

Opinnäytetyö (YAMK)

Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK, terveyden edistäminen

2024

Katri Peräaho

Mielenterveyden vahvistajan  
käsikirja: Näkökulmia nuorten  
mielenterveyden vahvistamiseen  
etsivässä nuorisotyössä



Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ylempi AMK, terveyden edistäminen

2024 | 89

Katri Peräaho

## Mielenterveyden vahvistajan käsikirja: Näkökulmia nuorten mielenterveyden vahvistamiseen etsivässä nuorisotyössä

Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea etsivän nuorisotyön ammattilaisten tekemää, nuorten mielenterveyttä edistävää ja ongelmia ehkäisevää työtä. Kehittämiprojektina tuotettiin käsikirja, joka kattaa etsivän nuorisotyön kannalta keskeiset, työtä tukevat sisällöt. Opinnäytetyön tilaajana toimi MIELI Suomen Mielenterveys ry.

Perustelu käsikirjalle ja käsikirjan tiedonkeruu perustui kolmeen näkökulmaan: ajankohtainen tutkimus; etsivän nuorisotyön ammattilaisista koostuvan projektiryhmän näkemykset; sekä MIELI ry:n osaamiskeskushankkeessa kerätty tieto kentän tarpeista. Tiedonkeruulla haluttiin kartoittaa etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten erityisiä mielenterveyden tuen tarpeita, sekä ammattilaisten osaamistarpeita näihin tarpeisiin vastaamisessa. Painopiste oli tutkimustiedossa, jonka pohjalta käsikirjaa työstettiin yhteiskehittämisen menetelmin yhdessä kentän ammattilaisten kanssa. Kehittämiprojektissa kiinnitettiin keskeisen tiedon lisäksi huomiota käsikirjan rakenteeseen. Rakenteen haluttiin vastaavan työn luonteeseen, sekä tukevan työhyvinvointia.

Käsikirja kirkastaa etsivän nuorisotyön ammattilaisten ymmärrystä mielenterveyden edistämisen lähtökohdista ja tarjoaa konkreettisia työkaluja nuorten mielenterveyden tukemiseen. Se varmistaa riittävän, oikea-aikaisen ja luotettavan tiedon, joka tukee myös työn rajaamisen haasteissa.

Asiasanat:

mielenterveys, nuoret, etsivä nuorisotyö, käsikirja, mielenterveyden edistäminen, mielenterveyden ongelmien ehkäisy

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master of Health Promotion

2024 | 89

Katri Peräaho

## Mental Health Promoter's Handbook: Perspectives on Promoting Young People's Mental Health in Outreach Youth Work

The aim of the thesis was to support the work of professionals in outreach youth work in promoting mental health and preventing mental health issues among young people. A handbook was produced as a development project, which serves as a support material for outreach youth work professionals in their work in this field. The thesis was commissioned by MIELI Mental Health Finland. The rationale and the data collection for the handbook was based on three perspectives: current research, views of the project group consisting of outreach youth work professionals, and information collected from MIELI Mental Health Finland's previous work on this field. The data collection aimed to identify the specific mental health support needs of young people within the scope of outreach youth work, as well as the professional skills needed to address these needs. The focus was on data from research, which served as the basis for developing the handbook through co-development methods with outreach youth work professionals. Attention was also paid to the structure of the handbook. The structure was intended to correspond to the nature of the work and support well-being at work. The handbook clarifies the understanding of mental health promotion among outreach youth work professionals and provides concrete tools for supporting the mental health of young people. It ensures sufficient, timely, and reliable information to also support challenges in delineating work.

Keywords:

mental health, youth, outreach youth work, handbook, mental health promotion, prevention of mental health problems

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>7</b>
<b>2 Kehittämiprojektin tausta ja tarve</b>	<b>9</b>
2.1 Kehittämiprojektin tausta	9
2.2 Kehittämiprojektin tarve tilaajatahon ja kentän näkökulmasta	10
<b>3 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus</b>	<b>12</b>
3.1 Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskus	12
3.2 Etsivä nuorisotyö	12
3.3 Kehittämiprojektin projektiorganisaatio	14
<b>4 Kehittämiprojektin teoreettiset lähtökohdat</b>	<b>16</b>
4.1 Teoreettisen viitekehyksen kokoaminen	16
4.2 Etsivän nuorisotyön ammattilaisten tarpeet nuorten mielenterveyden tukemisessa	17
4.3 Etsivän nuorisotyön toiminnoissa olevien nuorten mielenterveyden edistämisen erityiset tarpeet	20
4.3.1 Mielenterveyden lukutaito	21
4.3.2 Myönteinen tunnistaminen	23
4.3.3 Käyttäytymisen muutosteoria: Motivoiva haastattelu	24
4.3.4 Toipumisorientaatio	26
4.3.5 Traumatietoisuus	27
4.3.6 Luontevahvuusajattelu	28
<b>5 Kehittämiprojektin toteutus yhteiskehittämisen menetelmin ja kehittämisen tulokset</b>	<b>30</b>
5.1 Kehittämiprojektin toteutus yhteiskehittämisen menetelmin	30
5.1.1 Projektiryhmän rekrytointi	31
5.1.2 Projektiryhmän rooli ja yhteiskehittämisen vaiheet	33
5.2 Ensimmäinen yhteiskehittäminen 10.3.2023	34
5.2.1 Ensimmäisen yhteiskehittämisen tulokset	36

5.2.2 Projektipäällikön työskentely ensimmäisen yhteiskehittämisen tulosten pohjalta	40
5.3 Toinen yhteiskehittäminen 9.5.2023	41
5.3.1 Toisen yhteiskehittämisen tulokset	44
5.3.2 Projektipäällikön työskentely toisen yhteiskehittämisen tulosten pohjalta	46
5.4 Kolmas yhteiskehittäminen 19.10–3.11.2023	47
5.5 Kolmannen yhteiskehittämisen tulokset	48
<b>6 Tuotos: Mielenterveyden vahvistajan käsikirja</b>	<b>49</b>
6.1 Tuotoksen laatiminen tiedonkeruun ja yhteiskehittämisen pohjalta	49
6.1.1 Käsikirjan rakenne	49
6.1.2 Käsikirjan sisällöt	51
6.2 Kehittämisprojektin jatkuva arviointi	57
<b>7 Kehittämisprojektin eettisyys ja luotettavuus</b>	<b>61</b>
<b>8 Yhteenveto, pohdinta ja jatkokehittäminen</b>	<b>64</b>
8.1 Kehittämisprojektin ja tuotoksen arviointi	64
8.2 Kehittämisprojekti oppimisprosessina	66
8.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkokehittäminen	67
<b>Lähteet</b>	<b>70</b>

## **Liitteet**

Liite 1. Kehittämisprojektin aikataulu

Liite 2. Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen kutsukirje

Liite 3. Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen tietosuojailmoitus

Liite 4. Kehittämisprojektin riskiarvio (mukaillen: Innokylä n.d.)

## Kuvat

Kuva 1. Motivoiva haastattelu (Absetz & Hankonen 2011, 2271).	25
Kuva 2. Projektiryhmän rekrytointimainos Facebookissa.	33
Kuva 3. Projektiryhmän työskentelyn vaiheet.	34
Kuva 4. Koonti ensimmäisen työpajan työskentelyn tuloksista.	41
Kuva 5. Käsikirjan tavoitteet.	42
Kuva 6. Käsikirjan alustava sisältörakenne.	42
Kuva 7. Mallirakenne käsikirjan luvusta.	43
Kuva 8. Pysähtymisharjoitus.	51
Kuva 9. Käsikirjan ensimmäisen tieto-osion sisälllys.	53
Kuva 10. Käsikirjan toisen tieto-osion sisälllys.	54
Kuva 11. Käsikirjan kolmannen tieto-osion sisälllys.	55
Kuva 12. Käsikirjan neljännen tieto-osion sisälllys.	56
Kuva 13. Käsikirjan viidennen tieto-osion sisällöt.	57
Kuva 14. PDSA-kehittämissyklin toteutuminen kehittämissuoritusprosessissa (mukaan Moen & Norman 2010, 27).	60

# 1 Johdanto

Hyvä mielenterveys on jokaisen nuoren oikeus. Vaikka suurin osa nuorista voi hyvin, on nuorten hyvinvointi polarisoitunut ja yhteiskuntaa viime vuosina horjuttaneet tapahtumat, kuten ympäristökriisi, koronapandemia ja Venäjän hyökkäyssota Ukrainaan, ovat vaikuttaneet nuoriin monella tasolla. Kaikilla ei kuitenkaan ole elämässään samanlaisia lähtökohtia oman mielenterveyden vahvistamiseen, eikä vastuu voi olla yksin nuorten harteilla.

Etsivässä nuorisotyössä työskennellään nuorten kanssa, joista moni on koulutuksen ja työelämän ulkopuolella sekä joko syrjäytymisuhan alla tai jo syrjässä. Tällä kohderyhmällä on tutkimusten mukaan muita nuoria enemmän kasautuneita riskitekijöitä (esim. kiusaamisväkivalta, yksinäisyys) sekä puutteita mielenterveyden suojatekijöissä (esim. turvaverkot, arjen rytmi). Nämä tekijät lisäävät riskiä eriasteisille mielenterveyden haasteille ja edellä mainittujen, yhteiskuntaa horjuttavien tapahtumien aiheuttamalle epävarmuudelle ja turvattomuudelle. (Ks. esim. Aaltonen, Berg & Ikäheimo 2015, 25; Kinnunen 2020, Parkkila & Poutiainen 2023, 24; Terveystieteiden tutkimuskeskus & Me-Säätiö 2018.)

Viime vuosien sosiaali- ja terveyspalveluihin kohdistuneet paineet ja vähentyneet resurssit eivät ole olleet riittävät vastaamaan nuorten lisääntyneeseen pahoinvointiin, vaan tilanne on johtanut yhä koveneviin vaatimuksiin nuorten mielenterveyden tukemiselle muita nuoria kohtaavien ammattilaisten keskuudessa. Yhtenä esimerkkinä on etsivä nuorisotyö, joka on joutunut paikkaamaan puutteellisia mielenterveyden palveluita jo pidempään. Samalla omasta perustehtävästä kiinni pitäminen ja rajojen asettaminen on koettu yhteiskunnasta tulevien paineiden alla haastavaksi. (Tuuttu 2023, 22–23.) Vaikka etsivää nuorisotyötä on ammattialana määritelty esimerkiksi Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry:n tuottamassa Etsivän nuorisotyön käsikirjassa (2022), ei kentällä ole ollut riittävästi tietoa työn rajaamisen tueksi erilaisissa nuorten mielenterveyden haasteissa. Tämä haastaa sekä etsivän nuorisotyöntekijöiden perustyötä, että työn rajojen määrittelyä sidosryhmille.

Kehittämisprojekti toteutettiin osana MIELI Suomen Mielenterveys ry:n osaamiskeskushanketta (2021–2023). Toisena kumppanina toimi Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry. Projektin tavoitteena oli tukea etsivän nuorisotyön ammattilaisten tekemää nuorten mielenterveyttä edistävää ja ongelmia ehkäisevää työtä, sekä tarjota työkaluja työn rajaamisen haasteisiin. Tavoitteeseen vastattiin toteuttamalla etsivän nuorisotyön kannalta keskeiset, mielenterveyden edistämisen sisällöt kattava käsikirja, jonka rakenne tukee työssä kehittymistä ja työhyvinvointia.

Käsikirja tarjoaa työvälineitä nuorten jokapäiväiseen mielenterveyttä edistävään ja ongelmia ehkäisevään työhön. Lisäksi se tukee etsivän nuorisotyön ammattilaisten työn rajojen määrittelyä tilanteissa, joissa työskennellään erilaisia mielenterveyden haasteita kohtaavien nuorten kanssa.

Mielenterveys on laaja, kaikille elämän osa-alueille kytkeytyvä teema, jota ei voida käsitellä tyhjentävästi. Kehittämisprojektina toteutetussa, *Mielenterveyden vahvistajan käsikirja – Näkökulmia nuorten mielenterveyden vahvistamiseen etsivässä nuorisotyössä ja työpajatoiminnassa* -käsikirjassa teemaa lähestytään huomioiden etsivän nuorisotyön erityispiirteet. Valintoja ohjaavat osaamiskeskuskauden (2021–2023) aikana kentältä kerätty tieto ja tarpeet sekä ajankohtaiset, etsivää nuorisotyötä koskettavat tutkimukset ja artikkelit. Lisäksi sisältöjä määriteltiin ja kommentoitiin yhdessä kentän ammattilaisten kanssa yhteiskehittämisen menetelmillä.



## 2 Kehittämiprojektin tausta ja tarve

### 2.1 Kehittämiprojektin tausta

Kehittämiprojekti toteutettiin työelämäyhteistyönä MIELI Suomen Mielenterveys ry:n kanssa, osana Opetus- ja kulttuuriministeriön tukemaa Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskus -hanketta (toimintakausi 2021–2023). Osaamiskeskushanketta koordinoi Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry ja MIELI ry vastasi hankkeen mielenterveyden edistämisen asiantuntijasisällöistä. Hankekauden aikana mielenterveysosaamista vahvistettiin erilaisin toimenpitein, kuten koulutusten, materiaalien ja sidosryhmäyhteistyön kautta. (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, a.)

Kehittämiprojektilla vastattiin MIELI ry:n osaamiskeskustoiminnan hankesuunnitelman viimeiselle vuodelle kirjattuun tavoitteeseen mielenterveyden edistämisen käsikirjan kokoamisesta etsivän nuorisotyön ja nuorten työpajatoiminnan kentillä tehtävän työn tueksi (Peräaho 2021). Laajemmin sekä osaamiskeskushanke että kehittämiprojekti kiinnittyvät Kansalliseen mielenterveysstrategiaan 2020–2030, erityisesti seuraaviin linjauksiin: lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa, mielenterveysoikeudet, sekä hyvä mielenterveysjohtaminen – sekä Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030-valtioneuvoston periaatepäätöksen painopisteisiin 1–3: kaikille mahdollisuus osallisuuteen, hyvät arkiympäristöt, sekä hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta edistävä toiminta ja palvelut (Valtioneuvosto 2021; Vormaa ym. 2020).

Kehittämiprojekti vastasi myös osaamiskeskustoimintaa koordinoivan, Inton tarpeisiin. Into on tuottanut osaamiskeskushankkeen aikana Etsivän nuorisotyön (2022) ja Työpajatoiminnan (2023) käsikirjat. Kehittämiprojektin lopputuloksena syntyvä käsikirja haluttiin tuottaa täydentämään aiempia teoksia mielenterveyttä edistävän työn näkökulmista käsin. Samalla sillä pyrittiin paikkaamaan puutetta tälle ammattikentälle suunnatusta, nuorten mielenterveyttä tukevasta materiaalista. Aiemmat materiaalit ovat keskittyneet

enemmän joko perusterveydenhuollon toimijoille (ks. esim. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2022) tai laajemmin nuorisotyön kentälle (ks. esim. Erkko & Hannukkala 2019).

Kehittämiprojektin alkuperäisenä suunnitelmana oli suunnitella rakenne ja tuottaa sisältöjä edellä mainittuun käsikirjaan. Osaamiskeskushankkeen tavoitteisiin kirjatun käsikirjan laajuus oli kuitenkin suurempi kuin kehittämiprojektille asetetut oppimistavoitteet. Tästä syystä MIELI ry:n kanssa rajattiin kehittämiprojektin osuudeksi käsikirjan rakenteen suunnittelu, sekä nuorten mielenterveyden edistämiseen liittyvät, etsivän nuorisotyön ammattilaisten tarpeista lähtöisin olevien sisältötarpeiden kartoitus ja sisältöjen tuottaminen. Alkuperäiseen MIELI ry:n hanketavoitteeseen kirjattu osuus työntekijöiden hyvinvointia tarkastelevasta käsikirjan osuudesta, sekä käsikirjan muokkaus työpajakentän ammattilaisten tarpeita vastaavaksi toteutettiin MIELI ry:n omana asiantuntijatyönä.

## 2.2 Kehittämiprojektin tarve tilaajatahon ja kentän näkökulmasta

MIELI ry:n toiminnan painopisteenä on pitkään ollut kouluttamistoiminta, jota on rahoitettu erilaisilla hankerahoituksilla. Tätä koulutustoimintaa toteutettiin myös osaamiskeskushankkeessa. Koulutustoiminta on sekä MIELI ry:n että Inton asiantuntijoiden mukaan kuitenkin haastava osaamisen vahvistamisen malli erityisesti etsivän nuorisotyön kentällä, jolla vaihtuvuus on suurta työn katkonaisten rahoitusten ja niistä seuraavan epävarmuuden, sekä työn kuormitustekijöiden vuoksi (E. Paananen & K. Peräaho, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2023). Käytettävien koulutuspäivien määrä on myös rajallinen ja koulutusta on tarjolla monien toimijoiden tahoilta, jolloin valtavasta tietomäärästä voi olla vaikea löytää keskeiset asiat. Lisäkoulutautumisen esteinä ovat myös muun muassa organisaation taloudellinen tilanne (35 %), oma työtilanne (13 %) tai esihenkilön arvio koulutuksen tarpeellisuudesta (9 %) (Hietala 2021, 18–19). Koulutukset eivät myöskään yksinään riitä tukemaan osaamisen juurtumista organisaatiotasolle. Tätä kuitenkin tarvitaan, jotta

mielenterveyden sisällöt pysyisivät keskeisinä, toimintaa ohjaavina sisältöinä huolimatta vaihtuvasta henkilöstöstä tai työn muista resursseista.

MIELI ry on tuottanut koulutusten lisäksi erilaisia mielenterveyden edistämisen materiaaleja ja kirjallisuutta sekä koulu- että nuorisotyön kentille. Materiaaleissa ei ole kuitenkaan ennen osaamiskeskushanketta keskitytty niihin erityisiin osaamistarpeisiin, jotka ovat ominaisia juuri etsivän nuorisotyön palveluiden piirissä olevien nuorten mielenterveyden edistämistyössä. Esimerkkinä Mielenterveys voimaksi -kirja (Erkko & Hannukkala 2019), jossa käydään läpi nuorten mielenterveyden edistämistä nuorisotyössä. Painopiste on kuitenkin alle 18-vuotiaiden parissa työskentelyssä, eikä se tällöin palvele etsivää nuorisotyötä, jonka piirissä olevat nuoret ovat pääsääntöisesti 16–20-vuotiaita. Lisäksi kirja ei tuo esiin riittävästi mielenterveyden ongelmia ehkäisevää näkökulmaa, joka on keskeinen etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten parissa työskentelyssä.

Kehitettävällä käsikirjalla haluttiin pyrkiä vakiinnuttamaan mielenterveysosaamisen perustaso etsivän nuorisotyön kentälle ja tarjoamaan perussisällöt tasavertaisesti kaikkien etsivien saataville niin että tiedon saatavuus ei ole riippuvainen rahoituksista tai mahdollisuuksista kouluttautua. Kattavan tietopaketin koettiin tukevan myös organisaatioita etsivän nuorisotyön roolin määrittelyssä ja työnkuvan rajaamisessa. Käsikirjassa haluttiin avata keskeisiä, koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuoren mielenterveyteen vaikuttavia sisältöjä tavalla, joka tukee etsivää työntekijää niiden jalkauttamisessa osaksi nuorten kohtaamista ja yhteistä työskentelyä. Tällä tuetaan nuorten mielenterveyden ja hyvinvoinnin vahvistumista.

## 3 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus

### 3.1 Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskus

MIELI ry on asiantuntija- ja kansalaisjärjestö, jonka perustehtävänä on kaikkien kansalaisten mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ja haavoittuvassa elämäntilanteessa olevien tukeminen (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020, 4). MIELI ry oli kaudella 2021–2023 mukana Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamassa Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskuksessa.

Osaamiskeskuksen tavoitteena oli kehittää valtakunnallisesti etsivää nuorisotyötä ja työpajatoimintaa, sekä tukea koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien, tai syrjäytymisuhan alla olevien nuorten sosiaalista vahvistumista, elämäntilannetta ja oman polun löytämistä (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, a).

Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskustoimintaa koordinoi etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan asiantuntijaorganisaatio Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, jonka strategisena tavoitteena on yhteiskunnallinen vaikuttaminen sekä etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan kehittäminen (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, b). Muina toimijoina osaamiskeskuksessa olivat Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry sekä XAMK Juvenia - nuorisolan tutkimus- ja kehittämiskeskus. MIELI ry oli mukana mielenterveyden asiantuntijaorganisaationa, tavoitteenaan vahvistaa etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan ammattilaisten mielenterveysosaamista, sekä rakentaa hyvinvointia ja mielenterveyttä tukevaa toimintakulttuuria. (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, a.)

### 3.2 Etsivä nuorisotyö

Etsivä nuorisotyö on toimintamuoto, jonka tehtävänä on nuorisolain mukaisesti *”tavoittaa tuen tarpeessa oleva nuori ja auttaa häntä sellaisten palvelujen ja muun tuen piiriin, joilla edistetään hänen kasvuaan, itsenäistymistään,*

*osallisuuttaan yhteiskuntaan ja muuta elämänhallintaansa sekä pääsyään koulutukseen ja työmarkkinoille. Etsivä nuorisotyö perustuu nuoren vapaaehtoisuuteen ja nuoren kanssa tehtävään yhteistyöhön.”* (Nuorisolaki 1285/2016). Etsivä nuorisotyö lukeutuu erityisnuorisotyön muodoksi, jossa etsivän nuorisotyöntekijän tehtävänä on tarjota nuorelle turvallinen ja luotettava aikuiskontakti (Aluehallintovirasto, n.d.). Etsivää nuorisotyötä tehdään jokaisessa Suomen kunnassa ja etsiviä työntekijöitä on määrällisesti liki 600. Etsivässä nuorisotyössä keskiössä ovat nuorisotyöllisen ja sosiaalisen vahvistamisen työtteet. (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, c.)

Vuonna 2022 koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevia nuoria oli 52 764, joista etsivän nuorisotyön kautta tavoitettiin 20 450 nuorta (Aluehallintovirasto & Opetus- ja kulttuuriministeriö 2022). Etsivän nuorisotyön kohderyhmää tarkastellessa ei tule kuitenkaan tarkastella vain koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten määrää. Osa toiminnan piirissä olevista nuorista on kiinnittynyt opintoihin tai työelämään, mutta he kaipaavat silti etsivän nuorisotyön tukea kasvamiseen, itsenäistymiseen ja osallisuuteen (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, c).

Toiminnan piiriin voidaan laskea myös syrjäytyneiksi luokitellut nuoret. Syrjäytymisriksi kasvaa, mikäli nuori on koulutuksen ja työelämän ulkopuolella. Syrjäytymisen määritelmä on Suomessa vielä hajanainen, mutta sen voidaan ajatella sisältävän erilaisten riskitekijöiden kuten päihde- ja mielenterveysongelmien, sekä koulutuksen puutteen kasautumista. Yhtenäisen määritelmän puutteen vuoksi tarkkoja lukuja on vaikea arvioida. THL:n arvion mukaan syrjäytyneiksi luettavia nuoria on Suomessa vuonna 2021 ollut 14 000–100 000. (Leskelä ym. 2022, 14–15.)

Etsivän nuorisotyön piiriin ajautuu enenevässä määrin psyykkisesti huonosti voivia nuoria ja samalla ohjauksessa mielenterveyspalveluihin on haastetta palveluiden puutteellisten resurssien vuoksi. Tämä johtaa siihen, että etsivät nuorisotyöntekijät kannattelevat nuoria toimien usein ainoana tukitahona, pyrkien estämään tilanteiden pahenemista. Lisäksi pyritään ennaltaehkäisemään niiden nuorten sairastumista joilla mielenterveyden

häiriöitä ei vielä ole. (Tuuttu 2023, 22–23.) Kentälle suunnatuissa, Aluehallintovirastojen ja Inton toimesta toteutetuissa kyselyissä nouseekin toistuvasti tarve mielenterveyden lisäkoulutukselle, oman työn rajaamisen tukemiselle ja työhyvinvoinnin vahvistamiselle (Hietala 2021, 18–19).

### 3.3 Kehittämiprojektin projektiorganisaatio

Kehittämiprojektin projektipäällikkönä toimi Turun ammattikorkeakoulun terveyden edistämisen YAMK opiskelija. Opiskelija oli kehittämiprojektin aikana työsuhteessa MIELI ry:ssä. Työnkuvaan kuuluivat asiantuntijatehtävät osaamiskeskustoiminnassa, jonka osana kehittämiprojekti tuotettiin. Kehittämiprojektissa hän vastasi projektipäällikön roolissa yleisen johtamisen, käsikirjan toteutuksen ja aikataulun lisäksi projektin seurannan, arvioinnin ja raportoinnin toteutumisesta (Hautala ym. 2012, 50, 118; Helsingin kaupunki 2022).

