



# OSALLISTUJIIEN SUOMI

Vuosiraportti 2025

Osallistujien Suomi on pitkän aikavälin ohjelmakokonaisuus. Tämä on sen ensimmäisen toimenpideohjelman toteutumisen arviointi vuoden 2025 osalta.



**Osaalistujien Suomi.  
Elämä on joukkuelaji.**

# Sisällys

1. Johdanto .....	4
2. Kuulumisia vuodelta 2025 .....	5
3. Osallistujien Suomi -toimenpideohjelma .....	9
3.1. Toimenpideohjelman edistyminen .....	10
4. Julkaisuja vuodelta 2025 .....	36

# 1. Johdanto

Jokaisella ihmisellä on tarve kuulua yhteisöön sekä tuntea itsensä arvokkaaksi ja hyödylliseksi. Tarpeen täyttymättömyydestä johtuva yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunne koskettaa Suomessa monia ja siitä on tullut sekä keskeinen hyvinvoinnin haaste että monien ongelmien juurisyy. Yksinäisyys heikentää ihmisen hyvinvointia, fyysistä ja psyykkistä terveyttä sekä jaksamista ja kokemusta elämän merkityksellisyydestä.

Kyse on myös merkittävästä yhteiskunnallisesta kysymyksestä, sillä yksinäisyyden yleistyminen heikentää niin sanottujen elossapitoyhteisöjen muodostumista sekä ihmisten välistä luottamusta, vastavuoroisuutta ja yhteiskunnan toimintakykyä. Yksinäisyyden vähentäminen edellyttää paitsi palveluja ja tukitoimia myös sellaisten rakenteiden ja toimintatapojen vahvistamista, jotka tukevat generatiivista toimijuutta eli ihmisten mahdollisuuksia toimia toistensa hyväksi. Lisäksi tarvitaan merkityksellisyydestä, joiden avulla ihmiset kykenevät osallistumaan yhteistä etua vahvistavaan toimintaan kestäväällä ja mielekkäällä tavalla.

**Osallistujien Suomi** on kansallinen ohjelma, jonka tavoitteena on vahvistaa osallisuutta sekä vähentää yksinäisyyttä ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Ohjelma kokoaa yhteen organisaatioita yhteiskunnan eri sektoreilta. Tavoitteena on saavuttaa pitkäjänteisiä, kestäviä ja yhteistyöhön perustuvia ratkaisuja, jotka vahvistavat yhteisöllisyyttä ja osallistumisen mahdollisuuksia sekä merkityksellisyyden, kuulumisen ja nähdäksi tuleminen kokemuksia.

Osallistujien Suomen toimintaa koordinoi eduskunnan yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmän koolle kutsuma asiantuntijaryhmä, jossa on edustajat opetus- ja kulttuuriministeriöstä, sosiaali- ja terveysministeriöstä, sisäministeriöstä, Opetushallituksesta, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitokselta, Kuntaliitosta, Kirkkohallituksesta, Olympiakomiteasta, Kansallisesta koulutuksen arviointikeskuksesta, Ilasta, STN-YOUNG-ohjelmasta, Right to Belong –tutkimuskonsortioista, työterveydestä sekä järjestöjen yhteistyöverkostosta.

Asiantuntijaryhmä on laatinut toimenpideohjelman, johon on vuonna 2024 kirjattu 21 toimenpidettä yksinäisyyden vähentämiseksi ja osallisuuden vahvistamiseksi. Asiantuntijaryhmä ja eduskunnan työryhmä seuraavat toimenpideohjelman toteutumista ja etenemistä sekä arvioivat sen päivitystarvetta vuosittain. Tästä raportista löytyvät toimenpideohjelmaan kirjattujen toimenpiteiden toteutumisen ja

etenemisen arviot ensimmäisen raportointivuoden (marraskuu 2024 – marraskuu 2025) osalta. Lisäksi raporttiin on sisällytetty Osallistujien Suomi -ohjelman muita tapahtumia kuluneelta vuodelta.

## **2. Kuulumisia vuodelta 2025**

Osallistujien Suomi -ohjelman vuosi 2025 on ollut toiminnantäyteinen. Tähän osioon on koottu vuoden kohokohtia ja kuulumisia. Toimenpideohjelman toteutumisen ja etenemisen arviot löytyvät raportin seuraavasta osiosta.

### **Osallistujien Suomi -toimenpideohjelman luovutus pääministerille marraskuussa 2024**

Pääministeri Petteri Orpo vastaanotti ensimmäisen toimenpideohjelman eduskuntatalolla järjestetyssä luovutustilaisuudessa marraskuussa 2024. Tilaisuuteen osallistuivat asiantuntijaryhmän lisäksi eduskunnan yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmän puheenjohtajat Paula Risikko ja Eeva-Johanna Eloranta sekä pääministeri Petteri Orpo. Pääministeri Orpo kertoi puheessaan näkevänsä toimenpideohjelman ja sen toimenpiteet tärkeinä, ja vievänsä viestiä eteenpäin hallitustyössä.

### **Osallistujien Suomi -ohjelman kaikille avoin yleisötilaisuus eduskunnassa huhtikuussa 2025**

Yleisötilaisuudessa osallistujat perehtyivät yksinäisyyteen ilmiönä sekä sen vähentämiseksi tehtävään työhön eri alojen asiantuntijoiden johdolla. Tilaisuuteen osallistui yhteensä yli 120 henkilöä sekä eduskuntatalolla että etäyhteyksien välityksellä.

Eduskunnan työryhmän puheenjohtajat Eloranta ja Risikko avasivat tilaisuuden esittelemällä Osallistujien Suomi -ohjelmaa sekä konsortion perustamisen taustoja. Konsortion asiantuntijaryhmän jäsen, tutkimuspäällikkö Suvi Parikka (THL), kuvasi yksinäisyyden nykytilaa Suomessa ja esitteli yksinäisyyteen liittyviä ennakointimalleja. Dosentti Emma Vitikainen (HY) havainnollisti esityksessään ihmisen tarvetta yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen evoluutiobiologisesti näkökulmasta.

Asiantuntijaryhmän jäsenet Marjo Kurki (Itla), Jarmo Kokkonen (Kirkkohallitus), Tuula Colliander (järjestöjen yksinäisyysverkosto) sekä Jaana Tulla (Olympia-

komitea) esittelivät poimintoja Osallistujien Suomi -toimenpiteistä ja niiden edistymisestä.

Tämän jälkeen Osallistujien Suomen perustajat ja koordinaattorit Emil Salovuori (TY) ja Niina Junttila (TY, Right to Belong -konsortio) esittelivät tuoreen Osallistujien Suomi -vision. Vision mukaan yksilökeskeisyyttä korostava käsitys hyvinvoinnin ja menestyksen maksimoinnista tarvitsee rinnalleen ymmärryksen siitä, että kestävä hyvinvointi, menestys ja turvallisuus syntyvät yhteisen edun tavoittelemisesta. Visiointia jatkoi yliasiamies Atte Jääskeläinen (Sitra), joka antoi katsauksen talouskasvun pysähtymisen syistä ja esitti voimavaralähtöisen ja osallistavan näkökulman hyvinvointipalvelujen uudistamiseen. Lopuksi toiminnanjohtaja Mika Pyykkö (Aivoliitto) esitteli syksyllä tekemänsä sote-järjestöjen avustuksia koskevan selvitystehtävän keskeiset havainnot.

## Osallistujien Suomi -kirjasarjan ensimmäisen osan julkaisu elokuussa 2025

Niina Junttilan ja Emil Salovuoren toimittama kirja *Miksi ihminen tarvitsee toisia? Laumavietti ihmisen ydintarpeena* (2025) julkaistiin elokuussa. Teoksessa tutkijat etsivät vastauksia eri tieteenalojen näkökulmista siihen, miksi ihmiset tarvitsevat toisiaan.

”Yksilökeskeisessä ajassamme korostuu usein ajatus siitä, että jokaisen pitää pärjätä omillaan ja toisaalta joskus myös tunne siitä, että vain elämä ilman muita tarjoaa vapautta ja riippumattomuutta. Pyysimme eri alojen, esimerkiksi evoluutiobiologian, neurotieteen, psykologian, psykiatrian, kriminologian, lääketieteen ja tulevaisuustutkimuksen asiantuntijoita kirjoittamaan tutkimusperustaisen näkemyksensä siitä, tarvitseeko ihminen toisia. Vastaus oli hyvin yksiselitteinen, eli kyllä tarvitsee.”

-Niina Junttila

Kirjasarjan toinen osa *Miksi kadotimme yhteyden toisiin? Lauman edusta yksilön etuun* julkaistaan elokuussa 2026.

## Osallistujien Suomi -leiri Porkkalassa 28.-29.8.2025

Elokuussa Porkkalassa järjestettiin perinteen mukaisesti kaksipäiväinen Osallistujien Suomi -leiri, johon kokoontui jäseniä Osallistujien Suomi -kokonaisuutta koordinoivasta eduskunnan yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmästä sekä Osallistujien Suomen asiantuntijaryhmästä. Lisäksi mukana oli muita yhteistyöverkoston toimijoita. Leirillä kuultiin tilannekatsaus Osallistujien

Suomen ajankohtaisista asioista ja tulevaisuuden suuntaviivoista sekä käsiteltiin kansallisten ohjelmien ja strategioiden yhteistyön kehittämistä, ensimmäisen toimintavuoden arviointeja ja vuosiraportointia. Lisäksi leirillä perehdyttiin politiikkasuositusten laatimiseen. Yhteistyötä ja yhteistä ymmärrystä vahvistettiin myös iltanuotion äärellä ja muun yhteisen toiminnan parissa.

## **Ensimmäinen Osallistujien Suomi -valmennusohjelma käynnistyi Tampereella**

Osallistujien Suomen ensimmäinen valmennusohjelma käynnistyi syksyllä 2025 Tampereella. Valmennusohjelman tavoitteena on tukea alueellisesti keskeisiä toimijoita yksinäisyyden ja sen juurisyiden syvässä ymmärtämisessä, vahvistaa yhteisöllistä elämäntapaa sekä kehittää konkreettisia ja pitkäjänteisiä ratkaisuja Tampereella asuvien ihmisten yksinäisyyden vähentämiseksi. Valmennusohjelma on osa Tampereen kaupungin Hyvinvoinnin kehitysohjelman toteutusta.

Valmennusohjelma koostuu neljästä puolentoista vuorokauden mittaisesta internaatista, jotka järjestetään syksyn 2025 ja alkutalven 2026 aikana. Kouluttajina toimivat Osallistujien Suomen ja sen sidosryhmien asiantuntijat, kuten sosiaali- ja terveysministeriön, opetus- ja kulttuuriministeriön, Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen, Opetushallituksen, Kuntaliiton, Olympiakomitean, Itlan ja yliopistojen edustajat.

