

Mielihyvin duunissa 2.0

Koulutussektorin kehittämistyön ennakoiva vaikutusten arviointi

Erna Alitalo
Marjo Naukkarinen



**Euroopan unionin
rahoittama**
NextGenerationEU

**Mielihyvin
duunissa**



Kuntoutussäätiö

Sisällysluettelo

1 Tausta ja arvioinnin tarkoitus.....	1
2 Arvioinnin viitekehys ja toteutus	2
2.1 Ennakoiva vaikutusten arviointi.....	2
2.2 Hyödynnetyt menetelmät ja luotettavuus.....	3
3 Koulutussektorin kehittämistyö ja toimintamalli.....	4
4 Koulutussektorin kehittämistyön tuloksia	6
5 Pohdinta: Ennakoiva vaikutusten arviointi	8

1 Tausta ja arvioinnin tarkoitus

Nuorten mielenterveyshaasteet ovat yleistyneet jo pidemmän aikaa (mm. Blomgren & Perhoniemi 2024, Väänänen ym. 2025, Korkeamäki ym. 2023). Lisääntyminen näkyy työelämän lisäksi jo ammattiin johtavissa opinnoissa. Ammatillisten toisen asteen oppilaitosten opiskelijoiden kokema ahdistuneisuus on lähes kaksinkertaistunut kymmenessä vuodessa erityisesti työllä. Koronapandemian seurauksena yleistynyt etäopiskelu kasvatti opiskelijoiden arjen hallinnan ja mielenterveyden ongelmien määrää (Laamanen ym. 2023). Sekä työelämän tuottavuuden että inhimillisten tekijöiden näkökulmasta varhaisen tuen tarjoaminen mielenterveyden haasteita kohtaaville opiskelijoille on tärkeää, sillä mielenterveysoireilu on tutkitusti yhteydessä opintojen keskeyttämiseen ja vaikeuksiin työelämään kiinnittymisessä (esim. Korkeamäki ym. 2023).

Vuosina 2024–2025 toteutetussa Nuorten mielen hyvinvoinnin tuki työelämässä ja työelämän siirtymävaiheessa – Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeessa (jatkossa “Mielihyvin duunissa 2.0”) kehitettiin, pilotoitiin ja mallinnettiin oppilaitoksille käyttöön toimintamalleja nuorten mielen hyvinvoinnin tukemiseksi. Hankkeen tavoitteena oli lisätä nuoria työllistävien työpaikkojen ja koulutussektorin tietoisuutta nuorten mielen hyvinvointia vahvistavista toimintatavoista ja menetelmistä sekä mielenterveyden haasteista. Koulutussektorin kehittämiseen liittyvä kehittämistyö tapahtui kahden hyvinvointialueen alueella, Pohjois-Savossa ja Pohjois-Karjalassa, erityisesti Savon ammattiopisto Sakkyssa ja koulutuskuntayhtymä Riveriassa. Alueellisessa työskentelyssä tehtiin yhteistyötä valtakunnallisen kehittämistyön kanssa. HUS:n koordinoimana toteutettiin uudet sisältöosiot Mielenterveystalo.fi-sivustolle [oppilaitostoimijoille](#), [työpaikkaohjaajille](#) ja [opiskelijoille](#). Lisäksi kaikille Suomen toisen asteen ammatillisille oppilaitoksille tarjottiin infoja ja koulutuksia Mielenterveystalo.fi-sivuston uusien sisältöosioden käyttöönotosta ja hyödyntämisestä. Koulutussektorin kehittämistyön lopputuotoksena julkaistiin [InnoKylä.fi-sivustolla](#) kuvaus toimintamallista: [Opiskelijan mielen hyvinvointia tukevien menetelmien käyttöönotto koulutussektorilla](#).

Kehittämisen- ja pilotointityössä hyödynnettiin vuosina 2023–2025 toteutetun Mielihyvin duunissa -hankkeen (VN/3679/2023) lähestymistapoja ja menetelmiä. Tästä hankkeesta toteutettu osallistava arviointi osoitti, että toteutetut nuorten hyvinvointia edistävät toimet ovat helposti käytönnötettävissä oppilaitoksissa ja työpaikoilla, eivätkä vaadi suuria taloudellisia panostuksia. Lisäksi valitut monitasoiset ja monimenetelmäiset toimintatavat näyttivät ottavan huomioon nuorten osallisuuteen ja hyvinvoinnin edistämiseen tarvittavat näkökulmat (ks. Rossi, Husso & Toikkanen 2025).

Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeessa Kuntoutussäätiön asiantuntijat vastasivat hankkeen arvioinnista, jota toteutettiin monimenetelmällisesti ja erilaisia arvioinnin lähestymistapoja hyödyntäen. Tämä arviointiraportti kokoaa yhteen Pohjois-Savossa ja Pohjois-Karjalassa tehdyn kehittämistyön ja pilotoinnin tuloksia. Arviointiin liittyvää tiedonkeruuta hyödynnettiin hankkeen aikana kehitettävän toimintamallin mallintamiseen ja kuvaamiseen. Lisäksi tässä raportissa analysoidaan toteutetun toiminnan ja kehitetyn toimintamallin mahdollisia vaikutuksia (ennakoiva vaikutusten arviointi).

2 Arvioinnin viitekehys ja toteutus

2.1 Ennakoiva vaikutusten arviointi

Ennakoivalla vaikutusten arvioinnilla (eli vaikutusten ennakoarvioinnilla, ks. esim. THL, 2.9.2024) tarkoitetaan erilaisia arvioinnin prosesseja, joilla tarkastellaan etukäteen esimerkiksi päätöksen, toimenpiteen tai hankkeen mahdollisia vaikutuksia. Tavoitteena on tunnistaa sekä positiivisia että negatiivisia seurauksia. Lainsäädäntövalmistelussa ennakoivalla vaikutusten arvioinnilla pyritään varmistamaan, että päätöksenteko perustuu tietoon ja kokonaisvaltaiseen näkökulmaan. Hankkeiden ja erilaisten toimenpiteiden ennakoiva vaikutusten arviointi pyrkii puolestaan antamaan tietoa, miten hanketta tai toimenpidettä pitäisi suunnata ja kehittää, ja millaisia vaikutuksia sillä voi olla odotettavissa. Tämä tieto voi tukea esimerkiksi levittämistyötä tai skaalaamista.

Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeessa ennakoivaa vaikutusten arviointia tehtiin soveltaen. Hankkeen aikana kerättiin eri menetelmin tietoa sekä toimintoja kehittäviltä asiantuntijoilta että eri toimintoihin osallistuvilta kohderyhmiltä. Vertaamalla tätä tietoa sekä niin kutsuttuun nollatilanteeseen eli siihen, missä tilanteessa hanketta lähdettiin toteuttamaan ja mihin tarpeeseen sillä pyrittiin vastaamaan, että muuhun aiheeseen liittyvään tietoon, voidaan analysoida, minkä tyyppisiä mahdollisia vaikutuksia hankkeen toimenpiteillä ja kehitetyllä toimintamallilla voisi olla ja mitkä olisivat vaikutusten merkitykset.

Ennakoivassa vaikutusten arvioinnissa voidaan vaikutuksia tarkastella eri näkökulmista, esimerkiksi ympäristön, talouden tai yhteiskunnan kannalta. Kun toimet kohdistuvat ihmisiin, on tärkeää tehdä ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arviointi (IVA). Nelimarkan ja Kauppisen (2007, s. 7) mukaan ”[IVA:n] tarkoituksena on tuottaa etukäteen tietoa sellaisten hankkeiden, suunnitelmien, ohjelmien tai päätösten vaikutuksista, jotka kohdistuvat ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin”.

Ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arvioinnissa tutkitaan arvioitavan kohteen vaikutuksia eri ihmisryhmiin ja elämän eri osa-alueisiin.

Tyypillisiä arvioitavia osa-alueita ovat:

- Hyvinvointi ja terveys: Parantaako vai heikentääkö toimenpide ihmisten fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia?
- Sosiaalinen tasa-arvo ja yhdenvertaisuus: Kohdistuvatko vaikutukset eri ryhmiin eri tavoin? Lisääkö vai vähentääkö se eriarvoisuutta?
- Turvallisuus ja elinympäristö: Vaikuttaako se ihmisten turvallisuuteen, asumiseen tai liikkumiseen?
- Osallistumismahdollisuudet ja vaikutusvalta: Saavatko ihmiset riittävästi tietoa ja mahdollisuuden osallistua päätöksentekoon?
- Taloudelliset vaikutukset yksilöille: Esimerkiksi kustannukset, työllisyys, toimeentulo. (THL, 29.1.2026.)

Ennakoivalla vaikutusten arvioinnilla onkin merkittävä rooli esimerkiksi yhteiskunnallisten innovaatioiden edistämisessä. Sekä ennakoiva vaikutusten arviointi että innovaatiotyö liittyvät tulevaisuuden ennakkointiin ja riskien hallintaan. Uudet innovaatiot tuovat epävarmuutta: teknologiset, taloudelliset ja sosiaaliset vaikutukset voivat olla merkittäviä. Ennakoiva arviointi auttaa tunnistamaan mahdolliset haitat ja hyödyt ennen innovaation käyttöönottoa, mikä vähentää epäonnistumisen riskiä. Tutkimus-, kehitys- ja innovaatioprojekteissa (TKI) ennakoiva arviointi tukee resurssien kohdentamista ja priorisointia. Se auttaa arvioimaan, mitkä innovaatiot ovat yhteiskunnallisesti, taloudellisesti ja ympäristöllisesti kestävimät. Innovaatioiden käyttöönotto vaatii usein laajaa hyväksyntää. Ennakoiva arviointi tuo esiin eri sidosryhmien näkökulmat ja mahdolliset konfliktit jo varhaisessa vaiheessa. Ennakoiva vaikutusten arviointi auttaa myös tunnistamaan, miten innovaation positiivisia vaikutuksia voidaan vahvistaa (esim. sosiaalinen hyöty).