Kehittämiprojektille koottiin myös ohjausryhmä. Ohjausryhmä koostuu usein projektille keskeisistä rahoittaja- ja sidosryhmistä. Ohjausryhmän tehtävänä on valvoa projektin etenemistä ja tuloksia, ylläpitää tiedonkulkua keskeisten sidosryhmien ja projektin välillä molempiin suuntiin, sekä toimia projektipäällikön tukena projektin suunnittelussa ja johtamisessa (Helsingin kaupunki 2022). Vaikka pienissä projekteissa voidaan edetä myös ilman ohjausryhmää, koettiin tässä kehittämiprojektissa ohjausryhmän rooli keskeiseksi, jotta lopullinen tuotos vastaa kentän tarpeisiin ja jalkautuu osaksi toimintaa. Projektin valvomisen sijaan ohjausryhmän rooli oli kuitenkin enemmän konsultoiva. Säännöllisten, yhteisten tapaamisten sijaan ohjausryhmän jäseniä tavattiin erikseen kehittämiprojektin eri vaiheissa. Ohjausryhmä koostui seuraavista jäsenistä:

- MIELI ry:n asiantuntijat (3): tehtävänä varmistaa, että mielenterveyden edistämisen sisällöt ovat linjassa MIELI ry:n teoreettisten viitekehysten kanssa sekä varmistaa kehittämiprojektin pysyminen linjassa osaamiskeskustoiminnan rahoittajalle luvattujen tavoitteiden kanssa.

- Inton asiantuntijat (3): tehtävänä edistää kehittämissuorituksen lopputuotoksen jalkauttamista osaksi kentän toimijoiden arkea, sekä varmistaa tuotettavan käsikirjan noudattavan Inton viestinnällisiä linjauksia.

Ohjausryhmän rinnalla toiseksi keskeiseksi ryhmäksi muodostui projektiryhmä. Projektiryhmä koostuu toimijoista, joiden tehtävänä on toimia projektipäällikön apuna toteuttamassa projektin tavoitteissa asetettuja, käytännön toimenpiteitä (Helsingin kaupunki 2022). Projektiryhmä koottiin etsivän nuorisotyön ammattilaisista. Heidän kanssaan työskenneltiin yhteiskehittämisen menetelmien avulla, kirkastaen kehittämissuorituksen tavoitetta ja tekemällä tarvittavia rajoituksia sisältöihin. Lisäksi projektiryhmän tehtävänä oli toimia etsivän nuorisotyön kentän asiantuntijoina ja tarkastella käsikirjan sisältöjen toimivuutta osana etsivän nuorisotyön arkea.

## 4 Kehittämiprojektin teoreettiset lähtökohdat

### 4.1 Teoreettisen viitekehyksen kokoaminen

Perustelu käsikirjan tuottamiselle ja kehittämiprojektina tuotetun käsikirjan tietoperusta pohjautui kolmeen näkökulmaan: ajankohtaisista tutkimuksista esiin nousseet sisällöt; etsivän nuorisotyön ammattilaisista koostuvan projektiryhmän näkemykset; sekä MIELI ry:n osaamiskeskushankkeessa kerätty tieto kentän tarpeista muun muassa koulutusten yhteydessä.

Ajankohtaista tutkimusta lähestyttiin kahdesta lähtökohdasta:

1. Minkälaisia osaamistarpeita etsivän nuorisotyön ammattilaisilla on toiminnan piirissä olevien nuorten mielenterveyden tukemisessa?
2. Minkälaisia erityisiä mielenterveyden edistämisen tarpeita etsivän nuorisotyön palvelujen piirissä olevilla nuorilla on?

Tietoperustaa kartoitettiin sekä kansainvälisestä, että kansallisesta tutkimuksesta. Vastauksia edellä esitettyihin koottiin myös MIELI ry:n osaamiskeskushankkeen kokemuksista. Kerätyn tiedon pohjalta muodostettiin alustavat sisällöt, jotka toimivat yhteiskehittämisen pohjana.

Painopiste nuorten tilannetta ja etsivän nuorisotyön ammattilaisten osaamistarpeita käsittelevässä tiedonkeruussa oli Suomessa toteutetuissa tutkimuksissa, jotta tulokset kuvastaisivat mahdollisimman hyvin juuri sitä tilannetta, jonka äärellä etsivät nuorisotyöntekijät ovat Suomessa. Keskeisenä näiden tutkimusten toteuttajana toimivat Nuorisotutkimusseura ja Into -etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry.

Vaikka kouluterveyskyselyt ovat laajasti käytössä suomalaisten nuorten tilanteita tarkastellessa, eivät ne antaisi tässä kohtaa luotettavaa kuvaa, sillä kouluterveyskyselyt eivät edusta sitä kohderyhmää, jonka kanssa etsivän nuorisotyön ammattilaiset pääasiassa toimivat. Koska työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille ei ole kouluterveyskyselyä vastaavaa systemaattista ja säännöllistä hyvinvointikyselyä, saatiin tietoa yksittäisten,



toisistaan irrallisten tutkimusten ja hankkeiden kautta, sekä tarkastelemalla sosiaali- ja terveystalouden käyttöä. Lisäksi hyödynnettiin Inton suoraan etsivän nuorisotyön parissa oleville nuorille suunnattujen kyselyiden tuloksia, jotta lopullinen kehittämistuotos vastaisi mahdollisimman hyvin kohderyhmän tarpeita.

#### 4.2 Etsivän nuorisotyön ammattilaisten tarpeet nuorten mielenterveyden tukemisessa

Nuorten mielenterveyden ongelmien kasvua on tuotu esiin monissa kansainvälisissä julkaisuissa ja tutkimuksissa (ks. esim. WHO 2021; Octavius ym. 2020). Tilanne Suomessa vastaa kansainvälistä tutkimusta – mielenterveyden häiriöt muodostavat muun muassa suurimman syyn nuorten aikuisten pitkille sairauspoissaoloille. Esimerkiksi 16–34-vuotiaiden naisten kohdalla masennuksen perusteella maksettujen päivärahopäivien määrä on noin kaksinkertaistunut vuodesta 2005, sekä ahdistuneisuushäiriöiden perusteella maksettujen päivien määrä lähes viisinkertaistunut. (Blomgren & Perhoniemi 2022.) Depressiolääkkeistä korvausta saa 7,8 % 18–24-vuotiaista nuorista, kun vuonna 2016 luku on ollut 4,6 %. Myös kuntoutuspsykoterapiaan tukea saavien 16–24-vuotiaiden määrä on noussut ja vuonna 2021 yli 15 000 nuorta sai Kelan tukea kuntoutuspsykoterapiaan. (Valtion nuorisoneuvosto 2023, 12.) MIELI ry:n oma, IROResearch Oy:n toimesta osana Tuhat suomalaista -tutkimusta toteuttama tutkimus puolestaan toi esiin, että pitkittynyt koronapandemia ja maailman tilanteen epävarmuus heijastuivat erityisesti nuorten aikuisten vastauksissa. Tulevaisuuden epävarmuus kuormitti 66 % (vuonna 2021 tulos oli 47 %), 64 % on kokenut uupumusta ja 68 % masennusta tai ahdistusoireita. (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2022.) Inton keväällä 2020 toteuttamassa kyselyssä 56 % etsivän työn nuorista kertoi kokeneensa koronaepidemian lisänneen ahdistusta, mielenterveysongelmia, sosiaalisten kohtaamisten vähäisyyttä ja yksinäisyyttä (Kinnunen 2020).

Tyypillisimmillään etsivä nuorisotyöntekijä työskentelee 16–20-vuotiaan, joko työttömän, keskeyttämisaarassa olevan tai jo opinnot keskeyttäneen

opiskelijan, sosiaaliturvan varassa elävän, tai palveluiden ulkopuolella olevan nuoren kanssa. Pääsääntöisin tuen muoto on keskustelutuki, jossa mielenterveyden teemat ovat yksi yleisimmistä teemoista. (Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, d.) Tässä kohderyhmässä mielenterveyden teemojen käsittely on keskeistä, sillä koulutuksen ja työelämän ulkopuolella oleminen ja syrjäytyminen muodostavat riskin mielenterveyden ongelmille (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Me-Säätiö 2018). On myös huomioitava, että sama toimii myös toisinpäin – mielenterveysdiagnoosin nuorena saaneet ovat nuorena aikuisena usein koulutuksen ja työelämän ulkopuolella (Ringbom 2021). Näin ollen tässä kohderyhmässä on keskeistä lisätä myös tietoutta mielenterveyden häiriöistä, vähentää stigmaa ja tukea avun hakemisessa.

Vaikka yllä on tuotu esiin lukuja, on kuitenkin huomioitava, että pelkkien mielenterveystilastojen tarkastelu ei toimi suoraan validina nuorten mielenterveyden tilan mittarina, vaan nostaa yhtäläisesti esiin hoitoon hakeutumisen ja pääsyn tilannetta (Gretschel & Myllyniemi 2017, 5). Yhteiskunnallisessa keskustelussa on noussut toistuvasti esiin mielenterveyspalvelujen puute, joka kohdistuu erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten tarvitsemiin palveluihin. Yhtenä esimerkkinä voidaan nostaa lapsi- ja nuorisopsykiatrian (alle 23 v.) kiireettömän hoidon hoitotakuu, joka on ollut voimassa vuodesta 2001. Sen mukaan tarpeen mukainen hoito tulee tarjota kolmen kuukauden kuluessa. Tosiasiassa vuonna 2021 330 lasta tai nuorta oli odottanut yli 90vrk. (Valtion nuorisoneuvosto 2023, 12–13.)

Erityisen haastava ajanjakso erilaisten palveluiden, myös mielenterveyspalvelujen saatavuudelle on siirtymävaihe aikuisten palveluihin, jolloin nuori putoaa pois alaikäisille tarkoitetuista palveluista. Tämä on ristiriidassa mielenterveyden häiriöihin liittyvän pysyvän ja vahvan tuen tarpeen kanssa. Tilanne on haastava erityisesti koulutuksen ja työelämän ulkopuolella oleville nuorille, joilla ei ole opiskelija- tai työterveydenhuoltoa.

Aluehallintoviraston (2022) kyselyssä 97 % etsivän nuorisotyön ammattilaisista kertoi tekevänsä yhteistyötä mielenterveyspalvelujen kanssa, 80 % muiden sosiaalipalveluiden ja 89 % terveystoimen kanssa. Kokemus yhteistyön

sujuvuudesta oli kuitenkin koettu kaikkien kanssa vain keskiverroksi (3,2–3,4/5). (Aluehallintovirasto & Opetus- ja kulttuuriministeriö 2022.) Palvelupuutteet tuodaan esiin myös Aluehallintoviraston vuosittaisessa etsivän nuorisotyöntekijöiden valtakunnallisessa kyselyssä, jossa useampi vastaaja tuo esiin haasteet mielenterveyspalveluihin ohjaamisessa (Bamming & Hilpinen 2020, 30–32).

Nuorisotutkimusseuran ja THL:n Nuoret luukulla –tutkimuksen mukaan syrjäytyneillä nuorilla on muita nuoria enemmän mielenterveyden häiriöitä (Aaltonen, Berg & Ikäheimo 2015, 25). Palvelut eivät kuitenkaan kohtaa sellaisten nuorten tarpeita, joilla on heikentynyt toimintakyky. Erityisen huolestuttava on niiden 18–25-vuotiaiden nuorten aikuisten tilanne, joilla on tarvetta elämänhallinnan taitojen opettelulle, mutta jotka eivät hakeudu palveluiden piiriin (Jalonen ym. 2024). Haasteena on palvelujen toimintaluonne – nuoren on oltava aktiivinen saadakseen palveluita, mutta syrjäytyneillä nuorilla on tähän muita heikommin sosiaalisia, aineellisia tai mielenterveydellisiä voimavaroja. Vaatimus omasta aktiivisuudesta voi olla merkittävä este mielenterveyden palveluihin pääsemisessä tai niissä pysymisessä. (Marttunen & Haravuori 2015, 92.) Kyse ei siis ole vain palveluiden vähyydestä, vaan niiden saavutettavuuden haasteista.

Palvelupuutteet ja erityiset haasteet tässä kohderyhmässä on huomattu myös Sosiaali- ja terveysministeriössä, joka johtaa yhdessä THL:n kanssa vuosina 2020–2022 NEET-nuorten mielenterveys- ja päihdepalveluiden kehittämishanketta (NEET – eng. not in employment, education or training). Hankkeen tavoitteina on uudistaa sisällöllisesti ja toiminnallisesti nuorten mielenterveyspalveluita osana kansallista mielenterveysstrategiaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021.)

Kun mielenterveys- sosiaali- ja terveyspalveluihin ohjauksessa tai yhteistyössä on haastetta, kasautuu nuoren tukemisen painetta yhä enemmän etsivän nuorisotyön ammattilaisen harteille. Mielenterveyden ongelmien lisääntymiseen ja palveluiden saatavuuteen liittyvät haasteet näkyvät myös etsivän nuorisotyön ammattilaisten osaamisvaatimuksissa. Esimerkiksi Pohjois-Suomen etsiville

teetetyssä kyselyssä yli 60 % vastaajista koki, että mielenterveyden tukemiseen liittyvälle lisäkoulutukselle on joko tarve tai suuri tarve (Hietala 2021, 18–19.)

Edellä mainitut huomiot tukivat myös kehittämisprojektin toteutusta, sillä valmistuttuaan käsikirjan oli tarkoitus vastata sekä sisällöllisiin osaamistarpeisiin, että toimia yhtenä ratkaisuna koulutuspuutteisiin ja rajaamisen haasteisiin.

#### 4.3 Etsivän nuorisotyön toiminnoissa olevien nuorten mielenterveyden edistämisen erityiset tarpeet

Käsikirjan sisältöjen rajaamisessa haluttiin tarkastella mielenterveyttä ja sen edistämistä kohdennetusti, keskittäen käsikirjan sisältöjen teoreettinen tiedonhaku etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten mielenterveyttä tarkasteleviin tutkimuksiin. Tällä tavoin oli mahdollista saada selville juuri niitä tarpeita, joita tämän kohderyhmän parissa työskentelevät ammattilaiset kohtaavat.

Tiedonhakua tehtiin ajankohtaisista tutkimuksista, joissa nousi esiin muun muassa koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten puutteelliset kyvyt mielenterveyden lukutaidossa ja kokemukset nähdyksi tulemisesta ensisijaisesti kielteisten ominaisuuksien kautta (ks. esim. Gretschel & Myllyniemi 2017, 65; Paakkari ym. 2019, 923). Koska edellä mainitut kokemukset vaikuttavat nuorten hyvinvointiin merkittävästi, haluttiin käsikirjaan kartoittaa myös tietoa sellaisesta käyttäytymisen muutosteoriasta, joka olisi etsivään nuorisotyöhön sopiva, mielenterveyttä edistävä ja nuoren muutosmotivaatiota kasvattava (Absetz & Hankonen 2011, 2271).

Tiedetään, että koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevilla nuorilla on kohonnut riski syrjäytymiseen ja mielenterveyden ongelmiin (Terveystieteiden tutkimuskeskus & Me-Säätiö 2018). Usean vuoden syrjäytyneenä olleista nuorista 60 % käyttää jotain psyykenlääkettä (Aaltonen ym. 2015, 2). Lisäksi etsivän nuorisotyön piirissä olevilla nuorilla tiedetään myös olevan usein erilaisia traumataustoja (ks. esim. Parkkila & Poutiainen 2023, 24; Haukipuro

ym. 2019; THL & Me-säätiö 2018). Samoin näillä nuorilla on myös usein haasteita omien luontevahvuuksien tunnistamisessa sekä kielteinen minäkuvan kokemus (ks. esim. Simonen 2019, 22–24; Setälä 2014, 63).

Nuorten erityisiä kokemuksia ja tarpeita koskevan tiedonhaun tuloksena käsikirjaan päädyttiin sisällyttämään läpileikkaaviksi viitekehyksiksi mielenterveyden lukutaito, myönteinen tunnistaminen ja motivoiva haastattelu. Lisäksi tunnistettiin kolme etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten mielenterveyden kannalta keskeisintä aihealuetta; toipumisorientaatio, traumatietoisuus ja luontevahvuusajattelu.

#### 4.3.1 Mielenterveyden lukutaito

Kehittämiprojektin ja siinä tuotettujen käsikirjan sisältöjen taustateorianäkökulma laajempaan terveyden lukutaidon määritelmään. Kuten terveyden lukutaidon määritelmä, myös mielenterveyden lukutaidon määritelmä on muuttunut ja kehittynyt yhteiskunnallisen keskustelun painopisteen siirtyessä ongelmakeskeisestä terveystieteestä terveyden edistämisen viitekehukseen. Mielenterveyden lukutaitoon ymmärretään tänä päivänä kuuluvan neljä osa-aluetta: ymmärrys mielenterveyttä lisäävistä ja ylläpitävistä tekijöistä; ymmärrys mielenterveyden ongelmista ja hoidosta; mielenterveyden ongelmiin liittyvän stigman vähentäminen; sekä avun hakemisen tukeminen. (Kutcher ym. 2016, 154–155.) Kuten aiemmin on esitetty, on etsivän nuorisotyön piirissä olevilla nuorilla suurempi riski mielenterveyden ongelmille, sekä enemmän mielenterveyden häiriöitä. Jo näillä perusteilla voidaan ajatella, että mielenterveyden lukutaitoon panostamiselle on perusteet.

Lisää perusteita saadaan terveyden lukutaitoa koskevista tutkimuksista, joissa on todettu terveyden lukutaidon olevan korkeampi niillä nuorilla, jotka pärjäsivät hyvin koulussa ja joilla oli aikomus jatkaa opintoja toisen asteen opintojen jälkeen (Paakkari ym. 2019, 920). Mielenterveyden lukutaidon ja terveyden lukutaidon välillä voidaan tunnistaa merkittävä yhteys – mitä alhaisempi

terveyden lukutaito on, sitä alhaisempi näyttää olevan myös mielenterveyden lukutaito. Myös opiskelu, sosiaalinen tuki ja osallisuuden kokemus ovat yhteydessä mielenterveyden lukutaitoon. Vahvin yhteys näyttää olevan kuitenkin terveyden lukutaidolla, sosiaalisen tuen ollessa toiseksi merkittävin tekijä. Opinnoissa korkeampi koulutustaso korreloi vahvemman terveyden lukutaidon lisäksi myös mielenterveyden lukutaidon kanssa. (Lee ym. 2020, 397–398.)

Mielenterveyden lukutaidon vahvistamisen toimenpiteitä tulisikin keskittää niiden nuorten pariin, joilla on heikompi koulumenestys, tai joilla ei ole aikeita siirtyä jatko-opintoihin (Paakkari ym. 2019, 923). Kuten aiemmin on todettu, tämä on juuri se kohderyhmä, joka näyttäytyy keskeisenä etsivän nuorisotyön palveluissa.

Useat tutkimukset osoittavat, että nuorten mielenterveyden lukutaitoa on mahdollista vahvistaa erilaisten, nuorille suunnattujen interventioiden avulla. Näiden interventioiden kautta voidaan vaikuttaa muun muassa nuorten avun hakemiseen. (Seedaket ym. 2020, 1055–1056; Rafal ym. 2020, 284–285.) Neljästä osa-alueesta suurin osa nuorille suunnatuista mielenterveyden lukutaidon interventioista on keskittynyt tiedon jakamiseen mielenterveyden häiriöistä, tai stigman vähentämiseen. On kuitenkin esitetty, että tulevaisuudessa sekä tutkimuksissa, että interventioissa olisi tärkeä korostaa nuorten ymmärrystä mielenterveyttä edistävästä tekijöistä. (Nobre ym. 2021, 1.)

Kuten terveyden lukutaitoa, myös mielenterveyden lukutaitoa tulee tarkastella suhteessa kontekstiin. Mielenterveyden lukutaidon teoria tulee viedä käytäntöön huomioiden kenelle (esim. ikäryhmä) ja missä (esim. ympäristö) lukutaidon käsitettä lähdetään käsittelemään ja implementoimaan osaksi toimintaa. Keskeistä on myös integroida käsite osaksi sosiaalisia ja organisaatiotason rakenteita. (Kutcher ym. 2016, 154–155.)

Jotta nuorten mielenterveyden lukutaitoa voidaan parantaa, on heitä kohtaavilla aikuisilla oltava ensin riittävä ymmärrys mielenterveyden lukutaidon eri osa-

alueista. Tästä syystä mielenterveyden lukutaito valittiin käsikirjan sisältöjä läpileikkaavaksi viitekehikseksi.

#### 4.3.2 Myönteinen tunnistaminen

Gretschelin ja Myllyniemen (2017) nuorten syrjäytymisen kokemuksia kartoittavassa tutkimuksessaan eräs vastaajista kuvaa syrjäytymisen tilannettaan näin: *"En koe olevani syrjäytynyt, mut ihmiset pitävät syrjäytyneenä, koska en ole missään toiminnassa. Tämä vaikuttaa fiilikseen."* (Gretschel & Myllyniemi 2017, 65). Nuoren kertoma on kuvaava esimerkki siitä, miten ympäröivän yhteisön tai yhteiskunnan tapa nähdä yksilö vaikuttaa omaan tunnemaailmaan. Jatkuessaan pitkään, on mahdollista, että nuori alkaa nähdä itsekin itsensä syrjäytyneenä.

Myönteinen tunnistaminen on työote, jossa keskeisinä kysymyksinä ovat ”kuka sinä olet?” ja ”mikä on sinulle tärkeää?” (Kallio 2018). Työote perustuu kansalaisuus- ja demokratiatutkimukseen ja tunnustussuhdeteoreettiseen ajatteluun ja keskeisenä tavoitteena on toimijuuden vahvistaminen. Myönteisen tunnistamisen työote voidaan jakaa edelleen kolmeen ulottuvuuteen: tutustumiseen, tunnustamiseen ja tukemiseen. Ulottuvuudet eivät ole jatkumo, vaan jokaisella on oma keskeinen tehtävänsä. (Korkiamäki ym. 2016, 9; Kallio 2020, 20–21.)

Myönteinen tunnistaminen on erityisen keskeinen toimijuutta – ja siten mielenterveyttä – edistävä tekijä sellaisten nuorten kohdalla, joilla on epäonnistumisten värittämiä kokemuksia institutionaalisista tukitoimista. Se auttaa näkemään nuoren yksipuolisen, institutionaalisen määrittelyn sijaan vahvuuksien ja voimavarojen kautta. Myönteisen tunnistamisen kautta nuorilla on mahdollisuus vuorostaan olla osajia ja toimijoita. (Korkiamäki ym. 2016, 9, 29; Kallio 2020, 24.) Tällöin nuorten oma elämäkokemus ja tieto muuttuu voimavaraksi. Tämä on keskeistä erityisesti etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten parissa, joilla on toistuvia kokemuksia siitä, että he eivät ole tulleet kuulluiksi tai nähdyiksi eri yhteiskunnan palveluissa. Luottamuksen

palautuminen vaatii toistuvia, myönteisiä, kuulluksi ja tuetuksi tulemisen kokemuksia. (Setälä 2014, 63.)

Tunnustetuksi tulemisen keskiössä on vuorovaikutus, nuoren oma asiantuntijuus omasta elämästään, vastavuoroisuus sekä kokemus nähdyksi, kuulluksi ja arvostetuksi tulemisesta (Korkiamäki ym. 2016, 16; Kallio 2020, 16). Jotta luottamuksellinen suhde voi rakentua, tulee olla jaettu ymmärrys nuoren tilanteesta. Vain näin saadaan aito ymmärrys siitä, kuka nuori on ja missä asioissa hän haluaa ja tarvitsee tukea. Ilman ennakko-oletuksia lähtevän tutustumisen ja ymmärryksen pohjalle rakentuvan tunnustamisen ja kohtaamisen tavoitteena on nuoren voimaantuminen ja tila nuoren omalle kokemustiedolle. (Kallio 2015, 98–99; Kallio 2020, 23; Mettinen 2020, 30, 40; Stenvall ym. 2015, 50.)

Myönteisen tunnistamisen sisällöt ovat keskeisiä nuoren toimijuuden ja mielenterveyden välisen yhteyden vuoksi. Lisäksi ne ovat lähellä motivoivan haastattelun ja etsivän nuorisotyön nuorisotyöllisen työotteen periaatteita.

