



**Tiia Herala**

Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan ylempi ammattikorkeakoulututkinto  
Sosionomi (ylempi AMK)  
Opinnäytetyö, 2020

## **”OLIHAN SIINÄ HAASTETTA 100 PÄIVÄSSÄ”**

**Yhteistyöverkostot nuorten hyvinvointiongelmia ratkomassa**



## TIIVISTELMÄ

Tiia Herala

”Olihan siinä haastetta 100 päivässä” Yhteistyöverkostot nuorten hyvinvointiongelmia ratkomassa

82 sivua ja 3 liitettä

Syksy 2020

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi YAMK

Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen -koulutusohjelma

Nyky-yhteiskunnassa vallitsee uudenlaiset hyvinvointiongelmät, joista yksi liittyy nuorten elämänhallintaan ja mielenterveyteen. Mielenterveysongelmista kärsii noin joka viides suomalainen nuori. Suomen itsenäisyyden juhlarahasto SITRA käynnisti vuonna 2019 hyvinvointiekosysteemi-hankkeen valmistelu-projektin, jossa kokeiltiin ja selvitettiin tapoja ratkoa uusia hyvinvointiongelmia. Projektin osana käynnistettiin valtakunnallinen innovaatioprosessi: 100 päivän hyvinvointihaaste, johon osallistui nuorten hyvinvoinnin parissa työskentelevistä ammattilaisista kootut tiimit Kuopiosta ja Jyväskylästä. Hyvinvointihaasteen tavoitteena oli tuottaa uusia ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin.

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, minkälaisia ratkaisumalleja 100 päivän hyvinvointihaasteella kehitettiin nuorten hyvinvointiongelmiin sekä selvittää mitkä asiat edistivät tai estivät innovaatioprosessin onnistumista. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa nuorten hyvinvoinnin edistämisen parissa työskenteleville siitä, millaisia ratkaisumalleja innovoinnilla voidaan kehittää nuorten hyvinvointiongelmiin sekä millaiset asiat kannattaa huomioida innovaatioprosessia toteutettaessa. Opinnäytetyö oli laadullinen haastattelututkimus. Aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Haastattelut toteutettiin kolmena ryhmä- ja yhtenä yksilöhaastatteluna. Haastatteluihin osallistui yhteensä 10 ammattilaista. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Tulosten mukaan 100 päivän hyvinvointihaastella voidaan kehittää ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin. Ratkaisumalleiksi muodostuivat muun muassa dialogi kohderyhmän kanssa, asiakaslähtöinen palveluiden suunnittelu ja toteutus sekä moniammatillinen verkostoyhteistyö. Tulosten mukaan 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumiseen vaikuttavat edistävästi muun muassa asiantuntijuus ja osallistaminen sekä estävästi puutteellinen organisointi ja konkreettisen tuen puute. Yhdistämällä resursseja ja osaamista yli sektori- ja kaupunkirajojen voitaisiin saada vieläkin tehokkaammin ratkaistua nuorten hyvinvointiongelmiin juurisyitä. Mikäli keinona käytetään innovaatioprosessia, on sitä suunniteltaessa tärkeää tunnistaa sen eri vaiheet, jotta voidaan lieventää haastavien kohtien vaikutusta prosessin onnistumiseen ja sen lopputuloksiin. Hyvin taustoitettu ja suunniteltu innovaatioprosessi edesauttaa sen onnistumista.

Asiasanat: hyvinvointiongelma, innovaatioprosessi, nuoret

## ABSTRACT

Tiia Herala

“That was the challenge in 100 days” Cooperation networks solving youth welfare problems

82 pages and 3 appendices

Autumn 2020

Diaconia University of Applied Sciences

Master of Social Services

Master’s Degree in the Promotion of the Health and Well-Being of People in Dangerous of Marginalisation

There are new types of well-being problems in modern society, one of which relates to life management and mental health of young people. About one in five young Finns suffer from mental health problems. The Finnish Innovation Fund SITRA launched a preparatory undertaking in 2019 for the welfare ecosystem project, that tested and explored ways to solve new welfare problems in a problem-oriented way. As part of the project, a nationwide innovation process was launched in autumn 2019: a 100-day well-being challenge attended by teams of professionals working in the field of youth well-being from cities Kuopio and Jyväskylä. The aim of the welfare challenge was to produce new solutions to the well-being problems of young people.

The purpose of the thesis was to find out what kind of solution models for the well-being problems of young people were developed with the 100-day welfare challenge and to find out which things promoted or hindered the success of the innovation process. The aim of the thesis was to provide information to those working on promoting the well-being of young people what type of solution models can be developed through innovation for youth well-being problems and what kind of issues should be taken into account when working on the innovation process. The thesis was a qualitative interview study. The material was collected through a semi-structured thematic interview. The interviews were conducted in three group interviews and one individual interview. A total of 10 professionals participated in the interviews. The data were analysed using inductive content analysis.

The results showed that a 100-day well-being challenge can be used to develop solutions to the well-being problems of young people. The solution models were e.g. a dialogue with the target group, customer-oriented service design and implementation, and a network of multidisciplinary cooperation. According to the results, the success of the 100-day welfare challenge is promoted by e.g. expertise and involvement, and inhibited by inadequate organization and lack of concrete support. Combining resources and expertise across sectoral and urban borders could address the root causes of youth well-being problems even more effectively. If an innovation process is used as a means, it is important to design its various stages when designing it, in order to mitigate the impact of challenging points on the success of the process and its outcomes. A well-backed and planned innovation process contributes to its success.

Keywords: welfare problem, innovation process, young people

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 NUORTEN ELÄMÄNHALLINTA JA MIELENTERVEYS .....	5
2.1 Ylisuorittaminen .....	9
2.2 Uni ja vuorokausirytmii .....	11
2.3 Mielenterveyshäiriöt .....	13
2.4 Päihteet.....	14
2.5 Sosiaalinen elämä .....	16
3 OLEMASSA OLEVAT PALVELUT NUORILLE .....	18
4 INNOVOINNIN MERKITYS NUORTEN HAASTEIDEN RATKOMISESSA	21
4.1 Innovaatiopolitiikka.....	22
4.2 Sosiaaliset innovaatiot .....	24
4.3 Innovaatioprosessi ja DARPA:n innovaatiomalli .....	26
4.4 100 päivän haastemalli.....	28
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	34
6 TUTKIMUSMENETELMÄT .....	35
6.1 Opinnäytetyön tilaaja ja tutkimusympäristön kuvaus.....	35
6.1.1 Kuopion tiimit .....	36
6.1.2 Jyväskylän tiimit.....	37
6.2 Tiedonantajat .....	40
6.3 Aineistonkeruu.....	40
6.4 Aineiston analyysi.....	43
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	49
7.1 Hyvinvointihaasteen aikana kehitetyt ratkaisumallit.....	50
7.2 Hyvinvointihaasteen onnistumista edistäneet asiat.....	52
7.3 Hyvinvointihaasteen onnistumista estäneet asiat.....	56
8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	60
8.1 Tulosten tarkastelua .....	60
8.2 Opinnäytetyöprosessin ja luotettavuuden arviointi.....	65
8.3 Opinnäytetyön eettisyys.....	67

8.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimustarpeet .....	69
LÄHTEET .....	72
LIITE 1. Saatekirje .....	83
LIITE 2. Suostumuslomake .....	84
LIITE 3. Teemahaastattelurunko.....	85

## 1 JOHDANTO

Nyky-yhteiskunnassa vallitsee uudenlaiset hyvinvointiongelmät, jotka painottuvat henkiseen ja koettuun hyvinvointiin sekä ihmisten elämäntapoihin. Aikaisemmin suomalaisen yhteiskunnan hyvinvointiongelmina ovat olleet taloudelliseen elintason liittyvät haasteet kuten toimeentulon hankkiminen, jotka edelleen ovat olemassa. Uudenlaisten hyvinvointiongelmiä muodostuminen johtuu siitä, että yhteiskunta on kehittynyt niin pitkälle ja sitä myötä toimintaympäristö on muuttunut niin nopeasti, ettei ihmisten omat elintavat ja yhteiskunnan toimintamallit ole ehtineet sopeutua nopeaan muutokseen. Ihmiset yrittävät parhaansa mukaan rakentaa itselleen hyvää elämää muutoksia kokeneessa elinympäristössä mutta tätä vaikeuttaa valintojen tekeminen, kun ei tiedä millainen valinta tuottaisi mahdollisimman pitkäkestoista hyvinvointia. (Hämäläinen & Michaelson 2014.)

Suomen itsenäisyyden juhlarahaston Sitran yhteistyössä New Economics Foundationin kanssa toteutetun kansainvälisen tutkimushankkeen raportin (2014) mukaan tällaisia uudenlaisia hyvinvointiongelmiä ovat muun muassa nuorten elämänhallinta ja mielenterveys, joita myös tässä opinnäytetyössä tarkastellaan. Edellä mainittu tutkimus toimi pohjana Sitran keväällä 2019 käynnistämälle hyvinvointiekosysteemi-hankkeen valmisteluprojektille, jossa kokeiltiin ja selvitettiin tapoja ratkoa ongelmalähtöisesti uusia hyvinvointiongelmiä. Projektissa käynnistettiin syksyllä 2019 avoin valtakunnallinen innovaatioprosessi 100 päivän hyvinvointihaaste, johon eri kaupungit voivat hakea mukaan. Tarkoituksena oli tuoda yhteen aikaisemmin erillään toimineita kaupunkien eri toimijoita ja tahoja. Hyvinvointihaasteen tavoitteena oli tuottaa uusia ratkaisumalleja edellä mainittuihin nuorten hyvinvointiongelmiin sekä verkostoida hyvinvointi-innovaatioiden kehittäjiä niin alueellisesti kuin kansallisellakin tasolla.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa nuorten hyvinvoinnin edistämisen parissa työskenteleville siitä, millaisia ratkaisumalleja innovoinnilla voidaan kehittää nuorten hyvinvointiongelmiin sekä millaiset asiat kannattaa huomioida innovaatioprosessia toteutettaessa.

## 2 NUORTEN ELÄMÄNHALLINTA JA MIELENTERVEYS

Nuoruusikä voidaan jakaa eri kehitysvaiheisiin: varhaisnuoruus (12-14v), keskinuoruus (15-17v) ja myöhäisnuoruus (18-22v) (THL 2019a). Sitra ei halunnut rajata hyvinvointihaasteeseen nuoruuden käsitystä iällisesti, joten haasteeseen mukaan lähteneet kaupunkien toimijat saivat itse rajata minkä ikäisiä nuoria heidän haasteensa koskee. Tässä opinnäytetyössä nuoruus on rajattu Nuorisolain (L 1285/2016) mukaisesti niin, että nuorilla tarkoitetaan alle 29-vuotiaita.

Mielenterveysongelmat ovat nyky-yhteiskunnassa suuri haaste. Vuonna 2019 työkyvyttömyyseläkettä sai 134 200 ihmistä ja suurimmat työkyvyttömyyttä aiheuttaneet tekijät, olivat mielenterveyden häiriöitä (Tilastokeskus 2020). Mielenterveys on keskeinen voimavara ihmisen hyvinvoinnissa. Siihen lukeutuu psyykinen, fyysinen, henkinen ja sosiaalinen puoli. Mielenterveys koostuu hyvinvoinnin tunteesta, yksilöllisistä valmiuksista sekä hallinnan tunteesta. Hyvän mielenterveyden perustana on myös kyky rakentaa ihmissuhteita, selviytyä normaaleissa vastoinkäymisissä sekä tunnistaa omaa mielenterveyttä horjuttavia tekijöitä sekä kyky pyytää apua tarvittaessa. (Suomen mielenterveysseura 2018, 11.)

Hyvinvointia on terminä haastavaa määritellä. Sitä voidaan pitää psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin sekä elämänlaadun yhdistelmänä (Eriksson & Lindström 2014, 84.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) mukaan hyvinvointiin kuuluvat sekä yksilön, että yhteisön hyvinvointi. Yksilön hyvinvointiin vaikuttaa sosiaaliset suhteet, oman itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Kun taas yhteisön hyvinvointiin vaikuttavat ainakin asuinolosuhteet sekä ympäristö, työtilanne ja työskentelyn olosuhteet, toimeentulo ja sosiaalinen pääoma. Se miten hyvinvointi koetaan, voidaan mitata elämänlaadulla. Elämänlaatuun vaikuttaa muun muassa terveys, ihmissuhteet, omanarvontunto ja materiaallinen hyvinvointi. (THL 2019.)

Nykyään käsitys hyvinvoinnista voidaan nähdä laajemmin pitävän sisällään sekä subjektiivisen että objektiivisen hyvinvoinnin, joihin kuuluvat myös lyhyen ja pitkän aikavälin hyvinvoinnin tunteet. hyvinvointiin liittyy suuri määrä tekijöitä, jotka

ovat muuttuneet viimeisten vuosikymmenien aikana suomalaisen yhteiskunnan kehittyessä. Kun materiaaliset tarpeet on hyvin kehittyneissä yhteiskunnissa hoidettu, korostuu enemmän yhteisölliset ja psykologiset tarpeet. Arjenhallinnasta on nyky-yhteiskunnassa muodostunut iso hyvinvointiongelman. Tähän liittyy ristiriita, joka muodostuu erilaisten vaihtoehtojen määrän ja käytettävissä olevan ajan ja oman henkisen voimavaran rajallisuudesta. Ihmisen käyttäessä aikaa itselle tärkeisiin asioihin töissä ja vapaa-ajalla, saattaa omat resurssit hiipua ja arki ruuhkautua ja tällöin elämänhallinnan tunne heikkenee. Tuloksena saattaa olla tilanne, jossa tasapainoilu erilaisten roolien, tekemisten ja vastuiden välillä tuottaa vaikean hallitsemattoman elämäntilanteen. (Hämäläinen 2014.)

Puhuttaessa hyvinvoinnista, saatetaan usein myös puhua elämänhallinnasta. Elämänhallinnalla tarkoitetaan yksilön omia henkisiä voimavaroja, jotka auttavat selviämään elämän haastavista kohdista. Siinä on kyse myös taidosta muutoksiin sopeutumisessa, omiin kykyihin uskomisessa sekä siihen näkekö elämän mielekkäänä. Lyhyesti voitaisiin määritellä, että elämänhallinnassa on kyse tunteesta, jossa ihminen kokee itse ohjaavansa elämäänsä sekä kyvystä vaikuttaa omaan elämään liittyviin päätöksiin. (Nyyti Ry 2016.) Elämän kulkua ei voi täysin itse ohjata, mutta yllättäviin ja haastaviinkin tilanteisiin on helpompi suhtautua, jos elämänhallinta on kunnossa (Roos 1987, 67; Nyyti Ry 2016). Elämänhallinnan kannalta on oleellista, että terveys, mieliala, elämäntavat, ihmissuhteet ja omakuva sekä itsetuntemus ovat edes jollain tapaa tasapainossa. (Giddens 1991, 46; Nyyti Ry 2016.)

Elämänhallinnasta puhuttaessa, puhutaan usein myös koherenssin tunteesta, joka on terveyssosiologi Aaron Antonovskyn (1979; 1987) kehittämä coping-teoria. Erilaiset stressinhallinnan teoriat pyrkivät selittämään ihmisten erilaisia kykyjä reagoida stressitekijöihin. Teorian mukaan ihmisen terveys liittyy olemassa oleviin voimavaroihin. Ihmiset, joiden voimavarat ovat heikot, ovat myös alttiimpia stressin aiheuttamille terveyshaitoille. Antonovskyn (1987) mukaan ihmisen voimavarat ovat yksilöllisiä ja ne yhdessä muodostavat koherenssin tunteen. Koherenssin tunteen vahvuus vaikuttaa siihen, miten ihminen kokee elämässä vastaan tulevat ongelmat.

Koherenssin tunteeseen kuuluu kolme osatekijää: ymmärrettävyys, hallittavuus ja mielekkyys. Ymmärrettävyydellä tarkoitetaan ihmisen omaa varmuuden tunnetta siitä, ettei yllättäviä tai negatiivisia asioita tapahdu ja jos tapahtuisi, niistä voi selvitä. Hallittavuudella viitataan ihmisen resursseihin stressinhallinnassa sekä kokemukseen siitä, että omistaa omat resurssinsa ja pystyy niitä tarvittaessa hyödyntämään. Mielekkyydellä tarkoitetaan sitä tunnetta, joka syntyy ihmisen kokiessa elämänsä ja sen tapahtumat mielekkäiksi niin emotionaalisesti kuin kognitiivisestikin. Koherenssin tunteen keskeisin osatekijä on mielekkyys, sillä se toimii ihmisille usein myös motivaation perustana. Mikäli ihmisellä ei ole mielekkyyden tunnetta, myös hallittavuuden ja ymmärrettävyyden tunteet heikkenevät. Perustan koherenssin tunteelle muodostavat stressin hallinnan resurssit, jotka saattavat olla erilaisia eri ihmisillä. Resursseja voivat olla esimerkiksi älykkyys, vahva identiteetti, uskonto, sosiaalinen tuki tai elämäntavat kuten esimerkiksi terveystyöt. Osa resursseista on siis sisäisiä ja osa ulkoisia. Ihmisen vahvat resurssit toimivat perustana vahvalle koherenssille, joka edistää ihmisen terveyttä. (Antonovsky 1987.)

Nuorten mielenterveyden ja elämäntapojen ongelmia ja niiden taustatekijöitä on tutkittu ja tutkitaan edelleen. Esimerkiksi Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksella (THL) on kuluvana 2020 vuonna käynnissä useita eri tutkimushankkeita näihin aihepiireihin liittyen. Tällaisia THL:n käynnissä olevia hankkeita ovat muun muassa *Hoitoon hakeutuneiden nuorten psyykkiset oireet ja voimavarat mielenterveyden ennustajina (YEAH)*, *Nuorten aikuisten terveys ja psyykinen hyvinvointi (NAPS)* ja *Adolescent Depression Study (ADS)*.

Sitran johtava asiantuntija Timo Hämäläinen on tehnyt juurisyyanalyysin tutkimuskirjallisuuteen pohjautuen nuorten elämäntapojen ja mielenterveydestä vuonna 2019. Juurisyyanalyysi kertoo vuosien 2012–2015 välillä 5–12-vuotiaiden lasten ohjautumisen lastenpsykiatrian erikoissaanhoitoon kasvaneen 22 prosentilla. Kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuneisuudesta kärsii 11–13 prosenttia kouluikäisistä nuorista. Pitkittyessään ahdistuneisuus vaikuttaa alentavasti nuoren pärjäämiseen koulussa ja vapaa-ajalla. Vuonna 2018 yleisin syy sairauspoissaoloille 20–29-vuotiaille olivat mielenterveyden ongelmat kuten ahdistus,

masennus ja unihäiriöt. Mielenterveysongelmista kärsii noin joka viides suomalainen nuori. (Hämäläinen 2019.)

Lasten ja nuorten tasapainoisen kehityksen avaintekijöitä ovat turvallinen kasvuympäristö, riittävä määrä luotettavia aikuissuhteita sekä eri kehitysvaiheisiin sopivat kehityshaasteet ja tarvittaessa saatava tuki. Lapsen ja nuoren saadessa uusia haasteita tai ongelmia on vastassa epämukavuusalue, jossa on mietittäviä uusia ratkaisuja, miten toimia. Sopivissa määrin tämän tuloksena on uusien asioiden oppiminen ja tuloksena on tilanne, jossa elämä on hallinnassa. Kohtaamiensa haasteiden ollessa liian isoja suhteessa lapsen ja nuoren osaamiseen ja resursseihin, seuraa ahdistusta, stressiä ja ongelmia elämänhallinnassa. Pitkittyneenä nämä oireet ja ongelmat saattavat johtaa uupumiseen ja masennukseen. Nyky-yhteiskunnan haasteita ja ongelmia, jotka ylittävät lapsen ja nuoren kehitysvaiheen kyvyt ja voimavarat voivat olla: lapsuuden perheen olosuhteet, arjen ennakoitavuus ja pirstaleisuus, yksinäisyys, kiusaaminen, opiskelupaineet ja elämän siirtymävaiheet. (Hämäläinen 2019.)

Psykkisen ja fyysisen terveyden sekä positiivisen psykologian puolella tutkimuksia on, mutta kovin montaa hyvinvointiongelmia varsinaisesti ratkovaa tutkimusta ei ole tehty. Aihetta kuitenkin sivutaan joissain tutkimuksissa ja aihe on kiinnostanut myös opinnäytetyön aiheena. Esimerkiksi vuonna 2018 julkaistussa progradu -tutkielmassaan selvitettiin nuorten odotuksia koulukuraattorilta saatavasta tuesta, silloin kun nuorella on haasteita elämänhallinnassa. Elämänhallinnan kannalta keskeisiä asioita olivat tunteiden ja ajatusten ilmaiseminen, muilta saatava tunnustus ja arvostus, sosiaalinen tuki, itsenäisyys riittämässä määrin sekä tunne kuuluvuudesta, osallisuudesta ja vaikuttamisen mahdollisuudesta erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä. Sosiaalisella tuella on merkittävä rooli ihmisen elämänhallinnan tukemisessa. (Karttunen 2018.)

Mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö ymmärtää kykynsä ja pystyy toimimaan normaalisti stressitilanteessa. Ihmisen mielenterveyden perusta luodaan lapsuudessa vuorovaikutuksessa läheisten ihmisten kanssa. Mielenterveyden edistämisen tulisi olla laaja-alaista ja monimuotoista, johon tarvitaan eri tieteiden ja toimijoiden yhteistyötä. (Kinnunen 2011.)

Työterveyslaitoksen erityisasiantuntija Pauliina Mattila-Holapan väitöskirja (2018) selvitti mielenterveyden häiriöiden vuoksi määräaikaisella työkyvyttömyyseläkkeellä olevien nuorten aikuisten taustaa, hoitoa ja töihin palaamista. Tutkimuksen mukaan yleisimmät mielenterveydenongelmat olivat masennus, psykoottisuus ja kaksisuuntainen mielialahäiriö. Viisivuotisen seurantatutkimuksen tulokseksi osoittautui, että nopeimmin työkyvyttömyysjakson jälkeen työllistyivät ne, joille oli tehty suunnitelma psykoterapiasta sekä muusta työhön paluuta tukevasta toiminnasta. Oleellista on tukea mielenterveyden häiriöiden kanssa kamppailevia ja työkyvyttömiä nuoria aikuisia psykoterapialla sekä työhön ohjauksella kuntoutuksella. (Mattila-Holappa 2018.)

Ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja elämänhallintaan vaikuttavat useat eri tekijät. Erilaiset ongelmat elämänhallinnassa sekä terveysongelmat lisäävät riskiä syrjäytyä. (HelsinkiMissio 2019.) Elämänhallinnan ongelmiksi voidaan nimetä muun muassa omien resurssien tai ympäristön tuen mahdollisuuden vähäisyys, huono itsetuntemus, sosiaaliset haasteet, päihteidenkäyttö, sekä talousvaikeudet. (Paananen & Kainulainen 2019; Keltikangas-Järvinen 2008, 275) Vaikeus jollakin elämän tai hyvinvoinnin osa-alueella ei vielä kuitenkaan horjuta nuoren elämänhallintaa. Monet osa-alueet, kuten päihteet ja uni, linkittyvät vahvasti toisiinsa ja kun vaikeuksia on monella alueella, elämänhallinta saattaa alkaa horjua. (THL 2019d.)

## 2.1 Ylisuorittaminen

Koko Suomen alueen peruskoulujen 8. ja 9. luokkalaisten kokema riittämättömyyden tunne opiskelijana on kasvanut vuodesta 2017 vuoteen 2019 2,8 prosenttia ja Pohjois-Savon alueella 3,3 prosenttia (THL 2019b). Sosiaalialan järjestö HelsinkiMission 12–29-vuotiaille suunnatun Nuorten kriisipisteen palveluista apua hakeneista nuorista vuonna 2018 opiskelijoita oli 40 % ja työssä käyviä 39 %. Nuorilla, joilla asiat ovat niin sanotusti ulkoisesti hyvin koulun tai työn puolesta voidaan kutsua ”salaa syrjäytyneiksi”. Niin sanotut salaa syrjäytyneet nuoret ovat usein yksinäisiä. Heillä saattaa olla laaja sosiaalinen verkosto mutta ei sellaista ihmistä elämässään, jolle voisi näyttää vaikeatkin tunteensa ja jakaa ongelmiaan.

Oman haavoittuvuuden näyttäminen ei sovi kiiltokuvamaiseen elämään, joten nuoren on helpompi kätkeä paha olonsa muilta. (HelsinkiMissio 2019.)

Nopea talouden ja yhteiskunnan rakennemuutos, ongelmat päätöksenteossa sekä yksilö- ja materiakeskeinen kulttuuri tuottavat paineita ihmisille elämän ymmärrettävyydessä, hallittavuudessa ja merkityksellisyydessä. Nämä osaltaan selittävät myös mielenterveysongelmien kasvua Suomessa. Nykyajan yhteiskunnan kiire ja ylikuormitettu elämäntyylivaikeuttaa sosiaalisten suhteiden laatuun negatiivisesti. Ihmiset ovat niin monessa aktiviteetissa mukana, että rajallinen aika ja henkinen kapasiteetti ei riitä kaikkeen. Sosiaalisten suhteiden määrä voi usean eri aktiviteetin myötä kasvaa mutta niitä ollessa liikaa, niiden laatu heikkenee. (Hämäläinen 2014.)

Ylisuorittavan ihmisen elämänhallinta saattaa horjua, sillä opiskelusta palautuminen nähdään usein turhana ajankäyttönä tai laiskuutena. Nuoret haluavat usein käyttää aikansa mahdollisimman tehokkaasti heidän hyödylliseksi tai omien tavoitteiden kannalta oleellisimmaksi katsomallaan tavalla. Usea nuori kokee, että on oltava paras versio itsestään eikä epäonnistumiselle ole tilaa. (HelsinkiMissio 2019.) Mieli ei kuitenkaan jaksaa loputtomasti vaatimusten kuormaa tai siitä aiheutuvaa stressiä. (Mustonen, Huurre, Kiviruusu, Berg, Aro & Marttunen 2013, 23; HelsinkiMissio 2019.)

Kaikenikäiset ihmiset kokevat stressiä. Pienessä määrin ja hallittuna stressi voi toimia huippusuoritukseen valmistavana ja auttaa saavuttamaan tavoitteita. Liiallinen ja pitkään jatkuva stressi vaikuttaa kehoon sekä mieleen ja voi johtaa uupumiseen. (Suomen Mielenterveysseura 2018, 143.) Stressin aiheuttamia merkkejä voivat olla esimerkiksi adrenaliinin erityksen lisääntyminen, kämmenten hikoilu, pupillien laajeneminen, verenpaineen kohoaminen ja sykkeen kiihtyminen (Csikszentmihalyi 2006, 74). Pitkään jatkuva stressi saattaa aiheuttaa muun muassa painon tunteen rinnassa, hengenahdistusta, rentoutumisvaikeuksia, tunteenpurkauksia sekä erilaisia vatsaoireita, unihäiriöitä, keskittymisvaikeuksia ja hermostuneisuutta. Oireiden havaitseminen voi olla vaikeaa, jos keskittyminen ja voimavarat menevät selviytymiseen. (Suomen Mielenterveysseura 2018, 144–145.)

