



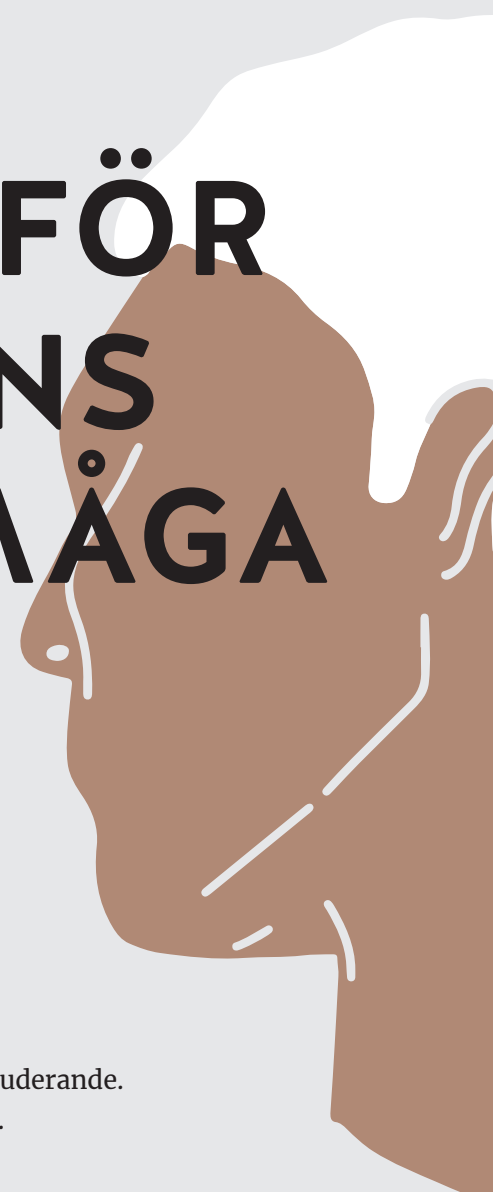
NYTTI RY

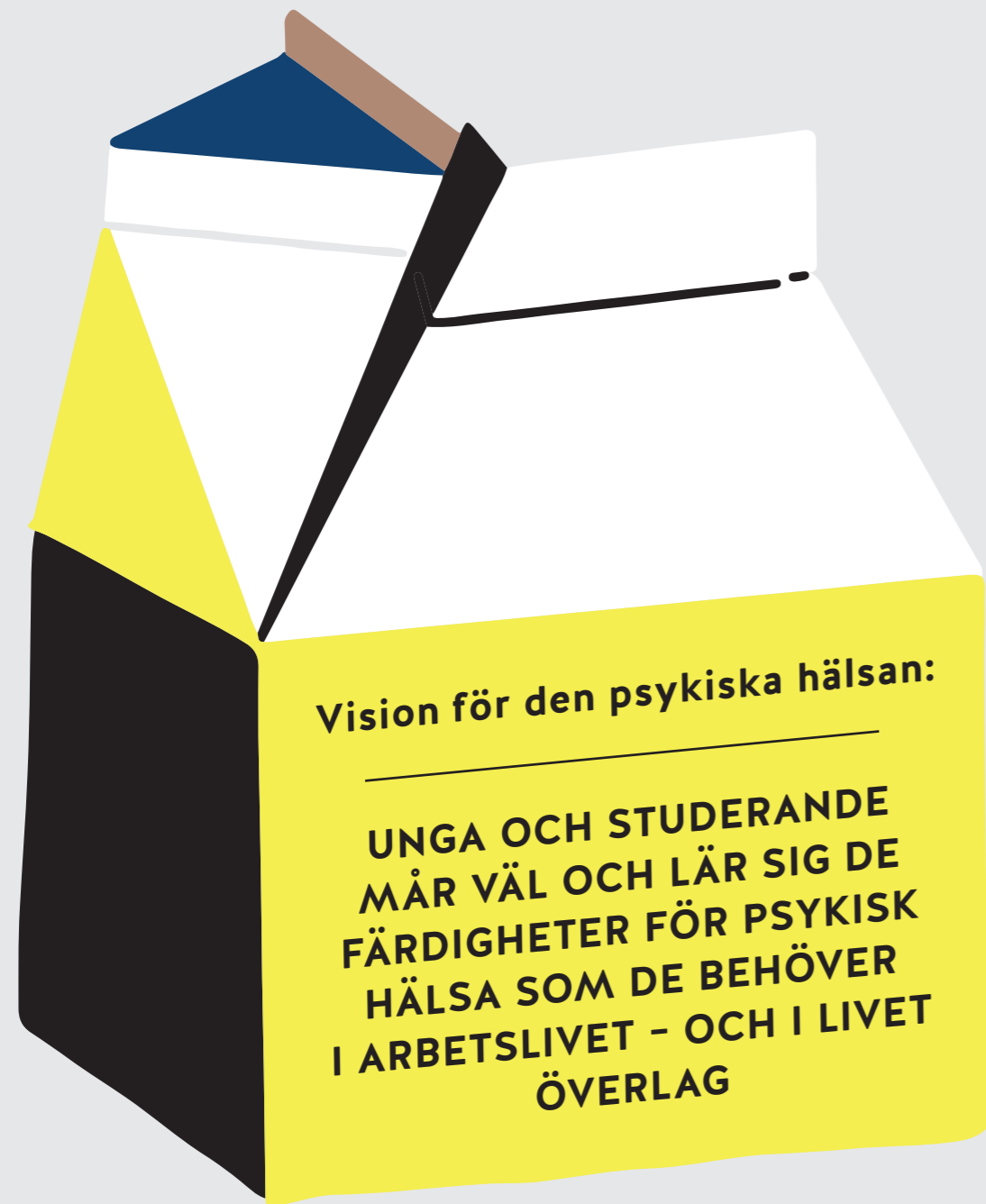
LÖSNINGAR FÖR FRAMTIDENS ARBETSFÖRMÅGA

Handlingsprogram för främjande
av psykisk hälsa bland unga
och studerande

NYTTI RY:S STRATEGI FÖR PÅVERKAN

Nyyti ry är en förening med expertis i psykisk hälsa och välbefinnande bland studerande. Föreningen grundades 1984 och samarbetar tätt med studentorganisationerna.





Omvälningen i arbetslivet och tryggheten av arbetshälsan innebär stora samhälleliga utmaningar. Stärkandet av den psykiska hälsan och studieförmågan är lösningar för hur vi ska trygga arbetsförmågan i framtiden.

Studietiden är en central period i fråga om att lära sig arbetslivskompetens. De ungas och studerandes färdigheter för mental hälsa, självkänedom och förståelse för hur man ser till att man själv och ens omgivning orkar måste förbättras. Läroinrättningar och utbildningssamfund måste stödja samhörigheten mellan alla genom att gynna en atmosfär av omtanke om andra och där upplevelserna av utanförskap och ensamhet minskar. Integreringen av färdigheter för psykisk hälsa i studierna är en investering i arbetshälsa. Färdigheterna för psykisk hälsa måste kunna uppdateras inom ramen för det livslånga lärande som ingår en individs hela karriär.