## **Osallistujien Suomen asiantuntijaryhmä sai uusia jäseniä**

Vuoden 2025 aikana Osallistujien Suomi -konsortion asiantuntijaryhmä täydentyi, kun mukaan liittyivät sisäministeriön kehityspäällikkö Tarja Mankkinen, Olympiakomitean asiantuntija Marianna Tarhala, Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen Kirsi Hiltunen sekä Mehiläisen johtava organisaatiopsykologi Pekka Töllä. Sosiaali- ja terveysministeriöstä uudeksi jäseneksi nimettiin Yhteisöt ja toimintakyky -osaston erityisasiantuntija Tanja Tasala.

Vuoden aikana myös asiantuntijaryhmän varajäsenistö täydentyi. Opetus- ja kulttuuriministeriön varajäseneksi nimettiin ylijohtaja Juha Rintamäki. Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö Itlan varajäseneksi nimettiin Itlan toimitusjohtaja Katri Vataja, ja Kuntaliiton varajäseneksi erityisasiantuntija Ville Nieminen. Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen osalta asiantuntijaryhmä täydentyi tiimi- ja kehittämisspäällikkö Jenni Heleniuksella. Sosiaali- ja terveysministeriön varajäseneksi puolesta nimettiin sosiaali- ja terveysministeriön Yhteisöt ja toimintakyky -osaston pääsihteri Tuulia Rotko. Olympiakomitean uudeksi

varajäseneksi nimettiin yhteiskuntasuhdepäällikkö Marjukka Mattila ja Karvin varajäseneksi arviointiasiantuntija Aino-Maria Pusa. Varajäsenistö täydentyi lisäksi kahdella järjestöjen edustajalla: ehkäisevän työn johtaja Elina Stenvallilla SOS Lapsikylästä sekä Valli ry:n erityisasiantuntija Päivi Tiittulalla.

## **Osallistujien Suomi sai uutiskirjeen ja viestintää kehitettiin**

Osallistujien Suomen viestinnän kehittämiseksi perustettiin uutiskirje ja LinkedIn-sivu. Lisäksi mukana oleville asiantuntijajärjestöille järjestettiin viestinnän suunnittelutyöpaja. Viestintätoimisto Darlingin vetämän työpajan pohjalta Darling laati Osallistujien Suomelle mediaviestintäsuunnitelman medianäkyvyyden vahvistamiseksi.



### 3. Osallistujien Suomi - toimenpideohjelma

Osallistujien Suomi -konsortion ensimmäisen toimenpideohjelman suositukset ja toimenpiteet kohdentuvat yhteiskunnan eri tasoille ja toimijoille: julkiselle, yksityiselle ja kolmannelle sektorille sekä yksilöille, perheille, lähiverkostoille ja kansalaisyhteiskunnalle. Toimenpideohjelman sisältö ja tavoitteet heijastelevat niitä tahoja, jotka ovat osallistuneet toimenpideohjelman laadintaan ja yhteiseen työskentelyyn kuluneen vuoden aikana.

Osallistujien Suomen ensimmäisen toimenpideohjelman painopiste on olemassa olevan toiminnan sekä yhteisen tekemisen mallien kehittämisessä nykyisiä resursseja hyödyntäen. Tavoitteena on sisällyttää yhteisöllisyys, yhdessä tekeminen ja ennaltaehkäisevä työ osaksi organisaatioiden perustoimintaa, vahvistaa yksilöiden toimijuutta yhteisöllisyyden lisäämiseksi sekä nostaa yksinäisyyden teema ja sen merkitys näkyvämmäksi. Tulevaisuudessa toimenpideohjelma tulee kehittymään toimenpiteiden etenemisen ja yhteiseen työhön osallistuvien tahojen mukana.

Osallistujien Suomen toimenpiteiden edistymistä ja vaikutuksia seurataan vuosittain tulos- ja prosessi-indikaattoreiden avulla. Toimenpideohjelmassa kunkin toimenpiteen yhteydessä on kuvattu tavoitteet ja päämäärät, vaikutusten arvioinnissa käytettävät mittarit, toteutusaikataulu sekä vastuutoteuttajat.



## 3.1. Toimenpideohjelman edistyminen

Tästä osiosta löytyvät Osallistujien Suomen toimenpideohjelman toimenpiteiden kuvaukset sekä arviot niiden etenemisestä ja toteutumisesta vuoden 2025 aikana. Asiantuntijaryhmä on tehnyt arviot toimenpiteiden etenemisestä yhdessä toimenpiteiden vastuutoteuttajien kanssa marraskuussa 2025.

### 1. Lisätään sujuvamman asiakasohjauksen avulla yhteisöllistä toimintaa ja järjestöjen eri ikäisille ihmisille tarjoamaa matalan kynnyksen tukea (2025-jatkuva)

Järjestöjen yhteisöllinen toiminta sekä matalan kynnyksen apu ja tuki ennaltaehkäisevät osattomuutta ja yksinäisyyttä. Tavoitteena on, että paikalliset järjestöt ja seurakunnat sekä kuntien ja/tai hyvinvointialueiden osallisuuskoordinaattorit tekevät yhteistyötä kuntalaisten integroimiseksi paikallisyhteisöihin ja ohjaavat heitä vastavuoroisesti toiminnan ja tuen piiriin. Yhteistyössä edistetään yhteisöllistä toimintaa ja matalan kynnyksen tukea kaikenikäisille. Toimenpiteenä kehitetään yhteistyön ja tiedonjaon malleja, joiden avulla asiakasohjausta sujuvoitetaan julkisten ja yksityisten palvelujen sekä järjestöjen välillä. Tämä edellyttää nykyistä selkeämpää viestintää ja yhtenäistä asiakasohjausmallia, jotta kaikki toimijat ovat tietoisia tarjolla olevista palveluista ja toiminnasta. Mallin kehittämisessä hyödynnetään Hyvinvointilähete-mallia sekä Palvelutietovarantoa (PTV) ja Lähellä.fi-palvelua.

**Vastuutoteuttaja:** Järjestöjen yksinäisyysverkosto, Kirkkohallitus ja Kuntaliitto

**Vaikutuksen arviointi:** Osallistujamäärät, palveluohjauksen volyyymi, osallisuus ja yksinäisyysmittarit sekä laadullinen kokemustieto osallistujilta

Järjestöt ja muut toimijat ovat kuluneen vuoden aikana tiivistäneet yhteistyötä valtakunnallisissa ja alueellisissa verkostoissa, joiden tavoitteena on vähentää toiminnan hajanaisuutta ja vahvistaa yhteistä tekemistä. Verkostot kokoavat yhteen järjestöjä, kuntia, hyvinvointialueita ja seurakuntia, ja niiden kautta jaetaan tietoa tukimuodoista, mikä sujuvoittaa palveluohjausta. Järjestöjen palveluja tuodaan digialustoille, jotta tieto on ammattilaisten ja asiakkaiden saatavilla. Lisäksi erilaiset toimintamallit, kuten hyvinvointilähete, tukevat oikea-aikaista ohjausta.

Etsivä vanhustyö on vahvistunut osana tätä kehittämistä. Toiminnan tavoitteena on tavoittaa kotona asuvat iäkkäät henkilöt, joilla ei ole riittäviä palveluja, ja ohjata heitä

sekä palvelujen että yhteisöllisten toimintamahdollisuuksien piiriin. Toiminta perustuu varhaiseen tunnistamiseen, yksilölliseen kontaktiin ja moniammatilliseen yhteistyöhön. Verkostojen avulla luodaan matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja ja vahvistetaan osallisuutta, mikä vähentää yksinäisyyttä ja ennaltaehkäisee syrjäytymistä.

Asiakasohjausta on kehitetty myös kaupunkitasolla. Esimerkiksi neuvontakanavat toimivat tiiviissä yhteistyössä järjestöjen ja seurakuntien kanssa, jotta osallistumisen kynnyks madaltuu ja kotona asuvat henkilöt tavoitetaan paremmin. Kehittämistyön tuloksena on syntynyt malleja, jotka yhdistävät asiakasohjauksen sekä järjestöjen ja vapaaehtoistoiminnan palvelut. Mallien avulla tiedonvaihto nopeutuu ja ohjaus oikea-aikaisiin palveluihin paranee, mikä lisää osallisuutta ja vähentää yksinäisyyttä.

Kirkkohallitus on tuottanut Palvelutietovarantoon (PTV) kirkon palvelujen pohjakuvaukset suomeksi ja ruotsiksi. Kuvaukset koskevat palveluja, jotka ovat yhteisiä suurimmalle osalle seurakunnista, kuten rippikouluja, isostoimintaa ja päiväkerhoja. Seurakunnat voivat hyödyntää pohjakuvauksia kuvatessaan omia palvelujaan. Enemmistö suurista seurakunnista on kuvannut omat palvelunsa PTV:hen. Kirkon palveluja on saatavilla myös [omaperhe.fi](http://omaperhe.fi)-palvelussa.



## 2. Tunnistetaan ja otetaan yksinäisyys puheeksi perustason palveluissa (2024–2026)

Yksinäisyys kytkeytyy useisiin mielenterveyden häiriöihin, kuten masennukseen ja ahdistuneisuuteen (ml. sosiaalisten tilanteiden pelko) sekä muihin kielteisiin ilmiöihin, kuten kiusaamiseen ja ongelmien kasautumiseen. Lisäksi yksinäisyydellä on merkittäviä psykofyysisiä vaikutuksia, kuten uniongelmia ja kohonnut riski sydän- ja verisuonisairauksiin. Ilmiön parempi tunnistaminen edistää sen moninaisten vaikutusten ymmärtämistä, puuttumiskeinojen kehittämistä ja laajentamista sekä asiakkaiden ohjaamista tarkoituksenmukaisen, ennakoivan ja ehkäisevän tuen piiriin, esimerkiksi järjestöjen tarjoamiin palveluihin. Tavoitteena on vahvistaa ammattilaisten valmiuksia tunnistaa yksinäisyys mahdollisimman tehokkaasti peruspalveluissa, kuten neuvoloissa, perhekeskuksissa, opiskeluhuollossa, mielen-terveys- ja päihdepalveluissa sekä sosiaali-, vanhus- ja vammaispalveluissa. Toimenpiteenä esitetään yksinäisyysmittarin (esimerkiksi UCLA-yksinäisyysmittarin) systemaattista käyttöönottoa, jotta yksinäisyyttä voidaan tunnistaa luotettavasti ja yhdenmukaisesti. Samalla selvitetään THL:n TOIMIA-tietokannassa olevien mittareiden soveltuvuus asiakastyöhön sekä mahdollisuus uuden mittarin viemiseen TOIMIA-arviointiprosessiin. Mittarin käyttöönotto edellyttää ammattilaisten ohjeistamista ja kouluttamista sekä tunnistamiseen liittyvän materiaalin ylläpitoa.