Ulkoiset stressitekijät, kuten tiukka aikataulu työ- tai koulutehtävässä, tuntemattomaan ihmiseen törmääminen pimeällä lenkipolulla tai kehossa oleva äkillinen ulkoinen muutos, aiheuttavat ihmisessä stressiä. Ulkoisen stressitekijän aiheuttama liiallinen stressireaktio vaikuttaa ihmisen kehoon negatiivisesti. Usein tämän vuoksi ihmiset haluavat eroon ulkoisista stressitekijöistä. Stressitekijät eivät ole ainoita ihmiselle stressiä aiheuttava syy. Ihmisen kyky hallita tietoisuuttaan ja oma tulkinta, vaikuttavat siihen, miten voimakkaana kokee stressitekijän vaikutuksen. Esimerkiksi masennusta sairastavalle ihmiselle on tyypillistä nähdä tapahtumat negatiivisemmin ja reagoida stressitekijöihin voimakkaammin. (Csikszentmihalyi 2006, 75.)

Stressinhallinnan tärkein keino on ihmisen tietoisuus ja oma tulkinta stressitekijästä. Kaksi muuta keinoa ovat ulkoinen tuki ja psykologiset resurssit. Ulkoinen tuki muodostuu usein ihmisen sosiaalisesta verkostosta, johon voi kuulua perhe tai ystävät. Psykologisilla resursseilla tarkoitetaan ihmisen älykkyyttä, koulustausta ja persoonallisuustekijät. Esimerkiksi vieraaseen kaupunkiin muuttaminen ja uusien ystävien löytäminen voi olla ekstrovertille helpompaa kuin introvertille. (Csikszentmihalyi 2008, 198–199.)

## 2.2 Uni ja vuorokausirytm

Uni on yksi ihmisen tärkein tarve ja toimii hyvinvoinnin perustana. Sen tehtävänä on ylläpitää ihmisen terveyttä ja toimintakykyä. Unella on monta tärkeää tehtävää ihmisen terveyden ylläpitämisessä. Se palauttaa elimistöä rasituksesta ja väsymyksestä, tasapainottaa hermostoa ja hormonitoimintaa, vahvistaa vastustuskykyä, ehkäisee stressiä, ylläpitää aineenvaihduntaa, edistää oppimista vaikuttaa vireystasoon palauttavasti, kasvattaa havaintokykyä sekä ylläpitää mielialaa. Unen aikana ihmisen mieli on vapaa ärsykkeistä, joka mahdollistaa edellisen päivän tai opittujen asioiden jäsentymisen kokonaisuuksiksi sekä erilaisten tunteiden käsittelyyn, jotka usein kiireisen arkielämän keskellä jäävät käsittelemättä valveilla (Suomen Mielenterveysseura 2018, 132–133.)

Uni on osa vuorokausirytmistä (Kalat 2007; Partonen 2019). Ihmisen sisäsyntyinen vuorokausirytmistö ja valvoessa kertyvä unipaine määrittelevät unen ajankohdan. Vuorokausirytmistö perustuu ihmisen sisäisen ”keskuskellon” eli hermosolmukkeeseen toimintaan, joka sijaitsee aivoissa näköhermojen risteymän päällä. (Partonen 2019; Lahti 2008.) Sisäinen keskuskello määrää kehomme tahtia ja kertoo, milloin on otollinen aika nukahtaa uneen väsyneenä ja herätä virkistyneenä. Sisäisen kellon toiminta, uni-valverytmin säännöllisyys ja mahdolliset unihäiriöt vaikuttavat ihmisen käyttäytymiseen ja mielialaan. Ihmisen sisäisen kellon toimivuutta ja kehon sekä mielen pysymistä 24 tunnin mukaisessa aikataulussa edesauttaa valoisuuden ja pimeyden vaihtelut, säännölliset ruokailut sekä säännöllisyys nukkumaanmeno- ja heräämisajoissa. Ilman näitä keinoja ihmisen sisäinen kello alkaa noudattaa omaa sisäsyntyistä yksilöllistä aikatauluaan. (Partonen 2019.)

Nuorten unirytmistö on muuttamassa. Tähän vaikuttaa ympäristö, kaverit, nuoren omat valinnat sekä nuoren biologiset muutokset. Nämä vaikutukset on havaittu ympäri maailmaa tehdyissä tutkimuksissa. Unirytmistö muuttuu lähes kaikilla nuorilla. Unirytmistö vaihtelee koulupäivien ja viikonloppujen välillä. Yleistä on, että nuorille kertyy univelkaa viikolla, etenkin aamuina, jolloin herätys on aikainen ja nukkumaanmeno tapahtunut myöhään. Univelkaa pyritään tasoittamaan viikonloppuisin. (MIELI ry 2019.) Viikonloppujen pitkät unet taas vaikuttavat arjen kouluamujen vireystilaan heikentävästi (Andrade, Benedito-Silva, Domenice, Arnold & MennaBarreto 1993, 14). Nuorten uneen heikentävästi vaikuttaa oleellisesti stressi (Härmä & Sallinen 2000, 116; MIELI ry 2019). Lisäksi unen määrään ja laatuun alentavasti vaikuttavia tekijöitä ovat: koulu- ja vapaa-ajan paineet sekä etenkin iltapainotteinen digitaalisen median kuten internetin, sosiaalisen median käyttö ja pelaaminen. (MIELI ry 2019.)

Pohjoismaisen hyvinvointitutkimuksen (2019) mukaan uniongelmaisten nuorten määrä vaikuttaa kasvavan. Noin joka viidennellä nuorella Suomessa, Ruotsissa, Islannissa ja Tanskassa on uniongelmaa. Uniongelmaiseksi luetaan, mikäli nuorella on unen saamisen kanssa ongelmia useammin kuin kerran viikossa. Nuorten pitkän ruutuajan lisäksi myös vähäinen liikunta vaikuttavat unihäiriöiden syntymiseen. (Thorsteinsson ym. 2019.)

### 2.3 Mielenterveyshäiriöt

Useat mielenterveyshäiriöt ilmaantuvat ensimmäistä kertaa nuoruudessa. Noin 20–25 prosenttia nuorista kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä eri tutkimusten mukaan. Koululaisten ja nuorten aikuisten yleisimpiä terveysongelmia ovat erilaiset mielenterveyden häiriöt, joita nuorella voi olla yhtäaikaisesti myös useampia. (THL 2019a.) Mielenterveyshäiriöstä voidaan puhua silloin, kun ihmiselle aiheutuu oireista kärsimystä tai muutoksia psyykkisessä tasapainossa, jotka vaikuttavat rajoittavasti selviytymiseen ja toimintaan jokapäiväisessä elämässä. Vakavat mielenterveysongelmat voivat lamauttaa ihmisen ja eristää muusta maailmasta. Tällöin mielenterveyshäiriö on sulkenut ihmisen sosiaalisista suhteista ja yhteiskunnasta. (Hietaharju & Nuutila 2010, 31.)

Nuorilla on noin kaksi kertaa enemmän mielenterveyshäiriöitä kuin lapsilla (Marttunen, Huurre, Strandholm & Viialainen 2013,10; Karlsson 2008). Laajojen väestötutkimusten mukaan noin kolme neljäsosaa mielenterveyden häiriöistä ihmisillä on alkanut ennen 24 ikävuotta. Nuorten yleisimpiä mielenterveyshäiriöitä ovat mieliala-, ahdistuneisuus- käytös- ja päihdehäiriöt. (Marttunen ym. 2013,10.) Kuten Timo Hämäläisen tekemä juurisyyanalyysi (2019) kuvaa, vuoden 2018 yleisimmät sairauspoissaolojen syyt myöhäisnuorille ja nuorille aikuisille olivat ahdistus, masennus ja unihäiriöt. Lievä ahdistuksen tunne kuuluu ihmisen normaaliin elämään. Ollessaan voimakasta, pitkäkestoista ja rajoittaessaan psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä, ahdistuneisuus voidaan katsoa mielenterveyshäiriöksi. Ahdistuneisuus tuntuu usein ihmisessä sisäisenä jännittyneisyytenä, levottomuutena, pelkona, kauhuna ja paniikin tunteena. (Hietaharju & Nuutila 2010, 34.)

Ahdistus voi ilmentyä ihmisellä kohtauksina tai jatkuvana olotilana. Ihmisen elämän kannalta, ahdistuksen vaikutukset voivat olla vakavia. (Hietaharju & Nuutila 2010, 34–35.) Pitkään jatkunut ahdistuneisuus saattaa aiheuttaa masennusta ja altistaa päihdeongelmalle (Karlsson 2008; Hietaharju & Nuutila 2010, 34–35.). Ahdistunut ihminen voi kokea mielialansa masentuneeksi ja hänelle arjen perustoimintojen, kuten peseytymisen suorittaminen voi olla hankalaa. Ahdistukseen voi myös liittyä erilaisia pelkoja kuten sosiaalisten tilanteiden pelko sekä paniikkikohtauksia, jotka estävät ihmisen poistumisen kotoaan. Hoitamattomana

ahdistuneisuus voi kehittyä masennukseen, työkyvyttömyyteen, riippuvuusongelmaksi tai pahimmassa tapauksessa johtaa itsemurhaan. (Hietaharju & Nuutila 2010, 34–35.)

Masentunut ihminen oireilee monilla eri tavoin niin psyykkisesti kuin fyysisestikin. Tyypillisiä oireita ovat: alentunut mieliala, toimeliaisuuden ja tarmokkuuden puute, alentunut kyky nauttia asioista ja tuntea niihin mielenkiintoa ja pienikin ponnistelu tuottaa uupumista. Myös keskittymis- ja huomiokyvyn heikkeneminen, itsetunnon ja itseluottamuksen heikkeneminen, kokemukset arvottomuudesta ja syyllisyydestä, synkät ajatukset tulevaisuudesta, itsetuhoiset ajatukset tai teot, unihäiriöt ja ruokahalun heikkeneminen ovat tavallisia masennuksen oireita. (Mylärniemi 2009, 17–18.)

Masennus eli depressio on mielialahäiriö, jonka vaikeusasteita psykiatrian mukaan ovat: lievä, keskivaikea ja vaikea. Vaikea masennus voi edetä myös psykoottiseen sairastumiseen. Tyypillistä masennukselle on sen esiintyvyys pituudeltaan ja muodoltaan erilaisina kausina. Kausien välillä ihminen voi olla lähes oireeton. Vuodenajat voivat myös vaikuttaa masentuneen oireisiin. Usein pimeä kausi on masentuneella ihmisille erityisen raskasta. Toiselle taas valon määrän lisääntyminen keväällä tuottaa raskaamman oirehdinnan kauden. (Mylärniemi 2009, 19–20.)

## 2.4 Päihteet

Erilaisiin päihteisiin, alkoholiin ja muihin huumausaineisiin, käsiksi pääseminen ei nykyaikana edellytä kovinkaan suurta ponnistelua nuorilta. Päihteidenkäytöllä pyritään esimerkiksi lievittämään kipuja tai rentoutumisen edesauttamiseen. Monet alkavat käyttää päihteitä jo murrosiässä, jossa päihteidenkäytön vaiheet nuorella etenevät usein järjestyksessä kokeilusta säännölliseen käyttöön ja sitten väärinkäyttöön ja riippuvuuteen. Myös aikuiset saattavat käydä läpi nämä vaiheet, mutta nuori etenee niissä usein huomattavasti nopeammin. Mitä nuorempa nuori aloittaa päihteidenkäytön, sitä todennäköisemmin käyttö etenee riippuvuudeksi. Esimerkiksi nuori, joka aloittaa alkoholin käytön ennen 21 ikävuottaan, on

kaksi kertaa alttiimpi alkoholiongelman kehittymiseen kuin niillä ikätovereilla, jotka eivät aloita alkoholin käyttöä niin aikaisin. (Rogers & Goldstein 2012, 38–41.)

Eurooppalainen koululaistutkimus alkoholin ja muiden päihteiden käytöstä (*European school survey project on alcohol and other drugs, ESPAD*) seuraa muutoksia samanikäisten eurooppalaisten koululaisten alkoholin, tupakka- ja nikotiinituotteiden ja huumeiden käytössä sekä rahapelaamisessa. ESPAD-aineistoon pohjautuvan, keväällä 2019 kootun, raportin mukaan 9. luokkalaisten nuorten alkoholinkäyttö on vähentynyt vuosituhannen vaihteesta lähtien mutta humalajuomisen väheneminen on pysähtynyt. Raportin mukaan nuorten tupakointi on vähentynyt. Nuuskan käyttö on vähentynyt pojilla mutta lisääntynyt tytöillä. Kanna-bis on nuorten yleisimmin kokeilema tai käyttämä huume ja sen käyttö on lisääntynyt etenkin pojilla. (Raitasalo & Härkönen 2019.) Euroopan huumeraportin (2019) mukaan lähes 20 prosenttia Euroopan Unioniin kuuluvista 15–24-vuotiaista on ilmoittanut käyttäneensä kannabista vuonna 2018.

Nuorten alkoholinkäyttöä käsitellään usein tutkimuksissa ja mediassa ongelmalähtöisestä näkökulmasta, jossa pääpaino on humalahakuisessa juomisessa. Nuorten juomiskäyttäytymistä on syytä tarkastella myös muista näkökulmista kuten sen sosiaalisesta ulottuvuudesta. Nuorten juomiseen voi liittyä jo olemassa olevien sosiaalisten suhteiden lujittaminen tai uusien suhteiden löytäminen. Se millaisessa ryhmässä nuori juo, vaikuttaa siihen voiko nuori kieltäytyä juomasta, vaikka muut juovat, vai tuoko ryhmän paine nuorelle tunteen, ettei voi kieltäytyä juomasta. (Simonen 2007, 33–43.) Toisaalta nuorten päihteidenkäytön taustalla saattaa olla yksinäisyys. Yksinäisillä ihmisillä, joilla on suppea sosiaalinen verkosto tai se puuttuu kokonaan, on usein enemmän masentuneisuutta ja ahdistuneisuutta, joiden tuottamaa pahaa oloa saatetaan itse hoitaa päihteillä. (Kauhanen 2016, 104.)

## 2.5 Sosiaalinen elämä

Kaveri ja läheissuhteet ovat merkittäviä tekijöitä nuoren persoonallisuuden ja sosiaalisuuden kehitykselle (Mustonen ym. 2013, 25). Yhteisöllisyys ja sosiaalinen kanssakäyminen auttaa ihmistä tyydyttämään tarpeitaan muun muassa itsensä toteuttamiseen, merkityksellisyyden ja kuulumisuuden tunteen saavuttamiseen sekä elämänhallintaan liittyen. Onnellinen ihminen taas voi paremmin ja suoriutuu sosiaalisista suhteistaan paremmin. (Hämäläinen 2014.) Sosiaaliset tekijät vaikuttavat myös siihen, miten ihminen jäsentää todellisuutta. Ihmisen ollessa vuorovaikutuksessa eri vuorovaikutusmuotoja edustavien ihmisten kanssa, hän oppii näkemään maailmaa eri näkökulmista. Esimerkiksi maailma näyttää hyvin erilaiselta armeijan kasarmista kuin nunnaluostarista katsottuna. (Csikszentmihalyi 2006, 89.)

Nykypäivän nuoren sosiaalinen elämä painottuu Internetiin ja sosiaaliseen mediaan. *SoMe ja Nuoret 2019 - katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä* mukaan keskiverto nuori käyttää Internetiä 31–40 tuntia viikossa. Tästä ajasta nuori kuluttaa aikaansa 15–20 tuntia sosiaalisen median parissa. Koko Suomen kattaneen kyselyn toteutti Ebrand Group Oy ja Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuri-palvelut. Kyselyyn vastasi yhteensä 6247 13–29-vuotiasta Suomessa asuvaa nuorta ja nuorta aikuista eri puolilta Suomea. Suomalaiset nuoret käyttävät keskimäärin yhdeksää eri sosiaalisen median palvelua, joista suosituimpia ovat WhatsApp, YouTube, Instagram, Snapchat, Spotify ja Facebook. Sosiaalisen median käyttäminen painottuu selkeästi klo 15–01 välille mutta kaikkein suosituin aika on klo 18–21 välillä. Kyselyn mukaan ensisijainen käyttötarkoitus sosiaaliselle medialle nuorten keskuudessa on jo tuntemiensa ihmisten kanssa keskustelemiseen. Keskustelu tapahtuu usein pienissä 1–5 henkilön ryhmissä. (Ebrand 2019.)

Myös koulu edustaa nuorille merkittävää sosiaalisten kanssakäymisten kenttää. Koulu on julkinen ja sosiaalisesti tiivis tila, joka mahdollistaa nuorille luonnollisesti erilaisia kohtaamisia ja vuorovaikutustilanteita. Tämä mahdollistaa uusien ystävien löytymisen oman opiskeluryhmän sisältä ja sen ulkopuolelta. Yksittäiset ystävyysuhteet suojaavat nuorta ja tämän kehitystä, etenkin jos nuori ei jostain

syystä saavuta muiden vertaistensa suosiota isommassa ryhmässä. (Olsson 2018, 71.)

Osa nuorista kokee myös yksinäisyyttä. Vuoden 2019 Kouluterveyskyselyyn osallistuneista Suomessa asuvista 10,7 prosenttia yläkoululaisista, 11,7 prosenttia lukiolaisista ja 10,9 prosenttia ammattikoululaisista tuntevat itsensä yksinäiseksi. (THL 2019b.) Ihmissuhteiden puute tai irrallisuuden ja erilaisuuden tunne voivat aiheuttaa ahdistavaa yksinäisyyden tunnetta. Yksin oleminen ja kokemus yksinäisyydestä aiheuttavat vakavia ja pitkäkestoisia ongelmia ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille. Yksinäisyys aiheuttaa usein masennusta, ahdistusta, itsetuhoisuutta, erilaisia fyysisiä ja muita psyykkisiä sairauksia sekä työn tai koulutuksen keskeytyksiä. Tilapäinenkin yksinäisyys vaikuttaa herkästi olotilaan läpi elämän. Pitkään jatkuessaan yksinäisyys muuttaa ihmisen käsityksiä omasta itsestään ja toiminnastaan. Esimerkiksi onnistumiset tulkitaan itseä tuhoavalla tavalla tai keskittyminen toisten ihmisten hymyistä ja iloista muuttuu niin, ettei enää kiinnitä huomiota kuin surullisiin ja pelokkaisiin ilmeisiin. (Junttila 2016, 68.)

### 3 OLEMASSA OLEVAT PALVELUT NUORILLE

Nuorille tarkoitettuja palveluita, jotka tarjoavat monipuolista apua ja tukea eri elämäntilanteissa oleville nuorille, on tarjolla paljon. Kaikki apua tarvitsevat nuoret eivät kuitenkaan käytä esimerkiksi riittävästi terveydenhuollon, eikä etenkin mielenterveyspuolen palveluita avun tarpeeseen nähden. Syynä tähän ovat huono onnistuminen ennaltaehkäisyssä, palveluiden saamisen ongelmat sekä palveluiden ruuhkautumiset. Aina olemassa oleva palvelu ja nuoren avuntarve eivät kohtaa. (Paananen & Wiens 2019.) Tämän vuoksi on tärkeää innovoida uusia palveluita, mutta myös muistaa olemassa olevat palvelut sekä tarpeen mukaan kehittää myös niitä. Kaikessa kehittämisessä tulisi ottaa huomioon lasten ja nuorten, itsensä näkökulma, eikä luottaa pelkästään ammattilaisten näkemykseen. (Hohti & Karlsson 2013, 164–165).

Nuorille olemassa olevista palveluista yksi keskeisimmistä ovat koulut. Koulujen opiskeluhuolto tukee opiskelijan oppimista ja turvaa hyvinvointia ja terveyttä niin fyysisellä kuin psyykkiselläkin tasolla. Opiskeluhuoltoon kuuluu muun muassa terveydenhoitajan, kuraattorin, opinto-ohjaajien ja psykologien palvelut. Lisäksi kunnat järjestävät sosiaalipalveluita, joiden tavoite on edistää eri ikäryhmien, kuten nuorten, toimintakykyä, sosiaalista hyvinvointia, turvallisuutta ja osallisuutta. Kunnissa on myös oma julkinen terveydenhoito sekä lastensuojelu, joka toimii tällä hetkellä haastavassa elämäntilanteessa olevan nuoren apuna 21 ikävuoteen asti ja vuoden 2020 alusta 25 ikävuoteen asti. (THL 2019c.)

Kunnat järjestävät myös ympäri Suomea etsivää nuorisotyötä, jonka järjestämisestä säädetään Nuorisolaissa (L 1285/2016). Etsivän nuorisotyön tavoite on tavoittaa sellaisia nuoria, jotka tarvitsevat tukea sekä auttaa nuori hänen tarvitsemiensa palveluiden ja tuen piiriin. Palvelu tai tuki voi liittyä nuoren kasvun edistämiseen, itsenäistymiseen, yhteiskunnalliseen osallisuuteen, koulu- tai työmarkkinoille pääsemiseen tai muuhun elämänhallintaan liittyvään asiaan. Vapaaehtoisuus ja yhteistyö nuoren kanssa ovat perusta etsivälle nuorisotyölle. (L 1285/2016).

Alle 18-vuotiaille nuorille on tarjolla kuntien nuorisopalveluiden nuorisotalot, jotka tarjoavat nuorille yhteisöllisyyttä, vapaa-ajan toimintaa ja tukea. (Gretschel 2011). Mikäli nuori tarvitsee monipuolisempaa tukea, eri puolilla Suomea on noin 70 Ohjaamo. Ohjaamo tarjoaa maksutonta apua ja tukea erilaisiin asioihin kuten opiskelu, terveydenhoito, opinto-ohjaus, sosiaalipalvelut, nuorisotyö, työllistyminen ja asuminen. Ohjaamoita on esimerkiksi Helsingissä, Jyväskylässä, Turussa ja Rovaniemellä. Ohjaamon palveluita voivat käyttää kaikki alle 30-vuotiaat nuoret. (Ohjaamot 2019.)

Nuorten palveluja ja tukea tarjoaa myös moni yksityisen tai kolmannen sektorin toimija. Esimerkiksi Diakonissalaitoksen Vamos toimii Suomessa 11 paikkakunnalla, joita ovat esimerkiksi Kuopio, Oulu, Vantaa, Helsinki ja Lahti. Vamos tukee 16–29-vuotiaita nuoria esimerkiksi arjessa pärjäämisen kanssa tai mielenterveyteen, asumiseen, raha-asioihin, koulu- ja työelämään pääsemiseen liittyvien haasteiden kanssa. (Vamosnuoret 2020.) Asumiseen keskittyvää apua tarjoavat muun muassa valtakunnallisesti toimiva alle 30-vuotiaille kohdistuva Nuorisosuntoliitto ry (NAL), pääkaupunkiseudulla toimiva 18–24-vuotiaille apua tarjoava Punaisen Ristin Nuorten turvatalojen alla toimiva Kotipolku-hanke sekä Jyväskylässä toimiva 18–33-vuotiaille erityistä tukea tarvitseville nuorille asumisneuvontaa ja tukea tarjoava Jyväskylän Nuoriso- ja palveluasunnot JNP ry.

Nuorten avun saamisen esteiksi voivat muodostua tiedon puute, leimautumisen pelko, luottamuksen puute, kankeat palvelurakenteet ja kokemukset siitä, ettei tule kohdatuksi tai kuulluksi. Nuorten on hankala hakea apua, jos eivät tiedä millaisiin asioihin apua voi hakea tai mistä apua saa. Osa nuorille suunnatuista palveluista on aikuislähtöisiä ja rakenteiltaan niin kankeita ja joustamattomia, että ne hankaloittavat avun saamista. Nuorille on myös usein tärkeää luottamus, jonka rakentumista nuoren ja työntekijän välille haittaa pienesti resursoidut palvelut, joissa ammattilaisille on kiire tai vaihtuvuus suuri. Kun nuorille kehitetään palveluja, on tärkeää rakentaa sellaista tapaa puhua mielenterveydestä ja muista haasteista, joka tavoittaa nuoria ja olisi leimaavuutta vähentävää. Palvelujärjestelmän on hyvä olla sellainen, joka mukautuu nuoren ikätason mukaan ja jonka kehittämisessä nuoret itse voivat olla mukana edes palautteen antajina. (Kekkonen ym. 2018, 12.)

Joustavia ja helposti lähestyttäviä palveluita nuorille on myös. Esimerkiksi MIELI Suomen Mielenterveys ry:n Sekasin-chat, joka on valtakunnallinen keskustelupalvelu 10–29-vuotiaille nuorille. Sekasin-chatissä nuori voi keskustella koulutettujen ammattilaisten kanssa laaja-alaisesti mieltä painavista asioista kuten omasta olost, elämän vaikeista tapahtumista tai mielen hyvinvointiin ja mielen-terveyden ongelmiin liittyvistä aiheista. Chatissa nuori saa kuuntelevan ja ymmärtävän ammattilaisen apua sekä tarvittaessa ohjausta avun hakemiseen. (MIELI ry 2019b.)

Sekasin-chat pyrkii vastaamaan nuorten tarpeisiin ja kehittääkseen toimintaansa MIELI ry kerää tasaisin väliajoin chatista palautetta nuorilta. Vuosien 2017–2018 välillä toteutettiin kolme kyselyä, joihin vastasi yhteensä 1059 nuorta. Sekasin-chat vuosiraportti 2018 mukaan 65 prosenttia nuorista koki tilanteensa parantuneen chatin keskustelun jälkeen. Raportin mukaan 80 prosenttia nuorista koki, että olisi jäänyt pahan olonsa kanssa yksin ja 56 prosenttia kertoi, että olisi satuttanut itseään esimerkiksi viiltelemällä tai muulla tavalla, mikäli heillä ei olisi ollut mahdollisuutta käyttää Sekasin-chattia. (MIELI ry 2018.)

Sitran 100 päivän hyvinvointihaaste keskittyy nuorten elämänhallinnan ja mielen-terveyden ongelmiin. Hyvin toimiessaan haaste tuottaa tietoa siitä, miten nuorten avun saamista voidaan tehostaa nykyisten jo olemassa olevien palveluiden sekä uusien innovaatioiden puitteissa.

