



NYTYI RY

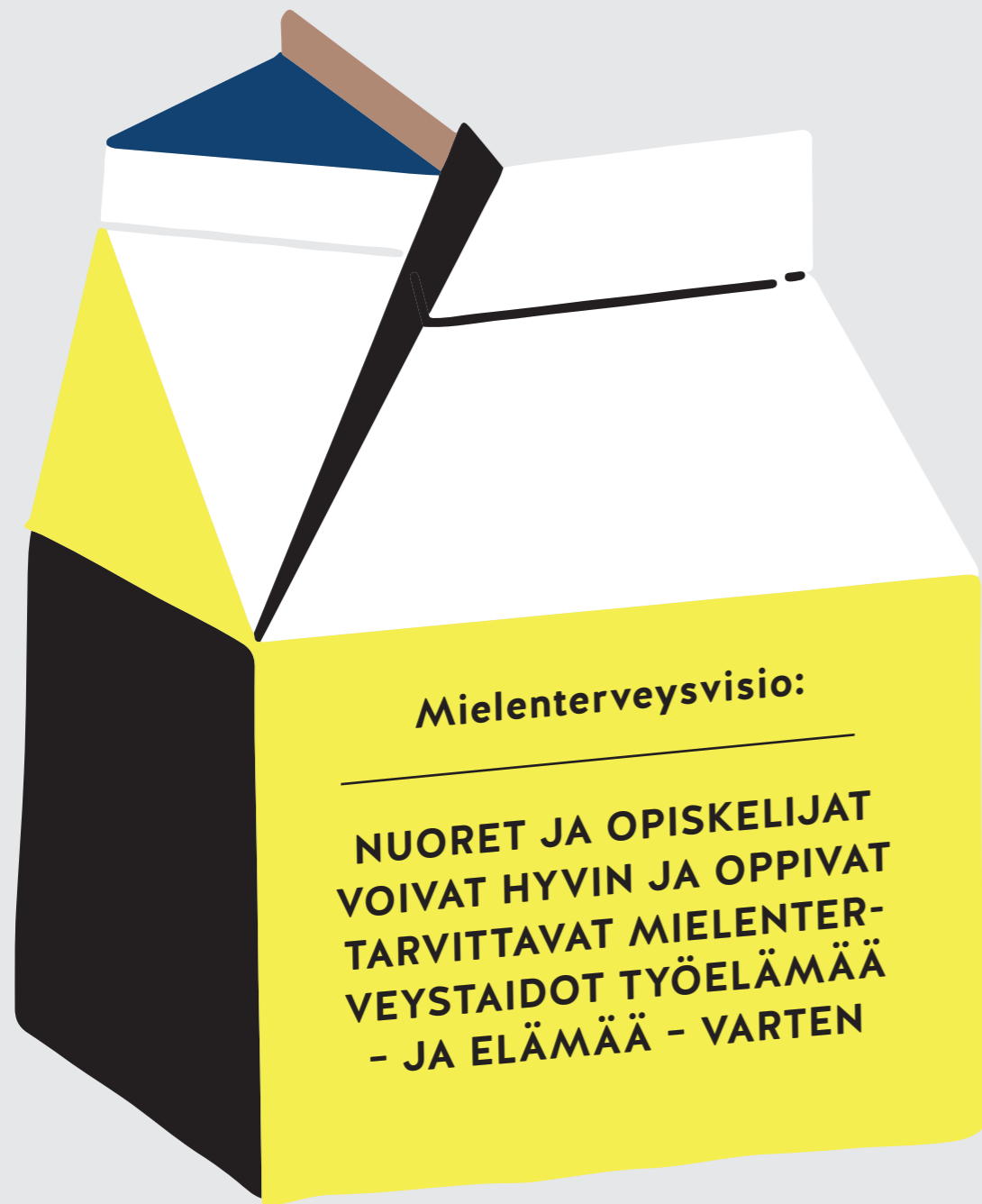
RATKAISUJA TULEVAISUUDEN TYÖKYKYYN

**Nuorten ja opiskelijoiden
mielenterveyden edistämisen
toimenpideohjelma**

NYTYI RY:N VAIKUTTAMISEN STRATEGIA

Nyyti ry on vuonna 1984 perustettu nuorten ja opiskelijoiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin asiantuntija, jonka kanssa opiskelijajärjestöt toimivat tiiviissä yhteistyössä.





