

## Miesten syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja osallisuuden edistäminen Meri-Lapissa ryhmätoiminnan kautta

Touri miehille – Miesten työ- ja toimintakyvyn parantaminen Meri-Lapissa

Tuomas Palo-oja  
Topi Reinikka  
Opinnäytetyö  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Sairaanhoitajakoulutus  
AMK-tutkintokoulutus

2020

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoidaja AMK

---

<b>Tekijä</b>	Tuomas Palo-oja & Topi Reinikka Vuosi 2020
<b>Ohjaaja(t)</b>	Tarja Lipponen Timo Marttala Birgit Mylläri
<b>Toimeksiantaja</b>	Touri Miehille – Miesten työ- ja toimintakyvyn parantaminen Meri-Lapissa
<b>Työn nimi</b>	Miesten syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja osallisuuden edistäminen Meri-Lapissa ryhmätoiminnan kautta
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	33

---

Opinnäytetyön tarkoituksena on järjestää osallistavaa ja aktivoivaa toimintaa. Opinnäytetyössä on pidetty levyraatia ja osallistuttu Päiväkeskus Rantatuvan toimintaan. Toiminnan tavoitteena oli edistää osallisuutta ja saada syrjäytymisvaarassa ja jo syrjäytyneet miehet liikkeelle. Pyrkimys oli saada miehet kokoon-tumaan, osallistumaan ja tämän seurauksena luoda sosiaalisia verkostoja. Toimintaan osallistuminen oli vapaaehtoista eikä vaatinut sitoutumista.

Toiminta järjestettiin yhteistyössä Touri Miehille – Miesten työ- ja toimintakyvyn parantaminen Meri-Lapissa –hankkeen kanssa. Kohderyhmänä toiminnalle olivat työttömät ja syrjäytyneet miehet. Levyraatiryhmään osallistui 2-6 henkilöä jokaisella kerralla.

Avainsanat: ryhmätoiminta, syrjäytyminen, työttömyys

School of Social Services, Health and Sports  
Degree Programme in Nursing and Health Care  
Bachelor of Health Care

---

<b>Author</b>	Tuomas Palo-oja & Topi Reinikka	Year	2020
<b>Supervisors</b>	Tarja Lipponen Timo Marttala Birgit Mylläri		
<b>Commissioned by</b>	Touri Miehille - Improving work and functional capacity for men in Sea Lapland		
<b>Subject of thesis</b>	Preventing the exclusion of men and promoting inclusion in Sea Lapland through group activities		
<b>Number of pages</b>	33		

---

Purpose of this thesis was to organize inclusive and activating activities. A record panel was organized and activities partaken in Päiväkeskus Rantatupa. The activities goal was to prevent social exclusion with men and activate socially excluded men and men who are in risk of being socially excluded. The men were encouraged to gather and participate so they could make social connections. Taking part of activities was voluntary and they did not need to commit in anything.

Activities were organized in cooperation with project Touri Miehille – Improving work and functional capacity for men in Sea Lapland. The targeted group for these activities were unemployed and marginalized men. Record panel group had 2-6 participants each time.

Key words: group activity, social exclusion, unemployment

## SISÄLLYS

1. JOHDANTO .....	5
2. MIESTEN SYRJÄYTYMINEN, OSALLISUUS JA NIIDEN VAIKUTUKSET HYVINVOINTIIN .....	7
2.1. Syrjäytyminen .....	7
2.2. Syrjäytymisen syitä .....	8
2.3. Syrjäytymisen ehkäisy musiikin ja ryhmätoiminnan kautta .....	11
2.4. Miesten hyvinvointi .....	13
3. TARKOITUS JA TAVOITE .....	16
4. OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	18
4.1. Touri miehille – hanke .....	18
4.2. Levyraati .....	19
4.3. Päiväkeskus Rantatupa .....	23
5. POHDINTA .....	26
6. LÄHTEET .....	30
7. LIITTEET .....	34

## 1. JOHDANTO

Syrjäytymisestä on alettu käydä keskustelua Suomessa 1970-luvun lopulla ja se onkin tuohon aikaan tarkoittanut köyhyyttä ja huono-osaisuutta. (Rintanen H. 2000. 21.) Nykyään syrjäytyminen käsitteenä on laaja-alainen eikä se ole helposti määriteltävissä. On olemassa erilaisia taloudellisia mittareita, joilla voidaan todeta henkilö syrjäytyneeksi. Syrjäytymisen syitä on useita, joista yksi merkittävimmistä on työttömyys. Merilapin aluetta tarkasteltaessa, Kemissä työttömiä oli 1412 ja Torniossa 1158 vuonna 2017. (Yle. 2018.) Työttömyyden taustalla on useita eri tekijöitä mm. riittämätön koulutus, päihdeongelmat ja haastava terveydentila.

Opinnäytetyö on miesspesifistinen. Tämä tarkoittaa sitä, että opinnäytetyössä otetaan kantaa ja tarkastellaan tilannetta miesten perspektiivistä. Mistä syrjäytyminen johtuu ja millaista se on.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa levyraati Touri Miehille –hankkeeseen. Levyraadin tarkoituksena oli helpottaa toisten miesten kohtaamista.

Tavoitteena oli toiminnan kautta edistää osallisuutta, saada aikaan hyviä kokemuksia ryhmätoiminnasta ja tätä kautta kannustaa kohderyhmää osallistumaan muuhunkin yhteiskunnalliseen toimintaan. Tavoitteena oli myös, että levyraati-toiminta jatkuisi hankkeen jälkeen jonkin tahon toimesta.

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Touri Miehille - Miesten työ- ja toimintakyvyn parantaminen Meri-Lapissa – hankkeen, siihen kuuluvien henkilöiden ja muiden opiskelijaryhmien kanssa. Toimeksiantaja oli Touri Miehille, jota rahoitti Pohjois-Pohjanmaan elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus Euroopan sosiaalirahastosta. Touri Miehille -hankkeen tarkoitus on parantaa työikäisten miesten toiminta- ja työkykyä sekä saada heidät kiinnittämään enemmän huomioita heidän hyvinvointiinsa sekä terveyteen. Opinnäytetyössä pääpaino oli osallisuuden edistäminen ja yhteenkuuluvuuden luominen.

Teoriassa käydään myös läpi syrjäytymiseen vaikuttavia tekijöitä, sekä miten syrjäytymistä tulisi ehkäistä, ja miten syrjäytyminen vaikuttaa ihmisen elämään niin laadullisesti kuin terveydellisestikin. Tässä opinnäytetyössä käydään läpi laajasti syrjäytymisen syitä, mutta keskitytään työ- ja koulu-elämästä syrjäytyneisiin ja edistämään osallistujien osallisuutta ja hyvinvointia.

## 2. MIESTEN SYRJÄYTYMINEN, OSALLISUUS JA NIIDEN VAIKUTUKSET HYVINVOINTIIN

### 2.1. Syrjäytyminen

Syrjäytymisestä on alettu käydä keskustelua Suomessa 1970-luvun lopulla. Tuohon aikaan ja 1980-luvulla syrjäytyminen on useimmin tarkoittanut köyhyyttä ja huono-osaisuutta mitkä nykyään vaikuttavatkin syrjäytymiseen johtavina seikkoina. (Rintanen H. 2000. 21.)

Syrjäytyminen Suomessa on karkeasti jaettavissa kahteen eri luokkaan, Sosiaaliseen ja taloudelliseen syrjäytymiseen. (Sosiaali- ja Terveysministeriö. 2015.) Yleensä henkilö, joka katsotaan syrjäytyneeksi, on osa molempia ryhmiä. On olemassa henkilöitä, joilla ei juurikaan ole sosiaalisia siteitä tai perhettä, mutta ovat silti työssä käyviä, jotka omaavat hyvän perustulon. Tilanne voi olla myös päinvastainen. Ihmisellä ei ole työtä ja jonka toimeentulo on köyhyysrajan alapuolella, mutta hänellä on kuitenkin laaja sosiaalinen verkosto.

Termi sosiaalinen syrjäytyminen on lähtöjään Ranskasta ja sen käyttö vakiintui Euroopassa 1990-luvulla. M. Parkinsonin mukaan se otettiin käyttöön, koska Iso-Britannia ja Saksa eivät halunneet myöntää, että kyseisissä maissa on köyhyyttä. Tämän seurauksena alettiin käyttää termiä sosiaalinen syrjäytyminen (social exclusion), jotta sitä ei liitettäisi köyhyyskeskusteluun. Kyseessä on siis ns. kompromissikäsite. Ranskalaisen Serge Paugamin mukaan syrjäytymiselle ei kuitenkaan ole olemassa tarkkaa määritelmää, koska siihen vaikuttavat taloudelliset-, sosiaaliset-, poliittiset-, kulttuuriset- ja ympäristölliset tekijät. Hänen mukaansa ei olekaan järkevää pyrkiä absoluuttisesti määrittelemään syrjäytymistä (l'exclu). Tämä johtuu hänen mukaansa siitä, että jokaisen kulttuurin kokonaiskuva ja rakenteet ovat erilaisia, joten syrjäytyminen voidaan kulttuurista riippuen määritellä eri lailla. (Ruotsalainen, S. 2005. 33-34.)

