

## Ajatuksia, ideoita ja pohdintaa nuorten hyvinvoinnin tukemiseen

*”Tutkimusten valossa on tiedossa, että nuorten ahdistuneisuus on lisääntynyt ja liikkumattomuus on nuorten keskuudessa yhä yleisempää. Työistä yli kolmannes ja pojista joka viides kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi ja noin 40 prosentilla 5. ja 8. luokan oppilaista fyysinen toimintakyky on tasolla, joka voi vaikeuttaa arjessa jaksamista (Move!-tulokset & Kouluterveyskysely 2023). Huolta herättää myös Pisa-tutkimuksen (2022) tulos, jonka mukaan nuorten luku ja matemaattiset taidot ovat heikentyneet. Näiden lisäksi päivittäinen ruutu-aika kasvaa kasvamistaan ja sosiaalinen media on tuonut hienojen kuvien ja videoiden lisäksi mukanaan paljon sellaista mitä kukaan meistä ei ehkä ajatellut.”*

Näillä saatesanoilla sivistystoimi kutsui 2.5.2024 valtuutetut, sivistyslautakunnan jäsenet, nuorisovaltuuston sekä nuorisotoimen pohtimaan ja keskustelemaan, kuinka voisimme Inarin kunnan alueella vastata edellä mainittuihin haasteisiin. Aiheita käsiteltiin neljässä työpajassa, joissa heräsi aktiivista keskustelua sekä pohdintaa eri toimijoiden roolista. Työpajatyöskentelyyn osallistui yhteensä 30 henkilöä.

### Nuorten psyykinen hyvinvointi

Ensimmäisessä työpajassa käsiteltiin nuorten psyykkistä hyvinvointia kouluterveyskyselyn pohjalta. Tuloksista ilmeni, että inarilaisten nuorten koulu- ja luokkayhteisöön kuulumisen tunne on heikko. Lisäksi inarilaiset nuoret kokevat, etteivät he saa tekemisistään hyvää palautetta.

Keskustelua nuorten yhteenkuuluvuuden tunteesta käytiin laaja-alaisesti ja lähes jokainen ryhmä toi esille, että ryhmäyttäminen koetaan ensisijaisen tärkeänä toimenpiteenä, jolla voidaan lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta kouluissa. Ryhmäyttämisellä tarkoitetaan ryhmän jäsenten keskinäisen vuorovaikutuksen, luottamuksen ja viihtymisen tukemista ennalta päätettyjen toimien kautta. Tavoitteena on, että jokainen ryhmän jäsen voi vapaasti ilmaista mielipiteitään, yrittää ja välillä erehtyäkin. Työpajoissa nousi esille myös kummitoiminta sekä perinteiden luominen, jolla ”me-henkisyyttä” voitaisiin kohottaa.

Palautteen saamisen osalta todettiin, että positiivista palautetta tulisi saada huoltajilta, mutta myös opettajilta enemmän. Palautetta voisi jakaa suullisesti ja kirjallisesti Wilman kautta. Positiivisen palautteen saamisen vähyyden taustalle pohdittiin muun muassa sitä, että koulumaailma on muuttunut ja opettajien keskittyminen luokkahuoneissa menee häiriökäyttäytymisen hillitsemiseen, jolloin aikaa muille jää vähemmän. Esille tuotiin lisäksi palautteen saaminen luokkatovereilta. Pienetkin huomionosoitukset ja myönteiset eleet ovat tärkeitä yhteenkuuluvuuden tunteen ja myönteisen ilmapiirin lisäämiseksi.

### Koulunuorisotyöstä tukea nuorten psyykkisen hyvinvoinnin edistämiseen

Monissa kunnissa on havaittu, että säännöllisellä koulunuorisotyöllä on positiivinen vaikutus oppilaiden hyvinvoinnin vahvistamiseen.

Vapaa-aikatoimelle myönnettiin Lapin aluehallintovirastolta kesäkuussa 2024 30 000 euron avustus koulunuorisotyöntekijän palkkaamista varten. Rahoitus mahdollistaa yhden nuorisotyöntekijän jalkautumisen kouluille. Jalkautuvan nuorisotyöntekijän avulla nuorille pystytään tarjoamaan kiireetöntä tukea ja apua kouluarkeen, sekä lisäämään niiden nuorten osallistumista toimintaan, jotka eivät syystä tai toisesta halua tai kykene osallistumaan koulun ulkopuolella järjestettävään toimintaan. Syksyllä käynnistyvän koulunuorisotyön ytimen muodostaa nuorten tarpeista lähtevä työ, jolla edistetään oppilaiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä kouluissa. Konkreettisia koulunuorisotyön toimenpiteitä ovat ryhmätyöt, välituntitoiminta, päihdekasvatus, mediakasvatus, tapahtumat sekä aktiivinen yhteistyö nuorisotoimen, koulujen ja huoltajien välillä.

## **Nuorten fyysinen toimintakyky**

Toisessa työpajassa käsiteltiin nuorten fyysistä toimintakykyä MOVE!-mittausten pohjalta, jonka tuloksista ilmeni, että inarilaisista 5. ja 8. luokkalaista yli 60 % fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.