#### 4 INNOVOINNIN MERKITYS NUORTEN HAASTEIDEN RATKOMISESSA

Tietoyhteiskunnan kehitys ja talouden kiristyminen ovat haasteita, jotka kuuluvat muiden alojen lisäksi myös sosiaali- ja terveysalan innovaatiotoimintaan. Lisäksi haastetta tuo väestön ikääntyminen ja siitä johtuva palvelutarpeiden kasvaminen sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden uusiminen, jota on tehty viime vuosina. Kun pyritään laadukkaaseen ja tehokkaaseen palveluiden uudistamiseen sekä uusien innovaatioiden synnyttämiseen on oleellista tehdä yhteistyötä eri organisaatioiden kesken sekä yhtenäistää palveluita. (Saarisilta 2015, 21.) Nykyaikaisten yhteiskuntien fokus tulisi olla ihmisten hyvinvoinnin kasvattamisessa. Ennen kaikkea tulisi etsiä uudenlaisten hyvinvoinnin haasteiden taustalla olevia syitä sekä etsiä ratkaisuja niihin (Hämäläinen & Michaelson 2014.)

Etenkin nuorten hyvinvoinnin haasteiden taustalla olevia syitä tutkitaan ja niihin on jo pyritty löytämään ratkaisuja erilaisilla innovaatioilla. Jyväskylän katulähetysen Polku kotiin-projektissa vuosina 2013–2015 testattiin ja kehitettiin ennaltaehkäisevä kotinuorisotyön malli. Aluksi mallilla pyrittiin tavoittamaan maahanmuuttajataustaisia tyttöjä ja nuoria naisia mutta kehittyi sittemmin toimintatavaksi, jossa tavoite on kohdata yksilö sekä perhe kotonaan sekä tarjota nuorisotyön ohjausta sekä harrastuksia vapaa-ajalle, riippumatta sukupuolesta tai kulttuuri-taustasta. Kotinuorisotyön tavoite on vahvistaa nuoren osallisuutta lähiympäristöön ja yhteiskuntaan. Kotiin jalkautuvaa nuorisotyö on vakiintunut toimintamuoto Jyväskylän Muutila ry:n Homies Youth Work-toiminnalle. Heidän tavoitteensa toimintamallille on vähentää nuorten yksinäisyyden kokemuksia. (Jyväskylän Katulähetys ry 2018; Muutila ry 2019).

Innovointia nuorten haasteiden ratkomiseksi on THL:n julkaiseman raportin (2010) mukaan tehty yli kymmenen vuotta sitten. Raportissa esitellyt innovaatiot on kehitetty tarpeisiin sekä näyttöön perustuvan tietoon pohjautuen. Esimerkiksi Pohjanmaalla keväällä 2006 aloitettu kehittämistyö keskittyi oppilas- ja opiskelijahuoltotyön toimivuuden ja kehittämistarpeiden arviointiin, yhteistyöverkostojen tiivistämiseen, hyvien käytäntöjen keräämiseen sekä niiden välittämiseen. Kehittämistyön viitekehys rakentui mielenterveyden, päihteiden ja syrjäytymisen

tematiikan ympärille. Prosessissa mukana olleet yhteensä 25 eri koulua kehittivät kehittämistyön tuloksena koulun käytäntöihin, oppilaan kohtaamiseen ja koulun verkostoihin liittyviä käytännön asioita. Koulut tuottivat näistä itselleen omia materiaaleja ja tuotoksia. (Fraktman & Laitila 2010, 13–15.) Samana vuonna Vantaan peruskouluissa kokeiltiin depression ennaltaehkäisyn menetelmää niihin 8-luokkalaisiin, joilla kouluterveystarkastuksessa oli masennuksen oireita. Menetelmänä käytettiin The Adolescent Coping with Stress -kurssia, joka nimettiin suomalaisittain MAESTRO:ksi (MAennuksen Ehkäisyä STressinhallintaa Oppimalla). MAESTRO-kurssi sisälsi kahdeksan erillistä 90 minuutin ryhmäistuntoa ja yhden seurantatapaamisen puolen vuoden kuluttua. Tapaamiset olivat kerran viikossa ja niihin voi osallistua 5–7 oppilasta kerrallaan. Tuloksena nuoret kokivat MAESTRO-kurssin hyödyllisenä ja suurin osa saavutti itselleen asetetut tavoitteet, joita saattoi olla esimerkiksi koestressin lieventyminen. Nuoret kokivat saaneensa myös varmuutta ihmissuhteisiinsa sekä huomasivat vertaisryhmässä, etteivät ole ainoita, joilla on stressiä ja alhainen mieliala. (Humaljoki, Vuorilehto, Karlsson & Kuosmanen 2010, 15–16.)

Innovoinnin merkitys hyvinvointihaasteiden ratkomisessa on tunnistettu ajan saatossa niin kuin myös innovoinnin kyky vauhdittaa taloudellista kasvua. Niinkään ei ole tunnistettu sitä, että innovoinnilla on aina sen hinnan lisäksi myös oltava jokin suunta tai päämäärä. Innovoinnin suuntaviivojen hyödyntämisessä hyödynnetään myös tutkimuksen voimaa sekä itse innovointia, kun tavoitellaan laajempia sosiaalisia, poliittisia ja taloudellisia päämääriä. Siksi meillä on hyvä olla innovaatiovetoista kasvua, joka on myös kestävämpää ja tasapuolisempaa. (Mazucato 2018.)

#### 4.1 Innovaatiopolitiikka

Tiede-, teknologia- ja innovaatiopolitiikka perustuvat usein siihen oletukseen, että innovaatio on ratkaisu, kun puhutaan ongelmien ratkomisesta ja paremman maailman luomisesta. Ajatuksena on, että uudenlaisten teknologioiden kehittäminen tuottaa positiivisia tuloksia. Tulee kuitenkin muistaa, että innovaatio voi johtaa myös tuhoisaan luomiseen, joka hyödyttää muutaman kustannuksella monia.

Tämä voi johtaa heikkolaatuisiin työpaikkoihin sekä luomaan enemmän ongelmia kuin ratkaista niitä. (Schot & Steinmueller 2016, 15–16.)

Innovaatiopolitiikan synty ja kehitys alkoi jo toisen maailmansodan jälkeen, jolloin heräsi huoli teollisesti kehittyneiden talouksien tulevaisuudesta. Tällöin heräsi pelko työttömyyden, inflaation ja taloudellisen epävakauden uusiutumista. Myös valtion puolesta mobilisoidut ja toteutetut sotatoimet huolettivat ja herättivät skeptisyyttä etenkin Isossa Britanniassa sekä Yhdysvalloissa. Tutkimus- ja kehittämistoiminnalla oli ennen sotaa merkittävä valtiollinen tuki mutta se vaihteli eri maittain. Sodan jälkeen ja kylmän sodan seurauksena heräsi innostus laajentaa valtion roolia tieteellisessä tutkimuksessa ja sen odotettiin tuottavan teollista hyötyä. Samaan aikaan ilmeni myös julkista innostusta, että tiede hyödyttäisi ydinaseiden luomista. Syntyi laaja ja yksimielinen ymmärrys että valtiolla voi ja pitää olla aktiivinen rooli tieteellisen tutkimuksen rahoittamisessa olettaen, että uudet tieteelliset löydöt tulevat käytäntöön. Tällöin tunnistettiin, että tieteellä oli merkittävä rooli teollisuuden nykyaikaistamisessa. 1950-luvulla tiede ja keksintö pidettiin erillään toisistaan. Erillisinä pidettiin myös valtion yritykset yksityisistä. Alettiin kiinnittää huomiota soveltavan tutkimuksen teknologisen kehittämisen kysymyksiin ja niiden käsittelemiseen. Yritysten tehdessä investointeja, huomattiin keksintöjen puutteet, jolloin korostui uusien keksintöjen löytämisen tarve. (Schot & Steinmueller 2016, 4.) Nykypäivänä useat eri maiden hallitukset ja toimijat ovat tunnistaneeet kaksinkertaistuneet sosiaaliset ja ympäristöön liittyvät haasteet tiede-, teknologia ja innovaatiopolitiikassa. Euroopan Unionin Horisontti 2020 kaltaisilla ohjelmilla EU pyrkii käsittelemään innovaatioilla tarkasti valittuja yhteiskunnallisia haasteita. (Schot & Steinmueller 2016, 15–16.)

University College Londonin professori Mariana Mazzucato korostaa raportissaan (2018) missiolähestymistavan ja missioiden merkitystä. Missiolla tarkoitetaan rohkeita ja laaja-alaisia toimenpiteitä, joilla on kansalaisia puhutteleva selkeä tavoite. Tavoitteen tulee olla kunnianhimoinen ja saavutettavissa ja sen onnistumisen tulee olla mitattavissa. Tällainen missio voisi olla esimerkiksi tupakoivien nuorten määrän puolittaminen vuoteen 2030 mennessä. Talouskasvun ja Euroopan poliittisen ohjelman ohjaamisen tapoja on vaikea mutta myös välttämätöntä löytää. Missiot ovat tehokas väline tähän, sillä ne mahdollistavat

kriittisten ongelmien ratkaisemisen tutkimisen, innovoinnin ja investoinnit. Samalla ne lisäävät kasvua ja työpaikkoja, jotka vaikuttavat positiivisesti useisiin eri aloihin. Kun keskitetään investoinnit julkisessa tutkimus- ja innovaatiotoiminnassa uusille strategisille alueille, on mahdollista tuoda yhteen eri toimijoita julkiselta, yksityiseltä ja kolmannelta sektorilta sekä rohkaista eri sektoreita yhteistyöhön. (Mazzucato 2018.)

Innovaatiopolitiikka on ajankohtainen aihe. Monet toimijat, hallitukset ja kansainväliset järjestöt haluavat innovaatioilla puuttua yhteiskunnallisiin ongelmiin. Vastuullisen tutkimus- ja innovaatiotoiminnan kasvu on merkki siitä, että nämä ongelmat otetaan vakavasti. Se, miten ongelmalähtöistä innovaatiopolitiikkaa suunnitellaan, toteutetaan tai hallinnoidaan ei vielä ole täysin selvää. Useimmat innovaatiopolitiikat perustuvat 1900-luvun tarjontavetoiseen innovaatiomalliin, joka pitää kansakuntien välistä kilpailua sekä tutkimus- ja kehittämistoimintaa tärkeimpänä porttina politiikkaan. Tässä mallissa ei ajatella luovasti laajemman valikoiman innovaatiopolitiikkaa, joka voitaisiin ottaa käyttöön. (Schot & Steinmueller 2016, 20.)

#### 4.2 Sosiaaliset innovaatiot

Termit sosiaalinen ja innovaatio voidaan määritellä monella tavalla. Näiden kahden termin linkittämisestä toisiinsa löytyy myös useita eri määritelmiä. Sosiaalinen innovaatio voidaan kuitenkin määritellä olevan innovaatio, joka on sosiaalinen niin päämäärältään kuin keinoltaankin. (Mulgan 2019, 10; Jenson 2015, 90.) Yksinkertaisimmillaan sosiaalinen innovaatio voidaan määritellä olevan uudet ideat, jotka vastaavat tyydyttämättömiin sosiaalisiin tarpeisiin (Mulgan, Tucker, Ali & Sanders 2007, 2). Käytännössä sosiaaliset innovaatiot voivat ilmetä eri muodoissa kuten ideoina, toimintana, kehyksenä, mallina, järjestelmänä, prosesseina, palveluina, sääntöinä, määräyksinä tai uusina organisaatiomuotoina. (Nicholls, Simon & Gabriel 2015, 2.) Hyvä esimerkki varhaisista sosiaalisista innovaatioista Suomessa on neuvolajärjestelmä ja siihen kuuluvat lasten rokotusohjelmat. Tällä Arvo Ylpön kehittämällä järjestelmällä ja rokotusohjelmalla äitien ja lasten kuolleisuus saatiin pudotettua nopeasti alas. (Virtanen 2005, 120.)

Uudempi esimerkki sosiaalisesta innovaatiosta on Siivouspäivä, jonka aikana kuka tahansa voi missä päin maailmaa tahansa kierrättämään itselleen tarpeetonta tavaraa myymällä tai antamalla niitä esimerkiksi kodeissa, pihilla, puistoissa tai kaduilla. Siivouspäivä järjestetään muutamana päivänä vuodessa ja sen mahdollistaa Yhteismaa ry. (Siivouspäivä 2020.)

Sosiaaliset innovaatiot syntyivät ajattelutavan muutoksesta, jonka ensi askel oli ymmärryksen syntyminen siitä, että innovaatiot keskittyivät liikaa laitteistoihin ja asioihin. Innovaatiot olivat lähinnä hyvin koulutettujen ja suurten toisiinsa keskittyneiden kaupunkien aikaansaamia eivätkä suoranaisesti koskettaneet kuin pientä joukkoa ihmisiä. Huomio ajattelussa kääntyi siihen, miten innovoinnista voitaisiin tehdä entistä osallistavampaa ja miten voitaisiin hyödyntää tavallisissa kodeissa syntyneitä innovaatioita, kansalaisyhteiskuntaa sekä erilaisten yhteisöjen luovuutta. Tämä ajattelun muutos sosiaalisten innovaatioiden suuntaan, ruokki ihmisten laaja-alaista halua hallita elämiään sekä tulevaisuutta enemmän. (Mulgan 2019, 7–8.) Sosiaalisilla innovaatioilla voi olla erilaisia tarkoituksia, kuten esimerkiksi haastaa vastuiden jakamista julkisen ja yksityisen sektorin kesken, auttaa tarkastelemaan taloudellisia ulottuvuuksia toisistaan riippumattomasti tai miten globaali talous on etääntynyt paikallisista yhteisöistä. (Jenson 2015, 91.)

Minkä tahansa sosiaalisen innovoinnin lähtökohtana on se, ettei maailma tai tietämyksemme maailmasta ole täydellisiä, luovalla innovaatiolla voidaan saavuttaa parannuksia ja että kokeileminen on parempi tapa löytää parannuksia kuin päätteleminen (Mulgan 2019, 113). Eri muotoisten sosiaalisten innovaatioiden määrä on kasvanut sadoittain 2000-luvun alusta tähän päivään. Vuonna 2018 Carlos Moedas, tutkimuksesta, tieteestä ja teknologiasta vastaava EU:n komission jäsen, antoi täyden tukensa sosiaalisille innovaatioille. Moedas kertoi marraskuussa 2018 Euroopan Unionin lisäävän sosiaalisten innovaatioiden rahoitusta, koska he uskovat sosiaalisten innovaatioiden olevan tulevaisuuden innovaatioiden muoto. (Mulgan 2019, 225.)

### 4.3 Innovaatioprosessi ja DARPA:n innovaatiomalli

Innovaatioista puhuttaessa tulee muistaa, että ne ovat haasteita, joille ominaista ovat epävarmuus, riski ja monimutkaisuus. Näiden ominaisuuksien vuoksi on tärkeää olla prosessi, jonka avulla uusia innovaatioita voidaan kehittää ja jonka avulla ne voidaan ottaa käyttöön. Innovaatioprosessi luo selkeän kehyksen, jonka avulla uusien tuotteiden, palveluiden tai mallien kehittäminen sekä toteuttaminen on mahdollista. Innovaatioprosessit ovat käytännönläheisiä prosesseja, joissa on tilaa luovuudelle mutta niillä on aina kohdennettu tavoite. (Hengsberger 2018)

Innovaatioprosessi voidaan jakaa neljään eri vaiheeseen, jotka ovat: idea, konsepti, ratkaisu ja markkinat. Innovointiprosessi alkaa Idea-vaiheesta, jossa etsitään ja löydetään innovatiivisia mahdollisuuksia. Idea syntyy innovaatiopotentiaalista, joka taas on avain innovaatioihin. Idea-vaiheessa on tärkeää pohtia, miksi saatu idea on merkityksellinen, mikä on sen potentiaali ja hyödyllisyys, sillä ne vaikuttavat seuraavaan vaiheeseen, jossa toiminnan tavoitteet ja odotukset nimetään sekä konkretisoidaan. Seuraavassa eli konseptivaiheessa ideaa konkretisoidaan. Sille muodostuu tavoitteet ja odotukset, joiden jälkeen kerätään mahdollisimman paljon tietoa ideasta ja sen jatkokäsittelystä. Tällaista tietoa ovat muun muassa idean mahdollisuudet, riskit ja toteutettavuus. Kolmannessa eli ratkaisuvaiheessa tavoitteena on kehittää markkinoille tuotavissa oleva käyttövalmis ratkaisu. Tässä vaiheessa ratkaisuja kehitetään ja testataan. Kun ratkaisu on valmis, se otetaan käyttöön ja sitä aletaan markkinoimaan. Markkinat-vaihe on innovaatioprosessin viimeinen vaihe ja siinä tuote tuodaan potentiaalisille asiakkaille. Tämän edellyttää, että tuotteeseen liittyvät hankinnat, tuotanto ja logistiikka ovat kunnossa. Tässä vaiheessa prosessia myös markkinointi- ja myyntikanavat aktivoidaan. Vaikka neljä innovaatioprosessin vaihetta olisi toimeenpantu, on tärkeää jatkaa prosessia jatkuvalla arvioinnilla ja analysoinnilla, joiden avulla tuotetta voidaan muuttaa asiakastyytyväisyyden varmistamiseksi. (Hengsberger 2018.)

Innovaatioprosessi ei ole nykyaikainen oivallus, vaan sitä on käytetty sovellettuna jo vuosikymmeniä. Vuonna 1958 perustettu Yhdysvaltain asevoimien tutkimusorganisaatio DARPA (Defense Advanced Research Projects Agency) on

radikaalilla innovaatiomallillaan kehittänyt useita innovatiivisia palveluita ja teknologioita, kuten internet, GPS, tietokonehiiri ja puheen tunnistus. Vuonna 2012 DARPA aloitti yhteistyössä National Aeronautics and Space Administrationin (NASA) kanssa hankkeen, jonka ideana on sadan vuoden aikana kehittää eri tähtien väliseen matkailuun soveltuva väline. DARPAn innovaatiomallia kuvataan radikaaliksi, sillä se harkitsee vain sellaisia hankkeita, jotka ovat olemassa olevan tiedon valossa lähes mahdottomia toteuttaa, ja niillä on suuri riski epäonnistua. DARPAn innovaatiomallien haasteet ovat systeemisiä ja monimutkaisia, joiden ratkaiseminen vaatii poikkitieteellisyttä ja verkostoituneisuutta yhdistelevää sekä tavoitteellisesti ohjattua työtä. DARPA haluaa myös, että mahdolliset löydetty ratkaisut ovat laajoja. Tästä internet on loistava esimerkki, sillä se hyödyttää miljoonia ihmisiä eri puolilla maailmaa päivittäin. (Tahvanainen & Seppälä 2013; DARPA 2020.)

DARPAn innovaatiomallin toimivuus pohjautuu poikkitieteellisuuden, verkostoituneisuuden ja tavoitteellisen ohjauksen lisäksi myös sen toiminta-autonomiaan. Virasto on riippumaton julkista hankintatoimintaa säätelevästä lainsäädännöstä ja saa näin ollen ilman kilpailutusta valita itse toteuttajat hankkeilleen. DARPA ei myöskään käytä vertaisarviointeja valitessaan hankkeitaan. Autonomia lävistää DARPAn projektit hankevalinnasta sen toteutukseen. DARPA myös palkkaa oman organisaationsa ulkopuolelta hankkeilleen päällikön, jolla on paras kokemus ratkottavan ongelman näkökulmasta. DARPAn ulkopuolisella hankepäälliköllä taataan näkökulmien tuoreus ja estetään jämähtäminen tuottamattomiksi todettuihin lähestymistapoihin. Hankepäällikkö saa vapauden rekrytoida parhaaksi katsomansa henkilöt tai yksiköt tekemään yhteistyötä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Myös rahoitus on täysin hankepäällikön itse määriteltävissä, mihin raha käytetään prosessin aikana. Vaikka DARPAn mallin hankkeista arviolta 85–90 % epäonnistuu, ovat suuri riskinotto sekä lupa epäonnistumisesta DARPAn menestyksen takana. (Tahvanainen & Seppälä 2013; DARPA 2020.)

Innovaatioprosessia nykyaikana kuvastaa hyvin professori Mariana Mazzucaton missioajattelu, jonka mukaan missiolähtöinen innovaatioiden syntyminen ei voi olla vain ylhäältä alaspäin valuva prosessi. Missiolähtöinen innovaatioprosessi inspiroi ja hyödyntää kansalaisten luovuutta ongelmien ratkaisemiseksi. Suuret

ja kiireelliset yhteiskunnalliset ongelmat kuten lisääntyvä eriarvoisuus ja ilmastomuutos koskettavat kaikkia, eivätkä vain isoja yrityksiä tai julkisia palveluita. Missioiden tulisi Mazzucaton raportin (2019) mukaan muodostua osaksi poliittisten päätösten priorisointia ja ottaa tosissaan kansalaiset mukaan. Olisi kriittistä kehittää läpinäkyvä prosessi, jossa valittaisiin työstettävät missiot yhteiskunnassa. Oleellista on matkan varrella arvioida niitä, jotta niiden painopisteet ovat oikeat ja ne ovat tasapainossa. Tämä vaatii vahvaa kansalaisten luottamusta. (Mazzucato 2019.)

#### 4.4 100 päivän haastemalli

Innovaatiosäätiö National Endowment for Science, Technology and the Arts (Nesta) on suunnitellut yhteistyössä Rapid Results instituution (RRI) kanssa 100 päivän haastemallin, jota RRI on sisällyttänyt hallitusohjelmiin ja yhteisömuutospyrkimyksiin yli 20 maassa yli kymmenen vuoden ajan eri aloilla. 100 päivän haastetta on käytetty erilaisten ongelmien ratkomiseen kuten: asunnottomuus, terveydenhoito, työturvallisuus, rikosoikeusjärjestelmä. (Rapid Results Institute.)

Sitran 100 päivän hyvinvointihaaste pohjautuu Innovaatiosäätiö Nestan ja RRI:n 100 päivän haastemalliin. Nestan mukaan 100 päivän haaste on strukturoitu alhaalta ylöspäin etenevä innovaatioprosessi, johon yhdistyy valmentava tuki. Se mahdollistaa erilaisten ihmisten ja alojen toimijoiden tekemän yhteistyön ja uusien työtapojen etsimisen sekä testaamisen. (Nesta 2019, 85–87.) Tämän kaltainen monialainen yhteistyö häivytettyjen ammatti- ja sektorirajojen tuloksena helpottaa esimerkiksi nuorten hyvinvoinnin kokonaisvaltaista tarkastelua sekä helpottaa tarpeellisen tiedon siirtymistä sosiaali- ja terveysalalla. (Paananen & Wiens 2019.) Tässä 100 päivän hyvinvointihaaste voi auttaa työkaluna, sillä haastemallin ideana on löytää parempia tapoja toimia ihmisten ja yhteisöjen hyväksi. Monilla toimijoilla, joilla on usein alan tuntemus, pitkä kokemus ja ammatitaito, ei välttämättä ole vaikutusmahdollisuuksia muuttaa asioita yhteiskunnallisella tasolla. 100 päivän haasteen ideana on antaa valtuudet näille toimijoille tehdä muutoksia. (Nesta 2019, 85–87.)

Sosiaalinen innovointi on suhteellisen avoin innovaatioprosessi. On kuitenkin huomioitava, että kaikki eivät ole tasa-arvoisessa asemassa innovoimaan sillä esimerkiksi suurten valtioiden budjetti ja lainsäädäntövalta auttavat saavuttamaan laajojakin muutoksia kuin taas pienet yhteisöryhmät, joilla ei näitä resursseja ole, saa usein aikaan vain pieniä muutoksia. (Murray ym. 2010). Sosiaali- ja terveysalan innovaatioprosessi voidaan jaotella joko tutkimus- tai tarvelähtöiseksi. Tutkimuslähtöinen innovaatioprosessi lähtee liikkeelle tutkimuksesta ja kehittämisestä, kun taas tarvelähtöinen muuttuvasta ympäristöstä. (Saarisilta 2015, 223–224.)

Innovaatioprojektit keskittyvät usein vain yhteen innovaatioprosessin vaiheeseen, jonka jälkeen ne luovutetaan toisille eteenpäin työstettäviksi. Tällaisen toimintatavan vaarana on, että tärkeät ideat, ratkaisut ja sitoutuminen prosessiin voivat kadota. Nestan ja RRI:n kehittämän 100 päivän haasteen tavoitteena on saada ruohonjuuritason työntekijät ja päätöksentekijät niin sanotusti ottamaan käsiteltävänä oleva ongelma omakseen. Menetelmää on käytetty muun muassa yli 25 paikkakunnalla Englannissa tavoitteena ratkaista esimerkiksi monimutkaisia terveyshaasteita, suunnittelemattomien sairaalahoitojen vähentämistä tai kehittää ennaltaehkäiseviä lähestymistapoja. (Nesta 2019.)

100 päivän haastemallin tarkoitus on antaa ruohonjuuritason työntekijöille mahdollisuus testata erilaisia työskentely- ja lähestymistapoja ja työskennellä tietyn aikaraamin sisällä yli ammatillisten rajojen. Tällaisia uudenvuotuisia työskentely- ja lähestymistapoja voivat olla esimerkiksi erilaiset työajat, työskentely eri työtiimissä kuin yleensä, totutun työskentelytavan sijaan uudenvuotuisen kokeileminen, uusien IT-alustojen käyttö tai yhteistyö vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa. (Nesta 2019.)

Nesta on käyttänyt haastetta osaan monimutkaisemmista haasteista, joita Ison-Britannian terveydenhuoltojärjestelmä kohtaa. Vuonna 2017 Nesta sovelsi haastetta yhteistyössä terveys- ja sosiaalipalveluiden laitoksen NHS Englannin kanssa. Yhteistyössä menetelmää käytettiin ihmisten henkilökohtaisten hoitojen testaamiseen ja toteuttamiseen. Samana vuonna Nesta työskenteli ympäri Iso-Britanniaa kootakseen tiimejä, joiden tehtävä oli auttaa potilaita olemaan oman

hoitonsa keskipisteinä ja parantaa hoidettavien ikääntyneiden, diabeetikkojen ja viimeisiä elinvuosiaan viettävien ihmisten hoitojen tuloksia. (Nesta 2019, 92.) Työ otettiin laajempaan käyttöön Nestan työskennellessä ihmisten terveyttä tukevan työn parissa. Siitä seurasi tehdyn työn arvon ymmärtävä ohjelma, jota rahoitti NHS England ja johti Nesta yhteistyössä hyväntekeväisyysjärjestö The Health Foundationin ja Voluntary Voicesin kanssa. Ohjelma kehitti todisteita ja käytäntöjä, joiden avulla tehdään mahdolliseksi se, että ihmiset ovat keskiössä ja aktiivisessa roolissa oman terveytensä ja sen hoitamisen kanssa. (Nesta 2019, 92.)