## 2.2. Syrjäytymisen syitä

Yleisemmin syrjäytymiseen yhdistetään köyhyys. Köyhyyttä on hyvin haastava mitata. Yleensä se ajatellaan niin että, ihmisellä ei yksinkertaisesti ole rahaa. Tästä muodostuukin kysymys voiko ihminen olla köyhä, vaikka hänellä on esimerkiksi kylliksi rahaa ruokaan, vuokraan ja vaatteisiin. Suomessa suhteellinen köyhyysrajana on 60 prosenttia keskimääräisestä kotitalouksien tulotasosta. Tässä tilanteessa mitataan vain ihmisen materiaalista ja taloudellista köyhyyttä. Köyhyydellä yleisesti ottaen tarkoitetaan tilannetta, jossa ihminen ei pysty tavoittamaan vähimmäiselintasoja. (Sosiaali- ja Terveysministeriö. Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. 2015.)

Suomessa köyhyyteen voidaan vaikuttaa erilaisilla tuilla, mutta se ei kuitenkaan tee ihmisestä tai ihmisistä yhtään kilpailukykyisempiä työhön tai koulutuspaikkaan hakijoita. Tällä menetelmällä siis poistetaan ihminen ryhmästä, joka lasketaan köyhiksi. Köyhyydestä seuraavaa syrjäytymistä tämä ei poista, vaikkakin se helpottaa ihmisen elämää. Syrjäytyminen on prosessi, jota tavillisimmin käydään lapsesta asti. Syrjäytyminen voi alkaa jo päiväkodissa, mutta yleisemmin se alkaa peruskoulussa tai peruskoulun jälkeen. Kukaan ei syrjäydy hetkessä. Toiset syrjäytyvät esimerkiksi sosiaalisesti toisia nopeammin ja joillakin aikaa voi kulua paljon toisia enemmän. (Terveystieteiden tutkimuskeskus. Nuorten syrjäytyminen. 2018.)

Yksi syrjäytymisen syistä on työttömyys. Henkilö, joka ei ole työsuhhteessa eikä työllisty yhdenjaksoisesti päätoimisesti yli kahta viikkoa yrittäjänä tai omassa työssä (Finlex. Työttömyysturvalaki. 2002.) Vaikka Suomessa työttömyys on viimeisen kolmen vuoden aikana laskenut, on se silti merkittävä noin 6,8 prosenttia.

Työttömistä tulee suuremmalla todennäköisyydellä syrjäytyneitä kuin saman ikäisistä työssäkäyvistä ihmisistä. Tämä johtuu osittain siitä, että sosiaalinen



piiri pienenee. Ihmisen toimeentulo pienenee mikä vähentää harrastus mahdollisuuksia, mutta myös joidenkin ihmisten sosiaalinen verkosto koostuu suuremmalta osin työpaikalla luoduista sosiaalisista suhteista. (Sosiaali- ja Terveysministeriö. Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. 2015.)

Työttömyydellä ja varsinkin pitkäaikaistyöttömyydellä (työttömänä yli 12 kuukautta) on negatiivinen vaikutus terveyteen. Jo pelkästään se, että on vaarassa tulla irtisanotuksi nostaa elimistön stressitasoa. Yleensä työttömät myös kokevat terveydentilansa huonommaksi kuin ihmiset, jotka ovat työelämässä. On mahdollista, että juuri huono terveydentila estää tai rajoittaa työssäkäyntiä. Työttömillä on myös suurempi riski sairastua ja kuolla sydän- ja verisuonitauteihin. Tämä johtuu osittain siitä, että työttömyyden tuoma stressi nostaa lisämunuaisten stressihormonin tuotantoa sekä nostaa verenpainetta mitkä yhdessä, sekä erikseen altistavat edellä mainituille sairauksille. Pitkäaikainen stressi myös heikentää ihmisen immuunijärjestelmää mikä puolestaan altistaa ihmisen helpommin erilaisille virus- ja bakteeriperäisille sairauksille. (Kalimo, R., Saarelma-Thiel, T. & Vuori, J. Aikakauskirja Duodecim. 2019.)

Syrjäytymiseen vaikuttavat myös mielenterveysongelmat ja päihteet. Näistä kahdesta edellä mainitut kulkevatkin usein yhdessä esimerkiksi alkoholismi ja masennus. (Huttunen, M. Terveyskirjasto. 2017.) On tilanteita, joissa syrjäytynyt ihminen puolestaan alkoholisoituu ja tätä seuraa masennus, mutta on myös ihmisiä, jotka ovat syrjäytyneet masennuksen seurauksena, sekä masentuneet syrjäytymisen seurauksena. Mielenterveyden riskitekijöihin kuuluu muun muassa huonot sosiaaliset suhteet, päihteiden käyttö sekä huonot elinolot. Edellä mainitut ovat siis samat mitkä voivat johtaa syrjäytymiseen, mutta voivat johtua syrjäytymisestä. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Mielenterveyden häiriöiden ehkäisy. 2018)

Elinoloilla on myös suuri vaikutus syrjäytymiseen. Esimerkiksi teini-iässä huostaan sijoitetut lapset syrjäytyvät helpommin kuin lapset, jotka ovat vanhempansa tai vanhempiensa kanssa aikuisuuteen asti. (Terveiden ja hyvinvoinnin

laitos. Syrjäytyminen ja syrjäytymisen riskitekijät. 2018) Edellä mainitussa tapauksessa puhutaankin ylisukupolvisuudesta, jolla tarkoitetaan vanhempien tai vanhemman huono-osaisuuden siirtymisestä lapselle. Kyseinen tilanne johtuu biologisten, geneettisten, psykososiaalisten ja sosioekonomisten tekijöiden yhteisvaikutuksesta. On tutkittukin, että muun muassa työttömyys, toimeentulovaikeudet ja mielenterveys- ja päihdeongelmat vaikuttavat suoraan lapsen hyvinvointiin ja lapsen hyvinvointiin tulevaisuudessa. Tietenkään yksittäiset edellä mainitut ongelmat eivät takaa pysyvää ongelmaa lapsella, mutta jos ongelmat jatkuvat tarpeeksi pitkään voivat ja hyvin todennäköisesti myös vaikuttavat lapsen ja nuoren aikuisen mahdollisuuteen syrjäytyä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus. 2016)

Nuorten syrjäytymiseen vaikuttaa myös paljon koulukiusaus ja se, että kyseinen henkilö ei saa esimerkiksi jatko-opiskelu paikkaa peruskoulun jälkeen, vaikkakin Suomessa ammattikouluun ja lukioon pääsemisellä on erinomaiset puitteet, sekä myös edellä mainittuun koulukiusaamiseen puututaan nykyään entistä aikaisemmin. Suurimpana syrjäytymiseen johtavana syynä nuoret kertovatkin ystävien puutteen. Syrjäytymisriskissä olevien nuorten määrä samoin kuin jo syrjäytyneiden määrän arvellaan olevan 14 000 ja 100 000 välillä. Tilanne voidaan helposti kuvastaa, esimerkiksi pienemmille paikkakunnille, joissa jatkokoulutus paikkoja on rajallisesti ja yhä useampi pyrkii muuttamaan suurempiin kaupunkeihin, joissa jatkokoulutus mahdollisuudet ovat laajemmat. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten syrjäytyminen. 2018.)

Ylen tuottamassa viisi osaisessa dokumentti- sarjassa perehdyttiin viiden syrjäytyneen miehen elämään. Kolme viidestä oli koulukiusattuja koko peruskoulun ajan. Kolme viidestä oli myös päihteiden, joko alkoholin tai huumausaineiden suurkuluttajia. Myös mielenterveysongelmista kärsi kolme viidestä. Yhdistävänä tekijänä mielenterveysongelmissa olivat sosiaalistilanteiden pelko. Myös ahdistuneisuuteen ja huonoon oloon käytettiin päihteitä lääkintäkeinona. Myös kannustinloukku oli osa yhden henkilön elämää. Hän kertoi, että voi hyvin käydä kerran viikossa työtoiminnassa, jotta tuet eivät katkea. Hän kertookin, että ei koe huolia taloudestaan. Toinen henkilö puolestaan kertoo, kuinka

lyhyt työsuhde vaikeutti ja esti hänen tukiensa saantia. Hän kertookin, että jos olisi asian tiennyt ei hän olisi töihin edes lähtenyt. Viiden ihmisen otanta on pieni 14 000 – 100 000 syrjäytyneestä, mutta se antaa kuitenkin suuntaa milloisten asioiden summasta syrjäytyminen koostuu. ( Yle- areena. Logged In. 2020.)

