Piia Ahokas

 Suunnittelija

 Kestävän kasvun Kainuu

**Toimintasuunnitelmaluonnos 0.1 / 22.12.2023**

**Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen kouluissa**

Tavoitteena on vahvistaa **lasten ja nuorten mielenterveyttä ja hyvinvointia** sekä sosiaalista pääomaa luomalla ja käyttöönottamalla Kainuuseen lasten ja nuorten mielenterveyden edistämisen monialainen toimintamalli peruskouluissa ja toisella asteella 2025 loppuun mennessä. Tavoitteena on, että kouluissa on lasten ja nuorten saatavilla turvallisia aikuisia, mahdollisuus tavata helposti ja nopeasti joko kasvatus-, mielenterveys- tai sosiaalialan ammattilainen, mahdollisuus saada helposti tietoa mm. mielenterveydestä osana koulupäivää ja näin vahvistaa lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä sekä mielen hyvinvointia. Tavoitteena mallissa on, että lasten ja nuorten mielenterveys- ja päihdeongelmien riskit tunnistetaan varhaisessa vaiheessa ja niihin pystytään puuttumaan varhain. Samalla tavoitteena on purkaa lasten ja nuorten hoito- ja palveluvelkaa ja koronan aiheuttamaa yleistä henkistä pahoinvointia.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kouluilla havaitut tarpeet | Ratkaisuehdotukset | Toimijat |
| Haastattelujen perusteella turvallisia aikuisia tarvitaan lisää koulumaailmaan niin yläkouluihin kuin alakouluihin. Erityisesti opetus-/hoitoalan ammattilaisia toivotaan.  | Hankkeessa mahdollistetaan tarpeeseen vastaaminen. Toteutetaan pilotointi valituilla kolmella Kainuun koululla vuoden 2023 aikana. Halukkuutensa ja perusteluiden vuoksi pilotointiin ehdotetaan kouluiksi Kajaanin Lehtikankaan koulu, Kuhmon yläkoulu sekä Hyrynsalmen yläkoulu. Suunnitelma perustuu kouluilta kerättyyn tietoon eikä toimenpiteistä ole keskusteltu koulujen kanssa. Pilottiin ehdotettujen koulujen kanssa ei ole keskusteltu pilotista.Pilotissa jalkautetaan valittuihin kouluihin mielenterveys-/hyvinvointiosaamista taitavia työntekijöitä. He ovat helposti nuoren saavutettavissa matalalla kynnyksellä. Pilotissa mahdollisesti toteutetaan mielenterveyden hyvinvointikysely. Esimerkiksi Jyväskylän yliopiston kehittämä lasten Hyvinvointikysely [Hyvinvointikysely lapsen kouluhyvinvoinnin tutkimiseen – Opinkirjo](https://opinkirjo.fi/hyvinvointikysely/)) tai MLL:n hyvinvointikysely [Hyvinvointikysely oppilaille - PDF Ilmainen lataus (docplayer.fi)](https://docplayer.fi/163555429-Hyvinvointikysely-oppilaille.html) | Opetus-/ mielenterveys- ja hyvinvointiosaamista omaavaa henkilöstö. |
| Perheen mukaan ottaminen nuoren kasvutaipaleella. Tarvetta on lisätä mielenterveyden hyvinvoinnista tietoutta myös perheille.  | Perheiden kanssa järjestetään työpajoja, joissa saadaan perheitä osallistutettua hankkeeseen ja sen suunnitelmaan.Tarina-auttaminen kohtaa kaikki nuoret säännöllisesti tarjoten oma-apua, psykoedukaatiota sekä keskusteluyhteyden ammattilaiseen.Hankkeen työntekijä jalkautuu myös vanhempainiltoihin. Järjestelee mukaan eri järjestöjen toimijoita, kuten Mieli ry, ADHD-liitto, Autismiliitto, etsivä nuorisotyö, oppilashuolto sekä yhteistyö eri hankkeiden kanssa. Kirjallisen ja sähköisen materiaalin käyttöönottoon opastetaan tutustumaan. Esimerkiksi mielenterveystalo.fi, mieli ry, Zekki.fi (Zekki perustuu 3X10D®-elämäntilannemittariin tutkimuksiin ja asiantuntijatietoon. Se soveltuu parhaiten n. 15–25-vuotiaille)  | Hankkeen työntekijä yhdessä koulutoimijoiden kanssa. |
| Tarve on, että koulumaailmassakin pystyttäisiin huomioimaan tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä aggression hallinta koska on huoli näiden taitojen heikkenemisestä lapsilla sekä nuorilla. | Kartoitetaan erilaisia mahdollisuuksia, voidaanko tuottaa sähköistä materiaalia. Otetaan käyttöön laajemmin sosiaaliset mediat ja nuorten verkostot. Tuntikehyksissä koulutetaan. Koulukohtauttajat (tukevat lapsia ja nuoria koulunkäynnissä, sekä pyrkivät lisäämään kouluviihtyvyyttä erilaisin keinoin) toteuttavat tällä hetkellä kouluissa erilaisia teemapäiviä, joissa antavat nuorille tietoa eri aiheista. Hyödynnetään mielenterveystalo.fi sivuston omahoito-ohjelmia, kuten kaverisuhteiden omahoito-ohjelma, aggression omahoito-ohjelma, lasten haastavan käytöksen omahoito-ohjelma. Otetaan käyttöön chillaa- appi. Chillaa tsemppaa oman mielen hallinnassa ja auttaa hankalien asioiden kohtaamista. Se on suunniteltu koulun, arjen ja harrastusten haasteiden helpottamiseen. Otetaan vanhemmat mukaan koulupäivään näkemään lapsen/nuoren oppimisympäristön.  | Hanketyöntekijä sekä koulutoimijat |