Vuodesta 2015 vuoteen 2017 Nesta ja RRI työskentelivät yhdessä Länsi-, Keski- ja Etelä Essexissä. Tarkoituksena oli 100 päivän haasteella parantaa heikossa asemassa olevien ikääntyneiden hoidon tuloksia integroimalla hoidon tarjoaminen. Haastetta varten koottiin tiimi ruohonjuuritason ammattilaisista, jotka ideoivat vastauksia siihen, miten hoito- ja tukijärjestelmää voitaisiin muuttaa, kuinka arvioidaan potilaiden tarve sairaalahoidolle ja miten ihmisten kanssa olisi hyvä työskennellä diabeteksen riskitekijöiden vähentämiseksi. Testatessa uuden mallin käyttöönottoa, suunnittelemattomat sairaalakäynnit vähenivät 40 prosenttia ensimmäisen mallinnuskuukauden aikana. Tämän tuloksena työn laajuus ja laatu kasvoi. Se sai kansallisen palkinnon hyvistä tuloksista heikomman väestön parissa tehtävästä työstä. (Nesta 2019, 93.)

100 päivän haasteet ovat intensiivisiä toiminta- ja yhteistyöjaksoja, joihin osallistuvat yleensä terveydenhuollon, sosiaalialan ja vapaaehtoisjärjestöjen edustajat. Organisaatioiden johtajia kannustetaan jakamaan pidemmän aikavälin strategia haasteiksi, joilla on mitattavissa olevat tavoitteet. Etulinjan ammattilaiset ja niin sanonut tavalliset kansalaiset asettavat kunnianhimoisia tavoitteita, kehittävät ja testaavat luovia ratkaisuja todellisissa olosuhteissa. (Nesta 2019.)

Kehittämistyö vaatii oman ajan, paikan ja tilan. Kehittämistyöhön mukaan lähtevien toimijoiden, kuten kuntien, tulee olla tietoisia mahdollisuuksista, joita haasteiden ratkominen parhaillaan tuottaa. (Arnkil ym. 2006, 62). Verkostotyö ei ole toimintatapana uusi, vaan sitä on tehty jo vuosikymmeniä. Verkostotyö ei ole kuitenkaan itsestään selvää tai yksinkertaista, eikä se toteudu aina kaikkia osapuolia

tydyttävällä tavalla. Verkostotyölle ei aseteta aina selkeitä tavoitteita tai pohdita yhteistyön tarkoitusta. Parhaimmillaan verkostotyö muodostuu moniammatillisesta verkostosta, jossa tiedetään mitä ja miksi ollaan tekemässä ja jossa ammattilaiset tietävät keihin olla yhteydessä, kun heidän asiantuntemuksensa ei pelkästään riitä. (Seikkula ym. 2009, 12–13.)

100 päivän hyvinvointihaasteen tavoitteena on, että uusien verkostojen syntyminen mahdollistaa sen, että eri toimijat yhdistävät ammattitaitonsa ja tekevät yhteistyötä yhteiskunnallisten ongelmien ratkomiseksi. Parhaimmillaan tuloksena luodaan uusia sosiaalisia innovaatioita ja kehitetään suomalaista hyvinvointiekosysteemiä ja hyvinvointipolitiikkaa. (Sitra 2019.) Innovaatio, oli kyseessä taloudellinen, teknologinen tai sosiaalinen, voidaan määritellä olevan uusi käytäntö tai idea, joka sen hetkisiä tapoja ja tottumuksia niin, että siitä seuraa jonkin tasoinen suoritus- ja toimintakyvyn kasvu. Se onko innovaatio teknologinen vai sosiaalinen, määrittyy sillä, kumman rakenteen kohteena innovaatio on. (Hämäläinen & Heiskala 2004, 46.) Tätä jaottelua haastaa teknologian sulautuminen moneen. Fyysinen ja digitaalinen sulautuvat ja muuttavat sosiaalista toimintaa. Hyvin toimiessaan 100 päivän hyvinvointihaasteen avulla syntyneitä uusia vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteita sekä niiden luomia ratkaisumalleja voidaan jatkossa soveltaa innovaatiotoiminnassa myös muihin hyvinvointiongelmiin ja niiden ratkomiseen.

Jokaiseen 100 päivän haasteeseen sisältyy kolme vaihetta (TAULUKKO 1.): 1. suunnittelu, 2. 100 päivän matka sekä 3. ylläpito. Ensimmäinen eli suunnitteluvaihe, luo tulevalle haasteelle olosuhteet ja kokoaa tiimit. Tämä vaihe keskittyy suunnittelemaan haasteen painopisteen, keräämään tietoa, tunnistamaan ongelmia sekä suunnittelemaan tukiverkostoan, johon kuuluvat myös mahdolliset valmentajat ja sponsorit. Toinen eli 100 päivän matkan vaihe alkaa sillä, että kaikki haasteessa mukana olevat tiimit kokoontuvat tapaamaan toisiaan, jonka jälkeen 100 päivän haaste varsinaisesti alkaa. Vaikka 100 päivän haaste on mukana oleville tiimeille tiimikohtainen itseohjautuva prosessi, heitä rohkaistaan tapaamaan toisiaan säännöllisesti. Haasteen päivä 50. kohdalla tiimit tapaavat saadakseen uutta puhtia haasteeseen arvioimaan edistymistään, esittelemään ja tarpeen tullen muokkaamaan ideoitaan ja suunnitelmiaan. Kolmannen eli ylläpitovaiheen

tarkoitus on kasvattaa haasteen aikana saatua ideaa ja juurruttaa se. Tässä vaiheessa johtoryhmä ja tiimit kokoontuvat jakamaan oppejaan ja tuloksiaan tarkoituksena työskennellä yhdessä ideoiden kestävyiden ja käytön suunnittelun parissa. Kaikki kolme vaihetta sisältävät jatkuvan johdon tai haastetta organisoivan tahon tuen. (Nesta 2019.)

TAULUKKO 1. Nestan 100 päivän haasteen vaiheet (Nesta 2019)

VAIHE 1: Suunnittelu	VAIHE 2: 100 päivän matka	VAIHE 3: Ylläpito
Luodaan olosuhteet  Mobilisoidaan tiimit  Suunnitellaan haasteen painopiste  Kerätään tietoa  Suunnitellaan yhteistyö ja tukiverkostot (joihin sisältyy sponsorit)	Tiimit ja johtoryhmä kokoontuvat käynnistämään prosessin  100 päivän haaste alkaa  Tiimit työskentelevät itsenäisesti  Päivänä 50 tiimit tapaavat toisensa tarkastelemaan edistymistä ja tarvittaessa mukauttamaan suunnitelmiaan	Saatua ideoita kasvatetaan  100 päivän päätyttyä tiimit ja johtoryhmä kokoontuvat uudelleen jakamaan opittua ja tuloksia  Yhteinen työskentely jatkuu ideoiden kestävyiden saavuttamiseksi sekä skaalaussuunnitelman tekemiseksi
		
Kaikki vaiheet läpäisee johdon valmentava tuki		

100 päivän hyvinvointihaasteella tai muulla sen kaltaisella ongelmalähtöisellä alhaalta ylöspäin etenevällä haasteella hyvinvointiongelmiin ratkomista ei ole kirjallisuus- ja aineistohaun perusteella ennen tutkittu, vaikka sitä on käytetty lukuisien yhteiskunnallisten ongelmien ratkomiseen. Hyvinvointiongelmiä ja niiden ratkaisemisesta on tehty jonkin verran tutkimusta, mutta niissä ei ole käsitelty ongelmalähtöistä haastemallia.

Hyvinvointiekosysteemi-hankkeen valmisteluprojektin lopussa Sitra arvioi onko hankkeessa käytetty ongelmalähtöinen innovaatiomalli toimiva ja millä

edellytyksillä suomalaisen hyvinvointiekosysteemin kehittämistä kannattaa jatkaa. Tämän opinnäytetyön oli tarkoitus tuottaa tietoa haastemallin toimivuudesta, jota voitiin hyödyntää mahdollisen uuden hankkeen valmistelussa.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, minkälaisia ratkaisumalleja ongelma-  
lähtöisellä ja avoimella 100 päivän hyvinvointihaasteella kehitettiin nuorten hyvin-  
vointiongelmiin sekä selvittää mitkä asiat edistivät tai estivät innovaatioprosessin  
onnistumista.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa nuorten hyvinvoinnin edistämisen pa-  
rissa työskenteleville siitä, millaisia ratkaisumalleja innovoinnilla voidaan kehittää  
nuorten hyvinvointiongelmiin sekä millaiset asiat kannattaa huomioida innovaa-  
tioprosessia toteutettaessa.

Tutkimuskysymykset:

1. Minkälaisia ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin kehitettiin 100 päivän hyvinvointihaasteen avulla?
2. Mitkä asiat edistivät 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista?
3. Mitkä asiat estivät 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista?

## 6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tämä opinnäytetyö on laadullinen haastattelututkimus ja se tehtiin tilauksesta Sitralle. Opinnäytetyötä varten haastateltiin ryhmähaastatteluina 100 päivän hyvinvointihaasteeseen osallistuneita neljää eri tiimiä, joista osa oli Jyväskylässä ja osa Kuopiossa. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina ja analysoitiin sisällönanalyysillä.

Opinnäytetyön kannalta oleellisen tiedon löytämiseksi tehtiin monipuolista tiedonhakuja. Tiedonhaku tehtiin konsultoimalla Sitran asiantuntijoita, oppilaitoksen lehtoreita, käyttämällä erilaisia kirjastoja (Helmet, Diak, Helsingin Yliopisto, Tampereen yliopiston kirjasto), sähköisiä tietokantoja (EBSCO, Cinahl) sekä käyttämällä Google- ja Google Scholar-hakuja. Tiedonhaussa pyrittiin etsimään aiheen kannalta mahdollisimman tuoreita lähteitä, joka onnistui enimmäkseen.

### 6.1 Opinnäytetyön tilaaja ja tutkimusympäristön kuvaus

Opinnäytetyö toteutettiin tulevaisuustalo Sitralle, joka on ollut vuonna 1967 lahja eduskunnalta 50-vuotiaalle itsenäiselle Suomelle. Sitran keskeinen tehtävä on luoda mahdollisuuksia Suomen uudistumiselle. Tämä tarkoittaa, että Sitran tulee edistää Suomen tasapainoista kehitystä, taloudellista kasvua, kilpailukykyä kansainvälisesti sekä yhteistyötä. (L 24.8.1990/717.) Sitra siis ennakoi yhteiskunnassa tapahtuvia muutoksia, ottaa selvää, miten asioita voisi kehittää, kokeilee ja kehittää toimintamalleja sekä tuo ihmisiä sekä erilaisia organisaatioita yhteen, jotta Sitra-lakiin (1990) kirjattu tavoite Suomen uudistumisesta toteutuisi. Tavoitteeseen pääsemiseksi Sitra käyttää monipuolista työkalupakkiaan ja laajoja verkostojaan muutostarpeiden tunnistamiseen ja niiden toteuttamiseen. (Sitra 2019.)

Sitra aloitti keväällä 2019 Hyvinvointiekosysteemi-hankkeen valmisteluprojektin, jonka osana oli 100 päivän hyvinvointihaaste Suomen eri kaupungeille. Haasteessa Sitra haki kaupungeja mukaan pilotoimaan uudenlaisia

innovaatioprosesseja vastaamaan uusiin nyky-yhteiskunnan hyvinvointiongelmiin, joista kaksi ovat: Oman taloudenhallinta ja ylivelkaantuminen sekä nuorten elämänhallinta ja mielenterveys. Tarkoituksena oli haasteen avulla luoda suomalaiseseen osaamiseen perustuvaa hyvinvointiekosysteemiä. (Sitra 2019.) Kaupungit hakivat haasteeseen 24. lokakuuta 2019 mennessä. Kaikkien haasteeseen mukaan haluavien kaupunkien tai kaupunkiseutujen tuli hakemuksissaan kuvata paikallisen innovaatioprosessin toteutussuunnitelma ja keskeiset osallistujat. Hakijana tuli olla kaupunki tai muu kaupunkiseudun toimija, jolla on mahdollisuus organisoida paikallinen innovaatioprosessi. (Sitra 2019.) Hakijoista Sitra valitsi hakemusten perusteella mukaan kaksi kaupunkia: Kuopio ja Jyväskylä.

Tutkimusympäristönä oli lokakuun 2019 lopulla haasteeseen mukaan valitut kaksi kaupunkia: Kuopio ja Jyväskylä, joista haasteeseen osallistui yhteensä neljä tiimiä. Tiimit koostuivat nuorten hyvinvoinnin parissa työskentelevistä ammattilaisista. Mukana tiimeissä oli ammattilaisia muun muassa kasvatuksen- ja koulutuksen aloilta, nuorisotoimesta sekä sosiaali- ja terveysalalta. Molempien kaupunkien hakemukset lähestyivät nuorten elämänhallinnan ja mielenterveyden ongelmia monipuolisen osaamisen lähtökohdista. Kaupungit kutsuivat innovaatioprosessiin mukaan myös nuoria. Opinnäytetyön aihe on hyvin ajankohtainen, sillä Sitran ja New Economics Foundationin vuonna 2014 päättyneen kansainvälisen tutkimushankkeen mukaan henkisen hyvinvoinnin ja elämäntapoihin liittyvät ongelmat eivät ole kasvaneet vain Suomessa, vaan myös globaalilla tasolla. Henkisen ja psyykkisen pahoinvoinnin taustalla ovat ainakin yhteiskunnan nopea murros, epävarmuus ja monimutkaisuus elinympäristöön liittyen, sekä se että ihmisillä on nykyään enemmän valinnanvaraa, kun puhutaan arjen hyvinvointiin liittyvistä valinnoista (Hämäläinen & Michaelson 2014.)

### 6.1.1 Kuopion tiimit

Kuopio haki 100 päivän haasteeseen mukaan, sillä Kuopion hakemuksen mukaan nuorten henkiseen hyvinvointiin ja elämäntapoihin liittyvät ongelmat ovat kasvaneet niin Suomessa kuin globaalistikin, ja ne näkyvät myös Kuopiossa. Kuopion hakemuksessa todettiin, että nuorten omat näkökulmat ja

ratkaisuehdotukset jäävät usein palveluiden kehittämisessä hyvin vähälle huomiolle. Hakemuksessaan Kuopio taustoitti suurimman osan nuorista voivan hyvin mutta samalla eriarvoisuus ja syrjäytyminen ovat vakavia ongelmia. Nuorten hyvinvoinnin eriäväisyydet ovat nähtävissä eri asteisissa opinnoissa aina peruskoulusta ammatillisiin opintoihin sekä eri sukupuolten välillä. Myös nuorten terveyserot voivat nuorilla olla isoja, esimerkiksi ammattikoulussa opiskelevat nuoret kokevat terveytensä lukiossa opiskelevia nuoria heikommaksi. Ammattikoululaisten elintavat ovat lukiolaisia huonommat ja he myös käyttävät lukiolaisia yleisemmin päihteitä. (KuopioHealth 2019.)

Kuopio kokosi yhteen Sitran 100 päivän haasteeseen kaupungin toimijoita, nuoria, suomalaisyrityksiä, alueen keskeiset tutkijat, julkisen ja kolmannen sektorin tuote- ja palvelunkehittäjät sekä kokemusasiantuntijoita eli itse nuoria. 100 päivän haastetta Kuopiossa koordinoi ja fasilitoi KuopioHealth. (KuopioHealth 2019.) ”Kuopio Health on verkosto, joka on sitoutunut edistämään hyvinvoinnin, elintarvikealan sekä terveysteknologian osaamista, tutkimusta, elinkeinoelämää ja terveysalan tietoisuutta”. KuopioHealthin lähtökohtana on edistää kehitystä, tutkimusta ja uusia innovaatioita, jotka lähtevät asiakkaiden tarpeista. Lisäksi KuopioHealth toimii uusien tuotteiden ja palveluiden alustana. Periaatteena on toimia avoimen innovaatiotoiminnan mallilla, joka yhdistää julkisen sektorin, akateemisen maailman, elinkeinoelämän ja palveluita käyttävät ihmiset tuomaan ratkaisuja yhteiskunnasta esiin tuleviin tarpeisiin. (KuopioHealth 2019a.)

### 6.1.2 Jyväskylän tiimit

Jyväskylä taustoitti 100 päivän haasteen hakemuksessaan Keski-Suomen olevan lasten ja nuorten maakunta. Visioksi Keski-Suomen lapsiasiafoorumissa vuoden 2016 alussa asetettiin, että Keski-Suomi tunnetaan vuonna 2025 lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin maakuntana. Lasten ja nuorten hyvinvointia halutaan edistää niin julkisella, yksityisellä kuin kolmannellakin sektorilla. Jyväskylän asukkaista noin 40 prosenttia on alle 29-vuotiaita ja heistä yli 10-vuotiaita on yli 41 400. Jyväskylä on myös vahvasti opiskelijoiden kaupunki. Toisen asteen opiskelijoita Jyväskylässä on 11 950, ammattikorkeakouluopiskelijoita 7 500 ja

yliopistossa 14 000. (KeHO 2019.) Jyväskylän osalta hakemuksen tekemisestä vastasi ja sitä koordinoi Keski-Suomen Hyvinvoinnin Osaamiskeskittymän verkoston (KeHO) organisaatioita edustava koordinaattoritimi.

KeHO toimi yhteistyöverkostona ja ekosysteeminä, joka kokosi yhteen Keski-Suomen keskeiset hyvinvointialan toimijat sekä tutkimus-, kehitys-, innovaatio- ja koulutustoiminnan organisaatiot. KeHO-verkoston toiminta pohjautuu verkostoyhteistyöhön, jonka yhteisenä päämääränä on ihmisten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. KeHO pyrkii kehittämään yhteiskuntaa, jossa keskitytään ihmisen kokonaishyvinvoinnin ylläpitämiseen ja kasvattamiseen koko elämän ajan. Keinoina voivat olla muun muassa kulttuuri, liikunta ja yhteisöllisyys. Yksi keskeisin teema-alue KeHO-verkoston toiminnassa on lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointi. (KeHO 2019.)

Jyväskylän hanketta hallinnoi Haukkalan säätiö. Haukkalan säätiö on vuonna 2013 perustettu säätiö, jonka päämääränä on vahvistaa lasten ja nuorten hyvinvointia edistävää toiminnan kulttuuria alueellisesti, kansallisesti ja kansainvälisesti. Lasten ja nuorten mielenterveyden edistämistä Haukkalan säätiö tekee tukemalla psykiatristen ja psyykkissosiaalisten häiriöiden sekä syrjäytymisen tutkimusta, ennalta ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta ja alan koulutusta yhteistyössä muiden alan toimijoiden kanssa. Säätiö myöntää apurahoja tutkimusryhmille ja tutkijoille. Vuonna 2016 Haukkalan säätiö asetti tavoitteen olla vuonna 2020 valtakunnallisesti tunnettu toimija lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja mielenterveyden edistämisen alueella. (Haukkalan Säätiö 2019.)

Kuopion ja Jyväskylän tiimit toteuttivat 100 päivän hyvinvointihaasteen Nestan mallia soveltaen eri vaiheisiin jaettuina. Kaupunkien tiimien kohderyhmä, tavoite sekä 100 päivän matka (100 päivän haasteen 2. vaihe) on kuvattuna alla olevassa taulukossa (TAULUKKO 2. Kaupunkien 100 päivän matkan osat). 100 päivän haaste päättyi Sitran lopputapahtumaan helmikuussa 2020 Helsingissä.

TAULUKKO 2. Kaupunkien 100 päivän matkan osat

TOIMIJA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	VAIHE 2: Startti	VAIHE 2: Väliarvio	VAIHE 2: Loppuarvio
Kuopio Tiimi 1.	Yläkoulun opiskelijat "täydellisyden tavoittelijat". Haasteena ahdistuneisuus ja menestyspaineet.  Tavoitteena oli kehittää työkaluja hyvinvointihaasteiden tunnistamiseen ja niiden ratkaisemiseen.	100 päivän aloitustapahtuma Sitralla.  Tarjottiin mahdollisuus kohderyhmän nuorille osallistua pilottiin.  Koulukyselyn perusteella valittiin kohdeluokka ja vertailuluokka toisesta koulusta.  Tehtiin sopimus nuorten kanssa osallistumisesta.	Viikoittainen hyvinvointivalmennus pilottiin osallistuville koululaisille.  Testattiin alustavat ideat nuorilla ja saatiin niistä palautetta ja uusia ideoita.  Haasteen puolivälissä kaikki tiimit kokoontuivat Sitran välitapahtumaan seuraamaan toisten edistymistä ja saamaan sparrausta.	Tiimien työskentely jatkui.  Innovaatioiden esittelyseminaari oli Sitralla 12.2.2020.  Ratkaisumallien jatkotyöstäminen ja toimeenpano jatkui tiimi-kohtaisesti tilanteiden ja resurssien mukaan.
Kuopio Tiimi 2.	Yhden kuntayhtymän opiskelijat. Haasteena päihteidenkäyttö ja putoaminen opiskelurytmistä.  Tavoitteena oli kehittää digitaalinen versio ASSIST-päihdeseulontalomakkeesta, joka mahdollistaa välittömän päihteidenkäyttöön puuttumisen.	100 päivän aloitustapahtuma Sitralla.  Vietiin menetelmä valtakunnallista käyttöä varten nettiin, tarkoituksena saavuttaa syrjäseutujenkin nuoret.	Kehitystyö jatkui.  Haasteen puolivälissä kaikki tiimit kokoontuivat Sitran välitapahtumaan seuraamaan toisten edistymistä ja saamaan sparrausta.	Tiimin työskentely jatkui.  Innovaatioiden esittelyseminaari oli Sitralla 12.2.2020.  Kehitystyö jatkui edelleen tilanteiden ja resurssien mukaan.
Kuopio Tiimi 3.	Yhden ammattikorkeakoulun ja yhden yliopiston opiskelijat. Haasteena opiskelu- ja vuorokausirytmien epätasapaino.  Tavoitteena oli kehittää digitaalisia työkalukonsepteja opiskelurytmien hallintaan.	100 päivän aloitustapahtuma Sitralla.  Tarjottiin mahdollisuus kohderyhmän nuorille osallistua pilottiin.  Koottiin vapaaehtoinen kohderyhmä ja verrokkiryhmä.  Sopimus nuorten kanssa osallistumisesta.	Testattiin alustavat ideat nuorilla ja niistä saatiin palautetta tai uusia ideoita.  Haasteen puolivälissä kaikki tiimit kokoontuivat Sitran välitapahtumaan seuraamaan toisten edistymistä ja saamaan sparrausta.	Tiimin työskentely jatkui.  Innovaatioiden esittelyseminaari oli Sitralla 12.2.2020.  Ratkaisumallien jatkotyöstäminen ja toimeenpano jatkui tiimi-kohtaisesti tilanteiden ja resurssien mukaan.
Jyväskylä Tiimi 1.	Eri ikäiset nuoret, joilla on haasteita mielenterveyden ja elämänhallinnan kanssa.  Tavoitteena oli kehittää monistettavissa ja levitettävissä oleva toimintamalli.	100 päivän aloitustapahtuma Sitralla.  Tutkittiin, kerättiin ja koottiin nuorten haasteita asiantuntijajatyönä.  Nuoria haettiin mukaan prosessiin ja he saivat esittää prosessiin tärkeäksi näkemään haasteita.  Haasteiden julkistus oli joulukuussa 2019 ja äänestys jatkotyöstöön tulevista haasteista alkoi.	Jatkotyöstettävien haasteiden deadline ja valinta olivat tammikuun 2020 loppupuolella.  Valittujen haasteiden priorisointi, konkretisointi ja ratkaisijoiden etsiminen nuorten ja asiantuntijoiden yhteisprosessilla.  Haasteen puolivälissä kaikki tiimit kokoontuivat Sitran välitapahtumaan seuraamaan toisten edistymistä ja saamaan sparrausta.	Järjestettiin Hackaton yhteiskehittämispäivä helmikuun alussa.  Pohdittiin konkreettisia ratkaisuja valituille pulmille.  Voittajaratkaisujen toteutus käynnistyi.  Innovaatioiden esittelyseminaari oli Sitralla 12.2.2020.  Ratkaisumallien jatkotyöstäminen ja toimeenpano jatkui tiimi-kohtaisesti tilanteiden ja resurssien mukaan.

## 6.2 Tiedonantajat

Sitran käynnistäessä 100 päivän hyvinvointihaasteen, siihen haki vapaaehtoinen joukko Suomen kaupunkeja ja niiden toimijoiden muodostamia tiimejä. Sitra valitsi hakemusten perusteella mukaan kaksi kaupunkia. Mukaan valitut kaupungit Jyväskylä ja Kuopio, muodostivat yhteensä neljä tiimiä. 100 päivän hyvinvointihaasteen alkutapahtumassa kerrottiin, että haasteesta tehdään YAMK-opinnäytetyö. Haasteen alkuvaiheessa tiimejä lähestyttiin sähköpostitse ja kerrottiin opinnäytetyön tarkoituksesta ja tavoitteesta sekä pyydettiin tiimejä halutessaan osallistumaan opinnäytetyön haastatteluihin. Tiimien kaikki osallistujat eivät pystyneet osallistumaan haastatteluihin, vaan neljästä tiimistä yhteensä 10 henkilöä osallistui haastatteluihin. Haastateltavista kaksi oli miehiä ja kahdeksan naisia. Mukana olleista kahdeksalla oli vähintään ylemmän korkeakoulun tasoinen koulutus. Heillä oli haastatteluhetkellä keskiarvoltaan yhdeksän vuoden kokemus alle 29-vuotiaiden nuorten parissa työskentelemisestä. Osallistujista kahdeksalla oli aiempaa kokemusta innovaatioprosessissa mukana olemisesta.

## 6.3 Aineistonkeruu

Tämä opinnäytetyö perustuu järjestelmälliseen tietojenkeruuseen, joka pyrkii vastaamaan ennalta määritetyn ongelman ratkaisuun. Tämä on yleisesti pidetty hyvän tutkimuksen pohjana. Tärkeä sääntö hankittaessa tutkimusaineistoa on, että tarve aineistolle pohjautuu aina tutkimustehtävään. (Hakala 2017, 142–143). Opinnäytetyötä varten aineisto kerättiin haastattelulla, joka on yksi yleisimmistä laadullisen tutkimuksen aineistonkeruun menetelmä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71; Ruusuvuori 2009, 9; Metsämuuronen 2009, 245–246.). Haastattelu on ennalta suunniteltua, johdettua, motivoitua, luottamuksellista ja tapahtuu tutkijan ja tutkitavan vuorovaikutuksessa. (Metsämuuronen 2009, 245–246). Tiedonkeruun menetelmänä haastattelu läpäisee koko yhteiskunnan ajatuksella siitä, että yksilö voi olla merkityksellisen tiedon tuottaja. (Ruusuvuori 2009, 9.) Haastattelulla saadaan selville mitä ihminen oikeasti ajattelee tai miksi hän toimii niin kuin toimii. Haastattelu on menetelmänä myös joustava, sillä siinä on aina mahdollista kysyä

lisää tai pyytää kertomaan asia uudestaan, mikäli tutkija ei heti saa kiinni mitä vastaaja tarkoittaa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 72–73).