**Vastuutoteuttaja:** Itla, YOUNG-tutkimusohjelma ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

**Vaikutuksen arviointi:** TOIMIA-tietokannassa on validi yksinäisyysmittari, jonka käyttöönottoa edistetään perustason palveluissa

Toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin kansallisen asiantuntijaverkoston (TOIMIA) koordinointi sekä TOIMIA-tietokannan sisällöntuotanto THL:ssä päättyivät vuoden 2024 lopussa muutosneuvottelujen seurauksena. Tämä osaltaan vauhditti Itlan Kasvun tuki -työssä uuden mittariarviointijärjestelmän kehittämistä norjalaisen PsykTestBarn-arviointijärjestelmän pohjalta. Kasvun tuki -työryhmä tutustui malliin Osllossa joulukuussa 2024.

Keväällä 2025 käynnistyi UCLA Loneliness Scale -mittarin pilottiarviointi. Kehitettävä arviointijärjestelmä pohjautuu EFPA-luokitusjärjestelmään. Työ- vaiheisiin sisältyivät kirjallisuushaut (strategiat ja tietokannat), arviointimanuaalin

ja arviointikriteerien valinta, kirjallisuuskatsauksen laatiminen sekä mittariarvioinnin julkaiseminen Kasvun tuki -aikakauslehdessä joulukuussa 2025.

Arvioinnin julkaisun jälkeen vuonna 2026 sen tuloksia jalkautetaan perustasolle. Ammattilaisille järjestetään webinaari, jossa esitellään mittariarvioinnin keskeiset tulokset, kuten mittarin käytettävyyden ja psykometriset ominaisuudet, sekä sen käyttömahdollisuudet yksinäisyyden tunnistamisen tukena. Aikuisten UCLA Loneliness Scale -mittariarvioinnin lisäksi tavoitteena on käynnistää vastaavan lasten ja nuorten yksinäisyysmittarin arviointi.

### 3. Vahvistetaan kodin ja koulun yhteistyötä tukemaan yhteisöllisyyttä ja ennaltaehkäisemään yksinäisyyttä (2025-jatkuva)

Kodin ja koulun yhteistyön tavoitteena on edistää oppilaiden oppimista, hyvinvointia ja kokonaisvaltaista kehitystä. Yhteiset kasvatustavoitteet ja kasvatusyhteistyö ovat tärkeitä nykyisessä tilanteessa, jossa lasten ja nuorten hyvinvointiin ja mielen-terveyteen liittyvät haasteet ovat lisääntyneet. Tavoitteena on luoda vahvempaa yhteisöllisyyttä kodin ja koulun välille sekä kouluyhteisön sisällä, ja täten sekä edistää oppilaiden hyvinvointia ja oppimista että tukea huoltajia kasvatustyössä ja luoda positiivista ja kannustavaa ilmapiiriä kouluihin. Toimenpiteenä kodin ja koulun yhteistyön tukemiseksi kouluihin jalkautetaan tutkimusperustaisia ja näyttöön perustuvia toimintamalleja.

**Vastuutoteuttaja:** Opetushallitus ja järjestöjen yksinäisyysverkosto

**Vaikutuksen arviointi:** Vanhempainbarometrin tulokset kodin ja koulun yhteistyöstä, muiden toimintamallien käyttö

Kodin ja koulun yhteistyötä tukevien järjestöjen ja Opetushallituksen yhteistyötä on vahvistettu perustamalla yhteistyöryhmä. Työryhmässä on mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton, Vanhempainliiton, HelsinkiMission, Suomen Punaisen Ristin sekä Opetushallituksen edustajia. Työryhmä on koonnut ja kartoittanut kodin ja koulun yhteistyötä vahvistavia toimintamalleja, jotka tukevat yhteisöllisyyttä ja ennaltaehkäisevät yksinäisyyttä. Näitä toimintamalleja tullaan kokoamaan eri verkkosivustoille (Osallistujien Suomi, Vanhempainliitto ja Opetushallitus). Toimintamalleja tullaan myös jalkauttamaan kouluihin hyödyntämällä eri viestintäkanavia sekä kohdentamalla viestit tarkoituksenmukaisesti eri toimijoille.

Vanhempien barometrin tuloksista yksinäisyyteen ja kaverisuhteisiin liittyvät kysymykset on koottu yhteen. Varhaiskasvatusta koskeva kysely on toteutettu vuonna 2024, perusopetusta koskeva kysely vuonna 2025 ja toista astetta koskeva kysely vuonna 2022. Kokonaisuutena vanhempien arviot lastensa viihtymisestä varhaiskasvatuksessa olivat myönteisiä. Vanhemmista 8 % kuitenkin ilmaisi huolta varhaiskasvatuksessa olevan lapsensa yksinäisyydestä. Lisäksi vanhemmat arvioivat tyttöjen viihtyvän varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa hieman poikia paremmin, ja heidän sosiaalisten suhteidensa toimivan keskimäärin paremmin. Vanhempien arvioiden mukaan tukea tarvitsevien lasten viihtyvyys varhaiskasvatuksessa sekä kaverisuhteiden toimivuus olivat selvästi heikompia kuin muilla lapsilla. 40 % vanhemmista toivoi saavansa tukea lapsen kaverisuhteisiin liittyvissä asioissa.

Perusopetuksen osalta vanhempien arviot siitä, käykö lapsi koulua mielellään, olivat myönteisemmät alakoulussa kuin yläkoulussa. Yleisesti vanhemmat kokivat, että lapsella on kavereita koulussa. Tästä huolimatta vanhempien arvioiden mukaan 4 %:lla alakoululaisista ja 7 %:lla yläkoululaisista ei ollut lainkaan kavereita. Tukea tarvitsevien oppilaiden osalta tilanne oli samankaltainen kuin varhaiskasvatuksessa. Vanhemmat arvioivat, että alakoulussa huolehditaan yläkoulua paremmin siitä, ettei oppilas jää yksin (täysin tai osittain samaa mieltä: alakoulu 71 %, yläkoulu 48 %). Perusopetuksen osalta 31 % vanhemmista oli huolissaan lapsensa kaverisuhteista ja 13 % lapsensa yksinäisyydestä. Vanhemmista 25 % toivoi tukea lapsen kaverisuhteisiin ja 9 % lapsen yksinäisyyteen liittyen.

Toisen asteen vanhempien barometrissa 11 % vanhemmista koki, että nuori ei käy mielellään toisen asteen opintoja, ja 6 % kertoi, ettei nuorella ole kavereita oppilaitoksessa. Toisen asteen osalta yli puolet vanhemmista (53 %) oli huolissaan nuoren yksinäisyydestä, mikä korostui erityisesti tyttöjen osalta (60 %). Lukiolaisten vanhemmista 60 % ja ammatillisten opiskelijoiden vanhemmista 44 % oli huolissaan nuoren yksinäisyydestä. Toisen asteen vanhempien barometrin tuloksia tulkittaessa on huomioitava, että aineisto on kerätty koronavuosina.

Vanhempien barometrin tuloksia eri koulutusasteiden osalta on tarpeen analysoida tarkemmin ja käsitellä niitä myös eri koulutusmuotojen tilaisuuksissa yhdessä opetushenkilöstön ja vanhempien kanssa. Vanhempien barometri 2026 -kyselyn vastausaika jatkuu vuoden 2025 loppuun, ja seuraava varhaiskasvatusta koskeva Vanhempien barometri toteutetaan vuoden 2026 lopulla.

Myös Maailman suurimman vanhempainillan suunnittelu on käynnissä ja se järjestetään alkuvuodesta 2026. Illan teemana on yksinäisyys.

## 4. Tehdään vapaaehtoistoiminnasta kansalaistaito (2025-jatkuva)

Osallistuminen vapaaehtoistoimintaan vahvistaa kokemusta osallisuudesta, omasta kyvykkyydestä ja merkityksellisyydestä. Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen tukee hyvinvointia ja voi vähentää yksinäisyyttä. Toimintaan osallistuminen edellyttää kuitenkin sitä mahdollistavia rakenteita, kuten matalan kynnyksen mahdollisuuksia kokeilla vapaaehtoistoimintaa sekä riittäviä osallistumispaikkoja. Vapaaehtoistoiminnan integroiminen osaksi lapsen ja nuoren oppimispolkua tarjoaa tasavertaiset mahdollisuudet kokea vapaaehtoistoiminnan hyödyt ja vahvistaa ymmärrystä siitä, että jokainen voi osallistua ja antaa oman panoksensa yhteisen hyvän edistämiseksi omista kyvyistään käsin. Myös eläkkeelle siirtyvät seniorit muodostavat merkittävän vapaaehtoistoimintaan osallistuvan ryhmän. Vapaaehtoistoiminta tuo merkityksellisyyttä ja tukee hyvinvointia työelämän jälkeisessä arjessa. Toimenpiteenä kartoitetaan ja kootaan koulujen ja muiden yhteisöjen käyttöön olemassa olevat koulutus- ja materiaalikokonaisuudet sekä selvitetään keinoja lisätä sekä kiinnostusta että tosiasiallisia mahdollisuuksia vapaaehtoistoimintaan osallistumiseksi. Lisäksi vapaaehtoistoiminnan paikallista näkyvyyttä, saatavuutta ja toimintaan ohjaamista vahvistetaan yhteistyössä paikallisten ja alueellisten toimijoiden kanssa.

**Vastuutoteuttaja:** Järjestöjen yksinäisyysverkosto ja Kirkkohallitus

**Vaikutuksen arviointi:** Materiaalin toteuttaminen ja liittäminen osaksi organisaatioiden suunnitelmia ja hyvinvointiohjelmia

Järjestöjen ja Kirkkohallituksen yhteinen työryhmä on todennut vuonna 2025, että vapaaehtoistoiminnan koulutus- ja muut ohjeistusmateriaalit löytyvät Kansalaisareenan tuottamana Kansalaisareenan nettisivuilta. Vapaaehtoistoiminnan asiantuntija- ja edunvalvontaorganisaationa Kansalaisareena on tuottanut oppaita ja materiaalia vapaaehtoistoimintaan liittyen laajalti eri aiheista ja eri kohderyhmille. Tietoisuus materiaaleista, niiden jakelu ja laaja saatavuus on saatettava laajasti eri toimijoiden käyttöön.

Vapaaehtoistoiminnan saaminen osaksi opetussuunnitelmaa vaatii vaikuttamistyötä sekä laajaa yhteistyötä päättävien tahojen kanssa. Vapaaehtoistoimintaa järjestävät ja tarjoavat toimijat tekevät jo nykyisin eri kohderyhmille ja organisaatioille suunnattua vapaaehtoistoimintaa paikallisesti, alueellisesti ja valtakunnallisesti

sekä edistävät sen näkyvyyttä ja saatavuutta. Keväällä 2026 tätä työtä jatketaan yhdessä Kansalaisareenan sekä paikallisten ja alueellisten toimijoiden kanssa.

