

# NuoRTO-hankkeen esiselvityksen tuloksia

2.12.2025

Johanna Kurki, Maara Kosonen, Heidi Bucht, Säde Siljamo,  
Nina Jääskeläinen, Timo Ruuhijärvi, Anu Hagman ja Taru Lyytinen.



3. [Mitä tietoa haluttiin?](#)
4. [Miten tietoa kerättiin?](#)
5. [Hankkeista pohjaa: nostoja TUTORESI-hankkeesta](#)
6. [Pohjaa hankkeista: nostoja YEA-hankkeesta](#)
7. [Kirjallisuuskatsaus](#)
8. [Tiedonkeruutyöpajat](#)
9. [Havaintoja työpajoista – harrastuksien merkityksellisyys](#)
10. [Havaintoja työpajoista – resilienssi ja harrastamisen esteet](#)
11. [Verkostotapaamiset](#)
12. [Tiedonkeruu verkostoista](#)
13. [Kyselysivusto](#)
14. [Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo](#)
15. [Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo – avoimien kysymyksien tuloksia](#)
16. [Moninaisuuden huomioiminen](#)
17. [Moninaisuuden huomioiminen – avoimien kysymyksien tuloksia](#)
18. [Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet](#)
19. [Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet – avoimien kysymyksien tuloksia](#)
20. [Resilienssin edistäminen](#)
21. [Resilienssin edistäminen – avoimien kysymyksien tuloksia](#)
22. [Merkityksellisyys](#)
23. [Moniammatillisuus](#)
24. [Moniammatillisuus – avoimien kysymyksien tuloksia](#)
25. [Mitä lasten ja nuorten harrastus- ja vapaa-ajantoiminnassa tulisi huomioida nykyistä enemmän?](#)
26. [Eniten kiinnostusta herättäneet koulutusteemat](#)
27. [Koulutusmuotojen toiveet](#)
28. [Oivallukset](#)
29. [Harrastamisen haasteet ja kehitysehdotukset](#)
30. [Yhdenvertainen harrastaminen](#)
31. [NuoRTOn kanavat](#)
32. [Lähteet](#)

# Mitä tietoa haluttiin?

NUORTO-hankkeen esiselvitys käynnistettiin syksyllä 2024 tunnistamaan:

- Lasten ja nuorten vapaa-ajan ja harrastustoiminnan osaamistarpeita
- Harrastamisen haasteita sekä toimivia käytäntöjä
- Ymmärrystä harrastusten merkityksellisyydestä, harrastuspudokkuudesta ja kokemustoimijuuden mahdollisuuksista

## Selvityksen keskeiset teemat:

- Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus
- Monimuotoisuuden huomioiminen
- Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet
- Resilienssin edistäminen
- Merkityksellisyys
- Moniammatillisuus
- Kokemustoimijuus



Kuva: Hanketiimi ja sosionomiopiskelijat NuoRTO:n aloitustapahtumassa keväällä 2025. Kuvaaja Laura Erkkilä.



Euroopan unionin  
osarahoittama

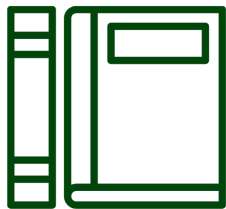


# Miten tietoa kerättiin?

Hankkeista pohjaa



Kirjallisuuskatsaus



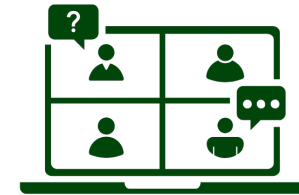
Tiedonkeruutyöpajat



Kyselysivusto



Verkostotapaamiset



Selvitystä täydennetään koko hankkeen ajan yhteiskehittämisen ja koulutuspilotoitien kautta.





# Hankkeista pohjaa: nostoja TUTORESI-hankkeesta

TUTORESI – Tukea, Toimintaa ja Resilienssiä (2023–2025) on AKKE-rahoitteinen esiselvityshanke, joka kartoitti 14–24-vuotiaiden nuorten harrastusmahdollisuuksia ja niihin liittyviä tukimuotoja Vantaan alueella.

## Selvityksen pohjalla:

- YLI 50 ammattilaisen ja vapaaehtoisen haastattelut
- 11 työpajaa, joissa pohdittiin nuorten tarpeita ja toimintamallien kehittämistä.

## Keskeiset havainnot:

### Nuoret tarvitsevat:

- Monipuolisia ja saavutettavia harrastuksia
- Mahdollisuuden harrastaa lähellä kotia
- Taloudellista, sosiaalista ja kasvatuksellista tukea

### Ohjaajien lisäosaamisen tarve:

- Erityisesti kasvatuksellisen ja sosiaalisen tuen vahvistamiseen

## Tunnistettut koulutustarpeet:

- Kokemustoimijoiden hyödyntäminen
- Merkityksellisyyden vahvistaminen harrastustoiminnassa
- Seikkailu- ja luontokasvatuksen menetelmät
- Ymmärrys kokemuksellisesta harrastamisesta

## Toiveena:

- Nuorten omaa toimijuutta tukeva, uudenlainen toiminta
- Toimivat yhteistyöpolut eri palveluista harrastuksiin ja päinvastoin
- Yhteiskehittäminen ja kokeilukulttuuri tärkeässä roolissa





# Pohjaa hankkeista: nostoja YEA-hankkeesta

YEA – Youth Empowerment through Co-creative Activity Development (2023–2025) on Erasmus+-rahoitteinen hanke, jossa selvitettiin nuorten osallistumista ja sitoutumista vapaa-ajan toimintaan.

- Sähköinen kysely nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille (syksy 2023 – kevät 2024)
- Yhteiskehittämisen työpajoja keväällä ja syksyllä 2024

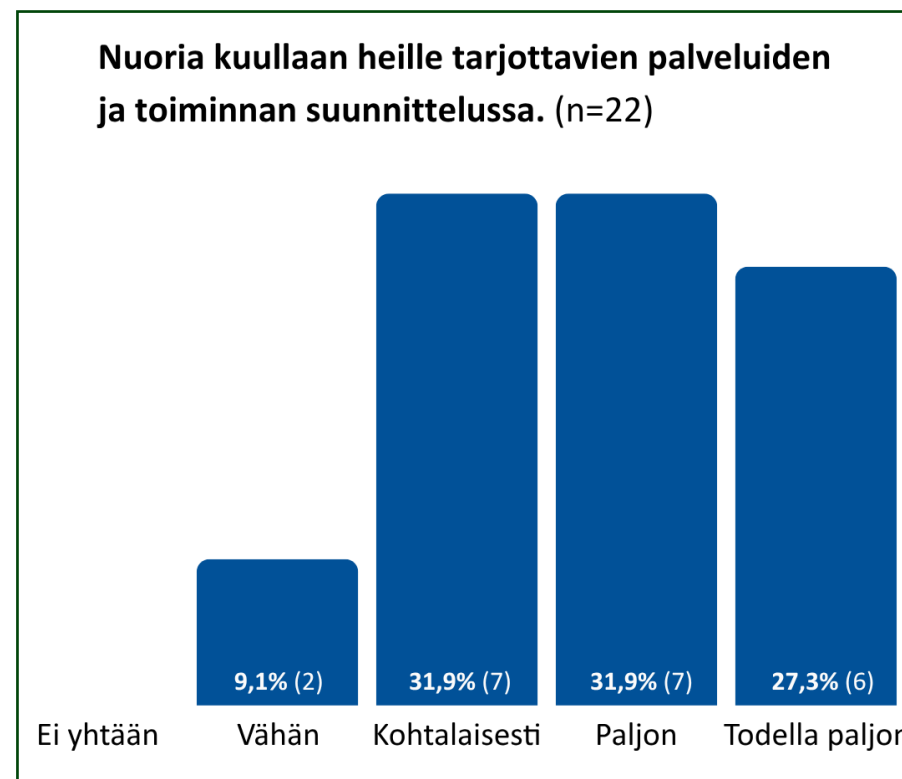


## Esille nousseita vahvuuksia:

- Vapaaehtoisuus: Mahdollistaa osallistumisen omien kiinnostuksen kohteiden mukaan
- Organisaation arvot ja ymmärrys nuorten arjesta luovat pohjan osallistumiselle
- Nuoret mukana palvelujen ja toimintojen suunnittelussa monin tavoin