Tämän opinnäytetyön haastattelumuotona käytettiin puolistrukturoitua teema-haastattelua. Kerätty aineisto muodostui neljästä eri haastattelusta. Haastattelut toteutuivat kolmen tiimin osalta ryhmähaastatteluina paikan päällä Kuopiossa ja Jyväskylässä helmikuussa 2020. Neljännen tiimin haastattelu toteutettiin tiimin vastuuhenkilön yksilöhaastatteluna puhelimitse, muun tiimin estyessä osallistumisesta. Yksilöhaastattelu toteutui myös helmikuussa 2020. Haastatteluihin valikoituivat kaikki neljä tiimiä, niistä kaupungeista, jotka Sitra otti mukaan 100 päivän hyvinvointihaasteeseen. Teemahaastattelu toimi aineistonkeruuna hyvin, sillä se muistuttaa vapaata keskustelua, joka muotoutuu haastateltavan ehdoilla mutta pitää haastattelun aihepiirissä. Pää tavoitteena teemahaastattelussa on käydä läpi haastateltavien kanssa samat teemat ja aihepiirit mutta niin, että kysymysten ja muoto sekä järjestys saattaa vaihdella. Haastattelut voidaan jaotella haastateltavien lukumäärän mukaan joko yksilö- tai ryhmähaastatteluihin. (Ruusuvoori 2009, 11–12.)

Teemahaastattelua varten ei laadittu tarkkaa kysymysluettelorunkoa vaan teema-alueuuttelo, jossa on tutkimuskysymysten kannalta oleellimmat teemat. Nämä teemat muodostettiin haastattelutilanteessa kysymyksiksi. Valitut teema-alueet olivat sen verran väljät, että se mahdollisti tutkittavan ilmiön sisältyvien asioiden monipuolisen esiin tulemisen. (Hirsjärvi & Hurme 1995, 41–42.) Opinnäytetyön teemahaastattelurungon (LIITE 3.) teema-alueet ovat: innovaatioprosessi ja haastemallin toimivuus. Teema-alueet on valittu niin, että ne pohjautuvat tämän opinnäytetyön teoreettiseen viitekehukseen sekä tutkimuskysymyksiin. Teemahaastattelurunko esiteltiin opinnäytetyön toteuttajan kahdella tuttavalla ennen varsinaisia haastatteluja.

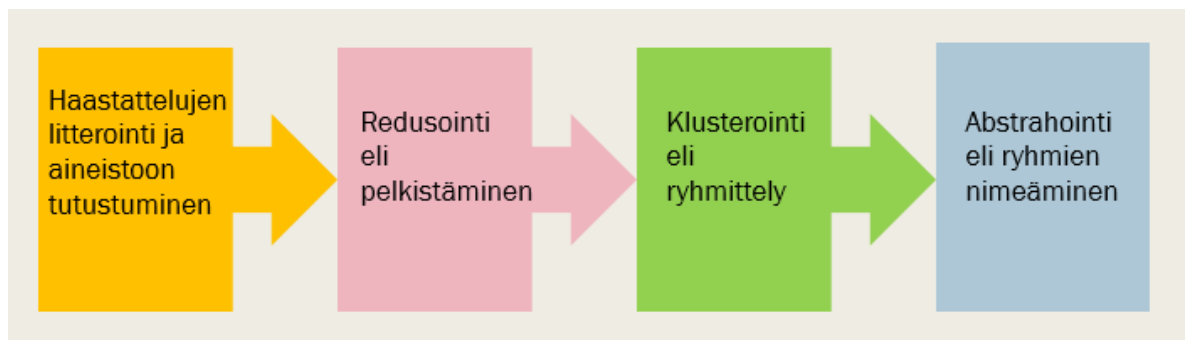
Ennen haastatteluajankohtien sopimista tiimien kanssa, oli tiimeille esitelty Sitran tapahtumassa opinnäytetyön tekijä ja aihe. Lisäksi tiimien jäseniin oltiin yhteydessä sähköpostitse, jossa kuvattiin vielä kirjallisena opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus. Haastatteluajankohtia sopiessa tiimien jäsenet saivat opinnäytetyön saattekirjeen (LIITE 1.), jossa kerrottiin tarkemmin opinnäytetyön aineistonkeruusta,

haastatteluiden nauhoittamisesta, osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä aika-  
taulusta. Lisäksi tiimien jäsenet saivat etukäteen ennen haastatteluita teema-  
haastattelurungon (LIITE 3.) luettavakseen, jolla pyrittiin orientoimaan haastatel-  
tavia sekä varmistamaan, että haastattelussa saadaan mahdollisimman paljon  
tietoa kerättyä. On myös hyvän eettisen toiminnan kannalta tärkeää, että haasta-  
teltava tietää jo ennen haastattelua mihin haastattelu liittyy. (Tuomi & Sarajärvi  
2009, 73.)

Jokaista haastattelua varten varattiin aikaa kaksi tuntia. Haastattelut toteutettiin  
haastateltavien valitsemissa paikoissa, yhdessä sovittuina ajankohtina. Jokai-  
selta haastateltavalta kerättiin suostumuslomake (LIITE 2.), jossa haastateltava  
antoi luvan aineistonkeruulle ja haastattelun nauhoittamiselle. Kolme neljästä  
haastattelusta nauhoitettiin Olympus voice recorder -nauhoittimella sekä varmuu-  
den vuoksi myös puhelimella. Haastateltaville kerrottiin, että nauhoitus tapahtuu  
kahdella välineellä. Neljäs haastattelu, joka tapahtui puhelimitse, nauhoitettiin  
vain Olympus-nauhoittimella. Haastateltavalle kerrottiin puhelun nauhoittami-  
sesta. Hirsjärven ja Hurmeen mukaan (2001) haastattelussa on tärkeää ottaa  
huomioon haastateltavan oikeudet. Näihin lukeutui muun muassa haastattelijan  
vaitiolovelvollisuus sekä se, että haastatteliija ei avoimemmassa haastattelussa,  
kuten teemahaastattelussa, saanut sanoa liikaa omia kommenttejaan. Haastat-  
teliija varautui myös varautua siihen, että haastateltava käyttää haastattelutilan-  
teessa suhdessäntöjään. Tällä tarkoitetaan, että haastateltava saattaa ajatella  
haastattelutilanteen toimivan terapiana tai tilanteena, jossa voi purkaa jopa viha-  
mielisiäkin patoutumiaan. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 101–102.) Haastattelutilan-  
teissa haastatteliija toimi haastattelun käynnistäjänä ja ohjaajana sekä teemarun-  
gon teemojen käsittelyn varmistajana kuitenkin niin, että haastattelijan osuus kes-  
kustelussa oli mahdollisimman pieni. Haastattelutilanteessa haastatteliija pyrki  
myös aktivoimaan hiljaisempia keskustelijoita sekä kysymään tarkentavia- ja jat-  
kokysymyksiä, varmistaakseen kerrotun asian oikean ymmärryksen. (Hirsjärvi ja  
Hurme 2001, 43.)

## 6.4 Aineiston analyysi

Sitran organisoiman 100 päivän hyvinvointihaasteessa mukana olleiden kaupunkien Kuopion ja Jyväskylän tiimien kolme ryhmähaastattelua, yksi yksilöhaastattelu sekä yksi kirjallisena saatu vastaus haastattelusta estyneeltä haastateltavalta muodostivat 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista kuvaavan aineiston. Aineisto analysoitiin induktiivisella eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, joka etenee vaiheittain (KUVIO 1. Induktiivisen sisällönanalyysin vaiheet) (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95). Analyysissä käytettiin apuna Word-tekstinkäsittelyohjelmaa sekä Excel-taulukkolaskentaohjelmaa. Valittu analyysimenetelmä auttoi aineistoa kuvaamaan 100 päivän haasteprosessin onnistumista sanallisesti esitettävänä selkeänä kuvauksena. Kerätty aineisto saattaa olla monenlaista ja hyvin erillään toisistaan, jolloin induktiivinen sisällönanalyysin tehtävänä oli tiivistää aineistoa kadottamatta sen informatiivisuutta. Induktiivinen aineiston analyysi mahdollistaa laadukkaan ja mahdollisimman informatiivisen lopputuloksen suhteessa tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 107–108.)



KUVIO 1. Induktiivisen sisällönanalyysin vaiheet (Tuomi & Sarajärvi 2013)

Analyysin alkuvaiheessa ääninauhoitettut haastattelut litteroitiin eli purettiin kirjoitetuksi tekstiksi Express Scribe -transkriptioääniohjelmaa käyttäen. Kerätty aineisto litteroitiin valikoituna litterointina, jossa puhtaaksikirjoitettiin vain sellaiset osat, jotka ovat oleellisia tutkimuksen raportin kannalta (Metsämuuronen 2009, 254). Valikoitu litterointi on hyvä puhtaaksikirjoittamisen tapa, kun ei analysoida haastateltavien äänen painotuksia tai muita puheilmaisuun liittyviä tekijöitä tai

ryhmähaastattelussa ihmisten välistä vuorovaikutussuhdetta (Syrjälä ym. 1995, 163). Aineistosta jätettiin litteroimatta kohdat, joissa esimerkiksi haastateltava yskäisi tai kysyi jäljellä olevaa haastattelu-aikaa. Kun aineisto oli purettu tekstiksi litteroinnin avulla, aineistoa luettiin läpi useita kertoja läpi, jotta saatiin kokonaiskuva aineistosta sekä syvällisempi käsitys aineiston sisällöstä. Syvällisemmän aineistoon tutustumisen ohella, pyrittiin samalla etsimään ja tunnistamaan analyysiyksiköt, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin. Analyysiyksiyksikkö voi olla sana, lause tai ajatuskokonaisuus, joka koostuu useista lauseista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.)

Analyysiyksikkönä oli tutkimuskysymyksiin vastaavat ajatuskokonaisuudet. Tutkimuskysymysten kannalta oleelliset alkuperäisilmaisut kopioitiin Word-tiedostosta Excel-taulukkoon. Alkuperäisilmaisut koodattiin värikoodein ilmaisemaan kutakin haastatteluryhmää. Tämän jälkeen alkuperäisilmaisut redusoiitiin eli pelkistettiin. Pelkistämisenä alkuperäisilmauksista karsittiin pois kaikki epäolennainen, jolloin jäljelle jää pelkistetty tiivis ilmaisu. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109.) Tutkimuskysymyksiin löytyi aineistosta yhteensä 196 pelkistystä. Taulukko 3. kuvaa esimerkin alkuperäisilmaisun pelkistyksestä.

TAULUKKO 3. Esimerkki alkuperäisten ilmauksien pelkistämisestä

<b>ALKUPERÄINEN ILMAUS</b>	<b>PELKISTETTY ILMAUS</b>
<i>”mun mielestä tä on näyttänyt tän meidän verkoston ja meidän yhteistyön toimivuutta”</i>	Osoittanut olemassa olleen verkoston yhteistyön toimivuuden.
<i>”aina kun tarvitsi apua tai oli joku tehtävä niin aina joku nosti kättä tai ilmoittautui vapaaehtoiseksi.”</i>	Avunsaanti muilta tiimiläisiltä
<i>”Mut tossa niinku se et ette ollu paikalla kuuntelemassa et Jyväskylähän oli enemmän tehnyt selvitystä et ne ei lähtenyt konkreettisiin toimenpiteisiin eli tässäkin se, että mikä se alkuperäinen Sitran tahto oikeesti oli että halus... se ei ollu selvä”</i>	Se, mitä Sitra halusi haasteelta oli epäselvää.

Seuraavaksi sisällöllisesti samankaltaiset pelkistykset klusteroitiin eli ryhmiteltiin ja muodostettiin alaluokat, jotka nimettiin sisältöä kuvaavasti (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110). Ryhmittelyssä hyvä tapa on myös tuoda esiin aineistossa nousseita sitaatteja tai aineistosta voidaan koota tiiviitä kertomuksia (Eskola & Suoranta 1998, 176). Esimerkki miten pelkistetyistä ilmaisista muodostui alaluokka, kuvataan taulukossa 4.

TAULUKKO 4. Esimerkki alaluokan muodostamisesta

<b>PELKISTETTY ILMAUS</b>	<b>ALALUOKKA</b>
Osoittanut olemassa olleen verkoston yhteistyön toimivuuden.	Verkostoyhteistyö.
Yhteistyö eri verkostojen välillä.	
Avunsaanti muilta tiimiläisiltä.	Tiimiläisten apu toisilleen
Se, mitä Sitra halusi haasteelta oli epäselvää.	Sitran tavoite haasteelle ei avautunut
Haasteen tavoite olisi pitänyt määritellä Sitran puolelta selkeämmin.	
Oli epäselvää mihin Sitra haasteprojektilla pyrki.	
Yhteisymmärrys puuttui mitä haasteella tavoitellaan.	

Seuraavassa klusteroinnin vaiheessa 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistävästä tekijöiden alaluokista muodostettiin väliluokka ennen yläluokitteluun siirtymistä. Taulukko 5. kuvaa edistävien tekijöiden alaluokan muodostamisen väliluokaksi.

TAULUKKO 5. Esimerkki väliluokan muodostamisesta

<b>ALALUOKKA</b>	<b>VÄLILUOKKA</b>
Tiimin sisäinen sujuva yhteistyö	
Tiimiläisten apu toisilleen	Sujuva tiimityö
Selkeät työtehtävät tiimissä	
Vastuiden jakaminen tiimissä	
Ei ollut sitoutumispakkoa	
Mukana oleminen oli vapaaehtoista	Osallistuminen oli vapaaehtoista

Analyysin seuraavassa vaiheessa, kun kaikkien kolmen tutkimuskysymyksen osalta oli päästy ryhmittelyssä vaadittavalle tasolle, ryhmittely jatkui abstrahointiin eli käsitteellistämisvaiheeseen. Abstrahoinnilla pyritään saamaan alkuperäisestä aineistosta lopulta teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä. Analyysiä jatkettiin yhdistelemällä luokkia samankaltaisuuksien kautta yläluokiksi, jotka nimettiin luokkaa kuvaavalla tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110–111.) Taulukko 6. kuvaa 100 päivän hyvinvointihaasteen edistävien asioiden (tutkimuskysymys 2.) väliluokkien muodostumista yläluokiksi. Taulukko 7. kuvaa kahden muun tutkimuskysymyksen osalta (tutkimuskysymykset 1 ja 3) alaluokkien muodostumisesta yläluokiksi.

TAULUKKO 6. Esimerkki väliluokan muodostumisesta yläluokaksi

VÄLILUOKKA	YLÄLUOKKA
Sujuva tiimityö	
Moniammatillinen osaava tiimi	
Ei vienyt liikaa työaika	Asiantuntevat tiimit
Haasteen muutokseen mukautuminen	
Ei erillistä palkattua työntekijää	
Osallistuminen oli vapaaehtoista	
Vapaus innovoida	Työskentelyn vapaus
Rahoitukset vapaat käyttömahdollisuudet	

TAULUKKO 7. Esimerkki yläluokan muodostumisesta

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Verkostoyhteistyö	
Verkoston kapasiteetin vahvistuminen	Verkostoyhteistyö
Sitran tavoite haasteelle ei avautunut	
Sitran odotukset haasteelle oli epäselvät	
Sitran rooli haasteessa oli epäselvä	Haasteen määrittely oli epäselvä
Sitralta haasteen määrittely oli epäselvä	
Haastetta ei pohjustettu ennen varsinaisen 100 päivän alkamista	

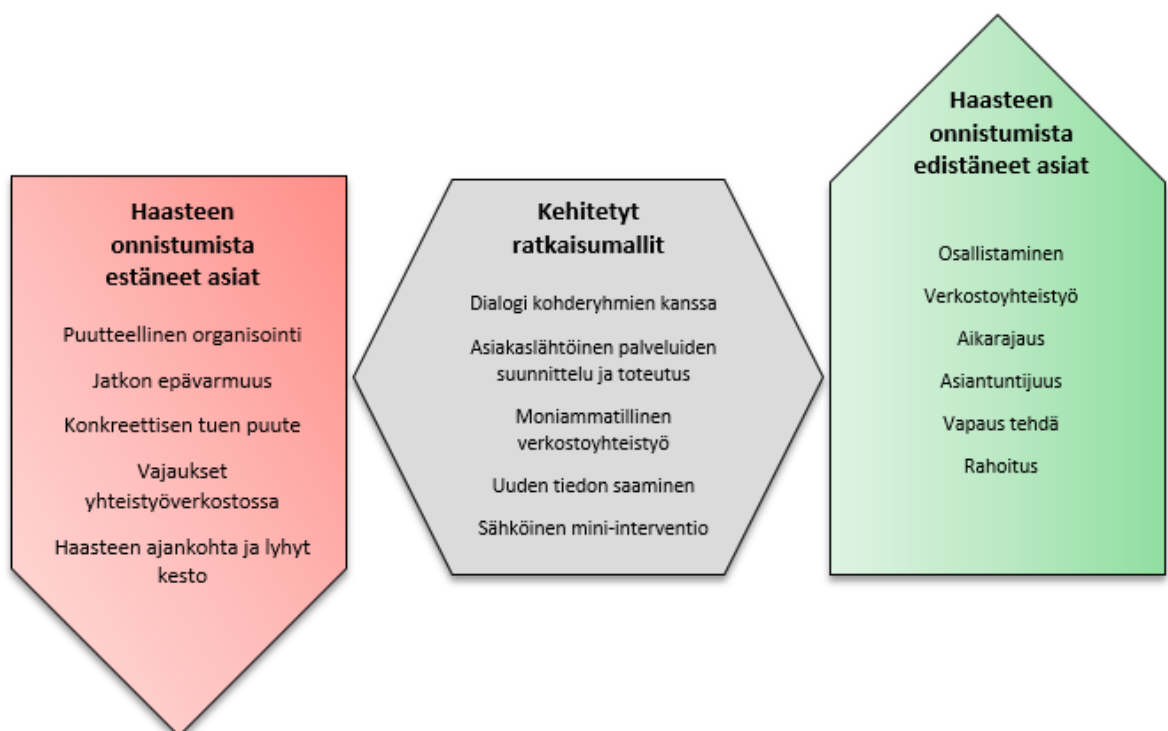
Abstrahointia jatkettiin eteenpäin muodostamalla yläluokat pääluokiksi. Taulukossa 8. on kuvattu esimerkki pääluokan muodostumisesta.

TAULUKKO 8. Esimerkki pääluokan muodostumisesta

<b>YLÄLUOKKA</b>	<b>PÄÄLUOKKA</b>
Asiantuntevat tiimit	
Ratkottavan ongelman rajaus	Asiantuntijuus
Pohjatyö ennen haastetta	

## 7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Kerätyllä aineistolla saatiin vastaukset kaikkiin kolmeen tutkimuskysymyksen. Kolmeen jaotellut tulokset on esitetty kokoavasti kuviossa 2. 100 päivän hyvinvointihaasteen aikana on mahdollista kehittää ratkaisumalleja avuksi, ratkottaessa nuorten mielenterveyden ja elämänhallinnan ongelmia. Talvella 2019–2020 toteutetussa 100 päivän hyvinvointihaasteen aikana kehitettyjä ratkaisumalleja olivat: dialogi kohderyhmien kanssa, asiakaslähtöinen palveluiden suunnittelu ja toteutus, moniammatillinen verkostoyhteistyö, uuden tiedon saaminen sekä sähköinen mini-interventio. Nestan innovaatioprosessimallin 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistävät haastetta koskevan kohderyhmän osallistaminen mukaan prosessiin, verkostoyhteistyö, haasteen aikarajaus, haasteessa mukana olevien jäsenten asiantuntemus, tekemisen vapaus sekä rahoitus. Asiat, jotka taas estävät 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista ovat haasteen puutteellinen organisointi, jatkon epävarmuus, haasteeseen osallistuvien tiimien konkreettisen tuen puute, vajaukset yhteistyöverkostossa ja lyhyt kesto. 100 päivän hyvinvointihaastetta suunnitellessa ja toteuttaessa tulee ottaa huomioon myös sen ajankohta, missä kohtaa vuotta se kannattaa järjestää suhteessa kohderyhmään tai haluttuihin tavoitteisiin.



KUVIO 2. Hyvinvointihaasteen onnistumista estäneet ja edistäneet asiat sekä kehitetyt ratkaisumallit

## 7.1 Hyvinvointihaasteen aikana kehitetyt ratkaisumallit

Sitran 100 päivän hyvinvointihaasteeseen osallistuneiden tiimien haastatteluiden sisällönanalyysin tulokset muodostivat viisi haasteen aikana kehitettyä ratkaisumallia: 1) dialogi kohderyhmien kanssa, 2) asiakaslähtöinen palveluiden suunnittelu ja toteutus, 3) moniammatillinen verkostoyhteistyö, 4) uuden tiedon saaminen ja 5) sähköinen mini-interventio.

**Dialogi kohderyhmien kanssa** muodostui aineistosta yhdeksi haasteprosessin aikana kehitetyksi ratkaisumalliksi. Tiimien jäsenet pitivät dialogia 100 päivän hyvinvointihaasteen kohderyhmien kanssa onnistumisena. Haasteen aikana tiimit kokivat kuunnelleensa nuoria ja käyneensä aitoa dialogia nuorten kanssa. Myös nuorten ja ammattilaisten välistä vuoropuhelua ja sen mahdollistamista pidettiin tärkeänä haasteen aikana ja tulevaisuudessa. Yksi tiimi järjesti haasteen aikana ammattilaisten ja nuorten välisen keskustelutilaisuuden, joka koettiin hedelmällisenä ja sellaisena, jonka järjestämistä voisi tulevaisuudessakin jatkaa, kun organisaatiossa halutaan kehittää tai innovoida toimintaa.

*Nuorten kuuleminen oli ehkä se tärkein ja se ketterä yhteistyö moniammatillinen yhteistyö oli minusta ehkä se suurin.*

*Tä lähti hyvin et yhdessä ihmetellään jotain et nyt on dataa et tällasta tapahtu ja lähdetään liikkeelle siitä kysymyksestä et mistä tässä on kysymys ja myös opettajat puhu huolia ja siinä syntyy aito dialogi et, jos mä aattelen et mikä vois olla tuloksena et mitä lähtis jalostaa eteenpäin ni vois ajatella myös tämmössi dialogisii työtapoja niinku opiskeluyhteisön toimintakulttuurin ja opetussuunnittelun kehittämisessä.*

**Asiakaslähtöisten palveluiden suunnittelu ja toteutus** muodostui myös ratkaisumalliksi. Tähän sisältyi uusien asiakaslähtöisten palveluiden suunnittelu sekä toteutus konkretiassa. Yhdessä tiimissä todettiin, että tulevaisuudessa vanhemmuuden roolimallien rakentaminen on tärkeää ja toisessa tiimissä oivallettiin, etteivät toiselta koulutusasteelta jatko-opintoihin siirtyvät nuoret omaakaan niin hyviä opiskelutaitoja kuin oletus on ja näin ollen opiskelutaitoja tulisi opettaa opiskelijoille, kun he jatkavat korkeakouluopintoihin. 100 päivän hyvinvointihaasteen aikana yksi tiimi ehti suunnitella ja toteuttaa asiakaslähtöisen nuorten toiveiden

mukaiset rentoutustuokiot kesken koulupäivän. Tuokiot saivat hyvää palautetta ja ne koettiin hyödyllisiksi.

*Minusta yksi huipputuloks oli mitä ... sano kun mä kuuntelin näitä opiskelijoita niin tuli ihan sellainen oli et vaaditaanko me niiltä ekana syksynä mitkä on mahdottomia.*

*...ja sitten ylipäättään se ajanhallinnantaidot yhdeksi oppiaineeksi ehottomasti joka menee koko pitkin opintoja ja myös esim. joskus verkkokursseihin tehtiin paljonko perehtymiseen pitäisi varata aikaa ja sen pohjalta harjoiteltiin tekemään aikataulustusta opintoihin niin onkohan se hävinnyt nyt noista verkkokursseista et se olis oikeesti ohjeistettu että tämän tehtävän tekemiseen menee 10h niin varaa se kalenterista ja sit sun täytyy oikeesti merkitä et pitäiskö tällaista ajanhallinnantaitoa ihan jokaisen opintojakson yhteyteen niinku sisällyttää.*

**Moniammatillinen verkostoyhteistyö** muodostui yhdeksi 100 päivän hyvinvointihaasteen aikana kehitetyistä ratkaisumalleista. Tiimeissä koettiin että 100 päivän haaste lisäsi yhteistyötä eri tahojen kanssa ja haaste itsessään toimi ihmisten koollekutsumisen mallina. Osalle tiimeistä 100 päivän haaste osoitti jo olemassa olleen verkoston yhteistyön toimivuuden sekä kasvatti yhteistyön yhteistä ymmärrystä. Tiimeissä koettiin 100 päivän haasteen myös vahvistaneen valmiiksi olleen verkoston kapasiteettia tarttua jatkossakin erilaisiin haasteisiin.

*Et tässä 100 päivässä me saatiin toteutettua tällainen uudentyypinen pulmien kiteyttämisen ja ihmisten koollekutsumisen, jota me eilen kututtiin innovaatiotornadoksi. Et tä on alku jollekin ja sitten tästä näkee miten ne pienet konkreettiset tornadot lähtee elämään omaa elämäänsä ja mikä niitten vaikutus on.*

*Mun mielestä tä on näyttänyt tän meidän verkoston ja meidän yhteistyön toimivuutta ja luulen että tällä me ollaan saatu hyvä alku sille että meillä niinku jatkuu tä yhdessä tekeminen edelleenki isommissa ja pienemmissä haasteissa. Verkosto.*

*...tästä se niinku alkaa et mä sanon et tässä on se yhteistyöhedelmä ja me koko ajan lähennytään ja se yhteinen ymmärrys kasvaa ja se on se toivo siinä niiden lopullisten ratkaisujen löytämiseksi.*

**Uuden tiedon saaminen** oli yksi 100 päivän haasteen ratkaisumalleista. Haastemalli toimi hyvin siinä, että sen avulla ja aikana osa haasteessa mukana olleista ammattilaisista saivat uutta tietoa nuorten hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä ja nuoria kuormittavista tekijöistä niin muilta ammattilaisilta kuin itse nuorilta. Ammattilaisten tietoisuus nuorten mielenterveyden ja hyvinvoinnin kulmakivistä kasvoi. Vaikkei kaikki tiimit päässeet haasteen aikana tekemään konkreettisia kokeiluja kohderyhmän parissa, tiimit kertoivat saaneensa ratkaisuehdotuksia siihen, miten nuorten hyvinvointia voisi jatkossa tukea.

