

# **Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä – nuorten näkemys**

**Aune Väisänen**

Opinnäytetyö

---



Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma Hoitotyö			
Työn tekijä Aune Väisänen			
Työn nimi Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä – nuorten näkemys			
Päiväys	8.5.2013	Sivumäärä/Liitteet	69/3
Ohjaajat Arja-Sisko Kainulainen, Annikki Jauhiainen			
Toimeksiantaja Sopimusvuori ry, Nuorten päivätoiminta Tilke (Tampere)			
Tiivistelmä			
<p>Tämän opinnäytetyön aiheena oli matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten käsityksiä Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä heidän hyvinvointinsa edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisyssä. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada tietoa matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä sen asiakkaille, ja siitä miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia ja ehkäistä syrjäytymistä. Tilke voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toimintansa arvioinnissa, kehittämisessä ja mahdollisen laajentamisen suunnittelussa. Sopimusvuori ja Tilke voivat hyödyntää opinnäytetyön tuloksia myös yhteistyössä toimintansa rahoittajien kanssa. Opinnäytetyön tuloksia voivat hyödyntää myös kunnat ja kolmannen sektorin palveluntarjoajat valtakunnallisesti.</p> <p>Tässä opinnäytetyössä käytettiin laadullista lähestymistapaa. Aineisto kerättiin narratiivisesti Tilkeellä käyvien nuorten kirjoitelmista. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Nuoret ajattelevat, että syrjäytyminen on kasvava, koko yhteiskuntaa koskeva ongelma, jolle ominaista on epäinhimillisyys, prosessinomaisuus ja sosiaalisista suhteista syrjäytyminen. Syrjäytymisen syiksi nuoret nostavat ympäristön ja yhteiskunnan vaatimukset, yksilön kyvyttömyyden vastata asetettuihin vaatimuksiin sekä koulutuksen ja työn ulkopuolisuuden. Nuoret pitävät syrjäytymistä ennaltaehkäisevän tuen löytämistä ja syrjäytymisestä selviytymistä hyvin haasteellisena. Matalan kynnyksen päivätoiminta edistää nuorten mielenterveyttä saamalla nuoret lähtemään kotoa ja säilyttämään päiväryhtymänsä. Päivätoiminta mahdollistaa sosiaalisten taitojen ylläpitämisen ja läheisten ihmissuhteiden syntymisen. Vertaistuki ja ohjaajilta saatu tuki koetaan tärkeinä. Toiminnan vapaaehtoisuus, mahdollisuus vaikuttaa asioihin ja aktiviteettien monipuolisuus nähdään matalan kynnyksen päivätoiminnan keskeisinä elementteinä nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi.</p> <p>Jatkotutkimusaiheena voitaisiin selvittää syrjäytymistä ennaltaehkäisevän tuen tarjonnan ja kysynnän kohtaamista, sillä nuoret kokevat ennaltaehkäisevän tuen löytämisen hyvin haasteellisena. Voitaisiin myös tutkia, millaisia matalan kynnyksen tukea tarjoavia palveluita on olemassa, ja toisaalta voitaisiin selvittää nuorten tietoisuutta näistä palveluista.</p>			
Avainsanat Syrjäytyminen, syrjäytymisen ehkäisy, hyvinvoinnin edistäminen, matalan kynnyksen päivätoiminta			

Field of Study Social services, Health and Sports			
Degree Programme Nursing			
Author Aune Väisänen			
Title of Thesis Low-threshold Day Activity in Prevention of Social Exclusion of Young people – Opinion of the Young People			
Date	8.5.2013	Pages/Appendices	69/3
Supervisors Arja-Sisko Kainulainen, Annikki Jauhiainen			
Client Organisation/Partners Sopimusvuori Ry, Youth Day Activity Centre Tilke (Tampere, Finland)			
<p><b>Abstract</b></p> <p>The topic of this thesis was low-threshold day activity in prevention of social exclusion of young people. The purpose of this thesis was to examine the young people's perceptions of the importance of low-threshold day action of Tilke in promoting their well-being and prevention of social exclusion. The aim was to get information on the importance of low-threshold day action for the clients and on how the low-threshold day action can promote young people's well-being and prevent social exclusion. The results of this thesis can be used in evaluating, developing and expanding the activities of Tilke. In addition, Sopimusvuori and Tilke can use the results in negotiating with the sponsors of their functions. Also municipalities and service providers of the third sector can benefit from the results of this thesis.</p> <p>In this thesis a qualitative approach was used. The data was collected narratively in tracts of the people who use the activities of Tilke. The data was analyzed using data-based content analysis.</p> <p>The young people experience that exclusion is a growing problem in whole of society. The young people see exclusion as an inhumane process and feel the exclusion of social relationships to be an essential part of exclusion. They find the requirements of the society and the environment, individual's inability to meet the demands set to them, and outsidership of school and work to be the main causes of exclusion. The young people think it is very difficult to find preventative support. Also, coping with exclusion is found to be difficult. Low-threshold day action promotes young people's mental health by making it easier for them to leave home and maintain daily rhythm. Day action allows the maintenance of social skills and the creation of close relationships. The young people appreciate the support received from peer and their counsellors. The voluntary nature of the action, opportunity to influence matters and the diversity of activities are seen as key elements of promoting young people's well-being.</p> <p>Topic of further research could be for example the relationship between the supply and the demand of the support to prevent exclusion. It would also be important to look into what kind of low-threshold services already exist and on the other hand to identify young people's awareness of these services.</p>			
<p><b>Keywords</b> Exclusion, prevention of exclusion, promotion of well-being, low-threshold day action</p>			



# SISÄLTÖ

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	8
2	SYRJÄYTYMINEN.....	10
2.1	Koulutuksesta ja työelämästä syrjäytyminen.....	10
2.2	Sosiaalisista suhteista ja harrastuksista syrjäytyminen .....	11
2.3	Väliinputoaminen sosiaali- ja terveystalvelujärjestelmässä .....	12
2.4	Syrjäytyminen prosessina .....	12
2.5	Syrjäytyminen tässä opinnäytetyössä.....	13
3	SYRJÄYTYMISEN RISKITEKIJÖITÄ .....	14
3.1	Lapsiperheiden ongelmat.....	14
3.2	Maahanmuuttajuus .....	15
3.3	Terveysongelmat .....	15
3.4	Koulu- ja työmaailman ilmiöitä .....	17
4	NUORTEN SYRJÄYTYMISEN EHKÄISY.....	18
4.1	Miksi syrjäytymisen ehkäisy on tärkeää? .....	18
4.2	Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn elementtejä .....	19
4.2.1	Lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistäminen .....	20
4.2.2	Nuoren turvalliset ihmissuhteet.....	21
4.2.3	Mieluisa harrastus, koulu ja työ.....	22
4.2.4	Maahanmuuttajien kotouttaminen.....	23
4.2.5	Terveysongelmien huomioiminen .....	24
4.3	Esimerkkejä syrjäytymisen ehkäisyyn tähtäävästä toiminnasta .....	26
5	SOPIMUSVUOREN NUORTEN PÄIVÄTOIMINTAKESKUS TILKE .....	30
6	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT .....	32
7	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	33
7.1	Laadullinen tutkimus .....	33
7.2	Aineistonkeruu.....	34
7.3	Aineiston analysointi.....	36
8	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	39
8.1	Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä .....	39
8.1.1	Syrjäytyminen .....	39
8.1.2	Syrjäytymisen syyt.....	41

8.1.3 Syrjäytymisen ehkäisyn haasteet .....	42
8.2 Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten hyvinvoinnin edistämässä .....	44
8.2.1 Nuoren mielenterveyden edistäminen .....	44
8.2.2 Nuoren sosiaalinen tukeminen.....	46
8.2.3 Nuoren vastuullistaminen ja mahdollisuuksien tarjoaminen .....	47
9 POHDINTA .....	49
9.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	49
9.2 Opinnäytetyön tulosten pohdinta .....	52
9.3 Opinnäytetyön hyödynnettävyys .....	57
9.4 Ammatillinen kasvu.....	58
LÄHTEET .....	60

## LIITTEET

- Liite 1 Tutkimuslupa
- Liite 2 Saatekirje
- Liite 3 Sisällönanalyysi

## 1 JOHDANTO

Enemmistö suomalaisista nuorista voi hyvin. Suomi on hyvinvointivaltio, jolla on maailmalla arvostettu koulutusjärjestelmä, edistyneet terveydenhuoltopalvelut ja sosiaaliturva jokaisen kansalaisen tukena. Kymmenet tuhannet nuoret ovat kuitenkin syrjäytyneet yhteiskunnasta ja itselleen tärkeinä pitämistään ympäristöistä, ja tämä joukko kasvaa joka vuosi. Syrjäytymisen vaikutukset ovat vakavia sekä yhteiskunnan että yksilön tasolla, minkä vuoksi jokaisen nuoren syrjäytymistä vastaan tulisi taistella kaikin mahdollisin keinoin. Kaverisuhteiden, erilaisten yhteisöjen, harrastusten, koulutuksen ja työn ulkopuolisuus voivat heikentää nuoren elämänlaatua merkittävästi. Ulkopuolisuus voi vaikuttaa esimerkiksi nuoren itsetuntoon. Syrjäytyneellä nuorella on kohonnut riski huono-osaisuuteen elämän eri osa-alueilla ja syrjäytymiseen liittyy yleensä paljon erilaisia ongelmia.

Opinnäytetyö on aihepiirinsä puolesta valtakunnallisesti hyvin merkityksellinen, sillä nuorten syrjäytymisestä, sen ehkäisyn tärkeydestä ja toimivista ehkäisykeinoista keskustellaan jatkuvasti. Tuntuu siltä, että yhteiskunnassa on vihdoinkin havahduttu syrjäytymisongelman vakavuuteen. Yhteiskunnallista keskustelua käydään esimerkiksi siitä, kenen vastuulla syrjäytymisen ehkäisy on, miten syrjäytymistä voidaan ehkäistä, ja miten syrjäytyneet nuoret saadaan koulu- ja työelämään. Vastuu nuorten syrjäytymisen ehkäisystä kuuluu kaikille, ja jokainen voi omalla toiminnallaan edistää hyvinvointia lähiympäristössään. Syrjäytymisen ehkäisy on tärkeä osa-alue myös kaikissa hoito- ja ohjaustyön ympäristöissä. Moni hoitaja kohtaa työssään säännöllisesti lapsia, lapsiperheitä ja nuoria. Jokaisella hoitajalla on tärkeä rooli asiakkaidensa hyvinvoinnin edistämässä ja syrjäytymisen ehkäisyssä.

Opinnäytetyön toimeksiantaja on tamperelaisen Sopimusvuori ry:n nuorten päivätoimintakeskus Tilke, joka tarjoaa päivätoimintaa Tampereella ja sen lähikunnissa asuville nuorille. Tilke tekee arvokasta työtä nuorten hyväksi. Viimeisen vuoden aikana Tilkkeellä on ollut tavoitteena kynnyksen madaltaminen niin, että palvelu olisi kaikkien sitä tarvitsevien nuorten saatavilla. Tilkkeen toiminnan merkitystä nuorille ei ole tutkittu aikaisemmin, ja nyt toiminnan radikaalin uudistamisen jälkeen asiakkaiden, eli Tilkkeellä käyvien nuorten äänen kuuleminen on hyvin ajankohtaista.

Opinnäytetyössä selvitetään nuorten käsityksiä Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä heidän hyvinvointinsa edistämässä ja syrjäytymisen ehkäi-



syssä. Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä sen asiakkaille sekä siitä, miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia ja ehkäistä syrjäytymistä. Tilke voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toimintansa arvioinnissa, kehittämisessä ja mahdollisen laajentamisen suunnittelussa. Sopimusvuori ja Tilke voivat hyödyntää opinnäytetyön tuloksia myös yhteistyössä toimintansa rahoittajien kanssa. Toimeksiantajan lisäksi opinnäytetyön tuloksia voivat hyödyntää esimerkiksi kunnat ja kolmannen sektorin palveluntarjoajat valtakunnallisesti. Toiveeni on, että viime kädessä opinnäytetyöstä hyötyvät matalan kynnyksen päivätoimintaa tarvitsevat nuoret.

Toimeksiantaja on minulle tuttu, sillä olen ollut Tilkkeellä töissä ohjaajana sekä tehnyt siellä sairaanhoitajaopintoihini liittyviä harjoitteluita. Olen ollut Tilkkeen toiminnassa mukana myös liikuntaryhmän vetäjänä. Opinnäytetyön olen tehnyt kuitenkin kaikista edellä mainituista rooleistani irrallisena. Tuttuuteni sekä Tilkkeen henkilökunnan että siellä käyvien nuorten kanssa on helpottanut yhteistyötä toimeksiantajan kanssa. Tuttuudesta on ollut apua myös itse opinnäytetyön tekemisessä. Olen pohtinut taustaan Tilkkeen työntekijänä ja rooliani opinnäytetyöntekijänä opinnäytetyöprosessin kaikissa vaiheissa.

Nuorten kanssa tehtävä työ ja mielenterveyden edistäminen ovat minulle sydämenasioita, ja haluan työskennellä nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy opinnäytetyön aiheena on mahdollistanut näiden minulle läheisten teemojen käsittelyn tässä työssä. Opinnäytetyöni aihevalintaan vaikuttivat vahvasti myös syrjäytymiskeskustelun ajankohtaisuus ja opinnäytetyön merkityksellisyys. Koen, että opinnäytetyön tekeminen on ollut minulle yksi keino olla mukana ehkäisemässä nuorten syrjäytymistä. Samalla minulla on ollut mahdollisuus osallistua Sopimusvuoren Tilkkeen toiminnan kehittämiseen.

## 2 SYRJÄYTYMINEN

Syrjäytymiselle on olemassa erilaisia määritelmiä. Määritelmät poikkeavat toisistaan sen mukaan, missä yhteydessä syrjäytymistä käsitellään. Näiden erilaisten määritelmien pohjalta on koottu muutamia keskeisiä syrjäytymisen ulottuvuuksia kolmeen ryhmään, jotka ovat usein yhteydessä toisiinsa.

Ryhmät ovat koulutuksesta ja työelämästä syrjäytyminen, sosiaalisista suhteista ja harrastuksista syrjäytyminen sekä väliinpuotoaminen sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmässä. Syrjäytymistä voidaan tarkastella myös prosessina. Tällöin syrjäytyminen nähdään ongelmien kasautumisena ja syvenemisenä (Järvinen & Jahnukainen 2001, 132–135).

### 2.1 Koulutuksesta ja työelämästä syrjäytyminen

Jokaisella suomalaisella lapsella on oppivelvollisuus, joka päättyy kun yleissivistävän peruskoulun oppimäärä on suoritettu, tai sinä vuonna kun oppivelvollisuuden alkamisesta on kulunut 10 vuotta. Peruskoulun jälkeiset opinnot ovat vapaaehtoisia. Peruskoulun jälkeistä toisen asteen koulutusta tarjotaan lukioissa ja ammattikouluissa. Toisen asteen opintojen jälkeen on mahdollista jatkaa opiskelua vielä korkea-asteella ammattikorkeakouluissa ja yliopistoissa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.a.)

Nuoret, jotka eivät ole jatkaneet opintojaan peruskoulun jälkeen ovat yleensä joko työelämässä, työttömäksi ilmoittautuneita, suorittamassa asevelvollisuuttaan tai eläkkeellä. Osa heistä on kotona päivä- tai äitiysrahalla tai saa muuta sosiaaliturvatukea. Huolestuttavin joukko koulutuksen ulkopuolella olevista nuorista ovat ne, jotka eivät kuulu mihinkään edellä mainittuun ryhmään eivätkä siten näy missään tilastoissa. (Kaukonen 2007).

Nuoria, jotka keskeyttävät tutkintoon johtavat opintonsa eivätkä jatka muihin opintoihin, löytyy kaikilta koulutusasteilta. Lukuvuonna 2010–2011 toisen asteen ja korkea-asteen koulutuksen opiskelijoista yhteensä noin 6 prosenttia keskeytti opintonsa, eikä jatkanut muihin opintoihin. Eniten keskeyttäjiä (8,1 %) on ammatillisessa koulutuksessa, vaikka heidän määränsä on laskenut lähivuosina. Ammattikorkeakoulu- tai yliopisto-opinnot keskeyttävien nuorten määrä on kasvanut vuosituhannen alusta. (Tilastokeskus 2013.)

Alle 25-vuotiaiden työttömien työnhakijoiden määrä on suuri; elokuun 2012 lopussa heitä oli yli 30 000. Heidän lisäksi on nuoria, jotka eivät ole ilmoittautuneet työttömiksi työnhakijoiksi, mutta ovat syystä tai toisesta jääneet työelämän ulkopuolelle. (Myrskylä 2012, 2; Työ- ja elinkeinoministeriö 2012.) Lämsä (2009, 42) pitää työttömyyden ja työkyvyttömyyden lisäksi myös huonoja työoloja sekä työn sisällyksettömyyttä työmarkkinoilta syrjäytymisen osa-alueina. Lämsä huomauttaa, että työelämästä syrjäytyminen ja taloudellinen huono-osaisuus liittyvät läheisesti toisiinsa.

Euroopan unionin (EU) jäsenvaltioissa nuoria on työelämän ulkopuolella keskimäärin vielä enemmän kuin Suomessa. Nuorisotyöttömiä on EU:n alueella noin 5,7 miljoonaa, mikä tarkoittaa, että käytännössä joka neljäs alle 25-vuotias on työelämän ulkopuolella. Erityisen huolestuttava tilanne on Kreikassa ja Espanjassa, missä yli puolet nuorista on työttömiä. Myös esimerkiksi Portugalissa ja Italiassa nuorten työttömien prosentuaalinen osuus ikäluokasta on ennätyksellisen suuri, lähes 40 prosenttia. Työttömien määrä on kasvanut viime vuosina koko EU:n alueella. (Eldiario.es 2013.)

## 2.2 Sosiaalisista suhteista ja harrastuksista syrjäytyminen

Ihminen on luonnostaan sosiaalinen olento, jolle on ominaista näyttää ja toteuttaa sosiaalisia tarpeitaan ja olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa koko elinkaarensa ajan. Erilaisten ryhmien jäsenyydet ja niiden kautta syntyvät sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä ihmisen selviytymiselle ja hyvinvoinnille. Nuoren jääminen esimerkiksi harrastusporukan ja kiinteän opiskeluryhmän ulkopuolelle on yleensä merkki syrjäytymisestä sosiaalisista suhteista. Ystävyys- ja kaverisuhteiden heikentyminen on keskeinen osa nuorten sosiaalisista suhteista syrjäytymistä. On paljon nuoria, joilla ei ole yhtään läheistä ystävää. Sosiaalisten suhteiden vähäinen määrä aiheuttaa yksinäisyyttä, ja vastaavasti yksinäisyys vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Noin joka viides suomalainen yli 15-vuotias kokee yksinäisyyttä. (Myllyniemi 2008, 65; Raunio 2006, 94–96; Saari 2009, 9, 127, 139–140.)

Kyösti Raunio (2006, 95–96) on pohtinut perheestä syrjäytymistä yhtenä syrjäytymisen ulottuvuutena. Ihmiset elävät nykyisin hyvin monenlaisissa perheissä – eivät suinkaan pelkästään kahden vanhemman ja lasten muodostamissa ydinperheissä. Raunio huomauttaa, että olennaista ei ole se, keitä perheeseen kuuluu, vaan se, saako ihminen perheeltään tukea sitä tarvitessaan. Jos nuori on elämäntilanteessa,

jossa hän tarvitsee perheeltään emotionaalista tai taloudellista tukea, mutta ei voi pyytää tai saada sitä, hän on luultavasti syrjäytynyt perheestään ainakin jonkinasteisesti.

Sosiaaliset suhteet ja harrastukset liittyvät läheisesti toisiinsa. Ihmiset, joiden osallistuminen sosiaalisiin tapahtumiin ja vapaa-ajan toimintaan on vähäistä, ovat yksinäisempiä kuin muut (Saari 2009, 128–129). Harrastuksensa lopettaa suhteellisen moni nuori 15 vuoden iässä, jolloin lapsena aloitetun harrastuksen merkitystä itselle aletaan pohtia uudelleen. Harrastuksen tuottama ilo ja hyöty eivät ehkä enää kohtaa harrastukseen liittyvien vaatimusten kanssa, jolloin harrastuksesta saatetaan luopua kokonaan. (Väestöliitto 2012.)

### 2.3 Väliinputoaminen sosiaali- ja terveystalvvelujärjestelmässä

Asiakkaan palveluketjujen katkeamiset ja hoidon jatkuvuuden laiminlyönti ovat esimerkkejä väliinputoamisesta sosiaali- ja terveystalvvelujärjestelmässä. Väliinputoamiset ovat yleisiä mielenterveyspalveluissa. Palveluketju saattaa katketa esimerkiksi sairaalajakson päättyessä, jos jatkohoito jää asiakkaalle epäselväksi tai jos se ei ole asiakkaan tarpeita vastaavaa. (Oja-Heiniemi 2006, 83–91.) Myös Mulari-Ikosen (2012) kirjoittamassa Aamulehden artikkelissa puututaan sairaalasta kotiutuvien nuorten heikkoon jatkohoitoon. Artikkelissa nostetaan esille huoli siitä, että nuori saatetaan laittaa sairaalasta kotiin ihan tyhjän päälle, vaikka ohjauksen ja tuen tarve olisi suuri juuri kotiutumisvaiheessa. Nuori ei välttämättä osaa pitää puoliaan ja pyytää tarvitsemaansa apua. Nuori saattaa myös jäädä esimerkiksi ilman kuntoutuskotipaikkaa, vaikka sellainen periaatteessa olisi saatavilla.

Väliinputoamiset kertovat ennen kaikkea vaikutusmahdollisuuksien puutteesta ja kontrollin erityiskohteeksi joutumisesta. Lämsän (2009, 43) mukaan vaikutusmahdollisuuksien puuttuminen ja kontrollin erityiskohteeksi joutuminen ovat vallankäytöstä ja osallistumisesta syrjäytymistä. Niitä ilmenee muillakin elämän osa-alueilla kuin palvelujärjestelmien asiakkuudessa.