Syrjäytyminen kuormittaa myös yhteiskuntaa. Koska valtaosa syrjäytyneistä on työttömiä he eivät tuo verotulojen myötä rahaa valtiolle, vaikkakin he maksavat ruuastaan ja erilaisista kulutustuotteista arvonlisäveroa, mutta he eivät maksa palkastaan veroa, joka olisi huomattavasti korkeampaa tuloa valtiolle kuin erilaisista tuosta vähennettävät verot. He eivät myöskään pysty käyttämään yhtä paljon rahaa kuin saman ikäinen henkilö, joka on työssäkäyvä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten syrjäytyminen käy myös yhteiskunnalle kalliiksi. 2018.)

### 2.3. Syrjäytymisen ehkäisy musiikin ja ryhmätoiminnan kautta

Musiikki ja muut taidelähtöiset tekijät on koettu yhdistäväksi tekijäksi viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana. Oli sitten kyseessä lapset, nuoret tai aikuiset. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Taidelähtöiset menetelmät. 2018)

Musiikki on yksilöllinen kokemus joka yksinkertaisimmillaan viihdyttää, mutta voi saada ihmisissä aikaan erilaisia reaktioita ja jopa tunnetiloja. Tämän takia viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana musiikki onkin vakiinnuttanut asemansa eri terapiamuodoissa. Musiikilla on myös ihmisiä yhdistävä vaikutus. Musiikki myös aktivoi jo varhaisia tunne-elämyksiä, jotka voivat juontaa juurensa niinkin kauas kuin jo aikaan, kun henkilö oli vasta vuoden tai parin ikäinen vauva. Voidaankin puhua, että musiikki vaikuttaa kaikkiin kuuntelijoihinsa erityisesti psyykkisellä tasolla. Musiikkia käsitellään sitä kuunnellessa enemmän tiedostamatta kuin tietoisesti. Ihminen käsittelee musiikkia tietoisestikin, mutta valta osa musiikin kuuntelusta on kuitenkin enemmän emotionaalista ja vähemmän tekniseen puoleen keskittymistä, varsinkin sellaisella ihmisellä,

joka ei itse työskentele tai ole työskennellyt musiikin parissa. (Lehtonen K. 1989, 131-132.)

Alzheimer-potilaista on tehty tutkimusta, jonka mukaan musiikki voi palauttaa muistoja. Tämä johtuu siitä, että useimmat muistisairaudet eivät vaurioita aivoalueita, joille tallentuu muistot musiikkiin liittyen. (Raff-Gradford J. Mayo Clinic. 2019.)

Musiikilla on myös suora vaikutus aivojen verenkiertoon ja aineenvaihduntaan. Musiikin vaikutuksesta elimistöön solutasolla ei ole tarkkaa tietoa, eikä myöskään olla pystytty tutkimaan miten erilaiset perintötekijät vaikuttavat musiikkiin reagoimiseen. Tässä opinnäytetyössä tärkein tekijä musiikissa on se, että se lievittää jännitystä ihmisten välillä ja saa aikaan keskustelua. (Vartiovaara, I. Terveyskirjasto. 2006.)

Suomen ja Euroopan unionin yksi tärkeimmistä hankkeista eriarvoisuuden, köyhyyden ja syrjäytymisen ennalta ehkäisemiseksi on osallisuus. Osallisuus tarkoittaa sitä, mikä tunne ihmisessä syntyy, kun hän on osallisena jotain. Oli kyseessä sitten koululuokka, työryhmä tai harrastus toiminta. Tämän kaltaisissa ryhmissä henkilöt ovat yleensä tasa-arvoisia ja arvostavat toisiaan tasavertaisesti. Kyseiset ryhmät sekä sosiaalinen verkosto estävät syrjäytymistä ja hyvinvointivajeita. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Osallisuus. 2018.) Osallisuus jaetaan kolmeen luokkaan, joita ovat: yhteisöön tai yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys, toiminnallinen osallisuus ja riittävä toimeentulo ja hyvinvointi. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Osallisuuden kokemuksen mittaaminen. 2018.)

Ryhmätoiminta on koettu toimivaksi ja ihmisiä tukevaksi malliksi jo 1920-luvulta lähtien. Kyseisenä ajankohtana ryhminä ovat toimineet perheet, suvut ja kyläyhteisöt. Nykyään ryhmät koostuvat yleisemmin esimerkiksi työyhteisöistä ja ihmisistä, jotka omaavat samat intressit esimerkiksi musiikkia tai kulttuuria kohtaan. Yleisemmin ryhmätyö ilmenee kuitenkin lasten ja nuorten keskuudessa, mutta samankaltainen toimintamalli toimii myös muidenkin ihmisten

kanssa ikään katsomatta. Ryhmien kautta ihmisten sosiaaliset taidot kehittyvät, vaikka henkilö ei itse tiedostaisi vuorovaikutuksen ja keskustelun kehittävän niitä. Edellä mainittu myös parantaa henkilön mahdollisuutta päästä vuorovaikutukseen yhteiskunnan kanssa. (Jauhiainen, R. & Eskola, M. 1994, 137-139.)

Musiikkia on käytetty myös terapeuttisena työkaluna. Ensimmäiset kerrat käytöstä mielentilaan vaikuttavana tekijänä ovat niinkin kaukaa kuin 531 e.Kr. Pythagoraksen toimesta. Kuluneen 60 vuoden aikana musiikkiterapia on ollut alati kehittyvä. Vertailukohtana esimerkiksi ennen toista maailmansotaa länsimainen kulttuuri ei uskonut musiikin käyttöön terapia muotona. Käsitteenäkin terapia oli paljon suppeampi kuin nykyään. (Heal, M. & Wigram, T. 1999, 9-13.) Tässä opinnäytetyössä ei käytetty musiikkia terapeuttisessa mielessä, mutta ideana oli kuitenkin tuoda esille musiikin käytön monimuotoisuus. Yleensä musiikkiterapiaa käytetään psykoottisten, autististen ja kehitysvammaisten terapiassa apuvälineenä. Myös lasten kasvatuksessa musiikin käyttö on yleistynyt kuluneen kahdenkymmen vuoden aikana. Musiikki on oma osansa päiväkodeissa ja koululaisten iltapäiväkerhoissa. Edellä mainituissa musiikki pyritään tuomaan osaksi lasten elämää arjen erilaisissa käännteissä. (Karjalainen, A-L. 2019, 21.)

#### 2.4. Miesten hyvinvointi

Negatiiviset asiat ja erinäiset ongelmat kohdistuvat tilastojen mukaan enemmän miehiin kuin naisiin. Vuonna 2018 20-64-vuotiaista miehistä työttömänä oli 7% ja naisista 6,7%, joka ei ole suuri ero, mutta kuitenkin miehiin puoltava ero. (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Väestö työmarkkina-aseman, sukupuolen ja iän mukaan, 1989-2019) Vuonna 2017 aikuiskoulutukseen osallistuneista miehiä oli 43% ja naisia 53%. (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Aikuiskoulutukseen osallistuminen (ml. työhön tai ammattiin liittyvä, henkilöstökoulutus sekä muu kuin työhön liittyvä aikuiskoulutus) sukupuolittain, 1990-2017). Itsemurhia vuonna 2018 tehneitä kaikista ikäluokista miehiä oli

618 ja naisia 192 (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Itsemurhat iän ja sukupuolen mukaan, 1921-2018). Alkoholiperäisiin syihin kuolleista vuonna 2018 kaikista ikäluokista oli miehiä 1269 ja naisia 414 (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Alkoholiperäisiin syihin kuolleet tilaston peruskuolemansyyn, iän ja sukupuolen mukaan, 2005-2018). Tästä voidaan myös päätellä, että miehille alkoholin liikakäyttö muodostuu helpommin ongelmaksi kuin naisille.

Myös terveystietoisyydessä ongelmia on enemmän miehillä kuin naisilla. Vuonna 2018 lihavien osuus 20-64-vuotiaista, jossa itse ilmoitettu paino ja pituus, miehiä oli 21% ja naisia 20%. (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Lihavien osuus (%) 20-64-vuotiaista, itse raportoitu paino ja pituus vuosina 1978-2018). Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus 20-64-vuotiaista vuonna 2018 miehiä oli 22% ja naisia 19%. (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus (%) 20-64-vuotiaista vuosina 1998-2018.) Päivittäin tupakoivien osuus 20-64-vuotiaista vuonna 2018 miehiä oli 15% ja naisia 13%. (Tilastokeskuksen PxWeb-tietokannat. Päivittäin tupakoivien osuus (%) 20-64-vuotiaista 1996-2018.) Erot ovat pieniä, mutta puoltavat kuitenkin miehiin.