2.2 Hyödynnetyt menetelmät ja luotettavuus

Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeessa toteutetusta koulutussektoriin liittyvästä kehittämistoiminnasta kerättiin arviointitietoa monimenetelmällisesti. Arviointitiedon keräämiseen vaikutti merkittävästi se, että oppilaitosten aikataulujen vuoksi monet suunnitellut toiminnot pääsivät aktiivisesti alkamaan vasta hankekauden puolivälissä loppukeväästä–kesästä 2025, kun hanke päättyi jo vuoden 2025 lopussa. Tietoa päästiin keräämään joistain toimenpiteistä palauteluonteisesti, mutta tiedonkeruu toimintojen juurtumisesta ja menetelmien käyttöönotosta jäi vähäiseksi.

Arviointitietoa kerättiin kyselyin ja haastatteluin sekä toimintoja toteuttavilta että toimintoihin osallistuvilta kohderyhmiltä. Lisäksi kokonaiskuvan luomiseksi hyödynnettiin viestintää hanke-

toimijoiden kanssa ja arviointia toteuttavat asiantuntijat osallistuivat myös hankkeen eri palavereihin, joissa toimintoja suunniteltiin ja koordinoitiin. Lisäksi arviointia toteuttaneet perehtyivät aihealueeseen, aiempaan kehittämistyöhön sekä keskeisesti aiheeseen liittyvään tutkimukseen.

3 Koulutussektorin kehittämistyö ja toimintamalli

Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeen koulutussektorin kehittämistyö kohdentui kahdelle pilotti-alueelle ja valtakunnalliseen työskentelyyn. Pilottialueina toimi Pohjois-Savon hyvinvointialue, ja siellä erityisesti Savon ammattiopisto SAKKY, ja Pohjois-Karjalan hyvinvointialue, ja siellä erityisesti koulutuskuntayhtymä Riveria. Alueellisessa työskentelyssä tehtiin yhteistyötä valtakunnallisen kehittämistyön kanssa, jota koordinoi HUS.

Pilottialueilla mielen hyvinvointia tukevia menetelmiä integroitiin osaksi tutkintokokonaisuuksiin ja oppilaitosten ja opiskelijahuollon henkilökuntaa ohjattiin hankkeen koulutuksiin.

Aiemmassa Mielihyvin duunissa -hankkeessa vuonna 2024 oli yhdessä nuorten kanssa kehitetty Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään -verkkokurssi. Nyt tätä verkkokurssia pilotoitiin uudella tavalla oppilaitosarjessa. Pohjois-Karjalassa koulutuskuntayhtymä Riveriassa Viiden askeleen suorittaminen yhdistettiin osaksi Työelämässä toimiminen -valinnaisainekurssia. Viiden askeleen moduulit eli ”askeleet” työhyvinvointi, keho, mieli, ihmissuhteet ja työkyvyn ylläpitäminen arvioitiin aiemman hankkeen kokemusten perusteella alueen opiskeluhoollon toimijoiden kanssa valinnaisainekurssin sisältöihin sopiviksi sekä ajankohtaisia nuoren työelämässä toimimisen ja mielen hyvinvoinnin taitoja vahvistaviksi. Pilotointi toteutettiin syksyn 2025 aikana neljällä valinnaisainekurssilla, joiden opiskelijamäärät vaihtelivat 7 opiskelijasta 25 opiskelijaan. Kursseille osallistui eri alojen toisen vuoden opiskelijoita. Yhden kurssin suorittamiseen käytettiin viisi päivää ja yhden moduulin suorittamiseen kului aikaa kolme tuntia. Verkkokurssin moduulit eli ”askeleet” suoritettiin yksilötehtävinä, paritehtävinä ja ryhmätehtävinä yhdessä kuraattorin kanssa keskustellen. Kurssin suorittaneet opiskelijat saivat kurssilta opintopisteitä.