## Käytettyjä menetelmiä:

- Yhteiset suunnittelupäivät ja työpari-malli
- Osallistuva suunnittelu, joka perustuu yhteisöllisyyteen
- Kyselyt ja palautelomakkeet nuorilta
- Toiveiden kuuleminen tapahtumien ja toimintojen suunnittelussa
- Kokemustoimijoiden hyödyntäminen suunnittelussa ja materiaalien tuottamisessa



Kuva: Otos YEA-hankkeen kyselystä nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille 2024. Johanna kurki.





# Kirjallisuuskatsaus

Kävimme läpi asiakirjoja, strategioita, tutkimuksia, koulutustarjontaa sekä lasten ja nuorten monimuotoisuuteen liittyvää aineistoa.

## Keskeiset asiakirjat ja strategiat:

- Lapsistrategia
- VANUPO 2024–2027 (Valtakunnallinen nuorisotyön ja -politiikan ohjelma)
- Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus (2022)
- Harrastamisen Suomen malli
- Saavutettavampi harrastus – suositukset

## Monimuotoisuus harrastajissa:

- Erityistä tukea tarvitsevat
- Sateenkaarinuoret
- Mielenterveyden haasteiden kanssa elävät

## Lisäksi tarkasteltiin:

- Olemassa olevaa koulutustarjontaa

## Nuorilla, joilla ei ole harrastusta, merkittävin harrastamisen este on ajanpuute

Ne, jotka pitivät hyvin tai jonkin verran merkittävänä syinä olla harrastamatta seuraavia asioita. 15–29-vuotiaat (n=118) (%)



Kuva: Vaihteleva vapaa-aika. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2022





# Tiedonkeruutyöpajat

Syksyn ja alkutalven 2024–2025 aikana toteutettiin:

- 7 työpajaa
- 5 nopeaa tiedonkeruukyselyä
- Työpajoissa hyödynnettiin luovia ja toiminnallisia menetelmiä

## Paikkakunnat ja kohderyhmät:

- Vierumäki – Seikkailukasvatuspäivät, ohjaajat
- Vantaa – Laurean sosionomiopiskelijat
- Kuopio – STEP-koulutuksen kasvatus- ja ohjaamisalan opiskelijat
- Vantaa – Martinlaakson koulun 8.–9. luokan oppilaat
- Helsinki – Leikkiväki-verkosto, nuoret
- Varkaus – Nuorisotapahtuma, Kuopion hiippakunta
- Tampere – Diakonian ja kasvatuksen päivät
- Uusimaa – Kokemustoimijoiden haastattelut

## Työpajoissa käsiteltiin:

- Nuorten resilienssiin ja harrastuneisuuteen liittyviä ajatuksia ja kokemuksia
- Esteitä harrastusten aloittamisessa ja jatkamisessa
- Miten nuoria voisi tukea
- Konkreettisia kehittämis ehdotuksia hankkeen toimenpiteisiin



# Havaintoja työpajoista – harrastuksien merkityksellisyys

| Merkityksellisyys              | Kuvaus                                                                                               | Vaikutus                                                              |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Luontoyhteys ja rauhoittuminen | Luonnossa liikkuminen ja luonnon aktiviteetit auttavat nuoria rauhoittumaan ja lievittämään stressiä | Parantaa henkistä hyvinvointia ja lisää stressinsietokykyä            |
| Yhteisöllisyys ja ystävyys     | Harrastukset tarjoavat mahdollisuuden luoda ystävyyssuhteita ja kokea yhteisön tuki                  | Vahvistaa sosiaalisia siteitä ja motivaatiota jatkaa harrastuksia     |
| Itsenäisyys ja itseilmaisu     | Harrastukset mahdollistavat itsenäisyyden ja oman identiteetin löytämisen                            | Vahvistaa itseluottamusta ja elämänhallintaa                          |
| Oppiminen ja kehitys           | Nuoret oppivat uusia taitoja ja kokevat kehitystä harrastuksissaan                                   | Lisää motivaatiota ja sitoutumista, kehittää henkilökohtaisia taitoja |
| Leikki ja mielikuvitus         | Harrastuksissa on tilaa leikkimielisyydelle ja mielikuvituksen käytölle                              | Stimuloi luovuutta ja tuo iloa, mikä tekee harrastuksista antoisia    |
| Turvallisuus ja tuki           | Ohjaajien tarjoama turvallisuus ja tuki luovat positiivisen ympäristön nuorille                      | Edistää osallistumista ja vähentää huolia, mikä lisää sitoutumista    |
| Rentous ja kiireettömyys       | Kiireettömyys ja rentous ovat tärkeitä elementtejä nuorten harrastuksissa                            | Auttaa nuoria rentoutumaan ja nauttimaan ilman suorituskeskeisyyttä   |



## Havaintoja työpajoista – resilienssi ja harrastamisen esteet

## Resilienssin tukemisen kannalta tärkeää:

- **Sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys**
  - Ystävät, ryhmän tuki ja hyvä yhteishenki auttavat jaksamaan
- **Motivaatio ja itseluottamus**
  - Kannustus, onnistumisen kokemukset ja oma eteneminen tukevat sitoutumista
- **Resurssit**
  - Taloudelliset tuet, matalan kynnyksen osallistumismahdollisuudet
- **Kannustuksen merkitys**
  - Ohjaajien, valmentajien ja vertaisryhmien tuki ratkaisevaa

## Harrastusten keskeytymiseen vaikuttavia tekijöitä:

- Fyysiset tai terveydelliset syyt (esim. mielenterveys, rasitusvammat)
- Motivaation tai mielialan lasku
- Arjen aikatauluhaasteet ja voimavarojen puute
- Taloudelliset esteet
- Ympäristötekijät, kuten huono valmentajasuhde
- Sosiaalisen jännityksen tai yksinäisyyden kokemukset



Kuva: Varkauden Valovoimainen! –nuorisotapahtumassa kerätty sanapilvi, jossa nuoret vastasivat kysymykseen: Mistä sinä saat voimavaroja? Maara Kosonen.