#### 4.3.3 Käyttäytymisen muutosteoria: Motivoiva haastattelu

Käsikirjan suunnittelun ja sisältöjen taustalla on ajatus etsivän nuorisotyöntekijän toteuttamista terveyskäyttäytymisen muutosinterventioista, eli toimenpiteistä, joilla pyritään muuttamaan nuoren terveyskäyttäytymistä (Hankonen & Linnansaari 2019, 90). Käyttäytymistieteisiin perustuvien terveyden edistämisen hankkeiden kautta on tutkitusti mahdollisuuksia toteuttaa vaikuttavia, onnistuneita yksilötason käyttäytymisenmuutoksia (Koivisto ym. 2017, 22). Kehittämiprojektiin valittuna käyttäytymisenmuutosteoriana toimii motivoiva haastattelu (kuva 1).



Käyttäytymisen muuttamisen keskeiset teoriat tai teoriaan perustuvat mallit.		
Teoria tai teoriaan perustuva malli	Keskeiset väittämät	Keskeiset tekniikat
Motivoiva haastattelu, Itsemääräytymisteoria	Ihmisen oma rooli motivaation synnyttämisessä ja ylläpidossa on keskeinen. Potilaan rooli vahvistuu, kun ohjaussuhde on luottamuksellinen ja ammatillainen hyväksyy muutostarinnan. Tehokkaimpia ovat ohjaustavat, jotka tukevat potilaan autonomian kokemusta.	1) Motivoivat vuorovaikutustavat (aktiivinen kuuntelu, avoimet kysymykset, reflektio ja yhteenvedot), 2) muutostarinnan käsittely ja muutospuheen tukeminen, 3) sitoutumisen vahvistaminen, 4) tavoitteiden asettaminen ja 5) keinojen vahvistaminen

Kuva 1. Motivoiva haastattelu (Absetz & Hankonen 2011, 2271).

Etsivä nuorisotyö perustuu nuorisotyölliseen lähtökohtaan, jossa nuori ja työntekijä ovat tasa-arvoisia ja toiminta on vapaaehtoista. Toiminta ei perustu lomakkeisiin tai arviointeihin, vaan keskiössä on tasavertainen, nuorta kunnioittava keskustelu, jossa nuori on oman elämänsä asiantuntija. (Paananen, Piironen & Uusitalo 2022, 7–8.) Motivoivassa haastattelussa on samansuuntaisia elementtejä, kuten vahva painotus yhteistyöllisestä vuorovaikutuksesta, sekä nuoren oma muutostarpeen tunnistaminen (Absetz & Hankonen 2011, 2271). Moni etsivän nuorisotyön piiriin tuleva nuori kaipaa myös tukea erityisesti motivaation herättelyssä ja omaa hyvinvointia tukevien ratkaisujen tekemiseen sitoutumisessa, joihin motivoiva haastattelu toimii erityisen hyvin.

Motivoivan haastattelun malli avataan lyhyesti käsikirjassa, mutta se toimii myös läpileikkaavana työotteena ja selkärankana jokaisessa käsikirjan eri osiossa. Se on perusteltu lähestyminen, sillä se ei vaadi suuria resursseja henkilöstöltä, mutta on silti vaikuttava, kaikkiin elämäntapoihin ja eri kohderyhmille soveltuva terveyden edistämisen menetelmä (Absetz & Hankonen 2011, 2265).

Nuorten hyvinvoinnin osa-alueissa – kuten esimerkiksi arjen mielenterveyttä edistävässä valinnoissa tukeminen ja motivointi ei kuitenkaan onnistu, ellei työntekijä ensin itse ymmärrä mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä ja osaa

avata niitä nuorelle hänen ymmärtämällään tavalla. Motivoiva haastattelu kytkeytyykin muihin käsikirjaan valittuihin, keskeisiin tieto-osuuksiin.

#### 4.3.4 Toipumisorientaatio

Koska tutkimuksesta nousi esiin mielenterveyden häiriöiden yleisyys etsivän nuorisotyön piirissä olevilla nuorilla, tuli tämä huomioida myös käsikirjan sisällöissä (ks. esim. Aaltonen ym. 2015, 2; Terveystieteiden tutkimuskeskus & Me-Säätiö 2018). Käsikirjan teoreettisena viitekehyksenä mielenterveyden häiriötä sairastavien nuorten tukemisessa käytetään toipumisorientaatiota. Toipumisorientaatiossa pyritään sellaiseen ajatteluun ja toimintaan, joka johtaa hyvään, tyydytystä tuovaan elämään huolimatta psyykkisestä sairaudesta ja sen tuomista rajoituksista. Toipumisorientaatio rakentuu seuraavien teemojen ympärille: kumppanuus, toivo ja optimismi, identiteetti, elämän tarkoitus ja voimaantumisen. Työskentelyssä toipumisorientaation kautta painotetaan voimavaroja, osallisuutta, toivoa, merkityksellisyyttä ja positiivista mielenterveyttä. (Nordling 2018, 76–78; Nordling & Rissanen 2020, 3.)

Erityisen keskeinen – ja käsikirjan sisällöissä vahvasti painottuva – sisältö toipumisorientaatiossa on toiveikkuuden tukeminen. Erityisesti hyvinvoinnin matalimmilla tasoilla merkittävin elämäntyytyväisyyteen vaikuttava tekijä on odotus tulevaisuudesta (Kallunki & Lehtonen 2012). Toiveikkuuteen liittyy vahvasti myös optimismi, joka lisää elämäntyytyväisyyttä erityisesti nuorilla, joilla on turvattomuutta muun muassa terveyden tai toimeentulon kanssa, tai jotka kokevat yksinäisyyttä tai epävarmuutta (Myllyniemi 2016, 87).

Suomessa toipumisorientaation toimintaperiaatteita noudatetaan lähinnä psykiatrian puolella, vaikka niiden sisällöt tukevat jokaisen mielenterveyttä huolimatta lähtötilanteesta. Näin ollen niiden vieminen myös muille kentille – kuten kouluihin ja koko sote-sektorille – olisi tärkeää. (Nordling, 2022.) Tämän näkökulman tuominen on tärkeää myös käsikirjassa, jotta sisällöissä ei vahingossa vahvisteta sitä olettamusta, että jokaisella etsivän nuorisotyön piirissä olevalla nuorella olisi mielenterveyden häiriö. Toipumisorientaation

sisällyttäminen tukee samalla myös etsivän nuorisotyön mielenterveyden ongelmia ennaltaehkäisevää luonnetta.

#### 4.3.5 Traumatietoisuus

Traumatietoisuudella tarkoitetaan ymmärrystä vaikeiden ja traumatisoivien elämäkokemusten vaikutuksesta ihmisen elämään ja niihin suhtautumista inhimillisesti ja myötätuntoisesti (Matikka 2020, 124). Traumatisoitumista voivat aiheuttaa järkyttävien tapahtumien lisäksi esimerkiksi pitkäaikainen laiminlyönti, tai kokemus että ei ole tullut nähdyksi tai kuulluksi (Peltoniemi & Sarvela 2020).

Traumatausta voi vaikuttaa ihmisen fyysiseen, kognitiiviseen, sosiaaliseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin sekä vuorovaikutuksen laatuun. Se voi näyttäytyä myös asioiden hallinnan puutteina, heikkona opintomenestyksenä tai käytöshäiriöinä. (Doughty 2020, 66–68.)

Riittävä traumatietoisuus on keskeistä etsivässä nuorisotyössä tapahtuvissa kohtaamisissa. Parkkilan ja Poutiaisen (2023) katsauksessa neljä viidestä matalan kynnyksen tuen ohjausjaksolle osallistuneesta, koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevasta nuoresta raportoi kokeneensa kiusaamista (Parkkila & Poutiainen 2023, 24). Kiusaamiskokemusten on koettu olevan huomattava hyvinvointia heikentävä ja ulkopuolisuutta lisäävä tekijä (Simonen 2019, 22).

Etsivän nuorisotyön piirissä olevilla nuorilla on myös taustallaan kiusaamisväkivallan lisäksi ”keskivertonuoria” enemmän lapsuuden ja nuoruuden elinolosuhteisiin ja kasvuympäristöön kohdistuvia, hyvinvointiin vaikuttavia riskitekijöitä. Lapsuuden elinolosuhteet sekä vanhempien haavoittuva asema ovat merkittäviä riskitekijöitä lasten ja nuorten syrjäytymiskehitykselle ja syrjään jäämiselle aikuisuudessa, sekä terveyden ja hyvinvoinnin kokemukselle. (Haukipuro ym. 2019; THL & Me-säätiö 2018.)

Lapsuuden aikaiset haitalliset kokemukset lisäävät psyykkisten häiriöiden, kuten masennuksen, psykoottisten häiriöiden ja persoonallisuushäiriöiden riskiä. Niillä

on myös yhteys oppimisvaikeuksiin sekä erityisesti aikuisiässä näyttäytyvään haitalliseen suhtautumiseen itseen, muihin ja ympäröivään maailmaan. (Burke 2019, 208–209, 254–258.)

Traumatietoisuus koettiin keskeiseksi käsikirjan sisällöksi, jotta työntekijöillä olisi mahdollisuus ymmärtää nuoren mahdollisia lähtökohtia paremmin ja ottaa ne huomioon työskentelyssä.

#### 4.3.6 Luontevahvuusajattelu

Monella koulutuksen ja työelämän ulkopuolella, tai syrjäytyneellä nuorella on taustalla kokemusta ulkopuolisuudesta tai kokemus yksinpärjäämisen vaatimuksesta (ks. esim. Simonen 2019, 22–24). Pitkään jatkuneet kokemukset yksinpärjäämisen vaatimuksesta voivat saada nuoren tuntemaan, että hän ei ole arvokas, tai ei ansaitse hyvää kohtelua (Setälä 2014, 63).

Samaa kokemusta voi vahvistaa myös kokemus yksinäisyydestä. Etsivän nuorisotyön piirissä olevien nuorten kokemukset yksinäisyydestä ovat huomattavasti yleisempiä kuin samanikäisten nuorten keskimäärin (Gretschel & Myllyniemi 2017, 13). Nuorisobarometrin erillisnäytteessä 57 % NEET-nuorista (Not in Employment, Education or Training) kokee syrjäytymisen syyksi ystävien puutteen (Gretschel & Myllyniemi 2019). Sama nousee esiin myös nuorten omissa puheenvuoroissa (Myllyniemi 2015, 218). Myös tutkimuksesta tiedetään yksinäisyyden sekä syventävän syrjäytymistä että olevan merkittävässä määrin sen seuraus (Lehtonen & Kallunki 2013, 136–137).

Lisäksi taustalla voi olla negatiivisia kokemuksia koulumaailmasta, jossa on keskitytty haasteisiin, osaamattomuuteen ja ongelmiin (Gretschel & Myllyniemi 2020, 58–60; Pikkarainen ym. 2021, 67). Myös saadakseen monia yhteiskunnan palveluita, kuten sosiaali- tai terveystalvueluita, tulee omaa tilannetta lähestyä ongelmien kautta. Vahvuuksiin keskittyminen tarjoaakin nuorelle mahdollisuuden nähdä itsensä arvokkaana ja kääntää nuoren mahdollisesti aiempien kokemusten väriltämää, kielteistä kuvaa itsestään myönteisemmäksi.

Luonteenvahvuusajattelun taustalla on Martin Seligmanin ja Christopher Petersonin tutkimustyöhön pohjautuva positiivisen psykologian teoria universaaleista hyveistä ja hyvän luonteen ominaisuuksista, sekä VIA Institute on Characterissa tehty, yhtä lailla Seligmanin ja Petersonin tutkimukseen pohjaava VIA-vahvuusluokittelu (Peterson & Seligman 2004, 3).

Luonteenvahvuudet linkittyvät Seligmanin positiivisen psykologian PERMA-teoriaan, vahvistaen sen jokaista osa-aluetta, eli myönteisiä tunteita, innostusta, ihmissuhteita, merkityksellisyyden kokemusta ja kyvykkyyttä (Seligman, 2011, 16–20). Luonteenvahvuudet suojaavat myös vastoinkäymisten ja stressin negatiivisilta vaikutuksilta ja vahvistavat resilienssiä, eli kykyä selviytyä vastoinkäymisistä. Tietoisuus omista vahvuuksista auttaa kiinnittämään huomion voimavaroihin, kun kaikki ei ole hallinnassa ja lisäksi ne tukevat ihmisen perustarpeita, eli kyvykkyyttä, autonomiaa ja yhteisöllisyyttä. (Peterson & Seligman 2004, 3.)

Luonteenvahvuuksia voi ali- tai ylikäyttää. Ali- ja ylikäytöllä on tutkimuksissa huomattu olevan vastoinkäymisten kohdalla linkitys negatiivisiin selviytymiskeinoihin ja tunnetiloihin, kuten avusta kieltäytymiseen ja pyrkimykseen selviytyä yksin, kun taas optimaalinen vahvuuksien käyttö tukee positiivisia selviytymiskeinoja kuten muihin tukeutumista, ja yleisesti myös resilienssiä (Kamushadze & Martskvishvili, 2021). Ali- ja ylikäyttö linkittyy myös erilaisiin mielenterveyden häiriöihin, kuten ahdistuneisuushäiriöihin ja sosiaalisten tilanteiden pelkoon (Niemic 2019, 8).

Suomalaisessa, nuorten luonteenvahvuuksien ja mielenterveyden väliseen yhteyteen keskittyvässä tutkimuksessa todettiin, että mitä vahvempi nuoren kokemus on siitä, että hänen luonteenvahvuutensa ja kompetenssissa tunnustetaan, sen vahvempi oli koettu positiivinen mielenterveys.

Luonteenvahvuuksilla, itsetunnolla ja osallisuudella saattaa myös olla vahvempi merkitys nuoren mielenterveydelle kuin perheen sosioekonomisella taustalla. (Ahrnberg, ym. 2021, 361.)

## 5 Kehittämiprojektin toteutus yhteiskehittämisen menetelmin ja kehittämisen tulokset

### 5.1 Kehittämiprojektin toteutus yhteiskehittämisen menetelmin

Kehittämiprojekti koostui kahdesta, rinnakkain kulkevasta osasta: sisällöt etsivän nuorisotyön ammattilaisille suunnattuun käsikirjaan, sekä käsikirjan rakenteen suunnittelu. Molempiin kerättiin taustatietoa ajankohtaisesta tutkimuksesta ja MIELI ry:n osaamiskeskushankkeen kokemuksista. Lisäksi sisältöjä kehitettiin yhdessä projektiryhmän kanssa yhteiskehittämisen menetelmällä.

Yhteiskehittämisessä tarkoitus on osallistaa kohderyhmät mukaan kehittämiseen ja arviointiin (Kostilainen ym. 2020, 41). Tavoitteena on varmistaa kehitettävien toimintojen vastaavan kohderyhmien tarpeisiin ja se soveltuu erityisesti kompleksisiin kehittämishaasteisiin. Yhteiskehittämisen avulla on mahdollista hyödyntää kohderyhmien asiantuntijuutta ja huomioida sieltä nousevat tarpeet kehittämiselle. (Mansbridge 2015, 39.)

Kehittämiprojektissa haluttiin korostaa projektiryhmän roolia, sillä kehitettyyn ratkaisuun liittyvien keskeisten toimijoiden sitouttaminen jo alussa yhteisen kehittämisen kautta tukee kehitetyn toiminnan – tässä tapauksessa käsikirjan sisältöjen – juurtumista (Koivisto ym. 2017, 13). Näin kehitettävä asia muodostuu toimijoiden yhteiseksi asiaksi, eikä kehittämistyö ole sen kohderyhmistä irrallinen prosessi. Samalla tuetaan arviointia ja varmistetaan että kehittäminen vastaa juuri niihin toteuttamisympäristön tarpeisiin, joihin ratkaisua on tarkoitus juurruttaa. (Pohjola ym. 2014, 21.)

Yhteiskehittäminen koettiin keskeiseksi toimintatavaksi, jolla on mahdollista varmistaa sisältöjen vastaavuus suhteessa etsivän nuorisotyön erityisiin osaamistarpeisiin. Tällöin sisällöt eivät jää ylätasolle ja etäisiksi. Yhteisen kehittämisen myötä osallistujille muodostuu sisältöihin myös omistajuutta ja näin edesautetaan niiden leviäminen ammattiryhmän pariin. Tästä samasta syystä

projektissa pidettiin tiivistä yhteistyötä Inton asiantuntijoihin. Etsivän nuorisotyön asiantuntijaorganisaationa heillä oli merkittävä rooli valmiin käsikirjan jalkauttamisessa kentän toimijoille.

Koska kehittämisprojekti toteutettiin osana MIELI ry:n osaamiskeskushankkeen toimintaa, tuli aikataulussa huomioida myös MIELI ry:n tarpeet.

Kehittämisprojektille luotiinkin erillinen aikataulu yhteistyön sujuvoittamiseksi (LIITE 1). Koska kehittämisprojektin tavoitteena oli vaikuttaa työn tekemisen tapoihin, eikä toimia vain irrallisena materiaalina, määriteltiin sille jo suunnitteluvaiheessa myös juurruttamistoimenpiteet sekä MIELI ry:n toimesta, että osana Inton toimintaa.

Toteutettava kehittämisprojekti sisälsi toiminnallisuudestaan huolimatta tutkimuksellisia elementtejä, eli käsitteellisesti se edustaa tutkimuksellista kehittämistoimintaa. Se nojautuu tutkimuksellisiin käsitteisiin, niiden määrittelyyn ja käytön ymmärtämiseen osana kehittämistyötä, mutta eroaa tieteellistä tutkimuksesta, joka noudattaa aina sille määriteltäviä, tiukkoja sääntöjä ja vaatimuksia. (Salonen 2013, 9–12.) Kehittämisprojektin suunnittelussa haluttiin korostaa kehittämishankkeiden kompleksisuutta valitsemalla perinteisesti kehittämishankkeita kuvaavan, liialliseen suoraviivaisuuteen kallistuvan lineaarisen mallin sijaan spiraalimalli. Spiraalimallissa tunnistetaan kehittämistoiminnassa mukana olevien toimijoiden rooli, sekä yksilölliset tiedot, taidot ja tunteet, sekä toiminnan inhimilliset, sosiaaliset ja kulttuuriset piirteet. Malli korostaa jatkuvaa arviointia, toimenpiteiden uudelleensuuntaamista ja tarkentamista, sekä yhteisöllisyyttä ja asioiden tarkentumista työskentelyn kuluessa. (Salonen 2013, 13–20.)

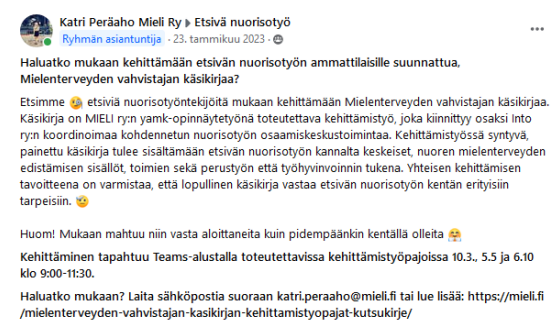
#### 5.1.1 Projektiryhmän rekrytointi

Projektiryhmän tavoitekokoksi asetettiin viidestä kahdeksaan henkilöä. Pienellä ryhmäkoolla haluttiin varmistaa, että jokainen osallistuja saa tasavertaisesti äänensä kuuluviin. Ryhmän koko oli kuitenkin samalla riittävän suuri siihen, että sen työskentely ei katkea, mikäli joku on poissa tapaamisista. Jäsenet pyrittiin

kokoamaan niin että mukana oli sekä vasta etsivään nuorisotyöhön siirtyneitä että pidempään alalla olleita. Lisäksi ryhmään haluttiin eri koulutustaustasta tulleita, maantieteellinen kattavuus huomioiden. Näillä seikoilla pyrittiin tuomaan yhteiseen työskentelyyn mahdollisimman kattavasti eri näkökulmia, jotta lopullinen tuotos vastaisi kentän erilaisiin tarpeisiin.

Koska lopulliseen käsikirjaan haluttiin sisällyttää myös työpajatoiminnan näkökulmaa kehittämisprojektista irrallisena, MIELI ry:n omana asiantuntijatyönä, päädyttiin siihen, että mukaan projektiryhmään otetaan myös työpajatoimijoita. Näin kehittämisprojektissa toteutettava tiedonkeruu hyödyttäisi samalla koko kokonaisuutta. Etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan kohderyhmissä on myös hyvin samankaltaisia elementtejä, joten tiedonkeruu työpajatoimijoilta tukisi samalla myös kehittämisprojektin osuutta.

Projektiryhmän osallistujia rekrytoitiin Inton etsiville nuorisotyöntekijöille ja työpajatoimijoille tarkoitetuissa Facebook-ryhmissä (kuva 2).



Katri Peräaho Mielä Ry » Etsivä nuorisotyö  
Ryhmän asiantuntija · 23. tammikuu 2023 · 🌐

Haluatko mukaan kehittämään etsivän nuorisotyön ammattilaisille suunnattua Mielenterveyden vahvistajan käsikirjaa?

Etsimme 🙋 etsiviä nuorisotyöntekijöitä mukaan kehittämään Mielenterveyden vahvistajan käsikirjaa. Käsikirja on MIELI ry:n yamk-opinnäytetyönä toteutettava kehittämisistö, joka kiinnittyy osaksi Into ry:n koordinoimaa kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskustoimintaa. Kehittämisstössä syntyvä, painettu käsikirja tulee sisältämään etsivän nuorisotyön kannalta keskeiset, nuoren mielenterveyden edistämisen sisällöt, toimien sekä perustyön että työhyvinvoinnin tukena. Yhteisen kehittämisen tavoitteena on varmistaa, että lopullinen käsikirja vastaa etsivän nuorisotyön kentän erityisiin tarpeisiin. 🙌

Huom! Mukaan mahtuu niin vasta aloittaneita kuin pidempäänkin kentällä olleita 🙌

Kehittäminen tapahtuu Teams-alustalla toteutettavissa kehittämisistöopajoissa 10.3., 5.5 ja 6.10 klo 9:00-11:30.

Haluatko mukaan? Läitä sähköpostia suoraan [katri.peraaho@mieli.fi](mailto:katri.peraaho@mieli.fi) tai lue lisää: <https://mieli.fi/mielenterveyden-vahvistajan-kasikirjan-kehittamistyopajat-kutsukirje/>



**WANTED**

HAUSSA VIISI  
KEHITTÄMISINTOISTA  
ETSIVÄN NUORISOTYÖN  
AMMATTILAISTA

**ILMIANNA ITSESI TAI TYÖKAVERI**



Kuva 2. Projektiryhmän rekrytointimainos Facebookissa.

Mukaan ilmoittautui neljä etsivää nuorisotyöntekijää ja kolme työpajatoimijaa. Lisäksi mukaan otettiin Inton asiantuntija, jonka oma tausta on etsivässä nuorisotyössä. Osallistujien työurien pituudet nykyisessä työtehtävässä vaihtelivat vuodesta kahteenkymmeneen. Maantieteellisesti osallistujia oli eri puolilta Suomea ja koulutustaustoissa näyttäytyi seitsemän eri tutkintonimikettä.

### 5.1.2 Projektiryhmän rooli ja yhteiskehittämisen vaiheet

Projektiryhmän tarkoitus oli varmistaa, että tutkimustiedosta nostetut huomiot ja sisältöehdotukset ovat linjassa myös kentällä tunnistettujen ajankohtaisten ilmiöiden ja osaamistarpeiden kanssa. Lisäksi projektiryhmäläiset toimivat etsivän nuorisotyön kentän asiantuntijoina ja tarkastelivat käsikirjan sisältöjen toimivuutta osana etsivän nuorisotyön arkea läpi koko kehittämisprojektin. Projektiryhmän kanssa työskenneltiin yhteiskehittämisen menetelmien avulla, kirkastaen kehittämisprojektin tavoitetta ja toteuttamalla jatkuvaa arviointia tekemällä tarvittavia tarkennuksia ja rajauksia sisältöihin. Yhteiskehittämisessä muutosta luodaan yhdessä tutkivan asenteen ja pohdinnan myötä. Se on toimiva tapa saada yhteisöllinen osaaminen näkyviin ja varmistaa että kehittämisessä näkyy eri näkökulmia. (Harra, Mäkinen & Sipari 2012, 4–8.)

Yhteiskehittämisen toteutumiseksi oli suunniteltu kolme tapaamista (kuva 3). Yhteiskehittämistä toteutettiin työpajamaisesti Teams-alustalla osallistujien maantieteellisen hajanaisuuden vuoksi.



Kuva 3. Projektiryhmän työskentelyn vaiheet.

