jotka edellyttävät irtautumista työtehtävistä koulutuksen ajaksi. Tällainen koulutus on usein paitsi kallista ja hankala järjestää, myös liian hidaskäyttöinen menetelmä varmistamaan riittävä osaamisen kehittyminen työprosesseissa. Osaamisen kehittämisessäkin voisi päteä 20/80-sääntö; 20 % koulutuksesta voisi toteutua työyhteisön ulkopuolella ja 80 % tuetusti työpaikalla työn ääressä. (Viitala 2005, 271.) Muutoksen tehokkaaseen toteutukseen tarvitaan pitkäkestoista ohjaamista ja tukea työn ääressä siten, että muutos todella tapahtuu ja uudet toimintatavat otetaan täysimääräisesti käyttöön. Esimiesten tulee olla muutoksen eturintamassa. Heillä pitää olla hallussa vanha tuote- ja palvelukonsepti siten, että he käsittävät, mitä muutos konseptissa tarkoittaa käytännön tasolla. Muutoksen todellisia tekijöitä ei saa jättää ilman ohjeistusta ja tukea. (Mäkitalo & Paso 2008, 19.)

Ratkaisut tuote- ja palvelukonseptin muutoksen aiheuttamiin tuotannon haasteisiin tulee hakea työstä. Ihmisiä ei tule laittaa harjoittelemaan majan rakennusta tai vuorovaiikutustaitoja tilanteessa, jossa työt eivät suju muutoksesta tai sen puutteesta johtuen muuta kuin suurin ponnistuksin. Työtä ja sen muutosta tulee tukea työn ääressä. (Mäkitalo & Paso 2008, 20.)

Muutos on tuskin milloinkaan täysin kitkatonta ja loogisesti etenevää, mutta oikein suunnattu ja tehokkaasti toteutettu kehittämistyö voi sitä helpottaa (Mäkitalo & Paso 2008, 20). Uusien ohjelmoitavien laitteiden käyttöä ohjelmointeinen harjoittelun päivittäisessä toiminnassa ja ratkaistaan haasteita työn ääressä esimiesten ja henkilöstön vuorovaikutuksena. Kehittämistyö tulee nähdä hitaasti mutta varmasti etenevänä prosessina, jonka lopputuloksena ovat entistä tehokkaammat ja tuottavammat tuote- ja palvelukonseptit.

LÄHTEET

Ammattinetti. 2017. TE-palvelut. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.ammattinetti.fi/ammattialat/detail/23/10_ammattiala [viitattu 30.10.2017].

Haapanen, A. & Jalava, T. 2014. Ruokapalvelukartoitus. Kuntien ruokapalvelujen nykytila, toiminnan haasteet ja kehitysnäkymät. Helsinki: Kuntaliitto.

Lampi, R., Laurila, A. & Pekkala, M.-L. 2012. Ruokapalvelut työnä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Mäkitalo, J. & Paso, E. 2008. Työ, työ ja työ. Työlähtöinen työterveyshuolto ja kuntoutus.

Viitala, R. 2005. Johda osaamista! Osaamisen johtaminen teoriasta käytäntöön. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Vikstedt, T., Raulio, S. & Prättälä, R. 2011 Joukkoruokailutyöryhmä. 2011. Julkisten ruokapalvelujen ravitsemuslaatu. Hankintailmoitusrekisteri tarkastelussa. Raportti 18/2011. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL).

TILANNE PÄÄLLÄ - UHKA VAI MAHDOLLISUUS?

Heikki Kantonen

Nuorisotyön toimintakenttää ovat viime vuosina muokanneet erityisesti suuret linjaukset kuten Nuorisotakuu (Valtioneuvosto 2015, 17), Etsivä nuorisotyö (Nuorisolaki 10. §), Ohjaamo-toiminta (OKM 2017, 11) ja toisen asteen ammatillisen koulutuksen reformi (Valtioneuvosto 2015, 16). Lähitulevaisuudessa merkittäväksi muodostuu opetus- ja kulttuuriministeriön määrittelemät osaamiskeskusten neljän vuoden sykleissä muuttuvat valtionavustukset (Nuorisolaki 19. §).

Ammattilaiset kentällä joutuvat mukautumaan avustusten ja hanketoiminnan kautta kulloinkin tärkeimpänä pidetyn kehityslinjan mukaisesti. Pysyvät resurssit nuorisotyön toteuttamiseen monessa kunnassa voivat olla hyvin niukat, jolloin lisärahoitusta toiminnalle haetaan kulloinkin ajankohtaisesta kehittämistyöstä. Resurssien niukkuuteen vaikuttaa muun muassa se, että alaa ohjaava nuorisolaki ei ole samalla tavalla velvoittava kuin esimerkiksi sosiaalialan lainsäädäntö. Toisin sanoen toimintoja ei ole pakko järjestää yhtä laajasti. Erilaisia suhtautumistapoja nuorisotyön toimintakentän tarpeisiin ja tavoitteisiin on useita.

Nuorten näkökulmasta katsoen elämä yhteiskunnassa voi olla sekavaa. Nuorisotyölle luotu ammattieettinen ohjeistus (Allianssi 2012) antaa kuvan, jossa nuorisotyö tarjoaa toimintoja, joissa on mahdollista olla aidosti ja vapaasti oma itsensä ilman pelkoa nolatuksi tai hylätyksi tulemisesta. Toisaalta nuori voi kokea, että ympäristö määrittelee muun muassa siitä, milloin on velvollisuus hakea opiskelemaan, mikäli haluaa pysytellä työttömänä työttömyysetuuksien piirissä (TE-palvelut 2017). Kun kaikille peruskoulun päättävillä taataan opiskelupaikka (OKM nuorisotakuu 2017), tulee joidenkin nuorten osalta ulkoa asetettuna myös määritteet sille, mistä tulee olla kiinnostunut ja mihin kouluun tulee pyrkiä. Tämä ei ole yksilölle paras mahdollinen tilanne.

Siinä missä nuorisoalan ammattilaisille voi syntyä ristiriitaa kentän tarpeen ja rahoittajien ristipaineessa, voi nuorelle kasautua paineita omien intressien ja yhteiskunnan toivomien asioiden yhteen sovittamisessa. Moni nuori kaipaaisi enemmän aikaa miettiä tulevaisuuttaan. Todellinen tahto ja tarve saattaa jäädä kuulematta, kun keskustelua ja päätöksentekoa värittävät ammattilaisten pelko oman työpaikan menettämisestä ja nuorilla taloudellisten haasteiden kasaantuminen, jos jää yhteiskunnan tarjoamien tukien ulkopuolelle. Nämä näkökulmat ovat tärkeitä tavoittaa.

KEHITTÄMISTÄ RISTIAALLOKOSSA

Uuden toiminnan suunnittelemisen voi aloittaa ainakin kolmella tavalla. Yksi tapa on turvautua siihen, miten omaa alaa määrittelevät lainsäädäntö ja kehittämisohjelmat ohjaavat. Toinen tapa on pysyä aktiivisesti mukana käytännön toiminnassa kuunnellen ja ymmärtäen niiden toimijoiden tarpeita ja näkemyksiä jotka ovat aiheen kanssa eniten tekemisissä. Kolmas tapa on tukeutua globaalisti koko elämää ohjaaviin eettisiin arvoihin, jolloin haetaan erityisesti kestävästä kehitystä. (ks. Yhdistyneet kansakunnat 2015)

Tavoitteiden asettamisen arvopohjaisesti johtaa usein pidemmälle kuin jonkun toimijan tietyn yksilöidyn, tarkasti rajatun päämäärän tavoittelu. Tämä ei kuitenkaan aina takaa sitä, että toiminnalle löytyisi tarvittavia resursseja tai toimijoiden yhteistä tahtotilaa. Onnistuneessa suunnittelutyössä tarvitaan tietoa kulloinkin voimassa olevista laeista ja asetuksista, kansallisista ja kansainvälisistä kehittämisohjelmista sekä hallituksen kärkihankkeista. Lisäksi tarvitaan tietoa oman toimialansa hyvin tuntevilta ammattilaisilta. Ruohonjuuritason toimijoiden näkökulma on usein kovin erilainen kuin lakeja ja asetuksia kirjoittavien näkökulma.

Eri toimijoiden näkökulmien tavoittaminen on monimutkainen ja hidas prosessi. Lisäksi muutokset toimintakentän rakenteissa ja käytännön työkentällä voivat olla nopeita, jolloin tuntuu, että koko ajan on jokin asia eri tavalla kuin aikaisemmin.

MYÖNTEINEN TUNNISTAMINEN

Tulevaisuuden suunnittelussa tarvitaan tietoa toimintakentän todellisista tarpeista ja yksilöiden intresseistä. Monet asiat saattavat sotkea asioiden oikein tunnistamista, jolloin lopputulokset voivat olla jotakin aivan muuta kuin mihin alun perin pyrittiin. Tästä syystä on tärkeää löytää eri toimijoiden tulokulmista myönteiset ja rakentavat ulottuvuudet.

Itse olen viime aikoina omaksunut Tampereen yliopiston SPARG-työryhmän kehittämän myönteisen tunnistamisen (Häkli ym. 2015, 11) ajattelutavan, jossa pyritään tavoittamaan aina toisten ihmisten näkökulmat mahdollisimman puhtaina ja tunnustamaan ne jatko-työskentelyn lähtökohdiksi. Työskentelyssä keskitytään tunnustettuihin vahvuuksiin ja rakennetaan tulevaisuuden tuki niiden varaan.

Ajattelutapaa voi soveltaa eri toimijoiden väliseen yhteistyöhön, jolloin eri organisaatioiden tarpeet ja tavoitteet hyväksytään rehellisesti yhteisen suunnittelun lähtökohdiksi. Onnistuneessa suunnittelussa väärinymmärryksille ei ole tilaa. Liiallinen kiirehdintä voi kuitenkin joskus haitata osapuolten todellisen tavoitteen ja tarpeen ymmärtämistä. Kaakois-Suomen ammattikorkeakoululla on tässä merkittävä mahdollisuus toimia yhteistyön koordinoijana, joka kykenee hahmottamaan ja sanoittamaan verkostojen tarpeet.

Myönteisen tunnistamisen kolme keskeistä tasoa ovat tutustuminen, tunnustaminen ja tukeminen (Häkli ym. 2015, 25). Nämä voivat toteutua peräkkäisinä vaiheina tai dynaamisena, yhtäaikaisena prosessina. Tutustuminen tarkoittaa osapuolten keskinäisen luottamuksen lunastamista. Tunnustaminen on arvon antamista toisen osapuolen kannalta tärkeälle näkökulmalle, jota edeltää oikeanlainen näkökulmien tunnistaminen sellaisena

kuin ne aidosti ovat. Tukemisella tarkoitan tässä yhteydessä konkreettisia tekoja sekä nuorten elämän eteenpäin saattamiseksi että verkostossa tapahtuvan yhteistyön toteuttamiseksi.

Myönteisen tunnistamisen prosessissa osapuolet voivat kokea arvostusta ja hyväksyntää tullessaan ymmärretyiksi heitä aidosti luonnehtivien ominaisuuksien eikä automaattisten luokitusten kautta (Häkli ym. 2015, 11). Esimerkiksi jonkun tietyn alueen nuorisotyön ohjaajat voivat pitää paikallisesti kehittyneitä käytäntöjään tärkeänä osana nuorisotyön kulttuuria, jolloin tämä on otettava lähtökohdaksi yhteistyössä. Nuorten kanssa toimiessa puolestaan tulee tavoittaa heidän todelliset innostuksen kohteet sekä motivaation lähteet.

Nopeaa oikotietä menestyksekkääseen tulevaisuuden rakentamiseen ei tavallisesti ole, vaikka poliittiset päättäjät saattaisivat niin toivoakin. Suunnittelutyössä on vaarana kiireessä täysin ohittaa ihmisten ja toimijatahojen todelliset tarpeet. Tahtotilat voidaan näennäisesti tarkistaa kysymällä nuorelta tai yhteistyökumppanilta, mutta vastaukset saattavat olla pelolla värittyneitä, tai puhutaan unelmatilasta todellisuuden sijaan. Lisäksi nopea toiminta ei aina salli asioihin tutustumista riittävän hyvin.

Tunnustamisessa tulee keskittyä arvon antamiseen sille minkä on tunnistettu osapuolten itsensä mielestä tärkeäksi. Väärin tunnistamista pystyy torjumaan tiedostamalla myös osittaisen tunnistamisen ja aktiivisen tunnistamisen kieltämisen haitalliset vaikutukset (Häkli ym. 2015, 20). Väärin tunnistamisessa oikeat näkökulmat jäävät tavoittamatta. Osittain tunnistamisessa nähdään kokonaisuudesta usein vain se osa, joka sopii omaan ajatteluun.



Aktiivinen tunnustuksen kieltäminen tarkoittaa sitä, kun joku tärkeä asia on kyllä tiedossa, mutta sitä ei haluta mitenkään huomioida vuorovaikutuksessa. Haitalliset vaikutukset väärin tunnistamisesta voivat johtaa esimerkiksi yhteistyön kuihtumiseen turhauttavana toimintana.

Myönteinen tunnistaminen voi laajasti ajatellen kohdistua ihmisiin, organisaatioihin tai lähes mihin tahansa yhteistyöhön vaikuttavaan kokonaisuuteen. Kun puhutaan myönteisestä tunnistamisesta, on tärkeää pohtia sitä, näkeekö asioissa ja niiden muutoksessa enemmän uhkia vai mahdollisuuksia. Mahdollisuudet molempiin ovat koko ajan olemassa, mutta harvoin kukaan haluaa lukkiutua näkemään pelkät uhkakuvat ympärillään. Hyvä käytäntö olisikin, että tutustumista ja tunnistamista jatketaan osapuolten kanssa niin kauan, että myönteinen tahtotila on tunnustettu. Näin kirkastuu tieto toimijoiden todellisista tarpeista.

KESTÄVÄ JA KANNATTAVA SUUNNITTELU

Hyvässä tulevaisuuden suunnittelussa tarvitaan ihmisiä, jotka tuntevat oman ammattialansa käytännöt ruohonjuuritasolla, ja niitä, jotka tuntevat suunnittelutyön taustalla vaikuttavat yhteiskunnalliset ohjelmat. Yhteistyö säilyttää toiminnan tuoreena. Myönteiseen tunnistamisen kaikki tasot eivät toteudu yksittäisissä nopeissa tilanteissa, ellei taustalla ole aikaisempaa tutustumista ja tunnustamista kaikkien yhteistyön vaikutuspiirissä olevien kanssa. Kun luottamus toimijoiden kanssa ansaittu, saadaan realistinen käsitys siitä, mitä tukemisen tarpeita on.

Hyvästä suunnittelun vaiheesta putoaa pois, jos verkostokumppanit kokevat tullessaan autetuksi väärin. Jatkuva myönteisen tunnistamisen prosessi auttaa pysymään mukana. Lisäksi on syytä muistaa se, että aina kun jonnekin päin liian syvään kumartaa, samalla pyllistää toisaalle. Paras tapa on tavoittaa yhteistyö jossa kaikki saavat haluamansa.

Onnistuneen toiminnan suunnittelun voi katsoa nojaavan myös artikkelin alussa viitattuihin kolmeen osaamisen ulottuvuuteen. Tämä tarkoittaa, että uuden toiminnan suunnittelun tulee tapahtua kiinteässä yhteydessä seuraaviin asioihin;

1. Kehittämistoiminnan rakenteet ja poliittinen ohjaus
2. Kentällä oleva kehittämisen tarve
3. Kestävän kehityksen arvopohja ja etiikka

Nämä tekijät joka tapauksessa vaikuttavat kokonaisuuteen ja synnyttävät jatkuvasti muuttuvia olosuhteita. Jokainen ulottuvuus voi olla myönteisen tunnistamisen kohteena. Jos jotain ei ymmärrä, ei tunnistaminen ole vielä toteutunut.

Muutokseen voi suhtautua joko uhkana tai mahdollisuutena. Mikäli kentän tarve tai rahoittajien toiveet eivät ole linjassa keskenään, voi kehittämisen suuntaa hakea etiikasta ja arvoista. Näin autetaan toimijoita myös näkemään kokonaisuudesta ne yhteisesti tärkeät asiat, joista voidaan keskustella. Kestävän kehityksen arvopohja ja etiikka ovat varsin pysyviä, mutta kehittämistoiminnan rakenteiden ja poliittisen ohjauksen sekä kentän muutoksissa pysyy mukana vain olemalla myönteisesti kiinnostunut ymmärtämään niitä.

Aina ei voi etukäteen tietää, millä tavalla lopulta käy hyvin, mutta hyvään loppuun voidaan yhdessä vaikuttaa ohjaamalla mielenkiintoa ja resursseja oikeaan suuntaan.

LÄHTEET

Allianssi 2012. Nuorisotyön ammattieettinen ohjeistus 19.4.2012 – Saatavissa: <http://www.alli.fi/binary/file/-/id/665/fid/1580> [viitattu 20.10.2017].

Häkli J. – Kallio K. – Korkiamäki R. 2015, Myönteinen tunnistaminen, Nuorisotutkimusverkosto/nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 171 Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/myonteinen_tunnistaminen.pdf [viitattu 20.10.2017]

Häkli J. – Kallio K. – Korkiamäki R. 2015, Myönteinen tunnistaminen – näkökulma hyvinvoinnin edistämiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen, teoksessa Myönteinen tunnistaminen (s. 9-35) Nuorisotutkimusverkosto / nuorisotutkimusseura, Julkaisuja 171 Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/myonteinen_tunnistaminen.pdf [viitattu 20.10.2017]

Nuorisolaki 1285/2016. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285> [viitattu 20.10.2017]

OKM – Nuorisotakuu sivusto; Koulutustakuu – verkkosivu Saatavissa <http://nuorisotakuu.fi/koulutustakuu> [viitattu 20.10.2017].

OKM (2017), Valtakunnallinen Nuorisotyön ja -politiikan ohjelma 2017–2019, päivätty 6.10.2017 Saatavissa: <http://minedu.fi/delegate/file/33201> [viitattu 20.10.2017]

TE-palvelut. Työttömän työnhakijan oikeudet ja velvollisuudet – verkkosivu Saatavissa: http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/jos_jaat_tyottomaksi/oikeudet_velvollisuudet/index.html [viitattu 20.10.2017]

Valtioneuvosto (2015) - Ratkaisujen Suomi Neuvottelutulos strategisesta hallitusohjelmasta 27.5.2015. Saatavissa: http://valtioneuvosto.fi/documents/10184/1427398/Hallitusohjelma_27052015.pdf [viitattu 20.10.2017]

Yhdistyneet kansakunnat. Agenda 2030 - YK:n kestävän kehityksen tavoitteet 27.9.2015 – Saatavissa: <http://yk.fi/node/479> [viitattu 20.10.2017].

Tarkastelunäkökulmia kehittämiseen



DIALOGISUUS, PEDAGOGISUUS JA RADIKAALI MONIALAISUUS HYVINVOINNIN JA INNOVAATIOIDEN LISÄÄMISESSÄ

Karoliina Nikula

Maailma, jossa elämme, on taloudellisesti rikkaampi kuin koskaan aiemmin. Toisaalta samaan aikaan elämme monenlaisen epävarmuuden aikaa. Julkisessa keskustelussa ja kahvipöydissä esiintyvät tiuhaan ilmiöt, kuten faktojen jälkeinen aika, globalisaatio, työttömyys, digitalisaatio, ilmastonmuutos ja muutos ylipäänsä. Sosiaalinen media luo kuplia minne ja miten sattuu. Moni kyselee, mihin voi enää luottaa. Mikään tieteenala, painoala tai yritys ei voi yksinään ratkaista haasteita, joiden edessä ja keskellä jo nyt elämme. Hyvinvoinnin lisäämiseksi ja innovaatioiden synnyttämiseksi tarvitaan rajat ylittävää yhteistoiminnallisuutta ja ennakkoluulotonta monialaisuutta.

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun juuri päivitetyn strategian kärkiä ovat alkavalla strategiakaudella tulevaisuuslähtöinen oppiminen, kansainvälisyys ja TKI-toiminta. Mielestäni näitä strategisia linjoja voidaan edistää dialogisuuden, pedagogisuuden ja radikaalin monialaisuuden keinoin. Koska on kyse korkeakoulusta, ajattelen pedagogian olevan lähtökohtaisesti strategian taustalla. Merkittävä osuus ammattikorkeakoulujen toiminnasta on sitä, millaisin eväin opiskelijoita valmistetaan opintojen jälkeiseen (työ)elämään. Oman TKI-yksikköni (luovat alat) kautta hahmotan strategiset valinnat radikaalin, rajat rikkovan monialaisuuden viitekehyksessä. Aidolla dialogilla strategiset painopisteet saadaan vuoropuheluun keskenään.

INNOVOIJAN PERSOONALLISUUS

Viiden faktorin malli (Big Five -lista) arvioi ihmisiä seuraavien ulottuvuuksien kautta: neuroottisuus, ulospäin suuntautuneisuus, avoimuus, tunnollisuus ja miellyttävyyys. Psykologi Jordan Petersin mukaan innovaattoreilla on yleensä erikoislaatuinen sekoitus näitä piirteitä, erityisesti kolmea viimeistä (Peters via Gladwell 2013, 131). Innovaattoreiden tulee olla avoimia ja kykeneviä kuvittelemaan asioita, joita muut eivät osaa kuvitella. Innovoijan tulee myös olla tunnollinen. Gladwellin mukaan ilman kurinalaisuutta ihminen on vain haaveilija.

Kaikkein tärkeimpänä piirteenä Gladwell näkee miellyttämishaluttomuuden. Se ei tarkoita työkyä tai vastenmielistä käytöstä, vaan valmiutta ottaa sosiaalisia riskejä eli valmiutta tehdä sellaisiakin asioita, joita muut saattavat paheksua. Tämä ei ole helppoa, sillä ihminen pyrkii helposti hakemaan hyväksyntää ympäristöstään (Gladwell 2013, 132). Mielestäni

em. piirteissä kehittämisessä auttaa radikaali monialaisuus, dialogisuus ja pedagogisuus, joita tarkastelen lyhyesti seuraavaksi.

RADIKAALI MONIALAISUUS YHTENÄ LUOVIENTALOJEN NÄKÖKULMANA

Xamkin luovien alojen tiimi on monialainen. Luoville aloille on tietoisesti rekrytoitu hyvin moninaisilla taustoilla ja erilaisilta tieteen-/ammattialoilta tulevia ihmisiä. Tämä radikaali monialaisuus on yksi yksikkömme voimavaroista. Katsotaan, mitä uutta syntyy siitä, kun erilaisista taustoista tulevat ihmiset laitetaan yhdessä luomaan uutta. Solantien ja Mäkeläisen (2009, 58, 66, 142) mukaan tiimeissä on oltava riittävän erilaisia ihmisiä, jotta innovaatiot ja luovuus kukoistavat organisaatiossa.

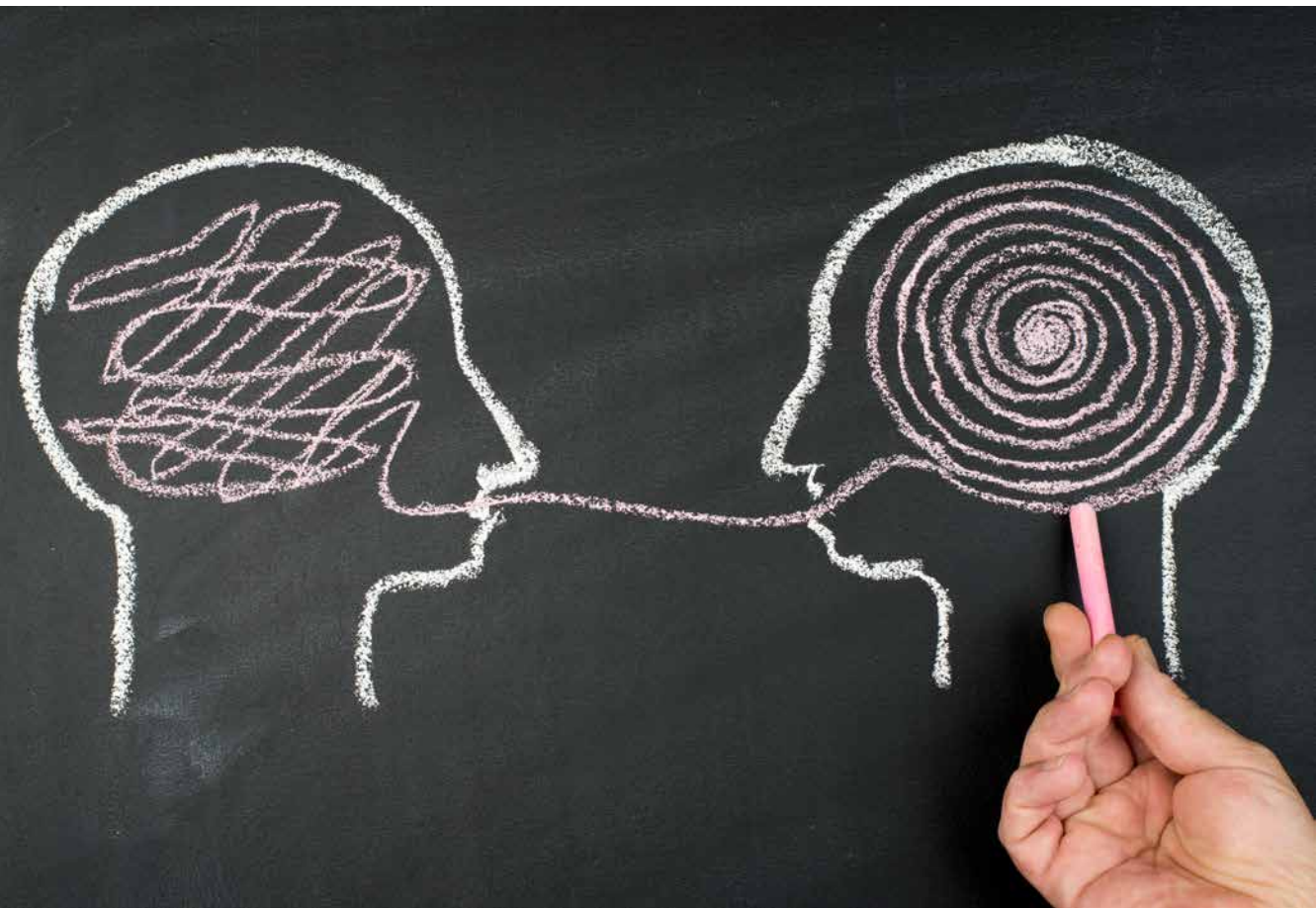
Tyypillinen, perinteinen ja mielestäni myös kapea tapa nähdä luovat alat on hahmottaa ne vain taiteiden kuten musiikin, kuvataiteen, tanssin tai elokuvan kautta. Nämä ovat tietysti olennainen osa luovia aloja. Oma taustani on akateemisessa tutkimuksessa ja sosi-



aalietiikassa, joka on yksi filosofian osa-alue. Ehkä siksi hahmotan luovat alat olennaisesti myös tieteen tekemisen ja filosofian kautta. Hahmotan luovat alat uuden luomisen kautta, johon luontevasti kuuluu tutkimus, jonka tehtävä on luoda uutta tietoa.

Filosofiaan kuuluu olennaisesti rotunnaisten ajattelutapojen kyseenalaistaminen (Niiniluoto 1984, 10). Kyseenalaistaminen ja miksi-kysymykset ovat ensimmäinen askel, kun ryhdytään miettimään, voisiko jonkin asian tehdä jotenkin toisin tai uudella tavalla. Luovilla aloilla esitetään rohkeasti kaikenlaisia kysymyksiä - sellaisiakin, joita ei haluta kuulla tai joihin kukaan ei ole vastauksia. Tämä on hyvin lähellä filosofiaa, jossa vastaamista tärkeämpää on kysyä. Filosofia on ihmettelyä, pyrkimystä ymmärtää paremmin. Ajattelen, että tästä oppiminenkin alkaa.

Maaailma, jossa elämme, on kompleksinen ja nopeasti muuttuva (Jarenko & Martela, 2017). Työelämä muuttuu niin vauhdikkaasti, ettei mikään koulutus pysy sen perässä. Siksi opiskelijankin – tulevan työntekijän – hyvinvointia lisää se, että hänen valmiutensa ovat jo lähtökohtaisesti monialaiset (Rahko 2017). Yleisesti tunnettu esimerkki monialaisuuden ja mielestäni myös opiskelijälähtöisyyden hyödyistä on Steve Jobsin opintojen sisältö; hän tuli



radikaalisti yhdistelleeksi eri aineita, kuten kalligrafiaa, tanssia ja kirjallisuutta (Koho 2016 ja Jobs 2005). Solatien ja Mäkeläisen (2009, 80) mukaan luovuus on vaihtoehtojen etsimistä ja uusien näkökulmien oivaltamista. Tämäkin on hyvin lähellä oppimista: oivaltamista ja ymmärryksen laajenemista.

DIALOGISUUDEN LÄHTÖKOHTA ON KYKY KUUNNELLA

Opiskelijälähtöisyyden taustaedellytys on aito dialogi opiskelijan kanssa. Globaalien tai lokaalimpienkin haasteiden ratkaisuisissa tarvitaan aitoa dialogia niin yksilöiden, yhteisöjen kuin suurempien asia- ja teemakokonaisuuksien välillä. Innovaatiot syntyvät siellä, missä kukaan ei ole vielä ollut ja minne kukaan ei myöskään yksin pääse.

Dialogi on enemmän kuin keskustelu. Keskustelu (discuss) tulee latinan sanoista dis+-+quater (erillään+ravistaa), dialogi tulee kreikasta dia+logos (läpi+sana) (ks. keskustelun ja dialogin terminmäärittelystä tarkemmin esim. Heikkilä & Heikkilä 2001, 56, 62). Dialogiin päästäkseen tulee nähdä vaivaa. Usein ajatellaan, että ollaan dialogissa, vaikka ollaankin aivan tavanomaisessa keskustelussa. Dialogiin liittyy avoimuus ja ihmettely, kun taas keskusteluun liittyy helpommin yksittäisen keskustelijan pyrkimys olla oikeassa. Esimerkiksi monet tv:n keskusteluohjelmat ovat nimensä mukaisesti keskusteluohjelmia, ehkä jopa väittelyohjelmia, eivät dialogiohjelmia, jollaisia mielestäni tarvittaisiin, jotta voitaisiin lisätä ymmärrystä ja hyvinvointia.

Dialogi lähtee liikkeelle kuuntelemisesta. Dialogissa kuuntelemista seuraa kuuleminen. Dialogiin on sisään rakennettu pyrkimys ymmärtää, myös erilaisuutta (Heikkilä & Heikkilä 2001, 54, 64). Se on luonteeltaan filosofista. Dialogi mahdollistaa aidon kuulemisen. Esimerkiksi terveydenhuollossa tämä voisi tarkoittaa sitä, ettei yritetä ainoastaan ajatella asiakkaan puolesta, mikä lisäisi hänen hyvinvointiaan, vaan kysytään, miten voitaisiin olla avuksi. Vanha tuttu ohje ”Tee toiselle niin kuin haluaisit itsellesi tehtävän” ei itseasiassa aina toimi, sillä toinen saattaa arvostaa eri asioita kuin itse arvostan.

Ihmisiä kuulemalla voidaan paitsi kehittää toimintoja ja siten lisätä pitkäaikaista hyvinvointia mutta myös välitöntä hyvinvointia. Kuulluksi tulemisen kokemus on auttavaa itsessään. (Ks. esim. Kilpeläinen 1973). Ihmisten kuulemisella en tarkoita kaikkien toiveiden täyttämistä, vaan pikemminkin pyrkimystä ymmärtää ihmistä. Tähän luovilta aloilta laajempaan käyttöön tullut menetelmä, palvelumuotoilukin tähtää: ihmisten ymmärtämiseen, ei toiveiden täyttämiseen, vaan paremman ymmärryksen kautta parempaan palveluun ja auttamiseen.

Ainoastaan dialogin kautta voi syntyä jotakin uutta. Dialogi edellyttää, ettei keskusteluun tuoteta vain yhtä uutta näkökulmaa, joka itsellä on pitkään ollut mielessä, vaan pyritään aidosti kuulemaan, mitä toinen sanoo ja reflektoimaan sitä. Ajattelen, että dialogisuus on perusedellytys käyttäjäperusteiselle kehittämiselle. Dialogi edellyttää aikaa kuunnella sekä halua ja kykyä kuulla.

Dialogi tarkoittaa, että kuuntelee enemmän kuin puhuu ja reagoinnin sijaan reflektoi (Heikkilä & Heikkilä, 2001, 68). Ihmisellä on kaksi korvaa ja yksi suu. Tässä järjestyksessä

piilee viisaus, jota ihmisen olisi hyvä noudattaa – kuunnella enemmän ja puhua vähemmän (Huovinen 2010). Tietysti puhuminenkin auttaa ihmistä jäsentämään ajatuksiaan ja ehkä oivaltamaan jotain uutta, mutta kuten Dalai Lama on sanonut: ”Jos vain puhut, toistat sen, mitä jo tiedät, jos kuuntelet, voit oppia jotain uutta.”

Innovointiin tarvitaan intuitiota. Intuitio on luovuutta. Voimakkaan rationaalisesti ja analyttisesti orientoituneet toimijat eivät ehkä useinkaan käytä intuitiotaan niin tehokkaasti kuin olisi mahdollista. Intuitio on yksi keino hankkia tietoa. Intuitiossa vuorovaikutus on kaikkein tärkein asia (ks. Raami 2016).

