



**Voimavarakeskeistä tukea nuorten  
päihde- ja mielenterveyshaittoihin**

**Voimakas-projekti (2012 – 2015)**

**Loppuraportti**

25.9.2015

Piia Immonen

Riitta Niemi

## Sisällys

1. Projektin tausta .....	3
2. Projektin tavoitteet ja toimintamuodot .....	5
2.1. Keskeiset tavoitteet.....	5
2.2. Toimintamuodot.....	6
2.2.1. Nuoren arkeen jalkautuva tuki.....	7
2.2.2. Ryhmätoiminnot.....	9
2.2.3. Verkostoyhteistyö .....	12
3. Projektin tuotokset.....	14
3.1. Voimavarakeskeiset työvälineet .....	14
3.2. Raportit.....	15
4. Tulokset ja vaikutukset .....	17
4.1. Arviointi .....	17
4.2. Jalkautuvan työn hyödyt ja kokemukset .....	17
4.3. Ryhmätoimintojen hyödyt ja kokemukset.....	18
4.4. Verkostoyhteistyön hyödyt ja kokemukset .....	18
5. Haasteet.....	20
6. Juurrutus ja levitys .....	21
7. Loppusanat.....	22

# 1. Projektin tausta

Voimakas-projektin taustalla oli nuorten kanssa työskentelevien verkostojen ilmaisema huoli itäsuomalaisten nuorten hyvinvoinnista ja sen haasteista, kuten nuorten päihde- ja mielenterveyden ongelmista sekä koulukeskeytymisistä. Pohdintaa käytiin muun muassa nuorten kyvystä ja halusta kiinnittyä palveluihin eli siitä, kohtaavatko nuoren ja palveluntarjoajien tavoitteet tai ovatko palvelujen sisällöt ja aikataulut liian haastavia suhteessa nuoren kehitykseen. Nuoresta itsestään lähteville muutostavoitteille ja muutosvalmiudelle ei verkostossa koettu jäävän riittävästi tilaa palvelujen ”putkimaisessa” ohjausmekanismissa.

Suunnitteluvaiheessa Savonlinnassa toteutettu pienimuotoinen nuorten kysely (15 – 29v., n=26) vahvisti verkostojen pohdintoja. Nuoret toivat esiin, etteivät he kokeneet voineensa vaikuttaa itseensä kohdistuviin toimenpiteisiin riittävästi, eivätkä nuoret esimerkiksi olleet motivoituneita päihdekäyttäytymisensä muutoksiin, vaikka siinä olisivatkin todenneet ongelmia. Nuori saattoi myös kokea, että hänen asiansa olivat näennäisesti hoidossa, mutta esimerkiksi palveluissa vallalla olleet asenteet ja ennakkoluulot nuoren taustaa tai ylipäättään nuoruutta kohtaan estivät motivoitumista muutoksiin. Nuoret nimesivät useita muutoksen esteitä myös itsessään. Muun muassa kokemus kyvyttömyydestä ja muut itsetunnon ongelmat, aiemmat ”töppäilyt”, arjen asioiden takkuaminen ja yksinkertaisesti haluttomuus estivät nuoria tekemästä hyvinvointia edistäviä muutoksia. Nuoret toivoivatkin erilaisissa tilanteissaan työntekijöiltä lämmenhenkistä kohtaamista, arvostavaa kuulemistä sekä kokonaisvaltaista ja kannustavaa, positiivisesti tukevaa lähestymistapaa.

Voimakas-projektin keskiössä oli nuoren oma näkemys muutostarpeestaan ja siihen liittyvistä muutosta tukevista asioista. Projekti nojasi myös kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (2009 – 2015) linjauksiin mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisestä. Suunnitelmassa painotettiin muun muassa asiakkaan aseman vahvistamista, mielenterveyden ja päihdeettömyyden edistämistä sekä ohjauskeinojen kehittämistä. Voimakas-projektin taustalla vaikuttivat myös Kehittämiskeskus Tyynelän aiempien projektien tulokset, kuten Valma-projektissa (2008 - 2010) aikuisten päihdeidenkäyttäjien parissa kehitetty muutosvalmiusmalli sekä KiipIt -projektissa (2009 - 2012) kehitetty jalkautuva ja kiinnipitävä työmalli. Valma-hankkeen muutosvalmiutta tukeva toimintamalli toimi hyvin aikuisasiakkailla, mutta nuorten muutosvalmiutta edistävässä työssä oli tarve soveltaa ja kehittää toimintatapoja nuoren elämismailmaa, kasvua ja kehityksen erityispiirteitä huomioiden.

Projektin ytimessä oli siis nuoren kohtaaminen, kuuleminen ja muutoksen tukeminen nuoruudesta käsin. Yhteistyössä toimijaverkostojen kanssa nuoria kohdattiin heidän todellisissa arkisissa ympäristöissään, kuten kouluissa, työpajoilla, erilaisissa ryhmissä, heidän kotonaan, tukena palveluissa asioinnissa sekä muissa nuorille luonteivissa yhteyksissä. Nuoren arkeen jalkautuen saatiin lisänäkemystä nuoren todellisuudesta, ja näin voitiin syventää ymmärrystä ja osaamista nuorten kanssa tehtävässä työssä.

Hyvinvointia edistävät muutosprosessit vaativat aikaa ja tukea. Muutos ei myöskään yleensä etene suoraviivaisesti. Muutoshalun syntyminen edellyttää jonkinlaisen ristiriitakokemuksen syntymistä nykyisen ja tavoitetilan välillä. Totuttu elämäntapa tuntuu tuttuudessaan turvalliselta, ja motivaatio muutokseen vaihtelee tilanteen mukaan. Erityisesti nuori, jolla ei vielä ole elämäkokemuksen tuomaa näkemystä ja luottamusta omaan selviytymiseen, tarvitsee rinnalleen muutosta mahdollistavia ja tukevia tahoja. Ymmärtäväinen ja kannustava aikuinen on korvaamaton tuki, mutta myös vertaisten antamalla tuella on omat merkittävät erityispiirteensä. Nuorelle on tärkeää saada kokea olevansa ainutlaatuinen yksilö, mutta myös muiden hyväksymä ja ”riittävän samanlainen kuin muut”. Yhdessä verkoston kanssa toimien projektityöntekijät tarjosivat yhteistyöhön valmiille nuorille sekä arjen tilanteisiin jalkautuvaa yksi-

löllisesti räätälöityä ammatillista tukea että erilaisia ryhmätoimintoja, joissa oli mahdollisuus oman elämäntilanteen ja muutostoiveiden tarkasteluun sekä muiden nuorten ajatusten ja kokemusten kuulemiseen vertaistuen hengessä.

Toimintaympäristöinä projektipaikkakunnat (Savonlinna, Varkaus, Juva, Joroinen ja Rantasalmi) erosivat toisistaan. Kaupungeissa toimijoita ja nuorille suunnattua palvelutarjontaa oli lähtökohtaisesti runsaammin kuin pienemmällä paikkakunnilla. Pienillä paikkakunnilla taas esimerkiksi nuorten ryhmätoimintoja, toisen asteen opintoja tai mielenterveys- ja päihdepalveluja oli tarjolla vain vähän tai ei lainkaan. Näin ollen projektiyhteistyön mahdollisuudet ja toimintamuodot muotoutuivat aina paikkakuntalähtöisesti.

# 2. Projektin tavoitteet ja toimintamuodot

## 2.1. Keskeiset tavoitteet

Voimakas-projektin päätavoitteena oli päihde- ja mielenterveyshaitoista kärsivän nuoren sosiaalinen vahvistaminen ja voimavarakeskeinen motivoiminen muutokseen nuoren arkisissa ympäristöissä. Lisäksi projektilla oli neljä määriteltyä osatavoitetta:

- 1) Kehitetään nuoren sosiaaliselle päihdekulttuurille sellaista vastavoimaa, jolla nuori itse aktivoituu toiminnalliseen, päihteettömämpään elämään ja löytää ikä- ja kasvukehitykselleen sopivia päihteettömiä sosiaalisia suhteita.
- 2) Lisätään nuorten itsensä osallisuutta heille suunnattujen toimintojen sisältöjen kehittämisessä huomioimalla motivoitumisen esteet ja tukemalla motivoitumista edistäviä tekijöitä.
- 3) Sovelletaan ja kehitetään aikuisilla hyvin toimivan Muutosvalmius-mallin sisältöjä ja työkäytänteitä vastaamaan nuorten kanssa tehtävän työn tarpeita.
- 4) Vahvistetaan monialaista ja moniammatillista yhteistyötä sekä syvennetään osaamista nuorten kanssa tehtävässä yhteistyössä.

Voimakas-projektin kohderyhmänä olivat 15 – 25 -vuotiaat päihde- ja mielenterveyshaittoja kokevat nuoret sekä heidän kanssaan työskentelevä verkosto. Päämääränä oli nuorten asiakaslähtöinen tukeminen eli nuoren omien tarpeiden ja vaihtoehtoisten ratkaisujen tunnistaminen nuoren subjektiivisen hyvinvoinnin lisäämiseksi sekä asiakasymmärryksen syventymiseksi toimijaverkostossa. Subjektiivisella hyvinvoinnilla tarkoitettiin projektissa nuoren omakohtaista kokemusta hyvinvoinnistaan tai elämänlaadustaan eli siitä, että hänen tarpeensa ja voimavaransa ovat sopuinnassa keskenään.

Projektissa tuettiin nuorta hänen omakohtaisissa tavoitteissaan yhdessä nuoren ja verkostoyhteistyökumppanin kanssa määritellyin tavoin. Projektin tuki oli sopimukseen pohjautuvaa, nuoren arkeen jalkautuvaa ja kiinnipitävää. Nuoren läheisverkostoa pyrittiin kohtaamaan ja vahvistamaan nuoren muutoksen tukena toimimiseen sekä tarpeen mukaan tukemaan nuorta päihteettömien sosiaalisten kontaktien lisäämiseksi ja avun piiriin pääsemiseksi.