### 2.4 Syrjäytyminen prosessina

Syrjäytymistä voidaan tarkastella myös prosessina, jolloin huomio kiinnitetään ongelmien kasautumiseen ja jatkumoon. Järvisen ja Jahnukaisen (2001, 132–135) mallin mukaan syrjäytymiskehitys alkaa siitä, kun jo lapsuusaikana kotona, koulussa tai

niissä molemmissa on ongelmia. Ongelmista aiheutuu epäonnistumisten kierre, josta seuraa vaikeuksia opiskelussa, ehkä jopa koulun keskeyttäminen. Koulunkäynnin vaikeudet ja varsinkin opiskelujen keskeyttäminen ovat puolestaan yhteydessä huonoon työmarkkina-asemaan. Työelämästä syrjäytymisestä aiheutuu taloudellisia ongelmia, ja nuori saattaa tulla riippuvaiseksi yhteiskunnan tuesta. Prosessin viimeisellä tasolla esiintyy vaikeita elämänhallinnallisia ongelmia, kuten päihteidenkäyttöä ja rikollisuutta.

Järvinen ja Jahnukainen (2001, 135) huomauttavat, että syrjäytymisprosessin tasoille voidaan prosessinomaisuudesta huolimatta liittyä missä vaiheessa tahansa. Nuori voi lyhyessä ajassa joutua mille tahansa prosessin tasolle ilman aikaisempia ongelmia. Nuori saattaa esimerkiksi syrjäytyä työelämästä, vaikka lapsuus ja kouluajat olisivat sujuneet ongelmitta.

## 2.5 Syrjäytyminen tässä opinnäytetyössä

Tässä opinnäytetyössä nuorten syrjäytymisellä tarkoitetaan nuoren subjektiivista näkemystä syrjäytymisestä. Lähtökohtana on, että syrjäytyminen on elämänlaatua heikentävää yksinjäämistä, jonkin ulkopuolella olemista. Syrjäytynyt nuori voi esimerkiksi kokea, että hänen sosiaalisten suhteidensa määrä ja syvyys eivät ole sellaisia mitä hän tarvitsisi voidakseen hyvin. Jollekin syrjäytyminen voi olla myös esimerkiksi harrastusten, koulutuksen tai työn ulkopuolelle jäämistä.

Syrjäytyminen voi tarkoittaa myös mielenterveyspalveluketjussa syrjäytymistä, kuntoutus- tai hoitopolun katkeamista tai esimerkiksi oman tukiverkoston ulkopuolisuutta. Työssä korostetaan syrjäytymistä yksilöllisenä, henkilökohtaisena kokemuksena tai näkemyksenä. Syrjäytymisen määritelmiä on yhtä paljon kuin nuoriakin.

### 3 SYRJÄYTYMISEN RISKITEKIJÖITÄ

Syrjäytymisessä on usein kyse monimuotoisten ongelmien kasautumisesta. Syrjäytymisen taustalta voidaan löytää riskitekijöitä, joiden huomiotta jättäminen lisää syrjäytymisen todennäköisyyttä. Nuorten syrjäytymisen riskiä kasvattavat esimerkiksi lapsuuteen ja perhetaustaan liittyvät ongelmat, maahanmuuttajuus ja terveysongelmat. Myös yhteiskunnassa vallitsevat trendit koulu- ja työmaailmassa tekevät osaltaan syrjäytymisestä helppoa esimerkiksi liian itsenäisen ja vaativan opiskelun ja työn kautta.

#### 3.1 Lapsiperheiden ongelmat

Lapsuudella on koko loppuelämään ulottuvia vaikutuksia. Kotona omilta vanhemmilta opitaan asenteita, arvoja ja toimintamalleja, joiden varaan oma elämä rakennetaan. Vanhemmilta opitut perusvalmiudet ohjaavat osaltaan nuoruudessa tehtäviä valintoja. Ne vaikuttavat siihen millainen aikuinen lapsesta tulee ja miten hän sijoittuu yhteiskuntaan. (Järvinen & Jahnukainen 2001, 133.)

Perheen yleinen vointi vaikuttaa merkittävästi lapsen ja nuoren kasvuun ja kehitykseen. Perheiden sisäiset ongelmat kasvattavat nuoren syrjäytymisriskiä. Suomalaisissa perheissä yleisiä ongelmia ovat esimerkiksi päihde- ja mielenterveysongelmat sekä lasten kaltoinkohtelu. Lastensuojelun palveluita käyttävien perheiden lapsilla on suurempi riski syrjäytyä kuin muilla. Erityisesti kodin ulkopuolelle sijoitetuilla alle 15-vuotiailla on suuri todennäköisyys syrjäytyä jossakin elämänvaiheessa. On todettu myös, että yksinhuoltajaperheiden lapsilla on suurempi riski etenkin koulutukselliseen syrjäytymiseen kuin ydinperheessä kasvaneilla. (Myllyniemi 2008, 20, 45; Nurmi 2011, 30; Raunio 2006, 95–96, 99, 135.) Raunio (2006, 95–96) kuitenkin huomauttaa, että perheen koostumuksella ei sinänsä ole väliä syrjäytymisriskejä tutkittaessa, vaan olennaista on se, onko perhe tarvittaessa yksilön tukena.

Nurmi (2011, 30) toteaa katsauksessaan, että syrjäytyminen ja koulun kesken jättäminen perustuvat vahvasti nuoren sosiaaliseen taustaan. Hän huomauttaa, että vanhempien sosioekonominen asema ja alhainen koulutustaso vaikuttavat nuoren koulunkäyntiin ja sitä kautta syrjäytymisriskiin. Erityisesti äidin alhaisen koulutustason on todettu suurentavan lapsen syrjäytymisriskiä. Vanhempien arvomaailma ja kyky an-

taa tukea ja ohjausta lapsen opiskeluun vaikuttavat koulumenestykseen ja kaikkiin lapsen tuleviin valintoihin. (Nurmi 2011, 30; Savioja 2007, 147.)

Espanjassa on saatu samansuuntaista tietoa perheen taustojen vaikutuksesta nuoren syrjäytymiseen. Syrjäytymisen riski on suurentunut nuorilla, joiden perheissä on työttömyyttä. Perheiden hajoamiset ja levottomat perhesuhteet lisäävät nuoren syrjäytymisen riskiä. (Espluga, Baltiérrez, Lemkow 2004, 52.)

### 3.2 Maahanmuuttajuus

Ulkomaalaistaustaisten nuorten syrjäytymisriski on noin kuusinkertainen suomalais-syntyisiin nuoriin verrattuna. Keskeinen seikka maahanmuuttajien syrjäytymisessä on kieliongelmat, jotka vaikeuttavat suomalaisen yhteiskuntaan, kuten opiskeluun ja työelämään integroitumista. Kieli- ja integroitumisongelmia voidaan pitää epäonnistuneen uuteen yhteiskuntaan kotouttamisen seurauksena. Maahanmuuttajien huonosta työmarkkina-asemasta kertoo esimerkiksi maahanmuuttajien suhteellisen suuri osuus toimeentulotuen saajista. Jos kotoutuminen ei onnistu, yhteiskuntaan kiinnittyminen on vaikeaa, ja tukien varassa eläminen pitkittyy. (Raunio 2000, 224–225; Työ- ja elinkeinoministeriö 2011, 14.)

Peruskoulun jälkeisen koulutuksen ulkopuolelle jääneiden maahanmuuttajien määrä on noin kaksinkertainen suomen- ja ruotsinkielisiin verrattuna. Noin joka kolmannella maahanmuuttajalla on peruskoulun jälkeisiä siirtymäongelmia, eli luokalle jäämistä, kouluun hakematta jättämistä, koulutuksen ulkopuolelle jäämistä ja koulutuksen keskeyttämistä. Kieliongelmat voivat haitata lapsen ja nuoren elämään oleellisesti kuuluvia kavereiden saamista ja harrastusten löytämistä, mikä lisää syrjäytymisen riskiä entisestään. (Karppinen 2007, 127, 139.)

### 3.3 Terveysongelmat

Mielenterveysongelmat altistavat syrjäytymiselle. Esimerkiksi masennukseen liittyy tyypillisesti paitsi väsymystä, myös itsetunnon heikkenemistä, mielenkiinnon menetystä ja ahdistuneisuutta, jotka voivat vaikuttaa hyvin kokonaisvaltaisesti nuoren elämään. Masennusoireet voivat vaikuttaa esimerkiksi nuoren koulunkäyntiin ja opiskelumotivaatioon. Koulunkäynti ei ehkä kiinnostaa, kouluun meno saattaa jännittää, keskittyminen ei onnistu, tai suorituspainee ovat niin kovaa, että opiskelu ahdistaa. Lisäksi sairauslomista aiheutuu poissaoloja, ja kouluun palaaminen voi pitkän loman

jälkeen olla entistä vaikeampaa. Mielenterveyden häiriöiden oireet saattavat myös vieraannuttaa nuorta harrastuksista ja kaveriporukasta. (Huttunen 2011; Myllyniemi 2008, 45; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.a.)

Vammaisuus lisää nuoren syrjäytymisen riskiä (Raunio 2006, 30). Vammaisten nuorten pääseminen esimerkiksi toisen asteen koulutukseen ei toteudu yhdenvertaisesti ikätovereiden kanssa. Kaikista suurin riski jäädä peruskoulun jälkeisten opintojen ulkopuolelle on vaikeimmin vammaisilla nuorilla. Vammaiset myös työllistyvät muuta väestöä heikommin, vaikka ongelmaan on yritetty hakea ratkaisua erilaisin työvoimapolitiittisin keinoin. Valitettavan usein kuntouttava työ ja työtoiminta jäävät yksilölle pysyviksi työmuodoiksi, vaikka tarkoituksenmukaista olisi työkyvyn ja taitojen kartuttua päästä palkkatyöhön. Vammaiset kokevat yhteiskunnassamme sekä välitöntä että välillistä syrjintää. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 78, 89, 125.)

Kaikki pitkäaikaissairaudet kasvattavat nuoren syrjäytymisen riskiä (Raunio 2006, 30). Pitkäaikaissairauksien vaikutukset nuoreen ja hänen elämäänsä ovat hyvin moniulotteisia. Sairauden ja sen hoitojen lisäksi sairastamiseen liittyvät sosiaaliset ja psykologiset seuraukset vaikuttavat nuoren hyvinvointiin. Varsinkin näkyvä sairaus voi häiriinnyttää nuoren minäkuvaa. Nuoren sopeutuminen omaan sairauteensa on keskeisessä osassa pohdittaessa pitkäaikaissairauden vaikutusta nuoren syrjäytymisriskiin. Sairaus voi heikentää nuoren itsetuntoa ja altistaa masennukselle, mutta hyvä sopeutuminen omaan sairauteen ja oleminen sinut sairauden kanssa suojaavat nuorta näiltä ongelmilta. (Makkonen & Pynnönen 2007.)

Kati Rantasen (2008, 48) epilepsian vaikutuksia nuoruuteen käsittelevässä pro gradu -tutkielmassa nousee esiin nuoren haasteet sosiaalisissa suhteissa ja harrastuksiin osallistumisessa. Sairaus ja siihen liittyvien oireiden ennakoiti saattavat rajoittaa nuoren osallistumista esimerkiksi festivaaleille ja illanviettoihin, mikä voi aiheuttaa eristäytymistä ikätovereista. Sairauden oireet vaikuttavat nuoren yleisvointiin ja jaksamiseen, esimerkiksi koulua joutuu välillä käymään huonossa kunnossa.

Ympäristön epätietoisuus, ennakkoluulot ja asenneongelmat pitkäaikaissairaita kohtaan voivat kasvattaa nuoren syrjäytymisriskiä. Työnsaanti ja opiskeluihin hakeutuminen voi olla vaikeaa. (Rantanen 2008, 50–51.) Rantasen tutkielmassa nousi esiin nuorten kokemuksia esimerkiksi siitä, että opettaja on kohdellut ala-arvoisesti, eritavalla kuin muita oppilaita, ja että nuoren valintaa koulutukseen on mietitty siltä kannalta, uskaltaako koulu ottaa epilepsiaa sairastavaa nuorta opiskelijaksi.



### 3.4 Koulu- ja työmaailman ilmiöitä

Koulumaailmasta löytyy tekijöitä, jotka omalta osaltaan mahdollistavat nuoren syrjäytymisen. Luokattomiin lukioihin on siirrytty jo 1990-luvun puolella välissä, mutta niiden hyödyistä ja haitoista keskustellaan yhä. Luokattomassa lukiossa vastuu opintojen suunnittelusta ja etenemisestä on opiskelijalla itsellään. Opiskelijan tukena ei ole kiinteää luokkaryhmää, jolloin tutustuminen muihin opiskelijoihin voi olla vaikeaa. Opiskelun tueksi ei muodostu samanlaista ryhmähenkeä kuin luokkamuotoisessa opiskelussa. Lukiolaisista lähes 15 prosenttia kokee yksinäisyyttä päivittäin. (Laitinen 2012, 10, 15, 47.)

Koulukiusaaminen on keskeinen syrjäytymistä aiheuttava yhteiskunnallinen tekijä. Koulukiusaamisella on vakavia ja pitkäaikaisia seurauksia, ja kiusatuksi joutuminen lisää merkittävästi syrjäytymisen riskiä. Kiusaaminen aiheuttaa itsetunnon alenemista, masentuneisuutta, ahdistusta ja itsetuhoisuutta. (Kirves 2010.) Koulukiusaamisesta seuraa usein koulupelkoa, johon liittyy sekä psyykkisiä että fyysisiä, todellisia ja keksittyjä syitä olla menemättä kouluun. Kiusaamisen vaikutukset lapseen ja nuoreen voivat heijastua aikuisuuteen. Sosiaalinen kanssakäyminen voi olla kiusatulle vaikeaa, ja hän saattaa menettää kokonaan kykynsä luottaa ihmisiin. Moni koulukiusattu erakoituu pelkojensa vuoksi. Koulukiusaaminen on usein pitkäkestoista jatkuen kouluasteelta toiselle. (Pärssinen 2006, 40–45.)

Perusopetuksen jälkeisiä koulutuspaikkoja ei ole tarpeeksi. Noin kuusi prosenttia peruskoulun päättäneistä toisen asteen koulutukseen tai perusopetuksen lisäopetukseen hakeneista nuorista ei saa koulutuspaikkaa. Peruskouluilla ei ole resursseja huolehtia kaikkien oppilaiden saattamisesta jatko-opintoihin tai muille jatkopoluille. (Karppinen, Keltikangas-Järvinen & Savioja 2007, 14, 20.)

Työntekoon liittyvät haasteet, kuten työn kuormitustekijät ja yksittäiseen työntekijään kohdistuvat paineet voivat lisätä työelämästä syrjäytymisen riskiä. Työtä raskauttavat paitsi itse työhön, myös työympäristöihin, organisaatioihin sekä vuorovaikutukseen liittyvät paineet. Nyky-yhteiskunnan työmaailman trendejä ovat itsenäinen työskentely, korvauksettomat ylityöt, liika työ ja jatkuva kiire. (Ahola ym. 2010, 30–32.) Taloudellisen tiedotustoimiston (2009) mukaan nuoret pitävät Suomea kilpailuyhteiskuntana, jossa ihmiset nähdään osana kylmää ja kilpailevaa koneistoa. Moni nuori pelkää jo etukäteen tulevansa irtisanotuksi tulevaisuuden työpaikastaan.

## 4 NUORTEN SYRJÄYTYMISEN EHKÄISY

### 4.1 Miksi syrjäytymisen ehkäisy on tärkeää?

Syrjäytymisen vaikutukset ovat vakavia sekä yksilöllisellä että yhteiskunnallisella tasolla, minkä vuoksi nuorten syrjäytymisen ehkäisy on tärkeää. Yhteiskunnallisia syrjäytymisen vaikutuksia havainnollistaa esimerkki nuoresta, joka keskeyttää ammatilliset opintonsa ja jää työelämän ulkopuolelle. Vuositasolla nuoren koulutuksesta ja työelämästä syrjäytyminen maksaa yhteiskunnalle kolmisen tuhatta euroa. Kansantaloudellinen menetys 40 vuodessa on 1,3 miljoonaa euroa. Näistä arvioista puuttuvat lisäksi syrjäytymisestä aiheutuvat esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon kustannukset, joten syrjäytymisen hinta yhteiskunnalle on todellisuudessa vielä suurempi. (Leinonen s.a, 9–10.)

”Kunnossa olevat ihmissuhteet ovat tärkein suomalaisten koettua hyvinvointia lisäävä tekijä” (Saari 2009, 177–179). Jokainen nuori tarvitsee kavereita ja ystäviä. Perheellä ja ystävillä on tärkeä merkitys esimerkiksi koulutus- ja työmarkkinoille kasvamisessa. Jos nuori syrjäytyy sosiaalisista suhteistaan, hänen pahoinvointinsa todennäköisesti lisääntyy, ja hänellä on suuri riski masentua ja eristäytyä. Yksinäisyys heikentää itsetuntoa ja voi pitkään jatkuessaan saada ihmisen tuntemaan itsensä täysin kelvottomaksi. (Ek, Saari, Viinamäki, Sovio & Järvelin 2004, 25.)

Harrastukset tarjoavat pitkälle elämään vaikuttavia positiivisia kokemuksia, minkä vuoksi harrastusten lopettaminen nuoruusiässä pitäisi pysyä ehkäisemään. Nuorilla on harrastusympäristöissään tärkeitä ihmissuhteita, jotka pystyvät suojaamaan syrjäytymiseltä. Harrastuksesta sivuun jääminen vähentää nuoren sosiaalisia kontakteja. Jos nuori ei harrasta mitään, hän jää ulkopuolelle harrastusten tarjoamista kasvun ja kehityksen mahdollisuuksista. (Vasarainen & Hara 2005, 19, 96–97; Weber 2012, 68–69.)

Koulutuksellisen syrjäytyminen pitäisi pystyä ehkäisemään, sillä nuoren riski huonosuaisuuteen elämän eri osa-alueilla kasvaa, jos hän jää ilman opiskelupaikkaa tai jos hänen tutkinnon suorittamisensa viivästyy. Ammatillista tutkintoa suorittamattomista monet ovat pitkäaikaistyöttömiä ja joutuvat turvautumaan työmarkkina- tai toimeentulotukeen. Koulutetut pääsevät helpommin töihin ja pysyvät paremmin työkykyisinä kuin kouluttamattomat. Vähintään ammatillisen koulutuksen saaneet nuoret ovat

myös terveempiä kuin ilman koulutusta jääneet. (Ek ym. 2004, 21; Savioja 2007, 143.)

Järvisen ja Jahnukaisen (2001, 135) prosessimalliin viitaten syrjäytymiseen liittyy päihdeongelmia, rikollisuutta ja mielenterveysongelmia. Näiden kokonaisvaltaisten elämänhallinnallisten ongelmien ehkäisemiseksi syrjäytymistä vastaan tulisi taistella kaikin mahdollisin keinoin. Etenkin pitkäaikaistyöttömät ajautuvat keskimääräistä helpommin rikollisuuteen ja päihdeongelmiin.

Laura Oja-Heiniemen (2006, 96) tutkielman mukaan sosiaali- ja terveystalvvelujärjestelmän väliinputoamista seuraa valitettavan usein myös uusia syrjäytymisiä ja uusia väliinputoamisia. Kun oikeaa palvelua ei saa oikealla hetkellä, asiakas saattaa jäädä palvelujärjestelmän kiertolaiseksi. Väliinputoamiset ovat asiakkaalle erittäin haastavia tilanteita, ja vaativat asiakkaalta sellaista aktiivisuutta, mitä hänellä ei esimerkiksi sairautensa vuoksi välttämättä ole. Pahimmillaan väliinputoajat jäävät hoidon ja tuen ulkopuolelle vuosiksi, mikä saattaa pahentaa heidän vointiaan ja syrjäyttää heitä entisestään.

#### 4.2 Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn elementtejä

Nuorten syrjäytyminen on kaikin puolin surullinen ja vakava asia. Syrjäytymiskehitys voidaan onneksi katkaista missä vaiheessa tahansa, ja ehkäiseviä toimia voidaan tehdä edelleen vaikka nuoren elämänhallinta ei enää tuntuisi olevan hänen omissa käsissään (Järvinen & Jahnukainen 2001, 135). Ideaalitalanne olisi, jos ehkäisytyössä voitaisiin keskittyä primääriseen preventioon, eli kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun ylläpitämiseen. Primäärinen preventio tarkoittaa sitä, että ongelmien syntymistä pyritään ehkäisemään. Jos ongelmia syntyy, niin niihin pyritään puuttumaan mahdollisimman varhain lisäongelmien ehkäisemiseksi. (Koskenvuo & Mattila 2009.)

Primäärisessä syrjäytymisen ehkäisytyössä korostuvat jokaisen ihmisen mahdollisuus ja vastuu edistää hyvinvointia omissa lähiyhteisöissään. Yksinkertaiset arjen pienet teot eivät vaadi aikuiselta ihmeitä, mutta voivat merkitä lapselle tai nuorelle ja hänen perheelleen paljon. Jokainen pystyy kantamaan oman osuutensa yhteisestä vastuusta syrjäytymisen ehkäisyssä olemalla luotettava aikuinen sekä välittämällä ja kiinnostumalla aidosti lapsen ja nuoren hyvinvoinnista. Esimerkiksi naapurin lasten ottaminen mukaan retkelle ja kimppekyydin tarjoaminen lasten harrastuksiin ovat

yksinkertaisista asioista, joilla pystyy tuomaan hyvää oloa ympärille. Kaikilla nuorilla ei ole turvallista aikuista juttukaveria. Aitoon kiinnostukseen perustuva kuulumisten vaihto tuttavaperheen nuoren kanssa voi olla nuorelle iso juttu. Rakkautta ja rajoja pitää uskaltaa antaa myös muille kuin omille lapsille ja läheisille. (Tasavallan presidentin asettama lasten ja nuorten syrjäytymistä pohtiva työryhmä 2012.)

Monia nuoren kasvuun ja kehitykseen liittyviä ongelmia ja syrjäytymisen riskitekijöitä voidaan ehkäistä. Riskitekijöiden ilmaantumista ei kuitenkaan voida kokonaan välttää. Riskitekijät on tunnistettava mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, ja niihin on puuttava, jotta niistä aiheutuvia lisäongelmia voitaisiin välttää. Asioihin voidaan edelleen puuttua, vaikka syrjäytymiskehitys olisi edennyt pitkälle. Syrjäytyneen nuoren tilanteen parantamiseksi voidaan tehdä paitsi korjaavia, myös lisäongelmia ehkäiseviä toimia. (Koskenvuori & Mattila 2009.)

