

# Kapasiteetti käyttöön - nuorten neuropsykiatrinen valmennus arjen toimintaympäristöissä -hanke 1.11.2019 – 31.7.2022

## LOPPURAPORTTI



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



## Sisällysluettelo

|   |    |
|---|----|
| 1. Johdanto   | 3  |
| 2. Hankkeen tausta  | 5  |
| 3. Hankkeen toiminnan ja tulosten tiivistelmä                             | 6  |
| 4. Hankkeen tavoitteiden toteutuminen                                     | 9  |
| Nuorten toimintakykyä ja elämänlaatua koskevien tavoitteiden toteutuminen | 9  |
| Verkostojen ja ammattilaisten tietoisuuden lisääminen                     | 13 |
| Läheisten tietoisuuden lisääminen ja vertaistuen mahdollistaminen         | 14 |
| Muut tavoitteet   | 15 |
| 5. Hankkeen tulokset  | 18 |
| 6. Hankkeessa saatu palaute   | 23 |
| 7. Määrällisten tavoitteiden täytyminen                                   | 24 |
| 8. Riskit ja niihin reagointi   | 25 |
| 9. Ohjausryhmätyöskentely   | 26 |
| 10. Hankkeesta tiedottaminen ja näkyminen julkisuudessa                   | 27 |
| 11. Pohdinta  | 28 |

## 1. Johdanto

Kapasiteetti käyttöön – nuorten neuropsykiatrinen valmennus arjen toimintaympäristöissä hanke toimi 1.11.2019 – 31.7.2022. Alkuperäinen toiminta-aika hankkeelle oli 31.1.2022 saakka, mutta hankkeelle haettiin jatkoa siitä saadun hyvän palautteen ja hankkeen tuloksellisuuden vuoksi. Hanketta rahoitettiin ESR-rahoituksen toimintalinjasta 5, sosiaalinen osallisuus ja köyhyyden torjunta ja se toteutti erityistavoitetta 10.1, työelämän ulkopuolella olevien työ- ja toimintakyvyn parantaminen. Muita rahoittajia olivat OLVI-säätiö sekä Iisalmen kaupunki.

Hanketta toteutti Iisalmen Nuorison Tuki ry eli INTRY. INTRY:n ensisijainen tavoite on nuorten osallisuuden ja elinolojen parantaminen. INTRY on toiminut vuodesta 1974 alkaen ja sen nykyisiin toimintoihin kuuluvat nuorten työpajatoiminta, nuorten vuokra-asunnot sekä erilaiset hankkeet.

Tässä loppuraportissa kuvataan Kapasiteetti käyttöön -hankkeen toiminta, siinä tehdyt toimenpiteet sekä saavutetut tulokset. Raportissa käytetyt lainaukset ovat suoria kirjauksia saadusta palautteesta. Tarvittaessa anonymiteetin turvaamiseksi palautteista on jätetty pois mahdollisesti asiakkaan tunnistamiseen johtavia sanoja ja ne on korvattu \*\*\*-merkinnällä. Kapasiteetti käyttöön -hankkeessa laadittu materiaali, kuten erilaiset lomakkeet, tutkimusraportit sekä toimintamallin kuvaus ovat yleisesti hyödynnettävissä olevaa materiaalia ja ovat käytettävissä INTRY:n kotisivuilla, <http://www.intry.fi>.

Tässä raportissa on käytetty lainauksia Kuntoutussäätiön keväällä 2022 toteuttaman tuloksellisuuden arvioinnin raportista. Kuntoutussäätiön arviointi tapahtui ajallisesti ja määrällisesti seuraavasti:

- Yksilömuotoiseen valmennukseen osallistuvien alkuhaastattelut (13.1.–8.2.2022; N = 11; tarkasteltavan aineiston lopullinen koko: N = 10)
- Yksilömuotoiseen valmennukseen osallistuneiden nuorten loppuhaastattelut (16.–27.5.2022; N = 10)
- Ryhmämuotoiseen valmennukseen (jaksot I–II) osallistuvien nuorten alkukysely/-haastattelut (18.1.–13.4.2022; N = 30; tarkasteltavan aineiston lopullinen koko: N = 23)
- Ryhmämuotoiseen valmennukseen (jaksot I–II) osallistuneiden nuorten loppukysely/-haastattelut (1.3.–20.5.2022; N = 25; tarkasteltavan aineiston lopullinen koko: N = 23)
- Kysely hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimiville ammattilaisille (9.–20.5.2022; N = 10)

Raportissa käytettyjä käsitteitä:

valmennus tai nepsy-valmennus = hankkeessa toteutettu ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus

peruskausi = hankkeen toiminta-aika ajalla 1.11.2019 – 31.1.2022

jatkokausi = hankkeen toiminta-aika ajalla 1.2 – 31.7.2022

peruskauden valmennusmalli = alkuperäinen joustava ja ajallisesti ei-rajattu valmennusmalli

jatkokauden valmennusmalli = ajallisesti ja tapaamisiltaan 5kk ja n. 20 tapaamisen mittaiseksi strukturoitu valmennusmalli

ryhmävalmennus = 7 viikkoa ja 7 tapaamista sisältävä pienryhmänä toteutettava valmennus

Hankkeen työryhmä lisälmen Nuorison Tuki ry:llä:

Jenni Tikkanen

hankesuunnittelija 1.11.2019 – 31.7.2022

Marja Blixt

hankevalmentaja 1.12.2019 – 31.7.2022

Tiina Tikkanen-Nissinen

hankevalmentaja 1.12.2019 – 31.7.2022

## 2. Hankkeen tausta

Hanketta lähdettiin suunnittelemaan INTRY:llä syksyllä 2018 toiminnassa esille nousseiden tarpeiden pohjalta. Pitkäaikaisen kokemuksen myötä INTRY:n arjessa oli havaittu, että kasvavalla joukolla nuoria esiintyi yhä enenevässä määrin tarkkaavaisuuden ja keskittymisen häiriöitä ja haasteita vuorovaikutuksessa, sekä sosiaalisia hankaluuksia. Nämä näkyivät kyvyssä selvittää arjesta vaikeuttaen kiinnittymistä niin koulutukseen kuin työelämäänkin.

Nuorilla oli havaittu myös alentunutta itsesäätelykykyä, kuten impulssikontrollin heikentymistä sekä muita toiminnanohjauksen haasteita ja näiden taustalla voivat vaikuttaa niin neuropsykiatriset oireyhtymät kuin pitkään jatkuneet kuormittavat elämäntilanteet. Pitkäaikaisena hanketoimijana INTRY päätti selvittää, päästäisiinkö neuropsykiatrisella valmennuksella vaikuttamaan nuorten toimintakykyyn, hyvinvointiin ja sitä kautta elämänlaadun paranemiseen.

Neuropsykiatrinen valmennus (myöh. nepsy-valmennus) on ohjaukseen perustuva kuntoutusmenetelmä, joka täydentää muita yhteiskunnan tarjoamia palveluita. Se on suunnattu henkilöille, joilla esiintyy neuropsykiatrisia (ADHD, Asperger, autismi, Tourette ym.) erityisvaikeuksia. (Huotari, Anitta & Tamski, Eeva-Liisa, Tammenterhon tarinoita, 2013). Neuropsykiatrisen valmennuksen keinot ovat sovellettavissa ja toimivia kaikkiin nuoriin, joilla esiintyy elämäntilanteiden hankaluuksia, vaikka taustalla ei olisikaan neuropsykiatrista diagnoosia.