*Ja sitte tosiaan se, että tuntu et kaikki ne nuoret, jotka oli mukana et niillä on sitä unenpuutetta aina oli se väsymys ja univelka ikäänkuin unta unta lisää et se on varmaan kohta uusi kansansairaus et pitäiskö sille tehdä jostain et ratkaistais se et kaikki nukkuis riittävästi ni onko meillä vähemmän mielenterveyshaasteita.*

*Mut se ei välttämättä ole sellainen taito (rentoutuminen) jota nuoret välttämättä itse osaisi hyödyntää. Et sellaisia herätyksiä tietysti tuli prosessin aikana itelle ainakin.*

**Sähköinen mini-interventio** oli myös haasteen aikana jatkokehitetty ratkaisumalli. Yhden tiimin lähestymistapa haasteeseen oli jatkaa jo ennen 100 päivän hyvinvointihaastetta edeltäneen innovaation kehittämistä. Tämän tuloksena innovaatio jalostui haasteen aikana yhdeksi ratkaisumalliksi, hyvällä mallilla olevaksi sähköiseksi mini-interventioksi. Tiimi kehitti sähköisen päihteidenkäytön varhais-tunnistamisen ja mini-intervention lomakkeen sekä niiden käyttöön liittyvän ohjekirjan, joiden kehitys valmiiksi käyttöönotettaviksi versioiksi jatkui haasteen jälkeen.

## 7.2 Hyvinvointihaasteen onnistumista edistäneet asiat

Aineiston sisällönanalyysin tuloksista muodostui yhteensä kuusi 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistänyttä asiaa: 1) osallistaminen, 2) verkostoyhteistyö, 3) aikarajaus, 4) asiantuntijuus, 5) vapaus tehdä ja 6) rahoitus.

**Osallistaminen** on 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistävä tekijä. Haasteprosessiin osallistuneet tiimit pitivät tärkeänä mahdollistaa nuorten ja vanhempien osallistamisen mukaan haasteeseen, sillä Sitran määrittelemä haasteen yläteema koski nuorten elämänhallintaa ja mielenterveyttä. Nuoria ja vanhempia osallistui haasteen aikana järjestettyyn yhteiskehittämispäivään ja lisäksi nuoria oli hyvin mukana haasteen aikana innovoiduissa koulupäivän aikana tapahtuvissa rentoutushetkissä, jotka olivat nuorten oma toive.

*Mäkin nään että tuli... ulkopuolisina aktiivisina mukaan yhteiskehittämispäivään ihan itse nuoret niinku meidän ryhmässä ollut nuori, sitten muutamia vanhempiakin, vanhempainfoorumi on ollut mukana mutta siinä oli mahdollisuus kenellä tahansa vanhemmalla tulla mukaan tai kenellä tahansa nuorella.*

**Verkostoyhteistyö** edistää haastemallin onnistumista. Molempien kaupunkien tiimeissä pidettiin tärkeänä verkostoyhteistyötä 100 päivän haasteen onnistumisen kannalta. Tiimit kokivat merkittäväksi onnistumista edistäviksi tekijöiksi valmiiksi jo olemassa olleen verkoston sekä oman verkoston ulkopuolisten toimijoiden mukana olon haasteessa. Näin ollen tiimit saivat käyttöön oman verkoston asiantuntijuuden sekä resurssien lisäksi myös muiden toimijoiden tarjoamaa asiantuntijuutta ja resursseja kuten useamman tekijän mukaan 100 päivän hyvinvointihaasteeseen. Tiimit korostivat yli organisaatioiden rajojen ylittävän yhteistyön merkitystä ja ratkaisujen etsimistä yhdessä yhteisen teeman äärellä.

*Se verkosto oli tän asian ympärillä olemassa.*

*Meillä on koko ajan ikäänkuin ...verkosto pohjana mutta koska me ollaan haluttu olla antaa foorumi kaikille kiinnostuneille tulla mukaan ja osallistua niin me ollaan tässä tän prosessin aikana saatu sellaisia uusia toimijoita meidän kanssa yhteistyöhön.*

*...eikä aina vaan puhua ja kaikki kyllästyy niihin puheisiin vaan tässä ratkaisumallissa oli se tilaisuus että yritetään löytää niitä ratkaisuja yhdessä.*

**Aikarajaus** edistää haastemallin onnistumista. Tiimien mukaan 100 päivän haastemallin ennalta määriteltä aikaraja toimi liikkeelle panevana voimana, joka teki sen, ettei nuorten elämänhallinnan ja mielenterveyden ongelmien ratkominen

jäänyt vain puheen tasolle. 100 päivän aikaraja niin sanotusti ”pakotti” tiimit toimimaan.

*Niin se aikaraja kuitenkin pakottaa mitä helposti hanketyössä ja kehittämissä työssä, että tässä menttiin eikä meinattu.*

*Varmaan jos halutaan nopeesti jotain aikaseksi ja jotain konkreettista tekemistä niin kyllä tällainen aikapaine sehän pakottaa toimimaan nopeesti.*

Tiimit kuitenkin haastattelujen perusteella ymmärsivät ettei 100 päivässä kokonaisuudessaan ratkota laajoja yhteiskunnallisia ongelmia etenkin, kun tiimien jäsenet työstivät 100 päivän haastetta oman työnsä kanssa samaan aikaan. Aikaraja kuitenkin toimi kannustimena mutta myös tietynlaisena pakotteena.

*Tästä saadaan vauhti tälle kohtaa. Mutta eihän tähän ihan älyttömästi pysty aikaa laittamaan. Lisäbuustia ja vauhtia.*

*...että 100 päivää semmonen kannustus ja pakoite.*

**Asiantuntijuus** muodostui aineistosta 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistäneeksi asiaksi. Tiimit pitivät tärkeänä, että haastetta varten koottaviin tiimeihin löytyivät haasteen teeman kannalta oikeat ja motivoituneet ihmiset. Tiimien sisäistä moniammatillisuutta ja sujuvaa tiimistyöskentelyä pidettiin oleellisina haasteen onnistumisen kannalta.

*Ni se et saatiin se kolmessa tunnissa jotenki keskusteltua jotenki tosi monialaisella porukalla ja saatiin se hankesuunnitelma menemään Sitraan ni se oli jotenki että vau! Et kun innokkaita innovatiivisia ihmisiä ja asiantuntijoita ja nuorten mielenterveyshaasteita ja sitte vähä eri tavallaki ajattelevia saatii se niinku tehtyä se oli niinku vau ja parasta se on ollu se moniammatillinen porukka...*

Haasteeseen osallistuneiden tiimien asiantuntijuutta kuvasi oman työn organisointi, suhteessa haasteeseen käytettyyn aikaan, haasteprosessin aikaisiin muutoksiin mukautuminen, yläteemasta johdetun ongelman rajaaminen pienemmäksi kokonaisuudeksi sekä teema-alueeseen liittyvä pohjatyö, joka oli jo tehty ennen

haastetta tai tehtiin kun päätös Sitran 100 päivän hyvinvointihaasteeseen mukaan lähtemisestä tehtiin.

*Eli tehtiin sellainen pohjatyö kun siinä vaiheessa kun työstettiin hankehakemusta innovaatioprosessin läpiviemiseksi niin mietittiin siinä vaiheessa jo mitä ne pulmat voisi olla mitä lähettäis ratkaisee.*

*Kyllä siinä oli niiiin kokenutta ja asiaan perehtynyttä porukkaa tä meidän tiimi nimenomaan tässä yliopiston jengissä että meillähän oli pohjatietoo jo paljon.*

**Vapaus tehdä ja rahoitus** olivat myös 100 päivän haasteen onnistumista edistäviä asioita. Hyvänä prosessissa pidettiin, että haasteeseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja koko haasteen aikana oli vapaus innovoida mitä tahansa. Sitra myös rahoitti 100 päivän haastetta muttei asettanut rahoituksen käyttötarkoitukseksi innovaatioprosessia kahlitsevia kriteerejä. Tiimit saivat siis käyttää rahoituksen haluamallaan tavalla hankesuunnitelman puitteissa paikallisen innovaatioprosessin tukemiseen. Rahaa käytettiin ainakin henkilöstökustannuksiin, materiaalien hankintaan, tapahtumien järjestämiseen ja haastemallin aikaisten innovaatioiden jatkotyöstöön. Rahoituksen vapaat käyttömahdollisuudet lisäsivät tiimien vapautta toteuttaa haastetta haluamallaan ja parhaaksi katsomallaan tavalla. Moni haastateltava koki, ettei 100 päivän hyvinvointihaasteen toteuttaminen olisi ollut mahdollista ilman rahoitusta.

*Se mikä oli kyllä hyvää oli se, että se raha tuli sieltä ja sille annettiin aika vapaatkin niinkuin ne käyttömahdollisuudet, että sillä onnistui just tä motiivointi nuorille ja tämmöset pienet motiivointitarjottavat nuorille alkuun ja et sitten niinku saa sen kivan fiiliksen niillekin nuorille, jotka lähti siihen mukaan. Et kannattaa näihin lähtee, vaikka summathan ei ollu isoja kaiken kaikkiaan...*

### 7.3 Hyvinvointihaasteen onnistumista estäneet asiat

100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista estäviä asioita muodostui aineiston sisällönanalyysistä yhteensä viisi: 1) puutteellinen organisointi, 2) jatkon epävarmuus, 3) konkreettisen tuen puute, 4) vajaukset yhteistyöverkostossa ja 5) haasteen ajankohta ja lyhyt kesto.

**Puutteellinen organisointi** oli yksi 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista estänyt tekijä. Aineistosta kävi ilmi etteivät 100 päivän haasteen aikana järjestetyt tapahtumat vastanneet odotuksia, sillä niiden aikataulut eivät pitäneet, mukana olleiden osallistujien välillä ei ollut riittävästi yhteistä keskustelua ja etäyhteydellä etenkin haasteen lopputapahtumaan osallistuminen ei ollut mahdollista. Myös haasteen määrittelyä pidettiin epäselvänä eikä haasteeseen osallistuville tiimeille ollut täysin selvää mitä haasteelta odotettiin tai mikä lopullinen haasteen tavoite oli.

*Se (Sitran toive haasteelle) ei ollu todellakaan selvä siinä alussa ja just kaikki aikataulutukset sun muut eli just tämä mitenkä tä homma lähti liikkeelle ja mitä siellä infotiin alussa ja ei heidänkään aikataulut pitäneet missään näissä tapahtumissa.*

*Tavallaan siis se orkestrointi että jos tämmöstä halutaan niin tuli vähän semmonen olo, että oli vähän vaan ravisteltu että tehään tämmönen ja katotaan mitä siitä tulee ja ei anneta kunnon speksejä.*

*Selkeämmin määritelty tavoite ja odotukset olisivat jäsentäneet toimintaa ja tiimin yhteistä työskentelyä.*

**Jatkon epävarmuus** muodostui 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista estäväksi tekijäksi. Sitra kertoi haasteprosessin alussa ja sen aikana, että kyseessä on pilottihanke, jolle ei ole luvassa automaattista jatkoa sen jälkeen, vaikka sellaista toivottiinkin. Jatko riippuisi siitä, miten pilottihanke onnistuisi ja mahdollisesta jatkoprojektista tehtäisiin joka tapauksessa erillinen päätös Sitrassa. Sitra edellytti kuitenkin hankkeen toteuttajilta jatkosuunnitelman tekemistä luotujen innovaatioiden edelleen kehittämiseksi ja levittämiseksi. Usea asia haasteprosessin loppumiseen liittyen jäi kuitenkin avonaiseksi aineiston perusteella.

Tiimeille ei haasteen aikana tai sen päättyessä ollut selvää mitä 100 päivän jälkeen innovoiduille ideoille tapahtuu pilottihankkeen jälkeen ja mikä on se konkreettinen hyöty tiimeille haasteeseen osallistumisesta.

*Tiimit ovat laittaneet tähän paljon energiaa ja työaika, joka on rahaa, mikä on se tiimien tai kaupunkien saama hyöty asiassa?*

**Konkreettisen tuen puute** estää myös haastemallin onnistumista. 100 päivän hyvinvointihaasteen innovaatioprosessien toteutukseen olisi kaivattu lisää konkreettista tukea. Konkreettisen tuen puutteeseen sisältyi kokemus, etteivät haastateltavat tiimeineen saaneet palautetta tai sparrausta Sitralta. Palautetta olisi toivottu siitä, onko haasteen suunta oikea sekä haasteen aikana saavutetuista tuloksista. Aineiston mukaan haaste toteutettiin hyvin itsenäisesti ja haasteen alkuun olisi kaivattu neuvoja, miten haastetta voi lähteä tiimeissä viemään eteenpäin konkreettisesti.

*Sitran puolelta esim. sparrauskeskustelu – vaikka etänä, jolloin saisi palautetta tai suuntaan, ollaanko menossa siihen suuntaan mitä odotetaan.*

*Sen takia se sparraushetki olis ollu hirveän hyvä, että ois me oltais tultu niiden meidän ajatuksien kanssa pöytään sit siinä olis ollu jotain ulkopuolisia vähän möyhentämässä sitä meidän ajatusta ni se olis voinu muhia siitä vielä paremmaksi ehkä tai sitten ei.*

*Nyt tiimit oli hieman oman onnensa nojassa – eikä saatu palautetta onko suunta lainkaan se mitä toivotaan.*

Sitra kyseli tiimeiltä pitkin 100 päivän haastetta sen etenemisestä tarkoitukseen tarvittaessa voida tukea paikallisten innovaatioprosessien onnistumista sekä varmistaakseen, että hankkeen maksuerien kriteerit olivat toteutuneet. Tätä ei koettu konkreettiseksi tueksi vaan paikoittain jopa haasteen toteutusta häiritseväksi. Haasteen etenemisen tiedustelu tiimeiltä sähköpostitse koettiin huonoksi ja hitaaksi, sillä tiimit koostuivat usean eri organisaation toimijoista, eikä ollut mahdollista, että kaikki haasteeseen osallistuneet olisivat lukeneet sähköpostin samaan aikaan tai vastanneet niihin yhdessä. Jokaisen yksittäisen henkilön vastaaminen sähköpostiin koettiin myös muodostavan pitkän ja

raskaslukuisen sähköpostiketjun, joka ei ollut ideaali tapa yhteydenpitoon Sitran kanssa. Osa haastateltavista koki, että etenemisen kysyminen tuntui siltä, ettei Sitra luota tiimin tekemiseen.

*Mut myös rauhallinen aika sille toteutukselle et sit ei koko ajan sinne väliin koska sit se taas kuormittaa ihmisiä.*

*... sitten sieltä (Sitralta) tuli paljon viestejä sähköpostia et miten tämä ja tuo mutta ymmärrys siitä että ... kokoisessa kaupungissa ni on ... väkeä ja sit on ... väkeä muuta ja suurin osa on niinku asiantuntijatehtävissä ja sitten käytännön ihmisiä ... joilla on kalenterit aivan täynnä..*

*Sitten ehkä organisoinnista niin mä en tiää oikein mitä tästä sanos mehän hyvin itsenäisesti toimittiin ja saatiin toimia ja kokeilla ja tehdä niinku huvitti ja halutti ja niin me tehtiinki, tehtiin aidosti kokeilua me ei tietty mitä mikä meidän lopputulos on ja pystytäänkö me onnistumaan mut sitten jossain vaiheessa aina välillä tuntu siltä, että luotetaankohan meihin nyt ihan riittävästi Sitran puolelta et ikäänku meillä ei ollu tarkkaa tietoo siitä mihin me tän 100 päivän aikana päästään ja ketä siihen tulee mukaan niin välillä ehkä koettiin sillä tavalla että meihin ei ehkä luotettu siihen meidän tekemiseen täällä.*

**Vajaukset yhteistyöverkostossa** vaikuttavat haastemallin onnistumiseen estävästi. Aineiston mukaan haasteeseen osallistuneilla tiimeillä oli vajauksia yhteistyöverkostoissa. Osa vajauksista johtui haasteen lyhyestä kestosta, osa haluttujen yhteistyötahojen omista rajoitteista osallistua mukaan 100 päivän hyvinvointihaasteeseen ja osa jälkikäteen tehdyistä oivalluksista millaisia verkostoja ja resursseja haasteen aikana olisi ollut hyvä saada mukaan. Tiimit eivät hyödyntäneet kohderyhmän, eli nuorten osaamista riittävästi ja haasteeseen saatiin mukaan liian vähän itse nuorten arjessa toimivia tahoja. Tämä johtui osaksi myös siitä, etteivät kaikki halutut tahot halunneet tai ehtineet mukaan haasteprosessiin.

*Jos olis vaan hoksattu ennen sitä tapahtumaa tai kun se laitettiin tosi nopealla aikataululla kasaan et siinä olis voinu hyödyntää jotain nuorten taidepajaa tai jotain, joka olis voinu visualisoida niitä tuotoksia tai siellä olis voinu olla joku esitys joltain nuorten musiikkikokoonpanolta et jatkossa sitä vois hyödyntää sitä nuorten osaamista.*

*Jälkikäteen ajatellen olisi voinut koota hankkeeseen tiimin, jossa olisi ollut enemmän nuorten arjessa mukana olevia tahoja, jotka vastaavat nuorille tarjottavista universaaleista palveluista, kuten sivistystoimi.*

**Haasteen ajankohta ja lyhyt kesto** 100 päivän hyvinvointihaasteessa estävät sen onnistumista. 100 päivää koettiin liian lyhyeksi ajaksi työskennellä. Tätä haastoi lisää se, että lähes kaikki haasteeseen osallistuneet henkilöt toteuttivat haastetta oman päätyönsä ohella, jolloin työmäärä oli haasteeseen osallistuvilla henkilöillä paikoittain liian suuri eikä tiimien jäsenillä ollut mahdollista panostaa haasteeseen niin paljon kuin olisi halunnut. Osa haastateltavista koki haasteen aiheuttaneen oman päätyönsä tehtävien pakkautuneen hoidettavaksi myöhemmin, haasteen jälkeen. 100 päivän hyvinvointihaaste osui joulunpyhien kohdalle, joka koettiin huonona, sillä se vei työskentelyaikaa kolmen viikon verran. Haasteen lyhyt kesto ei mahdollistanut sitä, että osasta tiimeistä olisi tullut toivotun tiiviitä. Tiimien sisäistä yhteistyötä hidasti alun jäähmeys, jossa ihmiset eivät aluksi sitoutuneet tiimiin tai itse haasteeseen.

*Niin sehän siinä oli ehkä se suurin haaste, kun siihen tuli niin iso käppi se joulun aika vie vähintään kolme viikkoa sellaista tehokkaasta.*

*Ja tosiaan se joulutauko oli siinä keskellä 100 päivää ni ei myöskään ihan typisti sitä entisestään.*

*Jos ajatellaan meidänkin mahdollisuuksia sitten näihinkin nyt tunnistettuihin ihan ydinhaasteisiin ja jopa ratkaisumalleihin on meillekin voimattomuus et miten me lähdetään näitä viemään eteenpäin ku meillä ei oo pelimerkkejä yhtään mitään ja ne on niissä isoissakin hankkeissa sielt tulee mun duunin perusduunin päälle et eihän meidänkään talossa ... jos meillä alkaa joku opetuksen kehittämisen projekti tai vastaava niin sitähan ei resursoida eli se repästään aina siitä kuulusasta muusta jota meillä ei oikeestaan ole.*

## 8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, minkälaisia ratkaisumalleja ongelmalähtöisellä ja avoimella 100 päivän hyvinvointihaasteella kehitettiin nuorten hyvinvointiongelmiin sekä selvittää mitkä asiat edistivät tai estivät innovaatioprosessin onnistumista. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa nuorten hyvinvoinnin edistämisen parissa työskenteleville siitä, millaisia ratkaisumalleja innovoinnilla voidaan kehittää nuorten hyvinvointiongelmiin sekä millaiset asiat kannattaa huomioida innovaatioprosessia toteutettaessa. Laadullisen tutkimuksen tuloksia ei voida yleistää, niin kuin ei tämänkään laadullisen opinnäytetyön tuloksia, jotka kuvaavat kahdella alueella toimivien, 100 päivän hyvinvointihaastetta varten koottujen tiimien näkemyksiä. Tuloksista voidaan saada ainoastaan suuntaviivaa muita vastaavanlaisia tapauksia varten. (Hirsjärvi ym. 2005, 171.)

### 8.1 Tulosten tarkastelua

Sitran hyvinvointiekosysteemihankkeen valmisteluprosessin aikaisen 100 päivän hyvinvointihaasteen avulla kehitettiin ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin. Tämän opinnäytetyön mukaan dialogi kohderyhmän kanssa sekä asiakaslähtöinen palveluiden suunnittelu ja toteutus ovat molemmat ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin. Pyrittäessä ratkomaan nuorten hyvinvointiongelmia tärkeintä on muistaa itse nuoret. Asiantuntijat saattavat käyttää paljon aikaa pohtiakseen mikä on parasta kohderyhmälle, kun asiasta voisi käydä dialogia kohderyhmän kanssa. Sitä, millaista apua tai palvelua ihmiset tarvitsevat ja haluavat, kannattaa kysyä heiltä itseltään sekä ottaa mukaan prosesseihin. Useat ammattilaiset pitävät asiakkaan kanssa käytävää arvostavaa vuoropuhelua eettisenä ohjenuoranaan (Seikkula & Arnkil 2009). Tämä ajatusmalli kuuluu myös Mazzucaton missioajatteluun. (Mazzucato 2019.) Dialogi ja asiakaslähtöinen palvelujen suunnittelu ja toteutus ovat ratkaisumalleina linjassa Juha Sipilän hallituksen kärkihankkeen Palvelut asiakaslähtöisiksi loppuraportin (2018) tulosten kanssa. Raportin mukaan asiakkaan mukana oleminen palveluiden kehittämisessä on voimavara, jonka avulla voidaan kehittää tarpeeseen vastaavia, oikea-

aikaisia sekä toimivia palveluita. Asiakaslähtöisessä palvelujen suunnittelussa ja kehittämisessä palvelujen vaikuttavuuden voidaan olettaa kasvavan. Asiakkaiden osallistumisesta kehittämisprosessiin hyötyy asiakkaan itsensä lisäksi myös ammattilaiset ja viime kädessä koko yhteiskunta. (Sihvo, Isola, Kivipelto, Linnanmäki, Lyytikäinen & Sainio 2018, 14.)

Dialogisuuden ja asiakaslähtöisen palveluiden kehittämisen kanssa linjassa ovat myös Suomen lait. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812) 8. § toteaa, että sosiaalihuoltoa toteutettaessa tulee ensi sijassa ottaa huomioon asiakkaan toivomus ja mielipide sekä antaa mahdollisuus asiakkaalle osallistua ja vaikuttaa palveluidensa suunnitteluun ja kehittämiseen (L 22.9.2000/812). Suomen perustuslain (11.6.1999/73) 2. §:n mukaan ”kansanvaltaan sisältyy yksilön oikeus osallistua ja vaikuttaa yhteiskunnan ja elinympäristönsä kehittämiseen” (L 11.6.1999/73). Asiaa pitää tärkeänä myös Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta (ETENE), joka lausuntopyyntössään (2018) valmisteilla olevaan Asiakas- ja potilaslakiin ehdottaa lisättäväksi asiakkaan mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa palveluiden kehittämiseen ja arviointiin (ETENE 2018).

Kolmas hyvinvointihaasteen aikana kehitetty tärkeä ratkaisumalli on moniammatillinen verkostoyhteistyö. Nuorten hyvinvointiongelmien ovat laaja yhteiskunnallinen haaste, jonka parissa usea kunta, järjestö ja organisaatio tekevät valtakunnallisesti töitä päivittäin. Päämäärän ollessa yhteinen ei tehokkainta ole eri tahojen yksin toiminen. Resurssit saadaan valjastettua käyttöön ja niitä jopa saadaan lisää, kun tehdään moniammatillista verkostoyhteistyötä, jossa eri alojen ammattilaiset hyödyntävät omaa osaamistaan ja tuovat eri näkökulmia. Näin myös amerikkalaisessa DARPA:n radikaalissa innovaatiomallissa toimitaan (Tahvanainen & Seppälä 2013). Tutkimuksen mukaan moniammatillinen verkostoyhteistyö tuottaa sen jäsenille emotionaalisten voimavarojen sekä kognitiivisten ja sosiaalisten resurssien kasvua (Toiviainen & Kira 2017). Tällainen verkostoyhteistyö siis lisää työn merkityksellisyyden tunnetta, auttaa näkemään asiakkaan tarpeita eri näkökulmista ja luo mahdollisuuden luottaa muiden ammattilaisten osaamiseen. Sosiaalityön näkökulmasta asiakkaan etua monimutkaisessa palvelujärjestelmässä ajaa parhaiten eri alojen ammattilaisten kokoaminen yhteen. Moniammatillinen

verkostoyhteistyö auttaa rakentamaan korkealaatuista asiakkaan tarpeita vastaavaa palvelua. (Toiviainen & Kira 2017). Kohderyhmän kannalta siis paras lopputulos saavutetaan, kun asiantuntija tai organisaatio ei yksin yritä ratkaista kompleksisia nuorten hyvinvointiongelmia (Seikkula & Arnkil 2009, 83–84).

Tällä opinnäytetyöllä löydettiin nuorten hyvinvointiongelmiin ratkaisumallien lisäksi myös tietoa niistä asioista, jotka vaikuttavat 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumiseen. Tämän opinnäytetyön mukaan haastemallin onnistumista edistää asiantuntijuus. 100 päivän hyvinvointihaastetta toteutettaessa on tärkeää löytää prosessiin oikeat, juuri käsiteltävän teeman kannalta oleelliset ja motivoituneet ihmiset. Onnistuneen prosessin taustalla on asiantuntijuus, joka koostuu moniammatillisesta ja hyvää vuorovaikutusta sisältävästä sujuvasta tiimityöskentelestä. Näin toteaa myös Vehkaperä (2013, 64). Asiantuntijuutta prosessissa on myös kyky organisoida työtä, prosessin aikaisiin muutoksiin mukautuminen, aiheen rajaaminen tarvittaessa sekä haastetta edeltävä ja sen aikainen pohjatyö. Vaikka haasteprosessiin mukaan lähtevä ihminen olisi nimetyksi aihepiiriin asiantuntija esimerkiksi kokemusasiantuntija tai sosiaali- ja terveys, tai kasvatustieteen ammattilainen, on hyvää asiantuntijuutta tehdä tiedonhakuja aiheesta etenkin ennen prosessin alkua. Seppänen-Järvelä (2004, 17), Ojasalo, Moilanen & Ritalahti (2014, 86) sekä Vehkaperä (2013a, 108) ovat todenneet, että prosessi lähtee liikkeelle tiedon ja aiheen opinnäytetyön etsimisellä. Tiedonhaulla ja hyvällä pohjatyöllä varmistetaan ymmärrys projektin aiheesta, mahdollisista tulosten oletuksista ja sillä voidaan ennakkoon tunnistaa kriittisimmät projektin osatekijät (Seppänen-Järvelä 2004, 17).