Työelämän murros ja työhyvinvoinnin turvaaminen ovat suuria yhteiskunnallisia haasteita. Mielenterveyden ja opiskelukyvyn vahvistaminen ovat ratkaisuja tulevaisuuden työkyvyn takaamiseksi.

Opiskeluaika on keskeinen ajanjakso työelämätaitojen oppimisessa. Nuorten ja opiskelijoiden mielenterveystaitoja, taitoja itsensä tuntemiseen ja omasta sekä yhteisön jaksamisesta huolehtimiseen, on parannettava. Oppilaitos- ja opiskelu-yhteisöjen on tuettava kaikkien yhteenkuuluvuutta vahvistamalla ilmapiiriä, jossa välitetään toisista, ja joissa ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden kokemukset vähenevät. Mielenterveystaitojen liittäminen osaksi opintoja on sijoitus työelämän hyvinvointiin. Mielenterveystaitoja on myös voitava päivittää läpi työuran tapahtuvan jatkuvan oppimisen aikana.

Mielenterveyteen liittyvien ennakkoluulojen vähentämisen ja avoimen yhteiskunnallisen keskusteluilmapiirin on oltava kaiken keskiössä. Mielenterveys on nähtävä jokaisen oikeutena ja keskeisenä kestävästä yhteiskunnan voimavarana. Mielenterveystaidot ovat kansalaistaitoja, joita voi oppia ja opettaa.



TAVOITTEET JA 10 RATKAISUA – NÄIN SEN TEEMME!

Vaikuttamistavoittemme ovat niitä muutoksia, joita yhteiskunnassa tulisi tapahtua, jotta nuorten ja opiskelijoiden mielenterveys ja opiskelu- sekä työkyky vahvistuisivat. Ratkaisut toteuttavat tavoitteita ja taustat tarjoavat lisätietoa!

Tavoite 1

OPISKELUYHTEISÖT EDISTÄVÄT MIELEN- TERVEYTTÄ

RATKAISUT:

1. Opiskeluympäristöistä tehdään sosiaalisesti, psyykkisesti ja fyysisesti turvallisia: Oppilaitokset sitoutuvat edistämään turvallisemman tilan periaatteita ja toteuttavat niitä käytännössä yhdessä opiskelijoiden kanssa.
2. Koulutuksen järjestäjät panostavat laadukkaaseen ohjaukseen ja opiskelukykyä tukeviin palveluihin. Erityisesti digitaalisia palveluita kehitetään ja hyödynnetään osana opiskelukyvyyn ylläpitämistä ja palveluiden piiriin ohjaamista.

MIELENTERVEYDEN ONGELMAT ovat yleisin syy nuorten opiskelukyvyttömyydelle. Oppilaitos- ja korkeakouluyhteisöissä koetaan enenevässä määrin henkistä kuormitusta sekä yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunteita. Opiskeluyhteisöihin ja opetustoimintaan kaivataan enemmän sellaista toimintakulttuuria ja ilmapiiriä, joka tukee yhteisöllisyyttä, myötätuntoa ja mielen hyvinvointia.