### 3. Hankkeen toiminnan ja tulosten tiivistelmä

Hankkeessa toteutettiin **ratkaisukeskeistä neuropsykiatrista yksilövalmennusta 15-29 -vuotiaille nuorille ja hankkeen jatkokaudella myös ryhmävalmennusta samalle ikäryhmälle.** Hanke tarjosi lisäksi **vertaisryhmätoimintaa erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmille, jakoi tietoa neuropsykiatrisista haasteista niin ammattilaisille kuin perheille sekä toteutti hankevideon,** joka kertoi hankkeen toiminnasta ja nuorten omia kokemuksia valmennuksesta. Kevään 2022 osalta hankkeessa teetettiin Kuntoutussäätiön toteuttama **arviointi jatkokauden valmennusten tuloksellisuudesta.**

Hankkeessa toteutettua yksilövalmennusta toteutettiin niin peruskauden mukaisella joustavalla mallilla kuin myös jatkokauden 5 kuukauden mittaisena, strukturoidumpana valmennuksena. Hankkeen toiminnassa koko hankkeen aikana oli osallistujia seuraavasti:

*Taulukko 1: Hankkeen toimintaan osallistuneiden määrät*

|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| Yksilövalmennus, joustava, ka. 9kk | 69 hlö, joista 6 myös ryhmävalmennuksessa        |
| Yksilövalmennus kevät 2022         | 13 hlö   |
| Ryhmävalmennus, yht. 8 ryhmää      | 36 hlö, joista 6 ollut myös yksilövalmennuksessa |
| Vanhemmille suunnattu toiminta     | 8 hlö  |
| Yhteensä                           | 120 hlö  |

Lisäksi erilaisiin tietoisuutta lisääviin tapahtumiin osallistui kymmeniä osallistujia, suurimman suosion saivat erilaiset ammattilaisille suunnatut luennot, joihin osallistui 40–50 henkilöä per tilaisuus. Näistä lisää luvussa 4 ja sen alaluvuissa.

Nuoret ohjautuivat hankkeen valmennukseen monien eri toimijoiden ja yhteistyöverkostojen kautta. **Tyypillisimpiä ohjaavia tahoja** olivat **etsivä nuorisotyö, aikuissosiaalityö, aikuis- ja nuorisopsykiatrian poliklinikat sekä 2. asteen oppilaitokset** (kuraattorit, opot). Nuoria ohjautui hankkeeseen myös **työllistymisen palveluista, KELAN:n kuntoutusta tarjoavista yksiköistä sekä toisista hankkeista.** Nuoria ohjautui hankkeeseen myös **itsenäisesti tai läheisen tuella.**

**Tyypillisimpiä nuorten haasteita** olivat esimerkiksi **arjenhallinnan hankaluudet** (mm. vuorokausi- ja ruokailurytmin säännöllisyys), **asioiden hoitamisen pulmat** (mm. laskujen maksu, asioiden hoitaminen), **koulunkäynnin haasteet** (mm. opintojen pysähtyminen, kouluun menemisen

vaikeudet), **neuropsykiatriset haasteet** (mm. ADHD, ADD ja Autismin kirjon oireet ja muut toiminnanohjauksen pulmat), **sosiaaliset haasteet** (mm. sosiaalinen jännittäminen ja ahdistuneisuus) sekä **mielenterveyteen ja jaksamiseen liittyvät pulmat**.

Nuoret ohjautuivat hankkeeseen hyvin erilaisista elämäntilanteista. Nuoret olivat niin **opiskelijoita, kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvia, työttömiä kuin myös osa- tai kokoaika työtä tekeviä**. Osa nuorista oli myös **sairauslomalla tai KELA:n ammatillisen kuntoutuksen palvelussa** valmennuksen alkaessa. Kaikille nuorille **yhdistävä tekijä oli, että valmennuksesta haluttiin apua ja tukea nuoren toimintakyvyn edistämiseksi**, jotta hän voisi kiinnittyä, jatkaa tai palata hänelle tarpeenmukaiseen ja sopivaan toimintaan, mikä saattoi olla nuoresta riippuen opintoihin, kuntouttavaan työtoimintaan, työhön tai muuhun toimintaan suuntaamista.

Yksilövalmennus toteutettiin käytännössä niin, että yleensä **nuori otti yhteyttä ohjaavan tahon kanssa yhdessä ja sovittiin ensimmäinen tutustumiskäynti**. Tutustuminen tapahtui tilanteesta riippuen joko INTRY:llä tai esimerkiksi nuoren oppilaitoksella tai hoitavan tahon vastaanotolla. Tutustumisessa oli yleensä mukana nuoren sen hetkinen tuttu työntekijä. Tutustumisessa nuorelle kerrottiin valmennuksesta, sen toimintatavoista ja käytännöistä sekä korostettiin nuorelle sitä, että valmennus on vapaaehtoinen ja että tavoitteet asettaisi nuori itse, eikä kukaan muu. Tilanteesta riippuen nuori sai jäädä miettimään, lähtisikö mukaan valmennukseen, jolloin sovittiin yhteydenotto asian tiimoilta tai vaihtoehtoisesti sovittiin jo ensimmäinen tapaaminen tilannekartoituksen tiimoilta.

**Tutustumisen jälkeen nuori tapasi valmentajaa kerran tai kahdesti, jolloin täytettiin tilannekartoituslomake**. Tässäkään vaiheessa nuoren ei vielä odotettu sitoutuvan valmennukseen vaan varsinainen **valmennussopimus laadittiin 3. tai 4. tapaamisella**, jonka jälkeen nuorelta odotettiin sitoutumista. Sitoutumisesta huolimatta valmennus oli edelleen vapaaehtoinen ja nuori saattoi päättää valmennuksen niin halutessaan, mutta valmennussopimus toimi usein konkreettisena motivoivana tekijänä. Sopimukseen kirjattiin käytäntöjä valmennukseen liittyen sekä nuoren omat tavoitteet valmennukselle.

**Tämän jälkeen nuori tapasi valmentajaa sovituksen mukaisesti, tyypillisesti 1-2 kertaa viikossa**, mutta jopa 3-5 kertaa viikossa valmennuksen alkuvaiheessa. Tapaamispaikkana saattoi olla INTRY, nuoren koti, erilaiset virastot tai asiointipaikat aina sen mukaan, mikä oli kullekin nuorelle tarpeellista. **Valmennusten pituudet vaihtelivat kolmesta kuukaudesta jopa kahteen vuoteen keskiarvon ollessa 9kk**. Valmennuksessa käytössä oli hyvin laajasti erilaisia työmenetelmiä, kuten keskustelua, yhdessä tekemistä esimerkiksi kotiaskareiden parissa tai asioita hoitaen, erilaisten kotitehtävien tekemistä

tapaamisten välillä sekä esimerkiksi yhdessä ulkoillen. **Valmennuksen menetelmät olivat hyvin yksilöllisiä kullekin nuorelle valmentajan parhaaksi katsomalla tavalla ja nuoren toiveita kuuntelemalla.**

Hankkeen yksilö- ja ryhmävalmennuksiin osallistuvien nuorten työ- ja toimintakykyä arvioitiin hankkeen peruskaudella hankkeen omalla tilannekartoituslomakkeella sekä Kykyviisarilla ja hankkeen jatkokaudella Kuntoutussäätiön tekemällä tuloksellisuuden arvioinnilla. **Niin hankkeen oma lomakkeisto, Kykyviisari kuin Kuntoutussäätiön tutkimus osoittivat, että osallistujat kokivat myönteistä muutosta omassa toiminta- ja työkyvyssään kuin myös hyvinvoinnissaan.** Suurinta muutos toiminta- ja työkyvyssä oli peruskauden yksilövalmennukseen osallistuneilla ja pienintä ryhmävalmennukseen osallistuneilla. **Verrattaessa Kykyviisarin tuloksia muihin TL5 linjan hankkeisiin näyttää siltä, että muutokset Kykyviisarin osa-alueissa ovat myönteisempiä Kapasiteetti käyttöön -hankkeen yksilövalmennukseen osallistuneilla kuin muihin saman toimintalinjan hankkeisiin osallistuneilla keskimäärin.**

Kuntoutussäätiön arviointiraportin mukaan **kevällä 2022 valmennuksiin osallistuneista nuorista jopa 52–80 % totesi saaneensa merkittävässä määrin tukea hyvinvoinnilleen.** Kapasiteetti käyttöön -hankkeen kanssa verkostoyhteistyössä toimivat ammattilaisetkin kokivat nuorten hyötyneen valmennuksista todella paljon. Heiltä oli pyydetty näkemyksiä myös nuorten saamasta tuesta toimintakyvyilleen ja työ- tai opiskelukyvylleen. Ammattilaisista jopa 60–80 % arvioi nuorten saaneen valmennuksista merkittävässä määrin tukea hyvinvoinnilleen, toimintakyvyilleen, osallisuudelleen, mielelleen ja arjelleen. (Kuntoutussäätiö 2022.)