## 5. Vahvistetaan yhteisöllisyyttä ja urheiluyhteisöihin kiinnittymistä Lasten urheilun uusi suunta -prosessin tuella (2024-jatkuva)

Olympiakomitea ja 40 eri lajiliittoa ovat käynnistäneet Lasten urheilun uusi suunta -prosessin, jossa tarkastellaan lasten (alle 12-vuotiaat) urheilua yhdessä, lajien kesken sekä lajien sisällä. Prosessin teemoina ovat urheilun arvopohja, monipuolisuus ja -lajisuus, kilpailu- ja valmennusjärjestelmät sekä kustannukset. Yhteisellä työllä on vaikutusta siihen, millaista valmennusta, johtamista ja toimintakulttuuria suomalaisessa urheilussa toteutetaan tulevaisuudessa. Tavoitteena on keskustella lasten urheilun tulevaisuudesta monipuolisista näkökulmista siten, että keskiössä ovat lapset, heidän oikeutensa ja ihmislähtöinen toiminta. Osallistujien Suomi -toimenpiteen tavoitteena on Lasten urheilun uusi suunta -prosessissa lisätä harrastajien osallisuutta. Tämä tapahtuu mm. kuulemalla lapsia sekä vaikuttamalla tarvittaessa valmennus- ja kilpailujärjestelmien rakenteisiin, jotta ne tukevat lapsilähtöistä toimintakulttuuria ja varmistavat lapsen oikeuksien toteutumisen.

**Vastuutoteuttaja:** Olympiakomitea

**Vaikutuksen arviointi:** Osallistamisen mallien toteutuminen, lajiliittojen aktiivisuus yhteisessä prosessissa

Yhteinen työ lasten urheilun uuden suunnan löytämiseksi käynnistettiin tarjoamalla esimerkkejä ja tukea lasten osallistamiseen. Lajeille asetettiin selkeä velvoite kuulla omia harrastajiaan heti prosessin alussa, jotta lasten ääni varmasti kuuluu päätöksenteossa ja ohjaa myös myöhempää jalkauttamisvaihetta.

Harrastajien osallisuutta on vahvistettu kehitystyöhön lähteneiden lajiliittojen kautta. Lajiliitot ovat valinneet itselleen luontevat tavat kuulla lapsia prosessin aikana. Lasten ja nuorten näkökulmia on nostettu esiin myös valtakunnallisten tutkimusten tuloksien pohjalta.

## 6. Vähennetään lasten ja nuorten yksinäisyyttä Harrastamisen Suomen mallin avulla (2025–2026)

Harrastamisen Suomen mallin kerhotoiminnan tarkoituksena on taata jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. Harrastustarjonta räätälöidään lasten ja nuorten toiveiden mukaan, ja malli on kirjattu osaksi nuorisolakia. Osana Osallistujien Suomi -toimenpiteitä mallia toteuttavien kuntien ja ohjaajien ymmärrystä yksinäisyydestä lisätään. Samalla vahvistetaan heidän kykyään huomioida yksinäiset ja syrjäytymisvaarassa olevat lapset ja nuoret harrastustoiminnassa. Lisäksi selvitetään mahdollisuuksia edistää etsivää harrastustyötä ja tiivistää yhteistyötä koulujen opiskeluhuollon kanssa.

**Vastuutoteuttajat:** Olympiakomitea ja opetus- ja kulttuuriministeriö

**Vaikutuksen arviointi:** Toteutuneet materiaalit ja koulutukset, koulutuksiin osallistuneiden määrä sekä kerätty palaute

Toimijoiden ymmärrystä ja osaamista yksinäisyyden tunnistamisessa sekä yksinäisten ja syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten tukemisessa vahvistettiin kokoamalla kaikille avoin ja maksuton materiaali. Materiaali on vapaasti sekä kuntien että harrastustoimijoiden käytettävissä. Se julkaistiin Harrastamisen Suomen mallin yhteyspisteen sivuilla vuoden 2025 valtakunnallisen Harrastusviikon aikana, jonka teemana oli Yhdessä yksinäisyyttä vastaan. Harrastusviikko ja materiaali toteutettiin Harrastusverkoston yhteistyönä, ja ne vahvistivat yhteistä ymmärrystä lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisesta harrastustoiminnan kautta.

Etsivää harrastustoimintaa edistettiin kuntatasolla osana Harrastamisen Suomen mallin toteutusta.

## 7. Vahvistetaan yksilöiden ja yhteisöjen mielenterveystaitoja (2024–2026)

Tavoitteena on lisätä yhteiskunnallista keskustelua ja ymmärrystä mielenterveystaitojen merkityksestä yksilön ja yhteisöjen hyvinvoinnin keskeisenä osatekijänä. Mielenterveystaitoja voi jokainen kehittää, ja niitä tulee edistää eri ikäisten ihmisten arjessa, kuten koulussa, harrastuksissa, työelämässä ja ikäihmisten parissa. Mielenterveystaitoja voidaan edistää systemaattisilla ja tutkimusnäyttöön perustuvilla ohjelmilla, joita on kehitetty eri ilmiöihin ja eri ikäluokille. Yhteisöllisyyden vahvistamiseksi keskeisiä mielenterveystaitoja ovat tunne-, tietoisuus- ja vuorovaikutustaidot, joustavuus selvitä stressaavista tilanteista sekä kyky luoda merkityksellisiä suhteita muihin ihmisiin ja toimia ryhmässä. Mielenterveystaitoja ovat myös kyky ratkoa ongelmia yhteisössä ja puuttua epäasialliseen kohteluun, kuten ulkopuolelle jättämiseen.

Toimenpiteenä kootaan mielenterveystaitoja vahvistavia tutkimusnäyttöön perustuvia menetelmiä, ja viestitään niistä keskeisissä sidosryhmissä. Lapsille, nuorille ja perheille suunnatut ohjelmat kootaan Itlan Kasvun tuki- ja osallistujiensuomi.fi -sivustoille. Työikäisille ja ikääntyneille suunnatut, esimerkiksi eri järjestöjen toteuttamat menetelmät kootaan osallistujiensuomi.fi -sivustolle. Lisäksi tuotetaan tutkimusperustainen koulutusmateriaali, jota voidaan hyödyntää ammattilaisten täydennyskoulutuksessa.

**Vastuutoteuttaja:** Itla, YOUNG-tutkimusohjelma ja järjestöjen yksinäisyysverkosto

**Vaikutuksen arviointi:** Koulutusmateriaalisivustolla käynnit, palaute materiaalin käytöstä ja hyödyllisyydestä, webinaareihin osallistuminen ja palaute

Vastuutoteuttajien yhteisessä tapaamisessa selkeytettiin yhteisiä rajapintoja ja sovittiin toimenpiteen edistämisestä eri tahoilla.

Järjestöjen yksinäisyysverkoston työryhmä tarkentaa mielenterveystaitojen määritelmää yksinäisyyden ehkäisyn näkökulmasta. Määrittelyssä hyödynnetään tutkimustietoa vaikuttavista yksinäisyyden lieventämisen (esim. Masi et al., 2011) sekä mielenterveystaitojen vahvistamisen menetelmistä.

Työryhmä laatii kuvauksen järjestöjen mielenterveystaitoja vahvistavasta toiminnasta koskien kaikkia ikäryhmiä. Nykytilan kuvauksen lisäksi tunnistetaan

myös katvealueet. Lasten ja nuorten mielenterveystaitoja vahvistavista menetelmistä tunnustetaan ne, joita voidaan tarjota Itlan Kasvun tuki -toiminnalle arvioitavaksi.

Itla kokoaa lapsille ja nuorille suunnattuja ennaltaehkäiseviä ja mielenterveyttä edistäviä menetelmiä, kuten lasten ja nuorten sosioemotionaalisia taitoja edistäviä ja osallisuutta vahvistavia ohjelmia, joita voidaan hyödyntää toimenpideohjelma 7:ssä.

Itla ja YOUNG-ohjelma järjestivät marraskuussa 2025 Tulevaisuuden varhaiskasvatus ja koulu lasten ja nuorten mielenterveyttä edistämässä -tapahtuman, jossa ammattilaisille ja päättäjille esiteltiin tutkimusperustaisia mielenterveystaitoja vahvistavia ohjelmia, joita voidaan hyödyntää varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Lisäksi tapahtumassa järjestettiin tutkijoiden ja päättäjien välisiä dialogikeskusteluja, joissa pyrittiin löytämään konkreettisia ehdotuksia tulevaisuuden varhaiskasvatukseen ja peruskouluun mielenterveyden kokonaisvaltaisen edistämisen näkökulmasta.



## 8. Hyödynnetään Sähköisen perhekeskuksen palvelukokonaisuutta perheiden yksinäisyyden ennaltaehkäisyssä ja yhteisöllisyyden vahvistamisessa (2024–2025)

Perhekeskus on yhteen sovitettu palvelukokonaisuus, joka sisältää lapsille, nuorille ja perheille suunnatun hyvinvointia, kasvua ja kehitystä edistävän toiminnan sekä varhaisen tuen, hoidon ja kuntoutuksen palvelut. Perhekeskuksen ydintehtävä on edistää lapsen, nuoren, vanhempien ja koko perheen terveyttä ja hyvinvointia. Perhekeskuksen tehtäviin kuuluvat mm. vertaistuen mahdollistaminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen (mm. kohtaamispaikkatoiminta). Perhekeskuksissa toimivat myös useat järjestöt. Sähköinen perhekeskus on puolestaan valtakunnallinen verkkopalvelukokonaisuus, joka koostaa yhteen perheille, perhettä suunnitteleville, nuorille sekä ammattilaisille tarkoitettua luotettavaa tietoa ja palveluita. Sähköinen perhekeskus ohjaa alueellisiin, kunnallisiin, valtakunnallisiin ja järjestöjen palveluihin. Sitä kehitetään yhteistyössä hyvinvointialueiden, kuntien, perhekeskusverkoston, järjestöjen, seurakuntien ja kansallisten toimijoiden kanssa. Toimenpiteenä kartoitetaan Sähköisen perhekeskuksen mahdollisuuksia levittää ammattilaispalvelussa (Sähköinen perhekeskus ammattilaisille) perheiden yksinäisyyden tunnistamiseen, yksinäisyyden ennaltaehkäisyyn ja yhteisöllisyyden vahvistamiseen liittyviä suosituksia ja materiaaleja. Perheille suunnattuun Omaperhe.fi- ja nuorille suunnattuun Omahelpperi.fi -palveluihin voidaan tuottaa materiaalia, joka tukee perheiden suojaavia tekijöitä mm. yhteisöllisyyttä vahvistamalla.

**Vastuutoteuttaja:** Itla ja YOUNG-tutkimusohjelma

**Vaikutuksen arviointi:** Laadullinen arviointi yhteisöllisyyden läpileikkaavuudesta sähköisen perhekeskuksen materiaaleissa

Tiivis yhteistyö DigiFinlandin Sähköisen perhekeskuksen kanssa aloitettiin kesällä 2024. Itlan ja YOUNG-ohjelman asiantuntijat ovat käyneet läpi perheille suunnatun Omaperhe.fi -sivuston ja nuorille suunnatun Omahelpperi.fi -sivuston sisällön yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistamisen näkökulmasta. Sen pohjalta on paikannettu tietoaaukkoja, joihin vastuutoteuttajat ovat laatineet tutkimusperustaisia tietokortteja Omaperheeseen ja Omahelpperiin (mm. yksinäisyyden ja ostrakismin vähentäminen, moniammatillinen tapaaminen sekä vanhempien mentalisaation vahvistaminen vauva-aikana) sekä tuottaneet sivustolle lisämateriaalia. Haasteena

tutkimusperustaisen tiedon välittämisessä on, ettei Sähköinen perhekeskus ole käytössä kaikilla hyvinvointialueilla.