Syrjäytymisen ehkäisyssä ehkä oleellisinta on saada nuoren oma positiivinen käsitys itsestään vahvistumaan. Itsetuntoa voidaan kohottaa tarjoamalla nuorelle millaisia tahansa onnistumisen kokemuksia. Nuori tarvitsee positiivista palautetta myönteisestä ajattelustaan ja toiminnastaan sekä kannustusta kaikissa elämänsä ympäristöissä, kuten kotona, koulussa ja harrastuksissa. Vahva itsetunto auttaa kohtaamaan ongelmatilanteita ja vastoin käymisiä sekä selviämään niistä. Nuoren vahva itsetunto on syrjäytymisen ehkäisyn avainsana. (Nurmi 2011, 33.)

#### 4.2.1 Lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistäminen

Syrjäytymiskehitys alkaa usein jo lapsuudessa, joten lapsiperheiden hyvinvoinnin turvaaminen on syrjäytymisen ehkäisytyössä keskeinen osa-alue. Suomessa on maailmalla arvostettu kouluterveydenhuolto- ja neuvolajärjestelmä, joka tavoittaa periaatteessa kaikki suomalaisen yhteiskunnan perheet. Lasten- ja perheneuvoloilla on olennainen rooli lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemisessa ja siten myös perheiden ongelmien varhaisvaiheen tunnistamisessa. Neuvoloiden ja muiden lapsiperheitä tapaavien yksiköiden henkilökunta tarvitsee keinoja ja rohkeutta puuttua ongelmiin ensitilassa. Perheillä on oltava mahdollisuus varhaiseen, kokonaisvaltaiseen tukeen, jotta ongelmat eivät pääsisi ryöstäytymään käsistä. (Järvinen & Jahnukainen 2001, 135; Kinnunen 2011, 101.)

Neuvola- ja kouluterveydenhuoltojärjestelmää voitaisiin hyödyntää lapsiperheiden terveyden edistämisessä nykyistä tehokkaammin suuntaamalla palveluita lasten ja

nuorten arkiympäristöihin. Esimerkiksi lastenneuvolan kotikäynnit voisivat edesauttaa ongelmien tunnistamista ajoissa. (Kinnunen 2011, 101.) Myös koulu on lapsille luonnollinen arkiympäristö, jota voitaisiin nykyistä tehokkaammin hyödyntää lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi.

Terveystiedon edistämiseksi riskiryhmien tunnistaminen ja varhainen puuttuminen on tärkeää. Kinnunen (2011, 6) huomauttaa, että etenkin mielenterveyden edistämiseksi painopiste pitäisi siirtää kuitenkin vielä astetta aikaisempaan vaiheeseen, eli lapsen ja nuoren persoonallisen kasvun ja kehityksen tukemiseen ja mielenterveyden vahvistamiseen. Terveystiedon ja mielenterveyden edistämistä on tapahduttava kaikkialla ja koko ajan.

Kun lapsen vanhempi on psykiatrisessa hoidossa, hoitajalla on tärkeä rooli lapsen terveen kasvun ja kehityksen tukijana sekä mahdollisen syrjäytymisen ennaltaehkäisijänä. Korhosen (2010, 31, 40–49) väitöskirja tarjoaa tietoa ehkäisevän lapsikeskeisen perhetyön keinoista ja toteutumisesta aikuisten psykiatrisessa hoitotyössä. Monella psykiatrista hoitoa saavalla aikuisella on alaikäisiä lapsia. Perhetyötä vanhemman sairaalassaolon aikana voidaan toteuttaa esimerkiksi varmistamalla lasten turvallisuus kotona. Sairaalahoidossa olevan äidin tai isän vanhemmuutta voidaan tukea hoitajan ja vanhemman välisissä keskusteluissa. On tärkeää, että hoitajat keskustelevat myös lasten kanssa. Potilaan perheen yleisestä tilanteesta ja perheen sisäisistä suhteista kerätään kattavasti tietoa, jota hoitaja voi hyödyntää potilaan ja hänen perheensä kanssa käytävissä keskusteluissa.

Lasten ja nuorten oppimisvaikeudet on tunnistettava ajoissa, mahdollisuuksien mukaan jo lastenneuvolassa tai viimeistään koulussa. Lapsen tai nuoren on saatava oppimisvaikeuteensa asianmukaista kuntoutusta. Opetus ja oppimisympäristö täytyy suunnitella siten, että lapsella tai nuorella on ikätovereidensa kanssa tasavertainen mahdollisuus oppimiseen erityisen tuen tarpeestaan huolimatta. Kodin ja koulun välinen yhteistyö on aina tärkeää, ja koulunkäyntiin liittyvistä vaikeuksista kärsivän lapsen tai nuoren kohdalla sen merkitys korostuu entisestään. (Järvinen & Jahnukainen 2001, 135; Nurmi 2011, 33.)

#### 4.2.2 Nuoren turvalliset ihmissuhteet

Nuoren sosiaalisella verkostolla on suuri merkitys syrjäytymisen ehkäisyssä. Nuorten kanssa työskentelevien ihmisten on tärkeää huomioida tämä ulottuvuus omassa

työssään. Nuorelle tulee tarjota nuorelle mahdollisuus puhua elämänsä ihmisistä ja pohtia yhdessä nuoren sosiaaliseen verkostoon kuuluvien ihmisten rooleja ja merkityksiä nuorelle. Keskeisiä kysymyksiä ovat, onko nuorella kavereita ja onko nuorella mahdollisuutta saada tukea aikuisilta ihmisiltä. (Nurmi 2011, 33.) Esplugan, Baltiérrezin ja Melkowin (2004, 53) raportista käy ilmi, että nuoren saama sosiaalinen tuki esimerkiksi perheeltä, ystäviltä ja naapureilta on ensiarvoista syrjäytymisen ehkäisysssä.

Sosiaalisia taitoja tarvitaan lähes kaikissa ihmisen toimintaympäristöissä, esimerkiksi koulu- ja työmaailmassa. Nuoren on tarvittaessa saatava harjoitella sosiaalisia taitojaan. Jos nuoren sosiaalinen verkosto on heikko, hänelle on tarjottava mahdollisuuksia sosiaalisiin kontakteihin niin ikätovereiden kuin vanhempien aikuisten kanssa. Ideaalitilanne olisi, että sosiaalisia suhteita jännittävä nuori saisi harjoitella sosiaalisia kontakteja omaan tahtiinsa. (Nurmi 2011, 33.)

#### 4.2.3 Mieluisa harrastus, koulu ja työ

Susanna Weberin (2012, 68–69) nuorten tyttöjen bändisoittamista käsittelevä pro gradu -tutkielma tuo esille, että parhaimmillaan harrastustoiminta voimaannuttaa ja tukee nuorten hyvinvointia osallistumisen, kannustavan yhteisön ja harrastusten tuomien positiivisten kokemusten kautta. Weberin tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että yhdessä harrastaminen on oiva väylä tavata kavereita sekä purkaa ja käsitellä tunteita. Ryhmä- ja joukkuemuotoinen harrastaminen kehittää nuoren itsetuntoa, vahvistaa minäkäsitystä ja lisää itseluottamusta. (Vasarainen & Hara 2005, 19, 96–97.) Harrastustoiminnalla on suuri merkitys nuoren kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille ja arjen hallinnalle. Harrastusmahdollisuuksien tarjoamisella kaikille lapsille ja nuorille, sekä harrastuksen parissa pysymisellä läpi nuoruuden on pitkäkestoisia vaikutuksia.

Nuorten peruskoulunjälkeisiin opintoihin pääseminen tulee varmistaa koulutuksesta syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Karppinen ym. (2007, 14, 20) huomauttavat, että opiskelupaikkoja tarvitaan lisää ja että peruskoulujen pitäisi huolehtia nykyistä paremmin oppilaidensa pääsystä jatko-opintoihin. Jos nuoren opiskeluissa ilmenee vaikeuksia, niihin on puututtava varhaisessa vaiheessa. Opiskeluvaikeuksia kohtaava nuori tarvitsee vahvan tukiverkoston ympärilleen.

Koulutustaso vaikuttaa jonkin verran nuoren syrjäytymisriskiin, mutta se ei yksinään määrittele sitä. Myös korkeasti koulutetut voivat syrjäytyä. Koulutustasoa suurempi

vaikutus syrjäytymiseltä suojaavana tekijänä ja toisaalta syrjäytymisriskiä kasvattavana tekijänä on nuoren sosiaalisella ympäristöllä. Koulutettujen nuorten syrjäytymisen taustalla voi olla myös se, että he ovat opiskelleet oppiaineita, jotka heitä eivät kiinnosta, tai joista ei ole hyötyä työmarkkinoilla. (Espluga ym. 2004, 54.) Tämä seikka vahvistaa käsitystä siitä, että opiskelun pitäisi olla mielenkiintoista ja tulevaisuuden työmarkkinoille tähtäävää.

Opintojensa jälkeen nuoret tarvitsevat työpaikkoja ja kannustusta työntekoon. Nuoret tarvitsevat myös opastusta rahankäyttöön ja sopivien kulutustottumusten oivaltamiseen. Jos taloudellisia vaikeuksia kuitenkin ilmenee esimerkiksi työttömyyden vuoksi, yhteiskunnan on tuettava nuorta taloudellisesti, jottei heikko taloudellinen tilanne aiheuta lisää ongelmia. Nuori ei kuitenkaan saisi tulla liian riippuvaiseksi yhteiskunnan tuesta, vaan koulutus- ja työmahdollisuuksia on etsittävä aktiivisesti ja siten, että nuori olisi valmis sitoutumaan niihin. (Järvinen & Jahnuainen 2001, 135.)

#### 4.2.4 Maahanmuuttajien kotouttaminen

Maahanmuuttajien syrjäytymistä pystytään ehkäisemään tehokkaasti kotouttamalla. Kotouttamisella pyritään saamaan maahanmuuttaja osalliseksi uuteen yhteiskuntaan. Kotoutumisen suunnitteluun tarvitaan eri tahojen välistä yhteistyötä. Maahanmuuttajan ja hänen perheensä tueksi voidaan tehdä kotoutumissuunnitelma, johon kuuluu yleensä kieliopintoja, muita opintoja ja työharjoittelua. Lapsen ja nuoren hyvälle sopeutumiselle uuteen maahan luodaan pohja heti ensikosketuksessa uuden maan ja uuden maan ihmisten kanssa. Lapselle ja nuorelle kokemus vastaanotosta on hyvin merkittävä. Hänelle on tärkeää kokea tulleen hyväksytyksi omassa ikäryhmässään. (Korpela 2005, 26, 28.)

Lapsen ja nuoren kotoutumisen edellytyksenä voidaan pitää kavereiden löytymistä. Kaverisuhteiden luomista on tuettava päivähoitossa ja kouluissa, ja lisäksi maahanmuuttajalapsen ja -nuoren on ehdottoman tärkeää saada osallistumaan vapaa-ajan harrastuksiin. Jokaiselle maahanmuuttajalle tulisi löytää mieluinen harrastus, jonka kautta hän voi kehittää sosiaalisia taitojaan, tuntee kuuluvansa ryhmään ja saada kavereita. (Korpela 2005, 31–32.)

Kielitaito on kotoutumisen keskeinen tavoite. Suomen- tai ruotsinkielentaito edesauttaa maahanmuuttajanuoren tulemistä yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi. Lapsen ja nuoren kotouttamisessa on kiinnitettävä erityistä huomiota tasapainoon yhteis-

kunnan valtakulttuurin ja maahanmuuttajan oman kulttuurin kesken, mikä vaatii resursseja esimerkiksi kouluilta. Lapsen tai nuoren omaa taustakulttuuria arvostava ja siitä kiinnostunut suhtautuminen edistää kotoutumista. Kotouttamisessa olennaista on riittävän pitkään jatkuva suunnitelmallinen tukeminen. Erityistä tukea tarvitaan esimerkiksi siirtymävaiheissa ala-asteelta yläasteelle ja peruskoulusta jatko-opintoihin. (Korpela 2005, 29–31.) Savioja (2007, 139) peräänkuuluttaa maahanmuuttajataustaisten nuorten peruskoulun jälkeiseen koulutukseen pääsyn helpottamista samoihin ryhmiin suomalaisen kantaväestön kanssa. Savioja ehdottaa maahanmuuttajuuden huomioimista esimerkiksi yhteishaun pisteytyksessä tai joustavan valinnan perusteissa.

#### 4.2.5 Terveysongelmien huomioiminen

Kaikilta mielenterveyden häiriöiltä ei tehokkaasta mielenterveyden edistämistyöstä ja häiriöiden ehkäisytyöstä huolimatta voida välttyä. Mielenterveysongelmien tunnistaminen ja nuoren saaminen asianmukaisen hoidon piiriin on erittäin tärkeää. Vastuu niin häiriöiden ennaltaehkäisystä, varhaisesta tunnistamisesta kuin hoidon ja kuntoutuksen järjestämisestä on kunnilla. Julkiset, yksityiset ja järjestöjen tuottamat palvelut on koordinoitava toimivaksi kokonaisuudeksi siten, että niissä asioiminen on helppoa ja että nuori tietää mistä mitäkin palvelua saa. Nuoren kanssa työskentelevällä sairaanhoitajalla on tärkeä tehtävä motivoida, ohjata ja tukea nuorta kuntoutumisessa. Vertaistuen tarjoaminen nuorelle on tärkeää, sillä sen avulla hän voi jakaa kokemuksiaan ja saada näkökulmia oman tilanteensa ymmärtämiseen. Mielenterveyden häiriöiden tavoin nuorten päihdeongelmiin on puututtava, ja päihdeongelmainen nuori on saatava asianmukaisen hoidon ja tuen piiriin. (Nurmi 2011, 32–33; Sosiaali- ja terveysministeriö 2012; Suomen mielenterveysseura s.a.)

Vammaisten syrjäytymisen ehkäisemiseksi on tärkeää tarjota vammaisille nuorille muiden nuorten kanssa tasavertaiset koulutusmahdollisuudet kaikilla koulutusasteilla. Tämä vaatisi esimerkiksi koulujen esteettömyyttä, opetuksen mukauttamista sekä tulkkaus- ja kuljetusavun järjestämistä. Vammaisille tulisi tarjota aktiiviseen työnhakuun pohjautuvia ja oikeille työmarkkinoille tähtääviä palveluita. Maailmalla on toimivia vammaisten osa-aikatyöjärjestelyitä, joista voitaisiin ottaa mallia Suomessa. Vammaisten nuorten on saatava tarvitsemaansa ammatinvalinnanohjausta, ja työpaikoilla on huolehdittava tarpeellisista yksilöllisistä järjestelyistä. Vammaisten syrjäytymisen ehkäisyssä olennaista on yleisen asenneilmapiirin muuttuminen edelleen tasa-arvoisempaan suuntaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 79, 91.)



Pitkäaikaissairaana nuoren syrjäytymisen ehkäisyssä keskeinen huomion kohde on nuoren sopeutuminen sairauteensa. Jos nuori on sinut sairautensa kanssa, hän on hyväksynyt sairauden osana itseään ja pystyy elämään normaalia nuoren elämää huomioiden sairauden mahdollisesti asettamat rajoitukset. Sairauden alkamisikä vaikuttaa siihen, millaisia haasteita nuori sairautensa kanssa tulee todennäköisesti nuoruudessa kohtaamaan. Sairauden hyväksyminen osaksi omaa itseä auttaa kohtaamaan nuoruuteen liittyvät haasteet. (Makkonen & Pynnönen 2007; Rantanen 2008, 50.)

Pitkäaikaissairaana nuoren on saatava hoitavalta taholtaan aktiivista tukea, jonka lähtökohtana on nuoren yksilöllinen elämä. Pitkäaikaissairaana nuoren hoitoon sitoutumiseen ja sopeutumiseen vaikuttavat nuoren persoonalliset resurssit sekä hoitohenkilökunnan, perheen ja kavereiden tuki. Kaikki nämä tekijät on huomioitava ja otettava puheeksi ohjaustyössä. (Kääriäinen 2009, 135–138.) Hoidosta vastaavan poliklinikan sairaanhoitajalla on keskeinen rooli nuoren tukijana sairauteen sopeutumisprosessissa sekä nuoruuteen kuuluvien suunnitelmien ja valintojen pohdinnoissa. Nuorelle on annettava aikaa ja mahdollisuus kysyä ja keskustella myös muista kuin suoranaisesti itse sairauteen tai sen hoitamiseen liittyvistä asioista. On tärkeää, että hoitaja näkee nuoren ja hänen elämänsä kokonaisuutena, ja että kohtaamisissa on mahdollisuus käsitellä kaikkia nuoren elämän osa-alueita. (Makkonen & Pynnönen 2007.)

Sairaanhoitajan vuorovaikutustaidot korostuvat nuoren hoitoon sitoutumisen arvioinnissa ja edistämisessä. Hyvä vuorovaikutus perustuu hoitajan ja nuoren sekä hänen perheensä väliseen luottamukseen ja kunnioitukseen. Keskusteluissa hyödynnetään avoimia kysymyksiä, jotka auttavat nuorta kertomaan tilanteestaan ja tunteistaan omin sanoin. Hoitoon sitoutumattomuudesta ei tule nuhdella, vaan ilmapiiri pidetään kannustavana. Nuoret toivovat hoitajalta tunteidensa ymmärrystä ja rohkaisua. Hoitajien toivotaan käyttävän myös huumoria ohjaustyön välineenä. (Kääriäinen 2009, 131–132.)

Ohjaustyö on aina tavoitteellista, ja pitkäaikaissairaana nuoren tavoitteiden asettelussa on tärkeää ottaa huomioon nuoren kehitysvaihe ja siihen liittyvät luonnolliset muutokset ja haasteet. Tavoitteiden asettelussa huomioidaan pyrkimys nuoren kasvavaan vastuuseen omasta hoidostaan. Konkreettiset, saavutettavissa olevat välitavoitteet tuovat nuorelle onnistumisen kokemuksia ja lisäävät hoitomotivaatiota. (Kääriäinen 2009, 133.)

### 4.3 Esimerkkejä syrjäytymisen ehkäisyyn tähtäävästä toiminnasta

Timeout! Aikalisä! Elämä raiteilleen -toimintamalli on kuntien, työ- ja elinkeinoministeriön sekä puolustusvoimien yhteistyöllä toimiva toimintamalli, jolla pyritään ehkäisemään erityisesti nuorten miesten syrjäytymistä. Toimintamallissa hyödynnetään kutsuntojen tarjoamaa mahdollisuutta tavoittaa kaikki ikäluokan nuoret miehet. Kaikille kutsuntaikäisille miehille sekä varusmies- tai siviilipalveluksessa oleville miehille ja naisille tarjotaan mahdollisuus tukipalveluun. Tukipalvelussa nuori saa oman ohjaajan, joka tukee nuorta elämäntilanteensa selvittelyssä ja tulevaisuuden suunnittelussa. Tukipalvelun ohjaajat ovat kuntien sosiaali-, terveys- ja nuorisotalon osaajia, ja toimintamalliin perustuva työ on osa heidän perustyötään. Tukipalvelu on luonteeltaan kokonaisvaltaista ja toimii matalan kynnyksen periaatteella. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.b; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.c.)

Icehearts-toimintamallissa lapsen syrjäytymisriskiä pyritään pienentämään saamalla lapsi mukaan yhteisölliseen harrastukseen. Toiminta sai alkunsa jääkiekolla, mutta nykyisin Icehearts-joukkueita on myös muissa lajeissa. Icehearts-joukkueet on tarkoitettu lapsille, joilla ei ole ohjattua vapaa-ajan harrastusta. Tarkoituksena on tarjota mahdollisuus harrastamiseen ja sen tarjoamiin hyötyihin myös niille, jotka ovat aikaisemmin jostain syystä jääneet harrastustoiminnan ulkopuolelle. Toimintaan on pyydetty tai siihen on muuten ohjautunut esimerkiksi yksinhuoltajaperheiden lapsia, vähävaraisten perheiden lapsia ja maahanmuuttajia. (Turkka & Turkka 2008, 15, 24–36.)

Tarjoamalla lapselle harrastus hänet saadaan mukaan yhteisölliseen toimintaan. Icehearts-toimintamallissa harrastus on lapselle ilmainen. Joukkueen lisäksi lapsen ja hänen perheensä tukena on joukko sitoutuneita aikuisia. Joukkueessa toimiminen tarjoaa lapselle ja nuorelle mahdollisuuden kehittää esimerkiksi yhteistyötaitojaan, stressinsietokykyään ja epäonnistumisen taitoaan. Lapsi tai nuori oppii ottamaan vastuuta ja myös kantamaan vastuunsa. (Turkka & Turkka 2008, 15, 54–55, 95–106.)

KiVa Koulu on Turun yliopistossa kehitelty opetusministeriön rahoittama kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma. Ohjelman tavoitteena on kiusaamisen vähentäminen, kiusaamisen ennaltaehkäiseminen ja kiusaamisen seurauksien minimointi. KiVa koulu tarjoaa konkreettisia keinoja näiden tavoitteiden saavuttamiseksi. Suomen peruskouluista noin 90 prosenttia on mukana ohjelmassa. (KiVa Koulu s.a.a; KiVa Koulu s.a.b.)

KiVa Koulussa kiusaamista ehkäistään ja kiusaamiseen liittyviä asioita käsitellään sekä yleisin että kohdennetuin toimenpitein. Yleisiä toimenpiteitä ovat koulun tilanteen selvittäminen, oppitunnit, virtuaalinen oppimisympäristö, KiVa Koulu -symbolit sekä vanhempien tiedote ja oppaat. KiVa Koulun toimintasisällöt on suunniteltu erikseen 1–3-luokkalaisille, 4–6-luokkalaisille ja 7–9-luokkalaisille. KiVa-oppitunneilla kiusaamisteemaa lähestytään esimerkiksi ryhmätöillä, roolileikeillä ja keskustelulla. Toimenpiteitä ovat koulun KiVa-tiimin ja luokanopettajan järjestämät keskustelut, ja ne otetaan käyttöön kun kiusaaminen tulee ilmi. (KiVa Koulu s.a.b; Salmivalli, Kärnä & Poskiparta 2010, 240–243.)

