

**POLICY
BRIEF**

31/1/2019

Päätöksenteon tueksi

PROMEQ-hanke

Digitaalisista nuorisopalveluista apua yksinäisyyteen

Sanna Aaltonen (sanna.aaltonen@nuorisotutkimus.fi)

Antti Kivijärvi (antti.kivijarvi@nuorisotutkimus.fi)



Lisätietoja: www.promeq.fi

Tutkimusta rahoittaa Suomen Akatemian Strategisen tutkimuksen neuvosto.

Yksinäisyyteen puututtava yhteiskunnallisin keinoin

Verkkoympäristöt mahdollistavat monelle yksinäisyyttä kokevalle nuorelle aikuiselle sosiaalisen toiminnan ajasta ja paikasta riippumatta. Moderoitu, anonyymi ja suljettu verkkokeskustelu tarjoaa turvallisen tilan ja madaltaa kynnystä osallistua ryhmätoimintaan vaikka kotoa käsin. Tämänkaltaisen palvelu hyödyttää erityisesti sellaisia nuoria aikuisia, jotka kokevat yksinäisyyttä ja joiden on vaikea osallistua kasvokkaiseen ryhmätoimintaan esimerkiksi aikaisempien kiusaamiskokemusten vuoksi.

Yksinäisyys on psykologisen ilmiön ohella yhteiskunnallinen kysymys, johon on syytä etsiä yhteiskunnallisia ratkaisuja. Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevilla nuorilla aikuisilla riski kokea yksinäisyyttä on muuta väestöstä suurempi. Tästä syytä palveluissa tulisi kiinnittää huomiota monenlaisiin ulkopuolisuuden muotoihin: kouluttautumis- ja työllistymisvalmiuksen edistämisen lisäksi tarvitaan tukea sosiaalisten suhteiden solmimisessa ja kuulumisen tunteen vahvistamisessa, niin verkossa kuin sen ulkopuolella.

Ryhmä- ja verkoperustaista työskentelyä yksilöohjauksen rinnalle

Työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille aikuisille kohdennetulla nuorisotyöllä on useita ja eri tarpeisiin vastaavia muotoja. Ohjaamotoiminta¹ ja etsivä nuorisotyö² tarjoavat pääasiassa yksilöohjausta ja -neuvontaa. Nuorten avoimilla pajoilla³ kuntoudutaan ja työpajoilla⁴ valmentaudutaan ammatteihin yksilöohjauksen lisäksi vertaisryhmissä.

Nuoret aikuiset arvostavat saamaansa yksilöohjausta ja arjen tukea, ja nuorisotyön ammattilaisen kanssa on mahdollista harjoitella myös sosiaalista vuorovaikutusta turvallisesti. Nuorisotyöntekijöiden kautta on kuitenkin vaikea muodostaa yhteyksiä muihin nuoriin aikuisiin, vaikka monet toivovat apua ystävyysuhteiden rakentamiseen.

Ryhmiä ohjaaminen ja vertaissuhteiden ymmärtäminen ovat nuorisotyöntekijöiden ydinosaamista. Nuorten aikuisten palvelujen vahva yksilölähtöisyys poikkeaa kuitenkin suomalaisen nuorisotyön valtavirrasta, jossa oppivelvollisuusikäisille tarjotaan

¹ <https://kohtaamo.info/mika-on-ohjaamo->

² <https://www.tpy.fi/etsivan-nuorisotyon-osaamiskeskus/sidosryhmille/mita-on-etsiva-nuorisoty/>

³ <https://www.innokyla.fi/web/malli1525466>

⁴ <https://nuorisotakuu.fi/nuorten-tyopajat>

ryhmätoimintaa nuorisotalojen, rippikoulujen ja harrastusryhmien muodoissa. Ryhmätoiminnasta hyötyvät kuitenkin myös monet oppivelvollisuusiän ohittaneet.

Kohdennetussa nuorisotyössä on havaittu, että kynnys osallistua kasvokkain ryhmiin on usein vaikeinta juuri niille nuorille aikuisille, jotka hyötyisivät sosiaalisesta toiminnasta eniten. Tästä syystä yksilöohjauksen rinnalla toteutetulla verkkoryhmätoiminnalla on paljon potentiaalia osana kohdennettua nuorisotyötä. Tähän mennessä verkkoalustoja on hyödynnetty lähinnä ohjaajien ja nuorten välisinä yhteydenpito- ja tiedotuskanavina.