Montako tuntia olet harjoitellut kuuntelemista? Moni pitää kuuntelemista niin itsestään selvänä taitona, ettei tule ajatelleeksi, että sitäkin pitäisi harjoitella siinä missä lukemista tai kirjoittamista. Mielestäni meidän, korkeakoulussa työskentelevien, pitäisi paitsi olla itse parempia kuuntelijoita, myös harjoituttaa opiskelijoiden kuuntelutaitoja. Kyky kuunnella on olennaista paitsi asiakas- ja hoivatyössä, myös innovaatioiden syntyminen kannalta. Organisaatioina meidän tulee ruokkia ja sitoutua niin keskustelukulttuuriin kuin dialogikulttuuriinkin.

OPPIMINEN ON LUOVAA TOIMINTAA

Dialogi on myös oppimismenetelmä. Jo Sokrates aikanaan käytti sitä (ks. esim. Heikkilä & Heikkilä 2001, 61; myös sokraattinen metodi ja dialogi). Dialogin käytössä on kyse myös oppimiskäsityksestä. Dialogi on yhdessä ajattelemista. Jos oppiminen ymmärretään uuden oivaltamisena ja ymmärryksen laajentamisena, on dialogi siihen oivallinen väline.

Työorganisaatioissa on korostettu nopeaa uuden oppimista jo useamman vuosikymmenen ajan, samoin on puhuttu oppivasta organisaatiosta (esim. Heikkilä & Heikkilä 2001, 55). Maailma ei muutu itsestään, vaan koska ihmiset muuttavat sitä. Työelämä muuttuu sellaisella vauhdilla, ettei mikään koulutus pysy sen vauhdissa. Siksi työpaikoilla tapahtuva oppiminen ja oppimisen taidot korostuvat entisestään (Rahko 2017).

Oppiminen on luovaa toimintaa. Pedagogia on taustaedellytys käyttäjäperusteiselle kehittämiselle siinä mielessä, että kehittyäkseen ihmisen pitää tietää, miten hän oppii ja omaksuu uutta. TKI-hankkeissa oppiminen on järkevää, sillä se valmistaa opiskelijaa työelämään. Hankkeissa voi oppia työelämässä tarvittavia tiimityötaitoja, verkostoitua yli oppianerajojen sekä oppia projektin johtamista, vuorovaikutustaitoja ja kansainvälistyä.

Opetushenkilökunnalta tämä edellyttää TKI-osaamista ja innostusta, sillä opiskelijat olisi hyvä sitouttaa hankkeisiin. Pedagogista osaamista edellytetään myös TKI-toimijoilta, jotta kehittämis- ja innovointihankkeet saadaan riittävän laadukkaasti ja jouhevasti integroitua opetukseen ja palvelemaan myös oppimista.

Dialogisuus, pedagogisuus ja radikaali monialaisuus ovat asenteita, mutta myös konkreettisia kyvykkyyksiä, joiden avulla voi edistää paitsi Xamkin strategisia tavoitteita myös lisätä hyvinvointia ja innovaatioita. Innovatiivisessa organisaatiossa pitää olla sekä keskustelu- että dialogikulttuuri. Dialogikulttuuriin tulee kasvattaa ja kouluttaa myös opiskelijoita ja työntekijöitä, jotta heillä on parhaat mahdollisuudet rajat rikkovaan innovatiivisuuteen ja elinikäiseen oppimiseen maailmankansalaisina.

LÄHTEET

- Gladwell, M. 2013. Daavid ja Goljat. Miksi altavastaajat niin usein voittavat? Helsinki: WSOY.
- Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2001. Dialogi – avain innovatiivisuuteen. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Huovinen, E. 2010. Pappi? Helsinki: WSOY.
- Jobs, S. 2005. Puhe Stanfordin yliopiston valmistujaisissa. Saatavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=UF8uR6Z6KLc> [viitattu 28.10.2017].
- Kilpeläinen, I. 2017. Kela tapasi vammaisten tulkkauspalvelun asiakkaita – Järjestöt vaativat hankinnan uusimista. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9869384> [viitattu 28.10.2017].
- Kilpeläinen, I. 1973. Osaammeko kuunnella ja auttaa? Helsinki: WSOY.
- Koho, S. 2017. Kommentti: Mitä Steve Jobs opettaa meille koulutusvalinnoista? Saatavissa: <https://www.talouselama.fi/uutiset/kommentti-mita-steve-jobs-opettaa-meille-koulutusvalinnoista/e6f2061c-9220-379b-9421-0c23e0d81270> [viitattu 29.10.2017].
- Martela, F. & Jarenko, K. 2017: Itseohjautuvuus. Miten organisoitua tulevaisuudessa? Helsinki: Alma Talent Oy.
- Niiniluoto, I. 1984. Tiede, filosofia ja maailmankatsomus. Helsinki: Otava.
- Raami, A. 2016. Älykäs intuitio ja miten käytämme sitä. Helsinki: Kustantamo SS.
- Rahko, P. 2017. Tulevaisuuden ammatteja ei ole vielä olemassa, peruskoulussa tarvitaan oppimisen opetusta. Saatavissa: <http://www.kaleva.fi/uutiset/kotimaa/tulevaisuuden-ammattaja-ei-ole-viela-olemassa-peruskoulussa-tarvitaan-oppimisen-opetusta/774350/> [viitattu 28.10.2017].
- Solatie, J. & Mäkeläinen, M. 2009. Ideasta innovaatioksi. Luovuus hyötykäyttöön. Talentum. Helsinki.

VARHAINEN TUKI JA TUTKIMUS NUORTEN HYVINVOINNIN TAKEENA

Jussi Ronkainen

Mitä pidempään olen toiminut nuorisoalan tutkimus- ja kehittämishankkeissa, sitä kirkaammaksi on muodostunut näkemys, että parhaiten ja kustannustehokkaimmin nuorten yhdenvertaisuutta, osallisuutta, sosiaalista luottamusta ja syrjäytymisen ehkäisemistä voidaan tukea panostamalla jo lasten ja perheiden varhaiseen tukeen ja varhaiskasvatukseen. Tämä ei tarkoita sitä, etteikö nuorisotyölle, nuorisotutkimukselle ja nuorille kohdennettavien palveluiden, menetelmien ja työmuotojen kehittämiseksi olisi suuri tarve myös tulevaisuudessa.

Tutkimusten mukaan on kuitenkin vahvaa näyttöä siitä, että syrjäytymisen ehkäisyssä lasten ja nuorten hyvinvointia tukeviin ennalta ehkäiseviin ja varhaisen tuen peruspalveluihin sijoittaminen on taloudellisesti järkevää (Rimpelä 2011). Taloudellisen järkeyyden lisäksi varhaiseen tukeen panostamisella on vielä merkittävämpiä inhimillisiä hyötyjä ja positiivisia vaikutuksia. Nuorten koulutukseen ja työelämään pääsyyn panostaminen on hyvin tärkeää, mutta kuten Matti Rimpelä on todennut: ”Ne ovat todella hyviä asioita, mutta ne ovat vain oikeenmukaista hoitoa. Se varsinainen perustyö tehdään ensimmäisen 16 vuoden aikana. Jos silloin ei ole luotu lapselle oppimisen iloa ja sellaista oloa, että hän kuuluu yhteiskuntaan ja että minusta pidetään huolta, niin kyllä sitä on sitten myöhemmin hirveän vaikea korjata.” (Syrjäytymiskierteeseen puututtava mahdollisimman varhain, 2012) (ks. myös Ronkainen 2013).

Olen aiemmissa teksteissäni (mm. Ronkainen 2014) viitannut myös taloustieteen Nobelpalkinnon voittaneeseen professori James Heckmaniin, jonka mukaan varhaiskasvatukseen sijoitetut rahat tuovat kansantaloudelle erinomaisen panos–tuotto-suhteen (Heckman 2013). Kansainvälisen tutkimuksen valossa lasten ja nuorten ongelmien ehkäiseminen on miltei aina tuloksellista ja taloudellisesti kannattavaa. Ongelmien ehkäisemisen keinoista lasten kouluvalmiuksien tukeminen nousee vahvimmin esille. Varhaiskasvatuksen kustannusvaikuttavuus on tulosten mukaan hyvin korkea erityisesti huono-osaisten perheiden kohdalla. (Sipilä & Österbacka 2013).

Esimerkiksi Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) Lapsi kasvaa kunnassa -tutkimuksen mukaan kunnat, jotka 1990-luvun lamassa karsivat eniten peruskouluterveyspalveluista, maksavat nyt kaikkein eniten nuorten mielenterveysongelmien erityispalveluista. (Salmi ym. 2012). Lasten sijaishuollon kustannukset ovat 2000-luvulla nousseet 400 miljoonaa euroa, samalla kun ennalta ehkäisevästä työstä, perheiden kotipalveluista ja perhetyöstä on karsittu kuluja. (Rimpelä 2011). Näyttää varsin selvältä, että mitä enemmän kunnat karsivat ennaltaehkäisevästä työstä, sitä enemmän ne joutuvat tulevaisuudessa maksamaan kalliista erityispalveluista.

Toisessa THL:n Kansallinen syntymäkohortti 1987 -tutkimuksessa on seurattu kaikkia vuonna 1987 syntyneitä noin 60 000 lasta vuoden 2008 loppuun saakka (Paananen ym. 2012). Mielenkiintoinen lähtökohta tarkastelulle on, että syntyessään tämä ikäluokka kuului maailman terveimpiin lapsiin (Rimpelä 2011). THL:n (Paananen ym. 2012) tutkimuksen mukaan haasteet hyvinvoinnissa kuitenkin kasautuivat ja vanhempien ongelmat liittyivät kiinteästi lasten myöhempään hyvinvointiin ja mielenterveysongelmiin. Tutkimukseen osallistuneista 40 prosentilla oli mielenterveysongelmia, ja joka viides oli 21 vuoden ikään mennessä saanut psykiatrista erikoissairaanhoidoa tai lääkitystä mielenterveysongelmiinsa. Peruskoulun jälkeinen tutkinto puuttui noin 18 prosentilta tästä ikäluokasta. Toimeentulotukeen oli joutunut jossakin vaiheessa turvautumaan 23 prosenttia. Ikäluokka varttui 1990-luvun laman aikana, jolloin työttömyys ja taloudelliset vaikeudet kohtasivat huomattavaa osaa perheistä. Kuntien talouden kiristyessä lasten ja perheiden peruspalveluita ja ennaltaehkäisevää työtä karsittiin. Ennaltaehkäisevää ja hyvinvointia tukevaa työtä ei ole kunnissa saatu lamaa edeltävälle tasolle, jonka seurauksena korjaavien palveluiden menot ovat nousseet. (Paananen ym. 2012).

THL:n syntymäkohorttitutkimus on erinomainen esimerkiksi siitä, mikä merkitys pitkällä seurantatutkimuksella voi olla. Valtakunnallisen Kaste-ohjelman Lasten Kaste-ohjelman eri hankkeissa kehitettiin vuosina 2008-2011 lähes 90 erilaista lasten, nuorten ja perhepalveluiden palvelukokonaisuutta, toimintamallia tai menetelmää (Hastrup ym. 2013), joilla tutkimuksella huomattuihin haasteisiin pyrittiin vastaamaan. Vaikka paljon saatiin aikaan, monet kehittämät kaatuivat hankkeiden määräaikaaisuuteen ja juurruttamisen haasteisiin, niin kuin hyvin usein käy. Usein esimerkiksi kunnallinen ja maakunnallinen ”reaalipolitiikka” on vienyt tilan todelliselta varhaiseen tukeen panostamiselta, joka vaadittaisiin siihen, että kehitetyt menetelmät otettaisiin käyttöön.

Monet kunnat ovat käyttäneet ja joutuvat käyttämään taloudelliset resurssinsa kasvavien erityispalveluiden ja korjaavien toimenpiteiden järjestämiseen, vaikka tieto varhaiseen tukeen sijoittamisesta alkaa olla hyvin tiedossa. Tätä kierrettä on vaikea katkaista, jos kunnat katsovat budjettiaan vain vuosi kerrallaan eivätkä uskalla luottaa siihen, että ylimääräiset panostukset varhaiseen tukeen toisivat rahat tulevaisuudessa moninkertaisesti takaisin. Valtion ja EU:n kehittämisrahaa käytetään siis erilaisten toimintamallien, palveluiden ja menetelmien kehittämiseen, mutta kunnalliseen tai maakunnalliseen käyttöön ottoon ei koeta usein enää olevan taloudellisia mahdollisuuksia.

Yksi ratkaisu on rahoittaa vain sellaisia hankkeita, joihin kunnat ovat sitoutuneet panostamaan myös hanketyön jälkeen. Tämä vaatisi kuitenkin paljon nykyistä parempaa tietopohjaa siihen, mitä kehittämishankkeita kannattaa rahoittaa ja millä on todennäköisimmin suurimmat mahdollisuudet tuottaa toivottuja tuloksia. Tämä puolestaan vaatisi tutkimusta, jota ei yleensä haluta rahoittaa, koska sen yhtäläisyyksiä kehittämistyöhön ei osata nähdä. Laajamittaisten vaikuttavuuden arviointien ja monimenetelmäisten seurantatutkimusten hyötyjen ei katsota olevan niin merkittäviä, että niitä voitaisiin hyödyntää nopean kehittämisen hankkeissa ja taloussuunnittelussa.

Lasten, nuorten ja perheiden varhaisen tuen palveluiden uudistamista on jatkettu 2010-lu-



vulla. Tällä hetkellä rakennetaan matalan kynnyksen palvelukokonaisuuksia kuten valtakunnallista perhekeskusmallia (lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelma LAPE) tai jatketaan nuorille tarkoitettun Ohjaamo-toimintamallin valtakunnallista kehittämistä ja levittämistä. Hyvin monet kunnat ovat ryhtyneet myös panostamaan varhaisen tuen lasten ja perheiden palvelu-uudistuskokonaisuuksiin, mitä voi pitää erinomaisena reaktiona.

Erilaiset varhaisen tuen sähköiset palvelukokonaisuudet ovat myös monen hankkeen kehittämiskohteina, joilla pyritään hyödyntämään digitaalisuuden mahdollisuuksia palvelujen kustannustehokkaassa, oikea-aikaisessa ja nopeassa saatavuudessa. Haasteena on, että erilaisia malleja rakennetaan niin paljon, että ne syövät toisiaan eikä kukaan enää pysty hahmottamaan kokonaisuutta. Ratkaisuksi on haettu muun muassa eri ohjelmien koordinaatiohankkeita, jolloin iso osa hankkeiden resursseista menee hallintoon koordinaatiohankkeiden koordinoitussa erilaisten alueellisten ja valtakunnallisten hankkeiden koordinaatiota.

Rakennerahasto-ohjelmat ovat keskeisessä roolissa kehitettäessä uusia menetelmiä, yhteistyön muotoja sekä kustannustehokkaampia palveluita nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseen ja osallisuuden vahvistamiseen. On erinomaista, että nuoret ja nuorten palvelut on huomioitu näin laajasti kehittämistoimien kohteena. Käytännön toiminnassa haasteellista on kuitenkin, että kehittämishankkeiden kohderyhmänuorina tulee olla yli 15-vuotiaat. Varhaisen tuen kehittämistoimia ei voi kohdentaa ennalta ehkäisevästi suoraan tätä nuoremmille, vaikka siitä saataisiin todennäköisesti suurempi inhimillinen ja kokonaistaloudellinen hyöty.

Hyvänä vaihtoehtona on kehittää palveluita ja uusia toimintamuotoja alle 15-vuotiaiden parissa toimiville eri alojen ammattilaisille. Tällöin haasteeksi nousee usein, että nuorten parissa toimivat kuormittuvat eri hankkeiden toimenpiteissä niin paljon, että perustyö jää vähemmälle huomiolle. Kehittämörganisaatiot tekevät suoraan hankeyhteistyötä esimerkiksi kuntien nuorisotyön kanssa. Kuntien puolelta työntekijät ovat monesti hankerahoituksella palkattavia määräaikaisia, jolloin hankkeiden juurruttaminen loppuu valitettavan usein siihen, että hankerahoitus päättyy.

Alle 15-vuotiaille suoraan kohdennetut toimenpiteet ja nuorilta nuorille suunnatut vertaistuen menetelmät ja osallisuuden vahvistamisen toimenpiteet jäävät helposti rahoitusehtojen ulkopuolelle, vaikka niillä olisi todennäköisesti hyvin suuri vaikuttavuus tehokkaassa syrjäytymisen ehkäisemisessä ja osallisuuden vahvistamisessa. Lapsiperheille kehitettävät palvelut ja tukimuodot jäävät myös helposti toimenpiderajausten ulkopuolelle. Yksi syy tähän on, että nuoriin kohdistetuilta toimenpiteiltä ja hankkeilta odotetaan erityisesti tuloksia, joilla nuoret siirtyisivät mahdollisimman tehokkaasti koulutukseen, koulutuksesta toiseen tai suoraan työelämään. Tämä on erinomainen yleistavoite ja monelle nuorelle tuettu työssäoppiminen voi olla tehokkain tapa myös mielen hyvinvointiin ja laaja-alaisempaan yhteiskuntaan kiinnittymiseen.

Monelle nuorelle tehokas siirtyminen koulutukseen ja työelämään voi kuitenkin lopulta vain kasvattaa elämänhallinnan ja itsetunnon ongelmia, koska siirtymä ja vaatimukset tulevat liian nopeasti. Kehittämishankkeilla voidaan tukea elämänhallintaa, mutta tehokkainta työllisyyden hoitoa ja koulutuspolitiikkaa olisi kuitenkin panostaa ennalta ehkäisevästi

lapsiperheiden ja varhaisnuorten tukeen. Usein laajoja kehittämishankkeita tehdään myös ilman tutkimuksellista pohjaa tai ilman tutkimuksen integroimista kehittämistoimiin. Kehittämistoimien ja -tarpeiden pohjana ovat näin sinänsä arvokkaat käytännön havainnot ja kenttäkokemukset. Tutkimustietoon pohjautuva kehittäminen ja tutkimuksen yhdistäminen kehittämistoimiin ohjaisi hankkeita kuitenkin hyvin todennäköisesti vaikuttavampaan suuntaan, jolloin niistä saataisiin myös parempi kokonaishyöty.

Tutkimusta käytetään usein kehittämistoimien irrallisena pohjana. Eri tutkimusten mukaan esimerkiksi nuorten miesten syrjäytymisriski, ongelmakäyttäytyminen tai lukutaidon puutteet ovat paljon nuoria naisia suurempia. Tämän pohjalta tehdään suuria kehittämishankkeita, joissa kehitetään toimintamalleja nuorten miesten lukutaidon parantamiseksi, mielenterveyden edistämiseksi tai työllistymisen vauhdittamiseksi. Kehittämishankkeiden toimenpiteitä tai vaikuttavuutta ei kuitenkaan enää yhdistetä tutkimukseen lukuun ottamatta yleensä kosmeettisia vaikuttavuusarvioita.

Uusimman PISA-tutkimusosion julkistamisen mukaan suomalaisten nuorten yhteiset ongelmanratkaisutaidot ovat maailman kärkeä, ja erot eri alueiden ja koulujen välillä ovat kaikkein pienimmät. Erot poikien ja tyttöjen välillä olivat kuitenkin kaikkein suurimmat, mikä osiltaan palautuu myös poikien heikkoon lukutaitoon. (Helsingin Sanomat 2017). Poikien heikon lukutaidon pohjalta voidaan löytää kasvatuksellisia ja psykososiaalisia syitä. Vielä tarkemman tutkimuksen tarpeessa olisi, millaisia poikiin kohdistuvat erilaiset sukupuolittuneet odotukset ja käytännöt ovat perheissä, varhaiskasvatuksessa, koulussa tai mitä itse asiassa tarkoittaa puhe siitä, että pojat päästetään koulussa tyttöjä helpommalla.

Hyvin vähäiselle huomiolle koulussa viihtymättömyyden taustalla ovat jääneet poikien kasvavat ulkonäköpaineet tai jopa sukupuolinen tai seksuaalinen häirintä. Eikö kannattaisi tehdä peruskouluissa yhteistyössä koulutusorganisaatioiden ja opettajien kanssa tutkimuksellista kehittämistyötä, jossa tartutaan näihin haasteisiin mieluummin kuin odottaa ongelmien kasautumista ja opettaa sitten yli 15-vuotiaille pojille lukutaitoa tai kehittää toimintamalleja, joilla heidät siirretään mahdollisimman nopeasti erilaisiin erityisen tuen toisen asteen koulutuksellisiin järjestelyihin tai välityömarkkinapalveluihin?

Tutkimusta käytetään kuitenkin hyvin suoraviivaisesti ja reaktiivisesti kehittämisen pohjana. Jos alueellisessa kehittämishankkeessa tuetaan nuorten miesten lukutaitoa, kuka tutkii millaiset oppilaitosten käytännöt ovat, ja miten lukutaitoon liittyvät odotukset eroavat mies- ja naisvaltaisille koulutusaloilla? Kuka tarkastelee tarkemmin, mihin nimenomaisten aluehankkeiden kehittämiskohteiden pitäisi oikeasti kohdentua, ja miten kehittämishanketta tulisi hankkeen aikana suunnata? Vaikka esimerkiksi PISA-tutkimuksen mukaan alueelliset erot olivat Suomessa muita maita pienempiä, tämä ei tarkoita sitä, etteikö alueellisia erityispiirteitä tulisi huomioida.

Nuorten hyvinvointia, yhdenvertaisuutta ja osallisuutta yhteiskunnassa voidaan edistää tehokkaammin, jos lasten ja perheiden palvelut, varhaiskasvatus ja peruskoulu antavat tälle hyvin pohjan ja tuen. Tutkimusta tulisi kuitenkin hyödyntää entistä vahvemmin kehittämistyön pohjana ja ohjaajana.

LÄHTEET

Hastrup, A, Hietanen-Peltola, M., Jahnukainen, J.& Pelkonen, M. (toim.) 2013. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden palvelujen uudistaminen. Lasten Kaste -kehittämistyöstä pysyväksi toiminnaksi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitot, raportti 3/2013.

Heckman, J.J. .2013. Invest in Early Childhood Development: Reduce Deficits, Strengthen the Economy. <http://heckmanequation.org/content/resource/invest-early-childhood-development-reduce-deficits-strengthen-economy> [Viitattu 28.10.17]

Helsingin Sanomat. 2017. Pisa-tutkimus paljastaa uusia huolia Suomen pojista. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005458038.html> (Viitattu 21.11.2017)

Paananen, R., Ristikari, T., Merikukka, M., Rämö, A. & Gissler, M. 2012. Lasten ja nuorten hyvinvointi Kansallinen syntymäkohortti 1987 - tutkimusaineiston valossa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Rimpelä, M. 2011. Puheenvuoro. Teoksessa R. Uhinki & A. Uhinki (toim.) Anna nuorelle tulevaisuus – ettei kukaan syrjäydy. Turun lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen julkaisuja 2/2011. Turun yliopisto, 11-18.

Ronkainen, J. 2014. Mikä Nuorisotakuussa ei toimi? Teoksessa A. Gretschel, K. Paakkunainen, A-M, Souto & L. Suurpää (toim.) Nuorisotakuun arki ja politiikka, Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 150, verkkojulkaisuja 76, 87-90.

Ronkainen, J. 2013. Johdanto – Nuorten syrjäytyminen: kuka puhuu, kenen äänellä ja mistä pitäisi puhua? Teoksessa J. Ronkainen & M. Punamäki (toim.) Nuoret ja syrjäytyminen Itä-Suomessa. Mikkelin ammattikorkeakoulun julkaisuja – tutkimuksia ja raportteja 78, 1-14.

Salmi, M., Mäkelä, J., Perälä, M-L & Kestilä, L. 2012. Lapsi kasvaa kunnassa – Miten kunta voi tukea lasten hyvinvointia ja vähentää syrjäytymisen riskejä? Päätösten tueksi 1/2012. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Sipilä, J. & Österbacka, E. 2013. Enemmän ongelmien ehkäisyä, vähemmän korjailua? Perheitä ja lapsia tukevien palvelujen tuloksellisuus ja kustannusvaikuttavuus. Valtiovarainministeriön julkaisuja 11/2013.

YLE 2012. Syrjäytymiskierteeseen puututtava mahdollisimman varhain. Matti Rimpelän haastattelu. http://yle.fi/uutiset/rimpela_syrjaytymiskierteeseen_puututtava_mahdollisimman_varhain/5063667 [viitattu 20.11.2017]

TULEVAISUUSTIETO HYVINVOINNIN KEHITTÄMISESSÄ

Anu Haapala

Hyvinvoinnin kehittäminen on aina tulevaisuusorientoitunutta toimintaa. Kehittämistä ohjaa näkemys siitä, miten hyvinvointi määrittyy tulevaisuudessa, mitkä tekijät ovat yhteydessä hyvinvoinnin rakentumiseen ja miten hyvinvointia voidaan tukea. Näitä näkemyksiä siitä, miten asiat ovat tulevaisuudessa, kutsutaan tulevaisuustiedoksi. Kuitenkin vain harvoin hyödynnämme tulevaisuustietoa tietoisesti ja systemaattisesti keskustelussa siitä, mitä ja millaista hyvinvointia haluamme kehittää, millaista hyvinvointi todennäköisesti tulee olemaan tai millaisia vaihtoehtoisia näkemyksiä hyvinvoinnin tulevaisuudesta voidaan hahmotella.

Tulevaisuustietoa voi olla monenlaista. Laajin tulevaisuustiedon muoto on niin kutsutut megatrendit, joiden arvellaan tulevaisuudessa vaikuttavan suoraan tai välillisesti jollakin tavalla globaalisti lähes kaikkeen. Trendit tulevaisuustiedon muotona ovat enemmän alakohtaisia tai rajattuun joukkoon kohdistuvia. Suomalaisittain Sitra analysoi säännöllisesti erilaisia megatrendejä ja trendejä pyrkien soveltamaan niitä eri elämäniloille. Esimerkiksi kestävään hyvinvointiin keskittyvän yhteiskunnan edistämiseksi Sitra (2017) on esittänyt kuutta toisiinsa kytköksissä olevaa periaatetta (Kuva 9).



Kuva 9. Kestävän hyvinvoinnin yhteiskunnan periaatteet (Sitra, 2017).

Tämän mallin visiossa korostuu ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen. Sitran mukaan sekä ihmisten fyysiseen että henkiseen hyvinvointiin panostaminen tulisi ottaa tavoitteeksi kaikilla politiikan aloilla ja kaikessa päätöksenteossa. Tämä nähdään parhaana tapana kohdentaa niukkenevia taloudellisia resursseja. (Sitra 2017.)

Toisaalta hyvinvoinnin kehittämisessä sekä kansanterveydellisesti että yksilön tasolla tarvitaan syvällistä ymmärrystä siitä, mitkä tekijät ovat yhteydessä hyvinvointiimme. Tällainen tutkimustieto mahdollistaa erilaisten ennakointimenetelmien käyttämisen. Ennakointimenetelmien avulla saadaan tuotettua todennäköisyyksiin perustuvaa tulevaisuustietoa. Päätöksenteossa ja vaihtoehtoisia visioita arvioitaessa tällaisen todennäköisyyteen perustuvan tulevaisuustiedon merkitys on suuri.

TULEVAISUUSORIENTAATION MERKITYS

Yksilö rakentaa näkemystään tulevaisuudesta kahdella tavalla. Ensiksikin hän voi tunnistaa nykyisyydessä objektiivisena pidettävää, tutkittua tai mitattua tietoa, jonka pohjalta hän ennakoii hyvinvointinsa kehitystä tulevaisuudessa. Toiseksi yksilö hahmottelee tulevaisuustietoa omiin kokemuksiinsa, tunteisiinsa, subjektiivisiin näkemyksiinsä, arvoihinsa ja asenteisiinsa perustuen. Tulevaisuustieto luo osaltaan pohjaa tavoitteille, joita yksilö joko tiedostetusti tai tiedostamattomasti tavoittelee. Toiminnan, valintojen ja päätöksenteon pohjaksi näkemys tavoitteesta ja tulevaisuustietoon perustuva vaihtoehtojen tarkastelu tekee niistä tiedostettuja. Ilman tiedostamista ei myöskään ole aitoa valinnanvapautta.

Aikaorientaation on todettu olevan yhteydessä siihen, miten ihminen kokee oman hyvinvointinsa. Myönteisellä suhtautumisella tulevaisuuteen on todettu olevan selvä yhteys siihen, että kokee myös sen hetkisen hyvinvointinsa paremmaksi kuin hyvinvointia mittaavat indikaattorit osoittaisivat (Drake ym. 2008). Toisaalta kokemus hyvästä elämästä juuri nyt lisää optimismia ja luottamusta tulevaisuuteen (Sobol-Kwapinska & Jankowski 2016). Aikaorientaatiolla ja tulevaisuustiedolla on siis merkitystä myös sille, miten hyvinvointi nykyisyydessä rakentuu.

HYVINVOINTITIEDOSTA TULEVAISUUS-ORIENTOITUNUTTA ENNAKOINTITETOA

Terveysteen ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyvää tutkimustietoa käytetään entistä enemmän ennakoitaessa sitä, mitkä tekijät vaikuttavat mahdollisesti yksilön terveyden ja hyvinvoinnin rakentumiseen ja siihen, millainen yksilön terveyden ja hyvinvoinnin tila on tulevaisuudessa. Näin nykyisyyden objektiivinen hyvinvointitieto muuttuu tulevaisuutta kuvaavaksi ennakointitiedoksi.

Viimeisten vuosien aikana kiinnostus tutkimustuloksiin on lisääntynyt tutkija- ja viranomaispiirien ulkopuolella merkittävästi. Erilaisissa medioissa leviävät entistä useammin uusimpina pidetyt tulokset ja yleisessä keskustelussa tutkimuksiin perustuvat dieetit, treeni-vinkit, ohjelmat ja laitteistot ovat usein esillä. Yksittäisiltä ihmisiltä tämä tutkimustulosten

tulva vaatii vahvaa ymmärrystä tulosten luotettavuudesta ja osaamista suhteuttaa tuloksia kokonaisuuteen. Monesti tuloksia kuitenkin tulkitaan itselle sopivalla tavalla ja tutkimuksellisesta tiedosta tulee subjektiivisesti tulkittu näkemys asioista, mikä yksilön valintojen ja päätösten kautta vaikuttaa tulevaisuuteen.

Merkittävästi on lisääntynyt myös kiinnostus itsensä mittaamiseen ja mittaamalla saadun tiedon hyödyntämiseen oman hyvinvoinnin seurannassa, edistämisessä ja ennakoinnissa. Tähän niin kutsuttuun biohakkerointiin ja siitä saatavaan MyDataan perustuvia digitaalisia järjestelmiä on kehitteillä useita. Järjestelmien kautta nämä yksilön itsensä keräämät tiedot saadaan kootusti tallennettua ja yhdistettyä jo olemassa oleviin tietokantoihin.

Kansallisesti mielenkiintoista on erityisesti kehitteillä oleva Omakannan Omatietovaranto, joka on osa Kanta-palvelujen kokonaisuutta (www.kanta.fi). Omatietovarannossa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät tiedot on mahdollista säilyttää yhdessä paikassa. Tämä mahdollistaa sekä yksittäiselle ihmiselle että henkilön luvalla myös palvelujen tarjoajille yksilön hyvinvoinnin, terveystietojen tai vaikkapa pitkäaikaissairauksien hoidon seurannan ajantasaisin tiedoin. Jatkossa järjestelmästä on kenties saatavissa myös erilaisia tulevaisuudentutkimuksen menetelmiä hyödyntäviä ennakointimalleja, jotka voivat toimia motivaattoreina ja herätteinä elintapamuutokseen.

VALINNAT PERUSTUVAT USEIN KOKEMUKSELLISEEN TULEVAISUUSTIETOON

Subjektiivinen tulevaisuustieto vaikuttaa yksilön valintoihin vahvemmin kuin kognitiivinen ennakointiin perustuva tieto. Tunteet, kokemukset, sosiaaliset normit ja toimintamallit sekä totutut rutiinit ovat keskiössä päätöksiä ja valintoja tehtäessä. Näiden tekijöiden suhdetta, tulevaisuustietoa ja eri tekijöiden vaikutusta tulevaisuutta koskeviin valintoihin ja päätöksiin sekä käyttäytymiseen on tutkittu jo useita vuosikymmeniä. Yksi monelle elämän alueelle sovellettava ja monta teoriaperustaa yhdistävä malli on Ajenin ja Fishbeinin (2010) esittämä perustellun toiminnan ja suunnitellun käyttäytymisen teoria (reasoned action and planned behaviour theory). Malli tarjoaa viitekehyksen arvioida sekä tulevaisuustietoa että nykyisyyden kulttuuria, arvoja ja asenteita yksilön käyttäytymiseen, valintoihin ja päätöksiin yhteydessä olevina tekijöinä.

Toivo puolestaan on erityislaatuinen tulevaisuustiedon muoto, koska se sisältää aina lupauksen ja uskon yksilön kannalta myönteisen tulevaisuuden toteutumisesta. Feldman ja Snyder (2005) ovat osoittaneet useisiin teorioihin perustuvalla analyysillään, että toivo on yksi keskeisin tekijä elämän merkityksellisyyden kokemisessa. Merkityksellisyyden kokemus puolestaan on tärkeimpiä tekijöitä siinä, kuinka myönteiseksi kokee oman hyvinvointinsa ja millaisia valintoja on valmis tekemään sen saavuttamiseksi. Erityisesti hoitotieteessä toivon merkitys ja sen tutkimus on ollut vahvaa jo useamman vuosikymmenen ajan. Toivo on yksi vahvimista valintoihin vaikuttavista tulevaisuustiedon muodoista ja siksi sen tiedostaminen ja muuttaminen toiveesta tavoitteeksi on toimintatapojen muuttamisen näkökulmasta tärkeää.