Sosiaaliseen vahvistamiseen ja päihteettömämpään elämään tukemisen lähtökohdista projektissa kehitettiin yhdessä toimijaverkoston kanssa nuorta aktivoivia toiminnallisia työtapoja sekä osallistettiin nuoret näiden toimintojen sisältöjen kehittämiseen. Muutosvalmiutta tukevia työkäytänteitä sovellettiin ja kehitettiin vastaamaan nuorten kanssa tehtävän työn tarpeita, huomioiden erilaisia nuoren motivoitumisen esteitä ja tukemalla motivoitumista edistäviä tekijöitä. Yhdessä verkoston kanssa toimimalla vahvistettiin monialaista ja moniammatillista yhteistyötä nuorten kanssa tehtävässä työssä.

Pitkän tähtäimen tavoitteena oli juurruttaa kehitettyjä voimavarakeskeisiä ja nuorilähtöisiä, nuoren muutosta tukevia toimintatapoja pysyväksi toimintatavaksi kuntiin, niiltä osin kun ne vastasivat kunkin paikkakunnan tarpeita.

## 2.2. Toimintamuodot

Voimakas-projekti hyödynsi toiminnan erittelyssä Kehittämiskeskus Tyynelän kehittämää nelikenttää, jolla jaoteltiin projektin toimintaa asiakastyön, organisaation, palvelujärjestelmän ja tiedon tuotannon tasoille. Nelikenttämallin käyttö auttoi hahmottamaan laajaa projektikokonaisuutta ja tuki projektityön suunnitelmallisuutta ja tavoitteiden viemistä käytännön toimintaan.

Alla on nelikenttään tiivistetty kuvaus Voimakas-projektin kehittämistyöstä.

### TIEDON TUOTANTO

Tietoa nuoren arjesta ja muutosvalmiudesta

\* Asiakaspalaute, Bikva, kyselyt, arviointi

Tietoa palvelujen vastaamisesta nuorten tarpeisiin

\* Nuorten ja verkoston kyselyt, asiakaspalaute, arviointi

Tietoa projektien mahdollisuuksista toimintojen kehittämisessä

\* Arviointi

### PALVELUJÄRJESTELMÄ

Voimavarakeskeinen tuki nuoren arjessa

\* jalkautuminen, kynnyksettömyys, yhteistyö

Ammatillisesti ohjatun vertaistuen mahdollisuudet nuorten ryhmätoiminnoissa

\* Asiakas- ja verkostoyhteistyö, tiedottaminen

Nuorilähtöisyys palveluissa

\* Nuoren kuuleminen, yhteissuunnittelu, voimavarakeskeisyys, muutokumppanuus

### ORGANISAATIO

Monialaisen verkostoyhteistyön syventäminen

\* Sisältöjen kehittäminen, yhdessä tekeminen, osaamisen jakaminen, keskustelufoorumit, tiedottaminen

Nuorilähtöisten ja voimavarakeskeisten, muutosta tukevien työtapojen kehittäminen

\* Työpari- ja verkostoyhteistyö, työvälineet, työryhmätyöskentely

### ASIAKASTYÖ

Arkeen jalkautuva lisätuki

\* Tavoitteet, sopimukset, suunnitelmat, läheiset

Voimavarakeskeiset nuorten ryhmätoiminnot

\* Koulu- ja oppilaitosmaailma, kuntouttava työtoiminta, vertaisryhmätoiminta, päihde-asetteyden työ nuorten ryhmissä

Asiakastyön tulokset

\* Palautteet, arviointi, Bikva

### 2.2.1. Nuoren arkeen jalkautuva tuki

Projektin asiakastyö yksilötasolla oli räätälöityä, jalkautuvaa ja kiinnipitävää. Kiinnipitävä työote tarkoitti projektityöntekijän aktiivista yhteydenpitoa nuoreen ja sen tukemista, että nuori kykenisi toimimaan hyvinvointia vahvistaakseen ja sitoutumaan tarvitsemiinsa palveluihin, kuten hoitosuhteeseen tai opiskelupaikkaan. Jalkautuva tuki sai alkunsa verkoston työntekijän ottaessa yhteyttä projektityöntekijään, kun nuoren kanssa työskennellessä oli syntynyt kokemus nuoren tarpeesta saada tiivistä ja tavoitteellista tukea arkeensa. Projektin arkeen jalkautuva työ ei siis korvannut kenenkään muun tekemää työtä, vaan tuli lisätueksi nuorelle. Nuoren toiveista ja tavoitteista lähtien yhdessä nuoren ja työntekijän kanssa määriteltiin projektin rooli nuoren tukena, sovittiin tietojen vaihdosta sekä määriteltiin, kuinka nuoren tilannetta, tuen tarvetta ja muotoja yhdessä seurattiin ja uudelleen arvioitiin. Nuoren tavoitteiden lisäksi kirjattiin työntekijän näkemykset sekä nuoren haasteista että voimavaroista. Työskentely nuoren kanssa oli voimavarakeskeistä ja nuorilähtöistä motivoimista kohti tavoitteita.

Nuoren arkeen jalkautuminen tarkoitti käytännössä nuoren kohtaamista hänen omissa ympäristöissään, joita nuoren kodin lisäksi olivat esimerkiksi lähikahvila, koulu, työpaja tai muu nuoren lähiympäristö. Tapaamispaikan ollessa nuoren omassa ympäristössä, nuori pystyi puhumaan asioistaan vapaammin. Tapaamispaikka ja -aika pyrittiin sopimaan nuoren toiveiden ja aikataulujen mukaan. Myös nuorten läheisiä tavattiin mahdollisuuksien mukaan ja kannustettiin nuorta pitämään yllä hyvinvointia tukevia sosiaalisia suhteita tai löytämään niitä. Nuoren arkeen jalkautuminen piti sisällään yhdessä arjen asioiden tarkastelua sekä arjen asioissa tukena olemista. Projektityöntekijät kulkivat nuoren tarpeiden mukaan tukena ja tulkkina erilaisissa palveluissa ja palaverissa, vahvistaen nuoren osallisuutta.

Tulkkina oleminen tarkoitti esimerkiksi sitä, että nuori pystyi kertaamaan neuvotteluissa tai papereilla viranomaiskielellä käsitellyjä asioita yhdessä projektityöntekijän kanssa, joka parhaansa mukaan selvensi asioita nuorelle ymmärrettävään muotoon. Usein nuoret myös jännittivät asiointeja palveluissa tai tarvitsivat apua tarvitsemaansa palvelua etsiessään. Esimerkkeinä käytännön tuesta arjen hallinnan taitojen harjoittelussa asiakasnuorten kanssa muun muassa täytettiin erilaisia hakemuksia, tehtiin muuttoja ja hankintoja kotiin sekä opeteltiin kodin siivoamista ja postien avaamista ja niihin reagoimista. Nuoren muutostavoitteiden mukaisena tukena muun muassa etsittiin opiskelu- ja harrastusmahdollisuuksia, opeteltiin nauttimaan ulkoilusta ja tutustuttiin päihdekuntoutuspaikkaan. Yhdessä nuorten kanssa koettiin elämän iloja ja suruja, esimerkiksi iloiten opiskelupaikan saamisesta, käyden läpi ihmissuhteissa ihastumisia ja eroja sekä kirjoittaen muistosoitoja menehtyneelle omaiselle. Puhelinkontaktien merkitys kiinnipitävänä otteena oli tärkeä, ja sillä pystyttiin tuen antamisen lisäksi vaikuttamaan myös ennaltaehkäisevästi ja nuorta vahvistaen. Joidenkin kohdalla tarvittiin tukea päihdeettömämpään elämään, ja siihen projekti vastasi päihdekeskusteluilla, muutosvalmiuden tukemisella sekä päihdepalveluihin ohjaamisella ja saattamisella.

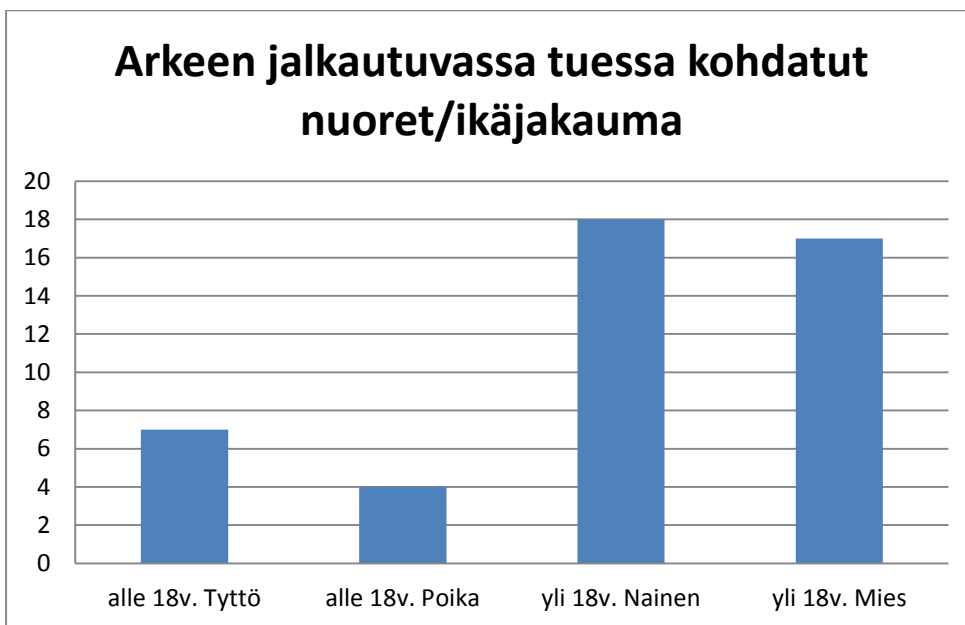
Arkeen jalkautuvassa tuessa syyskuun 2015 loppuun mennessä kohdattiin nuoria kaikkiaan 2290 kertaa. Nuorten yksilötapaamisia oli yhteensä 930, joista 126 oli erilaisissa palveluissa ja asioinneissa tukena toimimista. Yleisimmin tukena oltiin työllistämispalveluissa, sosiaalitoimessa, Kelassa sekä päihde- ja mielenterveyspalveluissa. Näiden lisäksi verkostotapaamisia, joihin laskettiin myös nuoren kohtaaminen työparin tai läheistensä kanssa, kertyi yhteensä 186. Puhelimitse ja tekstiviestein yhteydenpitoa tilastoitui 1174 kertaa.

