



Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokkalaisten sosiaalisten taitojen vahvistaminen ja kiusaami- sen ehkäisy

Jasmin Elfarkoussi & Lotta-Pauliina Rautajoki

2021 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokkalaisten sosiaalisten taitojen vahvistaminen ja kiusaamisen ehkäisy

Jasmin Elfarkoussi
Lotta-Pauliina Rautajoki
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö
Syyskuu, 2021

Jasmin Elfarkoussi, Lotta-Pauliina Rautajoki

Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokkalaisten sosiaalisten taitojen vahvistaminen ja kiusaamisen ehkäisy

Vuosi 2021 Sivumäärä 88

Opinnäytetyö on luonteeltaan kehittämistyö, jonka tavoitteena oli vahvistaa Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokan sosiaalisia taitoja yhteistyössä luokanopettajien kanssa. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda esiin sosiaalisten taitojen merkitystä kiusaamisen ennaltaehkäisemisessä. Kehittämistyössä käytettiin toimintatutkimuksellista lähestymistapaa. Havainnointi ja kartoituskyselyt toimivat kehittämistyön menetelminä. Kyselyillä kartoitettiin oppilaiden oma näkemys luokan ilmapiiristä ja hyvinvoinnista. Tämän jälkeen kyselyn vastausten pohjalta luotiin oppilaille viiden kerran toiminnallinen kokonaisuus. Toiminnallisilla kerroilla oppilaiden työskentelyä havainnoitiin. Lopuksi luokalle luotiin luokan yhteiset periaatteet.

Opinnäytetyössä tarkasteltiin teoriatietoa kiusaamisesta ja tuotiin esiin teoriaa sosiaalisten taitojen vaikutuksesta kiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Lisäksi opinnäytetyössä tarkasteltiin keskilapsuuden ikävaihetta sosiaalisen kehityksen näkökulmasta.

Toiminnalliset kerrat koostuivat erilaisista ohjatuista harjoituksista, joiden tavoitteena oli tukea ryhmätöitä ja sosiaalisia taitoja ja näiden avulla pyrittiin lisäämään oppilaiden tietoisuutta koulukiusaamisesta ja hyvän vuorovaikutuksen merkityksestä kiusaamisen ennaltaehkäisyssä. Opinnäytetyön harjoitukset ohjattiin etäyhteyden välityksellä vallitsevan koronapandemian vuoksi. Harjoitusten aikana oppilaita havainnoitiin etäyhteyden välityksellä. Oppilaiden omat kokemukset toiminnan vaikuttavuudesta kerättiin loppukyselyllä, johon koottiin kysymyksiä toiminnan vaikuttavuudesta heidän luokkansa ryhmähenkeen ja hyvinvointiin.

Viimeisellä toiminnallisella kerralla keskityttiin luokan luomiin yhteisiin periaatteisiin ja oppilailta saatuihin loppukyselyn vastauksiin, joissa arvioitiin kehittämistyön vaikuttavuutta oppilaiden näkökulmasta. Lisäksi avattiin yhteistyökumppanimme luokanopettajien antamaa palautetta toiminnan sisällöstä ja ohjauksesta. Lopuksi laadittiin toiminnallisista kerroista materiaalipaketti opettajien käyttöön.

Opinnäytetyön tavoitteet saavutettiin viisikertaisen toiminnallisen osuuden aikana. Harjoitusten koettiin herättävän oppilaisissa innostusta työskennellä näiden teemojen äärellä. Toiminta olisi kuitenkin etäyhteyden sijaan parempi toteuttaa lähikontaktissa, sillä etäyhteydellä ei voida täysin korvata fyysistä kohtaamista ja läsnäoloa. Toimintaa voisi jatkossa kehittää siten, että sosiaalialan ammattilaiset, kuten sosionomit, olisivat opettajien tukena opettamassa ryhmätöitä ja sosiaalisia taitoja oppilaille läpi lukuvuoden. Lisäksi kehittämistyön runkoa ja materiaalipakettia voisi hyödyntää koko koulua koskeväksi, jotta koko koulu saisi ryhmätöitä ja sosiaalisia taitoja tukevaa ohjattua toimintaa. Kehittämistyön toteutuksen jälkeen voidaan todeta, että tämän kaltaisella toiminnalla on kiusaamista ennaltaehkäisevä vaikutus kouluyhteisössä.