## 5.2 Ensimmäinen yhteiskehittäminen 10.3.2023

Ensimmäinen tapaaminen aloitettiin tutustumalla projektiryhmäläisten kesken. Apuna käytettiin Padlet-alustaa, jossa osallistujat vastasivat seuraaviin kysymyksiin: paikkakunta; taustakoulutus; työnimike/työmuoto; kauanko olet tehnyt vastaavaa työtä (joko nykyisessä tai muussa työpaikassa), mitä myönteistä nykyinen työtehtävä on opettanut sinulle itsestäsi. Tutustumisen tarkoituksena oli rakentaa psykologista turvallisuutta ja edesauttaa myönteistä työskentelyilmapiiriä.

Tutustumisen jälkeen käytiin Padlet-alustalla lyhyesti läpi kehittämisprojektin tavoitteet ja aikataulu sekä suunnitelmavaiheen pohjalle rakennettu, alustava sisältökuvaus, joka toimisi yhteisen kehittämisen pohjana. Tavoitteena työskentelylle oli muodostaa yhteistä käsitystä keskeisistä teemoista ja saada varmistus sille oliko projektipäällikön toteuttamassa suunnitteluvaiheen tiedonhaussa tunnistettu oikeat sisällöt tai oliko jotain jäänyt huomioimatta.

Padlet-työskentely noudatteli Aivoriihi-menetelmää. Menetelmässä kootaan jokaisen osallistujan ajatuksia ilman rajaamista ja arvostelua. Ideavaiheen ja

ideoiden esittelyn jälkeen ideat arvioidaan ja niistä valitaan sopivimmat jatkokehittelyä ja toteutusta varten. Menetelmän tavoitteena on luovien ideoiden tuottaminen tasavertaista osallistumista tukien ja ideoiden määrää rajoittamatta. (Salonen ym. 2017, 83.)

Alustavat, projektipäällikön tekemään suunnitelmavaiheen tiedonhakuun perustuvat sisällöt oli kirjattu Padlet-alustalle ja projektiryhmä jaettiin kahteen ryhmään – etsiviin nuorisotyöntekijöihin ja työpajatoimijoihin. Tällä haluttiin pyrkiä varmistamaan, että molempien ammattiryhmien ääni tulee kuulluksi ja ryhmillä on mahdollisuus nostaa esiin juuri omaan ammattiryhmään liittyviä ajatuksia. Samalla varmistettiin, että kehittämisessä voidaan tarvittaessa irrottaa työpajatoimijoiden vastaukset. Näin niitä voidaan käsitellä kehittämisprojektista irrallaan, sillä työpajatoimijoiden sisällöt oli tarkoitus lisätä käsikirjaan kehittämisprojektista irrallisena, MIELI ry:n asiantuntijatyönä.

Ohjeistuksena oli käydä alustavat sisällöt keskustellen läpi ja kirjata ylös teemoista herääviä ajatuksia apukysymysten kautta: Onko teema keskeinen oman työn kannalta; Onko teema tuttu vai vieras; Mitä näkökulmia toivotte otettava huomioon. Alustaviksi teemoiksi teoreettisen viitekehyksen muodostamisen pohjalta oli määritelty seuraavat: Mielenterveyden lukutaito; Motivoiva haastattelu, Myönteinen tunnistaminen; Toipumisorientaatio; Luontenvahvuusajattelu; Traumatietoisuus; Työhyvinvointi; Mielenterveyden häiriöiden tunnistaminen ja varhainen puheeksi otto; Nepsy-osaaminen; Villi kortti ja muut teemat. Nepsy-osaamisen lisääminen ei noussut esiin tutkimuksista, mutta sen lisääminen oli MIELI ry:n toive, pohjaten osaamiskeskushankkeen kokemuksiin. Työhyvinvointi puolestaan sisällytettiin mukaan, jotta samasta työskentelystä saatiin vastauksia myös MIELI ry:n käsikirjaan tuottamia sisältöjä varten.

Jokaisessa osa-alueessa oli lyhyt alustusteksti, jotta keskusteluaikaa ei tarvinnut käyttää termin yhteiseen määrittelyyn. Alustustekstiin oli poimittu myös teemaan linkittyviä sisältöjä, kuten kiusaamisväkivalta traumatietoisuus-osiossa:

Traumainformoitu orientaatio ja traumatietoisuus on ymmärrystä ja tietoisuutta emotionaalisen trauman (esim. kiusaamisväkivalta) vaikutuksesta yksilön kykyyn olla oman elämänsä aktiivinen toimija.

Toipumisorientaatiota puolestaan kuvailtiin seuraavasti:

Toipumisorientaatioon perustuva auttaminen pohjautuu ajatukseen, jossa toipumisen polkua viitoittamalla autetaan nuorta löytämään omat reittinsä mielekkääseen, yksilölliseen ja antoisaan elämään. Tässä ajattelussa täydellinen oireiden hallinta tai toipuminen ei ole perimmäinen tai ainoa tavoite. Sen sijaan pyritään löytämään tapoja, jotta nuori voisi elää merkityksellistä elämää mielenterveyden häiriöstä huolimatta - elämä on nyt, ei vasta kun on toivuttu täysin. Nuoren ajatukset ovat yhtä tärkeitä kuin työntekijän ja tavoitteiden asettaminen ja eteneminen tapahtuu yhteistyössä.

Sisältöjen lisäksi käytiin yhteistä keskustelua käsikirjan rakenteesta.

Keskustelua alustettiin Padlet-työskentelyllä jossa projektiryhmäläiset saivat äänestää eri ehdotuksista, kuten; verkkoversio vai painoversio; tekstipainotteinen vai toiminnallinen; yhteiset sisällöt vai eriytetyt ammattiryhmien kesken.

Työpajatyöskentelyn päätteeksi työskentelyä purettiin lyhyesti yhdessä keskustellen. Osallistujille lähetettiin jälkeinpäin koonti yhteisestä työskentelystä, joka sisälsi sekä esitellyt diat että Padlet-työskentelyn tulokset.

### 5.2.1 Ensimmäisen yhteiskehittämisen tulokset

Eroja eri ammattiryhmien välille ei juuri muodostunut eri osioita koskevissa vastauksissa. Raporttiin nostetuissa, sisältöä tarkastelevissa vastauksissa ei ole erotettu onko kyseessä ollut etsivän nuorisotyön vai työpajan ryhmä, jotta vastaajia ei voida tunnistaa.

Mielenterveyden lukutaito:

*”Mielenterveyshaasteiden ennaltaehkäisyn keinojen jakaminen on tärkeää”*

*”Tuttua, mutta hoitava taho emme ole ja diagnooseja ei tehdä - mutta mahdollisten ongelmien ja huolen tunnistaminen ja puheeksiotto sekä ohjaaminen eteenpäin sopivaan paikkaan.”*

Motivoiva haastattelu:

*"Motivoiva haastattelu menelmänä ei niin tuttu, mutta motivaation kaivaminen käytännössä päivittäisen hämmästelynkohde: kun syttyy, niin lähtee asiat etenemään."*

*"Tärkeä osa työtettä. Nuori määrittää itse tavoitteensa ja päättää mitä asioita omassa elämässään lähtee edistämään."*

Myönteinen tunnistaminen:

*"Joidenkin asiakkaiden kanssa haetaan tilanteita, joissa pystytään tukemaan ja tsemppaamaan mielenkiintojen kohteiden kautta. Vahvistetaan itsetuntoa."*

*"Lastensuojelu yhä iso stigma ("ei susta oo kuitenkaan mihinkään"-uskomus). Myönteisen (hyvän ja voimavarojen) tunnistaminen itsessä vaatii paljon kaivamista - että nuoret pääsevät itsestigmasta eroon."*

Toipumisorientaatio:

*"Hyvä pohtia, mikä on riittävän hyvää elämää ja kenen tavoitteita edistetään. Mielekästä sisältöä elämään."*

*"Mielenterveyden haasteet eivät tarkoita että olisit huono kaikessa tai kaikki huonosti. Negatiiviset tapahtumat voivat vahvistaa ja auttaa ymmärtämään asioita eri tavalla."*

Luontenvahvuusajattelu:

*"Tuttu teema, päivittäin läsnä mutta hyvä purkaa vielä jotta tulee hyödynnettyä koko potentiaali."*

*"Nuorille vaikeaa mutta sitkeästi tehdään."*

Traumatietoisuus:

*”Nuorille itselleen voidaan avata, kuinka lähtökohdat eivät ole kaikille samat: tilanteen tunnistaminen ja tiedostaminen työkaluna.”*

*”[...] tullessa nuorella usein paljon purettavaa, hirvittäväkin paineentuntua, ja tunne että yksinään pitäisi selviytyä kaikesta.”*

Työhyvinvointi:

*”Paljon saa itse pohtia eettistä kuormittuneisuutta, miten teenriittävästi, autan riittävästi, kun halu on tehdä niin paljon enemmän - sisäinen ristiriita.”*

*”Työn mielekkyys, omien vahvuuksien hyödyntäminen, turvallisuus, fasilitteetit kunnossa”*

Mielenterveyden häiriöiden tunnistaminen ja varhainen puheeksi otto:

*”Rohkeus puheeksiottoon, avoimuus ja rehellisyys.”*

*”Joskus rajataankin sitä, miten nuoret avautuvat (ja vertailevat esim. lääkityksiä) - paljonko siihen voi keskusteluaikaa käyttää.”*

Nepsy-tietoisuus:

*”Tärkeää! Arjenhallinnan haasteissa tukeminen, tavoitteiden palastelu ja myönteinen vahvistaminen työskentelyn ydintä. Myös tietoisuus nepsy-asioista helpottaa työtä.”*

*”Todella tärkeää tunnistaa myös niitä NEPSY piirteitä koska monet asiakkaat ovat voineet kamppailla eri haasteiden kanssa koko elämänsä ja voivat olla jo aikuisuuden kynnyksellä kun ohjautuu asiakkuuteen. Helpottaa nuorta itseään saada vastauksia ja sitä kautta löytää vaihtoehtoisia toimintamuotoja itselleen ja olla armollisempi itselleen.”*

”Villi kortti” osioon ei noussut sisältöjä, mutta purkukeskustelussa korostui kiusaamisväkivalta ja sen, tai muiden nuoren kielteisten elämäkokemusten vaikutus minäkuvaan. Mielenterveyden lukutaidon vastauksissa nousi esiin

häiriökeskeisyys ja mielenterveyden edistämisen näkökulma jäi vähäisemmälle, vaikka se on yksi keskeisistä mielenterveyden lukutaidon osa-alueista (Kutcher ym. 2016, 154). Lisäksi keskusteluissa nousi esiin ajatus keskeisestä sanastosta osaksi käsikirjaa, ns. Mielenterveyden edistämisen aakkoset.

Muilta osin sekä Padlet-vastaukset että yhteinen keskustelu vahvistivat jo aiemmassa tiedonkeruussa saatuja tietoja, eikä mitään yllättävää tai ristiriitaista noussut esiin.

Käsikirjan rakenne -keskustelussa koko projektiryhmä oli yhtä mieltä siitä, että etsivän nuorisotyöntekijöille ja työpajatoimijoille toimivat samat sisällöt, eli tarvetta eriyttämiselle ei ole:

*”Paino ehdottomasti yhteisellä, molempia työmuotoja koskevalla ns. yleispätevällä osuudella - mutta sitten molempien työmuotojen erityisantia lyhyemmin huomioitu erikseenkin (pajojen mahdollisuudet hyödyntää vertaisuutta, tiiviimpää yhdessäoloa nuorten kanssa...) - tai sitten työpajatoiminta-teemat osin sulaisivat osaksi pienryhmätoimintaa (jota etsivätkin paikoin pyörittävät) koskeviin oivalluksiin.”*

Myös toive toiminnallisuudesta tietopainotteisuuden sijaan oli yhtenäinen koko ryhmällä:

*”Olisi kiva olla ammattilaisen oma ja nuorelle esim. tehtäväkirja - tyyliin versiona, ehkäpä.”*

Kysymys verkko- tai painoversiosta jakoi mielipiteitä ja molemmissa havaittiin hyviä puolia:

*”Verkossa voi siirtyä lisämateriaaliin niin helposti.”*

*”Haasteita lukea pitkään näytöltä. Huomioon ne keillä haasteita lukemisessa.”*

Samalla korostettiin kuitenkin Inton aiempien, painotuotteina olevien Etsivän nuorisotyön (2022) ja Työpajatoiminnan (2023) käsikirjojen käytettävyyttä omien muistiinpanojen kirjaamiseen, nopeaan selailuun ja asioiden tarkastamiseen.

Keskustelussa käytiin läpi myös case-esimerkkien käyttöä osana käsikirjaa:

*”Esimerkkejä ENT (etsivä nuorisotyö) ja TP (työpaja) ympäristöistä jolloin erot ehkä tulee hyvin esille.”*

Case-esimerkkien käyttö koettiin hyväksi, mutta samalla keskustelussa nousi esiin mahdollisuus niiden sijaan sitoa tietoa käytäntöön käyttämällä Inton Sovari-kyselystä saatuja nuorten lainauksia. Myös muuta linkitystä Inton muihin sisältöihin – kuten aiempiin käsikirjoihin tai materiaaleihin – pidettiin hyvänä koko projektiryhmän toimesta:

*”Ehdottomasti kootusti Inton materiaaleihin -> yhden luukun periaate.”*

### 5.2.2 Projektipäällikön työskentely ensimmäisen yhteiskehittämisen tulosten pohjalta

Ensimmäisen yhteiskehittämisen työpajan jälkeen projektipäällikkö koosti työskentelyn yhteenvedon ja kävi sen läpi ohjausryhmän jäsenten, eli MIELI ry:n ja Inton asiantuntijoiden kanssa. Keskustelun pohjalta päädyttiin kirkastamaan käsikirjalle asetettuja tavoitteita, jotta käsikirjan sisällöt eivät leviä liian laajalle. Kirkastettujen tavoitteiden oli tarkoitus toimia myös projektiryhmää rajaavina suuntaviivoina, sillä ensimmäisessä työpajassa nousi esiin hyvin monenlaisia toiveita, joihin käsikirjan toivottiin vastaavan.

Vaikka keskusteluissa nousi esiin häiriökeskeisyys, päätettiin MIELI ry:n kanssa, että käsikirjaan ei sisällytetä omaa, mielenterveyden häiriöiden oirekuvauksia käsittelevää osiota. Perusteluna toimi halu painottaa mielenterveyden edistämisen näkökulmaa ja haasteet tiivistää laajaa sisältöosuutta riittävästi, jotta se ei jäisi ylätasolle. Oman osion sijaan päädyttiin sisällyttämään viittauksia muihin materiaaleihin.



Käsikirjalle luotiin uusi, yhteiskehittämisen tulokset huomioiva, mutta yhä muutosmahdollisuuksia sisältävä sisältö rakenne toista tapaamista varten. Lisäksi suunniteltiin alustava ehdotus käsikirjan rakenteesta, jonka pohjalta työskentelyä jatkettaisiin seuraavassa yhteiskehittämisen tapaamisessa.

### 5.3 Toinen yhteiskehittäminen 9.5.2023

Toiseen tapaamiseen pääsi osallistumaan kuusi kahdeksasta projektiryhmäläisestä. Lisäksi mukana oli sosionomiopiskelija. Päivän tavoitteena oli kuulla projektiryhmän ajatuksia tapaamisten välissä tehdystä kehittämisestä ja saada riittävästi varmuutta oikeasta suunnasta varsinaisen kirjoitustyön tueksi.

Tapaamisen alussa kerrattiin lyhyesti edellisessä tapaamisen puhuttua ja varmistettiin keskustellen, että koonnissa ei ole väärinymmärryksiä (kuva 4).



Kuva 4. Koonti ensimmäisen työpajan työskentelyn tuloksista.

Lisäksi käytiin läpi käsikirjalle asetettuja, yhteisten työskentelyjen välissä tarkentuneita tavoitteita ja niiden toteutumista käsikirjan eri sisällöissä (kuva 5).



Kuva 5. Käsikirjan tavoitteet.

Kertauksen ja tavoitteiden läpikäymisen jälkeen projektiryhmäläisille esiteltiin aiempien keskustelujen ja tavoitteiden pohjalta rakennettu luonnos käsikirjan sisältörakenteesta (kuva 6).



Kuva 6. Käsikirjan alustava sisältörakenne.

Sisältöä avattiin vielä tarkemmin esittelemällä yhden sisällön mallirakenne (kuva 7). Rakennetta käytiin läpi osio kerrallaan yhdessä keskustellen, tarkoituksena varmistaa, että mitään keskeistä ei ollut jäänyt pois ja että sisällöt ovat tasapainossa keskenään.



Kuva 7. Mallirakenne käsikirjan luvusta.

Jotta keskustelu rakenteesta ei jäisi ylätasolle, käytettiin menetelmänä benchmarkkausta eli vertailukehittämistä, jossa kehittämisessä hyödynnetään ja opitaan muiden tahojen tuottamista prosesseista (Strömmer 2005, 55–58). Projektiryhmää pyydettiin tutustumaan ensin itsenäisesti MIELI ry:n, Nyyti ry:n ja Tunne ry:n Ympäristöahdistuksen mieli -hankkeen *Pieni opas ympäristötunteisiin* -julkaisuun. Julkaisu on tarkoitettu 15–29-vuotiaiden nuorten parissa työskenteleville, yhdistäen sekä tutkimustietoa että toiminnallisia menetelmiä. (Rintala, Saari & Turhala 2022, 2.) Tutustumisen jälkeen osallistujat jaettiin kahteen pienryhmään, joissa ohjeena oli käydä keskustelua oppaan hyvistä ja kehitettävistä puolista: *Mitkä asiat ovat sellaisia jotka on syytä napata mukaan kehitettävään käsikirjaan ja mitkä ei? Mitä muita toiveita rakenteelle on?* Pienryhmät koostivat ajatuksiaan yhteiselle Padlet-alustalle, jota purettiin lopulta keskustellen koko ryhmän kesken.

### 5.3.1 Toisen yhteiskehittämisen tulokset

Käsikirjan rakennetta tarkastelevassa keskustelussa uutena näkökulmana nousi esiin sosiaalisen vahvistamisen viitekehyksen lisääminen osaksi käsikirjaa. Sosiaalisella vahvistamisella tarkoitetaan nuoren sosiaalisen toimintakyvyn, arjen asioiden ja elämänhallinnan parissa työskentelyä yhdessä nuoren kanssa. Tavoitteena on parantaa nuoren kykyä toimia ja selviytyä sosiaalisissa tilanteissa sekä olla osallisena yhteisöissä. Sosiaalinen vahvistaminen on etsivässä nuorisotyössä ja työpajatoiminnassa työtä ohjaava viitekehys. (Paananen, Piironen & Uusitalo 2022, 8–10.) Sen liittäminen osaksi käsikirjaa koettiin keskeiseksi, jotta käsikirja ei jää sisällöltään etäiseksi omasta työstä.

Keskustelua herätti myös mielenterveyden häiriöihin liittyvä osio, joka oli edellisen työskentelyn jälkeen päätetty jättää pois käsikirjasta. Projektiryhmä oli yhtä mieltä siitä, että erittelyä eri mielenterveyden häiriöistä ei kannata käsikirjaan sisällyttää, koska tietoa löytyy kattavasti muualta. Keskustelussa nousi toive ihmislähtöisen, yksilöllisen lähestymisen korostamiselle, jossa diagnoosien sijaan katsotaan nuorta kokonaisuutena. Samalla kuitenkin tunnistettiin, että osa työntekijöistä voi kaivata määritelmiä tai diagnooseja, koska niiden kautta voi syntyä varmempi tunne omasta tekemisestä. Tässä yhteydessä nostettiin esiin palvelujärjestelmän avaaminen ja oman työn rajojen tunnistamisen ja asettamisen tärkeys. Toiveeksi nousi erilaisten häiriöiden erittelyn sijaan riittävä tieto siitä, milloin on syytä huolestua, esimerkkejä siitä mihin oma työ riittää ja missä kohtaa on turvauduttava ammattiapuun. Palveluohjauksesta puhuttaessa sivuttiin myös ostrakismia, eli nuorten kokemuksia ulossulkevista toimintamalleista, jotka voivat jatkua kouluostrakismin jälkeen palvelujärjestelmässäkin.

Myös otsikko ”Rinnalla kulkijana mielenterveyden järkkyyssä” herätti keskustelua. Vaikka aiemmin keskustelussa ei ollut noussut juurikaan eroja etsivän nuorisotyön ja työpajatoimijoiden toiveissa, koettiin termi ”rinnalla kulkija” työpajatoimijoiden kohdalla hankalaksi. Työpajatoimijat kokivat olevansa enemmän ammattilaisena ja ohjaavana toimijana kuin rinnalla kulkijana.

"Rinnalla kulkijan" sijaan pyöriteltiin erilaisia määritelmiä, kuten "palveluun saattaja, rinnalla odottaja, tukimuotoon sitoutumisen "tukija" ja "tulkki". Lopuksi päädyttiin termiin "Läsnäolo", sillä se kattaisi laajuudessaan sekä etsivälle nuorisotyölle tutumman "rinnalla kulkijuuden" sekä palveluohjauksen sen ollessa ajankohtainen.

Pienryhmätyöskentelynä toteutetussa benchmarkkauksessa Padlet-työskentelyn ja yhteisen purkukeskustelun pohjalta hyväksi, käsikirjaan mukaan otettaviksi elementeiksi koettiin seuraavat:

*"Selkeät listaukset ja vinkit - "lue ainakin nämä"*

*"Hyvä että on työkaluja joita viedä suoraan nuorten kanssa tehtävään työhön."*

*"Asiantuntijaaänen vahvistaminen -> tällöin lähteet mukana.*

*Lähteet ja tutkittu tieto tarjoavat selkänöjan omalle työlle ja tukevat esim. vaikuttamistyössä."*

*"Monistusmahdollisuus - sivun asettelu. Esim. verkostokartta mahdollista tulostaa työhuoneen seinälle."*

*"Valokuvat vanhenevat herkemmin, kuvitus kestää ehkä aikaa enemmän"*

*"Teemana [ilmastoahdistus] voisi nostaa osana opasta – myös muut ilmitö nuoruuden tässä päivässä - kriisistä toiseen - ei voi ohittaa"*

Elementtejä, joita ei haluttu käsikirjaan, tai joihin toivottiin kehittämistä puolestaan olivat seuraavat:

*"Puhutaanko liian alentuvasti / "mikromanageerataan" - tämä erityisesti repliikeissä"*

*”Yhteen pötköön kirjoitettu teksti ei niin innostava, enemmän vinkit yms. Vinkeistä ei niinkään mallilauseet/sanat suuhun, vaan kohtaamisen merkitys”*

*”Uudet työntekijät voivat kaivata joskus valmiita lauseita, mutta ne toimivat enemmän ehkä haastavissa teemoissa kuten itsetuhoisuudessa. Muuten mt teemana sellainen, jota vaikea antaa valmiina ”tee näin”. ”*

*”Sisällysluettelo ei anna osviittaa sisällöstä, voisi erottaa ehkä sisällysluettelossakin eri osa-alueet - tekstit ja tehtävät. Selkeämpi näkymä että mitä kirja on syönyt.”*

*”Tehtävien jaottelu selkeämmin. Työntekijän näkökulma sekoittuu nyt - milloin puhutaan nuoren kannalta, milloin työntekijän. Tähän selkeys.”*

### 5.3.2 Projektipäällikön työskentely toisen yhteiskehittämisen tulosten pohjalta

Toisen yhteiskehittämisen työpajan jälkeen projektipäällikkö aloitti mallitekstien työstön huomioiden yhteiskehittämisen tulokset. Benchmarkkauksessa oli noussut esiin toiveita erilaisten nuoruuteen liittyvien, ajankohtaisten ilmiöiden käsittelystä (mm. ilmastoahdistus) osana käsikirjaa. Jotta käsikirjan laajuus ei kasvaisi alkuperäisestä suunnitelmasta, jouduttiin tämä osio jättämään pois.

Alkuperäisenä näkemyksenä niin MIELI ry:n, projektipäällikön kuin projektiryhmänkin osalta oli pitää painopiste toiminnallisuuksissa ja tieto-osiot lyhyinä. Projektiryhmän viimeisessä tapaamisessa oli tarkoitus tarkastella käsikirjan tietotekstin lomaan sijoitettujen tehtävien toimivuutta nuorten kanssa, sekä tekstin sujuvuutta, konkreettisuutta ja riittävää kiinnittymistä työhön.

MIELI ry:n osaamiskeskustoiminnan rahoituksessa tapahtui kuitenkin muutoksia, ja käsikirjalle varattua budjettia jouduttiin leikkaamaan. MIELI ry:n kanssa päädyttiin muuttamaan sisältöä tekstipainotteisemmaksi, sillä tekstin taittaminen on edullisempaa kuin toiminnallisuuksien kuvittaminen.