Etsivä nuorisotyö on erityisnuorisotyötä, jonka keskeisenä tavoitteena on löytää koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevat alle 29-vuotiaat nuoret. Etsivä nuorisotyö on läsnä nuorten keskuudessa ja tarjoaa heille mahdollisuuden turvalliseen aikuis-kontaktiin. Etsivän nuorisotyön työntekijät auttavat nuoria saamaan tarvitsemiaan palveluita, ja ratkovat nuorten ongelmia yhdessä heidän kanssaan. Opetus- ja kulttuuriministeriö tukee etsivää nuorisotyötä tekevien työntekijöiden palkkaamista. Vuonna 2012 opetus- ja kulttuuriministeriön tukemaa etsivää nuorisotyötä tehtiin lähes kolmessasadassa Suomen kunnassa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.b.)

Tampereella etsivän nuorisotyön työparit toimivat siellä missä nuoret viettävät aikaansa. Yksi toimintamuoto on viikoittainen etsivän työn chat-palvelu, jonka kautta nuori voi ottaa yhteyttä myös nimettömänä. Ylilyönti puolestaan on Tampereen etsivän työn järjestämä neuvontapalvelu, jonne nuori voi tulla paikan päälle miettimään elämäntilannettaan työntekijöiden kanssa ja saada sieltä kannustusta asioiden hoitamiseen. Ylilyönti on myös kontaktipaikka niille nuorille, joita etsivä nuorisotyö ei ole kenttätyössään tavoittanut. (Tampereen kaupunki s.a.)

Vamos on Helsingin Diakonissalaitoksen 16–29-vuotiaille helsinkiläisnuorille tarjoama palvelukokonaisuus. Toiminnalla tähdätään nuoren omien voimavarojen ja vahvuuksien vahvistumiseen ja yksilöllisen jatkosuunnitelman toteutumiseen. Tavoitteena on löytää nuorelle väylä koulutukseen tai työelämään. Vamos-palvelukokonaisuus koostuu etsivästä nuorisotyöstä, ryhmätoimintaa tarjoavasta toimintakeskuksesta, startti-valmennuksesta sekä määrätietoisesti koulutukseen tähtäävästä valmentavasta koulutuksesta. Vamos toimii matalan kynnyksen periaatteella, ja toiminta perustuu nuoren vapaaehtoisuuteen. (Helsingin diakonissalaitos s.a.)

Ripatti ja Ripatti (2012, 69, 78–88) ovat opinnäytetyössään selvittäneet nuorten käsityksiä Vamos-toimintakeskuksen merkityksestä heidän voimavarojensa kasvussa sekä toiminnan hyödyllisyydestä. Toiminnassa mukana olleet nuoret ovat esimerkiksi kokeneet itsetunnon paranemista, oppineet arkiaskareita ja parantaneet unirytmιάän, mitkä kaikki parantavat nuorten hyvinvointia ja osaltaan pienentävät nuorten syrjäytymisriskiä. Nuoret kokevat hyötyneensä erityisesti yhdessäolosta muiden nuorten kanssa.

Syrjäytymistä pyritään ehkäisemään myös valtionhallinnollisin keinoin, ja syrjäytymisen ehkäisy on merkittävänä teemana esimerkiksi hallitusohjelmassa. Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelmassa on useita keinoja, joilla nuorten syrjäytymistä pystytään tehokkaasti ehkäisemään. Hallitusohjelman ehkä massiivisin lupaus nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi on nuorisotakuu, joka tuli voimaan vuoden 2013 alusta. Nuorisotakuu tarjoaa alle 25-vuotiaille sekä alle 30-vuotiaille vastavalmistuneille koulutus-, harjoittelu-, työpaja-, kuntoutus- tai työpaikan korkeintaan kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi ilmoittautumisesta. Nuorisotakuuseen kuuluu myös koulutustakuu, joka takaa kaikille peruskoulun päättäneille koulutuspaikan. (Pääministeri Jyrki Kataisen hallitus 2011, 7, 33, 37; Julkaisujärjestelmä P4. s.a.)

Nuorisotakuun ensimmäisinä voimassaolokuukausina alue- ja paikallistoimijat ovat kaivanneet lisätietoja takuun ajankohtaisesta tilanteesta ja käytännön toimintaohjeita sen toteuttamiseksi. Eri ministeriöt ovat yhdessä laatineet alue- ja paikallistoimijoille suunnatun toimintaohjeen, jossa muistutetaan toimijoita yhteisestä vastuusta takuun toteuttamisessa. Nuorisotakuun toteuttaminen edellyttää paikallis- ja aluetasolla uudenlaista sitoutumista ja yhteistyötä. Toimintaohjeistuksessa kuvataan kuntien, elinkeinoelämän ja kolmannen sektorin toimijoiden keinoja nuorisotakuun toteuttamiseksi. (Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.c.)

Opetus- ja kulttuuriministeriön suunnittelema toisen asteen yhteishaun uudistus on tarkoitus saada valmiiksi syksyksi 2013. Korkeakoulujen osalta haku- ja valintaperusteiden uudistusta päästään suuren työmäärän takia toteuttamaan vasta syksyllä 2014. Nuorisotakuun toimeenpanoa varten valtion talousarvioon on lisätty 60 miljoonaa euron vuosittainen tuki tämän hallitusohjelman ajaksi. Maaliskuun 2013 budjetin kehysriihessä saatiin lisärahoitusta esimerkiksi koulutuspaikkojen lisäämiseen ja opetus- ja koulutuskeskusten kehittämiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.c; Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.d.)

Hallitusohjelmassa on nuorisotakuun ohella muitakin nuorten hyvinvointiin tähtääviä tavoitteita. Yksi huomion kohde on eriarvoisuus nuorten harrastusmahdollisuuksissa, ja harrastamisen tasa-arvoisuuteen luvataan kiinnittää erityistä huomiota. Muita merkittäviä hallitusohjelmasta löytyviä lupauksia ovat nuorisopalvelujen turvaaminen lähipalveluina, etsivän nuorisotyön edistäminen ja ennaltaehkäisevän päihdetyön tukeminen. (Pääministeri Jyrki Kataisen hallitus 2011, 37.)

## 5 SOPIMUSVUOREN NUORTEN PÄIVÄTOIMINTAKESKUS TILKE

Sopimusvuori on tamperelainen mielenterveys-, päihde-, lastenkoti- ja dementiahoitopalveluita tarjoava organisaatio. Sen suurin asiakasryhmä ovat Pirkanmaan sairaanhoitopiirin kuntien asukkaat, mutta asiakkaita tulee myös muista maakunnista. Sopimusvuoren tarjoamia mielenterveyspalveluita ovat esimerkiksi kotikuntoutus, tukiasunnot, palveluasuminen ja tehostettu palveluasuminen sekä erilaiset päiväkuntoutusyksiköt. (Sopimusvuori s.a.a; Sopimusvuori s.a.b; Sopimusvuori s.a.c.)

Tilke on Sopimusvuori ry:n nuorille tarkoitettu päivätoimintayksikkö, jonka asiakkaat ovat yli 15-vuotiaita lähinnä Tampereen ja sen lähikuntien asukkaita. Yläikärajaa ei tällä hetkellä ole, ja kävijöiden keski-ikä on noin 23 vuotta. Monet nuorista ovat sairauslomalla työstä tai opiskelusta, kuntoutustuella tai työttömänä, tai muuten sellaisessa elämäntilanteessa, että päivätoiminnasta on heille hyötyä. Nuori voi tulla Tilkkeelle esimerkiksi, jos hän kokee olevansa yksinäinen ja haluaa tavata muita nuoria. Suurella osalla kävijöistä on mielenterveys- tai päihdeongelmia. Tilke on auki arkisin kello 9–15, ja siellä tarjotaan tukea esimerkiksi arjen sujumiseen ja vuorokausirytmien löytymiseen ja ylläpitämiseen ja sosiaalisten tilanteiden harjoitteluun. Tarvittaessa nuoren kanssa pohditaan esimerkiksi opiskelu- ja työasioita ja mietitään nuoren tukena hänen tulevaisuuttaan. (Karvinen, Uschanov & Vilmunen 23.10.2012.)

Kaikki Tilkkeen toiminta on nuorelle vapaaehtoista ja lähtee nuoresta itsestään. Toiminnan pääpaino on yhdessäololla ja vertaistuellalla. Sen lisäksi Tilkkeellä on järjestetty päivittäin ryhmätoimintaa, kuten kirjoitus- ja kädentaitoryhmät, keskusteluryhmä, ruokaryhmä, musiikkiterapia, musaryhmä ja liikuntaryhmä. Osa ryhmistä jatkuu edelleen entiseen tapaan, mutta suurin osa säännöllisistä ryhmistä lakkautettiin maaliskuun 2013 lopussa. Tilkkeen toimintaa on viime aikoina uudistettu monella tavalla, ja tilanetta haluttiin päivittää myös ryhmätoiminnan osalta. Vanhoja vuodesta toiseen toimineita ryhmiä lakkautettiin, jotta toiminnan suunnittelussa jää tilaa nuorten omille ideoille. Ryhmiä alettiin pitää ex tempore -periaatteella, mikä on vahvistanut nuorten aloitteellisuutta ja yhdessäolon roolia Tilkkeen toiminnassa. Vertaistuen ja ryhmätoiminnan lisäksi nuori saa halutessaan ohjaajilta myös yksilöllistä ohjausta ja tukea esimerkiksi elämäntilanteisiin liittyvissä pohdinnoissa ja tulevaisuuden suunnittelussa. (Karvinen 28.3.2013; Karvinen ym. 23.10.2012; Sopimusvuori s.a.c.)

Nuoret ohjautuvat Tilkkeelle erilaisia väyliä pitkin. Tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat esimerkiksi psykiatrian poliklinikat, päiväsairaalat, nuorisoasema sekä muut kolmannen sektorin nuorten palvelut. Yhä enemmän Tilkkeelle tullaan myös tuttujen ja kavereiden vihjeestä. Toimintaa rahoittavat Tampereen kaupunki ja Raha-automaattiyhdistys. Nuorille toiminta on maksutonta. (Karvinen ym. 23.10.2012.)

Tilke kutsuu itseään matalan kynnyksen kohtaamispaikaksi. Tilkkeellä matala kynnyks tarkoittaa sitä, että sinne voi tulla ilman lähetettä ja diagnoosia, ja jäädä asiakkaaksi vaikka saman tien. Tutustumiskäynnin voi sopia etukäteen, tai nuori voi tulla ovesta sisään milloin tahansa ja jäädä tutustumaan paikkaan. Kaikki toiminta on nuorille vapaaehtoista ja lähtee nuorista itsestään. Tilkkeellä on hyvin salliva ja avoin ilmapiiri. Ilmapiirin ansiosta uusien nuorten on helppo tulla mukaan porukkaan, ja vertaistuki lähtee nuorista luonnollisesti ja on hedelmällistä. Tilkkeellä on paljon mahdollisuuksia monenlaiseen yhdessäoloon, mutta halutessaan nuori saa myös omaa tilaa ja rauhaa. Toiminnassa korostetaan nuorten itsemääräämisoikeutta ja vaikutusmahdollisuuksia. (Karvinen ym. 23.10.2012.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten käsityksiä Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä heidän hyvinvointinsa edistämisessä ja syrjäytymisen ehkäisyssä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada tietoa matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä sen asiakkaille sekä siitä, miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia ja ehkäistä syrjäytymistä. Tilke voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toimintansa arvioinnissa, kehittämisessä ja mahdollisen laajentamisen suunnittelussa. Sopimusvuori ja Tilke voivat hyödyntää opinnäytetyön tuloksia myös yhteistyössä toimintansa rahoittajien kanssa. Toimeksiantajan lisäksi opinnäytetyön tuloksia voivat hyödyntää esimerkiksi kunnat ja kolmannen sektorin palveluntarjoajat valtakunnallisesti.

Opinnäytetyön tutkimustehtävät olivat:

1. Mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä?
2. Miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia?



## 7 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 7.1 Laadullinen tutkimus

Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen lähestymistavan voimakkaasta vastakainasettelusta on osittain luovuttu, ja ne voidaan nähdä myös toisiaan täydentävinä kokonaisuuksina. Eri tieteenaloilla – myös hoitotieteessä – keskiössä on itse tutkittava ilmiö, ja se mitä siitä halutaan tietää. Tutkimukseen kohdistuvat odotukset määrittelevät, millaisilla menetelmillä saadaan parhaiten vastauksia tutkimuskysymyksiin. Lähestymistavoissa on kuitenkin niille ominaisia piirteitä, jotka korostuvat voimakkaammin riippuen siitä, toteutetaanko tutkimus määrällisenä vai laadullisena. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 40–41, Tuomi & Sarajärvi 2009, 65–68.) Tässä opinnäytetyössä lähestymistapa on laadullinen.

Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on perinteisesti aineistolähtöinen päättely, jossa yksittäistapauksia tutkimalla pyritään ymmärtämään jotain laajempaa kokonaisuutta. Laadullisen tutkimuksen taustalla ei yleensä ole tutkimusta tarkasti johdattelevia teoreettisia lähtökohtia, vaan tutkimuksessa edetään tutkimuksen myötä ilmenevien seikkojen mukaan. Laadullinen lähestymistapa on oivallinen, jos tutkimusalueesta ei vielä tiedetä paljoa, tai jos tutkittavaan ilmiöön halutaan saada uusia näkökulmia. Valintaperusteista riippumatta tutkijalla on oltava riittävästi pohjatietoa tutkittavasta ilmiöstä, jotta tarkoituksenmukainen aineistonkeruu onnistuisi. Tutkimuksen teoreettinen osuus kootaan viitekehykseen, jossa kuvataan tutkimuksen keskeisiä käsitteitä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 50; Kylmä & Juvakka 2012, 22; Tuomi & Sarajärvi 2009, 18–19.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä pyritään ymmärtämään tutkimukseen osallistuvien ihmisten subjektiivisesta näkökulmasta. Todellisuutena pidetään sitä, mitä tutkimukseen osallistuvat kertovat. Tutkijan ennakkoletusten karsiminen on tärkeää, jotta tutkittavien ihmisten henkilökohtaiset näkemykset pääsevät varmasti esiin. Laadullisessa tutkimuksessa haetaan vastauksia esimerkiksi kysymyksiin mitä, miksi tai miten sen sijaan, että haluttaisiin vastauksia kysymyksiin minkä verran, miten usein tai montako prosenttia, jotka puolestaan voisivat ohjata määrällistä tutkimusta. (Kylmä & Juvakka 2012, 23, 26.)

Tässä opinnäytetyössä laadullinen lähestymistapa mahdollisti nuorten käsitysten selvittämisen vapaan kerronnan kautta. Tavoitteenani oli saada nuorten ääni kuuluviin, ja laadullinen lähestymistapa mahdollistaa sen paremmin kuin määrällinen lähestymistapa. Määrällinen lähestymistapa olisi rajoittanut nuorten ajatusten ja kokemusten kerrontaa tiettyihin kategorioihin, ja jättänyt ehkä kokonaan pois sellaisia ulottuvuuksia, jotka laadullisia menetelmiä käyttämällä nousivat esiin. Omien ennakkoletusteni karsiminen oli helppoa, kun vastuu aineiston sisältämistä teemoista oli kokonaan opinnäytetyöhön osallistuvilla nuorilla. Asioita päästiin tarkastelemaan subjektiivisesti ja pintaa syvemältä, minkä vuoksi lähestymistavan valinta on onnistunut.

## 7.2 Aineistonkeruu

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimukseen osallistuvien määrä on yleensä pieni. Pieni osallistujamäärä korostaa subjektiivisuutta, helpottaa tutkittavan ilmiön kokonaisvaltaista tarkastelua, ja mahdollistaa syvän tiedon löytämisen. Verrattain pieni osallistujamäärä on tarkoituksenmukainen myös siksi, että laadullisessa tutkimuksessa mielenkiinnon kohteena ovat tapahtumat ja kokemukset, ei tutkimukseen osallistuvien lukumäärä. Jos osallistujia on liikaa, laadulliselle tutkimukselle ominainen asioiden syvä tarkastelu ja tutkittavaa ilmiötä koskevan olennaisen tiedon löytäminen on vaikeaa. Sopiva osallistujamäärä on pohdittava tutkimuskohtaisesti, ja siihen vaikuttaa esimerkiksi millaisin menetelmin aineistoa aiotaan analysoida. Osallistujien määrän lisäksi on tärkeää miettiä keitä tutkimukseen pyydetään. Tutkimuksen osallistujat valitaan sen mukaan, kenellä oletetaan olevan kokemusta tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 83, 85; Kylmä & Juvakka 2012, 27, 58.)

Laadullisen tutkimuksen aineistonkeruussa käytetään yleensä avoimia menetelmiä, jotka mahdollistavat tutkimukseen osallistuvien subjektiivisen äänen kuulumisen. Avoimia menetelmiä ovat esimerkiksi haastattelu, havainnointi ja kirjalliset dokumentit. (Kylmä & Juvakka 2012, 27.) Aluksi mietin haastattelua yhtenä vaihtoehtona aineistonkeruuseen, mutta se hylättiin vedoten tuttuuteeni Tilkkeen nuorten kanssa. Uskoin, että tuttuuteni vaikuttaisi nuorten vastauksiin enemmän haastattelun kuin kirjallisen vastaamisen yhteydessä.

Ennen aineistonkeruun aloittamista anottiin tutkimuslupa Sopimusvuori ry:n toiminnanjohtaja Inkeri Ruuskaselta. Tutkimuslupa (liite 1) myönnettiin 16.1.2013. Samana

päivänä pidettiin opinnäytetyöstä infopuheenvuoro Tilkkeen tammikuun ”kuukausikoukussa”, IPEMassa. Näissä vapaamuotoisissa kokoontumisissa käsitellään Tilkkeen ajankohtaisia asioita, ja kaikki Tilkkeellä kävijät ovat niihin tervetulleita. Puheenvuorossa esiteltiin opinnäytetyön tarkoitus ja kerrottiin, miten aineisto kerätään. Vaitiolovelvollisuudesta ja lupauksesta huolehtia tutkimukseen osallistuvien anonymiteetistä kaikissa tutkimuksen vaiheissa kerrottiin. Kerrottiin myös osallistumisen vapaaehtoisuudesta, ja siitä että opinnäytetyö on täysin erillinen projekti suhteessa työhöni Tilkkeellä. Nuoret saivat esittää kysymyksiä, ja he saivat yhteystietoni lisäkysymysten varalle. Osallistumisaika alkoi heti infotilaisuuden jälkeen.

Infotilaisuudessa käsitellyistä asioista tehtiin kirjallinen versio, saatekirje (liite 2). Kaikki opinnäytetyöhön osallistumiseen tarvittava informaatio löytyi yhdeltä paperilta. Saatekirjeitä oli saatavilla Tilkkeen aulassa koko aineistonkeruun ajan.

Opinnäytetyöhön pyydettiin osallistumaan Tilkkeellä käyviä nuoria, sillä heillä tiedettiin olevan omakohtaista kokemuksellista tietoa opinnäytetyön aihepiiristä. Opinnäytetyöhön pyydettävien ryhmää ei rajattu millään tavalla esimerkiksi iän, elämäntilanteen tai Tilkkeellä käyntiajan mukaan, sillä kaikille Tilkkeellä kävijöille haluttiin tarjota mahdollisuus osallistua. Arvioitiin, että tarjoamalla osallistumismahdollisuuden kaikille aineisto on rikasta ja sisältää todennäköisesti erilaisia näkökulmia tutkimusaiheeseen.

Tässä opinnäytetyössä hyödynnettiin narratiivista, eli kerronnallista aineistonkeruumenetelmää, ja aineisto kerättiin nuorten kirjoitelmista. Narratiivisuus soveltuu tutkimuksiin, joissa kiinnostuksen kohteena ovat yksilöiden vapaasti kertomat tarinat omasta elämästään. (Saarinen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Narratiivisuus antoi nuorille mahdollisuuden kertoa omista ajatuksistaan ja kokemuksistaan omin sanoin. Koska nuoret kirjoittivat kirjoitelmansa nimenomaan tämän opinnäytetyön tarpeisiin, kirjoittamista ohjasivat tutkimustehtäviä myötäilevät kysymykset: ”Mitä ajattelet syrjäytymisestä? Miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia?” Tämän avustavan otsikoinnin oletettiin pitävän kirjoitelmien aihepiirin opinnäytetyön kannalta tarkoituksenmukaisena ja varmistavan, että kirjoitelmista löytyy vastauksia tutkimustehtäviin.

Sopivan osallistujamäärän arvioiminen ennen aineistonkeruuta oli hyvin vaikeaa, sillä ei tiedetty, millaisia vastauksia nuorilta saadaan. Tämän vuoksi aineistonkeruussa edettiin vaiheittain, saturoiden. Saturointi tarkoittaa, että aineistoa kerätään ja analy-

soidaan vuorotellen. Analyysin tuloksen perusteella voidaan kerätä lisää aineistoa, aina niin kauan, kunnes se alkaa toistaa itseään eli uutta informaatiota ei enää tule. (Kylmä & Juvakka 2012, 59.) Päätös aineistonkeruun jatkamisesta ja osallistujamäärän lisäämisestä tehtiin pohdittua onko saadussa aineistossa jo riittävästi vastauksia tutkimustehtäviin. Aineistonkeruun alkuvaiheessa viikoittainen päätöksenteko osallistujamäärän lisäämisestä oli helppoa, ja pelkkä aineistojen vilkaiseminen antoi perustelut aineistonkeruun jatkamiselle.

Nuoria pyydettiin kirjoittamaan kirjoitelmansa tietokoneella, sillä ajateltiin, että tietokoneella kirjoitetusta aineistosta en voisi tunnistaa yksilöitä käsialan perusteella. Tietokoneella kirjoitetun aineiston ajateltiin myös helpottavan analysointivaihetta siten, ettei aineistoa tarvitse kirjoittaa puhtaaksi, vaan aineiston työstämistä voidaan jatkaa siinä muodossa, missä se nuorilta saadaan. Nuoret saivat kirjoittaa ja tulostaa kirjoitelmansa missä tahansa. Heillä oli mahdollisuus käyttää myös Tilkkeellä nuorten tietokoneita sekä toimistossa sijaitsevaa tulostinta. Yksi Tilkkeen tietokoneista oli rauhallisessa huoneessa, jossa nuorella oli mahdollisuus kirjoittaa ilman häiriötekijöitä, ja siten, ettei kukaan muu näe, mitä hän tekee.

