

Nuorten mielenterveys- ja päihdepalveluiden yhteiskehittäminen Orchidea Workshop App-työkalulla

Työpajan tavoite

- Työpajan tavoitteena oli ideoida uusia matalan kynnyksen monialaisia toimintamalleja nuorille, jotka tarvitsevat tukea mielenterveyden oireisiin tai päihteiden käytön vuoksi.
- Työpajan tuloksena saatiin konkreettisia ideoita toimintamalleista, joita kunnat ja kuntayhtymät voivat hyödyntää pilottikokeilujen käynnistämiseksi.
- Työpajaan osallistui 103 lasten ja nuorten kanssa työskentelevää ja heidän esihenkilöä, seurakuntien ja järjestöjen edustaja, kokemustoimijoita, oppilaitosten edustaja, nuora ja heidän läheisiä sekä muita aiheesta kiinnostuneita Pohjois-Pohjanmaalta.

Työpajan eteneminen

- Ensimmäisessä työpajaosuudessa osallistujat vastasivat Orchidea Workshop App-alustalla kysymykseen: Millaisia mielenterveys- ja päihdepalveluita nuorille tulisi olla, jotta he saisivat tarpeidensa mukaista tukea?
- Vastaukset luokiteltiin seuraaviin teemoihin:
 - Sähköiset ja sosiaalisen median palvelut
 - Ammatillinen tuki työntekijöille (konsultaatio)
 - Asiakkaan vertaistuki ja ryhmätoiminta
 - Ammattilaisten osaaminen
 - Päihdepalvelut
 - Nopea reagointi
 - Hoidon ja palvelun pysyvyys
 - Jalkautuva työskentelytapa
 - Monialainen yhteistyö
 - Asiakslähtöisyys
- Toisessa työpajaosuudessa osallistujat työskentelivät pienryhmissä ja ideoivat valitsemansa teeman pohjalta konkreettisen toimintamallin.

Toimintamallien ideat

Idea 1: Sähköiset ja sosiaalisen median palvelut

Kuvaillaa lyhyesti ideaanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Virtuaaliseen sote keskuksen nuorten chat, jossa voi keskustella laaja-alaisesti ja saa tarvittaessa palveluohjausta lähipalveluihin. Vastauksia nuorten kysymyksiin esimerkiksi päihteisiin ja mielenterveyteen sekä arjen haasteisiin liittyvissä asioissa. Lyhytterapia mahdollisuus anonymisti chat palvelussa voisi myös sisällyttää palveluun. Ilta-aikaisin chat tavoittaa paremmin nuoret.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Chat mahdollistaa anonymiteetin ja matalalla kynnyksellä palveluun yhteydenoton. Sähköiset palvelut ovat kaikkien käytettävissä asuinpaikasta riippumatta. Ohjattu vertaisuus voidaan myös toteuttaa chatissa.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

nuoret

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

netissä

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Tarvitaan mielenterveys- ja päihdepalvelut, nuorisopalvelut, opiskeluhoollon edustus, kolmannen sektorin toimijat,

Idea 2: Ennaltaehkäisy, kynnyksettömät ja matalan kynnyksen palvelut

Kuvaillaa lyhyesti ideaanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Tunnekasvatuksen malli (Laakavuoren malli, siellä pilotoitu) kouluilla + työkaluna Tunnekompassi (Yhteisöllinen ryhmänohjaus) Ei keksitä pyörää uudelleen vaan hyväksikäytetään olemassa olevia hyviä malleja.

Webinaaria kaivataan hyvistä malleista!

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Ennaltaehkäisy, resilienssi ja positiivisen mielenterveyden edistäminen alemmalla tasolla

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Peruskoulu ja toisen asteen opettajat, toimijat ja kohderyhmänä oppilaat.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Kokoonnutaan moniammatillisesti vaikka kerran viikossa

8-luokkalaisille Tunnekompassi (opo/ terveystieto/oppilashuolto-vetoisesti)

Idea 3: Kynnyksetön nuorten kohtaamispaikka

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Ois sähköinen kanava/ palvelu johon vastataan heti. He eivät jaksa odottaa tarvitsevat heti palvelua. Ja nuorten kohtaamispiste ilman leimautumisen pelkoa, jossa apua saatavissa mt ammattihenkilötä. Vertaistuki henkilöitä/ työntekijöitä nuorista. Hengailu paikka.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Ennaltaehkäisevää ja matalalla kynnyksellä.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Kynnyksetön palvelu nuorille, jotka kokee apua tarvitsevan. Heti

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Nuorten monen toimijan yhteinen paikka, liikkuva palvelu toimisi myös

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

järjestöt, sote, srk, muita tekijöitä

Idea 4: Hoitopolkujen selkeyttämiset

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Työntekijän kulkeminen nuoren kanssa palveluissa, moniammatillinen yhteistekeminen. Koulutoimintanuorisotyö mukaan

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

*Tiedetään keneen otetaan yhteyttä
Jalkautuva työ tulee osaksi nuoren mielenterveyden tukea*

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Ammattilaiset, järjestöt,

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

-

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Terveyspalvelut, sosiaalipalvelut, koulutoimi nuorisotoimi, kolmas sektori

Idea 5: Nopea reagointi

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Sähköinen paikka/alusta, mistä nuori voi pyytää apua paikasta ja ajasta riippumatta

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Akuuttiin avun tarpeeseen

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Lapsille ja nuorille

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Verkossa, voi ottaa yhteyden milloin ja missä vain

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Järjestöt mukaan osaksi

Idea 6: Päihdepalvelut

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Selkeiden toimintamallien luominen kuntiin ja että ammattilaiset ovat tietoisia, minne päihdeongelmaiset nuoret ohjataan. Päihdetyöntekijä mukana alusta asti.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Päihdeongelmaisille nuorille.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Nuorille, jotka haluavat apua päihdeongelmaan.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Sote-keskus

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Päihdetyöntekijä ja kaikki kyseisen nuoren kanssa toimivat henkilöt.