Opinnäytetyön tulosten perusteella myös osallistaminen on 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista edistänyt asia. Ratkottaessa tietyn asiakasryhmän haasteita olisi pyrittävä pois asiantuntija-ajattelusta, jossa koulutetut asiantuntijat ratkovat yhdessä haasteita kuulematta asiakasryhmää, jonka haasteita ratkotaan. Tätä ajattelua tukee professori Mariana Mazzucaton missioajattelu, jossa kansalaisia osallistetaan suurtenkin yhteiskunnallisten haasteiden ratkomiseen (Mazzucato 2019, 7). 100 päivän hyvinvointihaaste voidaankin nähdä tällaisena missiona. 100 päivän hyvinvointihaasteessa tiimit osallistivat jonkin verran myös nuoria mukaan prosessiin, joka osaltaan muun muassa tuotti uutta tietoa

haasteessa mukana olleille osaaville ammattilaisille. Niin kuin Mazzucato toteaa raportissaan (2019) vaikka on epätodennäköistä, että kansalaiset olisivat mukana kaikessa tutkimuksessa tai jokaisessa innovaatioprosessissa, on sille annettava joka tapauksessa tilaa. Tutkimusmaailmasta erillään olevat kansalaiset voivat parhaimmillaan olla kansalaistutkijoita ja sosiaalisia innovaattoreita, joiden ideat saattavat olla sellaisia, joita tavallisella tutkimuksen muodolla ei olisi koskaan keksitty. (Mazzucato 2019.) Nuorten osallistaminen 100 päivän hyvinvointihaasteeseen toi haasteeseen osallistuville asiantuntijatiimeille juuri tällaisia ideoita, joista jalostui sosiaalinen innovaatio koulupäivän keskelle järjestetyn rentoutushetken muodossa. Myös Seppänen-Järvelä toteaa (2004, 33), että kehittämissprojektissa on oleellista selvittää mikä kohderyhmää oikeasti kiinnostaa. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisessa kehittämishankkeessa (KASTE) vuosina 2012–2015 keskeiset periaatteet olivat osallistaminen ja asiakaslähtöisyys. Kaste-ohjelmassa nämä tarkoittivat ”ihmisten kuulemista ja vaikutusmahdollisuuksien lisäämistä itseä koskevassa päätöksenteossa, palveluissa ja niiden kehittämisessä”. (STM 2012, 19.)

Aineistosta kävi ilmi, että hyvinvointihaasteen onnistumista estävä tekijä on puutteellinen organisointi. Innovaatioprosessi on monivaiheinen kokonaisuus, jonka läpivieminen vaatii hyvän ideoinnin ja suunnittelun lisäksi kokonaisuuden hallintaa, organisointia ja hyvää johtamista. Radikaali mutta toimivaksi todettu amerikkalainen DARPA on reilun viiden vuosikymmenen toimintavuotensa aikana tuottanut innovaatiomallillaan monia maailmanlaajuisesti tunnettuja palveluita ja teknologioita. Eikä sen onnistumisten taustalla ole kovin ihmeelliset asiat (Tahvanainen & Seppälä, 2013). DARPA:n innovaatiomallin yksi neljästä ominaisuudesta on aktiivinen projektinhallinta, joka edesauttaa innovaatioprosessin onnistumista (Mazzucato 2019, 14). Innovaatioprosessin hyvään organisointiin liittyy tämän opinnäytetyön tulosten mukaan oleellisesti selkeäksi sanoitettu tarkoitus, tavoite ja raamit prosessille. Tätä ajatusta tukee myös Mazzucaton (2019) missioajattelu, jonka mukaan prosessin onnistuminen vaatii, että niin sen järjestäjä kuin siihen mukaan lähtevät tahotkin ovat yhteisymmärryksessä haasteen raameista, kuten aikataulu, aihe, odotukset, toiveet ja jatko. Mikäli raamit ovat epäselvät prosessin etenemistä voi jarruttaa tekemisen sijaan raamien pohdinta ja ymmärryksen saaminen siitä, mitä, miksi ja miten ollaan tekemässä. (Mazzucato 2019). Pirilä ja

Vehkaperä sekä Ruuska (2008, 30) toteavat, että mitä enemmän projektissa on toimijoita, sitä tärkeämpää on kirkastaa sen tarkoitus ja tavoite. Talvella 2019–2020 Jyväskylässä ja Kuopiossa toteutetun 100 päivän hyvinvointihaasteen osalta Sitran tarjoama tieto haasteprosessin tavoitteista ja kaupunkien laatimat innovaatioprosessia koskevat suunnitelmat eivät joko olleet riittävän selkeitä tai välittyneet kaikille osallistujille riittävän tehokkaasti. Tähän osaltaan vaikutti se, ettei Sitra halunnut rajata kehitettävien innovaatioiden luonnetta tarkemmin etukäteen, sillä se olisi kahlinnut tarpeettomasti paikallisten toimijoiden innovatiivisuutta.

100 päivän haastemalliin sisältyy läpi prosessin johdon valmentava tuki, joka tukee prosessin onnistumista (Nesta 2019). Voidaan olettaa, ettei 100 päivän hyvinvointihaasteen innovaatioprosessien johtaminen ja organisoiminen ollut riittävää, kun tuloksien mukaan haasteen organisoinnissa oli kehitettävää. Heiskasen (2013) mukaan innovaatioprosessin systemaattisella johtamisella on suuri merkitys prosessin onnistumisen kannalta. Mitä paremmin johtamisessa ja prosessin organisoinnissa onnistutaan, sitä enemmän uusia ideoita ja innovaatioita syntyy. Myös Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) käyttönottama magneettisairaala-malli puhuu hyvän johtamisen vaikutuksesta saatuihin tuloksiin. HUSin magneettisairaala-malli perustuu tutkimusnäyttöön. Mallin toteutuminen edellyttää hyvää johtajuutta, työtä tukevia rakenteita, toiminnan ammatillisuutta, laadun varmistamista, tutkimusta ja seurantaa. Mallia käyttäviä magneettisairaloita oli vuoden 2017 marraskuuhun mennessä maailmanlaajuisesti yhteensä 469 kappaletta (HUS 2017.)

Toinen haastatteluista ilmi käynyt 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumista estänyt tekijä on konkreettisen tuen puute, joka liittyy myös organisoinnin kehittämistarpeisiin. 100 päivän hyvinvointihaasteeseen osallistuvat tiimit kokivat, etteivät saaneet riittävästi palautetta ja sparrausta haasteprosessin organisoijalta. Tukea ja sparrausta innovaatioprosesseihin tarjottiin Sitran Helsingissä järjestämissä kansallisen tason tapahtumissa asiantuntijapuheenvuorojen, palvelumuotoilukonsultin vetämän työpajan sekä hankkeita koskevien ryhmäkeskustelujen muodossa. Tarjottu tuki ja sparraus eivät kuitenkaan täysin vastanneet tiimien tarpeita tai olleet riittävää. Innovaatioprosessiin osallistuvat henkilöt tai tiimit

saattavatkin tarvita jatkuvaa, yksilöllisempää ja juuri heidän prosesseihin kohdennettua tukea ja palautetta onnistuakseen viemään prosessia sille asetettuja tavoitteita kohden. Prosessin jatkuvan ohjauksen merkityksestä tavoitteisiin pääsemiseksi puoltaa myös Ruuska (2008, 33). Kun tavoitteena on luoda uusia innovaatioita kuten sosiaalisia innovaatioita, on konkreettinen tuki tärkeässä roolissa. Tästä puhuu myös Paasivaara, Suhonen ja Virtanen (2011) sekä Antola ja Pohjola (2006), joiden mukaan ideoiden syntyminen on osaksi sattumaa, mutta itse innovaatioiden syntyminen on mahdotonta ilman taustatukea ja systematiikkaa.

## 8.2 Opinnäytetyöprosessin ja luotettavuuden arviointi

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi aiheen valinnalla. Ennen lopullista aiheen valintaa oli kontaktoitu mahdollisia eri työn toimeksiantajia ja kysytty heiltä tarpeita opinnäytetyön tekemiselle. Viidestä vaihtoehdosta tämän opinnäytetyön aiheeksi valikoitui Sitran tarjoama aihe. 100 päivän hyvinvointihaasteen onnistumiseen keskittyvä aihe oli hyvä valinta, sillä se oli työn tekijää itseään kiinnostava ja motivoiva, sopi sosiaali- ja terveysalalle ja sillä tuntui olevan laajempi yhteiskunnallinen merkitys. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 151.) Kompleksisessa maailmassa, jossa tunnistetaan yhä paremmin uusia hyvinvointihaasteita, on oleellista keksiä myös uusia tapoja ratkoa niitä. 100 päivän haastemalli voidaan toistaa uudestaan eri konteksteissa ja sillä voidaan ratkoa nykyaikaisia hyvinvointihaasteita, jotka koskevat tuhansia nuoria. Oli tärkeää testata haastemallia ja saada siitä tietoa mitkä asiat estivät ja edistivät sen onnistumista, jotta mallia voitaisiin jatkossa soveltaa myös muihin teemoihin.

Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin elokuussa 2019 yhteistyökumppanin etsimisellä ja aiheen valinnalla, edeten tutkimussuunnitelman tekoon ja siitä aineiston keruuseen, analyysiin ja raportointiin. Aineisto kerättiin 100 päivän hyvinvointihaasteen lopussa helmikuussa 2020 ryhmähaastatteluina, joka menetelmänä sopi hyvin, kun kyseessä oli tiimeissä toteutettu haaste. Koska kyseessä oli vain yksi tutkimusmenetelmä, haastattelu, ei kerättyä aineistoa voida pitää yhtä luotettavana kuin jos kyseessä olisi ollut triangulaatio, eli useamman

tutkimusmenetelmän yhteiskäyttö. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 166). Haastattelut toteutettiin yksin, kahdella nauhoitusvälineellä taltioiden, jolloin kaikki materiaali saatiin kerättyä talteen sellaisenaan. Aineiston litteroinnin ja analyysin teki allekirjoittanut yksin, jolloin ei ollut mahdollista verrata aineistosta johdettuja tuloksia esimerkiksi työparin saamiin tuloksiin. Tämä vaikuttaa osaltaan analyysin ja tulosten luotettavuuteen.

Opinnäytetyön toimeksiantaja Sitra toivoi alustavia tuloksia helmikuun 2020 loppuun mennessä, joka asetti tiukan aikarajan analyysin tekemiselle. Aineiston keruun ajankohta ja tiukka aikataulu ovat myös vaikuttaneet analyysin ja tulosten luotettavuuteen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 142.) Kerätty aineisto olisi voinut olla erilaista, jos se olisi kerätty vasta kun 100 päivän haaste oli kokonaan ohi. Luotettavuuteen vaikuttaa, se että analyysi tehtiin pian aineiston keruun jälkeen, jolloin aineisto oli tekijän tuoreessa muistissa. Myös tekijän huolellisuus ja analyysiin reilusti käyttämä aika annetun aikarajan sisällä vaikuttaa luotettavuuteen.

Analyysiprosessi on kuvattu tarkasti ja yksityiskohtaisesti, jotta lukija ymmärtää sen ja voi itse lukiessaan arvioida sen luotettavuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 142). Analyysiprosessin kuvaus sisälsi alkuperäisiä sitaatteja ja taulukoita, jotka kuvasivat prosessia tuoden analyysiprosessiin läpinäkyvyyttä sekä monipuolisuutta tulososoiden esitystapaan. Kerätty aineisto on melko pieni eikä sisällä vertailevaa tutkimusta, joten tuloksia ei voida yleistää. Pääluokista johdetut tulokset antoivat haastemallista ja sen toimivuudesta ilmiönä käsityksen, joka voidaan siirtää samanlaisiin olosuhteisiin. Tulokset on raportoitu huolellisesti ja rehellisesti, eikä tuloksia ole muokattu mihinkään suuntaan tai niiden raportoinnissa pyritty peittelemään tuloksien osia.

Opinnäytetyön luotettavuutta arvioidessa on oleellista pohtia myös totuutta ja objektiivista tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134). Opinnäytetyön tekijän on oleellista ymmärtää ja kuulla haastatteluun osallistuvia sellaisinaan, ilman että kuuluihin asioihin ja niiden tulkintaan vaikuttaa tutkijaan liittyvät tekijät kuten ikä, sukupuoli, asema tai muu seikka. Näitä vaikuttavia tekijöitä ei kuitenkaan voida poistaa, sillä tutkija itse luo ja tulkitsee tutkimusasetelmaa, joten luotettavuutta pohtiessa on hyvä ymmärtää näiden tekijöiden vaikutus. (Tuomi & Sarajärvi

2009, 135–136.) Luotettavuuden kannalta on oleellista tunnistaa tutkijan oma subjektiivisuus prosessissa. Koko työn mukaan lukien tiedonhankinta, analyysi ja raportointi on tehnyt tekijä yksin ilman kolmansia osapuolia. Tämän opinnäytetyön allekirjoittanut tekijä ei ole voinut prosessin aikana olla täysin objektiivinen ollessaan itse työnsä aiheeseen tiiviisti kiinni. Voidaan siis olettaa, että ainakin jossain määrin tekijän omat näkemykset ovat voineet johdatella opinnäytetyön tekemistä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 141: Metsämuuronen 2006, 203.)

Tämä opinnäytetyön raportti on kirjoitettu rehellisesti sellaisenaan ja sen kirjoittamisessa on hyödynnetty niin Sitran asiantuntijoiden kuin oppilaitoksen opettajien sekä opiskelijaopponenttien näkökulmia ja apuja. Kaikki lopulliset valinnat ja tekstin tuottamisen on tehnyt allekirjoittanut itse. Raportti on melko yksityiskohtainen ja tarjoaa lukijalle riittävästi tietoa, siitä miten opinnäytetyö on toteutettu. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 141: Metsämuuronen 2006, 203.)

### 8.3 Opinnäytetyön eettisyys

Tätä opinnäytetyötä tehtäessä on käytetty yleisesti hyväksytyjä tutkimusmenetelmiä ja noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) mukaan tieteellinen tutkimus ei voi olla luotettava tai eettisesti hyväksyttävä, eikä sen tulokset uskottavia, mikäli tutkimusta ei ole tehty hyvällä tieteellisellä käytännöllä. Hyvän tieteellisen käytännön ohjeiden soveltaminen on jokaisen tutkijan tai tutkimusryhmän vastuulla mutta sen rajoina toimii lainsäädäntö. (TENK 2012, 6.) Tutkimuksessa on toimittu hyvän tieteellisen käytännön mainitsemien tiedeyhteisön tunnustamien toimintatapojen mukaan: tutkimustyön kaikissa vaiheissa on oltu rehellisiä, huolellisia ja tarkkoja sekä työssä on käytetty tieteellisen periaatteen mukaisia ja eettisesti kestävästä tiedonhankintamenetelmää eli teemahaastattelua.

100 päivän hyvinvointihaasteeseen liittyvä opinnäytetyö tehtiin tarpeeseen vastaten toimeksiantona Sitralle. TENK:in (2012) mukaan tutkijan tulee hankkia etukäteen kaikki tarvittavat luvat ennen tutkimuksen aloittamista. Tutkimusta varten ei tarvittu erillistä tutkimuslupaa Sitralta mutta työtä varten allekirjoitettiin Sitran

pyytämä salassapitosopimus. Haastattelua ja saadun aineiston käsittelyä varten pyydettiin lupa jokaiselta haastatteluun osallistuvalla henkilöltä. Tutkimussuostumus-lomakkeeseen (LIITE 2.) sisältyi saatekirje (LIITE 1.), jossa haastatteluihin osallistuvia henkilöitä informoitiin opinnäytetyöhön liittyvistä asioista.

Saatekirjeen laatimisessa noudatettiin Arja Kuulan tarkistuslistaa (Kuula 2006, 102). Tarkistuslistan mukaan saatekirjeessä tulee olla vastuullisen tutkijan nimi ja yhteystiedot, tutkimuksen tavoite, tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus, aineistonkeruun toteutustapa, luottamuksellisten tietojen suojaus, kerättyjen tietojen käyttötarkoitus, käyttöaika ja se ketkä tietoa käyttävät sekä tutkittavia koskevat muut mahdolliset tiedonlähteet.

Tässä tutkimuksessa varmistettiin osallistujien anonymiteetin niin, ettei yksittäisiä henkilöitä voida tunnistaa vastauksista. Kaikkien tutkimukseen osallistuvien henkilöiden anonymiteetin varmistaminen on siksi erittäin tärkeää, ettei heille voi koitua tutkimukseen osallistumisesta minkäänlaista haittaa (Mäkinen 2006, 120). Sitran työntekijät ovat olleet alusta asti mukana opinnäytetyössä, joten he ovat olleet tietoisia prosessin etenemisestä ja sen eri vaiheista. Kaikki opinnäytetyöhön liittyvä materiaali ja aineisto (haastattelu, muistiinpanot, lupa- ja esitietolomakkeet, ääninauhat, litteroidut tekstitiedostot) ovat olleet vain opinnäytetyön alikirjoittaneen tekijän käytettävissä tulosten kokoamisessa ja raportin tekemisessä. Kaikki materiaalit ja aineisto tuhoetaan asianmukaisesti välittömästi työn valmistuttua, viimeistään joulukuussa 2020. Materiaalit tuhoetaan sen muodon mukaan, joko silppuamalla tai poistamalla sähköiset tiedostot. Myös tietokoneen roskakori tyhjenetään.

Opinnäytetyön ollessa tehty tilauksesta, saattaa tilaajalla olla omat toiveet opinnäytetyölle niin kuin myös tutkimuksen kohteena olevilla. Eri toimijoilla saattaa olla opinnäytetyön tehtäviin, kohteeseen, menetelmiin ja raportointiin liittyen näkemyksiä, joten on tärkeää, että opinnäytetyön tekijä ymmärtää tekevänsä näitä näkemyksiä huomioidessaan myös eettisiä valintoja. (FinSoc 2001, 10.) Hyvän eettisen tavan mukaista on myös ilmoittaa ja raportoida tutkimuksen rahoitus ja tutkijan muut sidokset tutkimukseen liittyen (TENK 2012, 6). Tämä opinnäytetyö tehtiin Sitran valmisteluprosessin ulkopuolisena henkilönä, ilman sidoksia Sitraan

tai haasteessa mukana olleisiin eri kaupunkien tiimeihin. Opinnäytetyön tekemisestä ei maksettu palkkaa, mutta Sitra korvasi haastattelujen toteutumisesta aiheutuneet matkakulut sekä Kuopioon että Jyväskylään. Opinnäytetyön tekemiseen ei siis liittynyt sidoksia tai rahoitusta, joka olisi vaikuttanut prosessin tai tulosten muokkaamiseen suuntaan tai toiseen.

Tämä opinnäytetyö on tehty parhaan osaamisen mukaan eettisen tarkastelun kestäväksi. Eettisyys liittyy myös oleellisesti tutkimuksen laatuun. Tämän työn tekemisessä on huolehdittu, että ennen haastatteluiden aloitusta tehtiin laadukas tutkimussuunnitelma ja tutkimuskysymykset, jotka hyväksyttiin ensin oppilaitoksessa ja sen jälkeen opinnäytetyön toimeksiantajalla Sitralla. Myös raportointi on tehty huolellisesti tutkimus- ja kehittämistoiminnan mukaisten ohjeiden mukaisesti ja siinä on pyritty selkeyteen. Eettisyys siis liittyy paljolti luotettavuuden sekä arvioinnin kriteereihin mutta tutkija toimii moraalisesti harmaalla alueella, mikäli kriteerit toimivat vain pikaisesti huomioitavina listoina. Eettinen sitoutuneisuus toimii hyvän tutkimuksen ohjenuorana. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127.)

#### 8.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimustarpeet

Tämän opinnäytetyön perusteella 100 päivän haastemallilla voidaan kehittää ratkaisumalleja nyky-yhteiskunnan uusiin nuorten hyvinvointiongelmiin. Vaikka tämän opinnäytetyön aikana kehitetyissä ratkaisumalleissa on keskitytty vain nuorten elämänhallinnan ja mielenterveyden haasteisiin, voidaan 100 päivän haastemallia jatkossa soveltaa muihinkin hyvinvointiongelmiin. Ratkaisumalleja on syytä etsiä yhdessä aihepiirin kohderyhmän kanssa sekä moniammatillisesti. Tällöin kohderyhmän kanssa käyty dialogi, palvelujen asiakaslähtöinen kehittäminen sekä muut kehitetyt ratkaisumallit voivat jalostua edelleen nuorten hyvinvointiongelmiin konkreettisiksi ratkaisuuksi.

Ongelmalähtöinen ja alhaalta ylöspäin etenevä 100 päivän hyvinvointihaaste osoitettiin toimivaksi malliksi, kun etsittiin ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmiin. Haastemallin toimivuuteen vaikuttaa usea tekijä. Innovaatioprosessin kaikissa vaiheissa voidaan varmistaa sen pysyminen raameissa ja raiteilla

osallistamalla tavoitteen mukainen kohderyhmä prosessiin. Osallistamalla välte-  
tään harhautuminen ja kohderyhmän osallistaminen saattaa tuottaa sellaista tie-  
toa ja taitoa, joiden avulla syntyy innovaatioita, joita alan ammattilaiset eivät olisi  
edes yhdessä saaneet aikaiseksi. Tässä ja koko haastemallin toimivuudessa on  
oleellista, ettei ammattilainen, organisaatio tai muu taho tee töitä yksin, vaan ver-  
kostoyhteistyöllä on iso merkitys. Nuorten hyvinvointiongelmien, kuten mielenter-  
veys ja elämänhallinta koskettavat laajasti ja valtakunnallisesti eri toimijoita, joilla  
jokaisella on oma asiantuntijuutensa. Yhdistämällä resursseja ja osaamista yli  
sektori- ja kaupunkirajojen voitaisiin saada vieläkin tehokkaammin ratkaistua  
nuorten hyvinvointihaasteiden juurisyyt. On resurssien hukkaamista, jos yksittäi-  
set nuorten hyvinvoinnin parissa työskentelevät tahot pyrkivät itsekseen ratko-  
maan nuorten ongelmia, sillä silloin tehdään usein päällekkäistä työtä. Jonkun  
tulisi kuitenkin ottaa kokonaisvastuu toimijoiden kokoamisesta yhteisen tavoit-  
teen saavuttamiseksi ja mahdollisten uusien innovaatioprosessien organisoi-  
miseksi.

Innovaatioprosessien organisoijalla on iso vastuu ja rooli. 100 päivän haastemalli  
on tarkkaan suunniteltu monivaiheinen prosessi, jonka eri vaiheisiin tulee voida  
vastata ja tarvittaessa tarjota konkreettista tukea. Kun suunnitellaan innovaatio-  
prosessia, on tärkeää tunnistaa sen eri vaiheet, jotta voidaan lieventää haasta-  
vien kohtien vaikutusta prosessin onnistumiseen ja sen lopputuloksiin. Hyvin  
taustoitettu ja suunniteltu innovaatioprosessi edesauttaa sen onnistumista.

Opinnäytetyön tulokset muodostivat kuvan, millaisia ratkaisumalleja nuorten hy-  
vinvointiongelmiin voidaan kehittää 100 päivän haastemallilla ja millaiset asiat tu-  
lee huomioida suunniteltaessa ja toteutettaessa ongelmalähtöistä innovaatiopro-  
sessia. Tulosten hyödyntämisen osalta on tärkeää miettiä, miten tuloksia voidaan  
konkreettisesti hyödyntää nuorten elämänhallinnan ja mielenterveyden haastei-  
den ratkomisessa sekä ketkä tai mitkä ovat tahoja, jotka pystyisivät hyödyntä-  
mään 100 päivän haastemallia tai muuta innovaatioprosessia nuorten ongelmien  
ratkomisessa jatkossa eri aihepiireittäin. Nuorten hyvinvoinnin edistämisen pa-  
rissa työskentelevien ammattilaisten tulisi muistaa hyödyntää työssään asiakas-  
ryhmän kanssa käytyä dialogia, asiakaslähtöistä palveluiden suunnittelua sekä  
tehdä moniammatillista verkostoyhteistyötä. Tätä muistilistaa voidaan käyttää

myös muiden asiakasryhmien kanssa. 100 päivän haastemallia tai muuta innovaatioprosessia tulisi rohkeasti käyttää vastaavanlaisena verkostoyhteistyönä esimerkiksi pääkaupunkiseudulla, jossa nuorten avuntarvitsijoiden määrä on suuri ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen eteen työtä tekeviä tahoja on paljon.

Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista saada tietoa, miten kehitetyt ratkaisumallit toimivat käytännössä nuorten mielenterveyden ja hyvinvoinnin ongelmien ratkomisessa sekä jalostuvatko ne näiden ongelmien konkreettisiksi ja monistetaviksi ratkaisuuksi. Tällaisen tiedon avulla voitaisiin joko kehittää jo olemassa olevia nuorten palveluita tai kehittää kokonaan uusia.

Tässä opinnäytetyössä kävi ilmi, että 100 päivän hyvinvointihaaste toimii, kun aiheena oli nuorten mielenterveys ja elämänhallinta. Haastemallia voisi suositella sovellettavaksi myös muihin nyky-yhteiskunnan hyvinvointiongelmiin ja tutkia millaisia ratkaisumalleja haastemallilla voidaan niiden kontekstissa kehittää. Tarpeellista olisi ottaa tutkimuksen tarkasteltavaksi useampi eri- tai samanaikainen 100 päivän hyvinvointihaaste-prosessi, jolloin tuloksia voisi vertailla toisiinsa.

Viimeisenä jatkotutkimusehdotuksena olisi toistaa uudelleen tämän opinnäytetyön tutkimus laajemmalla otannalla, parin tekijän yhteistyönä, kiireettömämmällä aikataululla sekä käyttämällä useampaa kuin yhtä aineistonkeruun menetelmää. Näin voitaisiin saada tämän opinnäytetyön tuloksille yleistettävyyttä, lisää luotavuutta ja todentaa niiden toistettavuus.

