

Oma koutsi -tukitoiminta opiskelijoille – toiminnan tarkastelua tuen tarpeen ja toiminnan onnistuneisuuden näkökulmasta

Marleena Ottelin

Pro gradu -tutkielma

Kasvatustiede

Kasvatustieteiden tiedekunta

Turun yliopisto

2021

TURUN YLIOPISTO

Kasvatustieteiden laitos

OTTELIN, MARLEENA: Oma koutsi -tukitoiminta opiskelijoille – toiminnan tarkastelua tuen tarpeen ja toiminnan onnistuneisuuden näkökulmasta.

Pro gradu -tutkielma, 77 s., 9 liites.

Kasvatustiede

Huhtikuu 2020

Tämä Pro gradu -tutkielma on tehty toimeksiantona Turun Kaupunkilähetys ry:lle. Tutkielma käsittelee Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -tukihenkilötoimintaa. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, millaisiin asioihin nuoret opiskelijat tarvitsevat tukea, ja miten Oma koutsi -toiminta on onnistunut vastaamaan tähän tuen tarpeeseen. Lisäksi tutkielman kiinnostuksen kohteena on toimintaan osallistuneiden nuorten ajatukset Oma koutsi -toiminnasta koutsaussuhteen loputtua, eli mitkä asiat nuoret ovat kokeneet toiminnassa tärkeimmiksi.

Tutkimus on toteutettu monimenetelmä tutkimuksena hyödyntäen aineistolähtöisesti sekä määrällisiä että laadullisia menetelmiä. Tutkimusjoukko koostuu 31:stä 18–29-vuotiaasta Oma koutsi -toiminnan päättäneestä nuoresta opiskelijasta. Aineistona tutkimuksessa toimi nuorille toiminnan alussa toteutetut alkukartoitukset ja loppuhaastattelut. Aineisto on Turun Kaupunkilähetys ry:n keräämä. Avoimet alkukartoituksen vastaukset ovat sisällön analyysin avulla muutettu määrälliseen muotoon vastaamaan määrällisiä loppuhaastatteluja. Tällä tavoin on voitu mitata nuorille asetettujen tavoitteiden saavuttamista toiminnan aikana. Nuorten luomia merkityksiä toiminnasta on tutkittu temaattisen analyysin avulla.

Oma koutsi -toimintaan hakeneet nuoret kokivat erityisen haastavana aikatauluttamisen ja valmistumisen. Myös terveyteen liittyviä haasteita esiintyi joukossa suhteellisen paljon. Tarkasteltaessa toiminnalle asetettuja tavoitteita ja saavutettuja tavoitteita voitiin nähdä, että lähes kaikki toimintaan osallistuneet opiskelijat saivat tukea vähintään puoleen asioista, jotka asetettiin alkukartoituksessa toiminnan tavoitteeksi. Lisäksi lähes jokainen sai myös tukea asioihin, joita ei ollut varsinaisesti määritelty toiminnan tavoitteiksi. Erityisesti tukea saatiin opiskeluun ja tulevaisuuden suunnitteluun liittyvissä asioissa. Tärkeimmiksi asioiksi Oma koutsi -toiminnassa nuorten vastauksista erottuivat toiminnan luonne, uniikki koutsaussuhde sekä muutos itsessä. Kaiken kaikkiaan tulosten pohjalta voidaan todeta, että Oma koutsi -toiminta on onnistunut antamaan nuorille sellaista tukea, mitä toiminnalta on tavoiteltukin.

Asiasanat: Tukihenkilötoiminta, kolmas sektori, opiskelijoiden hyvinvointi, opiskelu, arjen hallinta, tuen tarve, onnistuneisuus, kehittäminen

Sisällys

1 Johdanto	3
2 Kolmas sektori	6
2.1 Kolmannen sektorin toiminta ja tehtävät	8
2.2 Sosiaalipalvelut kolmannella sektorilla	10
2.3 Sosiodynaaminen ohjaus ja tukihenkilötoiminta	11
2.4 Aiempaa tutkimusta tukihenkilötoiminnasta.....	14
3 Opiskelijoiden elämäntilanne ja -hallinta	17
3.1 Opiskelijoiden terveys	18
3.2 Opiskelu	20
3.3 Asuminen ja arjen hallinta	22
3.4 Sosiaalinen verkosto ja vapaa-aika	23
3.5 Tulevaisuus ja työllistyminen	24
3.6 Opiskelijoiden tukipalvelut ja avunsaanti	25
4 Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toiminta	29
4.1 Oma koutsi -toiminnan koutsausprosessi.....	29
4.2 Vapaaehtoiset toiminnassa.....	33
4.3 Oma koutsi -toiminnan tavoitteita.....	34
5 Tutkimuksen toteutus.....	36
5.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset.....	36
5.2 Tutkimuksellinen lähestymistapa.....	36
5.2.2 Tapaustutkimus ja Monimenetelmätutkimus	37
5.3 Tutkimuksen aineisto ja aineistonhankinta	38
5.4 Tutkimusmenetelmät.....	40
5.5 Aineiston analyysi.....	42
5.6 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	43
6 Tulokset	46
6.1 Opiskelijoiden syyt hakeutua Oma koutsi -tukitoimintaan	46
6.2. Tavoitteiden saavuttaminen Oma koutsi -toiminnassa	51
6.2.1 Tavoitteiden saavuttaminen kategorioittain	52
6.3 Toiminnassa mukana olleiden muodostamia merkityksiä Oma koutsi -toiminnalle	58
6.3.1 Toiminnan luonne	58
6.3.2 Uniikki koutsaussuhde	60
6.3.3 Muutos itsessä.....	63
7 Johtopäätökset ja pohdinta	66

7.1 Jatkotutkimus	71
Lähteet	72
LIITE 1: Alkukartoituksen runko	80
LIITE 2: Loppuhaastattelun runko.....	82
LIITE 3: Vertaileva taulukko: Opiskelu	83
LIITE 4: Vertaileva taulukko: Työllistyminen	84
LIITE 5: Vertaileva taulukko: Terveystä huolehtiminen	85
LIITE 6: Vertaileva taulukko: Palveluiden hyödyntäminen	85
LIITE 7: Vertaileva taulukko: Sosiaalinen elämä ja vapaa-aika.....	86
LIITE 8: Vertaileva taulukko: Tulevaisuus ja itsetuntemus	87
LIITE 9: Vertaileva taulukko: Arjen hallinta.....	88

KUVIOT

Kuvio 1. Elämänkentän sektorit Peavyn mukaan (Juutilainen 2007, 24).....	12
Kuvio 2. Koutsausprosessi Oma koutsi -toiminnassa (Love & Orblin 2020, 6).....	31
Kuvio 3. Toiminnan luonne toiminnasta muodostettuna merkityksenä.....	60
Kuvio 4. Uniikki koutsaussuhde toiminnasta muodostettuna merkityksenä.....	63
Kuvio 5. Muutos itsessä toiminnasta muodostettuna merkityksenä.....	65

TAULUKOT

Taulukko 1. Ongelmakenttä 1: Toimintaan osallistuneiden haasteet terveydessä alkukartoitusten mukaan.....	47
Taulukko 2. Ongelmakenttä 2: Toimintaan osallistuneiden haasteet opiskelussa alkukartoitusten mukaan.....	48
Taulukko 3. Ongelmakenttä 3: Toimintaan osallistuneiden haasteet asumisessa ja arjenhallinnassa alkukartoituksen mukaan.....	49
Taulukko 4. Ongelmakenttä 4: Toimintaan osallistuneiden haasteet työllistymisen ja tulevaisuuden suhteen alkukartoitusten mukaan.....	50
Taulukko 5. Ongelmakenttä 5: Toimintaan osallistuneiden haasteet sosiaalisen verkoston ja harrastusten suhteen alkukartoitusten mukaan.....	51

1 Johdanto

Toisen ja kolmannen asteen koulutuksessa painotetaan opiskelijan itsenäisyyttä ja aktiivisuutta opinnoissa, mikä tarkoittaa opiskelijan vastuuta opintopolkunsa suunnittelussa, opintojen etenemisessä ja lopulta työelämään siirtymisessä. (Niemi & Kurki 2013, 203–204.) Itsenäisyys opinnoissa korostuu erityisesti nyt, kun digitaalisesta oppimisesta ja etäopiskelusta on tullut koronaviruksen vuoksi välttämätön osa opintoja. Digitaalinen oppiminen mahdollistaa joustavamman ja kustannustehokkaamman opiskelun, mutta ei sovi kaikille. Tämä koulutuksen toteutustapa vaatii opiskelijalta vahvaa motivaatiota ja ajanhallintataitoja, jotka puolestaan ovat keskeisiä opiskelijoiden mainitsemia haasteita opintojen etenemiseen liittyen. (Arkorful & Abaidoo 2015, 29, 34–36.) Opintojen itsenäisyys ja digitaaliset oppimisen tavat voivat vaikuttaa opintoihin kiinnittymiseen. Opintoihin kiinnittyminen on liitetty tutkimuksissa opintojen sujumiseen ja opiskelijoiden hyvinvointiin. Kouluun kiinnittymättömyyden on nähty olevan yhteydessä esimerkiksi uupumukseen. (Poutanen, Toom, Korhonen & Inkinen 2012, 40–42; Manninen 2018, 26–27, 92.)

Metropolian Ammattikorkeakoulun opiskelijakunta (2020) on tehnyt tutkimusta juuri koronaviruksen vaikutuksista opintoihin opiskelijoiden kokemana. Tutkimuksen mukaan noin kaksi kolmasosaa ilmoitti opiskelumotivaation heikentyneen etäopetukseen siirtymisen seurauksena. Haasteiksi koettiin myös esimerkiksi arkirytmien puute, opintojen organisointi ja opintojen itsenäisyys. Mainintoja ilmeni myös henkisen jaksamisen heikentymiseen liittyen. (Tuomisto, Samatar, Kosonen & Levänen 2020, 15–22.) Nuoret tuntuvat tarvitsevan tukea opintoihin vielä aiempaa enemmän. Tutkimus nuorten opiskelijoiden oppimisen ja arjenhallinnan haasteista ja tukemisen tavoista on siis tällä hetkellä hyvin ajankohtainen.

Tämän tutkimuksen ytimessä ovat nuoret opiskelijat. Nuorisolain (1285/2016, 1:3 §) mukaan nuoriksi määritellään kaikki alle 29-vuotiaat. Nuoruus on tärkeä elämänvaihe jopa koko väestön terveyttä ja hyvinvointia ajatellen, sillä hyvinvoinnin ja terveyden näkökulmasta keskeiset elinolot ja käyttäytymismallit vakiintuvat usein juuri nuoruudessa. Tässä iässä opiskellaan, siirrytään päättäneiden opintojen jälkeen työelämään ja siirrytään kohti perheen perustamista. (Karvonen, Kestilä & Kauppinen 2017, 27.)

Tutkimuksen kontekstina puolestaan toimii Turun Kaupunkilähetys ry ja sen Oma koutsi toiminta. Turun Kaupunkilähetys ry:n virallinen nimi on muuttunut helmikuussa 2021, ja yhdistyksen uusi nimi on Tukenasi ry. Tutkimus on kuitenkin toteutettu sinä aikana, kun yhdistys käytti vielä nimeä Turun Kaupunkilähetys ry, joten yhdistys esitellään ja siitä puhutaan tässä tutkimuksessa vielä vanhalla nimellä. Nimestä huolimatta toiminta on säilynyt samanlaisena.

Toiminnan perusajatuksena on tukea nuoria työntekijöiden ja vapaaehtoisten voimin. Oma koutsi -toiminta tarjoaa tukea nuorille esimerkiksi opiskelun, työllistymisen ja arjen hallinnan haasteissa. Oma koutsi -toiminnassa vapaaehtoinen koutsi auttaa koutsattavaa 17–29-vuotiasta nuorta saavuttamaan tavoitteita, jotka tälle on muodostettu alkukartoituksen pohjalta. Tavoitteita saavutetaan portaittain koutsin avustuksella. Koutsi ja koutsattava ovat yhteydessä säännöllisesti niin puhelimitse kuin kasvokkain. Koutsin antama tuki on käytännönläheistä ja pyrkimyksenä on saavuttaa luotettava ja turvallinen suhde koutsin ja koutsattavan välille.

Tässä tutkimuksessa käytetään valmentamisen sijaan termiä koutsaus, koska se on vakiintunut tutkimuksen kohteena olevassa Oma koutsi -toiminnassa. Koutsaus termi on puhekielessä syntynyt käänнос englannin kielen sanasta coaching, joka puolestaan suorana käännökseenä tarkoittaa suomeksi valmentajaa. Koutsaus on tapa kehittää ihmisen toimintaa turvallisessa ympäristössä. Sillä pyritään saavuttamaan tavoitteita ja parantamaan suorituskykyä esimerkiksi omassa työssä tai yksilön henkilökohtaisessa elämässä. Koutsaus tapahtuu suhteessa koutsajaan ja koutsattavan välillä, ja siinä keskitytään koutsauksen kohteena olevaan ihmiseen auttamalla tätä löytämään keinoja tavoitteidensa saavuttamiseksi. (Coe, Zehnder & Kinlaw 2008, 1–2, 7.)

Tutkimus on kiinnostunut nuorten opiskelijoiden kokemista haasteista eri elämän sektoreilla. Tavoitteena on selvittää, missä asioissa nuoret tarvitsevat eniten tukea. Kiinnostuksen kohteena on myös se, pystyykö Oma koutsi -toiminta kolmannen sektorin toimijana tukemaan nuoria heidän kokemissaan haasteissa, sekä missä määrin nuorille opiskelijoille muodostetut tavoitteet kyetään saavuttamaan koutsin tuella. Tutkimuksen kannalta oleellista on siis toiminnan onnistuneisuuden selvittäminen ja kuvaaminen. Tähän liittyy vahvasti vaikuttavuus termi. Vaikuttavuus kuvaa, kuinka hyvin toiminnalla on saavutettu halutut tulokset, eli onko mahdollisiin tavoitteisiin päästy. Mitä paremmin haluttuja tuloksia on saavutettu, sitä onnistuneemmasta toiminnasta voidaan puhua. Jotta toimintaa voidaan arvioida, tulee tiedossa olla tavoitteet, sekä keino mitata tavoitteihin pääsemistä. (Rajavaara 2006, 9–16.)

Tutkimuksessa perehdytään aluksi kolmannen sektorin toiminnan kuvaukseen sekä aiempaan tutkimukseen tukitoiminnasta. Tämän jälkeen selvitetään, mitä on opiskelijan elämä, mitä haasteita siihen kuuluu, ja mistä nuoret saavat tukea. Näiden jälkeen tuon vielä toimeksiantajana toimivan Turun Kaupunkilähetys ry:n ja sen Oma koutsi -toiminnan lähempään tarkasteluun.

2 Kolmas sektori

Tämän tutkimuksen kannalta on oleellista ymmärtää kolmannen sektorin toimijoiden toimintaperiaatteet, sillä tutkimus toteutetaan kolmannen sektorin järjestölle, jonka toiminnan onnistuneisuutta on tarkoitus arvioida.

Yhteiskunta on alun perin jaettu kahteen lohkoon: yksityiseen eli ensimmäiseen ja julkiseen eli toiseen lohkoon (Helander 1998, 22–23). Kolmannen sektorin toiminta sijoittuu yleisen määrittelyn mukaan alueelle, joka jää yksityisen liiketoiminnan, julkisen vallan sekä kotitalouksien väliin (Saukkonen 2013, 7). Kotitalouksista ja lähiyhteisöistä on puolestaan alettu vaihtelevasti käyttämään nimitystä neljäs sektori (Helander 1998, 25). Kolmannella sektorilla on puhekielessä useita nimityksiä, jotka kuvaavat sen organisoituneen toiminnan luonnetta, tapoja ja järjestäytymistä suhteessa valtioon ja kuntiin. Näitä nimityksiä ovat esimerkiksi kansalaistoiminta, kansanliike, järjestötoiminta, yhdistykset, vapaaehtoissektori, voittoa tavoittelematon toiminta sekä kansalaisyhteiskunta. (Saukkonen 2013, 7.) Keskeisinä toimijoina kolmannella sektorilla Suomessa ovat rekisteröityneet yhdistykset (ry). Yhdistyksiä on monenlaisia aina pienistä vapaaehtoisten yhteenliittymistä laajoihin valtakunnallisiin keskusjärjestöihin asti. Erot näiden välillä voivat olla valtavia. (Laitinen 2018, 12.)

Kolmannen sektorin toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja on voittoa tavoittelematonta. Toiminta on lisäksi aina suunnattu jonkin tarkoituksen hyväksi ja tavoite on perinteisesti jollain tavoin yleishyödyllinen. Järjestötoiminta voi toisaalta olla myös jonkin tietyn ryhmän tai asian etujen ajamista. (Harju 2003, 13–14.) Suomessa kolmannen sektorin rooli on nähty jatkeena julkiselle toiminnalle (Helander 1998, 15). Nykyisenä pyrkimyksenä olisi edistää julkisen, yksityisen sekä kolmannen sektorin yhteistyötä. Kolmas sektori on lisäksi nähty kuntatasolla keinona tehostaa palvelujen tehokkuutta. (Pihlaja 2010b, 11.)

Vapaaehtoistoiminnan pitkät juuret ulottuvat jopa liki parin vuosisadan taakse. Kolmannen sektorin käsite on puolestaan tullut yleiseen käyttöön 1980-luvulta alkaen. Kansainväliselläkin tasolla ilmenneet rakenteelliset ja ideologiset muutokset ovat aikanaan olleet luomassa pohjaa aktiivisemmalle kansalaistoiminnalle. Kolmannen sektorin kasvulle voidaan löytää useita perusteita, kuten varallisuuden tuoma vapaa-ajan lisääntyminen sekä palveluiden tuottamisen yleistyminen. Myös palveluiden delegoiminen julkisilta viranomaisilta vapaaehtoisasolle sekä palvelupreferenssien muutokset kohti yksilöllisempää suuntaa ovat lisänneet osaltaan kolmannen sektorin

tarvetta. Kolmannen sektorin aluetta ovat laajentaneet lisäksi ajan myötä esille nousseet uudenlaiset tarpeet, joita kuvaavat lisääntynyt huoli esimerkiksi ympäristöön ja tasa-arvoon liittyen. Voidaan myös sanoa, että järjestötoiminnalla on pyritty ratkaisemaan työttömyysongelmia sekä löytämään vaihtoehtoisia tapoja tuottaa erilaisia palveluita julkisen maksukyvyyn heikentyessä. (Helander 1998, 5–11, 79–80.)

Rantamäen (2016) tutkimuksen mukaan hieman yli puolet kolmannen sektorin organisaatioista on joko kohderyhmään kuuluvien tai kohderyhmän asioista muuten kiinnostuneiden ihmisten perustamia. Osa taas on syntynyt julkisen sektorin ja kansalaistoiminnan yhteistyössä. Toiminnassa voi olla mukana paljon julkisen sektorin ammattilaisia esimerkiksi sosiaali- ja terveysalalta. Tällöin hämmennystä saattaa herättää se, missä roolissa tai kenen etuja toimintaan osallistuvat valvovat. Taustalla voivat olla ammatilliset tai henkilökohtaiset intressit tai jopa molemmat. Ammatillisen koulutuksen omaavat tuovat mukanaan asiantuntijuutta ja julkisen sektorin näkökulmaa. Tämä haastaa toiminnalle luontaisen kansalaisnäkökulman. Toisaalta täysin vapaaehtoisten osallistumiseen ja erilaisien verkostojen hyödyntämiseen perustuva toiminta ei näyttäyty kovin realistisena, sillä lähes jokaisessa kolmannen sektorin organisaatiossa työskentelee myös palkattuja työntekijöitä. (Rantamäki 2016, 636, 639–640.)

Näyttää siltä, että kolmas sektori ottaa vaikutteita julkisen ja yksityisen sektorin toiminnasta, eli hybridisoituu. Kaikilla sektoreilla voidaan nähdä omanlaisiaan elementtejä ja toimintatapoja, jotka toimivat pohjana toiminnalle. Kun nämä elementit ja toimintatavat sekoittuvat organisaatiossa eri sektoreiden välillä, puhutaan hybridisoitumisesta. Hybridisoitumisen tarve voi pohjautua esimerkiksi organisaation haluun kehittyä ja laajentua, ja näin ollen ottaa mallia eri sektoreiden tavoista toimia. Kolmannen sektorin ensimmäisinä hybridisoitumisen merkkeinä on voitu nähdä täysin vapaaehtoisuuteen perustuvasta toiminnasta siirtyminen palkattuun henkilöstöön ja tätä myötä organisoidumpaan toimintaan, mikä on tyypillisesti ollut osana julkisen ja yksityisen sektorin resursseja. Hybridisoitumista voidaan nähdä myös esimerkiksi toimintaympäristön muuttumisessa kilpailullisemmaksi. Kilpailu ei ole aina ollut kolmannen sektorin organisaatioille tyypillistä ja vaikutteet tähän tulevat julkiselta ja yksityiseltä sektorilta. (Billis 2010, 56–60.)

Kilpailusta huolimatta kolmannen sektorin toiminta vaatii eri toimijoiden tiivistä yhteistyötä. Tämä ristiriita tuo haasteita kolmannen sektorin kentälle. Esimerkiksi kunnalla on usein keskeinen rooli järjestöjen yhteistyötahona, sillä se on niiden toimintaympäristö, vaikuttamisen kohde sekä toimintaresurssien lähde. Pienet

paikallisyhdistykset kilpailevat usein keskenään rajallisista resursseista, kuten vapaaehtoisista, tiloista ja toiminta-avustuksista. Yhdistämällä kilpailun sijasta niukat resurssinsa, järjestöt voivat suunnitella ja toteuttaa toimintaansa yhdessä. (Londén, Peltosalmi, Peltosalmi, Perälähti & Särkelä 2004, 19, 145.)

2.1 Kolmannen sektorin toiminta ja tehtävät

Järjestöjen tuottamia palveluita voidaan jaotella kahteen ryhmään perustuen siihen, miten ne toteuttavat yhteistyötä julkisen sektorin kanssa palveluiden tuotannossa. Ensimmäisenä ryhmänä ovat järjestöt, jotka toimivat kumppaneina julkisen sektorin kanssa. Yhteistyön tapoja voivat olla tässä suhteessa esimerkiksi maksusitoumuksiin, ostopalveluihin tai yhteistoimintasopimuksiin perustuvat palveluyhteistyöt. Toinen ryhmä puolestaan koostuu järjestöistä, joiden tuottamat tukipalvelut tarjotaan itsenäisinä toimijoina ilman ensimmäisen ryhmän kaltaisia kumppanuuksia. Myös näissä järjestöissä tehdään usein yhteistyötä valtion, kuntien tai seurakunnan kanssa. Rahoitus näissä tapauksissa koostuu esimerkiksi julkisesta tuesta tai hankerahoituksista. (Pihlaja 2010b, 36–37.) Kansalaistoiminnan periaatteille uskollisimmat organisaatiot usein sivuuttavat kysymykset taloudelliseen tuottavuuteen liittyen korostaen sen sijaan toiminnan arvopohjaa ja asiakkaiden tarpeita. Yritysmäisemmin toimivat kolmannen sektorin toimijat puolestaan painottavat, että tuloksen tulee olla positiivinen, jotta toiminta voidaan mahdollistaa. (Rantamäki 2016, 639.)

Yleisimmin kolmannen sektorin toiminnassa käytetään kaksiportaista hallintomallia. Tällöin ylin päätösvalta on jäsenistön kokouksissa ja operatiivisesta toiminnasta vastuussa on valittu hallitus. Mitä ammattimaisemmin toimintaa pyöritetään, sitä useammin päätöksistä vastaa myös asiantuntijat, palkatut johtajat tai keskeisten sidosryhmien päättäjätason edustajat. Päätösvallassa on kyse vaikuttamisesta ja osallistumisesta toimintaa koskeviin päätöksiin ja niiden täytäntöönpanoon. Perimmäiset päämäärät ovat kohderyhmien etujen ajamisessa ja vaikuttamisessa. Monet kokevat kuitenkin toiminnan ja päämäärien muuttuvan palvelutuotannon kasvaessa ja toiminnan ammatillistuuessa. (Rantamäki 2016, 636–637.)

Palveluiden tuottaminen ei ole suinkaan järjestöjen ainoa tehtävä. Järjestöjen toiminnan ydintä ovat kansalaisjärjestönä toimiminen, vapaaehtoistoiminnan mahdollistus sekä vertaistuen tarjoaminen. Järjestöillä on siis merkittävä rooli tuottamassa sosiaalista

pääomaa ja hyvinvointia. Erilaiset järjestöt ja yhdistykset antavat myös ihmisille mahdollisuuksia osallistua ja huolehtia toisista. Järjestöt toimivat äänenä äänettömille ja ehkäisevät osaltaan sosiaalista syrjäytymistä ja yksinäisyyttä. (Pihlaja 2010a, 37; Londén ym. 2004, 14, 137.)

Ihmiset voivat kokea järjestötoiminnan avulla yhteenkuuluvuuden tunnetta ja tuntea myös olonsa hyödylliseksi. Lähtökohtia vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle voi kuitenkin olla muitakin. Usein keskeisenä tekijänä on motivaatio. Ihmisten halu osallistua järjestötoimintaan kumpuaa yleensä aidosta kiinnostuksesta asiaa kohtaan. Myös halu oppia ja auttaa kannustavat monia. Toiminta tuo lisäksi sisältöä elämään, antaa kokemuksia ja tuo vastapainoa muulle elämälle. Tällöin ihmisellä on vahva sisäinen motivaatio toimia vapaaehtoisena. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit voivat kuitenkin olla myös ulkoisia. Ulkoinen motivaatio perustuu ajatukseen palkkiosta tai pakosta. Motiiveina voivat siis olla velvollisuuden tunne ja sosiaalinen paine järjestötoimintaan osallistumisesta. Toiminnalta saatetaan odottaa näkyvyyttä ja arvostusta itselle tai vaikkapa edukasta merkintää ansioluettelossa. Ulkoinen motivaatio ei tosin yleensä kannu vapaaehtoistyössä kovin pitkälle. (Laitinen 2006, 7–9; Harju 2003, 39–40.)

Ihmisen aito halu toimia ja osallistua ovatkin perustoina järjestötoiminnalle. Tämä on väylä toteuttaa kansalaisten aktiivisuutta yhteisten asioiden eteen. Kiinnostusta vapaaehtoistyöhön ylläpitävät hyvin suunniteltu ja organisoitu toiminta, mahdollisuus oppia uutta, kannustus ja miellyttävä yhdessäolo. (Harju 2003, 41–42.) Vapaaehtoistoiminta ei takaa kuitenkaan kaikkia palveluja ja sosiaalista turvaa, joita tarvitaan. Kansalaisten aktiivisuus ei jakaudu tasaisesti koko maassa ja eri väestöryhmien kesken, joten auttamisen intressit ovat myös tämän vuoksi rajoittuneita. Vapaaehtoiset ovat tärkeä resurssi järjestötoiminnalle. Toimintojen kasvavan kysynnän takia vapaaehtoisten riittämättömyys on myös järjestöjen suurin haaste. Toiminta ei riitä kattamaan koko yhteiskunnan yhteisvastuuta, mutta sen merkitys on kuitenkin tällä saralla suuri. (Rönneberg 1998, 19–20; Londén ym. 2004, 144–145.)

2.2 Sosiaalipalvelut kolmannella sektorilla

Etenkin useiden sosiaalialan järjestöjen toiminta on muovautunut ajan saatossa laajaksi kentäksi, joka edellyttää toimijoiltaan asiantuntemusta palveluiden tuottajina ja myyjinä. Järjestöillä on suuri taloudellinen merkitys paitsi palvelun tuottajina, myös ihmisten työllistäjänä. Sosiaalialan järjestöjen tuottamat palvelut kattoivat vuonna 2008 liki 17 prosenttia kaikista sosiaalipalveluista. (Pihlaja 2010a, 36.) Julkiset sosiaalipalvelut on rakennettu niin, että ihmisten tarpeet on jaoteltu ennalta määriteltyihin luokkiin ja näihin on luotu palvelupaketit. Ongelmana on kuitenkin luokkiin sopimattomat sosiaaliset ongelmat, jotka vaativat myös tukea. Järjestöt ovatkin siitä erityisiä, että ne voivat tarjota palveluita ja tukea myös monimutkaisempiin ongelmiin. Järjestöillä on usein kertynyt vahvaa tietämystä erilaisista vaikeista elämäntilanteista ja tukitarpeista, mikä synnyttää uusia tuen muotoja ja innovaatioita esimerkiksi sosiaalipalveluiden kentälle. (Londén ym. 2004, 19, 137–138.)

Koska järjestöillä on suuri rooli sosiaali- ja terveystalouden tuottajina, on myös tärkeää nostaa esille järjestössä toimivien ammattitaito, koulutus ja työkokemus. Vapaaehtoisten tehtävät voivat ajoittain olla haastavia. Työn vapaaehtoisuus, ilman korvausta, vähentää tiukkoja vaatimuksia koulutus- ja ammattitaitovaatimusten suhteen. Tästä huolimatta toiminnalle voidaan asettaa laatutavoitteita, jotta toiminta voi pysyä ammattimaisena. Vaativimmat tehtävät edellyttävät kolmannella sektorilla samantasoista ammattitaitoa, laatua ja koulutusta kuin julkisella ja yksityisellä sektorillakin. Sitoutumista ja säännöllisyyttä vaativat luottamus- ja hallinnolliset toimet ovat yleensä palkattujen työntekijöiden vastuulla. (Pihlaja 2010a, 46–50.) Tämän tutkimuksen keskiössä oleva Turun Kaupunkilähetys ry tarjoaa koulutusta myös vapaaehtoisille ja laatua ylläpidetään arvioimalla ja kehittämällä järjestön toimintaa.

Sosiaalialan järjestöillä on erityisen suuri rooli esimerkiksi identiteettityössä elämän tuodessa kärsimystä ja koettelemuksia. Tämä tarkoittaa apua ja palveluita varsinaisen ongelman lisäksi myös identiteetin uudelleenrakentamisessa materiaalin tai vertaistuen avulla. (Möttönen & Niemelä 2005, 69–71.) Identiteetin rakentamisen, yhteiskuntaanpaluun sekä yhteiskunnassa toimimisen haasteena on sellaisten sosiaalisten tilanteiden löytäminen, jotka voivat tarjota vastavuoroisia ihmissuhteita. Juuri vastavuoroiset ihmissuhteet ovat sitä tukea, jota ei voida tuottaa ainoastaan ammatillisin voimin. Elämän siirtymävaiheet, eli elämän vaiheet, joissa esimerkiksi työmarkkina-

asema tai perhesuhteet kokevat muutoksia, ovat hetkiä, joihin etsitään tietoa ja toisten tukea. Tukea etsitään usein ammattihenkilöiltä, mutta sen lisäksi ihmisiltä, jotka ovat kokeneet vastaavaa. Ihmisten yksilöllistyneet elämäntavat edellyttävät joustavampia tukimuotoja. (Londén ym. 2004, 14–15.)