Verkkoryhmäkokeilu osana kohdennettua nuorisotyötä

PROMEQ-alahankkeessa kokeiltiin nuorten aikuisten verkkoryhmätoimintaa osana kohdennettua nuorisotyötä. Neljään nuorisotyöntekijöiden moderoimaan ja yhdeksän viikkoa kestäneisiin ryhmiin osallistui yhteensä 41 keskustelijaa. Keskustelut käytiin nimimerkin suojassa suljetuissa ryhmissä ja niissä käsiteltiin nuorille aikuisille tärkeitä teemoja kuten sosiaalisia suhteita, nukkumista, mielen hyvinvointia ja harrastuksia.

Mielekkäintä toiminta oli tulosten mukaan niille osallistujille, jotka olivat tottuneimpia sosiaalisen median käyttäjiä, kokivat eniten yksinäisyyttä ja joiden hyvinvointi oli verrattain heikko. Kohdennetussa nuorisotyössä tämä tarkoitti etsivästä nuorisotyöstä ja kuntouttavilta työpajoilta tavoitettuja nuoria aikuisia.

Moderaattoreina toimineiden nuorisotyön ammattilaisten näkökulmasta verkkoryhmätoiminta vaati uudelleen työmuotoon orientoitumista. Kokeilu koettiin myönteisenä, se ei ollut liian kuormittava, vaan vahvasti digitaalisia työskentelytaitoja.

Verkkoryhmätoimintaa on syytä kehittää yhdessä nuorten aikuisten kanssa ja kiinnittää erityistä huomiota

- keskustelun turvallisuuteen
- verkkoryhmän pitkäkestoisuuteen
- verkkoalustan houkuttelevuuteen ja helppokäyttöisyyteen
- keskusteluteemojen mielekkyyteen
- kasvokkaisten kohtaamisten mahdollistamiseen
- vähintään kymmenen nuoren ryhmiin
- moderaattoreiden omaan motivaatioon ja työtilanteeseen

Yksinäisyys määrittää heikossa asemassa olevien hyvinvointia

Verkkoryhmäkokeilun taustalla on paljon tutkimustietoa kohdennetusta nuorisotyöstä sekä työn ja koulutuksen ulkopuolella olevista nuorista aikuisista.

Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret aikuiset ovat moninainen joukko: heillä on erilaisia valmiuksia ja vahvuuksia mutta myös tarpeita ja hyvinvointivajeita, joihin vastaaminen on yksi hyvinvointivaltion tehtävistä.

Työ- tai koulutuspaikan puuttumisen ohella nuorilla aikuisilla saattaa olla myös muunlaisia ulkopuolisuuden kokemuksia. Koettua hyvinvointia kartoittanut PROMEQ –alahankkeen kysely osoitti, että työn ja koulutuksen ulkopuolella olemisen lisäksi monet kokivat myös sosiaalista ulkopuolisuutta: usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä koki 16–29 -vuotiailta kerättyssä tutkimusaineistossa kolmannes kun muusta samanikäistä väestöstä näin kokee joka kymmenes.

Yksinäisyys on merkittävä hyvinvointivaje, sillä sosiaalisten suhteiden merkitys yksilön hyvinvoinnille on osoitettu lukuisissa tutkimuksissa. Erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten kohdalla toiveet vertaisryhmään kuulumisesta ja merkityksellisistä ystävyysuhteista ovat vahvoja.

Työn ja koulutuksen ulkopuolisuus tarkoittaa myös ulkopuolisuutta niihin liittyvistä yhteisöistä. Työ- tai koulutuspaikan löytyminen voivat helpottaa tilannetta, mutta ne eivät ole yksinkertaisia ratkaisuja yksinäisyyteen ja ulkopuolisuuteen. Osalla haastatelluista yksinäisyydellä oli pitkä, lapsuuteen asti ulottuva historia, ja se kytkeytyi muihin ongelmiin, kuten fyysiseen tai psyykkiseen sairauteen tai kaltoinkohteluun. Heidän kohdallaan tarvetta on kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnin ja sosiaalisuuden vahvistamiselle sekä mahdollisimman matalan kynnyksen ryhmätoiminnoille.