Asiasanat: Sosiaaliset taidot, ennaltaehkäisy, kiusaaminen, oppilaat, kehittämistyö

Jasmin Elfarkoussi, Lotta-Pauliina Rautajoki

Strengthening the social skills of Kankarepuisto Primary School 4th grade and preventing bul-

lying Year

2021

Pages

88

This thesis was based on functional developmental research and its objective was (in cooperation with the teachers) to strengthen the social and team working skills of the 4th graders in the Kankarepuisto primary school. The aim was to highlight the importance of social skills in preventing bullying and charter (through the students' own viewpoint) the atmosphere and wellbeing of the class. Observation and questionnaires serve as methods for development work. A quantitative questionnaire was used and a five-time functional set of common principles based on the questionnaire was created for the class.

The theoretical knowledge considered and used in the thesis was related to ;bullying in schools and the impact of decent social skills preventing bullying and also the middle childhood stage from the viewpoint of social development.

Because of the current pandemic situation, remote meetings were used with exercises that were implemented. The functional times consisted of different instructed exercises aimed at supporting teamwork and social skills. With these exercises the objective was to increase the student's knowledge of the importance of good interaction in preventing bullying. The student's own experiences of the effect of the exercises were collected by using a questionnaire which included questions about the effect of the activities on their team-spirit and wellbeing.

At the end common principles were presented (that were created during the last meeting) and concentrated on the answers given by the students in the final questionnaire on the effectiveness of the work. This was from the students' viewpoint. Finally, a material package on functional layers was developed for use by teachers.

We achieved our thesis objectives through our five-time functional project and felt that the students were motivated and driven to work with the themes the thesis included. To develop the project in the future, it would be good if the social-service professionals would cooperate with the teachers in schools and teach social and teamwork skills to the students throughout the whole school year. It was considered important because these kinds of activities have a preventative effect on bullying in the school community. Instruction through remote meetings was also a success with the class as well and it could be utilized in the future, although it does not fully replace actually being present and face-to-face with each other.

Keywords: Social skills, prevention, bullying, 4th graders, development work

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Kehittämistyöympäristö	7
3	Kohderyhmän sosiaalinen kehitys	8
4	Koulukiusaaminen	10
4.1	Tutkimustietoa koulukiusaamisesta	10
4.2	Kiusaamisen muodot ja vaikutukset	11
4.3	Kiusaamisen ennaltaehkäisy koulussa	12
5	Ryhmätyöskentely	16
5.1	Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot	16
5.2	Yhteisöllisyys luokassa.....	18
5.3	Sosiaalisten taitojen vahvistaminen	19
6	Opinnäytetyön prosessi ja toteutus.....	20
6.1	Kehittämistyön tavoite ja tehtävä	22
6.2	Kehittämistyössä käytetyt menetelmät	23
6.2.1	Kartoituskyselyt.....	25
6.2.2	Havainnointi	29
7	Toiminnalliset kerrat	29
7.1	Luokan ilmapiiri	31
7.2	Oppilaat autiolla saarella	33
7.3	Koulurauha-puu.....	35
7.4	Erilaisuuden arvostaminen ja omat vahvuudet	39
7.5	Luokan yhteiset periaatteet	41
8	Arviointi	46
8.1	Opettajien ja oppilaiden palaute	47
8.2	Eettisyys ja luotettavuus	51
9	Pohdinta	53
	Lähteet.....	58
	Kuviot	61
	Kuvat	61
	Liitteet	61

1 Johdanto

Sosiaalisten taitojen vahvistaminen sekä kiusaamisen ennaltaehkäisy alkavat jo varhaiskasvatuksessa, ja niiden parissa työskentelyä on tärkeää jatkaa alakoulusta aina toisen asteen opintoihin saakka. Työskentelyn olisi tärkeä tapahtua moniammatillisesti hyödyntäen opettajien ammattitaidon lisäksi myös sosiaalialan osaamista. Sosiaalialan osaamista onkin joissain kouluissa lisätty työllistämällä kouluihin koulusosionomeja opettajien ja kuraattoreiden työpa-reiksi. (Wallin 2011, 27; Kettunen 2018.)