Hankkeen toiminta-alueeksi oli määritelty Pohjois-Savo, Ylä-Savo ja Iisalmi. Hankkeen alettua huomattiin pian, että esimerkiksi toisen asteen opinnoissa oli nuoria, jotka opiskelivat Iisalmessa, mutta kirjoilla esimerkiksi naapuripaikkakunnalla. Hankkeessa ei kuitenkaan rajattu pois muualla kuin Iisalmessa asuvia, vaan tällöin valmennusta räätälöitiin niin, että sen pääasiallinen toteuttamispaikka oli Iisalmi. Tällöin jalkauduttiin tarvittaessa nuoren kotiin esimerkiksi Kiuruvedelle ja tällöinkin kaikkien siellä asuvien nuorten tapaamiset ajoitettiin samalle päivälle.

Tarkempia tuloksia voit lukea luvuista 4 ja 5.



## 4. Hankkeen tavoitteiden toteutuminen

Hankkeessa oli asetettu tavoitteita, jotka koskivat erityisesti nuorten toimintakyvyn ja elämänlaadun paranemista (tavoitteet 1.–4.), tiedon lisäämistä neuropsykiatrisista haasteista (5.–6.) sekä kirjallisen tuotoksen tekemistä toteutetusta valmennusmallista. Lisäksi hankkeen jatkokaudelle tehtiin vielä omat tavoitteensa, joita olivat yksilövalmennuksen 5 kuukauden mittaisen valmennusmallin sekä 7 viikon mittaisen ryhmävalmennusmallin pilotointi, vanhempien vertaisryhmätoiminnan toteutus, hankevideon teko sekä ulkopuolisen tuloksellisuusarvioinnin teettäminen. Seuraavassa käsitellään hankkeen tavoitteiden toteutumista ja avataan hankkeessa tehtyjä toimenpiteitä.

Hanke onnistui vastaamaan hyvin kehittämistarpeeseen ja siihen, että hankkeen toiminta-alueella ei ole tarjolla vastaavaa maksutonta matalankynnyksen neuropsykiatrista yksilövalmennusta. Saatu palaute niin osallistujilta kuin ammattilaisilta oli myönteistä. Erityisesti asiakkaita ohjaavat ammattilaiset kokivat, että hankkeen tarjoama valmennus on ollut tarpeellinen. Kuntoutussäätiön selvityksen mukaan nuoria auttavat ammattilaiset olivat sitä mieltä, että valmennukset täydensivät ruuhkautuneita julkisen sektorin nuorten palveluita. Valmennukseen ohjaaminen oli helppoa esimerkiksi hankkeen keskeisen sijainnin vuoksi, ja valmennuksesta voitiin ohjata nuoria myös kunnan palveluihin. (Kuntoutussäätiö 2022.)

Lisäksi hankkeessa järjestetyt tietoisuuden lisäämiset ammattilaisille osoittivat sen, että neuropsykiatrisista oireyhtymistä on tärkeä jakaa tietoa myös ammattilaisten keskuudessa, sillä kuulijoita oli paikalla tilaisuudesta riippuen 40 – 50 henkilöä. Lisäksi täsmäkoulutukset eri organisaatioihin kuten aikuissosiaalityöhön ja toisen asteen oppilaitoksiin osoittivat mielenkiintoa ja tarvetta erityisosaamisen lisäämiselle neuropsykiatristen erityispiirteiden huomioimiseksi asiakastyössä.

### Nuorten toimintakykyä ja elämänlaatua koskevien tavoitteiden toteutuminen

Hankesuunnitelmaan oli asetettu seuraavanlaisia tavoitteita nuorten toimintakykyyn ja elämäntilanteisiin liittyen:

1. Nuori oppii tunnistamaan omat erityispiirteensä ja kykenee sopeutumaan erityispiirteineen eri toimintaympäristöihin.
2. Nuoren oman elämänlaadun koheneminen arjenhallinnan vahvistuessa.
3. Auttaa nuoria kiinnittymään joko muihin palveluihin, työelämään tai koulutukseen.

4. Tukea opintojen jatkumista oikeaan aikaan ajoitetulla interventiolla valmennuksen keinoin

**Tavoitteella 1. Nuori oppii tunnistamaan omat erityispiirteensä ja kykenee sopeutumaan erityispiirteiseen eri toimintaympäristöihin,** haettiin sitä, että osallistuvat nuoret voisivat olla osana yhteiskuntaa ja omia verkostojaan, olipa heillä mitä tahansa arkea hankaloittavia haasteita. Tällaisiksi haasteiksi arvioitiin esimerkiksi neuropsykiatriset oireyhtymät, psyykinen oireilu tai esimerkiksi sosiaalinen jännittäminen. Hankkeen valmennuksella ei siis pyritty lähtökohtaisesti parantamaan tai poistamaan olemassa olevia esimerkiksi terveydellisiä haasteita, vaan valmennuksen avulla nuorta tuettiin hyvään arkeen haasteista huolimatta. Käytännössä tavoitteen toteutuminen tapahtui jokaisen nuoren valmennusprosessin aikana huomaamatta, sillä valmennus sisältää hyvin paljon keskustelua, pohdintoja ja psykoedukaatiota, mitä kautta nuori oppii tuntemaan myös itseään paremmin.

Saatujen palautteiden perusteella tämä tavoite saavutettiin lähes poikkeuksetta. Alla suoria lainauksia valmennukseen osallistuneiden palautteista:

*”Opin uusia asioita itsestäni”*

*”Suuri kehitys itsensä ymmärryksessä”*

*”Olen oppinut hallitsemaan arkeani ja tunnistamaan omat haasteet ja mistä ne johtuu”, ”Ison hyödyn, olen saanut apua Aspergeriini josta olen saanut tietoa enemmän ja päässyt Oma Väylä -kuntoutukseen jatkamaan. - - ”*

*”Sain tukea ja kehitystä itsestäni sekä sairauksistani, joita näimme myös vahvuuksina”.*

**Tavoite 2. Nuoren oman elämänlaadun koheneminen arjenhallinnan vahvistuessa,** toimi näkymättömänä tavoitteena jokaisen nuoren valmennusprosessin ajan, vaikkei sitä suoranaisesti kirjattu nuoren valmennustavoitteisiin. Kaikissa hankkeen toimenpiteissä tähdättiin siihen, että nuoret saisivat hyötyä arkeensa ja heidän hyvinvointinsa ja elämänlaatunsa paranisi. Nuorten tavoitteet valmennukselle olivat yksilöllisiä, mutta kuitenkin yleistettävissä ja ne liittyivät esimerkiksi arkirytmien parantamiseen, koulupoissaolojen vähenemiseen ja opintojen edistämiseen, kotiaskareiden rutinoitumiseen tai vaikkapa sosiaalisten taitojen vahvistamiseen.

Nuorten toimintakyvyn ja arjen sujumisen arviointiin käytettiin hankkeessa laadittua tilannekartoituslomaketta, jossa nuori arvioi omassa arjessaan toteutuvia väittämiä sekä valmennuksen alussa että lopussa. Valmentajien

havainnot tilannekartoituslomakkeesta ovat, että pääsääntöisesti nuoret kokivat myönteistä muutosta arjessaan.

Laadullisesti vaikuttavampana mittarina arjenhallinnan mittaamiseen käytettiin Työterveyslaitoksen Kykyviisari-mittaria, joka oli nuorille vapaaehtoinen. Hankkeen peruskaudella toteutettuun joustavampaan valmennusmalliin osallistuneita nuoria pyydettiin täyttämään Kykyviisari-kysely ja jatkokauden tuloksellisuuden arvioi Kuntoutussäätiö. Valmennuksen alussa Kykyviisarin täytti 65% (N=42) nuorista ja valmennuksen päättyessä vastaus saatiin 45% (N=31) nuorista. Vastaajien keski-ikä oli valmennuksen alussa 21- ja lopussa 22-vuotta. Kiteytettynä voidaan todeta, että muutokset Kykyviisari-kyselyn mukaan olivat valmennukseen osallistumisen myötä myönteisiä.

Kykyviisariin pohjautuvia tuloksia voit lukea lisää kappaleesta 5.