Savon ammattiopiston Sakkyn Iisalmen ja Kuopion kampuksilla pilotoitiin syksyn 2025 aikana kolmelle sosiaali- ja terveystieteen perustutkintoryhmälle ja ryhmien opettajille Mielenterveyden keskusliiton aiemmin kehittämää voimavaravalmennusta. Toteutusta muokattiin kehittäjäryhmän kanssa nuorten ajankohtaisia tarpeita vastaavaksi ja oppilaitosympäristössä helposti sovellettavaksi. Valmennuskokonaisuus toteutettiin Voimavaravalmennuksen työkirjaan koottujen harjoitusten avulla. Pilotoituja materiaaleja lisättiin Sakkysa osaksi oppimis- ja urasuunnitteluvälineitä ja asiakkaan kohtaaminen ja ohjaaminen -kurssisisältöjä.

Mielihyvin duunissa -hankkeessa vuosina 2023–2024 kehitetyn [Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaaja -osaamismerkistön](#) levittämiseksi ja juurruttamiseksi Savon ammattiopistossa Sakkyssa toteutettiin osaamismerkistön kouluttaja-koulutus, johon osallistui yhteensä 11 opettajaa syksyn 2025 aikana. Mielen hyvinvoinnin pedagogisen osaajan osaamismerkistö on koulutuskokonaisuus, joka nivoo mielen hyvinvoinnin tukemisen osaksi opettajan arkea. Osaamismerkistön avulla opettajat voivat tunnistaa oman merkittävän roolinsa opiskelijoiden tukemisessa ja toimia osana moniammatillista verkostoa. Hankkeessa toteutetussa koulutuskokonaisuudessa osallistujille tarjottiin myös koulutusta, jonka suorittuaan he saivat valmiudet jatkaa merkistön myöntämistä ja mielenhyvinvointiosaamisen juurruttamista omassa oppilaitoksessaan.

Valtakunnallisella tasolla HUS:n koordinoimana toteutettiin uudet sisältöosiot Mielenterveystalo.fi-sivustolle [oppilaitostoimijoille](#), [työpaikkaohjaajille](#) ja [opiskelijoille](#). Lisäksi kaikille Suomen toisen asteen ammatillisille oppilaitoksille tarjottiin infoja ja koulutuksia Mielenterveystalo.fi-sivuston uusien sisältöosioiden käyttöönotosta ja hyödyntämisestä syksyn 2025 aikana.

Koulutussektorin kehittämistyö koottiin toimintamallikuvaukseksi [InnoKylä.fi-sivustolle](#). Sivustolla kuvataan, että *”[m]allissa nuorten mielen hyvinvoinnin tuen ydin on integroida mielen hyvinvointia tukevat taidot, menetelmät ja materiaalit osaksi toisen asteen opintoja ja työelämäjaksoja niin, että ne eivät ole irrallisia lisäyksiä, vaan luonnollinen osa opiskelijan oppimispolkua”*. Lisäksi painotetaan opettajien, ohjaajien ja työpaikkaohjaajien osaamisen vahvistamisen tarvetta, jotta he voivat tunnistaa nuorten tarpeita, tukea mielen hyvinvointia ja työelämään siirtymistä. Kuvauksessa tuodaankin esille, että mallin perusajatus on tarttua kahteen tasoon: vahvistaa nuoren konkreettisia hyvinvointia tukevia taitoja samalla kun ammattilaisten osaamista ja rakenteellisia toimintatapoja vahvistetaan. Onnistumisen edellytykseksi mainitaan tiivis ja monialainen yhteistyö opettajien, muun oppilaitoshenkilöstön, opiskelijahuollon ja työpaikkaohjaajien välillä.

Varsinainen [toimintamallista tehty kuvaus](#) voidaan jakaa 5 osuuteen:

1. **Kokonaisuus** – tässä osuudessa tuodaan esille niin opiskelijan polku läpi opintojen kohti työelämää, kuten myös oppilaitoksen ja hyvinvointialueeseen kytkeytyvän opiskelijahuollon rooli sekä nuorten kanssa toimivien ammattilaisten osaamisen merkitys.
2. **Opintojen ja työelämäjaksojen suhde ja tarkoitukset** – tässä osuudessa perustellaan sitä, miksi nämä molemmat osat ovat keskeisiä vahvistamaan sekä nuoren ammatillista osaamista, työelämätaitoja että kokemusta minäpystyvyydestä.
3. **Esimerkit, miten edistää ja sisällyttää mielenhyvinvointia tukevia menetelmiä osaksi oppilaitoksia** – tässä osuudessa kuvataan: a.) menetelmien ja lähestymistapojen integroimista osaksi tutkinnonosia ja kursseja, ja b.) koko opiskelijayhteisön kanssa toteutettavia toimintoja kuten hyvinvointitapahtumat ja teemaviikot.