Koulukiusaamisen ennaltaehkäisyn ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen ovat aiheina ajan-kohtaisia. Kuten mediassa on viime aikoina nostettu esiin, kiusaamisella voi olla ikävät seuraukset, mikäli siihen ei puututa ajoissa. Viitaten esimerkiksi Kirsi (2021) kirjoittamaan Yle-uutisten lehtiartikkeliin, jossa kerrotaan Helsingin Koskelassa loppuvuodesta 2020 tapahtu-neesta kiusaamistapauksesta. Tapauksessa oli kyseessä poliisin mukaan pitkään jatkunut väki-valtainen kiusaaminen.

Opetushallitus (2014) painottaa valtakunnallisessa opetussuunnitelmassa yhteisöllisyyttä ja kiusaamisen nollatoleranssia, mutta pystytäänkö kiusaamiseen aina reagoimaan vai puutu-taanko siihen liian myöhään? Voitaisiinko siihen vaikuttaa ennaltaehkäisevästi vaalimalla kou-luluokkien ryhmähenkeä ja koko koulun yhteisöllisyyttä, mutta onko koulussa tähän tarpeeksi aikuisia?

Opinnäytetyö on luonteeltaan kehittämistyö, jossa käytettiin toimintatutkimuksellista lähes-tymistapaa. Kehittämistyö toteutettiin yhteistyössä Kankarepuiston peruskoulun kahden 4.-luokan kanssa. Kehittämistyön tavoitteena oli vahvistaa yhdistelmäluokan sosiaalisia taitoja ja ennaltaehkäistä kiusaamista ja lisätä näin luokan kokonaisvaltaista hyvinvointia. Toiminnalli-silla kerroilla ohjasimme oppilaille erilaisia ryhmätyömuotoisia harjoituksia, joissa korostui erilaisissa ryhmissä työskentely ja toisten kunnioittaminen ja kohtaaminen. Vallitsevan ko-ronapandemian vuoksi toteutimme alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen ohjauksen luokalle etäyhteyden välityksellä.

Työmme loppupuolella arvioimme luokanopettajien ja oppilaiden näkökulmasta toiminnallis-ten hetkien vaikuttavuutta sosiaalisten taitojen ja ryhmätyötaitojen kehitykseen sekä koulu-kiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Arviointi tapahtui havaintojen ja palautteiden perusteella. Ar-vioimme toimintamme onnistumista ja etäyhteyden vaikutusta ohjaukseen ja sen vuorovaiku-tukseen mukanaan tuomia haasteita. Pohdimme myös lopuksi moniammatillisuuden hyödylli-syyttä koulumaailmassa ja toiminnan vaikuttavuutta omasta näkökulmastamme.

2 Kehittämistyöympäristö

Kankarepuiston peruskoulu on syksyllä 2020 valmistunut uusi koulu Helsingissä, joka tuli vanhan Jakomäen peruskoulun tilalle. Koulu sijaitsee Helsingin Jakomäessä. Koulussa on luokat 1.-9. ja lisäksi samassa rakennuksessa toimii päiväkotiki ja nuorisotalo. Kehittämistyö toteutettiin yhdistelmäluokan kanssa, johon kuuluu kaksi 4. luokkaa. Oppilaita luokilla on yhteensä 43.

Kankarepuiston peruskoulussa toimitaan Helsingin kaupungin yhteisen arvoperustan mukaisesti. Yhteinen arvoperusta muodostuu lapsen edun ensisijaisuudesta - kasvusta ja oppimisesta, kestävästä tulevaisuudesta, rikastuvasta monimuotoisuudesta ja rakentavasta yhteisöllisyydestä. Lisäksi jokaiseen näistä kohdista liittyy omat eettiset periaatteensa, jotka ovat: Oikeudenmukaisuus, oppimisen ilo ja turvallisuus. Elämäntaidot, itsetuntemus ja oma kasvu sekä tulevaisuuteen vaikuttaminen. Kulttuurien elinvoimaisuus, arvostava vuorovaikutus sekä yhdessä kasvaminen. Lisäksi eettisiin periaatteisiin lukeutuvat sosiaaliset taidot, yhdessä oppiminen ja vastuullisuus. (Helsingin kaupunki 2016a.) Kankarepuiston peruskoulussa rehellisyys, hyvä tahto muita ihmisiä kohtaan sekä tasavertaiset säännöt kaikille muodostavat moraalisen perustan arjessa. Painotettuja arvoja ovat myös aito välittäminen ja kaikkien huomioon ottaminen. (Helsingin kaupunki 2016b.)

