

**NUORTEN  
SUOMI**



NUORTEN  
AKATEMIA



**Nuva**ry

# Hyvinvointia! -pelin kooste

## Pohjois-Savo syksy 2022



# Mikä Hyvinvointia!-peli?

Hyvinvointia! -peli on Nuorten Suomi ry:n luoma peli, jossa nuoret saavat tietoa hyvinvoinnin eri näkökulmista ja pääsevät kertomaan omia näkemyksiään hyvinvointipalveluiden kehittämisen tueksi. Pelialustana käytetään Seppo.io-oppimisalustaa.

KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA



# Hyvinvointia!-pelin taustaa

- Nuorten Suomi on yleishyödyllinen palvelujärjestö, joka pyrkii edistämään nuorten toimijuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia.
- Keväällä 2021 luotiin Kuntavaalit 2021 -peli nuorten kuntavaikuttamisen tueksi, ja syksyllä ajankohtaisten vaikuttamispelien sarja jatkui Hyvinvointia! -pelillä.
- Pelin avulla haluttiin luoda mahdollisuus nuorten laajaan kuulemiseen, tiedottamiseen sekä heidän mielipiteidensä keräämiseen.
- Peli on luotu yhteistyössä koulukuraattorien ja nuorten kanssa.

KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA

## Tavoitteet ja sisältö



Tavoitteena tarjota nuorille tietoa hyvinvoinnin eri näkökulmista ja palveluista pelillisen menetelmän kautta.



Pelissä nuoret kertovat ajatuksiaan ja mielipiteitään kuntien, hyvinvointialueiden, oman koulunsa sekä muiden toimijoiden hyvinvointityön tueksi.



Tehtävät ovat joko informatiivisia tai mielipidettä kysyviä.

# Peliä pelanneet

Peliä pelasi noin 200 oppilasta/opiskelijaa

Peliä pelanneet joukkueet olivat:

24 Iisalmesta

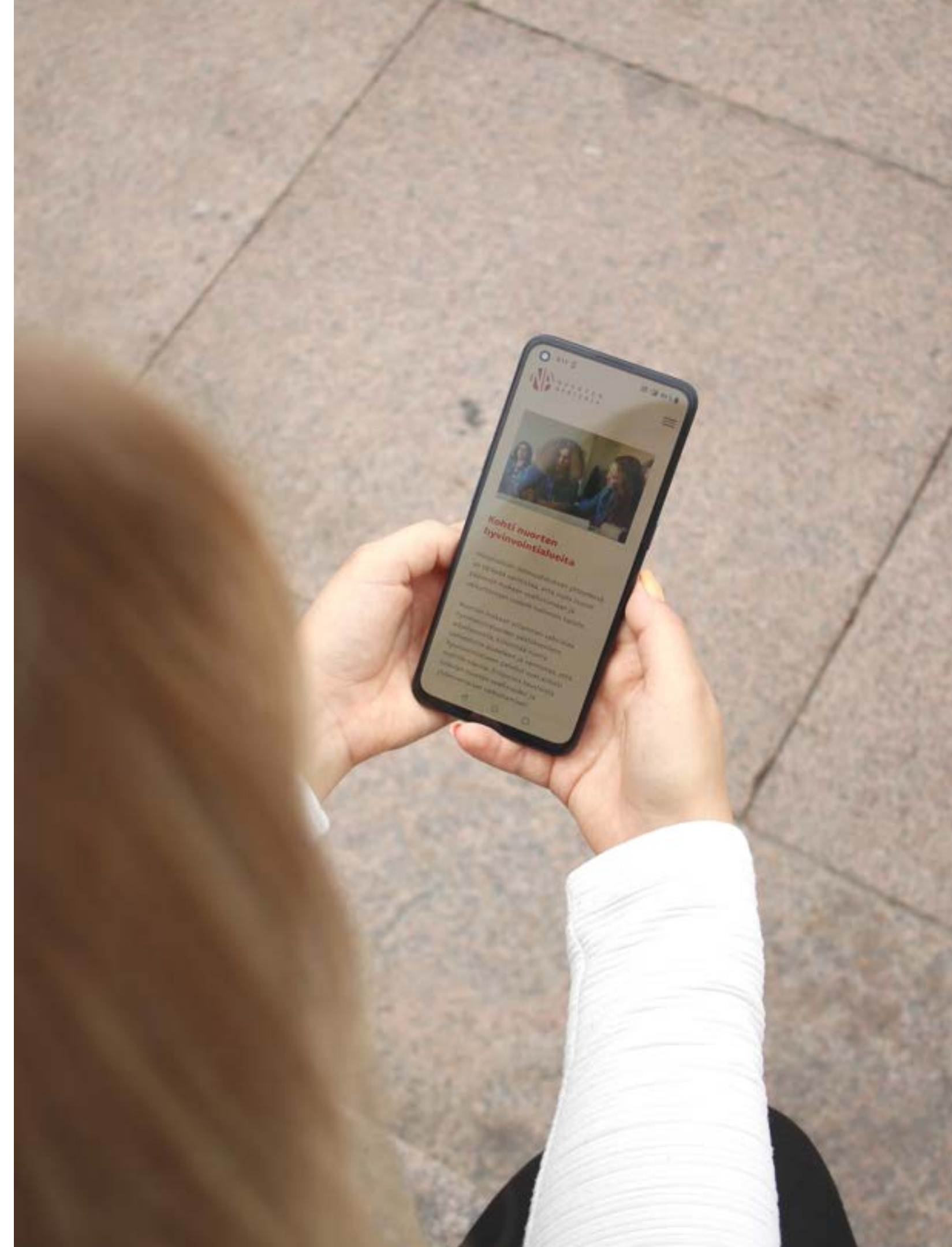
3 Kiuruvedeltä

9 Kuopiosta

6 Rautalammita

6 Rautavaarasta

1 Tervosta



# Oma voimanlähde

Mikä asia, tekeminen tai vuorovaikutus vahvistaa mielen hyvinvointia ja jaksamista?



# 2080-luvulla

*Miten tällä hetkellä suhtaudutaan nuorten mielenterveyteen? Onko jotain minkä haluaisitte muuttuvan tai jotain minkä haluaisitte säilyvän?*

*Kirjoittakaa uutisotsikko ja muutaman lauseen uutinen, miten toivoisitte asioiden olevan tulevaisuudessa!*

Vastauksissa nuoria pohditutti sote-palveluiden pitkät jonot. Eniten muutosta toivottiin mielenterveyspalveluiden pitkiin jonoihin. Lisäksi toivottiin, että olisi ihmisiä, jotka kuuntelisivat ja ottaisivat tosissaan. Nuoret toivoivat, että diagnosoituihin mielenterveysongelmiin ei annettaisi vain lääkkeitä, vaan ensin voisi tehdä erilaisia testejä ja tarjota terapiaa. Osa nuorista toivoi, että tulevaisuudessa olisi vahvempi vaitiolovelvollisuus. Osa nuorista toivoi, että heille kerrotaisiin enemmän mielenterveydestä ja siitä, miten sitä voi itse hoitaa.

Eräessä vastauksessa toivottiin, että kaikki osaisivat puhua avoimesti omista ongelmistaan. Toisaalta eräs nuori toivoi, ettei nuoria painostettaisi menemään kuraattorille tai psykologille.

Moni nuorista toivoi, ettei kiusaamista olisi enää 2080-luvulla, asioihin puututtaisiin aidosti ja kaikilla olisi kavereita. Voisi olla tapahtumia, joista löytäisi kavereita. Lisäksi arvuuteltiin, ovatko kaikki robotteja ja ajammeko lentävillä autoilla tulevaisuudessa.

KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA

*”Nuorten hyvinvointitasot parhaimmillaan: Nuorten hyvinvointi palvelut ovat parantuneet entisestään, ja nuoret hakeutuvat helpommin palveluihin. Nuorten ja vanhempien välit ovat parantuneet entisestään ja niiden välinen kommunikointi kasvanut.”*

*”Kaikille mielen hyvinvoinnin tarkastukset: Nykyään kaikki käyvät mielen hyvinvoinnin tarkastuksissa ja nuorilla on viikottain anonyymi hyvinvointikysely.”*

*”Parempi tulevaisuus: Toivottavasti 2080-luvulla, meillä olisi vielä ilmakehä.”*

*”Lisää matalan kynnyksen ovia auki! Juuri avattiin kymmeniä uusia matalan kynnyksen ovia ympäri maata. Nyt nuoria kannustetaan liikkeelle.”*