Tammikuun lopulla Tilkkeen tulostin siirrettiin eri verkkoon kuin nuorten koneet, minkä seurauksena nuorten koneilta ei voinut enää tulostaa. Nuoret saivat halutessaan käyttää kuitenkin toimiston tietokoneita ja tulostaa niiltä. Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen osa kirjoitelmista oli käsin kirjoitettu. Yksi nuori halusi osallistua opinäytetyöhön, mutta koki kirjoittamisen vaikeaksi. Päädyttiin siihen, että kirjoitelmia ohjaavat kysymykset esitettiin hänelle suullisesti ja hänen vastauksensa kirjoitettiin ylös. Haastattelutilanteessa pyrittiin olemaan hiljaa ja vain kuuntelemaan nuoren puhetta, jotta kommentailla tai lisäkysymyksillä ei olisi vaikutettu nuoren vastauksiin.

Kirjoitelmat pyydettiin palauttamaan kirjekuoreissa Tilkkeen aulaan sijaitsevaan lukoliseen laatikkoon. Kirjekuoria oli saatavilla palautuslaatikon vieressä. Osa nuorista antoi kuitenkin kirjoitelmansa suoraan minulle. Palautuslaatikko tyhjennettiin noin kerran viikossa. Aineiston analysointi aloitettiin heti aineiston noutamisen jälkeen, jotta pystyttiin arvioimaan, tarvitseeko aineistonkeruuta vielä jatkaa. Aineistonkeruu lopetettiin helmikuun lopussa, johon mennessä oli saatu 11 kirjoitelmaa.

### 7.3 Aineiston analysointi

Opinnäytetyön aineisto analysoitiin sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysiä pidetään perusanalyysimenetelmänä, jonka aineksia hyödynnetään myös muissa tutkimusten analysointimenetelmissä. Analysointi tehtiin aineistolähtöisesti, eli tutkimusaineistosta pyrittiin luomaan teoreettinen kokonaisuus, johon aikaisemmillä havainnoilla, tiedoilla tai teorioilla tutkittavasta ilmiöstä ei pitäisi olla mitään vaikutusta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 95, 103.) Nuorilta kerätyt tarinat olivat varsin vapaamuotoisesti kirjoitettuja, ja niitä ohjasi vain avustava otsikointi. Sisällönanalyysi sopii hyvin myös tällaisen strukturoimattoman aineiston analysointiin.

Aineisto analysoitiin Tuomen ja Sarajärven (2009, 108–112) kuvaamien vaiheiden mukaan. Palautuslaatikon tyhjennyksen jälkeen noin kerran viikossa uudet vastaukset luettiin heti ja aineistosta alleviivattiin tutkimustehtävien kannalta olennaiset ilmaukset. Sen jälkeen kaikkien siihen asti kertyneiden vastausten kokonaisuutta arvioitiin siltä kannalta, löytyykö kokonaisuudesta jo riittävästi informaatiota tutkimustehtävien tarpeisiin. Tulkinnan perusteella päätettiin viikko kerrallaan, onko aineistonkeruuta vielä syytä jatkaa, vai joko syvennyttään aineiston analysointiin. Mitä pidempään aineistonkeruu oli jatkunut, sitä tarkemmin pohdittiin aineistonkeruun jatkamisen tarpeellisuutta. Aineistonkeruu lopetettiin helmikuun viimeisenä päivänä, jolloin tulkittiin pelkistysten pohjalta hahmotetun yleiskuvan perusteella, että aineistossa on riittävästi tutkimustehtäviä koskevaa dataa. Aineiston puhtaaksi kirjoittamista ei koettu tarpeelliseksi olennaisia ilmauksia etsiessä, vaikka osa kirjoitelmista oli käsin kirjoitettu, ja niissä oli jonkin verran asiaa myös tutkimusalueen ulkopuolelta.

Olennaiset ilmaukset löytyivät kirjoitelmista suhteellisen helposti, ja heti ensisilmäyksellä huomattiin, että kirjoitelmissa on suoria vastauksia tutkimustehtäviin. Pelkistäminen oli sikäli vaikeaa, että en uskaltanut muuttaa nuorten sanavalintoja vielä alkuvaiheessa muuhun muotoon. Pelkäsin haavoittavani aineistoa, jos nuorten ilmauksia tiivistetään liikaa tai jos asiat esitetään eri sanoin. Pelkistetyssä aineistossa oli siten paljon alkuperäisilmauksia, kokonaisia lauseitakin. Yhdestätoista kirjoitelmasta löytyi tutkimustehtävään ”Mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä?” 81, ja tutkimustehtävään ”Miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia?” 77 pelkistettyä ilmausta.

Pelkistetyt ilmaukset kirjoitettiin tietokoneella, ja niihin merkittiin numeroin, mistä kirjoitelmasta ne ovat peräisin. Pelkistetyt ilmaukset tulostettiin ja leikattiin irti toisistaan. Pelkistetyt ilmaukset koottiin ryhmiksi etsimällä ilmauksista yhtäläisyyksiä. Ryhmät nimettiin ryhmän sisältöä kuvaavin termein. Samalla ryhmittelyperiaatteella koottiin-

ryhmät isommiksi ryhmiksi, yläluokiksi ja edelleen pääluokiksi. Pääluokat nimettiin sisältöjensä pohjalta siten, että ne vastasivat tutkimustehtäviin. Ryhmittelyvaihe kesti useita viikkoja. Ryhmien sisällöt muuttuivat moneen kertaan analysoinnin aikana ja vielä raportointivaiheessakin. Välillä ryhmittely aloitettiin alusta uudestaan, jotta löydettäisiin uusia näkökulmia ja tulkintatapoja aineistoa kohtaan. Esimerkki sisällönanalyysistä on liitteessä 3.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 112–113) mukaan sisällönanalyysi perustuu vahvasti tulkintaan ja päättelyyn. Mitä strukturoimattomampaa aineisto on, sitä suurempi vapaus ja myös vastuu opinnäytetyön tekijällä on aineiston tulkinnassa. Koko analysointivaiheen ajan pyrittiin ymmärtämään opinnäytetyöhön osallistuneita nuoria, minkä uskoin helpottaneen aineiston analysointia.

## 8 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Opinnäytetyön tutkimustehtävillä selvitin mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä ja miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia. Aineistosta löytyi hyvin vastauksia tutkimustehtäviin, joten tulokset nousivat esiin sisällönanalyysin myötä. Tulokset on esitetty tutkimustehtävittäin.

Tulosten esittämisessä on hyödynnetty alkuperäisilmauksia, suoria lainauksia nuorten kirjoitelmista. Nuorten anonymiteetin säilyttämiseksi on kuitenkin tarvittaessa tehty joitakin muutoksia alkuperäisilmauksiin. Tulosten havainnollistamisessa on hyödynnetty myös kuvioita 1–6, jotka on laadittu sisällönanalyysin pohjalta.

### 8.1 Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä

Nuorten ajatukset syrjäytymisestä käsitelivät syrjäytymistä ilmiönä, syrjäytymisen taustalla olevia tekijöitä sekä syrjäytymisen ehkäisyyn liittyviä haasteita ja mahdollisuuksia. Syrjäytymisen käsitettä ei määritelty nuorten kirjoitelmien ohjeistuksen yhteydessä. Jokainen nuori on siis itse saanut päättää mitä tarkoittaa syrjäytymisellä kertoessaan ajatuksiaan syrjäytymisestä. Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä on esitetty tekstin lisäksi kuvioissa 1, 2 ja 3.

#### 8.1.1 Syrjäytyminen

Nuoret ajattelevat, että syrjäytyminen on yhteiskunnassa merkittävä ongelma, joka kasvaa koko ajan. Nuoret huomauttavat, että syrjäytymistä tapahtuu kaikissa ikäluokissa. Syrjäytymisen vaara koskettaa siis koko yhteiskuntaa.

*Syrjäytyminen on iso juttu valtakunnallisella tasolla. Tulevaisuudessa tilanne tulee vain pahentumaan.*

*Kaikenikäiset syrjäytyvät.*

Yksilön näkökulmasta syrjäytymistä pidetään epäinhimillisenä ja ikävänä asiana. Nuoret ajattelevat, että syrjäytyminen on yksilölle aina iso juttu. Nuorten mielestä syrjäytyminen jo ajatuksena on vastenmielinen ja pelottava.

*Syrjäytyminen pelkästään terminä kuulostaa siltä, ettei sitä omalle kohdalle haluaisi.*

*Syrjäytymisriski on tällä hetkellä itsellä päällä, ja se on yksi pelottavimpia tunteita.*

Nuoret näkevät syrjäytymisen prosessina. Prosessinomaisuudesta kertoo esimerkiksi se, että nuoret ajattelevat syrjäytymisen kehittyvän vaihkeaa, ja että syrjäytymisprosessi syvenee, jos nuoren tilanteelle ei tehdä mitään. Syvenevään syrjäytymisprosessiin voi liittyä esimerkiksi mielenterveysongelmia ja itsetuhoisuutta.

*Syrjäytyminen voi hiipiä elämään pikkuhiljaa ja salaa.*

*Syrjäytyminen on ikävä asia, joka kasvaa entisestään, jos asialle ei tee yhtään mitään.*

*Itsemurha. Pahimmillaan johtaa siihen.*

Keskeisenä syrjäytymisessä nuoret näkevät sosiaalisista suhteista syrjäytymisen. Siihen liittyvät yksinäisyys ja sen aiheuttama paha olo. Nuoret ajattelevat, että myös yhteisöjen ulkopuolelle jääminen ja mahdollisuus kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta kuuluvat syrjäytymiseen.

*Erakkona ei voi voida hyvin.*

*Ihmisen rattaat lakkaavat pyörimästä ja vaihkeaa nuori jää pois kaikista sosiaalisista yhteisöistä.*

*Syrjäytyminen on mielestäni sitä, ettei ole mahdollisuutta sosialisoida muiden ihmisten kanssa koulussa tai työssä tai sosialisoida ylipäätään ja kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta.*





KUVIO 1. Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä; syrjäytyminen

### 8.1.2 Syrjäytymisen syyt

Nuoret ajattelevat, että syrjäytymisen perimmäiset syyt löytyvät yhteiskunnasta. Nuoret näkevät yhteiskunnan hyvin kilpailuhenkisenä ja kokevat, että ympäristö vaatii ihmisiltä liikaa. Ne nuoret, jotka eivät pysty vastaamaan ympäristön asettamiin vaatimuksiin, ovat yhteiskunnassa heikossa asemassa. Syrjäytymisen syiden nähdään olevan hyvin syvällä yhteiskunnan rakenteessa ja kulttuurissa.

*Oikeus jaetaan yhteiskunnassa välitysasemien kautta, joka sitoutuu koulutettuun rooliin, ja sitä ennen kuljetaan läpi monta testiä, jossa pitää jatkuvasti todistaa omaa pätevyyttä suhteessa kanssaihmiisiin, kollektiivisiin odotuksiin.*

*Ihmiset ongelmineen kerätään yhteen lohkon olkoon siellä. Ihmissyyden "alin kasti" kerätään yhteen, tavallaan suljetaan, muttei nähdä sitä yhtenä osana. Syrjäytyneet eivät ole yhteiskunnan vastuun ketjujen osasia.*

*Syrjäytymisen perimmäinen syy on yhteiskunnan rakenteessa. Syyt ovat niin syvällä, että pitäisi muuttaa koko kulttuuri.*

Nuorten syrjäytymisen taustalla nähdään yksilön kyvyttömyys vastata ympäristön määrittelemään vaatimustasoon. Tässä kohtaa nousevat esiin myös sairaudet syrjäytymisen riskitekijöinä. Nuorten mukaan erityisesti mielenterveys- ja päihdeongelmat lisäävät syrjäytymisen riskiä. Nuorilla on paineita olla tietynlainen, jotta tulee hyväksytyksi.

*Syrjäytymiseen voi olla monta eri syytä, mutta itse koin sen sairauden avittamana.*

*Syrjäytyminen voi olla masennukseen, ahdistukseen tai pelkotiloihin liittyvää. Usein myös päihdeongelmaiset syrjäytyy.*

*Rajan alapuolelle jääminen sisältää stigman, joka itsessään on jotain, joka on vaikea selittää. Riittää, että tunnemaailma poikkeaa valtavirran ta johtuen siitä ulos.*

Niin ikään koulutuksen ja työelämän ulkopuolisuuden nähdään kasvattavan nuorten syrjäytymisen riskiä. Koulumaailma tarjoaa valmiita ihmiskontakteja, ja niiden puuttessa nuoren syrjäytymisen riski kasvaa. Nuoret huomauttavat kuitenkin, että koulun tai työn ulkopuolisuus ei välttämättä tarkoita syrjäytymistä.

*Kouluympäristöissä annettiin valmiit ryhmät ja ihmiskontaktit. Sen jälkeen on vaarassa tippua.*

*Toisaalta voidaan ajatella, että en ole syrjäytynyt, kun käyn sentään Tikkkeellä. Näen ihmisiä muutenkin ja minulla on harrastuksia.*



KUVIO 2. Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä; syrjäytymisen syyt

### 8.1.3 Syrjäytymisen ehkäisyn haasteet

Nuorten kirjoitelmista välittyi ennaltaehkäisevän tuen löytämisen haasteellisuus. Nuorten mielestä yhteiskunta ei tällä hetkellä kannu vastuutaan syrjäytymisen ehkäisystä, ja ennaltaehkäisevän tuen löytäminen on vaikeaa. Nuoret muistuttavat, että

itsenäistyvä nuori tarvitsee tukea ja rohkaisua tulevaisuuteen. Nuoren mahdollisuus saada keskustelutukea nähdään tärkeänä syrjäytymisen ehkäisyssä.

*Aiheesta puhutaan kyllä mediassa ja itse presidenttikin on järjestänyt syrjäytymisohjelman, mutta mielestäni ne ovat pelkkää ns. puhetta, eikä kukaan ole ryhtymässä tekoihin.*

*Syrjäytymisvaarassa olevan ihmisen olisi hyvä huomata, että hän ei ole yksin. Syrjäytyvä ihminen ei välttämättä löydä apua tietokoneelta, vaan hän voi kokea, että on tärkeää kohdata joku jolle purkaa tunteet ja ajatukset.*

*Käännekohta oli muutettaessa omaan kotiin ja täyttäessä sen 18 vuotta. Silloin olisi tarvinnut enemmän tukea ja aikuisen tietämystä asioihin, ja eihän sitä silloin osannutkaan edes itse hakea.*

Nuoret kertoivat ajatuksiaan ja kokemuksiaan syrjäytymisestä selviytymisen haasteista. Syrjäytyneen paluuta kouluun tai työelämään pidetään vaikeana, ja syrjäytyminen voi tuntua nuoresta epätoivoisessa elämäntilanteessa jopa helpoimmalta vaihtoehdolta. Nuorten näkemyksen mukaan syrjäytyneet kaipaavat apua, mutta eivät uskalla pyytää sitä. Nuoret ajattelevat, että syrjäytyneitä voi myös olla vaikea lähestyä. Syrjäytymisestä selviytymisessä keskeistä on itsetunnon paraneminen, ja nuorelle voi olla apua esimerkiksi harrastuksista sekä päivä- tai työtoiminnasta.

*Nyt jonkun aikaa kun on ollut tekemättä mitään virallista kunnolla (työtä, opiskelua), niin on tuntunut siltä, että kynnyks nousee aloittaa enää uudestaan.*

*Kyseenalaistan miksi tekisin mitään kun kerran voin olla tekemättäkin.*

*Jos joku on syrjäytynyt, niin helposti tulkitaan, että se haluaakin olla yksin. Syrjäytynyt voi vaikuttaa välinpitämättömältä, jos on niin sulkeutunut omaan oloonsa. Syrjäytyntä voi olla vaikea lähestyä, vaikka se just kaipaisi että joku pelastaisi.*

*Tärkeää olisi kuitenkin parantaa ihmisen itsetunto sille tasolle, että hän huomaisi kuuluvansa yhteiskuntaan. Harrastuksesta voi olla apu syrjäytyvän ihmisen itsetuntoon.*

### Syrjäytymisen ehkäisyn haasteet

Ennaltaehkäisevän tuen löytämisen haasteellisuus	Syrjäytymisestä selviytymisen haasteet
Yhteiskunta ei kannata vastuutaan syrjäytymisen ehkäisystä	Koulu- tai työelämään palaaminen on vaikeaa
Ennaltaehkäisevän tuen löytäminen on vaikeaa	Ihmisellä on paineita olla tietynlainen tullakseen hyväksytyksi
Nuorten esille nostamia syrjäytymisen ehkäisykeinoja: - itsenäistyvän nuoren tukeminen - keskustelutuki	Syrjäytyneen on vaikea pyytää apua
	Nuorten esille nostamia keinoja syrjäytymisestä selviytymisen tueksi: - itsetunnon parantaminen - harrastukset - päivä- ja työtoiminta

KUVIO 3. Nuorten ajatuksia syrjäytymisestä; syrjäytymisen ehkäisyn haasteet

## 8.2 Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten hyvinvoinnin edistämässä

Nuorilla on paljon ajatuksia ja kokemuksia siitä, miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia. Merkittävänä seikkana kirjoitelmista nousi esiin päivätoiminnan positiivinen vaikutus nuorten mielenterveyteen. Nuoret näkevät hyvinvointinsa edistämässä keskeisinä sekä vertaistuen että ohjaajilta saadun tuen.

Ilmapiirin rentous, toiminnan monipuolisuus ja vapaat käyntiajat vastuullistavat nuorta. Nämä seikat tarjoavat nuorelle mahdollisuuksia oman hyvinvointinsa parantamiseen. Nuorten ajatuksia ja kokemuksia matalan kynnyksen päivätoiminnasta nuorten hyvinvoinnin edistämässä on esitelty kuvioissa 4, 5 ja 6.

### 8.2.1 Nuoren mielenterveyden edistäminen

Nuoret näkevät mielenterveyden edistämisen matalan kynnyksen päivätoiminnan keskeisenä hyötynä. Nuoret kokevat, että päivätoiminnalla on tärkeä merkitys mielenterveysongelmien ehkäisemisessä, kuntoutumisen tukemisessa ja syrjäytymisen eh-

käisyssä. Yhtenä mielenterveyden edistämisen osa-alueena nähdään ihmisten rohkaistuminen ja itsetunnon paraneminen matalan kynnyksen päivätoiminnan avulla.

*Mielenterveyskin pysyy kasassa, kun on paikka mihin mennä vain oleilemaankin muiden ihmisten sekaan. Omalta kohdaltani sanottuna, että jos olisin jäänyt kotiin neljän seinän sisälle ja yleisin ihmiskontakti olisi ollut kaupan kassa, olisin varmasti ollut pikaisella matkalla kohti pehmustettuja seiniä.*

*Tunne, että on tervetullut parantaa jo itsessään.*

*Seura, mukava tekeminen ja rento yhdessäolo todennäköisesti tukevat kaikki kuntoutumista. Tutussa porukassa on helpompi kokeilla uusia asioita. Matalampi kynnyks tehdä jotain uutta ja jännittävää.*

Yhtenä matalan kynnyksen päivätoiminnan mielenterveyttä edistävänä hyötynä nuoret näkevät kotoa lähtemisen ja päivärytmin ylläpysymisen. Nuoret kertovat, että on tärkeää, että on olemassa paikka, jonne tulla. Jo kotoa lähteminen voi olla nuorelle iso askel. Päivärytmin säilymisen koetaan helpottavan paluuta koulu- tai työelämään.

*Ja ihan käytännössä kun miettii, kun nuori valmistautuu ja lähtee ulos mukavuusalueelta eli kodistaan, matkustaa joko kävellen/bussilla yms. Tilkkeelle, niin sekin on jo iso askel pienelle, pahoinvoivalle ihmiselle.*

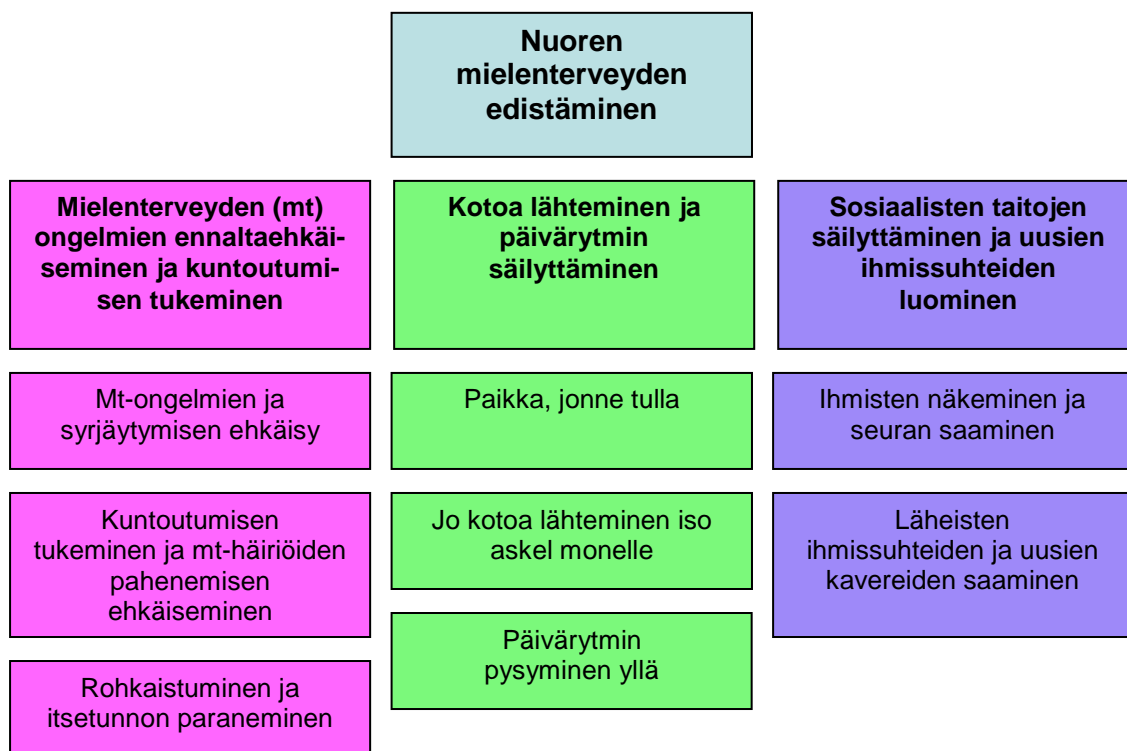
*Ilman päivätoimintaa ei olisi välttämättä mitään työ- tai kouluelämää jäljittelevää rutiinia, jolloin sellaiseen elämään palaaminen saattaisi tuntua isolta ja vaikealta muutokselta, jos unirytmisi on sekaisin.*

Matalan kynnyksen päivätoiminta auttaa pitämään yllä sosiaalisia taitoja ja mahdollistaa uusien ihmissuhteiden syntyminen. Nuoret kokevat, että Tilkkeellä saa apua yksinäisyyteen, sillä siellä näkee ihmisiä ja saa seuraa. Nuoret kertovat myös, että Tilkkeellä luodaan läheisiä ihmissuhteita ja saadaan uusia kavereita.