Ylivoimaisesti suurin keskustelua herättänyt asia nuorten liikkumattomuuden taustalla nähtiin olevan lisääntynyt puhelimen käyttö. Toisena asiana esille nousi kunnan alueen pitkät välimatkat, joiden nähtiin muodostavan esteen harrastamiselle ainakin osan nuorista kohdalla. Kolmantena asiana pohdittiin yleisesti kunnan alueen harrastusmahdollisuuksia ja sitä, että kaikille ei löydy mielekästä harrastusta, joka lisäisi liikkumista arkeen.

Kukin ryhmä kokosi kolme ehdotusta liikkumattomuuden ehkäisemiseksi. Esille nousi fyysisen aktiivisuuden lisääminen koulunpäivän yhteyteen muun muassa välitoiminnan avulla. Lisäksi esille nousi tiedottamisen tärkeys. Kunnan alueella on varsin monipuolisesti toimintaa ja nykyisistä liikuntamahdollisuuksista tulisikin tiedottaa enemmän. Ohjatun ja tavoitteellisen liikuntaharrastamisen lisäksi nuorille toivottiin matalan kynnyksen ohjattua liikuntatoimintaa, jota voisi järjestää nuorisotilatyön ohessa. Keskustelua käytiin myös vastuista ja esimerkeistä. Huoltajien esimerkillä todettiin olevan suuri merkitys, liikkuko nuori. Todettiin, että huoltajia tulisi tiedottaa MOVE!-mittausten tuloksista ja keskustella niistä yhteisesti vanhempainilloissa.

Keskustelua virisi myös koulumatkaliikkumisen lisäämisestä. Inarin kunta on mukana Fiksusti kouluun -ohjelmassa, joka on Likesin ja Pyöräilykuntien verkoston yhteinen koulumatkaliikkumisen edistämisen ohjelma, joka toimii yhteistyössä Liikkuva koulu -ohjelman kanssa. Fiksusti kouluun -ohjelmassa toteutettiin keväällä koulumatkaliikkumiseen liittyvä kysely, johon vastasivat Ivalon koulukeskus Kaarteen oppilaat ja huoltajat. Tuloksista kävi ilmi, että alle kahden kilometrin koulumatkoilla henkilöautolla kuljettujen koulumatkojen osuus on varsin suuri. Vastatuin syy, miksi lapsi/nuori kulkee autolla kouluun oli ”koulumatka on huoltajan työmatkan varrella”. Yhteisesti todettiin, että koulumatkaliikkuminen on erinomainen keino lisätä liikkumista arkeen, koska jokaisen koululaisen on mentävä kouluun.

Fiksusti kouluun -ohjelmaan osallistumisen tavoitteena on lisätä inarilaisten koululaisten koulumatkaliikkumista viestimällä koulumatkaliikkumisen hyödyistä sekä kiinnittämällä huomioita turvallisiin ja sujuviin koulumatkareitteihin. Kyselyn tuloksista sekä ohjelmasta viestitään laajemmin syksyllä, kun koulut alkavat.

## **Koulumenestys, lukutaito ja kännykät**

Kolmannessa työpajassa pohdittiin Pisa-tutkimuksen tuloksia ja keinoja, joilla Inarin koulujen luokkien työrauhaa voitaisiin parantaa sekä kännyköiden käyttöä, jotka on mainittu yhdeksi syyksi luokkien rauhattomuuteen. Lisäksi keskustelua käytiin luku- ja kirjoitustaidon sekä matemaattisten taitojen heikentymisestä.

Kännyköiden osalta työryhmäläiset toivat esille ”kännykkäparkit”, johon puhelimet jätettäisiin koulupäivän ajaksi. Keskustelua kännyköiden käytöstä pohdittiin niin iän, huoltajien vastuun, opettajien kuin yhteisten sääntöjen näkökulmista. Aihe herätti runsaasti keskustelua ja yhtä mieltä oltiin siitä, että kännyköiden käyttöön tulisi puuttua ja tätä helpottaisi yhteisesti sovitut pelisäännöt ja rajoitukset. Kännyköiden käytön nähtiin olevan globaali haaste.

Lukutaidon heikentymisen osalta työryhmäläiset halusivat palata vanhaan. Kynä, paperi ja kirjat mainittiin useamman kerran. Kirjojen käyttöä ja lukemista toivottiin lisättävän kouluissa. Samalla pohdittiin jälleen kotikasvatuksen vastuuta – mikä on huoltajien tehtävä lukutaidon parantamisessa? Toisaalta todettiin, että huoltajat tarvitsevat tukea ja vastuu on yhteismittallinen. Kirjoitus- ja lukutaitoja tulee harjoitella niin kotona kuin koulussa. Lukutaidon kehittämisen osalta tuotiin esille muun muassa kirjakerho, jossa lapset ja nuoret voisivat lukea ja keskustella lukemistaan kirjoista.