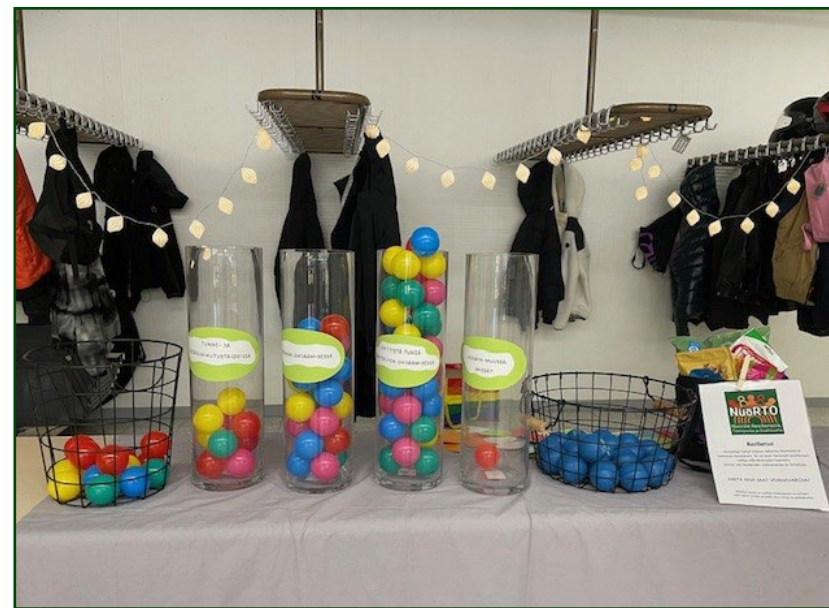


# Verkostotapaamiset

Verkostotapaamisissa kuultiin eri toimijoiden näkemyksiä ja kokemuksia lasten ja nuorten vapaa-ajasta ja harrastamisesta. NuoRTO-hanke on herättänyt kiinnostusta eri verkostoissa ja tapahtumissa, ja sen teemoja on pidetty ajankohtaisina sekä tärkeinä.

Esimerkkejä mukana olleista verkostoista ja toimijoista:

- Vantaan kaupunki – nuorisovaltuusto ja nuorisopalvelut
- Pohjois-Savon Liikunta
- Järvi-Suomen partiolaiset
- Kuopion nuorisopalvelut
- Pohjois-Savon ALTE-verkosto
- Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu
- Gettogymi
- ESR+ harrastamisen hankkeet sekä muut nuorten osallisuutta vahvistavat hankkeet



Kuva: NuoRTO-hankkeen esittelypiste Varkauden Valovoimainen! –nuorisotapahtumassa. Maara Kosonen





# Tiedonkeruu verkostoista



LASTEN, NUORTEN JA PERHEIDEN  
OSALLISUUDEN KOORDINAATIO



Euroopan unionin  
osarahioittama

Esiselvityksen kannalta keskeistä oli myös verkostokumppaneiden keräämä tieto, tutkimukset ja havainnot.

- **Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+)**
  - [Tietoa työn tueksi –julkaisu: Harrastamisen merkitykset, esteet ja kehittämis ehdotukset \(2025\)](#)
- **SOS-Lapsikylä:** Unelmista totta – harrastustuki eriarvoisuuden vähentämiseksi
- **Pelastakaa Lapset ry:**
  - Eväitä elämälle – harrastus- ja oppimateriaalituki, mentorointi vähävaraisten perheiden lapsille
  - Sporttikummitoiminta – vapaaehtoisummit tukemassa lasten liikkumista ja harrastamista



Kuva: Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+) 2024





# Kyselysivusto

[Kyselysivusto](#) julkaistiin lokakuussa 2024 ja se on edelleen avoinna. Kysely on suunnattu lasten ja nuorten harrastus- ja vapaa-ajantoiminnan parissa työskenteleville ammattilaisille.



Kuva: Asteikon 1-5 kuvitus.

Kyselyt sisälsivät väittämiä, joihin vastattiin hymynaama-asteikolla (1-5), sekä avoimia kysymyksiä.

## Kyselyiden teemat:

- Nuorto-koulutusten kehittäminen
- Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus
- Monimuotoisuuden huomioiminen
- Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet
- Resilienssin edistäminen
- Merkityksellisyys
- Moniammatillisuus



# Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo



(n=13) Tilastoja päivitetty 5.8.2025



# Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo – avoimien kysymyksien tuloksia

## Ohjaajien käytännön osaaminen yhdenvertaisuuden, osallisuuden ja resilienssin tukemisessa

- Luovat ja pedagogiset taidot (esim. musiikki, ryhmän ohjaus, leikillisuus) tukevat osallistumista ja yhteisöllisyyttä
- Keskustelut ja osallistavat menetelmät tasa-arvosta, yhdenvertaisuudesta ja yhteisten sääntöjen luomisesta
- Kokemusta nuorisotilatoiminnasta ja yhteisöllisyyden rakentamisesta
- Kansainvälisyys- ja monikulttuurisuusosaaminen
- Onnistumisia käytännön toteutuksissa, kuten koulukierron organisointi ja laajojen ryhmien osallistaminen (esim. sulkapallon koulukiertue 14 koulussa / 1400 oppilasta)
- Moni kokee kuitenkin edelleen tarvitsevänsä ”kaikkia tarvittavia taitoja” – osaamisen varmentamiseen ja vahvistamiseen on selkeä tarve

## Missä ohjaajat kokevat tarvitsevänsä lisäkoulutusta tai tukea?

- Monikulttuuristen ja kielitaustaisten perheiden kohtaaminen
- NEPSY-piirteisten ja erityistä tukea tarvitsevien lasten ohjaaminen
- Toiminnalliset menetelmät ja ryhmätoiminnan toteuttaminen eri kohderyhmille
- Fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen harrastuksissa
- Pieni osa arvioi, ettei tarvitse koulutusta, mutta kaipaa mahdollisuuksia valtakunnalliseen vaikuttamiseen



# Moninaisuuden huomioiminen



(n=9) Tilastoja päivitetty 5.8.2025



# Moninaisuuden huomioiminen – avoimien kysymyksien tuloksia

## Konkreettisia keinoja moninaisten lasten ja nuorten tukemiseen

- Sukupuoli- ja kulttuurisensitiivinen työote
- Läsnäolo ja yksilöllinen kohtaaminen arjen tilanteissa
- Erilaiset kommunikointitavat: selkokieli, tukiviittomat ja kuvakommunikaatio

## Missä ohjaajat kokevat tarvitsevänsä lisätukea moninaisuuden kohtaamiseen?

- Kiusaamistilanteisiin puuttumiseen ja käsittelyyn
- Erityistä tukea tarvitsevien ja kehitysvammaisten lasten ohjaamiseen



# Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet



(n=11) Tilastoja päivitetty 5.8.2025



# Osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet – avoimien kysymyksien tuloksia

## Toimivia tapoja vahvistaa lasten, nuorten ja perheiden osallisuutta

- Lapset ja nuoret mukana toiminnan suunnittelussa (toiveiden keruu, äänestykset, pelaajakokoukset)
- Pienryhmät ja sopiva ohjaajamitoitus mahdollistavat yksilöllisen kohtaamisen
- Soveltavat ja saavutettavat menetelmät (esim. kuvat, tukiviestintä, toiminnallinen palaute)
- Vanhempien osallistaminen toiminnan sisältöihin, päätöksiin ja budjetointiin (esim. vanhempainkokoukset, kuukausikirjeet)
- Ennakkokyselyt, avoin keskustelu ja rehellinen viestintä tukevat luottamusta ja yhteistä tekemistä