*Koulu- ja työelämään palaaminen voisi olla vaikeaa jos muiden ihmisten kanssa toimiminen olisi jotain vierasta.*

*Yksinäisellä ihmisellä voi olla apu Tilkkeestä pelkästään sillä että hän saa kohdata muita nuoria.*

*On tutustunut ihmisiin, joita ei olisi osannut lähestyä muissa ympäristöissä. On oppinut, että melkein jokaiseen ihmiseen saa sellaisen kontaktin, että löytää jotain yhteistä. Ihmiset löytää täältä läheisiä ihmis- ja ystävyys-suhteita, joita näkee muullakin ajalla, niin se on arvokasta.*



KUVIO 4. Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi; mielenterveyden edistäminen

### 8.2.2 Nuoren sosiaalinen tukeminen

Nuorten kirjoitelmista nousi esiin sekä vertaistuen, että ohjaajien tarjoaman tuen merkitys nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Vertaistuelle ominaista on, että nuoret pysyvät jakamaan asioita keskenään. Nuoret myös kertovat, että keskinäinen ymmärrys helpottaa omaa oloa.

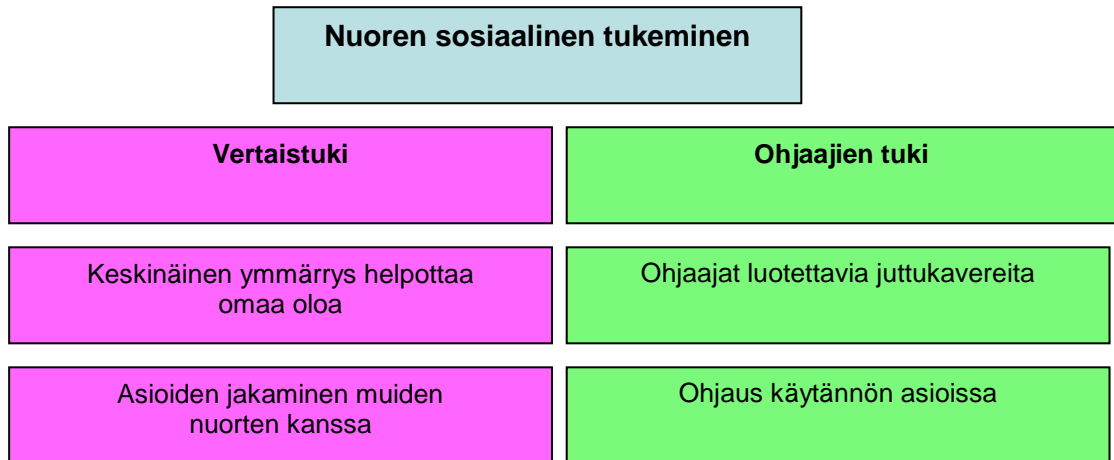
*Tilkkeellä voi keskustella samanlaisten kohtalotoverien kanssa. Nuori voi saada ison avun esimerkiksi keskusteluryhmästä.*

*Kun saa vertaistukea, niin omaa väsymystä ja masennusta on helpompi kestää.*

Nuoret pitävät tärkeänä myös ohjaajilta saamaansa tukea. Ohjaajat nähdään luotettavina juttukavereina. Nuoret kokevat, että ohjaajilta saa tarvittaessa ohjausta myös käytännön asioissa.

*On hyvä, että tarvittaessa saa myös apua ja neuvoja arkensa erilaisiin tilanteisiin, varsinkin jos ei ole ketään kelle voisi puhua asioistaan. Henkilökunta on mukavaa ja sosiaalista porukkaa ja luotto näihin tyyppeihin on myös syntynyt.*

*Tarvittaessa saa ohjeita ja neuvoja Kelan tukiasioiden hoitamiseen tai koulutuksiin hakemisiin.*



KUVIO 5. Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi; sosiaalinen tukeminen

### 8.2.3 Nuoren vastuullistaminen ja mahdollisuuksien tarjoaminen

Nuorten kirjoitelmista käy ilmi, että Tilkkeen toiminta on vapaaehtoista ja että nuorilla on mahdollisuus vaikuttaa Tilkkeen asioihin. Vapaat käyntiajat ja toiminnan monipuolisuus vastuullistavat nuorta ja tarjoavat nuorelle konkreettisia mahdollisuuksia vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa. Nuoret kokevat, että Tilkkeelle on helppo tulla ja siellä on myös helppo olla, mihin vaikuttavat esimerkiksi ilmapiirin rentous ja toiminnan maksuttomuus. Kaikki toiminta on vapaaehtoista, ja nuoret saavat itse päättää mitä Tilkkeellä tekevät.

*Oikea ratkaisu varsinkin hieman vaikeammin syrjäytyneille, koska toiminta on vapaata, ja voi esimerkiksi lähteä kotiin silloin kun siltä tuntuu.*

*On hyvä, että aamut on tehty joustaviksi. Muuten tästäkin saisi stressin aikaiseksi, ja se ei ainakaan kuntouta. Ja kun ei ole pakollista ohjelmaa päivissä. Jotkut ovat just puhuneet, että ahdistaisi jos olisi pakko osallistua seuraleikkeihin.*

*On mahdollisuus myös vaikuttaa asioihin, ja sen kautta tuntee jopa olevansa tarpeellinen.*

Nuoret kokevat, että Tilkkeen toiminta on monipuolista, ja että siellä on mahdollisuus tehdä erilaisia asioita. Aktiviteettien monipuolisuuden ja tekemisestä tulevan mielihyvän koetaan edistävän hyvinvointia. Myös ravitsevan ruoan saamista Tilkkeellä pidetään tärkeänä.

*Tilkkeellä on mukavaa tekemistä.*

*Kun on jotain tekemistä, niin omaa väsymystä ja masentuneisuutta on helpompi kestää.*

*Matalan kynnyksen päivätoiminnalla voi olla suuri vaikutus nuoren mahdollisuuksiin harrastaa.*

**Nuoren vastuullistaminen ja mahdollisuuksien tarjoaminen**



KUVIO 6. Matalan kynnyksen päivätoiminta nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi; nuoren vastuullistaminen ja mahdollisuuksien tarjoaminen



## 9 POHDINTA

### 9.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön tekijän täytyy omalla rehellisyydellään, luotettavuudellaan ja huolellisuudellaan kantaa kokonaisvaltainen vastuu opinnäytetyöstään. Niin opinnäytetyön tekijältä kuin itse työltäkin vaaditaan avoimuutta ja nöyryyttä monella tasolla – sekä tutkimusilmiön, opinnäytetyöhön osallistuvien ihmisten että yhteistyökumppaneiden kanssa työskenneltäessä. Nöyryyttä on esimerkiksi se, että opinnäytetyön tekijä pysyy hylkäämään omat ennakkoluulonsa ja oletuksensa opinnäytetyön kohteena olevan ilmiön edessä, ja ottaa tutkittavan asian vastaan sellaisena kuin se tulee. Eettisesti hyvä opinnäytetyö ei ole pelkästään suorittamista ja tulosten metsästystä, vaan sillä on aikaa myös mietiskelylle ja ihmettelylelle. (Hirvonen 2006, 44–45.) Tässä opinnäytetyössä avoimuutta sekä opinnäytetyön tekijältä että itse työltä vaadittiin erityisesti aineiston analysointivaiheessa. Huomattiin, että nuorten äänen kuulemiseksi opinnäytetyön tekijän ennako-oletusten ja ajatusten karsiminen oli tärkeää. Tämän opinnäytetyön eettisyyden edellytykset toteutuvat nöyryyden ja vapauden osalta.

Yksi tärkeä tutkimuseettinen lähtökohta on opinnäytetyön vapauden velvollisuus. Opinnäytetyön on oltava vapaa paitsi uskonnollisista ja ideologisista ajattelutavoista, myös taloudellisista ja hallinnollisista johdatteluista. (Hirvonen 2006, 41.) Tässä opinnäytetyössä vapauden velvollisuus toteutui esimerkiksi kriittisen etäisyyden säilyttämisenä toimeksiantajaan. Etäisyyden säilyttäminen oli tärkeää, jotta ”tutkimus säilyi tutkimuksena”, eikä siitä tullut toimeksiantajan intressien muovaamaa näennäistutkimusta.

Tutkimusetiikassa tärkeäksi huomionkohteeksi nousevat aina tutkimukseen pyydettyvät ja tutkimukseen osallistuvat ihmiset ja organisaatiot. Tutkittavilla, niin yksityishenkilöillä kuin organisaatioillakin on oikeus säilyttää anonymiteettinsä tutkimusprosessissa ja valmiissa tutkimuksessa (Mäkinen 2006, 114). Halutessaan siis paitsi tutkimukseen osallistuvat nuoret, niin myös Sopimusvuori organisaationa olisi saanut pysyä nimettömänä. Sopimusvuoren toiminnanjohtaja on kuitenkin ollut tietoinen, että tässä työssä Sopimusvuorta ja Tilkettä käytetään niiden omilla nimillään. Yksityisyyden ja anonymiteetin varmistaminen on rajoittunut siten opinnäytetyöhön pyydettyihin ja siihen osallistuviin nuoriin.

Anonymiteetin säilyttämisestä ajatellaan lähtökohtaisesti olevan hyötyä opinnäytetyöhön osallistuville, mutta se tuo vapauksia myös opinnäytetyön tekijälle. Anonymiteetin myötä opinnäytetyössä on helppo käsitellä arkojakin asioita. Opinnäytetyön objektiivisuus lisääntyy, kun arkojen ja ristiriitaisten asioiden käsittely vapautuu. Lupaus anonymiteetistä yleensä rohkaisee ihmisiä puhumaan suoraan ja rehellisesti, jolloin opinnäytetyöhön tarvittavien tietojen kerääminen helpottuu, ja aineisto on todennäköisesti rikasta. (Mäkinen 2006, 114.) Mäkisen ohjeen mukaan pyrin puhumaan sekä anonymiteetistä että luottamuksellisuudesta opinnäytetyöhön osallistuville ymmärrettävästi ja käytännönläheisesti ennen opinnäytetyön toteuttamista.

Opinnäytetyöhön osallistuville kerrottiin, ketkä pääsevät lukemaan heidän kirjoituksiinsa, miten henkilöllisyydet pysyvät salassa, miten tutkimusaineisto säilytetään ja milloin se hävitetään. Anonymiteetin varmistamisessa yhtenä keinona yritettiin hyödyntää aineistonkeruuta tietokoneella, jolloin yksilöiden tunnistaminen käsialan perusteella ei olisi ollut mahdollista. Nuoret saivat kirjoittaa kirjoitelmansa valitsemassaan paikassa valitsemallaan ajalla, joten nuoren ei halutessaan tarvinnut kertoa kenellekään osallistuneensa tähän opinnäytetyöhön.

Saatekirjeessä ja infotilaisuudessa, sekä myöhemmin nuorten kanssa käydyissä keskustellessa kerrottiin nuorten oikeudesta anonymiteettiin, nimettömänä vastaamisesta, sekä siitä, ettei yksittäistä nuorta voi tunnistaa valmiin opinnäytetyön tuloksista. Tästä huolimatta nuoret puhuivat hyvin avoimesti osallistumisestaan opinnäytetyöhön ja kirjoitelmiensa sisällöstä sekä minulle että muille ihmisille. Esimerkiksi muutama nuori kertoi kirjoittaneensa kirjoitelman, ja osa halusi kirjoittaa kirjoitelmansa julkisesti Tilkkeen aulaan. Osa nuorista myös palautti kirjoitelmansa suoraan minulle, joku pyysi minua jopa lukemaan kirjoitelmansa välittömästi. Myös vastausten hiljattainen kertyminen palautuslaatikkoon on heikentänyt anonymiteettiä, sillä joinain viikkoina laatikkoon oli tullut vain yksi vastaus, ja joku nuori saattoi kertoa palauttaneensa kirjoitelmansa laatikkoon juuri kyseisellä viikolla.

Loppujen lopuksi tiedettiin useimpien kirjoitelmien kirjoittajat, joten anonymiteetti suhteessa minuun ei yrityksistä huolimatta toteutunut kaikkien kohdalla. Osa nuorista oli halunnut näyttää kirjoitelmansa myös Tilkkeen ohjaajille. Koska anonymiteetin murtuminen on tapahtunut nuorten aloitteesta, niin en pidä sitä vakavana tutkimuseettisenä ongelmana. En koe, että se olisi vaikuttanut negatiivisesti myöskään aineiston käsittelyyn. Toisinaan päästiin paremmin kirjoitelmien sisälle ja nuoren maailmaan,

kun tiesin kenen ajatuksia milloinkin luetaan. Tässä kohtaa tilaisuus teki siis varkaan, ja anonymiteetin murtumista hyödynnettiin aineiston analysoinnissa.

Yksityisyys- ja luottamusasioissa uskon omasta taustastani Tilkkeen ohjaajana olleen sekä hyötyä että haittaa. Uskon, että nuoret pystyvät luottamaan minuun, mikä jo sinänsä on helpottanut yhteistyötä. Pysin säilyttämään luottamukseni koko opinnäytetyöprojektin ajan pitämällä antamani lupaukset ja informoimalla nuoria opinnäytetyön vaiheista. Nuorille painotettiin vahvasti, että tämä työ on täysin erillinen projekti suhteessa työhöni Tilkkeellä, ja että käytän tutkimusaineistosta saamiani tietoja vain opinnäytetyöhöni.

Olli Mäkinen (2006, 148) huomauttaa, että tutkimuseettisiä ongelmia saattaisi syntyä esimerkiksi tilanteessa, jossa tutkijalla on mahdollisuus paljastaa uusia tietoja tutkimukseen osallistuvasta kolmannelle osapuolelle. Tunnistan tämän mahdollisuuden tässä projektissa esimerkiksi mahdollisuutena puhua nuorten kirjoitelmissa esiin tuomista asioista Tilkkeen ohjaajille. Opinnäytetyön tekijänä pysyin kuitenkin omassa roolissani ja kunnioitin vaitiolovelvollisuuttani.

Olli Mäkinen (2006, 86) käsittelee kirjassaan esimerkkitapausta, jossa lääkäri pyytää potilastaan omaan tutkimukseensa. Tässäkin esimerkissä tunnistan oman asetelmani, ohjaajan ja nuoren välisen suhteen, sillä näen niissä paljon yhtäläisyyksiä. Mäkinen mielestä tällainen tilanne on aina arveluttava, sillä lääkäri ja potilas eivät ole tasa-arvoisia. Lääkärin ja potilaan – tai ohjaajan ja nuoren – suhdetta on mahdotonta sulkea kokonaan pois, vaikka tutkimus olisikin työstä irrallinen projekti. En kuitenkaan ole kokenut, että taustani Tilkkeen ohjaajana on ainakaan minun puoleltani ollut haittatekijä yhteistyössä opinnäytetyöhön osallistuvien nuorten kanssa.

Kylmän ja Juvakan (2012, 127–129) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus koostuu neljästä osa-alueesta, uskottavuudesta, vahvistettavuudesta, refleksiivisyydestä ja siirrettävyydestä. Uskottavuudella tarkoitetaan sekä opinnäytetyön että opinnäytetyön tulosten uskottavuutta ja sen osoittamista. Uskottavuutta voidaan vahvistaa esimerkiksi keskustelemalla opinnäytetyön tuloksista tutkimukseen osallistuneiden kanssa, tai vaihtoehtoisesti samaa aihetta tutkineiden kanssa. Opinnäytetyön tekijä voi pitää myös tutkimuspäiväkirjaa, jossa hän pohtii valintojaan ja kuvaa kokemuksiinsa opinnäytetyöprosessin aikana.

Vahvistettavuudella tarkoitetaan opinnäytetyöprosessin kirjaamista siten, että ulkopuolinen henkilö pystyisi seuraamaan prosessia vaiheittain. Laadullista tutkimusta tehtäessä ja tuloksia tulkitessa on tärkeää hyväksyä, että on olemassa useita tutkimusaihetta koskevia totuuksia. Näin ollen myöskään erilaiset tulkinnat tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä eivät välttämättä tarkoita luotettavuusongelmaa, vaan sen sijaan voivat lisätä ja monipuolistaa sen ymmärtämistä. Esimerkiksi tutkimuspäiväkirjan tekeminen ja esittäminen toiselle opinnäytetyön tekijälle lisää opinnäytetyön luotettavuutta paljastamalla valintojen ja johtopäätösten takana olevat pohdinnat ja perustelut. (Kylmä & Juvakka 2012, 129.) Tutkimuspäiväkirjaa ei pidetty, mutta tässä loppuraportissa on pyritty esittelemään työn vaiheet selkeästi sekä pohtimaan ja perustelemaan valintoja työn eri vaiheissa.

Refleksiivisyys luotettavuuden tekijänä vaatii sen, että opinnäytetyön tekijä tiedostaa omat lähtökohtansa opinnäytetyön tekemiseen. Opinnäytetyön tekijän on esimerkiksi pohdittava, millainen on hänen vaikutuksensa tutkimusaineistoon ja -prosessiin, sekä kuvattava näitä lähtökohtia loppuraportissa. Siirrettävyydellä puolestaan tarkoitetaan opinnäytetyön tulosten soveltamista johonkin muuhun vastaavaan ympäristöön, mikä edellyttää opinnäytetyöhön osallistuvien ihmisten ja tutkimusympäristön tarpeeksi kattavaa kuvailua loppuraportissa. (Kylmä & Juvakka 2012, 129.) Koko opinnäytetyöprosessin ajan olen pitänyt mielessäni omat lähtökohtani opinnäytetyön tekemiseen. Opinnäytetyöhön osallistuneiden joukkoa ja tutkimusympäristöä on pyritty kuvaamaan siten, että tulosten siirrettävyys on mahdollista, kunnioittaen kuitenkin opinnäytetyöhön osallistuneiden yksityisyyttä.

## 9.2 Opinnäytetyön tulosten pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten käsityksiä Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä heidän hyvinvointinsa edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisyssä. Opinnäytetyön tutkimustehtävillä saatiin selville mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä, ja miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia. Opinnäytetyön tulokset vastasivat tutkimustehtäviin.

Tulosten perusteella tehdyt johtopäätökset antavat tietoa matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä sen asiakkaille, ja siitä miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia ja ehkäistä syrjäytymistä. Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan ytimekkäästi todeta, että Tilke on nuorille tärkeä

paikka. Tilkkeen toiminta edistää nuorten hyvinvointia monella ulottuvuudella, ja sillä on merkittävä rooli nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä.

Sosiaalisista suhteista syrjäytyminen on syrjäytymisen keskeinen osa-alue. Tämä tulee esiin sekä opinnäytetyön tuloksissa että lähdekirjallisuudessa (Myllyniemi 2008, 65; Raunio 2006, 94–96; Saari 2009, 9, 127, 139–140). Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että nuorten mukaan syrjäytymiseen liittyy yksinäisyys ja sen aiheuttama paha olo, sekä yhteisöjen ulkopuolisuus ja mahdottomuus kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tulokset osoittavat myös, että Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminta tarjoaa apua nuorten yksinäisyyteen. Tilkkeen tarjoama mahdollisuus ylläpitää sosiaalisia taitoja ja luoda uusia ihmissuhteita on merkittävässä roolissa nuorten sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi ja sosiaalisista suhteista syrjäytymisen ehkäisyssä. Läheisten ihmissuhteiden merkitystä ihmisen hyvinvoinnille ei voi liikaa korostaa, ja kuten Saari (2009, 177–179) totesi: ”Kunnossa olevat ihmissuhteet ovat tärkein suomalaisten koettua hyvinvointia lisäävä tekijä”. Siksi on hienoa, että nuoret kokevat mahdolliseksi luoda Tilkkeellä myös läheisiä uusia ihmissuhteita.

Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että nuoret pitävät yhteiskunnan vaatimuksia ja yksilön kyvyttömyyttä vastata näihin vaatimuksiin merkittävinä tekijöinä syrjäytymisen taustalla. Ajatus siitä, että nuoren pitää olla tietynlainen tullakseen hyväksytyksi, on jo itsessään ahdistava stressitekijä. Nuorten kuvaamat Tilkkeen matala kynnyksen ja rento ilmapiiri toivottavat kaikki nuoret tervetulleiksi sellaisina kuin he ovat. Nuorten kokemukset siitä, että Tilkkeellä saa oman jaksamisensa ja kiinnostuksensa mukaan päättää miten päivänsä viettää, tuonee tervehdyttävää vastapainoa nuorten kokemuksiin ympäristön paineista ja vaatimuksista. Vertaistuki puolestaan mahdollistaa kokemusten jakamisen.

Mielenterveys- ja päihdeongelmat lisäävät syrjäytymisen riskiä. Tilkkeen mielenterveyttä edistävillä vaikutuksilla on tärkeä merkitys nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä. Opinnäytetyön tulosten mukaan Tilkkeen toiminnasta on hyötyä sekä mielenterveyden häiriöiden ennaltaehkäisyssä että kuntoutumisen tukemisessa. Nurmen (2011, 33) mukaan syrjäytymisen ehkäisyssä on oleellista saada nuoren oma positiivinen käsitys itsestä vahvistumaan. Tilkkeellä käyvien nuorten kokemukset rohkaistumisesta ja itsetunnon parantumisesta osoittavat, että Tilkkeen toiminta pienentää nuoren syrjäytymisriskiä myös tässä suhteessa.

Opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että syrjäytymistä ennaltaehkäisevän tuen löytäminen on nuorille vaikeaa. Yksi keino ennaltaehkäisevän tuen saamiseksi nuorten ulottuville voisivat olla juuri matalan kynnyksen periaatteella toimivat palvelut. Tilkkeellä nuoren ei tarvitse odottaa tilanteensa huononemista avun saamiseksi, vaan hän on tervetullut toimintaan jo siinä vaiheessa kun asiat ovat hyvin – Tilkkeelle ei tarvitse esimerkiksi lähetettä tai diagnoosia (Karvinen ym. 23.10.2012). Nuoret peräänkuuluttivat syrjäytymisen ehkäisyyn keskustelutukea, sekä tukea ja rohkaisua tulevaisuuteen. Tilkkeellä keskustelut ovat mahdollisia sekä luotettavina juttukavereina pidettyjen ohjaajien että samantyyppisiä asioita käsittelevien muiden nuorten kanssa.