Projektipäällikkö työsti kaksi tietotekstiä teemoista luonteenvahvuudet ja toipumisorientaatio. Lisäksi luotiin päivitetty versio sisällysluettelosta sekä käsikirjan rakennetta ja tavoitetta avaava johdantoteksti.

#### 5.4 Kolmas yhteiskehittäminen 19.10–3.11.2023

Projektiryhmän viimeinen tapaaminen oli tarkoitus pitää syksyllä 2023, mutta projektiryhmäläisten tilanteissa oli tapahtunut kesän aikana muutoksia; kolmelle oli tullut työnkuvan muutoksia tai kokonaan uusi työpaikka. Kaksi osallistujista olivat muuten estyneitä osallistumaan ja tapaamiseen olisi päässyt vain kolme osallistujaa. Tämä riski oli tiedostettu suunnitelmavaiheen riskianalysissä (LIITE 4). Riskiin oli varauduttu keskittämällä projektiryhmän kannalta tärkeimmät kehittämissvaiheet keväälle 2023 ja sopimalla jo alussa mahdollisuudesta hyödyntää viimeisessä vaiheessa projektiryhmän lisäksi Inton ja MIELI ry:n asiantuntijoita.

Tapaamisen sijaan projektiryhmäläiset kontaktoitiin sähköpostitse ja heille kerrottiin käsikirjan muuttuneesta painotuksesta. Heille päädyttiin jakamaan Sharepointin kautta kaksi edellisen tapaamisen jälkeen työstettyä mallitekstiä (luonteenvahvuudet ja toipumisorientaatio), alustava sisällysluettelo sekä johdanto-teksti. Heille annettiin ohjeet sisältöjen kommentointiin ja kolme viikkoa työstöaikaa. Yhteinen vuoropuhelu jäi tässä ratkaisussa puuttumaan, mutta tilanne ei mahdollistanut muuta ratkaisua aikataulun puitteissa.

Kolmen viikon päätyttyä samat tiedostot jaettiin kommentoitavaksi Inton ja MIELI ry:n asiantuntijoille. Tiedostoista oli poistettu projektiryhmäläisten kommentit, jotta jatkokehittämisessä voitiin erotella projektiryhmäläisten ja asiantuntijoiden kommentit.

## 5.5 Kolmannen yhteiskehittämisen tulokset

Projektiryhmän kommentoinnissa ei noussut uusia avauksia tai suuria muutostoiveita, vaan kommenteissa korostui luettavuuteen ja ulkoasuun liittyviä asioita:

*”Pitkän tekstin sijaan voisi olla bullet pointseja enemmän, olisi kevyempi lukea”*

*”Listaukset voisivat olla laatikoissa.”*

*”[sisällysluetteloon] voisi laittaa merkinnän tehtävistä niin ne on helppo löytää.”*

Malliteksteistä oli tullut rakenteen muutosten vuoksi pidempiä kuin alun perin suunniteltu 1–2 sivua, mutta sitä ei koettu ongelmallisena:

*”Teksti on sujuvaa luettavaa ja vaikka on pitkä niin ei ole raskas. Rivivälit, kuvitus ja muu luo keveyttä lisää.”*

*”Tästä saa hyvää sisältöä oman asiantuntijuuden vahvistumiseen ja voi ottaa esiin sidosryhmissä”*

Projektiryhmäläisten kommentointi oli kaiken kaikkiaan vähäistä. MIELI ry:n asiantuntijoiden kanssa puolestaan käytiin sisältöjä läpi enemmän keskustellen. Yhdessä kirkastettiin muun muassa mielenterveyden määritelmää ja keskusteltiin tasapainosta mielenterveyden edistämisen, ehkäisevän ja korjaavan työn välillä. Inton kanssa puolestaan tarkennettiin sosiaalisen vahvistamisen ja mielenterveyden edistämisen viitekehysten yhteneväisyyksiä. Sekä MIELI ry:n että Inton asiantuntijoilta pyydettiin kommentteja vielä kertaalleen vuoden 2024 alussa, kun käsikirjan kaikki tekstit olivat valmiita.

Kolmannen yhteistyöstön jälkeen kaikki tulokset koottiin yhteen ja projektipäällikkö aloitti käsikirjan varsinaisen työstämisen itsenäisesti.



## 6 Tuotos: Mielenterveyden vahvistajan käsikirja

### 6.1 Tuotoksen laatiminen tiedonkeruun ja yhteiskehittämisen pohjalta

Käsikirjan suunnitteluvaiheessa oli kerätty kattavasti tutkimustietoa etsivän nuorisotyön ajankohtaisista ilmiöistä ja osaamistarpeista, sekä konsultoitu Inton ja MIELI ry:n asiantuntijoita. Lisäksi oli seurattu Inton omien Etsivän nuorisotyön (2022) – ja Työpajatoiminnan (2023) käsikirjojen kehittämistä ja peilattu niissä tehtyjä ratkaisuja ja sisältöjä käsikirjan kehittämistyössä tehtyihin valintoihin. Projektiryhmän kanssa työskentely toi lisävarmuutta työskentelyyn ja varmisti että käsikirjassa kuuluu myös kentän ajankohtainen ääni.

Kehittämiprojektin tavoitteita tarkasteltiin ennen varsinaisen kirjoitustyön aloittamista vielä arvioivasti sekä MIELI ry:n että Inton kanssa. Projektiryhmän keskusteluissa ja Inton asiantuntijoiden konsultoinnissa kävi ilmi, että etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan työmuodoissa on nuorten mielenterveyden tukemisen näkökulmista riittävästi samoja elementtejä, jotta sisältöjä voidaan käsitellä käsikirjassa kokonaisuutena. Erillisten työpajatoiminnan sisältöjen sijaan päädyttiin siihen, että kehittämisprojektissa työstetään käsikirjaa kokonaisuutena ja vasta sen loppuvaiheessa sisältöjä tarkennetaan tarvittaessa MIELI ry:n asiantuntijatyönä vastaamaan myös työpajatoiminnan tarpeisiin. Kehittämisprojektissa kerätty tausta- ja tutkimustieto keskittyi kuitenkin etsivän nuorisotyön tarpeisiin. Työhyvinvointiin keskittyvä tieto-osio jätettiin alkuperäisen suunnitelman mukaisesti MIELI ry:n asiantuntijatyönä toteutettavaksi. Jotta se ei olisi täysin irrallinen, sovittiin että pieniä, työhyvinvointiin viittaavia elementtejä lisätään myös käsikirjaa läpileikkaavasti, osaksi rakenteen kehittämistä.

#### 6.1.1 Käsikirjan rakenne

Suunnitelmavaiheessa MIELI ry:n kanssa oli keskusteltu toiminnallisen käsikirjan toteuttamisesta, jossa painopiste olisi erilaisissa harjoituksissa. Sama

toive korostui myös projektiryhmällä. Tätä lähdettiin toteuttamaan, mutta osaamiskeskushankkeen rahoituksen muutosten vuoksi suuntaa jouduttiin muuttamaan matkan varrella. Toiminnallisuuden toteuttaminen olisi vaatinut enemmän taitto- ja kuvituskuluja, kuin tekstipainotteinen, eikä siihen ollut riittävästi rahoitusta. Budjettileikkaus vaikutti myös siihen, että käsikirjasta toteutettiin verkkoversio painoversion sijaan, huolimatta projektiryhmän hieman painoversion puolelle kallistunutta toiveesta. Toivetta toiminnallisuudesta haluttiin kuitenkin kuunnella ja käsikirjaan sisällytettiin sekä tehtäviä että ohjauksia käsikirjan ulkopuolisen materiaalin ja tehtävien äärelle. Tämä varmisti myös, että käsikirja pysyy käytännönläheisenä teoksena, jossa teorioiden ja käytännön vuoropuhelu on tasapainossa.

Toiminnallisuus olisi tuonut käsikirjaan mahdollisuuksia lukijalle peilata sisältöjä oman elämän kautta ja vahvistaa samalla omaa hyvinvointia. Käsikirjan rakenteen työhyvinvointia vahvistavista mahdollisuuksista haluttiin kuitenkin pitää kiinni, joten jokaisen pääosion alkuun lisättiin pysähtymisharjoitus (kuva 8). Harjoitusten tarkoituksena on kannustaa kuuntelemaan omaa oloa työarjen keskellä ja pilkkoa käsikirjan tieto-osuuksia hallittavan kokoiisiin lukuhetkiin.



## 1.1 Pysähtymisharjoitus

Tämän harjoituksen tavoitteena on oppia huomamaan, kuinka oman kehon rentouttamisen avulla voidaan helpottaa stressin, kiireen ja ahdistuksen tunteita. Harjoituksen voi tehdä esimerkiksi silloin, kun olo on kuormittunut tai ärtynyt. Sen avulla voi rauhoittaa omaa tunnetilaa.

### Ohjeet:

- » Keskity hetki hengitykseesi ja hengittele rauhassa sisään ja ulos.
- » Hengitä muutaman kerran syvään ja rauhallisesti. Purista sitten toinen kätesi nyrkkiin sisäänhengityksellä. Purista nyrkkiä ja vapauta se hellästi uloshengityksellä.
- » Toista muutaman kerran keskittyen samalla aistimaan, miltä supistaminen ja vapauttaminen tuntuvat kehossa ja mielessä.
- » Pohdi lopuksi: Mitä tuntemuksia harjoitus sai aikaan? Huomaatko, kuinka mielen ja kehon kireydet ja kivut ovat yhteydessä toisiinsa?

Kuva 8. Pysähtymisharjoitus.

Pysähtymisharjoituksen jälkeen seuraa varsinainen tieto-osuus, joka sisältää teemasta riippuen kolmesta seitsemään lukua. Lisäksi jokaiseen tieto-osioon sisällytettiin yhdestä kolmeen tehtävää.

Käsikirjan rakennetta avataan käsikirjan johdanto-osuudessa seuraavasti:

"Käsikirja on tarkoitettu luettavaksi hallittavan kokoisissa paloissa, omassa rauhassa pysähtyen muun työn keskellä. Se koostuu viidestä tieto-osioista, joista jokainen alkaa lyhyellä pysähtymisharjoituksella. Harjoituksen tarkoitus on rauhoittaa mieli ja keho ja valmistautua lukuhetkeä varten. Harjoituksia voi kokeilla myös nuorten kanssa.

Tieto-osioissa tutustutaan etsivän nuorisotyön ja nuorten työpajatoiminnan kannalta keskeisiin, nuoren mielenterveyteen liittyviin näkökulmiin. Jokaisessa tieto-osiossa on myös tehtäviä, joiden kautta viedään tieto käytännön tasolle. Osa tehtävistä voidaan tehdä myös nuorten kanssa. Tehtävien lisäksi käsikirjassa esitellään erilaisia mielenterveyttä edistäviä työvälineitä ja menetelmiä.

Tieto-osioita kannattaa tarkastella myös omasta elämästäsi käsin. Oman kosketuspinnan hahmottaminen lisää syvyyttä työskentelyyn, vahvistaa omaa mielenterveyttä ja tukee (työ)hyvinvointia." (Peräaho 2024, 5.)

Alkuperäinen idea case-esimerkeistä korvattiin sisällyttämällä käsikirjaan Inton sosiaalisen vahvistamisen näkökulmia kartoittavasta Sovari-kyselystä saatuja nuorten lainauksia. Tämä tuki myös sekä toisessa työpajatyöskentelyssä että Inton asiantuntijoiden konsultoinnissa esiin tullutta toivetta sosiaalisen vahvistamisen viitekehyksen lisäämisestä osaksi käsikirjaa, jotta käsikirja kiinnittyi jo kentälle tuttuun työotteeseen. Projektiryhmän toiveesta läpi käsikirjan päädyttiin myös lisäämään linkityksiä Inton aiempiin materiaaleihin.

### 6.1.2 Käsikirjan sisällöt

Käsikirjan rakennetta muutettiin projektiryhmäläisiltä ja Inton ja MIELI ry:n asiantuntijoilta kerätyn tiedon pohjalta niin että toisessa työpajassa esitetyt neljän tieto-osion sijaan tieto-osioita muodostettiin viisi. Luonnosvaiheessa esitelty sisältö *Näe nuori – yksilöllistä mielenterveyden edistämistä* jaettiin

kahteen osaan, joista ensimmäisessä käsitellään nuoren minäkäsitystä ja toisessa mielenterveyttä edistävää työtettä.

Yhteiskehittämisen eri vaiheissa käydyissä keskusteluissa painopiste oli mielenterveyden ongelmien ehkäisyssä ja keskustelu oli ajoittain häiriö- ja ongelmakeskeistä. Mikäli työntekijöiden puheissa korostuu tämä näkökulma, on riski, että työssään kohdattuja nuoria alkaa katsoa ns. riskilinssien läpi. Tämä tunnistettiin myös projektiryhmän toimesta ja käsikirjaan kaivattiin tasapainoa edistävän ja ehkäisevän työn välille. Myös käsikirjan yhdeksi läpileikkaavaksi teemaksi valittu mielenterveyden lukutaito sisältää neljä eri osa-aluetta, joista vain osa keskittyy ehkäisevään työhön tai häiriöihin (Kutcher ym. 2016, 154–155). Jotta käsikirjan avulla olisi mahdollista herätellä huomioimaan työskentelyssä sekä edistävän, ehkäisevän että korjaavan työn erityispiirteitä, se päädyttiin aloittamaan erilaisia mielenterveyden ulottuvuuksia tarkastelevalla, laajalla tieto-osioilla. Käsikirjaan päätettiin myös lisätä projektiryhmän toiveesta keskeisiä käsitteitä avaava osio (kuva 9).

Alkuperäinen pääotsikko *Mielenterveys pähkinäkuoressa* säilyi ennallaan, mutta sen alle päädyttiin avaamaan alkuperäistä suunnitelmaa kattavammin mielenterveyden ulottuvuuksia ja lisäämään palvelujärjestelmää koskeva tieto omaksi kappaleeksi (kuva 9). Mielenterveyden lukutaitoon linkitettiin myös osio mielenterveyden suoja- ja riskitekijöistä. Se vastaa mielenterveyden lukutaidon tavoitteeseen kyvystä tunnistaa mielenterveyttä ylläpitäviä ja uhkaavia tekijöitä (Kutcher ym. 2016, 155). Tieto-osiossa sivutaan myös muita mielenterveyden lukutaidon osa-alueita.

<b>1 Mielensterveys pähkinäkuoressa</b>	<b>6</b>
✎ 1.1 Pysähtymisharjoitus	7
1.2 Mielensterveyden käsitteitä	8
1.3 Mitä mielensterveys on?	10
1.4 Näkökulmia mielensterveyden vahvistamiseen	12
1.5 Mielensterveyden suoja- ja riskitekijät	14
1.5.1 Suoja- ja riskitekijät etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan näkökulmasta	18
✎ 1.5.2 Tieto konkretiaksi: Nuoren suoja- ja riskitekijöiden vahvistaminen	21
1.6 Nuoren mielensterveyden tukeminen palvelujärjestelmässä	21

Kuva 9. Käsikirjan ensimmäisen tieto-osion sisältö.

Ensimmäisen tieto-osion sisältöä kuvataan käsikirjassa seuraavasti:

”Käsikirjan ensimmäisessä tieto-osiossa kirkastetaan ymmärrystä mielensterveydestä hyvinvoinnin tilana ja vahvistettavana asiana. Osuus toimii johdantona, jonka päälle rakennetaan käsikirjan tieto-osuuksien kautta laajempaa ymmärrystä nuorten mielensterveyden vahvistamisen mahdollisuuksista omassa työssä.” (Peräaho 2024, 7.)

Projektiryhmän keskusteluissa nousi toistuvasti esiin myös nuoren minäkäsityksen muodostumiseen vaikuttavat asiat. Näistä muutamia, kuten kiusaamisväkivaltaa ja yksinäisyyttä oli alun perinkin tarkoitus käsitellä käsikirjassa, sillä samat teemat nousivat myös nuorten tilanteita kartoittavista tutkimuksista (ks. esim. Gretscher & Myllyniemi 2017, 13; Kinnunen 2020; Parkkila & Poutiainen 2023, 24). Keskustelujen myötä syntyi kuitenkin ajatus omasta, laajemmin nuoren minäkäsitystä ja sen mielensterveyteen linkittymistä käsittelevästä osiosta osaksi käsikirjaa. Teema lisättiin toiseksi tieto-osioksi otsikolla *Nuoren minäkäsitys ja mielensterveys* (kuva 10). Tieto-osioon haluttiin minäkäsitystä muovaavien kokemusten lisäksi sisältöä myös minäkäsityksen muodostumisesta. Tällä haluttiin varmistaa, että ilmiöt eivät jää irrallisiksi nuoren kasvuun ja kehitykseen liittyvistä tekijöistä. Osioon lisättiin tietoa myös nuoren ajattelumallien vaikutuksesta mielensterveyteen, sillä tiedetään että esimerkiksi yksinäisyyteen voidaan vaikuttaa käsittelemällä yksinäisyyteen liittyviä kielteisiä ajattelumalleja (Välimäki, Aaltonen & Kivijärvi 2020, 24–25).




<b>2 Nuoren minäkäsitys ja mielenterveys</b>	<b>23</b>
 2.1 Pysäytymisharjoitus	24
2.2 Nuoren minäkäsityksen muodostuminen	25
2.2.1 Lapsuus ja yksilölliset ominaisuudet	25
2.2.2 Temperamentin merkitys	25
2.2.3 Neuropsykiatriset piirteet	28
 2.2.4 Tieto konkretiaksi: Nuoren vireystilan säätely	32
2.3 Minäkäsitystä muovaavat kokemukset	33
2.3.1 Kiusaamisväkivalta ja yksinäisyys	33
2.3.2 Syrjäytymisen kokemukset	36
2.3.3 Koulun kapea muotti	37
2.3.4 Vähemmistöryhmien huomioiminen	37
2.4 Minäkäsitys mielenterveyteen vaikuttavien ajattelumallien taustalla	39
2.4.1 Opittu avuttomuus	40
2.4.2 Minäpystyvyys	42
2.4.3 Kasvun ja muuttumattomuuden asenne	42
2.4.4 Itsemyötätunto	44
2.4.5 Mielenterveystaidot	45
 2.4.6 Tieto konkretiaksi: Ajatusten ja tunteiden yhteys toimintaan	48

Kuva 10. Käsikirjan toisen tieto-osion sisälllys.

Toisen tieto-osion sisältöjä kuvataan käsikirjassa seuraavasti:

Käsikirjan toisessa tieto-osiossa tarkastellaan nuoren minäkäsityksen muodostumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä minäkäsityksen merkitystä nuoren mielenterveydelle. Minäkäsitys myös vaikuttaa kaikessa vuorovaikutuksessa, ja erityisesti kielteinen minäkäsitys voi haastaa nuoren kanssa työskentelyä. Sen syntymekanismeja onkin syytä ymmärtää, jotta ne voidaan ottaa kohtaamisessa huomioon. (Peräaho 2024, 24.)

Kolmanteen tieto-osioon koottiin sisältöjä otsikon *Mielenterveyttä edistävä työote* alle (kuva 11). Tähän tieto-osioon haluttiin nostaa esiin erityisiä, mielenterveyttä edistäviä työotteita, joita saatetaan jo käyttää, mutta ilman että työotteen myönteisistä mielenterveysvaikutuksista nuorelle ollaan välttämättä tietoisia. Osiolla on tarkoitus myös nostaa esiin mielenterveyden lukutaidon osaa aluetta ”ymmärrys siitä, miten edistetään ja ylläpidetään hyvää mielenterveyttä” (Kutcher ym. 2016, 155).

<b>3 Mielensterveyttä edistävä työote</b>	<b>50</b>
 3.1 Pysähtymisharjoitus	51
3.2 Mielensterveyden edistäminen työn arjessa	52
3.3 Myönteinen tunnistaminen	55
 3.3.1 Tieto konkretiaksi: Myönteinen tunnistaminen nuoren elämässä	59
3.4 Motivoiva haastattelu	60
3.5 Luonteenvahvuusajattelu	63
 3.5.1 Tieto konkretiaksi: Vahvuudet nuorten kokemuksissa	70
3.6 Traumatietoisuus	71





Kuva 11. Käsikirjan kolmannen tieto-osion sisällys.

Kolmannen tieto-osion sisältöjä kuvataan käsikirjassa seuraavasti:

”Käsikirjan kolmannessa tieto-osiossa tarkastellaan mielensterveyden edistämistä osana omaa päivittäistä työtä sekä tutustutaan erilaisiin, erityisesti etsivässä nuorisotyössä ja työpajatoiminnassa keskeisiin, mielensterveyttä tukeviin työotteisiin. Osiossa esitellyistä työotteista suurin osa on sellaisia, jotka toteutuvat työssä usein huomaamatta. Niiden äärelle on kuitenkin hyvä aika ajoin pysähtyä, jotta niiden merkityksen ymmärtää ja käyttö vahvistuu. Tarkastelu auttaa tekemään työtä tavoitteellisemmin ja tasavertaisesti, ja samalla työn merkityksellisyyden tunne vahvistuu. Tämä on myös keskeinen työhyvinvoinnin osa-alue.” (Peräaho 2024, 51.)

Koska tiedetään että etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan piirissä olevilla nuorilla on usein taustalla erilaisia mielensterveyden ongelmia tai häiriöitä (ks. esim. Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, d.; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Me-Säätiö 2018), haluttiin käsikirjaan sisällyttää näiden ympärille rakennettu tieto-osio *Läsnäolo nuoren mielensterveyden järkkyyssä* (kuva 12). Tieto-osio koettiin tärkeäksi myös projektiryhmän toimesta, sillä se linkittyy erityisesti työssä koettuihin rajaamisen haasteisiin. Tieto-osiolla vastataan myös mielensterveyden lukutaidon osa-alueisiin mielensterveysongelmiin ja hoitoon liittyvän stigman vähentämisestä ja tehokkaasta ja oikea-aikaisesta avunhakemisesta. Samalla vahvistetaan työntekijöiden omaa mielensterveyden lukutaitoa ja kykyä tunnistaa mielensterveyttä ylläpitäviä ja uhkaavia tekijöitä, auttaa muita mielensterveyttä uhkaavissa tilanteissa ja hakea ulkopuolista apua tarvittaessa. (Kutcher ym 2016.)

Tieto-osioon lisättiin luku kriiseistä ja itsetuhoisuudesta MIELI ry:n toiveesta. Luvun sisällöllä on tavoitteena madaltaa kynnystä itsetuhoisuuden puheeksiottoon ja muistuttaa oman työn merkityksestä. Tieto-osio haluttiin päättää edistävään työotteeseen, joten luvun loppuun lisättiin tietoa nuoren selviytymistaitojen vahvistamisesta ja esittely erilaisista, verkossa toimivista tuen muodoista.

<b>4 Läsnaolo nuoren mielenterveyden järkkyyssä</b>	<b>76</b>
 4.1 Pysähtymisharjoitus	77
4.2 Huolen varhainen tunnistaminen ja puheeksi ottaminen	78
4.3 Mielenterveyden häiriötä sairastavan nuoren tukeminen	83
 4.3.1 Tieto konkretiaksi: Nuoren toipumisen tukemisen check-list	89
4.4 Nuoren tukeminen kriiseissä	91
4.4.1 Nuoren tukeminen akuutissa kriisitilanteessa	94
4.4.2 Kohtaa nuori yksilöllisesti	94
4.4.3 Milloin on syytä huolestua	95
4.4.4 Kohtaamisen muistilista	96
4.5 Itsetuhoisen nuoren tukeminen	97
4.5.1 Viiltely selviytymiskeinona	98
4.5.2 Itsemurhayritys itsetuhoisuuden muotona	98
 4.5.3 Tieto konkretiaksi: Miten puhun itsetuhoisuudesta?	101
4.6 Työn rajaaminen nuoren eri tilanteissa	102
 4.6.1 Tieto konkretiaksi: Verkostokartta	105
4.7 Nuoren selviytymistaitojen vahvistaminen	107
4.8 Nuoren omahoito-ohjelmat ja muu tuki verkossa	112




Kuva 12. Käsikirjan neljännen tieto-osion sisälllys.

