



NEET-nuorille kohdistetun digitaalisen intervention hyvinvointivaikutukset

OSALLISTAVIA JA VAIKUTTAVIA KEINOJA HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMISEEN
PROMEQ-hankkeen alueellinen seminaari: Pohjois-Savo
15.2.2019, Kuopio,

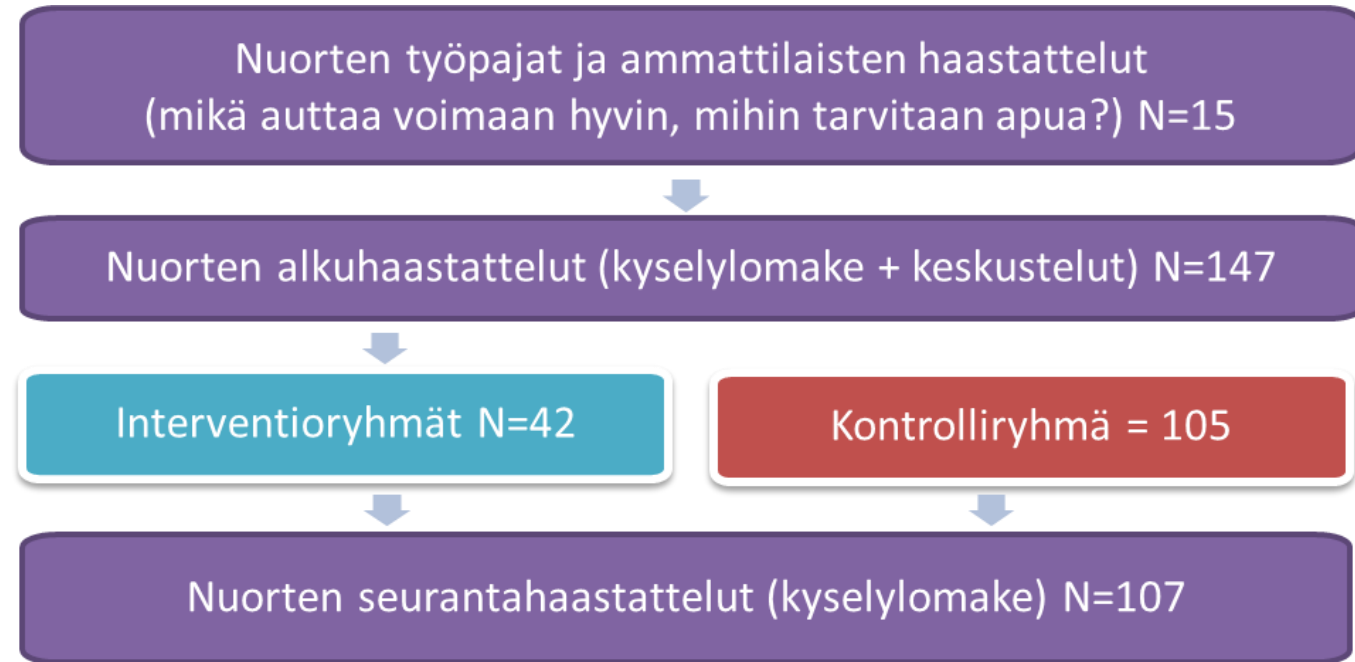
Dos. Sanna Aaltonen

YTT Antti Kivijärvi, VTM Martta Myllylä, YTM Vesa Välimäki



Nuorisotutkimusseuran osahanke

- **Tavoitteena**
 - tutkia työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten hyvinvointia
 - kehittää yhdessä kentän kanssa interventio hyvinvoinnin tukemiseen.
- 16–29-vuotiaat osallistujat tavoitettu Jyväskylän, Kouvolan ja Vantaan kohdennettujen nuorisopalvelujen kautta (kuntouttavat ja valmentavat työpajat, etsivä nuorisotyö sekä Ohjaamot).

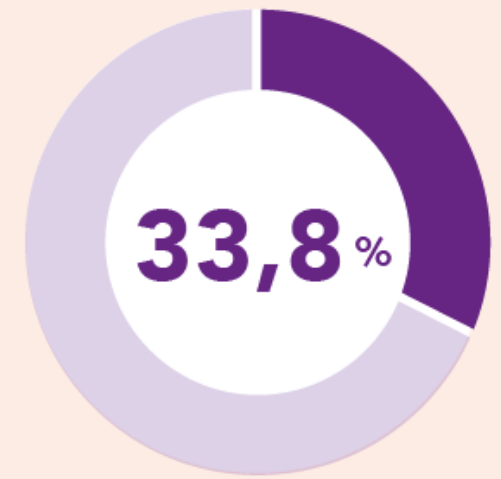
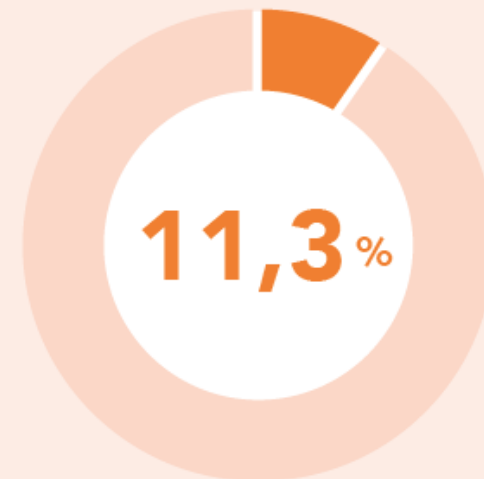




