

Nuorten
TEEMAVIIKKO

4. – 8.5.2026



Nuorten ja Ohjaamojen Onni

7.5.2026 klo 9.30 | Elina Koivistoinen ja Katja Kuorikoski,
Nuorten ja Ohjaamojen Onni

Nuorten mielenterveysongelmat ovat räjähtämässä käsiin, mutta ilmiössä on myös toivo (Yle 28.4.2024)

Nuorten mielenterveysoireilu ja itsetuhoisuus ovat lisääntyneet – nyt etsitään syitä ja ratkaisumalleja
(Yle 15.1.2024)

Kasvava määrä nuoria on alkanut ahdistua tavallisesta arjesta – Tällaista on ”välttämiskäyttäytyminen” (HS 24.5.2024)

TALOUSSANOMAT

Yksi syrjäytynyt nuori maksaa yli miljoona euroa – silti tästä kaikesta aiotaan leikata (22.10.2023)

Yksinäisyys voi sairastuttaa tai jopa tappaa – 8 syytä miksi se on elimistölle niin vaarallista (Yle 20.11.2021)

Nuorten yksinäisyys on yhteydessä lisääntyneeseen oireiluun ja lääkkeiden käyttöön (Lääkärilehti 9.8.2019)

Tilastotietoja 16–29-vuotiaista

- 10 % työn ja koulutuksen ulkopuolella (NEET-nuoret) (THL, 2023)
- 13 500 työkyvyttömyyseläkkeellä mielenterveys- ja käytöshäiriöiden vuoksi (Kela, 2023)
- 60 000 sai Kelasta kuntoutusetuuksia. Kuntoutukseen hakeutumisen yleisin syy on mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt. (Kela, 2023)
- Kelan korvaamien masennuslääkkeiden ja rauhoittavien lääkkeiden saajien määrä on kasvanut yli 43 000 henkilöllä vuosina 2013–2022.
- Usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä kokevat erityisesti alle 25-vuotiaat, opiskelijat, pienituloisimmat vastaajat sekä yksinasuvat. (Yksinäisyysbarometri 2023)
- Ohjaamoissa asiointi
 - työn ja koulutuksen suhteellinen osuus asiointin aiheena on laskenut
 - hyvinvoinnin osuus on kasvanut

NÄMÄ PERUSASIAT ON SAATAVA KUNTOON

- ▶ Lapsiperheköyhyyttä tulee vähentää merkittävästi.
- ▶ Koulutukseen ja kasvatukseen tulee panostaa pitkäjänteisesti.
- ▶ Mielenterveyspalveluissa on varmistettava, että nuori saa apua ajoissa ja helposti.
- ▶ Nuorisotyön resurssit tulee turvata koko maassa.
- ▶ Nuorten osallisuutta ja todellisia vaikutusmahdollisuuksia päätöksenteossa on vahvistettava.
- ▶ Jokaisella nuorella tulee olla vähintään yksi turvallinen aikuinen elämässään.
- ▶ Jokaisen nuoren on tärkeää tulla kohdatuksi, kuulluksi ja arvostetuksi jokaisen aikuisen toimesta.

VALTION
NUORISO-
NEUVOSTO

Ihan paineissa. Nuorisobarometri 2025.

VALTION NUORISONEUVOSTON VETOOMUS

Nuorisobarometri 2025 kertoo huolestuttavasta suunnasta: nuorten usko niin omaan kuin maailman tulevaisuuteen on romahtanut, epävarmuus ja turvattomuus lisääntyneet, ja elämäntyytyväisyys on pitkällä aikavälillä laskussa. Kun nuorten usko tulevaisuuteen horjuu, se heijastuu kaikkeen.

Mitä tarvitaan? Nuorten hyvinvointi on nostettava päätöksenteon keskiöön. Yksi ratkaisu on nuorivaikutusten arviointi kaikissa päätöksissä ja kaikilla hallinnonaloilla. Sen avulla voidaan selvittää, millaisia hyötyjä tai haittoja erilaisilla nuoriin kohdistuvilla päätöksillä aiheutetaan.