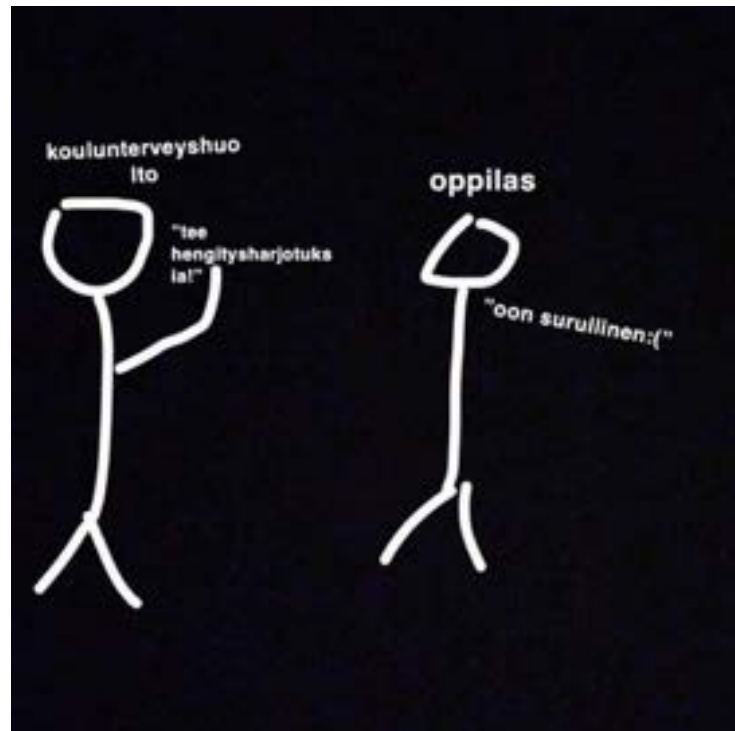
*”Mielenterveys 2080-luvulla: Opettajat ottaisi nuorten mielenterveyden huomioon. Ystäviä löytää helposti somesta ja koulusta.”*

*”Nuorten tulevaisuus: toivon että kaikki nuoret tulevaisuudessa voivat hyvin.”*

*”Koulupäivän aikana pitäisi olla uusi opettaja, joka ottaa yhden oppilaan tunniksi juttelemaan, jonkun muun tunnin aikana, jotta oppilaat haluaisivat mennä. Opettajan pitäisi olla mukava, ymmärtäväinen ja kysellä sinun elämästä, mielenterveydestä ja muusta vapaa-ajalla tapahtuvasta. Jos oppilas tarvitsee apua tai muuta niin tunteja pitäisi pitää enemmän ja opettaja voisi myös antaa yhteystiedot. Ja huumorintaju tärkeä.”*

# Nyt osu ja uppos :DD

Tehkää meemi, joka kuvastaa koulunne oppilashuoltoa!