Alla måste ställa in siktet på att minska fördomarna om psykisk hälsa och ohälsa och skapa ett öppet debattklimat i samhället. Psykisk hälsa måste ses som vars och ens rättighet och som en central resurs för ett hållbart samhälle. Färdigheter för psykisk hälsa är medborgarfärdigheter som man kan lära sig och lära ut.



MÅL OCH TIO LÖSNINGAR - SÅ HÄR LYCKAS VI!

Målen för vårt påverkansarbete är de ändringar som bör ske i samhället för att de ungas och studerandes mentala hälsa och studie- eller arbetsförmåga ska stärkas.

Lösningarna är det som förverkligar målen och bakgrundsavsnittet ger mer information!

Mål 1

UTBILDNINGSSAMFUNDEN FRÄMJAR PSYKISK HÄLSA

LÖSNINGAR:

1. Studiemiljöerna görs socialt, psykiskt och fysiskt trygga: läroinrättningarna förbinder sig till att främja principerna för tryggare rum och omsätter dem i praktiken tillsammans med de studerande.
2. Utbildningsanordnarna satsar på högklassig handledning och tjänster som stöder studie-förmågan. Framför allt utvecklas de digitala tjänsterna, och de utnyttjas inom insatser för att upprätthålla en god studieförmåga och vägleda de studerande till tjänsterna.