Seuraavassa vielä nuorten avoimia palautteita elämänlaadun kohenemisesta ja arjenhallinnan parantumisesta:

*”Olen kehittynyt esimerkiksi arjenhallinnassa, kotiaskareiden hoitamisessa ja olen yleensä ottaen paljon itsevarmempi”*

*”ei haittaa. hyötyä elämän hallinta kunnossa!”*

*”Elämän laatu parantunut ja ajatusmaailma kehittynyt”*

*”Arjenhallinta parani huomattavasti. Sain lisää itseluottamusta sekä itsetuntoni parani, koen olevani armollisempi itseäni kohtaan”*

Tavoitteet **3. Auttaa nuoria kiinnittymään joko muihin palveluihin, työelämään tai koulutukseen** ja **4. Tukea opintojen jatkumista oikeaan aikaan ajoitetulla interventtiolla valmennuksen keinoin** liittyivät nuorten työ- ja opiskelukyvyn edistämiseen ja sitä kautta erilaisiin palveluihin kiinnittymiseen tai niissä pysymiseen. Käytännössä hankkeeseen osallistuneista nuorista jokaiselle oli tiedossa valmennuksen päättyessä joku toinen palvelu, opiskelu- tai toiminta, minkä parissa hän jatkoi oman tilanteensa edistämistä. Poikkeuksen tähän tekivät nuoret, jotka keskeyttivät valmennuksen tai muutoin valmennuksen päättyessä eivät olleet valmiita ottamaan vastaan tukea. Tällaiset nuoret olivat kuitenkin valmennuksen päättäessään esimerkiksi aikuissosiaalityön asiakkuudessa, joten he eivät jääneet täysin ilman tukea.

Kuntoutussäätiön keväällä 2022 tekemän arvioinnin mukaa nuorten työelämään osallistumista heikentävien asioiden kohdalla oli erityisen paljon myönteistä kehitystä nähtävissä oman elämäntilanteen osalta. Alussa oman elämäntilanteen koettiin vaikeuttavan työelämään osallistumista keskimäärin paljon tai jonkin

verran (ka:t = 2,0–3,0), mutta loppumittauksessa elämäntilanteen nähtiin heikentävän työelämään osallistumista enää jonkin verran tai vähän (ka:t = 3,4–3,6). Päihteiden ja muiden riippuvuuksien osalta kohenemista oli tapahtunut yksilövalmennukseen osallistuneilla nuorilla, ja lopussa arvioitiin, etteivät päihteet vaikuta lainkaan tai vaikuttavat vain vähän työllistymiseen (ka = 4,4). (Kuntoutussäätiö 2022.)

Opintojen jatkuminen ja myös opintojen loppuun saattaminen eteni usealla valmennuksessa olleella nuorella hienosti. Hankkeeseen osallistuneista nuorista suurin osa pystyi valmennuksen aikana jatkamaan opintoja, siirtymään opintoihin tai jopa päättämään opintonsa. **Peruskauden valmennukseen osallistuneista nuorista (N=69) 28 % oli valmennuksen päättyessä kiinni opinnoissa, 23 % kuntouttavassa työtoiminnassa tai työkokeilussa ja 3 % palkkatyössä.** Näiden lisäksi nuorella saattoi kulkea myös rinnalla joku muu tukipalvelu, kuten psykiatrian hoitokontakti.

Nuoret kuvasivat loppupalautteissa saamaansa tukea esimerkiksi opintoihin tai palveluihin kiittittymiseksi seuraavasti:

*”Sain opinnot loppuun”*

*”Olen saanut itseni likkeelle kotoa, haettua opiskelemaan ja raha asiat hallintaan. Odotan vastausta opiskelupaikasta.”*

*”Sain koulun hoiettu ja pystyn liikkuu kotoa”*

*”Valmennuksen ansiosta sain opiskelut päätökseen sekä kärsivällisyyttä ja mielenkiintoa hoitaa omia asioitani. Olen hakenut töitä, pidän väli vuoden opiskelusta.”*

*”Haen mahdollisesti \*\*\*koulutukseen ensi vuoden puolella, tällä hetkellä olen työharjoittelussa.”*

*”Olen saanut motivaatiota koulun ja muun suhteen tukihenkilön avulla. Aijon suorittaa ammattikoulun loppuun ja sen jälkeen suunnata työelämään.”*

## Verkostojen ja ammattilaisten tietoisuuden lisääminen

Hankkeessa haluttiin myös lisätä alueen ammattilaisten tietoisuutta neuropsykiatrista haasteista ja niiden huomioimisesta asiakastyössä tavoitteella **5. Lisätä tietoisuutta neuropsykiatrisista hankaluuksista nuorten kanssa toimivien verkostojen ja ammattilaisten keskuudessa**. Hankkeessa toteutettiin seuraavanlaisia tapahtumia, jotka suunnattiin erityisesti alueella työskenteleville ja opiskeleville sosiaali-, terveys-, kasvatus-, opetus- ja työelämäpalveluiden alojen ammattilaisille.

|   |                    |
|---|--------------------|
| Aloitusseminaari 20.1.2020,<br>puhujana psykiatri Ilpo Kinnunen ja ADHD-liiton kokemusasaja                 | N. 50 osallistujaa |
| Webinaari 1. 10.2.2021, puhujana sosiaalipsykologi Leena Mannström-Mäkelä                                   | N. 40 osallistujaa |
| Webinaari 2. 24.2.2021, puhujana kasvatustieteiden tohtori Erja Sandberg                                    | N. 40 osallistujaa |
| Webinaari 3. 24.3.2021, puhujana ADHD-liiton kokemusasaja sekä anonymisti esiintynyt valmennuksemme asiakas | N. 40 osallistujaa |

Lisäksi hankkeelta tilattiin pienimuotoisia infotilaisuuksia niin etänä kuin lähitoteutuksena eri toimijoiden omalle henkilöstölle, ja niillä haluttiin lisätä täsmäosaamista nepsy-asioista. Tilaisuuksia pidettiin mm. **seudulliselle aikuissosiaalityön tiimille, sosionomiopiskelijoille, toisen asteen oppilaitoksen opiskeluhuollon henkilöstölle sekä toisen asteen oppilaitoksen ammatinohjaajille**. Kuulolla näissä tilaisuuksissa oli 10-20 kuulijaa per tilaisuus.

*"Webinaarien anti oli oikein mielenkiintoinen ja ajatuksia herättävä. Kiitos siitä!"* -ammattilaisen palaute



### Tietoiskut ammattilaisille

Maksuton webinaarisarja neuropsykiatrian aihepiireistä alalla toimiville ja alan opiskelijoille. Toteutus Teams-sovelluksella/-selainversiolla.

**10.2. KLO 14 - 15.30**  
AJANKOHTAISTA NEUROPSYKIATRIASTA  
LEENA MANNSTRÖM-MÄKELÄ  
VTM, SOSIAALIPSYKOLOGI, PSYKOTERAPEUTTI

**24.2. KLO 14 - 15.30**  
TYÖMENETELMÄT JA ASIAKKAIDEN MOTIVOINTI  
ERJA SANDBERG  
KT, ERITYISPEDAGOGI

**24.3. KLO 14 - 15.30**  
NEPSY-ASIAKKAAN KOHTAAMINEN  
ADHD-LIIITON KOKEMUSOSAAJA

ILMOITTAUTUMINEN:  
<https://webropol.com/s/webinaariammattilaisille>

Saat osallistumislinkin sähköpostiisi ennen webinaaria. Ilmoittautuminen päättyy kutakin webinaaria edeltävänä sunnuntaina (7.2., 21.2. ja 21.3.).  
Tiedustelut: [jenni.tikkanen@intry.fi](mailto:jenni.tikkanen@intry.fi)



"Suuri kiitos järjestäjille mahtavasta webinaarista, aihe on erittäin tärkeä ja ajankohtainen! Leenan luento oli todella mukaansa tempaava ja selkeä, innolla odotan seuraavaa luentoa Erja Sandbergiltä!" - ammattilaisen palaute

## Läheisten tietoisuuden lisääminen ja vertaistuen mahdollistaminen

Tavoitteella **5. Lisätä tietoisuutta neuropsykiatrisista hankaluuksista nuorten läheisille ja mahdollistaa vertaistuki**, toivottiin voivamme tukea vanhempia ja läheisiä, joilla mahdollisesti oli perheessään neuropsykiatrisesti oirehtivia lapsia tai nuoria. Hankkeen alkaessa oli tavoite, että vanhemmille suunnattu toiminta olisi päästy aloittamaan vertaisryhmätoiminnan muodossa heti kevään 2020 aikana jatkuen koko hankkeen ajan. Koko maailmaa mullistanut koronapandemia vaikutti kuitenkin suunnitelmiin ja vanhemmille suunnattua toimintaa siirrettiin ensin syksyyn 2020 ja lopulta keväälle 2021. Kun vielä keväällä 2021 ei vaikuttanut turvalliselta toteuttaa kasvatusten tapahtuvaa toimintaa, päädyimme lisäämään vanhempien tietoisuutta webinaarien muodossa, kun samoihin aikoihin ajoittui myös ammattilaisille suunnatut webinaarit.