Järjestöt voivat tarjota sosiaalista tukea, eli resursseja, joita ihminen saa käyttöönsä vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Vuorovaikutus tarjoaa käytännöllistä tukea selviytymisessä. Sosiaaliset verkostot sekä ihmisten kokemus sosiaalisen tuen käytettävyydestä vaikuttavat ihmisten hyvinvointiin, sillä jo kokemus siitä, että tukea on käytettävissä antaa kokemuksen siitä, että apua on saatavissa ja tilanne hallittavissa. Sosiaalinen tuki voi olla paitsi vuorovaikutteisena, myös aineellista, tiedollista, henkistä tai toiminnallista. Järjestötoiminnassa voidaan nähdä elementtejä näistä kaikista muodoista, joita toteutetaan esimerkiksi verkostojen tarjoamisena, kuntoutuksena, rahana tai apuvälineinä, opastuksena sekä rohkaisuna ja kannustuksena. (Londén ym. 2004, 16; Järvikoski 1994, 200–205.)

2.3 Sosiodynaaminen ohjaus ja tukihenkilötoiminta

Peavy (2000) on kehittänyt sosiodynaamisen konstruktivistisen lähestymistavan ohjaukseen. Alun perin tarkoituksena oli kohdistaa lähestymistapa ammatinvalinnan ohjaukseen, mutta sitä on sittemmin hyödynnetty muissakin auttamisen konteksteissa, kuten sosiaalityössä. Peavyn ohjausnäkemys perustuu ihmisen kokemuksellisuuteen, merkityksenantoihin sekä elämän tarkoituksellisuuteen, eli ihmisen toimintaa ohjaavat niin kokemukseen perustuvat merkitykset kuin havainnotkin. Jokainen näkee ja kokee maailman omalla yksilöllisellä tavallaan ja jokainen on ympäröivän kulttuurinsa muovaama. Tulkintojemme taustalla vaikuttavat uskomukset, arvot ja olettamukset asioista ja niillä on aina vaikutusta toimintaamme ja päätöksentekoomme. Elämä ei kovinkaan usein etene loogisesti, vaan odottamattomat tapahtumat ja epävarmuus ovat osa sitä. Myös minuus muuttuu jatkuvasti olosuhteiden ja merkitysten muuttumisen mukana. (Peavy 2000a, 8–9; Juutilainen 2007, 21–23.)

Sosiodynaamisen ohjauksen kautta voidaan parantaa yksilön kykyä osallistua sosiaaliseen elämään. Sosiaalisella elämällä tarkoitetaan tässä työtä, perhettä, kulttuurista toimintaa, vapaa-aikaa ja muuta elämää. Avunsaajaa tulee aina kunnioittaa ja nähdä hänet ihmisenä. Ajatuksena on, että avunsaajaa tuetaan valinnoissa, elämänsuunnitelmissa,

selviytymisstrategioiden muodostamisessa ja oman kantokyvyn vahvistamisessa, eli tukea annetaan kokonaisvaltaisesti. (Peavy 2000a, 9; Juutilainen 2007, 23–24.)

Sosiodynaamisen ohjauksen keskiössä on kieli, joka toimii välineenä uuden perspektiivin tuottamiselle. Sosiodynaaminen ohjaus onkin vuorovaikutteista toimintaa kummankin osapuolen omista lähtökohdista käsin. Ohjaaja ja avunsaaja jakavat ajatuksia ja pohtivat yhdessä asioita, jotka huolestuttavat, ja etsivät ja muodostavat näin ratkaisuja esille nousseihin asioihin. Peavy käyttää käsitettä elämänkenttä (life space) havainnollistamaan elämän osa-alueita. Peavy on määritellyt elämänkentän sektoreita kuvion 1. mukaisesti. Ongelmat saattavat lähtökohtaisesti liittyä yhteen sektoriin, mutta sen vaikutukset voivat ulottua useammalle osa-alueelle. (Peavy 2000a, 8–9; Peavy 2000b, 20–23; Juutilainen 2007, 24–25.)



Kuvio 1. Elämänkentän sektorit Peavyn mukaan (Juutilainen 2007, 24).

Liikkeelle voidaan lähteä esimerkiksi erilaisilla kysymyksillä ja elämänkentän kartoittamisella paperille, jolloin saadaan kokonaisvaltainen kuva siitä, missä tilanteessa avunsaaja on elämässään, ketä elämään kuuluu, mihin elämässä tähdätään sekä mitä haasteita ja vahvuuksia elämään liittyy. Ohjaajan olisi tärkeä kyetä nostamaan esille oikeanlaisia kysymyksiä ja metaforia, joiden avulla voidaan lisätä ymmärrystä

avunsaajan kokemuksista ja niihin liitetystä merkityksistä. Ohjauksen välineinä voidaan lisäksi käyttää tarinallisuutta. Tarinallinen näkökulma voi joko edistää tai estää hyvää elämää. Itsestä puhuessaan ihminen kertoo elämäntarinaansa. Peavy on hahmotellut seitsemän erilaista tarinamallia. On tarinoita, joissa olosuhteet tai muut ihmiset painostavat tai hallitsevat; jokin ongelma tai haaste hallitsee elämää; jokin olennainen seikka nousee jatkuvasti esille; kiinnitetään jatkuvasti huomiota siihen, miten asioiden haluaisi olevan; kerrotaan tarinaa jatkuvasti samanlaisena, mikä estää muutoksen; kerrotaan mitä muut ajattelevat, ja miten heidän mielestään tulisi toimia sekä protestoidaan jotakin elämää hallitsevaa voimaa vastaan. Näitä kertomuksia voidaan ohjaajan kanssa arvioida. Huomioimalla käännekohtia elämäntarinassa esimerkiksi päiväkirjaa kirjoittamalla voidaan saada reflektoinnin kautta aikaan monenlaisia oivalluksia. (Peavy 2000b, 20–23; Juutilainen 2007, 25–26; Onnismaa 2014, 298.)

Sosiaalinen vahvistaminen on puolestaan elämäntarinnan tukemista kokonaisvaltaisesti ja toimii myös vastineena aiemmalle syrjäytymisen ehkäisyn käsitteelle. Sosiaalinen vahvistaminen nähdään arkipuheessa monenlaisena ehkäisevänä työnä, kuten varhaisena puuttumisena, interventioina, elämän nivelvaiheiden tunnistamisena, korjaavina toimina, moniammatillisena työnä sekä verkostoitumisena eri-ikäisten yhteisöissä. Se on ohjaustyötä hyvinvoinnin, osallisuuden ja vaikuttamisen kokemusten eteen. Tavoitetilana on sosiaalinen vahvistuminen, joka on yksilöllinen ja voimaannuttava kokemus paremmasta elämästä. Tähän prosessiin kuuluu osana vapaaehtoiset ja ammatilliset voimat. (Mehtonen 2011, 13.)

Tukihenkilötoiminta sopii hyvin sosiodynaamisen ohjauksen ja sosiaalisen vahvistamisen käsitteiden alle. Se on menetelmä, jota voidaan käyttää vaikkapa nuoren hyvinvoinnin edistämiseen, osallisuuden lisäämiseen ja elämäntaitojen parantamiseen. Kyse on siis arkisten hyvinvointitekijöiden ylläpitämisestä ja tilapäisen avun ja tuen tarjoamisesta niille, joilta nämä puuttuvat. Tavoitteena onkin mahdollisimman monen arkea ja hyvinvointia tukevan ja ylläpitävän hyvinvointitekijän löytäminen. Käytännössä tukihenkilötoiminta tarkoittaa sitä, että tuettava ja tukija kohtaavat tuettavan omassa ympäristössä harrastuksen tai muun yhteisen tekemisen merkeissä. Esimerkiksi harrastuksiin innostaminen ja niihin tutustuttaminen voivat vahvistaa elämäntarinnallista, arkista hyvinvointia sekä lisätä osallisuutta ja vähentää ulkopuolisuuden tunnetta. Säännöllisyys tukihenkilön ja tuettavan yhteydenpidossa määritetään tuettavan tarpeista käsin. (Miettinen & Nuotio 2011, 192–195; Terveystieteiden tutkimuskeskus 2020.)

Tukihenkilötoiminta voi olla ammatillisesti toteutettua tai vapaaehtoistyötä. Esimerkiksi terveys-, sosiaali- tai nuorisotyön ammattilainen voi olla ammatillinen tukihenkilö. Vapaaehtoisen tukihenkilön voidaan puolestaan olettaa olevan luotettava aikuinen, jolla on halua toimia tukihenkilön roolissa. Tukihenkilön vaatimuksena on, että hänellä on tarpeeksi tasapainoinen tilanne elämässään, riittävästi aikaa tuettavalle sekä aito halu toimia auttajana. Tukihenkilötoiminta on suunnitelmallista ja ohjattua toimintaa. Tukisuhteen tavoitteista ja tapaamisten säännöllisyydestä luodaan kirjallinen sopimus. Tukihenkilöitä koskee vaitiolovelvollisuus, joka jatkuu vielä toiminnan päätyminenkin jälkeen. Tukihenkilön rooli voi olla hyvin monitahoinen ja tarjottava apu voi liittyä ihmissuhteisiin, arkeen sekä vahvuuksien ja onnistumisen kokemusten löytämiseen. Konkreettisesti toiminta voi vaihdella paljon tuettavan tarpeiden mukaan. Tukihenkilö voi tarjota apua kuuntelemalla murheita, tukemalla koulunkäyntiä, pohtimalla elämänsuuntaa ja työelämää ja olemalla seurana tuettavalle. (Miettinen & Nuotio 2011, 192–195; Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2020.)

Tukihenkilötoiminnassa toteutuu hyvin järjestöjen perusarvot, joita usein ovat vapaaehtoisuus, tasa-arvoisuus, luottamuksellisuus ja erilaisuuden kunnioittaminen. Ammatillinen tuki ei samalla tavoin perustu tukea antavan ja tukea tarvitsevan tasavertaisuuteen. Tukihenkilö ei ole ammattiauttaja tai terapeutti, vaan on mukana tuettavan arjessa. Tukihenkilötoimintaa järjestävän tahon tehtävinä ovat tukisuhteiden koordinointi, mikä tarkoittaa sopivien tukihenkilö-tuettava-parien muodostamista, tukihenkilöiden työnohjaksellista tukemista sekä ryhmätapaamisista ja virkistyksestä huolehtimista. Tämän lisäksi toiminnan järjestäjät vastaavat vapaaehtoisten koulutuksesta. Tärkeä osa toimintaa on yhteistyö muiden toimijatahojen, kuten sosiaalityöntekijöiden kanssa. Työntekijöiden tulee pitää huoli siitä, että tuettavien elämäntilanteet eivät ole liian vaikeita tai monimutkaisia vapaaehtoisten tuettaviksi. (Miettinen & Nuotio 2011, 192, 200–201.)

2.4 Aiempiä tutkimuksia tukihenkilötoiminnasta

Tukihenkilötoimintaa on aiemmin tutkittu muun muassa Helsingin Diakonissalaitoksen toimesta. Tutkimuksen kohteena on toiminut Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-palvelut. Vamos on 16–29-vuotiaille nuorille tarkoitettu palveluiden hybridimalli, jossa samaan yhteisöön on liitetty yksilötuen ja ryhmätuen muotoja sekä muiden järjestöjen toimintaa ja kunnan terveys- ja sosiaalipalveluja. Toiminta on tarkoitettu erityisesti niille

nuorille, jotka ovat jääneet palvelu- ja tukijärjestelmien ulkopuolelle. Määrälliseen tutkimukseen osallistui kaikkiaan 120 nuorta eri tuen muodoista. Aineistona toimi strukturoidut kyselylomakkeet, joita täytettiin osittain Vamoksen työntekijöiden kanssa. Vastanneet olivat kyselyhetkellä olleet keskimäärin 2–3 kuukautta mukana Vamoksen toiminnassa. (Alanen, Kainulainen & Saari 2014, 4, 6–7, 12, 23.)

Tutkimuksen mukaan vastanneiden koulutustaso oli alhainen. Asumistilanne koettiin koulutuksen puutteen lisäksi yhdeksi keskeisimmistä haasteista. Vastaajien toimeentulo koostui pitkälti sosiaalityöstä. Monella oli taustallaan kiusaamista, oppimisvaikeuksia, yksinäisyyttä sekä häpeän ja epäonnistumisen tunteita. Mielenterveyden ongelmat olivat vastaajilla yleisiä. Yli puolet vastanneista koki elämänsä muuttuneen parempaan suuntaan viimeisen puolen vuoden aikana. Ihmissuhteet olivat muuttuneet parempaan suuntaan kolmanneksella vastaajista. Tämä oli yhteydessä muutokseen turvallisuuden tunteessa. Positiivista fyysistä muutosta koki reilu kolmannes, mutta suuri osa koki kuitenkin, että heidän ulkonäössään ei ole tapahtunut muutosta. Asumistilanteessa muutosta parempaan oli tapahtunut kolmanneksella, mutta reilu puolet kuitenkin koki tilanteen olevan ennallaan. Muutoksia itsetunnossa parempaan suuntaan koki noin joka kolmas. Vastaajat kärsivät erilaisista haasteista, mutta vastaushetkellä 70 prosenttia oli vähintään aika tyytyväisiä elämäänsä. (Alanen, Kainulainen & Saari 2014, 15–30.)

Vamos on onnistunut tutkimuksen mukaan toiminnallaan erityisesti luottamuksen rakentamisessa. Aineiston perusteella nuorten hyvinvointiin Vamoksella vaikuttaa erityisesti nuorten kokemus siitä, että he ovat yksilöinä arvokkaita ja heillä on merkitystä muille. Vamoksen tarjoamat onnistumisen kokemukset ovat osaltaan olleet vähentämässä masennusta. Suurin vaikutus toiminnalla on ollut niihin nuoriin, joiden tilanne palveluihin tultaessa on ollut vaikein. Kaksi nuorta kolmesta näkee tulevaisuuden suhteellisen luottavaisesti. Vamoksen tavoitteena onkin, että haaveettomat nuoret alkaisivat uskoa enemmän mahdollisuuksiinsa ja näkisivät tulevaisuuden kirkkaammassa valossa. (Alanen, Kainulainen & Saari 2014, 53–55.)

Nuorten ohjausta toteutetaan myös Ohjaamoissa ympäri Suomea. Ohjaamo toiminta on rahoitettu valtion sekä kuntien ja kaupunkien toimesta. Myös esimerkiksi Kela, erilaiset järjestöt sekä yritykset ovat tarjonneet henkilöstöresursseja Ohjaamo toimintaan vuosien varrella. Ohjaamojen tavoitteena on edistää hyvinvointia sekä työllisyys- ja opiskelumahdollisuuksia. (Määttä & Souto 2020, 5–6.) Tämä toiminta ei kuitenkaan ole varsinaisesti tukihenkilötoimintaa, mutta paljon tutkittua vapaamuotoisempaa matalan kynnyksen nuorten tukitoimintaa kuitenkin. Ohjaamot tarjoavat nuorille tukea erityisesti

koulutukseen ja työllistymiseen liittyvissä kysymyksissä, mutta tukea saa myös hyvinvoinnin, talouden ja asumisen kysymyksiin. Tuki on yksilöllistä ja se voi olla kevyttä, systemaattista tai pitkäkestoista. Ohjaamoiden säännöllisiin palveluihin kuuluvat etsivän nuorisotyön ja mielenterveyden palvelut sekä oppilaitosten ja opinto-ohjauksen palvelut. Ajatuksena on tarjota monialaisia palveluita yhdeltä luukulta ja kasvattaa esimerkiksi nuorten tietoisuutta palvelumahdollisuuksista. Hajallaan olevien palveluiden ja muiden resurssien kokoamisen tarkoituksena on, että nuori pääsisi nopeammin palveluiden pariin. Ohjaamoissa käydään tähän liittyen nimensä mukaisesti ohjauskeskusteluja ajanvarauksella tai ilman. Ohjaamot ovat myös vapaamuotoista oleskelua ja erilaisia ryhmätoimintoja varten. (Valtakari ym. 2020, 43, 52; Määttä, Karppinen & Kosonen 2017, 32–33.)

Kokemukset Ohjaamoista ovat pääasiassa olleet positiivisia. Nuorista 98 prosenttia on kokenut saaneensa tarvitsemaansa ohjausta ja tukea Ohjaamoista. Nuoret ovat kokeneet toiminnassa tullessa kuulluksi ja osallistuneensa ratkaisuiden tekemiseen. Ohjaamo -toiminnassa 79 prosenttia on kokenut tulevaisuuden suunnitelmiansa edistyneen ja 78 prosenttia puolestaan on kokenut luottamuksen koulutus- tai työpaikan löytymiseen kasvaneen. Ohjaamot ovat siis kyenneet tuomaan esille erilaisia vaihtoehtoja sekä tarjoamaan palveluita ja ratkaisuja vahvistamaan luottamusta. Valtaosa nuorista on ohjaamokäynnin jälkeen kokenut hyötynensä monialaisista palveluista ja oman tilanteensa edistyneen Ohjaamokäyntien seurauksena. (Valtakari ym. 2020, 80, 153; Määttä, Karppinen & Kosonen 2017, 35.)

3 Opiskelijoiden elämäntilanne ja -hallinta

Aiemmissa kappaleissa on käsitelty sitä, miten nuoria voidaan tukea eri asioissa kolmannen sektorin näkökulmasta. Tämän luvun ajatuksena on puolestaan perehtyä tarkemmin nuorten opiskelijoiden elämäntilanteeseen eri elämän osa-alueiden kautta, jotta saataisiin käsitys siitä, mitkä asiat nuoret kokevat elämässään haastavina, eli millaisiin asioihin apua ja tukea saatettaisiin tarvita.

Minäkuva ohjaa vahvasti päätöksiä ja ratkaisuja elämässä, ja se tarkoittaa ihmisen käsitystä itsestään. Itsetunto liittyy minäkuvaan siten, että se on minäkuvan osa. Pettymykset ovat haasteita itsetunnolle ja itsetuntoa pystytäänkin arvioimaan sen mukaan, paljonko pettymyksiä ihminen kestää, ja miten pettymysten jälkeen jaksaa aloittaa alusta. Hyvä itsetunto auttaa ottamaan vastuuta elämässä, sillä se on luottamusta omaan itseen. Elämänhallinta vaikuttaa laajalti kyvykkyyteen pärjätä arjessa, ja sen ytimessä onkin juuri itsensä tunteminen. Ennen kuin ihminen voi hallita elämäänsä, hänen tulisi tietää mitä hän toivoo ja tavoittelee elämältä. Psykologiassa elämänhallinta nähdään ihmisen pyrkimyksenä muuttaa niitä sisäisiä ja ulkoisia olosuhteita, jotka koetaan liian rasittavina tai kuormittavina. Hallinnantunnetta kasvattavat kokemukset ja havainnot, jotka ilmentävät ihmiselle sitä, miten omalla toiminnalla pystyy vaikuttamaan asioihin ja tapahtumiin. Hallinnantunne koskee päätösten, ratkaisujen ja toiminnan lisäksi vahvasti myös psyykkistä elämää, eli kykyä hallita omia tunteitaan ja reaktioitaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 15–17, 41, 60, 80, 103, 113, 137.)

Nuorten elämässä voidaan täysi-ikäisyyden jälkeen havaita kriittisiä vaiheita. Näillä vaiheilla voi olla vaikutuksia nuoren käytökseen. Kriittiset vaiheet ovat tiettyjä hetkiä elämässä, kuten lapsuuden kodista muutto, parisuhteen aloittaminen, opiskelujen aloittaminen tai työelämään siirtyminen. Nuoret tekevät näissä tilanteissa valintoja, jotka vaikuttavat heidän tulevaisuuteensa ja taloudelliseen kyvykkyyteensä. Kaikilla nuorilla on oma subjektiivinen tapansa suhtautua näihin muutoksiin, ja joillain on enemmän valmiuksia selviytyä näistä kriittisistä vaiheista kuin toisilla. (Dixon 2006, 43.)

Palvelujärjestelmällä on suuri rooli hyvinvoinnin, terveyden, elämänhallinnan sekä osallisuuden ylläpitäjänä ja edistäjänä. Terveyspalvelujen lisäksi haastavissa elämäntilanteissa voidaan tarvita myös erilaisia sosiaalipalveluja. (Karvonen, Kestilä & Kauppinen 2017, 27.) Opiskelijoista saatetaan usein puhua yhtenä yhtenäisenä joukkona, vaikka opiskelijoiden elämäntilanteet voivat poiketa toisistaan paljonkin. Saari (2018) on

ryhmitellyt opiskelijoiden elämäntilanteita opintopolkujen, aikaisempien työn ja asumisen siirtymien sekä perheellisyyden ja terveysongelmien kautta. Ryhmittelyn tuloksena opiskelijoiden elämäntilanteet on jaettu kuuteen kehystyyppiin, joita ovat itsenäisesti asuvat toisen asteen opintojen jälkeen opintojaan jatkavat opiskelijat; ennen opintoja työelämässä olleet opiskelijat; varttuneet perheelliset opiskelijat; toisen asteen opintojen jälkeen opintoja jatkavat muuten, kuin itsenäisesti asuvat opiskelijat; toista tutkintoaan suorittavat opiskelijat sekä terveyshaitasta kärsivät opiskelijat. Ryhmittely kuvaa sitä, miten erilaisista lähtökohdista opiskelijat tulevat, ja miten se vaikuttaa heidän tekemiinsä valintoihin ajankäytön, opintojen ja toimeentulon suhteen. (Saari 2018, 19–21.)

3.1 Opiskelijoiden terveys

Opiskelijat kokevat fyysisen terveytensä verrattain hyväksi. Terveystutkimuksen mukaan 76 prosenttia opiskelijoista koki fyysisen terveytensä hyväksi tai erittäin hyväksi. Enemmistö opiskelijoista harrastaa hyötyliikuntaa päivittäin ja reilu neljännes harrastaa lisäksi kuntoliikuntaa viikoittain. Enemmistö myös ajattelee ruokaa hankkiessaan sen terveellisyyttä. Terveellisyysajatteluun viittaa myös raittiiden opiskelijoiden lisääntyvä määrä. Henkisen hyvinvoinnin kokemus näyttäytyy puolestaan fyysisen terveyden kokemusta vähäisempänä, sillä 66 prosenttia kokee henkisen hyvinvointinsa hyväksi tai erittäin hyväksi. Hyvä fyysinen ja henkinen terveys oli miehillä naisia yleisempää. Kuitenkin hyvä kokemus sosiaalisesta terveydestä oli puolestaan naisilla yleisempää kuin miehillä. (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 31, 85–86.)

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2016) mukaan suurin osa opiskelijoista on saanut diagnoosin johonkin pysyvään, pitkäkestoiseen tai toistuvaan sairauteen, vikaan tai vammaan. Tutkimuksen mukaan terveysongelmitta oli vain 28 prosenttia opiskelijoista. Yleisimpiä ongelmia ovat olleet näkö- ja hammasviat sekä allergiat. Psykkisiä vaikeuksia oli puolestaan noin kolmasosalla opiskelijoista. Mielenterveysongelmista yleisimpinä esiintyivät masennus ja ahdistuneisuushäiriö. Oppimiseen liittyviä haasteita tai sairauksia on todettu vuoden 2016 kyselyssä liki kymmenellä prosentilla opiskelijoista. (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 30–31, 36.) Terveys 2000 -tutkimus antoi samansuuntaisia tuloksia, sillä tutkimuksen mukaan lähes neljälläkymmenellä prosentilla 18–29-vuotiaista nuorista aikuisista arvioitiin olleen jokin

psykiatrinen häiriö elämänsä aikana. Myös tässä tutkimuksessa yleisimmiksi mielenterveyden ongelmiksi osoittautuivat masennus ja ahdistuneisuushäiriö. Näiden lisäksi yleisenä häiriönä mainittiin myös päihdehäiriö. (Partanen ym. 2015, 84–86, 90, 94–96.) Syömiseen liittyviä ongelmia tai ei-normaalia asennoitumista ruokaan oli opiskelijanaisista reilulla kymmenellä prosentilla ja opiskelijamiehistä noin viidellä prosentilla (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 84). Erityisesti pandemian aikana korkeakouluopiskelijoiden mielenterveyspalveluiden kysynnässä on näkynyt selvää kasvua. Poikkeusoloissa mielenterveysongelmat ovat jopa kasaantuneet ja vaikutukset voivat näkyä pitkään hyvinvoinnissa. (Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö 2021.)

Unettomuus tai poikkeava väsymys on naisilla yleisempää kuin miehillä, ja siitä kärsii 10–20 prosenttia 18–29-vuotiaista (Härmä & Kronholm 2005, 59). Koronapandemia on heikentänyt tässä suhteessa opiskelijoiden hyvinvointia, sillä kolmasosa opiskelijoista on ilmoittanut kokeneensa aiempaa enemmän väsymystä ja alakuloisuutta juuri pandemian aikana (Ahola & Räsänen 2021). Myös stressi on suhteellisen yleinen haaste opiskelijoiden keskuudessa. Yleisimmin opiskelijoille aiheutuu stressiä vaikeudesta saada otetta opiskeluista. Korkeakouluopiskelijat ovat myös kokeneet stressiä opintojen kuormittavuudesta. Viidesosa opiskelijoista koki negatiivisesti omat kykynsä, mielialansa sekä tulevaisuuden suunnittelun. Opiskelijat kokevat saavansa voimavaroja esimerkiksi ihmissuhteiden ja seksuaalisuuden kautta. (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 36–37; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 123.)

Kouluterveyskyselyn (2019) mukaan noin kaksikymmentä prosenttia toisen asteen opiskelijoista koki terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Vain noin puolet ilmoittivat nukkuvansa kahdeksan tuntia yössä. Pojista noin puolet kertoi pelaavansa päivittäin. Nukkumista netin käyttö vähensi noin kymmenellä prosentilla vastanneista. Alkoholin humalahakuista juomista vähintään kerran kuukaudessa esiintyi noin viidesosalla lukiolaisista ja noin neljäsosalla ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019.) Terveys 2000 -tutkimuksen nuoremmassa 13–22-vuotiaiden ikäryhmässä jokin mielenterveyden häiriö todettiin kaiken kaikkiaan neljäsosalla nuorista. Psykkisesti traumaattiset kokemukset ovat yleisiä riskitekijöitä lähes kaikkien mielenterveyden häiriöiden kohdalla. Nuorilla, joilla on jokin aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö, on monesti myös jokin muu samanaikainen psykiatrinen sairaus. Myös oppimisen erityisvaikeudet ovat monissa tapauksissa liitetty aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöihin. (Partanen ym. 2015, 84–86, 90, 94–96.)

Ahdistus on yleistä nuorilla, jos se on ohimenevää. Pelko -ja jännitystiloja voivat aiheuttaa esimerkiksi uudet sosiaaliset tilanteet, epäonnistumiset sekä menetykset. Ahdistuksen tunteet muuttuvat häiriöksi siinä kohtaa, kun niistä on selkeästi haittaa toiminnallisesti, tai kun niistä aiheutuu selvää subjektiivista kärsimystä. Ahdistuneisuushäiriö voi haitata merkittävästi uusien ystävyys-suhteiden solmimista, vanhojen ystävyys-suhteiden ylläpitämistä sekä koulunkäyntiä ja harrastuksia. Pahimmillaan ahdistuneisuus voi vaikuttaa jopa kotoa poistumiseen ja päämäärätietoiseen toimimiseen. Myös masentunut mieliala voi olla melko nopeasti ohimenevää, eikä näin ollen edellytä hoitoa. Jos taas masentunut mieliala jatkuu viikkoja, se saattaa johtaa masennustilaan. Masennustilaan liittyy usein myös masentuneen mielialan lisäksi muitakin oireita, jotka aiheuttavat arkielämää vaikeuttavaa toimintakyvyn heikentymistä. Näitä muita oireita voivat olla esimerkiksi uupumus, itsetunnon heikkeneminen, arvottomuuden kokemukset sekä synkät ja itsetuhoiset ajatukset. (Strandholm & Ranta 2013, 17; Marttunen & Karlsson 2013, 41–42.)

3.2 Opiskelu

Vuoden 2010 opiskelijatutkimuksen mukaan yli puolet opiskelijoista koki, että korkeakouluopinnot olivat edenneet suunnitellusti. Reilu kolmannes opiskelijoista puolestaan koki, että opinnot olivat edenneet hitaammin, kuin oli suunniteltu. Keskeisimpiä opintoja viivästyttäviä syitä olivat tutkimuksen mukaan työssäkäynti, elämäntilanne sekä henkilökohtaiset syyt. Opintojen viivästyttämisestä selitettiin oppilaitokseen liittyvillä tekijöillä, kuten opintojen työläydellä, vajavaisella opinto-ohjauksella sekä opiskelumateriaalien heikolla saatavuudella. Syitä löytyi myös opiskelijan ajankäyttöön liittyvistä tekijöistä, joista mainittiin erityisesti työssäkäynti. Pieni prosentti opiskelijoista koki myös aikaa vievät harrastukset sekä aktiivisen toiminnan opiskelijajärjestössä syiksi opintojen viivästyttämiselle. Henkilökohtaisina syinä opintojen viivästyttämiselle olivat sairaus tai elämäntilanne sekä muut henkilökohtaiset syyt. Näiden lisäksi taloudelliset syyt, eli toimeentulovaikeudet sekä tiedolliset ja taidolliset syyt, kuten heikko opiskelumotivaatio, kokemus väärällä alalla opiskelusta tai puutteelliset opiskelutaidot nähtiin syinä hitaalle etenemiselle opinnoissa. (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 50–51.)

Korkea-asteella opiskelu-ympäristöön integroituminen ja opintojen keskeyttäminen ovat suhteellisen yleisiä ilmiöitä. OECD-maissa keskimäärin joka kolmas

korkeakouluopiskelija lopettaa opiskelun ennen ensimmäisen tutkintonsa saavuttamista. Tämä ei kuitenkaan aina merkitse epäonnistumista tai syrjäytymistä, vaan kyseessä voi olla uuden suunnan löytäminen. Yleisimpiä opintojen keskeyttämiseen liittyviä syitä ovat esimerkiksi opiskeluun ja sopeutumiseen liittyvät vaikeudet, heikko sitoutuminen, omaan orientaatioon ja tavoitteeseen liittyvät vaikeudet, taloudelliset vaikeudet sekä eristäytyneisyys ja opiskelijan ja oppilaitoksen yhteensopimattomuus. Erityiseksi huolenaiheeksi voidaan laskea opintojen hidas eteneminen ja heikko opintoihin kiinnittyminen varsinkin opintojen alkuvaiheissa. Näiden yhteys korkeaan keskeyttämisriskiin kertovat siitä, miten korkeakouluopintonsa aloittavilla elämänura ei näyttäydy vielä kovin selkeänä. (Rautopuro & Korhonen 2011, 38–39, 43, 51.)