4. **Mielihyvin duunissa -menetelmät ja -materiaalit** – tässä osiossa esitellään ja ohjataan lukija tutustumaan hankkeessa kehitettyihin ja pilotoituihin menetelmiin/materiaaleihin: a.) ryhmämuotoiseen voimavaravalmennukseen, b.) Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään™ -verkkokurssiin, ja c.) mielenterveystalo.fi-sivustolle.
5. **Ammattilaisten osaamisen edistäminen** – tässä osiossa esitellään menetelmiä ja lähestymistapoja ammattilaisten osaamisen edistämiseen: a.) Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaaaja -osaamismerkistö, b.) Koulutukset ja webinaarit, c.) materiaalit, ja d.) Pedagoginen johtaminen ja oppilaitoskulttuurin kehittäminen.

4 Koulutussektorin kehittämistyön tuloksia

Mielihyvin duunissa 2.0 -hankkeen koulutussektoriin liittyvässä kehittämistyössä onnistuttiin tekemään toimia, joilla erilaisia oppilaiden mielen hyvinvointia tukevia menetelmiä ja sisältöjä rakennettiin osaksi oppilaitosten kurssitoimintaa ja rakenteita. Savon ammattiopistossa Sakkyssä pilotoituja sisältöjä rakennettiin osaksi oppimis- ja urasuunnitteluvalmiudet- ja asiakkaan kohtaaminen ja ohjaaminen -kurssisisältöjä. Pohjois-Karjalassa koulutuskuntayhtymä Riveriassa pilotoitiin Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään -verkkokurssia osana Työelämässä toimiminen -valinnaisainekurssia. Menetelmien integroiminen osaksi olemassa olevia kursseja mahdollistaa menetelmien käytön rakenteellisen juurtumisen osaksi oppilaitosten arkea myös hankkeen jälkeen. Se, että pilotointikokemukset kuvattiin ja sisällytettiin osaksi Mielenterveystalo.fi -sivustoa tukee menetelmien valtakunnallista leviämistä myös hankkeen jälkeen.

Kehittämistoimia tehneet eri oppilaitosten ammattilaiset toivat haastatteluissa ja kyselyissä esille, että hankkeen sisällöt ja menetelmät tuntuivat tärkeiltä ja oppilaille mieluisilta sekä lisäsivät koulujen henkilökunnan osaamista ja vahvistivat käytössä olleita työkaluja. Tietoa kerättiin eri kohdissa hanketta eri osallistujilta.

Pohjois-Karjalassa Siun soten hyvinvointialueen opiskeluhoollon kuraattoreille tehtiin keväällä 2025 kysely, jolla kartoitettiin muun muassa kehittämistarpeita nuorten mielen hyvinvoinnin vahvistamisessa ja tukemisessa sekä sitä, millaisia haasteita uusien toimintatapojen tai menetelmien käyttöönottamisessa voi olla ja miten haasteita voisi ratkaista käytännössä. Kyselyn vastausten (n=5) perusteella merkitykselliseksi koettiin se, että kuraattoreilla on tietämys siitä, että opiskelijoiden kanssa toimiessa nuorten ymmärtäminen, myötätunto, läsnäolo ja keskustelu ovat keskeisiä. Menetelmiä mielen hyvinvoinnin tukemiseen toivottiin toisen asteen oppilaitosten henkilökunnan käytettäväksi, eli myös muille kuin opiskeluhoollon työntekijöille. Syksyllä 2025 kuraattoreille järjestettiin kehittämisspäivä, jonka yhteydessä kerättiin palautetta

hankkeen toiminnoista ja sisällöistä. Palautteiden (n=4) mukaan alkukyselyssä esitettyihin tarpeisiin ja toiveisiin oli onnistuttu vastaamaan. Vastaajat kokivat, että ammattilaiset saavat hankkeen materiaaleista itselleen tukea muun muassa keskusteluun nuorten kanssa. Erityisen hyvänä pidettiin sitä, että materiaalit ovat yhtäläisesti kaikkien toisella asteella opiskelevien nuorten kanssa työskentelevien saatavilla ja käytettävissä. Tällä viitattiin muun muassa hankkeessa Mielenterveystalo.fi -sivustolle tehtyihin aineistoihin.

Pohjois-Karjalassa Riveria-oppilaitoksessa pilotoidusta Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään -verkkokurssista kerättiin palautetta sekä opettajilta että opiskelijoilta (katso alempana). Opettajien (n=2) mukaan pilotoitu kurssi oli hyödyllinen opiskelijoille ajatellen heidän tulevaisuuttaan, kurssi tuki opiskelijoita opinnoissa ja työelämäjaksoilla, auttoi opiskelijoita löytämään uusia keinoja fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin tukemiseen sekä keinoja parantaa omaa sosiaalista hyvinvointia ja luoda rakentavia ihmissuhteita työssä ja arjessa. Avovastauksissa opettajat toivat esille, että sisällöt sopivat meneillä oleviin opintoihin ja osaamistavoitteisiin.