TIEDOSTETTU TULEVAISUUSTIETO MAHDOLLISTAA VAIHTOEHTOJEN TARKASTELUN

Tulevaisuustieto sinällään riittää vain harvoin siihen, että esimerkiksi terveellisempään elämäntapaan liittyvät elintapamuutokset olisivat pysyviä. Sekä dataan ja mittaamiseen perustuvan ennakointitiedon että yksilön itsensä hahmotteleman subjektiivisen tulevaisuustiedon merkitys on siinä, että se mahdollistaa erilaisten vaihtoehtojen tarkastelun. Viimeaikaisessa tutkimuksessa on osoitettu, että yksilön näkemykset tulevaisuudesta ja hänen hyvinvointiinsa liittyvä tulevaisuustieto ovat selkeästi yhteydessä elintapamuutosten motivaatioprosesseihin (Hirsch ym. 2015, 1656-1658). Siksi tulevaisuustietoon perustuva vaihtoehtoisten tulevaisuuksien hahmottelu on tärkeä osa prosessia toimintatapojen muuttamiseksi.

Tulevaisuustieto on kuitenkin aika harvoin tiedostettua ja yksilöityä ainesta päätöksiä ja valintoja tehtäessä tai toimintaa muuttaessa. Vahvempi tulevaisuustietoisuus ja tulevaisuustiedon tunnistaminen on kuitenkin osa laajempaa tietoisuustaitojen kokonaisuutta (Mikkonen 2000, 32-36). Tietoisuustaitojen ja psyykkisen hyvinvoinnin on osoitettu

liittyvän fyysisesti aktiivisempaan elämäntapaan (Kangasniemi 2015) ja siksi tietoinen tulevaisuustietojen tarkastelu voi edistää elintapamuutoksia. Kangasniemen (2015, 37-42) mukaan arvoja, hyväksyntää ja tietoisuustaitoja painottava lähestymistapa voisi tukea entistä paremmin muutokseen liittyvää ajattelutapaa sekä edistää myös fyysisen aktiivisuuden muutosten pysyvyyttä.

TULEVAISUUSTIETO HYVINVOINTIPALVELUIDEN KEHITTÄMISESSÄ

Hyvinvointitietoa on olemassa valtavasti sekä kansallisesti että kansainvälisesti, mutta sitä ei vielä ole päästy hyödyntämään laajamittaisesti. Kehittymässä olevien digitaalisten järjestelmien yksi hyöty liittyy siihen, että tiedot olisivat entistä paljon paremmin yhdisteltävissä eri tietokannoista ja rekistereistä, jolloin niitä voitaisiin myös hyödyntää tehokkaammin. Kansallisesti yksi merkittävistä eri rekistereiden hyödyntämiseen tähtävistä hankkeista on Sitran Isaacus – hyvinvoinnin palveluoperaattori, jossa valmistellaan uutta yhden luukun toimijaa hyvinvointidatan kokoajaksi ja koordinoijaksi.

Laajoja data-aineistoja voidaan entistä paremmin hyödyntää erityisesti ennakoititiedon hahmottelemisessa. Kansanterveydellisesti biopankkitietojen, perimän, alueellisen terveystiedon, hyvinvointikertomusten indikaattoritiedon ja koetun hyvinvointitiedon koostaminen yhdeksi tietokannaksi mahdollistaisi tulevaisuudessa entistä paremmin hyvinvointipalvelujen kohdentamisen esimerkiksi alueellisesti tai tietyille kohderyhmille tietokannoista muodostettavien ennakoititietojen tai trendien perusteella.

Yksittäisen ihmisen omien hyvinvointitietojen kokoaminen yhteen palveluun mahdollistaa tulevaisuudessa muun muassa sen, että ihminen näkee omat tietonsa ja voi hyödyntää niitä oman hyvinvointinsa ylläpitämisessä, mutta saa käyttöönsä myös nykyistä paremmin tietoon perustuvia, juuri hänelle räätälöityjä palveluita. Tätä tavoitetta edistetään osaltaan myös keväällä 2018 Mikkelin Saimaa Stadiumiin avautuvassa Kestävän hyvinvoinnin uudessa tutkimus- ja kehittämissympäristö Active Life Labissa.

TULEVAISUUSTIETO TIEDOSTETUMMAKSI TULEVAISUUSAJATTELULLA

Hyvinvoinnin kehittäminen perustuu ajatukseen siitä, että tehtävillä toimenpiteillä valinnoilla ja päätöksillä saavutetaan entistä parempi tai ainakin samalla tasolla oleva hyvinvointi tulevaisuudessa. Tulevaisuus on siis läsnä kaikessa hyvinvointipuheessa, mutta sen tiedostaminen vaatii ajatusten tiedostettua kohdistamista tulevaisuuteen. Joillakin nämä tulevaisuusajattelun taidot ovat luontevampia kuin toisille (Hancock & Bezold 2017). Kaikkien näitä tulevaisuusajattelun taitoja on kuitenkin mahdollista harjoittaa ja sitä kautta ottaa tulevaisuus tiedostetummin haltuun hyödyntämällä tulevaisuustietoa jo tämän päivän valinnoissa, päätöksenteossa ja toiminnan kehittämisessä kohti kestävää hyvinvointia.

LÄHTEET

Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C. & Henry, C. 2008. Time perspective and correlates of wellbeing. *Time Society* 17 (1), 47-61

Feldman, D. B. & Snyder, C. R. 2005. Hope and the meaningful life: theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology* 24 (3), 401-421. Saatavissa: <https://doi.org/10.1521/jscp.24.3.401.65616> [viitattu 16.10.17]

Hancock, T. & Bezold, C. 2017. Futures thinking and healthy cities. Teoksessa E. de Leeuw & J. Simos (toim.) *Healthy Cities. The theory, policy, and practice of value-based urban planning*. Springer. 449-462.

Hirsch, J.K., Molnar, D., Chang, E.C. & Sirois, F.M. 2015. Future orientation and health quality of life in primary care: vitality as a mediator. *Qualitative Life Research*. 24 (7), 1653-1659.

Kangasniemi, A. 2015. The mindfulness, acceptance and commitment approach to encouraging a physically more active lifestyle. *LIKES – Research Reports on Sport and Health* 305. Jyväskylä: LIKES – Research Center for Sport and Health Sciences.

Mikkonen, A. 2000. Nuorten tulevaisuuskuvat ja tulevaisuuskasvatus. Kasvatustieteiden tiedekunta. Joensuun yliopisto. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja N:o 57.

Sitra. 2017. Kohti kestäväää hyvinvointia – miksi tarvitsemme uuden vision juuri nyt? Saatavissa: <http://uusijuoni.fi/visio> [viitattu 16.10.17]

Sobol-Kwapinska, M. & Jankowski, T. 2016. Positive time: Balanced time perspective and positive orientation. *Journal of Happiness Studies*. 17 (4), 1511–1528.

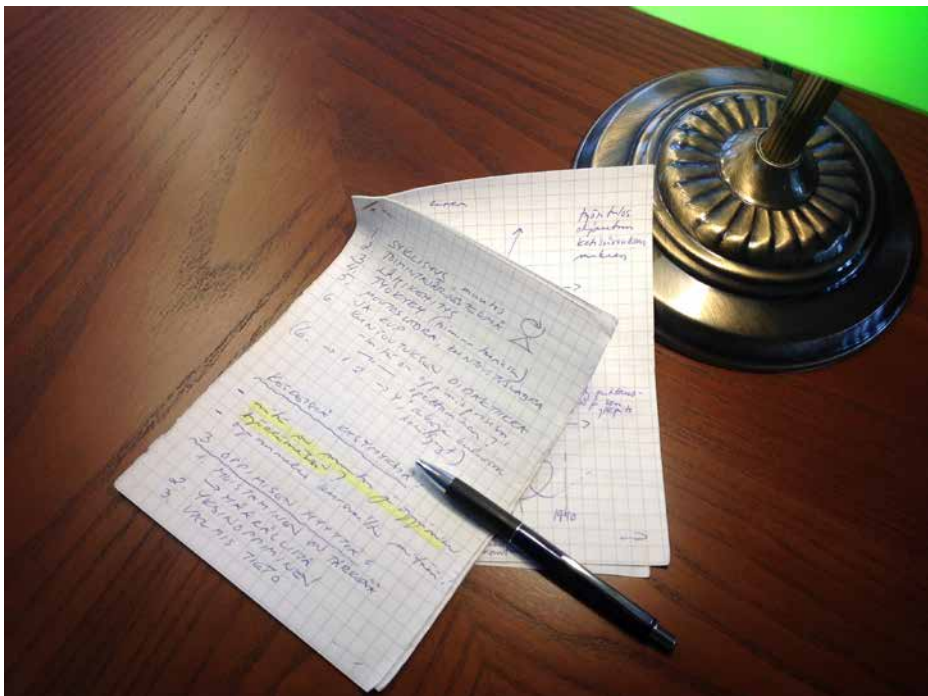
TOIMINNAN TEORIA KÄYTÄNTÖJEN KEHITTÄMISEN LÄHTÖKOHTANA

Marja-Liisa Laitinen

”Teoria on onnistunut hyvin, silloin kun se tukee käytäntöä.
Parasta on käytännöllinen teoria.”

Näillä sanoilla minua ohjattiin ensimmäisen kerran toiminnan teorian ja kehittävän työn tutkimuksen maailmaan. Tästä ohjauksesta on kulunut aikaa liki 15 vuotta. Minulla on ollut mahdollisuus tutkia asiaa ja teoriaa omassa työssäni ammatillisen kuntoutuksen ja työn kehittämisen sarjoilla eri työyhteisöissä. Kuvassa 10 on ensimmäisiä muistiinpanoja, jotka ovat kulkeneet allakkani välissä ja muistuttaneet minua alkuvaiheeni ymmärryksestä.

Mitä toiminnan teoria on? Mitä kehittävä työntutkiminen on? Miksi työtä tulee tutkia ja kenelle sitä on hyötyä? Työyhteisöissä saatetaan kysyä: ”Miksi pitää tutkia, eikö olisi riittävää vain todeta, että tässä se työ on ja näin se menee, välillä paremmin välillä huonommin?” Tässä artikkelissa pyrin vastaamaan näihin kysymyksiin ja avaamaan teoriaa ymmärrystäni ja kokemuksiani hyödyntäen.



Kuva 10. Ensimmäiset muistiinpanot toiminnan teoriaan liittyen.

Toiminnan teoria on kokoava käsite joukolle sosiaalitieteellistä tutkimusta, jonka juuret ovat neuvostoliittolaisessa psykologisessa toiminnan tutkimuksessa, jonka keskeisiä käynnistäjiä olivat Aleksei Leontjev ja Sergei Rubinstein. Toiminnan teoriaan pohjaava tutkimus käynnistyi Neuvostoliiton ulkopuolella ensiksi Suomessa. Leontjevin ja Rubinsteinin työn tavoitteena oli inhimillisen toiminnan ymmärtäminen systeemisenä, monimutkaisena ja sosiaalisiin tilanteisiin kytkeytyvänä ilmiönä. (Engeström,1995)

Toiminnan teoriaa pidetään hyödyllisenä laadullisen tutkimuksen metodologioiden (kuten etnografian ja tapaustutkimuksen) tarkastelun näkökulmana. Se tarjoaa välineitä ymmärtää ja analysoida ilmiöitä sekä tehdä päätelmiä niiden sisältämän interaktion ja sisäisen kielen kannalta. Toiminnan erityinen muoto on subjektin tarkoituksellinen, kohteellinen toiminta (goal-directed, purposeful) välineiden avulla. (Engeström,1995)

Lukijan ei tarvitse edellä kirjoitetusta säikähtää, sillä asia jäsentyy ja arkipäiväistyy artikkelin edetessä. Haluan kuitenkin korostaa teorian määritelmässä inhimillisen toiminnan ymmärtämistä, sosiaalisia tilanteita, kohteellista toimintaa ja toimintaan liittyviä välineitä. Professori Yrjö Engeström julkaisi vuonna 1995 teoksen ”Kehittävä työntutkimus”. Teos on perusteos kehittävän työntutkimuksen saralla. Engeström (1995, 11) toteaa: ”Kehittävä työntutkimus on 1980-luvun alussa virinnyt omintakeinen suomalainen lähentymistapa työn ja organisaatioiden tutkimiseen ja kehittämiseen.” Suomalaista teorioita voi nostaa esiin erityisesti nyt, etenkin Suomen 100-vuotisjuhlavuonna.

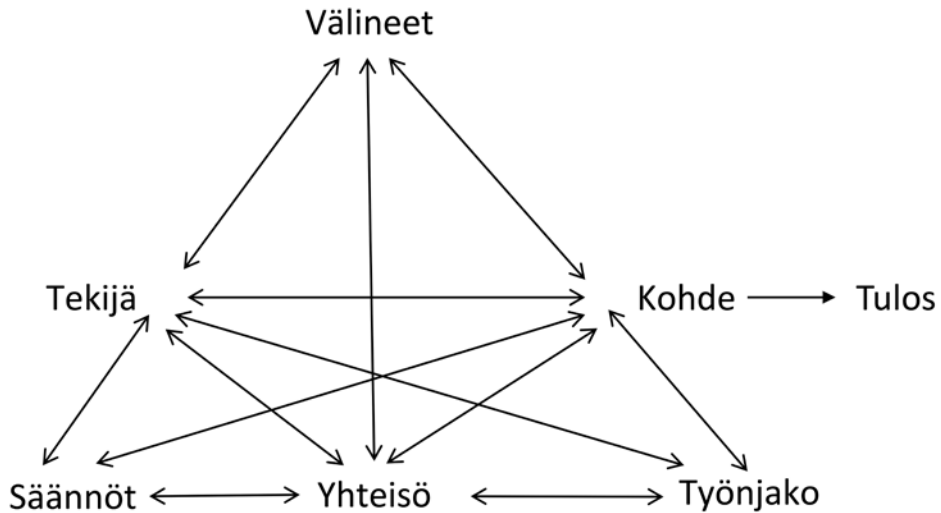
Engeström osuu mielestäni parhaiten asian ytimeen kertomalla, että kehittävä työntutkimus on muutosstrategia, joka yhdistää tutkimuksen, käytännön kehittämistyön ja koulutuksen. Se on osallistava lähestymistapa, jossa työntekijät analysoivat ja muuttavat omaa työtään. Voivatko lähtökohdat omalle tai yhteiselle työlle olla paremmat, kun työntekijä on subjekti, joka itse kehittää työtään yhteistyössä muiden kanssa? Käytännössä myös työssä esiintyvien ongelmien ratkominen ja avaaminen todistavat teorian etnografista luonnetta (=ongelmien kansankuvaus). Toisaalta kehittämistilanteissa on tullut esille, että tällainen kansankuvaus vaatii työntekijöiltä valtavasti uskallusta sanoa ääneen mielipiteensä ja esimiehiltä uskallusta luottaa siihen, että kehittäminen onnistuu, kun vain antaa sille aikaa ja resursseja.

KÄYTÄNNÖN KOKEMUKSIA TEORIAN SOVELTAMISESTA

Vuosien varrella olen havainnut, että toiminnan teoria taipuu moneen, monelle toimialalle ja monenlaisiin työyhteisöihin. Se mahdollistaa yhteisöllisen työntarkastelun ja antaa tilaa myös yksilön omille työhön liittyville pohdinnoille. Kuntoutustutkijana toimiessani sain kuulla ammatillisessa kuntoutuksessa olevilta tämän tyyppisiä kommentteja: ”Jess! Tämähän on hieno juttu tarkastella omaa työtä. Nyt tiedän, millä keinoin vien asioita eteenpäin työpaikallani!”

Miten teoria sitten tukee käytännössä? Kehittämistä ohjaavat mm. kolme käsitettä, jotka ovat sidoksissa toisiinsa mutta joita voidaan tarkastella ja ehkä pitääkin tarkastella, erillisinä kohteina. Käsitteet ovat toimintajärjestelmä, häiriöt ja ekspansiivinen oppiminen.

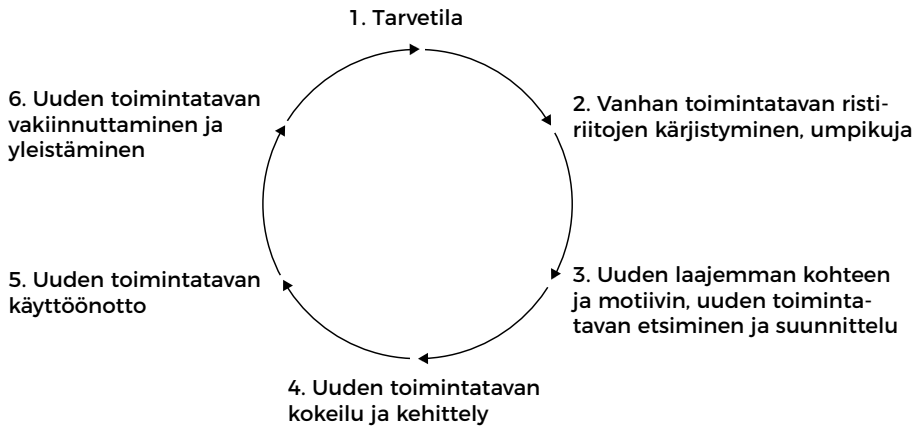
Toimintajärjestelmä on työntekijän ja työn välinen suhde, jossa vaikuttavina tekijöinä ovat välineet, säännöt, yhteisö ja työnjako. Toimintajärjestelmä tuottaa työn tuloksen ja laajemman tavoitteen työn takana. Artikkelin lopussa tuon esiin vielä siihen liittyvän kohdehyvinvointi-käsitteen. Engeströmin klassinen toimintajärjestelmä näkyy kuvassa 10.



Kuva 10. Toimintajärjestelmä Engeströmin mukaan (1995).

Toimintajärjestelmässä eli tässä tapauksessa työssä on usein häiriöitä. Ne voivat olla satunnaisia tai jatkuvia, selkeästi näkyviä tai tunnistamattomia. Häiriöt ovat usein tekijöitä, jotka vaikuttavat työn tulokseen, mutta myös ammatilliseen tyytyväisyyteen tai tyytymättömyyteen ja työyhteisön toimintaan. Usein käy niin, että työntekijä kokee turhautumista ja väsymistä työssään, mutta ei tunnista väsymyksen todellista syntymekanismia. Se voi usein olla esimerkiksi työyhteisön jäsenten luottamuksen puutteen tunne. Kuitenkin kysymyksessä voi olla puute rakentavan vuoropuhelun vähäisyydestä. Oikeastaan voitaisiin sanoa, että häiriö mahdollistaa työyhteisön moniäänisyyden – tai ainakin se mahdollistuu silloin, kun häiriötä lähdetään avaamaan ja purkamaan yhdessä.

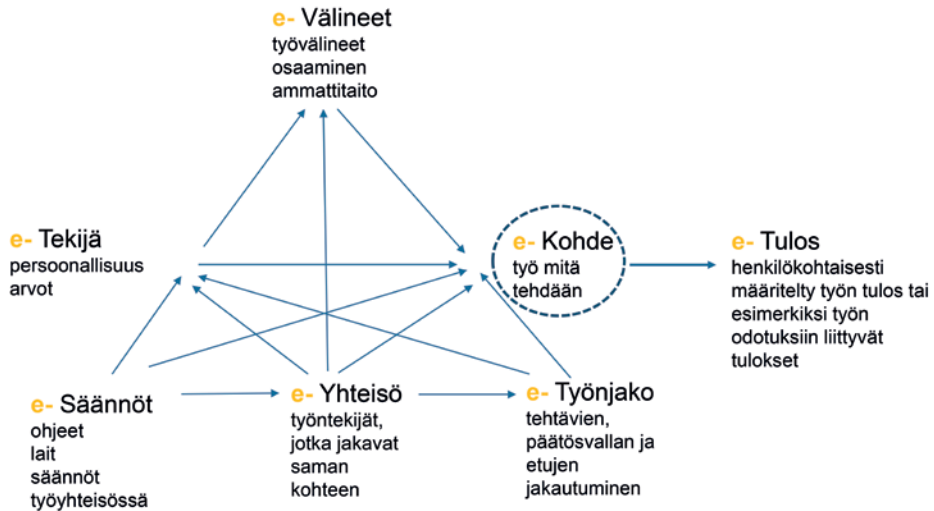
Kun työtä on ensin avattu toimintaa ja häiriöitä kuvaamalla, päästään seuraavaan eli kehittämisen vaiheeseen. Tässä teoreettisessa viitekehyksessä sitä kutsutaan ekspansiiviseksi oppimiseksi (Engeström, 1995, Virkkunen ym. 2001). Sana tulee englannin expansion-sanasta ('laajentuminen'). Oppiminen on laaja-alaista ja johtaa niin kohteen kuin motiivinkin laajenemiseen. Käytännössä tämä tarkoittaa kehittämiskohteen valintaa, sen analysointia, uuden vaihtoehdon etsimistä ja testaamista ja lopulta parhaan tai sopivimman vaihtoehdon löytämistä (kuva 11).



Kuva 11. Ekspanssiivinen oppimisen kehä (Virkkunen ym. 2001, 16).

Edellä mainittujen kolmen ”työkalun” turvin päästään jo kehittämisessä pitkälle, mutta laajempaa työpaikan tai yrityksen tarkastelua varten voi myös perustaa ns. muutoslaboratorion. Muutoslaboratoriossa käytetään edellä mainittujen tarkastelujen lisäksi yrityksen aineistoa menneisyydestä ja visioidaan tulevaa ja tarkastellaan erilaisia peiliaineistoja kuten videoita, asiakaspalautteita jne. Muutoslaboratorio on laajuudessaan mittava, mutta kokemukseni mukaan erittäin mielenkiintoinen ja varsin antoisa ja työyhteisöä yhdistävä kokemus.

Viimeisimmän havaintoni toiminnan teorian ja käytännön yhteenliittymästä on kuvassa 12. Siinä olen kuvannut työssä esiintyvien digitaalisten näkökulmien avaamista. Olen hahmotellut toimintajärjestelmän osatekijöihin sanan digi tai samaa tarkoittavan e-etuliitteen. Esimerkiksi eTyöntekijä kohdassa voidaan pohtia, millaisia digitaalisia valmiuksia työntekijällä on omasta kiinnostuksesta ja motivaatiosta lähtöisin? eTulos voisi tarkoittaa, millä tavoin työstä kerätään arviointi- ja seurantatietoa esimerkiksi asiakastyössä? Mielestäni tällaisen eToimintajärjestelmän avulla voidaan kuvata ja arvioida konkreettisesti työn digitaalisuuteen liittyvät tarpeet. Kehittämiskohteeksi saattaa nousta esimerkiksi olla työssä käytettävien digitaalisten sovellusten täydennyskoulutuksen lisääminen ammattitaidon vahvistamiseksi (osatekijä eVälineet).



Kuva 12. Digitaalisuus toimintajärjestelmän eri osatekijöissä (mukaeltu Engeström 1995).

JOHTOPÄÄTÖKSENI

Työn merkitys palauttaa minut lupaukseeni kertoa siitä, mitä on kohdehyvinvointi. Kohdehyvinvointi on ollut minulle niin henkilökohtaisesti kuin työssäni erittäin tärkeä käsite ja voimavaroja lisäävä työkalu. Jos minusta tuntuu joskus siltä, että en ymmärrä mitä työssäni tapahtuu tai koen ristiriitaisuuksia tai jopa turhautumista, voin kysyä itseltäni, tiedänkö miksi tulen töihin joka arkiamu? Onko minulla ymmärrystä siitä, mitä tulen tänne tekemään, mitä minulta odotetaan, mitä minä osaan ja millaiset välineet minulla on käytössäni? Onko käynyt niin, että olisin kadonnut näkyvistä työni, tehtäväni ja motiivini?

Kun pysähdyn hetkeksi miettimään edellä mainittuja kysymyksiä ja käyn läpi välineeni (ammattitaito, osaaminen, työkalut), säännöt (tiedänkö viimeisimmät?), työyhteisö (ketä siihen kuuluu, tukeudunko heihin?), työnjako (olemmeko sopineet asioista?), voin tehdä yhteenvetoa työstäni ja hyvinvoinnistani. Johtopäätös voi olla: olenko oikeissa tehtävissä, tavoittelenko liikaa tai liian vähän vai pitäisikö vaihtaa työtehtäviä tai jopa työpaikkaa. Jos olen yhteenvedon ja pohdinnan jälkeen sitä mieltä, että kaikki on kunnossa ja pidän juuri tästä työstä ja se tuottaa hyvää tulosta, voin sanoa kokevani hyvinvointia työstäni. Työlläni on minulle henkilökohtainen mieli, joka antaa voimia.

Kurkistan vielä vanhoihin muistiinpanoihini ja katson, mitä sieltä haluaisin vielä jakaa. Siellä sanotaan mm., että työtä on tutkittava, jotta voisimme oppia ja muuttaa työtä. Tutkimuksen lisäksi tarvitaan myös tiedon ja kokemuksen soveltamista. Työn kehittäminen on myös yhteistä oppimista ja yhteisöllistä toimintaa. Kokemukseni perusteella voin todeta, että laaja-alainen työn tarkastelu on parhaimmillaan myönteinen kokemus ja voi lisätä huomattavasti työhyvinvointia.

LÄHTEET

Engeström, Y. 1995. Kehittävä työntutkimus. Perusteita, tuloksia ja haasteita. hallinnon kehittämiskeskus. Helsinki. Painatuskeskus.

Virkkunen J., Engeström Y., Pihlaja J., Helle M. 2001. Muutoslaboratorio. Uusi tapa oppia ja kehittää työtä. Helsinki. Edita Oyj.

VIENTI JA RUOKAMATKAILU ELINTARVIKEALAN KASVUTEKIJÖINÄ

Taina Harmoinen

Metsä- ja metalliteollisuus ovat olleet Suomen viennin ykköstuotteita jo pitkään. Nyt niiden rinnalle toivotaan saatavan elintarvikkeita. Elintarvikkeiden jalostusastetta tulee nosta ja tuotteet brändätä vientiä varten. Valtioneuvoston ruokapoliittisen selonteon (2017) mukaan vuonna 2030 Suomessa tuotetaan ja syödään maailman parasta ruokaa. Tämä saadaan aikaan läpinäkyvällä, osaavalla, joustavalla sekä kansainvälisesti kilpailukykyisellä ja kannattavalla ruokajärjestelmällä.

Ruokapolitiikka on laajempi käsitteenä kuin pelkkä ruoka. Ruokapolitiikalla edistetään yhteiskunnan hyvinvointia, vahvistetaan alueellista ja paikallista elinvoimaa sekä kannustetaan elintarvikealan yrityksiä uudistumaan ja kehittämään toimintaansa. Tavoitteena on parantaa kotimaisiin resursseihin perustuvan ruokajärjestelmän osaamista, kannattavuutta, tuottavuutta ja kestävyyttä sekä kilpailukykyä. Suomen halutaan olevan korkealaatuisten ja turvallisten elintarvikkeiden ja elintarvikeosaamisen vientimaa.

Suomalaisten elintarvikkeiden puhtaus ja turvallisuus ovat tärkeitä tekijöitä. Kotimaisen elintarviketuotannon merkitys huoltovarmuuden turvaamiselle on entistä suuremmassa roolissa, kun elintarvikeriskejä ja -kriisejä ilmenee entistä enemmän maailmalla. Kotimaisen kulutuksen turvaamisen lisäksi elintarvikevientiiä pidetään edellytyksenä Suomen ruokajärjestelmän menestykselle. Vastuullisuus ja suomalaisen ruoan puhtaus, laatu ja arvostus antavat hyvän perustan viennin laajentamiselle. Ruokapoliittisen selonteon toimenpiteiden tavoitteena on lisätä ruoan arvostusta kotimaassa ja vahvistaa Suomen maakuva korkealaatuisen ruoan ja ruokamatkailun kautta.

VIENTI ELINTARVIKEYRITYSTEN MENESTYSTEKIJÄNÄ

Osana ruokapoliittista selontekoa on tehty ruokaketjun kilpailukykyä koskeva tutkimus, Suomalaisen elintarvikeketjun menestyksen avaintekijät (2017). Suomalaisella elintarvikeketeollisuudella on monia kilpailuvaltteja, kuten puhtaat raaka-aineet, toimiva elintarvikevalvonta, vähäinen antibioottien käyttö ja osaaminen erikoisruokavalioista. Viennin kehittäminen on keskeinen asia suomalaisten elintarvikkeiden menestykselle. (Irz ym. 2017.)

Suomalaiset elintarvikkeet kulutetaan pääosin kotimaassa, ja vain pieni osa menee vientiin. Suomen elintarvikkeiden ulkomaankauppatilastoissa vuonna 2015 viennin arvo oli 1510 miljoonaa euroa ja tuonnin arvo 4926 miljoonaa euroa. (MMM 2017.) Food From Finlandin johtama elintarvikealan Team Finland -kasvuohjelma on kolme vuotta uurastanut saadakseen Suomen elintarvikeviennin nousuun. Kasvuohjelman promotilaisuuksissa 15 maassa on ollut mukana 130 yritystä. Ponnistelut ovat tuottaneet tulosta, sillä esimerkiksi



Japaniin, Kiinaan ja Saksaan on saatu avattua markkinoita kymmenille yrityksille.

Elintarvikeviennin arvioidaan nousevan vuonna 2017 1,7 mrd euroon. Food From Finlandin toimialajohtaja Esa Wrangin mielestä elintarvikeyrityksissä tarvitaan myös asennemuutosta ja vientimyönteisyyttä. Nykyisin vientiin lähdetään, jos kotimaan markkinoilta jää jotain yli. Viennissä Wrangin mukaan tarvitaan hyvää markkinointiosaamista. (Suomalaisia elintarvikkeita...2017.)

Suomalaisella ruoalla on myös media-alan mielestä menestymisen mahdollisuuksia maailmalla. Desingtoimisto Kuudennen ruokastrategi Niina Hietalahti uskoo suomalaisten elintarviketuotteiden mahdollisuuksiin menestyä maailmalla. Menestyksen maailmalla ratkaisee tuotteiden hyvä brändäys ja erityisesti pakkauksen oikeanlainen suunnittelu. (Pohjola 2017, 6.)

PUHTAASTA VEDESTÄ VIENTITUOTE

Vesivarat nostetaan tärkeään rooliin ruokapolitiikassa. Puhtaasta makeasta vedestä on tulossa merkittävä kilpailutekijä alkutuotannossa. Suomen pohjavesialueiden antoisuudesta hyödynnetään tällä hetkellä alle 15 %. Vedessä nähdään myös vientimahdollisuuksia.

Tällä hetkellä Suomeen tuodaan enemmän pakattua vettä kuin viedään. Tavoitteena onkin nostaa kotimaisen talousveden arvostusta brändäämisellä ja ravintoloille suunnatuilla kampanjoilla. (MMM 2017.)

Suomalaista vettä on jo ryhdytty brändäämään vientiin. Ylitorniolainen Veen waters on tästä hyvä esimerkki. Veen watersin lähdevettä myydään Veen-tuotemerkillä lähinnä Lähi-Idän ja Aasian kasvavalle keskiluokalle. Uutuustuotteina Veen watersilla on tulossa mikserisarja, jossa luonnonveteen yhdistetään lappilaiset luonnontuotteet. Yrityksen toimitusjohtaja Mikko Nikkilä näkisi mielellään paikallisen veden myös Lapin rinnekeskuksien tarjonnassa. (Heikinmatti 2017.) Tätä ajatusta tukee ruokapoliittisen selonteon tavoite lisätä kotimaisten tuotteiden arvostusta.

Riiassa järjestetään vuosittain Baltian alueen suurimmat elintarvikemessut. Riga Food 2017 -messuilla oli esillä hyvin brändättyjä pullovesiä monesta maasta. Suomalaisia vesiyrittäjiä ei ollut mukana messuilla. Huomio pulloitetuissa vesissä kiinnittyi kauniisiin lasisiin tai metallisiin pakkauksiin. Pakkauksen merkitystä tuotteen menestyksessä korostaa myös ruokastrategi Niina Hietalahti (Pohjola 2017, 6). Kouvolalainen Kaslink on yhdistänyt pakattuun veteen ekologisen pahvipakkauksen, jonka hiilijalanjälki on paljon pienempi kuin muovipullon. Pahvinen pakkaus on tyylikäs ja käteen sopiva.

ELINTARVIKKEIDEN BRÄNDÄYS LÄHTEE ASIAKASTIEDON ANALYYSISTÄ

Suomen elintarvikevienti painottuu tällä hetkellä raaka-aineisiin ja puolivalmisteisiin. Näiden arvo on suhteessa paljon pienempi kuin brändituotteiden (Irz ym. 2017). Viennissä Suomella ei ole mahdollisuuksia hintakilpailuun, vaan elintarvikeviennin kasvun tulee perustua korkean lisäarvon ja jalostusasteen tuotteisiin. Tämä vaatii vankkaa vientimarkkinatuntemusta ja tuotteen brändäämistä kohdemarkkinoille. (MMM 2017.) Brändi määritellään usein lisäarvoksi, josta asiakas on valmis maksamaan enemmän kuin pelkästä tavallisesta tuotteesta. Brändin rakentaminen lähtee asiakkaiden asenteiden ja arvomaailman sekä kilpailijoiden tutkimisesta. (Virtanen-Thewlis 2008, 6–7.)

Luotettavan asiakastiedon kerääminen perinteisin tutkimusmenetelmin on aikaa vievää ja kallista. Tiedonlouhinnan menetelmin voidaan suurista datamääristä erottaa oleellinen tieto, yhdistellä erilaisia datalähteitä sekä entistä paremmin ymmärtää asiakkaiden kulkutuskäyttäytymistä ja toimintaympäristön muutoksia. Koneoppimisen, tilastotieteellisten menetelmien ja tiedon visualisoinnin avulla voidaan analysoida muun muassa ruokatrendejä, trendien elinkaarta tai tuottaa ennakoitietoa viennin tai markkinoinnin kohdentamista ja skaalaamista varten. Tiedonlähteitä ovat esimerkiksi sosiaalisen median kanavat kuten Facebook, Pinterest tai Twitter.