Kankarepuiston peruskoulussa koetaan, että oppilaan on tärkeää omaksua oppiminen ja saada hyviä kokemuksia sekä pitää oppimisesta. Koulu tukee oppilaita pohtimaan tulevaisuuttaan ja innostaa oppilaita suunnittelemaan ja luomaan päämääriä, joiden eteen he tekevät töitä. Koulussa huomioidaan ja tuetaan erilaisuutta ja eri uskontoja sekä kulttuureita. Opetuksen ja kasvatuksen tarkoituksena on voimistaa oppilaiden kunnollisia arvoja ja keinoja elämässä. (Helsingin kaupunki 2016b.)

Kankarepuiston peruskoulussa käytetään pedagogisia työskentelytapoja ja Kankarepuiston peruskoulu pitää yhteisöllisyyttä merkittävänä oppimiseen ja turvallisuuteen vaikuttavana tekijänä. Koulu ottaa mukaan oppilaita yhteiseen työskentelyyn ja sen kehittämiseen. (Helsingin kaupunki 2016b.) Helsingin kaupungin Sosiaalipedagogisessa työotteessa luodaan yhdessä koulun ilmapiiriä avoimeksi, jossa jokainen pääsee osallistumaan ja jakamaan ajatuksiinsa. Yhteisellä tekemisellä mahdollisesti saadaan luotua oppitunneille ja näiden ulkopuolelle turvallinen kulttuuri, jossa on mahdollista tehdä yhteisiä päätöksiä sekä käydä avointa keskustelua. (Nivala & Ryyänen 2019, 240.)

Kankarepuiston peruskoulussa harjoitellaan kerran viikossa tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Lukuvuonna 2018-2019 Kankarepuiston peruskoulun johtoryhmässä sovittiin tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttöönotosta opetuksessa. Siitä lähtien tunnetaitotunnit ovat olleet osana opetusta. Alakoululla on käytössään yksi vuosiviikkotunti, johon opettajilla on käytössään

yhteinen sisältö ja materiaalipankki, jonka koulun työryhmä on yhdessä luonut. (Leinonen 2021.)

3 Kohderyhmän sosiaalinen kehitys

Lapset kehittyvät ryhmien ja yhteisöjen jäseniksi, mitä kutsutaan sosiaalisiksi kehitykseksi. Sosiaalista kehitystä voidaan ymmärtää kiintymyssuhdeteorian ja vertaissuhdeteorian pohjalta. Keskilapsuutta elävälle koululaiselle vertaissuhteet näyttelevät suurta roolia. (Nurmiranta ym. 2012, 68.)

Opinnäytetyön kohderyhmä, 9-10-vuotiaat lapset, käyvät läpi keskilapsuuden ikävaihetta eli vaihetta esikoulun ja peruskoulun alkamisesta ensimmäisiin nuoruusiän vuosien alkuun. Keskilapsuuden ikävaiheeseen luetaan kaikki noin 6-12-vuotiaat lapset. Tätä ikävaihetta on usein kuvailtu väliin jääneeksi kehitysvaiheeksi. (Nurmi ym. 2018, 77.)

Tunteet ovat tärkeä osa sosiaalista kehitystä. Tunteet rikastuttavat elämää ja tunteiden avulla lapsi sopeutuu ympärillä tapahtuviin muutoksiin. Tunteet ovat myös keskeisessä asemassa ihmisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Lapset huomioivat toistensa tunteet ja käyttäytyvät niiden mukaisesti ja tunteet ovat yhteisöjen kannalta tärkeä tekijä, sillä ne tukevat yhteisöjen pysyvyyttä. (Nurmi ym. 2018, 115.) Lapselle on tärkeää kuulua osaksi ryhmää ja kokea siellä hyväksyntää; kavereista eroon joutuminen on lapselle rankkaa (MLL 2019). Lasten kohdalla esimerkiksi mielipide omasta koululuokasta määräytyy tunteiden avulla. Kouluikäiset ovat selvillä muiden tunteista ja ymmärrys on syvällisempää. Kouluikäiset tiedostavat sen, että asiat voivat herättää ihmisissä erilaisia tunteita riippuen siitä, mistä näkökulmasta niitä katsoo. Tunteiden tulkinta sekä tunteiden ilmaiseminen kehittyvät muun kehityksen rinnalla. (Nurmi ym. 2018, 115.)