Nuoret pitävät koulu- ja työelämän ulkopuolisuutta yhtenä syrjäytymisen riskitekijänä. Tilkke paikkana, jonne tulla, ja jossa ylläpitää sosiaalisia suhteita, on tärkeä koulu- tai työelämän ulkopuolelle jääneen nuoren varhaisvaiheen tukemisessa. Tästä esimerkkinä voi olla nuori, joka jää koulusta sairauslomalle, mutta haluaa kuitenkin jotain aktiiviteettia päiviinsä. Myös esimerkiksi nuori, joka ei ole päässyt toivomaansa koulutusohjelmaan, ja odottaa puoli vuotta seuraavaa yhteishakua, voi hyötyä Tilkkeen toimintamahdollisuuksista. Nuorten kokemukset ennaltaehkäisevän tuen löytämisen haasteellisuudesta voivat kertoa siitä, ettei tukea ole riittävästi tarjolla, mutta myös siitä, etteivät nuoret löydä sitä. Olemassa olevien ennaltaehkäisevää tukea tarjoavien palveluntarjoajien mainontaa ja markkinointia olisi syytä tehostaa, jotta tuen kysyntä ja tarjonta kohtaisivat parhaalla mahdollisella tavalla.

Ajateltaessa syrjäytymistä prosessina etenkin Tilkkeen matalasta kynnyksestä ja mielenterveyttä edistävästä vaikutuksesta on hyötyä erilaisissa elämäntilanteissa oleville nuorille. Nuorten kuvaama vaivihkaa kehittyvä syrjäytymisprosessi voitaisiin ehkä pysäyttää jo ennen alkuaan saamalla nuori matalan kynnyksen palveluiden piiriin. Tilkkeen tarjoamat tuen ja toiminnan muodot ovat monipuoliset, joten Tilkkeestä on hyötyä monenlaisissa elämäntilanteissa – ja monenlaisissa syrjäytymisprosessin vaiheissa – oleville nuorille. Opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että syvenevään syrjäytymisprosessiin voi liittyä mielenterveysongelmia ja itsetuhoisuutta (ks. myös Järvinen & Jahnukainen 2001, 132–135). Siten esimerkiksi Tilkkeen mielenterveysongelmia ehkäisevästä vaikutuksesta on hyötyä myös niille nuorille, joiden syrjäytymisprosessi on jo edennyt alkuvaihetta pidemmälle.

Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että Tilkkeen merkitys syrjäytyneiden ja syrjäytymisvaarassa olevien nuorten selviytymisen tukemisessa on suuri. Tilkkeen toimintaan mukaan pääseminen on helppoa, ja toiminnassa mukana oleminen saa henkisesti

huonokuntoisenkin nuoren lähtemään kotoa muiden ihmisten pariin. Nuoret kokevat, että Tilkkeen tarjoamat mahdollisuudet pitää yllä päivärytmiä ja sosiaalisia taitoja ovat tärkeitä kouluun tai työelämään palaamista helpottavia tekijöitä. Nuori voi pohtia muiden nuorten ja ohjaajien kanssa tulevaisuuden suunnitelmiaan, ja tarvittaessa hän saa käytännön tukea oman polkunsä löytämiseen, esimerkiksi koulutuksiin hakemisiin.

Tilkkeen toiminnan vapaaehtoisuus ja nuorten vaikutusmahdollisuudet edistävät nuorten hyvinvointia. Esimerkiksi Tilkkeen vapaat käyntiajat ja osallistumisen vapaaehtoisuus vastuullistavat nuorta ja tarjoavat nuorelle mahdollisuuksia vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa omilla pienillä valinnoilla. Omien toiveiden ja tuntemusten mukaan toimiminen kehittää nuoren päätöksentekokykyä ja antaa eväitä elämän muihin ympäristöihin muun muassa itsetuntoa kohottamalla ja omien valintojen merkityksellisyttä korostamalla. Nuorten kokemuksilla siitä, että jokainen pystyy vaikuttamaan asioihin, on hyötyä yhteiskunnan eri ympäristöissä.

Tilkkeen toiminta edistää nuorten hyvinvointia suoraan myös sillä, että se saa nuoret lähtemään kotoa muiden ihmisten pariin. Tämä hyvinvoinnin edistämisen ulottuvuus korostuu etenkin sellaisten nuorten kohdalla, jotka ilman Tilkkeelle lähtemistä jäisivät koko päiväksi yksin kotiin. Ja kuten nuorten kirjoitelmista kävi ilmi, monelle nuorelle jo kotoa lähteminen on iso askel. Tilkkeen nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseen liittyvät ehdottomasti myös sen tarjoama mahdollisuus pitää yllä päivärytmiä ja sosiaalisia kontakteja. Nurmi (2011, 33) huomauttaa, että sosiaalisia taitoja tarvitaan selviytymiseen koulu- ja työmaailmassa, mutta ne ovat tärkeitä myös kaikissa muissa elämän ympäristöissä. Tilkkeen tarjoamat monipuoliset aktiviteetit tarjoavat nuorille erilaisia kokemuksia, ja mahdollistavat monenlaisten uusien asioiden kokeilemisen. Mukavien asioiden tekemisestä tulevalla mielihyvällä ja miellyttävillä kokemuksilla on merkitystä nuoren hyvinvoinnille varmasti myös pitkällä aikavälillä.

Ripatin ja Ripatin (2012, 69) helsinkiläiselle Vamos-toimintakeskukselle tekemässä opinnäytetyössä on selvitetty kuinka paljon siellä käyvät nuoret ovat saaneet toimintakeskuksesta syrjäytymistä ehkäiseviä voimavaroja. Vamos-toimintakeskuksen ja Tilkkeen toiminnassa sekä etenkin matalan kynnyksen periaatteella toimimisessa on paljon yhteistä, joten on hyvin mielenkiintoista vertailla Ripatin ja Ripatin opinnäytetyön tuloksia tämän opinnäytetyön tuloksiin paitsi opinnäytetyön aihepiirin, myös toimintaympäristöjen samankaltaisuuden vuoksi.

Tilkkeen nuoret olivat kokeneet itsetunnon vahvistumista ja rohkaistumista. Niin ikään Ripatin ja Ripatin määrällisen tutkimuksen tulokset osoittavat, että kaikki toimintakeskuksen kävijöistä olivat kokeneet itsetunnon vahvistumista, yhdeksän viidestätoista melko tai erittäin paljon. Tilkkeen nuoret kokevat päivärytmin säilyttämisen tärkeänä matalan kynnyksen päivätoiminnan hyvinvointia edistävänä elementtinä. Myös Vamos-toimintakeskuksen nuoret ovat kokeneet mielekkään päivätoiminnan parantavan heidän unirytmiaan. (Ripatti & Ripatti 2012, 80–83.)

Yksi mielenkiintoinen yhtäläisyys opinnäytetöiden tuloksissa on vertaistuen merkitys nuorten hyvinvoinnin edistämässä. Tilkkeen nuoret pitävät tärkeinä nuorten välistä keskinäistä ymmärrystä ja asioiden jakamista muiden nuorten kanssa. Ripatin ja Ripatin (2012, 84–86) opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että muiden nuorten kanssa oleminen on hyödyllisin toimintamenetelmä nuorten auttamisessa.

Ripatin ja Ripatin (2012) opinnäytetyön tulokset tukevat tämän opinnäytetyön tuloksia. Sekä Tilkkeen että Vamos -toimintakeskuksen nuoret ovat kokeneet, että toimintakeskuksen toiminnasta on heille hyötyä. Kahden opinnäytetyön samansuuntaisten tulosten perusteella rohkenen vetää johtopäätöksen, että matalan kynnyksen päivätoiminta on oiva keino edistää nuorten hyvinvointia ja ehkäistä syrjäytymistä.

Nuorten hyvinvointi ja syrjäytymisen ehkäisy tulevat puhuttamaan yhteiskunnassa taatusti myös tulevaisuudessa. Ilmiötä voidaan tarkastella monista eri näkökulmista ja eri lähestymistavoilla, joten aihetta koskevia jatkotutkimusmahdollisuuksia on todella paljon. Tämän opinnäytetyön tulosten perusteella yhdeksi jatkotutkimuskohteeksi nostan syrjäytymistä ennaltaehkäisevän tuen tarjonnan ja kysynnän kohtaamisen, sillä nuoret kokevat ennaltaehkäisevän tuen löytämisen hyvin haasteellisena. Voitaisiin myös tutkia, millaisia matalan kynnyksen tukea tarjoavia palveluita on olemassa, ja toisaalta voitaisiin selvittää nuorten tietoisuutta näistä palveluista.

Nuoret kokevat Tilkkeen toiminnan vapaaehtoisuuden ja ilmapiirin rentouden tärkeiksi seikoiksi heidän hyvinvointinsa edistämässä. Olisi mielenkiintoista verrata Tilkkeellä käyvien nuorten kokemuksia käyntiajoiltaan ja toiminnaltaan normitetumpaan päivätoimintaan osallistuvien nuorten kokemuksiin. Toimeksiantajan näkökulmasta samantyyppisiä toiminnan merkityksiä käsitteleviä selvityksiä voitaisiin tehdä myös muissa Sopimusvuoren yksiköissä.



### 9.3 Opinnäytetyön hyödynnettävyys

Opinnäytetyöllä saatiin tietoa Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä sen asiakkaille nuorten hyvinvoinnin ja syrjäytymisen ehkäisyn näkökulmasta. Matalan kynnyksen päivätoiminta on nuorille tärkeää monella eri ulottuvuudella, ja sen merkitys nuorille on suuri. Opinnäytetyöstä on arvokasta hyötyä Tilkkeelle toimintansa arvioinnissa. Opinnäytetyön tarjoamaa informaatiota voidaan hyödyntää Tilkkeen toiminnan kehittämisessä, ja tulokset tarjoavat perusteluja myös toiminnan laajentamiselle. Sopimusvuori ja Tilke voivat halutessaan hyödyntää opinnäytetyön tuloksia myös yhteistyössä toimintansa rahoittajien kanssa. Tulokset osoittavat, että matalan kynnyksen päivätoiminnalle on tarvetta, ja että Tilke tekee arvokasta työtä nuorten hyvinvoinnin edistämässä ja syrjäytymisen ehkäisyssä.

Edellä mainittuihin seikkoihin vedoten opinnäytetyön tuloksia voivat toimeksiantajan lisäksi hyödyntää esimerkiksi kunnat ja kolmannen sektorin palveluntarjoajat valtakunnallisesti. Työtä voidaan hyödyntää myös kansainvälisesti, sillä nuorten syrjäytyminen ei suinkaan ole ongelma vain Suomessa. Esimerkiksi nuorten työttömyys ja työelämän ulkopuolisuudesta seuraava syrjäytymisriski ovat isoja ja edelleen kasvavia huolenaiheita koko Euroopassa (Eldiario.es 2013), ja matalan kynnyksen päivätoiminnan tyyppiset palvelut voisivat olla yksi keino työelämän ulkopuolelle jääneiden nuorten lisäongelmien ehkäisemiseksi.

Nuorten syrjäytyminen ja sen ehkäisy on hyvin moniulotteinen haaste, ja vastuu syrjäytymisen ehkäisystä kuuluu kaikille yhteiskunnan osa-alueille. Tämän osoittavat sekä opinnäytetyön tulokset, lähdekirjallisuus että yhteiskunnallinen keskustelu. Tämä opinnäytetyö on tehty osana hoitotyön opintojani, mutta sen olisi voinut toteuttaa samalla tavalla esimerkiksi sosiaalityön, nuorisotyön tai yhteiskuntatieteen opiskelija. Opinnäytetyön kohteena oleva ilmiö on tärkeä tutkimus- ja kehittämiskehittämiskohde useilla eri aloilla, joten uskon, että myös opinnäytetyön tuloksia pystytään hyödyntämään laajasti. Toivonkin, että nuorilta itseltään saatua informaatiota syrjäytymisestä – erityisesti sen syistä sekä ennaltaehkäisevän tuen löytämisen ja selviytymisen haasteista – hyödynnettäisiin alasta riippumatta kaikissa sellaisissa ympäristöissä, jotka ovat tekemisissä nuorten kanssa.

#### 9.4 Ammatillinen kasvu

Ennen opinnäytetyön aloittamista odotin tietoisesti, että opinnoissani ja elämässäni on sellainen vaihe, että pystyn keskittymään opinnäytetyön tekemiseen. Nyt tuntuu, että odottaminen kannatti. Olen pystynyt syventymään opinnäytetyöhön haluamallani intensiteetillä, ja minulla on ollut sekä ajallisia että henkisiä resursseja käytettävissäni opinnäytetyöhön liittyvien ajatusten kypsyttelyyn kaikessa rauhassa työn eri vaiheissa.

Suhteeni opinnäytetyöhön ja sen tekemiseen on muuttunut prosessin aikana. Jossain vaiheessa syksyllä 2012 ajattelin, että ”menen siitä, mistä aita on matalin, kunhan menee läpi”. Työ tuntui tuolloin minulle jotenkin etäiseltä, ja vauhtiin pääseminen oli työn takana. Ohjaajani kannustavat sanat ovat onneksi opettaneet hyväksymään epätoivon hetket ja ne päivät, jolloin ei saa mitään aikaiseksi, osaksi prosessia. Olen myös oppinut, että tutkimustyö ei valmistu nappia painamalla, eikä pelkästään tietokoneen ruutua tuijottamalla. Jos työn haluaa tehdä hyvin, niin monessa vaiheessa opinnäytetyön tekijältä vaaditaan todellista antautumista: ihmettelyä, asioiden kypsyttelyä ja asioiden tarkastelua monesta näkökulmasta. Tämän asian ymmärtäminen antaa minulle varmasti eväitä myös työelämään.

Loppua kohti työstä on tullut minulle erittäin tärkeä ja olen todella halunnut syventyä sen tekemiseen. Työn tärkeys minulle ja innostus työn tekemiseen ovat kasvaneet samassa suhteessa. Vaikka olen tehnyt opinnäytetyötä todella itsenäisesti, pidän Tilkkeen nuorilta ja henkilökunnalta sekä ohjaajaltani Arja-Siskolta saamaani tukea erittäin tärkeänä. Jälkeenpäin ajateltuna erityisesti Tilkkeen nuorten kanssa käymäni keskustelut opinnäytetyöstä ja sen etenemisestä ovat merkinneet todella paljon. Edellä mainitut tukijoukot ovat edesauttaneet myös ammatillista kehittymistäni prosessin aikana.

Tämä opinnäytetyö on ensimmäinen toteuttamani tutkimustyö. Jatkuva uusien asioiden opettelu ja protokollan mukaan toimiminen on tuntunut välillä haastavalta. Epävarmuus omista taidoista mietitytti esimerkiksi aineiston analysoinnin alkuvaiheessa, mutta toisaalta se teki työskentelystä jännittävää. Johtuneeko sitten omasta kasvustani prosessin aikana, innostuksen tuomasta positiivisuudesta vai mistä, niin tuntuu, että aineistonkeruuvaiheesta eteenpäin työ on edennyt omalla painollaan. Oivallusten ja uuden oppimisen myötä innostus opinnäytetyön tekemiseen on kasvanut projektin edetessä. Nyt jälkeenpäin ajateltuna löydän laadullisen tutkimuksen tekemisestä yh-

tymäkohtia myös mielenterveystyöhön. Halu ymmärtää ihmistä ja löytää uusia näkökulmia asioihin on pitänyt opinnäytetyön tekemisen mielenkiintoisena ja tavoitteellisena.

Opinnäytetyöprosessista selviytyminen ja työn onnistuminen lisännevät uskallusta tarttua erilaisiin projekteihin myös työelämässä. Nyt pidän mahdollisena, että teen tulevaisuudessakin tutkimustöitä, esimerkiksi jos innostun jatko-opinnoista. Opinnäytetyötä tehdessä olen konkreettisesti huomannut, että hyvin suunniteltu on puoliksi tehty, ja että realististen osatavoitteiden kautta voi saavuttaa isompia tavoitteita. Pystyn näkemään itseni myös projektiluontoisessa työssä luontevammin kuin ennen opinnäytetyön tekemistä.

Opinnäytetyötä tehdessä ammatillinen identiteettini on vahvistunut entisestään. Mielenterveystyön laaja kenttä hoitotyön osa-alueena näyttäytyy minulle yhä houkuttelevampana työnsarkana. Opinnäytetyö prosessina, ja toisaalta myös opinnäytetyön tulokset ovat vahvistaneet tunnettani siitä, että omat vahvuuteni ja hoitotyössä tärkeinä pitämäni asiat ovat erityisen merkityksellisiä juuri mielenterveystyössä. Hyvinvoinnin edistämisen näkökulma ja ongelmien ennaltaehkäisyyn tärkeys ovat juurtuneet ajatusmaailmaani, ja tämän työn tekeminen on vahvistanut käsitystäni siitä, että ”kaikkien ongelmien paras hoito on niiden ehkäisy”. Opinnäytetyön tekeminen nuorten kanssa on ollut hyvin antoisaa ja palkitsevaa. Tunnen, että minulla on annettavaa nuorten ohjaus- ja hoitotyöhön, ja että vastaavasti nuorten kanssa oleminen vapauttaa parhaat puoleni esiin.

Nuorten tarinat ovat olleet koskettavia, ja ne ovat saaneet minut miettimään omaa hoitajuuttani. Opinnäytetyö on antanut minulle eväitä myös käytännön hoito- ja ohjaustyöhön. Nuoret ovat taas muistuttaneet minua jokaisen kohtaamisen ainutlaatuisuudesta ja siitä, että pienet asiat ratkaisevat. Hoitajalta tai ohjaajalta vaaditaan herkkyyttä kohdata jokainen ihminen aidosti yksilönä, jotta asioiden yhdessä ihmettely ja asiakkaan tavoitteellinen tukeminen on mahdollista.

## LÄHTEET

Ahola, K., Hakola, T., Hopsu, L., Leino, T., Leskinen, T., Oksa, J., Takala, E.-P., Vorne, J. & Vuokko, A. 2010. Työkuormitusta arvioimalla ja säätelemällä voidaan edistää hyvinvointia työssä. Teoksessa Kantolahti, T. & Tikander, T. (toim.). *Puheenvuoroja työn kuormittavuudesta. Työhyvinvointifoorumi* [verkkójulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö [viitattu 13.11.2012]. Saatavissa: [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=1082856&name=DLFE-13209.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1082856&name=DLFE-13209.pdf), 30–34.

Ek, E., Saari, E., Viinamäki, L., Sovio U. & Järvelin, M.-L. 2004. *Nuorten aikuisten työelämästä syrjäytyminen ja sosiaaliturvan käyttö*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Eldiario.es. 2013. *El paro juvenil en España supera el 55,5 % y afecta a 5,7 millones en la UE* [verkkosivu]. Eldiario.es [viitattu 15.4.2013]. Saatavissa: [http://www.eldiario.es/economia/paro-juvenil-Espana\\_0\\_106389610.html](http://www.eldiario.es/economia/paro-juvenil-Espana_0_106389610.html).

Espluga, J., Baltierrez, J. & Lemkow, L. 2004. *Relaciones entre la salud, el desempleo de larga duración y la exclusión social de los jóvenes en España* [verkkójulkaisu]. Universidad Complutense de Madrid. Cuadernos de trabajo Social 117/2004. [viitattu 10.4.2013]. Saatavissa: <http://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS0404110045A/7606>. 45–62.

Helsingin diakonissalaitos. s.a. *Vamos-palvelukokonaisuus* [verkkosivu]. Helsingin diakonissalaitos [viitattu 3.1.2013]. Saatavissa: <http://www.vamosnuoret.fi>.

Hirvonen, A. 2006. Eettisesti hyvä tutkimus. Teoksessa Hallamaa, J., Launis, V., Lötjönen, S. & Sorvali, I. (toim.). *Etiikkaa ihmistieteille*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 31–49.

Huttunen, M. 2011. *Masennus* [verkkosivu]. Duodecim Terveyskirjasto [viitattu 8.10.2012]. Saatavissa: [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00389](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00389).

Julkaisujärjestelmä P4. s.a. *Nuorisotakuu* [verkkosivu]. Julkaisujärjestelmä P4 [viitattu 25.4.2013]. Saatavissa: <http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu>.

Järvinen, T. & Jahnukainen, M. 2001. Kuka meistä onkaan syrjäytynyt? Teoksessa Suutari, M. (toim.). 2001. *Vallattomat marginaalit. Yhteisöllisyyksiä nuoruudessa ja yhteiskunnan reunoilla*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, 132–135.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. *Tutkimus hoitotieteessä*. Porvoo: WSOYpro Oy.

Karppinen, K. 2007. Nuorten ongelmat koulutusvalinnoissa ja toiselle asteelle siirryttäessä. Teoksessa Alatupa, S. (toim.). *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta?* Helsinki: Edita Prima Oy, 122–139.

Karppinen, K., Keltikangas-Järvinen, L. & Savioja, H. 2007. Tutkimustulosten yhteen-veto. Teoksessa Alatupa, S. (toim.). *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta?* Helsinki: Edita Prima Oy, 9–20.

Karvinen, Pia 2013. Sopimusvuori ry:n Tilkkeen johtaja. Tampere 28.3.2013. Henkilökohtainen tiedonanto.

Karvinen, Pia, Uschanov, Pia & Vilmunen, Heli 2012. Sopimusvuori ry:n Tilkkeen henkilökunta. Tampere 23.10.2012. Henkilökohtainen tiedonanto.

Kaukonen, R. 2007. *Tilastoista syrjäytyneitä nuoria on noin 14 000* [verkkosivu]. Tilastokeskus [viitattu 2.10.2012]. Saatavissa: [http://www.stat.fi/artikkelit/2007/art\\_2007-11-07\\_002.html](http://www.stat.fi/artikkelit/2007/art_2007-11-07_002.html).

Kinnunen, P. 2011. *Nuoruudesta kohti aikuisuutta. Varhaisaikuisen mielenterveys ja siihen yhteydessä olevat ennakoivat tekijät* [verkkojulkaisu]. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Väitöskirja [viitattu 13.11.2012]. Saatavissa: <http://acta.uta.fi/pdf/978-951-44-8624-1.pdf>.