Taulukko 1. Nuorten kohtaamiset arkeen jalkautuvassa tuessa

Projektin toimintavuosi	yksilötapaamiset	verkostotapaamiset (kolmikanta- + verkostotapaamiset)	puhelin- ym. yhteydenpito	tukena nuoren asioinneissa
2012	16	15	19	
2013	220	67	327	48
2014	366	67	507	47
2015	202	37	321	31
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>804</b>	<b>186</b>	<b>1174</b>	<b>126</b>

Arkeen jalkautuvassa tuessa kohdattiin kaikkiaan 46 nuorta, joista alle 18-vuotiaita oli 11 ja täysi-ikäisiä 35. Näiden lisäksi projektin aikana tilastoitui yhteensä 26 verkoston työntekijöiden kanssa yhteistyön aloittamisesta käytyä alustavaa neuvottelua, jotka eivät syystä tai toisesta johtaneet nuoren kohtaamiseen.

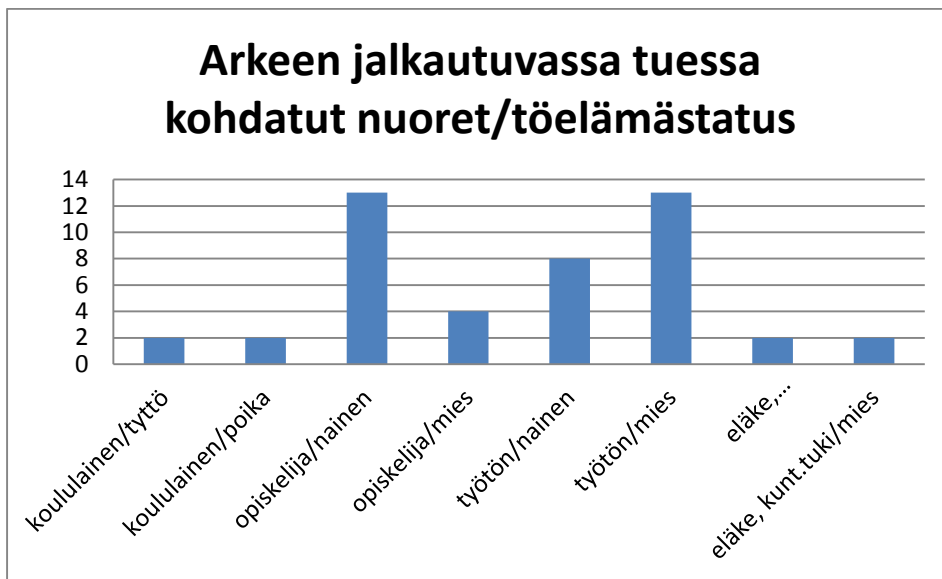
Kuvio 1. Arkeen jalkautuvassa tuessa kohdattujen nuorten ikäjakauma



Arkeen jalkautuvassa tuessa kohdatuista naisista suurin osa oli opiskelijoita ja miehistä valtaosa oli työttömiä. Nuorten työelämästatukset tilastoitui yhteistyön alkutilanteen mukaan, ja pidempään kestäneen yhteistyön aikana joillakin nuorilla tilanne ehti muuttua suuntaan tai toiseen, jollakin jopa useamman kerran. Tämä on nuoruudelle tyypillistä, koska nuoruusiässä opintoja aloitetaan, keskeytetään ja niistä valmistutaan. Muutosten taustalla oli toisaalta myös päihteistä ja/tai mielenterveyden ongelmista johtuvia haittoja ja vaikeuksia. Myös nuorten eri syistä johtuvat työllistymisvaikeudet näkyivät yhteistyön kohderyhmässä.



Kuvio 2. Arkeen jalkautuvassa työssä kohdattujen nuorten työelämästatus



### 2.2.2. Ryhmätoiminnot

Nuorten ryhmätoimintojen tavoitteena oli nuoren sosiaalinen vahvistaminen ja voimavarakeskeinen motivoiminen muutokseen aktivoivien toiminnallisten menetelmien sekä sosiaalisten suhteiden kautta. Ryhmätoiminnoilla vahvistettiin nuorten osallisuutta, tuettiin nuoria löytämään sosiaalisia suhteita, aktivoitiin ja tuettiin nuoria omissa tavoitteissaan sekä itselle mielekkään tulevaisuuden suunnittelussa ja kannustettiin nuoria päihteettömyyteen. Ryhmätoimintojen sisältöjä on kuvattu Olen Voimakas! – Voimavarakeskeisen tuen työtapoja Voimakas-projektissa 2012 – 2015 -työkirjassa.

Projektityöntekijät kartoittivat paikkakuntien ryhmätarjontaa, ja yhteistyössä paikallisten verkostojen kanssa kehittivät ja toteuttivat erilaisia ryhmätoimintoja kohderyhmän nuorille. Nuorten ryhmätoiminnot suunniteltiin aina paikkakuntien tarpeista ja resursseista käsin, yhdessä paikallisten toimijoiden kanssa. Projektissa toteutettujen eri ryhmätoimintojen tarve ja ideat nousivat verkostoyhteistyöstä, ja ryhmätoimintojen sisällöt suunniteltiin yhdessä verkostokumppaneiden kanssa. Osassa ryhmistä ohjauksivastuu jakautui tasan projektityöntekijän ja verkostokumppanin kanssa, osassa projekti otti enemmän ohjauksivastuuta. Verkostokumppanin ja/tai yhteistyöverkoston tehtävänä oli ohjata ryhmiin nuoria, joiden arvioitiin hyötyvän vertaisuuteen perustuvasta voimavarakeskeisestä ryhmätoiminnasta. Ryhmätoimintoja toteutettiin siis yhteistyöpaikkakuntien tarpeiden mukaan, ja ne keskittyivät lähinnä Savonlinnaan, Rantasalmelle, Juvalle ja Joroisiin.

Yleisluonteeltaan nuorten ryhmät olivat puolisuuljettuja ryhmiä eli niiden kokoonpano säilyi kiinteänä, mutta suunnitellusti ja sovitusti ryhmiin pystyi liittymään myös sen kuluessa. Osa ryhmätoiminnoista oli jonkun olemassa olevan nuorten ryhmän, kuten työpaja-/opiskelijaryhmän tai rippikoulun, kertaluonteisia kokoontumisia, jolloin tapaamisen sisältö oli rakennettu jonkin tietyn teeman/teemojen ympärille, esim. päihdeasenteet, opiskeluissa jaksaminen tai hyvä elämä. Osa ryhmätoiminnoista oli taas kestoiltaan rajattuja, muutaman kerran ryhmiä, jolloin jokaiselle ryhmäkerralle oli suunnitellut ja sovitut sisältöteemat. Voimakas päivä -ryhmät sen sijaan olivat luonteeltaan pitkäkestoisia ja sisällöltään joustavia, kerran viikossa kokoontuvia ja useamman tunnin kerrallaan kestäviä.

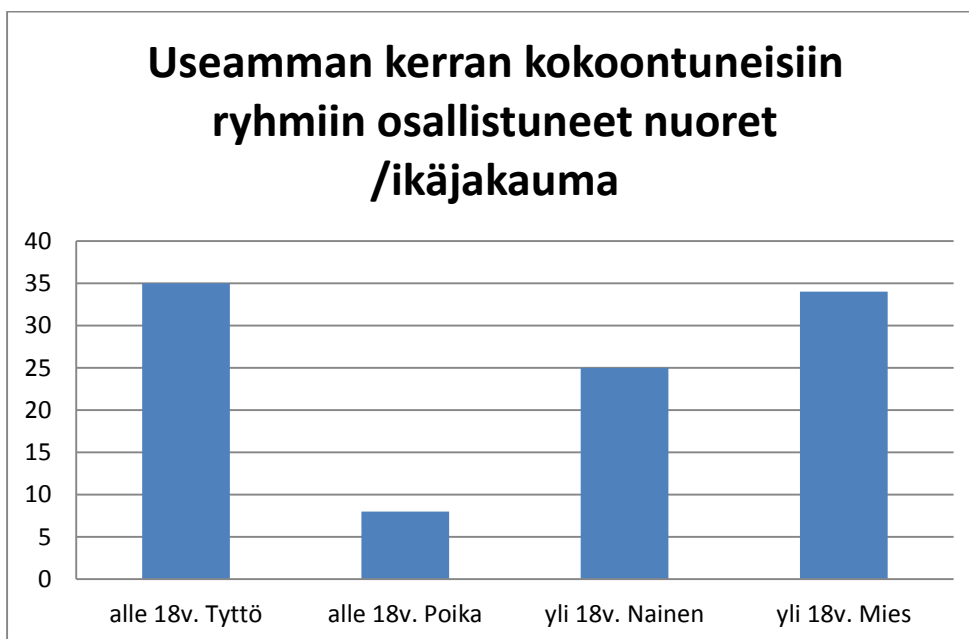
Kaikkia erilaisia ryhmiä kuitenkin yhdisti yhdessä määritelty tavoite, yhdessä asioiden jakaminen ja tekeminen, voimavarasuuntautuneisuus sekä vertaistuellinen painotus. Ryhmätoimintojen tavoitteet suuntautuivat hyvinvoinnin vahvistamiseen sekä yksilö- että ryhmätasolla. Ryhmäläisten omia vahvuuksia sekä ryhmän vahvuuksia nostettiin näkyviin ja tuettiin. Lisäksi projektityöntekijät olivat mukana toteuttamassa olemassa olevia ryhmämalleja, esimerkiksi Suomen Mielenterveysseuran Löydä Oma Tarinasi®-vertaistukiryhmiä Savonlinnassa ja Non Fighting Generationin (NFG) Levottomat Tuhkimot -ryhmä Rantasalmella.