Neljännen tieto-osion sisältöjä kuvataan käsikirjassa seuraavasti:

”Käsikirjan neljännessä tieto-osiossa tarkastellaan nuorten mielenterveyden haasteita eri näkökulmista sekä kirkastetaan yksittäisen työntekijän ja laajemmin etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan kenttien työn rajaamista ja vastuuta nuoren tukemisessa. Osio ei sisällä eriteltyä tietoa erilaisista mielenterveyden häiriöistä tai niihin liittyvistä oirekuvista. Tietoa on saatavilla kattavasti esimerkiksi Mielenterveystalo.fi-sivustolla. Liiallinen tieto erilaisista häiriöistä tai nuorten diagnooseista voi myös vääristää kohtaamista. Jokainen kokee elämän vastoinkäymiset tai sairaudet yksilöllisesti, joten tärkeintä on kohdata nuori yksilöllisesti.” (Peräaho 2024, 77.)



Käsikirjaan lisättiin myös viides tieto-osio käsittelemään työhyvinvointia ja mielenterveyttä edistävää toimintakulttuuria, otsikolla *Nuoren mielenterveyttä vahvistetaan yhdessä* (kuva 13). Osion sisällöt toteutettiin kehittämisprojektista irrallisena, MIELI ry:n omana asiantuntijatyönä, eikä tieto-osiota näin ollen avata tässä raportissa tarkemmin.

<b>5 Nuoren mielenterveyttä vahvistetaan yhdessä</b>	<b>115</b>
 5.1 Pysähtymisharjoitus	116
5.2 Hyvä mielenterveys yksilön ja työyhteisön hyvinvoinnin lähtökohtana	117
5.3 Työntekijän hyvinvoinnin merkitys kohtaamisessa	117
5.3.1 Tunnetaidot, työn reflektointi ja purku	119
5.4 Eettinen kuormittuneisuus	120
 5.4.1 Tieto konkretiaksi: Eettinen kuormittuneisuus työssä	122
5.5 Myötätuntouupumus	124
5.6 Mielenterveyttä edistävä toimintaympäristö	125
5.6.1 Fyysinen työympäristö mielenterveyden näkökulmasta	125
5.6.2 Mielenterveyttä edistävää toimintakulttuuria luomassa	126
 5.6.3 Tieto konkretiaksi: Työyhteisön luonteenvahvuudet näkyväksi	128

Kuva 13. Käsikirjan viidennen tieto-osion sisällöt.

## 6.2 Kehittämisprojektin jatkuva arviointi

Kehittämisprojekti toteutettiin konstruktivistisen mallin mukaisesti, jossa korostuu yhteisöllinen ja osallistava näkökulma, sekä läpi projektin jatkuva arviointi (Salonen 2013, 16). Jatkuva arviointi varmisti, että käsikirja vastaa sille asetettuihin tavoitteisiin. Perinteisen kehittämisen kulttuurin kuvataan olevan vahvasti rahoittajien määrittämien velvoitteiden ja tarpeiden ohjaamaa. Uudenlaisessa kehittämisen kulttuurissa arviointi nähdään kuitenkin osana kehittämistä, ei irrallisena palana. (Pohjola ym. 2014, 22.) Tämä ajattelumalli kuvaa myös tämän kehittämisprojektin arviointia, jota toteutettiin ennen kehittämisen aloitusta, kehittämisen aikana sekä sen jälkeen. Arviointia toteutettiin osana ohjausryhmän jäsenten kanssa käytyjä keskusteluita sekä projektiryhmän työskentelyssä.

Arvioinnissa peilataan tilannetta arviointihetkellä suhteessa asetettuihin tavoitteisiin ja alkuperäiseen suunnitelmaan (Koivisto ym. 2017, 7). Arviointia tehtiin jo alussa, kun alkuperäisiä, tilaajan, MIELI ry:n puolelta tulleita tavoitteita kehittämiselle tarkasteltiin suhteessa opinnäytteen laajuuteen. Alkuperäisenä toiveena oli, että kehittämisprojektina tuotettaisiin kokonainen käsikirja etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan työn tueksi. Tämä kokonaisuus oli kuitenkin liian suuri toteuttavaksi kokonaisuudessaan opinnäytetyönä. Jotta kehittämisprojekti pysyisi sille asetetussa laajuudessa, arvioitiin yhdessä mitkä osuudet ovat sellaisia, joiden toteuttaminen kehittämisprojektina palvelisivat parhaiten sekä tilaajan että opiskelijan tarpeita. Yhdessä rajattiin kehittämisprojekti koskemaan vain etsivän nuorisotyön sisältöjä ja käsikirjan rakennetta. Työpajatoiminnan mahdollisten erityistarpeiden sisällyttäminen jätettiin kehittämisprojektin ulkopuolelle, toteutettavaksi osana MIELI ry:n omana asiantuntijatyötä.

Vaikka arviointi oli jatkuvaa, oli sille kuitenkin asetettu painopisteet toiminnan puoliväliin ja loppuun. Erottamalla arviointi omaksi vaiheekseen tunnustetaan sen merkitys kehittämistoiminnalle. Arvioinnin ennakoitiin varmistaa myös, että mahdollisesti tarvittavat muutokset ehditään tehdä ennen kehittämisprojektin päättymistä. Arvioinnissa on nimittäin aina se mahdollisuus, että keskeneräinen tuotos palautetaan takaisin työstövaiheeseen. (Salonen 2013, 18.) Koska projektiryhmällä oli keskeinen rooli arvioinnissa koko matkan ajan, oli tapaamisia suunniteltu koko kehittämisprojektin ajalle niin että viimeinen oli hyvissä ajoin ennen suunniteltua valmistumisaikataulua.

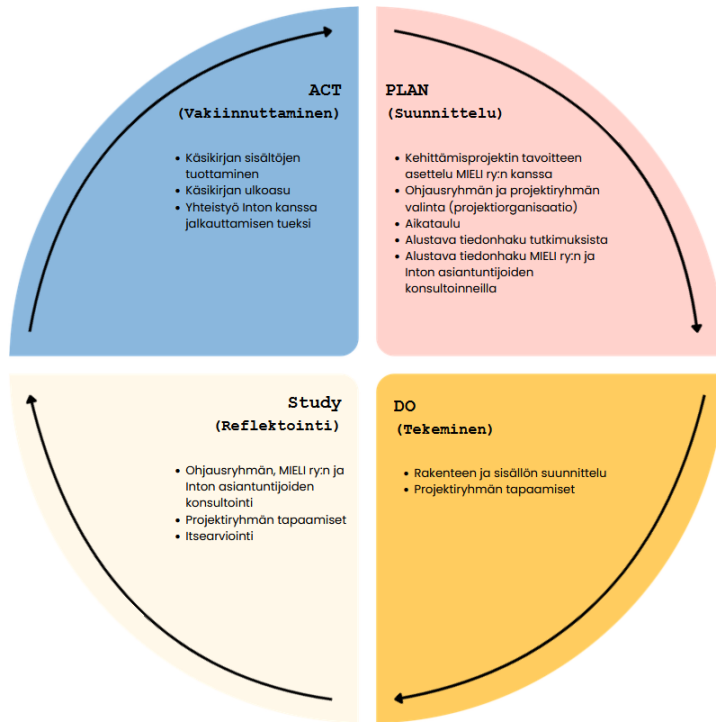
Apuna arvioinnissa käytetään erilaisia arvioinnin menetelmiä, riippuen missä vaiheessa arviointia toteutetaan. Projektiryhmän keskeisen roolin takia, arviointia oli luontevaa toteuttaa osana yhteistä työskentelyä. Arviointia tehtiin osallistavasti, eli eri toimijat osallistuivat yhdessä arviointiprosessin toteutumiseen (Koivisto ym. 2017, 7). Menetelmänä käytettiin Padlet-alustan äänestystyökalua, jonka kautta arvioitiin, ollaanko sisältöjen kehittämisessä menossa oikeaan suuntaan. Lisäksi projektiryhmän kokoontumisissa toteutettiin strukturoimatonta, eli vapaata, ennalta päättämättömän mallin mukaista

havainnointia. Havainnointi on toimiva arviointimenetelmä sillä se tuottaa ensi käden tietoa arvioitavasta asiasta ja toteutuu usein autenttisessa ympäristössä. Havainnoinnissa on tärkeää tiedostaa rooli, josta käsin havainnointia tehdään ja kommunikoida se muulle ryhmälle. Tässä kehittämissuunnitelmassa havainnointia tehtiin aktiivisesta roolista käsin. Tällöin havainnoija osallistuu yhteiseen keskusteluun ja mutta hänen roolistaan havainnoijana ollaan tietoisia. (Opintokeskus Sivis 2023.)

Koska osaamiskeskukseen asetettua budjettia leikattiin kesken kehittämissuunnitelman, arvioitiin MIELI ry:n kanssa toteuttamisen mahdollisuuksia uudelleen yhteiskehittämisen vaiheiden välillä. Lisäksi arviointia toteutettiin suunnitellusti ohjausryhmän kanssa yhteiskehittämisen päätyttyä.

Vaikka toiminnan arviointi oli määritelty jatkuvaksi, haluttiin sitä tukemaan tuoda systemaattiseen arviointiin kannustava malli. Malliksi valittiin sosiaali- ja terveysalalla käytetty PDSA-malli, joka tunnetaan myös nimellä Demingin ympyrä. Mallissa toimintaa kehitetään koko prosessin ajan neljässä eri kehittämissyklin vaiheessa: Suunnittelu (Plan), tekeminen (Do), tavoitteiden saavuttamisen reflektointi ja syy-seuraussuhteiden arviointi (Study) ja vakiinnuttaminen (Act). (Heikkinen & Sivonen 2023, 4–5.) Mallin kehämäisyys kannustaa jatkuvaan kehittämiseen syklin eri vaiheissa. Se alkaa suunnitteluvaiheesta (Plan), jossa kehittämissuunnitelmalle asetetaan tavoitteet ja raamit. Tekemisen vaiheessa (Do) suunnitelmaa lähdetään toteuttamaan. Reflektoinnin vaiheessa (Study) arvioidaan, ollaanko menossa oikeaan suuntaan, tunnistetaan haavoittuvuuskohtia ja tarkastellaan mitä prosessissa on opittu. Vakiinnuttamisen vaiheessa (Act) viedään opitut asiat käytäntöön ja kehitetään sisältöä tarvittaessa niiden pohjalta. (The W. Edwards Deming Institute 2024).

Kuva 14 havainnollistaa miten PDSA-mallin kehittämissykli toteutui kehittämissuunnitelmassa.



Kuva 14. PDSA-kehittämissyklin toteutuminen kehittämissuunnitelmassa (mukaan Moen & Norman 2010, 27).

PDSA-mallin avulla oli helppo hahmottaa missä vaiheessa kehittämistä mennään ja suunnitella ajankäyttöä. Malli tuli yhteiskehittämisen myötä tutuksi myös MIELI ry:n ja Inton asiantuntijoille. Mallin avulla pysähdyttiinkin lopussa arvioimaan tuotettua käsikirjaa ja todettiin sen vastaavan sille asetettuihin tavoitteisiin. Samalla kartoitettiin jatkokehittämisen tarpeita.

## 7 Kehittämiprojektin eettisyys ja luotettavuus

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden tulee noudattaa Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa -ohjetta (HTK). Eettisyyden varmistamisen tukena käytetään Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvoston (Arene) toimeksiannosta laadittuja opinnäytetöiden eettisiä suosituksia, joissa muun muassa tarkastellaan opinnäytetyöprosessiin osallistuvien oikeuksia, velvollisuuksia ja vastuita tutkimuseettisestä näkökulmasta käsin. (Kettunen ym. 2018.)

Tässä kehittämiprojektissa ei toteutettu erillistä tutkimusta, sillä esteeksi muodostui esteellisyys. HTK:n mukaisesti *”tutkijat pidättyvät kaikista tieteeseen ja tutkimukseen liittyvistä arviointi- ja päätöksentekotilanteista, jos on syytä epäillä heidän olevan esteellisiä. Tämä koskee tutkijoita myös heidän toimiessaan opettajina, ohjaajina tai asiantuntijoina”* (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 7). Kehittämiprojektista vastaava opiskelija oli työsuhteessa työn tilaajatahossa MIELI ry:ssä, toimiessaan asiantuntijana osaamiskeskustoiminnassa, johon kehittämiprojekti toteutettiin. Näin ollen tutkimuksen tekeminen puolueettomana olisi voinut olla haastavaa. Oman tutkimuksen sijaan kehittämiprojektin tieteellinen osuus rakennettiin olemassa olevien, etsivän nuoristyön piirissä olevien nuorten tilanteita ja työn todellisuutta kartoittavien tutkimusten ympärille.

Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK) ei koske ainoastaan tutkimusta, vaan myös muita sisältöjä, kuten opetusmateriaaleja ja yhteiskunnallisen vuorovaikutuksen tilanteita niin painettuina kuin sähköisissä julkaisukanavissa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021). Näin ollen HTK:n sisällöt toimivat Arenen eettisten suositusten rinnalla kantavana ohjenuorana läpi kehittämiprojektin. Nämä edellyttivät esteellisyyden selvittämisen lisäksi muun muassa suunnitelmallista työskentelyä, rehellisyyttä, yhteistyösopimusten, roolien, vastuiden ja velvollisuuksien selvittämistä, sidonnaisuuksien ilmoittamista, sekä tietoisuutta plagiointiin liittyvistä lainalaisuuksista. (Kettunen ym. 2020, 3, 5–8, 11–12, 19, 23–24; Vuorio 2022). Lisäksi eettisyyteen kuuluu henkilötietojen asianmukainen

käsittely (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021). Vaikka kehittämissuorituksissa ei tehty erillistä henkilötietojen keräämistä vaativaa tutkimuksellista osuutta, haluttiin projektiryhmään mukaan lähteille selventää heidän oikeutensa osallistua tai vetäytyä prosessista, sekä antaa tietoa kehittämistyöpajoista kerätyn tiedon hyödyntämisestä. Tämä toteutettiin lähettämällä projektiryhmään osallistumisesta kiinnostuneille etukäteen Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen kutsukirje (LIITE 2) sekä kehittämissuoritusta varten laadittu Henkilötietojen käsittely Mielenterveyden vahvistajan käsikirjan sisällön kehittämisen työpajoissa -tietosuojailmoitus (LIITE 3).

Hyvään eettiseen käytäntöön kuuluu noudattaa myös tutkittavan alan omia eettisiä normistoja (Arene 2019, 5, 9). Nuorisotyön toimijoille on määritelty omat ammattieettiset ohjeet Nuorisolan kattojärjestö Allianssin ja Nuorisola- ja Liikunta-alan asiantuntijat ry:n (Nuoli) toimesta. Ohjeet kuvaavat asennetta, vastuuta ja suhtautumistapaa nuorten kanssa tehtävään työhön. (Allianssi & Nuoli 2020.) Koska kehittämissuorituksissa tuotettiin ohjeistustyyppisiä sisältöjä, oli ymmärrys nuorisotyön ammattieettisistä ohjeista keskeinen. Tällä haluttiin varmistaa, että käsikirjan ohjeistukset eivät ole ristiriidassa ammattieettisten ohjeiden kanssa.

Koska kyseessä oli toiminnallinen opinnäytetyö, eroaa sen luotettavuuden pohdinta tutkimuksellisesta työstä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä keskeistä on dialogi ja vuorovaikutus kehittämistoimintaan osallistuvien ryhmien kanssa. Toimintaa arvioidaan, suunnitellaan ja kirkastetaan yhdessä tasavertaisesti (Salonen 2013, 6). Koska kehittäminen tapahtui vuorovaikutuksessa, kiinnitettiin dokumentointiin erityistä huomiota, jotta ulkopuolisen on mahdollista jäljittää lopullisesta kehittämissuorituksen raportista eri vaiheet, kehittämissuoritus- ja tiedonhankintamenetelmät sekä niiden käsittely (Salonen 2013, 24). Sekä projektiryhmälle että tilaajalle lähetettiin jokaisen tapaamisen jälkeen yhteenveto tapaamisesta käsitellyistä teemoista ja keskusteluista.

Keskeinen tieteelliseen tutkimukseen liittyvä luotettavuuden ulottuvuus on sidonnaisuuksien ilmoittaminen (Arene 2019, 23). Tässä kehittämissuorituksissa sidonnaisuus työn tilaajatahoon oli vahva ja se kerrottiin jo

suunnitelmavaiheessa oppilaitokselle ja kaikille kehittämiseen osallistuville osapuolille Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen kutsukirjeessä (LIITE 2). Lisäksi sidonnaisuuksista kerrotaan valmistuneessa käsikirjassa seuraavasti:

”Käsikirja on tuotettu opetus- ja kulttuuriministeriön Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskuksessa (2021–2023). Se on myös kirjoittajan opinnäytetyö Turun ammattikorkeakoulun sosionomi (YAMK) -opinnoista.” (Peräaho 2024, 2).

Sidonnaisuuden vaikutusta työn luotettavuuteen pyrittiin myös heikentämään yhteiskehittämisen lisäksi vahvalla, puolueettomaan, tutkittuun tietoon pohjautuvalla tietoperustalla. Koska kehittämisprojekti ei sisällä omaa tutkimuksellista osuutta, oli keskeistä huolehtia, että kehittämisprojektin taustalla olevat tutkimukset ovat ajantasaisia, luotettavia ja sekä ne, että muut lähdemateriaalit täyttävät tieteelliselle julkaisulle asetetut kriteerit. Kehittämisen tukena pyrittiin käyttämään primäärilähteitä, sekä vertaisarvioituja, tieteellisiä, IMRD-rakenteen pohjalle rakennettuja ja tunnettujen organisaatioiden julkaisuja. (Turun ammattikorkeakoulu 2022.)

Keskeistä luotettavuuden arvioinnissa oli myös riskien arviointi ja hallinta. Riskien arvioinnilla hahmotetaan toiminnan ja tavoitteen saavuttamista estävät, hidastavat tai vahingoittavat tekijät. Riskien arviointia on hyvä tehdä vuorovaikutuksessa kehittämiseen osallistuvien kanssa, jotta riskejä voidaan arvioida eri näkökulmista. (Innokylä n.d.) Kehittämisprojektissa riskien arviointia toteutettiin MIELI ry:n kanssa yhteistyössä (LIITE 4).

## 8 Yhteenveto, pohdinta ja jatkokehittäminen

### 8.1 Kehittämiprojektin ja tuotoksen arviointi

Kehittämiprojektina tuotettiin *Mielenterveyden vahvistajan käsikirja – Näkökulmia nuorten mielenterveyden vahvistamiseen etsivässä nuorisotyössä ja työpajatoiminnassa* -käsikirja, joka kattaa etsivän nuorisotyön kannalta keskeiset, nuorten mielenterveyttä edistävää ja ongelmia ehkäisevää työtä tukevat sisällöt. Käsikirjalla haluttiin vastata etsivän nuorisotyöntekijöiden tarpeisiin nuorten mielenterveyden vahvistamisessa, tarjoamalla kohderyhmän erityiset tarpeet huomioitavaa, työtä tukevaa tietoa. Rajaus oli perusteltu myös siksi että mielenterveys on aihepiirinä laaja ja ilman rajauksia sen tarkastelu riittävän konkreettisella tasolla voi olla vaikeaa.

Kehittämiprojektissa kiinnitettiin keskeisen tiedon lisäksi huomiota käsikirjan rakenteeseen. Rakenteen haluttiin vastaavan työn luonteeseen (muun muassa vähäiset koulutusresurssit ja vaihtuvuus), sekä tukevan työhyvinvointia.

Käsikirjaan onnistuttiin kokoamaan tutkimusten huomioita ja yhteiskehittämisen tuloksia vastaavat, keskeiset sisällöt ja löytämään tasapaino mielenterveyttä edistävän ja ongelmia ehkäisevän työotteiden välillä, etsivän nuorisotyön erityistarpeet huomioiden. Tiedonkeruussa keskityttiin suomalaiseen tutkimustietoon, jotta kerätty tieto vastaa mahdollisimman hyvin työn todellisuutta.

Riskeissä ei osattu ennakoida osaamiskeskushankkeen rahoittajan päätöstä leikata budjettia kesken osaamiskeskuskauden. Kehittämiprojekti tilattiin alun perin osaksi MIELI ry:n osaamiskeskushanketta ja se oli tarkoitus tuottaa MIELI ry:n graafisen ilmeen mukaiseksi. Hankkeen rahoituksessa tapahtuneiden leikkausten takia lopullinen tuotos tehtiin kuitenkin Inton graafisen ilmeen mukaiseksi. Tällä tavoin pystyttiin hyödyntämään Inton aiemmissa käsikirjoissa käytettyjä graafisia elementtejä ja käsikirjan taittokuluja saatiin alemmaksi. Ratkaisuun vaikutti myös Inton halu liittää valmis käsikirja osaksi ns.



käsikirjaperhettä, johon kuuluivat aiemmin mainitut Etsivän nuorisotyön (2022) ja Työpajatoiminnan (2023) käsikirjat. Rahoituksen leikkaus vaikutti myös siihen, että käsikirjasta ei voitu tehdä rakenteeltaan niin toiminnallista kuin alun perin oli ollut tarkoitus.

Vaikka rakenteeseen ja ulkoasuun liittyvät muutokset olivat vastoin alkuperäistä suunnitelmaa, koettiin ne hyväksi sekä MIELI ry:n että Inton puolelta. Käsikirjan liittämisen osaksi ulkoasultaan jo etsivän nuorisotyön kentälle tuttuja käsikirjoja koettiin helpottavan käsikirjan jalkauttamista ammattilaisten työvälineeksi. Inton aiemmat käsikirjat ovat myös hyvin tietopainotteisia ja samankaltaisuus rakenteessa ja ulkoasussa tuovat käsikirjaa lähemmäs kentän ammattilaisten arkea, jolloin se ei jää niin herkästi kentän toiminnasta irrallisen organisaation tuotteeksi. Tämä puolestaan vastasi MIELI ry:n alkuperäiseen tavoitteeseen pyrkimyksestä juurruttaa mielenterveyden edistämisen sisältöjä etsivän nuorisotyön kentälle.

Alkuperäinen tarkoitus oli tuottaa käsikirjasta painettu versio, mutta se ei onnistunut aiemmin mainitun rahoituksen leikkauksen vuoksi. Laajojen tietosuuksien omaksuminen verkkomuodossa voidaan kokea joidenkin lukijoiden kohdalla raskaaksi. Painoversio oli tarkoitus tuottaa myös sen mahdollisten työhyvinvointia tukevien ominaisuuksien vuoksi. Painoversion voi ottaa mukaan haluamaansa paikkaan ja tutustua siihen omassa rauhassa, tehden sivuille tarvittavia merkintöjä. Painoversion pariin voi herkemmin uppoutua ja päästä hyvinvointia vahvistavaan flow-tilaan, kuin toimistotilassa sijaitsevan tietokoneen äärellä, jonka ääressä on helppo hairahtua multitaskaamaan. Vaikka painoversiossa onkin omat etunsa, mahdollistaa verkkoversio kuitenkin suoran lisätiedon äärelle siirtymisen, joka ei olisi painoversiossa mahdollista. Tämä voi tukea tiedonomaaksumista ja oppimista painoversiota paremmin.

Valmis käsikirja julkaistiin Inton järjestämän, etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan ammattilaisille suunnatun #INTO24-tapahtuman yhteydessä. Käsikirjaa markkinoitiin Inton messupisteellä ja siitä kirjoitettiin Inton viestintäpäällikön toimesta tiedote Inton verkkosivuille ja sosiaalisen median kanaviin. Tämän raportin kirjoittamishetkellä se on saanut myönteistä, kiittävää

palautetta sekä MIELI ry:n että Inton lisäksi etsivän nuorisotyön ammattilaisilta. Käsikirjaa on kiitetty erityisesti sen käytännönläheisyydestä ja osuvuudesta sille tarkoitettulle kohderyhmälle. Lisäksi käsikirja on otettu käyttöön myös muissa nuoria ja nuoria aikuisia kohtaavissa ammattiryhmissä, kuten Ohjaamoissa, nuorisopsykiatrian yksikössä ja järjestökentällä.

## 8.2 Kehittämiprojekti oppimisprosessina

Kehittämiprojektin toteuttaminen oli opettavainen, mutta haastava prosessi. Haastetta lisäsi yhtäaikainen toimiminen MIELI ry:n asiantuntijatehtävissä opinnäytetyön ohella. Työn ja opintojen välisen rajanvedon tekeminen oli ajoittain vaikeaa, sillä työtehtäviin kuului tuottaa käsikirjaan opinnäytetyön ulkopuolelle rajatut sisällöt asiantuntijatyönä. Tämä sisälsi nuorten työpajatoiminnan ammattilaisten näkökulmat sekä työhyvinvointia tarkastelevat sisällöt. Vaikka tämä aiheutti haasteita, oli siitä myös etua, sillä tekstin yhtenäisyyden muodostaminen olisi ollut vaikeampaa, jos tekstiä olisi tuotettu kahden kirjoittajan yhteistyönä. Asiantuntijatyöhön kuului myös MIELI ry:n osaamiskeskustoiminnan koulutusten toteuttaminen, joten käsikirjaan tulevia sisältöjä oli mahdollista tarkastella koko prosessin ajan suhteessa koulutuksissa nousseisiin, ajankohtaisiin ilmiöitä sivuaviin keskusteluihin.