Poutasen, Toomin, Korhosen ja Inkisen (2012) tutkimuksen mukaan valtaosa korkeakouluopiskelijoista liitti opintoihin kiinnittymättömyyden opintojen sujumattomuuteen. Opiskelijat kaipaivat lisää keskustelumahdollisuuksia vertaistensa lisäksi myös opettajien ja ohjaajien kanssa. Opiskelijoiden kokemusten mukaan kiinnittyminen erilaisiin yhteisöihin opinnoissa tarjoaa mahdollisuuden muovata omaa oppimisidentiteettiä sekä kehittää opiskelutaitoja. (Poutanen ym. 2012, 40–42.) Kouluun kiinnittymisen merkitys nousi esille myös toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa, ja sillä nähtiin olevan yhteyksiä niin sosiaaliseen ympäristöön kuin koulumenestykseenkin. Kouluun kiinnittyminen on lisäksi liitetty hyvinvointiin siten, että sen voidaan katsoa suojaavan nuorta epäterveellisiltä elämäntavoilta ja vähentävän esimerkiksi päihiteidenkäyttöä. On tutkittu, että mitä paremmin opiskelija viihtyi toisella asteella ja mitä vähemmän uupunut hän oli, sitä vahvempaa oli myös kouluun kiinnittyminen. (Manninen 2018, 26–27, 92.)

Opintojen sujuvuuteen voi myös vaikuttaa uupumusriski ja vähäinen opiskeluinto. Joka neljäs opiskelija murehtii kouluasioita myös vapaa-ajallaan ja liki viidesosa kokee hukkuvansa työmääräänsä. Esille opiskelu-uupumuksessa tuli myös riittämättömyyden kokemus sekä odotusten väheneminen. Opiskelu koetaan pääasiassa merkitykselliseksi, mutta esimerkiksi energisyys ja tarmokkuuden tunne opiskeluissa näyttäytyvät vähäisempinä. (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 70–72.) Erityisesti koronapandemian tuoman etäopiskelun myötä opiskelijat ovat kokeneet opiskelun stressaavana ja vaatineen entistä enemmän aikaa. Myös asioihin tarttuminen ja motivaatio löytäminen ovat olleet osalle erityisen suuria haasteita juuri pandemian vuoksi. (Ahola & Räsänen 2021.)

3.3 Asuminen ja arjen hallinta

Nuorten suurin syy lapsuuden kodista muuttamiselle on halu itsenäistyä. Se koetaankin usein välttämättömäksi aikuistumisen kannalta. Omaan kotiin muuttaminen tuo paljon muutoksia ja vastuuta nuoren elämään, kun nuoren tarvitsee opetella oman taloutensa hallintaa. Suuri osa nuorista selviää itsenäistymisen tuomista haasteista, mutta yhä kasvavalle osalle nuoria talouden hallinta aiheuttaa vaikeuksia. Tämän voi huomata esimerkiksi nuorten velkaantumisen lisääntymisenä. (Ympäristöministeriö 2010, 57.)

Nuoret kokevat, että itsenäistymistä tuetaan hyvin, mutta tiedotus ja opetus itselliseen elämään tarvittavista taidoista nähdään vähäisinä. Esimerkiksi toimeentulo ja siihen liittyvät tuet, etuudet ja niiden hakeminen tuntuvat sekavilta. Tukea toivottaisiin hakemusten tekemiseen. Tukihakemusten päätökset vaativat odottamista, joten toiveena olisi, että apua voitaisiin saada hakemusten eteenpäin viemisessä. Ongelmiksi koituvat usein hakemusten vaikeaselkoisuus ja puutteelliset ohjeistukset. Vähätuloisina nuoret kokevat muutoinkin taloudelliset asiat haastavina ja pohdintaa herättäviä kysymykset laskujen maksamisesta ja haettavista tuista sekä henkilökohtaisen talouden toiminnasta. Raha-asiat koetaan kuitenkin hyvin henkilökohtaisina, joten ajatus asioinnista esimerkiksi talousneuvojan kanssa voi tuntua vaikealta. Rahatilanteet ovat toisaalta myös hyvin yksilöllisiä, joten yhden sääntöjärjestelmän soveltaminen erilaisiin elämäntilanteisiin ei ole toimivaa. Suurimpana apuna olisi yksilöllinen tuki esimerkiksi tutun tukihenkilön muodossa. Tukihenkilön kanssa raha-asioita voitaisiin yhdessä käydä läpi ja apua voitaisiin saada oikea-aikaisesti sillä hetkellä, kun sitä tarvitaan. (Hyppönen ym. 2019, 32–33.)

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus (2016) perusteella vain alle puolet opiskelijoista kokee toimeentulonsa hyväksi. Vastanneista neljäkymmentä prosenttia koki tulevaisuutta toimeen, jos he elivät säästäväisesti ja liki viidesosa koki toimeentulonsa epävarmaksi ja erityisen niukaksi. Yli puolet opiskelijoista koki työssäkäynnin välttämättömäksi taatakseen toimeentulonsa. (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 73.)

Myös asumisasiossa törmätään usein samankaltaisiin ongelmiin kuin talouden ja toimeentulon kanssa. Nuorten kokemuksen mukaan heillä ei ole tarpeeksi ymmärrystä asumiseen liittyvistä asioista. Myös asumiseen liittyy erilaisten tukien hakemista. Tukea kaivattaisiin lisäksi siihen, mitä asioita tulisi ottaa huomioon muuttaessaan ensimmäistä kertaa omilleen. Tietoa kaivattaisiin esimerkiksi siitä, mistä ja miten asuntoja voi hakea. Asunnon saamisen haasteena voi olla myös vuokravakuus tai luottotiedottomuus.

(Hyppönen ym. 2019, 34–35.) Tyypillisimmin korkeakouluopiskelijat päätyvät asumaan yksin vuokralle soluasuntoon tai omaan talouteen. Toiseksi yleisimpänä asumismuotona opiskelijoille on asuminen puolison kanssa kahdestaan. (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 29–30.)

Haasteet arjessa puolestaan liittyvät arjen hallintaan. Arjen hallintaa voidaan tarkastella esimerkiksi sisäisen ja ulkoisen hallinnan näkökulmasta. Ulkoinen arjen hallinta viittaa käytännön taitojen hallintaan, joka on yhteydessä tekniseen toimintaan. Tämä tarkoittaa helpommin ulkopuoliselle näkyviä asioita, kuten ruuanlaittoa ja vaatehuoltoa sekä kodin siisteyttä ja viihtyisyyttä. Sisäisen hallinnan näkökulma laajentaa arjen hallinnan käsitettä kokemuksen tasolle. Tästä näkökulmasta arjen hallintaa voisi olla esimerkiksi kyky ihmissuhteiden solmimiseen, omasta jaksamisesta huolehtiminen ja kokemus siitä, että selviää ja pärjää arjessa. (Haverinen & Saarilahti 2009, 74–75.)

3.4 Sosiaalinen verkosto ja vapaa-aika

Sosiaalinen verkosto koostuu ihmisen ympärillä olevasta lähipiiristä. Osana sosiaalista verkostoa voivat olla esimerkiksi sukulaiset, puoliso ja ystävät. Enemmistöllä opiskelijoista on parisuhde, mutta puolison kanssa yhdessä asuu heistä puolet (Kunttu, Pesonen & Saari 2016 76). Nuorilla aikuisilla kaikkein merkittävimpana elämään tyytyväisyyden selittäjänä toimii parisuhde ja tyytyväisyys siihen. Suomalaiset pitävät myös perhettä ja ihmissuhteita tärkeinä tyytyväisyyteen vaikuttavina tekijöinä. (Martikainen 2006, 95–96.)

Kyläilyä tuttavien luona harrasti Terveys 2000 -kyselyn mukaan kaksi kolmasosaa tutkimukseen vastanneista (Kestilä & Martelin 2005, 41). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2016) mukaan puolet opiskelijoista vietti vapaa-aikaa ystäviensä kanssa ainakin kahdesti viikossa ja selkeä enemmistö opiskelijoista koki voivansa puhua halutessaan läheistensä kanssa ongelmistaan ja asioistaan (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 78). Ystävät ovatkin nuorelle suurimpia voimavaroja arjen haasteiden keskellä. Monet saavat tukea jaksamiseen ystäviltään. Yksinäisyyden ja yksin jäämisen kokemukset ovat kuitenkin yleisiä. Keskusteluissa herääkin usein esille se, että kuka huomaa ne, jotka eivät ole osana jotain yhteisöä, kuten koulua, työtä tai muuta ryhmää. Nuorten kokemuksen mukaan ystävyys pohjautuu pitkälti samaistumisen, yhteisten kiinnostusten sekä luottamuksen varaan. Ystävyuden syntyminen vaatiikin altistumista muille ihmisille.

Aiemmat ongelmat luottamuksessa hankaloittavat ystävyysuhteiden solmimista uusien ihmisten kanssa. Erilaiset sosiaaliset suhteet voidaan kokea myös kuormittavina. (Hyppönen ym. 2019, 41–42; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 124.)

Uusien ystävien saaminen vaatii uusiin paikkoihin menemistä sekä paljon oma-aloitteisuutta ja voimavaroja. Tämä tarkoittaa, että muiden elämänalueiden tulee olla tarpeeksi vahvalla pohjalla. Osa korkeakouluopiskelijoista kokee juuri opintojen aikana muodostetut sosiaaliset suhteet erityisen tärkeiksi, sillä tällöin he kuuluvat ryhmään, jossa he jakavat muiden kanssa mielenkiinnon samaa asiaa kohtaan. Toisaalta opintojen aikaisten ystävyysuhteiden luomista on vaikeuttamassa luentojen suuret ihmismäärät, jolloin henkilökohtaiset kontaktit jäävät vähälle, sekä toisaalta myös opiskelun itsenäinen luonne. Opintojen lisäksi myös harrastukset ovat paikkoja, jotka yhdistävät samasta asiasta kiinnostuneet ihmiset yhteen. Myös erilaiset kiinnostuksen kohteen ympärille rakennetut matalan kynnyksen ryhmät voivat olla hyvä keino tavata ihmisiä. Uusien ystävien saaminen ei kuitenkaan aina vaadi kasvokkaista näkemistä, vaan ystävyysuhteita voi muodostaa myös erilaisten pelien, nettisivujen ja -foorumien kautta. (Hyppönen ym. 2019, 41–42; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 122–123.)

Koronapandemian tuoma sosiaalinen eristäytyneisyys on vaikuttanut jonkin verran opiskelijoiden sosiaalisiin suhteisiin. Jyväskylän yliopiston toteuttaman tutkimuksen mukaan vajaa kolmasosa opiskelijoista koki koronatilanteen lisänneen yksinäisyyttä. Kaksi viidestä puolestaan koki sosiaalisten suhteidensa tilanteen olleen melko tai erittäin huono pandemian aikana. Suurin osa kuitenkin ilmoitti tutkimuksen mukaan hakeneensa tukea läheisiltään, mutta kolmasosa opiskelijoista ei ole hakenut mistään tukea. (Ahola & Räsänen 2021.)

3.5 Tulevaisuus ja työllistyminen

Yleisesti ottaen opiskelijat ovat suhtautuneet luottavaisesti tulevaisuutensa. Yli puolet opiskelijoista kokevat oman alansa työllisyystilanteen hyväksi ja uskovat työllistyvänsä jo vuoden sisällä valmistumisesta. Tässä on kuitenkin nähtävissä jonkin verran eroja koulutusalat huomioon ottaen. (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 53–54.) Epävarmuudet tulevaisuuden suhteen voivat liittyä esimerkiksi työllistymismahdollisuuksiin ja tehtyihin valintoihin omaan opiskeltuun alaan liittyen.

Epävarmuutta herättää myös kilpailu työmarkkinoilla kokeneempien hakijoiden kanssa. (Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 124–125.) Valitsemastaan alasta epävarmoja ovat olleet neljäsosa opiskelijoista, lisäksi vajaa kymmenen prosenttia on todennut alansa vääräksi itselleen (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 69).

Työmarkkinoille siirtyminen ei ole opiskelujen jälkeen aina helppoa. Työnhakuun liittyy monilla ahdistusta ja se koetaan raskaaksi, sillä hakemuksia joudutaan lähettämään läjäpäin. Verkostoilla ja tuurilla koetaan olevan vaikutusta työpaikan saantiin. (Saarikallio, Hellsten & Juutilainen 2008, 60–61, 108–109.) Opiskelijat, joilla on sosiaalista rajoittuneisuutta, voivat kokea verkostoitumisen haastavaksi. Työllistymisen vaikeudet ovat yhteydessä psyykkisten ja sosiaalisten ongelmien lisääntymiseen, sairastavuuteen sekä syrjäytymiseen (Halonen ym. 2007, 70.)

Työllistymisodotukset vaihtelevat myös jonkin verran alakohtaisesti. Odotuksiin vaikuttavat esimerkiksi käsitykset työmarkkinatilanteesta. Työllistymisuskoa voi vahvistaa oma työkokemus. Ne, jotka ovat hankkineet jo opintojen aikana työkokemusta omalta alalta kokevat usein työllistymisuskonsa vahvempana. Elämäntilanne vaikuttaa myös omaan joustavuuteen esimerkiksi muuttaa työn perässä toiselle paikkakunnalle, eli elämäntilanne voi myös olla vaikuttamassa uskoon työllistymisestä. (Saari, Koskinen, Attila & Sarén 2020, 41–44.)

3.6 Opiskelijoiden tukipalvelut ja avunsaanti

Nuorille suunnatuissa ohjauspalveluissa tavoitteet ovat määritelty esimerkiksi Opetushallituksen laatimissa opetussuunnitelmien perusteissa peruskoululaisille sekä toisen asteen opiskelijoille. Pohjalla toimii elinikäisen oppimisen ajatus, jonka mukaan ohjauksen tavoitteena on auttaa nuoria erilaisissa elämäntilanteissa tunnistamaan osaamisensa, kykynsä ja kiinnostuksensa. Tavoitteina on lisäksi auttaa nuoria tekemään sopivia päätöksiä liittyen työuraan ja koulutukseen sekä hallitsemaan yksilöllisiä polkuja opiskelun, työn ja muun elämän saralla. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011, 10.)

Opiskeluterveydenhuolto tulee järjestää terveyshuoltolain mukaisesti kunnan perusterveydenhuollon toimesta kaikille lukion ja ammatillista koulutusta käyville opiskelijoille. Opiskeluterveydenhuolto sisältää opiskeluympäristön terveellisyys- ja turvallisuuden edistämisen ja seuraamisen. Opiskeluterveydenhuolto sisältää myös esimerkiksi opiskelijoiden opiskelukyvyn, hyvinvoinnin ja terveyden seuraamisen ja

edistämisen terveyden- ja sairaanhoitopalveluiden avulla. Tähän luetaan mukaan niin mielenterveys- ja päihdetyö kuin seksuaaliterveyden edistäminen ja suun terveydenhuoltokin. Osana opiskeluterveydenhuoltoa ovat lisäksi erityisen tuen varhainen tunnistaminen sekä opiskelijan tukeminen ja esimerkiksi jatkotutkimuksiin tai psykoterapiaan ohjaaminen tarpeen tullen. (Terveydenhuoltolaki, 1326/2010, 2: 17 §.) Oppilas- ja opiskelijahuoltolain mukaan opiskelijahuollon tarkoituksena on edistää opiskelijoiden terveyttä, hyvinvointia ja oppimista sekä edistää osallisuutta ja ehkäistä ongelmien muodostumista. Tarkoituksena on lisäksi turvata varhainen tuki sitä tarvitseville sekä edistää oppilaitosyhteistyötä ja oppimisympäristön hyvinvointia ja turvallisuutta. Koulutuksen järjestäjän vastuulla on opiskeluhuoltosuunnitelman toteutuminen. Opiskeluhuolto tulee järjestää yhteistyössä opetustoimen sekä sosiaali- ja terveystoimen viranomaisten kanssa. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki, 1287 / 2013, 1: 2 §; 1287 / 2013, 2: 9 §.)

Korkeakouluopiskelijoiden kohdalla terveydenhuollon järjestäminen on terveydenhuoltolain mukaisesti Kansaneläkelaitoksen velvollisuus. Kansaneläkelaitos huolehtii palveluiden saavutettavuudesta ja saatavuudesta. Korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollon tuottaa Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön ja Kansaneläkelaitoksen on turvattava sujuvien palveluketjujen ja palvelukokonaisuuksien toteutuminen yhteistyössä kuntien ja muiden järjestäjien kanssa. (Terveydenhuoltolaki, 1326/2010, 2: 17 §; Laki korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollosta, 695/2019, 1: 8–12 §)

Nuorten ongelmat voivat olla hyvinkin monitasoisia ja liittyä esimerkiksi oppimisvaikeuksiin, mielenterveysongelmiin tai sosiaalisiin rajoitteisiin. Päivittäistä elämää voi varjostaa myös talouden, työllistymisen, itsetunnon, yksinäisyyden ja jaksamisen haasteet. Ongelmat eri elämänalueilla liittyvät usein toisiinsa, esimerkiksi taloudellinen ahdinko vaikuttaa siihen mitä syö, minne voi mennä ja mitä asioita voi tehdä vapaa-ajalla. Ongelmat voivat olla kehittyneitä pidemmällä aikavälillä ja taustalla voi olla esimerkiksi jo aiempaa viranomaistyötä. Tällaiselle nuorelle olisi parasta, jos tuki löytyisi yhdestä paikasta. (Halonen ym. 2007, 67–71; Hyppönen ym. 2019, 43–44.)

Opiskelijat tiedostavat ongelmakohdat elämässään varsin hyvin ja ovat saamiinsa palveluihin suhteellisen tyytyväisiä. Luottamus siihen, että palvelujärjestelmä toimii, on hyvällä tasolla. Tyytymättömyyttä ja kriittisyyttä on kuitenkin jonkin verran osoitettu esimerkiksi opiskelijaterveydenhuoltoa ja hammashoitoa kohtaan. (Karvonen, Kestilä & Kauppinen 2017, 37,39.) Palvelut toimivat Suomessa siis pääasiassa hyvin ja palveluita

löytyy kattavasti, jos tukea tarvitaan yksittäisestä palvelusta. Palvelujärjestelmän kokonaisuutta voi olla kuitenkin vaikea hahmottaa. Sosiaali- ja terveydenhuolto, TE- ja Kelan toimistojen näkökulmasta huolestuttavinta onkin juuri niiden ihmisten tilanne, joiden elämässä vallitsee samanaikaisesti useampia ongelmia. Näiden ihmisten tarpeissa korostuivat eri palvelujärjestelmien toimiva moniammatillinen yhteistyö ja sujuvat palveluketjut. Monimutkaisiin ongelmiin ei voida odottaa nopeita ratkaisuja, vaan tuen olisi hyvä olla riittävän pitkäjänteistä sosiaalityön roolia korostaen. Haavoittuvimmassa tilassa olevat ihmiset tarvitsevat palveluiden yhteensovittamista kaikkein kriittisimmin, sillä riskinä on palveluverkostosta tippuminen. Sosiaali- ja terveyspalveluiden tuottajista vahva enemmistö pitää järjestöjen tarjoamaa tukihenkilötoimintaa, vertaistoimintaa ja kuntoutusohjaajan palveluita tärkeinä. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että asiakkaalle nimettäisiin vastuuhenkilö, joka vastaisi palveluiden ja tuen yhteensovittamisesta. Onkin ehdotettu, että eri palveluista muodostettaisiin yhteinen asiakassuunnitelma, johon integroitaisiin osaksi myös järjestöjen toiminta asiakkaan tukijana. (Eronen, Londén & Peltosalmi 2019, 41, 44, 171–173, 185.)

Tukea tarvitsevien nuorten tilanteen kohentamisen keinoina sosiaali- ja terveyshuolto, Kela ja TE-palvelut näkevät ehkäisevään tukeen panostamisen, matalankynnyksen palvelut ja kohtaamispaikat, eri toimijoiden ja tahojen yhteistyön tiivistämisen nuorten hyväksi, nuorille osoitettujen mielenterveyspalveluiden lisäämisen sekä palveluiden ja toimintatapojen muokkaamisen nuorille suotuisemmiksi. Haasteena nuorten saamassa tuessa on pitkät jonot psykiatriin palveluihin. Matalan kynnyksen palveluilla ja edullisilla harrastusmahdollisuuksilla pyrittäisiin tarjoamaan varhaista tukea nuorille. Ehkäisevinä palveluina korostuvat koulujen terveydenhoitajat, koulukuraattorit sekä koulupsykologit, joiden tavoitettavuus on ollut aiempaa parempaa. Hyvänä vaihtoehtona on myös nähty järjestöjen tarjoama toiminta esimerkiksi elämänhallinnan ja talouden käsittelyn tukemisessa. Lisäksi yhteistyö koulujen ja nuorisotyön kanssa koetaan tärkeänä. Esimerkiksi runsaat poissaolot ovat syy ohjata nuori sosiaalityön piiriin, jolloin ongelmien syvenemiseen voitaisiin puuttua. Myös opintojen itseohjautuvuus on nähty ongelmallisena, johon tarvitsisi paremmin yksilöllistä tukea. Nuorten kohdalla tulisi panostaa erityisesti kasvokkain kohtauksiin, jotta saadaan aikaiseksi luottamuksellinen suhde. Itseasiointi ja verkkopalvelut eivät siis yksin riitä nuorten tilanteen parantamiseen. Huolta on herättänyt nuorille tarkoitettujen psykiatristen palveluiden riittämättömyys. Nuorten arjen ongelmiin liittyen esimerkiksi raha-asioihin,

tulevaisuuteen, mielenterveyteen tai jaksamiseen, on vaikea löytää tukea ja mahdolliset palvelut vaikuttavat pirstaleisilta. (Eronen, Londén & Peltosalmi 2019, 45–47.)

4 Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toiminta

Tämä tutkimus toteutetaan toimeksiantona Turun Kaupunkilähetys ry:lle, joka toimii nuorten aikuisten sekä vanhusten hyväksi. Turun Kaupunkilähetys ry:n historia ylittää jopa 140 vuoden taakse. Järjestöllä onkin pitkät perinteet yhteistyöstä eri toimijoiden kanssa. Perinteisesti yhteistyötä on toteutettu sosiaali- ja terveysalan organisaatioiden sekä järjestöjen kanssa. Turun Kaupunkilähetys tekee voittoa tavoittelematonta työtä ulkopuolisten rahoitusten avulla. Turun Kaupunkilähetys ry tarjoaa tänä päivänä tukea nuorille työelämän ja opiskelun sekä asumisen ja itsenäistymisen saralla. Vanhusten tukitoiminta liittyy puolestaan enemmän vaikeisiin elämäntilanteisiin ja yksinäisyyteen. Turun Kaupunkilähetys ry tarjoaa siis kolmenlaisia tukiohjelmia, joita ovat Oma koutsi -toiminta, tuetun asumisen tukihenkilötoiminta sekä Senioripysäkki vanhuksille. Toiminta on suunnattu Turun alueelle ja toimintaa toteutetaan vapaaehtoisten voimin. Tässä tutkimuksessa keskitytään Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toimintaan. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020.)

4.1 Oma koutsi -toiminnan koutsausprosessi

Oma koutsi -toiminta on suunnattu 17–29-vuotiaille nuorille aikuisille, jotka tarvitsevat tukea työelämään ja opiskeluun liittyvissä asioissa. Nuorella on usein yksin vastuu asioiden etenemisestä ja elämän suunnittelusta. Tuki on usein ongelmakeskeistä ja aktivointisuunnitelmien tai puhelujen kautta saatua. Joillakin haasteet kohdistuvat arjen hallintaan sekä työelämävalmiuksiin ja sosiaalisiin valmiuksiin. Nuoret usein toivovat muutosta, mutta eivät löydä siihen keinoja. Tämän vuoksi koutsauksen ajatuksena ei ole antaa vain tukea, vaan toiminta on muutostyöskentelyä. Pyrkimyksenä on siis ratkaisukeskeisesti valmentaa nuorta hyödyntämään omia voimavarojaan ja löytämään yhdessä koutsin kanssa uusia toimintamalleja asioiden hoitamiseen. Tuki on ennen kaikkea yksilöllistä ja rohkaisevaa. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 3.)

Aluksi nuoren kanssa keskustellaan lomakkeen avulla koutsaukseen osallistumisesta sekä tuettavan taustoista, eli tehdään alkukartoitus. Kartoitukseen kootaan myös palvelutarpeet ja arvio nuoren kyvystä sitoutua ja hyötyä toiminnasta. Jos nuori ei sovellu koutsaukseen, hänet palveluohjataan muunlaisen tuen piiriin. Alkukartoituksen jälkeen mukaan lähteviä

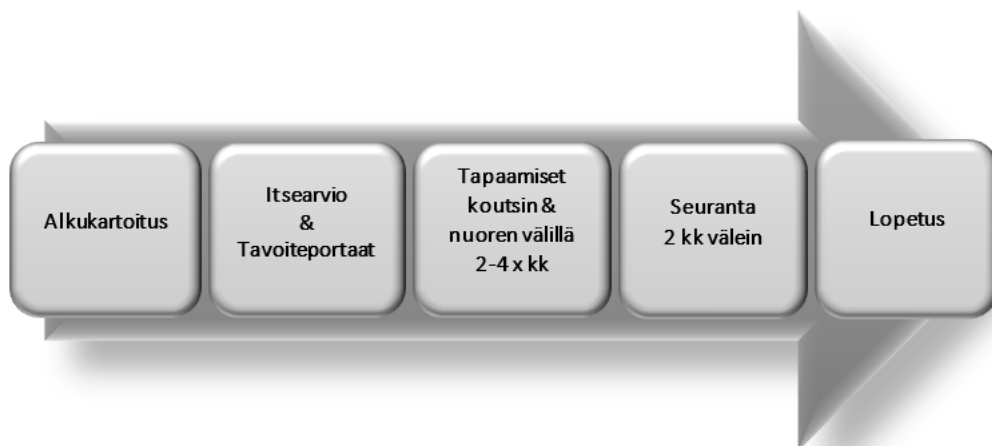
nuoria tavataan vielä toistamiseen yksilötapaamisessa. Tapaamisessa nuori tekee työelämätaidot -itsearviointin, jolla arvioidaan nuoren vahvuuksia ja kehittymistarpeita. Itsearviointin pohjalta luodaan tavoiteportaati, jossa määritellään nuoren tavoitetila, eli tila, jossa nuori toivoo olevansa noin kuuden kuukauden – vuoden päästä. Ylätavoitteita voi olla noin yhdestä kolmeen kappaletta. Tavoiteportaisiin kirjataan myös käytännön tukimuodot, eli välitavoitteet sekä työskentelytapa. Tavoitteiden tarkoitus on kääntää ongelmat muutostoihiveiksi. Tavoitetila pyritään pilkkomaan mahdollisimman pieniksi osiksi, eli välitavoitteiksi, jotta tavoitteet ovat helpommin saavutettavissa. Jos ylätavoite on esimerkiksi työkokeilupaikan löytäminen, voidaan välitavoitteiksi asettaa vaikkapa tutustuminen alueen työllistämispalveluihin, työpaikkatoiveiden pohtiminen, ansioluettelon päivittäminen ja oman osaamisen sanoittaminen, asiapuheluiden harjoittelu, yhteydenotot kolmeen eri työpaikkaan ja niin edelleen. Välitavoitteet määritellään aina kahden kuukauden välein seurantatapaamisissa. Tällä tavoin nuori voi kokea onnistumisia ja nähdä samalla omaa edistystä. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 6–7.)

Ajatuksena on, että tavoitteita lähdetään suunnitelmallisesti saavuttamaan vapaaehtoisen koutsin avulla, jonka kanssa muodostetaan tasa-arvoinen luottamussuhde. Koutsipareja muodostaessa huomioidaan esimerkiksi henkilökemioiden yhteensopivuus, sillä molempien osapuolten tulisi viihtyä toistensa seurassa. Tämä vaatii työntekijöiltä vapaaehtoisten ja nuorten hyvää tuntemista. Myös vapaaehtoisen osaaminen ja työelämä- ja opiskelukokemus huomioidaan ja niiden soveltuvuutta pohditaan nuorten tilanteisiin peilaten. Koutseilta ei kuitenkaan vaadita erityisosaamista tai kattavaa tietotaitoa, sillä he saavat jatkuvasti työilleen ammatillista tukea ja ohjausta. Molemmat osapuolet voivat myös esittää toiveita omalle parilleen. Yksilökoutsauksen lisäksi nuoret voivat tarvittaessa hyödyntää muidenkin koutsien asiantuntemusta. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 6–7, 24; Love 2020, 6.)

Varsinainen koutsaus alkaa tutustumistapaamisella, jossa on mukana myös työntekijä. Tällöin käydään yhdessä läpi aiemmin muodostetut henkilökohtaiset tavoiteportaati. Tavoiteportaatisa ensimmäinen kuukausi keskittyy usein tutustumiseen. Tapaamiset koutsin ja nuoren välillä ovat säännöllisiä, noin kerran viikossa tapahtuvia. Tämän lisäksi koutsi ja nuori voivat pitää yhteyttä puhelimitse. Ensimmäisen kuukauden jälkeen sovitaan ensimmäinen seurantatapaaminen. Tällöin päätetään koutsauksen jatkosta ja luodaan välitavoitteita seuraavalle kahdelle kuukaudelle. Seuranta tapahtuu koko koutsaussuhteen ajan kahden kuukauden välein. Näin varmistetaan toiminnan

tavoitteellisuus ja kyetään tarkistamaan eteneminen välitavoitteissa ja luomaan uusia välitavoitteita. Seurantatapaamisissa huomioidaan pienetkin edistymiset ja juhlitaan onnistumisia. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 6–7.)

Näiden tapaamisten lisäksi työntekijät ovat suunnitelmallisesti yhteydessä vapaaehtoiisiin, asiakkaihin ja heidän kanssaan toimiviin muihin ammattilaisiin. Työntekijät kokoavat siis tarvittaessa muita nuorten kanssa toimivia tahoja yhteen. Tavoitteet huomioiden koutsaus on suunniteltu kestämään kolmesta kuukaudesta kahdeksaentoista kuukauteen. Koutsaus päättyy yhteiseen lopetustapaamiseen, kun riittävään tavoitetilään on päästy. Lopetustapaamisessa arvioidaan muutosprosessia tavoiteportaiden kautta ja käydään läpi matkan varrella tapahtuneet muutokset. Arviointi tuo tietoa koutsauksen hyödyistä, mutta pääasiana on muutosprosessin näkyväksi tekeminen. Lopetusarvioinnissa nuoren kanssa keskustellaan, mihin asioihin koutsauksella on ollut merkitystä. Näin nuori oppii samalla palautteen antoa ja vastaanottamista. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 6–7.) Kuvio 2. tiivistää koutsausprosessin perusajatuksen.



Kuvio 2. Koutsausprosessi Oma koutsi -toiminnassa (Love & Orblin 2020, 6).