Toimenpide on koontunut yhteen tutkijoita, kehittäjiä ja ammattilaisia sekä järjestötoimijoita käyttäjäystävällisen tiedon tuottamiseen yhteistyössä DigiFinlandin kanssa.

Syksyllä 2025 laajennettiin yhteistyötä perhekeskusten kanssa, mikä mahdollistaa erilaisia tapoja vahvistaa lapsiperheiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä.

## 9. Ehkäistään yksinäisyyden siirtymistä vanhemmalta lapselle ja tuetaan perheiden perinataalimielen terveyttä (2024–2027)

Tutkimusten perusteella tiedetään, että vanhemman yksinäisyys on lapselle riskitekijä ja voi siirtyä sukupolvelta toiselle. Lapsen mielen terveyden tukeminen alkaa jo raskausaikana. Hyvä perinataalivaiheen mielen terveys edistää sekä vanhemman, syntyvän lapsen että koko perheen hyvinvointia. Itla toimii Pohjoismaiden ministerineuvostoon kytkeytyvän Lapsen 1000 ensimmäistä päivää -verkoston (2023–2027) asiantuntijaryhmän koordinaattorina yhdessä THL:n kanssa. Verkostossa edistetään perheiden perinataalimielen terveyttä pohjoismaisella tasolla. Toimenpiteenä vahvistetaan perheiden mielen terveyttä tukevia tekijöitä tuomalla vahvan tutkimusnäytön interventioita sosiaali- ja terveydenhuollon käyttöön. Lisäksi tuetaan riskitekijöiden tunnistamista perinataalivaiheessa esimerkiksi tähän tarkoitukseen validoitujen mittareiden avulla. Verkostotyö vahvistaa perheiden riskitekijöiden, kuten yksinäisyyden, tunnistamista ja edistää tutkimusperustaisten ratkaisujen käyttöönottoa.

**Vastuutoteuttaja:** Itla

**Vaikutuksen arviointi:** Käynnistetty yhteistyö toimijoiden kanssa

Eduskunnassa järjestettiin vauvaperhetapahtuma (6.3.2025) yhteistyössä Eduskunnan turvallisen odotus- ja vauva-ajan edistämisyhmän kanssa.

Pohjoismaisen Lapsen 1000 ensimmäistä päivää -verkoston työstämän raportin perusteella paikannettiin näyttöön perustuvia menetelmiä, joilla voidaan tukea perinataalivaiheen mielen terveyttä. Valmisteilla on myös kirjallisuuskatsaus yksinäisyyden riski- ja suojaavista tekijöistä ensimmäisen 1000 päivän aikana (Kataja ym. 2026).

Kansallisen verkoston kautta on mahdollista vaikuttaa ilmiöön myös tulevina vuosina. Pohjoismainen raportti julkaistaan vuonna 2026, ja sen tuloksia hyödynnetään kansallisessa toimeenpanossa, mukaan lukien vaikuttavien menetelmien valinnassa.

## 10. Kootaan verkkoon tietoa, ohjeita ja työkaluja kasvatus-, opetus-, koulutus-, kulttuuri- ja nuorisotoimen ammattilaisille tunnistaa ja puuttua yksinäisyyteen (2025–2026)

Varhaiskasvatuksen, koulun ja vapaa-ajan yhteisöillä on lasten ja nuorten sosiaalisten suhteiden kannalta erityisen merkityksellinen rooli. Erityisesti lasten ja nuorten kohdalla sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja yhteisöllisyyden vahvistamisen merkitys oppimiselle, hyvinvoinnille ja jaksamiselle on huomattava. Yksinäisyyteen puuttuminen ehkäisee kiusaamista, parantaa sosiaalista hyvinvointia ja edistää psyykkistä terveyttä. Ennaltaehkäisyyn ja varhaisen tuen kannalta keskeistä on kiinnittää huomiota asenteisiin sekä käyttäytymiseen toisia kohtaan. Tavoitteena on lisätä kasvatus-, opetus-, koulutus-, nuoriso- ja kulttuuriosastoissa toimivien ammattilaisten osaamista ennaltaehkäistä lasten ja nuorten yksinäisyyttä ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Toimenpiteenä Opetushallituksen ja/tai osallistujien suomi.fi-verkkosivustolle kootaan tietoa, ohjeita ja työkaluja varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa työskenteleville ammattilaisille yksinäisyyden tunnistamiseen, ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumiseen. Toimenpiteessä hyödynnetään myös taide- ja kulttuurialan toimijoita ja heidän olemassa olevia toimintamallejaan sekä esimerkiksi School to Belong -ohjelmassa kehitettyjä yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden vähentämisen menetelmiä.

**Vastuutoteuttaja:** Opetushallitus ja Terveystieteiden tutkimuskeskus

**Vaikutuksen arviointi:** Kouluterveyskyselyn tulosten seuranta; ammattilaisten käyttöön suunnattujen materiaalien laatu ja määrä

Opetushallituksen verkkosivuille päivitettiin tietosivu yksinäisyydestä, ja sivulle linkitettiin Right to Belong -hankkeessa tuotettuja materiaaleja opetushenkilöstön käyttöön. Kiusaamisen ja väkivallan vastainen työ perusopetuksessa - verkkosivustolle koottiin kiusaamisilmiön tunnistamiseen, ennaltaehkäisyyn ja puuttumiseen liittyviä kokonaisuuksia. Sivustolle on nostettu ilmiöinä esiin yksinäisyys ja ostrakismi sekä niiden ennaltaehkäisy ja niihin puuttuminen.

Koulutuskokonaisuudet perusopetuksen henkilöstölle ja johdolle kiusaamisen ja väkivallan vastaiseen työhön on käynnistetty. Kevään 2026 koulutuksissa tullaan opetushenkilöstöä kouluttamaan yksinäisyyden ja ostrakismin tunnistamiseen, ennaltaehkäisyyn ja puuttumiseen kouluissa. Liikunnan- ja terveystiedon opettajille laadittiin asiantuntija-artikkeli, joka käsittelee Kouluterveyskyselyn ja LIITU-tutkimuksen tuloksia yksinäisyyden kokemuksista sekä niiden yhteyksiä liikunta-aktiivisuuteen.

THL on julkaissut verkkosivuillaan tulokset yksinäiseksi itsensä tuntevien lasten ja nuorten osuuksista, vuoden 2025 Kouluterveyskyselyn tulokset sekä vuoden 2024 Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimuksen tulokset. Väestötiedonkeruiden tulokset toimivat tietopohjana yksinäisyyden ehkäisemisen toimintamallien kehittäjille.

THL:n asiantuntijat ovat pitäneet useita puheenvuoroja eri tahojen järjestämissä seminaareissa oppilaitosten, kuntien ja hyvinvointialueiden työntekijöille sekä ministeriöiden ja muiden valtion virastojen henkilöstölle ja niiden verkostoille. Lisäksi puheenvuoroja on pidetty vanhempainilloissa. Puheenvuoroissa on käsitelty kiusaamista ja yksinäisyyttä sekä oppilaitosyhteisöjen mahdollisuuksia ehkäistä yksinäisyyttä. THL on myös käsitellyt LIITO-lehdessä Kouluterveyskyselyn tuloksiin perustuen turvallista kouluilmapiiriä, johon kuuluvat myös yhteisöllisyys ja yksinäisyyden kokemukset. Lisäksi useita yksinäisyyteen liittyviä tekstejä on parhaillaan työn alla.



## 11. Juurrutetaan näyttöön perustuvia yksinäisyyttä ehkäiseviä ja vähentäviä toimintamalleja yhteistyössä kirkon ja järjestöjen kanssa (2025–2026)

Kirkon ja järjestöjen toiminnassa ja yhteistyöverkostoissa ylläpidetään ja kehitetään malleja ja toimintoja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Esimerkiksi Lasten ja nuorten keskus tarjoaa seurakunnille, kunnille, järjestöille ja muille yhteistyökumppaneille tietoa, vertaisuutta sekä toimintamalleja, jotka vahvistavat kohdatuksi tulemisen ja kuulumisen tunnetta eri kohderyhmissä. Toimenpiteenä tuotetaan koulutuksia ja materiaaleja, joilla vahvistetaan kirkon ja järjestöjen toimintamallien tunnettuutta ja saavutettavuutta. Lisäksi vahvistetaan eri vaikuttajaryhmien toimijuutta yksinäisyyden teeman esille nostamisessa ja siihen puuttumisessa.

**Vastuutoteuttaja:** Kirkkohallitus ja järjestöjen yksinäisyysverkosto

**Vaikutuksen arviointi:** Toimintamallien hyödyntämisen määrät sekä niiden omat seurannan ja arvioinnin mittarit

Kirkko ja järjestöt tekevät työtä hyvinvoinnin edistämiseksi ja yksinäisyyden vähentämiseksi pääpainona ihmisten kohtaaminen. Lisäksi eri toimijat toteuttavat myös koulutuksia ja tuottavat materiaaleja yksinäisyyteen liittyen. Kirkko ja järjestöt nostivat vuonna 2025 vahvasti esiin yksinäisyyden teemaa eri ikäisten parissa ja esittivät ratkaisuja yksinäisyyden vähentämiseksi.

Kirkossa ja järjestöissä toimintaa kehitetään pitkälti asiakastarpeiden ja osallistujien toiveiden pohjalta. Osa toiminnasta on näyttöön perustuvaa, ja siinä hyödynnetään validoituja mittareita vaikutusten arviointiin toiminnan alussa ja lopussa. Näin voidaan myös osoittaa selkeästi esimerkiksi yksinäisyyden vähentyminen. Näyttöön perustuvaa toimintaa on tärkeää kehittää edelleen, ja koulutusta tarvitaan, jotta vaikuttavuuden seuranta vahvistuisi osaksi perustyötä. Tavoitteena on, että vaikuttamisen seuranta integroituu luontevasti toimintaan ja hyödyttää samalla myös osallistujia.

Kirkkohallituksen ja järjestöjen yksinäisyysverkoston mukaan THL:n koettu yksinäisyys ja UCLA ovat yksinäisyyden mittaamiseen sopivia mittareita. Positiivinen mielenterveys ja osallisuusindikaattori sopivat hyvin kirkolle ja järjestötoimijoille. Toimenpiteen toteutuksen aikataulun tulee olla jatkuva, sillä mittareiden juurruttaminen kentälle vie aikaa.