Ryhmissä olleet nuoret osallistuivat vahvasti ryhmien sisältöjen, ryhmissä käsiteltävien asioiden ja työskentelytapojen valintaan. Nuoria kannustettiin osallistumaan yhteiseen keskusteluun ja toimintaan, mutta pakotta ja vapaaehtoisessa hengessä. Nuorten ryhmissä käsiteltävät sisällöt nousivat pääsääntöisesti nuorilta ja heitä koskettavista aiheista. Koululaisryhmissä keskeisiä aiheita olivat esimerkiksi tunne- ja vuorovaikutusasiat, opiskelijaryhmissä stressinhallinta ja hyvinvointiasiat ja kuntouttavan työtoiminnan ryhmissä hyvinvointi sekä ihmissuhdeteemat. Kaikissa ryhmissä keskeistä oli omien voimavarojen ja niitä tukevien sekä haastavien tekijöiden tarkastelu. Päihdeteema oli käsittelyssä valtaosissa ryhmiä.

Ryhmät olivat toiminnallisia, mutta niissä käytettiin myös erilaisia kirjoitustehtäviä asioiden henkilökohtaisessa työstämisessä. Tehtävät purettiin lopuksi yhdessä niin, että jokainen antoi itsestään juuri sen verran kuin halusi ja oli valmis. Tehtävistä myös pyydettiin palautetta nuorilta ja niitä muokattiin palautteiden pohjalta. Esimerkiksi Voimavaroja Muutokseen -työvälinettä työstettiin nuorten ryhmissä. Joissakin ryhmissä tehtiin lisäksi esimerkiksi rentoutusharjoituksia tai retkiä, ja osassa ryhmistä kävi nuorten toivomia asiantuntijoita puhumassa toivotuista teemoista.

Useamman kerran kokoontuneita ryhmiä toteutui kaikkiaan 15 eri ryhmää, joilla kokoontumiskertoja tilastoitiin syyskuun 2015 loppuun mennessä yhteensä 267. Useamman kerran kokoontuneissa ryhmätoiminnoissa kohdattiin projektissa kaikkiaan 102 nuorta, joista alle 18-vuotiaita oli 43 ja täysi-ikäisiä 59. Naisia ryhmiin osallistuneista nuorista oli 59 % ja miehiä 41 %.

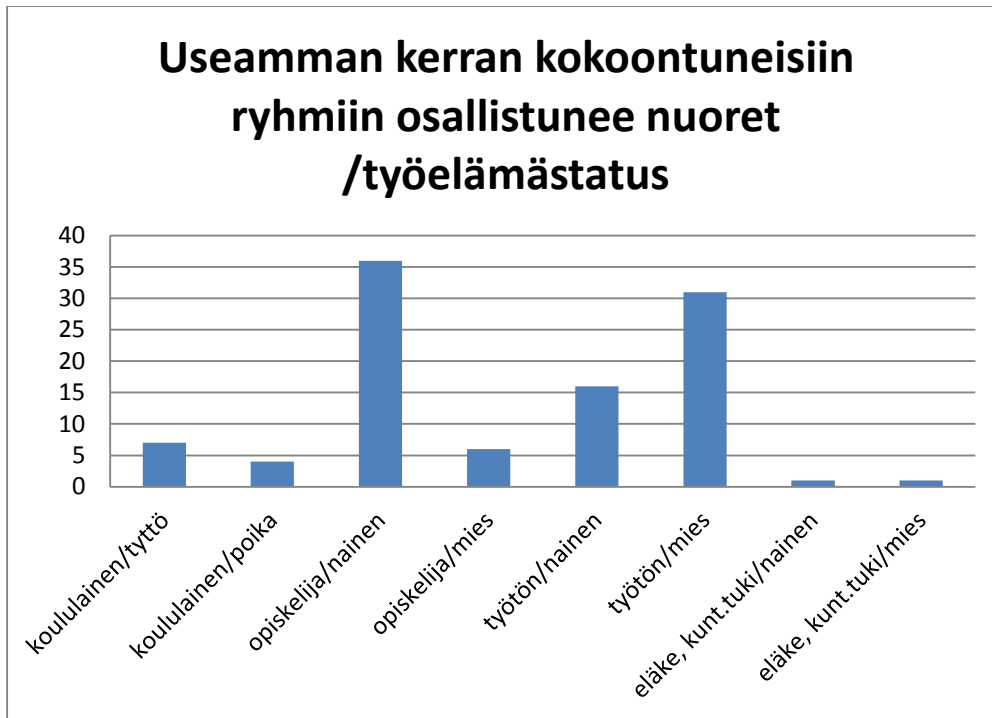
Kuvio 3. Useamman kerran kokoontuneisiin ryhmiin osallistuneiden nuorten ikäjakauma





Työelämästatukseltaan useamman kerran voimavararyhmiin osallistuneista nuorista 11 oli koululaisia, 42 opiskelijointa, 47 työttömiä ja kaksi eläkkeellä tai kuntoutustuella. Ryhmiin osallistuneista naisista suurin osa oli opiskelijointa ja miehistä työttömiä.

Kuvio 4. Useamman kerran kokoontuneisiin ryhmiin osallistuneiden nuorten työelämästatus



### 2.2.3. Verkostoyhteistyö

Projektin yhteistyökumppaneita olivat paikkakuntien nuorten kanssa työskentelevät työntekijät, kuten nuorisotoimi, sosiaalitoimi, päihdepalvelut, mielenterveyspalvelut, koulut ja oppilaitokset, seurakunnat, muut projektit ja järjestöt. Projekti löysi hyvin sijansa yhteistyön tekemisessä muiden toimijoiden kanssa, ja projektityöntekijät pääsivät osaksi alueensa verkostoa. Tämä mahdollisti monenlaisen yhteistyön eri tahojen kanssa.

Voimakas-projekti oli kehittämisprojekti, jolla ei ollut omaa asiakaskuntaa. Yhteistyössä verkoston kanssa tehtyä asiakastyötä kutsuttiin projektissa asiakasyhteistyöksi. Sillä vastattiin nuoren lisätuen tarpeisiin hänen arjessaan. Asiakasyhteistyön tavoitteena oli saada nuoria osallistumaan kehittämistyöhön omista elämäntilanteistaan ja tarpeistaan lähtien. Asiakasyhteistyö räätälöitiin yhdessä nuoren ja hänen työntekijänsä kanssa nuoren tilanteen mukaisesti, nuoren tavoitteista lähtien. Asiakasyhteistyö tuki myös verkoston työntekijää tai työntekijöitä asiakastyössään sekä tarjosi vaihtoehtoisia menetelmiä ja uusia näkökulmia asiakastyön tekemiseen.

Edellä kuvattujen ryhmätoimintojen lisäksi projekti osallistui yhteistyökumppanina suunnittelemaan ja järjestämään erilaisia hyvinvointitapahtumia ja teemaviikkoja paikkakunnilla. Nuorille suunnattujen tapahtumien ja tempausten tarkoituksena oli muun muassa tarjota tietoa hyvinvoinnista, päihteistä ja niiden käytön riskeistä sekä tukea keskustelua näistä aiheista. Tapahtumat ja teemaviikot olivat yksi menetelmä nuorten osallisuuden tukemisessa. Nuoria kannustettiin osallistumaan tapahtumiin jo niiden suunnit-

nitteluvaiheessa, ja nuorten näkökulmia pidettiin aktiivisesti esillä tapahtumia suunniteltaessa. Tapahtumat antoivat projektityöntekijöille mahdollisuuden tavata paikallisia nuoria ja nuorille mahdollisuuden tavata toisiaan sekä projektityöntekijää ja muita paikkakunnan nuorten parissa työskenteleviä. Verkostoyhteistyönä suunnitellut ja toteutetut tapahtumat ja teemaviikot tarjosivat myös projektityöntekijöille hyvän kanavan tutustua paikkakuntien eri toimijoihin ja luoda pohjaa myöhemmälle yhteistyölle.

Projektipaikkakunnilla verkostoyhteistyö piti sisällään myös monialaisten ja -ammattillisten työryhmien työskentelyyn osallistumista. Yhteistyöryhmien kautta projektityöntekijät saivat tietoa paikkakuntien tilanteesta ja tarpeista sekä pääsivät vaikuttamaan paikkakunnillaan nuorten kanssa tehtävään työhön. Näissä työryhmissä tuotiin esille projektin toimintatapoja ja nuorten ääntä; nuorilta saatua palautetta sekä kommentteja ja kokemuksia toimivista työtapoista. Yhteistyökumppaneiden kanssa yhdessä pohdittiin nuorten kanssa tehtävän työn kehittämisen näkökulmia ja kehittämistarpeita.

Projektin yhtenä osatavoitteena oli vahvistaa monialaista ja moniammatillista yhteistyötä sekä syventää osaamista nuorten kanssa tehtävässä yhteistyössä. Tämä tarkoitti esimerkiksi olemassa olevista koulu- tukista, materiaaleista ja työmalleista tiedottamisen yhteistyökumppaneille, osaamista ja verkostoitumista tukevien info-, koulutus- ja keskustelutilaisuuksien järjestämisen sekä erilaisten työkalujen kehittämisen nuorten kanssa tehtävään työhön. Projektin kanssa tehtävä asiakasyhteistyö oli yksi tapa syventää osaamista kartuttamalla erilaista näkökulmista tietoa nuoren arjesta ja ajatuksista omaan elämäntilanteeseensa liittyen.