Pohjois-Savossa Savon ammattiopistossa Sakkyssa pilotoidusta Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaaja -osaamismerkistön toteutuksesta kerättiin palautetietoa opettajilta. Koulutukseen osallistui 11 henkilöä ja se saatiin päätökseen loppuvuodesta 2025 vasta hieman ennen hankkeen päättymistä, joten käytännössä osaamismerkistön käyttö Savon ammattiopistossa pääsee alkamaan vasta hankkeen päättymisen jälkeen. Palautekyselyyn vastanneista (n=9) suurin osa (66,7 %) koki, että tehtävät ja ohjaus auttoivat kehittämään omia työskentelytapoja. Enemmistö vastaajista (64 %) oli myös sitä mieltä, että osaamismerkistö kannattaa ottaa käyttöön Savon ammattiopistossa.

Pohjois-Savon hyvinvointialueen opiskelijavastaaville järjestettiin syksyllä 2025 koulutus- ja verkostoitumisiltapäivä, jonka toteutuksessa hyödynnettiin mm. Mielenterveystalo.fi-sivustolle tuotettuja aineistoja ja Mielenterveyden Keskusliiton Mitä mielessä? -opasta. Tilaisuudessa kerättiin palautetta kyselyllä. Vastaajien (n=43) antama keskiarvo tilaisuudelle oli 9,1 asteikolla 4–10. Yli puolet vastaajista (65,1 %, 28 vastaajaa) koki, että tilaisuus sisälsi melko tai erittäin paljon oman työn kannalta uutta tai merkityksellistä tietoa. 26 vastaajaa (60,5 %) kertoi aikovansa hyödyntää tilaisuudessa kuulemaansa tietoa ja menetelmiä jatkossa omassa työssään hyvin todennäköisesti ja 17 vastaajaa (39,5 %) kertoi hyödyntävänsä tietoa todennäköisesti.

Sekä Pohjois-Savossa että Pohjois-Karjalassa palautetietoa kerättiin myös eri kohdissa menetelmien pilotointeihin osallistuneilta opiskelijoilta. Savon ammattiopistossa Sakkyssa pilotoidusta Voimavaravalmennuksesta kerättiin tietoa kyselyllä opiskelijoilta (n=27). Lähes kaikki

vastanneet toivat esille, että valmennus lisäsi heidän tietojaan liittyen voimavaroihin ja kuormituksen helpottamiseen, stressin hallintaan, siihen millaisessa ryhmässä on hyvä olla ja motivaation lisäämiseen. Koulutuskuntayhtymä Riveriassa pilotoidusta Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään -verkkokurssista kysyttiin myös palautetta opiskelijoilta (n=29) kyselyllä. Kysyttäessä vaihtoehtoilla Kyllä ja Ei, valtaosa eli 82,8 % (24 vastaajaa) koki, että kurssin sisältämät harjoitukset olivat hyödyllisiä tulevaisuuden kannalta. Samoin 82,8 % (24 vastaajaa) koki, että kurssilla tehdyt harjoitukset tukevat sekä opinnoissa että työelämäjaksoilla. 26 vastaajaa koki, että löysi kurssin avulla uusia keinoja fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin tukemiseen ja 25 vastaajaa koki, että oppi uusia keinoja parantaa omaa sosiaalista hyvinvointiaan sekä luoda rakentavia ihmissuhteita työssä ja arjessa.

5 Pohdinta: Ennakoiva vaikutusten arviointi

Mielihyvin duunissa 2.0 -hanke rakennettiin vastaamaan tavoitteeseen lisätä nuoria työllistävien työpaikkojen ja koulutussektorin tietoisuutta nuorten mielen hyvinvointia vahvistavista toimintatavoista ja menetelmistä sekä mielenterveyden haasteista. Hanketta edelsi samantyyppinen Mielihyvin duunissa -hanke vuosina 2023–2024. Tämän edeltäneen hankkeen aikana toteutettiin systeemimallinnus, jonka kohteina olivat tekijät, jotka vaikuttavat nuorten hyvinvointiin sekä näiden tekijöiden väliset yhteydet. Mallinnuksessa havaittiin kolme erityistä ”solmu-kohtaa”, jotka ovat keskeisiä nuorten hyvinvoinnin kannalta (Rossi, Husso & Toikkanen 2025):

1. Nuoren yksilöllisyyden huomiointi
 - a. Opetuksen ja työelämän keskellä otetaan huomioon, että yksilöiden ominaisuudet, tarpeet ja elämäntilanteet vaihtelevat.
2. Nuorelle sopiva työ
 - a. Osaamista ja työelämävalmiuksia vahvistava toiminta on tärkeää oppilaitoksissa. Työpaikoilla tärkeitä ovat onnistunut perehdys, kehittävä palautekulttuuri, toimiva tiedonkulku sekä selkeät ja oikea-aikaiset, tarvittaessa joustavat toimintatavat.
3. Nuoren toimijuus yhteisöissä
 - a. Nuorten pitää olla yhdenvertaisia ja tasa-arvoisia yhteisön jäseniä ja heillä pitää olla mahdollisuuksia vaikuttaa yhteisön toimintaan ja sen kehittämiseen.