Koutsin antama tuki on nuoren arjessa tapahtuvaa tsemppausta, yhdessä tekemistä ja asioiden oppimista, luotettavan aikuisen tukea ja ennen kaikkea uskoa nuoren omaan osaamiseen. Tarkoituksena on vahvistaa nuoren luottamusta tulevaisuuteen esimerkiksi haaveilemalla hyvästä tilanteesta ja pyrkimällä löytämään muutoksia, joita nuori toivoo elämäänsä. Tavoitteiksi voidaan asettaa vaikkapa valmistuminen tai työpaikan löytäminen. Käytännön tasolla koutsaus voi olla työhakemuksien tekemistä,

opiskeluvaihtoehtojen tutkimista, opintojen aikataulutusta, palveluihin tutustumista ja muuta virallisten asioiden hoitoa sekä sosiaalisten taitojen harjoittelua. Nuoren kanssa voidaan tehdä viikkoaikatauluja ja sopia deadlineista. (Love & Orblin 2020, 3, 9–19.)

Juttelu nuoren omista tuntemuksista ja mieltä askarruttavista ajatuksista ovat iso osa koutsausta. Myönteinen palaute on yksi koutsin tärkeimmistä työkaluista. Korjaavalla palautteella on myös suuri merkitys, mutta se ei koskaan kohdistu nuoreen itseensä vaan tekemiseen. Palautteessa käytetään tavoitekieltä, eli pohditaan aina jonkin lisäämistä, ei poistamista. Pyrkimyksenä on saada nuori hyväksymään itsensä epäonnistumisista huolimatta. Tärkeää on nuoren vahvuuksien ja onnistumisten huomioiminen ja hyödyntäminen niin kutsutun voimavarakeskustelun avulla. Voimavarakeskustelun taustalla on ajatus, että jokaisella on resurssit ja keinot muutoksen aikaansaamiseksi, mutta valmentajan tehtävänä on kaivaa nämä esille. Moni ratkaisu löytyy jo olemassa olevista vahvuuksista, joita ei vain ole osattu hyödyntää. Tarkoitus on siis rakentaa sen päälle, mikä jo toimii. (Love & Orblin 2020, 3, 9–19.)

Sosiaalinen eristäytyminen vaikeuttaa merkittävästi itsenäistä pärjäämistä. Nuoret kaipaavat niin vertaistukea kuin sosiaalista aktivoitumistakin, mutta uusiin toimintoihin ja harrastuksiin lähteminen voi olla haastavaa. Muun muassa tästä syystä Oma koutsi -toiminnassa löytyy myös ryhmätoimintaa, johon voi osallistua esimerkiksi koutsin kanssa matalalla kynnyksellä. Toimintaa järjestetään nuorten tarpeista ja toiveista käsin vapaaehtoisten osaamisen pohjalta. Apuna tavoitteiden saavuttamiseksi voidaan hakea myös päiväkirjatyöskentelystä, jossa teemana voi olla onnistumiset, kiitollisuus tai ilonaiheet. Näin voidaan lisätä tietoisuutta positiivisten kokemusten voimasta ja oppia lisäksi tietoiseen myönteisyyteen. Elämän voimalähteitä ja onnellisuutta tuovia asioita voidaan etsiä myös vahvuuskysymyksillä tai vahvuustestillä. Haastavia tilanteita varten voidaan puolestaan pohtia etukäteen toimintamalleja ja selviytymiskeinoja koutsin avustuksella. (tukenasi.fi; Love & Orblin 2020, 9–19, 24–25)

Kaiken kaikkiaan koutsauksessa hyödynnettäviä menetelmiä ovat siis: työelämätaitojen itsearviointi, tulevaisuuteen suuntaava keskustelu, tavoiteportaatiot, tavoitteiden eteenpäin vieminen koutsin kanssa, eli toiminnanohjaus, voimavaralähtöinen keskustelu, päiväkirjatyöskentely, vahvuuskysymykset ja vahvuustestit sekä toimintamallien ja selviytymiskeinojen koonti haastavia tilanteita varten.

4.2 Vapaaehtoiset toiminnassa

Jotta toiminta olisi toimivaa ja onnistunutta, tulee sen myös olla ohjattua ja ammatillisesti koordinoitua. Vapaaehtoiset haastatellaan ennen toimintaan ryhtymistä. Haastattelun avulla arvioidaan vapaaehtoisen kykyjä ja resursseja toimia haastavan kohderyhmän parissa. Vapaaehtoisen oman elämäntilanteen tulisi olla tasapainossa ja häneltä tulisi löytyä aitoa kiinnostusta ja aikaa suhteen luomiseen asiakkaan kanssa. Haastattelussa arvioidaan esimerkiksi aiempaa kokemusta vapaaehtoistyöstä ja kohderyhmän kanssa työskentelystä, motivaatiota, elämäntilannetta, suhtautumista vaikeuksiin elämässä, kykyä ja kiinnostusta auttamiseen sekä selvitetään vapaaehtoisen rikosrekisteri työskenneltäessä alaikäisen kanssa. (Love & Orblin 2020, 23.)

Oma koutsi -toiminnassa haastattelun jälkeen sovitaan peruskoulutuksesta, jossa vapaaehtoiset saavat perehdytyksen toimintaan. Koulutuksia järjestetään kahdesta kolmeen kertaan vuodessa ja koulutuksen kesto on tällöin kolme arki-iltaa ja yksi päivä (15 oppituntia). Ryhmäkoot pyritään pitämään pienenä, jotta vuorovaikutus saadaan säilytettyä ja ohjaajat kykenevät tutustumaan vapaaehtoiisiin kunnolla. Koulutuksissa käsiteltäviä teemoja ovat: tutustuminen ja toiminnan esittely, kohderyhmän kuvaus case-esimerkein, vapaaehtoisen velvollisuudet muun muassa suhteessa muihin toimijoihin asiakkaan elämässä, palvelujärjestelmään tutustuminen ja muut tukipalvelut, mielenterveysongelmat ja neuropsykiatriset häiriöt, ratkaisukeskeinen valmennusote ja menetelmät sekä vapaaehtoisen jaksaminen ja tukimahdollisuudet. Peruskoulutuksen lisäksi vapaaehtoiset saavat työntekijöiltä säännöllisesti ammatillista yksilöohjausta sekä neuvoa ja tukea haastavaan työhönsä. Vaihtoehtona on myös ryhmämuotoiset vertaistuelliset toiminnanohjaukset. Vapaaehtoisten osaamista syvennetään myös jatkokoulutuksilla eri teemoista. Työntekijöiden koulutuksesta ja kirjallisuudesta omaksuttua ideologiaa on sovellettu Oma koutsi -toiminnan vapaaehtoistyöhön sekä nuorten valmennukseen työelämätaidoissa. (Love & Orblin 2020, 2, 24; Love 2020, 6.)

Oma koutsin työntekijöillä on ratkaisukeskeisen neuropsykiatrisen valmentajan pätevyys. Turun kesäyliopiston nettisivujen mukaan valmennus soveltuu esimerkiksi mielenterveyskuntoutujien tai muiden puutteellisten toiminnanohjauksen taitojen omaavien lasten, nuorten tai aikuisten ohjaamiseen. Neuropsykiatrisen valmennuksen tavoitteina nähdään eri elämänvaiheissa olevien elämän- ja arjen hallinnan taitojen ja myönteisten toimintatapojen kehittyminen. Valmennusta voidaan toteuttaa

ratkaisukeskeisesti pyrkimällä ohjaamaan asiakasta ongelmakeskeisestä ajattelusta kohti voimavara- ja ratkaisukeskeistä toimimista. (Turun kesäyliopisto 2021.)

4.3 Oma koutsi -toiminnan tavoitteita

Työntekijät suorittavat jatkuvasti itsearviointia sen pohjalta, mitä tietoa ja havaintoja he saavat asiakas-, vapaaehtois- ja yhteistyötapaamisissa. Tiedot perustuvat esimerkiksi haastattelu- ja koulutustilanteisiin sekä tapaamisiin. Myös vapaaehtoisilta kerätään palautetta toiminnasta ja koulutuksista esimerkiksi sähköisellä kyselyllä perehdytyksen osalta. Moni toiminnassa mukana oleva kokee vapaaehtoistyön hyväksi tavaksi vaikuttaa, ja he ovat olleet tyytyväisiä työn koordinointiin, saamaansa tukeen vapaaehtoisena toimimisessa sekä työssään kokemaansa arvostukseen, mikä on vaikuttanut positiivisesti vapaaehtoisten sitoutumiseen. Työntekijöiden mukaan vapaaehtoisten tarjoama koutsaus on kustannustehokas tukimuoto, jolla mahdollistetaan käytännönläheinen tuki nuoren omassa arjessa. Alueen mielenterveys- ja neuropsykiatrian tukipalveluiden ruuhkautuminen on näkynyt asiakkaiden ohjauksessa järjestöjen piiriin. Vapaaehtoistoiminnalla ei voida kuitenkaan aina tarjota riittävää tukea, joten verkostoituminen alueen muiden toimijoiden kanssa on tärkeää nuorten palvelupolkujen löytämiseksi. Toiminnasta on saatu tulokellinen malli yhdistämällä vapaaehtoinen tukihenkilötoiminta ratkaisukeskeiseen valmennusmenetelmään. (Love 2020, 2–7.)

Toiminnan tavoitteena oli vuonna 2019 kehittää vapaaehtoistyöhön perustuvia tukimuotoja työelämävalmiuksien vahvistamiseksi, eli täydentää julkisen sektorin virastopainotteisia tukipalveluja tavoitteellisella, jalkautuvalla ja yksilöllisellä käytännön tuella nuoren arjessa. Tavoite koetaan tärkeäksi, sillä nykyiset tukimuodot eivät kohdistu riittävästi opiskelu- ja työelämävalmiuksien vahvistamiseen ja niiden harjoitteluun. Oma koutsi -toiminnalla on täydennetty julkisen sektorin palveluita vapaaehtoisten voimin. Toiminta ei silti korvaa julkisen sektorin tehtäviä, vaan tarkoituksena on toimia yhteistyössä julkisen sektorin kanssa. Oma koutsi on perinteiseen tukihenkilötoimintaan verraten selkeämmin tavoitteellista muutostyöskentelyä, ei vain tukemista haastavassa tilanteessa. Nuori aikuisuus nivelvaiheineen voidaan nähdä syrjäytymisriskinä. Lähiverkoston puuttuessa, kaipuu läheisistä ihmissuhteista viranomaisten rinnalle koetaan suurena. Vapaaehtoistyö ei korvaa ammatillista tukea ja ammatillinen tuki ei puolestaan korvaa vapaaehtoistyötä. (Love 2020, 24–25.)

Toisena tavoitteena oli tarjota valmennusta 50 nuorelle. Vuonna 2018 Oma koutsin asiakkaita oli 97, joista 55 saivat vuoden aikana vapaaehtoisen koutsin. Vuonna 2019 Oma koutsin asiakkaita oli puolestaan 89, joista 51 saivat oman koutsin. Koutsit ja nuoret ovat kerättyjen tilastojen mukaan pääosin tavanneet viikoittain, eli keskimäärin kolmesta neljään kertaa kuukaudessa puolitoista tuntia kerrallaan. Koutsauspareista kaksi kolmasosaa oli yhteyksissä tekstiviestitse vähintään kerran viikossa. Tärkeimmiksi teemoiksi koutsauksessa nousivat itsetunto ja nuoren osaaminen, harrastustoiminta tai sen pohtiminen, opinnot, kouluasiat ja opiskelutekniikat, päivärytmin ylläpitäminen, tulevaisuuden suunnittelu, toimintasuunnitelmien ylläpitäminen, terveydestä ja jaksamisesta huolehtiminen, perheeseen ja ystäväpiiriin liittyvien asioiden pohtiminen ja työnhakuun paneutuminen. Tämä tarkoittaa, että yhä suurempi osuus asiakkaista on opiskelijoita. Toiminnalla on kyetty ehkäisemään syrjäytymistä, sillä vuosien 2018–2019 aikana koutsattavat ovat saaneet palkkatöitä, aloittaneet opinnot, palanneet kesken jääneisiin opintoihin ja osa on myös valmistunut. (Love 2020, 25–26.)

Kolmanneksi tavoitteeksi määriteltiin, että toiminnassa aktiivisesti mukana olevia vapaaehtoisia olisi 60, joista 50 toimisi koutsiparina nuorelle. Vapaaehtoisia oli toiminnassa 65 vuonna 2018 ja 61 vuonna 2019. Vapaaehtoisten määrä on suoraan verrannollinen siihen, kuinka monelle voidaan tarjota yksilöllistä tukea. Oma koutsi -toiminnan markkinointi, tuki ja arvostus sekä toimintaan sitouttaminen ovat tuottaneet tulosta, ja näin ollen toiminta on kyetty pitämään tavoitteiden mukaisella tasolla. Vapaaehtoiset ovat kiitelleet hyvin koordinoidusta toiminnasta sekä heidän työtään kohtaan osoitetusta arvostuksesta. Vapaaehtoiset kokevat päässeensä hyödyntämään osaamistaan ja asiantuntijuuttaan. He kokevat myös toiminnan kautta pääsevänsä tekemään merkittävää kansalaistoimintaa ja vaikuttamistyötä. (Love 2020, 26.)

Kehittämistoimiksi on määritelty yksilötyön vahvistaminen, eli panostus laadukkaampaan alkukartoitukseen ja palveluohjaukseen. Näin voidaan paremmin selvittää nuoren soveltuvuutta toimintaan ja ohjata sujuvammin oikean palvelun piiriin. Vuoden 2020 aikana selvitetään lisäksi etäkoutsauksen mahdollisuutta, näin halutaan madaltaa kynnystä osallistua ja vastata aiempaa paremmin yksilöllisiin tarpeisiin ja aikaresursseihin. Viimeisenä kehittämistoimena halutaan ottaa Nuorten raati aktiivisemmin mukaan erilaisiin tapahtumiin ja projekteihin. Nuorten raati koostuu yhdistyksen asiakkaista, joilla on motivaatiota ja kiinnostusta toteuttaa vaikuttamistyötä omia kokemuksia hyödyntäen. (Love 2020, 12–13.)

5 Tutkimuksen toteutus

5.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tavoitteita ja toteutusta on pohdittu yhdessä Turun Kaupunkilähetys ry:n työntekijöiden kanssa. Tutkimuksen tavoitteena on tarkastella Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toimintaa. Tutkimus pyrkii arvioimaan toiminnan onnistuneisuutta ja perustella näin toiminnan hyödyllisyyttä. Kiinnostuksena on myös toisen asteen opiskelijoiden ja korkeakouluopiskelijoiden syyt hakeutua tukitoiminnan piiriin. Onnistuneisuutta tarkastellaan tutkimalla sitä, missä määrin tukitoiminta on auttanut opiskelijoita heidän mainitsemissaan haasteissa ja ongelmissa. Lopuksi tutkimus pyrkii vielä selvittämään, mitkä asiat on koettu koutsauksessa tärkeimmiksi. Tämän kysymyksen pohjalta järjestö kykenee arvioimaan omaa toimintaansa.

Tutkimuskysymykset muodostuivat seuraavasti:

1. Mistä syistä opiskelijat hakevat tukea Oma koutsi -toiminnasta?
2. Missä määrin toimintaan osallistuneiden opiskelijoiden toiveet ja tavoitteet ovat toteutuneet Oma koutsi -toiminnan aikana?
3. Mitkä asiat opiskelijat ovat kokeneet Oma koutsi -toiminnassa tärkeimmäksi?

5.2 Tutkimuksellinen lähestymistapa

Jotta voidaan mitata toiminnan onnistuneisuutta, on hyvä perehtyä vaikuttavuustutkimukseen. Vaikuttavuus voidaan ymmärtää tavoitteiden saavuttamisen asteena, palvelujärjestelmän kykyä aikaansaada toivottuja vaikutuksia, toimenpiteiden seurauksena, erilaisten tarpeiden tyydyttämisenä tai mekanismeina, joissa vaikutukset kehittyvät. Muutama vuosikymmen sitten on vielä pohdittu, sopiiko vaikuttavuuden arviointi ja tuloksellisuus osaksi yhteiskuntapoliittista toimintaa. Vaikuttavuuden arviointi on sittemmin nähty tarpeellisena. Arviointi on laajentunut vuosien saatossa päätöksenteon tueksi tuotetusta tutkimustiedosta myös toiminnan ohjauksen ja kehittämisen apuvälineeksi. Sen avulla voidaan päätellä, saavutetaanko toiminnalla

halutut päämäärät. Vaikuttavuuden arvioinnissa kysymykseen nousevat asiaan soveltuvat mittarit. Kaikki arvioinnin muodot eivät kuitenkaan ole mittareihin perustuvia eikä vaikuttavuuden arvioinnille löydy yhtä oikeaa tapaa. Vaikuttavuuden arvioinnin pohjalla ovat toiminta-ajatus ja strategiset päämäärät. Ensisijaisesti vaikuttavuudessa on kyseessä seuraukset, joihin voidaan toiminnan kautta vaikuttaa. On myös tärkeää tietää, miksi arviointia suoritetaan. Tarkoituksia voivat olla Kelan mallin mukaisesti esimerkiksi tilivelvollisuus, tuloksellisuuden todentaminen sekä toiminnan kehittäminen. (Rajavaara 2006, 9–16, 71–75.)

Kehittävä arviointi tukee uudistumista ja esimerkiksi palveluprosessien kehittämistä. Toiminnan arvioinnin avulla organisaatiot voivat oppia itsestään erityisesti siinä, mikä toimii ja mikä ei. Ilman arviointia ei voida olla varmoja, että toiminta on tarkoituksenmukaista. Arviointia voidaan käytännön tasolla suorittaa esimerkiksi jatkuvan palautteen ja toiminnan reflektoinnin kautta. Tilivelvollisuusarviointi puolestaan perustuu yleensä lainsäädännössä ilmaistujen ja neuvotellen sovittujen päämäärien sekä tavoitteiden toteutumisen mittaamiseen ja seurantaan. Tällaisella ”kontrollilla” arviointia käytetään varmistamaan resurssien käytön asianmukaisuus, sillä organisaatio on vastuussa ulkoiselle rahoittajalle tuloksellisuudesta. Avustuksensaajilta voidaan kysyä esimerkiksi apurahojen käyttökohdetta, toimintaan osallistujien ajatuksia ja jonkinlaista tilastollista dataa osallistujamäärästä ja tavoitteista. (Rajavaara 2006, 73; Stephen 2010, 141, 145, 151.) Tässä tutkimuksessa arvioidaan, missä määrin opiskelijat saavat Oma koutsi -toiminnan kautta tukea kokemuksiinsa haasteisiin. Lähtökohtaisena päämääränä on, että jokainen saa tukea niihin asioihin, joiden vuoksi on tukea lähtenyt hakemaan. Kyse on siis siitä, millä asteella tavoitteet saavutetaan. Toiminnan on perusteltava tuloksellisuuttaan ja hyödyllisyyttään rahoittajille, joten järjestö on tilivelvollinen vaikutusten arvioinnissa. Kokemusten pohjalta kerätyn tiedon perusteella voidaan myös arvioida, missä asioissa voidaan kehittyä ja mikä toimii hyvin.

5.2.2 Tapaustutkimus ja Monimenetelmätutkimus

Tämä tutkimus voidaan määritellä tapaustutkimukseksi, sillä tutkittava ilmiö määräytyy vahvasti juuri kyseessä olevan tutkittavan ryhmän mukaan, mikä on tässä tutkimuksessa vuosina 2018 ja 2019 Oma koutsi -toiminnan päättäneet nuoret. Tapaustutkimukselle tyypillisesti käytössä on laadullinen aineisto, mutta sen lisäksi tapaustutkimukseen voidaan käyttää määrällistä aineistoa. On myös yleistä, että tapaustutkimuksessa tutkijalla

on vain vähän kontrollia tapahtumiin, mikä on tässä tutkimuksessa varsin oleellista, sillä tutkimuksen keskiössä ovat järjestön tuottamat dokumentit. Tapaustutkimus lähestyy usein tutkittavaa ilmiötä osana tiettyä kontekstia, joka on tässä Oma koutsi -toiminta ympäristönä tavoitteiden saavuttamiseksi. Tarkemmin tarkasteltuna kyseessä on ekstensiivinen tapaustutkimus, sillä tutkimus pyrkii löytämään nimenomaan ilmiöön liittyviä yhteisiä ominaisuuksia ja malleja useamman tapauksen vertailun avulla. Ekstensiivisessä tapaustutkimuksessa tapauksia voi olla useampi, joten jokaisen tapauksen monipuolinen ja syvälinen tarkastelu on mahdotonta, kun taas intensiivisen tapaustutkimuksen ajatuksena on tutkia monipuolisesti syvemmin vain yhtä tai muutamaa tapausta. (Eriksson & Koistinen 2014, 4–7, 18–19.)

Tämä tapaustutkimus toteutetaan laadullisen ja määrällisen aineiston yhdistelemisen seurauksena myös monimenetelmätutkimuksena. Monimenetelmätutkimuksessa yhdistellään vähintään yhtä laadullista ja yhtä määrällistä tutkimusmenetelmää joko peräkkäin tai rinnakkain samassa tutkimusasetelmassa. Tässä tutkimuksessa on hyödynnetty aineiston koodausta, joka perustuu siihen, että aineistossa esiintyvillä asioille annetaan koodit, eli nimet. Kullekin koodille löytyy siis sanallinen määritelmä. Tässä tutkimuksessa koodaus on muodostettu aineistolähtöisesti, eli koodit perustuvat kerättyyn aineistoon. Koodaus toimii apuvälineenä, jonka avulla aineistoa voidaan analysoida. Tutkimus on hyödyntänyt koodausta aineiston kvantifioinnissa, eli aineistoa on muutettu koodauksen avulla laadullisesta määrälliseen muotoon. (Eriksson & Koistinen 2014, 9–10, 35.)

5.3 Tutkimuksen aineisto ja aineistonhankinta

Aineisto on Turun Kaupunkilähetys ry:n keräämää materiaalia ja se käsittelee tukea hakeneita nuoria, jotka ovat käyneet läpi koutsausprosessin. Aineistona tässä tutkimuksessa toimii tukea hakeneiden opiskelijoiden alkukartoituksen yhteydessä täytetyt lomakkeet (LIITE 1) ja niiden pohjalta muodostetut tavoitteet sekä tukisuhteen loppuhaastattelun (LIITE 2) yhteydessä täytetyt lomakkeet, jotka selvittävät nuorten saavutuksia toiminnan aikana sekä nuorten ajatuksia koutsauksesta. Lomakkeiden tiedot ovat työntekijöiden kirjaamia nuorten vastausten pohjalta. Alkukartoituksessa kysymykset ovat avoimia. Loppuhaastattelussa hyödynnetyssä lomakkeessa on sekä avoimia että määrällisiä kysymyksiä.

Nuorten alkukartoitukseen on kerätty avoimien kysymyksien avulla tietoa nuorten opiskelu- ja työllisyystilanteesta sekä historiasta, koetuista haasteista opiskelussa ja työelämässä, asumisesta ja taloustilanteesta, terveydestä ja omasta jaksamisesta, perhesuhteista ja sosiaalisesta verkostosta, harrastuksista ja vapaa-ajasta, päihteiden käytöstä ja rikoksista, sekä mihin asioihin nuori toivoo apua, ja mitä nuori toivoo vapaaehtoiselta. Lisäksi lomakkeista löytyy tiedot nuorelle määritellyistä tavoitteista. Toiminnan loppuhaastattelu puolestaan käsittelee määrällisesti tukea saaneiden työllistymistä, terveydestä huolehtimista, arjenhallintaa ja palveluiden hyödyntämiseen liittyviä taitoja ja muutoksia, opiskeluun liittyviä taitoja ja sosiaaliseen elämään ja vapaa-aikaan sekä tulevaisuuden suuntaan ja itsetuntemukseen liittyviä muutoksia. Loppuhaastattelussa kysytään myös avoimesti, mikä koetaan koutsauksessa tärkeimmäksi.

Tutkittavina aineistossa on yhteensä 31 nuorta opiskelijaa. Opiskelijat ovat iältään 17–29-vuotiaita ja opiskelevat joko toisella asteella lukiossa tai ammattikoulussa, tai kolmannella asteella joko yliopistossa tai ammattikorkeakoulussa. Toisen asteen opiskelijoita on aineistossa 12 ja kolmannen asteen opiskelijoita 19. Toimintaan osallistuu myös muita kuin opiskelijoita, mutta opiskelijat ovat tämän tutkimuksen kiinnostuksen kohteena. Tutkimukseen osallistuvista naisia on 25 ja miehiä 6. Toimintaan osallistuneista opiskelijoista 90 prosenttia oli saanut tukea myös muualta. Opiskelijat olivat saaneet muuta tukea Oma koutsi -toiminnan lisäksi esimerkiksi opinto- ja koulupsykologilta, terapiasta, sosiaalityöntekijältä, terveydenhoitajalta, lääkäriltä ja psykiatrian poliklinikalta.

Haastattelut on toteutettu vuosina 2018 ja 2019 koutsaussuhteen päättäneille. Aineiston ulkopuolelle rajattiin vuosina 2016 ja 2017 toteutetut haastattelut kymmenelle opiskelijalle, joiden kohdalla loppuhaastattelu oli kerätty eri tavoin, joten näiden tietojen ei katsottu olevan vertailukelpoisia tässä tutkimuksessa. Järjestöllä on myös aineistoa nuorten itsearvioinnista ja palautteista sekä määritellyistä välitavoitteista, mutta ne päätimme pitää myös tarkastelun ulkopuolella. Tässä tutkimuksessa ei tulla siteeraamaan nuorten vastauksia alkukartoituksista anonyymiteetin suojaamiseksi.

5.4 Tutkimusmenetelmät

Menetelmänä tässä tutkimuksessa on käytetty sisällönanalyysia. Sisällönanalyysin perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa aineisto hajotetaan aluksi osiin, sen jälkeen käsitteellistetään ja lopuksi kootaan uudella tavalla selkeäksi kokonaisuudeksi. Sisällönanalyysin avulla voidaan analysoida dokumentteja, joita ovat tässä tutkimuksessa haastattelut ja haastattelun pohjalta täytetyt lomakkeet. Sisällönanalyysi on tekstin analyysia ja sen ajatuksena on saada yleinen, tiivistetty ja selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä ja etsiä tekstin merkityksiä. Sisällön erittelyn avulla tietoa voidaan kerätä joko sanallisessa muodossa tai määrällisesti luokiteltuna tai tilastoituna. Sisällönanalyysin ja sisällön erittelyn ero voidaan nähdä siinä, että sisällönanalyysin pyrkimyksenä on kuvata sanallisesti dokumenttien sisältöjä, kun taas sisällön erittelyyn on liitetty dokumenttien ja niiden tekstien kvantitatiivista kuvaamista. Aineiston kvantifioimisessa aineistosta lasketaan, kuinka monesti tutkittavat ilmaisevat tai kuvailevat samaa asiaa. Kvantifioinnilla voidaan saada merkittävääkin lisätietoa ilmiöstä verraten pelkkään laadulliseen kuvailuun esimerkiksi erilaisissa avoimin kysymyksiin kerätyissä arvioinneissa ja selvityksissä. Sisällönanalyysin ja sisällön erittelyn yhdisteleminen samassa tutkimuksessa liitetään monimenetelmätutkimuksen piiriin metoditasolla. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 117–122, 135–137.)

Tämän tutkimuksen sisällönanalyysi on kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen kohdalla teorialähtöistä, sillä teoreettisen viitekehyksen jaottelu ohjaa myös tulosten jaottelua. Kolmannen tutkimuskysymyksen kohdalla sisällönanalyysi on puolestaan aineistolähtöistä, eli analyysin viitekehyksenä toimii tutkimuksen aineisto, ja analyysi perustuu päättelyyn ja tulkintaan, jossa empiirisestä aineistosta edetään kohti käsitteellisempää näkökulmaa ilmiöstä. Aineistolähtöinen laadullinen analyysi on jaettavissa kolmeen osaan, joita ovat aineiston pelkistäminen eli redusointi, aineiston ryhmittely eli klusterointi sekä teoreettisten käsitteiden muodostaminen eli abstrahointi. Pelkistämisen tarkoituksena on karsia epäolennainen tieto pois aineistosta esimerkiksi tiivistämällä tai pilkkomalla aineistoa osiin. Pelkistämisessä voidaan etsiä aineistosta tutkimustehtävää muistuttavia ilmaisuja. Tässä voidaan käyttää esimerkiksi värikoodeja erottelemaan erilaisia ilmiöitä. Ryhmittelyvaiheessa koodatut ilmaisut käydään läpi huolella tarkoituksena etsiä eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia ilmaisevia käsitteitä. Samaa asiaa kuvaavat käsitteet ryhmitellään omiksi luokikseen, joiden pohjalta muodostuvat alaluokat. Alaluokat nimetään siten, että ne kuvaavat luokan sisältöä.

Luokittelun avulla aineisto tiivistyy. Tiivistettyjen alaluokkien pohjalta voidaan muodostaa vielä alaluokkien kesken yläluokkia, jotka kuvaavat laajemmin aineistosta nousevaa ilmiötä. Käsitteellistämisvaiheessa erotellaan vielä tutkimuksen kannalta olennainen tieto. Tämän valikoidun tiedon pohjalta voidaan muodostaa teoreettisia käsitteitä. Lopuksi on tärkeää vielä kiinnittää huomiota siihen, että polku on säilynyt prosessin aikana alkuperäisdatasta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–127.)

Kolmas tutkimuskysymys hyödyntää temaattista analyysia. Sisällönanalyysin ja temaattisen analyysin ero on lähinnä analyysin logiikassa. Temaattisessa analyysissa aineistosta poimitaan perusajatukset, joiden ympärille muodostetaan temaattisen kartan avulla teemaan sopiva kokonaisuus. Sisällönanalyysissa ja temaattisessa analyysissa kummassakin muodostetaan tiivistetympiä ilmaisuja ilmiöstä. Sisällönanalyysissa analyysi tapahtuu ennemminkin taulukkojen avulla, kun taas temaattisessa analyysissa piirretään tiivistyviä kartoja. Temaattisessa analyysissa ei kuitenkaan voi sisällönanalyysista poiketen käyttää aineiston määrällistä tarkastelua. Teemojen tulisi olla analyysissa sisällöllisesti johdonmukaisia ja ulkoisesti toisistaan poikkeavia. On paljon aineistosta ja tutkijasta kiinni, millaiseen tulkintaan lopulta päädytään. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 140–143.)

Näiden laadullisten menetelmien lisäksi tämän tutkimuksen ytimessä on myös määrällisyys. Määrällisen eli kvantitatiivisen tutkimusmenetelmän ajatuksena on tiedon numeerinen tarkastelu. Tämä tarkoittaa tutkittavien asioiden ja niiden ominaisuuksien käsittelyä yleisesti kuvaillen numeroita käyttämällä. Tutkija voi saada tutkimustiedon numeroina tai mahdollisesti ryhmitellä laadullista aineistoa numeeriseen muotoon. Tällöin tutkijan tehtävänä on tulkita ja selittää olennainen numerotieto sanallisesti. Määrällinen tutkimus voi olla luonteeltaan esimerkiksi selittävä, kuvaileva, kartoittava, vertaileva tai ennustava. Tämä tutkimus tulee lähimmäksi kuvailevan ja vertailevan tutkimuksen ajatusta. Kuvailevassa tutkimuksessa tutkijan tehtävänä on esittää järjestelmällisesti ilmiön tai asian näkyvimät, kiinnostavimmat ja keskeisimmät piirteet. Vertailevan tutkimuksen tavoitteena on puolestaan vertailla ihmisiä koskevia asioita eri aikoina sekä näin etsiä ja tuoda esille asioiden välisiä eroja. Kun esitetään tuloksia, joissa on paljon tietoa, parhaaksi esitystavaksi soveltuu taulukko tai erilaiset graafiset esitystavat. (Vilka 2007, 14, 19–21, 135.)