Kouluiässä lapsen kavereiden tärkeys lisääntyy entisestään, ja ne vaikuttavat myös lapsen kehitykseen edistävällä tavalla (Nurmi ym. 2018, 122). He kokevat myös kavereidensa mielipiteet tärkeiksi ja haluavat tulla omassa kaveriporukassaan hyväksytyiksi (MLL 2019). Lapset haaveilevat ikäistensä seuraan yhä enemmän ja etenkin samaa sukupuolta olevien seura muuttuu tärkeämmäksi. Samaa sukupuolta olevan kanssa lapsi oppii sukupuolelle ominaista käyttäytymistä ja taitoja, jotka liittyvät itsenäisyyteen, fyysisiin taitoihin, kielelliseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin. He saavat vahvistusta omaan sukupuoli-identiteettiinsä olemalla vuorovaikutuksessa vertaistensa kanssa. Sosiaaliset taidot ovat vuorovaikutustaitojen lisäksi sosiaalisten tilanteiden ja toisten tunteiden havainnoimista ja minäkäsityksen muodostumista. (Nurmi ym. 2018, 122.)

Nurmi ym. (2018,122) nostavat esiin kavereiden merkittävän vaikutuksen lapsen moraaliseen kehitykseen. Lapset harjoittelevat jakamista, vuorottelua ja näin he oppivat toimimaan tasa-puolisesti ja oikeudenmukaisesti muita kohtaan.

Nurmirannan ym. (2012, 62) mukaan varhaislapsuudessa tyypillinen itsekeskeisyys vähenee keskilapsuuden vaiheessa ja lapsen empatiakyky kehittyy. Empatiakyky on ominaista terveelle persoonallisuudelle ja sen harjoitteluun tarvitaan aikuisten läsnäoloa. Lapset tarvitsevat vertaistukea ja esimerkiksi koulussa he voivat harjoitella toistensa kanssa vuorovaikutustaitoja. Empatiakykyinen lapsi kykenee eläytymään toisen ihmisen tunteisiin ja esimerkiksi koulussa lapset jännittävätkin toistensa puolesta esiintymistä tai koenumeroita.

Keskilapsuutta elävä koululainen kykenee aiempaa paremmin sietämään pienten lasten vaativuutta ja itsekeskeisyyttä. Lapsi kykenee jo odottamaan omaa vuoroaan ja hallitsemaan paremmin omia tunteitaan ensimmäisinä kouluvuosina. Hän ei esimerkiksi pura suuttumustaan paiskomalla tavaroita. (MLL 2019.) Kun lapsi hallitsee omia tunteitaan paremmin hän purkaa kiukkua murjottamalla ja suuttumustaan pukemalla sen sanoiksi. Keskilapsuudessa lapsi on jo huomattavasti epätietävämpi. (Nurmiranta ym. 2012, 62.)

Nurmirannan ym. (2012, 63) mukaan kouluikäinen lapsi on epävarma kaikessa itseensä kohdistuvassa arvostelussa ja pahastuu helposti. Lapset kokevat usein sosiaalista pelkoa ja arkailevat esimerkiksi esiintymistä ja kavereiden arvostelun kohteeksi joutumista. Lapset ovat sosiaalisten paineiden alla ja heillä on suuri yhteenkuuluvuuden tarve. Nurmi ym. (2018, 122) nostaa esiin koululuokan tärkeyden, sillä se muodostuu monesti tärkeäksi yhteisöksi ja siellä rakentuvat myös luokan omat normit esim. pukeutumiseen tai käyttäytymiseen liittyen. Erilaisuus ja normeista poikkeaminen saattaa koitua yksilölle haastavaksi, jos sitä ei luokan sisällä hyväksytä. Jotkut lapset nousevat suurempaan suosioon kuin toiset. Joidenkin suosio saattaa johtua hyvistä sosiaalisista taidoista, joiden ansiosta he tulevat toisten kanssa hyvin toimeen ja saavat ihmisiä helpommin ympärilleen. Vetäytyneemmät lapset jäävät herkemmin kaveriporukoiden ulkopuolelle ja toisten torjumaksi joutuvat lapset saattavat myöhemmin kärsiä esimerkiksi masennuksesta tai muista sosiaalisten haasteiden ilmenemismuodoista.