Keväällä 2021 toteutettiin vanhemmille kaksi webinaaria 10.2. ja 17.3. Ensimmäisessä webinaarissa oli puhumassa Leena Mannström-Mäkelä (6 kuulijaa) ja toisessa ADHD-liiton kokemusasaja (5 kuulijaa). Kolmas webinaari oli suunniteltu toteutettavaksi huhtikuussa ja puhumassa olisivat olleet hankkeen toiminta-alueen muut toimijat, jotka tarjoavat nuorille tukea ja palveluita, mutta webinaariin ilmoittautuneiden määrä oli liian pieni, jotta tilaisuuteen olisi kannattanut sitouttaa yli 10 paikallista toimijaa virka-ajan ulkopuolelta. Aiemmat webinaarit toteutettiin pienestä osallistujamäärästä huolimatta, sillä puhujat oli tilattu ja varattu hyvissä ajoin.

Iisalmen Nuorison Tuki ry tarjoaa:

# KAPASITEETTI KÄYTTÖÖN

nuorten NEPSY-valmennus

**INTRY**  **Vipuvoimaa EU:lta**

Maksutonta vertaisryhmätoimintaa kaiken ikäisten erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmille ja läheisille

IISALMEN NUORISON TUKI RY:N TILOISSA,  
KIVIRANNANTIE 32, 74130 IISALMI

Joka 3. keskiviikko, alkaen 16.3. klo 17.00

**Vertaisryhmätoiminnan...**

- sisältö suunnitellaan ryhmäläisten kesken
- toiminta on vapaamuotoista ja luottamuksellista
- ryhmässä voit jakaa ajatuksiasi ja kokemuksiasi muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa

Tapaamisissa keskustelua ovat alustamassa hankkeemme työntekijät. Tarpeen vaatiessa voit ottaa lapset mukaan - järjestämme heille omaa tekemistä aikuisen ohjaamana. Osallistuaksesi sinun ei tarvitse olla iisalmelainen, vaan toiminta on avointa kaikille.

**Tapaamiset:**  
ke 16.3. klo 17 - 19  
ke 6.4. klo 17 - 19  
ke 27.4. klo 17 - 19  
ke 18.5. klo 17 - 19  
Kivirannantie 32, 74130 Iisalmi

**Ilmoittautumiset ja lisätiedot (myös viestein):**  
Jenni Tikkanen  
044 491 8244  
jenni.tikkanen@intry.fi

**Facebook:**  
Kapasiteetti käyttöön -hanke  
**Instagram:** @kapasiteettikayttoon  
www.intry.fi/kapasiteettikayttoon  
Hankkeen toiminta-aika  
1.11.2019 - 31.7.2022

Voit tulla mukaan myöhemminkin, vaikkeet pääsisi ensimmäiselle kerralle. Kevään tapaamisen jälkeen ryhmän on mahdollista jatkaa toimintaa itsenäisesti INTRY:n tarjoamissa tiloissa. Ajankohtia on mahdollista mukata ryhmän tarpeisiin sopivaksi.

Kun hankkeelle haettiin jatkokautta loppuvuodesta 2021 ja myös koronapandemia alkoi helpottaa, päätettiin kokeilla keväällä 2022 kasvotusten tapahtuvaa vertaisryhmätoimintaa vanhemmilla ja läheisille. Siitä muodostui jatkokauden tavoite ”**käynnistää läheisille tarkoitettu vertaistoimintaryhmä, jonka toiminta jatkuisi itsenäisesti myös hankkeen päätyttyä**”.

Ryhmä kokoontui yhteensä 3 kertaa, sillä yksi kerroista peruuntui osallistujien vähyyden vuoksi. Osallistujia oli kaiken kaikkiaan 7, joista parhaimmillaan paikalla oli 6 vanhempaa samalla tapaamisella, keskimäärin paikalla oli 3-4 vanhempaa. Suullisen palautteen perusteella ryhmä oli tykätty ja koettiin tarpeelliseksi, mutta ajankohtana loppukevät osoittautui kiireelliseksi monelle ja myös erilaisten sairasteluiden värittämäksi, joten myös peruuntumisia tapaamisten suhteen sattui. Ryhmä ei toistaiseksi ole jatkanut toimintaansa itsenäisesti, mutta ryhmäläiset ovat tietoisia, että INTRY voi tarjota toiminnalle tilat jatkossakin.

Keväällä 2022 hankkeesta osallistuttiin myös toisen hankkeen järjestämään verkkovälitteiseen vanhemmille suunnattuun asiantuntijapaneeliin. Hankkeesta puhuja toimi hankesuunnittelija ja esityksen sisältä oli nuoruusikäisten neuropsykiatriset haasteet ja niissä tukeminen.

## Muut tavoitteet

### **Kirjallinen tuotos valmennusprosessista**

Hankkeen toimenpiteistä on laadittu kirjalliset tuotokset ja valmennuksen kuvaukset. Mallit on laadittu yksilövalmennuksesta sekä ryhmämuotoisesta valmennuksesta. Nämä löytyvät vapaasti hyödynnettävinä osoitteesta [www.intry.fi](http://www.intry.fi) > toteutuneet hankkeet > Kapasiteetti käyttöön.

### **Viiden kuukauden mittaisen yksilövalmennuksen mallinnus**

Hankkeessa toteutettiin tammi-toukokuun välisenä aikana noin 5 kuukauden ja noin 20 tapaamista sisältävän yksilövalmennuksen mallinnus. Valmennukseen osallistui 13 nuorta.

### **Ryhmävalmennuksen mallinnus**

Hankkeessa toteutettiin tammi-toukokuun välisenä aikana yhteensä 6 ryhmää, joissa nepsy-valmennus toteutettiin ryhmämuotoisesti. Ryhmävalmennus toteutettiin aiemmin hankkeessa syksyllä 2020 kokeillun ryhmävalmennuksen rungon mukaisesti, joka on saatavissa kirjallisessa valmennusten mallinnuksessa. Ryhmä kesti 7 viikkoa ja 7 tapaamista ja ryhmiin osallistui keskimäärin 4-5 nuorta per ryhmä. Ryhmävalmennusten tuloksellisuutta mittasi Kuntoutussäätiö.

Nuoret antoivat ryhmistä seuraavanlaista palautetta:

*”Parempi mieli tuli joka ryhmäkerran jälkeen!”*

*”Opin paljon elämän aikatauluja ja hallintaa muutenkin”*

*”Sisältö oli tarpeeksi monipuolista. Uskallan taas hakea apua, sain koulutehtävät tehtyä”*

*”Oli hyvä, että valmennuksen sisältö saatiin päättää ryhmänä. Arkielämään löytyi uusia työkaluja arjen hallintaan.”*

## Hankevideo

Loppukeväästä hankkeessa aloitettiin hankevideon toteutus, jonka tarkoitus oli saada valmennukseen ja hankkeeseen osallistuvien nuorten ääntä kuuluviin ja jakaa heidän kokemuksiaan hankkeen toiminnoista. Hankkeessa toteutettu video katsottavissa INTRY:n kotisivuilta [www.intry.fi](http://www.intry.fi) > toteutetut hankkeet > Kapasiteetti käyttöön.

## Tuloksellisuuden arviointi

Hankkeessa haluttiin arvioida tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta alusta alkaen. Alkuun selvitettiin mahdollisia oppilaitos- ja yliopistoyhteistyökuvioita hankkeen tuloksellisuuden mittaamiseksi, mutta nopeasti ilmeni, että prosessi olisi vaatinut todella huolellisen paneutumisen jo ennen hankkeen käynnistymistä, jotta siitä olisi voitu saada laadukasta ja vaikuttavaa dataa. Ostopalveluita selvitetessä ilmeni, että hankkeelle alun perin budjetoitu summa tuloksellisuuden mittaamiseksi ostopalveluna, ei ollut riittävä tarpeeksi kattavan arvioinnin toteuttamiseksi.