Tavoite 2

KOULUTUKSESSA OPITAAN MIELENTERVEYSTAIDOT

RATKAISUT:

3. Opettajankoulutuksessa huomioidaan mielenterveystaitojen opetus sekä annetaan työkalut erilaisten oppijoiden huomioimiseen ja tukemiseen. Mielenterveysosaaminen on osa toisen ja korkea-asteen henkilökunnan ammatillista työkalupakkia ja mielenterveystaitojen vahvistaminen huomioidaan opiskeluyhteisöjen päätöksenteon kaikilla tasoilla.
4. Opiskeluyhteisöjen osaamista mielenterveyden edistämässä vahvistetaan. Vuoropuhelu opiskeluyhteisöjen ja hyvinvointitoimijoiden, niin ammattilaisten kuin hyvinvoinnin edistämisestä ja tukemisesta kiinnostuneiden opiskelijajärjestötoimijoiden, välillä on sujuvaa ja yhteistyö toimii myös ruotsiksi ja englanniksi.

OPISKELUYHTEISÖISSÄ on tarve tiedolle ja ymmärrykselle mielenterveyden häiriöistä ja niiden vaikutuksista opiskelukykyyn. Opiskelijan tilanteen ja siihen liittyvien erityistarpeiden huomioiminen edellyttää, että opetus- ja ohjaushenkilökunnalla on siihen parimmat valmiudet.

Tavoite 3

RIITTÄVÄ TOIMEENTULO SUOJAA MIELENTERVEYTTÄ

RATKAISUT:

5. Opintotuen on oltava elämiseen riittävä ja erilaiset elämäntilanteet joustavasti huomioiva.
6. Toisen asteen koulutuksen on oltava aidosti maksutonta.

EPÄVARMUUS TOIMEENTULOSTA sekä sen riittämättömyys vaikuttavat mielenterveyteen. Jos riittävän toimeentulon tavoittelu aiheuttaa koulu- ja opiskeluaikana uupumisen, on työelämässä jaksaminen entistä vaikeampaa. Yhdenvertaiset mahdollisuudet koulutukseen ovat keskeinen mielenterveyttä suojaava tekijä. Jo peruskoulun jälkeinen koulutus ei ole aidosti kaikkien saatavilla, mikä asettaa nuoret eriarvoiseen asemaan. Koulutus edistää yksilön mielenterveyttä sekä auttaa vähentämään mielenterveyden sosioekonomisia eroja.



Tavoite 4

TOIMIVAT MIELENTERVEYS- PALVELUT OVAT KAIKKIEN SAATAVILLA

RATKAISUT:

7. Varhaisen vaiheen mielenterveyspalveluiden saatavuutta on lisättävä. Terapiatakuu parantaisi hoidon saavutettavuutta ja rakentaisi Suomeen tehokkaan mielenterveyshoidon perustason.
8. Palvelupoluista on tehtävä sujuvia luomalla toimivat mallit opiskeluhuollon ja koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä muiden julkisten sosiaali- ja terveyspalveluiden välille.
9. Nuorten hyvinvointi- ja terveyseroja kavennetaan. Myös koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten ja aikuisten mielenterveysongelmia ennaltaehkäistään tehokkaammin.

MIELENTERVEYDEN HÄIRIÖT ovat opiskeluaikaisen merkittävin terveyshaitta Suomessa. Korkeakouluopiskelijoiden keskuudessa psyykkiset ongelmat ovat yleistyneet koko 2000-luvun ajan. Joka kolmannella opiskelijalla on psyykkisiä vaikeuksia. Psyykkiset vaikeudet muodostavat merkittävän riskin niin opintojen keskeyttämiselle kuin syrjäytymiskehitykselle laajemminkin.





Tavoite 5

ARVOSTAVA YHTEISKUNTA TUKEE MIELENTERVEYTTÄ

RATKAISU:

10. Jokainen ihminen on arvokas omana itsenään. Avointa yhteiskunnallista keskusteluilmapiiriä mielenterveydestä on lisättävä mielenterveyden ja uupumuksen stigman poistamiseksi.

MIELENTERVEYDEN EDISTÄMISEN on oltava sanojen lisäksi myös tekoja. Me allekirjoittaneet olemme mukana varmistamassa, että Suomessa riittää tulevaisuudessakin hyvinvoivia osaajia työelämän tarpeisiin.

YHTEISTYÖSSÄ