Kirves, L. 2010. *Kiusaamista voidaan ehkäistä jo pienestä pitäen* [verkkosivu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kasvun kumppanit [viitattu 19.11.2012]. Saatavissa: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kasvunkumppanit-fi/kiusaamista-voidaan-ehkaista-jo-pienesta-pitaen](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/kiusaamista-voidaan-ehkaista-jo-pienesta-pitaen).

KiVa Koulu s.a.a. [verkkosivu]. *KiVa Koulu* [viitattu 19.11.2012]. Saatavissa: <http://www.kivakoulu.fi/>.

Kiva Koulu s.a.b. [verkkosivu]. *Kiva Koulu -hanke* [viitattu 2.5.2013]. Saatavissa: <http://www.kivakoulu.fi/hanke>.

Korhonen, T. 2010. *Promoting Child Development and Mental Health in Adult Psychiatric Care. A Nurses' Perspective* [verkkojulkaisu]. University of Eastern Finland. Faculty of Health Sciences. Department of Nursing Science. Doctoral Dissertation [viitattu 25.4.2013]. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0009-8/urn\\_isbn\\_978-952-61-0009-8.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0009-8/urn_isbn_978-952-61-0009-8.pdf).

Korpela, H. 2005. Lasten ja nuorten kotoutuminen. Teoksessa Ikonen, K. (toim.). *Maahanmuuttajaoppilaiden opetus perusopetuksessa*. Saarijärvi: Opetushallitus, 26–37.

Koskenvuo, M. & Mattila, K. 2009. *Terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn periaatteet* [verkkosivu]. Duodecim. Terveyskirjasto [viitattu 10.10.2012]. Saatavissa: [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=seh00001](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=seh00001).

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2012. *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kääriäinen, M. 2009. Pitkäaikaisesti sairaiden nuorten hoitoon sitoutuminen. Teoksessa Kyngäs, H. & Hentinen, M. *Hoitoon sitoutuminen ja hoitotyö*. Porvoo: WSOY, 120–146.

Laitinen, L. 2012. *Onnelliset opintiellä? Lukiolaisten hyvinvointitutkimus 2012* [verkkojulkaisu]. Suomen lukiolaisten liitto [viitattu 13.11.2012]. Saatavissa: [http://www.lukio.fi/site/assets/files/6119/sll-onnelliset\\_opintiella.pdf](http://www.lukio.fi/site/assets/files/6119/sll-onnelliset_opintiella.pdf).

Leinonen, T. s.a. *Nuorten koulutuksen keskeyttäminen ja sen hinta* [verkkojulkaisu]. Sosiaalikehitys Oy [viitattu 5.10.2012] Saatavissa: [http://www.sosiaalikehitys.com/uploads/Nuorten\\_syrjaytymisen\\_kustannukset.pdf](http://www.sosiaalikehitys.com/uploads/Nuorten_syrjaytymisen_kustannukset.pdf).

Lämsä, A.-L. 2009. *Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä*. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulu: Oulun yliopisto.

Makkonen, K. & Pynnönen, P. 2007. *Pitkäaikaissairaus ja nuoruus – haastava yhtälö* [verkkajulkaisu]. Duodecim-lehti 2/2007 [viitattu 19.11.2012]. Saatavissa: [http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p\\_p\\_id=dlehtihaku\\_view\\_article\\_WAR\\_dlehtihaku&p\\_p\\_action=1&p\\_p\\_state=maximized&p\\_p\\_mode=view&dlehtihaku\\_view\\_article\\_WAR\\_dlehtihaku\\_spape=%2Fportlet\\_action%2Fdlehtihakuartikkeli%2Fviewarticle%2Faction&dlehtihaku\\_view\\_article\\_WAR\\_dlehtihaku\\_tunnus=duo96235&dlehtihaku\\_view\\_article\\_WAR\\_dlehtihaku\\_p\\_frompage=uusinnumero.225-230](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p_p_id=dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku&p_p_action=1&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_spape=%2Fportlet_action%2Fdlehtihakuartikkeli%2Fviewarticle%2Faction&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_tunnus=duo96235&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_p_frompage=uusinnumero.225-230).

Mulari-Ikonen, A. 2012. Nuorta ei saa lähettää hoidosta kotiin syrjäytymään yksikseen. *Aamulehti* 10.5.2012.

Myllyniemi, S. 2008. Tilasto-osio. Teoksessa Autio, M., Eräranta, K. & Myllyniemi, S. (toim.). *Polarisoituvu nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, Nuorisosian neuvottelukunta, Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, 18–81.

Myrskylä, P. 2012. *Hukassa – Keitä ovat syrjäytyneet nuoret?* [verkkajulkaisu]. EVA-analyysi [viitattu 2.10.2012]. Saatavissa: <http://www.eva.fi/wp-content/uploads/2012/02/Syrjailyminen.pdf>.

Mäkinen, O. 2006. *Tutkimusetiikan ABC*. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Nurmi, J.-E. 2011. *Miksi nuori syrjäytyy?* [verkkajulkaisu]. Niilo Mäki -instituutti [viitattu 9.10.2012]. Saatavissa: <https://www.jyu.fi/ytk/opiskelijavalinta/artikkelikokoelma-psyka/11%20Nurmi.pdf>.

Oja-Heiniemi, L. 2006. *Mielenterveyspotilaiden välinpatoamisia psykiatrisessa palvelujärjestelmässä* [verkkajulkaisu]. Tampereen yliopisto. Sosiaalipsykologian ja sosiologian laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 3.10.2012]. Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01027.pdf>.

Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.a. *Koulutusjärjestelmä* [verkkosivu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö [viitattu 2.10.2012]. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/koulutusjaerjestelmae/>.

Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.b. *Etsivä nuorisotyö* [verkkosivu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö [viitattu 21.11.2012]. Saatavissa: [http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen\\_kohteet\\_ja\\_rahoitus/etsiva\\_nuorisotyo/](http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoitus/etsiva_nuorisotyo/).

[www.minedu.fi/OPM/Koulutus/koulutusjaerjestelmae/?lang=fi](http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/koulutusjaerjestelmae/?lang=fi).

Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.c. *Nuorisotakuun toteutus edellyttää uutta ajattelua* [verkkosivu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö [viitattu 25.4.2013]. Saatavissa: [http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2013/04/nuorisotakuu\\_toimintaohjeistus.html?lang=fi](http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2013/04/nuorisotakuu_toimintaohjeistus.html?lang=fi).

Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.d. *Nuorisotakuun toimeenpano varmistetaan* [verkkosivu]. Opetus- ja kulttuuriministeriö [viitattu 25.4.2013]. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2013/04/opiskelijavalinnat.html?lang=fi>.

Pärssinen, H. 2006. *Koulu- ja työpaikkakiusaamisen seuraukset eli onko kiusaamisen jälkeistä elämää?* [verkkajulkaisu]. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma [viitattu 19.11.2012]. Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01410.pdf>.

Pääministeri Jyrki Kataisen hallitus 2011. *Pääministeri Jyrki Kataisen hallitusohjelma 22.6.2011* [verkkajulkaisu]. Valtioneuvoston kanslia [viitattu 15.10.2012]. Saatavissa: <http://valtioneuvosto.fi/hallitus/hallitusohjelma/pdf/fi.pdf>.

Rantanen, K. 2008. *Nuoruus, minäkuva ja epilepsia – narratiivinen näkökulma nuoruuteen pitkäaikaissairauden kanssa* [verkkajulkaisu]. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 19.11.2012]. Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu02449.pdf>.

Raunio, K. 2000. *Sosiaalityö murroksessa*. Tampere: Gaudeamus.

Raunio K. 2006. *Syrjäytyminen – Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Ripatti, I.-M. & Ripatti, P. 2012. *Nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen toimintakeskuksessa. Nuorten arvio voimavaroista ja heitä tukevista menetelmistä syrjäytymisen ehkäisyssä* [verkkajulkaisu]. Diakonia-ammattikorkeakoulu/Laurea-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö [viitattu 24.4.2013]. Saatavissa: [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/51789/Inka\\_Ripatti\\_Petra\\_Ripatti.2012.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/51789/Inka_Ripatti_Petra_Ripatti.2012.pdf?sequence=1).

Saari, J. 2009. *Yksinäisten yhteiskunta*. Helsinki: WSOYpro Oy.

Saarinen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. *Narratiiviset tarkastelutavat* [verkkosivu]. KvaliMOTV. Tampereen yliopisto [viitattu 9.11.2012]. Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_6\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_4.html).

Salmivalli, C., Kärnä, A. & Poskiparta, E. 2010. Development, Evaluation, and Diffusion of a National Anti-Bullying Program, KiVa. Teoksessa Doll, B., Pfohl, W. & Yoon J. (toim.). *Handbook of Youth Prevention Science*. Lontoo: Routledge, 238–252.

Savioja, H. 2007. Koulutekijät nuorten syrjäytymisriskiä selittämässä. Teoksessa Alatalpa, S. (toim.). *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huonosuorituksen syy koulusta vai oppilaasta?* Helsinki: Edita Prima Oy, 140–160.

Sopimusvuori. s.a.a. *Sopimusvuori* [verkkosivu]. Sopimusvuori [viitattu 15.10.2012]. Saatavissa: <http://www.sopimusvuori.fi/index.php>.

Sopimusvuori. s.a.b. *Sopimusvuori pähkinänkuoressa* [verkkosivu]. Sopimusvuori [viitattu 15.10.2012]. Saatavissa: <http://www.sopimusvuori.fi/esittely.php>.

Sopimusvuori. s.a.c. *Sopimusvuoren yksiköt* [verkkosivu]. Sopimusvuori [viitattu 15.10.2012]. Saatavissa: <http://www.sopimusvuori.fi/yksikot.php>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2010. *Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle. Suomen vammaispoliittinen ohjelma VAMPO 2010–2015* [verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu [viitattu 12.11.2012]. Saatavissa: [http://www.vane.to/images/stories/vampo\\_verkko.pdf](http://www.vane.to/images/stories/vampo_verkko.pdf).

Sosiaali- ja terveysministeriö 2012. *Mielenterveyspalvelut* [verkkosivu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveyspalvelut [viitattu 21.11.2012]. Saatavissa: [http://www.stm.fi/sosiaali\\_ja\\_terveyspalvelut/terveyspalvelut/mielenterveyspalvelut](http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/terveyspalvelut/mielenterveyspalvelut).

Suomen mielenterveysseura s.a. *Vertaistukiryhmät* [verkkosivu]. Suomen mielenterveysseura [viitattu 21.11.2012]. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/vertaistukiryhmat>.

Taloudellinen tiedotustoimisto 2009. *Nuorten arvot ja elämä tutkimus 18.3.2009* [verkkojulkaisu]. Taloudellinen tiedotustoimisto [viitattu 28.11.2012]. Saatavissa: <http://tat.fi/wp-content/uploads/2012/06/Nuorten-arvot-ja-el%C3%A4m%C3%A4.pdf>

Tampereen kaupunki s.a. *Etsivä työ ja Ylilyönti* [verkkosivu]. Tampereen kaupunki. Perhe- ja sosiaalipalvelut [viitattu 21.11.2012]. Saatavissa: <http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/lastensuojelu/ehkaiseva/etsivatyo.html>.

Tasavallan presidentin asettaman lasten ja nuorten syrjäytymistä pohtiva työryhmä 2012. *Ihan tavallisia asioita* [verkkosivu]. Palmu Inc [viitattu 3.1.2013]. Saatavissa: <http://www.tavallisia.fi/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.a. *Mielenterveydenhäiriöiden ehkäisy* [verkkosivu]. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos [viitattu 8.10.2012]. Saatavissa: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/mielen\\_hyvinvointi/hairioiden\\_ehkaisy](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/mielen_hyvinvointi/hairioiden_ehkaisy).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. s.a.b. *Timeout! Aikalisä! Elämä raiteilleen-toimintamalli* [verkkosivu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 9.10.2012]. Saatavissa: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. s.a.c. *Timeout! Aikalisä! Elämä raiteilleen -tukipalvelu tukee nuorta oman elämän järjestymisessä* [verkkosivu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 9.10.2012]. Saatavissa: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa/tukipalvelu](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa/tukipalvelu).

Tilastokeskus 2013. *Keskeyttäminen lisääntyi korkeakoulutuksessa* [verkkojulkaisu]. Tilastokeskus [viitattu 28.4.2013]. Saatavissa: [http://www.stat.fi/til/kkesk/2011/kkesk\\_2011\\_2013-03-20\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/kkesk/2011/kkesk_2011_2013-03-20_tie_001_fi.html).

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

Turkka, I. & Turkka, V. 2008. *Icehearts. Joukkue kasvun tukena*. Juva: PS-kustannus.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2011. *Nuoret työmarkkinoiden ja opiskelun ulkopuolella*. [verkkojulkaisu]. Työ- ja elinkeinoministeriö [viitattu 8.11.2012]. Saatavissa: [http://www.nuorisotakuu.fi/files/34027/Nuoret\\_tyomarkkinoiden\\_ja\\_opiskelun\\_ulkopuolella.pdf](http://www.nuorisotakuu.fi/files/34027/Nuoret_tyomarkkinoiden_ja_opiskelun_ulkopuolella.pdf).

Työ- ja elinkeinoministeriö 2012. *Työllisyyskatsaus. Elokuu 2012* [verkkojulkaisu]. Työ- ja elinkeinoministeriö [viitattu 2.10.2012]. Saatavissa: <http://www.tem.fi/files/34202/ELO12.pdf>.

Vasarainen, J. & Hara, A. 2005. *Nuorten valmentaminen joukkuelajeissa*. Helsinki: Edita Prima Oy.



Väestöliitto. 2012. *Harrastuksen aloittaminen ja lopettaminen*. [verkkosivu]. Väestöliitto [viitattu 3.10.2012]. Saatavissa:

[http://www.vaestoliitto.fi/murkun\\_kanssa/tietoa/kaverit\\_ja\\_vapaa-aika2/harrastukset/aloitus\\_ja\\_lopettaminen/](http://www.vaestoliitto.fi/murkun_kanssa/tietoa/kaverit_ja_vapaa-aika2/harrastukset/aloitus_ja_lopettaminen/).

Weber, S. 2012. *Tytöt rockaa! Tapaustutkimus vaasalaisten tyttöjen käsityksistä bänditoiminnan merkityksestä* [verkkojulkaisu]. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma [viitattu 13.11.2012]. Saatavissa:

<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu05857.pdf>.

## TUTKIMUSLUPA



Anomus

2 (3)

11.1.2013

## Tutkimus

- Opinnäytetyön nimi/aihe: Matalan kynnyksen päivätoiminnan merkitys nuorelle syrjäytymisen ehkäisyn näkökulmasta
- Opinnäytetyön tarkoitus: Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää nuorten käsityksiä Tilkkeen matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä heidän hyvinvointinsa edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisyssä.
- Tutkimustehtävät:
  1. Mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä?
  2. Miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia?
- Tutkimusote ja -menetelmät: Laadullinen lähestymistapa  
Aineistonkeruumenetelmä narratiivinen (nuorten kirjoitelmat)  
Aineiston analysointimenetelmä aineistolähtöinen sisällönanalyysi
- Tutkimusajankohta: 16.1.2013 - 28.2.2013
- Tutkimuspaikka: Sopimusvuori ry, Nuorten päivätoimintakeskus Tilke  
Tiiliruukinkatu 18 A, 33200 Tampere

Tutkimussuunnitelma liitteenä

## Allekirjoitukset

Paikka ja päivämäärä Iisalmi 11.1.2013

*Aune Vätsänen*

Tutkimuksen tekijä/tekijät

*Lehtinen*  
Oppilaitoksen edustaja/yhteyshenkilö



Anomus

3 (3)

11.1.2013

## PÄÄTÖS

 Tutkimuslupa myönnetäänYhteyshenkilö: Pia Karvinen Tutkimuslupaa ei myönnetä

Perustelut:

---

---

---

---

Tutkimuksen valmistuttua tekijät toimittavat tutkimuksen yhteyshenkilölle

 tiivistelmän (suomeksi / englanniksi) tutkimusraportin tai/ja esittelevät tutkimuksensa suullisestiTampere 16.1.2013

Paikka ja päivämäärä

Meri Ruuska (Meri Ruuska)

Allekirjoitus (Nimi ja virka-asema)

Toiminnanjohtaja

## Liite 2

**SAATEKIRJE**

Hyvä Tiikkeellä käyvä nuori,

Olen sairaanhoitajaopiskelija Savonia-ammattikorkeakoulun Iisalmen yksiköstä, ja teen Tiikkeelle nuorten syrjäytymisen ehkäisyä käsittelevää opinnäytetyötä.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää Tiikkeellä käyvien nuorten käsityksiä matalan kynnyksen päivätoiminnan merkityksestä. Työn näkökulmana on nuorten hyvinvoinnin edistäminen ja syrjäytymisen ehkäisy. Toivon, että voit auttaa minua opinnäytetyössäni, ja haluat kertoa omista ajatuksistasi ja kokemuksistasi. Osallistumisesi on tärkeää, sillä opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan arvioida ja kehittää Tiikkeen toimintaa.

Pyydän sinua kirjoittamaan tietokoneella kirjoitelman, jossa vastaat seuraaviin kysymyksiin:

1. Mitä ajattelet syrjäytymisestä?
2. Miten matalan kynnyksen päivätoimintaa voidaan edistää nuorten hyvinvointia?

Voit kirjoittaa kirjoitelmasi missä tahansa. Myös Tiikkeen tietokoneet ja tulostin ovat käytettävissäsi. Laita kirjoitelmasi kirjekuoreen Tiikkeen aulaan sijaitsevaan palautuslaatikkoon. Kirjekuoria löydät palautuslaatikon vierestä.

Opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Osallistuminen tehdään nimettömänä, eikä kenenkään tarvitse tietää, että olet osallistunut opinnäytetyöhön. Ketään ei voida tunnistaa opinnäytetyön tuloksista. Kirjoitelmia käytetään vain tätä opinnäytetyötä varten, ja ne hävitetään kun opinnäytetyö on valmis.

Jos sinulla on kysyttävää, niin minä ja ohjaava opettajani vastaamme mielellämme kysymyksisi.

Kiitos arvokkaasta avustasi!

alekirjoitus

Salraanhoitajaopiskelija  
Aune Välsänen  
044 5010742  
aune.k.valsanen(at)student.savonia.fi

Ohjaava opettaja  
Arja-Sisko Kainulainen  
arja-sisko.kainulainen(at)savonia.fi

**SISÄLLÖNANALYYSI**

Mitä nuoret ajattelevat syrjäytymisestä?

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Kasvava ongelma	Kasvava, koko yhteiskuntaa koskeva ongelma	Syrjäytyminen
Kaikenikäiset syrjäytyvät		
Epäinhimillistä ja ikävää	Epäinhimillisyyys	
Yksilölle aina iso juttu		
Pelottava		
Tapahtuu vaivihkaa		
Voi aiheuttaa mielenterveysongelmia	Prosessinomaisuus	
Itsetuhoisuus		
Yksinäisyyden aiheuttama paha olo		
Yhteisöjen ulkopuolisuus	Sosiaalisista suhteista syrjäytyminen	
Syrjäytymisen syyt syvällä yhteiskunnan rakenteessa ja kulttuurissa	Ympäristön ja yhteiskunnan vaatimukset	Syrjäytymisen syyt
Kilpailuyhteiskunta ja ympäristö vaativat yksilöltä liikaa		
Syrjäytyneiden heikko asema yhteiskunnassa		
Sairaudet sekä mielenterveys- ja päihdeongelmat lisäävät syrjäytymisen riskiä	Kyvyttömyys vastata yksilölle annettuihin vaatimuksiin	
Ihmisen oltava tietynlainen tullakseen hyväksytyksi		
Työ- ja koulumaailman ulkopuolella vaarassa tippua	Koulutuksen ja työelämän ulkopuolisuus	
Kouluympäristön tarjoamien valmiiden ihmis-kontaktien puuttuminen		
Koulun ja työn ulkopuolisuus ei välttämättä tarkoita syrjäytymistä		
Yhteiskunta ei kanna vastuutaan syrjäytymisen ehkäisystä	Ennaltaehkäisevän tuen löytämisen haasteellisuus	Syrjäytymisen ehkäisyn haasteet
Ennaltaehkäisevän tuen löytämisen vaikeus		
Nuorten ehdottamat ehkäisykeinot	Syrjäytymisestä selviytymisen haasteet	
Koulu- tai työelämään palaamisen vaikeus		
Syrjäytyminen voi tuntua nuoresta myös helpoimmalta vaihtoehdolta		
Syrjäytyneen avun pyytämisen vaikeus		
Nuorten ehdottamat ehkäisykeinot		

Miten matalan kynnyksen päivätoiminnalla voidaan edistää nuorten hyvinvointia?

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Mielenterveysongelmien ja syrjäytymisen ehkäisy	Mielenterveysongelmien ehkäiseminen ja kuntoutumisen tukeminen	Nuoren mielenterveyden edistäminen
Kuntoutumisen tukeminen ja mielenterveyden häiriöiden pahenemisen ehkäisy		
Rohkaistuminen ja itsetunnon paraneminen		
Paikka, jonne tulla	Kotoa lähteminen ja päivärhythmin säilyttäminen	
Jo kotoa lähteminen iso askel monelle		
Päivärhythmin pysyminen yllä		
Ihmisten näkeminen ja seuransaaminen	Sosiaalisten taitojen säilyttäminen ja uusien ihmissuhteiden syntyminen	
Läheisten ihmissuhteiden ja uusien kavereiden saaminen		
Keskinäinen ymmärryksen tuoma helpotus omaan oloon	Vertaistuki	Nuoren sosiaalinen tukeminen
Asioiden jakaminen		
Ohjaajat luotettavia juttukavereita		
Ohjaus käytännön asioissa	Ohjaajien tuki	
Tilkkeelle on matala kynnyks tulla	Toiminnan vapaaehtoisuus ja mahdollisuus vaikuttaa asioihin	Nuoren vastuullistaminen ja mahdollisuuksien tarjoaminen
Rennossa ilmapiirissä on helppo olla		
Käikän toiminnan vapaaehtoisuus		
Mahdollisuus vaikuttaa asioihin		
Aktiveettien monipuolisuus	Monenlaisen tekemisen tarjoaminen	
Tekemisestä tuleva mielihyvä		