## Missä ohjaajat kokevat tarvitsevänsä lisäosaamista?

- Kiusaamistilanteisiin ja tottelemattomuuteen puuttumisen varhaiset toimintamallit
- Selkeä ja tavoittava viestintä ja tiedottaminen
- Toimivien osallistamisen ja osallisuuden menetelmien löytäminen
- Rajojen asettaminen ja tasapainoileminen kaikkien toiveiden huomioimisen kanssa



# Resilienssin edistäminen



(n=13) Tilastoja päivitetty 5.8.2025



# Resilienssin edistäminen – avoimien kysymyksien tuloksia

## Millä tavoin ohjaajat tukevat nuorten resilienssiä harrastustoiminnassa?

- Luovat turvallisen ja paineettoman ilmapiirin, jossa epäonnistuminen on sallittua ja siitä opitaan yhdessä
- Korostavat onnistumisia ja vahvistavat itsetuntoa, antavat positiivista ja rakentavaa palautetta
- Keskustelevat ja kuuntelevat aktiivisesti, huomioivat taustat, tunteet ja yksilölliset tilanteet
- Mahdollistavat vaikuttamisen kokemuksia ja tulevaisuuteen suuntaavaa ajattelua
- Yhteistyö perheiden ja muun verkoston kanssa nähdään tärkeänä nuoren kokonaisvaltaisen tukemisen kannalta
- Pitkä kokemus, läsnäolo ja rauhallinen kohtaaminen koetaan olennaisiksi resilienssiä tukeviksi ohjaajan taidoiksi

## Millaista osaamista ohjaajat kokevat tarvitsevansa nuorten resilienssin tukemiseen?

- Konkreettisia ja helposti sovellettavia menetelmiä resilienssin tukemiseen osana arkea ja harrastuksia
- Vetäytyvien tai haavoittuvassa asemassa olevien nuorten kohtaamiseen tarvitaan lisää osaamista
- Nuoren elämäntilanteen ja ympäröivän maailman ymmärtäminen nähdään resilienssin tukemisen lähtökohtana
- Tunnistamisen taidot ja ajoissa puuttuminen, jotta vaikeuksiin voidaan tarttua ennen kuin ne syvenevät
- Epätäydellisyyden sietämisen tukeminen – sekä nuorissa että ohjaajassa itsessään
- Yleinen varmuus ja tuki omaan ohjaajuuteen: "Joskus on ihan kädetön olo"



# Merkityksellisyys



(n=8) Tilastoja päivitetty 5.8.2025

Avoimissa vastauksissa kuvailtiin osaamista merkityksellisyyskokemusten tukemisessa:

- Kiireetön läsnäolo ja kuuntelu
- Elämäkokemus ja samaistuttavuus – omat taustat auttavat ymmärtämään erilaisista lähtökohdista tulevia ja luomaan luottamusta.

Merkityksellisyyskokemusten tukemiseen harrastustoiminnassa toivottiin käytännön vinkkejä.



# Moniammatillisuus

(n=7) Tilastoja päivitetty 5.8.2025



# Moniammatillisuus – avoimien kysymyksien tuloksia

## Millä tavoin ohjaajat tukevat nuorten resilienssiä harrastustoiminnassa?

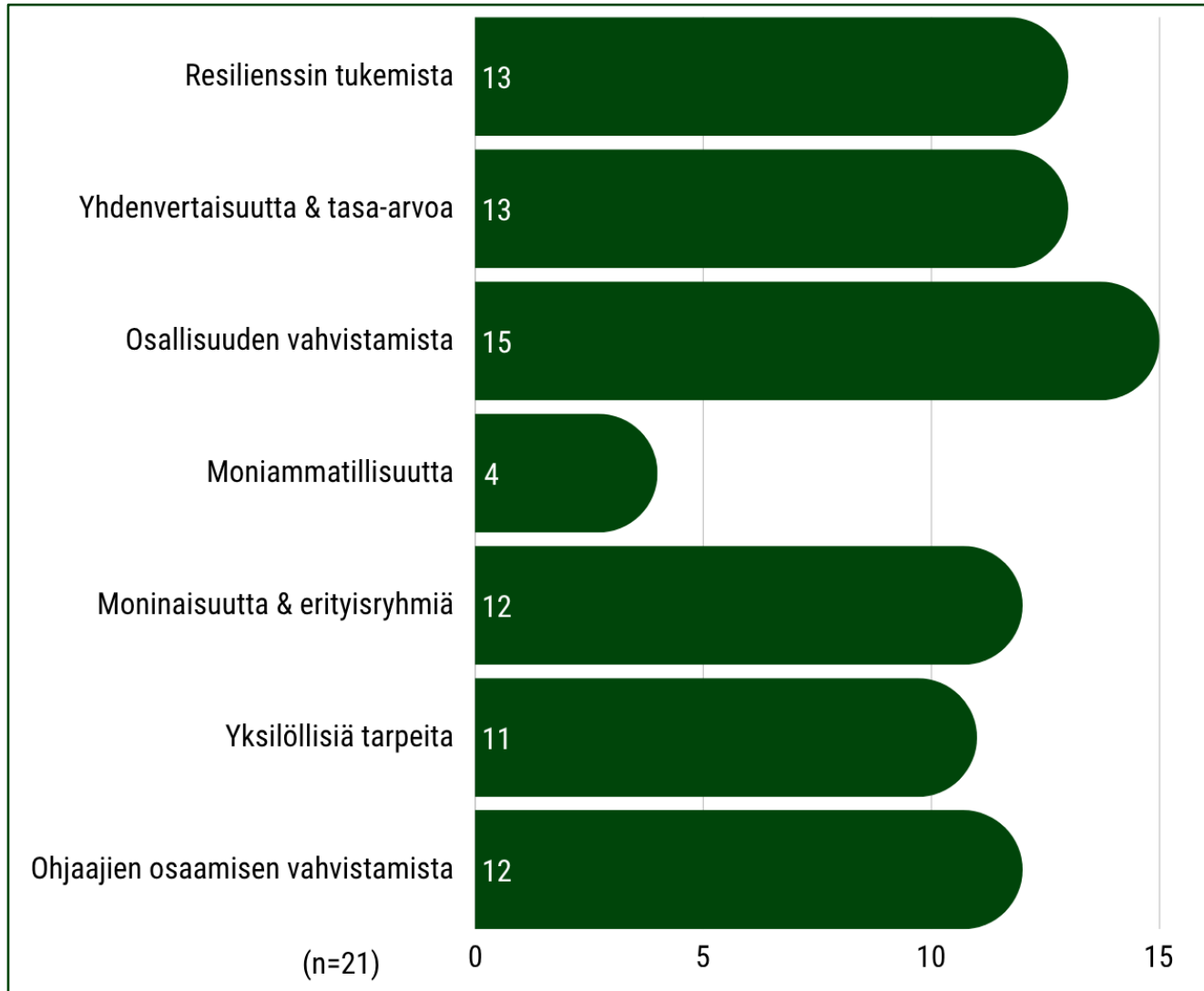
- Luovat turvallisen ja paineettoman ilmapiirin, jossa epäonnistuminen on sallittua ja siitä opitaan yhdessä
- Korostavat onnistumisia ja vahvistavat itsetuntoa, antavat positiivista ja rakentavaa palautetta
- Keskustelevat ja kuuntelevat aktiivisesti, huomioivat taustat, tunteet ja yksilölliset tilanteet
- Mahdollistavat vaikuttamisen kokemuksia ja tulevaisuuteen suuntaavaa ajattelua
- Yhteistyö perheiden ja muun verkoston kanssa nähdään tärkeänä nuoren kokonaisvaltaisen tukemisen kannalta
- Pitkä kokemus, läsnäolo ja rauhallinen kohtaaminen koetaan olennaisiksi resilienssiä tukeviksi ohjaajan taidoiksi