Kun yllä kuvattuja solmukohtia vertaa hankkeessa muotoillun [Opiskelijan mielen hyvinvointia tukevien menetelmien käyttöönotto koulutussektorilla](#) -toimintamallin sisältöihin, voidaan nähdä, että ensimmäinen solmukohta *Nuoren yksilöllisyyden huomiointi* näkyy selkeästi toimintamallin sisällöissä. Toimintamallissa kuvataan sekä periaatteellisella että menetelmäta-

solla nuoren yksilöllisen kohtaamisen ja voimavarojen tukemisen merkitystä. Myös toinen solmukohta eli *Nuorelle sopiva työ* on sisällytetty toimintamalliin tuomalla esille oppilaitosten roolia vahvistaa nuoren minäkuvaa työntekijänä ja asioita, jotka vaikuttavat työssä jaksamiseen ja omanlaisen työnteon tavan löytämiseen. Kolmas solmukohta *Nuoren toimijuus yhteisöissä* näkyy toimintamallissa huomioimalla oppilaitosten yhteisölliset menetelmät ja toisaalta mielen hyvinvoinnin edistäminen läpileikkaavasti oppilaitoksen työskentelyssä mm. pedagogisen johtamisen ja oppilaitoskulttuurin kehittämisenä.

Toimintamallin muotoilu ja kuvaus tehtiin hankkeessa koulutussektorilla toteutettujen toimenpiteiden perusteella. Toimenpiteistä kerätty arviointiaineisto osoittaa, että sekä nuoret että oppilaitosten henkilökunta kokivat hankkeen sisällöt ja menetelmät tärkeiksi ja hyödyllisiksi. Sekä pilotoitu *Viisi askelta tasapainoisempaan työelämään* -verkkokurssi, *Voimavaravalmennus* että *Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaaja* -osaamismerkistökoulutus, jotka kaikki ovat mukana toimintamallissa, saivat osallistujilta positiivista palautetta. Menetelmien koettiin tukevan oppilaita sekä opinnoissa että työelämäjaksoilla ja tarjoavan uusia keinoja fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin tukemiseen sekä keinoja parantaa omaa sosiaalista hyvinvointia ja luoda rakentavia ihmissuhteita työssä ja arjessa. Opettajat kokivat, että osaamismerkistö kannattaa ottaa käyttöön Savon ammattiopistossa laajemmin.

Peilaamalla hankkeessa kehitettyä toimintamallia sekä yllä kuvattuun systeemianalyysiin että tässä hankkeessa kerättyyn arviointiaineistoon voidaan todeta, että kuvattu toimintamalli näyttää sisältönsä puolesta vastaavan niihin tarpeisiin ja keskeisiin solmukohtiin, joita opiskelijoiden mielen hyvinvoinnin tukemisessa on. Näin ollen toimintamallilla on potentiaalia saada aikaan laajemmalla levitessään positiivisia vaikutuksia nuorten mielen hyvinvointiin oppilaitoksissa. Arviointiaineistosta ei nouse esille toimenpiteistä tai tuotetuista materiaaleista mahdollisesti aiheutuvia haittoja tai riskejä. Sen sijaan yksilö, yhteisö-/organisaatio- ja yhteiskunnan tason mahdollisia positiivisia vaikutuksia voi syntyä edelleen hankkeen päätyttyä.

Toimintamallin vahvuutena, mikä voi myös edesauttaa sen positiivisten vaikutusten potentiaalia, voidaan nähdä sen holistinen ja prosessimainen lähestymistapa. Holistisuudella viitataan tässä erityisesti toimintamallin kahteen ulottuvuuteen: toimintamallissa kiinnitetään huomiota sekä yksilönä nuoren taitojen vahvistamiseen että samalla oppilaitosorganisaation rakenteiden ja ammattilaisten osaamisen vahvistamiseen läpileikkaavasti. Yleisesti holistisella lähestymistavalla tarkoitetaan kokonaisvaltaista tapaa ymmärtää ja tarkastella ilmiöitä. Tällöin huomio kiinnitetään koko järjestelmään ja sen osien vuorovaikutukseen. Erityisesti toimintakulttuurien muuttamisessa ja kompleksisiin ilmiöihin vaikuttamisessa holistisella lähestymistavalla on merkitystä. Prosessimaisuudella viitataan tässä puolestaan mallissa huomioituun nuoren mat-

