

“Nuorten psykososiaaliset menetelmät IPC ja
Cool Kids – käyttöönoton onnistumisia ja
haasteita

Saara Udd ja Suvi Vasiljev
projektikoordinaattorit
Tarja Koskinen projektipäällikkö
KYS Nuorten mielenterveyden
osaamiskeskustiimi NMOK
14.12.2022

Lyhyesti mikä, mitä ja miksi - nmok-toiminta pähkinänkuoressa

Nuorten mielenterveyden osaamiskeskustiimi (nmok) on aloittanut toimintansa syksyllä 2020 osana TulSote-hanketta, keskittämisesetukseen nojaten, toimien omalla yliopistosairaala-alueellaan (KYS, Itä-Suomen yhteistyöalue, sisältää 4 hyvinvointialuetta)

Taustalla tieto nuorten psyykkisen oireilun lisääntymisestä, pääpainona masennus- ja ahdistusoireilu, johon tarvittiin tehokkaita, näyttöön perustuvia menetelmiä nimenomaan perustasolle, kouluihin ja oppilaitoksiin, jossa oireilevat nuoret ensilinjassa kohdataan

Menetelmiksi valittu IPC mielialaoireiluun ja Cool Kids ahdistuneisuuteen - nämä myös kansallisesti käyttöön otettavat/otetut menetelmät: epidemiologiset taustatiedot

Tavoitteena ei ainoastaan koulutukset, vaan myös varmistaa menetelmien käyttöönottoa ja juurtumista käyttöön pysyvästi (implementaatio)

Lisäksi tavoitteena vaikuttavuuden seuranta (menetelmän käytön määrät, menetelmän toimivuus nuorille), yleisesti työntekijöiden mielenterveyshaasteiden kohtaamisen osaamisen lisääntyminen ja asiakaspalautteiden kerääminen menetelmistä, tiimityöotteen laajentuminen (ipc-tiimit)



OPA22
opiskeluhoolto-
palveluiden seuranta

*"Opiskeluhoitopalvelujen ammattilaiset käyttivät lukuvuonna 2021–2022 merkittävän osan (40 %) asiakastyöajastaan opiskelijoiden **mielenterveysongelmiin ja niihin liittyvään yhteistyöhön**"*

"Mielenterveyteen liittyviä nimettyjä tuen tarpeen tilanteita olivat masentuneisuus, ahdistuneisuus, uupuminen, syömis- ja käytöshäiriöt sekä neuropsykiatriset vaikeudet."

Nuorten psykososiaaliset menetelmät IPC ja Cool Kids



IPC (Interpersonal counselling, suom. Interpersonaalinen ohjaus ja neuvonta) on nuorten mielialaoireiluun ja lievään masennukseen käytettävä kuuden käyntikerran menetelmä, jossa keskitytään masennusoireiden lievittämiseen keskittymällä nuoren ihmissuhteiden ja oireiden väliseen yhteyteen, nuoren ihmissuhdetaitojen parantamiseen ja sitä kautta nuoren tilanteen korjaantumiseen.



Cool Kids on ahdistuksen hoitoon käytettävä menetelmä, joka perustuu kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan. Käyntikertoja menetelmässä noin 10, ja menetelmä sopii sekä kouluihin, oppilaitoksiin, perheneuvoloihin, nuorten työryhmiin ja erikoissairaanhoidon.