Kun lapsi kokee ikätovereiden taholta syrjintää, muodostuu omien negatiivisten tunteiden hallinta haasteelliseksi ja toisten näkökulman ymmärtämisessä näkyy monesti haasteita. Marjanen ym. (2013, 103) korostavat, että ongelmat vertaissuhteissa voivat altistaa monenlaisille ongelmille myöhemmin. Ongelmat saattavat näkyä kielteisenä asenteena koulua kohtaan tai mielenterveysongelmina. Lapselle saattaa torjutuksi tulemisen seurauksena muodostua negatiivinen käsitys itsestä ja syntyä riski koulun keskeyttämiselle. (Nurmi ym. 2018, 122).

Nurmiranta ym. (2012, 64) painottaa keskilapsuudessa lasten sosiaalisten taitojen kehittyvän kaikista eniten verrattuna muihin ikävaiheisiin. Koulussa sellaiset lapset, joilla on haasteita ikätovereidensa kanssa, joutuvat monesti luokassa ulkopuoliseksi. Lapsia on hyvä opettaa

sovittelemaan ristiriitoja erilaisten harjoitusten avulla. Aikuisten avustuksella ja tuella heidän on tärkeä harjoitella vuorottelua, ongelmista puhumista ja kompromissien tekemistä ja anteeksi pyytämistä. Oppilaat pitävät tärkeänä sitä, miten opettajat kohtaavat heidät ja opettajien toiminta ja oppilaiden hyvä kohtaaminen voikin ennaltaehkäistä ongelmia.

4 Koulukiusaaminen

Nurmiranta ym. (2013, 65) kuvaa tahallisen erityisesti samaan oppilaaseen suunnatun vihamielisen käytöksen luettavan aggressiiviseksi käyttäytymisen muodoksi, jota kutsutaan koulukiusaamiseksi. Kiusaaminen on suunnitelmallista ja jatkuvaa ja sen lisäksi osapuolet ovat eriarvoisessa asemassa, sillä kiusaaja on kiusattua vahvemmassa asemassa. Eriarvoisuus voi perustua fyysisyyteen, asemaan ryhmän sisällä tai kiusaajalla oleviin tukijoukkoihin. Kiusattu on näin ollen puolustuskyvytön.

4.1 Tutkimustietoa koulukiusaamisesta

Koulukiusaamisesta on tullut vuosi vuodelta yhä vakavammin otettu asia kouluissa. Opinnäytetyössä tutustutaan THL (2019) teettämään Kouluterveyskyselyyn. Kyselyn tuloksista heräsi kiinnostus lasten hyvinvointiin kouluissa ja millaiseksi he kokevat olonsa luokassa ja onko heillä kavereita. Vaikka Määttä (2019) tuo katsauksessaan esiin kiusaamisen vähentyneen vuoden 2019 Kouluterveyskyselyn perusteella, on se edelleen liian yleistä. Ja yleisintä se on juuri alakoulussa, jossa hieman alle kahdeksan prosenttia oppilaista kokee tullessa kiusatuksi vähintään kerran viikossa. Alakoululaisista 64 prosenttia on kyselyn mukaan kertonut kiusaamisesta koulussa olevalle aikuiselle ja sen jälkeen noin 61 prosenttia vastanneista kokee sen auttaneen kiusaamisen loppumisessa tai vähentymisessä.

THL (2019) kouluterveyskyselyn vastausten mukaan Helsingin perusopetuksen 4.- ja 5.- luokkalaiset pojat pitivät melko vähän koulunkäynnistä. Pojista 18,6 prosenttia ja tytöistä 14 prosenttia piti koulunkäynnistä melko vähän. Nämä luvut vaikuttivat silmäänpistävältä. Lisäksi kyselystä nousi oppilaiden kokemukset omasta olemisestaan osana koulu- ja luokkayhteisöä. 3,2 prosenttia tytöistä ja 4,2 prosenttia pojista eivät kokeneet olevansa tärkeitä osana koulu- ja luokkayhteisöä.