✓ Arvioitu



Luova tehtävä

Meidän oppilashuolto on kyllä yks iso meemi

✓ Arvioitu

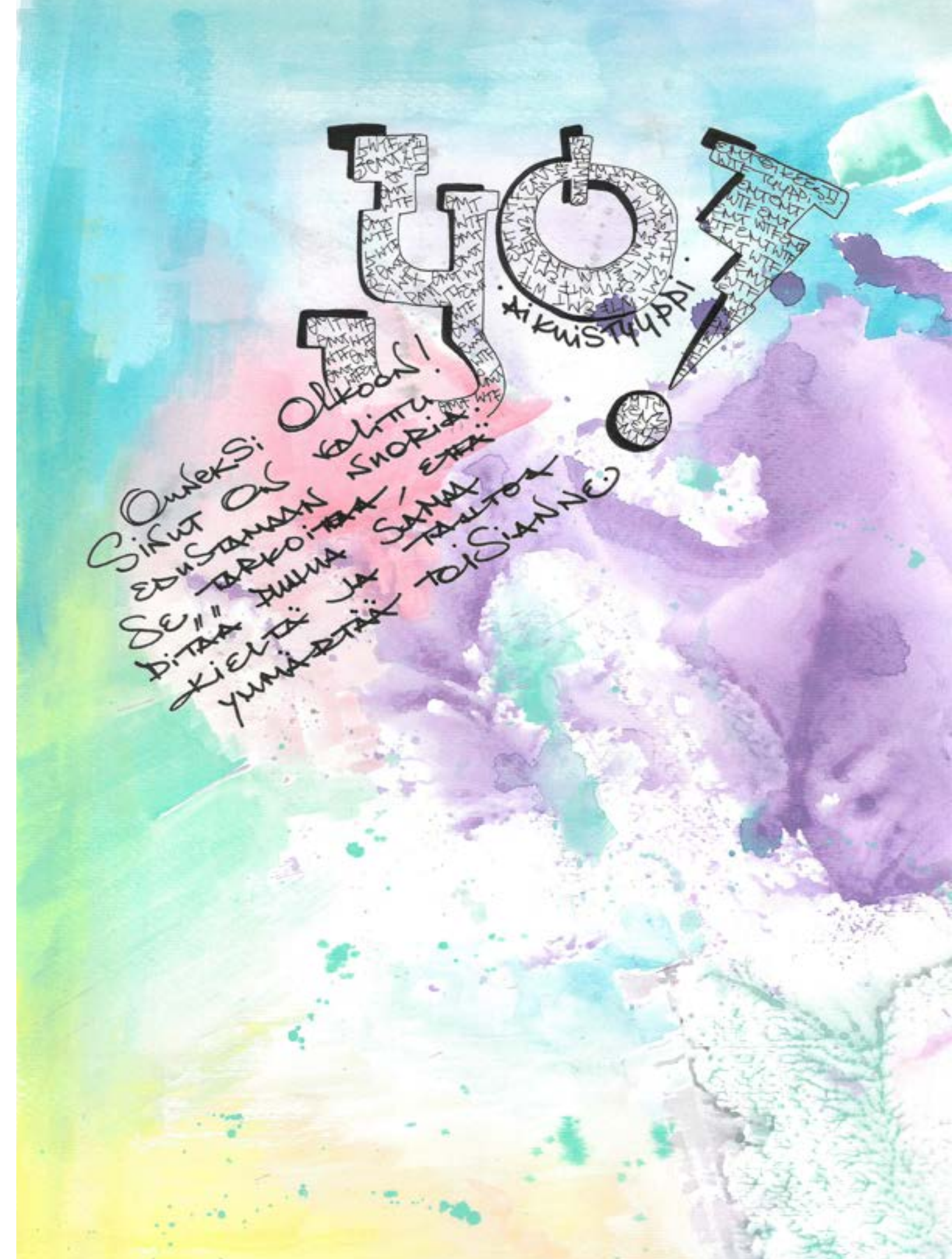


Luova tehtävä

Tietoa ei päivitetä ja työntekijät vaihtuu liian nopeasti

# Terveiset päättäjille

- Hyvä jatkakaa samaan malliin!
- kaikki ok
- iloa päivään ja projektiin
- Hyvin menee :)
- Asuntola sijaitsee kaukana opiskelupaikasta, joten opiskelijat ovat usein myöhässä.
- Moi miten menee
- terveiset ihanasta rautalammista mitene menee
- On tyhmää että Kuopiosta tulee Rautalammille vanhainkoteihin ruokaa.
- moi ja onnea, auttakaa saamaan psykologeja kouluihin
- Vähemmän palkkaa teille, enemmän hyödyllistä rahaa meille.
- Bensan hinta alemmaks
- Pakkoruotsi pois
- Tehkää hyviä päätöksiä!;)





# Väännä rautalangasta

KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA

*Aikuiset ei aina osaa puhua nuorille mielen hyvinvoinnista tai kohdata nuoria. Nyt saattekin vääntää asian rautalangasta ja kertoa, miten asia pitäisi hoitaa! Millainen puhe tukisi parhaiten nuorten hyvinvointia? Täydentäkää teidän mielestä sopivat sanat alla olevaan tekstiin:*

Mielen hyvinvoinnista pitäisi puhua nuorille. Kuitenkin liian usein viestit mielen hyvinvoinnista keskittyvät vain: **Mielenterveyteen 5, päihteisiin 4, puhelimeen 4**, opiskeluun 3, aikuisiin/aikuisten asioihin 3, kavereihin 2, kiusaamiseen 2, terveyteen 2, ihmisiin 2, epäonnistumisiin, ulkoiluun, töihin, sosiaali- ja terveystalouteen, nuoriin, normaaleihin asioihin ja minuun

Minä haluaisin kuulla enemmän **Hyvinvoinnista 3, mielenterveydestä/mielenterveyspalveluista 4, mielen hyvinvoinnin vahvistamisesta 2**, nuorten kokemuksista 2, elämästä 2, muista asioista 2, Jaksamisen keinoista, Miten traumat vaikuttavat ihmisiin, totuuksia, Kavereista, Diagnoosin saamisesta, Ruokavaliosta, Urheilusta, Mopoista, Unesta, Masennuksen hoitamisesta, Avusta, Onnistumisista, Työkalujen hankkimisesta, Yksilön omasta mielestä ja Vaikuttamisesta