Myös 15 - 64 vuotiaista huumeiden ongelmakäyttäjistä suurin osa oli miehiä. Noin kaksi kolmasosaa oli miehiä. Arviolta Suomessa huumeiden ongelmakäyttäjää (amfetamiini ja opioidit) oli 18 000 – 30 000. Kyseisestä määrästä 13 000 - 21 000 oli miehiä. Valtaosa ongelmakäytöstä keskittyy 25 ja 35 ikävuo- den väliselle ajalle. Kyseinen tutkimus oli tehty vuonna 2012, joten tämänhetkinen tilanne on todennäköisesti hieman erilainen, mutta edellä mainittu on kuitenkin suuntaa antava. Päihdehuoltoon hakeutuvista valtaosa on miehiä, jotka ovat nuoria aikuisia (alle 34 vuotta vanhoja). Miesten osuus päihdehuol- lon asiakkaista oli 69 prosenttia. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.)

Miesten työttömyysprosentti on hieman korkeampi kuin naisten: 7,1 prosenttia miehillä ja naisilla 6,4. Kyseiset luvut ovat vuoden 2019 tammikuulta. Verrattaessa 2018 vuoden tammikuuhun, kyseiset luvut olivat: Miehien työttömyys 8,4 prosenttia ja naisten 9,3 prosenttia. (Findikaattori. 2019.) 24.7.2018 Ylen

julkaisemassa artikkelissa Kemissä työttömiä oli 1412 ja Torniossa 1158. Se oli merkittävä prosentuaalinen määrä asukkaista näin pienissä kaupungeissa. (Yle. 2018.)

### 3. TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa levyraati yhteistyössä Touri Miehille –hankkeen kanssa. Siihen osallistuivat hankkeen kohderyhmään kuuluvat työttömät miehet. Levyraadin vertaisohjaajana toimi yksi Touri miehille -hankkeen kohderyhmään kuuluva henkilö ja opinnäytetyön tekijät olivat apuna toteuttamassa ryhmää.

Tavoitteena oli toiminnan kautta edistää osallisuutta, saada aikaan hyviä kokemuksia ryhmätoiminnasta ja tätä kautta kannustaa kohderyhmää osallistumaan muuhunkin yhteiskunnalliseen toimintaan. Tavoitteena oli myös, että levyraati-toiminta jatkuisi hankkeen jälkeen jonkin tahon toimesta.

Touri Miehille – hankkeen koko nimi on “Touri Miehille - Miesten työ- ja toimintakyvyn parantaminen Meri-Lapissa”, jonka toimintalinja on “työllisyys ja työvoiman liikkuvuus” ja erityistavoite on “työ- ja koulutusurien sukupuolenmukaisen eriytymisen lieventäminen.”

Levyraadin ideana oli, että kävijät saivat kokoontumiskerroilla kontakteja ja kokisivat yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä saisivat myös vertaistukea miehiltä, jotka ovat samassa elämän tilanteessa. Kaksi muuta opiskelijaryhmää on pelannut sählyä, sekä käynyt kuntosalilla kohderyhmään kuuluvien henkilöiden kanssa. Tavoitteena oli saada edellä mainitut henkilöt osallistumaan levyraatiin, jota järjestettiin joka toinen maanantai kello 18:00.

Opinnäytetyön aikana osallistuttiin myös Keminmaassa sijaitsevan Päiväkeskus Rantatuvan toimintaan huhtikuussa 2019. Käyntikerroille suunniteltiin erilaisia keskustelun aiheita, joista käytiin laajaa dialogia paikalla olijoiden kanssa. Keskustelun aiheina oli mm. Stressin vaikutus ihmiseen ja onko olemassa hyvää stressiä. Ruokavalio ja liikunta olivat keskeisinä aiheina keskusteluissa. Erilaiset terveydelliset haasteet sekä pitkäaikaissairaudet nousivat myös puheenaiheiksi.



Tärkeää oli saada ihmiset osallistumaan, ei ainoastaan saapumaan paikalle, vaan myös vaikuttamaan. Esimerkiksi levyraadissa ryhmään kuuluvat henkilöt esittivät itse toiveita, mitä kappaleita ja kenen esittämänä he haluavat kuultavan. Kappale valinnoista kehittyi myös paljon keskustelua. Rantatuvan toiminnassa luotiin keskustelua erilaisista terveyttä edistävästä tavoista ja asioista. Keskustelua syntyi myös paikalla olevien henkilöiden terveydentiloista ja miten sitä voisi edistää ja miten kyseinen vaiva, sairaus tai oire vaikuttaa jokapäiväiseen elämään ja arkeen. Tarkoituksena ei ollut luennoita ryhmään osallistujille vaan saada aikaan keskustelua heidän kanssaan.

#### 4. 1OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

#### 4.1. Touri miehille – hanke

Hankkeen tavoitteena on vahvistaa miesten toiminta- ja työkykyä sekä, edistää heidän osallisuuttaan ja hyvinvointiosaamista. Tavoitteena on lisätä yhteistyössä toimivien tahojen miestyöosaamista. Hanke on mies spesifistinen, koska nuorten miesten syrjäytyminen ja joutilaana olo on lisääntynyt kuluneen kymmenen vuoden aikana. OECD:n kouluvertailussa muissa maissa miesten osuus on laskenut. Myös miesten työttömyys ja koulutuksenpuute ovat prosentuaalisesti korkeammat kuin naisilla. Miehet myös hakeutuvat työ- ja elinkeinohallinnon palveluihin naisia harvemmin, mikä vaikeuttaa miesten työllistymistä. Merilapin alueella lisä haasteen luovat myös, päihde ja mielenterveysongelmat sekä tilastollisesti korkeampi esiintyvyys kansantaudeissa esimerkiksi diabetes. Tärkeimpänä tavoitteena olisi miesten ja naisten hyvinvointierojen kaventaminen siten, että miesten hyvinvointi nousisi samalle tasolle naisten kanssa.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena on konkreettinen tuote ja toiminnallisessa opinnäytetyössä kerrotaan prosessista ja käsitellään tuotoksen saavuttamiseksi käytettyjä keinoja. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotteena ollessa tapahtuma, tulee kertoa ohjelmasta ja ratkaisuksista, joita on tehty siihen liittyen. Työn ollessa parityö, tulee myös raportista käydä jollain tavalla ilmi työnjako. Toiminnallisessa opinnäytetyössä kohderyhmän täsmentäminen on tärkeää, koska tapahtuman tai tuotteen sisältö määritetään kohderyhmän mukaan. (Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003, 40, 51, 55-56) Opinnäytetyön ja hankkeen kohderyhmänä olivat eri ikäiset miehet, mutta sukupuolen perusteella ei diskriminoitu eikä jätetty toiminnasta ulkopuolelle.

#### 4.2. Levyraati

Opinnäytetyössä järjestettiin Touri Miehille -hankkeeseen levyraatia, osallistavaa toimintaa, jonka tehtävänä on saada syrjäytyneitä osallistumaan ryhmätoimintaan ja sitä kautta osallistumaan yhteiskuntaan. Opinnäytetyön tekijät

olivat aktiivisesti mukana toiminnassa. Opinnäytetyön tuotteena on tapahtuma eli opinnäytetyön toteutustapa on toiminnallinen.

Levyraati idea sai alkunsa palaverissa, jossa kehiteltiin ideoita, mitä toimintaa voitaisiin järjestää Touri Miehillä -hankkeeseen. Esitettiin, että helpoiten saadaan ihmisiä toimintaan mukaan, kun se on jotakin mielenkiintoista ja mahdollisesti ihmisten harrastuksiin liittyvää toimintaa. Yksi hankkeen kohderyhmään kuuluva oli mukana palaverissa ja esitti idean levyraadista. Toinen idea oli saunailta. Ideaksi valittiin kuitenkin levyraati. Kaksi muuta opiskelijaryhmää järjestivät kuntosaliohjausta ja salibandyä.

Musiikki on ihmisiä yhdistävä tekijä, jonka kautta on helppo tutustua entuudestaan tuntemattomiin. Musiikin kuuntelu ei myöskään vaadi mitään erityisiä kykyjä. Hyvä musiikki on myös täysin yksilökohtaista. Yksilökohtaiset musiikkitottumukset aiheuttaisivat myös paljon keskustelua. Siihen osallistuivat hankkeen kohderyhmään kuuluvat miehet, jotka eivät olleet työelämässä eivätkä opiskelleet. He olivat syrjäytymisvaarassa tai olivat jo syrjäytyneitä. Levyraadinvetäjänä toimi yksi kohderyhmään kuuluva henkilö ja opinnäytetyön tekijät olivat apuna toteuttamassa ryhmää. Levyraatia järjestettiin Meripuistokatu 26:ssä. Opinnäytetyön aikana osallistuttiin myös Keminmaan Päiväkeskus Rantatuvan toimintaan, jossa tuotettiin heille ohjelmaa huhtikuussa 2019. Molemmissa paikoissa kohderyhmät olivat samat: työttömät sekä syrjäytymisvaarassa olevat miehet. Päiväkeskus Rantatuvassa oli läsnä myös naisia ja myös heidät otettiin toimintaan mukaan, mutta levyraati keskittyi miehien kanssa työskentelyyn.