## Millaista osaamista ohjaajat kokevat tarvitsevänsä nuorten resilienssin tukemiseen?

- Konkreettisia ja helposti sovellettavia menetelmiä resilienssin tukemiseen osana arkea ja harrastuksia
- Vetäytyvien tai haavoittuvassa asemassa olevien nuorten kohtaamiseen tarvitaan lisää osaamista
- Nuoren elämäntilanteen ja ympäröivän maailman ymmärtäminen nähdään resilienssin tukemisen lähtökohtana
- Tunnistamisen taidot ja ajoissa puuttuminen, jotta vaikeuksiin voidaan tarttua ennen kuin ne syvenevät
- Epätäydellisyyden sietämisen tukeminen – sekä nuorissa että ohjaajassa itsessään
- Yleinen varmuus ja tuki omaan ohjaajuuteen: "Joskus on ihan kädetön olo"



# Mitä lasten ja nuorten harrastus- ja vapaa-ajantoiminnassa tulisi huomioida nykyistä enemmän?



Valmiiden vaihtoehtojen lisäksi vastaajilla oli mahdollisuus kirjoittaa muita huomioimisen kohteita:

- Yhteisöllisyyden tukeminen
- Harrastamisen mahdollistaminen varallisuudesta riippumatta
- Yläkoululaisten nuorten mielenkiinnon kohteet.



# Eniten kiinnostusta herättäneet koulutusteemat

Tulokset on koottu kahdesta aineistosta:

- Verkkokysely (n = 21), jossa vastausvaihtoehtoina olivat *erittäin kiinnostunut*, *melko kiinnostunut*, *kohtalaisen kiinnostunut*, *hieman kiinnostunut* ja *ei lainkaan kiinnostunut*.
  - Diagrammissa on yhdistetty kategoriat *erittäin kiinnostunut* ja *melko kiinnostunut*
- Tampereen kirkon kasvatuksen ja diakoniatyön ammattilaisille suunnattu kysely (n=124)

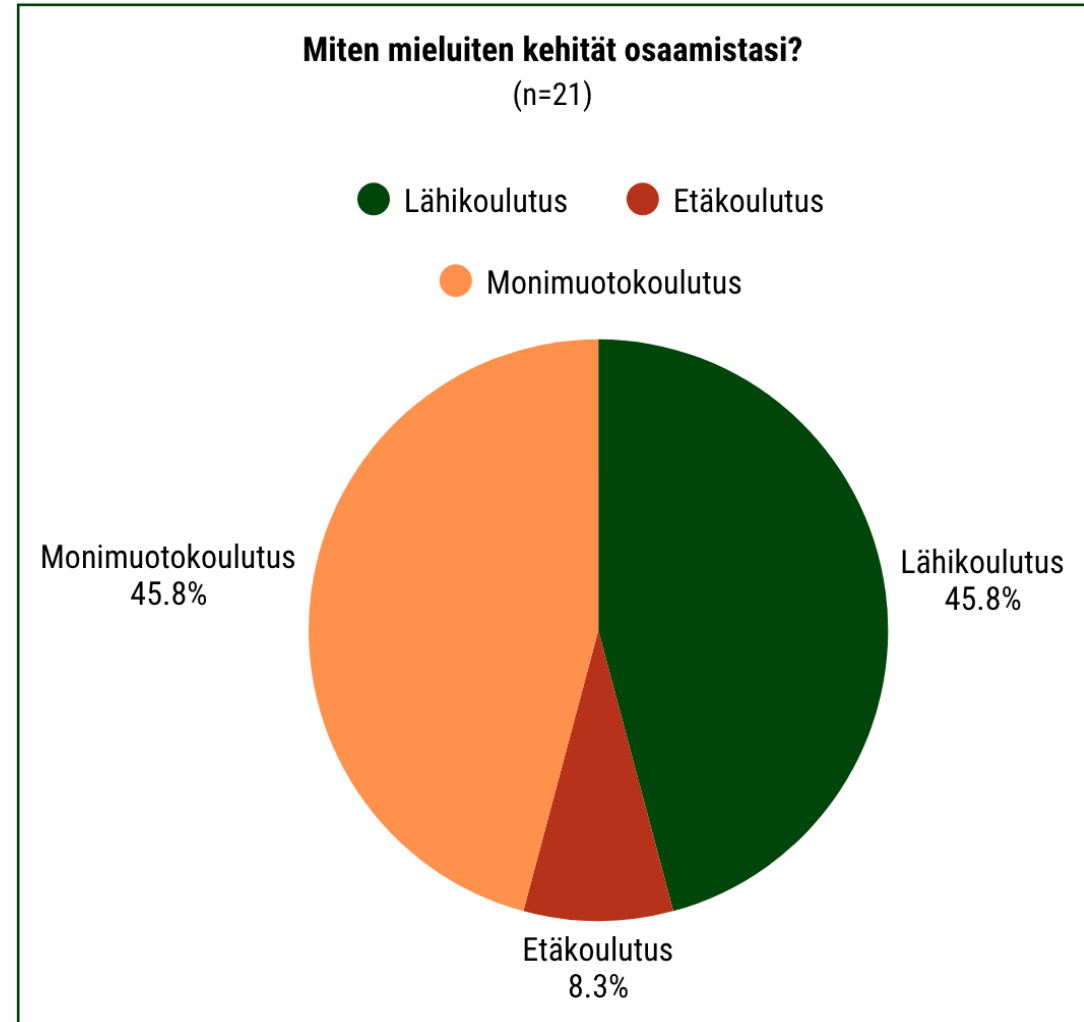


# Koulutusmuotojen toiveet

Verkkokyselyssä vastaajat saivat valita yhden tai useamman vaihtoehdon osaamisen kehittämisen tavoista.

## Tulokset:

- Lähikoulutus: 11 vastaajaa
- Etäkoulutus: 2 vastaajaa
- Monimuotokoulutus (lähi + etä): 11 vastaajaa
  - 3 vastaajaa valitsi sekä lähikoulutuksen että monimuotoisen koulutuksen