Kuka saisi kertoa ja puhua enemmän mielen hyvinvointiin liittyvistä asioista? **Opettajat 11, nuoret 5, asiantuntijat 3**, kaverit 2, kuraattori 2, kouluterveydenhoitaja 2, psykiatri 2, aikuiset 2, kaikki 2, kokemusasiantuntija, Sanna Marin, Ei kukaan, Presidentti, Joulupukki, Ihminen

Kun menen juttelemaan huolistani, haluaisin, että aikuinen ensin tekisi: **Kuuntelisi 12, kysyisi kuulumisia 4, olisi hiljaa 3, kysyisi asioita 3**, olisi turvallinen, ei tuomitsisi, uskoisi minua, selvittäisi asioiden taustoja, ottaisi minut tosissaan, pohtisi asioita kanssani, tekisi aloitteen, lohduttaisi Sillä tavalla tapaaminen lähtisi liikkeelle hyvällä jalalla.

Tapaaminen olisi hyvä päättää **Heippojen sanomiseen 3, luottavaiseen tunnelmaan 3, mukaviin asioihin 3, hymyyn 3, ruokaan 3, yhteisymmärrykseen 3**, haliin 2, kysyy milta tuntuu 2, rohkaisuun/kehuun 2, kun asiat on oikeasti puhuttu loppuun, tavallisiin asioihin, neuvoihin, rahalliseen korvaukseen ,koska siitä jäisi hyvä mieli!

Koulun ammattilaiset, kuten koulukuraattori ja terveydenhoitaja, voisivat hyödyntää somea **Päivittämällä sitä 5, kertomalla toiminnastaan 4, tiktokissa 3**, kertomalla tarjollaolevista palveluista 2, tutustumalla siihen ensin 2, avun ja juttelun tarjoamiseen 2, jakamalla oppilaiden tarinoita 2, rauhallisena tilana, meemeillä ja levittämällä positiivisia asioita

Somessa voisi kertoa esimerkiksi **mielenterveydestä 7, asioista mistä aikuiselle voi mennä puhumaan 3, huumeista 2, kiusaamisesta 2, koulusta 2, hyvinvoinnista 2**, tapahtumista, miten itse voisi olla tukena ja apuna, mistä syystä voi hakeutua apuun, miten aikuiset voisivat tukea nuoria, koulustressistä, ihmisyydestä, ehkäisystä

Ja ps. Älä ainakaan **Vähättele nuorta 4, levitä henkilökohtaisia tietoja 4, kyseenalaista nuorta 2, ole tyhmä 2, käske tekemään hengitysharjoituksia 2**, suutu ongelmista, syytä kaikesta somea ja puhelinta, salaa huoliasi, tee heti ratkaisuehdotuksia, käytä huumeita, yritä esittää nykykuorta, oleta että kaikki aina jaksaa ja yrittää parhaansa, kiusaa