Matemaattisten taitojen kehittämisen osalta tärkeimmiksi konkreettisiksi toimenpiteiksi mainittiin riittävä tuki nuorille sekä positiivisen palautteen antaminen. Työrauha ja opetusresurssien riittävyys tuotiin esille. Keskittymiskyky on nuorilla nykypäivänä huonompi kuin aiemmin ja tämän parantamiseen tulisi kiinnittää erityistä huomiota. Eritysopetusta tulisi olla tarjolla kaikille niille, jotka sitä tarvitsevat.

### **Kunnan nuoristyön palvelut**

Neljännessä työpajassa katseet suunnattiin tulevaan ja ideoitiin mihin suuntaan kunnan nuorisopalveluita tulisi jatkossa kehittää sekä sitä, että yhä nuoremmat voi huonommin, laajennetaanko kohderyhmää vai keskitytäänkö vain tiettyyn ikäluokkaan?

Koulunuoristyön tärkeys nousi esille työryhmissä. Lisäksi todettiin, että nuorisotilojen aukioloajat on turvattava niin arkena kuin viikonloppuisin. Ehdotettiin, että nuorten kanssa pidettäisiin työpajoja, jossa keskusteltaisiin harrastusmahdollisuuksista sekä ideoitaisiin uusia harrastuksia. Esille tuotiin ”rassauspajan” tarve niille henkilöille, jotka eivät ole kiinnostuneita esimerkiksi liikunnasta, vaan viettävät aikaa erilaisten koneiden ja laitteiden parissa. Keskusteluissa nostettiin myös musiikin ja kulttuurin harrastajat – tärkeää, että tarjolla on monipuolisesti eri vaihtoehtoja, jonka parissa viettää aikaa. Työryhmässä monelle ei ollut selvää mitä etsivä nuorisotyöntekijä tekee ja tästä toivottiin lisätietoa. Lisäksi toivottiin, että kunnan nuorisotyö ja Vasatokka tekisi jatkossa aktiivisempaa yhteistyötä. Tärkeänä nähtiin kokonaisvaltainen nuorisotyön suunnittelu.

Ikäryhmän rajaamista ei yksikään ryhmä nostanut esille. Esitettiin, että nuorisotyö nähdään yleisesti ennaltaehkäisevänä toimintana. Pienempiin alle kolmosluokkalaisiin nuorisotyön ei nähty ulottuvan. Pidettiin tärkeänä kuitenkin, että pienemmille tarjotaan muuta vapaa-ajantoimintaa, kuten kerhoja.

### **Kunnan nuorisotyön suuntaviivat syksyyn**

Koulunuorisotyöhön suunnattu avustus tuo erinomaisen lisän kunnan nuorisotyön toteuttamiseen. Nuorisotilatyyötä jatketaan entiseen malliin ja siihen rinnalle tuodaan liikkumista edistävää toimintaa, joka ei edellytä sitoutumista. Harrastamisen mallin -kerhoja (1.–9. luokkalaisille) on suunniteltu lukuvuodelle 2024–2025 yhteensä 15 kappaletta. Kerhoja pidetään Ivalossa, Inarissa ja Sevettijärvellä.

Harrastuksista tiedottamista on tehostettu ja viime syksynä vapaa-aikatoimi kokosi yhteistyössä Perhekeskuksen kanssa virtuaalisen harrastuskalenterin, johon oli koottuna kunnan ja seuratoimijoiden tarjoamat harrastukset. Kalenteri on tarkoitus päivittää alkusyksystä 2024. Kalenterin todettiin olevan erittäin toimiva etenkin muualta muuttaneille, jotka pohtivat, että mitä kunnan alueella on mahdollista harrastaa. Harrastamisen Suomen mallin -kerhoista on tiedotettu postereilla kouluissa ja nuorisotiloilla sekä Wilmassa huoltajille. Viestimistä pyritään jatkossa tehostamaan entisestään, koska on havaittu, että kaikkia tieto ei edelleen tavoita.

Yhteistyötä koulujen sekä muiden toimijoiden kanssa on tarkoitus lisätä ja tiivistää. VASA2-hankkeen myötä Inariin käynnistetään syksyllä Ankkuri-toiminta, jonka tavoitteena on puuttua varhaisessa vaiheessa lasten ja nuorten rikollisuuteen ja lähisuhdeväkivaltaan sekä tehdä näihin liittyvää ehkäisevää työtä.

### **Yhteistyössä eteenpäin**

Sivistystoimi haluaa kiittää kaikkia työpajoihin osallistuneita. Keskustelu työpajoissa oli vilkasta ja antoi hyviä näkökulmia nuorten kanssa tehtävään työhön. Osa työpajoissa ehdotetuista toimenpiteistä on jo toteutuksessa, joten suunta on oikea. Monen asian kanssa on vielä tehtävää, mutta työtä helpottaa, että niin meillä virkahenkilöillä kuin päättäjillä ja itse nuorilla on selvää, mitä asioita meidän tulee yhteistyössä edistää, jotta pääsemme eteenpäin.