Myös kaverisuhteiden olemassaolo vaikutti huolestuttavalta Kouluterveyskyselyissä. Keskilapsuudessa kaverisuhteet ovat tärkeitä ja vaikuttavat positiivisesti heidän kehitykseensä. (Nurmi ym. 2018, 122). THL (2019) Kouluterveyskyselyn mukaan Helsingin 4.- ja 5.-luokkalaisista lapsista 0,8 prosenttia tytöistä ja 1,1 prosenttia pojista koki, ettei heillä ole yhtään kaveria. Samassa kyselyssä tuli esille, että 3,3 prosenttia pojista ja 5,4 prosenttia tytöistä kokivat, että heillä on yksi kaveri. Jokaisen kuuluisi tuntea yhteenkuuluvuutta ja jokaisella kuuluisi olla

koulussa vertaissuhteita. Näillä on suuri merkitys luokkayhteisössä, jotta jokainen tuntee kuuluvansa luokkayhteisöön, eikä koe jäävänsä yksin.

4.2 Kiusaamisen muodot ja vaikutukset

Sanaton- ja sanallinen viestintä, toiminta ja sosiaaliset erityispiirteet ovat erilaisia kiusaamisen muotoja, joita esiintyy kiusaamisessa. Sanattomassa viestinnässä useimmiten kiusattua satutetaan eleillä ja erilaisilla ilmeillä. Sanattomasti voidaan myös ohittaa ja olla piittaamatta toisesta, kuin toista ei olisi olemassakaan. Sanallisessa viestinnässä toimitaan toista kohtaan sanallisesti ikävästi, tällaista voi olla esimerkiksi ilkeily toista kohtaan. Toisen nälviminen ja pilkkaaminen ovat myös ikävää sanallista viestintää. Sanallista viestintää voidaan tehdä myös siten, että toinen kuulee siitä muualta ja silloin se tehdään toisen selän takana. Toiminnallinen kiusaaminen näkyy siten, ettei oteta mukaan esimerkiksi kaveriporukoihin ja jätetään yksin. Fyysinen väkivalta on toiminnallista kiusaamista, jolloin kiusattuun kohdistuu esimerkiksi lyömistä. (Kaski & Nevalainen 2017, 16-17.)

Hamaruksen (2013, 47) mukaan kiusaamisessa saattaa olla kyse halusta saada vaikutusvaltaa porukassa, joka tarkoittaa useimmiten, että tämä ei henkilökohtaisesti kohdistu välttämättä kiusattuun. Kaski & Nevalainen (2017, 19-20) nostavat esiin, että kiusaaminen vaikuttaa kiusatun ja tämän ympärillä olevien ihmisten elämään. Kiusaaminen vaikuttaa myös kiusaajan elämään. Sillä saattaa olla vakavat vaikutukset kiusatun loppuelämään. Kiusaaminen saattaa näkyä kiusatun elämässä siten, ettei kiusattu osaa haaveilla hyvien asioiden tapahtuvan. Mikäli kiusattu saa apua asioiden käsittelyyn se voi johtaa siihen, että kiusattu päättää onnistua ja hänen elämässään voi tapahtua paljon enemmän hyvää, kuin mitä olisi osannut kuvitellaan. Kiusaaminen vaikuttaa kiusaajan ja kiusatun ympärillä olevien elämään monella tavalla. Osa seuraa vierestä, osa havaitsee kiusaamista, osa on mukana kiusaamisessa ja osa yrittää auttaa kiusaamisen loppumisessa. Kiusaamisella on laajat vaikutukset, mutta kuitenkin siitä seuraavat toimenpiteet ovat jokseenkin alhaisia.

Hamarus (2013, 93) käsittelee teoksessaan mahdollisesta kiusaamisesta johtuvaa syrjäytymistä ja pahoinvointia ja hän kokee, että näillä voi olla yhteyttä toisiinsa. Myös MLL:n (2021a) julkaisussa esitetään kiusaamisella voivan olla hyvinkin suuret vaikutukset kiusatun oppilaan elämään. Kiusaamisella voidaan aiheuttaa toiselle mielenterveydellisiä pulmia. Kiusattu saattaa kokea esimerkiksi ahdistuneisuutta, masentuneisuutta, itsetunnon alentumista ja itsetuhoisuutta. Kiusaamisella on myös vaikutusta fyysiseen terveyteen, joka saattaa näkyä psykosomaattisina stressioireina. Tällaisia oireita voivat olla esimerkiksi syömishäiriöt, yökastelut ja nukkumisvaikeudet.

Kiusaamisella on vaikutus itsetuntoon. Kiusaaminen saattaa aiheuttaa epäluottamusta itseensä ja omaan pystyvyyteen, joka vaikuttaa itsetuntoon. Itseluottamus syntyy usein onnistumisten myötä, mutta kiusatun itseluottamuksen kasvua saattaa rajoittaa kiusaajan läsnäolo.