5.5 Aineiston analyysi

Aloitin aineiston analysoinnin lukemalla läpi jokaisen tutkittavan profiilin alkukartoituksen ja loppuhaastattelun. Muodostin jokaisesta tutkittavasti kokonaisprofiilit, joihin liitin kaikki kuhunkin tutkittavaan liittyvät aineistot. Tämän jälkeen lähdin etsimään vastausta ensimmäiseen tutkimuskysymykseen. Tässä hyödynsin kolmannessa pääluvussa käyttämäni luokittelua opiskelijoiden elämäntilanteesta, sillä muodostin ongelmakenttien luokittelun niiden suuntaisesti. Myös tutkittavien alkukartoituksissa käytettiin samankaltaista kategorisointia. Poimin jokaisen tutkittavan profiilista ongelmakenttään avoimissa alkukartoituksissa ilmenneet kuhunkin kenttään liittyvät asiat. Tämän jälkeen kirjoitin SPSS-ohjelmalla kysymyksiksi kaikki kussakin ongelmakentässä esiin tulleet haasteet ja merkitsin jokaisen tutkittavan kohdalla, oliko asia ollut Oma koutsi -toimintaan hakeneelle opiskelijalle haaste vai ei. Näin sain kvantifioitua laadullista aineistoa ja tuotua esille määrällistä dataa siitä, missä määrin mikäkin asia on toiminut syynä opiskelijoille hakea tukea Oma koutsi -toiminnasta.

Toista tutkimuskysymystä lähestyin kahdesta kulmasta, toisaalta halusin löytää yleistä tietoa siitä, kuinka moni ylipäättään saavutti alkukartoituksessa asetettuja tavoitteita ja missä määrin, kun taas toisaalta halusin lisäksi selvittää loppuhaastattelun kategorioiden mukaisesti, missä asioissa edistystä on tapahtunut eniten ja mitkä teemat ovat jääneet tavoitteiden saavuttamisessa vähemmälle. Ensimmäistä näkökulmaa tutkin puhtaasti alussa muodostamieni profiilien perusteella. Värikoodasin tutkittava kerrallaan vihreällä värillä tavoitteet, jotka voitiin lukea loppuhaastattelun perusteella saavutetuiksi ja punaisella värillä puolestaan alkukartoituksen tavoitteet, joita ei toiminnassa saavutettu. Loppuhaastattelusta puolestaan värikoodasin vihreällä saavutetut asiat ja oranssilla asiat, joita saavutettiin tavoitteiden lisäksi. Värikoodien perusteella jaottelin tutkittavaa joukkoa niihin, jotka saavuttivat toiminnan aikana kaikki tavoitteensa, osan tavoitteista tai ei saavuttanut yhtään tavoitetta. Näin pystyin arvioimaan sitä, missä määrin tavoitteita on saavutettu. Osittain tavoitteita saavuttaneiden joukosta pystyin pienehkön otoksen ansiosta tarkastelemaan myös sitä, mitä syitä tavoitteiden saavuttamattomuudelle mahdollisesti oli. Loppuhaastattelun värikoodauksen avulla pystyin helposti hahmottamaan, kuinka moni oli alkuperäisten tavoitteiden lisäksi saavuttanut asioita myös tavoitteiden ulkopuolelta.

Tämän tarkastelun jälkeen siirsin loppuhaastattelujen määrällisen tiedon sellaisenaan SPSS-ohjelmaan. Jotta saisin haastattelulle vertailtavaa tietoa siitä, mitkä asiat tarkemmin

olivat niitä, joissa eniten tai vähiten saavutettiin tavoitteita, muodostin loppuhaastattelua vastaavat tiedot alkukartoituksesta. Etsin siis kunkin tutkittavan kohdalla alkukartoituksesta vastauksia loppuhaastattelun kysymyksiin siitä näkökulmasta, että loppuhaastattelun saavutukset olisivat mahdollisia tavoitteita opiskelijalle. Uudelleenmuotoillussa alkukartoituksessa siis ilmenee, mihin loppuhaastattelussa mainittuihin asioihin opiskelija toivoi muutosta toiminnan alkaessa. Tämän jälkeen tein vertailua uudelleenmuovatus alkukartoituksen ja loppuhaastattelun välillä kategoria kerrallaan.

Kolmas tutkimuskysymys vaatii hieman erilaista lähestymistapaa, sillä vastaukset olivat laajempia. Lisäsin aineistosta avoimen kysymyksen ”Mikä on ollut sinulle koutsauksessa tärkeintä?” kaikki vastaukset samaan tiedostoon. Tämän jälkeen aloin värikoodien avulla etsimään vastauksissa toistuvia teemoja. Koska vastaukset ovat suhteellisen lyhyitä, aineistolähtöinen tutkimustapa toimi tässä hyvin. Jokaisen löytyneen teeman nimesin erikseen, jonka jälkeen vertailin löytyneitä teemoja keskenään etsimällä niistä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Samansuuntaisiksi toteamani teemat ryhmittelin tiiviimpiin alaluokkiin. Nämä ryhmät tiivistin edelleen kolmeen yläluokkaan, joista muodostuivat pääteemat vastauksiksi kolmanteen tutkimuskysymykseen.

5.6 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen teko sisältää paljon eettisiä kysymyksiä, joiden suhteen tutkija tekee päätöksiä tutkimuksen edetessä. Tärkeä osa tutkimuksen tekoa, on tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden tarkastelu. Eettiset kysymykset voivat liittyä esimerkiksi tutkimusluvan saamiseen, aineiston keräämiseen ja tieteelliseen raportointiin. Tutkijan ja tutkittavan välillä ei myöskään saisi vallita riippuvuussuhdetta, joka voisi vaikuttaa osallistumisen vapaaehtoisuuteen ja saatuun tutkimusaineistoon. Tärkeää on myös kunnioittaa tutkittavia ja olla aiheuttamatta vahinkoa heille. Tutkimusta tehdessä tulee siis huolehtia tutkittavien yksityisyydestä ja turvata tutkimuksen luottamuksellisuus. Vielä julkaisuvaiheessa on pohdittava anonymiteettisuojaan toteutumista. (Eskola & Suoranta 1998, 52–57.)

Tätä tutkimusta varten tehtiin tutkimuslupadokumentti toimeksiantajajärjestön kanssa, jossa sovittiin salassapitovelvollisuudesta ja tutkimuksen muista hyvistä käytännöistä. Tässä tutkimuksessa tutkittavien anonymiteettia on pyritty suojaamaan mahdollisimman

hyvin. Toimeksiantaja järjestö anonymisoi aineiston jo ennalta, mutta tutkimusta toteutettaessa on lisäksi karsittu vastauksista esimerkiksi yksilöivät kotipaikkatiedot jättäen ne tutkimuksen ulkopuolelle. Lisäksi koska aineisto on toimeksiantajan tuottama, kykenee tutkija tarkastelemaan tutkittavia objektiivisesti, koska henkilökohtaista yhteyttä tutkittaviin ei ole. Näin on voitu siis saavuttaa tietynlainen etäisyys tutkittaviin.

Tutkijan ei ole aina tarpeellista lähteä keräämään tutkimustaan varten uutta aineistoa, sillä valmiita aineistoja löytyy usein paljon. Tutkimuksessa voidaan hyödyntää esimerkiksi erilaisia tilastoja tai organisaatioiden asiakirjoja. (Eskola & Suoranta 1998, 118–119.) Valmiin aineiston hyvänä puolena on se, että aineistoa löytyy pidemmältä aikaväliltä, mikä mahdollistaa vertailevan tutkimuksen toiminnan alkamispisteestä loppuun asti. Aineisto on lisäksi toteutettu toimeksiantajan tarpeista lähtien. Laadullisen aineiston kohdalla, varsinkin valmiin sellaisen, on tosin hankala arvioida ennalta aineiston riittävyttä. Yksi mahdollisuus riittävyden toteamiseksi on saturaatiopisteen löytäminen. Saturaatiopiste on kohta, jolloin aineisto alkaa toistaa itseään eikä aineiston määrän kasvattaminen enää tuo tuloksille lisäarvoa. (Eskola & Suoranta 1998, 62–63.) Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tutkia Oma koutsi -toimintaa eikä selittää nuorten haasteita yleisellä tasolla, joten saturaatiopisteen löytämistä ei koeta tässä tutkimuksessa niin tärkeänä. Kuitenkin varsinkin kolmannen tutkimuskysymyksen kohdalla samat teemat alkoivat selvästi toistua vastauksissa, kun taas esimerkiksi ensimmäisen tutkimuskysymyksen kohdalla oli selkeää, että haasteet opiskelijoiden elämässä olivat hyvin moninaisia ja yksilöllisiä. Tässäkin kohtaa tosin oli huomattavissa samansuuntaisia tuloksia aiempien tutkimusten kanssa.

Laadullista tutkimusta tehdessä aineiston analyysia ja luotettavuuden arviointia ei voida täysin erottaa toisistaan. Erityisesti laadullisen tutkimuksen kohdalla tutkija joutuu jatkuvasti suorittamaan pohdintaa tekemiensä ratkaisujen kohdalla. Analyysin apuna ovat omat ennako-oletukset, arkielämän normit sekä teoreettinen oppineisuus. Luotettavuutta voidaan arvioida esimerkiksi uskottavuuden, varmuuden, vahvistuvuuden ja siirrettävyyden termien avulla. Arviointia voidaan suorittaa myös perinteisten validiteetin ja reliabiliteetin käsitteiden kautta, mutta niiden käyttö ei ole yhtä mielekästä pääosin laadullisen tapaustutkimuksen kohdalla. Uskottavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkijan tulisi varmistaa vastaavatko hänen tulkintansa tutkittavien käsityksiä. Varmuus liittyy tutkimuksessa huomioon otettaviin ennustamattomasti vaikuttaviin ennakkoehtoihin ja vahvistuvuus käsittää sen, missä määrin aineistosta luodut tulkinnat saavat tukea toisista tutkimuksista. Tutkimuksen tulosten siirrettävyydellä puolestaan tarkoitetaan

sananomukaisesti, missä määrin tulokset ovat siirrettävissä toiseen kontekstiin. (Eskola & Suoranta 1998, 211–213.)

Haittapuolena valmiissa aineistossa voidaan nähdä se, että epäselviksi jääviä asioita ei voida samalla tavalla tarkentaa. Tutkija joutuu käyttämään arviointikykyään siinä, mitä tutkittavat ovat vastauksissaan tarkoittaneet. Tämä voi vaikuttaa edellä mainittuun uskottavuus näkökulmaan luotettavuuden arvioinnissa. Tässä tutkimuksessa epäselvissä kohdissa on tukeuduttu teoreettiseen viitekehykseen. Esimerkiksi arjen hallinnan haasteet voidaan puheessa ymmärtää monella tavalla, kun tässä tutkimuksessa arjen hallinta käsite on epäselvissä tapauksissa pohjattu siihen, miten arjen hallinta on aiemmissa tutkimuksissa nähty sisäisen ja ulkoisen arjen hallinnan kautta. Tämä ei kuitenkaan aina ole välttämättä juuri sama asia, mitä tutkittava on itse tarkoittanut.

Tulosten laatuun ja varmuustekijään voi vaikuttaa se, että tutkittavat on valittu toiminnan pariin siten, että työntekijät ovat kokeneet toiminnan sopivan kyseisille henkilöille. Nuoret, joilla on ollut enemmän haasteita, on ohjattu muun tuen piiriin. Lähtökohta siis on, että tukitoiminnassa ovat mukana sellaiset nuoret, joiden kohdalla koetaan, että tukitoiminnasta on heille hyötyä ja heitä voidaan toiminnan avulla tukea haasteissaan. Tämä vaikuttaa osaltaan positiivisesti tuloksiin toiminnan onnistuneisuudesta.

Varmuustekijään voi vaikuttaa tässä tutkimuksessa myös se, että alkukartoitusta ja loppuhaastattelua ei ole suunniteltu vertailtaviksi toisiinsa nähden. Alkukartoituksen avoimen luonteen mukaisesti kaikkia puheessa ilmenneitä asioita ei löydy loppuhaastattelun kaavasta. Tähän liittyen tutkijan täytyy käyttää jonkin verran vapautta siinä, miten vastauksia tulkitsee kvantifiointivaiheessa. Tässä kohtaa eroja saattaisi siis ilmetä tutkijan vaihtuessa.

Tuloksia vertailtaessa aiempaan tutkimukseen voidaan saada viitteitä siitä, ovatko tulokset linjassa muun toteutetun tutkimuksen kanssa. Näin voidaan arvioida tutkimuksen vahvistuvuutta. Tämän vuoksi tutkimusta tehdessä on perehdytty myös Vamos -tukihenkilötoimintaan sekä Ohjaamoiden toimintaan. Tuloksissa voidaan nähdä jonkin verran yhtymäkohtien näiden ja muun aiemman tutkimuksen kanssa.

Lopulta tämä tutkimus on tapaustutkimus, joten saatuja tuloksia voidaan toki verrata aiempiin tutkimuksiin aihepiiristä, mutta yleistettävyys ja siirrettävyys on tämänkaltaisessa tutkimuksessa heikkoa pienen tutkimusjoukon ja toiminnan ainutlaatuisuuden takia. Tosin tutkimuksen tarkoituksena ei varsinaisesti ole tulosten yleistettävyys, vaan toiminnan ymmärtäminen ja toiminnan onnistuneisuuden tarkastelu.

6 Tulokset

Tulokset esitetään tutkimuskysymysten järjestystä mukaillen. Aluksi esitetään tulokset opiskelijoiden syistä hakeutua tukitoiminnan piiriin. Syyt esitetään yleisellä tasolla luokkiin jaettuna lukujen kanssa. Seuraavana käsitellään toinen tutkimuskysymys, joka koskee Oma koutsi -toiminnan onnistuneisuutta. Vastausta haetaan siihen, missä määrin toimintaan osallistuneiden opiskelijoiden toiveita ja tavoitteita on saavutettu toiminnan aikana kiinnittäen aluksi huomiota yleisesti tavoitteiden saavuttamiseen ja tämän jälkeen edelleen syventyen tutkimuskysymykseen teemoittaisen tarkastelun avulla. Lopuksi teemoittelun keinoin käsitellään viimeinen tutkimuskysymys, jossa haetaan vastausta siihen, mitkä asiat on koettu tärkeimmiksi koutsauksessa.

6.1 Opiskelijoiden syyt hakeutua Oma koutsi -tukitoimintaan

Tämän tutkimuksen ensimmäinen tutkimuskysymys käsittelee opiskelijoiden syitä hakea tukea Oma koutsi -toiminnasta, eli selvityksessä ovat asiat, jotka nuoret kokevat elämässään haasteellisiksi. Tähän kysymykseen haettiin vastausta tukitoimintaan hakeutuneiden alkukartoituksesta, joka on toteutettu ennen varsinaisen tuen saamista. Opiskelijoiden haasteiden tarkemmassa tarkastelussa esittelen haasteet ongelmakentissä, joka jakaa opiskelijoiden kokemat haasteet omiin teemoihinsa, eli kenttiin.

Ongelmakenttinä toimivat: terveys, opiskelu, asuminen ja arjen hallinta, työllistyminen ja tulevaisuus sekä sosiaalinen verkosto ja vapaa-aika. Taulukot 1–5. esittelevät nämä ongelmakentät, joista ilmenee, missä määrin mitäkin haastetta Oma koutsi -toimintaan osallistuneiden opiskelijoiden keskuudessa esiintyy.

Ensimmäisestä ongelmakentästä (Taulukko 1.) voidaan nähdä, että yli puolella (54,8 %) nuorista opiskelijoista on haasteita masennuksen kanssa. Lisäksi liki puolet (45,2 %) toiminnassa olevista nuorista opiskelijoista kokee jaksamisen haasteita. Vähän alle puolet (41,9 %) opiskelijoista kokevat sosiaaliset tilanteet haastaviksi ja/tai kärsivät jännittämisestä esiintymiseen tai näihin tilanteisiin liittyen. Liki kolmasosa (29,0 %) toimintaan osallistuneista opiskelijoista koki ahdistuneisuutta. Noin viidesosa mainitsi terveydellisiksi haasteiksi univaikeudet (22,6 %), syömishäiriön (19,4 %) ja itsetuhoisuuden (19,4 %). Terveydellisistä haasteista sai muutamia mainintoja myös fyysinen sairaus. Näiden lisäksi yksittäisiä mainintoja ilmeni myös stressin,

yksinäisyyden, erilaisuuden kokemuksen, motivaation puutteen, tarkkavaisuuden ongelmien, pakko-oireiden, kaksisuuntaisen mielialahäiriön sekä itsetunnon ongelmien ja luottamusongelmien kohdalla.

Taulukko 1. Ongelmakenttä 1: Toimintaan osallistuneiden haasteet terveydessä alkukartoitusten mukaan.

Terveys	Mainintojen määrä opiskelijoiden tilannekartoitusten mukaan (samalla opiskelijalla voi olla mainintoja useammassa kohdassa)
Masennus	54,8 % (n=17)
Jaksamisen haasteet	45,2 % (n=14)
Haasteet sosiaalisissa tilanteissa tai jännittäminen	41,9 % (n=13)
Ahdistus	29,0 % (n=9)
Univaikeudet	22,6 % (n=7)
Syömishäiriö	19,4 % (n=6)
Itsetuhoisuus	19,4 % (n=6)
Fyysinen sairaus	12,9 % (n=4)
Muita mainintoja: Stressi, Yksinäisyys, Erilaisuuden kokemus, Trauma, Kaksisuuntainen mielialahäiriö, Tarkkaavuuden ongelmat, Motivaation puute, Itsetunto ongelmat, Pakko-oireet, Luottamusongelmat	n=1–3

Toinen ongelmakenttä (Taulukko 2.) ilmentää haasteita opiskelun kentällä. Eniten mainintoja opiskelun haasteista saivat opintojen aikataulut ja työn aloittaminen (58,1 %). Myös opintojen itsenäisyys (35,5 %) ja kerääntyneet rästityöt (32,3 %) aiheuttivat haasteita noin kolmasosalle opiskelijoista. Muutamia mainintoja saivat myös murheet työharjoittelupaikat järjestymisestä (25,8 %), epävarmuus opiskelusta alasta (22,6 %), kokemus opintojen haastavuudesta (22,6 %), erilaisuuden ja yksinäisyyden kokemukset opinnoissa (22,6 %) sekä haasteet oikeanlaisten opiskelutekniikoiden löytämisessä (12,9 %). Yksittäisiä toisistaan poikkeavia haasteita opiskelun suhteen esiintyi useita nuoren oman elämäntilanteen mukaan.

Taulukko 2. Ongelmakenttä 2: Toimintaan osallistuneiden haasteet opiskelussa alkukartoitusten mukaan.

Opiskelu	Mainintojen määrä opiskelijoiden alkukartoitusten mukaan (samalla opiskelijalla voi olla mainintoja useammassa kohdassa)
Aikataulutuksen haasteet tai aloittamisen vaikeus	58,1 % (n=18)
Opintojen itsenäisyys	35,5 % (n=11)
Kerääntyneet rästityöt	32,3 % (n=10)
Työharjoittelupaikan järjestäminen	25,8 % (n=8)
Epävarmuus alasta tai pettymys opintoihin	22,6 % (n=7)
Opintojen vaativuus	22,6 % (n=7)
Erilaisuuden tai yksinäisyyden kokemukset opinnoissa	22,6 % (n=7)
Opiskelutekniikat	12,9 % (n=4)
Muita mainintoja: Koulutusohjelman muutokset, kouluun lähteminen, heikentynyt kiinnostus opintoihin, kannustuksen puute, esiintymistilanteiden jännittäminen, kielitaito, epäonnistumisen pelko, perfektionismi, motivaation puute, opinnoissa jaksaminen, asioiden loppuunsaattaminen, myöhästelyt/poissaolot, itsensä vertaaminen muihin, keskittymisvaikeudet, muun elämän vaikutukset opintoihin, epäsopivat opinnot, itsevarmuuden puute, oppimisvaikeus, työllistymisen jännittäminen, toiminnanohjaus, loppuun palamisen pelko, vaihdon vaikutukset opintoihin	n=1–3

Kolmas ongelmakenttä (Taulukko 3.) käsittelee asumisen ja arjenhallinnan haasteita, joita koki joka kolmas itsestä huolehtimisen (38,7 %), arkirutiinien ja kodinhoidon (32,3 %), toimeentulon (32,3 %) sekä kotoa poistumattomuuden (32,3 %) kanssa. Arkirutiinit tarkoittavat tässä kodinhoidon lisäksi esimerkiksi vuorokausirytmien ylläpitämistä. Joitain mainintoja (12,9 %) saivat lisäksi talouden hallinnan sekä tukiasioiden ja muiden paperitöiden hoitamisen haasteet. Yksittäisiä mainintoja ilmeni aineistossa omilleen muutossa ja itsenäistymisessä sekä asunnon ja opintojen riippuvuussuhteessa.

Taulukko 3. Ongelmakenttä 3: Toimintaan osallistuneiden haasteet asumisessa ja arjenhallinnassa alkukartoituksen mukaan.

Asuminen ja arjen hallinta	Mainintojen määrä opiskelijoiden alkukartoitusten mukaan (samalla opiskelijalla voi olla mainintoja useammassa kohdassa)
Itsestä huolehtimisen haasteet	38,7 % (n=12)
Haasteet arkirutiineissa tai kodinhoidossa	32,3 % (n=10)
Pieni toimeentulo	32,3 % (n=10)
Kotoa poistumattomuus	32,3 % (n=10)
Haasteet tukiasioiden, paperiasioiden tai muun talouden hallinnan kanssa	12,9 % (n=4)
Muita mainintoja: Omilleen muutto/itsenäistyminen, asunto riippuvainen opinnoista	(n=1–3)

Neljäs ongelmakenttä (Taulukko 4.) ilmentää haasteita työllistymisen ja tulevaisuuden suhteen. Liki puolet (48,4 %) opiskelijoista toivoi apua loppuvaiheen opintoihin tai valmistumiseen oman alan töihin siirtyäkseen. Tässä on laskettu mukaan toiveet sekä ammattikorkeakoulusta valmistumisesta että yliopistosta kandidaatiksi tai maisteriksi valmistumisesta.

Reilu kolmasosa (38,7 %) opiskelijoista koki työnhaun haasteelliseksi. Työnhaun kohdalla mukaan laskettiin kesätyön ja muun esimerkiksi oman alan työn hakeminen, mutta ei kuitenkaan työharjoittelupaikkojen hakemista, sillä murheet työharjoittelupaikkoihin liittyen on käsitelty ongelmakentässä kaksi. Näiden lisäksi muutamia mainintoja annettiin tulevaisuuden suunnitelmien epäselvyydestä (25,8 %). Yksittäisiä mainintoja annettiin puolestaan liittyen itsensä markkinoimiseen, alan vaihtoon, verkostojen ja työvoimatoimiston palveluiden hyödyntämiseen, työnhakutaitoihin sekä työelämän ymmärtämiseen.

Taulukko 4. Ongelmakenttä 4: Toimintaan osallistuneiden haasteet työllistymisen ja tulevaisuuden suhteen alkukartoitusten mukaan.

Työllistyminen ja tulevaisuus	Mainintojen määrä opiskelijoiden alkukartoitusten mukaan (samalla opiskelijalla voi olla mainintoja useammassa kohdassa)
Haasteet valmistumisen kanssa	48,4 % (n=15)
(Kesä)Työnhaun haasteet	38,7 % (n=12)
Epäselvät tulevaisuuden suunnitelmat	25,8 % (n=8)
Muita mainintoja: Itsensä markkinoiminen, alan vaihto, verkostojen hyödyntäminen, työvoimatoimiston palvelut, työnhakutaidot, työelämän ymmärtäminen	(n=1–3)

Viimeinen ongelmakenttä (Taulukko 5.) käsittelee opiskelijoiden haasteita sosiaalisen elämän ympärillä. Noin kolmasosalla (35,5 %) opiskelijoista oli vain vähän tai ei yhtään kavereita. Osa vastanneista ei tosin maininnut tätä ongelmaksi, vaan viihtyi myös hyvin itsekseen. Osa mainitsi, että kavereita on vähän ja osa heistä mainitsi lisäksi toivovansa laajempaa kaveripiiriä, joten tässä kohdassa vastaajajoukko ei ole täysin homogeeninen. Lähes kolmasosa (29,0 %) toivoi vapaa-ajalta lisää aktiivisuutta esimerkiksi edellä mainitun laajemman ystäväpiirin merkeissä tai uuden harrastuksen parissa.

Neljäsosa (25,8 %) opiskelijoista ei ole halunnut avautua läpikäymistään haasteista läheisille. Lisäksi 16,1 prosenttia toimintaan osallistuvista opiskelijoista koki, että ei saa tukea lähipiiriltään ongelmissaan. Lähes neljäsosa (22,6 %) koki myös fyysisen välimatkan läheisiinsä harmillisena ja haasteellisena.

Muina yksittäisinä mainintoina sosiaalisista verkostoista ja vapaa-ajasta puhuttaessa ilmeni sosiaalisten tilanteiden pelko ja vaikeus ihmissuhteiden luomiseen. Kokemuksia löytyi myös itsetunnon ongelmista, läheisistä huolehtimisesta, traumojen vaikutuksesta ihmissuhteisiin sekä yksinäisyydestä ja erilaisuudesta. Vaikeuksiksi mainittiin myös taloudelliset syyt varjostamassa vapaa-aikaa, oma jaksaminen ihmissuhteiden ylläpitoon sekä liiallinen vanhempien tuki.

Taulukko 5. Ongelmakenttä 5: Toimintaan osallistuneiden haasteet sosiaalisen verkoston ja harrastusten suhteen alkukartoitusten mukaan.

Sosiaalinen verkosto ja vapaa-aika	Mainintojen määrä opiskelijoiden alkukartoitusten mukaan (samalla opiskelijalla voi olla mainintoja useammassa kohdassa)
Vähän tai ei ollenkaan kavereita	35,5 % (n=11)
Vapaa-aika ei niin aktiivista kuin toivoisi	29,0 % (n=9)
Ei halua avautua lähipiirille tai lähipiiri ei tiedä vaikeuksista	25,8 % (n=8)
Lähipiiri asuu kaukana	22,6 % (n=7)
Ei saa tukea lähipiiriltä	16,1 % (n=5)
Muita mainintoja: Sosiaalisten tilanteiden pelko, vaikeus luoda ihmissuhteita, ei jaksamista ihmissuhteiden ylläpitoon, erilaisuuden kokemus, taloudelliset syyt rajoittavat vapaa-aikaa, itsetunto ongelmat, lähipiiri vaikeuttaa itsenäistymistä, huoli läheisistä, traumat vaikuttavat ihmissuhteisiin, yksinäisyys	n=1–3

6.2. Tavoitteiden saavuttaminen Oma koutsi -toiminnassa

Kun ensimmäinen tutkimuskysymys käsitteli toimintaan osallistuneiden opiskelijoiden haasteita yleisesti, toinen tutkimuskysymys keskittyy haasteiden pohjalta syntyneisiin toiveisiin ja tavoitteisiin toimintaa kohtaan. Alkukartoituksessa onkin määritelty ylätavoitteet sen perusteella, mihin opiskelija on toivonut apua. Kaikki mahdolliset haasteet eivät kuitenkaan päädy varsinaisiksi ylätavoitteiksi, sillä joihinkin haasteisiin saadaan tukea myös muuta kautta. Tavoitteita on määritelty yhdestä neljään kappaletta. Keskimäärin tavoitteita asetettiin kolme kappaletta opiskelijaa kohden. Aineiston mukaan 41,9 prosenttia (n=13) toimintaan osallistuneista opiskelijoista saavutti kaikki alkukartoituksen perusteella asetetut toiveet ja tavoitteet. Osittain toiveet ja tavoitteet saavutti 58,1 prosenttia (n=18) opiskelijoista.

Osalla osittain tavoitteet saavuttaneista opiskelijoista suunnitelmat (eli myös tavoitteet) olivat muuttuneet koutsauksen aikana, jonka seurauksena kaikkia alkuperäisiä tavoitteita

ei ole saavutettu. Näissä tapauksissa opinnot oli koutsauksen aikana todettu itselle sopimattomiksi ja vastoin luotuja tavoitteita opinnot olivat etenemisen sijaan lopetettu. Suurin osa (n=14) osittain tavoitteet saavuttaneista opiskelijoista saavutti kuitenkin vähintään puolet alkukartoituksen perusteella muodostetuista tavoitteista. Kolmen osittain tavoitteet saavuttaneen opiskelijan kohdalla ei voitu selvittää aineiston perusteella kaikilta osin, onko tavoitteet saavutettu.

Yhdenkään toimintaan osallistuneen kohdalla ei käynyt niin, että tavoitteista ei olisi saavutettu yhtäkään. Kaikki yhtä lukuun ottamatta (n=30) saavutti alkuperäisten tavoitteiden lisäksi myös muita ennalta suunnittelemtomia asioita koutsauksen aikana. Näiden tulosten pohjalta voidaan todeta, että 93,5 prosenttia (n=29) opiskelijoista sai tukea Oma koutsi -toiminnasta vähintään puoleen toiveista sekä tavoitteista, jotka tulivat esille alkukartoituksessa. Tavoitteita saavutettiin erityisesti opiskeluun liittyvissä taidoissa sekä tulevaisuuden suuntaan ja itsetuntemukseen liittyvissä muutoksissa. Muutokset palveluiden hyödyntämiseen liittyvissä taidoissa ja terveydestä huolehtimiseen liittyvissä taidoissa näyttäytyivät vähäisempinä.

6.2.1 Tavoitteiden saavuttaminen kategorioittain

Ensimmäisenä tavoitteiden saavuttamista tarkastellaan kategoriassa Opiskelu (LIITE 3). Tässä kategoriassa vähiten tavoitteita asetettiin opintojen lopettamiselle (n=0; 0,0 %), uuden opiskelupaikan hakemiselle (n=2; 6,5 %) ja uusien opintojen aloittamiselle (n=2; 6,5 %). Opinnot kuitenkin oli toiminnan aikana tavoitteista huolimatta lopettanut viisi opiskelijaa koko tutkimusjoukosta (16,1 %). Uutta opiskelupaikkaa oli toiminnan aikana hakenut tavoitteidensa mukaisesti kaksi opiskelijaa (n=2; 100,0 %) ja uudet opinnot oli aloittanut puolet tavoitteen asettaneista (n=1; 50,0 %). Tavoitteiden asettaneiden lisäksi uutta koulupaikkaa oli toiminnan aikana hakenut neljä opiskelijaa ja uudet opinnot oli aloittanut lisäksi kolme opiskelijaa. Tämä tarkoittaa, että toiminnan aikana uutta opiskelupaikkaa oli lopulta hakenut kuusi opiskelijaa (n=6; 19,4 %) ja uudet opinnot oli aloittanut neljä opiskelijaa (n=4; 12,9 %) koko tutkimusjoukosta.