Näin ollen, kun hankkeelle oli mahdollisuus saada jatkoa ja päivittää myös kustannuslaskelmaa, päädyttiin tuloksellisuuden arviointiin hakemaan lisää rahoitusta laadukkaan arvioinnin toteuttamiseksi. Näin muotoutui jatkokauden tavoite **”5kk:n mittaisen yksilövalmennuksen sekä ryhmämuotoisen valmennuksen tuloksellisuuden arviointi, jolla pyritään palvelumallin juurruttamisen edistämiseen”**. Joulukuun 2021 ja kesäkuun 2022 aikana Kuntoutussäätiö toteutti tuloksellisuuden arvioinnin, joka on kokonaisuudessaan tämän raportin liitteenä.

Kiteytettynä kyseisessä raportissa todetaan, että hankkeen valmennukseen osallistumisen aikana nuorten toimintakyky on parantunut niin yksilö- kuin ryhmävalmennukseen osallistuneiden osalta. Lisäksi raportissa todetaan, että verrattuna muihin Euroopan sosiaalirahaston muihin TL5-toimintalinjan

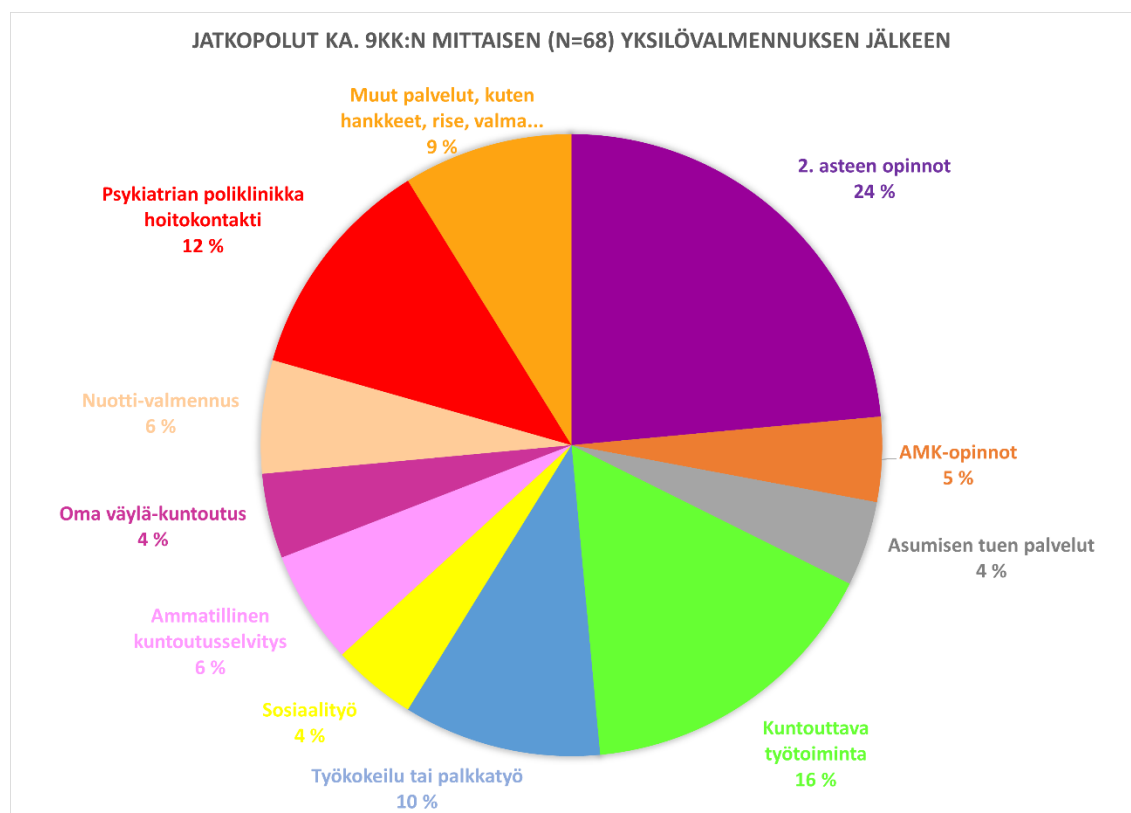


hankkeisiin, on Kapasiteetti käyttöön -hankkeen osallistujilla tapahtunut selkeästi enemmän muutosta toimintakyvyssä ja työkyvyssä. Ainoastaan toiminta- ja työkyky osiot olivat Kuntoutussäätiön tutkimuksessa suoraan verrattavissa valtakunnalliseen Kykyviisariin.

## 5. Hankkeen tulokset

Hankkeen tuloksien arviointiin selkein mittaristo muodostuu Kykyviisari-mittaristosta sekä Kuntoutussäätiön laatimasta tuloksellisuuden arvioinnista jatkokaudelta.

Hankkeeseen osallistuneet nuoret pyrittiin jatkopoluttamaan johonkin toiseen palveluun tai varmistamaan, että he säilyvät kiinni jo olemassa olevassa palvelussa. Seuraavassa kaavio nuorten jatkopoluista peruskauden valmennuksen jälkeen. Kaavioon on poimittu keskeisin nuoren tuki/jatkopolku valmennuksen päättyessä ja useammalla nuorella oli valmennuksen jälkeen enemmän kuin yksi taho verkostossaan.



Voimme verrata peruskaudella toteutetun pidemmän ja joustavamman yksilövalmennuksen tuloksia Kykyviisarista koetun toimintakyvyn ja työkyvyn osalta niin jatkokauden strukturoidumpaan valmennusmalliin ja ryhmävalmennukseen kuin myös valtakunnallisesti toteutettuihin muihin TL5-linjan hankkeisiin. Näiltä osin käytössä on ollut täysin sama kysymyspatteristo. Seuraavassa vertailu eri valmennusten ja TL5-hankkeiden välillä.

Alla kuvatuista taulukoista voimme havaita, että peruskauden yksilövalmennukseen osallistuneiden nuorten toimintakyky ja työkyky ovat parantuneet enemmän, kuin muissa verratuissa ryhmissä.

| Kohdejoukko   | Alkutilanne koetussa toimintakyvyssä /10 | Lopputilanne koetussa toimintakyvyssä /10 |
|---|--|---|
| Peruskauden joustavampi ja pidempi valmennus, ka. pituus 9kk (N=31) | 6.1                                      | 7.3                                       |
| Jatkokauden strukturoitu yksilövalmennus (N=10)                     | 5.9                                      | 6.5                                       |
| Jatkokauden ryhmävalmennus (N=23)                                   | 6.7                                      | 7.2                                       |
| TL5-hankkeet (N=1747) 1.4.-22 saakka                                | 6.6                                      | 6.9                                       |

| Kohdejoukko   | Alkutilanne koetussa työkyvyssä /10 | Lopputilanne koetussa työkyvyssä /10 |
|---|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Peruskauden joustavampi ja pidempi valmennus, ka. pituus 9kk (N=31) | 5.3                                 | 6.8                                  |
| Jatkokauden strukturoitu yksilövalmennus (N=10)                     | 5.0                                 | 5.8                                  |
| Jatkokauden ryhmävalmennus (N=23)                                   | 6.6                                 | 6.7                                  |
| TL5-hankkeet (N=1747) 1.4.-22 saakka                                | 5.9                                 | 6.2                                  |

Seuraavassa kuvaajia Kykyviisarin tuloksista hankkeen peruskauden osalta. Kykyviisarin täyttö oli nuorille vapaaehtoista ja sekä alku- että loppukyselyyn vastasi 31 nuorta. Kuvioissa vastaajia on 30 tai 31 mikä johtuu siitä, että kaikki vastaajat eivät olleet vastanneet kysymyspatteriston jokaiseen väittämään.

Kykyviisarin tuloksista voimme päätellä, että tavoitteessa kaksi tavoiteltu nuorten elämänlaadun koheneminen on onnistunut, sillä esimerkiksi tyytyväisyys elämään on noussut 0,5 yksikköä alkutilanteesta 3.4:stä 3.9:ään.

Tarkasteltaessa Kykyviisarin tuloksia voidaan havaita, että jokaisella Kykyviisarin mittaamalla osa-alueella on tapahtunut myönteistä kehitystä. Erityisen suurta muutos on ollut koetun työkyvyn, toimintakyvyn sekä työelämäsuhteen muuttumisen osalta myönteisemmäksi. Lisäksi osallisuus- ja mieli -osion vastauksien merkittävä nousu lähtötilanteesta kiinnittää huomion.

