KUKAAN EI JÄÄ YKSIN

Eduskunnan valtiovarainvaliokunnan sivistys- ja tiedejaoston
kuulemistilaisuus 22.10.2021

HELSINGFORSMISSION · EST 1883 · HELSINKI MISSIO · KUKAAN EI JÄÄ YKSIN

ASIANTUNTIJALAUSUNTO

Osa 1. Lasten ja nuorten yksinäisyys

Osa 2. School to Belong -ohjelma

HELSINKI MISSIO

YKSINÄISYYS

Lasten ja nuorten kokema yksinäisyys on lisääntynyt merkittävästi koronavuoden poikkeusjärjestelyjen myötä.

Pitkään jatkunut yksinäisyys on riski sekä nuoren psyykkiselle että fyysiselle terveydelle.

Yksinäisyyden kokeminen lisää nuoren todennäköisyyttä sairastua mielenterveysongelmiin, kuten ahdistukseen ja masennukseen.

Emotionaalisesti yksinäiset nuoret joutuvat myös muita helpommin koulutuspolkujen, työmarkkinoiden ja niin sanotun normaalin yhteiskuntaelämän ulkopuolelle.

Erityisen haitallista on sosiaalinen ulossulkeminen, eli ostrakismi.

Pitkään jatkuneet ostrakismin kokemukset näkyvät väkivaltaisten tapahtumien, kuten koulu- ja joukkosurmien suunnittelun ja toteutusten takana.



HELSINKI MISSIO

KOULUTERVEYSKYSELY

Lapsista ja nuorista koki toisena koronakeväänä itsensä yksinäiseksi joko melko usein tai jatkuvasti:

yläkouluikäisistä tytöistä 22 prosenttia

lukioiden tytöistä 23 prosenttia

ammatillisten oppilaitosten tytöistä 26 prosenttia

Poikien prosentuaaliset osuudet olivat pienempiä (9-11%), mutta nekin noususuuntaisia

YKSINÄISYYDEN VÄHENTÄMINEN

Metatutkimus yksinäisyyttä vähentävistä interventioista (Masi ym. 2010):

1. sosiaalisten kontaktien mahdollisuuksien lisääminen
2. sosiaalisten taitojen opettaminen
3. sosioekologiset interventiot, eli vaikuttamalla muiden asenteisiin
4. sosiaalisten kognitioiden muuttaminen

Tutkitusti sosiaalisten kognitioiden muuttaminen on tehokas tapa vähentää yksinäisyyttä. Tähän pohjautuu HelsinkiMission yksinäisyystyö ja käytössä oleva yksinäisyys-tehtäväkirja.

HELSINKI MISSIO

OECD YKSINÄISYYSRAPORTTI

Tärkeät huomiot:

- Koulutuksella on keskeinen rooli ennaltaehkäistä ja vähentää yksinäisyyttä.
- Oppilaitoksilla ei koeta olevan riittävästi resurssia tai osaamista tämän haasteellisen tehtävän vastaanottamiseen.
- Investoimalla interventioihin perustuviin ohjelmiin ja niiden vaikuttavuusarviointeihin voimme vähentää yksinäisyyttä (vrt. KiVa-kouluun).

Lähde: How can education help fight loneliness?

SCHOOL TO BELONG

School to Belong -ohjelma auttaa tunnistamaan ja lievittämään nuorten yksinäisyyttä ja sen haitallisia vaikutuksia terveydelle ja hyvinvoinnille. Ohjelmassa yksinäisyyttä vähennetään em. neljän interventiomallin mukaisesti.

Ohjelman tavoitteena on tehdä yksinäisyyden vähentämisestä koko oppilaitoksen yhteisen asian.

School to Belong -sertifikaatti myönnetään oppilaitoksille, jotka sitoutuvat vähentämään yksinäisyyttä suunnitelmallisesti ohjelman mukaisesti. Sertifikaatti on osoitus oppilaitoksen sitoutumisesta ja toiminnan laadusta yksinäisyyden vähentämiseksi. Ohjelma tarjoaa oppilaitoksille materiaalit, koulutukset ja työkalut yksinäisyyden ilmiön tunnistamiseen, vähentämiseen, seurantaan sekä ennaltaehkäisyyn.

School to Belong -ohjelma on suunniteltu pitkäkestoiseksi toimintamalliksi Suomen kaikkiin oppilaitoksiin. Ohjelmaa toteutetaan suomeksi ja ruotsiksi.

OHJELMAN TAVOITTEET

1. kouluyhteisö sitoutuu vähentämään yksinäisyyttä kaikilla tasoilla
2. kouluyhteisön rakenteet vähentävät yksinäisyyttä
3. kouluhenkilökunnalla on osaamista ja kykyä vähentää nuorten yksinäisyyttä
4. kouluyhteisön työskentelytavat edistävät yhteenkuuluvuutta ja yhteisöllisyyttä
5. yksinäisyyttä kokeva nuori saa tukea ja keskusteluapua

OHJELMAN ERI TASOT

KOULUYHTEISÖ	KOULUHENKILÖKUNTA	KOULUTERVEYS	NUORET
School to Belong -sertifikaattiin oikeuttavat toimenpiteet (sis. seurannan ja arvioinnin)	Yksinäisyys sosio- ja kognitiivisena ilmiönä	Myötätuntoisen ja motivoivan työskentelyn perusteet	Yksinäisyysilmiöön tutustuminen vaikuttajien tarinoiden kautta
Koulukohtainen yksinäisyysstrategia (sis. yksinäisyyskyselyn)	Yksinäisyyden havainnoiminen ja tunnistaminen	Yksinäisyystyön keskusteluapu (sisällöt)	Keskustelu- ja kriisiavun tarjoaminen
Asiantuntijapalvelut yksinäisyyden vähentämiseksi ja väkivaltailmiön ennaltaehkäisemiseksi	Yksinäisyyden puheeksi ottaminen	Mittaaminen ja arviointi (FIT-työkalu)	Tukihenkilötoiminta ja vapaaehtoistyö
			Psykososiaalinen tuki väkivaltatekoa suunnittelevalle nuorelle

HELSINKI MISSIO

OHJELMAN TOIMENPITEET

- koulukohtainen yksinäisyysstrategia
- yksinäisyyskysely opiskelijoille, opettajille ja vanhemmille
- koulutukset kouluhenkilökunnalle ja kouluterveydelle
- konsultatiiviset työnohjaukset väkivaltailmiöistä
- työkalut, menetelmät ja materiaalit
- asiantuntijapalvelut (luennot, neuvonnat, työpajat)
- keskusteluavun tarjoaminen Nuorten kriisipisteellä
- tukihenkilön ja vapaaehtoisten tuki nuorille
- vaikuttajien henkilökohtaiset tarinat yksinäisyydestä


LÄMMIN KIITOS!
HELSINGFORSMISSION
EST 1883
HELSINKI
MISSIO
KUKAAN EI JÄÄ YKSIN