Kesken jääneiden opintojen jatkamiseksi tavoitteita oli luotu kahdeksalle opiskelijalle (n=8; 25,8 %) koko tutkimusjoukosta. Heistä kaikki saavuttivat tämän tavoitteen. Tavoitteen asettaneiden lisäksi myös yksi muu opiskelija oli toiminnan aikana jatkanut kesken jääneitä opintoja, joten yhteensä yhdeksän opiskelijaa (n=9; 29,0 %) koko tutkimusjoukosta jatkoi kesken jääneitä opintojaan toiminnan aikana. Opiskelijoista reilu

kolmasosa (n=11; 35,5 %) oli toivonut tai tavoitellut toiminnalta opintojen etenemistä haasteista huolimatta. Tavoitteen saavuttivat lähes kaikki (n=10; 90,9 %) opiskelijat. Tavoitteen asettaneiden lisäksi myös yksi oli saavuttanut opintojen etenemisen haasteista huolimatta toiminnan aikana. Yhteensä siis koko tutkimusjoukosta yksitoista opiskelijaa (n=11; 35,5 %) sai opintoja etenemään haasteista huolimatta.

Tutkinnon valmistuminen oli kahdentoista opiskelijan (n=12; 38,7 %) tavoitteena toiminnan aluksi. Heistä lopulta toiminnan aikana valmistui kahdeksan opiskelijaa (n=8; 66,7 %). Heidän lisäksi opiskelijoista yksi valmistui toiminnan aikana, vaikka se ei ollutkaan hänen lähtökohtainen tavoitteensa. Toiminnan aikana koko tutkimusjoukosta siis valmistui yhdeksän opiskelijaa (n=9; 29,0 %). Uuden työssäoppimisen, työharjoittelun tai opinnäytetyön aloittamista tavoitteli toiminnan aikana neljätoista opiskelijaa (n=14; 45,2 %). Heistä tavoitteen saavutti kymmenen opiskelijaa (n=10; 71,4 %). Tavoitteen asettaneiden lisäksi myös kaksi muuta opiskelijaa aloittivat uuden työssäoppimisen, työharjoittelun tai opinnäytetyön toiminnan aikana, eli yhteensä koko tutkimusjoukosta työharjoittelun, työssäoppimisen tai opinnäytetyön aloitti 12 opiskelijaa (n=12; 38,7 %). Opiskelijoista puolestaan työssäoppimisen tai muun ison oppimiskokonaisuuden suorittamista toivoi tai tavoitteli 16 opiskelijaa (n=16; 51,6 %). Tavoitteen asettaneista kaksitoista saavutti kyseisen tavoitteen (n=12; 75,0 %). Heidän lisäksi kolme opiskelijaa suoritti toiminnan aikana työharjoittelun tai muun isomman oppimiskokonaisuuden tavoitteista huolimatta. Yhteensä siis koko tutkimusjoukosta asian saavutti viisitoista opiskelijaa (n=15; 48,4 %).

Toiminnalta tukea toivottiin myös opiskelun tukipalveluiden hyödyntämisessä sekä opintoihin liittyvien asioiden selvittämisessä (n=15; 48,4 %). Tavoitteen luoneista kaikki saivat tukea tähän toiminnan aikana. Näiden viidentoista lisäksi myös kahdeksan muuta opiskelijaa olivat oppineet hyödyntämään opiskelun tukipalveluita tai selvittämään opintoihin liittyviä asioita toiminnan aikana. Yhteensä siis kaksikymmentäkolme opiskelijaa (n=23; 74,2 %) saivat tähän tukea toiminnan aikana koko tutkimusjoukosta. Eniten tuen tarvetta osoitettiin opiskelutaitojen ja -rutiinien kehittämistä kohtaan, sillä kaksikymmentäviisi opiskelijaa (n=25; 80,6 %) koko tutkimusjoukosta toivoi tähän tukea. Heistä kaikki (n=25; 100,0 %) olivat onnistuneet kehittämään opiskeluun liittyviä taitoja ja rutiineja toiminnan aikana. Heidän lisäksi myös kaksi muuta opiskelijaa olivat kehittäneet näitä taitoja toiminnan aikana, eli yhteensä koko tutkimusjoukosta tähän tukea sai 27 opiskelijaa (n=27; 87,1 %).

Toisena kategoriana vertailevassa tarkastelussa on Työllistyminen (LIITE 4). Työllistymiseen liittyen toiveita ja tavoitteita osoitettiin työnhakuun liittyvien taitojen kehittämiseksi (n=6; 19,4 %). Tavoitteen muodostaneista jokainen saavutti tavoitteensa toiminnan aikana (n=6; 100,0 %). Heidän lisäksi neljätolista muuta opiskelijaa olivat toiminnan aikana onnistuneet kehittämään työnhakuun liittyviä taitojaan, vaikka eivät olleet sitä tavoitteeksi muodostaneet toiminnan alussa. Yhteensä siis kaksikymmentä opiskelijaa (n=20; 64,5 %) koko tutkimusjoukosta kehitti taitojaan työnhakuun liittyvissä asioissa. Palkkatöitä toivoi saavansa kaksitoista opiskelijaa toiminnan alussa (n=12; 38,7 %). Heistä yhdeksän saavutti tämän tavoitteen (n=9; 75,0 %). Tavoitteen asettaneiden lisäksi palkkatöitä oli toiminnan aikana saanut kaksitoista opiskelijaa, mikä tarkoittaa, että toiminnan lopuksi kaksikymmentäyksi opiskelijaa (n=21; 67,7 %) koko tutkimusjoukosta oli saanut toiminnan aikana palkkatöitä.

Muihin työllistymiseen liittyviin kohtiin liittyen ei ollut muodostettu lainkaan tavoitteita. Työkokeilun, kuntouttavan työtoiminnan tai muun työllistymiseen tähtäävän kurssin tai kuntoutuksen oli kuitenkin aloittanut kaksi opiskelijaa koko tutkimusjoukosta (n=2; 6,5 %). Työpaikan pelisääntöjen ja käytäntöjen ymmärtämistä ja noudattamista oli toiminnan aikana oppinut kahdeksan opiskelijaa koko tutkimusjoukosta (n=8; 25,8 %). Työttömäksi työnhakijaksi oli tavoitteista huolimatta ilmoittautunut kaksi opiskelijaa (n=2; 6,5 %) ja puolestaan työtoiminnassa oli onnistunut käymään arjenhallinnan ja jaksamisen haasteista huolimatta yksi opiskelija (n=1; 3,2 %).

Kolmantena käsitellään Terveyttä vertailevana kategoriana (LIITE 5). Terveysteen liittyviä toiveita ja tavoitteita muodostettiin suhteellisen vähän. Uuden hoitokontaktin aloittamista toivoi ja tavoitteli toiminnan aikana kolme opiskelijaa (n=3; 9,7 %). Heistä kaksi aloitti uuden hoitokontaktin (n=2; 66,7 %) ja heidän lisäksi seitsemän muuta opiskelijaa oli aloittanut hoitokontaktin toiminnan aikana tavoitteista huolimatta. Yhteensä siis yhdeksän opiskelijaa (n=9; 29,0 %) koko tutkimusjoukosta oli toiminnan lopuksi aloittanut uuden hoitokontaktin. Tukea omaan terveydenhoitoon liittyvien asioiden hoitamiseen toivoi seitsemän opiskelijaa (n=7; 22,6 %) toiminnan aluksi. Heistä kuusi (n=6; 85,7 %) oli saavuttanut tämän tavoitteen. Näiden kuuden lisäksi myös seitsemän muuta opiskelijaa olivat toiminnan aikana oppineet hoitamaan terveyteen liittyviä asioita, vaikka he eivät olleetkaan sitä muodostaneet alkuperäiseksi tavoitteekseen. Lopulta siis kolmetoista opiskelijaa (n=13; 41,9 %) koko tutkimusjoukosta oli oppinut hoitamaan omaan terveydenhoitoon liittyviä asioita.

Neljäntenä vertailevana kategoriana käsitellään Palveluiden hyödyntäminen (LIITE 6). Myös palveluiden hyödyntämiseen liittyen tavoitteita oli muodostettu vähän. Koko tutkimusjoukosta yksi opiskelija (n=1; 3,2 %) toivoi oppivansa löytämään ja hyödyntämään julkisia palveluita. Tätä tavoitetta ei kuitenkaan saavutettu (n=0; 0,0 %). Tavoitteista huolimatta kuitenkin kymmenen opiskelijaa oli toiminnan aikana oppinut hyödyntämään ja löytämään julkisia palveluita, eli koko tutkimusjoukosta julkisia palveluita oppi löytämään ja hyödyntämään nämä kymmenen opiskelijaa (n=10; 32,2 %). Työtoiminnan tarjoajiin toivoi tutustuvansa toiminnan aluksi kaksi opiskelijaa (n=2; 6,5 %). Heistä kumpikin saavutti toiminnan aikana tavoitteensa (n=2; 100,0 %). Heidän lisäksi myös yksi muu opiskelija oli toiminnan aikana tutustunut työtoiminnan tarjoajiin, eli yhteensä työtoiminnan tarjoajiin oli koko tutkimusjoukosta tutustunut kolme opiskelijaa (n=3; 9,7 %).

Viidentenä tarkastellaan Sosiaalista elämää ja vapaa-aikaa vertailevana kategoriana (LIITE 7). Koko tutkimusjoukosta tukea toivoi kotoa pois aktivoitumiseen ja sosiaalisten taitojen harjoitteluun neljä opiskelijaa (n=4; 12,9 %). Heistä kolme (n=3; 75,0 %) oli kokenut aktivoituneensa pois kotoa ja harjoitelleensa sosiaalisia taitoja toiminnan aikana. Näiden kolmen lisäksi seitsemän muuta opiskelijaa oli aktivoitunut pois kotoa ja harjoitellut sosiaalisia taitoja toiminnan aikana. Yhteensä koko tutkimusjoukosta oli siis aktivoitunut pois kotoa kymmenen opiskelijaa (n=10; 32,3 %). Yhdistyksen ryhmätoimintaan ja tapahtumiin toivoi osallistuvansa viisi opiskelijaa (n=5; 16,1 %). Heistä neljä (n=4; 80,0 %) oli lopulta toiminnan aikana osallistunut yhdistyksen ryhmätoimintaan tai tapahtumiin. Näiden neljän lisäksi kuusitoista opiskelijaa muusta tutkimusjoukosta oli osallistunut ryhmätoimintaan tai tapahtumiin, mikä tarkoittaa, että yhteensä koko tutkimusjoukosta yhdistyksen ryhmätoimintaan ja tapahtumiin oli toiminnan aikana osallistunut kaksikymmentä opiskelijaa (n=20; 64,5 %). Myös kohtaamispaikkoihin toivoi toiminnan aikana tutustuvansa viisi opiskelijaa (n=5; 16,1 %). Heistä neljä oli tutustunut toiminnan aikana kohtaamispaikkoihin (n=4; 80,0 %). Näiden neljän lisäksi myös viisi muuta opiskelijaa oli tutustunut kohtaamispaikkoihin tavoitteista huolimatta. Kaiken kaikkiaan siis yhdeksän opiskelijaa (n=9; 29,0 %) koko tutkimusjoukosta oli toiminnan aikana tutustunut kohtaamispaikkoihin.

Harrastuksiin liittyen toiveita ja tavoitteita oli muodostanut seitsemän opiskelijaa (n=7; 22,6 %). Heistä neljä (n=4; 57,1 %) oli lopulta tutustunut toiminnan aikana uuteen harrastukseen tai aktivoinut vanhoja harrastuksia. Näiden neljän lisäksi harrastuksen oli saanut toiminnan aikana kahdeksan muuta opiskelijaa, jotka eivät olleet muodostaneet

harrastuksiin liittyviä tavoitteita. Yhteensä siis kaksitoista opiskelijaa (n=12; 38,7 %) koko tutkimusjoukosta oli toiminnan aikana saanut harrastuksen. Ihmissuhteita toivoi lisäävänsä tai aktivoivansa seitsemän opiskelijaa (n=7; 22,6 %). Heistä kuusi (n=6; 85,7 %) onnistui ihmissuhteiden lisäämisessä tai aktivoinnissa toiminnan aikana. Heidän lisäksi myös viisi muuta opiskelijaa oli aktivoinut tai lisännyt ihmissuhteitaan toiminnan aikana. Koko tutkimusjoukosta siis lopulta yksitoista opiskelijaa (n=11; 35,5 %) oli toiminnan aikana onnistunut lisäämään ihmissuhteitaan.

Toiseksi viimeisenä kategoriana tarkastelussa on Tulevaisuus ja itsetuntemus (LIITE 8). Tulevaisuuden suunnitelmien vahvistumiseen ja selkeytymiseen tukea toivoi kymmenen opiskelijaa (n=10; 32,3 %). Heistä kahdeksan (n=8; 80,0 %) koki tulevaisuuden suunnitelmiansa selkeytyneen ja vahvistuneen. Heidän lisäksi kymmenen muuta opiskelijaa oli onnistunut selkeyttämään ja vahvistamaan tulevaisuuden suunnitelmiaan toiminnan aikana, vaikka se ei toiminnan tavoitteena ollutkaan. Kaiken kaikkiaan koko tutkimusjoukosta tulevaisuuden suunnitelmiansa oli selkeyttänyt ja vahvistanut 18 opiskelijaa (n=18; 58,1 %). Omaan osaamisen ja vahvuuksien tunnistamiseen liittyen tavoitteita oli luonut toiminnalle kymmenen opiskelijaa (n=10; 32,3 %). Heistä kaikki (n=10; 100,0 %) kokivat oppineensa tunnistamaan omaa osaamistaan ja vahvuuksiaan toiminnan aikana. Näiden kymmenen lisäksi tavoitteistaan huolimatta myös kolmesta muuta opiskelijaa olivat oppineet tunnistamaan omaa osaamistaan ja vahvuuksiaan toiminnassa. Yhteensä siis kaksikymmentäkolme opiskelijaa (n=23; 74,2 %) koko tutkimusjoukosta olivat oppineet oman osaamisen ja vahvuuksien tunnistamista toiminnan aikana.

Viimeisenä vertailevana kategoriana käsitellään Arjenhallintaa (LIITE 9). Tavoitteita ei ollut muodostettu toiminnan alussa lainkaan välttämättömien liikkumisjärjestelyjen opetteluun tai muuttoon ja asunnonhakuun liittyvien asioiden opetteluun liittyen. Kuitenkin kaksi opiskelijaa (n=2; 6,5 %) koko tutkimusjoukosta oli toiminnan aikana oppinut välttämättömiin liikkumisjärjestelyihin liittyviä taitoja ja viisi opiskelijaa (n=5; 16,1 %) oli oppinut muuttoon ja asunnonhakuun liittyviä asioita. Tukea terveellisten elämäntapojen lisäämiseen oli toivonut koko tutkimusjoukosta kolme opiskelijaa (n=3; 9,7 %), joista kaksi (n=2; 66,7 %) oli onnistunut tavoitteessa toiminnan aikana. Heidän lisäksi myös kaksi muuta opiskelijaa oli oppinut lisäämään terveellisiä elämäntapoja, vaikka se ei ollutkaan lähtökohtaisesti tavoitteena. Yhteensä siis koko tutkimusjoukosta terveellisiä elämäntapoja oppi lisäämään neljä opiskelijaa (n=4; 12,9 %).

Niin taloudellisten tukien hakemiseen ja selvittämiseen kuin muidenkin raha-asioiden liittyvien taitojen opetteluun oli muodostettu tavoitteita neljän opiskelijan (n=4; 12,9 %) toimesta toiminnan alussa. Taloudellisten tukien selvittämisen ja hakemisen osalta kaikki saavuttivat tavoitteensa (n=4; 100,0 %), kun taas muita raha-asioiden hoitoon liittyviä taitoja oppi toiminnan aikana vain puolet tavoitteen asettaneista (n=2; 50,0 %). Taloudellisia tukia oppi selvittämään ja hakemaan tavoitteen asettaneiden lisäksi myös yksitoista muuta opiskelijaa, mikä tarkoittaa, että yhteensä viisitoista opiskelijaa (n=15; 48,4 %) koko tutkimusjoukosta oppi taloudellisiin tukiin liittyviä asioita toiminnan aikana. Muita raha-asioiden hoitoon liittyviä taitoja oppi tavoitteen asettaneiden lisäksi myös neljä muuta opiskelijaa, mikä tarkoittaa, että kuusi opiskelijaa (n=6; 19,4 %) koko tutkimusjoukosta oppi muita raha-asioihin liittyviä taitoja toiminnan aikana.

Arjenhallintaan liittyviä taitoja, kuten siivousta ja virallisten asioiden hoitamista, toivoi oppivansa kuusi opiskelijaa (n=6; 19,4 %). Heistä näitä taitoja oppi kuitenkin lopulta neljä (n=4; 66,7 %). Tavoitteen asettaneiden lisäksi taitoja oli toiminnan aikana oppinut kaksi muuta opiskelijaa. Yhteensä siis kuusi opiskelijaa (n=6; 19,4 %) koko tutkimusjoukosta oli oppinut arjenhallintaan liittyviä taitoja toiminnan aikana. Tunteiden hallintaan ja jaksamisen ylläpitämiseen liittyviä taitoja toivoi toiminnan aikana oppivansa yhdeksän opiskelijaa (n=9; 29,0 %). Heistä kaikki saavuttivat toiminnan aikana tämän tavoitteen (n=9; 100,0 %). Näiden yhdeksän lisäksi myös yksi muu opiskelija oli oppinut tunteiden hallintaa ja oman jaksamisen ylläpitämiseen liittyviä taitoja toiminnan aikana. Yhteensä koko tutkimusjoukosta näitä taitoja oli siis oppinut kymmenen opiskelijaa (n=10; 32,3 %). Arjenhallintaan liittyen eniten tavoitteita oli asetettu toimivamman päivärytmin ja arjen aikataulutuksen ylläpitämisen kohdalla. Toimivampaa päivärytmiä ja arjen aikataulutusta toivoi kahdeksantoista opiskelijaa (n=18; 58,1 %). Heistä tavoitteensa saavutti kolmetoista opiskelijaa (n=13; 72,7 %). Muista kohdista poiketen, toimivampaa päivärytmiä ja aikataulutusta ei toiminnan aikana saavutettu tavoitteiden asettaneiden ulkopuolelta.

6.3 Toiminnassa mukana olleiden muodostamia merkityksiä Oma koutsi -toiminnalle

Tässä kappaleessa käsitellään tuloksia kolmanteen tutkimuskysymykseen. Tarkoituksena on siis selvittää, mitkä asiat ovat olleet tärkeimpiä Oma koutsi -toimintaan osallistuneille opiskelijoille toiminnan aikana. Tarkastelussa esille nousivat kolme suurempaa teemaa, joita ovat ”Toiminnan luonne”, ”Uniikki koutsaussuhde” ja ”Muutos itsessä”. Näitä teemoja tarkastellaan tarkemmin seuraavissa kappaleissa.

6.3.1 Toiminnan luonne

Merkittäviksi asioiksi toimintaan liittyen mainittiin useissa vastauksissa asioita liittyen Oma koutsi -toiminnan luonteeseen. Toiminnan luonteeseen liittyen vastauksissa kuvattiin niin toimintaa ohjaavia tekijöitä, kuin asioita liittyen käytännön työhön ja toiminnan joustavuuteenkin. Toimintaa ohjaaviksi tekijöiksi määriteltiin tässä tutkimuksessa toiminnan tavoitteellisuus sekä säännöllisyys. Opiskelijat kokivat erityisen hyödyllisenä tavoitteiden pilkkomisen. Pienien tavoitteiden saavuttaminen toi opiskelijoille intoa jatkaa ja saavuttaa uusia tavoitteita. Tärkeäksi koettiin, että toiminnassa oli jokin kiintopiste, mihin tähdätä. Hyväksi koettiin myös tavoitteiden määrääkijöiden asettaminen sekä mahdollisuus muokata tavoitteita elämäntilanteen mukaan. Joissain tapauksissa tarvetta olisi kuitenkin ollut vielä hieman konkreettisemmillekin tavoitteille, kun taas osa korosti hyvänä asiana juuri tavoitteiden konkreettisuutta.

”Tärkeää on myös ollut aloittaa helpoimmasta päästä asioita ja kerryttää siten itsevarmuutta haastavampia tehtäviä varten.

Tärkeää oli myös, että tavoitteet olivat sopivan kokoisia ja tarpeeksi pieniä jotta pystyi niistä suoriutumaan ja innostumaan.” (H15)

Toiminnan säännöllisyys toistui myös monissa vastauksissa. Opiskelijat kokivat tärkeäksi, että tapaamisia koutsin kanssa oli tasaisesti, osalla viikoittain ja osalla taas hieman harvemmin. Säännöllisen seurannan koettiin tuovan rytmiä elämään.

Tapaamisten lisäksi opiskelijat kokivat tärkeäksi, että koutsin kanssa oli voinut laittaa viestiä milloin tahansa pyytäen esimerkiksi apua tai neuvoja itseä vaivanneeseen asiaan.

”Koutsi on ollut säännöllinen ja luotettava resurssi, joka tuo muotoa arkeen.” (H17)

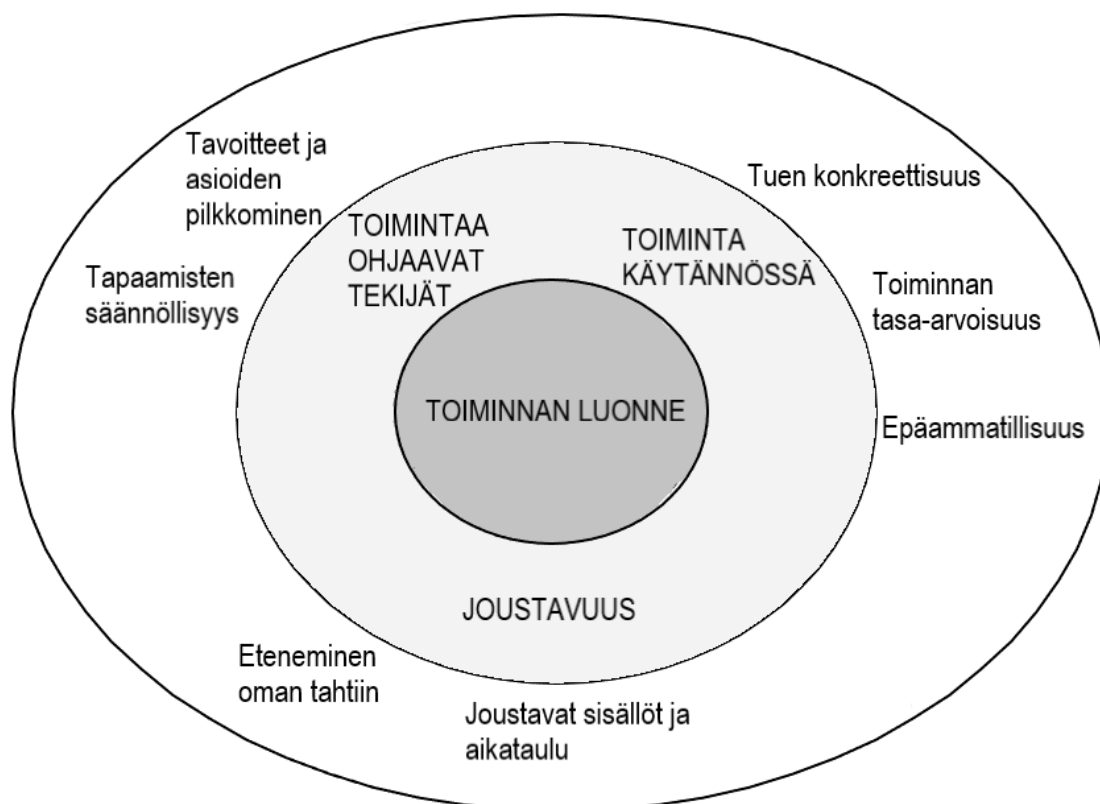
Vastauksissa korostettiin myös erityisesti toimintaan liittyviä asioita käytännön tasolla. Moni opiskelija mainitsi käytännön tason vain puhumalla koutsauksen konkreettisuudesta ja käytännön läheisyydestä. Esimerkkejäkin kuitenkin annettiin useita. Tärkeiksi asioiksi koutsauksessa koettiin esimerkiksi viikkoaikataulujen ja lukuaikataulujen tekeminen, opiskelutekniikoiden ja työskentelystrategioiden kehittäminen, konkreettinen apu työnhakuprosessissa, käytännön vinkit opinnäytetyön tekemiseen, idea opiskeluryhmästä, tavoitteiden visualisoiminen sekä elämän kokoaminen listoja tekemällä.

”Kokee että koutsauksessa on ollut hyvää se että on saanut tehtyä asioita kuten työnhakua ja kouluasioita. On ollut hyvä että on ollut joku sitä varten että käytännössä tehdään asioita.” (H14)

Toiminnan luonteeseen liittyen, opiskelijat mainitsivat myös toiminnan tasa-arvoisuuden ja ”epäammattillisuuden”(H16). Tärkeäksi koettiin, että toiminta oli tasa-arvoista, eikä koutsauksesta tullut tunnetta, että oli autettavana, tai että vapaaehtoinen kokisi koutsattavan työnä. Tunnelma koettiin rennoksi. Epäammattillisuudesta puhuttaessa opiskelijat tarkoittivat, että sen sijaan, että koutsaus olisi tuntunut viralliselta hoitosuhteelta, se tuntuikin siltä, että olisi ystävä, jolle voi kertoa kaikki huolet. Koska vapaaehtoisen tuki koettiin epäviralliseksi, se ei myöskään tuottanut samalla tavalla painetta opiskelijoille.

”Kokenut tärkeäksi että toiminta on aidosti tasa-arvoista. Vapaaehtoiset ovat tavallisia tyyppisiä, jotka haluavat auttaa.” (H4)

Joustavuus toiminnan luoteena ilmeni myös muutamassa vastauksessa. Joustavuus ilmeni jo tavoitteellisuudesta puhuttaessa, kun opiskelijat kokivat hyväksi, että tavoitteita saatettiin muokata elämäntilanteen mukaan. Tärkeäksi koettiin, että koutsaus oli aikatauluiltaan ja sisällöiltään joustavaa. Yksiopiskelija korosti erityisesti tärkeäksi sitä, että koutsaus eteni rauhassa omaan tahtiin. Kuviossa 3. esitellään vielä tiivistetysti ”Toiminnan luonne” -pääteema, ja mistä asioista se koostuu.



Kuvio 3. Toiminnan luonne toiminnasta muodostettuna merkityksenä

6.3.2 Uniikki koutsaussuhde

Toiseksi pääteemaksi vastausten perusteella muodostui ”Uniikki koutsaussuhde”. Teema koostuu maininnoista liittyen koutsin antamaan henkiseen tukeen, koutsausparin yhteensopivuuteen, yhdessä toimimiseen sekä asioiden aikaansaamiseen. Koutsin antama henkinen tuki oli useimmiten koutsattavan kannustusta ja tsemppaamista. Kannustuksen ja tuen avulla opiskelijat saivat asioita hoidettua tai etenemään. Tapaamisista saatiin uutta intoa ja varmuutta olemiseen ja tekemiseen. Opiskelijat kokivat tärkeäksi kannustuksen ja rohkaisun uusien asioiden kokeilemiseen. Vastausten mukaan tuki koettiin tärkeäksi lisäksi tilanteissa, joissa epäonnistumisten jälkeen piti yrittää uudelleen.

”On voinut laittaa iltaisin viestiä jos on ollut paha mieli. On ollut joku joka tsemppaa ja sanoo että kyllä sinä pärjääät.” (H24)

”Saanut sitä mitä muualta sosiaalialalta ei saa: puskemista ja kannustusta epämukavuusalueelle, jotta saa oikeasti asioita hoidettua ja eteenpäin.” (H1)

Henkinen tuki ilmeni myös vastauksissa liittyen keskusteluun ja ”fiilisten” jakamiseen koutsin ja koutsattavan välillä. Moni koki merkittäväksi sen, että koutsin kanssa sai jakaa tuntemuksia ja käydä läpi asioita saaden niihin näin uusia näkökulmia. Koutsin kanssa voitiin avoimesti keskustella myös vaikeista asioista. Yhteiset keskustelut olivat merkittävä apu vaikeiden päätösten edessä. Tärkeäksi koettiin, että vapaaehtoinen jakoi myös omia kokemuksiaan ja oli aidosti kiinnostunut koutsattavan elämästä ja kuulumisista. Osa koki, että oli mukavaa, että keskustelunaiheet liittyivät myös muuhun, kuin asetettuihin tavoitteihin. Koutsajalle voitiin purkaa huolet niin opiskeluihin kuin vapaa-aikaankin liittyen. Huolista keskustelemisen lisäksi koettiin myös tärkeäksi, että onnistumisista iloittiin yhdessä.

”Kuulumisista juttelu tuntunut hyvältä, jota ei ole juurikaan muuten päässyt tekemään.” (H20)

”On ollut tärkeää että on voinut puhua jollekin ihmiselle aina jos kouluasiat ovat stressanneet. On myös ollut tärkeää että kun on onnistunut niin on ollut ihminen jolle kertoa ja joka on ollut iloinen yhdessä.” (H24)

Uniikkia koutsaussuhdetta oli myös vastausten perusteella luomassa se, että asioiden kanssa ei tarvinnut olla yksin. Moni kokikin, että ei olisi välttämättä yksin edes pärjännyt. Tärkeäksi tekijäksi tässä koettiin yhdessä tekeminen. Moni koki, että on ollut helpompi tarttua asioihin, kun on joku, jonka kanssa opiskella tai tarkastella asioita yhdessä. Asiat eivät ole yhdessä läpi käytyinä tuntuneet niin isoilta. Toiminnan aikana opittiin, että kaikkea ei tarvitse osata tai hoitaa yksin, sillä apua voi ja sai pyytää. Muutama koki, että asiat olisivat jääneet helpommin tekemättä tai asioiden suhteen olisi saatettu luovuttaa ilman koutsia. Koutsilta saatiin myös vertaistukea. Kun asioita mietittiin yhdessä, löydettiin myös helpommin parempia toimintatapoja. Yhdessä tekemisen myötä osa

opiskelijoista koki myös kehittyneensä yhdessä koutsin kanssa. Sopivien toimintatapojen avulla kyettiin keskittymään paremmin siihen, mikä toimi.