Asiakastiedon analysoinnin jälkeen suunnitellaan brändin persoonallisuus eli millaisena brändin halutaan näkyvän asiakkaille. Seuraavaksi nimetään tuote ja visualisoidaan nimen ulkoasu. (Virtanen-Thewlis 2008, 6–7.) Riga Food 2017 -messuilla saksalainen yritys esitteli L'eau Sans Souci -nimistä vettä. Nimi viittaa Dümmerin luonnonpuistossa sijaitsevaan läh-



teeseen. Veden nimeen liittyy siis tarina, jota voidaan hyödyntää markkinointiviestinnässä.

Erikoistuotteiden markkinoinnissa on hallittava markkinoinnin ohessa myös jakelukanavat, kohdemaan tuntemus ja sen lainsäädännölliset kysymykset kuten lupavaatimukset ja -prosessit. Finpron, Enterprise Europen ja elinkeinoyhtiöiden asiantuntijoilta saa apua näihin asioihin. Hyvä kilpailukyky on edellytys kansainvälisessä kilpailussa menestymiselle. Yksi kilpailukyvyyn tärkeimmistä määritelmistä on kyky tuottaa tehokkaasti arvonnalisäystä. (MMM 2017.)

RUOKAMATKAILU VIESTII SUOMEN KORKEALAATUISESTA RUOASTA

Ruokamatkailu on ollut kasvavana trendinä ympäri maailman. Nyt se nostetaan ruokapolitiikassakin esille. Suomessa ruokamatkailua ryhdyttiin systemaattisesti kehittämään 2010-luvulla. Suomen ensimmäinen ruokamatkailustrategia julkistettiin vuonna 2015. Ruokamatkailulla käsitteenä tarkoitetaan paikallisuuteen ja tarinoihin perustuvaa ruokailuelämystä. Matkailija etsii ainutkertaisia elämyksiä, aitoutta ja hyviä tarinoita. Olennaista matkailijoille tarjottavissa ruokapalveluissa ja tuotteissa on korostaa paikallisuutta ja ruokakokemusten ainutlaatuisuutta. (Havas ym. 2015.) Viesti Suomen korkealaatuisesta ruoasta menee sitten matkailijan mukana kotimaahan, ja kenties hän ostaa mukaansa ruokatuliaisia.

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa ryhdyttiin edistämään ruokamatkailua jo ennen kuin varsinainen ruokamatkailustrategia valmistui. Eteläsavolaisia ruoka- ja matkailutoimijoita heräteltiin ruokamatkailun kehittämiseen Ruoka matkailun keskiöön -hankkeessa vuosina 2013–2014. Etelä-Savon ruokamatkailuyrityskilpailun tuloksena saatiin hyviä esityksiä ruokamatkailua harjoittavista matkailuyrityksistä. Kilpailu myös osoitti, että alan toimijoiden kärki on vielä kapea ja uusia ruokamatkailutuotteita kaivataan maakuntaan. Tähän haasteeseen vastattiin Etelä-Savon Ruokamatkailuideoita Saimaan seudulle -hankkeen ideakilpailulla uusista ruokamatkailutuotteista. Muutama idea jalostettiin 24h-innoleirillä tuotteeksi.

Matkailijoita kiinnostaa paikallinen ruoka. Ruokamatkailun kehittämisessä pitopöydästä elämykselliseksi ruokamatkailutuotteeksi on vielä haastetta yrittäjillä. Perustiedot ruokamatkailun kehittämiseen on koottu Ruokamatkalle Etelä-Savoon – vinkkejä ruokamatkailun kehittämiseen -julkaisuun (Harmoinen 2014).

LÄHTEET

Harmoinen, T. (toim.) 2014. Ruokamatkalle Etelä-Savoon – vinkkejä ruokamatkailun kehittämiseen. Mikkelin ammattikorkeakoulu.

Havas, K., Adamsson, K. & Sievers, K. 2015. Suomen ensimmäinen ruokamatkailustrategia 2015–2020. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu Oy.

Heikinmatti, A. 2017. Ylitorniolainen Veenin vesi kelpaa Lähi-Idän kasvavalle keskiluokalle, mutta hiihtokeskusten pöydistä sitä ei löydy. Yle Uutiset 25.8.2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9787661> [viitattu 30.10.2017].

Irz, X., Jansik, C., Kotiranta, A., Pajarinen, M., Puukko, H. & Tahvanainen, J. 2017. Suomalaisen elintarvikeketjun menestyksen avaintekijät. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 7/2017. Valtioneuvoston kanslia. PDF-dokumentti Saatavissa: <http://vnk.fi/julkaisu?pubid=16501> [viitattu 30.10.2017].

Pohjola, P. 2017. Unohda mainonta – pakkaus ratkaisee. Suomenmaa 13.10.2017, 6.

Suomalaisia elintarvikkeita viedään nyt tosissaan maailmalle - uusia päänavauksia tehty Japanissa ja Etelä-Afrikassa. 2017. Talouselämä 14.10.2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.talouselama.fi/uutiset/suomalaisia-elintarvikkeita-viedaan-nyt-tosissaan-maailmalle--uusii-paanavauksia-tehty-japanissa-ja-etelaafrikassa/ac0ca4cb-ed0c-3808-b06f-106e2add49d6> [viitattu 30.10.2017].

Ruoka2030. Suomi-ruokaa meille ja maailmalle. 2017. Valtioneuvoston selonteko ruokapolitiikasta. Maa- ja metsätalousministeriö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://mmm.fi/documents/1410837/1923148/Ruokapoliittinen+selonteko+Ruoka2030/d576b315-41fe-4e9d-9d02-8462c5ae5895> [viitattu 30.10.2017].

Virtanen-Thewlis, B. 2008. Mikä on brändi? Teoksessa Raijas, S. & Harmoinen, T. (toim.) Elintarvikkeyrityksen brändin rakentaminen. Tieto tuottamaan -sarja. ProAgria Maaseutukeskusten liitto, 6–7.

Kehittämällä kohti osallisuutta



DIGITAALISESTA KUILUSTA KOHTI DIGIAJAN OSALLISUUTTA

Sanna Lappalainen

Mediakasvatus kuuluu jokaisen nuorisotyötä tekevän arkeen, sillä nuorisotyön yhtenä tehtävänä on nuorten mediaosaamisen ja digitaalisten taitojen vahvistaminen. Verken laatumissa digitaalisen nuorisotyön suuntaviivoissa nostetaan esille erityisesti kannustaminen: nuorisotyön tehtävänä on innostaa nuoria kiinnostumaan mediaan ja teknologiaan liittyvistä ilmiöistä. (Lauha & Tuominen 2016, 149.) Mielenkiintoiseksi tämän tehtävän tekee huomio siitä, että vuoden 2016 nuorisobarometrin mukaan suuri osa nuorista pitää teknologian roolin vahvistumista ihmisten elämässä todennäköisenä, mutta ei kuitenkaan toivottavana (Myllyniemi 2017, 22). Nuorisotyössä ja -toiminnassa voidaan tukea nuoria tunnistamaan, mikä digitaalisen teknologian ja median rooli on omassa elämässä. Samalla nuoria voidaan kannustaa hyödyntämään digitaalisen teknologian ja median mahdollisuuksia.

Teknologian nopean kehityksen myötä digitaalinen teknologia ja media ovat yhä useamman nuoren ulottuvilla. Tästäkin huolimatta kaikki nuoret eivät ole digitaalisen median ja teknologian suurkuluttajia tai monitaitureita, joten nuorten digitaalisen median ja teknologian käytössä sekä mediataidoissa ja digitaalisessa osaamisessa on suuria eroja. Nuorisotyön on tärkeä tunnistaa tämä digitaalisen kuilun olemassaolo ja ehkäistä eriarvoisuutta sekä digitaalisen kuilun syvenemistä nuorten välillä.

Nuorisotyö voi tarjota tukea ja välineitä myös niille nuorille, joilla ei ole mahdollisuuksia päästä käsiksi uuteen teknologiaan esimerkiksi osaamisesta, kiinnostuksesta, resursseista tai muista tekijöistä johtuen. (Lauha & Tuominen 2016, 135.) Erityisesti erilaisissa siirtymävaiheissa olevat nuoret, kuten työttömät, kodittomat, turvapaikanhakijat ja koulutuksen ulkopuolella olevat, ovat vaarassa jäädä syrjään digitaalisesta valtavrasta (Eynan & Geniets 2012). Estääksemme digitaalisen kuilun syvenemisen entisestään, tulee nuoria tukea digitaidoissa (Wilson & Grant 2017).

VALOKEILASSA ERITYISRYHMIEN MEDIA- JA DIGITAI DOT

Usean selvityksen (Rahja 2013; OKM 2013) mukaan Suomessa on tarvetta erityisesti näkö-, kuulo- ja kehitysvammaisten sekä maahanmuuttajanuorten mediankäytön ja -taitojen tukemiselle. Monet erityisryhmät, kuten vammaiset henkilöt, maahanmuuttajat ja romanit, ovat useimmiten myös heikoimmassa työmarkkina-asemassa (esim. Forsander 2013; Teittinen 2015; Sosiaali- ja terveysministeriö 2009). Tukemalla näiden erityisryhmien mediataitoja ja digitaalista osaamista, edistetään samalla heidän työelämävalmiuksiaan ja -taitojaan sekä työllisyyttä digiajassa.



Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenian hallinnoimassa ”Erityisnuoret ja digiajan osallisuuden tukeminen monialaisissa toimintaympäristöissä” -hankkeessa (ESR 2015–2017) mediakasvatusta kohdennettiin niihin erityisryhmien nuoriin, jotka muutoin saattavat jäädä mediakasvatuksen ulkopuolelle. Tavoitteena oli edistää nuorten yhtäläisiä mahdollisuuksia digitaalisen median ja teknologian käyttöön sekä media- ja digitaisten oppimiseen. Käytännössä hankkeessa järjestettiin mediavaikuttamistyöpajoja nuorten arjen toimintaympäristöissä, kuten oppilaitoksissa, nuorisotiloissa, kirjastoissa ja järjestöjen mahdollistamissa harrastusympäristöissä.

Mediavaikuttamistyöpajoissa tavoitteena oli erilaisten mediataitojen oppiminen, mutta yhtälailla myös digitaalisen teknologian ja median hyödyntäminen ilmaisun, vaikuttamisen ja kuulluksi tulemisen välineenä. Mediataidot pyrittiin huomioimaan työskentelyssä laajasti siten, että toiminta edisti nuorten luovia ja esteettisiä mediataitoja, vuorovaikutustaitoja, kriittisiä tulkintataitoja ja turvataitoja (ks. Kerhokeskus – koulutyön tuki ry 2011).

Mediavaikuttamistyöpajoissa nuoret oppivat katsomaan, kuuntelemaan, luomaan ja tulkitsemaan erilaisia mediasisältöjä. Työpajoissa treenattiin myös turvataitoja, joilla tarkoitetaan kykyä turvalliseen, tarkoituksenmukaiseen ja tilannekohtaiseen median sisältöjen ja palveluiden käyttöön (ks. Kerhokeskus - koulutyön tuki ry 2011, 21, 24). Mediavaikuttamistyöpajoissa turvataitoja harjoiteltiin esimerkiksi keskustelemalla tekijänoikeuksista, nettietiketistä, ikärajoista ja sisältöjen julkaisemiseen liittyvistä periaatteista. Lisäksi asioita tehtiin yhdessä, jolloin toiminta kehitti myös nuorten vuorovaikutustaitoja.

NUORISOTYÖ YHDENVERTAISIA MAHDOLLISUUKSIA LUOMASSA

Erityisnuoret ja digiajan osallisuuden tukeminen monialaisissa toimintaympäristöissä -hankkeessa havaittiin, että nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia digitaalisen teknologian ja median käyttöön sekä media- ja digitaitojen oppimiseen voidaan edistää ottamalla nuoret mukaan toiminnan suunnitteluun, kiinnittämällä huomiota ohjauksen esteettömyyteen ja toteuttamalla mediakasvatusta monialaisessa yhteistyössä (ks. Lappalainen ym. 2017).

Kuten kaikessa muussakin nuorisotyössä ja -toiminnassa, on tärkeä ottaa nuoret mukaan heille suunnatun toiminnan suunnitteluun (ks. Lauha & Tuominen 2016, 135). Sama pätee myös erityisryhmien media- ja digiosaamisen edistämiseen, sillä nuorten tarpeet ja toiveet ovat kaiken lähtökohtina. Yhdenvertaisten mahdollisuuksien takaaminen ei tarkoita samanlaista toimintaa kaikille nuorille, vaan mediakasvatuksessa tulee ottaa huomioon nuorten yksilölliset lähtökohdat ja mahdollisuudet. Kun nuoret ovat mukana nuorisotyön ja -toiminnan suunnittelussa, sitoutuvat nuoret myös paremmin toimintaan.

Nuorisotyön ytimessä on yhdenvertaisuuden edistäminen (ks. Nuorisolaki 1285/2016), joskin tämä on myös asia, jossa nuorisotyöllä on vielä paljon kehitettävää (ks. Kunnallisen nuorisotyön tulevaisuusodotukset 2017). Nuorisotyössä yhdenvertaisuutta on edistetty



viime vuosina runsaasti kiinnittämällä huomiota esimerkiksi tilojen fyysiseen esteettömyyteen. Suhteellisen vähän on kuitenkin keskusteltu ohjauksen esteettömyydestä. Jotta mediakasvatus olisi kaikkien nuorten saavutettavissa ja ymmärrettävissä, on välttämätöntä kiinnittää huomiota siihen liittyvän ohjauksen esteettömyyteen. Ohjauksen esteettömyyttä voidaan tukea esimerkiksi kuvatuella ja selkokielellä, joista on hyötyä erityisesti tilanteissa, jolloin nuoren kanssa ei ole yhteistä kieltä tai kommunikoinnissa on muutoin haasteita. Ohjauksessakin on tärkeintä ottaa huomioon jokaisen nuoren yksilölliset lähtökohdat.

Media ja sen ilmiöt ovat monialaisia, minkä vuoksi mediakasvatukselle on luontaista organisaatioiden rajat ylittävä, moniammatillinen työ (Mediakasvatusseura 2015, 7). Parhaimmillaan monialainen yhteistyö tukee nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia digitaalisen median ja teknologian käyttöön sekä media- ja digiosaamisen kartuttamiseen. Nuorisotyötä tekevä ei tarvitse osata kaikkea itse, vaan nuorten mediataitoja ja digitaalista osaamista voidaan tukea yhteistyössä eri alojen ammattilaisten kanssa. Useimmiten mediakasvatus tapahtuu usean ammattilaisen yhteistyönä asioita jakaen ja toisilta oppien. Monialainen yhteistyö tukee myös sitä, että nuorilla on mahdollisuus media- ja digitaalojen oppimiseen niissä toimintaympäristöissä, joissa he muutoinkin aikaa viettävät.

KOHTI DIGIAJAN OSALLISUUTTA

Nuorisotyö voi omalta osaltaan edistää nuorten yhdenvertaisuutta tarjoamalla välineitä, tukea ja sisältöjä digitaalisen teknologian ja median käyttöönottoon sekä digi- ja mediataitojen oppimiseen. Olennaista on tukea nuoria tuottamaan, hyödyntämään ja tulkitsemaan erilaisia mediasisältöjä osana nuorisotyötä ja -toimintaa. Kun nuoria tuetaan ja kannustetaan turvalliseen ja vastuulliseen median käyttöön, mediasisältöjen tuottamiseen sekä mediakriittisyyteen, edistetään samalla nuorten itseilmaisua, omien mielipiteiden esille tuomista ja yhteiskunnallista vaikuttamista.

Mediakasvatuksen myötä nuorta voidaan tukea esimerkiksi mediasisältöihin liittyvissä arvokysymyksissä, mediaan liittyvien valintojen pohdinnassa ja kriittisyydessä (Tuominen 2014, 47). Keskeistä on, että nuorilla on mahdollisuus keskusteluun aikuisen ja muiden nuorten kanssa digitaalisen median ja teknologian käyttöön sekä media- ja digitaaloihin liittyvistä asioista (ks. Pöyskö 2017, 37). On myös hyvä huomioida, ettei pääsy digitaalisen median ja teknologiaan käyttöön ole itsestäänselvyys. Nuorisotyön tehtävä onkin tarjota digitaalisen median ja teknologian käyttömahdollisuuksia myös niille, joille ne eivät muutoin olisi saatavilla.

Kaiken kaikkiaan nuorisotyön tehtävänä on tarjota nuorille uudenlaisia mahdollisuuksia digitaalisuutta hyödyntäviin toimintoihin, jotka kehittävät nuorten valmiuksia digitaaliseen osallisuuteen (Tuominen 2017, 50). Nuorten mukaan ottaminen heille suunnatun toiminnan suunnitteluun, esteetön ohjaus ja monialainen yhteistyö ovat kaikki tärkeitä rakennuspalikoita sille työlle, jonka avulla nuorisotyössä ja -toiminnassa voidaan tukea nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia digitaalisen median ja teknologian sekä digi- ja mediaosaamisen kartuttamiseen. Tämä edistää kaikkien nuorten yhdenvertaisuutta ja osallisuutta.

LÄHTEET

Eynan, R. & Geniets, A. 2012. On the Periphery? Understanding Low and Discontinued Internet Use Amongst Young People in Britain. PDF-julkaisu. Saatavissa: https://www.oii.ox.ac.uk/archive/downloads/publications/Lapsed_Internet_Users_Report_2012.pdf [viitattu 23.10.2017].

Forsander, A. 2013. Maahanmuuttajien sijoittuminen työelämään. Teoksessa T. Martikainen, P. Saukkonen & M. Säävälä (toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus, 220–44.

Kerhokeskus – koulutyön tuki ry. 2011. Mediataitojen oppimispolku perusopetuksessa. PDF-julkaisu. Saatavissa: http://www.opinkirjo.fi/easydata/customers/opinkirjo/files/materiaalit/mediataitojen_oppimispolku_netti.pdf [viitattu 22.2017]

Kunnallisen nuorisotyön tulevaisuusodotukset. 2017. Helsinki: Suomen Nuorisoyhteistyö – Allianssi ry ja Suomen Kuntaliitto

Lappalainen, S., Korpinen, V. & Pokkinen, J. (toim.) 2017. AIKA DIGITTÄÄ – Näkökulmia ja menetelmiä erityisryhmien nuorten mediavaikuttamiseen. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-344-016-6> [viitattu 22.9.2017].

Lauha, H. & Tuominen, S. (toim.) 2016. Kohti digitaalista nuorisotyötä. Helsinki: Verke

Mediakasvatusseura. 2015. Alueellisen mediakasvatusyhteistyön hyvät käytänteet – askelia onnistuneeseen yhteistyöhön. PDF-julkaisu. Saatavissa: http://www.mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2015/03/alueellisen_mediakasvatusyhteistyon_opas1.pdf [viitattu 22.9.2017].

Myllyniemi, S. (toim.) 2017. Katse tulevaisuudessa. Nuorisobarometri 2016. Julkaisuja 189. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto / Nuorisotutkimusseura.

Nuorisolaki 1285/2016.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2013. Hyvä medialukutaito. Suuntaviivat 2013-2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2013:11. PDF-julkaisu. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2013/liitteet/OKM11.pdf?lang=fi> [viitattu 22.9.2017].

Pöyskö, A. 2017. Youth work – a great space for learning about media. Teoksessa Digital Youth Work – a Finnish perspective. Helsinki: Verke; 35-40.

Rahja, R. (toim.) 2013. Nuorten mediamaailma pähkinänkuoressa. Mediakasvatusseura Ry. PDF-julkaisu. Saatavissa: http://www.mediakasvatus.fi/files/nuorten_mediamaailma_pahkinankuoressa.pdf [viitattu 22.9.2017].

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2009. Suomen romanipoliittinen ohjelma. Työryhmän esitys. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:48. PDF-julkaisu. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72788/URN%3aNBN%3afi-fe201504225296.pdf?sequence=1> [viitattu 22.9.2017].

Teittinen, A. 2015. Miksi vammaiset syrjäytyvät työelämästä? Rakenteellinen näkökulma. Teoksessa J. Kivirauma (toim.) *Vammaisten elämä & elämäkerta*. Tulkintoja vammaisuudesta 1900-luvun Suomessa. Riika: Kynnys ry; 75–100.

Tuominen, S. 2014. Mediataidot eivät kehity automaattisesti. Teoksessa H. Lauha & L. Tuuttila. (toim.) *Verkko nuorisotyössä. Nuorisotyö verkossa*. Helsinki: Verke – Verkkonuorisotyön valtakunnallinen kehittämiskeskus.

Tuominen, S. 2017. Mistä nuorisotyöntekijän digitaalinen osaaminen koostuu? Teoksessa ”Tulevaisuudessa digi uppoaa osaksi arkea” *Digitaalinen nuorisotyö kunnissa 2017*. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://www.verke.org/wp-content/uploads/2017/09/Digitaalinen-nuorisotyö-kunnissa.pdf> [viitattu 22.9.2017]

Wilson, G. & Grant, A. 2017. A digital world for all? Findings from a programme of digital inclusion for vulnerable young people across the UK. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://www.carnegieuktrust.org.uk/carnegieuktrust/wp-content/uploads/sites/64/2017/10/NotWithoutMe-2.pdf> [viitattu 23.10.2017].

PELILLISET MENETELMÄT AUTTAVAT NUORTA SELVIYTYMÄÄN

Tiina Kirvesniemi

Nuorten elämänculussa on lukuisia tekijöitä, jotka ovat nähtävissä riskeinä tulevan kehityksen ja toimintakyvyn kannalta. Nämä tekijät liittyvät esimerkiksi koulutukseen, työelämään siirtymiseen, parisuhteeseen, elämänculhallintaan ja henkiseen kypsymiseen. Matkalla kohti aikuisuutta on ratkaisevaa, miten nuori selviää haastavista elämäncultilanteista ja vastoinkäymisistä.

Tässä artikkelissa tarkastelen Siä päätät -hankkeen tuloksia resilienssin viitekehuksesta käsin. Hankkeessa etsittiin ratkaisuja nuorten osallisuuden tukemiseen palvelumuotoilulla ja peli-innovaatioilla, mutta pohdin sitä, missä määrin osallisuuden tukemisessa on kyse nuorten resilienssiä tukevien tekijöiden ja resurssien vahvistamisesta.

ELÄMÄNCULKU YKSIN JA YHDESSÄ MUIDEN KANSSA

Elämänculkkua voidaan luonnehtia esimerkiksi elämänculkaarena, elämänculpolkuna tai peräkkäisinä elämäncul tapahtumina. Nuorten elämänculkkuun liittyvät erityisesti koulutuksen trajektorit eli valinnat eri koulutuspolkujen välillä. Valinnat suuntaavat toisaalta kohti tiedotettuja ja suunniteltuja elämäncul päämääriä, mutta toisaalta voidaan spekuloida todellisen valinnanvaran olemassaoloa tai toisin valitsemisen seurauksia. Valinnan historiallinen ja sosiaalinen ajoittuminen määrittää toimijuutta, jolloin vaihtoehtoja voi olla useita tai ei lainkaan. (Giele & Elder 1998; Dorsett & Lucchino 2014.) Koulutuksen ja työelämäncul ulkopuolella olevien nuorten saattaa olla vaikea mieltää tulevaisuuttaan mahdollisuuksien maailmana, jos heille tarjottu ohjaus ja mahdolliset elämänculpolut näyttävät olevan heidän todellisuushorisonttinsa ulkopuolella (Hodkinson & Sparkes 1997).

Nuorten elämänculkkuun vaikuttavat hänen omien valintojensa lisäksi myös muut seikat. Nuori on elämänculssään aktiivinen toimija rakentaen elämänculkkunsa erilaisten valintojen ja toimintojen kautta. Nuorten elämänculkku sijoittuu ja muotoutuu siihen historialliseen aikaan ja niihin paikkoihin, joissa he elävät. Elämänculkkuun vaikuttavat myös muiden ihmisten elämäncul. Yksilöt elävät tavallisesti erilaisissa ihmissuhteissa perheessä, työelämänculssä ja vapaa-ajan harrastuksissa, jolloin ihmisten elämäncul linkittyvät toisiinsa monimuotoisesti. Kehitykselliset taustat ja sukujuuret sekä elämäncul käännepohtien, tapahtumien ja käyttäytymisen mallit vaihtelevat sen mukaan, miten ne ajoittuvat henkilön elämäncul. Inhimillinen kehitys ja uuden oppiminen on koko eliniän kestävä prosessi ja tämä kehittyminen väistämättä vaikuttaa elämänculkkuun (Elder 1994; 1998.)

Elämänculkkun muotoutuminen on siis toisaalta yksilön omassa käsissä, mutta toisaalta se kiinnittyy yhteiskunnallisiin, historiallisiin ja sosiaalisiin reunaehtoihin. Näin ollen nuoren



Kuva: Tiina Kirvesniemi

kykyyn palautua vastoinkäymisistä ja elämän hankalista tilanteista vaikuttavat nuoren oman motivaation ja toiminnan lisäksi myös hänen lähiverkostonsa mahdollisuudet auttaa ja tukea.

RESILIENSSIN MÄÄRITTELYJÄ

Adjektiivina resilienssi tarkoittaa muun muassa sinnikkyyttä, sitkeyttä, lannistumattomuutta ja kestävyyttä. Psykologian alalla resilienssin merkitys viittaa yksilön selviytymiseen ja hyvään lopputulokseen huolimatta yllättävistä tapahtumista, uhista, onnettomuuksista,

haastavista elämäntilanteista tai vastoinkäymisistä, jotka kohdistuvat yksilön ominaisuuksiin ja toimintaan. Työelämä tutkimuksessa resilienssin tarkastelu ulottuu koko työyhteisön tai -organisaation selviytymiseen haastavissa tilanteissa.

Resilienssillä tarkoitetaan Fergusin ja Zimmermanin (2005) mukaan selviämistä riskeille altistumisen negatiivisista vaikutuksista, traumaattisissa kokemuksissa jaksamista ja riskialttiiden kehityskaarien välttelyä. Riskien negatiivisilta vaikutuksilta suojaavia tekijöitä ovat yksilön omat taidot ja avut, kuten esimerkiksi kompetenssi, elämänhallinnan taidot ja luottamus omiin kykyihin. Myös muilta ihmisiltä saatava tuki auttaa selviytymään vaikeista tilanteista, kuten vanhempien tuki, mentorointi tai yhteiskunnan organisaatiot, jotka edistävät nuorten suotuisaa kehittymistä.

Resilienssitutkimus on nähty suppeana siinä mielessä, että se usein sisältää yksittäisiä riskejä ja yhden suojaavan tekijän. Nuoret altistuvat kuitenkin monille riskeille, ja heillä voi olla monenlaisia avuja ja resursseja käytössään suojaavina tekijöinä. Monet tutkijat ovat havainneet, että riskit ja suojaavat tekijät eivät välttämättä operoi itsenäisesti tai yksin nuorten elämässä, vaan pikemminkin vaikuttaen toinen toisiinsa. Vähemmälle huomiolle ovat jääneet selitykset siitä, miten avut ja resurssit vaikuttavat riskitilanteissa tuottaen tiettyjä seurauksia. (Fergus & Zimmerman 2005, 406-407).

Kun resilienssiä tarkastellaan prosessina (ks. Cyrulnik 2009), huomataan sekä yksilöllisten resurssien, perheen resurssien ja ympäristön resurssien suojaavan mekanismin johtavan pidemmälle. Luontaisen resilienssin perusta voidaan löytää yksilön positiivisessa temperamentissa tai kestävässä neurobiologiassa. Perheen resurssit puolestaan riippuvat vanhempien kyvystä antaa nuorelle rohkaisevaa tukea tai perheen sisäisestä koheesiosta tai hoivasta. Nuoren sosiaalisen ympäristön suojaavat mekanismit liittyvät muun muassa koulukokemuksiin, joissa korostuvat kannustavat vertaissuhteet, opettajien positiiviset vaikutukset ja koulumenestys. (Olsson ym. 2003, 5–6).

Riskitilanteena nuorten elämänsäkulussa on nähty muun muassa siirtyminen kouluasteelta toiselle. Kun nuori selviytyy tästä siirtymästä, ei välttämättä kyse ole resilienssistä, vaan normaalista uuteen toimintaympäristöön sopeutumisesta (Fergus & Zimmerman 2005, 401). Siä päätät -hankkeessa toteutetussa selvityksessä eri kouluasteiden nivelvaiheet huomattiin joillekin nuorille riskeinä, sillä uuteen toimintaympäristöön sopeutuminen ei onnistunutkaan. Selvityksen haastatteluaineistosta koostettiin kolme nuorten käyttäytymisen mallia. Näistä asiakasprofileista erityisesti ”Lannistuja” oli kokenut jo ennen peruskoulun loppumista monenlaisia vastoinkäymisiä elämässään, ja hän oli usein lastensuojelun asiakas. ”Lannistujan” kohdalla resilienssillä voidaan kuvata sinnikkyyttä pyrkiä elämässä eteenpäin ja kohti opintoja ja työtä huolimatta heikoista lähtökohdista.

OSALLISTAVAT MENETELMÄT RESILIENSSIN VAHVISTAJINA

Siä päätät -hankkeen tavoitteena oli löytää ratkaisuja nuorten osallisuuden tukemiseen peli-innovaatiolla ja palvelumuotoilulla. Osallisuuden lisäämisellä tavoitellaan asiakkaan äänen kuulemistä ja sen perusteella palveluiden parantamista, jolloin niiden ajatellaan

olevan vaikuttavuudeltaan parempia. Osallisuuden viitekehyksinä ovat tällöin sekä hyvinvointivaltion, johtamislähtöisen palvelujärjestelmän että kuluttajalähtöisen palvelujärjestelmän perspektiivit. Ammatillisuutta korostavassa palvelujärjestelmässä keskiössä ovat ammatillinen ohjaus ja tiedon jakaminen esimerkiksi neuvonnan ja konsultaation kautta. (Leemann & Hämäläinen 2016.)

Ammatillinen ohjaus ja tiedon jakaminen voivat auttaa nuorta hankalassa elämäntilanteessa, mutta epäilemättä tarvitaan myös muun tyyppistä tukea. On kysyttävä, sisältääkö osallisuus ja osallisuuden kokemus työkalut, keinot ja konstit siihen, että nuoret pystyvät käsittelemään kohtaamiaan vaikeuksia tai löytämään keinoja selvitä arjessaan huolimatta siitä, että omat resurssit ovat niukat. Näkemykseni mukaan katsottuna mistä tahansa osallisuuden teoreettisesta lähestymistavasta (ks. Julkunen & Heikkilä 2007), osallisuus ei itsestään vahvista nuoren resilienssiä. Osallisuus antaa mahdollisuuden ja luo potentiaalisia tilanteita, joissa hyödynnetään nuorten kanssa työskentelevän ammattitaitoa ja siihen liittyvää menetelmien osaamista. Menetelmiäkään ei pidä tarkastella automaattisina ratkaisuuina nuoren ongelmiin, vaan pikemminkin välineinä päästä sisälle hänen kokemuksiinsa ja ajatuksiinsa.

Siä päätät -hankkeen kohderyhmänä olivat nuoret, joilla oli vaikeuksia muun muassa koulutusalan löytämisessä, opiskelupaikan saamisessa tai työllistymisessä. Haasteina nuorilla saattoivat olla myös oppimisvaikeudet, päihde- ja mielenterveysongelmat tai koulukiusaaminen. Osallisuuden tukemisen lisäksi on syytä tarkastella, miten nuoret selviytyvät elämäntilanteestaan näistä ongelmista huolimatta. Hankkeessa kehitettiin pelillisiä menetelmiä (ks. Kirvesniemi ym. 2016) nuorten osallisuuden tukemiseen. Millaisia yhtymäkohtia nähdään osallisuuden ja resilienssin tukemisen välillä, kun tarkastellaan kahta esimerkkiä hankkeen pelillisistä menetelmistä?



OSALLISUUDESTA ETEENPÄIN KOHTI SELVIYTYMISTÄ

Leemann ja Hämäläinen (2007) toteavat, että sosiaalipoliittisesta näkökulmasta sosiaalinen osallisuus muuttuvana, dynamisena prosessina muun muassa tarjoaa mahdollisuuksia ja voimavaroja sekä edistää taitojen ja kykyjen kehittymistä. Tämä toteamus kannustaa vahvistamaan osallisuutta myös resilienssin näkökulmasta. Osallisuus mahdollistaa voimavaraisutumisen sekä kehittää taitoja ja kykyjä, joiden avulla voidaan selvitä haastavista tilanteista.

Nuorten osallisuuden tukeminen on liitettävissä laajaan yhteiskunnan ja erityisesti hyvinvointipalveluiden osallistumisparadigmaan, jolla halutaan palauttaa valtaa varsinkin alistetussa asemassa oleville, lisätä heidän vaikutusmahdollisuuksiaan ja huomioida asiakkaat paremmin palvelujen järjestämisessä. Osallisuuden lupausten täyttyminen vaatii sen mahdollistavien rakenteiden lisäksi valmiutta parantaa viranomaisten ja kansalaisten välisen vuorovaikutuksen laatua. (Matthies 2017, 152.) Peleillä ja menetelmillä on mahdollista tukea tätä vuorovaikutuksen laatua.

Haastavista elämäntilanteista selviämiseen tarvitaan toisaalta jossain määrin sisäistä motivaatiota, mutta toisaalta motivaation tukemisen lisäksi työntekijän roolina voivat olla sopivien haasteiden tarjoaminen ja onnistumisen kokemusten mahdollistaminen. Perinteisen ohjauksen ja neuvonnan lisäksi työntekijällä tulee olla kyky toimia nuoren omakohtaisten oppimiskokemusten tukijana ja mahdollistajana. (ks. Punna ym. 2017).