Haastavinta sisältöjen tuottamisessa oli tasapainoilu siinä, miten tuottaa tekstiä, jossa näkyy yhtä aikaa asiantuntijuus ja kentän ääni, ilman että kumpikaan korostuu liikaa. Liian teoreettinen tieto jää herkästi etäiseksi perustyöstä, mutta teorian yhdistäminen käytännönläheisyyteen lisää tiedon syvyyttä. Samalla se tuo uskottavuutta etsivälle nuorisotyölle työmuotona ja erilaiset teoreettiset viitekehykset voivat toimia työn selkärankana, vahvistaen työn merkityksellisyyttä.

Myös muutokset rahoitukseen ja niiden vaikutukset käsikirjan rakenteeseen aiheuttivat ajoittaista lisäpainetta. Koska työ toteutettiin yhteiskehittämistä painottaen, oli lopputuloksessa tärkeä saada huomioitua projektiryhmän näkemykset. Erityisesti Inton puolelta tullut rohkaisu uuden suunnan

seuraamiseen valoi kuitenkin uskoa prosessiin, eikä toiminnallisuuden vähäisyys lopulta vähennä käsikirjan kykyä vastata sille asetettuihin, alkuperäisiin tavoitteisiin.

Työn rajaamista haastoi myös MIELI ry:n sisällä vallitsevat, erilaiset lähestymistavat suhteessa mielenterveyteen. Lähestymistapa voi poiketa riippuen tarkastellaanko teemaa esimerkiksi psykologian vai lääketieteen lähtökohdista, joita molempia hyödynnetään MIELI ry:ssä, riippuen kohderyhmästä jolle sisältöä tuotetaan. Käsikirjaan määriteltiin lopulta mielenterveyttä etsivän nuorisotyön kentälle soveltuvasti, yhdistäen erilaisia näkökulmia ja korostaen käsitteen kompleksisuutta. Koska työtä tehdään hyvin käytännönläheisesti, on yhtenäistä teorianäkökulman ymmärrystä keskeisempää ymmärtää mielenterveyttä edistävän työn peruseräilyä ja osata soveltaa niitä omaan työhön.

### 8.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkokehittäminen

Käsikirja on laajuudessaan kattava perusteos etsivän nuorisotyön kentällä toteutettavaan mielenterveyttä edistävään ja ongelmia ehkäisevään työhön. MIELI ry on käsikirjan valmistumisen jälkeen ilmaissut halunsa tuottaa käsikirjan rinnalle laajemmin koko nuorisoalaa palveleva, toinen käsikirja. Muutokset vaatisivat kuitenkin taustatiedon keräämistä yleisemmin nuorisoalan tarpeista ja toimintaympäristöstä, sillä nykyisen käsikirjan sisällöt kohdentuvat etsivän nuorisotyön tarpeisiin. Nuorisoalalla työn painopiste on myös laajemmin mielenterveyttä edistävissä lähtökohdissa. Käsikirjan näkökulmat sen sijaan heijastelevat koulutuksen ja työelämän ulkopuolella tai jo syrjään jätettyjen nuorten parissa tehtävän työn tarpeita, joka on usein ennaltaehkäisevää – joskus korjaavaa. Näin ollen sisällöt eivät ole suoraan johdettavissa koko nuorisoalalle päteviksi. Riskinä yleispätevän käsikirjan tuottamisessa on myös se että sitä ei laajuutensa ja yleispätevyytensä vuoksi koeta omaksi nuorisoalan eri ammattiryhmissä. Mikäli käsikirjan sisältöjä lähdetään muokkaamaan laajemmalle kentälle, tulee myös ulkoasu toteuttaa MIELI ry:n toimesta, sillä

tällöin tuotos ei ole enää kohdennettu Inton kohderyhmille. Tämä vaatisi ajankäytön lisäksi taloudellisia resursseja.

Alkuperäisenä tarkoituksena oli myös tuottaa käsikirjasta painoversio. Tämä oli erityisesti Inton toive. Mikäli painoversiota lähdetään edistämään osana mahdollisia tulevia hankkeita, tai muilla varoilla, voidaan sen työstössä hyödyntää aiemmin tutuksi tullutta PDSA-mallia. Tällöin sykli aloitetaan alusta määrittelemällä käsikirjan painoon saattamisen vaiheet.

Käsikirjaa on tarkoitus jalkauttaa muun muassa kirjastoihin ja nuorisolan oppilaitosten oppimateriaaliksi. Tämä edesauttaa etsivän nuorisotyön ammattikentän tunnettuuden lisääntymistä ja tuo esiin kyseisen ammattiryhmän työnkuvan monipuolisuutta. Tämän raportin kirjoittamishetkellä se on jo lisätty XAMK – Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kirjaston valikoimiin. Käsikirjaa tullaan Inton toimesta markkinoimaan myös perehdytysmateriaalina uusille etsivän nuorisotyön toimijoille.

Jatkokehittämisen paikkojakin on. Käsikirjan sisältöjen pohjalta olisi esimerkiksi mahdollista toteuttaa sekä tiiviitä, että laajempia koulutuskokonaisuuksia. Tällöin asiantuntija voi poimia käsikirjasta tarvittavat sisällöt koulutusdioihin. Pedagogisesti pätevään koulutukseen olisi hyvä kuitenkin lisätä myös vuorovaikutuksellisuutta ja toiminnallisuutta esimerkiksi yhteisten pienryhmäkeskusteluiden ja tehtävien muodossa. Vaihtoehtoisesti sisällöt olisi mahdollista muokata myös lyhyiden tietoisikujen ja koulutustallenteiden muotoon.

Koska käsikirjasta ei saatu muuttuneiden resurssien vuoksi niin toiminnallista kuin alun perin oli tarkoitus, olisi perusteltua jatkokehittää käsikirjasta toiminnallisia harjoitteita sisältävä lisäosa. Lisäosalle olisi perusteet myös yhteiskehittämisen tuloksista, jossa nousi toiveita toiminnallisuudesta ja tehtävistä, joita voisi tehdä suoraan nuorten kanssa. Lisäosan voisi rakentaa tieto-osioiden pohjalle, vieden niitä käytäntöön sekä työyhteisöihin jalkautettavilla, että nuorten kanssa tehtävillä harjoitteilla.

Mahdollista jatkokehittämistä voidaan toteuttaa sekä MIELI ry:n että Inton toimesta. Koska käsikirja on tuotettu yhteisten intressien pohjalta, on sen jatkokäytöstä kuitenkin syytä keskustella organisaatioiden välillä, jotta käytöstä ei synny ristiriitoja tai kilpailevia tuotteita.

## Lähteet

Aaltonen, S., Berg, P., & Ikäheimo, S. 2015. Nuoret luukulla – Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Tutkimuksesta tiiviisti 3/2015. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla:

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125695/URN\\_ISBN\\_978-952-302-442-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125695/URN_ISBN_978-952-302-442-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Absetz, P. & Hankonen, N. 2011. Elämäntapamuutoksen tukeminen terveydenhuollossa: vaikuttavuus ja keinot. Duodecim, 127, 22. 65–72. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo99873.pdf>

Ahrnberg, H., Appelqvist-Schmidlechner, K., Mustonen, P., Fjörd, S., & Aktan-Collan, K. 2021. Determinants of Positive Mental Health in Adolescents: A Cross-Sectional Study on Relationships between Positive Mental Health, Self-Esteem, Character Strengths, and Social Inclusion. Viitattu 1.11.2023.

Saatavilla:

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142929/Determinants%20of%20positive%20mental%20health%20in%20adolescents%20%e2%80%93%20a%20cross-sectional%20study%20on%20relationships%20between%20positive%20mental%20health%2c%20self-esteem%2c%20character%20strengths%20and%20social%20inc.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Allianssi & Nuoli ry. 2020. Nuorisotyön ammattieettiset ohjeet. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla:

[https://www.nuoli.info/application/files/7015/7866/7683/nuoli\\_eettisetOhjeet\\_A3\\_191219\\_n.pdf](https://www.nuoli.info/application/files/7015/7866/7683/nuoli_eettisetOhjeet_A3_191219_n.pdf)

Aluehallintovirasto. N.d. Etsivä nuorisotyö. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla:

<https://avi.fi/tietoa-meista/tehtavamme/opetus-ja-kulttuuri/nuorisotoimi/etsivanuorisotyö>

Aluehallintovirasto & Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2024. Etsivä nuorisotyö. Suomen nuorisotyön tilastot – Nuorisotilastot.fi. Viitattu 27.4.2024. Saatavilla:

<https://nuorisotilastot.fi/199/visualisoinnit/etsiva-nuorisotyö/>

- Arene. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: [https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?\\_t=1578480382](https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382)
- Bamming, R. & Hilpinen, M. 2020. Etsivä nuorisotyö 2019 – Valtakunnallisen etsivän nuorisotyön kyselyn tulokset. Länsi- ja Sisä-Suomen aluehallintovirasto: Opetus- ja kulttuuritoimen vastuualue. Aluehallintovirastojen julkaisuja 90/2020. Vaasa. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: [https://nuorisotilastot.fi/wp-content/uploads/2022/06/ET\\_2019\\_raportti\\_2020\\_11\\_02.pdf](https://nuorisotilastot.fi/wp-content/uploads/2022/06/ET_2019_raportti_2020_11_02.pdf)
- Blomgren, J. & Perhoniemi, R. 2022. Mielenterveyden häiriöihin perustuvien sairauspäivärahopäivien määrä kasvaa taas. KELA: tutkimusblogi 10.5.2022. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/721028/mielenterveyden-hairioihin-perustuvien-sairauspaivarahapaivien-maara-kasvaa-taas>
- Burke Harris, N. 2019. Syvälle ulottuvat juuret. Turvattomasta lapsuudesta tasapainoiseen aikuisuuteen. Helsinki: Basam books.
- Doughty, K. 2020. Increasing Trauma-Informed Awareness and Practice in Higher Education. Journal of Continuing Education in the Health Professions. 40(1):66–68. Viitattu 3.5.2024. Saatavilla: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32149949/>
- Erkko, A. & Hannukkala, M. 2019. Mielenterveys voimaksi. MIELI Suomen Mielenterveys ry.
- Finlex. 2016. Nuorisolaki. Helsinki: Nuorisolaki 1285/2016. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285#Pidm45949344613200>
- Gretschel, A. & Myllyniemi, S. 2017. Työtä, koulutus- tai harjoittelupaikkaa ilman olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta ja julkisista palveluista – Nuorisobarometrin erillinäyte. Nuorisotutkimusseura. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/hankkeet/nuorisobarometrin->

erillisnayte/eriarvoistumistyoryhma\_gretschelmyllyniemi\_neet\_aineistokooste\_05122017\_nettiin.pdf.

Gretschel, A. & Myllyniemi, S. 2019. Mitä kuuluu nuorille työn ja koulutuksen ulkopuolella. Nuorisobarometrin erillisnäyte. Nuori 2019 – valtakunnalliset nuorisotyöpäivät. Luentodiat. Turku 28.3.2019.

Gretschel, A. & Myllyniemi, S. 2020. Kuulummeko yhteiskuntaan? Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta ja julkisista palveluista. Helsinki: KAKS - Kunnallisalan kehittämissäatiö.

Hankonen, N. & Linnansaari, A. 2019. Miten terveystyötyymiseen voidaan vaikuttaa? Interventoiden suunnittelun ja arvioinnin pääpiirteitä. Terveiden psykologia (toim. Sinikallio, S.). PS-kustannus. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: [https://www2.helsinki.fi/sites/default/files/atoms/files/miten\\_terveyskayttaytymiseen\\_voidaan\\_vaikuttaa.pdf](https://www2.helsinki.fi/sites/default/files/atoms/files/miten_terveyskayttaytymiseen_voidaan_vaikuttaa.pdf).

Harra, T., Mäkinen, E. & Sipari, S. 2012. Yhteiskehittelyllä hyvinvointia. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <http://www.urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019101119876>.

Haukipuro, K., Koskenvuori, K., Nevalainen, M. & Pösö, R. 2019: Mielenterveyden häiriöt vievät yhä useamman nuoren pois työelämästä. KELA: tutkimusblogi 27.6.2019. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/724447/mielenterveyden-hairiot-vievat-yhauseamman-nuoren-pois-tyoelamasta>.

Hautala T., Ojalehto M. & Saarinen J. (toim.) 2012. Työelämää kehittämässä. Ammattikorkeakoulu projektimaisen kehittämisen kumppanina. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 67. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 7.2.2023. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522162625.pdf>

Heikkinen, K. & Sivonen, A. 2023. Kehitä ja kehity – PDSA-syklin mukainen jatkuva kehittäminen toteutuneissa oppimisprojekteissa. eSignals Research, 2(1). Viitattu 4.4.2024. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2021101450992>

Helsingin kaupunki. 2022. Projektin ydinroolit ja vastuut. Helsingin kaupungin kehittämismenetelmä sivusto Kehmet. Viitattu 22.10.2023. Saatavilla: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiZrKew4vb6AhWEIosKHQEIAbUQFnoECA4QAQ&url=>



<https://www.kehmet.hel.fi/froolit-ja-vastuut/projektin-roolit/projektin-ydinroolit&usg=AOvVaw3rjmcp43KpQRlr3jv5hzVz>

Hietala, E. 2021. Etsivä nuorisotyö Pohjois-Suomen aluehallintoviraston alueella 2020. Pohjois-Suomen aluehallintovirasto: Opetus- ja kulttuuritoimen vastuualue. Aluehallintovirastojen julkaisuja 115/2021. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: [https://avi.fi/documents/25266232/55310955/Julkaisu-115\\_Etsiv%C3%A4+nuorisoty%C3%B6+Pohjois-Suomen+aluehallintoviraston+alueella+2020.pdf/735d3f28-2ca7-f731-67fa-91b1281c9f1c/Julkaisu-115\\_Etsiv%C3%A4+nuorisoty%C3%B6+Pohjois-Suomen+aluehallintoviraston+alueella+2020.pdf?t=1633349178716](https://avi.fi/documents/25266232/55310955/Julkaisu-115_Etsiv%C3%A4+nuorisoty%C3%B6+Pohjois-Suomen+aluehallintoviraston+alueella+2020.pdf/735d3f28-2ca7-f731-67fa-91b1281c9f1c/Julkaisu-115_Etsiv%C3%A4+nuorisoty%C3%B6+Pohjois-Suomen+aluehallintoviraston+alueella+2020.pdf?t=1633349178716)

Innokylä. N.d. Riskien arviointi. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: <https://innokyla.fi/fi/tyokalut/riskien-arviointi-0>

Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, a. N.d. Osaamiskeskus. Viitattu 15.10.2023. Saatavilla: <https://www.intory.fi/into/osaamiskeskus/>

Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, b. N.d. Into. Viitattu 15.10.2023. Saatavilla: <https://www.intory.fi/into/>

Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, c. N.d. Etsivä nuorisotyö. Viitattu 15.10.2023. Saatavilla: <https://www.intory.fi/etsiva-nuorisotyö/>

Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, d. N.d. Etsivä nuorisotyö 2020-infograafi. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: [https://www.intory.fi/app/uploads/2021/10/ENT\\_infograafi\\_2021\\_web.pdf](https://www.intory.fi/app/uploads/2021/10/ENT_infograafi_2021_web.pdf)

Jalonen, H., Kurkela, K., Maijala, S., Tuurnas, S. & Rantamäki, A. Ekosysteemiajattelu auttaa kehittämään palveluita, jotka vastaavat nuorten oikeisiin tarpeisiin. KELA: tutkimusblogi 25.3.2024. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/987843/ekosysteemiajattelu-auttaa-kehittamaan-palveluita-jotka-vastaavat-nuorten-oikeisiin-tarpeisiin>

Järvinen, M. 2020. Motivoiva haastattelu. Duodecim: Käytä hoito -suositus. Viitattu 22.10.2023. Saatavilla: <https://www.kaypahoito.fi/nix02109>

Kallio, K. P. 2020. Myönteinen tunnistaminen: tutkimusperustainen käytännöllinen näkökulma nuorisotyöhön. Teoksessa: Kantonen, H. (toim.). 2020. Myönteisiä matkaeväitä: Sosiaalisen vahvistamisen ryhmätoimintojen

ohjaajan opas. XAMK kehittää 107. Mikkeli: Kaakkois-Suomen Ammattikorkeakoulu. 15–27.

Kallio, K. P. 2018. Myönteinen tunnistaminen lapsi- ja perhelähtöisen toimintakulttuurin vahvistamisessa. Sosiaali- ja terveysministeriö: LAPE-muutosohjelman konferenssi III. 12.3.2018. Viitattu 1.12.2023. Saatavilla: [https://thl.fi/documents/605877/3878270/Kallio\\_LAPEkonferenssi\\_12032018.pdf/03676c98-776c-416c-bc2a-d73e517c684d](https://thl.fi/documents/605877/3878270/Kallio_LAPEkonferenssi_12032018.pdf/03676c98-776c-416c-bc2a-d73e517c684d)

Kallio, K. P. 2015. Ylisukupolvinen tunnistaminen lasten ja nuorten arkiympäristöissä. Teoksessa: Häkli, J., Kallio, K. P. & Korkiamäki, R. 2015. Myönteinen tunnistaminen. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. 89–111.

Kamushadze, T. & Martskvishvili, K. 2021. Character strength at its worst and best: Mediating effect of coping strategies. *Trends in Psychology*. 29, 655–669. Viitattu 1.11.2023. Saatavilla: <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00085-z>

Kettunen, J., Kärki, A., Näreaho, S. & Päällysaho, S. 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset – Tekijän ja ohjaajan apu. AMK-lehti/UAS Journal. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: <https://uasjournal.fi/puheenvuoro/ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset-tekijan-ja-ohjaajan-apu/>

Kettunen, J., Kärki, A., Näreaho, S. & Päällysaho, S. 2020. Vastuullinen opinnäytetyö. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Arene. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: [http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Arenen%20ONT%20eettiset%20ohjeet%20esitysmateriaali%202020.pdf?\\_t=1578486373](http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Arenen%20ONT%20eettiset%20ohjeet%20esitysmateriaali%202020.pdf?_t=1578486373)

Kinnunen, R. 2020. Etsivän nuorisotyön nuorille ja työpajojen valmentautujille suunnatun korona-ajan kyselyn tuloksia. Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry. Viitattu 22.10.2023. Saatavilla: <https://www.intory.fi/materiaalipankki/etsivan-nuorisotyon-nuorille-ja-tyopajojen-valmentautujille-suunnatun-korona-ajan-kyselyn-tuloksia/>

Koivisto, J., Lyytikäinen, M., Savolainen, N. & Rotko, T. 2017. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen keinoja. Innokylän innovaatiokatsaus. Työpaperi 13/2017. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/handle/10024/132086>

- Koivisto, J., Pohjola, P. & Blomqvist, P. 2017. Ennen – Aikana – Jälkeen. Arviointiopas kehittäjille. Työpaperi 22/2017. Viitattu 23.4.2023. Saatavilla: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135538/URN\\_ISBN\\_978-952-302-968-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135538/URN_ISBN_978-952-302-968-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Kostilainen, H., Määttä, A., Nieminen, A. & Perikangas, S. 2020. Yhteiskehittäminen hyvän elämän palvelujen muotoiluna. Teoksessa: Helminen, J. (toim.). 2020. Näkökulmia osallistavaan tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoimintaan. Diakonia-ammattikorkeakoulu. 36–49. Viitattu 27.3.2024. Saatavilla: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/333626/DIAK\\_Työelämä\\_18\\_web.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/333626/DIAK_Työelämä_18_web.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Kutcher, S., Wei, Y. & Coniglio, C. 2021. Mental health literacy: Past, present, and future. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2016;61(3), 154–158. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0706743715616609#bibr19-0706743715616609>
- Lee, H. Y., Hwang, J., Ball, J. G., Lee, J. & Albright, D. L. 2020. Is health literacy associated with mental health literacy? Findings from Mental Health Literacy Scale. *Perspectives in psychiatric care*, 56(2), 393–400. Viitattu 1.11.2023. Saatavilla: <https://doi.org/10.1111/ppc.12447>
- Lehtonen, O. & Kallunki, V. 2013. Nuorten aikuisten syrjäytymiskierre. *Janus* vol. 21 (2) 2013, 128–143. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <https://journal.fi/janus/article/view/50693/15399>
- Leskelä, R-L., Käsmä, K., Jokiranta, V., Salonen, N., Valtakari, M., Yli-Koski, M. & Määttä, M. 2022. Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn palvelurakenne, rahavirrat sekä seurannan haasteet. Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 1/2022. Helsinki. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: [https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/TRVJ\\_1\\_2022\\_Nuorten\\_syrjaytyminen.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/TRVJ_1_2022_Nuorten_syrjaytyminen.pdf)
- Mansbridge, J. 2015. A Minimalist Definition of Deliberation. Teoksessa: Heller, P. & Rao V. (toim.). 2015. *Deliberation and development. Rethinking the Role of Voice and Collective Action in Unequal Societies*. World Bank. 27–49.

Marttunen, M. & Haravuori, H. 2015. Nuorison tilanne – miksi nuoret syrjäytyvät vai syrjäytyvätkö? Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009–2015. Miten tästä eteenpäin? Työpaperi 10/2015.

Viitattu 30.10.2023. Saatavilla:

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136760/Nuorison%20tilanne\\_artikkeli%20dokumentista%20THL\\_TY%c3%962015\\_20\\_WEB\\_sis.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136760/Nuorison%20tilanne_artikkeli%20dokumentista%20THL_TY%c3%962015_20_WEB_sis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Matikka, J. 2020. Seuraa punaista lankaa. Tunnista toimintamallisi ihmistyössä. Jyväskylä. PS-kustannus.

Mettinen, K. 2020. Lasten arkista osallisuutta etsimässä. Askelmerkkejä rakenteelliseen sosiaalityöhön lapsen osallisuuden vahvistamisessa. Jyväskylä. University of Jyväskylä.

MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020. MIELI ry:n strategia 2020—2025. Viitattu 22.10.2023. Saatavilla: <https://mieli.fi/mieli-ry/strategia/>

MIELI Suomen Mielenterveys ry 2022. Suomalaisten hyvinvointia uhkaava kuormitus kasvoi. Viitattu 22.10.2023. Saatavilla:

<https://mieli.fi/uutiset/suomalaisten-hyvinvointia-uhkaava-kuormitus-kasvoi/>

Moen, R. D. & Norman, C. L. 2010. Clearing up myths about the Deming cycle and seeing how it keeps evolving. Basic Quality. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <http://www.apiweb.org/circling-back.pdf>

Niemic, R. 2019. Finding the golden mean: the overuse, underuse, and optimal use of character strengths. *Counselling Psychology Quarterly*. 32(3/4). 453–471. Viitattu 1.11.2023. Saatavilla: <https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1617674>

Nobre J., Oliveira AP., Monteiro F., Sequeira C. & Ferré-Grau C. 2021. Promotion of Mental Health Literacy in Adolescents: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Sep 9;18(18):9500. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8470967/>

Nordling, E. 2018. Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielenterveystyössä? *Duodecim*. 134(15):14. 76–83. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: <https://www.duodecimlehti.fi/duo14435>

Nordling, E. & Rissanen, P. 2020. Mielenterveystyö uudistuu – toipumisorientaation teoreettiset lähtökohdat. Työpaperi 10/2020. Helsinki:

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla:  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140792/URN\\_ISBN\\_978-952-343-591-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140792/URN_ISBN_978-952-343-591-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Nordling, E. 2022. Toipumisorientaatio vahvistaa positiivista mielenterveyttä. Positiivisen mielenterveyden mittaaminen -seminaari. Luentodiat. 26.10.2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Octavius, G.S., Silviani, F.R., Lesmandjaja, A. & Juliansen A. 2020. Impact of COVID-19 on adolescents' mental health: a systematic review. Middle East Current Psychiatry 27, 72 (2020). Viitattu 27.4.2024. Saatavilla:  
<https://doi.org/10.1186/s43045-020-00075-4>

Opintokeskus Sivis. 2023. Arviointitiedon kerääminen ja analysointi. Vaikuttavasti.fi -sivusto. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla:  
<https://vaikuttavasti.fi/arviointitiedon-kerääminen-ja-analysointi/>

Paakkari, L., Torppa, M. P., Paakkari, O-P., Välimaa, R. S., Ojala, K. S. A. & Tynjälä, J. A. 2019. Does health literacy explain the link between structural stratifiers and adolescent health? European Journal of Public Health, Volume 29, Issue 5, October 2019, Pages 919–924. Viitattu 1.11.2023. Saatavilla:  
<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckz011>

Paananen, E., Piironen, M. & Uusitalo, K. (toim.) 2022. Etsivän nuorisotyön käsikirja. Into – etsivä nuorisotyö ja työpajatoiminta ry, Kohdennetun nuorisotyön osaamiskeskus. Kerava: Savion Kirjapaino Oy.

