

DIMMI - Digitaaliset menetelmät nuorten positiivisen mielenterveyden tukemiseen

MYR § 43

Hanketta tulee esittelemään hakijan edustaja Tanja Korhonen.

Hakijana on Kajaanin Ammattikorkeakoulu Oy.

Ylimaakunnallinen hanke kohdentuen Pohjois-Pohjanmaalle (Oulu) sekä Kainuuseen (Kajaani & Sotkamo). Hankkeen budjetti jakautuu kohderyhmän määrän mukaisesti seuraavasti: Kainuu 55 % eli 216 590 € (josta ESR-tuki 162 441 €) ja Pohjois-Pohjanmaa 45 % eli 177 210 € (josta ESR-tuki 132 907 €).

Toteuttajat Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Diakonia-ammattikorkeakoulu vastaavat projektin 25 %:n omarahoitusosuudesta.

Hankkeeseen osallistuvien henkilöiden määrä yhteensä 280 henkilöä, joista työttömiä ja työmarkkinoiden ulkopuolella olevia nuoria 200 henkilöä ja työssä olevia 80 henkilöä.

Pitkäaikaistyöttömyys, nuorisotyöttömyys, psyykkiset sairaudet, päihteiden käyttö, perheiden ongelmat ja yksinäisyys aiheuttavat pahoinvointia Kainuussa. Ongelmat liittyvät läheisesti matalaan koulutustasoon, heikkoon taloudelliseen toimeentuloon ja sosiaaliseen syrjäytymiseen. (Kainuu-ohjelma 2015.) Kainuussa esimerkiksi 16-24 -vuotiaiden mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkkeellä olevien osuus sekä 18-24 -vuotiaiden mielenterveyshäiriöihin sairaalahoitoa saaneiden osuus oli vuonna 2015 muuta maata suurempi.

Kouluterveyskyselyssä 2013 kainuulaiset 1. ja 2. vuoden ammattioppilaitosten opiskelijat ilmoittivat muuta maata enemmän läheisen liiallisen alkoholinkäytön tuovan ongelmia, olevansa tosi humalassa keran kuukaudessa sekä tupakoivansa päivittäin. Vuoden 2017 kouluterveyskyselyn mukaan kainuulaiset lukioikäiset pojat kokevat kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta sekä huolestuneisuutta omasta mielialasta enemmän kuin muualla Suomessa olevat 1. ja 2. vuoden lukiolaispojat.
(sampo.thl.fi; <https://www.sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?>.)

Huolestuttavaa on, että verrattaessa vuosien 2013 ja 2017 kouluterveyskyselyjen tuloksia yksinäisyyden kokemusten ja unensaannin vaikeuksien osalta, näistä vaikeuksista kokevien kainuulaisten nuorten määrä on kasvanut niin lukiossa kuin ammattioppilaitoksissa opiskelevilla. Pojat kokevat yksinäisyyttä tyttöjä useammin ja tytöt

puolestaan univaikeuksia poikia useammin. Jatkuva yksinäisyyden kokemus on riskitekijä psyykkiselle ja fyysiselle terveydelle.

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppiminen ja opettaminen on tarpeellista ystävyysuhteissa ja ryhmässä toimimisessa. (sampo.thl.fi.) Vähäinen uni on myös riski terveydelle. Univaikeudet voivat johtua erilaisista psyykkistä oireista, joiden hallintaa voidaan vahvistaa.

DIMMI-hankkeessa pyritään tukemaan nuorten positiivista mielenterveyttä sekä uusilla toimintatavoilla että jo käytössä olleilla hyväksi havaituilla toimintamalleilla ja niiden integraatiolla. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy tapahtuu usealla tasolla; yksilön tukemisen, perheen tukemisen ja yhteiskunnan syrjäytymistä tuottavien rakenteiden purkamisen ja nuoria osallistavien rakenteiden luomisen kautta. DIMMI vastaa nuorten syrjäytymisen ehkäisyn haasteeseen kehittämällä uusia menetelmiä kohderyhmän mielenterveyden tukemiseen ja selvittämällä niiden vaikutuksia sekä tehokkuutta.

Hankkeen päätavoitteena on edistää nuorten positiivista mielenterveyttä nuoret tavoittavien digitaalisten menetelmien avulla. Nuoria innostetaan ja osallistetaan vertaisnuorten ja nuorisotyöntekijöiden tuella oman hyvinvoinnin ja mielenterveyden edistämiseen ja elämänhallinta- ja mielenterveystaitojen kehittämiseen.

Hankkeen osatavoitteina on:

- 1) voimaannuttaa nuoria (16-29 -vuotiaat) jokapäiväisissä elämän haasteissa, joihin liittyy mm. ahdistusta, stressiä ja negatiivisia tunteita.
- 2) kehittää nuoren mielenterveyden tukemisen menetelmiä nuorisotyöhön nuorten, julkisen sektorin ja kolmannen sektorin yhteistyönä.