| Arviointityökalun (sähköinen) tarve henkilöille, jotka kohtaavat työssään psyykkisesti oireilevia nuoria. | Suomessa otetaan käyttöön nuorten perustasonpalveluissa interventionavigaattori 2023-2024. Hyödynnetään sen tarjoamia mahdollisuuksia varhaisessa vaiheessa huomata lasten ja nuorten mielenterveyttä koskevia huolia. Interventionavigaattori on digitaalinen arviointityökalu sote-ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään psyykkisesti oireilevia nuoria. Koulutetaan käyttö mahdollisimman laajasti koskemaan esimerkiksi kouluterveydenhoitajia, kuraattoreja, lanu-työntekijät (lasten ja nuorten-mielenterveystyöntekijöitä erikoissairaanhoidosta), miekkarit (koulujen psykiatriset sairaanhoitajat), koulukohtauttajat (tukevat lapsia ja nuoria koulunkäynnissä, sekä pyrkivät lisäämään kouluviihtyvyyttä erilaisin keinoin yhteistyössä). | Terapiat etulinjaan - toimintamalli, interventiokoordinaattori tukee kouluilla sen käyttöönottoa. |
| Neuropsykiatriset haasteet ovat lisääntyneet kouluilla. Tarve varhaiselle tunnistamiselle sekä neuropsykiatriselle valmennukselle.  | Lisätään koulumaailmaan ammattilaisille tietoisuutta neuropsykiatrisen oireilun tunnistamisesta järjestämällä esimerkiksi webinaari koulun henkilökunnalle. Neuropsykiatrisia valmentajia tarvitaan sairaanhoitoon sekä koulumaailmaan lisää.  | Hanketyöntekijä sekä neuropsykiatrinen tiimi, sekä TOKI-hanke |
| Mielenterveyspalvelujen hoitopolkujen selkeyttäminen lapsilla ja nuorilla. Tällä hetkellä koetaan, ettei hoitopolkumalli ole riittävän selkeä ja toimiva.  | Kehitetään hoitopolkua yhdessä perussairaanhoidon, erikoissairaanhoidon ja oppilashuollon kanssa tehden siitä selkeä ja kaikkien tarpeisiin vastaava. Mittareina käytetään asiakaskokemuskyselyn vastauksia, kouluterveyskyselyä. Tehdään selvitys, kuinka moni nuori ohjautuu erikoissairaanhoitoon.Kehitetään perustason palveluita. | Hanketyöntekijä yhdessä koulun ja hyvinvointialueen mielenterveyspalveluja tuottavien tahojen kanssa.  |
| Autisminkirjon haastattelututkimukselle koetaan tarvetta  | Kartoitetaan tarvetta tarkemmin koko Kainuun alueelta. Järjestetään tarpeenmukaisesti esim. ADI-R haastattelulomakkeen käyttöön koulutus.  | Yhdessä opiskelu ja terveydenhuollon kanssa. |
| Liikunnan lisääminen kouluilla ja tiedon lisääminen oikeanlaisesta ravitsemuksesta | Koulujen tarpeeseen mahdollisuus vastata hankkeen avulla. Selvitetään mahdollisuutta palkata liikunnanohjaaja osa-aikaiseksi, joka tekisi liikunnanopettajien kanssa yhteistyötä ja järjestelisi liikuntaryhmiä pilottikouluille. Mittarina käytettävissä kouluterveyskysely sekä esimerkiksi Mopo-hankkeen tyylinen haastattelu ([LiikunnanPuheeksiottaminen.pdf (odl.fi)](https://tuunaamopo.odl.fi/tiedostot/Tietopankki/Liikunta%20ja%20terveys/LiikunnanPuheeksiottaminen.pdf)) | Liikunnanohjaaja yhdessä liikunnanohjaajan kanssa |
| Nuorten päihteidenkäyttö | Selvitetään tämänhetkistä nuorten päihteidenkäyttöä. Mittarina käytetään ADSUME-mittaria. Pidetään työpaja yhdessä nuorten kanssa, miten päihteiden käytön haittavaikutuksien tietoisuutta voi lisätä koulumaailmassa. Tehdään yhteistyötä HELLÄ-hankkeen Varhaisen tuen tiimin kanssa. | Hanketyöntekijä sekä muut toimijat (nuorisovaltuusto) |
| Turvallinen somekäyttäytyminen | Selkeyttää somekäyttäytymistä nuorille. Itsetietoisuuden tunnistaminen, omat rajat ja seksuaalisuus. Keskustelua esim. 5-7 henkilön pienryhmissä. | Hanketyöntekijä, sosiaalityöntekijä, koulutoimijat, muiden hankkeiden toimijat.  |