Mutta tämä ei yksin riitä. Tarvitsemme perusasiat kuntoon.

Reagointi nuorten tilanteeseen on välttämätöntä. Luodaan yhdessä toiveikas ja kestävä tulevaisuus, jossa paineet eivät ole liian raskaita kantaa.

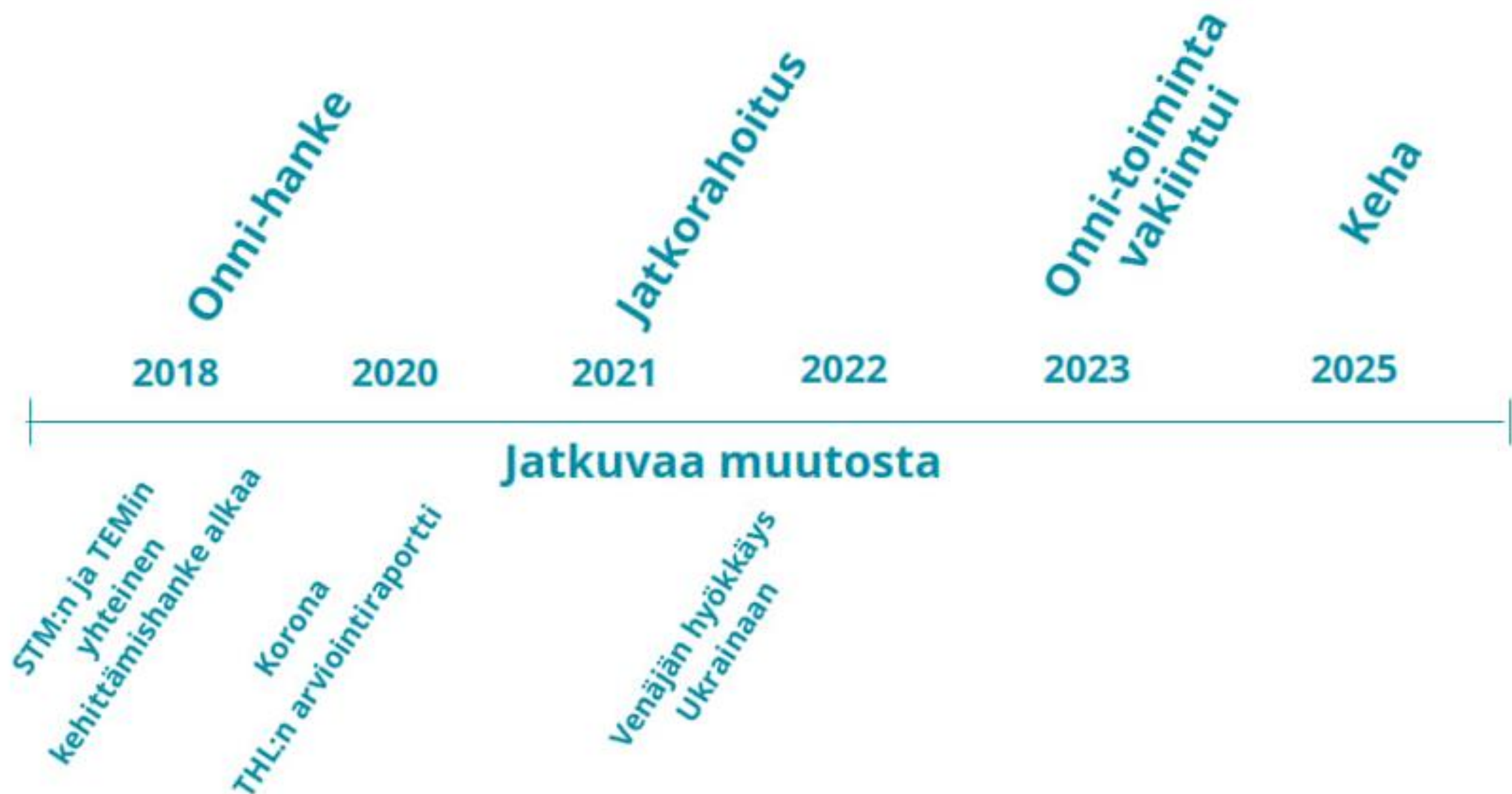
Nuorten tilanteesta nyt ja tulevaisuudessa