Hyväksi verkostoitumisen toimintamalliksi projektissa havaittiin Ammattilaisten aamiaisen -keskustelufoorumi nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. Keskustelun teemat aamiaisille nousivat projektin tavoitteista sekä verkostossa ajankohtaisesti puhuttaneista asioista. Aamiaisteemoja olivat esimerkiksi vastavoiman kehittäminen nuorten päihdekulttuurille, nuoren hyvä tukeminen, nuoren muutosta edistävät ja ehkäisevät asiat sekä nuoren tukeminen silloinkin, kun hän ei koe tarvetta muutokseen. Aamiaistilaisuuksiin lähetettiin kutsu laajalle nuorten kanssa toimivalle verkostolle, ja tilaisuuksiin oli ennakoilmoittautuminen. Aamiaiset keräsivät paikkakunnilla hyvin osallistujia, ja keskustelu oli vilkasta. Näitä keskustelutilaisuuksia järjestettiin yhteensä 11 kertaa projektipaikkakunnilla. Tilaisuuksista kerätyn palautteen mukaan tällainen keskustelufoorumi koettiin oman työn kannalta tarpeelliseksi. Palautteen mukaan tilaisuudet tukivat työntekijöiden verkostoitumista ja työssä jaksamista. Keskustelujen teemat koettiin oman työn kannalta tärkeiksi ja ajankohtaisiksi, ja ajatusten vaihto samanlaisten asioiden kanssa töitä tekevien ammattilaisten kanssa tärkeäksi. Aamiaisille toivottiin jatkoa, ja osassa paikkakunnista selvitettiin verkoston mahdollisuuksia jatkaa tämän tyyppistä toimintaa projektin päättymisen jälkeen.

# 3. Projektin tuotokset

## 3.1. Voimavarakeskeiset työvälineet

Edellä kuvatuissa arkeen jalkautuvassa tuessa sekä ryhmätoiminnoissa kokeiltiin ja kehitettiin yhteistyöhön osallistuneiden eri-ikäisten nuorten sekä yhteistyökumppaneiden kanssa työvälineitä keskustelun tueksi. Työvälineiden kehittämisen taustalla oli mm. alkuvaiheen kyselyistä noussut nuorten viesti, että he löytävät itsessään monia muutosta estäviä tekijöitä, kuten esimerkiksi tunne kyvyttömyydestä ja muut itsetunnon ongelmat, aiemmat ikävät kokemukset sekä ylipäättään haluttomuus muutoksiin. Erilaisia työvälineitä kehitettiin avuksi näiden asioiden voimavarakeskeiseen tarkasteluun. Myös osa verkostokumppaneista esitti työvälineiden kehittämisen pohjalle oman työnsä tarpeita. Vielä laajempi joukko verkostotoimijoita osallistui välineiden testaukseen yhdessä omien asiakasnuortensa kanssa.

Työvälineiden lähtökohtana oli nuorta kuulevan, voimavaroja painottavan ja muutosta edistävän kohtaamisen idea. Niiden tarkoitus on siis kannustaa ja auttaa nuorta oman elämän voimavarojen ja muutostarpeiden tarkasteluun yhdessä työntekijän ja mahdollisen vertaisryhmän kanssa, kuulla ja kunnioittaa niiden kautta avautuvia nuoren ajatuksia sekä vahvistaa nuoren omaa aktiivista roolia hyvinvointia edistävissä muutoksissa.

Merkittävin työvälineponnistus projektissa oli **Voimavaroja muutokseen** -työväline. Sen kehittäminen alkoi jo projektin alkutaipaleella, ja sen versioiden testaukseen vuosina 2013 ja 2014 osallistui laaja joukko työntekijöitä projektipaikkakunnilla ja niiden ulkopuolella. Lisäksi projektityöntekijät itse testasivat versioita projektityhteistyössä olleiden nuorten kanssa. Saatujen palautteiden pohjalta muokattu valmis Voimavaroja muutokseen -työväline lanseerattiin projektipaikkakunnilla käyttöön keväällä 2015, ja tämän jälkeen projektityöntekijät esittelivät työvälinettä laajasti yhteistyöverkostoissa ja erilaisissa tilaisuuksissa, mm. valtakunnallisilla päihdepäivillä. Voimavaroja muutokseen -työvälineen rinnalle tehtiin myös opasvihkonen, johon koottiin vinkkejä työvälineen käyttöön.

Projektissa kehitetyt työvälineet pyrittiin tekemään yksinkertaisiksi, helposti ja joustavasti eri työntekijöiden työssään sovellettavaksi. Kaikki työvälineet tarkoitettiin nuoren kanssa yhdessä läpikäytäväksi ja yhteisen keskustelun tueksi. Osa työvälineistä oli täysin projektilähtöisiä, osa jo olemassa olevia välineitä tai niiden muunnelmia. Projektissa käytettyjä ja kehitettyjä asiakastyön menetelmiä koottiin lopputuotteeksi, voimavarakeskeisen tuen työtapojen työkirjaksi. Työkirja otsikoitiin ”**Olen voimakas!**” ja siinä kuvattiin sekä projektin tapa tehdä nuoren arkeen jalkautuvaa ja kiinnipitävää tukea että projektissa kehitetyt voimavarakeskeiset ryhmätoiminnot ja kaikessa tässä asiakastyössä kehitetyt työvälineet.

Olen Voimakas! on tarkoitettu kaikille nuorten parissa työskenteleville vinkiksi ja tueksi työskentelyyn. Siihen koottiin kuvauksia projektissa tehdystä nuoren arkeen jalkautuvasta tuesta (useista yhteistyökontaktista yhdisteltyjen case-esimerkkien kautta), tiivistyksiä erilaisista projektissa toteutetuista nuorten ryhmätoiminnoista sekä projektissa sovellettuja ja kehitettyjä työvälineitä nuorten kanssa tehtävään työhön. Tämän lisäksi liitteenä on hyödyllisiä linkkivinkkejä. Olen Voimakas! lanseerattiin projektin loppu-tapahtumissa Varkaudessa, Juvalla ja Savonlinnassa. Sen lisäksi sitä jaettiin verkostoille projektipaikkakunnilla ja niiden ulkopuolella. Olen voimakas! ja Voimavaroja Muutokseen löytyvät sähköisenä, tulostettavana versiona Kehittämiskeskus Tyynelän verkkosivuilta.

## 3.2. Raportit

Projektissa tehtyä työtä dokumentoitiin kehittämisen, arvioinnin ja juurruttamisen tarpeisiin. Vuosittaiset toimintakertomukset toimitettiin projektin tuki/kehittämistyöryhmille, johtoryhmälle ja rahoittajalle. Lisäksi 2014 valmistui projektin väliraportti, joka kokosi siihen mennessä tehtyä työtä ja suuntaviivoja jatkolle. Projektissa toteutettiin useita kyselyjä tiedontuotannon ja nuorten kanssa tehtävän työn kehittämisen tarpeisiin. Nuorten ääntä kehittämistyössä nostettiin kuulemalla erityisesti nuoria erilaisissa teemoissa. Projektin tekemien kyselyiden tuloksia levitettiin laajasti paikkakuntien toimijaverkostoille, ja niistä käytiin keskusteluja erilaisissa työryhmissä sekä nuorten ryhmissä. Projektin päätyttyä tässä mainittuja raportteja voi halutessaan tiedustella Kehittämiskeskus Tyynelästä.

2013 valmistui raportti projektin aloitusvuonna nuorille ja nuorten kanssa työskenteleville verkostotoimijoille tehdyn **alkukartoituskyselyn** tuloksista. Kohderyhmän nuorille suunnatulla kyselyllä haluttiin tietoa mm. nuorten muutostarpeista, kokemuksista kuntien tarjoamien palveluiden käyttäjinä sekä nuorten toiveista heille suunnattujen palveluiden kehittämisessä. Kyselyyn vastanneet nuoret tavoitettiin verkostotyöntekijöiden yhteistyöllä. Kyselyvastauksissa korostuivat nuorten ja työntekijöiden erilaiset näkemykset nuorten muutoksen tarpeesta. Kyselyyn vastanneet työntekijät viestivät huolta nuorten mielenterveyteen ja päihteiden käyttöön liittyvistä asioista. Nuoret itse eivät tällaista huolta ilmaisseet, vaikka kertoivatkin kokeneensa monia mielenterveydellisiä oireita sekä käyttäneensä päihteitä. Nuorten huolet ja muutostoiveet liittyivät arkisiin asioihin, kuten työ-/opiskelutilanteeseen, raha-asioihin ja fyysiseen terveyteen. Palvelujen kehittämisen suhteen nuoret toivoivat muun muassa ilta-aikaan tavoitettavaa tukea, kynnyksettä ja maksuttomia harrastusmahdollisuuksia sekä työntekijöiltä kykyä kohtaamiseen ja syrjäytymisen ehkäisyyn.

Keväällä 2013 toteutettiin **Alkoholi ja väkivalta -asennekysely** 76:lle Varkauden ja Savonlinnan yläkoulun 8. luokan oppilaille. Kyselyssä kartoitettiin oppilaiden ajatuksia mm. siitä mikä heidän mielestään on väkivaltaa, seurustelukumppanin oikeudesta puuttua asioihin, väkivallan kohteeksi joutumisen riskeistä ja päihteiden vaikutuksesta väkivaltaiseen käyttäytymiseen tai riskiin joutua väkivallan kohteeksi. Nuorista 79 % kertoi nähneensä väkivaltaa, yleisimmin mm. koulussa, kaupungilla, vapaa-ajalla ja televisiossa. Suurimmiksi riskeiksi joutua väkivallan kohteeksi nuoret kokivat päihtymyksen, erilaisuuden ja oman käyttäytymisen. Suurin osa nuorista kuitenkin koki, ettei ole omaa syytä, jos päihtyneenä joutuu väkivallan kohteeksi. Päihtymystä ei myöskään koettu lieventäväksi asianhaaraksi väkivaltaiselle käytökselle. Projektityöntekijät kävivät läpi kyselytuloksia sekä yleisempää tietoa väkivallan määritelmästä ja alkoholin ja väkivallan suhteista vastanneiden luokkien kanssa.