# Hanketiimin oivalluksia ja kehitysehdotuksia



# Harrastamisen haasteet ja kehitysehdotukset

| Haaste                          | Ratkaisuehdotus                                                                                                                                  | Toteutustapoja                                                                                                                         | Vaikutus                                                                                                                               |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Taloudelliset esteet.           | Taloudellinen tuki.                                                                                                                              | Yhteistyö esimerkiksi kuntien ja järjestöjen kanssa.                                                                                   | Matalampi kynnys harrastuksiin osallistumiselle.                                                                                       |
| Motivaation puute ja mieliala.  | Kannustava ja joustava ohjaus.                                                                                                                   | Ohjaajien koulutukset motivaation ja itseluottamuksen tukemisessa.                                                                     | Parantunut itseluottamus ja jatkaminen vaikeuksista huolimatta.                                                                        |
| Ajan ja resurssien puute.       | Joustavat aikataulut ja mahdollisuudet harrastaa.                                                                                                | Lyhyet harrastuskurssit, etäosallistumismahdollisuus ja muut vaihtoehtoiset mallit ("höntsäily"). Harrastukset ilman sitoutumispakkoa. | Lisää osallistujia, jotka muuten eivät välttämättä harrastaisi.                                                                        |
| Yhteisöllisyyden puute.         | Sosiaalisten suhteiden tukeminen.                                                                                                                | Yhteistoimintaa korostavat harrastukset ja kokemustoimijuus.                                                                           | Vahvistunut yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne.                                                                                 |
| Moninaisuuden huomioimattomuus. | Kulttuurisensitiivisyys, sekä seksuaalisen suuntautumisen, sukupuolen moninaisuuden ja erityisen tuen tarpeiden ymmärtäminen ja kunnioittaminen. | Ohjaajien koulutukset, kuten neuropsykiatristen piirteiden huomioiminen ja traumainformoitu työote.                                    | Osallistumismahdollisuudet paranevat kaikille nuorille, emotionaalisen hyvinvoinnin paraneminen sekä <u>resilienssin</u> kehittyminen. |
| Liiallinen suorituskeskeisyys.  | Liikunta ilman kilpailua ja painetta.                                                                                                            | Rentouttavat liikuntamuodot ja luontoharrastukset.                                                                                     | Parantunut henkinen hyvinvointi ja osallistumisen ilo.                                                                                 |
| Saavutettavuus.                 | Saavutettavat harrastukset.                                                                                                                      | Tiedon lisääminen, esteettömyys.                                                                                                       | Harrastustoiminta monipuolistuu ja houkuttelee uusia nuoria.                                                                           |



# Yhdenvertainen harrastaminen

Harrastustoiminnan saavutettavuus ja yhdenvertaisuus eivät synny itsestään – ne rakennetaan tietoisilla valinnoilla ja toimilla. Nämä **kuusi käytäntöä tukevat kaikkien lasten ja nuorten osallistumista** – erityisesti heitä, jotka tarvitsevat enemmän tukea.

## 1. Turvalliset ympäristöt

- Esteettömät, selkeät ja helposti ennakoitavat tilat
- Hyväksyvä ilmapiiri, jossa oma ilmaisu on turvallista

## 2. Positiiviset ihmissuhteet

- Aikuisen läsnäolo, tuki ja huomio
- Kannustava ja rohkaiseva puhe tukee itsetuottamusta

## 3. Ympäristön mukauttaminen

- Esimerkiksi aistiystävälliset tilat
- Mahdollisuuksien mukaan yksilöllisten tarpeiden huomiointi

## 4. Ymmärrys moninaisuudesta ja syrjinnästä

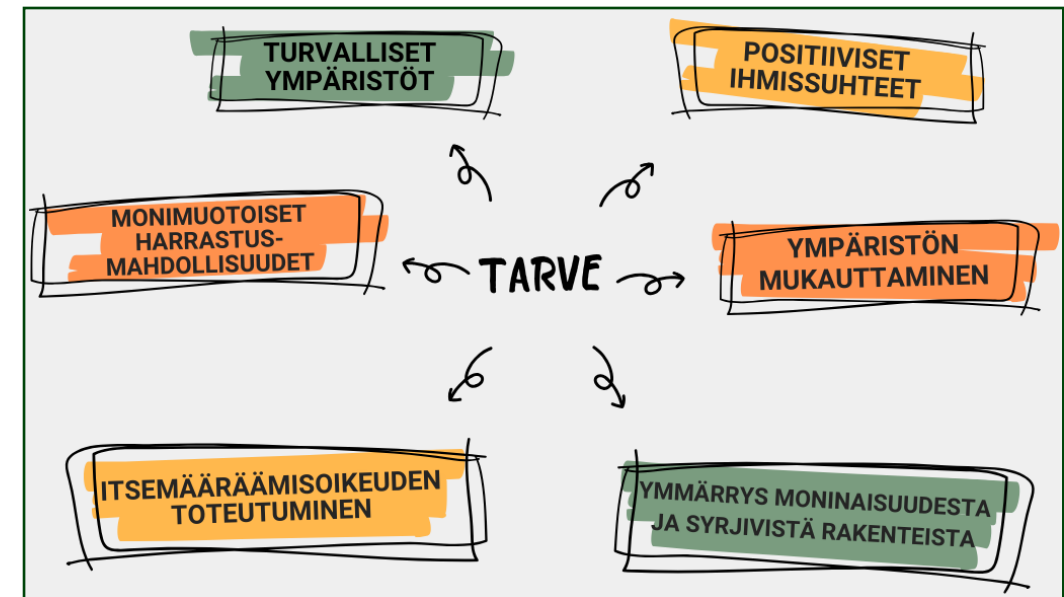
- Tunnistetaan eriarvoisuutta tuottavat rakenteet
- Mahdollistetaan tuettu ja turvallinen osallistuminen

## 5. Itsemääräämisoikeus

- Mahdollisuus valita, osallistua ja kokeilla
- Harrastamiseen voi sitoutua omalla tavallaan ja aikataulullaan

## 6. Monimuotoiset harrastusmahdollisuudet

- Joustavat aikataulut, pienet ryhmät
- Mahdollisuus tutustua toimintaan etukäteen



Kuva: Harrastustoimintaan kohdistuvia tarpeita. Nina Jääskeläinen.

## NuoRTOn kanavat



## NuoRTOn hankesivut



### Lue artikkeli esiselvityksestä

[NuoRTO-hankkeen esiselvitys viitoittaa kohti yhdenvertaisempaa harrastamista](#) | Laurea Journal



Aapola-Kari, S (toim.). 2023. Vaihteleva vapaa-aika. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2022. Nuorisotutkimusseura. Viitattu 27.11.2024.

<https://doi.org/10.57049/nts.1676>

Ahola, S. 2010. 12–18 -vuotiaiden nuorten ohjatun liikuntaharrastuksen lopettaminen. opinnäytetyö. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Vierumäki.

Viitattu 13.12.2024. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/15403/Ahola\\_Saara.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/15403/Ahola_Saara.pdf?sequence=1)

Autismiliitto. 2024. Miten ylläpidän toimintakykyäni? Viitattu 13.12.2024. <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/autismikirjo-ja-ikaantymisen/olen-itse/miten-yllapidan-toimintakykyani/>

Erityisen tuen työkalupakki työpaikkaohjaajalle. 2022. Ammattiopisto Spesia. Viitattu 16.12.2024. [https://www.spesia.fi/wp-content/uploads/2022/05/Erityisen-tuen-tyokalupakki-tyopaikkaohjaajalle\\_v2\\_web.pdf](https://www.spesia.fi/wp-content/uploads/2022/05/Erityisen-tuen-tyokalupakki-tyopaikkaohjaajalle_v2_web.pdf)

Hahmotusvaikeuksien tietopalvelu. 2024. Usein kysytyt kysymykset. Viitattu 16.12.2024. Niilo Mäki Instituutti. <https://www.hahku.fi/usein-kysytyt-kysymykset/#Mit%C3%A4-hahmotush%C3%A4iri%C3%B6t-ovat>

Halonen, A., Kollan, S. & Peltola, A. 2022. ”Mä oon tullu nähdyksi ja mua on otettu mukaan” - Kokemusasiantuntijuuden merkitys diakoniatyössä. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.12.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022112023228>

Harrastamisen Suomen malli. 2024. Tietoa. Viitattu 10.12.2024. <https://harrastamisensuomenmalli.fi/tietoa/>