Siä päätät -hankkeessa -kehitetty pelilliset menetelmät toimivat osaltaan resilienssin vahvistajina. Esimerkiksi Itsenäistyvän nuoren roolikartta -korttipelin (Suikkanen-Malin 2017) avulla mahdollistetaan aikuisen tuki ja mentorointi resilienssin resurssina. Kun yhdessä nuoren kanssa arvioidaan itsenäistymisen kynnyksellä erilaisia rooleja ja niiden kehittyneisyyttä, on mahdollista vaikuttaa nuoren ajatteluun. Itsenäistyminen lapsuuden kodista on luonnollinen vaihe nuoren elämässä, mutta se voi tuntua joskus ahdistavalta. Hankkeessa korttipeliä testattiin voimavaramittarina, jolloin huomattiin rooleista keskustelun ja niiden arvioinnin johtaneen myös roolien kehittymiseen. Itsenäistyvän nuoren roolikartta -peli eli voidaan siis nähdä resilienssin tukena ja elämäntilanteiden taitojen vahvistajana.

Toisena resilienssiä tukevana pelillisenä menetelmänä esitän nuorten rahankäytön hallintaan Siä päätät -hankkeessa kehitetyn Neuvoton-lautapelin. Pelissä tuodaan esiin monenlaisia haastavia taloudenhallintaan liittyviä tilanteita, joissa pelaajan tulee selviytyä. Raha-asioiden hallinta nähdään usein yksinkertaisena Excel-taulukossa ratkeavana asiana, mutta Neuvoton-peli tuo esiin lukuisia sosiaaliseen elämään liittyviä yllätyksellisiäkin tilanteita, jotka voivat saattaa talouden epätasapainoon rahankäytön suunnittelusta ja hyvistä aikeista huolimatta. Pelaamisen ohella nuoren kanssa työskentelevällä on mahdollisuus keskustella, kyseenalaistaa ja tuoda esiin käytännön vinkkejä talouden tasapainottamiseksi.

Osallisuus ei sinällään aina riitä nuoren resilienssin tukemiseen. Haastavissa elämäntilanteissa olevien nuorten tukemiseen tarvitaan myös konkreettisia välineitä, jotka ikään kuin kurottavat osallisuudesta eteenpäin. Pelilliset menetelmät voivat olla tällaisia välineitä, kun ymmärretään niiden mahdollisuus auttaa nuorta välttämään riskialttiita kehityskaaria ja selviämään erilaisista riskeistä sekä jaksamaan traumaattisissa kokemuksissa.

LÄHTEET

- Cyrułnik, B. 2009. Resilience. How Your Inner Strength Can Set You Free From The Past. London: Penguin Books.
- Dorsett, R. & Lucchino, P. 2014. Explaining patterns in the school-to-work transition: An analysis using optimal matching. *Advances in Life Course Research* 22, 1–14.
- Elder, G.H. 1994. Time, Human Agency and social change: Perspectives on the life course. *Social Psychology Quarterly* 57 (1), 4–15.
- Elder, G.H. 1998. The Life Course as Developmental Theory. *Child Development* 69 (1), 1–12.
- Fergus, S. & Zimmerman, M.A. 2005. Adolescent resilience: A Framework for Understanding Healthy Development in the Face of Risk. *Annual Review Public Health* 2005:26, 399–419.
- Giele, J. Z. & Elder, G.H. 1998. Life Course Research: Development of a Field. Teoksessa J.Z. Giele & G.H. Jr. Elder (toim.) *Methods of life course research: Qualitative and quantitative approaches*. California: Sage, 5–27.
- Hodkinson, P. & Sparkes, A.C. 1997. Careership: a sosiological theory of career decisionmaking. *British Journal of Sociology of Education* 18 (1), 29–44.
- Julkunen, I. & Heikkilä, M. 2007. User involment in personal social services. Teoksessa R. van Berkel & B. Valkenburg (toim.) *Making it personal. Individualising activation services in the EU*. Bristol: Policy Press, 87-103.
- Kirvesniemi, T., Leppilampi, A. & Poikolainen, J. (toim.) 2016. Menetelmätarjotin voimavaraistamiseen. *Kymenlaakson ammattikorkeakoulun julkaisuja*. Sarja A. Nro: 79.
- L. Leemann & R-M. Hämäläinen. 2016. Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. *Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. Yhteiskuntapolitiikka* 5/2016.
- Matthies, A-L. 2017. Osallistumisen lupaus ja petos hyvinvointipalveluissa. *Sosiologia* 2/2017, 149–65.
- Olsson, C.A., Bond, L., Burns, J.M., Vella-Brodrick, D.A. & Sawyer, S.M. 2003. Adolescent resilience: a concept analysis. *Journal of Adolescence* 26, 1–11.
- Poikolainen, J. & Suikkanen-Malin, T. (toim.) 2017. Siä päätät! Ratkaisuja nuorten osallisuuden tukemiseen peli-innovaatiolla ja palvelumuotoilulla. *Xamk kehittää* 13. Kouvola: Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu.
- Punna, M., Malinen, K., Sevón, E. & Sihvonen, S. 2017. Kannattaako asiakkaan toimijuuden ja itseohjautuvuuden vahvistaminen? *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 2017:54, 155–158.
- Suikkanen-Malin, T. 2017. Itsenäistyvän nuoren roolikartta voimavaramittariksi. Teoksessa J. Poikolainen & T. Suikkanen-Malin (toim.) *Siä päätät! Ratkaisuja nuorten osallisuuden tukemiseen peli-innovaatiolla ja palvelumuotoilulla*. *Xamk kehittää* 13. Kouvola: Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, 60–66.

OSALLISTUVA NUORUUS AIKUISTEN MAAILMASSA – NUORET JA YHTEISKUNNALLINEN VAIKUTTAMINEN

Marko Kananen

Nuorten yhteiskunnallisen osallisuuden vähentymisestä on kannettu huolta viimeiset neljäkymmentä vuotta. Julkisessa keskustelussa on nostettu esiin, kuinka nuorten äänestysprosentti laskee, nuoret eivät enää erota poliittista oikeaa vasemmasta, eivätkä he luota poliitikoihin tai poliittisiin puolueisiin. Kuntatasolla tätä nuorten osallistumis- ja luottamusvajetta on pyritty korjaamaan 1990-luvulta lähtien erilaisten osallisuus- ja vaikuttajaryhmäkokeilujen avulla. Yksi näkyvimmistä ja pitkäkestoisimmista kokeiluista ovat olleet nuorisovaltuustot.

Ensimmäinen nuorisovaltuusto perustettiin Kangasalaan jo vuonna 1995. Ideana oli antaa alueen 12–17-vuotiaille nuorille mahdollisuus vaikuttaa kunnalliseen päätöksentekoon. Kangasalan esimerkin innoittamana nuorisovaltuustot yleistyivät nopeasti, ja vuonna 2015 nuorisovaltuustot kirjattiin uuteen kuntalakiin keinona taata nuorten mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa. Lakiin kirjattiin myös, että kesään 2017 mennessä jokaisessa kunnassa tulisi olla nuorisovaltuusto tai sitä vastaava vaikuttajaryhmä. Nuorten osallisuutta käsittelevä lakiteksti jättää kuitenkin paljon tulkinnan varaa toiminnan käytännön toteutukseen, ja nuorisovaltuustojen toimintatavoissa onkin merkittäviä eroja eri kuntien välillä. (Uusi-Oukari 2016; Kallinen 2014; Kananen 2004; Nikkilä 2002)

Vaikka nuorisovaltuusto on kunnan virallinen vaikuttamistoimielin, sen sijainti kunnan organisaatiossa vaihtelee suuresti. Tämä vaikuttaa puolestaan merkittävästi siihen, millaisia toimintatapoja ja -mahdollisuuksia sillä on käytössään. Joissakin kunnissa nuorisovaltuuteilla on esimerkiksi puhe- ja läsnäolo-oikeus lautakuntien ja kunnanvaltuuston kokouksissa. Aloitteiden ja kannanottojen lisäksi nuorisovaltuustojen tyypillisiin toimintamuotoihin on kuulunut erilaisten nuorisotapahtumien järjestäminen.

NUORET HALUAVAT TOIMIA AIDOSTI NUORISOVALTUUSTOISSA

Tehtävien ja toimintatapojen määrittämättömyydestä johtuen nuorisovaltuustojen toimintamallit ja -edellytykset ovat hyvin pitkälti riippuvaisia nuorten ja aikuisten päättäjien välisistä suhteista ja kunnan hallintokulttuurista. Yhtenä kantavana teemana nuorisovaltuustojen kaksikymmentävuotisessa historiassa näyttääkin olevan nuorten ja päättäjien väliset näkemyserot nuorisovaltuuston toiminnasta. Nuorisovaltuutettujen näkemyksissä korostuu nuorten aktiivinen rooli: nuoret haluavat osallistua ja nähdä oman työnsä tulokset.

”Ei siis pelkkää keskenään kahittelua. Me halutaan päästä vaikuttamaan, me halutaan päästä tekemään asioita. Me halutaan, että meitä kuunnellaan.”

Päätäjien tarjoamassa roolissa nuorten toimijuus määrittyy kuitenkin hyvin eri tavalla. Nuorisovaltuustoa ei nähdä varsinaisena vaikuttajana tai päätöksentekijänä, vaan enemmänkin keskustelun herättäjänä ja toiminnan alullepanijana. Nuorisovaltuuston keskeisimpänä tehtävänä nähdäänkin paikkakunnan nuorten ideoiden ja ajatusten välittäminen varsinaisille valtuutetuille, jotka vievät sitten asiaa eteenpäin virallisia hallintokanavia pitkin.

”Nuorisovaltuuston kautta se nuorten ääni voisi kuulua meille valtuutetuille entistä paremmin. Että eiväthän he voi sillä tavalla asioista päättää, mutta he voivat kertoa meille ja me voidaan sitten viedä sitä heidän viestiä eteenpäin.”

Aikuisten tarjoamassa mallissa nuoret ovat siis mukana vain päätöksentekoprosessin alkumetreillä, eli vireillepanossa. Nuoret itse kuitenkin puhuvat suorasta ja konkreettisesta päätösvallasta. Yleiseksi ongelmaksi nuoret näkevätkin sen, ettei nuorisovaltuustolla itsellään ole painoarvoa ja päätösvaltaa, vaan se on riippuvainen päättäjien sille antamasta asemasta. Kuten eräs nuorista toteaa:

”Kyllähän me voidaan jotain tapahtumia järkätä tai lähettää lehtiin meidän kannanottoja, mutta ei meitä tuossa virallisessa päätöksenteossa noteerata ollenkaan. Ollaan vaan semmoinen imagosysteemi kaupungille, että voi päättäjät sitten brassailla tuolla turuilla ja toreilla, että meidänkin kaupungissakin on nuorisovaltuusto, että eikö olekin hieno juttu”.

Vaikka nuorten ja aikuisten päättäjien näkemykset nuorisovaltuuston roolista eivät aina kohtaakaan, vallitsevat päättäjien keskuudessa kuitenkin yksimielisyys siitä, että nuorten on päästävä mukaan vaikuttamaan kotikuntansa tapahtumiin ja kehitykseen. Tästä huolimatta nuorisovaltuutettujen esitykset nuorisovaltuustojen vaikutusvallan ja toimintamahdollisuuksien kasvattamisesta saavat kuitenkin varsin kriittisen vastaanoton. Usein päättäjät toteavat nuorten vaikutusvallan lisäämisen periaatteessa hyväksi asiaksi, mutta käytännössä mahdottomaksi toteuttaa johtuen kunnallishallinnon byrokraattisuudesta.

”Kyllä monella valtuutetulla olisi vilpitön halu saada kiinteämpi yhteys nuorisovaltuustoon ja nuoriin, mutta kun se tämä hallinto on niin jäykkää ja tarkkaan lainsäädännöllisesti määriteltyä aluetta, että ei siitä löydy mitään uusia mahdollisuuksia”.

Tämänkaltaisen päätöksenteon muodollis-legalistisen puolen korostaminen on ollut hyvin tyypillistä suomalaisessa hallintokulttuurissa, ja sen seurauksena kansalaisnäkökulma kunnalliseen päätöksentekoon on jäänyt vähemmälle huomiolle (Salminen & Ikola-Norrbacka

2009). Nuorisovaltuutettujen kohdalla tämä aiheuttaa turhautumista ja koko toiminnan merkityksen kyseenalaistamista.

**”Ne päättäjät tekee sen ihan tahallaan. Ne sanoo aina, että kyllä teidän pitää saada vaikuttaa. Mutta sitten kun me sanotaan, että ’okei, me halutaan vaikuttaa’, niin se vastaus on: ’no ei se nyt käy koska pykälä se ja se’.
Että ne ei anna yhtään siimaa, meidät pidetään täysin ulkopuolella.
Ei mikään ihme, että siinä monille tulee se ’pitäkää tunkkinne’ -fiilis.”**

Muodollis-legalistisen argumentin lisäksi päättäjät myös rajaavat nuorisovaltuuston toimintakenttää määrittämällä vain tietyt kysymykset nuorille sopiviksi ja nuoria koskettaviksi. Käytännössä nuorten asioiksi katsotaan usein vain harrastuksiin ja vapaa-aikaan liittyvät kysymykset, kuten esimerkiksi skeittihallin tekniset vaatimukset. Nuorisovaltuutetut pyrkivät puolestaan kyseenalaistamaan tätä rajausta nuorten kysymysten ja yleisten kysymysten välillä. Koska monet kuntatasolla tehtävät poliittiset päätökset liittyvät voimakkaasti kunnan tulevaisuuteen, ne ovat erityisen tärkeitä ja merkityksellisiä juuri nuorille kuntalaisille.

**”Päättäjät haluaisivat meidän vain järjestävän tapahtumia nuorille tai kommentoivan jotain skeittiramppoja.
Mutta sitten kaikki ne oikeat asiat, niin kuin toriparkit ja muut.
Ei meidän mielipidettä kysytä eikä meitä kuunnella.”**

Tämän lisäksi huomattavaa on, että päättäjien puheissa nuoruus määrittyy usein tavalla, joka ei vastaa yhteiskunnallisen vaikuttamisen vaatimuksia. Nuoruudesta puhutaan esimerkiksi ennakkoluulottomuuden, vastuuttomuuden, huolettomuuden ja jopa itsekkyyden aikana, kun taas yhteiskunnallisessa päätöksenteossa katsotaan tarvittavan kokemusta, vastuullisuutta ja yhteisen edun hahmottamista eli ominaisuuksia, jotka yleisesti liitetään aikuisuuteen. Myös monet nuorisovaltuutetut nostavat esiin aikuisuuden edellytyksenä yhteiskunnalliselle vaikuttamiselle.

**”Monet meistä on vielä niin nuoria, että se on se teiniangsti päällä.
Halutaan kaikki nyt ja heti. Mutta eihän se vaikuttaminen niin toimi.
Nämä hommat toimii fiksuudella ja aikuisuudella.
Mutta kunhan sitä ikää ja kokemusta tulee, niin kyllä ne yhteiset asiatkin sitten kiinnostaa ihan eri tavalla.”**

Tähän aikuisuuden ja nuoruuden epäsuhtaiseen rooliin yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa kiteytyy yksi nuorisovaltuustojen keskeisimmistä ongelmista. Nuorisovaltuustojen pitäisi tuoda nuoruus ja nuorten näkemykset paikkakunnan päätöksentekoon, mutta onnistuakseen siinä nuorilta odotetaan aikuisuutta.

OSALLISTUMISTA VAI OSALLISUUTTA?

Nuorisovaltuuston roolia ja merkitystä pohdittaessa esiin nousee ero osallisuuden ja osallistumisen välillä. Vaikka näitä kahta termiä käytetään usein synonyymeinä, niiden välillä on kuitenkin merkittäviä eroja. Osallisuuden ehdot täyttävässä toiminnassa nuoret ovat tavoitteellisia ja aktiivisia toimijoita, joilla on myös valta päättää asioista. Toiminnan tuloksena he kokevat osallisuutta ja heidän elinympäristössään tapahtuu muutos. Osallistuminen puolestaan viittaa passiivisempaan mukanaoloon järjestelmässä ja tapahtumassa, jonka puitteet joku toinen on jo määritellyt. (Gretschel & Kiilakoski 2012; Thomas 2007) Osallisuusnäkökulmasta korostuu siis nuorten mahdollisuus tehdä päätöksiä, joilla saavutetaan muutoksia elinympäristössä. Myös osa päättäjistä tukee tätä tavoitetta

”Kyllä minä olen sitä mieltä, että pitää elää ja esittää mielipiteitä, eikä vain tyytyä olemassa olevaan. Tavoitteenahan on aina oltava asioiden parantaminen ja siitähän tässä nuorisovaltuustonkin kohdalla on kysymys. Että jos he eivät voi oikeasti vaikuttaa tai muuttaa asioita, niin eihän sillä toiminnalla ole mitään virkaa”

Osallistumisen näkökulmasta korostuu puolestaan nuorisovaltuuston rooli paikkana, joka tarjoaa nuorille mahdollisuuden opetella kunnallispolitiikkaa. Oppimista korostavassa puhettavassa nuorten osallistuminen saa arvonsa sen epäsuorista vaikutuksista: nuoret opivat vastuullisuutta ja kunnallishallinnon toimintaa. Tässä puhettavassa nuoria ja nuorten osallistumista ei kuitenkaan nähdä minkäänlaisena muutosvoimana yhteiskunnassa.

”Ei kai se nuorisovaltuuston tarkoitus olekaan olla siellä suuna päänä päättämässä ja päämääröimässä, vaan enemmän seuraamassa ja oppimassa. Ja sitten kun he ovat täysi-ikäisiä, niin he voivat tulla mukaan tähän täysivaltaiseen vaikuttamiseen”

OSALLISTUVA NUORUUS SUOMESSA?

Suomalaisessa hyvinvointivaltiossa kansalaisten suoralla osallisuudella on ollut vain pieni rooli. Hyvinvointivaltio on ollut valtiokeskeinen projekti, jossa päätöksenteko on tapahtunut valtion, etujärjestöjen ja virkamiesten hoitamana. (Sainio 1994) Myös nuorisovaltuusto näyttäisi törmäävän tähän suomalaisen hallintokulttuurin kivimuriin. Nuorten on vaikeaa, ellei mahdotonta raivata itselleen tilaa kunnallisessa päätöksenteossa. Byrokraattisuuden lisäksi ongelmana on, että täysivaltaisen vaikuttamisen katsotaan kuuluvan aikuisuuteen. Suomessa on totuttu ajattelemaan, että politiikassa vastuulliset aikuiset tekevät yhteistä hyvää palvelevia päätöksiä, kun taas nuoret ovat kiinnostuneita vain oman ikäryhmänsä asioista, kuten eräs päättäjäistä toteaa:

”Suomessa ei yksinkertaisesti olla totuttu siihen, että nuorilta voitaisiin kysyä näkemystä mitä erilaisimmissa asioissa. Että kyllähän esimerkiksi ympäristöasiat koskettavat nimenomaan juuri nuoria ja lapsia”



Kuva: Credit

Nuorten kansalaisten osattomuus näkyy kunnallispolitiikan lisäksi huolestuttavasti myös koulumaailmassa. Vaikka Suomen koululaiset ovat menestyneet erinomaisesti oppimistuloksia vertailevassa kansainvälisessä PISA-tutkimuksessa, heidän kiinnostuksensa yhteiskunnalliseen toimintaan on eurooppalaisittain hyvin alhaista. Esimerkiksi ICCS ja CIVICS-tutkimuksien mukaan nuoret muissa Pohjoismaissa osallistuvat koulun päätöksentekoon ja oppilaskuntatoimintaan yli kaksi kertaa enemmän kuin Suomessa.

Suomalaiskoululaiset eivät myöskään luota siihen, että oppilaat voivat yhdessä pohtimalla ja toimimalla vaikuttaa koulu yhteisön kehittämiseen. Tilannetta ei ainakaan paranna se, että Suomessa opetetaan muihin OECD-maihin verrattuna hyvin vähän yhteiskuntaoppia. Lisäksi yhteiskuntaopin oppikirjojen lähestymistapa kansalaisten vaikutuskeinoihin on perinteinen ja instituutiokeskeinen edustuksellinen demokratia. Oppikirjojen lähestymistapa viittaa pikemminkin demokratian arvoihin sosiaalistamiseen kuin aktiivisen kansalaisen taidolliseen tai asenteelliseen valmentamiseen. (Suutarinen 2015; Ahonen 2000; Virta 2000.)

Lisäksi on syytä huomioida, että nuorten yhteiskunnallisesta osallisuudesta käytävässä keskustelussa lähes kaiken huomion ovat vieneet nuorisovaltuuston kaltaiset vaikuttajaryhmät. Ne tavoittavat kuitenkin vain tietyn ja usein varsin pienen osan paikkakunnan nuorista. Jos nuorisovaltuustot nostetaan virallisen ja hyväksytyin osallisuuden rooliin, kiulu osallistuvien ja ei-osallistuvien nuorien välillä kasvaa entisestään. Tämän vuoksi on tärkeää, että nuorten osallisuutta tarkasteltaessa otetaan huomioon koko laaja kansalaistoiminnan

kenttä. Nuorten yhteiskunnallinen osallisuus ei siis rajoitu vain edustuksellisen järjestelmän puitteissa tai sen liepeillä tapahtuvaan toimintaan, vaan se pitää sisällään monimuotoisen toimintojen ja käytäntöjen kirjjon. (Gretschel & Kiilakoski 2012) Tätä moninaisuutta ja omaehtoisuutta meidän on opittava näkemään ja tukemaan entistä paremmin.

Tämän lisäksi on tärkeää muistaa, että nuorten osattomuuden negatiiviset vaikutukset ulottuvat paljon laskevia äänestysprosentteja pidemmälle. Kuten Juvenian tutkija Kari Saari omassa kirjoituksessaan esittää, passivoitumisen lisäksi osattomuuden kokemukset voivat kanavoitua myös äärilaitojen populistisiin liikkeisiin, joihin voi liittyä esimerkiksi muukalaisvihamielisyyttä tai väkivaltaista käyttäytymistä. Yleisesti ottaen osattomuuden ja vaikutusmahdollisuuksien puutteen onkin nähty olevan yksi keskeisistä tekijöistä nuorten radikalisoitumiskehityksen taustalla (Suutarinen 2015).

Nuorisovaltuusto- ja kehittämiskeskus Juvenian toimintaa yhdeksi läpileikkaavaksi teemaksi on valittu juuri osallistuva nuoruus. Yhtenä Suomen merkittävimmistä nuorisovaltuusto- ja kehittämiskeskusten toiminnallaan pystyttävä tunnistamaan ja tukemaan nuorten osallisuutta mitä erilaisimmissa ilmenemismuodoissa ja -paikoissa, ja osaltaan pyrittävä varmistamaan nuorten mahdollisuudet vaikuttaa mielekkääksi kokemallaan tavalla omaa elinympäristöään koskeviin päätöksiin.

LÄHTEET

Ahonen, S. 2000. Kansalaisyhteiskunta ja hyvinvointivaltio kasvatuksen sisältöinä. Teoksessa S. Suutarinen (toim.) Nuoresta pätevä kansalainen. Yhteiskunnallinen opetus Suomen peruskoulussa, 9-32. Koulutuksen tutkimuslaitos. Jyväskylän yliopisto.

Gretschel, A. & Kiilakoski, T. 2012. Demokratiaoppitunti. Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 118.

Kallinen, T. 2014. Osallisuus nyt ja vuonna 2015. Tutkimus nuorten vaikuttajaryhmien nykytilasta ja tulevaisuudesta. Suomen Nuorisovaltuustojen Liitto ry.

Kananen, M. 2004. Demokratia - K-18? : nuorisovaltuusto nuorten paikan osoittajana. Joensuun yliopisto. Sosiologia. Pro gradu-työ.

Nikkilä, J. 2002. Nuorisovaltuustot yhteiskunnallisina osallistumismuotoina – pikkupoliitikkoja vai vapaita vaikuttajia? Teoksessa Anu Gretschel (toim.) Lapset, nuoret ja aikuiset toimijoina. Artikkeleita osallisuudesta, 63-75. Suomen kuntaliitto. Helsinki.

Sainio, K. 1994. Kohti kansalaisten kuntaa. Suomen kuntaliitto.

Salminen, A. & Ikola-Norrbacka, R. 2009. Kuullaanko meitä: Eettinen hallinto ja kansalaiset. Vaasan yliopiston julkaisuja. Tutkimuksia 288.

Suutarinen, S. 2015. Kansalaiskasvatus koulujen välineeksi ääriajattelua vastaan. Haaste 2/2105. Rikoksensuojantaneuvosto. Helsinki.

Thomas, N. 2007. Towards a Theory of Children's Participation. *International Journal of Children's Rights*. Vol. 15(2007), 199–218.

Uusi-Oukari, M. 2016. Turun nuorisovaltuusto Aitoa osallisuutta vai näennäistä vaikuttamista? Turun yliopisto. Valtio-oppi. Pro gradu-työ.

Virta, A. 2000. Kansalainen, demokratia ja valtio yhteiskunnallisen kasvatuksen ydinsisältöinä. Teoksessa Sakari Suutarinen (toim.) Nuoresta pätevä kansalainen. Yhteiskunnallinen opetus Suomen peruskoulussa, 9-32. Koulutuksen tutkimuslaitos. Jyväskylän yliopisto.



Yhdenvertaisuus
kehittämisen
kohteena

PUREEKO POPULISMI NUORIIN?

Kari Saari

Viimeisen vuosikymmenen aikana suomalainen yhteiskunta on muuttunut ja eriarvoistunut nopeasti. Esimerkiksi Pasi Moisio (2010) on todennut, että tuloerot ja suhteellinen köyhyys ovat kasvaneet Suomessa 1990-luvun lamavuosista alkaen. Samaan aikaan tulonsiirtojen ja verotuksen tuloeroja tasaava ja suhteellista köyhyyttä vähentävä vaikutus on heikentynyt. Samoin Juho Saaren (2015) mukaan eriarvoisuus, köyhyys ja huono-osaisuus ovat lisääntymässä Suomessa, koska hyvinvointivaltion palvelujärjestelmässä tapahtuneet muutokset ovat kohdentuneet jo valmiiksi heikossa asemassa oleviin ihmisiin. Huono-osaisuus on kasautunut tietyille ihmisryhmille samalla kun kuilu hyvä- ja huono-osaisten välillä on suurentunut.

Myös maahanmuutto on muuttanut suomalaista yhteiskuntaa. 1980-luvulta nykypäivään on ulkomaalaistaustaisen väestön määrä Suomessa noin 25-kertaistunut (Rapo 2011). Etniset vähemmistöt ovat tulleet entistä näkyvimmiiksi aiemmin väestöltään ja kulttuuriltaan verraten homogeenisessa maassa. Eurooppaan vuosina 2015 ja 2016 saapuneiden pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden kasvanut määrä on vaikuttanut muukalaisvihamieliseen ilmapiiriin ja liikehdintään Suomessakin. Maahan syntyneet uusia liikkeitä, kuten Rajat kiinni -kansanliike ja Soldiers of Odin -katupartiot, joiden yhteiskuntapoliittinen agenda on populistinen, avoimen muukalaisvihamielinen ja maahanmuuttovastainen. ”Kantaväestön oikeuksien puolustaminen” on entistä selvemmin esillä kaduilla, mediassa ja poliittisessa keskustelussa.

Euroopassa ja myös Suomessa on jo pitkään oltu huolestuneita nuorison poliittisesta osallistumisesta. Nuorison on nähty joko passivoituvan yhteiskunnallisesti tai heidän aktiivisuutensa on pelätty kanavoivan yhteiskunnallista pettymystään äärioikeistolaisiin ja -vasemmistolaisiin, muukalaisvihamielisiin tai populistisiin puolueisiin ja liikkeisiin.

POPULISMIN MONET KASVOT: DEMOKRATIAN NIMISSÄ DEMOKRATIAA VASTAAN?

Populismia ei ole helppo määritellä tai kuvata yksiselitteisesti, koska populismi-käsitettä käytetään monenlaisissa yhteyksissä. Toisinaan se on nähty merkinä poliittisen ilmapiirin ja ajattelun muutoksesta sekä edustuksellisen demokratian kriisistä (Mudde 2004; 2007; 2010). Populistit itse taas ovat yleensä julistaneet olevansa demokratian pelastajia ja uuden, todellisen kansanvallan airuita (Abts & Rummens 2007; Canovan 1999). Populismi on samanaikaisesti sekä demokratian painajainen että neljä paremmasta kansanvallasta.

Populismi pohjautuu seuraaviin perusajatuksiin ja lähtökohtiin (Puuronen & Saari 2017, 8):

1. Oletus, että yhteiskunta jakaantuu valtaa pitävään eliittiin ja tavallisiin ihmisiin ("todelliseen kansaan"), joiden välillä on eturistiriita ja valtakuilu.
2. Epämoraaliseksi tai korruptoituneeksi määritellyn valtaeliitin vastustaminen.
3. Vallan vaatiminen "kansalaisille" ja käsitys, että poliittisen päätöksenteon tulisi pohjautua kansan yleiseen tahtoon tai yleiseen mielipiteeseen (volonté générale, general will).
4. Käsitys, että vähälukuinen "eliitti" uhkaa tavallisen kansan (eli enemmistön) yhtenäiseksi mielletyn tahdon ja sen arvojen toteutumista yhteiskunnassa.

Populististen puolueiden ja liikkeiden käsitykset esimerkiksi siitä, keitä kansaan tai eliittiin kuuluu, poikkeavat toisistaan. Cas Mudde on jopa puhunut länsimaiden populistisesta ajanhengestä (2004) tai populismin normalisoitumisesta (2010), aikakaudesta, jossa populistisuus sisältyy monien erilaisten poliittisten puolueiden retoriikkaan ja toimintatapoihin. Samalla populismi on muuttanut poliittista kenttää, koska sitä ei ole helppo sijoittaa perinteiseen vasemmisto–oikeisto-jaotteluun, vaan se voi yhdistyä erilaisiin poliittisiin ideologioihin, kuten anti-kapitalismiin, sosialismiin, nationalismiin tai äärikansallismielisyyteen (Mudde 2004; Taggart 2004).

Populismin yhteiskunnallinen haastavuus liittyy siihen, että monilta osin siinä on kyse vuoropuhelusta perustuslaillisen demokratian kanssa, haastaen ja pyrkien määrittelemään uudella tavalla "demokraattisuutta" (ks. taulukko 4).

Taulukko 4. Perustuslaillisen demokratian ja populismin demokratiakäsityksen erot (Abts & Rummens 2007, 410–417).

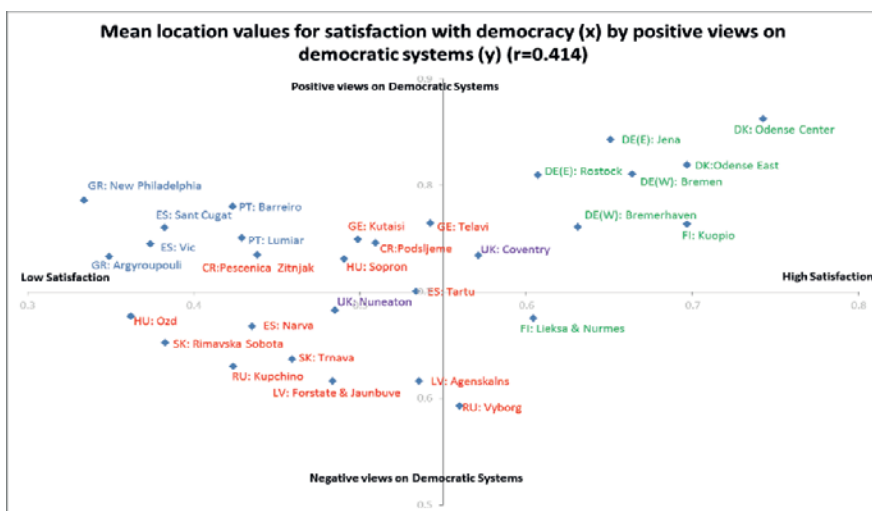
Perustuslaillinen demokratia	Populismin demokratiakäsitys
Perustuslaillisuus: Lait suojelevat kaikkien kansalaisten yksilöllisiä oikeuksia valtion tai muiden kansalaisten mieltä vastaan -> ajatus heterogeenisten (erilaisten) kansalaisten yhtenäisyydestä	Haastaa perustuslaillisen demokratian, "demokratian nimissä": -> pohjautuu mielikuvaan homogeenisen (yhdenmukaisen) kansan vallasta -> tasa-arvoiset, perustuslailliset oikeudet voidaan sivuuttaa kansan tahdon nimissä
Demokraattinen peruspilari: Lainsäädäntövalta ja auktoriteetti ovat kansalla; vähemmistön oikeudet ja asema turvattu	"Enemmistön tyrannia": enemmistön tahdon ja intressien ylivalta yli ulkopuoliseksi määritellyn vähemmistön
Avoimen ja erilaisuutta sisältävän yhteiskunnan idea: ->kunnioittaa erilaisuutta, kansalaisten yksilövapauksia ja yhdenvertaisuutta	Mielikuva suljetusta kansasta ja kollektiivisesta identiteetistä ->ei ikinä tavoittele kaikkien kansalaisten yhtenäisyyttä (vain "hyvien"/"todellisten" kansalaisten) ->pohjautuu vastakkainasetteluihin/luokitteleviin hierarkioihin: a)"Ylöspäin": ME (tavallinen kansa) vs. NE (intellektuaaliset, taloudelliset tai poliittiset eliitit) b)"Alaspäin": Kansa vs. "Pohjasakka"/"Ulkopuoliset" (ihmiset, jotka uhkaavat "todellisen" kansan puhtautta erilaisuudellaan)

PUREEKO POPULISMI NUORIIN?