#### B1. Tyytyväisyys elämään, 31 vastaajaa



#### B2. Koettu terveys, 30 vastaajaa



#### B3. Koettu toimintakyky, 31 vastaajaa



#### B4. Koettu työkyky, 31 vastaajaa



#### B5. Suhde työelämään, 31 vastaajaa



**Kokonaistilanne, 30 vastaajaa****Arki, 31 vastaajaa****Osallisuus, 30 vastaajaa****Taidot, 30 vastaajaa****Mieli, 31 vastaajaa****Keho, 30 vastaajaa**

Tuloksia tarkastellessa tulee aina muistaa se, että valmennus on harvoin ollut ainoa tukikeino nuoren arjessa vaan hänellä on voinut olla valmennuksen rinnalla myös muita tukipalveluita. Lisäksi vastaamatta ovat saattaneet jättää juuri ne nuoret, joiden arjessa on enemmän haastetta ja joiden antamat vastaukset kyselyyn eivät välttämättä olisi antaneet niin myönteistä kuvaa muutoksesta.

Anne Riikonen tutki YAMK-opinnäytetyössään neuropsykiatrista valmennusta toimintakyvyn vahvistajana ja opinnäytetyön tulokset puhuvat valmennuksen puolesta. *”Tutkimuksen tuloksista käy ilmi nuorten toimintakyvyn paraneminen eri osa-alueilla sekä arjenhallinnan taitojen kehittyminen. Valmennusjakson aikana tapahtuneet positiiviset muutokset toimintakyvyssä näkyivät arjenhallinnan, kognitiivisten ja sosiaalisten taitojen sekä opiskelu- ja työkyvyn paranemisena ja psyykkisen hyvinvoinnin kohenemisena.*

*Nuorten henkilökohtaisesta kokemuksesta voidaan todeta valmennuksen tukeneen kokonaisvaltaisesti nuorten toimintakyvyn kohenemistä sekä parantaneen elämänlaatua. Nuoret arvioivat valmennuksen tukeneen ennen kaikkea arjenhallinnan taitojen, voimavarojen, mielialan, itsetunnon sekä opiskelu- ja työelämään liittyvien asioiden vahvistumista. Nuoren toimintakyvyn kohenemisella on ollut myös merkitystä yhteiskunnallisesti. Tutkimukseen osallistuneiden nuorten toimintakyvyn koheneminen oli vaikuttanut opiskelupaikan saamiseen, työllistymiseen palkkatuella sekä vahvistanut itsenäistä pärjäämistä ja psyykkistä hyvinvointia.”* (Riikonen, A. 2021, 34. Neuropsykiatrinen valmennus toimintakyvyn vahvistajana. Savonia-ammattikorkeakoulun YAMK-opinnäytetyö.)

Hankkeemme valmennuksen aikaisia myönteisiä muutoksia nuorten toimintakykyyn todentavat siis Kykyviisari-tulokset, Kuntoutussäätiön tuloksellisuuden arviointi sekä YAMK-opinnäytetyö ja nuorilta saadut kirjalliset palautteet. Näin ollen voidaan todeta, että hankkeen valmennuksen aikana nuorten toimintakyvyssä on tapahtunut muutosta. Ilman tarkempaa tutkimusta ei voida arvioida, kuinka suuressa roolissa nimenomaan nepsy-valmennus on ollut toimintakyvyn muuttumisessa.

## 6. Hankkeessa saatu palaute

Hankkeeseen osallistuneet nuoret ovat kokeneet hankkeen myönteiseksi ja palautteiden perusteella hyvin merkitykselliseksi omassa elämässään. Nuoret ovat kuvailleet, että olisivat tarvinneet vastaavaa valmennusta jo aiemmin ja ovat olleet tyytyväisiä, että hanke on voinut mahdollistaa heille tukea. Lisäksi nuoret ovat kokeneet, että toteuttamispaikkana INTRY on ollut helppo ja matalankynnyksen paikka, jossa on ollut miellyttävämpää asioida kuin esimerkiksi sairaalalla psykiatrisilla poliklinikoilla. Lisäksi tärkeänä kommenttina nuoret ovat kertoneet yksilöllisyyden ja sen, että valmennus on toteutettu jokainen asiakas yksilöllisesti huomioiden.

Seuraavassa poimintoja loppupalautteista:

*”Minusta toteutus ollut hyvä, autettu kaikessa mitä keksinyt kysyä. Ollut apua ymmärtää omia vahvuuksia ja sosialistumistani.”*

*”Valmennus on ollut positiivinen kokemus ja olen itse nauttinut siinä mukana olemisesta. Yhteistyö on mielestäni toiminut hyvin ja olen voinut avautua ja jakaa avoimesti asioita ilman tuomintaa ja saanut hyviä neuvoja. Toimintaympäristö mukava.”*

*”Sisältö ja toteutus ollut mielestäni hyviä. Valmennuksesta on ollut apua, ja olen saanut loistavia eväitä jatkoa ajatellen. Toimintaympäristöjen vaihtelevuus on ollut tärkeää. On voinut nähdä kotona, lenkillä tai intryllä sen mukaan, mikä fiilis on ollut.”*

Lisäksi Kuntoutussäätiön tutkimuksessa keväällä 2022 nuoret kommentoivat näin:

*”...Kapasiteettihankkeesta on ollut ihan älyttömästi tukea ja apua, varsinkin henkiselle puolelle.”*

*”Olen saanut hankkeesta hyödyllisiä vinkkejä liittyen eri aiheisiin joissa minulla on ollut hankaluuksia”*

*”Olen saanut enemmän selkeyttä ajatteluun ja apua aikataulutukseen. Tämä on lisännyt hyvinvointia.”*

*”On ollut ryhmässä, jossa voinut olla toisten kanssa. On ollut helpompaa olla myös muiden ihmisten kanssa tekemisissä.”*

*”XX kertonut paljon add:sta, saanut siis tietoa miten omat aivot toimivat, ennen ajattelin että oon tyhmä. Tämä on auttanut sosiaalisissa tilanteissa: aikaisemmin mietin uskallanko sanoa mitään, nyt on helpompaa osallistua sosiaalisiin tilanteisiin. Tämä koskee kaikenlaisia tilanteita.”*

## 7. Määrällisten tavoitteiden täyttyminen

Hankkeen peruskaudella osallistujamäärätavoitteeksi oli asetettu 80 valmennusasiakasta ja 25 hankkeella tavoitettavaa läheistä. Valmennusasiakkaiden suhteen tavoitteessa päästiin juurikin tavoiteltuun, kun mukaan laskettiin peruskaudella toteutetun ryhmäpilotoinnin osallistujat. Tavoitettujen läheisten suhteen tavoitteesta jäätiin reilusti, sillä hankkeen toimenpiteisiin kyllä osallistui nuorten huoltajia ja läheisiä, mutta heiltä ei saatu osallistujalomaketta tai he osallistuivat hankkeen toimintaan alle seitsemän tuntia. Samoin kirjaamatta jäivät webinaareihin osallistuneet vanhemmat ja läheiset, sillä seurantatietolomakkeiden postittelu olisi vienyt turhaa aikaa ja resursseja.

Jatkokaudelle asetettiin tavoitteeksi 10-20 yksilövalmennusasiakasta sekä 24 – 48 ryhmävalmennusasiakasta. Yksilövalmennusasiakkaita aloitti 13 ja ryhmissä yhteensä 27 nuorta. Jatkokauden asiakasmäärissä jäätiin siis keskimääräisistä tavoitteista. Hankkeen kokonaisasiakasmäärä, yhteensä 120 henkilöä, on kuitenkin mielestämme kiitettävä saavutus.

Hakemusvaiheessa syötettyihin indikaattoritietoihin nähden 25-29-vuotiaita osallistujia oli lopulta vähemmän kuin hakemusvaiheessa arveltiin. Samoin kävi ikäryhmän 30-54 -vuotiaiden sekä työssä käyvien osallistujien suhteen. Yli 30-vuotiaiksi ja työssäkäyviksi arveltiin hakemusvaiheessa osallistuvien nuorten vanhempia sekä vertaistoinnilla tavoitettavia läheisiä ja kun heitä ei hankkeeseen tavoitettu, jäivät myös nämä osallistujamäärät tavoitellusta.