- Nuorten työelämään siirtymisen näkymä on valtakunnallisesti heikko.
- Keskeiset haasteet liittyvät työpaikkapulaan, mielenterveyteen, vähäiseen työkokemukseen ja harjoittelupaikkojen niukkuuteen.
- Alueelliset erot ovat merkittäviä (pitkät välimatkat, heikot kulkuyhteydet, palvelujen saavutettavuus) vaikuttavat monin tavoin nuorten arkeen ja mahdollisuuksiin.
- Keskeinen havainto on, että nuorten kohdalla toivo ja luottamus tulevaisuuteen ovat heikentyneet.
- Vastauksissa korostuu tarve vahvistaa matalan kynnyksen palveluja, erityisesti Ohjaamoiden roolia, sekä rakentaa uudenlaisia kevyitä polkuja kohti työelämää, kuten mentorointimalleja ja lyhyitä koulutuskokonaisuuksia.
- Palvelujärjestelmässä korostuvat jonot ja matalan kynnyksen tuen puute; Ohjaamon rooli nähdään tärkeänä.
- Ennaltaehkäisy, osallisuus ja varhainen tuki nousevat aineistossa keskeisiksi tekijöiksi, joihin panostaminen tuottaa pidemmällä aikavälillä selkeitä säästöjä ja vahvistaa nuorten aitoa kiinnittymistä työelämään.

Taustaa

- Onni-toiminta on käynnistynyt ministeriöiden (TEM ja STM) yhteisenä **kehittämishankkeena** vuonna 2018.
- Toiminta **vakinaistettiin** vuonna 2023.
- Vuodesta 2025 alkaen Nuorten ja Ohjaamojen Onni ollut **KEHA-keskuksen valtakunnallinen palvelukokonaisuus**, joka on osa **lakisääteistä monialaisen yhteistyön tukea**.
- Onni-työntekijät (2 ryhmäpäällikköä, 4 johtavaa asiantuntijaa, 18 asiantuntijaa) työskentelevät **eri puolille Suomea** ja ovat korkeasti koulutettuja **sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia**.
- Kaikki Onnin tarjoamat palvelut ovat **maksuttomia, valtakunnallisia ja osa Ohjaamoiden palveluvalikoimaa**.

Ehkäistä ongelmien kasautumista ja säästää kustannuksia tarjoamalla tukea matalalla kynnyksellä mahdollisimman varhain



Sujuvoittaa sekä tukea koulutukseen ja työhön siirtymistä lisäämällä nuorten aikuisten psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia

Nuorten hyvinvoinnin ja elämänhallinnan valmennukset

RYHMÄVALMENNUKSET

JÄNNITTÄJÄRYHMÄT
HYVINVOINTIRYHMÄT
NEUROKIRJONRYHMÄT
KEHITTÄJÄRYHMÄ

YKSILÖVALMENNUKSET

HOT-MUUTOSVALMENNUS
MOT-KÄYNTI KERRALLAAN KOHTI
MUUTOSTA

VIESTINTÄ NUORILLE SOMEKANAVISSA JA OHJAAMOISSA

NUORTEN OSALLISUUS



Nuorten hyvinvoinnin ja elämänhallinnan valmennusta tukevat koulutukset työntekijöille

RYHMÄVALMENNUSTEN KOULUTUSKOKONAISUUS

Jännittäjäryhmän ohjaajakoulutus

HOT*-menetelmäkoulutukset

Hyvinvointiryhmän ohjaajakoulutus
Jatkojännittäjäryhmän ohjaajakoulutus

YKSILÖVALMENNUSTEN KOULUTUSKOKONAISUUS

MOT-muutoksen tukena -koulutus
HOT-nelikenttä työkaluksi -koulutus
HOT-valmentajakoulutus

Ohjaamoverkostolle tukea ja täydennyskoulutusta hyvinvointiin, neurokirjon haasteisiin, tietoisuustaitoihin ja osallisuuteen.