Euroopan unioni rahoitti vuosina 2011–2015 laajan kansainvälisen ja monimenetelmällisen MYPLACE-tutkimuksen (Memory, Youth, Political Legacy and Civic Engagement), jossa tutkittiin muun muassa nuorten suhdetta populismiin ja populistisiin puolueisiin. Hankkeeseen osallistui tutkijoita Suomesta, Isosta-Britanniasta, Tanskasta, Venäjältä, Virosta, Latviasta, Georgiasta, Slovakiasta, Unkarista, Kroatiaista, Saksasta, Portugalista, Espanjasta ja Kreikasta. Kaikkiaan tutkimukseen osallistui yhteensä yli 17 000 16–25-vuotiasta nuorta. Suomea koskevia aineistoja kerättiin Itä-Suomessa, Kuopiossa ja Pielisen Karjalassa. (Pilkington & Pollock 2015.)

MYPLACE-tutkimuksen nuorten poliittisten näkemysten kartoitus toi esiin sen, että Euroopan tasolla on parempi puhua populismiin sijaan populismeista. Monet populismiin yhdistyvät sosiaaliset ja poliittiset kysymykset ovat tiiviisti yhteydessä yhteiskunnan alueellisiin, (poliittis-)historiallisiin ja rakenteellisiin tekijöihin. Esimerkiksi läntisten hyvinvointivaltioiden (erityisesti Saksa, Suomi ja Tanska) nuoret olivat asenteiltaan vähemmän autoritäärisiä, kantaväestön oikeuksia alleviivaavia ja muukalaisvihamielisiä kuin entisten sosialistivaltioiden nuoret. Jälkimmäisissä maissa populistisilla ajattelutavoilla oli vankempi tuki ja kasvualusta kuin hyvinvointivaltioissa. Eroista huolimatta kaikista tutkituista maista löytyi omaleimaisia populismiin piirteitä. (Pollock ym. 2015.)

MYPLACE-maita näyttää erottavan myös se, millaisia näkemyksiä nuorilla on maansa demokraattisuudesta ja demokraattisesta järjestelmästä (kuva 13). Kiinnostavalla tavalla hyvinvointivaltiot (Saksa, Suomi ja Tanska), välimerenalueen talouskriisimaat (Espanja, Kreikka ja Portugali) ja entiset sosialistimaat keskittyvät omiksi ryhmikseen demokraattisuuksien näkemysten mukaan.



Kuva 13. MYPLACE-tutkimuskohteiden nuorten tyytyväisyys demokraattiseen ja näkemykset demokraattisesta järjestelmästä (Pollock ym. 2014, 51).

Populismien kannatuksen on usein mielletty saavan kasvuvoimaa poliittisesta ja yhteiskunnallisesta tyytymättömyydestä. Muihin MYPLACE-maihin verrattaessa olivat suomalaisnuoret tyytyväisimpien joukossa, kun tarkasteltiin suhdetta demokratiaan, tasa-arvoon ja hyvinvointijärjestelmään sekä niihin liittyvää arvostusta. Yhteiskunnalliset kysymykset, jotka voivat toimia kasvualustana populistiselle ajattelulle ja toiminnalle Suomessa, liittyvät MYPLACE-tutkimuksen tulosten perusteella (1) demokratiaan ja tasa-arvoon, (2) hyvinvointivaltioon ja julkisiin palveluihin sekä (3) maahanmuuttokysymyksiin ja kantaväestön sosiaalisiin etuoikeuksiin yhteiskunnassa. (Saari & Puuronen 2017; Eskelinen ym. 2017.)

Populismi puree nuoriin Suomessa ja Euroopassa. Kyse on kuitenkin erilaisista populistisista ja niiden erityispiirteistä. Populismien vertailevaa tutkimusta tarvitaan lisää, jotta populistisia monimuotoisena poliittisena ja yhteiskunnallisena ilmiönä ymmärrettäisiin paremmin Euroopan, valtioiden ja paikallisilla tasoilla.

Yleensä populismi mielletään demokratiaa rapauttavana ideologisena voimana. Siihen voi sisältyä myös demokraattista järjestelmää vahvistavia ja uudistavia mahdollisuuksia. Paul Taggart (2004) on osuvasti todennut, että populismien yleinen piirre on episodimaisuus, aaltomaisuus: tietty ideologinen liikehdintä syntyy reaktiona yhteiskunnalliseen muutokseen, kriisiin tai haasteeseen. Populismien tutkimus ja tarkempi ymmärtäminen yhteiskunnallisena ilmiönä voi auttaa kartoittamaan ja korjaamaan poliittisia, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia sekä demokraattisen järjestelmän epäkohtia, ilman ”enemmistön tyranniaa”.

LÄHTEET

Abts, K. & Rummens, S. 2007. Populism versus Democracy. *Political Studies* 55, 405–424

Canovan, M. 1999. Trust the People! Populism and the Two Faces of Democracy. *Political Studies* 47, 2–16.

Eskelinen, N., Neuvonen, S. & Saari, K. 2017. Nuorten suhde etnisiin vähemmistöihin. Teoksessa Puuronen, V. & Saari, K. (toim.) Nuorten yhteiskunnallinen osallistuminen ja oikeistopopulismi. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisotutkimusseura, 135–168.

Moisio, P. 2010. Tuloerojen, köyhyyden ja toimeentulo-ongelmien kehitys. Teoksessa Vaarama, M., Moisio, P. & Karvonen, S. (toim.) Suomalainen hyvinvointi 2010. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 180–196.

Mudde, C. 2004. The Populist Zeitgeist. *Government and Opposition* 39, 541–563.

Mudde, C. 2007. *Populist Radical Right Parties in Europe*. Cambridge: Cambridge University Press.

Mudde, C. 2010. The Populist Radical Right: A Pathological Normalcy. *West European Politics* 33, 1167–1186.

Pilkington, H. & Pollock, G. 2015. ‘Politics are bollocks’: Youth, politics and activism in contemporary Europe. *The Sociological Review* 63: S2, 1–35.

Pollock, G., Brock, T. & Ellison, M. 2015. Populism, ideology and contradictions: mapping young people's political views. *The Sociological Review* 63: S2, 141–166.

Pollock, G., Grimm, R. & Ellison, M. 2014. Young People's understanding of History and Contemporary Politics: Trust, Representation and Barriers to participation. MYPLACE Policy Forum in Brussels 20.11. 2014. Presentation. Saatavissa: http://www.fp7-myplace.eu/documents/policy-forum/141120_MYPLACE_Brussels_10%20202.pdf [viitattu 18.10.2017].

Puuronen, V. & Saari, K. 2017. Nuorten yhteiskunnallinen osallistuminen, oikeistopopulismi ja nativismi. Teoksessa Puuronen, V. & Saari, K. (toim.) Nuorten yhteiskunnallinen osallistuminen ja oikeistopopulismi. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisotutkimusseura, 7–22.

Rapo, M. 2011. Vieraskielinen on yhä monessa kunnassa harvinaisuus. Helsinki: Tilastokeskus. Saatavissa: http://www.stat.fi/tup/vl2010/art_2011-06-21_001.html [viitattu 8.12.2014].

Saari, J. 2015. Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudeamus.

Saari, K. & Puuronen, V. (2017). Nuorten käsityksiä demokratiasta, tasa-arvosta ja hyvinvointivaltiosta. Teoksessa V. Puuronen & K. Saari (toim.) Nuorten yhteiskunnallinen osallistuminen ja oikeistopopulismi. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisotutkimusseura, 3–50.

Taggart, P. 2004. Populism and representative politics in contemporary Europe. *Journal of Political Ideologies* 9, 269–288.

KOSMOPOLITANISMI YHTENÄ MAAHANMUUTTOHANKKEIDEN ARVOPERUSTANA

Sirkka Komulainen

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa on vuonna 2017 meneillään useita maahanmuuttoon ja kansainvälisyyteen liittyviä TKI-hankkeita sekä koulutusta. Kansainvälisten sopimusten mukaan Suomi on sitoutunut vastaanottamaan turvapaikanhakijoita ja kotouttamislain mukaisesti kotouttamaan oleskeluluvan saaneita pakolaisia. Xamkin hankkeet ja koulutus liittyvät muun muassa näihin hallituksen tavoitteisiin.

Aluekehityshankkeissa edistetään maahanmuuttajien osallisuutta, hyvinvointia, koulutukseen pääsyä tai työllistymistä. Maahanmuuttajataustaisille työikäisille tarjotut koulutukset valmentavat korkeakouluopintoihin, ammattiin ja yrittäjyyteen. Xamk toimii myös esimerkiksi valtakunnallisessa korkeakouluverkostossa, jossa viranomaisille tarjotaan täydentävää koulutusta kulttuurienväliseen osaamiseen maahanmuuttotyössä.

Ammattikorkeakoulun – kuten muidenkin toimijoiden – maahanmuuttotoimintaan vaikuttavat yhä enemmän nopeasti muuttuvat maailmantilanteet. Mediassa toistuvana ilmiönä on pelon ilmapiiri. Globaalit ilmiöt – kuten terroriteot ja radikalisoituminen – ovat todellisuutta koko Euroopassa ja mahdollisia myös Suomessa. Epävarmuutta maailman tilanteesta syntyy myös kansainvälisistä konflikteista tai muista syistä johtuvista, ennakoimattomista muuttoliikkeistä. Poliittisen keskustelun eturintamassa ovat yhä näkyvämmiin turvallisuuskysymykset.

Maahanmuutto on siten vahvoja mielikuvia herättävä ilmiö. Julkiset diskurssit maahanmuutosta ovat tyypillisesti polarisoituneita. Tällöin sekä hanke- että opetustyössä olisi hyvin tärkeää, että toiminta, sen käytännön perustelut ja sitä ohjaavat eettiset arvot tehdään näkyviksi. Tämän artikkelin ydinajatus on se, että hyvin paikallisestikin tapahtuvassa maahanmuuttotyössä on hyvä ymmärtää ja eritellä toiminnan globaalit kontekstit, mitä yhdenvertaisuudella tällöin tarkoitetaan ja miksi sitä tavoitellaan. Kyseistä ymmärrystä voidaan nimittää globaaliksi tietoisuudeksi.

KOSMOPOLITANISMI MAAHANMUUTTOHANKKEIDEN FILOSOFIENA ARVOPOHJANA

Kosmopolitanismilla humanistisena filosofiana on vuosituhantinen historia. Länsimaissa kosmopolitanismi liitetään yleensä Immanuel Kantin ajatteluun. Oppiaineet ja käsitteet, kuten 'maailmankansalaisuus', 'kansainväliset suhteet' tai 'kulttuurienväliset kompetenssit' juontavat juurensa kantilaiseen ajatteluun pysyvistä rauhasta (engl. perpetual peace;

Dallmayr 2012), jonka vastakohtana voidaan pitää äärioikeistolaista ajattelua.

Kosmopolitanismi filosofiana on eri asia kuin arkiajattelussa syntyvät mielikuvat kosmopoliittista yksilöstä. Jälkimmäisessä mielikuvat yhdistyvät tyypillisesti etuoikeutettuun, urbaaniin vapaaseen liikkuvuuteen suurissa maailman megapoleissa. Kuluva vuosikymmenen aikana on kuitenkin yhä enemmän keskusteltu liikkuvuuden epätasa-arvoisuudesta. Julkinen keskustelu asettaa erilaiset liikkujat eri kategorioihin, joissa toiset ansaitsevat kulturellin kosmopoliitin statuksen, kun taas toiset saavat negatiivisemmän maahanmuuttajan leiman, eivätkä ikään kuin ansaitse olla maailmankansalaisia (Chernilo 2012, 48).

Kosmopolitanismi globaalina tietoisuutena sen sijaan tarkoittaa sitä, että ollaan tietoisia eriarvoisuutta tuottavista valtarakenteista. Kosmopolitanismi sisältää hyvien etnisten suhteiden ylläpitämisen ja syrjinnän vastaisuuden periaatteen myös muiden kuin ulkomaalaisten (esimerkiksi suomalaisten romanien) kohdalla eräänlaisen valkoisen hegemonian yhteiskunnissa.

Kosmopolitanismi ei ole samaa kuin naiivi kulttuurirelativismi, vaan viittaa tiedostavaan rauhanomaiseen toimintaan yli rotu-, uskonto-, sukupuoli-, yhteiskuntaluokkarajojen tai muiden tiukasti kategorisoivien rajojen. Tiedostavaan toimintaan voi liittyä myös kriisejä ja konflikteja: kosmopolitanismi voi olla vaativa arvopohja noudattaa (Fine and Boon 2007, 9). Kosmopolitanistinen ajattelutapa ei lakaise syrjään kulttuurien välisiin kohtaamisiin liittyviä ongelmia eikä ihannoiki monikulttuurisuutta pinnallisesti (Beck & Sznaider 2006; Latour 2004), vaan toimii syrjinnän ja väkivallan ehkäisemiseksi yhdenvertaisuuden hengessä. Be-ckiläisittäin ajateltuna kosmopolitanismi on selkeästi myös poliittinen ja taloudellinenkin, eikä pelkästään yleissivistyksellinen arvo. Keskeiset arvot, jotka määrittävät maahanmuutto- ja rasisminvastaista työtä ovat tällöin globaali yhdenvertaisuus ja maailmankansalaisuus.

KOSMOPOLITANISMI XAMKIN MAAHANMUUTTO-HANKKEISSA JA KOULUTUKSESSA

Kosmopolitanismin tausta-arvona voi tunnistaa ainakin kahdessa maahanmuuttotyöhön liittyvässä hankkeessa Kymenlaaksossa. Toinen on Kaakkois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus SOCOM:n koordinoima MASTO-hanke (ESR 2016–17) ja toinen on Turun yliopiston ja Diakonia-ammattikorkeakoulun koordinoima Monikulttuurisen asiantuntijuuden erikoistumiskoulutus (OKM; 2018 alkaen).

MASTO-hankkeessa Xamkin osahankkeen tavoitteet edistävät yhdenvertaisuutta. Hankkeessa 1) on suunniteltu maahanmuuttajien ja erityisesti maahanmuuttajanaisten työllisyyttä edistäviä koulutuspolkua erityisesti yrittäjyyden koulutusallalla siten, että prosessi integroi monikulttuurisuusnäkökulmat ja kulttuurienvälisen kommunikaation merkityksen; 2) on kuultu kohderyhmää hankkeen toimenpiteistä, osallistujien ja hanke-toimijoiden kokemuksista sekä toimenpiteiden tuloksista hyödynnettäväksi sekä hankkeen aikana että sen jälkeisessä kehittämisessä, erityisesti palvelujen kehittämisessä ja hyväksi havaittujen toimintojen jalkauttamisessa; ja 3) on tuotettu vaikutusten arviointi, mikä on erityisesti korkeakoulun tehtävä Kaakkois-Suomen alueella.

Monikulttuurisen asiantuntijuuden erikoistumiskoulutusta tarjotaan 2018 alkaen yliopisto- ja ammattikorkeakoulu yhteistyönä. Koulutus on suunnattu maahanmuuttajien kanssa toimiville ammattilaisille erityisesti sosiaalialalla. Koulutuksen sisällöllisessä keskiössä on kulttuurienvälinen osaaminen, joka juontaa kantilaisesta filosofiasta.

Koulutuksesta valmistuvat asiantuntijat toimivat kunnissa, koulutusorganisaatioissa, kansalaisjärjestöissä ja yrityksissä. Osaamistavoitteiden osalta puhutaan kulttuurien välisestä viestinnästä, erilaisista kulttuuritaustoista tulevien ihmisten kohtaamisesta ja kulttuuri-tietoisista työkäytännöistä. Työtehtävät liittyvät muun muassa pakolais-, ihmisoikeus- ja vähemmistötyöhön, pakolaisten vastaanotto- ja kotouttamistoimintaan, maahanmuuttajien työllistymiseen ja kotouttamiseen sekä selko- ja monikieliseen viestintään.

SUOSITUKSIA

Maahanmuuttohankkeet ammattikorkeakouluissa ja aluekehityksessä voivat siis mukailla kantilais-beckiläistä kosmopolitanismin viitekehystä, jossa humanistisiin arvoihin liittyvät ns. kosmopoliittiset (kuten maahanmuuttopoliittiset) tavoitteet. Maahanmuuttajien liikkuvuuden aiheuttavat useinkin sellaiset riskitekijät, joihin he itse eivät voi millään tavalla vaikuttaa. Tällöin maahanmuuttotoimijat (mukaan lukien kehittäjät ja tutkijat) eivät voi jäädä pelkästään prosessien sivustakatsojiksi, vaan heiltä voidaan edellyttää toimintaa (Komulainen 2017).

Vaikka kosmopoliittinen toiminta tähtää muutokseen, se on luonteeltaan diplomaattista (Saito 2015; Latour 2004). Tällöin ajatellaan, että tekemisen tueksi tarvitaan ajantasaista tietoa, mitä voidaan tuottaa ja jakaa tutkimuksella ja opetuksella. Esimerkiksi Monikulttuurisen asiantuntijuuden erikoistumiskoulutuksen oppimistavoitteissa on tällaisia aineksia. Viranomaistasolla tietoa muun muassa EU:n lainsäädännöstä, kansainvälistä suojelua koskevista sopimuksista, ihmisoikeuksista, yhdenvertaisuudesta ja syrjintä-kiellosta, uskonnonvapaudesta ja eri maahanmuuttajaryhmien juridisesta asemasta pitää jatkuvasti päivittää. Globaalia tietoisuutta voi tarvita kuka tahansa, koska työelämässä alalla kuin alalla kulttuurien väliset kohtaamiset alkavat olla arkipäivää kaikkialla Suomessa.

LÄHTEET

Beck, U. & Sznaider, N. 2006. Unpacking cosmopolitanism for the social sciences: A research agenda. *British Journal of Sociology*, 57(1): 1–23.

Chernilo, D. 2012. Cosmopolitanism in social theory: An ambivalent defense. Teoksessa: Robertson, R. & Krossa, A.S. (toim.) (2012) *European Cosmopolitanism in Question*. Lontoo: Palgrave Macmillan, 44–63.

Dallmayr, F. 2012. Cosmopolitanism: in search of cosmos. *Ethics & Global Politics* 5(3): 171–186.

Fine, R. & Boon, V. 2007. Introduction: Cosmopolitanism: Between past and future. *European Journal of Social Theory*, 10(1): 5–16.

Komulainen, S. 2017. Ulrich Beck's cosmopolitanism for social sciences re-visited: overcoming dualisms towards pragmatic ends? Teoksessa Caselli, M. & Gilardoni, G. (toim.) *Globalization, Supranational Dynamics and Local Experiences*. Frankfurt: Palgrave Macmillan.

Latour, B. 2004. Whose cosmos, which cosmopolitics? Comments on the peace terms of Ulrich Beck. *Common Knowledge* 10(3): 450–462.

Saito, H. 2015. Cosmopolitics: towards a new articulation of politics, science and critique. *The British Journal of Sociology*, 66(3): 441–459.

LIIKUNNAN POLTTOPISTEESSÄ ON NYT YHDENVERTAISUUS

Veli Liikanen

Liikunnalla ja urheilulla on yhdistävää voimaa. Huippu-urheilu ja siihen liittyvä penkkiurheilu on pitkään toiminut eri kansojen ja kulttuurien kohtaamisen kenttänä. Monille kytkös vieraisiin maihin tai toisten elämänkohtaloihin syntyy urheilun seuraamisen tai harrastamisen kautta. Myös arjen liikuntaharrastuksia, etenkin joukkueurheilua, pidetään toimivana yhteisöllisyyden rakentamisen, uusiin ihmisiin tutustumisen ja esimerkiksi maahanmuuttajien kotoutumisen keinona. Näin liikunta usein näyttäytyy rajojen ylittäjänä tai sillanrakentajana.

Tiedossa on myös se, että kaikki eivät ole liikunnan kentillä samalla viivalla. Vallitsevat liikunnan ja urheilun käytänteet eivät osallista kaikkia ihmisiä tasa-arvoisesti. Harrastusten, lajien ja seurojen rakenteet ja perinteet voivat luoda ylitsepääsemättömiä kynnyksiä ja vahvistaa erontekoa erilaisten ihmisten välillä, usein aktiivisen harrastajien huomaamatta.

Viime vuosina, yhdenvertaisuutta edistävien järjestöjen ja tutkijoiden aktiivisen työn tuloksena, kysymys liikunnan ulossulkevista rakenteista on noussut keskeiseksi. Liihoit-
telua ei liene väittää, että valtiollisessa liikuntapolitiikassa kysymys yhdenvertaisuudesta on – liikkumattomuuden vähentämisen ja valtionavustusten käyttöön liittyvien kuprujen ohella – tämän hetken kuumiin keskustelunaihe.

TUTKIMUS VALOTTAÄ YHDENVERTAISUUDEN TARVETTA

Yhdenvertaisuuteen ja tasa-arvoon liittyvät näkökulmat olivat pitkään taka-alalla liikuntaa ja urheilua käsittelevässä keskustelussa. Suurimman huomion ovat saaneet rahaan liittyvät näkökulmat, yhtäältä liikuntaharrastamisen kustannukset ja toisaalta julkisten tukien epätasainen jakautuminen eri lajien ja ryhmien välillä. Esimerkiksi lasten ja nuorten liikuntaharrastamisen hintaa ja kalleuden ulossulkevia vaikutuksia on selvitetty 2000-luvulla kahteen otteeseen (Puronaho 2014; Puronaho 2001), ja mies- ja naisvoittoisten lajien tukien epäsuhtaisuuksia on käsitelty niin mediassa (Moilanen 2015) kuin tutkimuksessakin (Aalto 2001). Vammaishuippu-urheilu on saanut mediassa huomiota, ja sen myötä myös erityisryhmien soveltavan liikunnan kysymykset ovat saaneet jonkin verran näkyvyyttä.

Viime vuosina liikunnan yhdenvertaisuutta koskeva keskustelu on laajentunut ja voimistunut. Pitkään taustalla käsitellyt syrjinnän ja ulossulkemisen kokemukset ovat nousseet esiin erityisesti tutkijoiden työn, mutta osin myös yksittäisten urheilijatarinoiden kautta. Samalla, kun kansallinen liikuntapoliittinen keskustelu on painottunut fyysisen aktiivisuuden merkitykseen hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä, huomio on kiinnittynyt



Kuva: Credi

liikuntaan osallistumisen epätasaiseen jakautumiseen eri ihmisryhmien välillä. Tutkimuksissa on tarkasteltu niin sukupuolen, seksuaalisuuden, etnisyyden, vammaisuuden kuin sosioekonomisen taustankin vaikutuksia, ja tutkimukset paljastavat, että suomalainen liikuntakulttuuri on vielä kaukana yhdenvertaisesta (ks. esim. Berg & Kokkonen 2016).

Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden painoarvoa liikuntapolitiikassa voidaan perustella sekä utilitaristisesta hyötynäkökulmasta että ihmisoikeuskysymyksenä. Hyötynäkökulma on vahvasti läsnä, kun puhumme liikunnan positiivisista vaikutuksista väestön hyvinvoinnissa ja kansallisen kestävyysvajeen purkamisessa. Mikäli haluamme saada liikunnasta irti maksimaalisen yhteiskunnallisen hyvän, meidän on tehtävä liikkeestä houkuttelevaa nimenomaan niille, jotka eivät nyt liiku. Se tarkoittaa myös sitä, että liikunnan yhteisöissä ja palvelutarjonnassa on entistä paremmin huomioitava niitä harrastajia, jotka eivät osu perinteisiin asiakas- ja harrastajaprofileihin.

Yksilötasolla yhdenvertaisuudessa on kyse tasavertaisista mahdollisuuksista itsensä toteuttamiseen ja vapauteen syrjinnästä. Kaikki liikunnasta nauttivat varmasti ymmärtävät, että kysymys on sekä kulttuurisesti, sosiaalisesti että fyysisesti merkityksellisestä kokemuksesta, johon kaikilla pitäisi olla yhtäläinen oikeus. Vastaavasti liikunnassa kohdattavalla häirinnällä voi olla vakavia seurauksia ihmisen omakuvalle ja terveydelle. Liikuntakulttuuria, jossa esimerkiksi maahanmuuttajataustaiset nuoret kohtaavat enemmän väkivaltaa liikuntaa harrastaessaan (Peltola 2017), on muutettava.

LAKI KÄÄNTÄÄ LIKUNNAN JA URHEILUN LAIVAA

Vuonna 2015 voimaan astunut uusi liikuntalaki heijastaa painopisteiden hidasta muuttumista suomalaisessa liikuntapolitiikassa. Uuden lain perusteluissa kiinnitetään selvästi enemmän huomiota koko väestön liikuttamiseen ja yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämiseen kuin esimerkiksi perinteisiin urheilumenestyksen ja huippu-urheilun teemoihin.

Kaikkia koskeva liikunta on toki näkynyt liikuntalainsäädännössä alusta asti. Jo maamme ensimmäinen liikuntalaki (1979) pyrki tarjoamaan liikunnan peruspalveluita ”tasapuolisesti kaikille kansalaisille”. Tämä jäi kuitenkin aikalaisarvioidenkin valossa vain periaatetasoiseksi kannanotoksi ja siunasi lähinnä vallitsevan käytännön. Vuoden 1998 lakiuudistuksessa tasa-arvon ja suvaitsevaisuuden edistäminen nousi liikuntalain tavoitteeksi. Se sai liikkeelle jo enemmän ajatustyötä ja toimintaa tasa-arvon eteen. (Pyykkönen 2016.)

Uuteen, toukokuussa 2015 voimaan astuneeseen liikuntalain arvopohjaan yhdenvertaisuus on kirjoitettu entistä vahvemmin. Liikuntalaissa (2015/390 2. §) todetaan:

”Lain tavoitteen toteuttamisessa lähtökohtina ovat tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen ja kestävä kehitys.”

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo eivät enää ole vain tavoitteita, joita edistetään ja tuetaan, vaan lähtökohtia, jotka ohjaavat koko liikuntalain sääntelemää toimintaa. Tämä arvopohja välit-

tyy myös liikuntalain (2. §) tavoitekirjauksiin, sillä kahdeksasta tavoitteesta kolme koskettaa kiinteästi yhdenvertaisuutta:

”Tämän lain tavoitteena on edistää:

- 1) eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa; (–)
- 7) liikunnan ja huippu-urheilun rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita; sekä
- 8) eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa.”

Liikuntalaki määrittelee myös liikuntajärjestöjen ja lajiliittojen valtionapukelpoisuuden ja avustuskriteerien puitteet. Uuden liikuntalain myötä valtionapukelpoisuuden ja avustuksen määrän harkinnassa otetaan huomioon hakijajärjestön toiminnan laadun, laajuuden ja yhteiskunnallisen vaikuttavuuden lisäksi se, miten järjestö edistää yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa.

Vuoden 2015 aikana vahvistui myös lakiin kirjattu syrjintäkielto tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuslakien uudistumisen myötä. Syrjintäkielto koskee järjestöjä työnantajina, julkisten tehtävien hoitajana, palveluntarjoajana sekä yleensä julkiseen rahoitukseen tukeutuvassa toiminnassa. Monet syrjimättömyyttä koskevat säädökset ovat siksi voimassa paitsi työelämässä, myös järjestöjen vapaaehtoistoiminnassa. Nämä lait tekevät tasa-arvosta ja yhdenvertaisuudesta veloitteen, jonka toteutumiseen voi kohdistua valvontaa ja rikkomisesta sanktioita (Pyykkönen 2016). Jos liikuntalaki tarjoaa liikuntajärjestöille yhdenvertaisuuden edistämiseen porkkanaa, tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuslait tarjoavat keppiä.

KULTTUURIN MUUTOS VAATII KEHITYSTYÖTÄ

Lainsäädännön kehittyminen alkaa pikkuhiljaa näkyä valtion liikuntapolitiikan käytännöissä. Erityisesti uuden liikuntalain myötä opetus- ja kulttuuriministeriö on tiukentanut tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen liittyvää ohjaustaan (Pyykkönen 2016). Erityisryhmien liikuntaan keskittyvien toimijoiden tukemisen lisäksi valtionhallinnon koura tuuppaa nyt myös valtavirran liikunta-aktiiveja tarttumaan yhdenvertaisuustyöhön.

Liikunnan epätasa-arvoon on pitkään puututtu aktiivisesti vain liikunnan erityisryhmiin kohdistuvassa työssä. Tämä työ on ollut julkisten toimijoiden (valtion ja kuntien) ja alaan erityisesti keskittyvien järjestöjen kontolla, valtavirran liikuntajärjestöjen keskittyessä vain valtavirran liikkujiin. Näin yhdenvertaisuutta edistävä työ on ollut oma sektorinsa, valtavirran kainalossa. Erityisryhmiin kohdistuvalle työlle on perusteensa, mutta taustakeskusteluissa on jo pitkään nähty, että sen avulla ei voida paikata kaikkia yhdenvertaisuuden vajeita. Liikunnan erityisryhmät ovat pitkälti määrittäneet biolääketieteellisesti, eikä tämä malli tunnista yhtä hyvin sosiokulttuurisista tekijöistä johtuvia osallistumisen esteitä (Pyykkönen 2016).

Nyt tämän ryhmiin kohdistuvan erityistarkastelun rinnalle kehittämisen kärjeksi nostetaan yhdenvertaisuustyön valtavirtaistaminen koko liikuntajärjestökentän vastuulle. Valtionapua hakevilta lajiliitoilta ja järjestöiltä edellytetään rahan myöntämisen ehtona yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma. Oletettavaa on, että jatkossa kiinnitetään kasvavasti huomiota näiden suunnitelmien arvioimiseen ja niiden tavoitteiden saavuttamista edistäviin toimenpiteisiin.

Perinteiset, suuret liikunnan kattojärjestöt ovat tässä uuden haasteen edessä. Siinä, missä aiemmin liikunnan yhdenvertaisuustyön vetureina ovat olleet vähemmistöt vaatimuksineen, nyt enemmistöä patistetaan itse selvittämään, miten se voisi parhaiten palvella katveessa olevia ryhmiä. Toivottavaa on, että muutos tarjoaa tilaa ja yhteistyömahdollisuuksia myös uusille toimijoille ja kehitystyön tekijöille. Jos nykyiset toimintatavat eivät pysty liikuttamaan liikkumattomia tai tarjoamaan turvallisia tiloja ulossuljetuille, tarvitaan uusia tekijöitä. Liikunnan edistämässä on kasvavaa tarvetta uusille näkökulmille ja monialaisille, erilaista osaamista yhdisteleville tiimeille.

Yhdenvertaisuuden valtavirtaistamisessa on kyse merkittävästä kulttuurinmuutoksesta liikunnan kentällä. Muutoksen synnyttäminen on iso, monivaiheinen ja vaikea kehittämis-tehtävä, jossa toimenpiteiden tuloksista ei voi olla varmuutta ennakkoon. Nyt liikunnan yhdenvertaisuusongelmat on vihdoin tunnustettu ja niiden ratkaisuun suunnataan jatkossa entistä enemmän työtä. Urheiluseurojen tulee näyttää, että niiden usein korostama yhteiskuntavastuu ei tarkoita vain kiertueita ja kouluvierailuja, vaan sen tulee ennen kaikkea näkyä liikuntaseurojen arjessa. Varmaa on, että ilman tätä yhdenvertaisuuden vallankumousta liikunnan kentät jäävät köyhemmiksi ja hiljaisemmiksi.

LÄHTEET

Aalto, P. 2001. Naisten liikuntatalous Suomessa. Pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos.

Berg, P. & Kokkonen, M. (toim.) 2016. Urheilun takapuoli. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 186, Tiede.

Moilanen, K. 2015. Ponitytöille ei heru rahaa – Helsinki tukee poikavaltaista urheilua avokäti-semmin kuin tyttöjen lajeja. Helsingin Sanomat 9.11.2015. Saatavissa: <http://www.hs.fi/kaupunki/art-2000002865125.html> [viitattu 23.11.2017].

Liikuntalaki 2015/390.

Peltola, M. 2016. Ohjaajan väkivaltainen käyttäytyminen liikuntaharrastuksissa: sukupuolen ja maahanmuuttotaustan merkitys lapsiuhritutkimuksen valossa. Teoksessa P. Berg & M. Kokkonen (toim.) Urheilun takapuoli. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 186, Tiede.

Pyykkönen, T. 2016. Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvotyö valtion liikuntapolitiikassa – taustaselvitys valtion liikuntaneuvostolle ja sen yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojoastolle. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:1.

Ihre Airline ins Baltikum



18/104

Opiskelijat kehittäjinä



OPINNÄYTETYÖN TEKEMINEN HANKKEESSA TUOTTAU TYÖ-ELÄMÄSSÄ TARVITTAVAA OSAAMISTA

Maarit Karhula, Sari Saukkonen ja Merja A.T. Reunanen

Ammattikorkeakoulun yhtenä tehtävänä on (Ammattikorkeakoululaki 932/2014, 4 §) toteuttaa opetustehtävän tueksi ”työelämää ja aluekehitystä edistävää soveltavaa tutkimustointia”. Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöt ovat luonteva yhteistyön väline ammatillisen osaamisen, soveltavan tutkimuksen ja työelämän kehittämiseksi.

Ylempään ammattikorkeakoulututkintoon (YAMK) liittyvissä tavoitteissa korostetaan erityisesti työelämän TKI- eli tutkimus-, kehittämis- ja innovaatio-osaamista, jota tarvitaan vaativan tason asiantuntijatehtävissä. Näin ollen opinnäytetyön tekeminen oman ammattikorkeakoulun Kestävä hyvinvointi -painoalan hankkeeseen integroituneena palvelee monipuolisesti niin opiskelijan kehittämisosaamisen syventämistä kuin aluekehitystäkin.