Tapahtumapaikaksi valittiin Meripuistokatu 26 ja luokka A401. Toiseksi paikaksi ehdotettiin Sauvotalon alakerrassa sijaitsevaa Kemi Factoria, mutta heidän ohjelmalistansa oli jo täynnä, joten levyraatia jatkettiin Meripuistokadulla.

Levyraatia mainostettiin alustavasti julisteilla, joita vietiin esim. Kemin Kohtaamoon. Kohtaamo on yksi Touri Miehillä -hankkeen yhteistyökumppaneista ja

he tarjoavat ohjausta, neuvontaa ja tukea mm. koulutukseen, työelämään, terveyteen, ihmissuhteisiin, hyvinvointiin, vapaa-aikaan liittyvissä asioissa. Mainosten avulla ei kuitenkaan saavutettu ihmisiä ja kaksi ensimmäistä kertaa levyraadissa ei ollutkaan osallistujia.

Kohderyhmän saavuttaminen osoittautui haastavaksi. Seuraava idea olikin, että käydään muiden opiskelijaryhmien tapahtumissa mainostamassa levyraatia. Kuntosaliohjaus -ryhmästä löytyi kaksi, jotka osoittivat mielenkiintonsa levyraatia kohtaan ja he osallistuivatkin jo seuraavalla kerralla, kun levyraati järjestettiin. Levyraatiin osallistujia ohjeistettiin itsekkin mainostamaan levyraatia ja tätä kautta onnistuttiinkin löytämään vielä yksi osallistuja. Aktiivisia osallistujia levyraatiin on siis ollut kuusi, kun luetaan mukaan kaksi sairaanhoitaja-opiskelijaa, alkuperäinen levyraati idean ehdottanut jäsen ja hänen ystävänsä sekä kaksi kohderyhmään kuuluvaa ihmistä toisesta ryhmästä. Kaikki osallistujat eivät ole olleet jokaisella kerralla, mutta jokainen on kuitenkin ollut usealla kerralla.

Levyraadın kaava oli selkeä. Tarvittiin bluetooth-kaiutin, puhelin tai tietokone, jossa on Spotify-musiikkipalvelu, ja kynää ja paperia. Bluetooth-kaiutin asetettiin pöydälle, jonka ympärille kokoonnuttiin. Puhelin liitettiin kaiuttimeen bluetoothin kautta ja puhelimella olleesta musiikkipalvelusta soitettiin kappaleet. Sitten osallistujat saivat merkitä paperille kappaleelle arvosanan ja perusteluja tai kommentteja kappaleista. Kappaleen jälkeen käytiin läpi arvosanat ja vapaamuotoista keskustelua. Kappaleita soitettiin 5-7 joka kerralla. Levyraati järjestettiin kevään 2019 aikana seitsemän kertaa ja syksyn 2019 aikana kolme kertaa.

Musiikkia soitettiin laidasta laitaan, ja jokainen koki saavansa äänensä kuuluviin. Vaikka musiikkia oli kymmenistä genreistä, rock-musiikki oli eniten soitettua, koska kaikki osallistujat olivat rock-musiikin ystäviä. Sen ansiosta levyraadissa luultavasti saavutettiinkin yhteenkuuluvuuden tunnetta ja keskustelu lähti helposti liikkeelle, kun mielenkiinnon kohteet olivat samanlaisia.

Syksyllä 2019 levyraadin uudelleenkäynnistäminen oli haastavaa, sillä osallistujia ei ollut kuin kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa, alkuperäinen ideoija sekä hänen ystävänsä. Mainoksia levitettiin, mutta uusia osallistujia ei saatu. Vanha tapahtumapaikka poistui käytöstä syksyllä 2019, ja uutta paikkaa ei ole vielä tiedossa.

Levyraatiin osallistujat olivat kaikki jokseenkin eri ikäisiä. Nuorin oli noin 25-vuotias ja vanhin melkein kuusikymmentä-vuotias. Ikä ei kuitenkaan muodostanut ryhmän jäsenten kesken ongelmaa tai ongelmia. Osaltaan sen voi selittää sekin, että musiikkimaku oli hyvin samankaltaista. Oli kuitenkin selvää, että kaksi yli viisikymmentä-vuotiasta peilasivat omaa elämäänsä vanhoihin kappaleisiin. Missä esimerkiksi oli ollut, kun oli jonkun tietyn kappaleen kuullut ensikertaa. Tai millainen vuodenaika tai maailman poliittinen tilanne oli silloin ollut ja miten se ilmeni vaikkapa kyseisen kappaleen sanoissa. Toki myös nuoremmatkin osallistuivat kyseiseen keskusteluun, vaikka eivät tapahtuma aikoina vielä olleet syntyneetkään. Ensimmäiset kohtaamiset olivat aina uuden henkilön tullessa levyraatiin hieman hiljaisempia hänen osaltaan. Vaikkakin seuraavalla kerralla verbaalista kontaktia uskallettiin ottaa huomattavasti enemmän ja ilman suurempia rajoitteita.

Levyraatiin osallistuneita yhdisti yleisesti työttömyys. Kaksi olivat harrastaneet musiikkia ja satunnaisissa pätkätöissä. He kertoivat, että eivät ole peruskoulun jälkeen jatkokouluttautuneet, mikä voikin olla päällimmäinen syy huonoon ammattitarjontaan. Nuorin noin 25-vuotias oli koulutukseltaan teknisenalan käynyt. Hän kertoi, että Merilapissa kyseisen alan töiden saaminen on kuitenkin osoittautunut hänelle haastavaksi. Hän kertoi olleensa jonkin verran työelämässä valmistumisensa ja armeijan jälkeisenä aikana. Hän myös pohti, josko lähtisi opiskelemaan etelämmäs ammattikorkeakouluun. Hän kuitenkin kertoi, että ei koe koulua hänelle sopivaksi paikaksi, eikä kuitenkaan tohtisi lähteä koska koko elämä on Kemissä, suku sekä ystävät. Enemmän asiasta keskusteltaessa hän kertoo, että toki parempi elintaso motivoisi opiskelemaan, mutta epäilisi onnistumistaan koulussa.

Neljäs ryhmän jäsen oli noin neljäkymmentä-vuotias, joka oli vaihtelevasti asunut Oulussa sekä Helsingissä. Lähtöisin hän oli Merilapista. Hän kertoi, että oli useita kertoja aloittanut uuden ammatillisen koulun, mutta kuitenkin keskeyttänyt ne. Hän kertoi myös, että sosiaalinen piiri hänellä on kovin kapea koska melkein kaikki nuoruusvuosien ystävät ovat perustaneet perheen, sekä useimmat muuttaneet ulkopaikkakunnalle. Työnvälityksen kautta kertoi muutamia kertoja työllistyneensä, mutta kertoo myös, että kyseiset hänet työllistäneet firmat eivät pitempään halunneet jatkaa työsuhdetta.

Kaikista levyraatiin osallistuvista henkilöistä jäi sellainen kuva, että he halusivat kyllä työelämään ja pitkään työsuhteeseen. Mutta sen esti joko koulutuksen puute, terveydentila tai ikä. Iällä tarkoitetaan sitä, että ei olisi enää työnantajalle niin hyödyllinen hankinta, että kannattaisi laajemmin opettaa koska eläkeikä olisi kohta edessä. Myös työelämään liittyvät ihmissuhteet puuttuivat täysin. Jos mietitään vaikkapa, teini-ikäisellä mahdollisuutta kesätyöhön yleensä työnantajan toimii yritys, jonka piirissä toimii vaikkapa joku perhetuttu tai vanhempi. Kukaan ryhmässä käyneistä ei vaikuttanut erityisen masentuneelta tai turhautuneelta nykyiseen elämäntilanteeseen, mutta tiedostivat kuitenkin sen, että asiat voisivat olla paremminkin. Etenkin taloudellisesti. Esimerkiksi kaikki haluaisivat käydä ulkomailla, mutta nykyinen rahatilanne ei sitä mahdollista. Ulkomaan matkailu kävi ilmi kysyttäessä mitä kukin tekisi, jos voitaisi vaikkapa lotossa. Ryhmässä olleista kaikki mieluummin olisivat työelämässä kuin eri tukien piireissä, vaikkakin arvostelivat tukien vähyyttä ja niiden saannin vaikeutta. Varsinkin vanhemmat kertoivat, kuinka vaikea on toimia, kun ei ole enää yhtä helppo päästä kommunikoimaan ihmisten kanssa. He kokivatkin, että he ovat työttöminä vain osa kasvotonta massaa, joka laitetaan täyttämään lomakkeita verkossa. Tällä he tarkoittavat sitä, että eivät koe itseään saman arvoisina kuin ihmisiä, jotka eivät kyseisiä tukia joudu käyttämään.