Molemmat menetelmät ovat näyttöön perustuvia

Keitä on koulutettu ja kuinka paljon

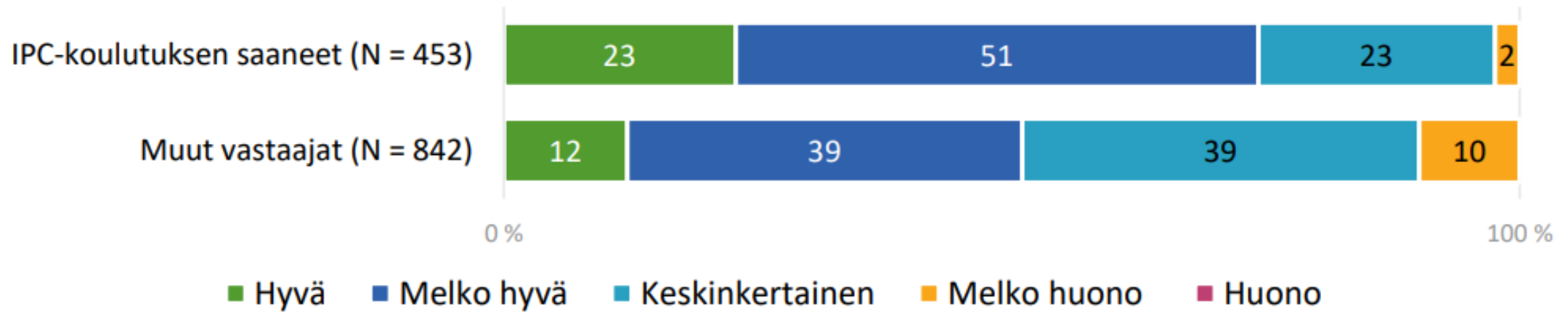
- Itä-Suomen tilanne 2020-2022
 - IPC-koulutuksissa ollut 520 työntekijää (pääasiassa terveydenhoitajia, kuraattoreja, psykologeja, psykiatrisia sairaanhoitajia, perustasolla toimivia sote-ammattilaisia)
 - Cool Kids-koulutuksissa ollut 40 työntekijää (sairaanhoitajia, psykologeja, kuraattoreja, sekä perustasolta kouluista, perheneuvoloista ja nuorten työryhmistä että erikoissairaanhoidosta)
 - Lisäksi koulutettu IPT-N-työntekijöitä ja IPC- ja CK-menetelmäohjaajia, jotka antavat tukea menetelmän käyttöön koulutetuille työntekijöille perustasolle
 - Huomioi koulutusprosessi vuoden mittainen, osalla koulutusprosessi kesken
- Muun Suomen tilanne
 - TAYS-alue: IPC 350 koulutettua, Cool Kids 43
 - OYS-alue IPC 265 koulutettua, Cool Kids 28
 - TYKS-alue IPC 92 koulutettua, Cool Kids 9
 - HUS-alue IPC 312 koulutettua, Cool Kids 163

Mitä tiedetään menetelmien käytöstä - onnistumisista

- Yli 500 koulutettua työntekijää
- Vähintään 1300 nuorta saanut menetelmistä avun
- Menetelmät antavat keinoja kohdata ja arvioida psyykkisesti oireilevia nuoria, vaikkei menetelmiä puhtaasti pystyisikään kaikkien nuorten kanssa käyttämään
- Nuorten palautteet positiivisia, sitoutuminen korkea
- Koulutukset eivät jää vain käydyiksi koulutuksiksi vaan menetelmät jäävät oikeasti työntekijöiden käyttöön
- Struktuuria nuorten kohtaamiseen, alueellinen tasavertaisuus
- Vaikuttavuuden seuranta, nuorten palautteet
- Juurruttamisen rakenne (koulutukset, esihenkilötapaamiset, boosterit, aluepäivät, webinaarit, vaikuttavuus, osaajarekisteri).

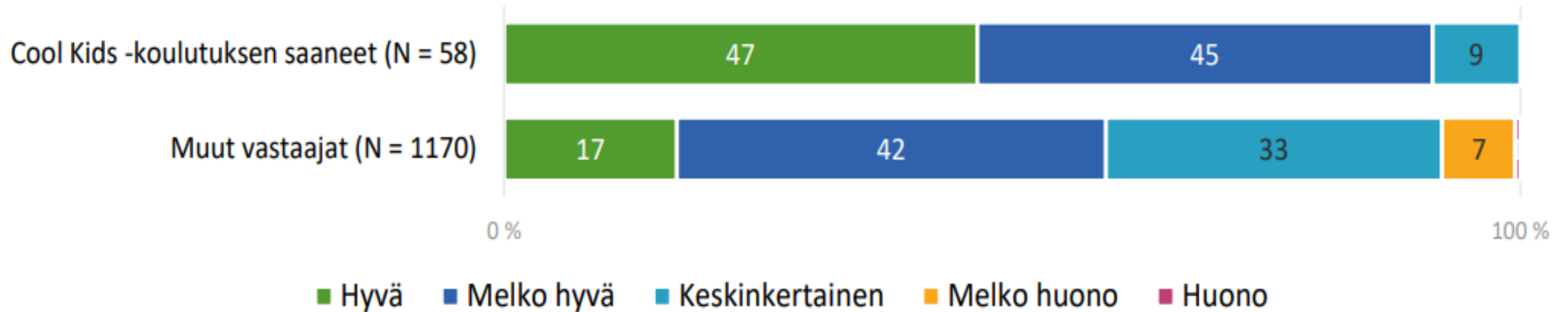
OPA22

- "Lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ehkäisyä, varhaista tukea ja hoitoa perustasolla on tarve kehittää. Yksi tärkeä toimenpide tässä on näyttöön perustuvien psykososiaalisten varhaisen tuen ja hoidon menetelmien käyttöönotto opiskeluhuoltopalveluissa"
- "Saatu IPC-koulutus **paransi ammattilaisen kokemia auttamismahdollisuuksia omassa työssä silloin, kun pulmana oli masentuneisuus.**"



OPA22

- "Vastaavasti Cool Kids -koulutuksen käyneiden kokemukset **auttamismahdollisuudestaan ahdistuneisuudessa** olivat parempia kuin niillä vastaajilla, jotka eivät olleet koulutusta saaneet."