School to Belong on HelsinkiMission kehittämä ohjelma, joka auttaa tunnistamaan ja vähentämään nuorten yksinäisyyttä ja sen haitallisia vaikutuksia terveydelle ja hyvinvoinnille. Ohjelma nostaa yksinäisyyden ehkäisyn koko kouluyhteisön yhteiseksi tehtäväksi ja perustaa toimintansa tutkittuihin menetelmiin, kuten varhaiseen puuttumiseen, sosiaalisten taitojen kehittämiseen, sosiaalisen tuen ja vuorovaikutusmahdollisuuksien vahvistamiseen sekä asenteiden ja ajatusvääritysten korjaamiseen. Vuodesta 2022 toimineeseen ohjelmaan osallistuu lukuvuonna 2025–2026 yhteensä 169 oppilaitosta eri koulutusasteilta. Kohderyhmänä ovat opiskelijat, mutta ohjelma huomioi myös henkilökunnan ja alaikäisten huoltajat.

School to Belong -ohjelmassa mukana olevat oppilaitokset saavat käyttöönsä materiaaleja yksinäisyyden vähentämiseen ja yhteisöllisyyden rakentamiseen. Ohjelma sisältää vuosittaisen yksinäisyyskyselyn sekä siihen perustuvat toimenpidesuosituksen. Koulutuksellinen sisältö tarjotaan pääosin etämuotoisina webinaareina, videoina ja oppaina. Lisäksi ohjelma järjestää vuodessa kaksi teemaviikkoa, jotka tukevat yhteisöllisten toimintojen toteuttamista.

Lasten ja nuorten keskus on edistänyt tavoitetta erityisesti ulkopuolisuuden ehkäisyyn keskittyvien toimintamalliensa kautta. Toimintaa on toteutettu valtakunnallisesti noin 160 paikkakunnalla lähes 200 toimipisteessä, ja sen piirissä on ollut noin 60 000 lasta, nuorta ja aikuista.

Walk in -terapia on tarjonnut alle 29-vuotiaille nuorille maksutonta ja anonyymiä terapeutista keskusteluapua sekä paikan, jossa tulla kuulluksi ja nähdyksi. Toiminta laajentui Osallistujien Suomi -ohjelman ensimmäisenä vuonna merkittävästi, ja on tällä hetkellä käytössä 32 paikkakunnalla ja yli 50 toimipisteessä sekä videovälitteisesti verkossa. Asiakaskyselyt osoittavat, että nuoret kokevat Walk in -terapian erittäin hyödylliseksi ja toivoa lisääväksi palveluksi.

Saapas-toiminta mahdollisti yli 32 000 lasten ja nuorten kohtaamista kaduilla, kouluissa, tapahtumissa ja verkossa. Koulutetut vapaaehtoiset tarjosivat välitöntä tukea, turvallisen aikuisen läsnäoloa ja apua tilanteisiin, joissa yksinäisyys ja turvattomuus muutoin korostuvat. Saapas-toimintaan osallistui noin 450 koulutettua vapaaehtoista.

Moottoripajat toimivat merkittävinä yhteisöllisyyden ja vertaistuen paikkoina. Pajoja on valtakunnallisesti 40, ja niitä toteuttaa noin 200 vapaaehtoista. Toimintaan osallistui noin 20 000 nuorta, joista lähes kaikki kokivat pajan turvalliseksi ympäristöksi, ja yli puolet kertoi hyvinvointinsa vahvistuneen pajatoiminnan kautta.

Pienten lasten kiusaamisen ehkäisyn PIKI-toimintamalli tuki varhaiskasvatuksen ja alkuopetuksen ammattilaisia ehkäisemään kiusaamista ja vahvistamaan lasten tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Mallia hyödynsi yhteensä 154 varhaiskasvatuksen yksikköä, mahdollistaen pienten lasten kiusaamiseen puuttumisen jo varhaisessa vaiheessa.

Perheiden hyvinvointia tukeva Pikkuhelppi tarjosi noin 4000 seurakuntien tukikertaa kuormittuneille vanhemmille ja lapsiperheille. Työssä näkyivät erityisesti perheiden puutteelliset sosiaaliset verkostot ja tarve varhaiselle välittämislle.

## 12. Kootaan tietoa verkkoon järjestöjen tekemästä yksinäisyyttä vähentävästä työstä ja kehitetyistä vaikuttavista toimintamalleista sekä koulutuksista (2025-jatkuva)

Edistetään järjestösektorin, julkisen ja yksityisen sektorin välistä yhteistyötä, kehittämistä ja kouluttamista yksinäisyyden vähentämiseksi lisäämällä tietoa, koulutuksia sekä koordinoimalla ja integroimalla palveluita yksinäisyyden ehkäisyyn ja osallisuuden edistämiseen. Yhteistyön alustana voivat toimia esimerkiksi paikalliset ja alueelliset yksinäisyysverkostot. Toimenpiteenä kootaan tietopankki olemassa olevista järjestölähtöisistä toimintamalleista, jossa huomioidaan näyttöön perustuvat mallit. Tällaisia ovat esimerkiksi esimerkiksi School to Belong, Work to Belong, Yksinäisyystyön menetelmä ja omahoito-ohjelma Mielenterveystalossa, Ystäväpiiri-toiminta iäkkäillä (65+) sekä erilaiset yhteisöllisyyttä lisäävät tukimuodot, neuvonta ja ohjaus, etsivä työ, kohtaava toiminta, tukihenkilö- ja vertaistoiminta sekä ammatillinen tuki. Edellä mainittujen toimintamallien lisäksi huomioidaan myös muut toimiviksi todetut mallit ja käytänteet. Toiminnan ja palveluiden kokoamisessa hyödynnetään muun muassa Palvelutietovarantoa (PTV) ja Lähellä.fi-sivustoa.

**Vastuutoteuttaja:** Järjestöjen yksinäisyysverkosto

**Vaikutuksen arviointi:** Käyttöön otetut interventiot ja niiden vaikuttavuuden arviointi sekä koulutusyhteistyön ja yhteiskehittämisen tulokset

Järjestöjen vaikuttavan toiminnan näkyvyyden ja mallien juurtumisen edistämistä varten perustettiin työryhmä, johon kuuluu edustajia Miina Sillanpään Säätiöstä, HelsinkiMissiosta, VALLI ry:stä, Mannerheimin Lastensuojeluliitosta, Välittämisen kansanliikkeestä, Vanhustyön keskusliitosta sekä Muistiliitosta. Työryhmä on

käynnistänyt valmistelut toimenpiteen toteuttamiseksi ja koonnut suomalaisia ja kansainvälisiä tietopankkeja, joissa järjestöjen tekemä vaikuttava työ tulee laajasti näkyväksi. Työryhmä on todennut, ettei uutta tietopankkia ole syytä toteuttaa.

Koottua tietoa tullaan viestimään eri kanavissa. Näin pyritään edistämään mallien juurtumista, leviämistä ja saavutettavuutta kohderyhmien keskuudessa.

Resurssien puitteissa helmikuussa 2026 toteutetaan sosiaalisen median kampanja, jonka tarkoituksena on tuoda järjestöjen vaikuttavat mallit näkyväksi suurelle yleisölle ja lisätä niiden tunnettuutta laajemmassa mittakaavassa. Työn etenemistä tullaan tarkastelemaan ja sen jatkosta keskustelemaan tarpeen mukaan yhdessä järjestöjen yksinäisyysverkoston työkokouksissa.

### 13. Vahvistetaan yhteisöllisyyttä urheiluseurojen Tähtiseura-ohjelmalla (2025–2026)

Suomessa on n. 9 000 seuraa, joiden toiminnassa on mukana 1,8 miljoonaa ihmistä. Tähtiseura-ohjelma on Olympiakomitean, lajiliittojen ja liikunnan aluejärjestöjen yhteinen laatuohjelma. Toimenpiteenä arvioidaan nykyiset työkalut, luodaan tarvittaessa uusia sekä tuotetaan asiantuntijoiden tukemana koulutusmateriaalia seurakehittäjäverkostolle (100 seuratoiminnan ammattilaista lajiliitoissa ja liikunnan aluejärjestöissä) teeman nostamiseksi voimallisemmin esiin seurojen kehitysprosesseissa. Näin lisätään seurojen ymmärrystä siitä, miten tärkeää on huomioida yksinäiset ja syrjäytymisvaarassa olevat, ja miten heidät voi ottaa mukaan seuran toimintaan.

**Vastuutoteuttaja:** Olympiakomitea

**Vaikutuksen arviointi:** Työkalujen käyttö ja toteutuneet materiaalit Tähtiseura-ohjelmassa sekä seurakehittäjille suunnatun koulutuksen palaute.

Tähtiseura-ohjelmaa varten koottiin materiaali, joka tukee harrastustoimijoita yksinäisyyden ja ostrakismin tunnistamisessa sekä tarjoaa keinoja kaveruuden ja yhteisöllisyyden vahvistamiseen seuratoiminnassa. Materiaali julkaistiin Olympiakomitean materiaalipankissa ja Tähtiseura-verkkopalvelussa. Sitä voivat hyödyntää myös lajiliitot ja liikunnan aluejärjestöt. Jatkossa tullaan järjestämään myös materiaaliin liittyvää koulutusta sekä keräämään siitä palautetta.

## 14. Tuotetaan seurakunnille toiminnalliset suositukset (2024–2026)

Toimenpiteenä jokaiselle 350 seurakunnalle luodaan selkeät ja tiiviit suositukset ja toimintasuunnitelmat siitä, miten yksinäisyyden ehkäisyä ja yhteisöllisyyden vahvistamista voidaan edistää kaikenikäisten parissa tehtävässä työssä. Suositukset markkinoidaan ja juurrutetaan jo olemassa olevien verkostojen ja yhteyksien kautta. Suosituksilla on laaja sovellusalue seurakuntien ja seurakuntayhtymien perustoiminnassa ja toiminnan suunnittelussa. Suosituksia yhdistävänä ”punaisena lankana” toimii kirkon ulkopuolisuuden ehkäisyyn tarkoitettu Että kukaan ei jää yksin -suuntaviivat (2021). Suosituksia on 10–20 ja niihin liitetään esimerkkejä hyvistä käytännöistä eri puolilta Suomea.

**Vastuutoteuttaja:** Kirkkohallitus

**Vaikutuksen arviointi:** Seurantakyselyillä arvioitu suositusten tunnettuus ja vastaanotto

Suosituksia valmistuivat lokakuussa 2024 ja ne julkaistiin Kirkkohallituksen seurakunnille suunnatuilla sivuilla otsikolla *Yksinäisyyteen puuttuminen seurakunnissa*. EVL Plus -sivusto sisältää suositusten lisäksi kertomuksia ja esimerkkejä yksinäisyyteen puuttumisesta, ajankohtaisia tapahtumia, tiedotteita sekä artikkeleita. Sivustolla kuvataan myös Osallistujien Suomi -ideaa, toimintaa sekä tutkittua tietoa yksinäisyydestä. Ensimmäisen vuoden aikana sivustolla käyntejä oli 1230 (vähintään 1 min.) ja yksilöllisiä kävijöitä 616. Suosituksista toimitettiin tiivistelmä ja jäsenys, jota on jaettu seminaareissa ja tapahtumissa.

