

# Ei yhtään yksinäistä, osa 2

pe 27.11.2020 klo 9:00 – 11.30

Turun nuoret -verkosto järjesti syyskuun alussa työpajan aiheena nuorten kokema yksinäisyys. Työpaja täytti odotukset ja nyt on aika jatkaa esiinnousseiden asioiden työstöä sekä tehdä lupauksia.

Perjantaina 27.11. työskentelyä jatketaan viidessä eri työpajassa. Valitse teema, johon haluat kehittää ryhmässä uusia ideoita ja keinoja yksinäisyyden ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi. Ryhmissä tehdään konkreettinen lupaus asian edistämiseksi ja haastetaan muut mukaan.

Ei haittaa, jos et päässyt edelliseen tapaamiseen – tämä työpaja on oma kokonaisuutensa. Joltuen edelleen vallitsevasta tilanteesta, tilaisuus toteutetaan Teamsissä. Ilmoittautuneille toimitetaan linkki ennen tilaisuutta.

**Ilmoittaudu 17.11. mennessä.** Linkki ilmoittautumiseen:  
<https://webropol.com/ep/EiyhtaanyksinaistaOsa2>

## Ohjelma

**9:00** Tervetuloa

**Edellisen tapaamisen tulokset**

**Liittyminen Tykkää turkulaisesta -kampanjaan**

**Työpajoihin valmistautuminen**

**9:30** tauko

**9:45** Työpajatyöskentely ja lupauksen antaminen käynnistyy

**Työpajojen teemat** (seuraavalla sivulla tarkempi kuvaus teemoista):

- 1. Sosiaalisten taitojen merkitys**
- 2. Ylisukupolvisuus**
- 3. Puheeksiotto ja kohtaaminen**
- 4. Nivelvaiheiden turvaaminen**
- 5. Uudet palvelut ja kohtaamispaikat**

**10.45** Ryhmien tuotokset ja lupaukset

**11.30** Tapaaminen päättyy

## Työpajat:

### 1. Sosiaalisten taitojen merkitys

Kun nuori on kiinnittymässä sosiaalisiin verkostoihin, ovat tunnetaidot ja sosiaaliset taidot isossa roolissa. Sosiaalisten taitojen oppiminen nuorena antaa paremmat edellytykset mielekkäälle elämälle ja avaa mahdollisuuksia tulevaisuuteen. Näitä taitoja on mahdollista kehittää esimerkiksi yksilövalmennuksessa ja vertaisryhmissä, ja tietoa eri mahdollisuuksista on hyvä levittää niin alaikäisille kuin täysi-ikäisillekin nuorille. Voisiko sosiaalisten taitojen oppimista edelleen kehittää oppilaitoksissa tai palvelutarjonnassa? Onko oltava sosiaalisesti kyvykäs, jotta menestyy nykyajan yhteiskunnassa?

### 2. Ylisukupolvisuus

Nuoren elämään kuuluvien aikuisten, erityisesti huoltajien, esimerkki on ratkaiseva tekijä nuoren kehityksessä, sillä aikuisten toiminta heijastuu nuoren käytökseen. Huoltajat ja muut merkitykselliset aikuiset voivat näin ollen tukea nuoren sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen myönteistä kehitystä, mutta he voivat olla myös esteenä tälle. Monet nuoret ovat kenties samassa tilanteessa kuin sodanjälkeisen sukupolven lapset, jossa vanhempien ongelmien takia nuoret ajautuvat yksinäisyyteen. Aikuisia tulisi kannustaa pohtimaan aihetta ja saada heidät mukaan keskusteluun, mutta millä keinoin? Minkälaista taakkaa nuoret kantavat aikuisten ja menneiden sukupolvien välittämänä, ja voiko siitä päästä eroon?

### 3. Puheeksiotto ja kohtaaminen

Nuoren yksinäisyys on hyvä ottaa puheeksi rohkeasti eri kohtaamistilanteissa. Keskustelun voi aloittaa esimerkiksi kysymällä "mitä kuuluu", ja tätä nuoret ovat aikuisilta toivoneetkin. Nuorelle on annettava aikaa muodostaa luottamuksellinen suhde asiantuntijaan ja antaa heille tilaa puhua omista ajatuksistaan. Näin nuori voidaan kohdata aidosti ja vaikuttaa myönteisesti hänen elämäänsä. Yksinäisyydestä toivotaan myös arkisempaa puheenaihetta, jolloin sen esille nostaminen ei olisi niin arkaluonteista tai raskasta. Aiheesta puhuminen eri foorumeilla vähentää aiheeseen liittyvää stigmaa, jolloin nuorten asenteita voidaan muuttaa siihen suuntaan, ettei kenenkään tarvitse pärjätä yksin. Onko yksinäisyydestä puhuminen edelleen tabu? Kuinka tiiviiksi yksinäisen nuoren ja asiantuntijan välinen asiakassuhde voi muodostua?

### 4. Nivelvaiheiden turvaaminen

Elämän erilaiset nivelvaiheet, kuten muutto toiselle paikkakunnalle opintojen perässä, lisäävät nuoren riskiä jäädä yksin. Näihin nivelvaiheisiin on syytä kiinnittää huomiota, kun nuori kohdataan ja palveluita suunnitellaan. Uuteen ympäristöön muuttaneelle on hyvä kertoa mahdollisuuksista, joissa pääsee tapaamaan muita saman ikäisiä ja luomaan uutta kaveriverkostoa. Mikäli nuorella on taustalla mielenterveysongelmia, itsetunto-ongelmia tai koulukiusaamista, voi sosiaalisen verkoston rakentaminen olla vaikeaa myös uudella paikkakunnalla. Miten toiselta paikkakunnalta tai toisesta maasta muuttava nuori otetaan Turussa vastaan? Mitä muita merkittäviä nivelvaiheita nuoren elämässä on, joita pitäisi ottaa huomioon?

### 5. Uudet palvelut ja kohtaamispaikat

Matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen järjestäminen, vertaisryhmät, keskusteluapu nettissä ja etäyhteydellä toteutetut tapaamiset koetaan hyvinä mahdollisuuksina rohkaista nuorta muodostamaan sosiaalisia verkostoja. Matalakin osallistumiskynnys voi silti olla liian korkea, jolloin nuori saattaa tarvita omaa tukihenkilöä. Käytettävissä olevien palveluiden markkinoinnissa on hyvä käyttää niitä viestintäkanavia, joita nuoret arjessaan käyttävät. On mentävä sinne, missä nuoret ovat. Voitaisiko nuoria osallistaa vielä enemmän palveluiden suunnitteluun? Mitä uusia, yksinäisyyttä ehkäiseviä toimintamalleja voitaisiin Turussa käynnistää, niin verkossa kuin reaali maailmassa?

#### **Lisätietoja:**

Jaana Halin, [jaana.halin@turku.fi](mailto:jaana.halin@turku.fi)

Auli Hirvensalo, [auli.hirvensalo@hdi.fi](mailto:auli.hirvensalo@hdi.fi)

Anu Parantainen, [anu.parantainen@turku.fi](mailto:anu.parantainen@turku.fi)