*Hyväksymis- ja omistautumisterapeuttinen viitekehys



HOT (Hyväksymis- ja omistautumisterapia)



- Uusin kognitiivisen käyttäytymisterapian suuntaus
- Tavoitteena lisätä itselle tärkeiden asioiden läsnäoloa sekä vähentää epämiellyttävien sisäisten kokemusten vaikutusvaltaa omaan käyttäytymiseen.
- Ikävät tunteet ja ajatukset kuuluvat elämään, ja niiden kanssa ei tarvitse taistella. Tavoitteena on lisätä psykologista joustavuutta (kykyä toimia omien arvojen mukaan silloinkin, kun kohtaa hankalia ajatuksia ja tunteita).
- Käytännönläheistä taitoharjoittelua.
- Uudenlaista suhtautumista ja käyttäytymistä voi oppia.
- Jo yli 1300 kansainvälistä tutkimusta HOTin vaikuttavuudesta.
https://contextualscience.org/act_randomized_controlled_trials_1986_to_present

*Hyväksy
Omistaudu
Toimi*

Arviointi ja seuranta

- Valmennuksen laatua ja vaikuttavuutta seurataan validein mittarein yksilö- ja ryhmävalmennuksissa (nuoren itsearviointi)
 - 3X10D = elämäntyytyväisyysmittari, asteikko 0-10
 - SPIN = sosiaalisen jännittämisen mittari
- Asiakaspalautteen systemaattinen kerääminen



Arvio asiakasmääristä / vuosi

Nuorten valmennukset:

- Yksilövalmennukset
 - ✓ 1200-1500 nuorta / vuosi
- Ryhmävalmennukset
 - ✓ 200 nuorta / vuosi
 - ✓ Kehittäjänuoret n. 100 osallistumiskertaa / vuosi
 - ✓ Avoimet tuokiot 1000+ / vuosi

Koulutukset työntekijöille:

- ✓ Hakukoulutuksia 15 / vuosi
- ✓ Webinaareja 8 / vuosi
- ✓ Avoimet tilaisuudet 60 / vuosi
- ✓ Täydennyskoulutukset 10 / vuosi



Valtakunnalliset palvelut

- Onnin **valtakunnalliset verkkoryhmät ja henkilökohtainen valmennus** nuorille aikuisille **jatkuvat entiseen tapaan** ja ovat tarjolla kaikkialle Suomessa.
- Nuori voi hakeutua **valmennuksiin** Nuorten ja Ohjaamojen Onnin [ilmoittautumislomakkeen](#) tai QR-koodin kautta.
- Lomakkeen voi täyttää **nuori itse** tai **Ohjaamon ja ohjaamoverkoston työntekijä** nuoren puolesta.
- Valmennus järjestetään **verkossa** tai **paikan päällä** Ohjaamoissa KEHA-keskuksen resurssien puitteissa.
- Jokaisen ilmoittautumisen yhteydessä Nuorten ja Ohjaamojen **Onnissa arvioidaan ja sovitaan valmennustuote, valmennuksen paikka ja toteutustapa**, huomioiden KEHA-keskuksen resurssit.
- Ilmoittautumislomakkeelta löytyy myös vaihtoehto ”En osaa valita, haluaisin lisätietoa”, jonka valitsemalla Onnilainen ottaa yhteyttä nuoreen.

Verkkoryhmät s-26



Hyvinvointiryhmä alkaa ti 22.9.–27.10. klo 13–15

Voimauttava ryhmä jännittäjille alkaa ti 22.9.–10.11. klo 13–15

Powered by ADHD alkaa ti 22.9.–10.11. klo 13–15

Nepsy-ryhmä alkaa ma 21.9.–9.11. klo 13–15





Tulevaisuuden ratkaisuja
-tiedolla, taidolla ja yhteistyöllä

www.keha-keskus.fi



Lisätietoja:
elina.koivistoinen@keha-keskus.fi
katja.kuorikoski@keha-keskus.fi

Seuraa meitä @ohjaamojenonni