Vuonna 2013 projekti toteutti myös savonlinnalaisessa Tuu Oo Tee -hyvinvointitapahtumassa avoimen kyselyn siitä miten kaupungissa tulisi **tukea nuorten mielenterveyttä ja päihteettömyyttä** sekä mikä on ajankohtaisesti suurin haaste nuorten hyvinvoinnille. Kyselyyn vastasi 36 tapahtumakävijää, joista noin puolet oli iältään 30-vuotiaita tai nuorempia. Tärkeimmäksi tehtäväksi nuorten mielenterveyden tukemisessa vastaajat kokivat harrastusten, tapahtumien ja vertaistoiminnan järjestämisen nuorille. Myös ammattilaisten antama ja helposti tavoitettava keskusteluapu nuorille nähtiin tärkeäksi, ja erityisesti koulun rooli korostui. Päihteettömyyden vahvistamisessa tärkeimmäksi nähtiin päihteettömien kokoontumispaikkojen ja tapahtumien tarjoaminen nuorille. Hyvin tärkeänä pidettiin myös päihteisiin liittyvän asiallisen tiedon jakamista ja avointa keskustelua asioista. Kyselyvastauksista koottua raporttia jaettiin paikkakunnan toimijaverkostolle.

Alkuvuodesta 2014 projektissa toteutettiin Bikva-arviointi Juvan, Joroisten ja Rantasalmen Voimakas päivä -ryhmissä. Tavoitteena oli nostaa nuorten ääntä kehittämässä ja kehitetyissä toiminnoissa sekä tuoda esiin nuorten kokemus omista vaikuttamisen mahdollisuuksistaan. Bikva-haastatteluun osallistui 15 ajankohtaisesti projektiyhteistyössä ollutta nuorta. Bikva-arvioinnin toisessa osuudessa ryhmähaastattelusta nousseista teemoista käytiin arviointikeskustelua projektityöntekijöiden kanssa. Sekä nuorten että

projektityöntekijöiden ryhmäkeskustelut toteutti Kehittämiskeskus Tyynelä. Nuoret kertoivat alun jännityksen jälkeen ryhmästä tulleen tärkeä omassa elämässä. Ryhmässä opittiin sosiaalisia taitoja sekä asioita itsestä ja muista. Ryhmässä tietoisesti harjoiteltiin esimerkiksi kuulumisten kertomista ja tunteiden tunnistamista. Nuoret ryhmätoiminnassa **Bikva-arviointiraportti** julkaistiin projektin verkkosivuilla ja sitä käytiin läpi paikallisten toimijaverkoston kanssa.

2014 valmistui myös Diakonia-ammattikorkeakoulun loppuvaiheen opiskelijoiden Voimakas-projektille ja Pelituki-hankkeelle koostama **selvitys asiakkaiden tuen tarpeista**. Selvitys vastasi projektin johtoryhmän toiveeseen selvittää milloin nuoren käytöksestä pitää huolestua ja miten siihen tulisi puuttua, jotta osattaisiin ennaltaehkäistä nuorten päihde- ja mielenterveyshaittojen syveneminen ennen palvelujen piiriin pääsyä. Lisäksi haluttiin nostaa esiin nuorten ääntä ja mielipiteitä siitä, milloin ja millaista apua tai tukea nuoret kaipaavat ja mikä estää nuoria tarttumasta tarjottuun apuun. Selvitystä päätettiin nuorten lisäksi laajentaa niin, että siihen otettiin mukaan vanhemmat läheisnäkökulman sekä vanhempien oman tuen tarpeiden esiin nostamiseksi. Selvitys tehtiin ikäluokissa 16–28 -vuotiaat, 29–64 -vuotiaat sekä yli 65-vuotiaat. Vastaajilta kysyttiin, millaisiin asioihin he kaipaavat lisää tukea tai olisivat kaivanneet jossain elämänsä vaiheessa, millaisia kokemuksia heillä on hyvästä tuesta sekä millaiset asiat heitä huolestuttavat nyt tai tulevaisuudessa. Kysely tehtiin Varkaudessa, Rantasalmella, Joroisissa ja Juvalla. Vastanneiden nuorten suurimmat tuen tarpeet liittyivät koulukiusaamiseen, itsenäistymiseen ja kotoa pois muuttamiseen sekä surun ja menetysten käsittelyyn. Nuoret määrittivät hyväksi tueksi kuuntelemisen ja tsemppaamisen sekä sen, että tuki viedään nuoren luo, eikä odoteta nuoren aina hakeutuvan avun piiriin. Osa vastanneista kaipasi kokonaisvaltaisesti elämäntilanteeseensa paneutuvaa rinnalla kulkijaa ja tukihenkilöä arjen asioihin. Projekti levitti toiminnassaan nuorten viestiä hyvästä tuesta ja tuen tarpeista monin eri tavoin, esimerkiksi erilaisissa työryhmäkeskusteluissa, verkoston keskustelufoorumien teemoina sekä mielipidekirjoituksissa paikallisissa sanomalehdissä.

Lisäksi projekti kartoitti vuonna 2014 Savonlinnassa ammattiopiskelijoilta **nuorille suunnattujen ryhmätoimintojen toiveita ja tarpeita**. Kyselyyn vastasi 33 opiskelijaa. Eniten toiveita kohdistui opiskelijoille avoimeen ryhmätilaan, jossa olisi mahdollisuus monenlaiseen tekemiseen ja yhdessäoloon vapaaajalla. Kyselytulokset levitettiin ammatti- ja aikuisopiston lisäksi myös laajemmin paikallisille nuorten kanssa toimiville verkostoille, jotta tieto nuorten toiveista tavoittaisi ryhmätoimintaa järjestävät tahot.



# 4. Tulokset ja vaikutukset

## 4.1. Arviointi

Voimakas-projektin tuloksia ja vaikutuksia arvioitiin kvalitatiivisesti asiakas-, verkosto- ja työntekijätasolla sekä sisäisen että ulkoisen arvioinnin avulla. Sisäisesti asiakastasolla kerättiin tietoa Bikva-arvioinnilla Voimakas- päiväryhmään osallistuneilta nuorilta (n=15), lisäksi projektityöntekijät keräsivät nuorten palautteita systemaattisesti toteutettujen ryhmätoimintojen jälkeen. Verkostotasolla projektin tuki- ja kehittämistyöryhmiltä sekä johtoryhmältä pyydettiin palaute kahdesti vuodessa. Projektipaikkakuntien ammattilaisten palautetta kerättiin myös projektin järjestämien tilaisuuksien ja koulutusten jälkeen.

Ulkoisen arvioinnin tavoitteena oli selvittää 1) päihde- ja mielenterveyshaittoja kokevien nuorten voimavarojen hyödynnettävyyttä heidän hyvinvointinsa edistämässä sekä osallisuuden tunteen lisääntymisessä ja 2) moniammatillisen verkoston osaamisen vahvistumista. Ulkoinen arviointi keräsi tietoa sekä nuorilta että verkostoilta kyselyjen ja haastattelujen avulla. Vuonna 2014 ulkoinen arviointi teki kyselyn, johon vastasi 22 nuorta, joista 7 myös haastateltiin. Yhteistyötahoille suunnattuun kyselyyn vastasi 38 työntekijää, joista 4 myös haastateltiin. Vuonna 2015 ulkoinen arviointi toteutti kyselyn 17 nuorelle, 4 haastateltiin. Verkostokyselyyn vastasi 34 työntekijää, joista 4 haastateltiin.

## 4.2. Jalkautuvan työn hyödyt ja kokemukset

Kaikessa arkeen jalkautuvassa tuessa lähtökohtana oli kokonaisvaltainen nuoren voimavarojen tukeminen ja apu nuoren henkilökohtaisissa haasteissa sekä tuki päihdeettömään elämäntapaan ja sitä tukeviin sosiaalisiin suhteisiin. Kiinnipitävällä työotteella tuettiin nuoren kiinnittymistä tarvitsemiinsa palveluihin, ohjattiin tarvittaviin palveluihin hakeutumisessa sekä tuettiin nuoren toimintakykyä ja valmiutta muutoksiin. Yhteistyön myötä nuoren kyky ja valmius kantaa vastuuta vahvistui. Projektin tehtävänä oli tsemppata, kannustaa ja tukea nuorta tulevaisuuteen suuntautumisessaan.

Nuoren arkeen jalkautuva työote koettiin toimivaksi, nuoret sitoutuivat tällaiseen työskentelytapaan pääosin hyvin. Nuoren arjessa tukena olemalla saatiin muodostumaan hyviä ja luottamuksellisia yhteistyösuhteita ja nuoria pystyttiin tukemaan kohti omia tavoitteitaan. Tuen tullessa lähelle oli helpompi nähdä arkeen liittyvät haasteet ja löytää yksilöllisesti nuorelle sopivia keinoja niiden ratkaisemiseen. Nuoret ottivat hyvin tukea vastaan, kun se tapahtui heidän määrittelemistä tavoitteista lähtien ja kohdistui kokonaisvaltaisesti heidän tärkeäksi kokemiinsa asioihin.

Ulkoisen arvioinnin mukaan yksilötasolla projektiin toimintaan osallistuneiden nuorten henkilökohtainen elämä eteni positiivisella tavalla eteenpäin. Nuoret kokivat, että he kohtasivat projektin kautta ihmisiä, joilta saivat kaipaamaansa tukea ja että heidät otettiin oman elämänsä asiantuntijoina hyvin huomioon. Projektityöntekijän kanssa käydyt keskustelut koettiin antoisina ja järjestetyn toiminnan mielekkäänä. Osalla nuorista tavoitteena oli päihdeidenkäytön vähentäminen tai lopettaminen, johon he saivat tukea sekä tarvittaessa myös ohjausta päihdepalveluihin. Nuorten toiveikkuus tulevaisuutta kohtaan lisääntyi, ja he saivat enemmän tasapainoa elämäänsä.