Artikkelissa käsitellään hankkeessa toteutettavan opinnäytetyön tekemistä eri näkökulmista. Esimerkkinä käytämme lainauksia YAMK-tutkintoaan suorittavan fysioterapeutti Sari Saukkosen huomioista ja kokemuksista OSSI-hankkeesta toteutetusta opinnäytetyöstä Omaishoitajan hyvinvointia ja jaksamista tukevat tavoitteet. OSSI-hanke on sosiaali- ja terveysministeriön (STM) rahoittama I&O-kärkihanke (Etelä-Savon asiakaslähtöinen... 2016), jonka aikana tuotetaan Etelä-Savon asiakaslähtöinen palveluohjausverkosto ja osaamiskeskus omais- ja perhehoitoon vuosina 2016–2018. Artikkelin avulla haluamme rohkaista niin hanketyöntekijöitä, opettajia kuin myös opiskelijoita tekemään hankkeissa opinnäytetöitään.

YAMK-OPINNÄYTETYÖLLÄ VALMIUKSIA TYÖELÄMÄN ASIAANTUNTIJATEHTÄVIIN

YAMK-tutkintoon sisältyvä opinnäytetyö on laajuudeltaan 30 opintopistettä, eli se muodostaa kolmanneksen 90 opintopisteen opinnoista. Se edellyttää, että opiskelija mm. ”Osaa suunnitella, toteuttaa, arvioida ja raportoida työelämän tai ammattialan muutosta edistävän tutkimus- tai kehittämisprosessin”. (Opetussuunnitelma 2015.) Opinnäytetyöprosessissa opiskelijan tulee myös osoittaa kykyään soveltaa tutkimustietoa ja käyttää perusteltuja menetelmiä työelämän kehittämishaasteiden ratkaisemiseen sekä valmiutta vaatimaan asiantuntijatyöhön.

Opinnäytetyö YAMK-opinnoissa voi olla joko tutkimus tai tavallisemmin työelämälähtöinen tutkimuksellinen kehittämistyö. Se voi mahdollisuuksien mukaan integroitua

johonkin tutkimus-, kehittämis- tai innovaatiohankkeeseen tai liittyä omaan työhön tai koko työyhteisön toimintaan. Se voi myös olla oman ammattialan, jonkin tuotteen tai palvelun kehittämistä. Opinnäytetyö tehdään toimeksiantajan tarpeeseen ja tiiviissä yhteistyössä nimetyn työelämätiimin tai hanketiimin kanssa ja ohjaavan opettajan tai opettajien ohjauksessa.

“Opinnäytetyön prosessin odotin kehittävän ja laajentavan valitsemani aiheen asiantuntemustani eli tietoa teoriassa ja käytännön toteutuksessa. Tähän odotukseen prosessi on vastannut laajentaen samalla tietoisuutta siitä, että opittavaa riittää vielä enemmän, kuin olin kuvitellutkaan.”

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa (Xamk) YAMK-opinnot toteutetaan Master School -konseptin mukaisesti. Taustalla on työelämän jatkuva muutos, joka haastaa työntekijät ennakoimaan ja kohtaamaan työelämän monimutkaistuvia haasteita joustavalla kehittämisosaamisella. Kaikissa YAMK-tutkintojen opetussuunnitelmissa noudatetaan Master Schoolin pedagogisia lähtökohtia, jotka ovat opiskelijälähtöisyys, työelämäläheisyys, monialainen oppiminen ja yhteisöllinen osaamisen kehittyminen. (Komonen & Lindeman 2015.) Master Schoolin monialainen opintotarjonta sisältää koulutuskohtaisen ydinosaamisen tueksi mm. johtamisosaamista sekä tutkimus- ja kehittämisosaamista syventäviä opintojaksoja, jotka tukevat myös opinnäytetyön tekemistä.

“YAMK-opiskelu monista hyvin erilaisista sosiaali- ja terveysalan ammattilaisista koostuvassa ryhmässä on antanut huomattavasti aiempaa laajempia näkökulmia, joita on ollut hyvä peilata ja linkittää omaan työhöni. Esimerkkinä erittäin antoisasta Master School -opintojaksosta, joka tukee monenlaista tiedon ja osaamisen jakamista niin opinnäytettä tehdessä kuin työelämässäkin, voisin mainita Raportoi ja tiedota kehittämisestä -opintojakson.”

YAMK-opiskelijoilla on jo usein pitkäkin työelämätausta. Opiskelijan aikaisempi työelämäosaaminen ja verkostot nähdään voimavarana, jota hän voi jakaa muille ja jonka perustalle hän kiinnostuksensa mukaan rakentaa syvempää ja laajentuvaa osaamista. Työelämäläheisyyden tavoite ohjaa kannustamaan opiskelijat omista työyhteisöissään, verkostoissaan tai hankkeissa tutkimus-, kehittämis- ja innovaatio toimintaan opintojen kuluessa. Monialainen yhteistyö nähdään perusedellytyksenä työelämän uudistamiselle ja moniulotteisten haasteiden ratkaisemiseen. Yhteisöllinen osaamisen kehittyminen viittaa avoimiin oppimisympäristöihin, joissa eri toimijat voivat kohdata oppimiseen, tutkimukseen tai työelämän kehittämiseen liittyvissä tilanteissa.

OPISKELIJAN MIELENKIINTO JA HANKKEEN TARPEET KOHTAAVAT

Onnistunut opinnäytetyöprosessi syntyy opiskelijaa kiinnostavan aiheen ja hankkeen tarpeiden yhdistyessä. Tärkeää on myös, että opiskelijalla on aiheesta riittävä ymmärrys, mikä edelleen vahvistuu opinnäytetyötä tehtäessä. Hanketyöntekijän ja opettajan onkin hyvä jo opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa kartoittaa opiskelijan aikaisempi osaaminen hankkeen aihepiiristä ja tarvittaessa ohjata häntä hankkimaan lisää tietoa tai kokemuksia aiheesta. Opettajien ohjausta soveltuvien opintojen valintaan Master School -tarjonnasta tarvitaan usein.

Opinnäytetyön aiheen valinnassa ja rajaamisessa on huomioitava sekä hankkeen tarpeet, että opiskelijan edellytykset suoriutua tehtävästä. Tärkeää on, että opiskelija kokee opinnäytetyön aiheen ja prosessin mielekkääksi, omaa oppimis- ja kehitymisprosessiaan tukevaksi.

“Työskentelen fysioterapeuttina Kyyhkylän kuntoutuskeskuksessa ja työhöni kuuluu kiinteästi kuntoutujien henkilökohtaisten tavoitteiden kirjaaminen kuntoutuksen suuntaviivojen määrittämiseksi. Käytännön työssä olen kollegoideni kanssa todennut kuntoutujille merkityksellisten tavoitteiden esille saamisen olevan usein haasteellista. Toisaalta onnistuneen etukäteistyöskentelyn avulla se on toisinaan jopa helppoa.”

Koulutuksen ja hanketoiminnan integraation haasteista ja mahdollisuuksista on puhuttu jo vuosia (Haapala 2014). Opetushenkilöstön, opiskelijoiden ja TKI-asiantuntijoiden kohtaamista on tietoisesti suunniteltava, jotta erilaiset hankkeet saadaan tarjotuksi opiskelijoille autenttisina oppimisympäristöinä ja opinnäytetyön tekemisen taustatueksi. Erityisesti YAMK-opinnoissa on ollut luontevana käytäntönä kutsua TKI-asiantuntijoita esittelemään hankkeita opinnäytetöiden käynnistymisvaiheen INNO-pajoihin.

“Opinnäytteen aihetta pohtiessani TKI-asiantuntija Maarit Karhula esitteli opintoryhmälleni Kuntoutujan osallistaminen -hanketta. Esille nousi tarve tavoitteenasettelun alkuvaiheen eli valmistautumisen ja etukäteistyöskentelyn työtapojen kehittämiseen. Oltuani Maaritiin yhteydessä hän otti esille OSSI-hankkeen, joka oli aikatauluuni sopivasti alkamassa. Hankkeeseen kuului pilotti omaishoitoprosessin alkuarvioinnin toimintamallin kehittämistä. Se sisälsi myös omaishoitajien hyvinvointimittareiden pilotointia. Opinnäyte rajautui luontevasti näiden hyvinvointimittareiden hyödyntämiseen omaishoitajien tavoitteiden tunnistamisessa.”

Parhaimmillaan opinnäytetyö voi tuottaa tiettyyn, hankkeen tavoitteiden mukaiseen teemaan laajempaa ja syvempääkin paneutumista kuin varsinaisessa hankesuunnitelmassa on kuvattu. Opiskelija siis on hankkeelle voimavara voidessaan sekä jakaa aikaisempaa osaamistaan että samalla hyödyntää hanketta opinnäytetyön tekemisessä.

”Omaishoito haasteineen on minulle tuttua toimiessani läheisten omaishoitotilanteen tukijana eli minulla on kokemusta myös asiakkuuden näkökulmasta.

Oli hyvin mielekästä päästä käytännön kehittämistyöhön yhdessä niiden kanssa, jotka tekevät työtä omaishoitajien parissa. Toisaalta hyvin läheinen oma kokemus on ollut hetkittäin haasteellista pitää erillään tekeillä olevasta pilotista.”

JOUSTAVAA YHTEISTYÖTÄ ERI TOIMIJOIDEN KESKEN

Opinnäytetyön tekeminen hankkeessa vaatii aina eri tahojen kanssa tehtävää yhteistyötä ja erilaisten näkemysten huomiointia. Etenkin laajoissa hankkeissa hanketyöntekijän tulee ohjata opiskelija niiden henkilöiden kanssa yhteistyöhön, jotka suoraan liittyvät opiskelijan opinnäytetyöhön sekä mahdollistaa myös laajemmin yhteistyöverkostoon tutustumisen. OSSI-hankkeessa on monia kehitettäviä asioita, jotka liittyvät toisiinsa. Hanketta hallinnoivan Etelä-Savon sosiaali- ja terveyspalveluiden (Essote) lisäksi toimijoina on 13 osatoteuttajaa, joista Xamk on yksi, ja suuri joukko yhteistyökumppaneita, muun muassa erilaisten järjestöjen edustajia.

”Aluksi minulla oli hankaluuksia hahmottaa monimutkaisen oloista hanketta ja sitä, miten kaikki palaverit ja työpajat liittyvät toisiinsa ja mitkä nivoutuvat oman opinnäytteeni aiheeseen. Aktiivisesti kyselemällä nämä selvisivät. Yksikään tilaisuus, johon osallistuin, ei tuntunut turhalta, vaan jokainen selkiytti kuviota.”

Erilaisissa hankkeissa ja myös yksittäisen hankkeen eri vaiheissa opiskelijoiden roolit ja mahdollisuudet toimia voivat vaihdella. Monitoimijaisessa ja -äänisessä OSSI-hankkeessa opiskelijat on alusta asti nähty lisäarvona. Tämä on näkynyt esimerkiksi niin, että ammattilaisten osallistuessa kehittämistyöpajoihin, ovat myös heidän ohjauksessaan harjoittelujaksoilla olleet eri alojen opiskelijat olleet tervetulleita tuomaan omia näkemyksiään yhteiseen kehittämistyöhön. Samalla tavoin myös opiskelijoiden panos opinnäytetyön muodossa on koettu hankkeen kokonaisuutta hyödyttävänä.

”Ensimmäisen kosketuksen hankkeeseen sain, kun hankkeessa työskentelevä Maarit esitteli hanketyöntekijöille opinnäyteideani tekemäni mainoksen avulla ja kutsui minut mukaan palaveriin. Tässä palaverissa sain ensimmäiset kontaktit opinnäytteeni kannalta merkityksellisiin henkilöihin ja yhteistyöverkoston kehittyminen käynnistyi. Myös minun koolle kutsumaani työpajaan suhtauduttiin samalla hyvällä työmoraalilla, joka näkyi työpajan lopputuloksessa ja edisti opinnäytettä sekä hanketta. Minut otettiin kaikkiaan erittäin hyvin mukaan hankkeen kehittämistyöhön samanaikaisesti sekä hankkeesta itse hyötyvänä opiskelijana että hanketta hyödyttävänä tavoitteen asettamisen asiantuntijana.”

OPINNÄYTETYÖ OSANA HANKKEEN KOKONAISUUTTA JA MUUTTUVAA TYÖELÄMÄÄ

Kehittämishankkeiden luonteeseen kuuluu se, että suunnitelmat muotoutuvat ja tarkentuvat prosessin aikana. Erityisesti monitoimijaisissa hankkeissa eri osat vaikuttavat toisiinsa, ja ajoittain on ketterästi hankkeen aikana pystyttävä muuttamaan suunnitelmia tai aikatauluja. Tämä vaatii opiskelijalta myös epävarmuuden sietämistä ja toimimista erilaisten ihmisten kanssa. Hankkeen kokonaisuuden hahmottaminen monitoimijaisessa verkostossa voidaankin nähdä juuri sellaisena YAMK-tason vaativana johtamis- ja asiantuntijatehtävänä, joka tuottaa opiskelijalle valmiuksia toimia työelämän uudistajana ja kehittäjänä.

“Liityin mukaan hankkeeseen sen alkuvaiheessa, jolloin pääsin osallistumaan alkuutilanteen kartoitukseen ja pilotin kehittämiseen. Tämä oli toisaalta äärettömän mielenkiintoista ja auttoi saamaan käsityksen kokonaisuudesta sekä luomaan kontakteja. Toisaalta varsinainen työprosessi tuntui käynnistyvän tuskastuttavan hitaasti. Jouduin luopumaan suunnittelemani aikataulusta, mikä onneksi ei aiheuttanut minulle ylitsepääsemättömiä ongelmia. Koska joka tapauksessa jouduin venyttämään aikataulua, saatoin tarkistetun aikataulun puitteissa ottaa mukaan opinnäytetyöhöni myös toisen osatoteuttajan ja näin syventää opinnäytetyön lopputulosta.”

Opiskelijan rohkeus heittäytyä oman mukavuusalueensa ulkopuolelle ja pois oman työyhteisön tutuista kuviosta vastaa YAMK-tason tavoitteeseen työelämän kehittämisosaamisesta. Opinnäytetyön arviointikriteereissä näkyvätkin käsitteet luovuus, kriittisyys, innovatiivisuus ja tulevaisuuden muutoksen tuottaminen.

“Heti alussa selvisi, että kokonaisuus ja sen kehittämistarve poikkesivat jossain määrin oletuksestani. Vaadittiin siis aiheen uutta rajausta. Lopulta tarvittiin myös päätös siitä, mihin moniin suuntiin laajeneva ja kehittyvä aiheen käsittely on päätettävä. Tätä luopumista helpotti se, että toinen opiskelija oli aloittamassa opinnäytetyöllään aiheelle jatkumoa.”

Opinnäytetöitä voidaan integroida TKI-hankkeisiin myös alempaan ammattikorkeakoulututkintoon (AMK) liittyvissä opinnoissa. Niissä opinnäytetyö tukee sekä ammatillisen osaamisen rakentumista että soveltuvien osien aluekehitystä. Parhaimmillaan jo tutkimus- ja kehittämishankkeen suunnitelma sisältää opinnollistamisen suunnitelman, jolloin esimerkiksi opinnäytetöiden avulla voidaan tuottaa hankkeelle sen eri vaiheissa monipuolista tukea. Tästä esimerkkinä on opinnäytetyössä sähköpostikyselynä tehty tarvekartoitus, joka liitettiin jo hankesuunnitelmaan. Hankkeen käynnistymisvaiheessa voidaan opinnäytetöinä tuottaa hanketta edistäviä oppaita. Hankkeen toteutusvaihetta voivat tukea opinnäytetyönä tuotetut kirjallisuuskatsaukset ja kehittämisinterventiot. Myös hankkeen arvioinnissa osallistujien osaamisesta ja kokemuksista voidaan tehdä kartoituksia opinnäytetöinä. (Reunanen 2014a.)

Opinnäytetyön integraatio hankkeisiin edellyttää kuitenkin opettajilta, hanketyöntekijöiltä ja työelämän toimijoilta neuvotteluun perustuvaa työnjakoa ja suunnitelmallista opiskelijan ohjausta, jotta saavutetaan yhteinen ymmärrys kunkin vastuualueista. Opiskelijat tarvitsevat tukea ja ohjausta oman osaamisensa reflektiossa. Voi olla haasteellista itsenäisesti tunnistaa miten oma osuus hankkeessa palvelee niin omaa osaamista kuin aluekehitystä. (Reunanen 2014b.)

“Kaikkiaan hankkeen parissa työskentely antoi tunteen siitä, että omalta pieneltä osaltaan opinnäytetyöni on edistänyt tai ehkä laittanut alulle sitä tapaa, miten omaishoitajien omia tavoitteita hyödynnetään ja otetaan huomioon.”

Työelämän kehittämisstrategia vuoteen 2020 linjaa yhdeksi työelämän laatua parantavaksi painopisteeksi osaavan työvoiman. Tulevaisuuden työntekijöiltä odotetaan nopeutta vastata jatkuviin muutoshasteisiin ja osaamista kehittää ja ottaa käyttöön uusia toimintamalleja ja työn tekemisen tapoja. Koska kehittämisen menetelmätkin muuttuvat, osaamisen kehittämiseksi tarvitaan työuran aikana koulutuksen ja työelämän sekä tutkimuksen tiivistä ja pitkäjänteistä vuorovaikutusta. (Työelämän kehittämisstrategia... 2012)

Artikkelissa esitellyt YAMK-opiskelijan kokemukset hankkeeseen integroituneesta opinnäytetyöstä havainnollistavat hyvin niitä mahdollisuuksia ja haasteita, joita tutkimuksen, kehittämisen ja ammatillisen osaamisen syventäminen monitoimijaisessa ja verkostomaisessa oppimisympäristössä tuottavat.

LÄHTEET

Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932.

Etelä-Savon asiakaslähtöinen palveluohjausverkosto ja osaamiskeskus omais- ja perhehoitoon, OS-SI-hanke 2016-2018. 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.essote.fi/tietoa-meista/hankeet/ossi-hanke-2016-2018/> [Viitattu 18.5.2017].

Haapala, A. 2014. Oppiminen TKI-projekteissa. Teoksessa A. Haapala (toim.) Opinnollistaminen TKI-projekteissa. Lähtökohtia toteutukseen ja kokemuksia käytännössä. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. A: Tutkimuksia ja raportteja 95.

Komonen, K. & Lindeman, A. 2015. Master Schoolin opetussuunnitelmatyötä ja pedagogisia ratkaisuja. Teoksessa M. Kivelä (toim.) Ketterä ja kehittävä YAMK-koulutus, 16-27. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. Vapaamuotoisia julkaisuja D61. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/handle/10024/101040> [Viitattu 20.11.2017]

Opetussuunnitelma. Monialainen toimintakyvyn edistäminen YAMK. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu.

Reunanen, M.A.T. 2014a. Ammattiin opiskelun ja aluekehityksen yhdistäminen - opiskelijoiden kokemuksia VESKU-hankkeen opinnollistamisesta. Teoksessa A. Haapala (toim.) Opinnollistaminen TKI-projekteissa. Lähtökohtia toteutukseen ja kokemuksia käytännössä. Mikkelin ammattikorkeakoulu. A: Tutkimuksia ja raportteja 95, 70-79.

Reunanen, M.A.T. 2014b. Opettajan VESKU-hankkeen oppimisympäristöissä. Teoksessa A. Haapala (toim.) Opinnollistaminen TKI-projekteissa. Lähtökohtia toteutukseen ja kokemuksia käytännössä. Mikkelin ammattikorkeakoulu. A: Tutkimuksia ja raportteja 95, 58-69.

Työelämän kehittämisstrategia vuoteen 2020. 2012. Työ- ja elinkeinoministeriö.

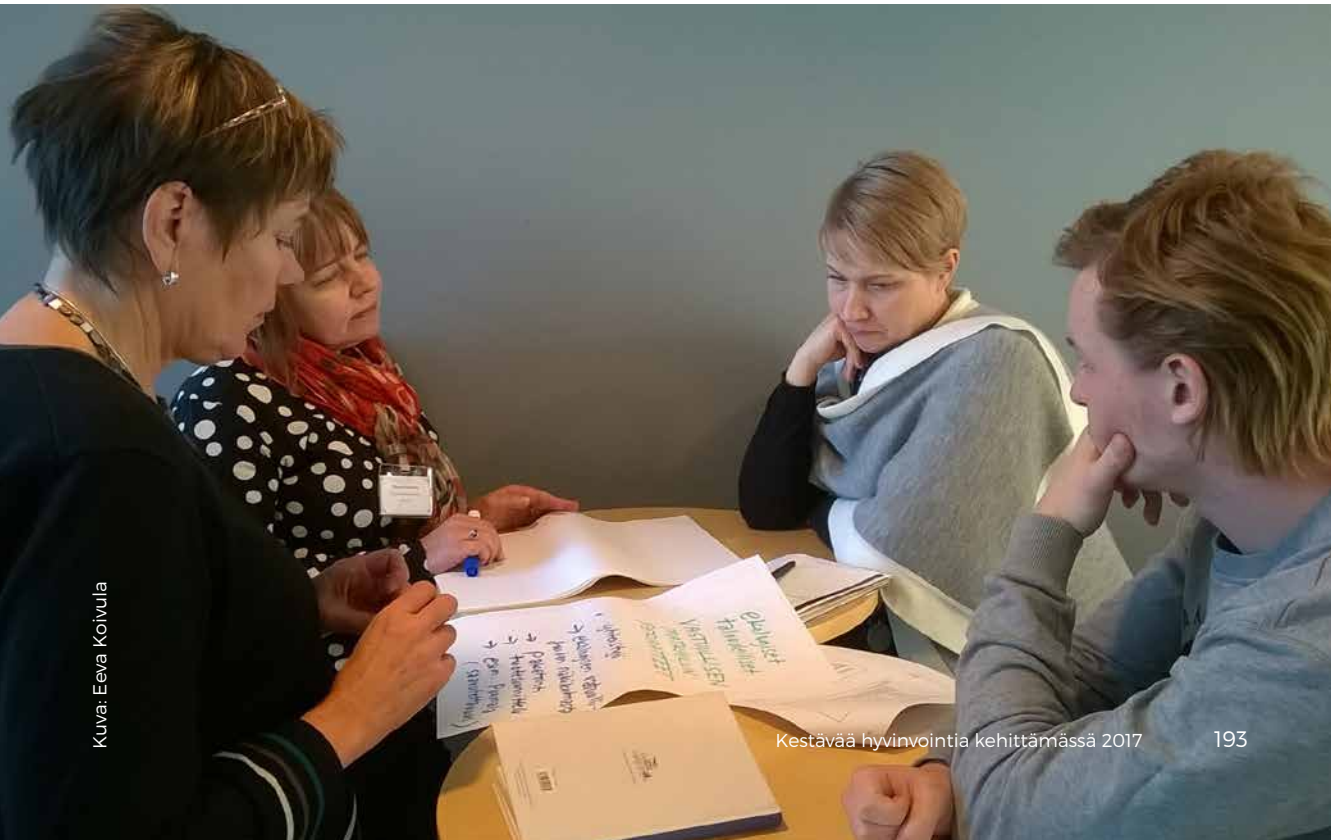
VASTUULLINEN MATKAILU - TKI:N JA OPETUKSEN VOIMIN ETEENPÄIN

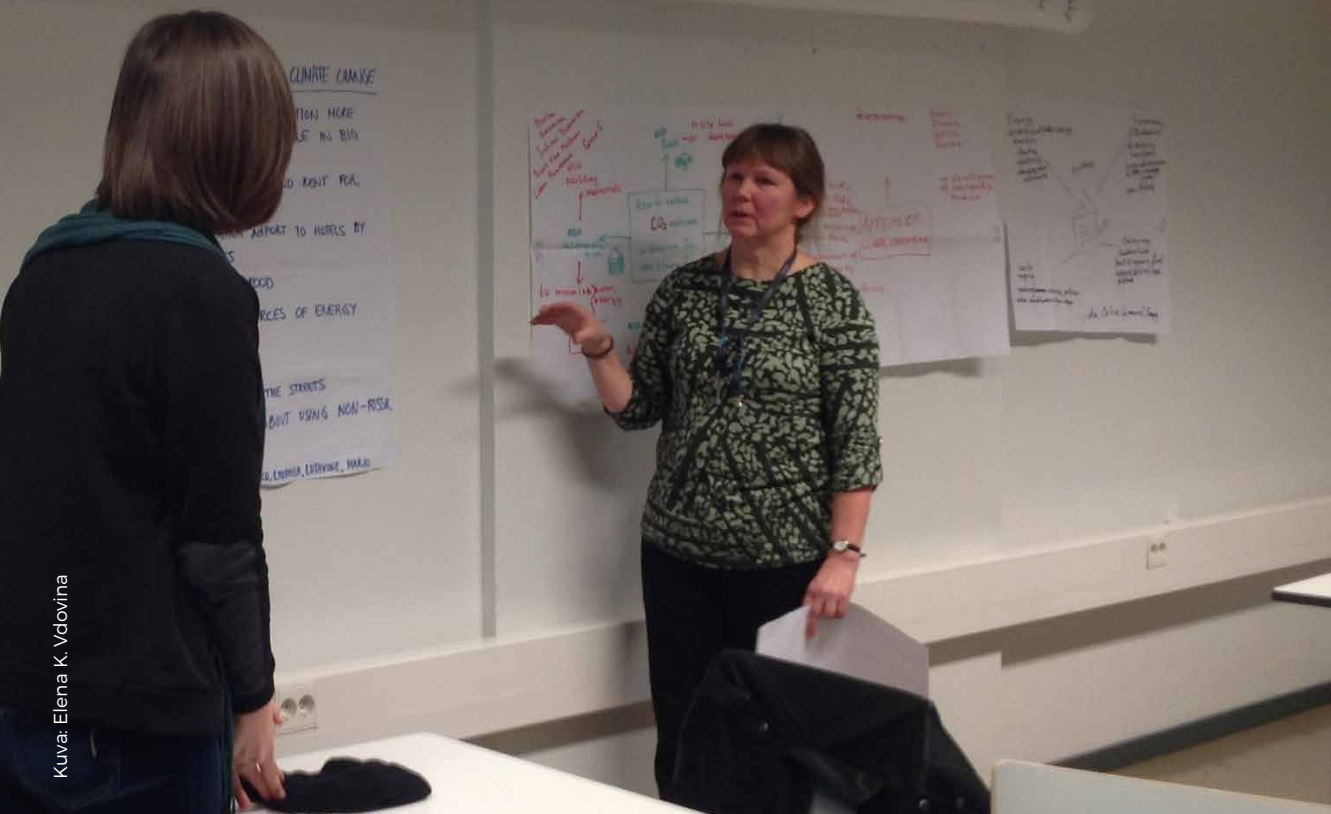
Eeva Koivula

Vastuullisen matkailun tavoitteena on tehdä maapallo paremmaksi paikaksi asua ja sen matkakohteet paremmiksi paikoiksi vierailla. Tavoitteena on minimoida matkailun taloudelliset, sosiaaliset ja ympäristöön kohdistuvat kielteiset vaikutukset ja tuottaa mahdollisimman suuri hyöty kohdealueelle ja sen ihmisille. Vastuu tästä on kaikilla matkailun sidosryhmillä. (Goodwin 2017.)

Myös matkailun koulutus-, tutkimus- ja kehittämisorganisaatioiden tulee sitoutua vastuullisen matkailun tavoitteisiin ja osoittaa se toiminnassaan. Matkailun koulutus on tässä avainasemassa, sillä opiskelijat voivat olla viemässä uusia tuulia yrityksiin ja valmistuttuaan he sijoittuvat monenlaisiin matkailu- ja ravitsemisalan tehtäviin. Moni heistä on tuleva matkailuyrittäjä.

Xamkista valmistuu vuosittain noin sata restonomia. Millaiset eväät he saavat matkailun haittojen minimoimiseen ja hyötyjen maksimoimiseen vastuullisen matkailun periaatteiden mukaisesti? Mitä he tekevät matkailun hiilijalanjäljen pienentämiseksi?





VASTUULLISUUS ON PERUSTAVAA LAATUA OLEVA KYSYMYS

YK:n alaisen Maailman matkailujärjestön WTO:n (2017) Global Code of Ethics for Tourism määrittelee tarkemmin kestävän ja vastuullisen matkailun periaatteet, joita valtioiden, matkailuelinkeinon, kaupunkien ja muiden yhteisöjen sekä matkailijoiden tulee noudattaa. Euroopan komission (2017) mukaan yrityksen yhteiskuntavastuu (corporate social responsibility, CSR) tarkoittaa sitä, että yritys sisällyttää sosiaaliset ja ympäristöön liittyvät tavoitteet liiketoimintaansa vapaaehtoisesti ja ilman lainsäädäntöön perustuvaa velvoitetta. Vastuullista matkailua kuvaavasta englanninkielisestä responsible tourism -käsitteestä käytetään usein lyhennettä CSR.

Yritysten tavat toteuttaa vastuullisuutta liiketoiminnassaan voidaan jakaa kolmeen lähestymistapaan, jotka ovat 1) hyväntekeväisyys, 2) toimintatapa ja 3) ydinliiketoiminta. Maineen kiillottaminen hyväntekeväisyydellä voi olla viherpesua, jos yritys muuten toimii vastuuttomasti. Toimintatavoiltaan vastuullisen yrityksen tuotteilla ja palveluilla voi olla hyvin haitallisia vaikutuksia esimerkiksi ympäristöön. Yrityksen ydinliiketoiminta on vastuullista, kun se toimii vastuullisesti ja sen tarjoama tuote tai palvelu edistää asiakkaan ja laajemminkin yhteiskunnan hyvää. (Lovio 2017.)

Edellä kuvatut vastuullisuuden tasot tuntuvat yksinkertaistetuilta ja niiden soveltaminen matkailussa hankalalta. Matkailun opiskelijoiden tulisi kuitenkin pysähtyä miettimään, mitä yrityksen tai organisaation vastuullisuus pohjimmitaan tarkoittaa. Samalla tulee oppia arvioimaan matkailun vaikutuksia mahdollisimman laajasti. Mihin kaikkeen toiminta vaikuttaa? Ovatko toimenpiteiden vaikutukset kielteisiä vai myönteisiä? Kuinka kielteisiä vaikutuksia voi vähentää ja myönteisiä lisätä? Lopulta tullaan arvokysymyksiin: millainen toiminta on riittävän vastuullista?

VASTUULLISUUS EDELLYTTÄÄ ILMASTONMUUTOKSEN HILLITSEMISTÄ

Kestävän kehityksen määritelmässä taloudellinen, sosiaalinen ja ekologinen kestävyys on perinteisesti esitetty yhtä merkittävänä, toisiaan leikkaavina osa-alueina. Sosiaalisen ja taloudellisen kestävyuden tavoitteet ovat tärkeitä, mutta ihmisen toiminta on kuitenkin pohjimmitaan täysin riippuvaista ympäristöstä ja luonnonresursseista. Niiden heikkeneminen johtaa vakaviin taloudellisiin ja sosiaalisiin ongelmiin. (Hall 2013.)

Maa-ilmastonlaajuisista ympäristöriskeistä vakavimpia on ilmastonmuutos (esim. Suomen YK-liitto 2017; World Economic Forum 2017). Matkailussa suurin osa lämpenemistä aiheuttavista kasvihuonekaasupäästöistä syntyy lentoliikenteestä, ja trendinä on matkustaa yhä useammin ja yhä kauemmaksi (Peeters ym. 2016). Kasvihuonekaasujen päästöt on saatu laskemaan lähes kaikkialla muualla, mutta ei lentoliikenteessä (Eurostat 2017). Kansainvälinen lentoliikenne kasvaa niin voimakkaasti, että nykyisen kehityksen jatkuessa päästöjä vähentävät tekniset ja logistiset ratkaisut eivät riitä taittamaan matkailun hiilijalanjäljen kasvua (Peeters ym. 2016).

Matkailun kehittämisen keskeisiin tavoitteisiin sisältyvät useimmiten sekä matkailutulon kasvattaminen että matkailun kestävyys. Kasvua tavoitellaan mm. Suomen matkailustrategiassa (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016) ja Saimaan alueella, missä tavoitteena on matkailutulon kaksinkertaistaminen vuoteen 2020 mennessä (Häkkinen 2017). Lisää matkailutuloja toivotaan erityisesti kansainvälisestä matkailusta, mikä useimmiten tarkoittaa matkailijamäärien ja lentoliikenteen kasvua. Lyhyellä aikavälillä ristiriita kasvun ja vastuullisuuden välillä on vaikea, sillä monilla alueilla kansainvälisen matkailun volyymin lisääminen nähdään ainoana keinona kohentaa väestön toimeentuloa ja hyvinvointia.

VASTUULLISEN MATKAILUN HANKKEET OPETUKSESSA

Silloisessa Mikkelin ammattikorkeakoulussa toteutettiin vuonna 2016 Kohti vähähiilistä matkailua -hanke (VÄHIMAT), jonka tuloksena tuotettiin ehdotuksia matkailun hiilijalanjäljen pienentämiseksi Etelä-Savossa. VÄHIMAT-hankkeen jatkona käynnistyi vuoden 2017 alusta Xamkin hallinnoima kaksivuotinen Kohti vastuullista matkailua -hanke, jossa mm. lasketaan Etelä-Savon matkailun hiilijalanjälki, kehitetään yritysten ja matkailun alueorganisaatioiden vastuullisuutta ja vastuullisuusviestintää ja verkostoidutaan kansain-

välisen vastuullisen matkailun toimijoiden kanssa.