Suosituksien pohjalta järjestettiin kaksi paikallista työskentelyä Porin ja Tampereen seurakuntayhtymien kanssa. Työskentelyä on tarkoitus jatkaa ja laajentaa moniammatillisena yhteistyönä.

Seurakuntien ohella sivustoa ja yksinäisyyden teemaa on esitelty kirkon kokoaman Arvojen Akatemian kansallisille vaikuttajille. Akatemia kokoaa vuosittain yhteen eri alojen kansallisia vaikuttajia ja päättäjiä.

## 15. Vahvistetaan yhteisöllisen toimintakulttuurin viestintää suunnitelmallisesti (jatkuva)

Yhteisöllisyyden vahvistamiseen ja yksinäisyyden ehkäisyyn liittyviä sisältöjä ja materiaaleja nostetaan esille erityisesti evl.fi-kansalaisportaalissa ja sidosryhmille suunnatussa avoimessa evl.fi/plus -palvelussa. Viestinnällisiä kärkiä tarjotaan yhteiskunnallisten ja kansallisten medioiden käyttöön. Toimenpiteenä kirkon Diakonian ja kasvatuksen ammattilaisten päivät aloittavat tammikuussa 2025 Osallistujien Suomi -suurtahtumien ketjun, jossa teemana on yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistuminen. Päivillä luovutetaan Osallistujien Suomi -viestikapula seuraavalle yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen liittyvän suurtahtuman järjestäjälle.

**Vastuutoteuttaja:** Kirkkohallitus

**Vaikutuksen arviointi:** Toteutuneet suurtahtumat ja viestintäkapulan vaihdot

Yksinäisyyden teema on ollut Kirkkohallituksen yhteisen viestinnän strateginen painopiste vuonna 2025. Evl.fi-sivuilla on tuotettu aiheeseen liittyviä artikkeleita teemojen "Arki ja pyhä" sekä "Hiljentyminen" alle. Esimerkkejä julkaisuista ovat muun muassa "Yhdessä yksinäisyyttä vastaan", "Juha Tapio: Me tarvitaan sua elävien maassa" sekä "Hyvinvointivaltion puolustaja, puhu vaaleissa!".

Ensimmäinen Osallistujien Suomi -suurtahtuma, Diakonian ja kasvatuksen päivät, täytti tammikuussa 2025 Tampere-talon kolmeksi päiväksi. Paikalla oli yhteensä 1800 osallistujaa, ohjelmantoteuttajaa ja näytteilleasettajaa. Pääteemana oli ulkopuolisuuden ehkäisy. Osallistujien antama yleisarvosana tapahtumalle oli 4/5. Yksinäisyyden teema oli esillä sekä yhteisessä pääohjelmassa että kanava-vaihtoehtoissa. Suurimman yleisön (1100 osallistujaa) kokosi Niina Junntilan ja Paula Risikon johdolla toteutettu ohjelmaosuus. Tapahtuman päätöstilaisuudessa Osallistujien Suomi -viestikapula ojennettiin seuraavalle suurtahtumalle, NUORI2025 (Nuorisoala ry), joka järjestettiin Tampereella huhtikuun alussa. Yksi tapahtuman pääteemoista oli nuorten yksinäisyys, joka tulee näkymään pääteemana myös seuraavassa NUORI2026-suurtahtumassa huhtikuussa 2026.

Järjestöjen yksinäisyysverkosto otti vastaan viestintävastuun Kirkkohallitukselta, ja yhdessä he kutsuivat laajasti eri toimijoita ja yleisöä järjestämään yksinäisyyttä vähentäviä ja yhteisöllisyyttä lisääviä tapahtumia eri puolella maata vuoden 2026 Ystävänpäiväviikon merkeissä.

## 16. Selvitetään ja puututaan digitalisaation mahdollisiin yksinäisyyttä lisääviin haittavaikutuksiin (2025–2026)

Digitalisaation mahdollisia negatiivisia vaikutuksia yksinäisyyteen ja ulkopuolisuuteen tulee selvittää entistä tarkemmin. Samalla tulee pohtia sen hyödyntämismahdollisuuksia yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisessä. On tunnistettava, että huonosti hyödynnettynä digitalisaatio voi lisätä yksinäisyyttä, kokemusta ulkopuolisuudesta sekä sosiaalista eristäytyneisyyttä. Esimerkiksi ikääntyneiden ja nuorten palveluiden kasvava digitalisointi voi johtaa ihmiskontaktien vähenemiseen. Toimenpiteenä suunnitellaan ja kehitetään uudenlaista yhteisöllistä toimintaa mm. terveyden edistämisen määrärahan avulla. Toimenpide tähtää lasten ja nuorten osallisuuden ja kasvuympäristöjen yhteisöllisyyden vahvistumiseen sekä ryhmämuotoisten toimintamallien käyttöönottoon esimerkiksi kotona asuville iäkkäille, joiden toimintakyky on heikentynyt.

**Vastuutoteuttaja:** Sosiaali- ja terveysministeriö, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja Kuntaliitto

**Vaikutuksen arviointi:** Yhteisöllistä toimintaa vahvistavia toimenpiteitä on käynnistetty osana terveyden edistämisen määrärahan hanketyötä ja Terveystyö-ohjelman toimenpidesuunnitelman toimeenpanoa.

Toimenpiteen toteuttaminen alkaa vuonna 2026.

## 17.Varmistetaan, että päätöksentekijöillä on käytössään riittävästi ajantasaista ja ymmärrettävää tietoa yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden vähentämiseksi (2025)

Laaditaan kattava nykytilakuvaus väestöryhmittäin sekä alueittain ja varmistetaan että päätöksenteon tueksi on saatavilla riittävästi seuranta- ja arviointitietoa. Sisällytetään jatkossakin kansallisiin tiedonkeruisiin yksinäisyysjärjestelmää eri tasoilla (kunta-, alue- ja kansallinen taso) hyödynnettäväksi ja hyödynnetään asiakassuhteissa syntyvää tietoa. Toimenpiteenä edistetään yksinäisyyden huomioimista hyvinvointikertomusten minimietosisällöissä. Hyvinvointikertomusta käytetään strategisena työvälineenä hyvinvoinnin johtamiseen antaen päättäjille kokonaiskuvan väestön hyvinvoinnin ja terveyden tilasta. Yksinäisyyden tarkastelu hyvinvointikertomuksessa tiedon kautta, toimenpiteiden johtaminen ja niiden resursointi ovat olennainen osa vaikuttavaa hyvinvoinnin edistämistä ja yksinäisyyden vähentämistä.

**Vastuutoteuttaja:** Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja Kuntaliitto

**Vaikutuksen arviointi:** Hyvinvointikertomusten minimietosisällössä on huomioitu yksinäisyys (THL ja Kuntaliitto)

Yksinäisyyttä koskeva kysymys on sisällytetty THL:n väestötiedonkeruisiin (Terve Suomi, Kouluterveyskysely, Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus). Terve Suomi -tulokset ovat saatavilla hyvinvointialueittain, ja Kouluterveyskysely kunta- ja oppilaitostasolla. Yksinäisyyttä käsitellään useissa väestötiedonkeruista tehdyissä raporteissa ja tutkimuksissa.

Kuntien hyvinvointiseminaarissa 2025, Miten hyödyntää markkinointia ja viestintää hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä? (20.5.2025), järjestettiin alatyöpaja teemalla yksinäisyys. Työpaja oli suunnattu erityisesti kuntien hyvinvointikoordinaattoreille, osallisuuden edistämisestä vastaaville viranhaltijoille sekä hyvinvointijohtajille. Alaseminaarissa pohdittiin, miten kunnat voisivat tukea erilaisten yhteisöjen vahvistumista ja ihmisiä toistensa auttamisessa sekä millaisia käytäntöjä kunnilla on yksinäisyyden vähentämiseksi. Esiin tuotiin myös työn haasteita. Työpajan pohjalta julkaistiin blogi: Osallistujien vai yksinäisten kunta?

Kuntaliitto on tuonut toistuvissa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koulutuksissaan niin viranhaltijoille kuin luottamushenkilöillekin esiin yksinäisyystyön haasteita ja yksinäisyyden ja osallisuuden huomioimista hyvinvointikertomuksissa.

Marraskuussa 2024 järjestettiin hyvinvointikoordinaattoreille suunnattu tiedolla johtamisen tilaisuus, Sähköisen hyvinvointikertomuksen käyttäjäpäivä, jonka ohjelmassa oli puheenvuoro: Osallistujien Suomi – miten kunnat voivat olla mukana yksinäisyyden vähentämisessä ja osallisuuden vahvistamisessa. Tilaisuudessa käytiin monipuolista keskustelua kuntien tekemästä työstä yksinäisyyden vähentämiseksi.

## 18. Selvitetään mahdollisuuksia huomioida yksinäisyyden kustannusvaikutuksia osana päätösten vaikutusten ennakoarviointia (2025–2026)

Kartoitetaan mahdollisuuksia ja menetelmiä, joiden avulla voidaan osoittaa nykyistä paremmin yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden aikaansaamat kustannusvaikutukset. Jotta ennakoarviointityössä onnistutaan, tarvitaan uudenlaista tietoa ja osaamista. Päämääränä on, että päätöksentekijöillä on käytössään pitkän aikavälin seuranta-tietoa siitä, että investoinnit yksinäisyyden vähentämiseen ovat taloudellisesti kannattavia ja tukevat ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia ja terveyttä. Toimenpiteenä tuetaan yksinäisyyden sisällyttämistä osaksi päätösten taloudellisten vaikutusten ennakoarviointia.

**Vastuutoteuttaja:** Sosiaali- ja terveysministeriö, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja Kuntaliitto

**Vaikutuksen arviointi:** Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kustannusvaikutuksia on huomioitu osana päätösten taloudellisten vaikutusten ennakoarviointia

THL tuottaa seurantatietoa yksinäisyyden kokemusten yleisyydestä eri väestöryhmissä. Lisäksi THL on toteuttanut yksinäisyyteen liittyviä ennusteita. Kuntaliiton osalta näkökulmaa on pidetty esillä ja kuntien kanssa on keskusteltu kustannusvaikutuspoluista.