kaan oppilaitoksesta työelämään. Tutkimuksissa on todettu, että mielenterveysoireilu on yhteydessä opintojen keskeyttämiseen ja vaikeuksiin työelämään kiinnittymisessä (esim. Korkeamäki ym. 2023). On siis keskeistä nivoa nämä kaksi elementtiä opinnot ja työelämä yhteen. Toimintamallissa ja hankkeessa tämä näkyi erityisesti Mielenterveystalo.fi-sivustolle tuotetuissa uusissa sisällöissä, jotka saivat jo hankkeen aikana positiivista palautetta ja keskittyivät nimenomaan työelämään siirtymässä olevan nuoren mielen hyvinvointiin liittyviin teemoihin tarjoten tietoa sekä oppilaitoksille että työyhteisöille.

Lopulta sekä *Opiskelijan mielen hyvinvointia tukevien menetelmien käyttöönotto koulutussektorilla* -toimintamallin että hankkeen aikana toteutettujen toimenpiteiden vaikutukset tulevat esille vasta myöhemmin. Arviointiaineisto ja analyysi osoittavat, että potentiaalia positiivisten vaikutusten syntyemiselle on, mutta lopulta vaikutuksiin vaikuttaa se, missä laajuudessa toimintamallia ja sen eri osia tullaan eri oppilaitoksissa hyödyntämään ja missä määrin hankkeen toimenpiteet juurtuvat lopulta pilottialueille käyttöön. Hankkeen toteutus aika systemaattisen muutoksen aikaan saamiseksi ja samalla vaikutusten arvioinniksi oli lyhyt ja pitkälti mahdollonta. Positiivisena voidaan kuitenkin nähdä, että sekä hankkeessa että toimintamallissa pystyttiin hyödyntämään aiempaa kehittämistyötä, mikä osoittaa, että myös jatkossa muutoksen edistäminen voi edetä tällä tavoin sykäyksittäin.

Lähteet

Blomgren, J., & Perhoniemi, R. (2024). *Mielenterveyden häiriöistä johtuvien sairauspoissaolojen kasvu jatkuu – kehityksen taustalla useita yhtä aikaa vaikuttavia tekijöitä*. Kelan Tietotarjotin. Saatavilla: https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/1014063/mielenterveyden-hairioista-johtuvien-sairauspoissaolojen-kasvu-jatkuu-kehityksen-taustalla-useita-yhta-aikaa-vaikuttavia-tekijoita?utm_source=chatgpt.com

Korkeamäki, J., Parkkila, M., & Poutiainen, E. (2023). *Toisen ja korkea-asteen opiskelijoiden mielenterveysongelmien yhteys koettuun opintosuoriutumiseen, sosiaaliseen hyvinvointiin sekä tuen hakemiseen ja saamiseen*. Sosiaali- ja terveysturvan raportteja 26. Kela. Saatavilla: <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/40321884-d44e-4322-af55-2a1b291978c9/content>

Laamanen, M., Ladonlahti, T., Häkkinen, P., & Kärkkäinen, T. (2023). *Opiskelijan hyvinvointi koetuksella? Korkeakouluopiskelijoiden kokemat terveys- ja toimintarajoitteet, digitaalinen osaaminen ja opiskelu pandemian aikana*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2023:41. Saatavilla: <https://okm.fi/julkaisu?pubid=URN:ISBN:978-952-263-750-5>

Nelimarkka, K., & Kauppinen, T. (2007). *Ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arvioiminen*. Stakes. <https://www.julkari.fi/items/2a86fcf7-a5e1-4031-958e-0a79d0c94b59>

Rossi, P., Husso, K., & Toikkanen, J. (2025). *Hyvinvoinnin solmukohdat: Miten edistää nuorten hyvinvointia ja kestäväää työelämää*. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/878695>

THL. (2.9.2024). *Päätösten vaikutusten ennakoarviointi*. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/paatosten-vaikutusten-ennakoarviointi>

THL. (29.1.2026). *Ennakoarvioinnin toteuttaminen*. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/paatosten-vaikutusten-ennakoarviointi/ennakoarvioinnin-toteuttaminen>

Väänänen, A., Glushkoff, K., Varje, P., & Selinheimo, S. (2025). *Mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen kehitys työssäkäyvässä väestössä 2007–2021: Kansallisesti edustava rekisteritutkimus muutostrendeistä ja väestöryhmäeroista*. Yhteiskuntapolitiikka, 90(4), 367–376. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/19914d0f-e0c0-42eb-ba9e-c10d51ac83cf/content>