Hankkeet ovat tarjonneet monenlaisia aihioita restonomi- ja ympäristötekniikan insinööriopetuksen sisältöihin ja tehtäviin, ja varsinkin matkailu- ja ravitsemisalalan opettajat ja opiskelijat ovat tarttuneet niihin hyvin. He ovat kehittäneet myös uusia ideoita opinnollistamiseen.

Restonomiopiskelijat ovat laskeneet omaa tai valitsemaansa yrityksen hiilijalanjälkeä ja miettineet keinoja sen pienentämiseen, laatineet ilmastonmuutosta ja matkailun hiilijalanjälkeä koskevia kyselyitä ja vastanneet niihin, haastatelleet kampuksen ravintolapäälliköitä, analysoineet matkailuyritysten verkkosivujen vastuullisuusviestintää ja tehneet vastuullisuuteen liittyviä opinnäytetöitä. Parhaillaan on työn alla kaksi opinnäytetystä, joista toisessa kehitetään vastuullisuuteen painottuvaa asiakaskyselyä tapahtumille ja toisessa etsitään Etelä-Savoon kehittämishdotuksia muualla toteutettujen, vastuullisuuteen liittyvien hankkeiden tuloksista.

Projektiosaamisen ryhmät ovat osallistuneet Savonlinnan ja Mikkelin matkailufoorumien järjestelyihin ja näiden tilaisuuksien vastuullisuutta käsittelevissä ryhmätöissä on ollut mukana muidenkin opintojaksojen restonomiopiskelijoita. Ympäristötekniikan opiskelijat ovat laskeneet hankeyritysten hiilijalanjälkeä, ja laskentaa tehdään myös kahdessa opinnäytetyössä. Master Schoolin monialaisen Ympäristövastuullisuusorganisaatiossa -opintojakson tehtävistä saadaan hankkeelle taustatietoa esimerkkyritysten ympäristövastuullisuuden työkaluista ja ilmastovaikutuksista.

Opiskelijoiden hankkeisiin liittyvistä tehtävistä saama hyöty vaihtelee varmaankin suuresti. Palautetut raportit ovat osoittaneet, että osa restonomiopiskelijoista pohtii omaa hiilijalanjälkeään vakavasti. Myös vastaaminen kyselyihin on ehkä antanut ajattelemisen aihetta matkailun hiilijalanjäljestä ja omista matkustustottumuksista. Opiskelijoilla, jotka ovat laajemmissa tehtävissä tai opinnäytetöissään päässeet hyödyntämään hankkeissa koottua teoreettista tietoa ja malleja, on valmiuksia soveltaa oppimaansa työelämässä.

Hankkeille on opinnollistamisen kautta saatu uutta tietoa matkailuyritysten vastuullisuuteen liittyvistä asioista ja erityisesti opiskelijoiden vastuullisuuteen liittyvästä tietämyksestä, asenteista ja toiminnasta. Matkailuopiskelijoiden (Kaustinen ym. 2016) kaikille restonomiopiskelijoille toteuttaman kyselyn tarkempi analyysi osoitti, kuinka hyvin ilmastonmuutos ja matkailun hiilijalanjälkikin ovat tiedossa mutta kuinka vähän tämä tieto vaikuttaa opiskelijoiden omaan käyttäytymiseen. Lisäksi vain vajaa kolmasosa opiskelijoista oli sitä mieltä, että koulutuksessa oli käsitelty mahdollisuuksia pienentää matkailun hiilijalanjälkeä.

Tuntuma hanketyön hyödyistä opettajille on, että hankkeita voitaisiin hyödyntää vielä nykyistä enemmän. Matkailun hiilijalanjäljen käsittely on kuitenkin myös meille opettajille ja kehittäjille hankalaa, sillä myös me painiskelemme matkailun volyymien kasvutavoitteen ja kestävyiden ristiriidan kanssa ja myös me koemme tiedon ja toiminnan ristiriidan.

Opetuksen ja TKI-työn onnistunut yhteistyö edellyttää tiivistä ja jatkuvaa henkilökohontaista vuorovaikutusta opettajien ja TKI-henkilöstön kesken. Ideat syntyvät usein muualla kuin virallisissa palavereissa – kopiokoneella, kahvitunnilla tai muissa epämuodollisissa keskusteluissa. Tässä artikkelissa kuvattua TKI:n ja opetuksen yhteistyötä on helpottanut

oma opettajatausta ja päivittäinen vuorovaikutus muiden opettajien kanssa.

Yhteistyö ympäristöteknologian asiantuntijoiden kanssa on ollut antoisaa ja yhteistyötä muidenkin koulutustalojen kanssa on syytä lisätä. Myös opiskelijoille ja yrityksille, joiden toimintaan tehtävät usein liittyvät, monialaisesta yhteistyöstä olisi hyötyä.

UUDEN LUKUTAIDON OPETUS JA TOIVON PEDAGOGIIKKA

Pelkkä ilmastonmuutoksen tiedostaminen ja myönteinen asenne sen hillitsemistä kohtaan eivät välttämättä saa aikaa muutosta yksilön toiminnassa. Tiedon lisäksi tarvitaan ymmärrystä ilmastonmuutoksesta ja siitä, mikä hiilijalanjäljen merkitys on, halua vaikuttaa sekä uskoa siihen, että omalla toiminnalla on merkitystä. Tätä hiilijalanjälkeen liittyvää kognition (”tietokyky”), tunteen ja tuntemuksen sekä käyttäytymisen ja toiminnan kokonaisuutta on kuvattu käsitteellä low carbon literacy, vähähiilisyden lukutaito. (Horng ym. 2013.)

Ilmastonmuutos maailmanlopun uhkakuvineen voi syöstä nuoren ihmisen epätoivoon, joka passivoi häntä entisestään. Faktoilla ei ole silloin vaikutusta, vaan mukaan on saatava tunne ja toivo. On löydettävä lähestymistapa, jossa realistiset uhkakuvat sekä mahdollisuudet ja toivo ovat tasapainossa (Pihkala 2017). Tämä on TKI-työn ja koulutuksen yhteinen tehtävä.

VÄHIMAT-hankkeessa esiin nostetun vähähiilisyden lukutaidon käsitteen tuominen vastuullisen matkailun koulutukseen voisi olla hyödyllistä. Tosin yleisesti tiedetään, miten vaikeaa on saada aikaan muutosta asiassa, joka on ristiriidassa nykyisen käyttäytymisen kanssa.

Vanhojen toimintamallien kertaaminen ei edistä matkailun hiilijalanjäljen ongelman ratkaisemista; muutos edellyttää ongelmien tunnustamista, kokemuksia erilaisista uusista toimintamalleista ja poisoppimista vanhoista. Ilmastonmuutoksen hillitsemiseen tarvitaan uudenlaista osaamista eri aloilta ja uutta teknologiaa.

Matkailun TKI-toiminnan tehtävä on tuoda matkailu- ja ravitsemisalalan koulutukseen uutta tutkimustietoa ja menetelmiä. Myös koulutuksella on TKI-työhön annettavaa: ideoita, resursseja toteuttaa hanketyötä tukevia tapahtumia, tutkimuksia ja muita operaatioita sekä erityisesti opiskelijoilta tuoreita näkökulmia. Tärkeää TKI-työssä on myös toimia linkkinä eri koulutusalojen ja organisaatioiden välillä. Erityisen tärkeää yhteistyö on juuri vastuullisen liiketoiminnan kehittämisessä, missä ratkaisut edellyttävät monialaisuutta ja organisaatiorajojen ylittämistä.

LÄHTEET

- Euroopan komissio. 2017. WWW-dokumentti. Yritysten yhteiskuntavastuu EU:ssa. Saatavissa: <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=331&langId=fi> [viitattu 29.10.2017].
- Eurostat. 2017. Climate change - driving forces. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Climate_change_-_driving_forces#Main_statistical_findings.C2.A0 [viitattu 25.10.2017].
- Goodwin, H. 2016. Responsible Tourism. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://haroldgoodwin.info/responsible-tourism/> [viitattu 25.10.2017].
- Gössling S. 2015. Assessing tourism's global environmental impact 1900-2050. *Journal of Sustainable Tourism* 23 (5), 639–659.
- Hall, C.M. 2013. Environmental trends – Will tourism respond to environmental and energy pressures. Presentation in 12th European Tourism Forum Tourism – a Force for Economic Growth, Social. Päivitetty 18.10.2013. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://slideplayer.com/slide/4385218/> [viitattu 19.10.2017].
- Horng J-S., Hu, M-L., Teng, C-C.C., Hsiao, H-L., Liu, C-H. 2013. Development and validation of the low-carbon literacy scale among practitioners in the Taiwanese tourism industry. *Tourism Management* 35, 255-262.
- Häkkinen, M. 2017. Matkailujohtaja. Suullinen tiedonanto. 17.11.2017. Miksei Oy.
- Kaustinen, J., Mustonen, P., Silvennoinen, R. & Damski, S. 2016. Selvitys asenteista ja käsityksistä hiilidioksidipäästöjä kohtaan. Mikkelin ammattikorkeakoulu, Matkailun koulutusohjelma. Julkaisematon raportti.
- Lovio, R. 2017. Vastuullinen johtaminen ja johtajuus liiketoiminnassa. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://edu.fi/download/116233_liiketoimintaosaaminen_lovio.pdf [viitattu 18.10.2017].
- Peeters, P., Higham, J., Kutzner, D., Cohen, S. & Gössling, S. 2016. Are technology myths stalling aviation climate policy? *Transportation Research Part D* 44, 30–42.
- Pihkala, P. 2017. Miksi ilmastonmuutoksesta on niin vaikea puhua? Monitieteellisiä näkökulmia. PDF-dokumentti. Tieteessä tapahtuu 35 (1), 25–31. Saatavissa: <http://journal.fi/tt/article/view/60786> [viitattu 20.10.2017].
- Suomen YK-liitto. Ilmastonmuutos. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.ykliitto.fi/yk70v/ekologinen/ilmastonmuutos> [viitattu 18.10.2017].
- Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016. Yhdessä enemmän. Matkailun tiekartta 2015–2025. PDF-dokumentti. Päivitetty 23.5.2016. Saatavissa: <http://tem.fi/documents/1410877/2735818/Matkailun+tiekartta+2015-2025.pdf/95521a94-5230-47c2-8dd7-bc7ff5bede04> [viitattu 18.10.2017].

UNWTO. 2017. Climate Change and Tourism. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://sdt.unwto.org/en/content/climate-change-tourism> [viitattu 18.10.2017].

UNWTO. 2017. Global Code of Ethics for Tourism. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://ethics.unwto.org/en/content/global-code-ethics-tourism> [viitattu 18.10.2017].

World Economic Forum. 2017. Four key areas for global risks in 2017. Saatavissa: <https://www.weforum.org/agenda/2017/01/global-risks-in-2017/> [viitattu 29.10.2017].

OPISKELIJAT HANKEKEHITTÄJINÄ – JALKAHUOLTOPÄIVÄ

Laura Saar

Kulkuneuvoille on suoritettava sääntömääräiset huollot ja katsastukset tietyin väliajoin. Myös me ihmiset tarvitsemme säännöllistä huoltoa ja toimintakyvyn ylläpitämistä. Olemme jalkojemme päällä työmme luonteesta riippuen päivittäin paista tunnista jopa puoleen vuorokauteen.

Pieksämäen VR:n konepajan työntekijät tarttuivat asiaan, ja heidän aloitteestaan Mamkin jalkaterapeuttiopiskelijat järjestivät Pieksämäellä jalkahuoltopäivän. VR:n konepaja oli yksi asiakasorganisaatio Työhyvinvointiakatemia-kokonaisvaltaista työhyvinvointia ja työkykyisyyttä ikääntyvälle Etelä-Savolle -hankkeessa, johon Mamk osallistui vuosina 2015-2016. Hankkeen tavoitteena oli eteläsavolaisen työelämän laadun kohentaminen. Yksilötasolla työntekijöitä pyrittiin tukemaan työkyvyn ylläpitämisessä.



Kuva: Laura Saar

SEISOMATYÖ RASITTA ALARAAJOJA

Seisomatyössä keho on kovalla koetuksella. Pitkäkestoinen seisominen kuormittaa erityisesti niveliä jalkaterän, polvien ja lantion alueilla. Lihaskivahatio voi olla epätasaisesti jakautunut, mikä altistaa lihasten väsymiselle, nivelten virheasentoille ja kivuille. Myös iho-ongelmat ovat seisomatyöläisillä yleisiä. (Saarikoski ym. 2012a.)

Työ sanelee myös monia vaatimuksia työjalkineelle. Konepajalla työntekijöillä on lain mukaan oltava jalassa turvakengät. Tutkimusten mukaan työntekijät kokevat turvakengät turvallisiksi mutta epämiellyttäviksi käyttäen. Turvakenkien on todettu aiheuttavan iho-muutoksia, ja kengät tuntuvat käytössä raskailta. Turvakenkä voi painaa selvästi tavallista jalkinetta enemmän, mikä voi askelmäärän kasvaessa tuoda päivittäiseen kuormaan yhteenlaskettuna jopa useamman tuhannen kilon lisäkuormituksen. (Saarikoski ym. 2012b, 126.) Tuki- ja liikuntaelinongelmat ovatkin yksi merkittävimpiä työstä poisjäännin syitä (Sosiaali- ja terveystministeriö 2017, 12).

JALKATERVEYS OSANA TYÖTERVEYTTÄ

Työterveystarkastukset kuuluvat jokaisen työntekijän oikeuksiin. Työterveystarkastuksessa alaraajoihin ja jalkaterveyteen kiinnitettävä huomio on kuitenkin hyvin pieni, jopa olematon. Jalkojen tarkastus kuuluu lähinnä tiettyjen erityisryhmien, kuten diabeetikoiden vastaanottokäynteihin. Diabeetikoille kuuluisi käypähoitosuosituksen mukaan tehdä riskiluokitusta kartoittava tutkimus vuosittain. Tämä ei kuitenkaan toteudu suosituksen mukaan. Syynä tutkimusten toteutumattomuuteen voi olla resurssipula tai tiedonpuute. (Diabeetikon jalkaongelmat: Käypä hoito-suositus, 2009, Kiviaho-Tiippana 2012, 66-68, 83-87.)

Jalkahuoltopäivän tärkeyttä puolsi myös Savonlinnan alueen työterveyshuollon toimijoille teetetty kysely 2014. Tutkimuksessa todettiin, että työterveyshuollon asiakkailta on jalkaongelmia runsaasti. Ongelmat liittyvät pääasiassa alaraajojen virheasentoihin ja iho-ongelmiin. (Härmä & Kauppinen 2014, 18.)

JALKAHUOLTOPÄIVÄ OSANA PERUSTAITOJEN HARJOITTELUA

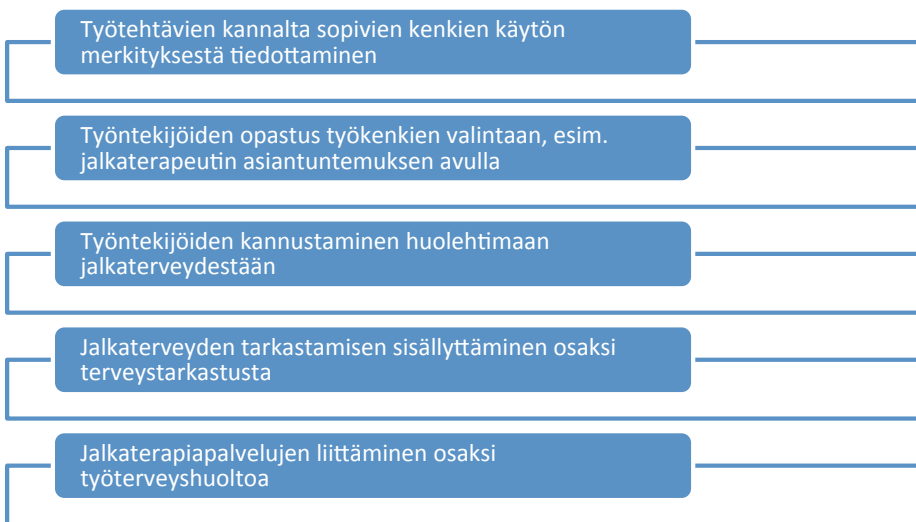
Jalkaterapia on Suomessa edelleen pieni ja melko tuntematon erityisala. Lyhyt historia ja vähäinen alan tuntemus ovat varmasti syitä siihen, ettei säännöllisiä jalkojen tarkastuksia ole voitu järjestää. Tarvetta tällaiselle varmasti kuitenkin olisi. Alan tunnetuksi tekeminen on myös yksi osa jalkaterapian opiskelua. Tämä voi tapahtua esimerkiksi erilaisissa projekteissa.

Toisen vuoden jalkaterapeuttiopiskelijat järjestivät kolmanteen perustaitojen harjoitteluun liittyvän jalkahuoltopäivän konepajan työntekijöille. Opiskelijat laativat koulumme terveysalan projektiohjeiden mukaisen suunnitelman jossa oli huomioitu seuraavat asiat: projektin tausta, kohderyhmät ja hyödynsaajat, tavoitteet ja tuotokset, ohjaustuokion to-

teuttamisstrategia, ohjaustuokion työsuunnitelma ja aikataulutus, kustannukset ja resurssit, riskit ja oletukset sekä raportointi ja seuranta.

Valtioneuvosto korostaa periaatepäätöksessään eri toimijoiden yhteistyön tärkeyttä työhyvinvoinnin ja työterveyden tukemisessa. Myös työntekijöiden yhteistyö todetaan työterveyttä tukevaksi toiminnaksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017, 23-25.) Jalkahuoltopäivässä työntekijät kiersivät toimintapisteillä ryhminä, ja työntekijöiden välistä keskustelua ja pohdintaa muun muassa jalkaterveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä syntyi mukavasti.

Huoltopisteitä opiskelijat järjestivät kaikkiaan neljä. Näissä aiheina olivat hyvä työkenkä, jalkojen kuormituksen arviointi peilipöytätyöskentelyn avulla, jalkajumppa ja jalkojen omahoito-ohjeistus. Toimintapisteet mukailivat suositusta työnantajien osallistumisesta työntekijöiden jalkaterveyden tukemiseen (kuva 14).



Kuva 14. Työnantajan osallistuminen työntekijöidensä jalkaterveyden ylläpitämiseen. (Saarikoski 2012)

OTTEITA OPISKELIJOIDEN HARJOITTELUN OPPIMISPÄIVÄKIRJOISTA

”Olimme Pieksäällä VR-konepajalla järjestämässä työntekijöille toimintatuokioita. Päivän kulku ja toteutus onnistui jännityksestäni huolimatta. Olimme opiskelukaverini kanssa vastuussa jalkojen omahoito-pisteestä. Me annoimme jokaiselle työntekijälle lappusen, jossa oli tiivistetty omahoidon perusajatukset. VR-konepajan työntekijöille oli haastavaa kertoa jalkojen omahoidon merkityksestä. Opin päivästä taas lisää projektien järjestämisestä ja sen suunnittelusta.”

”Viimeisellä viikolla olimme tekemässä peilipöytätyöskentelyä Pieksämäellä. Asiakkaita

LÄHTEET

Diabeetikon jalkaongelmat: Käypä hoito-suositus, 2009. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Diabetesliiton lääkäri-neuvoston, Suomen Endokrinologiyhdistyksen ja Suomen Ihotautilääkäriyhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2009. Saatavissa: www.kaypahoito.fi [viitattu 22.11.2017].

Härmä, H. & Kauppinen, T. 2014. Jalkaterapia osana työterveyshuoltoa. Opinnäytetyö. Mikkelin Ammattikorkeakoulu. Saatavissa: http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/86324/Harma_Heidi_Kauppinen_Tiina.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 17.10.2017].

Kiviaho-Tiippana, A. 2012. Diabeetikon jalkaongelmien ennaltaehkäisy Itä-Suomessa. Jalkojen kunto, omahoitokäytänteet, ohjaus ja seuranta diabeetikoiden arvioimana. Kuopio: Kopijyvä Oy.

Mamk 2015. Työhyvinvointiakatemia - kokonaisvaltaista työhyvinvointia ja työkykyisyyttä ikään-tyvälle Etelä-Savolle. Saatavissa: http://www.mamk.fi/ulkoiset/hanke/paattyneet/index.cfm?action=1&Hanke_ID=309 [viitattu 17.10.2017].

Saarikoski, R., Stolt, M. & Liukkonen, I. 2012a. Jalkaterveys osana työterveyshuoltoa. Saatavissa: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=jal00182 [viitattu 17.10.2017].

Saarikoski, R., Stolt, M. & Liukkonen, I. 2012b. Terveet jalat. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2017. Valtioneuvoston periaatepäätös. Työterveys 2025 – yhteistyöllä työkykyä ja terveyttä. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79471/01_2017_VN_periaatepaatos_TT2025_suomi.pdf?sequence=1 [viitattu 29.10.2017].

KOKONAISUUS ON ENEMMÄN KUIN OSIENSA SUMMA

Tuija Vääntinen

Kokonaisuus voi olla enemmän kuin osiensa summa. Näin osat voivat tuottaa lisäarvoa kokonaisuuden näkökulmasta. Edellytyksenä on, että osat tukevat toisiaan ja ovat tiiviissä vuorovaikutuksessa keskenään. Tässä artikkelissa kuvataan yhtä opetustapahtumaa ja kehittämismallia, jota voisi soveltaa monenlaisiin kohteisiin. Näin opetuksesta ja TKI-toiminnasta voisi muodostua yhdessä kokonaisuutena osiaan suuremmat. Tavoitteena on parantaa koulutuksen laatua, rikastaa sisältöjä ja monipuolistaa pedagogisia käytänteitä. Lisäksi koulutuksen toteutus ja kehittäminen sekä opiskelijoiden opinnot integroituvat nykyistä vahvemmin TKI-toimintaan Xamkin tavoitesopimuksen mukaisesti (OKM 2016). Lisäksi artikkelissa luodaan lyhyt katsaus ammattikorkeakoulujen opetuksen ja TKI-toiminnan integraation tilaan.

TUTKIMUKSEEN JA KEHITTÄMISEEN PERUSTUVA OPINTOJAKSOTOTEUTUS

Master School-tarjonnassa olevaa ”Digitaalisuus muutoksen ajurina”-opintojaksoa on toteutettu jo useampana vuonna tavoitteena sitoa opiskelijoiden oppiminen ja osaaminen Xamkin vahvaan TKI-toimintaan. Syksyllä 2017 opintojaksolle osallistui kaksikymmentä opiskelijaa useasta ylempään ammattikorkeakoulututkintoon johtavasta koulutuksesta. Opiskelijat toimivat hyvin erilaisissa työtehtävissä. Opintojakson keskeisenä tavoitteena oli vahvistaa opiskelijoiden osaamista digitaalisuuden muutosvaatimuksista ja hyödyntämisestä eri aloilla sekä digitaalisuutta tukevista kehittämismenetelmistä ja vahvistaa myös opiskelijoiden kykyä arvioida digitalisaatiota kriittisesti.

Opinnot koostuivat kolmesta lähiopetuspäivästä ja kahdesta oppimistehtävästä. Toisessa opiskelijat valitsivat Xamkin vahvuusalojen TKI-hankkeista yhden tarkempaan tarkasteluun. Tehtävässä tuli tarkastella ja arvioida erityisesti hankkeen lopullista päämäärää ja sen edistämistä digitaalisuutta hyödyntäen. Tehtävään oli mahdollista saada ohjausta Skype-yhteyttä käyttäen. Opiskelijat tuottivat tehtävissään kehittämisideoita digitaalisuuden mahdollisuuksista tuottavuuden parantamiseen (DigiTetu-hanke), mallin kansalaisten digitalisoiduksi tietopankiksi (DigiTetu-hanke), digitaalisen työkalun nuorten työllistymisen edistämiseen (Game On-hanke), Active Life Lab konseptin kehittämiseen (Active Life Lab-hanke), työelämäpelin (Digiosajaksi työelämään-hanke) ja digitaalisen palvelun HR-toimintoihin (Tuottava yritys ja hyvinvoiva yrittäjä-hanke).

Opiskelijat kuvasivat palautteessaan oman osaamisensa kehittymistä hyvin suhteessa opintojaksolle asetettuihin tavoitteisiin. Opiskelijoiden näkökulma digitaalisuuteen oli

laajentunut opintojakson aikana, osa koki saaneensa lisäväitä liiketoiminnan kehittämiseen ja uusia kehittämisen välineitä. Monialainen ja moniääninen keskustelu ryhmässä koettiin rikastavana ja oman sekä toisten osaamisen merkitys selkeytyi.

”Meidän ei itse tarvitse alkaa bittivelhoiksi pystyäksemme ideoimaan tai käyttämään monipuolisesti hyödyksemme uusinta teknologiaa. Siksi tarvitaan kohtaamisen paikkoja näiden bittivelhojen kanssa, jotta voidaan oikeasti viedä ideoita käytäntöön.”

Toteutustapaa he pitivät myös onnistuneena mukaan lukien TKI-hankkeiden integraation. Kirjallisessa palautteessa edellä mainittua ei tosin ollut eksplisiittisesti todettu, mutta tämä on toki tulkittavissa kokonaispalautteesta. TKI-hankkeet toimivat tämän kokemuksen perusteella erinomaisesti uuden oppimisen alustoina.

OPETUKSEN JA TKI-TOIMINNAN INTEGRAATIO AMMATTIKORKEAKOULUISSA

Kaikkien ammattikorkeakoulujen OKM:n kanssa vuosille 2017-2020 tekemiin sopimuksiin sisältyy tavoite ylempään ammattikorkeakoulututkintoon johtavan koulutuksen nykyistä vahvemmassa kytkennässä ammattikorkeakoulun strategiaa tukevaan TKI-toimintaan (ks. OKM 2017). Muutaman ammattikorkeakoulu on lisäksi määritellyt yksityiskohtaisemmin tavoitteitaan;

- kaikki opiskelijat mukaan TKI-toimintaan (Kajaanin amk),
- yhdistetään TKI-toiminta ja sen tulokset opetukseen ja oppimiseen entistä systemaattisemmin (Seinäjoen amk),
- tiivistetään yhteistyötä alueen työelämän kanssa kehittämällä ylempään ammattikorkeakoulututkintoon johtavaa koulutusta siten, että opiskelijat toimivat ammattikorkeakoulun strategian mukaisissa ryhmissä (Turun amk).

Sopimusten valossa näyttää siltä, että erityisesti ylempään ammattikorkeakoulututkintoon johtavan koulutuksen oletetaan olevan TKI-intensiivistä. Koulutusta koskevissa tavoitekuvauksissa ei juurikaan ollut mainintoja opetuksen ja TKI-toiminnan integraatiosta.

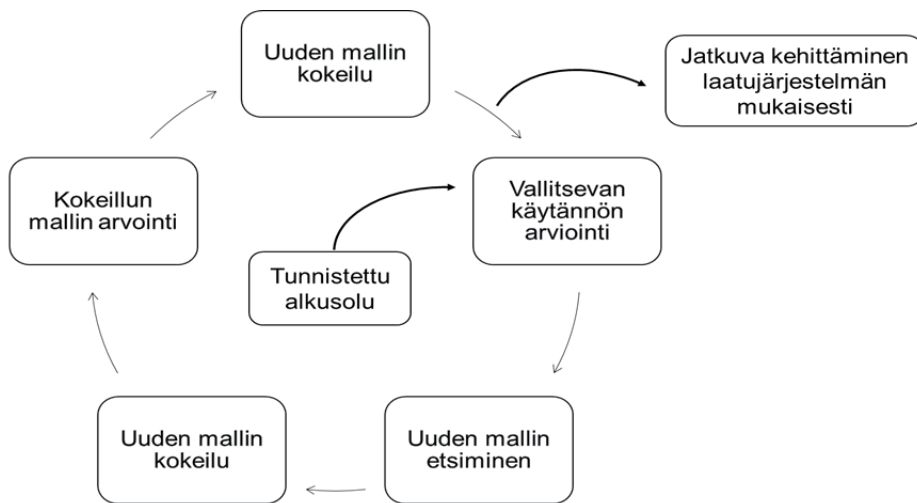
Opetuksen ja TKI-integraation kehitysvaihetta on tarkasteltu myös ammattikorkeakoulujen laatu järjestelmien auditoinneissa. Edistyneen arvioinnin ovat saaneet Centria vuonna 2016 ja Diakonia-ammattikorkeakoulu vuonna 2017. Diakonia-ammattikorkeakoulussa on osallistavan ja tutkivan kehittämisen malli (OSKE), jonka tavoitteena on varmistaa koulutuksen ja TKI-toiminnan työelämärelevanssia. Centriassa puolestaan TKI-toiminnan ja opetuksen integraatio on strateginen tavoite, jossa seurataan opettajien osallistumista TKI-toimintaan sekä TKI-toimijoiden osallistumista opetukseen.

Opetuksen ja TKI-toiminnan integraatiota kehitetään erilaisin keinoin; organisatorisin ratkaisuin (esim. Saimian PEDA- ja TIKI-tiimien yhteistyön tiivistäminen ja säännölliset tapaamiset, Tamkin Curriculum Working Groups, Samkin oppimisympäristöt ja ”kohtaamispaikat”) tai erillisillä hankkeilla kehitetyillä toimintamalleilla (mm. OIS, Savonia).

Auditointien mukaan opiskelijat kuitenkin tuntevat TKI-toiminnan huonosti, eivät saa ohjausta systemaattisesti eivätkä tunnista osallistuneensa ulkopuolisella rahoituksella toteutettuihin hankkeisiin. Karelia-ammattikorkeakoulu (2013) on tehnyt TKI-toiminnan sisäisen auditoinnin, jonka arviot ovat samansuuntaisia kuin yllä on kuvattu.

ALKUSOLUSTRATEGIA EKSPANSIIVISEN KEHITTÄMISEN KEHÄLLÄ

Muutoksen tarve voi koskettaa koko yhteiskuntajärjestelmää, yksittäisiä organisaatioita, työympäristöjä, jokaisen työntekijän toimintatapoja tai yksittäistä työtoimintaa (Komonen & Vänttinen 2017). Engeströmin (2004) expansiivisen oppimisen kehämalli on mukaillen (kuva 15) sovellettavissa myös laajan työtoiminnan, mutta myös yksittäisen kohteen kehittämisessä ja toimintatapojen muutoksessa.



Kuva 15. Ekspansiivisen kehittämisen kehä (mukaillen Engeström 2004)

Muutoksen tarve opetuksessa voi olla esimerkiksi opintojakson tai moduulin ja TKI-hankkeen tai hankkeen osan vuorovaikutuksen kehittämässä. Lähtökohtana on alkusolu, jolla tarkoitetaan pienintä yksittäistä opetuksen ja TKI-toiminnan yhteistä tunnistettua osaa. Tunnistetusta alkusolusta voi kasvaa uusia, laajalle leviäviä käytänteitä. Näiden yleistymisen tekee mahdolliseksi se, että uusi havainto muuttaa tapaa, jolla jokin hyvin yleinen, kaikessa toistuva yksittäinen toimenpide tai asia toteutetaan (Virkkunen ym. 2010).

Muutoksen aikaansaaminen edellyttää yhteiskehittelyä, rohkeutta kokeilla ja ylittää totunnaiset roolit ja työnjako sekä olemassa olevia verkostot. Xamkin strategian (Xamk 2017) suuntaviivojen mukaisesti uudistuen opettajat ja TKI-toimijat voivat yhdessä ylittää

enempään. Digitaalisilla työkaluilla voidaan sujuvoittaa kehittämisprosessia. Myös erilaiset yhteisölliset vuorovaikutukselliset menetelmät soveltuvat kehittämisen kehän toteuttamiseen (mm. Ojasalo 2015; Virkkunen ym. 2015). Vakiintumisvaiheessa kehittämistä tukevat korkeakoulun laatujärjestelmä ja sen mukaiset käytänteet.

LÄHTEET

Engertröm, Y. 2004. Ekspansiivinen yhteiskehittely ja oppiminen työssä. Keuruu. Vastapaino.

Karelia-ammattikorkeakoulu. 2013. Karelia-ammattikorkeakoulun opetus-, TKI- ja palvelutoiminnan integraation sisäinen auditointi. Karelia-ammattikorkeakoulun julkaisuja C: Raportteja, 8.

Komonen, K. & Vänttinen, T. 2017. Master School rajoja ylittävänä kehittämistyönä. Teoksessa M. Karttunen & L. Muotio (toim.). Rajojen ylityksiä. Xamk Inspiroi 1. Kouvola: Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, 10 - 18.

Ojasalo, K., Hautamäki, J. & Törmänen, O. 2015. Opetuksesta osaamisen yhteisölliseen kehittämiseen. Saatavissa: http://www.hamk.fi/verkostot/yamk-koulutus-vahvaksi-uki-vaikuttajaksi/tyopaketti1/Documents/TP1_Centria_LapinAMK_Laurea_yhteistyö_artikkeli_loppuraporttiin_2015.pdf [Viitattu 27.11.2017]

OKM. 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun välinen sopimus kaudelle 2017-2020.

OKM. 2017. Ammattikorkeakoulujen sopimukset 2017-2020. Saatavissa: <http://minedu.fi/ammattikorkeakoulut-sopimukset> [Viitattu 27.11.2017]

Sinkkonen, M., Tapani, A., Aho, M., Lipponen, V., Wallin, O., Saarni, L. & Cumini, A. 2015. Teoksessa M. Lampinen & H. Turunen (toim.) YAMK-koulutus vahvaksi TKI-vaikuttajaksi. Hamkin e-julkaisuja 29/2015.

Virkkunen, J. Ahonen, H., Schaupp, M. & Lintula, L. 2010. Toimintakonseptin yhteisen kehittämisen mahdollisuus. Tykes. Raportteja 70. Helsinki.

Xamk. 2017. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun strategia 2018-2030.