Parkkila, M., & Poutiainen, E. 2023. Miten työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret aikuiset voivat? NEET-ryhmään kuuluvien kokemuksia hyvinvoinnista, palveluiden käytöstä ja toimintakyvystä. Kuntoutus, 46(1), 19–26. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <https://doi.org/10.37451/kuntoutus.127800>

Peltoniemi, M. & Sarvela, K. 2020. Traumacafe 21.10.2020. Keskusteluja traumasta ja traumainformoidusta liikkeestä. Viitattu 5.4.2023. Saatavilla:  
<https://www.youtube.com/watch>

Peräaho, K. 2021. Kohdennetun osaamiskeskuksen toimintasuunnitelma 2020-2023. MIELI Suomen Mielenterveys ry. Power point -esitys. 10.1.2021.

Peräaho, K. 2024. Mielenterveyden vahvistajan käsikirja: Näkökulmia nuorten mielenterveyden vahvistamiseen etsivässä nuorisotyössä. Turun

ammattikorkeakoulu. Sosionomi (YAMK). Viitattu 24.4.2024. Saatavilla: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/mielenterveyden-vahvistajan-kasikirja/>

Peterson, C. & Seligman, M. E. P. 2004. *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press, Incorporated.

Pikkarainen, M. T., Hakala, J. T. & Kykyri, V.-L. 2021. Why Did They Leave School? A Self Determination Theory Perspective into Narratives of Finnish Early School Leavers. *International Journal of Educational Psychology*, 10(1), 48–72. Viitattu 4.5.2024. Saatavilla: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/74455>

Pohjola, P., Aalto-Kallio, M., Englund, K., Heikkinen, H., Koivisto, J., Korhonen, S., Lyytikäinen, M., Peränen, N., Pitkänen, N. & Virtanen, K. 2014. *Kohti avointa kehittämistä - matkaoppaana Innokylä*. THL. Opas 38. Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 6.5.2024. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/handle/10024/120379>

Salonen, K. 2013. *Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön*. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Tampere: Juvenes Print. Viitattu 2.11.2023. Saatavilla: [isbn9789522163738.pdf](https://www.juvenes.fi/isbn9789522163738.pdf)

Salonen, K., Eloranta, S., Hautala, T. & Kinos, S. 2017. *Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa*. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 108. Tampere: Juvenes Print. Viitattu 2.11.2023. Saatavilla: <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Rafal, G., Gatto, A. & DeBate, R. 2018. Mental health literacy, stigma, and help-seeking behaviors among male college students. *Journal of American College Health*, 66:4, 284–291. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29419361/>

Ringbom, I. 2021. Nuoren mielenterveyshäiriöillä ja syrjäytymisellä on vahva yhteys. *Terveyden ja hyvinvoinninlaitos*. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://blogi.thl.fi/nuorten-mielenterveyshairioilla-ja-syrjaytymisella-on-vahva-yhteys/>

Rintala, H., Saari, T. & Turhala, S. 2022. *Pieni opas ympäristötunteisiin*. MIELI Suomen Mielenterveys ry. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: <https://www.ymparistoahdistus.fi/wp-content/uploads/2022/11/Pieni-opas-ymparistotunteisiin-%E2%80%93-tietopaketti-nuorten-kanssa-toimiville.pdf>

Seedaket, S., Turnbull, N., Phajan, T. & Wanchai, A. 2020. Improving mental health literacy in adolescents: systematic review of supporting intervention studies. *Trop Med Int Health*. 2020 Sep;25(9):1055–1064. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32478983/>

Seligman, M. E. P. 2011. *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being* (1st Free Press trade pbk. ed.). Free Press.

Setälä, V. 2014. Terveiden esikuvat, pudokkaat ja inhimillinen epävarmuus – monitieteinen näkökulma mediapuheeseen. Teoksessa: Järvi, U. (toim.). 2014. *Tautinen media*. Riika: Livonia Print. 50–65.

Simonen, J. 2019. "Mä koitan itse selviytyä kaikesta". Tutkimus työn ja koulutuksen ulkopuolella olevista nuorista. e2 tutkimus. Helsinki. Viitattu 5.4.2024. Saatavilla: [https://www.e2.fi/media/julkaisut-ja-alustukset/ma-koitan-itse-selviytya/selviytyja\\_neet.pdf](https://www.e2.fi/media/julkaisut-ja-alustukset/ma-koitan-itse-selviytya/selviytyja_neet.pdf)

Stenvall, E., Korkiamäki, R. & Kallio, K.P. 2015. Arjen moninaisuuden tavoittaminen tutustumisen kautta. Teoksessa: Häkli, J., Kallio, K. P. & Korkiamäki, R. 2015. *Myönteinen tunnistaminen*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. 39–64.

Strömmer, P. 2005. Vertailukehittäminen: Virtuaalikypärä nimeltä benchmarking. Teoksessa: Seppänen-Järvelä, R. (toim.). 2005. *Vertaismenetelmät kehitettävän arvioinnin välineinä. Hyvät käytännöt: Menetelmäkäsikirja*. STAKES. 55–64. Viitattu 4.4.2024. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77163/vertaismenetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. NEET-nuorten mielenterveys- ja päihdepalvelut. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/neet-nuorten-mielenterveys-ja-paihdepalvelut>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2022. Koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveys- ja päihdehoito – Suosituksia perusterveydenhuollon toimijoille. Viitattu 27.4.2024. Saatavilla: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145867/URN\\_ISBN\\_978-952-343-965-8.pdf](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145867/URN_ISBN_978-952-343-965-8.pdf)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Me-säätiö. 2018: Syrjäytymisen dynamiikka –malli. Viitattu 26.2.2023. Saatavilla: <http://data.mesaatio.fi/syrjaytymisen-dynamiikka/>

The W. Edwards Deming Institute. 2024. PDSA Cycle. Viitattu 4.4.2024. Saatavilla: <https://deming.org/explore/pdsa/>

Turun ammattikorkeakoulu. N.d. Julkaisu- ja viestintäsuunnitelmamalli. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaalit. Viitattu 23.10.2023.

Turun ammattikorkeakoulu. 2022. Tiedonlähteiden arviointi. Viitattu 3.9.2023. Saatavilla: <https://libguides.turkuamk.fi/tiedonhankinnanopas/tiedonhaunarviointia>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). Viitattu 23.10.2023. Saatavilla: <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>

Tuuttu, J. 2023. Etsivä nuorisotyö Pohjois-Suomen aluehallintoviraston alueella 2022. Opetus- ja kulttuuritoimi. 176/2023. Aluehallintovirastojen julkaisuja. Viitattu 27.4.2024. Saatavilla: <https://nuorisotilastot.fi/wp-content/uploads/2023/09/Julkaisu-176-Etsiva-nuorisotyö-Pohjois-Suomen-aluehallintoviraston-alueella-2022.pdf>

Valtioneuvosto. 2021. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030 – Toimeenpanosuunnitelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:27. Helsinki. Viitattu 30.10.2023. Saatavilla: [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163021/VN\\_2021\\_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163021/VN_2021_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Valtion nuorisoneuvosto. 2023. Katsaus nuorten hyvinvointiin 2023. Viitattu 27.4.2024. Saatavilla: [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/hyvinvointikatsaus\\_saavutettava.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/hyvinvointikatsaus_saavutettava.pdf)



Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6. Helsinki.

Vuorio, E. 2022. Eettiset ohjeet ja käytänteet. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaalit. Viitattu 23.10.2023. Saatavilla:  
<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Eettiset-ohjeet-ja-k%C3%A4yt%C3%A4nteet.aspx>

Välimäki, V., Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. 2020. Nuorten palvelut yksinäisyyden lievittäjinä? Kohdennetun nuorisotyön piirissä olevien nuorten aikuisten ja ammattilaisten näkemysten tarkastelua. Nuorisotutkimus 38 (2020):2. 22–36. Viitattu 27.4.2024. Saatavilla:  
[https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/144609/Nuorten\\_palvelut\\_yksinaisyyden\\_lievittajina.pdf?sequence=1](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/144609/Nuorten_palvelut_yksinaisyyden_lievittajina.pdf?sequence=1)

WHO. 2021. Adolescent Mental Health. Viitattu 2.11.2023. Saatavilla:  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.

## Kehittämiprojektin aikataulu

KP:N VAIHE	KUUKAUSI JA VUOSI	TOIMENPIDE	KESKEISET TOIMIJAT	
SUUNNITTELUVAIHE	Marraskuu 2022:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suunnitelman esittely tilaajalle, MIELI ry:lle, sekä työn kentälle jalkauttamisesta vastaavalle Intolle</li> </ul>	Opiskelija, MIELI ry:n asiantuntija, Inton asiantuntija	
	Joulukuu 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mahdollisten korjausten tekeminen suunnitelmaan</li> <li>Ohjausryhmän kokoaminen</li> <li>Projektiryhmän rekrytointi</li> <li>Käsikirjan sisältöjen alustava tiedonhaku ja rajaus</li> <li>Oppaan rakenteen alustava hahmottelu</li> </ul>	Opiskelija	
	<b>VUOSI 2023</b>			
	Tammikuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan sisältöjen alustava tiedonhaku ja rajaus</li> <li>Oppaan rakenteen alustava hahmottelu</li> </ul>	Opiskelija	
ESIVAIHE	TARKISTUSVAIHE	Helmikuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ohjausryhmän jäsenten tapaamiset ja suunnitelman esittely</li> <li>Projektiryhmän tapaaminen ja sisältöjen hahmottelu yhteiskehittämisen avulla</li> </ul>	Opiskelija, ohjausryhmän jäsenet, projektiryhmän jäsenet
TYÖSTÖVAIHE		Maaliskuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan sisältöjen kirjoitustyö ja rakenteen hahmottelu projektiryhmän ja ohjausryhmän tapaamisen pohjalta</li> </ul>	Opiskelija
		Huhtikuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan rakenteen suunnitelman ja käsikirjan sisältöjen lähetys ohjausryhmän ja projektiryhmän tutustuttavaksi</li> </ul>	Opiskelija
		Toukokuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projektiryhmän ja ohjausryhmän tapaamisen suunnittelu</li> </ul>	Opiskelija

	Kesäkuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projektiryhmän tapaaminen: huhtikuussa lähetettyjen materiaalien arviointia ja jatkokehittämistä</li> <li>Ohjausryhmän tapaaminen: tilannekatsaus huhtikuussa lähetetyn materiaalin ja projektiryhmän tapaamisen pohjalta</li> <li>Oma tilannekatsaus ohjausryhmän ja projektiryhmän tapaamisen pohjalta: aikataulun tarkastus, sisältöjen ja suunnan kirkastamista</li> </ul>	Opiskelija, ohjausryhmän jäsenet, projektiryhmän jäsenet
	Heinäkuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tauko kehittämisprojektin työstämisestä</li> </ul>	
	Elokuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan sisältöjen kirjoitustyö</li> </ul>	Opiskelija
	Syyskuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan sisältöjen kirjoitustyö</li> </ul>	Opiskelija
	Lokakuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projektiryhmän tapaaminen: sisältöjen ja rakenteen viimeinen yhteinen tarkastelu</li> <li>Ohjausryhmän tapaaminen: tilannekatsaus</li> </ul>	Opiskelija, ohjausryhmän jäsenet, projektiryhmän jäsenet
	Marraskuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan sisältöjen kirjoitustyön viimeistely</li> <li>Rakenteen viimeistely</li> </ul>	Opiskelija
<b>VIIMEISTELYVAIHE</b>	Joulukuu 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kehittämisprojektissa tuotettujen sisältöjen yhdistäminen osaksi MIELI ry:ssä toteutettua käsikirjan kehittämistyötä</li> <li>Ulkoasun suunnittelu</li> </ul>	Opiskelija, MIELI ry:n asiantuntija, Inton viestintäpäällikkö
	<b>KEVÄT 2024</b>		
	Tammikuu 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>Käsikirjan viimeistely ja taitto yhdessä Inton viestintäpäällikön kanssa</li> <li>Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen</li> </ul>	Opiskelija, Inton viestintäpäällikkö
	Helmikuu 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen</li> </ul>	Opiskelija
	Maaliskuu 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen</li> <li>Valmiin käsikirjan julkistaminen</li> </ul>	Opiskelija, Inton viestintäpäällikkö

# Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen kutsukirje

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
MASTER-tutkinnot /Terhy

TURKU AMK 

## Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen kutsukirje

20.1.2023

Opinnäytetyön nimi: FCK NEGATIVE MENTAL HEALTH, ENT IS HERE  
– Mielenterveyden vahvistajan käsikirja

### Hei etsivän nuorisotyön ja nuorten työpajatoiminnan ammattilainen! Haluatko mukaan kehittämään Mielenterveyden vahvistajan käsikirjaa?

Mielenterveyden vahvistajan käsikirja on yamk-opinnäytetyönä toteutettava kehittämistyö, joka kiinnittyy osaksi Into ry:n koordinoimaa kohdennetun nuorisotyön osamiskeskustoimintaa. Kehittämistyö tehdään yhdessä MIELI Suomen Mielenterveys ry:n kanssa. Kehittämistyössä syntyvä, painettu käsikirja tulee sisältämään etsivän nuorisotyön ja nuorten työpajatoiminnan kannalta keskeiset, nuoren mielenterveyden edistämisen sisällöt, toimien sekä perustyön että työhyvinvoinnin tukena.

**Käsikirja toteutetaan yhteiskehittämisen periaatteita noudattaen ja etsimme nyt etsivän nuorisotyön ja nuorten työpajatoiminnan ammattilaisia mukaan käsikirjan kehittämistyöpajoihin.** Yhteisen kehittämisen tavoitteena on varmistaa, että lopullinen käsikirja vastaa kentän erityisiin tarpeisiin ja toimii työn tukena.

**Kehittäminen tapahtuu Teams-alustalla toteutettavissa kehittämistyöpajoissa, joita on vuoden 2023 aikana kolme:**

- 10.3.2023 klo 9:00-11:30
- 5.5.2023 klo 9:00-11:30
- 6.10.2023 klo 9:00-11:30

Näiden lisäksi osallistujalla on mahdollisuus halutessaan kommentoida kirjallista tuotosta kehittämistyöpajojen välillä. Mikäli osallistujat ovat lähellä toisiaan, voidaan kaksi viimeistä kehittämistyöpajaa toteuttaa osallistujien niin halutessa myös lähitapaamisina. Tällöin matkakulut korvataan osallistujille.

Osallistuminen on vapaaehtoista ja osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistuminen kehittämiseen milloin tahansa seuraamuksitta ja syytä ilmoittamatta. **Osallistujan tulee varmistaa esihenkilöltä, että osallistumiselle ei ole esteitä työnantajan puolelta.**

Opinnäytetyön tekijä huolehtii kehittämistyöpajojen aikana kerätyn aineiston tietoturvasäilyttämisestä, ja pääsy aineistoon on ainoastaan hänellä ja opinnäytetyötä ohjaavalla MIELI ry:n edustajalla. Kehittämistyöpajojen aikana kerättyjä tietoja ei käytetä muuhun tarkoitukseen. Työpajojen tulokset raportoidaan niin, ettei yksittäinen työpajan osallistuja ole tunnistettavissa tuloksista. Osallistujien nimet mainitaan valmiissa

Kehittämistyöpajojen kutsukirje 2023

**TURUN AMMATTIKORKEAKOULU**  
**MASTER-tutkinnot /Terhy**



painetussa käsikirjassa, mikäli osallistujat näin toivovat. Lisätietoa tietosuojasta ja henkilötietojen käsittelystä löydät MIELI ry:n [tietosuojaselosteesta](#).

Mikäli haluat osallistua kehittämistyöpajoihin, ilmoita halukkuudestasi sähköpostitse. Samalla vahvistat, että olet saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä ja henkilötietojesi käsittelystä, ja näiden tietojen pohjalta annat suostumuksesi tietojesi käsittelyyn ja kehittämistyöpajoihin osallistumiseen.

Vastaa mielelläni mahdollisiin lisäkysymyksiin.

Katri Peräaho  
MIELI ry:n asiantuntija / yamk-opiskelija  
040-480 1432  
katri.peraaho@mieli.fi

# Opinnäytetyön kehittämistyöpajojen tietosuojailmoitus



## Tietosuojailmoitus 5.1.2023

Henkilötietojen käsittely Mielenterveyden vahvistajan käsikirjan sisällön kehittämisen työpajoissa

Rekisterinpitäjä	MIELI Suomen Mielenterveys ry Maistraatinportti 4 A, 7. kerros 00240 HKI  Puhelinvaihte (09) 615 516
Vastuhenkilö ja yhteyshenkilöt	Katri Peräaho, yamk-opiskelija <a href="mailto:katri.peraaho@mieli.fi">katri.peraaho@mieli.fi</a>  Johannes Parkkonen, päällikkö, MIELI ry <a href="mailto:johannes.parkkonen@mieli.fi">johannes.parkkonen@mieli.fi</a>  Sanna-Maria Nurmi, lehtori, Turun ammattikorkeakoulu <a href="mailto:sanna-maria.nurmi@turkuamk.fi">sanna-maria.nurmi@turkuamk.fi</a>
Tietosuojavastaavan yhteystiedot	MIELI ry:n tietosuojaseloste: <a href="https://mieli.fi/tietosuoja-ja-saavutettavuus/">https://mieli.fi/tietosuoja-ja-saavutettavuus/</a>  MIELI ry:llä ei ole erikseen nimettyä tietosuojavastaavaa. Tietosuojaan liittyvät yhteydenotot osoitteeseen: Hallintojohtaja Tapio Tähtinen, <a href="mailto:tapio.tahtinen@mieli.fi">tapio.tahtinen@mieli.fi</a> , +358 50 502 7518
Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus	Henkilötietoja käsitellään ja kerätään Mielenterveyden vahvistajan käsikirjan sisällön kehittämiseksi työpajoissa. Työpajat ovat osa Katri Peräahon yamk-kehittämistyötä.  Työpajat järjestetään Teams-kokouksena, jossa henkilötiedot näkyvät osallistujille. Kokous tallennetaan. Tallenne ja kirjatut huomiot työpajasta hävitetään heti, kun kehittämistyö on hyväksytty, eikä niitä käytetä muihin tarkoituksiin.  Työpajojen tulokset raportoidaan niin, ettei yksittäinen työpajan osallistuja ole tunnistettavissa tuloksista.
Henkilötietojen käsittelyn oikeusperuste	Oikeusperuste on rekisteröidyn suostumus.
Rekisterinpitäjän tai kolmannen osapuolen oikeutetut edut	Rekisterinpitäjällä on oikeus käsitellä tietoja siinä määrin, missä ne ovat tarpeen Mielenterveyden vahvistajan käsikirjan sisällön kehittämiseksi ja/tai osana Katri Peräahon kehittämistyötä.
Käsiteltävät henkilötietoryhmät ja henkilötietojen säilytysajat	Työpajoihin osallistuvien käsiteltäviä tietoja ovat nimi, sähköpostiosoite, ammatti, koulutustausta, ääni, kasvat, ip-osoite, tapahtuma-aika.  Henkilötietoja säilytetään Katri Peräahon kehittämistyön valmistumiseen saakka ja aineisto hävitetään heti, kun kehittämistyö on hyväksytty.

MIELI Suomen Mielenterveys ry | MIELI Psykisk Hälsa Finland rf | MIELI Mental Health Finland  
Maistraatinportti 4 A, FI-00240 Helsinki, Finland. Puh./Tel. +358 9 615 516, [mieli.fi](http://mieli.fi)  
Y-tunnus/FO-nummer/Business ID: 0202225-4

# mieli

Säännönmukaiset tietolähteet	Henkilötietoja kerätään seuraavista lähteistä: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suoraan rekisteröidyltä kohteelta</li> <li>• Yhteisistä kehittämistyöpajoista</li> <li>• Videoinnin kautta</li> </ul> Tietojen toimittaminen on vapaaehtoista.
Henkilötietojen vastaanottajat tai vastaanottajaryhmät	Kerättyjä henkilötietoja käsittelee ainoastaan opinnäytetyön tekijä Katri Peräaho ja opinnäytetyön ohjaaja Johannes Parkkonen.
Olellaiset tiedot henkilötietojen siirrosta kolmansiin maihin (EU:n tai ETA:n ulkopuolelle)	Henkilötietoja ei siirretä kolmansiin maihin.
Tietojen suojauksen periaatteet	Tietoihin on pääsy vain niillä henkilöillä, jotka tietoja työtehtäviensä puolesta tarvitsevat. Pääsyä on rajattu käyttäjätunnuksilla ja käyttöoikeuksilla.
Rekisteröidyn oikeudet	Henkilötietojen perusteella ei tehdä profiloineja. Henkilötietojen käsittely kuvataan mahdollisimman kattavasti ja läpinäkyvästi tässä tietosuojailmoituksessa ja pyrkien kehittämään ilmoituksen sisältöä. Ilmoitamme merkittävistä muutoksista lain edellyttämällä tavalla.  Rekisteröity voi käyttää oikeuksiaan ottamalla kirjallisesti yhteyttä ilmoituksessa mainittuun MIELI ry:n yhteyshenkilöön tai hallintojohtajaan. Lisätietoja rekisteröidyn oikeuksista antavat yhteyshenkilö ja/tai hallintojohtaja.  Sinulla on oikeus tehdä valitus kirjallisesti hallintojohtajalle, mikäli katsot, että henkilötietojesi käsittelyssä on rikottu voimassa olevaa tietosuojalainsäädäntöä. Hallintojohtajan yhteystiedot on mainittu tietosuojailmoituksen alussa. Kaikki pyynnöt käsitellään tapauskohtaisesti.

## Kehittämiprojektin riskiarvio (mukaillen: Innokylä n.d.)

Toiminnan kannalta merkitykselliset riskit	Riskin toteutumisen todennäköisyys 1=ei todennäköinen 2=vain vähän todennäköinen 3=todennäköinen 4=erittäin todennäköinen	Riskin toteutumisen merkitys toiminnalle 1=merkityksetön 2=vähäinen 3=kohtalainen 4=merkittävä 5=sietämätön	Toimenpide/korjausliik e Mikäli toteutumisen todennäköisyydeksi arvioitiin 3 tai 4 ja toteutumisen merkitys arvolla 4 tai 5 on syytä pohtia tarvittavia toimenpiteitä riskin toteutumisen ehkäisemiseksi
Toiminnan kehittämiseen ei saada mukaan etsivän nuorisotyön ammattilaisia	3	4	<p><b>Ehkäiseminen:</b> Osallistujien rekrytointi aloitetaan heti hyväksytyn suunnitelman jälkeen. Rekrytoinnissa kuvataan selkeästi odotettu työpanos.</p> <p><b>Vaikutusten minimointi, mikäli riski toteutuu:</b> Käsikirja sisältöjen valinnassa painottuvat vahvemmin nuorten tilanteita kuvaavat tutkimukset, sekä ohjausryhmän toiminta.</p>
MIELI ry ei saa osaamiskeskustoi minnalle tarvittavaa jatkorahoitusta kaudelle 2023-2024.	2	3	<p><b>Vaikutusten minimointi, mikäli riski toteutuu:</b> Opinnäytetyö toteutetaan opiskelijan omalla ajalla, eikä osin työsuhteessa kuten alun perin on suunniteltu. Yhteistyö Inton kanssa on vakaalla pohjalla, joten valmiin tuotoksen jalkauttaminen onnistuu silti.</p> <p>Rahoituksen puuttuessa käsikirjasta tehdään vain sähköinen versio, ei painettua.</p>



Käsikirjasta tulee liian laaja, eikä se ole enää helposti lähestyttävä ja innostava	2	3	<b>Ehkäiseminen:</b> Tiivis yhteistyö ohjaus- ja projektiryhmän, sekä MIELI ry:n asiantuntijan kanssa. Lisäksi rajauksen tukena toimii tutkittu tieto ja sen esiin nostamat keskeiset teemat. <b>Vaikutusten minimointi, mikäli riski toteutuu:</b> Käsikirjan ulkoasun keventäminen yhdessä MIELI ry:n viestinnän asiantuntijan kanssa, jotta luettavuus säilyy helppona.
---	---	---	---