”Ollut tärkeää ettei ole tarvinnut ponnistaa yksin. On ollut helpompi nousta ja suorittaa hommat loppuun kun on joku jonka kanssa katsoa asioita. Yhdessä opiskelu ollut tärkeää ja on ollut hyödyllistä että koutsilla on ollut sama opiskeluala. Saanut rästit suoritettua, ei usko, että olisi saanut tehtyä niitä yksin.” (H2)

Muutamia mainintoja annettiin myös liittyen perään kyselemiseen ja pieneen paineeseen tavoitteiden saavuttamiseksi. Opiskelijat kokivat tärkeäksi, että joku kyseli ja katsoi perään. Raportointivelvollisuus koutsille toi sopivasti painetta ja helpotti asioiden eteenpäin saattamista. Koutsin avulla asiat siis sujuivat reippaammin.

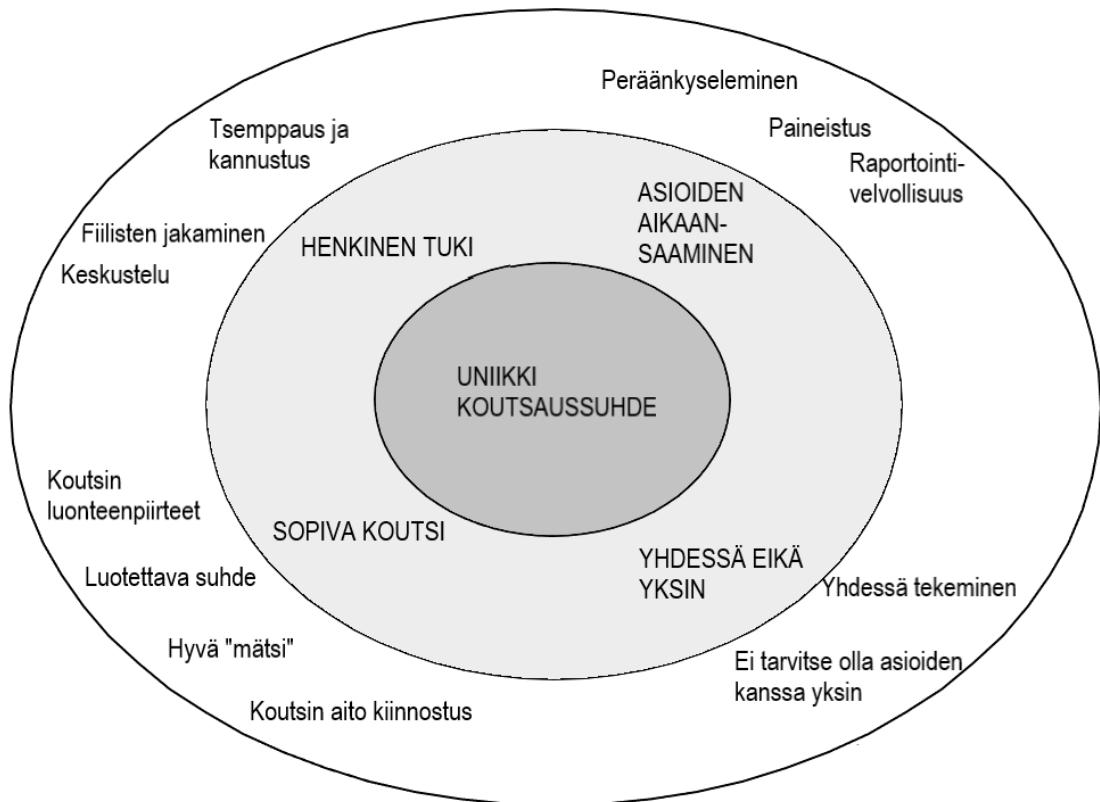
Useat maininnat koutsassuhteesta liittyivät myös vapaaehtoiseen sekä koutsattavan ja koutsin yhteensopivuuteen. Kokemukset koutseista olivat myönteisiä. Koutseja kuvailtiin mukaviksi ja huumorintajuisiksi. Koutsassuhdetta kuvattiin puolestaan rennoksi ja hyödylliseksi. Moni opiskelija koki, että vapaaehtoisen kanssa on ”klikannut” hyvin, minkä takia asioista on ollut helppo puhua. Luottamus koutsia kohtaan mahdollisti toimintaan sitoutumisen. Osa koki kaikkein merkityksellisimmäksi sen, että toiminnasta sai koutsin, joka oli tarkoitettu juuri itselle, ja jonka kanssa suhde oli yksilöllinen.

”Tärkeintä on ollut, että on saanut oman koutsin, jonka kanssa ollut hyvin avoin ja yksilöllinen suhde ja on voinut olla ihan oma itsensä. On ollut tärkeää että tuki on ollut niin käytännönläheistä.”

”Se suhde nuoren ja koutsin välillä on niin uniikki” (H13)

”Oon aina vaan jännittänyt mun elämää ja ihan kaikkea. Oon saanut lääkkeitä, jotka on vähän helpottaneet, mutta mä tarvitsin vaan ihmisen.” (H24)

Kuviossa 4. on vielä nähtävillä pääteema ”Uniikki koutsaussuhde”, sekä tiivistetysti se, mistä alateemoista se muodostuu.



Kuvio 4. Uniikki koutsaussuhde toiminnasta muodostettuna merkityksenä

6.3.3 Muutos itsessä

Viimeiseksi pääteemaksi aineiston perusteella muodostui ”Muutos itsessä”. Teema käsittelee positiivisempaa ajattelutapaa, itseluottamuksen ja -arvostuksen kasvua, sekä asioita, joita opiskelijat oppivat itsestään.

Moni koki merkittäväksi Oma koutsi -toiminnan aikana tapahtuneen muutoksen kohti myönteisempää ajattelutapaa. Opiskelijat kertoivat näkevänsä tulevaisuutensa myönteisemmässä valossa ja kokevansa olonsa rauhallisemmaksi tulevaisuuden suhteen, esimerkiksi ahdistus ja stressi työnhakuun liittyen oli lieventynyt. Muutama mainitsi

saaneensa tukea elämänsuunnan ja päämäärän selkiytymiseen. Tulevaisuuden lisäksi positiivisemmin näyttäytyi myös elämä ylipäätään. Koutsin esille asioiden hyviä puolia. Osa koki tärkeäksi, että oppi koutsin avulla tarkastelemaan asioita positiivisemmin ja näkemään niissä mahdollisuuksia myös huonompina hetkinä. Myös ahdistusta tuoneet arkiset asiat, kuten kouluruokailut tuntuivat helpommilta. Lisäksi opintojen välttely oli monella vähentynyt, kun opiskeluun oli saatu uusia rutiineja.

”Tulevaisuuden näkymät on selkiintyneet ja on rauhassa sen suhteen mitä seuraavaksi on tulossa.” (H3)

”Oppinut että asioita ei tarvitse jättää kesken vaikka joskus on jäänyt joku asia kesken.” (H11)

Tärkeänä osana koutsausta koettiin myös oma henkinen kasvu prosessin aikana. Moni opiskelija mainitsi saaneensa itsevarmuutta ja uskoa omaan osaamiseen. Merkittäväksi koettiin myös se, että itseään opittiin arvostamaan enemmän. Tärkeää tässä onnistumisessa oli omien vahvuuksien äärelle pysähtyminen ja omien vahvuuksien sanoittaminen. Itseluottamusta lisäsi esimerkiksi positiivinen palaute. Toiminnasta saatiin lisää rohkeutta uusien tilanteiden edessä. Tärkeänä asiana mainittiin myös armollisempi asenne itseään kohtaan.

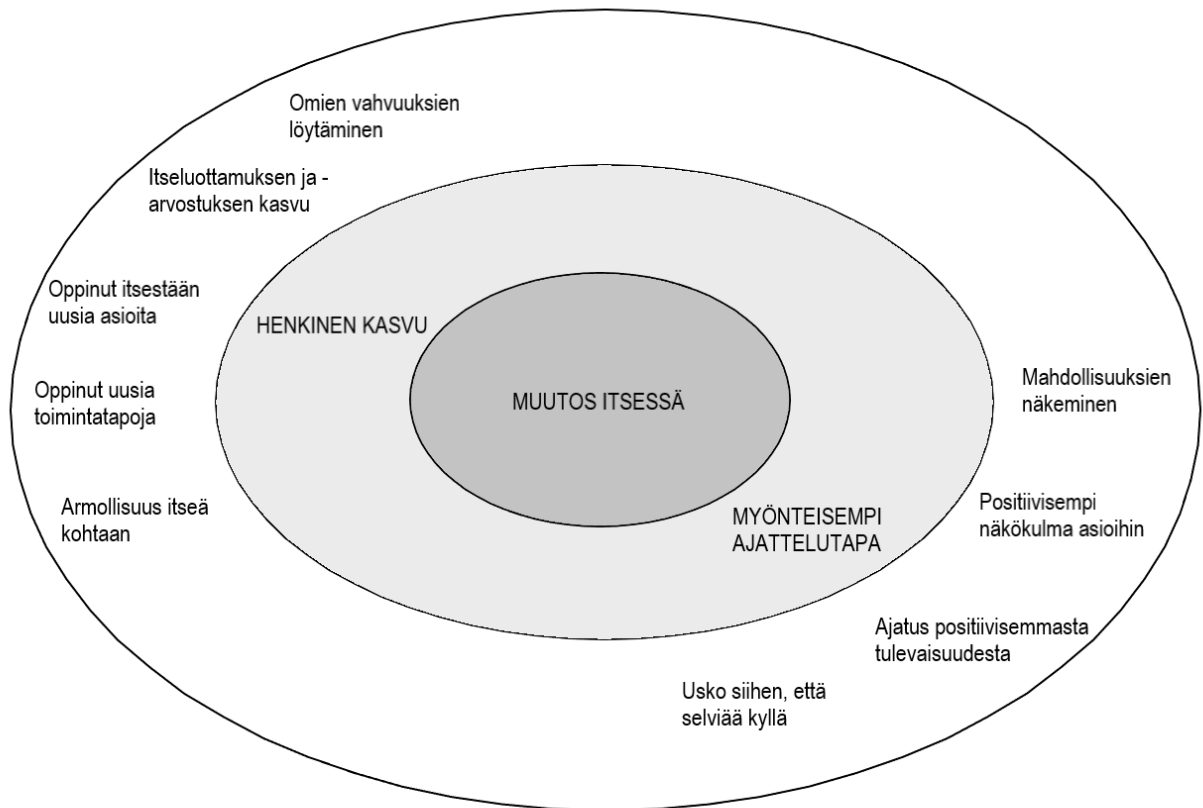
”Koutsin työelämäosaamisesta ja -tiedosta saanut luottamusta ja hyviä neuvoja & huomioita. Omien vahvuuksien sanoittaminen helpottunut.” (H22)

”Kokenut että on oppinut olemaan itsenäinen. Pärjää paremmin luokan kanssa eikä välitä muiden kommentteista. Saanut itsevarmuutta ja uskoa siihen että osaa ja pärjää.” (H24)

”Kokee positiivisen palautteen ja ilmapiirin hyväksi ja on oppinut ottamaan vastaan positiivista palautetta.” (H29)

Itsevarmuuden löytymisen lisäksi moni opiskelija oppi toiminnan aikana myös muita asioita itsestään. Osa oppi uskallusta heittäytyä ja tutustua uusiin ihmisiin, osa taas oppi antamaan enemmän arvoa opiskelulle. Tärkeiksi koettiin myös avoimuuden löytäminen

sekä omien pelkojen avaaminen. Näiden myötä ahdistaviin asioihin oli helpompi tarttua jännittämisestä huolimatta. Moni myös ylitti itsensä ja sai koutsaussuhteessa enemmän aikaa kuin uskoikaan uusien toimivampien toimintatapojen ja työskentelystrategioiden löydyttyä. Kuvio 5. havainnollistaa ja tiivistää teeman ”Muutos itsessä” kokonaisuuden.



Kuvio 5. Muutos itsessä toiminnasta muodostettuna merkityksenä

7 Johtopäätökset ja pohdinta

Tutkimuksen tavoitteena oli tutkia Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toimintaa. Näkökulmina olivat nuorten opiskelijoiden syyt hakeutua koutsattaviksi, missä määrin he saivat tukea haasteisiinsa toiminnasta, sekä mitkä asiat he kokivat Oma koutsi -toiminnassa tärkeimmiksi. Nuorten opiskelijoiden alkukartoituksista voidaan huomata ongelmien yksilöllisyys, sillä erilaisia mainintoja nuorten haasteista löytyi paljon. Nuorten ongelmat voivat olla hyvinkin monitasoisia. Aiemmissa tutkimuksissa (Peavy 2000a, 8–9; Peavy 2000b, 20–23; Juutilainen 2007, 24; Halonen ym. 2007, 67–71; Hyppönen ym. 2019, 43–44) on tämän tutkimuksen tapaan havaittu se, miten haasteet yhdellä elämän sektorilla ovat voineet vaikuttaa myös muihin elämän sektoreihin, eli esimerkiksi haasteet terveydessä ja hyvinvoinnissa ovat voineet heijastua haasteisiin arjen hallinnassa tai opiskelussa

Kaikkein eniten haasteita nuoret opiskelijat ovat alkukartoituksen perusteella maininneet liittyen aikatauluttamiseen ja työskentelyn aloittamiseen sekä valmistumiseen. Myös muissa tutkimuksissa esimerkiksi ajankäyttö ja huono opiskelumotivaatio ovat esiintyneet opintojen etenemistä hidastavina tekijöinä (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 50–51; Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 70–72). Aiemmissa tutkimuksissa esiintyi useasti haasteita opintoihin kiinnittymisessä, mikä tässä tutkimuksessa saattoi näyttäytyä jossain määrin epävarmuutena alasta ja opintojen sujumattomuutena (Rautopuro & Korhonen 2011, 38–39; Poutanen ym. 2012, 40–42). Yksinäisyyden kokemukset opinnoissa ja opintojen vaativuus ja työläys ovat esiintyneet tämän tutkimuksen lisäksi myös aiemmissa tutkimuksissa (Poutanen ym. 2012, 40–42; Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 50–51). Tulevaisuuteen opiskelijat ovat suhtautuneet luottavaisesti, ja aiemman tutkimuksen mukaan yli puolet opiskelijoista uskoi työllistyvänsä pian opintojen jälkeen. Epävarmuutta omasta alastaan on tutkimusten mukaan kokenut noin neljäsosa. (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 53–54; Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 69.) Myös tässä tutkimuksessa noin neljäsosa koki tulevaisuudensuunnitelmansa epäselvinä.

Maininnoista terveyteen liittyen erottuivat erityisesti nuorten opiskelijoiden mainitsemat masennus, jaksamisen haasteet, sosiaalisten tilanteiden vaikeaksi kokeminen ja ahdistuneisuus. Masennus ja ahdistuneisuus ovat myös aiempien tutkimusten mukaan olleet yleisimpiä mielenterveysongelmia nuorten keskuudessa (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 30–31, 36.) Tämän tutkimuksen aineistossa mainittiin hieman muita tutkimuksia

enemmän syömiseen ja uneen liittyviä ongelmia (Härmä & Kronholm 2005, 59; Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 84).

Aiemman tutkimuksen mukaan selkeä enemmistö koki voivansa puhua läheistensä kanssa ongelmistaan ja asioistaan (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 78) ja ystävät nähtiinkin merkittävänä voimavarana arjen haasteissa (Hyppönen ym. 2019, 41–42; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 124). Yksinäisyyden ja yksin jäämisen kokemukset ovat kuitenkin suhteellisen yleisiä (Hyppönen ym. 2019, 41–42; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 124). Tämän tutkimuksen mukaan noin neljäsosa Oma koutsi -toimintaan osallistuneista ei ole halunnut avautua lähipiirilleen vaikeuksistaan ja vajaa viidesosa ei koe saavansa tukea lähipiiriltään. Lisäksi reilulla kolmasosalla oli vain vähän tai ei ollenkaan ystäviä. Nuorten kokemusten mukaan ystävyys pohjautuu yhteisiin kiinnostuksenkohteisiin, samaistumiseen ja luottamukseen. Uusien ystävien saaminen vaatii uusiin paikkoihin menemistä ja oma-aloitteisuutta. Harrastukset ovat paikkoja, jotka yhdistävät samasta asiasta kiinnostuneet. (Hyppönen ym. 2019, 41–42; Lairio, Puukari & Kouvo 2013, 122–124.) Tämän tutkimuksen mukaan kolmasosa toimintaan osallistuneista nuorista opiskelijoista toivoi vapaa-aikaansa lisää aktiivisuutta.

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan hieman alle puolet opiskelijoista koki toimeentulonsa hyväksi (Kunttu, Pesonen & Saari 2016, 73). Myös tässä tutkimuksessa kolmasosassa vastauksista ilmeni pienituloisuus. Aiemmassa tutkimuksessa ilmeni lisäksi, että toimeentuloon liittyvien tukien ja etuuksien hakeminen on näyttäytynyt haastavana (Hyppönen ym. 2019, 32–33) Tässä tutkimuksessa tukiasioihin liittyviä haasteita mainittiin vähän, mutta silti kolmasosa nuorista oli toiminnan aikana saanut tukea taloudellisten tukien hakemisessa. Sisäisen ja ulkoisen arjen hallinnan haasteista puolestaan määrällistä tutkimusta ei ole juurikaan tehty. Tässä tutkimuksessa itsestä huolehtimisen haasteita esiintyi liki 40 prosentilla, kun taas haasteita arkirutiineihin ja kodinhoitoon liittyen mainitsi joka kolmas.

Tuloksia tarkasteltaessa voidaan todeta, että nuoret opiskelijat ovat pääosin saaneet paljon tukea Oma koutsi -toiminnasta. Kaikki toiminnassa mukana olleet saivat tukea vähintään johonkin alussa määriteltyyn tavoitteeseen. Toiminnassa mukana olleista 93,5 prosenttia sai tukea vähintään puoliin asioista, jotka asetettiin alkukartoituksessa toiminnan tavoitteiksi heidän toiveidensa pohjalta. Lähes kaikki saivat myös toiminnasta tukea asioihin, joita ei oltu alun perin määritelty tavoitteiksi toiminnalle.

Tukea saatiin erityisesti opiskeluun liittyvissä asioissa sekä tulevaisuuden suunnitelmien ja itsetuntemuksen vahvistumisessa. Tätä voidaan selittää sillä, että tutkittavien joukko koostuu nimenomaan opiskelijoita, joten opiskelu on keskeinen osa heidän elämäänsä. Opiskeluun liittyen tukea saatiin erityisesti opiskelurutiinien ja – taitojen kehittymiseen sekä opintoihin liittyvien asioiden selvittämiseen. Tätä koskien oli paljon viitteitä myös loppuhaastatteluissa opiskelijoiden puhuessa saamastaan käytännönläheisestä avusta koulutehtävissä. Myös tulevaisuuden suunnitelmien vahvistuminen ja omien vahvuuksien tunnistaminen olivat asioita, joihin enemmistö sai tukea. Tähän liittyen opiskelijat puhuivat loppuhaastatteluissa esimerkiksi itsetunnon kasvamisesta ja positiivisemmasta ajattelutavasta tulevaisuuden suhteen. Samansuuntaisia tuloksia on saatu myös Ohjaamoiden toiminnasta. Ohjaamoissakin enemmistö koki tulevaisuuden suunnitelmiansa edistyneen ja luottamuksen työllistymiseen kasvaneen. (Valtakari ym. 2020, 80, 153; Määttä, Karppinen & Kosonen 2017, 35). Tämän tutkimuksen mukaan suurempien saavutusten saavuttaminen, kuten opintokokonaisuuksien suorittaminen ja tutkinnon valmistuminen, jäivät kuitenkin tavoitteita pienemmäksi.

Työllistymisen kategoriaa tarkasteltaessa voidaan huomata, että liki puolet ovat saaneet työnhakuun ja töiden saamiseen tukea, vaikka eivät ole sitä toiminnalta tavoitelleet. Myös julkisten palveluiden löytämisessä ja hyödyntämisessä voidaan nähdä suuri ero siinä, kuinka monelle se on asetettu toiminnan tavoitteeksi verrattuna siihen, kuinka moni on saanut siihen tukea tavoitteista huolimatta.

Nuorten opiskelijoiden keskuudessa tuen tarve arjen hallintaan liittyen oli suhteellisen vähäistä. Arjen hallinnan suhteen näiden nuorten opiskelijoiden kohdalla erottuivat kuitenkin toimivamman päivärytmin ja arjen aikataulutuksen ylläpitäminen. Tavoitteet eivät silti kaikkien osalta tähän liittyen täytyneet. Taloudellisten tukien hakeminen ja selvittäminen puolestaan oli tavoitteena vain reilulla kymmenellä prosentilla, mutta siihen saatiin arjen hallinnan suhteen eniten tukea toiminnan aikana.

Sosiaaliseen elämään ja vapaa-aikaan liittyen tavoitteita asetettiin vain pienelle osalle ja nämä tavoitteet pääosin saavutettiin. Harrastuksen aloittamisen tai jatkamisen suhteen tavoitteet eivät kuitenkaan täytyneet kuin reilulla puolella. Tässä kategoriassa kuitenkin moni oli toiminnan aikana aktivoitunut vapaa-ajallaan, vaikka tavoitteita sosiaalisen elämän ja vapaa-ajan suhteen ei oltukaan juuri tehty.

Terveystä huolehtiminen sai tutkimuksessa suhteellisen vähän mainintoja. Terveysteen liittyviä haasteita toiminnassa olleet mainitsevat alkukartoituksessa, mutta terveyteen

liittyvät asiat harvemmin olivat kuitenkin toiminnan tavoitteina. Tämä puolestaan johtuu luultavimmin siitä, että suurin osa nuorista saa Oma koutsi -toiminnan lisäksi jo tukea muualta. Eli terveyteen liittyviä haasteita tuetaan ja hoidetaan muilla tavoin, eikä esimerkiksi tavoitteissa mainittua uutta hoitokontaktia ole tarvittu, sillä sellainen saattaa jo olla.

Kolmas tutkimuskysymys käsitteli toiminnassa mukana olleiden nuorten opiskelijoiden luomia merkityksiä toiminnasta. Aineistossa esiintyi tämän tutkimuskysymyksen kohdalla kolme suurempaa teemaa, joita olivat: toiminnan luonne, uniikki koutsaussuhde ja muutos itsessä. Toiminnassa mukana olleet kokivat erityisen hyväksi toiminnan tavoitteellisuuden ja säännöllisyyden. He kokivat, että tavoitteiden pilkkominen ja selkeä kiintopiste helpottivat tavoitteiden saavuttamista. Oma koutsi -toiminnassa perehdytään tarkkaan nuoren elämään ja haasteisiin jo alkukartoituksessa. Myös Peavyn mukaan ohjaamisessa liikkeelle tulisi lähteä ohjattavan elämänkentän kuvaamisesta paperille, jotta saadaan kokonaiskuva ohjattavan elämäntilanteesta, tavoitteista sekä vahvuuksista ja haasteista elämässä. (Peavy 2000b, 20–23; Juutilainen 2007, 25–26; Onnismaa 2014, 298.) Vastauksissa korostuivat käytännön asiat, joista oli ollut opiskelijoille paljon hyötyä, kuten aikataulujen muodostaminen ja opiskelustrategioiden kehittäminen. Joustavuus ja omalla tahdilla eteneminen sekä tasa-arvoisuus koutsin ja koutsattavan välillä koettiin tärkeinä.

Suuri osa vastauksista liittyi koutsaussuhteeseen. Kannustus sekä avoin ajatusten ja tunteiden jakaminen ja keskustelu olivat keskeisessä roolissa. Myös Peavy on todennut ohjauksen perustuvan keskustelulle, jossa molemmat osapuolet vuorovaikuttavat omista lähtökohdistaan käsin. Keskustelussa muodostetaan ratkaisuja asioihin ja huoliin, jotka nousevat esiin. (Peavy 2000a, 8–9; Juutilainen 2007, 24–26.) Asioiden aikaansaamisessa keskeisessä roolissa oli yhdessä tekeminen. Tärkeäksi koettiin, että asioiden kanssa ei jääty yksin, vaan oli joku, jonka kanssa pohtia asioita, ja keneltä pyytää apua. Useat koutsattavat mainitsivat merkittävänä koutsin ja koutsattavan yhteensopivuuden. Kokemukset koutseista olivat positiivisia ja luottamus koutsiin vahvasti sitoutumisen toimintaan. Yksilöllinen suhde nähtiin uniikkina. Yksilöllisyys on korostunut tärkeänä myös esimerkiksi Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos -tukihenkilötoiminnassa (Alanen, Kainulainen & Saari 2014, 53–55).

Laajempana teemana aineistosta muodostui myös ”Muutos itsessä”. Moni mainitsi ajattelunsa kehittyneen toiminnan aikana positiivisempaan suuntaan. Positiivisempänä näyttäytyi niin tulevaisuus kuin elämä ylipäätään. Peavy on kuvannut ohjauksen

tarinallisuutta välineenä. Peavyn mukaan elämä näyttäytyy monesti tarinoiden kautta, joita voivat olla esimerkiksi se, että jokin haaste hallitsee elämää tai toimitaan kuten oletetaan muiden ajattelevan, että kuuluisi toimia. Kun näitä erilaisia kertomuksia arvioidaan ohjaajan kanssa, voidaan kokea oivalluksia reflektoinnin kautta. (Peavy 2000b, 20–23; Juutilainen 2007, 25–26.) Koutsin avulla asioissa alettiin näkemään mahdollisuuksia myös vaikeampina hetkinä ja pelkoja avaamalla asioihin osattiin tarttua uusilla tavoilla. Tärkeäksi osoittautui myös vahvuuksien äärelle pysähtyminen. Monet kokivat toiminnan aikana henkistä kasvua. Muutosta havaittiin esimerkiksi itsevarmuudessa ja uskossa omaan osaamiseen. Myös Vamos -tukihenkilötoiminnassa on saatu samansuuntaisia tuloksia itsevarmuuden kasvusta (Alanen, Kainulainen & Saari 2014, 15–30.) Tuki oli erityisen tärkeää epäonnistumisen jälkeen, mutta tärkeäksi mainittiin myös onnistumisista iloitseminen

Tulosten perusteella voidaan todeta, että Oma koutsi -toiminta on juuri sellainen matalankynnyksen palvelu moniammatillisessa yhteistyössä muiden tahojen kanssa, mitä myös Kela ja TE-palvelut katsovat nuorten tarvitsevan. (Eronen, Londén & Peltosalmi 2019, 45–47.) Oma koutsi -toiminnan tähtäimessä ei ole vain nuorten tukeminen, vaan pyrkimyksenä on muutostyöskentely, jossa hyödynnetään nuorten voimavaroja ja pyritään löytämään yhdessä koutsin kanssa hyviä toimintamalleja asioiden hoitamiseksi. (Turun Kaupunkilähetys ry 2020; Love & Orblin 2020, 3.) Suuria tavoitteiden saavuttamisprosentteja ja nuorten opiskelijoiden vastauksia toiminnan merkityksistä peilaten voidaan todeta, että Turun Kaupunkilähetys ry:n Oma koutsi -toiminta on onnistunut tässä hyvin.

Turun Kaupunkilähetys ry on määrittänyt kehittämistoimiksi panostuksen laadukkaampaan alkukartoitukseen ja palveluohjaukseen. Kattavammat ja selkeästi vertailtavissa olevat alkukartoitukset ja loppuhaastattelut tukisivat jatkossa paremmin toiminnan tavoitteellisuutta, sillä näin toiminnan onnistuneisuutta voitaisiin arvioida helpommin. Työntekijät suorittavat jatkuvasti itsearviointeja ja vapaaehtoiset antavat toiminnasta palautetta (Love 2020, 2–7). Nuoret eivät juurikaan mainitse loppuhaastatteluissa mitään kehitettäviä asioita prosessiin liittyen. Voisi olla toiminnan kehittämisen kannalta tärkeää kysyä nuorilta suoraan, miten heistä toimintaa voisi kehittää. Myös jo suunniteltu etäkoutsauksen mahdollisuus on tärkeä kanava tukea nuoria erityisesti näin pandemian aikana.

7.1 Jatkotutkimus

Nuorten ja opiskelijoiden hyvinvointia on tutkittu paljon, mutta tutkittavaa silti vielä riittää. Jatkotutkimuksen paikkana voitaisiin nähdä esimerkiksi opintokäytäntöjen tutkiminen. Olisi arvokasta saada tutkimustietoa siitä, millaiset käytännöt ja työmäärä opinnoissa tukisivat opiskelijoita ja heidän jaksamistaan parhaiten. Myös opiskelijoiden motivaatiota lisääviä tekijöitä olisi hyvä tutkia. Monia opiskelijoita hidastaa juuri opiskelumotivaation puute ja tunne opintojen työläydestä. (Saarenmaa, Saari & Virtanen 2010, 50–51.) Voisiko esimerkiksi Oma koutsi -toiminnassa käytetty ja siinä hyväksi todettu tavoitteiden pilkkominen toimia myös opintojaksoilla ja kursseilla.

Myös yksinäisyyden kokemukset opinnoissa ja haasteet opintoihin kiinnittymisessä ovat yleisiä (Poutanen ym. 2012, 40–42). Tutkimusta voisi siis toteuttaa myös käytäntöihin liittyen opintoihin kiinnittymiseen ja opiskelijoiden sopeuttamiseen uuteen opiskeluympäristöön. Yksinäisyyden kokemukset ja opintoihin kiinnittymisen haasteet korostuvat varmasti erityisesti koronapandemian aikana. Myös opettajien valmiuksia etäopettamiseen olisi mielenkiintoista tutkia, sillä opettajilla on merkittävä rooli siinä, miten etäopetus saadaan onnistumaan.

Tutkimuksessa korostui aiempien tutkimusten tapaan nuorten mielenterveysongelmat, jotka opiskelijoiden mielenterveyspalveluiden kasvavan kysynnän perusteella (Ahola & Räsänen 2021) ovat pandemian myötä lisääntyneet. Tutkimusta olisi siis tärkeää tuottaa nuorten ehkäisevään tukeen liittyen. Mielenkiintoista olisi myös tutkia sitä, kuinka hyvin nuoret tietävät ja osaavat hyödyntää tarjolla olevia julkisia palveluita. Tutkimuksen mukaan nuoret eivät toiveissaan nimenneet tarvitsevansa palveluita, mutta kuitenkin kolmasosa päätyi tukitoiminnan aikana hyödyntämään julkisia palveluita, kuten Ohjaamoja tai TE-palveluita. Saadaanko julkisista palveluista hyöty irti, jos nuoret kokevat palvelut vieraiksi.

Olisi lisäksi tietysti kiinnostavaa nähdä, millaisia tuloksia samankaltaisesta tutkimuksesta ylipäätään saataisiin pandemian aikana ja toimiiko tukihenkilötoiminta yhtä tehokkaasti etänä.