Harrastuspolitiikka – mistä puhumme, kun puhumme lasten ja nuorten harrastamisesta? 2024. Uutinen. Nuorisoala ry. Viitattu 10.12.2024. <https://nuorisoala.fi/harrastuspolitiikka-mista-puhumme-kun-puhumme-lasten-ja-nuorten-harrastamisesta/>

Honkamäki, J., Pekkanen, S. & Purtilo, J. 2021. Harrastustoiminnan vaikutus 10–12-vuotiaiden hyvinvointiin. Opinnäytetyö. LAB-ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.12.2024. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/745057/Honkamaki\\_Pekkanen\\_Purtilo.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/745057/Honkamaki_Pekkanen_Purtilo.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Huippu-urheilun instituutti KIHU. 2023. LIITU-tutkimus 2022: 9–15-vuotiaista nuorista 58 % harrastaa urheiluseurassa. Uutinen. Viitattu 13.12.2024. [https://kihu.fi/kihu-syke/liitu-tutkimus-2022-9-15-vuotiaista-nuorista-58-harrastaa-urheiluseurassa/?utm\\_source=Newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_content=KIHU+Syke+-uutiskirje+5%2F2023&utm\\_campaign=KIHU+Syke+-uutiskirje+1%2F2023](https://kihu.fi/kihu-syke/liitu-tutkimus-2022-9-15-vuotiaista-nuorista-58-harrastaa-urheiluseurassa/?utm_source=Newsletter&utm_medium=email&utm_content=KIHU+Syke+-uutiskirje+5%2F2023&utm_campaign=KIHU+Syke+-uutiskirje+1%2F2023)



- Huuskonen, T., Lambacka, R., Tarhala, M., Ulvinen, M., Valta, A. & Vartiainen, T. 2024. Harrastuksia kouluihin – Opas yhdistyksille ja muille harrastusten järjestäjille. Harrastamisen Suomen malli. Tampere: Eräsalon Kirjapaino Oy. Viitattu 4.11.2024. [Harrastuksia kouluihin; Opas yhdistyksille ja muille harrastusten järjestäjille](#)
- Hyvärinen, A. 2010. Tsemppiä ohjaajalle!: Opas harrasteryhmän ohjaajalle. Vantaa: Opintokeskus Kansalaisfoorumi.
- Järvenpää, H. 2022. Lasten mielipiteitä julkisten varojen käytöstä: Kysely 10–17-vuotiaille. Valtiovarainministeriön julkaisuja 2022: 72. Helsinki: Valtiovarainministeriö. Viitattu 31.10.2024. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/server/api/core/bitstreams/19e373d4-a2ed-4c2c-8343-bdf0c28ec851/content>
- Kansallinen lapsistrategia 2021. Komiteamietintö. Kansallisen lapsistrategian parlamentaarinen komitea. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:8. Helsinki. Viitattu 10.12.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-777-5>
- Kansallisen lapsistrategian toimeenpanosuunnitelma hallituskaudella 2023–2027: Valtioneuvoston periaatepäätös. 2024. Valtioneuvon julkaisuja 2024:52. Viitattu 14.10.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-521-4>
- Kaunismaa, P. (toim.). 2022. Harrastus- ja järjestötoiminnan merkitys nuorten elämässä. Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja, 142. Helsinki. Viitattu 13.12.2024. <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2022/04/harrastus-ja-jarjestotoiminnan-merkitys-nuorten-elamassa.pdf>
- Kontra, S. 2022. Koronarajoitukset jättivät monen lapsen arjen taitoihin aukon, jota paikataan pitkään. Kolumni. Yle. Viitattu 13.12.2024. <https://yle.fi/a/3-12374010>
- Korhonen, L. & Alves Heikura, S. 2022. Ryhmänohjaajan käsikirja. FinFami ry. Viitattu 03.12.2024. [https://www.vsfinfami.fi/wp-content/uploads/sites/24/ryhmanohjaajan\\_opas.digi\\_.pdf](https://www.vsfinfami.fi/wp-content/uploads/sites/24/ryhmanohjaajan_opas.digi_.pdf)
- Koulutetut kokemusasiantuntijat ry. 2024. Viitattu 13.12.2024. <https://www.kokemusasiantuntijat.fi/>
- Kääriäinen, J. & Harju, H-M. 2023. Nuorisotilojen suosiota selittää nyt yksi tärkeä tekijä: turvallinen aikuinen – ”Ohjaajille voi kertoa ja sitten kaikki on taas hyvin”, sanoo Lilli Nadasi, 14. Uutinen. Yle. Viitattu 13.12.2024. <https://yle.fi/a/74-20026880>
- Laine, S. 2021. Jokaiselle nuorelle harrastus, mielekästä tekemistä ja kaveri. Nuorisotutkimusseura. Viitattu 13.12.2024. <https://nuorisotutkimus.fi/nakokulma83/>



LIIKE JATKUU – TIETO TUKEE. Opas valmentajille ja ohjaajille erityistä tukea (autismikirjo, ADHD, oppimisvaikeudet) tarvitsevien kohtaamiseen harrastustoiminnassa. 2022. Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO). Viitattu 4.11.2024. [https://lukihero.fi/wp-content/uploads/2022/04/Liito-opas\\_2022.pdf](https://lukihero.fi/wp-content/uploads/2022/04/Liito-opas_2022.pdf)

Majala, J. & Hjulberg, M. 2021. Harrastusten merkitys nuorten yhteisöllisyydelle. Artikkel. Lumen – Lapin ammattikorkeakoulun verkkolehti (1). Viitattu 13.12.2024. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/409063/Harrastusten\\_merkitys\\_nuorten\\_yhteisollisyydelle.pdf;jsessionid=6307D45423BB9401EC5181D26EEDC7C1?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/409063/Harrastusten_merkitys_nuorten_yhteisollisyydelle.pdf;jsessionid=6307D45423BB9401EC5181D26EEDC7C1?sequence=1)

MIELI Suomen Mielenterveys ry. 2022. Lasten ja nuorten harrastukset tärkeitä mielen hyvinvoinnille. Uutinen. Viitattu 13.12.2024. <https://mieli.fi/uutiset/lasten-ja-nuorten-harrastukset-tarkeitamielen-hyvinvoinnille/>

MIELI Suomen Mielenterveys ry. 2024. Nuori mieli urheilussa -toiminta. Viitattu 27.11.2024. <https://mieli.fi/mieli-ry/hankkeet/nuori-mieli-urheilussa/>

Neuvonen, S. 2014. Kohti parempia nuorten vapaa-ajan palveluita Kehittämissuunnitelma Kiteen kaupungille. Opinnäytetyö. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.12.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201403113044>

Niemelä, M. & Paakkari, S. 2022. Nuoruus ja resilienssi : resilienssin vahvistamisen haasteita, mahdollisuuksia ja keinoja. Opinnäytetyö. Tampereen Ammattikorkeakoulu. Viitattu 27.11.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022120125356>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2023. Harrastamisen Suomen mallin arviointiraportti: Vuorovaikutus ohjaajan kanssa saa lapset ja nuoret kiinnittymään harrastuksiin. Uutinen. Viitattu 13.12.2024. <https://okm.fi/-/harrastamisen-suomen-mallin-arviointiraportti-vuorovaikutus-ohjaajan-kanssa-saa-lapset-ja-nuoret-kiinnittymaan-harrastuksiin>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2024. Vahvistetaan nuorten hyvinvointia monialaisin toimenpitein: Valtakunnallinen nuorisotyön ja -politiikan ohjelma (VANUPO) 2024–2027. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:21. Helsinki. Viitattu 11.11.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-942-4>