Paikkakuntien verkosto piti nuorten luokse jalkautuvaa pitkäjänteistä tukea erityisen tärkeänä. Hyödyt nähtiin mm. yhteisten asiakasnuorten arjen hallinnan/päiväryhtmin parantumisena arkeen jalkautuvan työn myötä ja nuoren kohdatuksi tulemisen kokemuksella. Verkosto näki tärkeänä myös projektin mukana olon erilaisissa asiakastapaamisissa eri virastoissa. Osa nuorista tarvitsee näissä tilanteissa tukea ja käynnin jälkeen muistuttajaa siitä, kuinka tulisi toimia. Hyvänä asiana verkosto nosti myös mm. sen, että

nuoren käynnit keskittyivät yhdelle ammattilaiselle, jolla oli kokonaiskuva nuoren tilanteesta. Koettiin, että yksittäisten nuorten asiat etenivät projektin tuen myötä.

### 4.3. Ryhmätoimintojen hyödyt ja kokemukset

Toiminnalliset menetelmät korostuivat nuorten ryhmätoiminnoissa keskustelun avaajina ja tukena. Monet nuoret osallistuivat ensimmäistä kertaa tämän tyyppiseen ryhmätoimintaan, ja erilaisten tutustumis- ja lämmittelyharjoitteiden käyttö helpotti ryhmään asettumista, jännitystä, keskusteluun osallistumista sekä turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin rakentumista. Ne vahvistivat myös osallisuuden ja yhteenkuuluvaisuuden kokemusta. Jokaisen ryhmäkerran jälkeen nuorilta pyydettiin palautetta tapaamisen annista ja mahdollisista toiveista jatkon suhteen. Palaute oli tärkeää nuorten osallisuuden kokemuksen ja ryhmien jatkosuunnittelun kannalta.

Ulkoisen arvioinnin mukaan nuoret saivat uusia näkökulmia ja tukea omaan elämäntilanteeseensa. Osa nuorista teki suunnitelmia opiskeluun liittyen ja noin puolet projektissa mukana olleista nuorista koki saaneensa rohkeutta ihmisten kohtaamiseen, parannusta uni- ja päivärytmiin sekä arjen parempaa hallintaa.

Bikva-arviointihaastatteluisissa Voimakas päivä -ryhmiin osallistuneet nuoret kuvasivat ryhmätoimintoihin osallistumisen selkiyttäneen heidän tulevaisuuden suunnitelmiaan ja omia tavoitteitaan sekä antaneen toivoa tulevaisuuden suhteen. Ryhmätoiminta nähtiin päivärytmin kannalta positiivisena asiana. Nuoret myös kokivat saaneensa uutta tietoa paikkakuntiansa harrastustoiminnasta sekä käyttämistään ja tarvitsemistaan palveluista. Merkittäväksi nuoret kokivat sosiaalisten kontaktien lisääntymisen ja sosiaalisten taitojen harjoittelun.

Projektityöntekijöiden keräämien nuorten palautteiden (n=18) mukaan nuoret ovat kokeneet lyhytkestoisissa ryhmissä mukavaa yhdessäoloa muiden nuorten kanssa ja kokivat tulleen kuulluksi ja kohdatuksi oman elämänsä asiantuntijana erilaisissa projektin toteuttamissa toiminnoissa. Nuoret ovat myös kokeneet voineensa vaikuttaa yhteisesti käsiteltäviin asioihin ja että osallistuminen on tukenut heidän hyvinvointiaan.

### 4.4. Verkostoyhteistyön hyödyt ja kokemukset

Voimakas-projekti teki käytännön yhteistyötä erityisesti sosiaalitoimen, etsivän nuorisotyön ja oppilaitosten kanssa, mutta myös muiden nuoria kohtaavien toimijoiden kanssa. Projektityöntekijät edistivät moniammatillista yhteistyötä paikkakunnilla mm. järjestämällä erilaisia verkostotapaamisia ja osallistamalla itse jo olemassa oleviin verkostoihin. Verkostotapaamisissa projektityöntekijät jakoivat kokemuksiaan nuorten kanssa työskentelystä ja lisäsivät yhteistä ymmärrystä nuorten tilanteesta ja tarpeista.

Ulkoisen arvioinnin toteuttamassa yhteistyötahojen kyselyssä tuli esille, että toimintansa aikana projekti tuki toimijoiden verkostoitumista ja lisäsi jonkin verran yhteistyötä nuorten palveluissa paikkakunnilla. Projektin tavoitteena oli kehittää toimijoiden osaamista nuorten parissa tehtävässä työssä. Osa yhteistyötahoista havaitsi yhteistyöllä tällaista merkitystä: projektityöntekijät levittivät voimavarakeskeistä ajattelutapaa nuorten kanssa työskentelyyn tiivissä yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Erityisen toimivana moniammatillisen verkostotyön edistäjänä olivat esimerkiksi ammattilaisten aamiaiset, joita projektissa toteutettiin usealla projektipaikkakunnalla kooten yhteen nuorten parissa toimivat ammattilaiset keskustelemaan paikkakuntansa nuorten tilanteesta eri näkökulmista.

Sekä ulkoisen että sisäisen arvioinnin mukaan yhteistyötahot kokivat hyötynensä projektin toiminnasta, sillä se tarjosi lisää resursseja nuorten tueksi. Nuorten parissa toimiville työntekijöille oli tärkeää, että asiakkaana oleva nuori sai tarvitsemansa tuen projektin kautta, kun työntekijän oma työ ei ulottunut asiakkaan arkeen ja käytännön asioissa tukemiseen. Paikkakuntien verkostojen mielestä projektin toiminta oli tarpeellista ja nuoret hyöttyivät projektissa tehdystä työstä. Projektin paransi nuorten tuen saantia päihde- ja mielenterveysongelmissa sekä löysi paikkansa palvelukentällä. Esimerkiksi pitkäkestoinen ryhmätoiminta osana nuorten kuntouttavaa työtoimintaa jatkuu kahdella projektipaikkakunnalla kunnan omana toimintana projektin päättymisen jälkeen.

## 5. Haasteet

Projektin alkaessa projektityöntekijät olivat suurimmalta osin uusia paikkakuntien verkostoissa. Projektista oli eri paikkakunnilla erilaisia käsityksiä, epäselvyyksiä oli mm. siitä, mitä projektissa on tarkoitus kehittää. Aluksi meni paljon aikaa erilaisten käsitysten ja odotusten korjaamiseen sekä projektin tavoitteiden tarkentamiseen verkostossa.

Projektin alkaessa Juva, Joroinen ja Rantasalmi muodostivat JJR-alueen, joka hajosi projektin aikana. Joroinen liittyi sosiaali- ja terveystalouksissa Varkauteen ja Rantasalmen palveluntuottajaksi vaihtui yksityinen terveystalouden tuottaja. Nämä palvelurakenteen muutokset veivät työntekijöiden resurssia kehittämistyöhön osallistumisesta.

Osalla paikkakunnista oli taloudesta johtuvia haasteita, mikä ymmärrettävästi vei työntekijöiden energiaa. Kaikkien paikkakuntien taloustilanne näkyy työntekijöiden työmäärässä ja jaksamisessa, ja oli haasteellista saada työntekijöitä mukaan koulutuksiin ja osallistumaan pitkäjänteiseen kehittämistyöhön. Monilla työntekijöillä olisi halu työn kehittämiseen ja arkeen jalkautuvaan työhön, mutta sille ei aina löydy riittävästi aikaa. Paikkakunnissa on kuitenkin huomattavia eroja jalkautuvan työn kohdalla. Haastetta kehittämistoimintojen juurruttamiseen toi osaltaan se, että osa projektin verkostoyhteistyökumppaneista oli yhtäläillä määräaikaisella hankerahoituksella toimivia.

Projektin sisällä haasteena oli yhden työntekijän vaihtuminen alkuvuodesta 2015 ja toisen siirtyminen muihin töihin alkusyksystä 2015. Uuden työntekijän perehtyminen verkostoihin ja nuoriin vie oman aikansa, eivätkä projektityöntekijät tunne toistensa verkostoja ja nuoria. Projektityöntekijät toimivat paikkakunnillaan yksin ja verkostot ja rooli niissä vaihtelivat. Monta lankaa oli pidettävä käsissä yhtä aikaa ja ajan jakaminen nuorten kanssa tehtävän työn, verkostotyön ja projektityön välillä vaihteli paljon.

Nuorten kanssa tehtävän työn haasteita olivat nuoren asiakkuussuhteen katkeaminen yhteistyötahoon, tai tieto nuoren elämässä tapahtuneista muutoksista ei aina kulkenut nuoren, yhteistyötahon ja projektityöntekijän välillä. Ryhmätoimintojen haasteita olivat mm. oppilaitoksessa järjestettyjen ryhmien aika-auluttaminen opetuksen lomaan. Osassa kuntouttavassa työtoiminnassa toteutetuissa ryhmissä haasteena oli nuorten sitouttaminen olemaan paikalla sovittun ajan. Vertaisryhmätoiminnoissa haasteeksi osoittautui riittävän homogeenisen ryhmän aikaansaaminen paikkakuntien ollessa verrattain pieniä.

Osin projektissa mukana olleet nuoret kokivat, etteivät olleet aivan täysin projektin kohderyhmää. Myös Bikva-arvioinnissa mukana olleista nuorista osa koki projektin kohderyhmän ”mielenterveys- ja päihdehaittoja kokevan nuoren” tarkoittavan syrjäytyneitä nuoria ja arvioivat, etteivät he ole itse tällaisia. Samoin ulkoisen arvioinnin haastatteluun osallistuneista nuorista osa koki omat tarpeensa muusta ryhmästä poikkeavina, jolloin he myös kokivat, ettei kaikki projektin tarjoama sisältö ollut heitä varten. On haasteellista, mutta tärkeää, nimetä osallisuutta ja yhteiskuntaan integroitumista tukevia toimintoja niin, etteivät toimintaan osallistuvat kokisi niitä leimaavina.