Hanke ajoittui käytännössä koko toiminta-aikansa ns. korona-aikaan, mikä osaltaan vuoden 2020 vaikutti ja vaikeutti kasvotusten toteuttaviin toimintoihin, joita olisivat olleet esimerkiksi hankkeen jalkautuminen koulujen ja oppilaitosten vanhempainiltoihin. Näissä tilaisuuksissa hanke olisi voinut tulla esille ja tutuksi nuorten huoltajille, mikä olisi voinut edesauttaa asiakkaiden ohjautumiseen myös vanhemmille suunnattuihin toimintoihin.



## 8. Riskit ja niihin reagointi

Hankkeen aikana ei toteutunut ennalta riskiarviossa huomioituja riskejä. Sen sijaan maailmanlaajuinen koronapandemia alkoi maaliskuussa 2020 eli alle puoli vuotta hankkeen käynnistymisen jälkeen, mikä vaikutti olennaisesti hankkeen toteutukseen ja käytäntöihin. Pandemia oli laajuudeltaan ja seurauksiltaan sellainen, että tuskin kukaan olisi osannut varautua vastaavaan hanketta suunnitellessaan ja riskejä pohtiessaan.

Maaliskuusta 2020 kesäkuuhun 2020 hankkeen valmennus siirtyi täysin etätyönä toteutettavaksi. Etäaikana valmennus toteutettiin nuorten kanssa puhelimitse, viestisovelluksilla sekä videopuheluin ja käytännön tekemistä valmennukseen saatiin erilaisten kotitehtävien ja yhdessä asetettujen toiminnallisten tavoitteiden kautta, esimerkiksi hoitaa tiskit pois ennen seuraavan viikon puhelua. Osa näistä etäaikana toteutetuista valmennustavoista jäi käytäntöön koko hankkeen loppuajaksi.

Syksyllä 2020 palattiin lähityöhön, mutta koronarajoitukset kuitenkin aiheuttivat sen, ettei joukkojen kokoontumisia suositeltu, mikä esti vanhemmille tarjottavien vertaistoimintaryhmien toteutukset samoin kuin hankkeen toimintojen mainostamiseksi jalkautumisen esimerkiksi oppilaitoksiin. Näin ollen erilaiset suunnitellut seminaarit ja tietoisuuden lisäämiseksi suunnitellut tapahtumat päätettiin toteuttaa webinaareina, sillä etäaika toi esimerkiksi Teams-sovelluksen arkipäiväksi lähes jokaista organisaatiota ja tutuksi päällisin puolin muillekin.

## 9. Ohjausryhmätyöskentely

Hankkeeseen koottiin sen alkuvaiheessa ohjausryhmä, joka kokoontui 3-4 kertaa vuodessa. Hankkeen ohjausryhmään kuuluivat:

- aikuissosiaalityön sosiaalityöntekijä
- aikuispsykiatrian poliklinikan edustaja
- etsivän nuorisotyön työntekijä
- lapsiperheiden sosiaalityön edustaja
- 2. asteen oppilaitoksen opinto-ohjaaja
- Iisalmen kaupungin työllisyyspalveluiden edustaja
- nuorisopsykiatrian poliklinikan edustaja
- rikosseuraamusalan/yhdyskuntaseuraamustoimiston edustaja
- 2. asteen kuraattori
- peruskoulun ja 2. asteen psykologi
- valmennusasiakas
- rahoittavan viranomaisen edustaja sekä
- hankehenkilöstö

Ohjausryhmä kokoontui järjestäytymiskokouksen jälkeen kahdeksan kertaa ja lisäksi päätöskokouksessa hankkeen päätyttyä. Ohjausryhmä täydentyi vielä loppuvuodesta 2021 ja lisäksi hankkeen toiminnan aikana sen jäsenet vaihtuivat, mikäli ohjausryhmän edustajien organisaatioissa tapahtui muutoksia.

Ohjausryhmä tuki hankkeen toteutusta ja toimintaa laaja-alaisen ammatillisen osaamisen, näkemysten ja kokemusten jakamisella asiakastyön parista hankkeen suuntaan. Ohjausryhmältä haettiin näkemystä esimerkiksi tiedotusten suunnitteluun, tapahtumien järjestämiseen sekä kokemuksia hankkeesta havaituista hyödyistä. Useamman ohjausryhmän jäsenen ”omia asiakkaita” oli ohjautunut myös hankkeen toimintaan, joten ohjausryhmässä oli paljon käytännön näkemystä hankkeen toimenpiteiden vaikuttavuudesta.

Yksi keskeinen tuki hankkeelle oli ohjausryhmän toimiminen linkkinä eri organisaatioiden ja hankkeen välillä. Ohjausryhmissä käytiin läpi kulloinenkin asiakastilanne ja mikäli valmennuksissa oli tilaa, niin tieto välittyi ohjausryhmäläisten kautta heidän taustaorganisaatioihinsa ja asiakasohjaus vilkastui hyvin nopeasti. Hanketiiminä näimme ohjausryhmän työskentelyn hyvin arvokkaaksi ja antoisaksi.



## 11. Pohdinta

Kaiken kaikkiaan Kapasiteetti käyttöön -hankkeen toiminta on koettu onnistuneeksi niin toteuttajien, yhteistyökumppaneiden, ulkopuolisten arvioijien, rahoittajien ja mikä tärkeintä; siihen osallistuneiden nuorten mielestä. Hankkeessa pilotoitu maksuton ja matalankynnyksen neuropsykiatrinen yksilö- ja ryhmävalmennus ehti osoittaa hankkeen toiminta-aikana sekä tarpeellisuutensa että toimivuutensa nuorten toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistäjänä ja lisääjänä. Vaikka joukossa oli myös nuoria, jotka eivät kokeneet hankkeen tarjoamaa toimintaa erityisen hyödylliseksi, niin enemmistö osallistujista sai siitä kuitenkin apua ja tukea arjen sujumisen haasteisiin ja pääsi elämässään niin sanotusti eteenpäin. Kehittämiskohteita hanketiimi on pohtinut saatujen palautteiden ja omien kokemustensa myötä seuraavasti:

Tuloksellisuuden arviointiin huomion kiinnittäminen jo (hankkeen) suunnitteluvaiheessa. Kun kokeillaan ja testataan uusia työmenetelmiä, kuten tässä tapauksessa neuropsykiatrista valmennusta, joka ei ole tieteellisesti todennettua, olisi erityisen tärkeää kiinnittää huomiota huolelliseen pohjatyöhön myös tuloksellisuuden arvioinnin suhteen. Tällöin on mahdollista kerätä laadukasta tietoa ja tutkimustuloksia heti toiminnan alkaessa ja saada näyttöä toiminnasta ja sen mahdollisesta vaikuttavuudesta.

Yksilövalmennuksissa strukturoitu ja ennalta ajallisesti sekä tapaamismäärällisesti rajattu valmennus koettiin myönteisenä asiana. Tiedossa ollut kesto vaikutti myönteisesti siihen, että valmennusta toteutettiin aktiivisesti ja polkuja jatkopalveluihin alettiin työstää jo melko pian. Toisaalta peruskaudella toteutettu joustava ja ajallisesti liukuvampi valmennus mahdollisti sellaistenkin nuorten tavoitteiden toteutumisen ja eteenpäin menemisen, joille jo pelkästään valmennukseen kiinnittyminen vei aikaa. Tällöin lyhyempi vain 5kk:n mittainen valmennus olisi jäänyt hyvin lyhyeksi, kun taas joustavassa mallissa työskentelylle jäi aikaa ”kalenteriin katsomatta”.

Ryhmämuotoisen valmennuksen aikataulut ja ennakkoon mainostaminen hyvissä ajoin ennen ryhmän alkua, jotta ryhmä ehditään koota, tutustua ja siihen sitoutuminen on helpompaa. Lisäksi ryhmien koostaminen asiakkaita yhdistävästi eli esimerkiksi samasta ikäluokasta, oppilaitoksesta, elämäntilanteesta, ja niin edelleen. Ryhmävalmennus olisi myös voinut olla pidempi.

Hanke otettiin hyvin vastaan yhteistyöverkostoissa ja yhteistyökumppaneita onkin kiittäminen asiakkaidemme ja ”yhteisten nuortemme” asioiden edistämisestä ja rinnalla kulkemisesta. Pidetään kapasiteetit käytössä vastakin!