## 19. Tuetaan työnantajia työyhteisön ja tiimien yhteenkuuluvuuden vahvistamisessa sekä yksinäisyyden huomioimisessa osana kilpailukykyä (2025–2026)

Työelämä on keskeinen osa ihmisten elämää eri ikävaiheissa ja työyhteisössä koettu hyvinvointi vaikuttaa laajasti ihmisen tuottavuuteen ja yleiseen toimintakykyyn. Riski työyhteisöissä koettuun yksinäisyyteen ja ulkopuolisuuteen on kasvanut etätöiden lisääntyessä. Työyhteisöjen tuottavuuden ja kilpailukykyyn sekä veto- ja pitovoiman kannalta on keskeistä pystyä vastaamaan ihmisen ydintarpeisiin työarjessa. Yhteenkuuluvuuden ja arvostetuksi tulemisen kokemuksilla on merkittävä yhteys motivaatioon ja merkityksellisyyden kokemuksiin sekä niiden kautta onnistumisiin ja yksilön oman potentiaalin hyödyntämiseen. Toimenpiteenä luodaan yhdessä mukaan lähtevien työterveys- ja eläkevakuutusyhtiöiden kanssa tiiviit suositukset työyhteisöille yksinäisyyttä vähentävistä ja yhteenkuuluvuutta lisäävistä periaatteista sekä toimenpiteistä. Suositukset luodaan työyhteisöjen tavoitteet, esimerkiksi liiketoiminnalliset tulostavoitteet, huomioiden sekä ennen kaikkea niitä samalla tukien. Näin ollen suositukset luodaan henkilöstöjohtamisen näkökulmasta tukemaan myös työyhteisön menestystä.

**Vastuutoteuttaja:** Eduskunnan asiantuntijaryhmä

**Vaikutuksen arviointi:** Suositusten onnistunut laatiminen yhteistyössä työterveys- ja eläkevakuutusyhtiöiden kanssa sekä suositusten hyödyntäminen eri sidosryhmien kesken

Toimenpiteen valmistelutyö on käynnistynyt ja etenee suunnitellusti. Toimenpiteen varsinainen toteutus ajoittuu vuodelle 2026. Osallistujien Suomen asiantuntijajäsenet professori Niina Juntila ja työelämän edustaja, johtava organisaatiopsykologi Pekka Tölli Mehiläisestä tekevät keväällä 2026 kaikille työyhteisöille avoimen kurssin työpaikkaostrakismin tunnistamisesta, ennaltaehkäisystä ja siihen puuttumisesta. Kurssin kolme osaa julkaistaan valtionhallinnon eOppiva-alustalla. Työpaikalla koetusta yksinäisyydestä ja ostrakismista kirjoitettiin myös Osallistujien Suomi -kirjasarjan ensimmäisessä (2025), ja laajemmin vielä toisessa, elokuussa 2026 julkaistavassa kirjassa. Kirjat on suunnattu kurssikirjoiksi ammatillisiin oppilaitoksiin, korkeakouluille sekä eri alojen ammattilaisille.

## 20. Kehitetään tekoälyä käyttävä työkalu olemassa olevan tiedon ja materiaalien hyödyntämiseen sekä eri organisaatioiden yhteistyön suunnitteluun (2025–2027)

Suomalaisessa hyvinvointityössä tulisi tunnistaa entistä paremmin eri organisaatioiden jaetut tavoitteet sekä kunkin osapuolen vahvuudet niihin pyrkimisessä. Olemassa olevia toimivia materiaaleja ja toimintamalleja on käytössä monin paikoin ja niiden hyödyntäminen olisi usein järkevää uusien luomisen sijaan. Näin voidaan välttää myös päällekkäistä työtä ja turhaa kilpailua. Kyse on yhteistyön vahvistamisesta ja voimien kokoamisesta yhteen samojen päämäärien äärelle. Jotta laajempi yhteistyö mahdollistuu eri organisaatioiden arkisessa työssä, tulee yhteiset tavoitteet tunnistaa paremmin, olla tietoinen olemassa olevista ratkaisuista sekä löytää keinot sujuvoittaa yhteistyön suunnittelua työmäärältään vaivattommaksi. Tämän mahdollistamiseksi, oli kyse sitten organisaation strategian, hankkeen, projektin tai perustoiminnan toteuttamisesta, kehitetään tekoälyä käyttävä työkalu. Työkalu ”koulutetaan” eri organisaatioiden tiedoilla ja olemassa olevilla toimintamalleilla. Näin luodaan entistä parempia edellytyksiä laajemmalle yhteistyön syntymiselle. Toimenpiteenä suunnitellaan ja lähdetään toteuttamaan tekoälyä hyödyntävä työkalu eri organisaatioiden yhteisten tavoitteiden parempaan tunnistamiseen, päällekkäisen työn välttämiseen ja tiedon löytymiseen sekä yhteistyön suunnittelun tehostamiseen.

**Vastuutoteuttaja:** Eduskunnan asiantuntijaryhmä

**Vaikutuksen arviointi:** Toteutuskelpoinen suunnitelma tehty, työkalun toteuttaminen aloitettu sekä siitä saadut palautteet kokeilujen pohjalta

Toimenpiteen toteutuksen valmistelu käynnistyi vuoden 2025 aikana. Vastuutoteuttaja on käynyt keskusteluita tekoälyasiantuntijoiden kanssa siitä, millaisia elementtejä ja toimintaperiaatteita tekoälytyökalu tulee pitämään sisällään sekä kartoittanut sitä, millaisia potentiaalisia ratkaisuja on saatavilla tekoälytyökalun kehittämiseksi. Suunnittelu- ja toteutustyö jatkuvat vuosien 2026 ja 2027 aikana.

## 21. Edistetään päättäjien sitoutumista Osallistujien Suomi -ohjelman toimeenpanoon yhteistyössä ministeriöiden ja muiden toimijatahojen kanssa (2025-2027)

Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden yhteiskunnalliset kustannukset ovat sekä inhimillisesti että taloudellisesti merkittäviä. Kyse on paitsi suomalaisten hyvinvointi- ja terveyshaasteiden ratkaisemisesta, niin myös laajemmin kansallisesta yhtenäisyydestä ja sisäisestä turvallisuudesta sekä kestävästä kehityksestä. Osallisuudessa on kyse ihmisen ydintarpeesta, jonka täyttymättömyys heijastuu elämän eri osa-alueille vaikuttaen hyvinvointiin, terveyteen, tuottavuuteen ja sisäiseen turvallisuuteen. Vaikuttavan yhteiskunnallisen muutoksen aikaansaamiseksi on varmistettava päätöksenteon eri tasoilla pitkäjänteinen eri ministeriöiden, hallinnonalojen, sektorien ja tutkijoiden välinen yhteistyö, jolla ennaltaehkäistään ja vähennetään yksinäisyyttä ja ulkopuolisuutta. Toimenpiteenä tuotetaan tutkittua tietoa päätöksenteon perusteeksi sekä edistetään päättäjien sitoutumista sen käyttöön. Lisäksi ohjelman edistymistä arvioidaan ja varmistetaan, että myös seuraava eduskunta ja hallitus jatkavat Osallistujien Suomi -ohjelman pitkäjänteistä toteuttamista, arviointia ja kehittämistä.

**Vastuutoteuttaja:** Eduskunnan yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmä ja Right to Belong -tutkimuskonsortio

**Vaikutuksen arviointi:** Osallistujien Suomi -ohjelman toimenpiteitä on toteutunut ja sen vaikutukset ovat todennettavissa

Right to Belong -tutkimuskonsortiossa tuotettiin tutkimusartikkeleita, tietokoosteita sekä politiikkasuosituksia muun muassa yksinäisyyden biopsykososiaalisista mekanismeista, kehityspoluista, riski- ja suojaavista tekijöistä sekä palvelujärjestelmän toimivuudesta ja kehittämisestä nuorten yksinäisyyden näkökulmasta (ks. esimerkkejä julkaisulistasta). Koosteita ja suosituksia on jaettu paitsi eduskunnan yksinäisyyden ja ostrakismin vähentämisen työryhmälle, myös muille lasten ja nuorten hyvinvoinnista kiinnostuneille kansanedustajille sekä kunta- ja aluepäättäjille ja ministeriöiden edustajille. Edellä mainittuja päättäjiä on myös kutsuttu tutkimustietoon pohjautuviin tapahtumiin ja dialogeihin.

Osallistujien Suomen asiantuntijajäsenet ovat saaneet useita kutsuja eri valiokuntien kuulemistilaisuuksiin eduskunnassa. Esimerkiksi Niina Junttila ja Katri Vataja ovat olleet aiheeseen liittyen sekä tulevaisuusvaliokunnan että sivistysvaliokunnan kuultavina.

Osallistujien Suomen päättäjyhteistyö vahvistui sisäministeriöllä Tarja Mankkisen tullessa mukaan asiantuntijajäseneksi. Ohjelman edistymistä on seurattu ja arvioitu muun muassa asiantuntijaryhmän tapaamisissa, Porkkalan leirillä sekä loppuraporttia varten kerättyjen arviointien avulla.



## 4. Julkaisuja vuodelta 2025



### Tutkimusartikkeleita

- Kaarakainen Suvi-Sadetta, Kyösti Anni & Helenius Jenni (2025). Nuorten yksinäisyys – auttavatko opiskeluhoitopalvelut? Analyysi kokemuksista Nuortennetin vertaiskeskusteluissa. Kasvatus, 56 (3).
- Kyösti Anni & Laasanen Miia (2025). Lasten ja nuorten yksinäisyys ja ostrakismi kuntapalveluiden yhdyspinnoilla – osallisuudesta apua kompleksiseen haasteeseen. Hallinnon tutkimus 44 (2).
- Virmasalo Ilkka, Kaarakainen Suvi-Sadetta & Kyösti Anni (2024). Nuorten näkemyksiä yksinäisyyden ratkaisuista. Kasvun Tuki, 4 (2).



### Blogitekstejä

- EVL: Yhdessä yksinäisyyttä vastaan
- EVL: Juha Tapio: Me tarvitaan sua elävien maassa
- EVL: Hyvinvointivaltion puolustaja, puhu vaaleissa!
- Itila: Kaikilla on keinoja puuttua yksinäisyyteen.
- Itila: Tarvitsemme toisiamme yksinäisyyttä kokevien lasten ja nuorten auttamisessa.
- Itila: Nuoret tarvitsevat keinoja ja aikuisten apua yksinäisyyden vähentämiseksi.
- Itila: Huomaako kukaan yksinäistä? Lasten ja nuorten yksinäisyyden tunnistaminen palvelujärjestelmässä.
- Kuntaliitto: Osallistujien vai yksinäisten kunta?
- Omaperhe.fi: Yksinäisyys lapsiperheessä
- Omahelperi.fi: Kaikki haluavat kuulua joukkoon
- Osallistujien Suomi: Elossapitoyhteisö kannattelee ja antaa tilaa jäsentensä erilaisille vahvuuksille
- Osallistujien Suomi: Kunnat, järjestöt ja seurakunnat voivat tehokkaasti torjua yksinäisyyttä – tulevilla päättäjillä on erityinen vastuu

”



Tuntuu siltä, että tapahtuu sitten ihan mitä tahansa niin ei sillä ole väliä. Että en mä hajoa enää niin helpolla. Koska mulla on ne. Ystävät.” -Opiskelija

[www.osallistujiensuomi.fi](http://www.osallistujiensuomi.fi)



 **Osaallistujien Suomi.  
Elämä on joukkuelaji.**