Tavoitteista nuorten osallisuuden lisääminen osoittautui kaikkein haastavimmaksi laajemmassa mittakaavassa eli projektin toimintojen ulkopuolella. Projektityöntekijät pitivät asiaa esillä verkostossa, mutta näin suureen kysymykseen paneutumiseen resurssit olivat rajalliset. Samoin läheisten kanssa tehtävä työ ja läheisten merkityksen kartoittaminen jäi melko vähäiseksi. Tähän oli monta syytä. Esimerkiksi osa yhteistyöhön osallistuneista nuorista ei halunnut projektin olevan missään kontaktissa läheisiinsä. Kuitenkin tehdyllä työllä oli arvioinnin mukaan vaikutusta myös läheisiin ihmissuhteisiin. Ulkoiseen väliarviointiin osallistuneista nuorista useimmat kokivat, että heidän suhteet vanhempiin ja muihin läheisiin ovat riittävän hyvät. Silti ulkoisen arvioinnin loppuarvioinnissa aiempaa suurempi osuus nuorista koki suhteensa vanhempiin ja muihin läheisiin parantuneen aiemmasta.

## 6. Juurrutus ja levitys

Projektille perustettiin johtoryhmä, sekä paikkakuntaakohtaiset tuki- tai kehittämisryhmät, jotka toimivat tukena projektin tuotosten ja tulosten juurrutuksessa ja levityksessä. Projektin jälkeen Kehittämiskeskus Tyynelä jatkaa projektin tuotosten ja tulosten juurrutus- ja levitystyötä omissa verkostoissaan.

Projektin ryhmätöiminnöistä Voimakas -ryhmä juurtui Rantasalmelle ja Juvalle, Juvalle kunnan järjestämänä ja Rantasalmella Rapiapajalla Nuorisotoiminnan tuki ry:n järjestämänä. Myös muiden paikkakuntien nuorilta ja työntekijöiltä tulleen palautteen mukaan kiinnostusta sekä tarvetta vastaavan ryhmätöiminnan järjestämiseen olisi jatkossakin.

Oppilaitosyhteistyössä toteutettujen ryhmätöimintojen juurtumisen haasteena on työntekijäresurssin löytyminen ryhmätöiminnan ohjaamiseen. Ryhmätöimintojen mallinnusten Olen Voimakas! -työkirjassa toivotaan helpottavan ryhmätöimintojen jatkamista tai käyttöön ottoa ja soveltamista uusissakin toimintaympäristöissä jatkossa. Savonlinnassa projekti osallistui aktiivisesti myös Suomen Mielenterveysseuran Löydä oma tarinasi® -vertaisryhmätöiminnan toteuttamiseen ja juurruttamiseen. Tämä ryhmätöiminta löysi paikkansa palvelutarjonnassa, ja Savonlinnan Kriisikeskus jatkaa tämän toimivaksi todetun nuorten ryhmän tarjoamista seudulla.

Työntekijäverkostoille suunnatut teemalliset Ammattilaisten aamiaisen -keskustelutilaisuuksille toivottiin paikkakunnilla jatkoa projektin päätyttyä. Osassa projektipaikkakunnista tehtiinkin alustavia suunnitelmia eri yhteistyöverkostojen kanssa käytännön jatkamisesta. Kehittämiskeskus Tyynelä on kiinnostunut jatkaa mukana paikkakuntien verkostoissa Ammattilaisten aamiaisten tiimoilta.

Voimavaroja muutokseen -työvälinettä levitettiin aktiivisesti projektipaikkakunnilla, mutta myös laajemmin Kehittämiskeskus Tyynelän verkostojen kautta ja ehkäisevän päihdetyön päivillä Kuopiossa syyskuussa 2015. Projekti oli mukana myös toukokuussa 2015 EHYT ry:n valtakunnallisilla päihdepäivillä esittelemässä ja jakamassa Voimavaroja Muutokseen -työvälinettä. Myös Olen Voimakas! -työkirjaa levitettiin paikkakuntien verkostoissa ja Kehittämiskeskus Tyynelän verkostojen kautta. Molempia markkinoitiin ja jaettiin marraskuussa 2015 Kuopiossa järjestetyssä päihdetyön seminaarissa. Sekä työväline että työkirja ovat myös sähköisessä muodossa tulostettavissa Kehittämiskeskus Tyynelän verkko-sivuilta. Työväline on saatavilla myös Itä-Savon sairaanhoitopiirin Hyvis.fi -portaalin ammattilaisten työvälineissä.

Kehittämiskeskus Tyynelä ilmoitti Voimakas-projektin mukaan Talentian järjestämään Sosiaalialan asiantuntijapäivien Hyvä käytäntö -kilpailuun. Kehittämiskeskus Tyynelä kutsuttiinkin mukaan esittelemään Voimakas-projektin tuloksia Jyväskylään maaliskuussa 2016. Kehittämiskeskus Tyynelä tarjosi Voimakas-projektin sisältöjä myös EHYT ry:n järjestämille valtakunnallisille päihdepäiville toukokuussa 2016. Tavoitteena on tuoda esille Voimakas-projektin hyviä käytänteitä jatkona edellisen vuoden Voimavaroja Muutokseen -työvälineen esittelylle.

Keväällä 2015 puolalaiset toimijat, Anna Orzechowska ja Marek Liciński Towarzystwo Psychoprofilaktyczne -järjestöstä toivoivat suomalaista yhteistyökumppania NEET-nuorten (Not in Employment, Education or Training) kanssa tehtävään työhön. Towarzystwo Psychoprofilaktyczne hakee EU:lta kansainvälistä rahoitusta yhteistyölle. Tavoitteena on vaihtaa kokemuksia ja hyviä käytänteitä NEET-nuorten parissa tehtävässä työssä.

# 7. Loppusanat

Projektin toiminta-aikana koettiin paljon onnistumisia, mutta myös haasteita. Kehittämiprojektin rikkaus, eri asioiden kokeilu, tuli tutuksi monellakin eri osa-alueella. Nuorten itse määrittelemistä tavoitteista lähtevällä ja voimavaroja tukevalla työskentelyllä voitiin todeta olevan mahdollisuus rakentaa aitoa yhteistyösuhdetta nuorten kanssa. Tästä lähtökohdasta työskennellen on mahdollista auttaa nuoria tarkentamaan tavoitteitaan, löytää nuorten muutosta edistäviä ja estäviä tekijöitä sekä vahvistaa motivaatiota ja valmiutta hyvinvointia edistäviin muutoksiin. Arkeen jalkautuvan tuen tärkeys ja merkitys nuorille tuli projektissa selvästi esiin, ja toivottavasti projekti onnistui juurruttamaan omalta osaltaan tätä toimintatapaa projektipaikkakunnille. Projektissa kehitettiin erilaisia voimavarakeskeisiä ryhmätoimintoja, jotka toivottavasti jatkuvat ja edelleen kehittyvät tulevina vuosina, jotta voimavarakeskeinen ja ammatillisesti ohjattu vertaisryhmätoiminta työtapana vahvistaa sijaansa eri tahoilla nuorten kanssa toimitaessa. Kehitetyt tehtävät ja työvälineet ovat kaikkien saatavilla, ja ovat osaltaan inspiroimassa monenlaisiin keskusteluihin nuorten kanssa. Erityisesti Voimavaroja muutokseen -työväline sai kiitosta ja otettiin jo projektin aikana monissa paikoissa käyttöön.

Projektissa tehdyn työn kautta nousi esiin muutamia selkeitä nuorten elämää koskevia teemoja. Nuorten yksinäisyys nousi monella tapaa esiin isona ja vakavana ongelmana. On paljon nuoria, joilla ei ole ystäviä, eikä välttämättä ole juuri koskaan ollutkaan. Jokaisella meistä on tarve kokea kuuluvansa johonkin porukkaan, mutta näillä nuorilla tunnetta vertaisryhmään kuulumisesta ei välttämättä koskaan ole syntynyt. Monen nuoren kohdalla ongelmien kasautuminen ja ylisukupolvisuus oli selkeästi nähtävissä. Tietyt toimintamallit opitaan jo lapsuudessa, esimerkiksi liittyen päihteidenkäyttöön ja väkivaltaan, ja siksi varhaiseen perhetyöhön panostaminen on nuoren kannalta tärkeää ennalta ehkäisevää työtä. Myös täysikäisillä nuorilla on suuri tuen tarve elämässään, ja erityisesti ammatillisten tukihenkilöiden tarve arjessa nousi esiin. Nuoret tarvitsevat turvallisen ja luotettavan aikuisen, jonka kanssa pohtia yhdessä elämään liittyviä asioita. Nuoret toivovat heidän kanssaan työskenteleviltä ammattilaisilta arvostavaa suhtautumista ja aitoa kohtaamista yhteistyösuhteen ikä-, kokemus- ja statuseroista huolimatta. Nuoret pitävät tärkeänä ammattilaisen tietojen ja neuvojen lisäksi ennen kaikkea kuuntelemisen ja kohtaamisen taitoja. Jotta yhteistyösuhteeseen rakentuisi luottamuksellinen ja avoin ilmapiiri, on nuoren voitava kokea olevansa hyväksytty omana itsenään, menneisyyden mokista tai epävarmuuksistaan huolimatta. Erityisen tärkeä ja samalla herkkä asia on silloin, kun nuorella on vaikeuksia itse arvostaa itseään tai olla sinut itsensä kanssa.

Verkostoitumisen ja moniammatillisen yhteistyön lisääminen toi verkostolle uusia yhteistyökumppaneita ja uudenlaisia tapoja ja mahdollisuuksia tehdä ja kehittää omaa työtään. Ammatilaisten aamiainen koettiin hyväksi verkostoitumisen paikoiksi, joissa myös lisättiin verkoston yhteistä osaamista nuorten parissa tehtävässä työssä.

Projektin aika oli liian lyhyt pitkäkestoisten vaikutusten havaitsemiseen, joten se mitä projektista todella jää, nähdään vasta vuosien kuluttua. Kehittämiskeskus Tyynelä jatkaa projektin tuotosten levittämistä projektin jälkeen.