Nuoret aikuiset työn ja koulutuksen ulkopuolella

- Työn ja koulutuksen ulkopuolisuus yhteydessä hyvinvoinnin vajeisiin ja sosiaaliseen ulkopuolisuuteen
- Monipuolinen palvelujärjestelmä keskittyy kasvokkaiseen yksilöohjaukseen
- Miten vähentää yksinäisyyden kokemuksia, edistää matalan kynnyksen ryhmätoimintaa ja vertaistukea

Kuinka moni kokee yksinäisyyttä usein tai jatkuvasti?



Nuorten aikuisten kokema yksinäisyys PROMEQ-aineistossa (N=147) ja Terveystieteiden tutkimuskeskuksen Aikuisten terveys- ja hyvinvointi -kyselyissä (N=8 769)

ATH 2013 (20–29 v.)
PROMEQ 2017 (16–29 v.)



Interventiona moderoitu, suljettu ja anonyymi verkkoryhmä

- Neljä heimo.co –alustalla toteutettua keskusteluryhmää
- Nuorisotyöntekijäpari moderaattorina (+ vertaismoderaattorit)
- Yhdeksän viikon kesto ja ennalta sovitut viikkoteemat (esim. sosiaaliset suhteet, nukkuminen ja vapaa-aika), joista moderaattorit tekivät kolme ennalta suunniteltua keskustelunaloitusta viikossa
 - *Tutkijoiden tekemässä kyselyssä kysyttiin yksinäisyydestä. Tässäkin vlogissa puhutaan samasta asiasta, mitä ajatuksia se herättää?*
<https://www.youtube.com/watch?v=hJ50Z0JNKIM>
 - *Joskus saattaa päivärytmi mennä sekaisin ja ei millään malta mennä nukkumaan. Mikä sinua auttaa nukahtamaan ja nukkumaan hyvin?*



Interventioon oltiin pääosin tyytyväisiä...

- Osallistujien palaute heti intervention jälkeen
 - Tyytyväisyyttä mutta toiveena enemmän ja pidempiä keskusteluja
- Moderaattoreiden palaute
 - Ei aiempaa kokemusta vastaavasta, avasi uusia näkökulmia työhön ja nuoriin, ennakoitua vähäisempi kuormittavuus
- Verkkokeskustelua seuranneiden tutkijoiden arvio
 - Tutkimuksen toteuttamisen hitaus vaikeutti osallistujien rekrytointia
 - Keskustelun vilkkaus ja vertaistuki vaihtelivat
 - Heimo -alusta oli kankea, mutta tarjosi silti hyväksyvän, kannustavan ja turvallisen tilan kertoa kokemuksista



... mutta se ei näyttänyt kohentavan mitattua elämänlaatua

- Ei mainittavia muutoksia ennen interventiota ja sen jälkeen tehdyssä kyselyssä
 - Elämänlaatu pysyi lähes samana
 - Passiivisilla keskustelijoilla elämänlaatu heikkeni
- Miksi?
 - Risteävät hyvinvoinnin vajeet, mahdollisesti pitkä historia – ei helppoja ratkaisuja
 - Nuorten aikuisten elämäntilanteissa monenlaisia käännteitä sekä parempaan että huonompaan
 - *Nyt loppusyksystä oli jaksaminen vähemmällä, niin en välillä edes jaksanut katsoa sähköposti-ilmoituksia*
 - Ei kuitenkaan viitteitä intervention haitallisuudesta



Johtopäätökset

- Jotkut nuoret aikuiset hyötyvät yksilöohjauksen rinnalla nuorisotyön kivijalasta – *ryhmälähtöisestä* ja *ryhmäyttämään* pyrkivästä toiminnasta.
 - Toimintaa syytä kehittää yhdessä nuorten kanssa
- *Moderoitu, vertaismoderoitu, anonyymi* ja *suljettu* verkkokeskustelu tarjoaa matalan kynnyksen vaihtoehdon ammattilaisille ja nuorille aikuisille olla yhteydessä keskenään ja saada ajatuksiaan esille
 - Mahdollisuus niille, jotka kaipaavat kontakteja, mutta joiden on vaikea lähteä mukaan kasvokkaiseen toimintaan
- Työntekijät kaipaavat *tukea* ja *resursseja* digitaalisen ulottuvuuden ja ryhmälähtöisyyden hyödyntämiseksi.
 - Verkkoryhmä täydentää kohdennetun nuorisotyön yksilöohjausta, mutta edellyttää työntekijöiden omaa kiinnostusta ja aikaa kehittää toimintaa



Kiitos!

Sanna Aaltonen

sanna.aaltonen@nuorisotutkimusseura.fi

sanna.aaltonen@uef.fi