PSYKISKA PROBLEM är den vanligaste orsaken till studieoförmåga bland unga. Vid läroinrättningar och i högskolevärlden upplever man i allt högre grad psykisk belastning och känslor av ensamhet och utan förskap. Utbildningssamfunden och undervisningsverksamheten behöver fler insatser för en verksamhetskultur och en atmosfär som stöder gemenskap, medkänsla och psykiskt välbefinnande.

Mål 2

UNDER UTBILDNINGEN LÄR MAN SIG FÄRDIGHETER FÖR PSYKISK HÄLSA

LÖSNINGAR:

3. I lärarutbildningen beaktas utläringen av färdigheter för psykisk hälsa och tillhandahålls verktyg för att ta hänsyn till och stödja olika typer av lärande. Kompetens i psykisk hälsa ingår i den professionella verktygslådan för personal på andra stadiet och i den högre utbildningen, och stärkandet av färdigheter för psykisk hälsa beaktas på alla nivåer av beslutsfattande i utbildningssamfunden.
4. Utbildningssamfundens kompetens i att främja mental hälsa stärks. Dialogen mellan utbildningssamfunden och välfärdsaktörerna – såväl medarbetare som studentorganisationsaktiva med intresse för att främja och stödja den psykiska hälsan – löper smidigt och samarbete sker även på svenska och engelska.

I UTBILDNINGSSAMFUNDEN finns behov av information om och förståelse för psykiska störningar och deras inverkan på studieförmågan. Beaktande av de studerandes situationer och särskilda behov förutsätter att den undervisande och handledande personalen har bättre beredskap för uppgiften.

Mål 3

EN TILLRÄCKLIG UTKOMST SKYDDAR DEN PSYKISKA HÄLSAN

LÖSNINGAR:

5. Studiestödet måste gå att leva på och ska beakta olika livssituationer flexibelt.
6. Utbildningen på andra stadiet måste vara avgiftsfri på riktigt.

OSÄKERHET ANGÅENDE utkomsten och otillräcklig utkomst påverkar den psykiska hälsan. Om försöken att trygga utkomsten leder till utmatning under skol- och studietiden, får individen allt svårare att orka i arbetslivet. Likvärdiga utbildningsmöjligheter är en viktig skyddande faktor för den psykiska hälsan. Redan för utbildningen efter grundskolan gäller att den inte är faktiskt tillgänglig för alla, vilket försätter de unga i en ojämlig ställning. Utbildning främjar psykisk hälsa hos individen och bidrar till att minska de socioekonomiska skillnaderna i fråga om psykisk hälsa.



Mål 4

FUNGERANDE MENTALVÅRDS- TJÄNSTER TILLGÄNGLIGA FÖR ALLA

LÖSNINGAR:

7. Tillgången på mentalvårdstjänster i ett tidigt skede måste förbättras. En terapigaranti skulle förbättra tillgången på vård och skapa en effektiv basnivå för mentalvården i Finland.
8. Servicekedjorna måste göras smidiga genom att fungerande modeller utarbetas mellan elevhälsan och skol- och studerandehälsovården och övriga offentliga social- och hälsovårdstjänster.
9. Välfärds- och hälsoskillnaderna mellan de unga utjämnas. Också psykiska problem bland unga och vuxna utanför utbildningssystemet förebyggs effektivare.

PSYKISKA STÖRNINGAR är det mest betydande hälsoproblemet bland unga i studieåldern i Finland. De psykiska problemen har under hela 2000-talet fortsatt att breda ut sig bland högskolestuderande. Var tredje studerande har psykiska svårigheter. Psykiska svårigheter leder till en betydande risk såväl för avbrutna studier som för marginalisering i stort.





Mål 5

ETT UPPSKATTANDE SAMHÄLLE STÖDER DEN PSYKISKA HÄLSAN

LÖSNING:

10. Varje människa är värdefull sådan hon är. Ett debattklimat som är öppet för frågor om psykisk hälsa måste främjas i samhället i syfte att undanröja stigmat kring psykisk hälsa och utmattning.

FRÄMJANDET av den psykiska hälsan måste bestå av såväl gärningar som ord. Vi de undertecknade medverkar till att säkerställa att Finland också i framtiden har tillräckligt många välmående experter som kan möta arbetslivets behov.

SAMARBETE