#### 4.3. Päiväkeskus Rantatupa

Huhtikuussa ja toukokuussa 2019 järjestettiin ja osallistuttiin myös toimintaan Päiväkeskus Rantatuvassa. Päiväkeskus Rantatupa on matalan kynnyksen

kohtaamispaikka, joka on auki maanantaista torstaihin kello 8-15 ja perjantaisin 8-13. Päiväkeskus Rantatuvan toiminnasta vastaa yksi sairaanhoitaja. Toinen opiskelijaryhmä osallistui myös toimintaan Rantatuvalla. Idea Rantatuvan toimintaan osallistumisesta tuli opinnäytetyötä ohjaavilta opettajilta, jotka ovat myös osa Touri Miehille -hanketta. Rantatuvan kävijät olivat helpompi tavoittaa kuin levyraadissa, koska Rantatuvalla on vakiintuneet kävijät, jotka tulevat paikalle säännöllisesti. Kävijämäärät olivat huomattavasti suuremmat kuin levyraadilla. Valtaosa kävijöistä olivat entuudestaan toisilleen tuttuja, joten keskustelun luominen oli huomattavasti helpompaa kuin levyraadissa. Levyraadissa osa kävijöistä ei aluksi tuntenut toisiaan, mikä vaikeutti keskustelun aloittamista uusien ihmisten välillä.

Rantatuvalla järjestetyn toiminnan tehtävänä ei ollut luennoida mistään tietystä aiheesta. Ajatuksena oli saada keskustelua aikaiseksi eri aiheista ja keskustelua aikaiseksi ryhmään osallistuneiden kanssa. Aiheena olivat työttömyys, pitkäaikaistyöttömyys, lyhyempi aikainen työttömyys, perussairaudet, yksinolo, ruokavalio, liikunta ja uni. Aluksi suunniteltiin, miten esitetään keskusteltavat asiat, mutta diaesityksen käytöstä luovuttiin, koska se olisi tehnyt keskustelusta luentomaisen ja ei herättäisi keskustelua yhtä tehokkaasti. Keskustelussa käytettiin opinnäytetyön tekijöiden omia kokemuksia edellä mainituista asioista ja avattiin sen kautta keskustelua. Ryhmään osallistuneet ihmiset olivat helppo saada puhumaan ja kertomaan omista elämäntilanteistaan ja terveydellisistä tiloistaan. Toiset olivat puheliaampia kuin toiset ja se on täysin odotettavaa. Pyrkimyksenä oli saada hiljaisemmatkin henkilöt osaksi keskustelua, mutta kenenkään ei ollut pakko osallistua kommunikointiin jollei halua. Osalle henkilöistä pelkkä kuuntelu on osa ryhmässä olemista, tämä selittyy ihmisten eri persoonallisuuksilla.

Myös Lapin Ammattikorkeakoulun Hyvinvointipysäkiltä osallistuttiin Rantatuvan toimintaan. Opinnäytetyön tekijät olivat myös osana tätä tapahtumaa,

jossa mitattiin Rantatuvalla kävijöiden puristusvoimaa, verenpainetta ja keuhkojen tilavuutta spirometrin avulla. Nämä antavat hyvän kuvan kehontilasta ja mahdollisista piilevistä sairauksista, vaikka kyseiset testit eivät anna yhtä tarkkaa kehonkuvaa kuin normaali terveystarkastus. Kyseiset testit saivat ihmiset kertomaan omasta terveydentilastaan ja siihen liittyvistä sairauksista. Myös pikainen ensiapukoulutus käytiin läpi paikalla olijojen kanssa. Yleisesti ottaen paikalla olijat olivat hyvin tietoisia, miten tajutonta ihmistä tulee käsitellä ja millaiseen asentoon hänet tulisi siirtää. Hieman avustusta ja tarkempia ohjeita täytyi joitain kertoja antaa. Paikalla olijat myös osasivat kysyä, jos he eivät olleet täysin varmoja, kuinka tulee toimia.

Taustaltaan Rantatuvalla käyvät ihmiset ovat työttömiä, osalla työttömyys on jatkunut pitempään kuin toisilla. Opinnäytetyön kohderyhmästä poiketen Rantatuvalla kävi sekä miehiä että naisia, vaikkakin naisten osuus on paljon pienempi kuin miesten. Rantakeskuksen toiminta on osa aktiivimallia. Aktiivimalli tarkoittaa sitä, että työttömyysturva pysyy samana, jos työtön osoittaa aktiivisuutta. Työttömyysturva kuitenkin laskee, jos työtön ei ole aktiivinen. (Yleinen työttömyyskassa. 2018.) Aktiivimalli on Rantatuvan tapauksessa toimiva ratkaisu, koska se saa ihmiset osallistumaan. Jos työtöntä ei motivoisi mikään, hän ei välttämättä vaivautuisi osallistumaan kyseiseen toimintaan. Tämä oli havaittavissa levyraadien osalta, koska heidän ei ollut pakko saapua paikalle. Rantatuvalla ihmiset saavat tukea, ohjausta ja neuvontaa arjen asioissa. He myös pääset tapaamaan muita ihmisiä ja osallistumaan erilaiseen toimintaan. He saavat myös vertaistukea ongelmiinsa ja työttömyyteen liittyvissä asioissa. Rantatupa luo myös jatkuvuutta arkeen, mikä vähentää syrjäytymisriskiä, vaikka osa päiväkeskuksen toimintaan osallistuneista voidaankin varmasti laskea ainakin jonkin osa-alueen mukaan syrjäytyneiksi.



## 5. POHDINTA

Opinnäytetyön eettisyys perustuu hoitotieteellisen tutkimuksen eettisiin ohjeisiin (Kankkunen, P. ym. 2013, 217-221.) Levyraatiin osallistuminen on täysin

vapaaehtoista ja toiminnasta pois jääminen on täysin sallittua. Ketään levyraatiin osallistujaa ei haastateltu, joka ei sitä itse halunnut. Varsinaista henkilökohtaista haastattelua ei myöskään pidetty, koska ihmisten oli helpompi kertoa vapaammin omista elämäntilanteistaan, jos haluaisivat tai kokisivat sen tarpeellisenä. Osallistujien henkilötietoja ei luovutettu kenellekään.

2019 syksyille paikaksi oli ehdotettu Kemin kulttuurikeskuksen kirjastoa ja tavoite olisi, että tämän paikan kautta levyraati voisi järjestyä sen jälkeen, kun hanke päättyy eikä opinnäytetyön tekijät ole enää itse aktiivisesti mukana levyraadissa. Kirjasto oli myös kiinnostunut kyseisestä toiminnasta. Kirjaston kautta myös voisi hyvin tavoittaa kohderyhmään kuuluvia henkilöitä. Tämä ei kuitenkaan ole vielä toistaiseksi toteutunut.

Levyraadilla oli siihen osallistuneisiin positiivinen vaikutus. He kokivat, että ensimmäinen osallistumiskerta oli vaikein, varsinkin jos ei tuntenut entuudestaan ketään paikalla olijaa. Oli myös miehiä, jotka tulivat kahdestaan, jolloin oli huomattavasti helpompi tulla mukaan uuteen ryhmään. Mukaan tuli myös kaksi miestä, jotka olivat kuulleet levyraadista toisen opiskelijaryhmän pitämästä liikuntakerhosta. Syrjäytyneiden ja syrjäytymisvaarassa olevien miesten tavoittaminen ja ryhmään osallistaminen olikin haasteellista. Koska vaikka heidät tavoittaisikin he eivät välttämättä halua osallistua. Valtaosa ryhmään osallistujista olikin musiikin kanssa työskennelleitä tai ainakin jollakin tasolla musiikkia harrastavia. Musiikki mieltymykset olivat kaikilla aika samantapaiset muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta. Arvosteluun vaikutti myös niin sanottu ryhmän paine ja kaikki eivät välttämättä kertoneet täysin rehellistä mielipidettä, mutta ideanahan olikin keskustelun herättäminen ja kaikkien osallistaminen, joten musiikin arvostelu ei ollut levyraadissa tärkein asia. Myös osallistujien ikä saattoi paljolti vaikuttaa musiikki mieltymyksiin. Esimerkiksi yli 50-vuotiaat osallistujat ovat nuoruudessaan kuunnelleet samaa musiikkia ja omaavat samankaltaisia muistoja noilta ajoilta. Tämä myös lisää keskustelua ja useasti ohjasikin keskustelun musiikin ulkopuolelle.