## LÄHTEET

- Andrade, M.M.M., Benedito-Silva, A.A., Domenice, A., Arnhold, I.J.P., & Menna Barreto, L. (1993). *Sleep Characteristics of Adolescents: A Longitudinal Study*. *Journal of Adolescent Health*, 14, 401–406.
- Antola, T. & Pohjola, J. (2006). *Innovatiivisuuden johtaminen*. Helsinki: Edita.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Arnkil, T. Eriksson, E. & Arnkil, R. (2006). *Palveluiden dialoginen kehittäminen kunnissa. sektorikeskeisyydestä ja projektien kaaoksesta joustavaan verkostointiin* Raportteja 253. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus STAKES.
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow – The psychology of optimal experience*. New York: HarperCollins Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. (2006). *Kehittyvä minuus – Visioita kolmannelle vuosituhanneille*. Tallinna: Raamatutrukikoda.
- DARPA. About DARPA. Saatavilla 16.9.2020 <https://www.darpa.mil/about-us/about-darpa>
- Ebrand Group Oy. Oulun Kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. (2019). *SoMe ja Nuoret 2019 – katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä*. Saatavilla 22.11.2019 <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2019/>
- Eriksson, M. & Lindström, B. (2014) The salutogenic framework for well-being: implications for public policy. Teoksessa Hämäläinen, T. Michaelson, J. Elgar, E., *Well-being and beyond. Broadening the public and policy discourse*. UK: Edward Elgar Publishing Limited.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.
- ETENE. (2018). Lausunto. Lausuntopyyntö luonnoksesta hallituksen esitykseksi uudeksi asiakas- ja potilaslaiksi ja eräiksi siihen liittyviksi laeiksi. Lausunnonantajan lausunto Asiakas- ja potilaslaki. Saatavilla 25.9.2020 <https://etene.fi/documents/1429646/7155344/Lausunto+HE+uudeksi+asiakas-+ja+potilaslaiksi+27092018/02cb3559->

[e1b9-4faa-601a-f0d0559d3b5b/Lausunto+HE+uudeksi+asiakas-  
+ja+potilaslaiksi+27092018.pdf](https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724_TDAT19001FIN_PDF.pdf)

- Euroopan huumeraportti (2019). Suuntauksia ja muutoksia. Euroopan huumeraportin ja niiden väärinkäytön seurantakeskus. Saatavilla 21.11.2019 [http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724\\_TDAT19001FIN\\_PDF.pdf](http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724_TDAT19001FIN_PDF.pdf)
- FinSoc. (2001). *Arviointi sosiaalipalveluissa. Katsaus arvioinnin peruskysymyksiin*. Stakes, FinSoc Työpapereita 3/2001. Helsinki. Saatavilla 17.10.2019 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75416/Ty%C3%B6papereita32001.pdf?sequence=1>
- Fraktman, P. & Laitila, M. (2010). Oppilas- ja opiskelijahuollon kehittäminen. Teoksessa *Innovaatioita terveyden edistämiseen mielenterveys- ja päihdetyössä*. THL – Avauksia 5/2010. Saatavilla 13.8.2020 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79990/f8cb23c3-edb6-4fc6-8fdc-c26650a8108d.pdf?sequence=1>
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity*. Cambridge: Polity Press.
- Gretschel, A. (2011). *Nuorisotalo mahdollistavana lähiyhteisönä: nuorten näkökulmia*. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 41. Saatavilla 24.11.2019 <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuorisotalo.pdf>
- Hakala, J. (2017). *Tulevan maisterin graduopas*. Tallinna: Gaudeamus Oy.
- Haukkalan Säätiö. (2019). Tausta. Saatavilla 19.11.2019 <https://www.haukkalansaatio.com/>
- Heiskanen, A. (2013). *Läpimurto: Taltuta tuhoajat*. Helsinki: Talentum Oyj.
- HelsinkiMissio. (2019). Esittely. Saatavilla 20.11.2019 <https://www.helsinkimissio.fi/>
- Hengsberger, A. (27.4.2018). The 4 phases of innovation. Saatavilla 16.9.2020 <https://www.lead-innovation.com/english-blog/the-4-phases-of-innovation>
- Hietaharju, P. & Nuutila, M. (2010). *Käytännön mielenterveystyö*. Latvia: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2001). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (1995). *Teemahaastattelu*. Helsinki: Yliopistopaino.

- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. (2005). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Hohti, R. & Karlsson, L. (2013). Lasta kannattaa kuunnella. Teoksessa: *Ketä kiinnostaa? Lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen*. Tallinna: Gaudeamus.
- Humaljoki, K. Vuorilehto, M. Karlsson, L. & Kuosmanen, L. (2010). Koululaisten stressinhallintakurssit oppilashuollon työkaluna. Teoksessa *Innovaatioita terveyden edistämiseen mielenterveys- ja päihdetyössä*. THL – Avauksia 5/2010. Saatavilla 13.8.2020 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79990/f8cb23c3-edb6-4fc6-8fdc-c26650a8108d.pdf?sequence=1>
- HUS. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. (2017). Magneettisairaala uudenlaisen asiantuntija ja esimiestyön mahdollistajana. Ritmala-Castrèn, M. Luentomateriaali. Saatavilla 27.9.2020 [https://www.tehy.fi/fi/system/files/mfiles/luentomateriaali/2017/magneettisairaala\\_uudenlaisen\\_asiantuntija- ja\\_esimiestyön\\_mahdollistajana\\_marita\\_ritmala-castren\\_id\\_9577.pdf](https://www.tehy.fi/fi/system/files/mfiles/luentomateriaali/2017/magneettisairaala_uudenlaisen_asiantuntija- ja_esimiestyön_mahdollistajana_marita_ritmala-castren_id_9577.pdf)
- Härmä, M. & Sallinen, M. (2000). Univaje terveysriskinä. *Duodecim* 116, 2267–2273. Saatavilla 23.8.2020 <https://www.duodecimlehti.fi/duo91829>
- Hämäläinen, T. Heiskala, R. (2004). *Sosiaaliset innovaatiot ja yhteiskunnan uudistumiskyky*. Helsinki: Edita prima oy.
- Hämäläinen, T. (toim.) Michaelson, J. (toim.) (2014). *Well-being and beyond. Broadening the public and policy discourse*. UK: Edward Elgar Publishing Limited.
- Hämäläinen, T. (2019). Juurisyyanalyysi: Nuorten elämänhallinta ja mielenterveys. Saatavilla 14.11.2019 <https://www.sitra.fi/julkaisut/juurisyyanalyysi-nuorten-elamanhallinta-ja-mielenterveys/#haasteiden- ja-voimavarojen-tasapaino>
- Hämäläinen, T. (2014). Hyvinvoinnin lähteet niukan talouskasvun ja budjettileikkausten maailmassa. Saatavilla 11.10.2019 [https://media.sitra.fi/2017/02/27174522/Hyvinvoinnin\\_lahteet\\_niukan\\_taloukskasvun\\_ja\\_budjettileikkausten\\_maailmassa-2.pdf](https://media.sitra.fi/2017/02/27174522/Hyvinvoinnin_lahteet_niukan_taloukskasvun_ja_budjettileikkausten_maailmassa-2.pdf)
- Hänninen, J. Hänninen J. (2015). *Suomalainen velkakirja. Ihmisten elämä velkaantuvassa maassa*. Helsinki: Into Kustannus Oy.

- Jenson, J. (2015). Social Innovation: Redesigning the Welfare Diamond. Teoksessa *New frontiers in social innovation research*. Saatavilla 30.6.2020 <https://library.oapen.org/bitstream/handle/20.500.12657/27885/1002117.pdf?sequence=1#page=116>
- Junttila, N. (2016). Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Saari, J. (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Tallinna: Gaudeamus.
- Jyväskylän katulähetys ry. (2018). Mennään niiden kotiin. Kotinuorisotyö tavoittamassa maahanmuuttajataustaisia tyttöjä ja nuoria naisia-julkaisu. Saatavilla 13.8.2020 <https://www.jklkl.fi/wp-content/uploads/2018/12/Mennaan-niiden-kotiin.pdf>
- Kalat, J. W. (2007). *Biological Psychology*. 9. p. Belmont, CA: Worth/Thompson.
- Karlsson, L. (2008). Nuorten depression ennuste. *Kansanterveys-lehti*, 4. Kansanterveyslaitos.
- Karttunen, K. (2018). *Nuoren elämänhallinnan tukeminen koulukuraattorin työssä*. (Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden laitos). Saatavilla <https://epublications.uef.fi/pub/urn:nbn:fi:uef-20180572/urn:nbn:fi:uef-20180572.pdf>
- Kekkonen, M. Känkänen, P. & Gissler, M. (2018). Tieto nuorten asiakaskokemuksista ja palveluiden käytöstä – liian tärkeää hukattavaksi. Teoksessa *Nuoret palveluiden pauloissa – Nuorten elinolot vuosikirja 2018*. Toim. M. Gissler, M. Kekkonen ja P. Känkänen. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla 24.11.2019 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137198/THL\\_TEE030\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137198/THL_TEE030_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Kinnunen, P. (2011). *Nuoruudesta kohti aikuisuutta: varhaisaikuisen mielenterveys ja siihen yhteydessä olevat ennakoivat tekijät*. (Tutkimuksia / Terveystieteiden yksikkö, Tampereen yliopisto, 1/2000). Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. (Väitöskirja, Tampereen yliopisto)
- Kasve Oy. (2019). Tietoa meistä. Saatavilla 18.11.2019 <https://www.kasve.fi/tieto-meista/>
- KeHO. (2019). 100 päivän haasteen hakupaperi. Ei julkinen asiakirja.

- KeHo Finland. (2019). Toimijat. Saatavilla 18.11.2019 <https://kehofinland.fi/fi/toimijat>
- Keltikangas-Järvinen, L. (2008) *Temperamentti, stressi ja elämänhallinta*. Helsinki: WSOY.
- Kuula, A. (2006). *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.
- KuopioHealth. (2019). 100 päivän haasteen hakupaperi 2019.
- KuopioHealth. (2019a). Internet-sivu. Saatavilla 18.11.2019 <https://kuopiohealth.fi/>
- L 1285/2016. Nuorisolaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- L 24.8.1990/717. Laki Suomen itsenäisyyden juhlarahastosta. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19900717>
- L 22.9.2000/812. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>
- L 11.6.1999/73. Suomen perustuslaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>
- Lahti, T. (2008). *Circadian Rhythm Disruptions and Health*. Helsinki: National Public Health Institute, Department of Mental Health and Alcohol Research, Faculty of Biosciences, Department of Physiology.
- Mattila-Holappa, P. (2018). *Mental health and labour market participation among young adults*. Väitöskirjatutkielma. Kela. Helsinki. Saatavilla 30.10.2019 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/246119/Tutkimuksia152.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Marttunen, M. Huurre, T. Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.). (2013). *Nuorten mielenterveyshäiriöt – Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy. Saatavilla 21.11.2019 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL\\_OPA025\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mazzucato, M. (2019). Governing Missions in the European Union. Saatavilla 14.9.2020 [https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/research\\_and\\_innovation/contact/documents/ec\\_rtd\\_mazzucato-report-issue2\\_072019.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/research_and_innovation/contact/documents/ec_rtd_mazzucato-report-issue2_072019.pdf)

- Mazzucato, M. (2018). Mission-oriented research & innovation in the European union. A problem-solving approach to fuel innovation-led growth. Saatavilla 29.10.2019 [https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/mazzucato\\_report\\_2018.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/mazzucato_report_2018.pdf)
- Metsämuuronen, J. (2009). *Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä*. 1. painos. Jyväskylä: International Methelp Oy.
- Metsämuuronen, J. (2006). *Laadullisen tutkimuksen käsikirja*. Jyväskylä: International Methelp Oy.
- MIELI ry. (2019). Suomen Mielenterveys ry. Nuoren unirytmien muutoksessa. Saatavilla 21.11.2019 <https://mieli.fi/fi/kehitt%C3%A4mistointa/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/nuoren-unirytmien-muutoksessa>
- MIELI ry. (2019b) Suomen Mielenterveys ry. Sekasin-chat keskusteluapua nuorille. Saatavilla 24.11.2019 <https://mieli.fi/fi/tukea-netist%C3%A4>
- MIELI ry. (2018). Sekasin-chat vuosiraportti 2018. Saatavilla 24.11.2019 [https://mieli.fi/sites/default/files/inline/sekasin-chat\\_vuosiraportti\\_2018.pdf](https://mieli.fi/sites/default/files/inline/sekasin-chat_vuosiraportti_2018.pdf)
- Mulgan, G. (2019). *Social innovation. How societies find the power to change*. Bristol: Policy Press.
- Mulgan, G. Tucker, S. Ali, R. & Sanders, B. (2007) *Social Innovation: What it is, why it matters and how it can be accelerated*. Skoll Centre for Social Entrepreneurship. Oxford: MIT Press.
- Murray, R. Caulier-Grice, G. & Mulgan, G. (2010). *The Open book of social innovation*. Saatavilla 29.10.2019 <https://youngfoundation.org/wp-content/uploads/2012/10/The-Open-Book-of-Social-Innovationg.pdf>
- Muutila ry. (2019). Nuorisotyön uusi normaali yksinäisyyttä vastaan. Saatavilla 13.8.2020 <http://muutila.fi/homiesyouthwork/>
- Myllärniemi, J. (2009). *Masennus. Psyyken kipu*. Hämeenlinna: Kirjapaja.
- Mäkinen, O. (2006). *Tutkimusetiikan ABC*. Vaajakoski: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Nesta. (2019). *Compendium for innovation methods*. Saatavilla 28.10.2019 <https://media.nesta.org.uk/documents/Compendium-of-Innovation-Methods-March-2019.pdf>

- Nicholls, A. Simon, J. & Gabriel, M. (2005). Introduction: Dimensions of Social Innovation. Teoksessa *New frontiers in social innovation research*. Saatavilla 30.6.2020 <https://library.oapen.org/bitstream/handle/20.500.12657/27885/1002117.pdf?sequence=1#page=116>
- Nyyti Ry. (2016). Ole oman elämäsi tähti! Opiskelijan opas elämäntaidoista-opas. Saatavilla 27.10.2019 <http://www.nyyti.fi/wp/wp-content/uploads/2016/08/Ole-oman-elamasi-tahti.pdf>
- Olsson, P. (2018). *Kaikki vähä erilaisii – Yläkoulun sosiaaliset suhteet*. Tallinna: Gaudeamus.
- Ohjaamot. (2019). Tietoa. Saatavilla 24.11.2019 <https://ohjaamot.fi/etusivu>
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. (2014). *Kehitystyön menetelmät*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Paananen, R. & Wiens, V. (2019). Kohti nuorilähtöistä palvelujärjestelmää. Saatavilla 8.8.2020 <https://dialogi.diak.fi/2019/12/18/kohti-nuorilah-toista-palvelujarjestelmaa/>
- Paasivaara, L. Suhonen, M. & Virtanen, P. (2011). *Projektijohtaminen hyvinvointipalveluissa*. Helsinki: Tietosanoma oy.
- Partonen, T. (2019). Uni-valverytmin (unirytmien) häiriöt. Lääkärikirja Duodecim. Saatavilla 21.11.2019 [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00535](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00535)
- Pirilä, K. & Vehkaperä, U. (2013). Kehitä. Teoksessa Vehkaperä, U. Pirilä, K. Roivas, M. (toim.) *Innostu ja innovoi*. Käsikirja innovaatioprojektioihin. Metropolia ammattikorkeakoulun julkaisusarja. Saatavilla 27.9.2020 [https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013\\_vehkapera\\_pirila\\_roivas\\_Innostu\\_ja\\_innovoi\\_OIVA.pdf](https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013_vehkapera_pirila_roivas_Innostu_ja_innovoi_OIVA.pdf)
- Raitasalo, K. & Härkönen, J. (2019). Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen: ESPAD-tutkimus 2019. *Tilastoraportti*. Saatavilla 21.11.2019 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD\\_tilastoraportti06112019.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD_tilastoraportti06112019.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Rapid Results Institute. (2019). Our work. Saatavilla 30.10.2019 <https://www.rapidresults.org/our-work>
- Rogers, P. & Goldstein, L. Kangasniemi, K. (suom.) (2012). *Tunnista nuoren huume- ja alkoholiongelmat*. Helsinki: Minerva 2012.

- Roos, J.P. (1987). *Suomalainen elämä*. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L (toim.). (2009) *Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Jyväskylä: Osuuskunta Vastapaino.
- Ruuska, K. (2008). *Pidä projekti hallinnassa*. (7. p.) Helsinki: Talentum Oyj.
- Saarisilta, J. Heikkilä J. (toim.) (2015). *Yhdessä innovoimaan. Osallistuva innovaatiotoiminta ja sen johtaminen sosiaali- ja terveysalan muutoksessa*. Tekes-raportti. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Schot, J. & Steimueller, E. (2016). *Framing innovation policy for transformative change: Innovation policy 3.0. Science policy research Unit (SPRU)*. University of Sussex. Saatavilla 30.10.2019 [http://www.iohanschot.com/wordpress/wp-content/uploads/2016/09/Schot-Steimueller\\_FramingsWorkingPaperVersionUpdated2018.10.16-New-copy.pdf](http://www.iohanschot.com/wordpress/wp-content/uploads/2016/09/Schot-Steimueller_FramingsWorkingPaperVersionUpdated2018.10.16-New-copy.pdf)
- Seikkula, J. Arnkil, T. (2009). *Dialoginen verkostotyö*. Jyväskylä: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Suomen valtio.
- Seppänen-Järvelä R. (2004). *Prosessiarviointi kehittämissuorituksissa. Opas käytäntöihin*. Helsinki: Stakes. Saatavilla 11.10.2019 [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75862/Arviointiraportteja4\\_04.pdf?s](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75862/Arviointiraportteja4_04.pdf?s)
- Siivouspäivä. (2020). Siivouspäivä-info. Saatavilla 30.6.2020 <https://siivouspaiva.com/siivouspaiva-info/siivouspaivan-perusteet>
- Sihvo, S. Isola, A-M. Kivipelto, M. Linnanmäki, E. Lyytikäinen, M. & Sainio, S. (2.5.2018). *Asiakkaiden osallistumisen toimintamalli. Loppuraportti*. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita, 16/2018. Saatavilla 25.9.2020 [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160828/STM\\_r1618\\_Asiakkaiden%20osallistumisen%20toimintamalli.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160828/STM_r1618_Asiakkaiden%20osallistumisen%20toimintamalli.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Simonen, J. (2007). Nuorten juomisen sosiaalisuuden lajit. Teoksessa Tigerstedt, C (toim.). *Nuoret ja alkoholi*. Saatavilla 10.10.2019 <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuoretjaalkoholi.pdf>

- Sitra. (2019). Perustietoa Sitrasta. Saatavilla 16.10.2019 <https://www.sitra.fi/aiheet/kysymyksiä-ja-vastauksia-sitran-toiminnasta/#mista-on-kyse>
- Sitra (2019). Rahoitushaku:100 päivän hyvinvointi-haaste kaupungeille. Saatavilla 16.10.2019 <https://www.sitra.fi/artikkelit/rahoitushaku-innovatiivinen-kaupunki-hae-mukaan-100-paivan-hyvinvointihaasteeseen/>
- STM. Sosiaali- ja terveysministeriö. (2012). Sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämissuunnitelma KASTE 2012-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:1. Saatavilla 27.9.2020 [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74066/STM\\_2012\\_%20KASTE\\_FI\\_uusi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74066/STM_2012_%20KASTE_FI_uusi.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Suomen Mielenterveysseura. (2018). Ritva, K-H. (toim.). Wahlbeck, K. (toim.). Heiskanen, T. (toim.). Stengård, E. (toim.) Hannukkala, M. (toim.). *Mielenterveys elämäntaitona. Mielenterveyden ensiapu 1.* (4. p.)  
Tallinna: Tryckeri Aktaprint AS.
- Syrjälä, L. Ahonen, S. Syrjäläinen, E. & Saari, S. (1995). *Laadullisen tutkimuksen työtapoja.* (1–2. p.). Kirjapaino West Point Oy. Rauma.
- Tahvanainen, A-J. & Seppälä, T. (1.3.2013). Tarvitseeko Suomi radikaalimpaa innovaatiomallia? ETLA muistiot 8/1.3.2013. Saatavilla 14.9.2020 <https://www.etla.fi/wp-content/uploads/ETLA-Muistio-Brief-8.pdf>
- TENK. (2012). Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Saatavilla 1.11.2019 [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)
- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019). Hyvinvointi- ja terveyserot. Saatavilla 29.10.2019 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019a). Nuorten mielenterveyshäiriöt. Saatavilla 21.11.2019 <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>
- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019b). Kouluterveyskysely 2019. Saatavilla 20.11.2019 [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary\\_aluevertailu2](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_aluevertailu2)

- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019c). Lapset, nuoret ja perheet. Peruspalvelut. Saatavilla 24.11.2019 <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut>
- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019d). Nuorten syrjäytyminen. Saatavilla 25.11.2019 <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon-tueksi/nuorten-syrjaytyminen>
- Thorsteinsson, E. Potrebny, T. Arsaell, A. Tynjälä, J. Välimaa, R. & Eriksson, C. (2019). *Nuorten nukkumisvaikeuksien suuntaukset viidessä Pohjoismaassa 2002–2014*. Pohjoismainen hyvinvointitutkimus 02/2019.
- Tilastokeskus. (2020). Työkyvyttömyyseläkettä saaneet. Saatavilla 23.6.2020 <https://findikaattori.fi/fi/76>
- Toiviainen, H. Kira, M. (2017). *From struggles to resource gains in interprofessional service networks: Key findings from a multiple case study*. University of Tampere. University of Michigan. Saatavilla 25.9.2020 <http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=123985458&S=R&D=aph&EbscoContent=dGJyMMTo50Se-qLM40dVuOLCmsEiep69Ssa%2B4S7SWxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGqtU%2B1qrRNuePfgeyx44Dt6fIA>
- Tuomi, J. Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tuomi, J. Sarajärvi, A. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Vamosnuoret. (2020). Tukea nuorelle. Saatavilla 23.4.2020 <https://www.hdl.fi/vamos/>
- Vehkaperä, U. (2013). Innovatiivinen tiimi. Teoksessa Vehkaperä, U. Pirilä, K. Roivas, M. (toim.) *Innostu ja innovoi. Käsikirja innovaatioprojektioihin*. Metropolia ammattikorkeakoulun julkaisusarja. Saatavilla 27.9.2020 [https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013\\_vehkapera\\_pirila\\_roivas\\_Innostu\\_ja\\_innovoi\\_OIVA.pdf](https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013_vehkapera_pirila_roivas_Innostu_ja_innovoi_OIVA.pdf)
- Vehkaperä, U. (2013a). Ideoi. Teoksessa Vehkaperä, U. Pirilä, K. Roivas, M. (toim.) *Innostu ja innovoi. Käsikirja innovaatioprojektioihin*.

Metropolia ammattikorkeakoulun julkaisusarja. Saatavilla 27.9.2020  
[https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013\\_vehkaera\\_pirila\\_roivas\\_Innostu\\_ja\\_innovoi\\_OIVA.pdf](https://www.metropolia.fi/sites/default/files/publication/2019-11/2013_vehkaera_pirila_roivas_Innostu_ja_innovoi_OIVA.pdf)

Virtanen, M. (2005). *Sosiaaliset innovaatiot*. Yhteiskuntapolitiikka YP-70. Julkari STM:n hallinnonalan avoin julkaisuarkisto. Saatavilla 30.6.2020  
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101478/052virtanenpk.pdf?sequence=1>

## LIITE 1. Saatekirje

### SAATEKIRJE

10.1.2020

Hyvä 100 päivän hyvinvointihaasteen osallistuja,

Opiskelen Diakonia-ammattikorkeakoulussa Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen ylempää ammattikorkeakoulututkintoa ja teen opinnäytetyöni Sitralle. Opinnäytetyössäni arvioin 100 päivän hyvinvointi -haasteen onnistumista. Opinnäytetyöni tulee olemaan osa Sitran Hyvinvointiekosysteemi-hankkeen maaliskuun 2020 kokonaisarviota. Opinnäytetyöni ohjaajina Diakissa toimivat terveystieteiden tohtorit Arja Suikkala ja Elina Turunen. Sitran yhteyshenkilönä toimii johtava asiantuntija Timo Hämäläinen.

Opinnäytetyöni tarkoitus on selvittää, voidaanko ongelmalähtöisellä ja avoimella Sitran 100 päivän hyvinvointihaasteella löytää ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmien sekä selvittää mitkä asiat edistivät tai estivät innovaatioprosessin onnistumista.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Minkälaisia ratkaisumalleja nuorten hyvinvointiongelmien kehittämiseksi kehitettiin 100 päivän hyvinvointihaasteen avulla?
2. Miten 100 päivän hyvinvointihaaste toimi: mitkä asiat edistivät tai estivät onnistumista?

Opinnäytetyötäni varten haastattelen molempien haasteessa mukana olevien kaupunkien tiimejä ryhmähaastatteluina. Haastateltavat valikoituvat sillä perusteella, ketkä ovat Sitran valitsemina mukana 100 päivän haasteessa. Kaikki haastattelut ääninauhoitan jokaisen haastateltavan suostumuksella. Ääninauhaa käytän haastattelun purkamisessa käsiteltävään muotoon. Haastattelut toteutan ja aineiston analysoin vuoden 2020 helmikuun aikana. Alustavat tulokset valmistuvat helmikuun 2020 loppuun mennessä.

Opinnäytetyöhön osallistuvien anonymiteetti säilytetään koko prosessin ajan. Kerätty aineisto säilytetään lukollisessa kaapissa olevassa lukollisessa laatikossa, jonne vain allekirjoittaneella on pääsy. Opinnäytetyöraportin valmistuttua viimeistään vuoden 2020 loppuun mennessä ääninauhat, muistiinpanot sekä kirjalliset aineistomateriaalit hävitetään tuhoamalla. Opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista ja se voidaan keskeyttää missä prosessin vaiheessa tahansa.

Lisätietoa opinnäytetyöstä saa allekirjoittaneelta.

Ystävällisin terveisin,

Tiia Herala

[tiia.he\[REDACTED\].fi](mailto:tiia.he[REDACTED].fi)

## LIITE 2. Suostumuslomake

Suostumus 100 PÄIVÄN HYVINVOINTIHAASTEESTA TEHTÄVÄÄN  
OPINNÄYTETYÖHÖN osallistumisesta – Kaupunkien tiimien jäsenille

10.1.2020

### SUOSTUMUS

Suostun

---

(nimi, nimike/organisaatio)

---

(sähköpostiosoite)

100 päivän hyvinvointihaasteen selvitykseen liittyvään opinnäytetyön haastatteluun ja siihen että haastattelu ääninauhoitetaan. Minua on informoitu opinnäytetyön eri vaiheista ja siinä käytettävistä menetelmistä sekä aineiston käsittely- ja analysointitavoista.

Osallistumiseni perustuu vapaaehtoisuuteen.

---

Paikka ja aika

---

Allekirjoitus ja nimen selvennys

---

Suostumuksen vastaanottaja ja nimen selvennys

## LIITE 3. Teemahaastattelurunko

### 1. INNOVAATIOPROSESSI

- Ratkottavan ongelman kuvaus
- Lähtötilanne
- Lopputulos ja tuotosten testaus
- Haasteen aikaiset tapahtumat ja ilmentymät
- Innovaatioprosessin jatko

### 2. HAASTEMALLIN TOIMIVUUS

- Tiimin kokoaminen haastetta varten
- Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa ennen haastemallia ja sen aikana
- Kokemus 100 päivän haastemallin toimivuudesta
- Haastemallin jatkokehitysideat