Lisätietoja

Aaltonen, Sanna (2016) Nuorten hyvinvoinnin tukemiseen tarvitaan monta kanavaa.

Nuorisotutkimusverkoston Näkökulma -sarja, Lokakuu 2016, nro 26.

https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/tiedotot/nakokulma26_nuorten_hyvinvoinnin_tukemiseen_tarvitaan_monta_kanavaa.pdf

Aaltonen, Sanna, Myllylä, Martta & Kivijärvi, Antti (2017) Nuorten aikuisten hyvinvoinnin edistäminen digitaalisen intervention avulla. Sosiaalityö digitalisoituvassa maailmassa. Tutkiva sosiaalityö - tutkimusliite. Helsinki: Talentia, 26-37.

http://www.sosiaalityontutkimuksenseura.fi/data/uploaded/Tutkiva_sosiaalityo_2017.pdf

Aaltonen, Sanna & Kivijärvi, Antti (2018) Disrupting professional practices with research-driven intervention. Researcher-gatekeeper negotiations in the context of targeted youth services. Qualitative Social Work. First Published February 6, 2018 <https://doi.org/10.1177/1473325018757080>

Aaltonen, Sanna, Kivijärvi, Antti & Myllylä, Martta (2018) Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten koettu hyvinvointi.

Yhteiskuntapolitiikka, e-julkaisu 1.11.2018

<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018110147048>.

Aaltonen, Sanna, Kivijärvi, Antti & Välimäki, Vesa (2018) Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen – PROMEQ-osahankkeen (2016–2018) keskeiset tulokset. Esite. Helsinki, Nuorisotutkimusverkosto.

<https://www.promeq.fi/loader.aspx?id=75f23c42-a4eb-42d0-a35b-ea98a5573db2>

Kivijärvi, Antti, Aaltonen, Sanna, Forma, Leena, Partanen, Jussi, Myllylä, Martta, Rissanen, Pekka (2019) Quality of Life Among Young Finnish Adults not in Employment or Education. Applied Research in Quality of Life. First Online January 2, 2019 <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9687-z>

Seurantatietoa koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien koetusta hyvinvoinnista – näin tutkimus tehtiin

Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevista nuorista on runsaasti viranomaisrekistereihin perustuvaa *objektiivista* tietoa, joka kertoo jo lapsuusvuosina kasautuvista riskeistä. Viranomaistiedon katveeseen jää kuitenkin yksilöiden kannalta olennaisin tieto koetusta hyvinvoinnista ja sosiaalisista suhteista. Tämänkaltainen kokemuseräinen tieto on erityisen tärkeää palveluja kehitettäessä.

Kyselyjen avulla tehdyn tiedonkeruun ongelmana on vastauskato etenkin heikossa asemassa olevien nuorten osalta. Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret aikuiset ovat aliedustettuina valtakunnallisissa kyselytutkimuksissa. Tästä syystä PROMEQ-konsortion alahankkeessa nuoria aikuisia on pyritty tavoittamaan heille kohdennettujen palvelujen – Ohjaamojen, työpajojen ja etsivän nuorisotyön – kautta.

Nuoria pyydettiin osallistumaan vapaaehtoiseen tutkimushaastatteluun (n=147), joka toteutettiin kyselylomakkeen avulla. Kyselyyn vastaaminen tapahtui tutkijan läsnä ollessa ja vastaajat saattoivat pyytää apua kysymysten tulkitsemisessä tai he kertoivat tutkijalle laajemmin kysymyksiin liittyvistä asioista. Kuuden kuukauden päästä vastaajille lähetettiin linkki seurantakyselyyn (n=107), jonka he täyttivät verkossa.

Alku- ja seurantakyselyjen välissä osa vastaajista (n=41) osallistui yhdeksän viikkoa kestäneeseen verkkoryhmäkokeiluun. Heiltä ja ryhmiä moderoineilta nuorisotyöntekijöiltä pyydettiin ja saatiin palautetta kokeilusta.