Hankkeen tuloksina otetaan käyttöön uudet ja jo olemassa olevat, arvioidut menetelmät nuoren positiivisen mielenterveyden tukemiseen kuntien ja seurakuntien nuorisotyössä yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa:

- a) testattu hyötypeli nuorten elämänhallinnan tukemiseen ja toimintamalli sen käyttöön nuorisotyössä
- b) testatut menetelmät ja toimintamalli nuorten itsehavainnointitaitojen ja psyykkisen itsesäätelyn keinojen tukemiseen.
- c) valikoidut asiantuntija- ja vertaistuen sekä sosiaalisen median kanavat ja toimintamalli niiden käyttöön nuorisotyössä.
- d) Hankkeen lyhyen aikavälin vaikutuksia ovat: nuorten ja aikuisten lisääntynyt yhdessä tekeminen menetelmien yhteiskehittämisen aikana, vahvistunut moniammatillinen toiminta, uudet verkostot ja yhteistyö, Hankkeen pitkän aikavälin vaikutuksena on nuorten vahvistunut mielenterveys, toimintakyky ja osallisuus. Nuori on saanut välineitä itsehavainnointiin ja paremmin yhteyden omiin voimavaroihinsa. Hänen selviytymisensä arki- ja tunne-elämän

e) haasteista on parantunut. Aktiivisuus ja osallisuus ovat lisääntyneet. Nuorten yksinäisyys sekä syrjäytyminen ovat vähentyneet. Lisäksi nuorisotyöntekijöiden ammatillinen asiantuntijuus ja osaaminen on vahvistunut (uudenlaisen työvälineen saaminen ja koulutus sen käyttämiseen).

Määrälliset tulokset:

- 1 hyötypeli
- 3 menetelmää/toimintamallia nuorisotyöhön
- 3 työpajaa
- 2 seminaaria
- 4 julkaisua
- 2-4 opiskelijoiden opinnäytetyötä aloitettu ja 1-3 projektityötä aloitettu

Hankkeen suunniteltu toteutusaika on 1.3.2018-28.2.2020 ja kokonaiskustannusarvio on 393 800 €, johon haetaan ESR/valtion rahoitusta TL 5 yht. 295 348 € (75 %).

Rahoituslaskelma:

	€
ESR- ja valtionrahoitus	295 348 (75 %)
Muu julkinen rahoitus	98 452 (25 %)
Rahoitus yhteensä	393 800 (100 %)

Kustannusarvio:

	€
Palkkakustannukset	90 000
Ostopalvelut	38 500
Matkakustannukset	14 000
Muut kustannukset	7 800
Flat rate	43 500
Kustannukset yhteensä	393 800

Rahoittajan arvio hankkeesta:

Sekä Kainuussa että Pohjois-Pohjanmaalla useat nuoret kärsivät tavanomaista suuremmista koulutukseen, työllistymiseen ja taloudelliseen toimeentuloon liittyvistä huolista. Yksinäisyys, päihteet ja mielenterveysongelmat ovat uhka nuorten hyvinvoinnille. Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt sekä niistä johtuvat nuorten työkyvyttömyyseläkkeet ovat muuta maata suurempia.

Toimintalinjan 5 tavoitteiden mukaisesti hankkeessa kehitetään ennaltaehkäiseviä palveluita ja toimintatapoja sekä edistetään syrjäytymisvaarassa oleville nuorille suunnattuja palveluita. Lisäksi hankkeessa tuetaan nuorten omien voimavarojen vahvistumista myös vertaistuen ja omaehtoisen toiminnan kautta sekä hyödynnetään uu-

sia teknologiaratkaisuja. Hankkeessa kehitetään uudenlaisia ratkaisuja olemassa oleviin nuorten työ- ja toimintakykyä lisääviin palveluihin ja toimintamalleihin. Kainuun maakuntaohjelman mukaisesti hankkeella edistetään nuorten työelämävalmiuksia ja tuetaan nuoria elämänhallintataidoissa ja omien voimavarojen hyödyntämisessä. Hanke edistää nuorten osallisuutta sekä kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Hankkeen lähestymistapa ja sisällöt ovat uudentyyppisiä verrattuna mm. tällä hetkellä käynnissä oleviin hankkeisiin. Hanke täydentää käynnissä olevia toimintalinjan 5 hankkeita. Hanke toteuttaa haun painotuksia, haussa haettiin erityisesti digitalisaation huomioivia ja digitalisaatiota hyödyntäviä toimintamalleja kehittäviä hankkeita.

Ylimaakunnallisessa yhteishankkeessa Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Dia-konia-ammattikorkeakoulu yhdistävät osaamisensa uudella tavalla. KAMK tuo hankkeeseen omaa osaamistaan liittyen erityisesti pelien kehittämiseen ja hyödyntämiseen nuorten mielenterveyden tukemisessa. Diak:n vahvuutena on pedagogisten ja osallistavien menetelmien hallinta sekä moniammatillinen osaaminen.

MYR sihteeristö käsitteli hankeasiaa kokouksessaan 4.12.2017 ja puolsi hankkeen rahoittamista. Hanke menee maakunnan yhteistyöryhmän MYRin käsittelyyn koska on ylimaakunnallinen hanke, josta Kainuun osuus on yli 200 000 euroa.

Hanke on rakennerahasto-ohjelman toimintalinjan 5 mukainen ja toteuttaa Kainuun maakuntaohjelman 3.1 Työelämään kiinnittyminen, työssä jaksaminen (työllistämistoimet) ja siellä kohtaa 3.1.1 Nuorten yksilölliset työllistämispolut ja työelämän valmiudet sekä 3.2.3 Hyvinvointia edistävän elämäntavan parantaminen.

Erillisliite nro: 1

Lisätietoja asiasta antaa Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskuksesta rahoitusasiantuntija Verna Mustonen, puh. 025 023 573.

Maakuntajohtajan ehdotus:

Maakunnan yhteistyöryhmä (MYR) puoltaa hankkeen rahoittamista.

Maakunnan yhteistyöryhmä (MYR):

Hyväksyttiin esityksen mukaisesti.