Lähteet

- Ahola, H. & Räsänen, P. 2021. Ennakkotuloksia Jyväskylän yliopiston toteuttamasta opiskelijoiden hyvinvointi korona-aikana -kyselystä. Yliopiston uutiset. Jyväskylän yliopisto.
<https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2021/06/ennakkotuloksia-jyvaskylan-yliopiston-toteuttamasta-opiskelijoiden-hyvinvointi-korona-aikana-kyselysta> (Luettu 30.6.2021)
- Alanen, O., Kainulainen, S. & Saari, J. 2014. Vamos tekee vaikutuksen. Vamos-nuorten hyvinvointikokemukset ja tulevaisuuden odotukset. HDL Raportti 01/2014. Helsinki: Helsingin Diakonissalaitos.
- Arkorful, V. & Abaidoo, N. 2015. The role of e-learning, advantages, and disadvantages of its adoption in higher education. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 12(1), 29–42.
- Billis, D. 2010. *Hybrid Organizations and the Third Sector. Challenges for Practice, Theory and Policy*. China: Palgrave Macmillan.
- Coe, C., Zehnder, A. & Kinlaw, D. 2008. *Coaching for commitment. Achieving superior performance from individuals and teams*. Published by Pfeiffer. San Francisco: John Wiley & Sons, Inc.
- Dixon, M. 2006. *Rethinking Financial Capability. Lessons from economic psychology and behavioural finance*. The Institute for Public Policy Research. Raportti Norwich Unionille.
- Eriksson, P. & Koistinen, K. 2014. *Monenlainen tapaustutkimus*. Kuluttajatutkimuskeskus. Tutkimuksia ja selvityksiä 11/2014.
- Eronen, A., Londén, P. & Peltosalmi, J. 2019. *Sosiaalibarometri 2019. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry*. Helsinki: Punamusta.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Halonen, J-P., Aaltonen, T., Hämäläinen, A., Karppi, S-L., Kaukinen, J., Kervilä, A., Lehtinen, M., Pere, E., Puukka, P., Siitonen, V., Silvennoinen, S. & Talo, S. 2007. *Syrjäytymisvaarassa olevien vajaakuntoisten nuorten*

- kuntoutustarpeen arviointi. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 73. Kelan tutkimusosasto Helsinki 2007. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy
- Haverinen, L. & Saarilahti, M. 2009. Arjen hallinnasta arjen vastuuseen? Näkökulmia ja sovelluksia arjen hallinta -käsitteestä. Teoksessa Kodin arki. Toimittanut Hille Janhonen-Abruquah. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Harju, A. 2003. Yhteisellä asialla. Kansalaistoiminta ja sen haasteet. Kansanvalistusseura. Vantaa: Dark Oy.
- Helander, V. 1998. Kolmas sektori. Käsitteistä, ulottuvuuksista ja tulkinnoista. Helsinki: Gaudeamus.
- Hyppönen, E., Kainulainen, S., Leikas, H., Lindström, A., Lökfors, J. & Paananen, R. 2019. 10 Tarinaa nuoruudesta ja tuen tarpeista – nuorten ajatuksia palveluiden kehittämiseksi. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. Diak Puheenvuoro 21. Tampere: Punamusta Oy.
- Härmä, M. & Kronholm, E. 2005. Nukkuminen. Teoksessa Nuorten aikuisten terveys. Terveys 2000 -tutkimuksen perustulokset 18–29-vuotiaiden terveydestä ja siihen liittyvistä tekijöistä. Toimittanut Seppo Koskinen, Laura Kestilä, Tuija Martelin ja Arpo Aromaa. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B 7/ 2005. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Juutilainen, P-K. 2007. Sosiodynaamisen lähestymistavan juurilla. Teoksessa Työntekijä oman työnsä kehittäjänä. Toimittanut Ritva Väistö. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun tiedotteita, 27. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Järvikoski, A. 1994. Vajaakuntoisuudesta elämänhallintaan. Kuntoutuksen viitekehysten ja toimintamallien tarkastelu. Väitöskirja. Kuntoutussäätiö. Helsinki.
- Karvonen, S., Kestilä, L. & Kauppinen, T. 2017. Kokevatko nuoret saavansa tarvitsemiansa sosiaali- ja terveystarvikkeita? Tuloksia väestötutkimuksista. Teoksessa Nuoret aikuiset hyvinvointipalvelujen käyttäjinä ja kohteina. Toimittanut Sanna Aaltonen & Antti Kivijärvi. Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 136.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Tunne itsesi, suomalainen. Juva: WS Bookwell Oy.

- Kestilä, L. & Martelin, T. 2005. Ajankäyttö. Teoksessa Nuorten aikuisten terveys. Terveys 2000 -tutkimuksen perustulokset 18–29-vuotiaiden terveydestä ja siihen liittyvistä tekijöistä. Toimittanut Seppo Koskinen, Laura Kestilä, Tuija Martelin ja Arpo Aromaa. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B 7/ 2005. Helsinki: HakaPaino Oy.
- Kunttu, K., Pesonen, T. & Saari, J. 2016. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. Helsinki: Arkmedia Oy.
- Lairio, M., Puukari, S. & Kouvo, A. 2013. Studying at University as Part of Student Life and Identity Construction. Scandinavian Journal of Educational Research. Apr2013, Vol. 57 Issue 2, p115-131. Department of Teacher Education, University of Jyväskylä.
- Laitinen, H. 2006. Vapaaehtoisen osallistumisen syitä ja selityksiä. Kirjassa Tule mukaan. Osallistumisen edellytyksiä järjestötyössä. Toimittanut Hanna Laitinen. Sarja C. Oppimateriaaleja 11. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Laitinen, H. 2018. Nuorten, valtion vai markkinoiden asialla? Nuorisjärjestöjen hybridit toimintalogiikat. Väitöskirja University of Jyväskylä.
- Laki korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollosta. 2019. 695/2019, 1: 8–12 § <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2019/20190695> (luettu 25.5.2021)
- Londén, P., Peltosalmi, J., Perälähti, A., Särkelä, R. & Vuorinen, M. 2004. Paikkansa pitävät. Sosiaali- ja terveysjärjestöt paikallisina toimijoina. Sosiaali- ja terveysalan keskusliitto ry. Saarijärvi: Gummerrus Kirjapaino Oy.
- Love, L. 2020. Tuloksellisuus- ja vaikutus selvitys (TVS). Turun Kaupunkilähetys ry.
- Love, L. & Orblin, K. 2020. Oma Koutsu -valmennusopas. Turun Kaupunkilähetys ry.
- Manninen, S. 2018. Kouluviihtyvyys ja siihen liittyvät tekijät peruskoulussa ja toisen asteen opinnoissa. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Martikainen, L. 2006. Sumalaisten nuorten aikuisten elämään tyytyväisyyden monet kasvot. Jyväskylä studies in Education, Psychology and Social research 287. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

- Marttunen, M. & Karlsson, L. 2013. Masennusoireilu ja masennustilat. Teoksessa Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Toimittanut Mauri Marttunen, Taina Huurre, Thea Strandholm & Riitta Viialainen. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Mehtonen, T. 2011. Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Toimittanut Pia Lundbom ja Jatta Herranen. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 24, 2011. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Miettinen, M. & Nuotio, J. 2011. Tukihenkilötoiminta sosiaalisen vahvistamisen menetelmänä. Teoksessa Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Toimittanut Pia Lundbom ja Jatta Herranen. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 24, 2011. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Määttä, M., Karppinen, S. & Kosonen, M. 2017. Ohjaamojen palvelut, niiden käyttö ja nuorten palaute. Teoksessa Uutta auringon alla? Ohjaamot 2014–2017. Toimittanut Mirja Määttä. Kohtaamo-hanke. Jyväskylä: Grano.
- Määttä, M. & Souto A-M. 2020. Ohjaamo nuorten, ammattilaisten ja verkostojen silmin koettuna, tutkittuna ja tulkittuna. Teoksessa Tutkittu ja tulkittu Ohjaamo Nuorten ohjaus ja palvelut integraatiopyörteessä. Toimittanut Mirja Määttä & Anne-Mari Souto. Turku: Hansaprint.
- Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Niemi, A.-M., & Kurki, T. 2013. Amislaiseksi valmistettu, valmennettu, kuntoutettu ja ohjattu? Teoksessa Ammatillinen koulutus ja yhteiskunnalliset eronteot. Toimittanut K. Brunila, K. Hakala, E. Lahelma, & A. Teittinen (s. 201–215). Helsinki: Gaudeamus.
- Nuorisolaki. 2016. 1285/2016, 1:3 §. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>. (Luettu 23.5.2021)
- Onnismaa, J. 2014. R. Vance Peavyn sosiodynaaminen ohjaus. Aikuiskasvatus 4'2014 s. 296–300.

- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2011. Elinikäisen ohjauksen kehittämisen strategiset tavoitteet. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2011:15. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. 2013. 1287 / 2013, 1: 2 §. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287> (Luettu 23.5.2021)
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. 2013. 1287 / 2013, 2: 9 §. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287> (Luettu 23.5.2021)
- Partanen, A., Moring, J., Bergman, V., Karjalainen, J., Kesänen, M., Markkula, J., Marttunen, M., Mustalampi, S., Nordling, E., Partonen, T., Santalahti, P., Solin, P., Tuulos, T. & Wuorio, S. 2015 Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009–2015. Miten tästä eteenpäin? Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Peavy, R. V. 2000a. Sociodynamic Perspective and the Practice of Counselling. University of Victoria, British Columbia, Canada. U.S. Department of Education Office of Educational Research and Improvement. Educational Resources Information Center (ERIC). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED462638.pdf> (Luettu 2.4.2020)
- Peavy, R. V. 2000b. A Sociodynamic Perspective for Counselling. Australian Journal of Career Development, Vol. 9, No.1, s.17-20. Autumn 2000. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/103841620000900105> (Luettu 2.4.2020)
- Pihlaja, R, 2010a. Kolmas sektori maaseutukunnissa. Helsingin yliopisto Ruralia-instituutti julkaisuja 19.
- Pihlaja, R. 2010b. Kolmas sektori ja julkinen valta. Kunnallisalan kehittämissäätiön tutkimusjulkaisut, nro 61. Sastamala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Poutanen, K., Toom, A., Korhonen, V. & Inkinen, M. 2012. Kasvaako akateeminen kynnys liian korkeaksi? Opiskelijoiden kokemuksia yliopistoyhteisöön kiinnittymisen haasteista. Teoksessa Osallistava korkeakoulutus. Toimittanut Marita Mäkinen. Tampere: Tampere University Press.

- Rajavaara, M. 2006. Yhteiskuntaan vaikuttava Kela. Katsaus vaikuttavuuden käsitteisiin ja arviointiin. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 69. Kelan tutkimusosasto. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Rantamäki, N. 2016. Onko enää kolmatta vaihtoehtoa? Kolmannen sektorin erityisyys ja ammattimainen sosiaalipalvelujen tuottaminen. Yhteiskuntapolitiikka 81 (2016): 6. s. 632–643. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/132298/YP1606_Rantamaki.pdf?sequence=1 Luettu 29.4.2020
- Rautopuro, J. & Korhonen, V. 2011. Yliopisto-opintojen keskeyttämisriski ja opintoihin kiinnittymisen ongelmat. Teoksessa Korkeajännityksiä - kohti osallisuutta luovaa korkeakoulutusta. Tampere: Tampere University Press.
- Rönneberg, L. 1998. Hyvinvointi ja kolmas sektori. Kirjassa Näkymätön kolmas sektori. Toim. Petri Kinnunen & Raimo Laitinen. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Saarenmaa, K., Saari, K. & Virtanen, V. 2010. Opiskelijatutkimus 2010. Korkeakouluopiskelijoiden toimeentulo ja opiskelu. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2010:18. Helsinki: Yliopistopaino.
- Saari, J. 2018. Opiskelijoiden elämäntilanteet ja niiden esiintyvyys eri koulutusaloilla. Eurostudent VI -tutkimuksen artikkelisarja. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:17. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Saari, J., Koskinen, H., Attila, H. & Sarén, N. 2020. Eurostudent VII – Opiskelijatutkimus 2019. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2020:25. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Saarikallio, M., Hellsten, K. & Juutilainen, V-P. 2008. Korkeakoulusta työelämään? Väylänä ulkomainen tai kotimainen tutkinto. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 96. Kelan tutkimusosasto Helsinki 2007. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Saukkonen, P. 2013. Kolmas sektori – Vanha ja uusi. Kansalaisyhteiskunta 1 (2013), 6–31 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/51437/KY2013-1artsaukkonen.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (Luettu 8.4.2020.)

- Stephen, J. 2010. Developing a Learning Culture in Nonprofit Organizations. Learning from Evaluation s. 141-172. Thousand Oaks: SAGE Publications, Inc.
- Strandholm, T. & Ranta, K. 2013 Ahdistus ja ahdistuneisuushäiriöt. Teoksessa Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Toimittanut Mauri Marttunen, Taina Huurre, Thea Strandholm & Riitta Viialainen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2019. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 33/2019.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoraportti_33_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=y (Luettu 27.9.2020.)
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Tukihenkilöt ja -perheet. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/tukihenkilot-ja-perheet> (Luettu 7.5.2020.)
- Terveidenhuoltolaki. 2010. 1326/2010, 2: 17 §.
<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326> (Luettu 23.5.2021)
- Turun Kaupunkilähetys ry. 2020. Turun Kaupunkilähetys ry:n kotisivut. www.tukenasi.fi.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. EU: Tammi.
- Tuomisto, S., Samatar, N., Kosonen, T. & Levänen, J. 2020. Koronan vaikutukset opiskelijoiden kokemana. Metropolia Ammattikorkeakoulun opiskelijakunta METKAN raportti etäopiskelukyselyn tuloksista. 27.5.2020.
<http://metkaweb.fi/wp-content/uploads/2020/05/Valmis-raportti.pdf>
 (Luettu 15.2.2021.)
- Turun kesäyliopisto. 2021. Koulutustarjonta. Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja. Turun kesäyliopiston nettisivut. <https://turunkesayliopisto.fi/koulutustarjonta/ratkaisukeskeinen-neuropsykiatrinen-valmentaja-30-op-3/> (Luettu 2.3.2021)

- Valtakari, M., Arnkil, R., Eskelinen, J., Mayer, M., Nyman, J., Sillanpää, K., Spangar, T., Ålander, T. & Yli-Koski, M. 2020. Ohjaamot – monialaista yhteistyötä, vaikuttavuutta ja uutta toimintakulttuuria. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisuja 2020:13. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.
- Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98723/Tutki-ja-mittaa_2007.pdf (Luettu 28.11.2020.)
- Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. 2021. YTHS käyttää korona-ajan valtionavustusta korkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseksi. Mediatiedote 18.6.2021. <https://www.yths.fi/ajankohtaista/2021/yths-kayttaa-korona-ajan-valtionavustusta-korkeakouluopiskelijoiden-hyvinvoinnin-tukemiseksi/> (Luettu 30.6.2021)
- Ympäristöministeriö. 2010. Oma kotia etsimässä. Nuorten asuminen 2010. Toimittanut Tiina Kupari. Suomen ympäristö 1 / 2011. Helsinki: Edita Prima Oy.

LIITE 1: Alkukartoituksen runko

Oma Koutsi

Hakemus vastaanotettu _____

Nuoren tilannekartoitus

1 Henkilötiedot

Nimi _____ Syntymäaika _____

Osoite _____ Postinumero _____

Puhelin _____

Sähköpostiosoite _____

2 Ammattikontaktit

Nimi, tehtävä, yhteystiedot _____

Nimi, tehtävä, yhteystiedot _____

Nimi, tehtävä, yhteystiedot _____

3 Nuoren elämäntilanteen kartoitus

Opiskelu-/työllisyystilanne

Erytishaasteet opiskelussa/työelämässä

Asuminen, talous

Terveys/oma jaksaminen

Perhesuhteet, sosiaalinen verkosto

Harrastukset/ Vapaa-aika

Päihteiden käyttö ja rikokset

4 Mihin asioihin nuori toivoo apua

5 Minkälaista tukimuotoa nuori olisi halukas ottamaan vastaan

7 Työllistymishaasteiden taustalla

<input type="checkbox"/>	Neurologiset haasteet
<input type="checkbox"/>	Mielenterveysongelmat
<input type="checkbox"/>	Tukiverkoston puute
<input type="checkbox"/>	Perhesuhteet
<input type="checkbox"/>	Arjenhallinnan haasteet
<input type="checkbox"/>	Sosiaalisten tilanteiden pelko
<input type="checkbox"/>	Muu, mikä; _____

8 Miten edetään

<input type="checkbox"/>	Sovitaan uusi tapaaminen, milloin; _____
<input type="checkbox"/>	Jatko-ohjaus, minne; _____
<input type="checkbox"/>	Nuori jää miettimään, yhteydenotto; _____
<input type="checkbox"/>	Nuori ei ole halukas ottamaan tukea vastaan

Tiedot tallennetaan Turun Kaupunkilähetys ry:n asiakasrekisteriin.

LIITE 2: Loppuhaastattelun runko

Nimi:			
Mitä on ollut sinulle koutsauksessa tärkeintä?			
	Kyllä	Ei	Tarkennuksia, huomioita
Opiskeluun liittyvät taidot			
Lopettanut etenemättömät tai itselle sopimattomat opinnot			
Saanut tutkinnon valmiiksi (ammattitutkinto, ylioppilastutkinto, kandidaatintutkinto, maisterintutkinto, amk tutkinto)			
Hakenut uutta opiskelupaikkaa (haun tekeminen, pääsykokeeseen valmistautuminen, haastatteluun valmistautuminen jne)			
Saanut opiskelupaikan ja/tai aloittanut uudet opinnot			
Jatkanut keskenjääneitä opintoja (esim. paluu pitkältä sairauslomalta tai keskeytykseltä)			
Saanut suoritettua työssäoppimisen, tutkinnonosan tai isomman oppimiskokonaisuuden (esim. näyttö, hygieniapassi, kielikurssi, gradu, lopputyö)			
Kehittänyt opiskeluun liittyviä taitoja ja rutiieneja (viikkoaikataulut, lukusuunnitelmat, opiskelutekniikka, itsenäisen työskentelyn taidot, ilmoittautumiset kursseille ja tentteihin jne)			
Saanut opintoja etenemään arjenhallinnan ja psyykkisen jaksamisen haasteista huolimatta			
Oppinut hyödyntämään opiskelun tukipalveluita ja selvittämään opintoihin liittyviä asioita (esim. ohjaaja, kuraattori, opo, professori, opintoneuvoja, opintopsykologi)			
Aloittanut uuden työssäoppimisen, työharjoittelun tai oppinnyt työn			
Työllistymiseen liittyvät taidot ja muutokset			
Kehittänyt työnhakuun liittyviä taitoja (esim. hakemuksen ja CV:n tekeminen, haastatteluun valmistautuminen, työpaikkojen ja työssäoppimispaikkojen hakeminen, yhteydenotot työnantajiin)			
Saanut palkkatöitä (myös kesätyö ja osa-aikatyö sekä palkkatuki)			
Aloittanut Työkokeilussa, kuntouttavassa työtoiminnassa tai muulla työllistymiseen tähtäävällä kursilla tai kuntoutuksessa			
Oppinut ymmärtämään/noudattamaan työpaikan pelisääntöjä ja käytäntöjä			
Ilmoittautunut työttömäksi työnhakijaksi			
Jaksanut käydä työtoiminnassa arjenhallinnan ja jaksamisen haasteista huolimatta			
Terveydestä huolehtimiseen liittyvät taidot ja muutokset			
Aloittanut uuden hoitokontaktin (psyk poliklinikka, terapia, ryhmätoiminta, osastojakso)			
Oppinut hoitamaan omaan terveydenhoitoon liittyviä asioita (lääkkeiden ottaminen, aikojen sopiminen ja niistä kiinni pitäminen, terapeutin etsiminen, asioiden puheeksiottaminen ammattilaisten kanssa, terapiahakemukset, lausuntojen haku)			
Palveluiden hyödyntämiseen liittyvät taidot ja muutokset			
Oppinut löytämään ja hyödyntämään julkisia palveluita (tutustumiset ja ajanvaraukset esim Ohjaamo, TE-toimisto, KOHO. Uuden asiakkuuden aloitus)			
Tutustuminen työtoiminnan tarjoajiin			
Sosiaaliseen elämään ja vapaa-aikaan liittyvät muutokset			
Osallistunut yhdistyksen omaan ryhmätoimintaan tai tapahtumiin (ryhmäkoutsaus, harrasteryhmät, yhteisöllinen toiminta)			
Tutustunut kohtaamispaikkoihin (Toivo, Tsemppari, tyttöjentalo)			
Tutustunut uusiin tai aktivoitunut vanhoja harrastuksia			
Aktivoitunut muuten pois kotoa ja harjoitellut sosiaalisia taitoja (kahviloissa, kauppoissa, kävelyllä käyminen jne, uusiin paikkoihin tutustuminen)			
Ihmissuhteet ovat lisääntyneet tai aktivoituneet (ystävyyssuhteet, seurustelusuhteet, perhesuhteet)			
Tulevaisuuden suuntaan ja itsetuntemukseen liittyvät muutokset			
Tulevaisuuden suunnitelmat vahvistuneet tai selkeytyneet (tutustunut eri ammatteihin...)			
Oppinut tunnistamaan omaan osaamistaan ja vahvuuksiaan			
Arjenhallintaan liittyvät taidot ja muutokset			
Oppinut välttämättömiin liikkumisjärjestelyihin liittyviä taitoja (Bussireittien harjoittelu, Google mapsin tai reittioppaan käyttö, pyörän tai bussikortin hankkiminen jne)			
Oppinut ylläpitämään toimivampaa päivärytmiä ja arjen aikataulutusta			
Lisännyt terveellisiä elämäntapoja (ruokailu, liikunnan lisääminen, alkoholikäytön vähentäminen, tupakoinnin lopettaminen)			
Oppinut muuttoon tai asunnonhakuun liittyviä asioita			
Oppinut tunteiden hallintaan ja oman jaksamisen ylläpitämiseen liittyviä taitoja			
Oppinut muista arjenhallintaan liittyviä taitoja (siivous, kaupassakäynti, virallisten asioiden hoitaminen)			
Oppinut hakemaan ja selvittämään taloudellisia tukia (opintotuki, toimeentulotuki, kuntoutusraha, työmarkkinatuki, sairauspäiväraha, asumistuki jne)			
Oppinut muita raha-asioiden hoitoon liittyviä taitoja (pankkiasiat, maksuajan pyytäminen, rahankäyttö, verot, velka-asiat jne)			

LIITE 3: Vertaileva taulukko: Opiskelu

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteen aika	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Etenemättömien ja itselle sopimattomien opintojen lopettaminen	Lopettanut etenemättömät ja itselle sopimattomat opinnot	n=0; 0,0 %	n=0; 0,0 %	n=5	n=5; 16,1 %
Tutkinnon valmistuminen	Saanut tutkinnon valmiiksi	n=12; 38,7 %	n=8; 66,7 %	n=1	n=9; 29,0 %
Uuden opiskelupaikan hakeminen	Hakenut uutta koulupaikkaa	n=2; 6,5 %	n=2; 100,0 %	n=4	n=6; 19,4 %
Koulupaikan saaminen ja/tai opintojen aloittaminen	Saanut opiskelupaikan ja/tai aloittanut uudet opinnot	n=2; 6,5 %	n=1; 50,0 %	n=3	n=4; 12,9 %
Kesken jääneiden opintojen jatkaminen	Jatkanut kesken jääneitä opintoja	n=8; 25,8 %	n=8; 100,0 %	n=1	n=9; 29,0 %
Työssäoppimisen tai muun ison tutkinnon osan tai oppimiskokonaisuuden suorittaminen	Saanut suoritettua työssäoppimisen, tutkinnon osan tai isomman oppimiskokonaisuuden	n=16; 51,6 %	n=12; 75,0 %	n=3	n=15; 48,4 %
Opiskelutaitojen ja rutiinien kehittäminen	Kehittänyt opiskeluun liittyviä taitoja ja rutiineja	n=25; 80,6 %	n=25; 100,0 %	n=2	n=27; 87,1 %
Opintojen eteneminen haasteista huolimatta	Saanut opintoja etenemään arjenhallinnan ja psyykkisen jaksamisen haasteista huolimatta	n=11; 35,5 %	n=10; 90,9 %	n=1	n=11; 35,5 %
Opiskelun tukipalveluiden hyödyntäminen ja opintoihin liittyvien asioiden selvittäminen	Oppinut hyödyntämään opiskelun tukipalveluita ja selvittämään opintoihin liittyviä asioita	n=15; 48,4 %	n=15; 100 %	n=8	n=23; 74,2 %
Uuden työssäoppimisen, työharjoittelun tai opinnäytetyön aloittaminen	Aloittanut uuden työssäoppimisen, työharjoittelun tai opinnäytetyön	n=14; 45,2 %	n=10; 71,4 %	n=2	n=12; 38,7 %

LIITE 4: Vertaileva taulukko: Työllistyminen

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppu- haastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Työnhakuun liittyvien taitojen kehittäminen	Kehittänyt työnhakuun liittyviä taitoja	n=6; 19,4 %	n=6; 100,0 %	n=14	n=20; 64,5 %
Palkkatöiden saaminen	Saanut palkkatöitä	n=12; 38,7 %	n=9; 75,0 %	n=12	n=21; 67,7 %
Työkokeilun, kuntouttavan työtoiminnan tai muun työllistymiseen tähtävään kurssin tai kuntoutuksen aloittaminen	Aloittanut työkokeilussa, kuntouttavassa työtoiminnassa tai muussa työllistymiseen tähtävällä kurssilla tai kuntoutuksessa	n=0; 0,0 %	-	n=2	n=2; 6,5 %
Työpaikan pelisääntöjen ja käytäntöjen ymmärtäminen ja noudattaminen	Oppinut ymmärtämään/noud attamaan työpaikan pelisääntöjä ja käytäntöjä	n=0; 0,0 %	-	n=8	n=8; 25,8 %
Työttömäksi työnhakijaksi ilmoittautuminen	Ilmoittautunut työttömäksi työnhakijaksi	n=0; 0,0 %	-	n=2	n=2; 6,5 %
Työtoiminnassa käyminen arjenhallinnan ja jaksamisen haasteista huolimatta	Jaksanut käydä työtoiminnassa arjenhallinnan ja jaksamisen haasteista huolimatta	n=0; 0,0 %	-	n=1	n=1; 3,2 %

LIITE 5: Vertaileva taulukko: Terveydestä huolehtiminen

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Uuden hoitokontaktin aloittaminen	Aloittanut uuden hoitokontaktin	n=3; 9,7 %	n=2; 66,7 %	n=7	n=9; 29,0 %
Omaan terveydenhoitoon liittyvien asioiden hoitaminen	Oppinut hoitamaan omaan terveyteen liittyviä asioita	n=7; 22,6 %	n=6; 85,7 %	n=7	n=13; 41,9 %

LIITE 6: Vertaileva taulukko: Palveluiden hyödyntäminen

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Oppii löytämään ja hyödyntämään julkisia palveluita	Oppinut löytämään ja hyödyntämään julkisia palveluita	n=1; 3,2 %	n=0; 0,0 %	n=10	n=10; 32,2 %
Työtoiminnan tarjoajiin tutustuminen	Tutustunut työtoiminnan tarjoajiin	n=2; 6,5 %	n=2; 100,0 %	n=1	n=3; 9,7 %

LIITE 7: Vertaileva taulukko: Sosiaalinen elämä ja vapaa-aika

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimus- joukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Yhdistyksen ryhmätoimintaan ja tapahtumiin osallistuminen	Osallistunut yhdistyksen ryhmätoimintaan tai tapahtumiin	n=5; 16,1 %	n=4; 80,0 %	n=16	n=20; 64,5 %
Kohtaamispaikkoihin tutustuminen	Tutustunut kohtaamispaikkoihin	n=5; 16,1 %	n=4; 80,0 %	n=5	n=9; 29,0 %
Uusiin harrastuksiin tutustuminen/ vanhojen harrastusten aktivoituminen	Tutustunut uusiin tai aktivoitunut vanhoja harrastuksia	n=7; 22,6 %	n=4; 57,1 %	n=8	n=12; 38,7 %
Kotoa pois aktivoituminen ja sosiaalisten taitojen harjoittelu	Aktivoitunut pois kotoa ja harjoitellut sosiaalisia taitoja	n=4; 12,9 %	n=3; 75,0 %	n=7	n=10; 32,3 %
Ihmissuhteiden lisääminen ja aktivoituminen	Ihmissuhteet ovat lisääntyneet tai aktivoituneet	n=7; 22,6 %	n=6; 85,7 %	n=5	n=11; 35,5 %

LIITE 8: Vertaileva taulukko: Tulevaisuus ja itsetuntemus

Tavoitetila (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Tulevaisuuden suunnitelmien vahvistuminen ja selkeytyminen	Tulevaisuuden suunnitelmat vahvistuneet ja selkeytyneet	n=10; 32,3 %	n=8; 80,0 %	n=10	n=18; 58,1 %
Oman osaamisen ja vahvuuksien tunnistaminen	Oppinut tunnistamaan omaa osaamistaan ja vahvuuksiaan	n=10; 32,3 %	n=10; 100,0 %	n=13	n=23; 74,2 %

LIITE 9: Vertaileva taulukko: Arjen hallinta

Tavoitetilä (alkukartoitus)	Saavutetut tavoitteet (loppuhaastattelu)	N & % kaikista Alku- kartoituksen tavoitteena	N & % Alussa muodostetun tavoitteensa saavutti loppuhaastattelun perusteella	N Saavutti asian, vaikka ei ollut tavoitteena	N & % Kuinka moni koko tutkimusjoukosta lopulta saavutti asian toiminnan aikana
Välttämättömiin liikkumisjärjestelyihin liittyvien taitojen opettelu	Oppinut välttämättömiin liikkumisjärjestelyihin liittyviä taitoja	n=0; 0,0 %	-	n=2	n=2; 6,5 %
Toimivamman päivärytmin ja arjen aikataulutuksen ylläpitäminen	Oppinut ylläpitämään toimivampaa päivärytmiä ja arjen aikataulutusta	n=18; 58,1 %	n=13; 72,7 %	-	n=13; 41,9 %
Terveellisten elämäntapojen lisääminen	Oppinut lisäämään terveellisiä elämäntapoja	n=3; 9,7 %	n=2; 66,7 %	n=2	n=4; 12,9 %
Muuttoon tai asunnonhakuun liittyvien asioiden opettelu	Oppinut muuttoon tai asunnonhakuun liittyviä asioita	n=0; 0,0 %	-	n=5	n=5; 16,1 %
Tunteiden hallintaan ja jaksamisen ylläpitämiseen liittyvien taitojen opettelu	Oppinut tunteiden hallintaa ja oman jaksamisen ylläpitämiseen liittyviä taitoja	n=9; 29,0 %	n=9; 100,0 %	n=1	n=10; 32,3 %
Muiden arjenhallintaan liittyvien taitojen opettelu	Oppinut muita arjenhallintaan liittyviä taitoja	n=6; 19,4 %	n=4; 66,7 %	n=2	n=6; 19,4 %
Taloudellisten tukien hakeminen ja selvittäminen	Oppinut hakemaan ja selvittämään taloudellisia tukia	n=4; 12,9 %	n=4; 100,0 %	n=11	n=15; 48,4 %
Muiden raha-asioihin liittyvien taitojen opettelu	Oppinut muita raha-asioiden hoitoon liittyviä taitoja	n=4; 12,9 %	n=2; 50,0 %	n=4	n=6; 19,4 %