Idea 7: Mielenterveys- ja päihdepalvelut sosiaalisessa mediassa

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Mielenterveys- ja päihdepalvelut jalkautuisi sosiaalisen median alustalle (IG, Tiktok, Snapchat tms.) tuoden faktatietoa ja yhteisöllisyyttä nuorten pariin. Lisäksi voisi olla "opetusvideoita" siitä, miten paikallisella tasolla pääsee palveluiden piiriin, tai mitä eri häiriöt, haasteet ovat ja miten ne vaikuttavat arkeen. Lisäksi voisi olla livejä, joissa yhteistyökumppanit pääsisivät esittäytymään. Livejä, joissa voi vaikka miettiä, mitä tehdä, jos kaverista huoli.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Sosiaalisessa mediassa on paljon liikkeellä disinformaatiota mielenterveyden haasteista ja nuoret seuraavat sekä ottavat vaikutteita tätä. Toisaalta mielenterveyden haasteiden normalisointi alentaa kynnystä hakea apua.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Kaikille nuorille matalan kynnyksen yhteydenottokanavana sekä tiedon jakamisena.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Sosiaalisen median alustoilla työntekijöiden toimesta (some-vastaava)

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Tietyn organisaation työntekijä, jonka kautta myös yhteistyökumppanit pääsisivät myös ääneen.

Idea 8: Apua ja tukea, sinne missä nuoret ovat

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Jalkautuva työskentelytapa nuorten arkeen koulun ulkopuolelle ja toimintaympäristöihin.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Työntekijät ovat siellä, missä nuoretkin. Kasvot tulee tutuksi. Ennaltaehkäisy ja varhainen tuki sekä turvallisuus.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Nuorille, joita työntekijät kohtaavat iltaisin ja viikonloppuisin paikoissa, jossa nuoret viettävät aikaa. Nuoret voivat itsekkin mennä juttelemaan työntekijöille. Jalkautumisen lisäksi myös toimipiste kuntien keskustassa, jonne nuoret voivat mennä.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Jalkautumalla ja toimipisteessä sekä some-tili.

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Kuntien, kolmannen sektorin toimijoiden, seurakuntien ja vapaaehtoiset.

Idea 9: Matalan kynnyksen palvelut

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Walk in -toimintamalli, koskien sekä mielenterveys- ja päihdepalveluja.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Ei tarvitse jonottaa, esim. walk in. Kun apua saa juuri sillä hetkellä kuin tarve on, niin asiat eivät eskaloitu.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Pääsääntöisesti 13 - 17 vuotiaat.

Avoinna arkisin klo xx-xx ja paikalla työntekijä/työntekijät ottamassa vastaan nuoria.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Koulussa tai nuorisotalolla ja netissä.

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Nuorisotyö, sote-palvelut, oppilashuolto, järjestöt, seurakunta. Yhteinen tila, mistä löytyy kaikki toimijat.

Idea 10: Matalan kynnyksen palvelut

Kuvaillaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Nuori voisi vaikuttaa tapaamispaikkaan. Olisi joku paikka mihin mennä, jos olisi tarve keskustella. Kohtaamispaikka, jossa olisi myös Walk in toimintaa, johon voisi sopia myös nuoren kanssa tapaamisen. Olisi hyvä, jos palvelut olisi keskitetty järjestöistä lähtien samaan paikkaan, kaikki mielenterveyspalvelut samaan paikkaan. Rinnalla kulkevaa ohjausta myös muihin erityispalveluihin esim. lääkäripalvelu, sosiaalipalvelu. Oma työntekijä lähtee kartoittamaan yhdessä nuoren kanssa tilannetta. Hoidon jatkuvuus pitää turvata.

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Matalan kynnyksen tukea aikuisuuteen siirtyville ja nuorten henkiseen pahoinvointiin.

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Nuorille, jotka tarvitsevat psyykkistä tukea, matalalla kynnyksellä ja tarvittaessa Walk in. Ikäraja ei ole liian tarkka.

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Joustavasti,, liikkuva työ siellä missä nuori liikkuu, mutta oma toimipiste, johon voi sopia tapaamisia. resursseja

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

ohjaamo,...Järjestöt, ...julkinen sektori

Idea 11: Yhteisöllinen toiminta osaksi koulun arkea

Kuvaillkaa lyhyesti ideanne nuorten mielenterveys- tai päihdepalveluiden toimintamallista:

Koulun aikuisten riittävän aikainen puuttuminen / pysähtyminen. Riittävän kattava ensivaiheen selvittely nuoren ja lähipiirin kanssa. Ryhmytymistä ja yhteisöllistä työtä, psyykkareiden tai nuorisotyöntekijöiden vetämänä, yksinäisyyden ennaltaehkäisy. Nuorisotyön tai kerhotoiminnan tuominen koulupäivän sisälle. Terveystoiminnan, kuraattorin, koulupsykologin ohjaus ryhmätoimintoihin. Liikuntatoimen osallisuus

Mihin tarpeeseen toimintamalli vastaa?

Syrjäytymiseen, yksinäisyyteen

Kenelle toiminta on tarkoitettu? Miten sinne pääsee?

Kaikille koulun oppilaille

Missä toimintaa toteutetaan (esimerkiksi koulussa, nuorisotaloilla, sote-keskuksissa, liikkuvana palveluna, netissä)?

Koulupäivän sisällä, kerhoissa, toimintatuokioissa

Keiden toimijoiden yhteistyönä toimintaa toteutetaan?

Koulun, liikuntatoimen, seurakunnan, kunnan