# Koulussa on mukavaa!

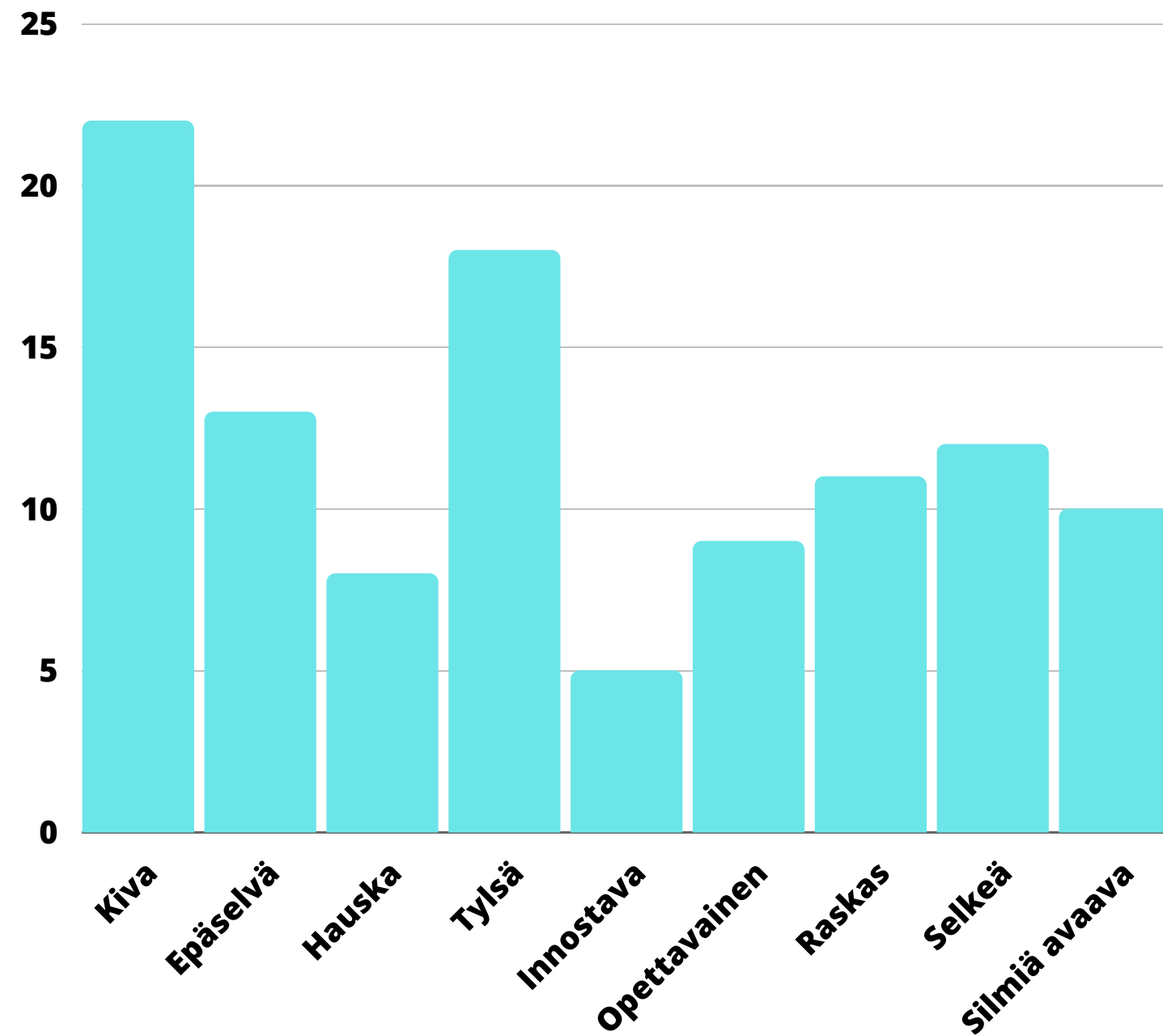
*Mitä voit itse tehdä, että kaikilla olisi koulussa mukavaa?*

Olla ystävällinen 15, en kiusaa 12, muistan ylläpitää hyvää ilmapiiriä 7, otan kaikki huomioon 5, muistan tasa-arvon 4, kuuntelen muita oppilaita ja henkilökuntaa 3, en syrji 3, muistan antaa työrauhan 3, hymyilen ja tervehdin 2, autan apua tarvitsevaa, huomioin kouluympäristön, en suhtaudu kaikkeen negatiivisesti

*Mikä lisää viihtyvyyttä koulussa, ja jokaiselle tunteen, että on mukavaa tulla kouluun?*

Hyvät opettajat 6, Kaikki muistaa siivota jälkensä 5, Aktiviteetit 4, Tilat ovat mukavat 4, kaverit 3, Oleskelupaikkoja 2, Lisää luokkien välistä yhteistyötä 2, kivat oppitunnit 2, Olisi taukoja 2, Hyvä ja raikas sisäilma 2, Penkit olisivat hyvät, Kahvi tunneilla, Valojen himmennys, hiljaisia tiloja enemmän, Tunnelma, että aina on kiva tulla uudestaan kouluun, Enemmän etäkoulua, Parempi internetti, Pidemmät välitunnit, Ei takavarikointia, Kauppaan saa mennä luvan kanssa

# Palaute pelaamisesta



KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA



# Kiitos!

KOHTI  
NUORTEN  
HYVINVOINTI-  
ALUEITA

**Kiinnostuitko?  
Ota yhteyttä:**



**Laura Saartoala**

Osallisuuden asiantuntija

044 012 4609

[laura.saartoala@nuortensuomi.fi](mailto:laura.saartoala@nuortensuomi.fi)