Nostoja toteutuneista IPC-jaksoista (surveyspal)

Vuosi 2021

- 86 % nuorista käy aloitetun IPC-jakson loppuun
- Nuoren jatko IPC-jakson jälkeen: 27% ei jatkoa, 36% harvajaksoiset seurantakäynnit, 9,5% lähete erikoissairaanhoidon

Vuosi 2022

- 87% nuorista käy aloitetun IPC-jakson loppuun
- Nuoren jatko IPC-jakson jälkeen: 36% nuorista ei jatkoa, 30% harvajaksoiset käynnit, 8,4% lähete erikoissairaanhoidon

Nostoja toteutuneista IPC-jaksoista (surveys)

**PHQ-9
vuosi 2021**

Käynti
1: 11,1
pistettä

Käynti 6: 8,6
pistettä

**PHQ-9
vuosi 2022**

Käynti 1: 10,5
pistettä

Käynti 6: 7,1
pistettä

**BDI-21
vuosi 2021**

Käynti 1: 18,4
pistettä

Käynti 6: 14,6
pistettä

**BDI-21
vuosi 2022**

Käynti 1: 17,2
pistettä

Käynti 6: 12,7
pistettä

Mitä tiedetään menetelmien käytöstä - haasteita

- Uusien menetelmien käyttöönotto vie aikaa ja uuden taidon siirtyminen kiivaaseen perustyöhön voi olla usein haastavaa, mm. th:n lakisääteiset tehtävät, ”menetelmä-ähky”
- Korona, sen vaikutukset niin omaan perustyöhön kuin nuorten vointiin > kysynnän kasvu
- Työntekijävaihtuvuus, riittämättömät resurssit
- Muutosvastarinta, ajattelun muutos
- "Saanko käyttää mt-työhön aikaa?" - eettinen pulma liittyen lieväoireisiin
- Kouluilla paljon jo vaikeasti oireilevia - hoitovelka
- Menetelmäuskollisuus
- Menetelmän juurtuminen arkityöhön
- Siirtyminen hv-alueille



OPA22

"Auttamismahdollisuuksiin vaikuttavat kuitenkin monet muutkin asiat kuin pelkkä osaaminen. OPA 22 - tiedonkeruussa tuli esille, että saatua menetelmäkoulutusta ei aina ollut mahdollista hyödyntää arjen työssä, esimerkiksi riittämättömien henkilöstö- ja aikaresurssien tai kapeiksi määriteltyjen työnkuvien vuoksi. Samat tekijät voivat rajoittaa auttamismahdollisuuksia kaikkien tuen tarpeiden osalta. Mahdollisuudet auttaa ovat heikot, jos arjen työ ei mahdollista opiskelijan tapaamista uudestaan, toistuvasti tai riittävän tiiviisti ja kiireettä. Menetelmäkoulutuksia järjestettäessä tulisikin kiinnittää enemmän huomiota niiden implementointiin osaksi arjen työtä."

Menetelmien avulla mennään nuoren voimavaroja tukien eteenpäin

Pitkäaikainen kannattelu saadaan tiivistettyä selkeään, auttavaan jaksoon

Yhteinen struktuuri, tapa tehdä työtä selkeytynyt (kur, th, psl)

IPC:n myötä kalenterini on edelleen täynnä, mutta hallitusti, tiedän jaksojen määräaikaisuuden avulla, milloin voin ottaa seuraavan jaksolaisen, olen pystynyt aloittamaan koululla uuden ryhmän ahdistuneille ja masentuneille

Menetelmät tukevat hoidonporrastuksen toteutumista - lievät häiriöt, keskivaikeat, vaikeat

Onnistumisia nuorten
kanssa työntekijän
näkökulmasta

Video

Nostoja nuorten
palautteista

Mitä jatkossa?



Menetelmien lisäkoulutukset jatkuvat



Aluepäivät, boosterit, menetelmäohjaukset pysyviksi, osaamista ja intoa ylläpitäviksi rakenteiksi



Tuki erityistason palveluista perustasolle pysyväksi



Juurruttamisen rakenne pysyväksi - esihenkilöiden ja ylemmän johdon tuki menetelmien käytölle ehdottoman tärkeää



Uutena mahdollisesti nuorten ohjattu omahoito vuonna 2023



Hankeaika päättyy vuoden –23 loppuun - mitä sen jälkeen? Pysyvä rahoitus? Implementoituminen on pitkäkestoinen tapahtuma

KIITOS!

Tarja Koskinen tarja.koskinen@kuh.fi

Saara Udd saara.udd@kuh.fi

Suvi Vasiljev suvi.vasiljev@kuh.fi