Vaikein asia levyraadissa oli ihmisten tavoittaminen. Syrjäytynyt ihminen ei välttämättä käy ulkona asunnostaan kuin hoitamassa pakolliset seikat mm. kaupassa käynti. Myös se osoittautui hankalaksi. Vaikka esite tai mainos levyraadista tai muusta toiminnasta tavoittaisi kohderyhmän jäsenen ei hän välttämättä ole motivoitunut tähän osallistumaan. Mainonnassa tai esitteissä ei myöskään tule käyttää sanaa syrjäytynyt. Syrjäytynyt mielletäänkin usein negatiiviseksi asiaksi ja yhdistetään ihmiseen, joka ei pyri kohentamaan rahallista- tai sosiaalista-asemaansa. Tämä näkyy erityisesti silloin kun ihmiset, joilla ei ole kokemusta tai eivät ole asiaa tutkineet kyseisestä asiasta keskustelevat. Syrjäytyminen termi katsotaan myös usein jollain tapaa leimaavaksi. Yleinen ajatus onkin, että ketään ei tulisi puhutella syrjäytyneeksi. Olipa kyseessä syrjäytynyt mies tai ei on heidän vaikea lähteä osalliseksi uuteen ryhmään varsinkin, jos siinä ei ole yhtään tuttua osallisena. Uuden ryhmän luominen toisilleen entuudestaan tuntemattomista yksilöistä onkin pitkä prosessi, varsinkin jos kyseessä ei ole aktiivimallin kaltainen ajatus taustalla. Osallistujat saattavatkin helposti jättää tulematta varsinkin, jos heihin ei ole suoraan yhteydessä. Henkilökohtainen puhelu tai viestin lähettäminen laskevatkin kynnystä osallistumiseen ja luovat henkilölle yhteisöllisyyden tunnetta. Ihmisen on myös vaikeampi sanoa kysyttäessä ei kuin myöntyä.

Levyraati olisi saattanut saada suurempaa osallistujia määrää liikkeelle, jos kohderyhmänä olisivat olleet molemmat sukupuolet. Naisten musiikkimaku olisi myös voinut olla erilainen tai ainakin poiketa miesten musiikkimausta. Vaikka musiikkimaku ei olisikaan ollut erilainen he olisivat voineet tuoda eri lähestymistapoja kappaleisiin. Keskustelun laatu olisi voinut muuttua, koska kyseessä ei olisi ollut enää ns. "äijäporukka", joilla elämäkatsomus on pääosiltaan samankaltainen. Mikäli ryhmässä olisi esim. yksi jonkin täysin toisen genren kuuntelija ja muut olisivat rock-musiikin kuuntelijoita, voisi toisen genren kuuntelija tuntea itsensä yksinäiseksi tai painostetuksi, jolloin levyraati terapeuttisena tai hauskana toimintana ei välttämättä toimisi. Tällöin voisi olla aiheellista jakaa levyraatiryhmät eri kertoihin. Jatkotutkimuksen aihe voisi olla levyraadin toimivuus ryhmätoimintana muillekin ryhmille kuin työttömille tai syrjäytyneille.

Hyvin yleistä on, että määritelmien mukaan syrjäytyneeksi katsottava ihminen ei silti koe itseään syrjäytyneeksi. Tähänkin vaikuttaa varmasti se, miten ihminen mieltää syrjäytymisen ja suostuuko ihminen hyväksymään omaa taloudellista tai sosiaalista tilannettaan; kokeeko sen niin normaalista poikkeavaksi, että pitäisi itseään jollain tapaa syrjäytyneenä. Opinnäytetyön tekijöiden mielestä syrjäytymisen käsite asiaan perehtymättömien ja esimerkiksi yhteiskunnan luomien määritelmien välillä on suurta eroa. Yhteiskunta on luonut taloudellisen rajan syrjäytymiselle, mutta myös sosiaalisesti rajoittunut voidaan katsoa yhteiskunnan puolesta syrjäytyneeksi. Edellä mainitusta lauseesta voidaankin pohtia, ovatko kaikki sisäänpäin suuntautuneet ihmiset sosiaalisesti syrjäytyneitä. He eivät kuitenkaan koe samanlaista tarvetta sosiaaliseen kanssakäymiseen kuin ulospäinsuuntautuneet ihmiset.

Opinnäytetyötä tehdessä opittiin tehokkaampaa ajankäyttöä. Samanlaisen työn tekeminen nyt suoriutuisi huomattavasti lyhyemmässä ajassa. Myös tehtävien jakaminen onnistuisi paremmin. Tässä työssä kuitenkin tehtiin työtä yhdessä ja yhtä aikaa. Tämä toki helpottaa informaation jakamista ja siitä keskustelua, mutta se hidastaa merkittävästi työn tekemistä ja lisää siihen kuluva aikaa. Lähteiden löytäminen ja niistä hyötyminen olisi myös jatkossa helpompaa. Lähteisiin suhtautuminen oli myös alussa liian kriittistä. Tämä asia kuitenkin helpottui työn edetessä. Lähteitä opittiin myös etsimään useilta eri alustoilta.

Kävi myös ilmi, kuinka paljon huonommin syrjäytyneillä miehillä menee, verrattaessa heitä syrjäytyneisiin naisiin. Miehet myös pitävät sanaa syrjäytynyt jollain tavalla loukkaavana ja alentavana. Tämän takia he eivät yleensä käytä kyseistä sanaa kuvaillessaan omaa asemaansa tai statusta. Myöskään mies ei koe itseään syrjäytyneeksi, vaikka hän täyttäisi kaikki kriteerit kuuluakseen tähän ryhmään. Miehiltä kysyttäessä syrjäytymisen määritelmää he yleensä mieltävät syrjäytyneen ihmisen päihdeongelmaiseksi tai työttömäksi. Yleensä köyhyyttä he eivät yhdistä syrjäytymisen kriteereihin. Myöskään ihmistä, joilla

ei ole sosiaalisia suhteita he eivät niin todennäköisesti koe syrjäytyneeksi kuin esimerkiksi edellä mainitut päihderiippuvaiset.

## 6. LÄHTEET

Findikaattori. Työttömyysaste.  
[tori.fi/fi/table/34](https://findikaattori.fi/fi/table/34) Viitattu 13.3.2019.

26.2.2019 <https://findikaattori.fi/fi/table/34>

Finlex. Työttömyysturvalaki. 2002. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20021290> Viitattu 27.11.2019

Graff-Radford J. 20.4.2019. Mayo Clinic. Can music help someone with Alzheimer's? <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/alzheimers-disease/expert-answers/music-and-alzheimers/faq-20058173> Viitattu 26.11.2019.

Heal, M. & Wigram, T. 1999. Musiikki terapia hoitoyöstä kasvatukseen. Helsinki: Oy UNIpress Ab. 9-13.  
Huttunen, M. Duodecim-terveyskirjasto. Alkoholien ongelmakäyttö ja eri psyykkisten häiriöiden lääkehoito. 24.9.2017 [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=lam00078](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=lam00078) Viitattu 13.3.2019

Jauhiainen, R. & Eskola, M. 1994. Ryhmäilmiö. WSOY. 137-139.

Kalimo, R., Saarelma-Thiel, T. & Vuori, J. Aikakauskirja Duodecim. Työttömyys ja sen uhka: yksilön ja yhteisön kriisi. 2019. <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/1993/18/duo30277> Viitattu 11.4.2019

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy. 68, 217-221.

Karjalainen, A-L. 2019. Luovan toiminnan työtavat käsikirja sosiaali- ja terveystieteille. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy. 21.

Känkänen, P. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Taidelähtöiset menetelmät. 26.3.2018. [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset\\_menetelmat](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat) Viitattu 15.3.2019

Lehtonen K. 1989. Musiikki terveyden edistäjänä. WSOY SHKS. 131-132.

Liukonen, R. Sosiaali- ja Terveysministeriö. Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. 2015. <https://stm.fi/syrjaytymisen-ja-koyhyden-ehkaisy> Viitattu 15.3.2019

Logged In. 2020. Dokumentti- sarja. Ohjaus Sami Kieksi. Yle- Areena verkkopalvelu. <https://areena.yle.fi/1-50409258>. Viitattu 25.8.2020.

Paasivaara, L., Suhonen, M. & Nikkilä, J. 2008. Innostavat projektit. Sipoo: Suomen sairaanhoitajaliitto ry. 7-8.

Rintanen, H. 2000. Terveys ja koulutuksellinen syrjäytyminen nuoren miehen elämän kulussa. Vammalan Kirjapaino OY. 21

Ruotsalainen, S. 2005. Syrjäytyminen - syrjäytyminen. Helsinki: Kustannusyhtiö TA-Tieto Oy. 33-34.