Opetus- ja kulttuuriministeriö, valtion nuorisoneuvosto, valtion liikuntaneuvosto, Nuorisotutkimusseura ja tekijät. 2023. Vaihteleva Vapaa-aika Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2022. Hansaprint. Viitattu 11.11.2024. [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/05/FINAL\\_vapaa-aikatutkimus-2022-web.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/05/FINAL_vapaa-aikatutkimus-2022-web.pdf)



- Piispa-Hakala, S. (toim.). 2022. "Että kaikilla olisi mahdollisuus osallistua taideopetukseen": Tuen tapoja taide- ja kulttuuriharrastuksiin. PunaMusta Oy. Viitattu 03.12.2024. <https://erepo.uef.fi/items/6c908826-0a09-4471-8b8b-c4a15653b91a>
- Piltonen, T. 2024. Yhä useampi nuori jättää urheilun teini- iässä – "Päivässä eivät tunnit riitä". Uutinen. Etelä-Suomen sanomat. Viitattu 13.12.2024. [https://www.ess.fi/urheilu/7985310?fbclid=IwY2xjawF8SMlleHRuA2FlbQlxMQABHd\\_H4xpm7fbbDaKjhTEj2IEAmzbm30YJx01kfIVaQdC30nn6tAfFGd41Rw\\_aem\\_ITSemQ\\_zJh5sGLY7VXGBTA](https://www.ess.fi/urheilu/7985310?fbclid=IwY2xjawF8SMlleHRuA2FlbQlxMQABHd_H4xpm7fbbDaKjhTEj2IEAmzbm30YJx01kfIVaQdC30nn6tAfFGd41Rw_aem_ITSemQ_zJh5sGLY7VXGBTA)
- Polvi-Lohikoski, H. 2020. Harrastusten merkitys nuorten elämään ja hyvinvointiin. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.12.2024. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/346172/Polvi-Lohikoski\\_Henna.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/346172/Polvi-Lohikoski_Henna.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Puhakka R., Ojala A., Neuvonen M. & Manner J. 2023. Lasten ja nuorten luonnossa virkistäytyminen ja yhteys luontoon. Tutkimusartikkeli. Julkaisussa Aapola-Kari, S. (toim.) Vaihteleva vapaa-aika: Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2022. Opetus- ja kulttuuriministeriö, 141-159. Viitattu 31.10.2024. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/564918>
- Ranto, E., Anttonen, T., Korsberg, M. & Tuure H. 2019. Harrastamisen strategia. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019:7. Helsinki. Viitattu 13.12.2024. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/server/api/core/bitstreams/24f9ea2e-f3a4-4493-8ffe-a579cef73a3d/content>
- Rasinkangas, E. & Sinisalo-Juha, E. (toim.). 2023. Yksin, yhdessä, yhteisössä – järjestö- ja harrastustoiminta nuorten voimavarana. Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja, 158. Helsinki. Viitattu 31.10.2024. <https://www.humak.fi/julkaisut/yksin-yhdessa-yhteisossa/>
- Reyes, M. 2024. Harrastaminen tukee mielenterveyttä. Blogi. MIELI Suomen Mielenterveys ry. Viitattu 13.12.2024. <https://mieli.fi/blogit/harrastaminen-tukee-mielenterveytta/>
- Savikuja, T. & Puustjärvi, A. 2022. Nepsyopas. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Soininen, P. 2024. Harrastuksilla on voimaannuttava vaikutus. Tiedote. SOS Lapsikylä. Viitattu 13.12.2024. <https://www.sos-lapsikyla.fi/harrastuksilla-on-voimaannuttava-vaikutus/>
- Sosped-säätiö. 2024. Kulttuuripajat. Viitattu 10.12.2024. <https://sosped.fi/kulttuuripajat/>
- Suomen kansallinen lapsistrategia. 2021. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:8. Helsinki. Viitattu 14.10.2024. <https://lapsistrategia.fi/wp-content/uploads/2023/10/lapsistrategia-FIN.pdf>



Suomen lastenkulttuuriliitto. 2024. Mitä ovat Saavutettavampi harrastus -suositukset. Viitattu 10.12.2024.

<https://www.saavutettavaharrastus.fi/tietoa-suosituksista/>

Syld, S. 2014. Osaatko olla tekemättä mitään? – Jatkuva tekeminen ei tuo onnea. Blogi. Hidasta elämää. Viitattu 14.10.2024.

<https://hidastaelamaa.fi/2024/01/nain-voit-olla-tekematta-mitaan-anna-nautinnollinen-lupa-itsellesi/>

Taideyliopisto. 2024. Siivet harrastuksille – Ohjaajien kertomuksia. Vantaa: Hansaprint Oy. Viitattu 10.12.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-353-463-6>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2023. Kokemusasiantuntijuus ja vertaistuki. Viitattu 27.11.2024.

<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/kokemusasiantuntijuus-ja-vertaistuki>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2024. Kokemusosaaminen. Viitattu 27.11.2024. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/osallisuutta-edistava-hallintomallitukee-osallisuustyon-johtamista/kokemusosaaminen>

Topi, P.-M. 2024. Kuormituksen hallinta ja haastavan toiminnan vähentäminen ja ennaltaehkäisy. Autismiliitto. Viitattu 15.12.2024.

<https://autismiliitto.fi/kuormituksen-hallinta-ja-haastavan-toiminnan-vahentaminen-ja-ennaltaehkaisy/>

Valo, M. 2019. Porkkanaa, ei keppiä : työkaluja neurokirjon ja autismikirjon lasten ja nuorten kanssa toimimiseen. Kustantaja tuntematon.

Vantaan kaupunki. 2024. Lähiöt liikkeessä -osahanke Myönteisen erityiskohtelun (MEK) toimintaohjelma. Viitattu 27.11.2024.

<https://www.vantaa.fi/fi/hankkeet/hanke/lahiot-liikkeessa>

Varis, J. 2023. Lasten ja nuorten harrastuskäyttytymisen eroja selittävät tekijät – Tutkimus Espoon koululaisten ohjatusta harrastamisesta.

Maisterintutkielma. Helsingin yliopisto. Viitattu 13.12.2024. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/24931361-0ab5-4734-a2a2-7f81f05d1038/content>

Vuoltee, M. 2024. Lopettamisen syyt lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamisessa. Kandidaatintutkielma. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 13.12.2024.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/94327/URN:NBN:fi:ju-202404172946.pdf;jsessionid=BA86215F06B596887AB67C8197B2203C?sequence=1>



# Lähteet 6/6

Walsh, B. 2015. The Science of Resilience – Why some children can thrive despite adversity. Harvard. Viitattu 15.12.2024.  
<https://www.gse.harvard.edu/ideas/usable-knowledge/15/03/science-resilience>

## Julkaisemattomat lähteet

Kanervo, R. & Kurki, J. Nuorten kanssa työskentelevien ammattilaisten näkökulmien kartoitus-YEA-hankkeen työpajan materiaali. PDF 27.9.2024.

Tiihonen, A. 2024. TUTORESI-hankkeen selvityksen tuloksia. Sähköpostit syksy 2024.