Sosiaali- ja Terveysministeriö. Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. 2015. <https://stm.fi/syrjaytymisen-ja-koyhyden-ehkaisy> Viitattu 15.3.2019

Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos. Nuorten syrjäytyminen. 2018. [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/nuorten-syrjaytyminen](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen) Viitattu 13.3.2019.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mielenterveyden häiriöiden ehkäisy. 19.1.2018 <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/opiskelijoiden-mielenterveys/mielen-hyvinvoinnin-edistaminen-oppilaitoksissa/mielenterveyden-hairioiden-ehkaisy> Viitattu 13.3.2019

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Syrjäytyminen ja syrjäytymisen riskitekijät. 28.6.2018 [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/syrjaytyminen-ja-syrjaytymisen-riskitekijat](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/syrjaytyminen-ja-syrjaytymisen-riskitekijat) Viitattu 13.3.2019

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus. 14.9.2016 [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus) Viitattu 13.3.2019

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten syrjäytyminen käy myös yhteiskunnalle kalliiksi. 11.1.2018. <https://thl.fi/fi/-/nuorten-syrjaytymisen-kay-myos-yhteiskunnalle-kalliiksi> Viitattu 13.3.2019

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Taidelähtöiset menetelmät. 26.3.2018. [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset\\_menetelmat](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat) Viitattu 15.3.2019

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Osallisuus. 6.11.2018. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Osallisuuden kokemuksen mittaaminen. 2018. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/osallisuuden-seuranta/osallisuuden-kokemuksen-mittaaminen>

Tiihonen, J. Yle. Meri-lapissa työttömien määrä pudonnut viidenneksellä -Kemissä edelleen alueen hankalin tilanne. 24.7.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10319930> Viitattu 13.3.2019

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Väestö työmarkkina-aseman, sukupuolen ja iän mukaan, 1989-2019. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_tym\\_\\_tyti\\_\\_vv/statfin\\_tyti\\_pxt\\_11pl.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__tym__tyti__vv/statfin_tyti_pxt_11pl.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Aikuiskoulutukseen osallistuminen (ml. työhön tai ammattiin liittyvä, henkilöstökoulutus sekä muu kuin työhön liittyvä aikuiskoulutus) sukupuolittain, 1990-2017. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_kou\\_\\_aku/statfin\\_aku\\_pxt\\_12ea.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__kou__aku/statfin_aku_pxt_12ea.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Itsemurhat iän ja sukupuolen mukaan, 1921-2018. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_ter\\_\\_ksyyt/statfin\\_ksyyt\\_pxt\\_11by.px/table/tableViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__ksyyt/statfin_ksyyt_pxt_11by.px/table/tableViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Alkoholiperäisiin syihin kuolleet tilaston peruskuolemansyyn, iän ja sukupuolen mukaan, 2005-2018. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_ter\\_\\_ksyyt/statfin\\_ksyyt\\_pxt\\_11bx.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__ksyyt/statfin_ksyyt_pxt_11bx.px/table/table-ViewLayout1/?rxid=1b614e37-3682-49d6-a036-7ac495b7bd3d) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Lihavien osuus (%) 20-64-vuotiaista, itse raportoitu paino ja pituus vuosina 1978-2018. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_ter\\_\\_avtk/statfin\\_avtk\\_pxt\\_001.px/table/tableViewLayout1/](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__avtk/statfin_avtk_pxt_001.px/table/tableViewLayout1/) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus (%) 20-64-vuotiaista vuosina 1998-2018. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_ter\\_\\_avtk/statfin\\_avtk\\_pxt\\_002.px/table/tableViewLayout1/](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__avtk/statfin_avtk_pxt_002.px/table/tableViewLayout1/) Viitattu 29.1.2020

Tilastokeskus. Tilastokeskuksen PxWeb-tietokanta. Päivittäin tupakoivien osuus (%) 20-64-vuotiaista 1996-2018. [http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_ter\\_\\_avtk/statfin\\_avtk\\_pxt\\_003.px/table/tableViewLayout1/](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__avtk/statfin_avtk_pxt_003.px/table/tableViewLayout1/) Viitattu 29.1.2020

Touri miehille-hanke. <https://blogi.eoppimispalvelut.fi/tourimiehille/touri-miehelle-hanke/> Viitattu 16.12.2019.



Vartiovaara, I. (2015) Musiikin valtava voima. Kustannus Oy Duodecim, Terveyskirjasto. Artikkelin tunnus: eus00056 (004.056)

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 51, 55-56.

Yleinen työttömyyskassa. Aktiivimalli pähkinänkuoressa. 1.1.2018. <https://ytk.fi/ohjeet-ja-tuki/tietopankki/aktiivimalli/aktiivimalli-pahkinan-kuoressa>

## 7. LIITTEET

OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

Tämä sopimus soveltuu käytettäväksi ainoastaan sellaisten opinnäytetöiden yhteydessä, joita ei toteuteta ammattikorkeakoulun ulkopuolisen rahoituksen hankkeessa.

Toimeksiantaja	Nimi (esim. yritys) <b>TOURU KIEHILLE -HANKE (2018-2020)</b>		
	Yhteystiedot (yhteyshenkilö, puhelin, sähköposti)		
	Työn aihe <b>Miesten syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja osallisuuden edistäminen Meri-Lapin alueen koulutuksessa</b>		
Tekijä	Nimi	[Redacted]	Osoite
	Katuosoite	[Redacted]	Postinumero
	Puhelin	[Redacted]	Postinimipaikka
	Suoritettava tutkinto	[Redacted]	Sähköpostiosoite
Lapin AMK	Yhteyshenkilön nimi (ohjaaja)	[Redacted]	Ryhmänumero
	Toimipaikka ja osoite	[Redacted]	Tehtävänimike
	Puhelin	[Redacted]	Lehtori
			Sähköpostiosoite
	Toimeksiantosopimuksen ehdot		
Ohjaus	Ohjaava opettaja valvoo työtä ammattikorkeakoulun puolesta ja antaa työn edellyttämiä ohjeita ja neuvoja. Ammattikorkeakoulu ja opettaja eivät ole konsulttivastuussa työstä.		
Dokumentointi	Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöt ovat julkisia. Työstä laaditaan ammattikorkeakoulun opinnäyteohjeen mukainen kirjallinen esitys, josta toimitetaan yksi kansitettu kappale ammattikorkeakoulun kirjastoon tai julkaistaan sähköisessä muodossa Theseus-verkkokirjastossa. Työ arkistoidaan oppilaitoksella sekä tulostettuna että sähköisessä muodossa.		
Oikeudet	Opinnäytetyön tekijänoikeudet kuuluvat tekijälle. Toimeksiantaja saa rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin opinnäytetyön valmistuttua. Ammattikorkeakoululla on jatkuvasti voimassa oleva oikeus käyttää tuloksia omassa opetus- ja TKI-toiminnassaan. Sopijapuolilla on mahdollisuus sopia muista opinnäytetyön tuloksista koskevista oikeuksista kuitenkin niin, että tämän sopimuskohtaan nojalla ammattikorkeakoulun saamat oikeudet säilyvät voimassa.		
Keksinnöt	Jos tekijä on osallisena keksintöön, joka patentoidaan, mainitaan hänet yhtenä keksijöistä. Mahdollisesta keksintökorvauksesta sovitaan erikseen noudattaen ammattikorkeakoulun tai toimeksiantajan keksintöohjeen linjauksia. Opinnäytetyön tai sen osan julkaiseminen tai hyödyntäminen ei saa vaarantaa sen tai sen osan suojaamista patentilla tai hyödyllisyysmallilla.		
Vastuut	Opinnäytetyön tulos toimitetaan sellaisena kuin se on. Tekijä tai ammattikorkeakoulu eivät anna tulokselle takuuta eivätkä vastaa sen soveltuvuudesta toimeksiantajan tarpeisiin. Sopijapuolet ovat vastuussa toisilleen sopimusrikkomuksen aiheuttamista välittömistä vahingoista. Vastuun syntyminen edellyttää tahallaan tai törkeällä huolimattomuudella aiheutettua sopimusrikkomusta.		
Lisäksi sovitaan			
Salassapito	Ohjaavilla opettajilla ja opinnäytetyön tekijöillä on salassapitovelvollisuus työn aikana esille tulleisiin luottamuksellisiin asioihin. Toimeksiantajan tulee tarkistaa, että julkaistava opinnäytetyö ei sisällä salassa pidettäviä aineistoja. Tarvittaessa käytetään toimeksiantajan erillistä salassapitosopimusta.		
	Tätä sopimusta on laadittu kolme (3) samansisältöistä kappaletta, yksi (1) kullekin sopimuksen osapuolelle. Sopimus perustuu ammattikorkeakoulun hyväksymään opinnäytetyösuunnitelmaan ja se astuu voimaan allekirjoitushetkellä.		
	Paikka ja päivämäärä	Allekirjoitus	
Toimeksiantaja	[Redacted]	21.9.2020	
Tekijä	15.1.2019 Kemiassa	[Redacted]	
Lapin AMK	21.9.2020	[Redacted]	