Kiusaaja saattaa vaikuttaa todella vahvasti kiusatun itsetuntoon, jolloin kiusattu saattaa jättää tekemättä asioita sen takia, ettei koe kykenevänsä niihin. On kuitenkin myös mahdollisuus, että kiusattu tekee sellaista hyvää itselleen, kuten uppoutuu musiikin maailmaan, jota kiusaaja ei voi viedä häneltä pois ja tätä kiusatun on mahdollista käyttää omana voimavaranaan selviytyäkseen kiusaamiselta. Kiusaamisella voi olla pitkäaikainen vaikutus epävarmoihin sosiaalisiin taitoihin ja suhteisiin. Kiusatun saattaa olla vaikea rakentaa kaverisuhteita, jos hän on aina kokenut jäävänsä ulkopuolelle. (Kaski & Nevalainen 2017, 19-20.)

Kiusaamisen vaikutukset ovat moninaiset, sillä sen lisäksi, että ne vaikuttavat kiusattuun, sillä on vaikutusta kiusaajaan ja koko siihen joukkoon, missä kiusaamista ilmenee. Kiusaajalla on valtaa ja hän säätelee koko yhteisön sosiaalista toimintaa ja päättää keitä kiusataan. Muiden yhteisön jäsenten on vaikea puuttua kiusaamiseen, sillä muut pelkäävät usein joutuvansa itsekin kiusatuiksi. Yhteisössä vallitsee tällöin pelko, joka syö koko ryhmän luovuutta ja kykyä toimia luontevasti sekä tuoda esiin osaamistaan. Koulussa kiusaaminen voi ilmetä ryhmässä esimerkiksi siten, että yleensä aktiiviset oppilaat eivät uskalla sanoa mitään ja sellaiset oppilaat, jotka eivät normaalistikaan ole äänessä usein, eivät ole edes sitä vähää mitä normaalisti. Oppilaat pelkäävät epäonnistumista ja kiusatuksi joutumista. Tällainen luokka on silloin alistuva ja toimeton, kun luokan oppilaat eivät halua osallistua eivätkä ole motivoituneita. Kun luokassa tapahtuu kiusaamista, ei luokka pysty aidosti toimimaan yhteistyössä toistensa kanssa, sillä luokka toimii tavoitteenaan hylätä joku oppilaista joukon ulkopuolelle. (Hamarus 2012, 91.)

4.3 Kiusaamisen ennaltaehkäisy koulussa

Lapsen tasapainoinen kasvu ja kehitys muodostuvat varhaisesta vuorovaikutuksesta lähtien turvallisuuden ja luottamuksen pohjalle. Hyvä vuorovaikutus ja luottamus vaikuttaa peruluottamuksen syntymiseen. Ensin muodostuu luottamus omiin vanhempiin ja sitten askeleittain suurempaan elinympäristöön ja sen yhteisöihin. Turvallinen kasvu aikuisuuteen on asia, johon kaikki vanhemmat ja kasvattavat tähtäävät. Suomessa lasten turvallisen kasvun ja kehityksen tukemista halutaan vahvasti tukea ja lapsia suojella. Jokaisella on oikeus hyvinvointiin ja turvallisuuden tunteeseen. Nämä asiat tukevat toinen toistaan, mutta hyvinvointi ei ole itsestään selvä asia, sillä pahoinvointi ja turvattomuus ovat monella tapaa läsnä. Kiusaaminen on yksi iso turvallisuutta ja hyvinvointia hajottava tekijä. (Hamarus 2012, 85-86.)

Lapsen turvallisen kehityksen tueksi on olemassa erilaisia säädöksiä. Esimerkiksi YK:n lasten oikeuksien sopimus on ihmisoikeussopimus, joka koskee kaikkia alle 18-vuotiaita lapsia. Tämä sopimus vastuuttaa toteuttamaan kaikki sopimuksessa luetellut lapsia koskevat oikeudet. Sopimuksen 3 artiklan 2 kohdassa sanotaan, että lapsella on oikeus hänen hyvinvoinnilleen välttämättömään suojeluun ja huolenpitoon. Erityinen suojelu ja huolenpito edellyttää aikuisilta

varmistamista lapsen oikeuksien toteutumisesta ja edellyttää myös suojelemaan lapsia heidän oikeuksiinsa kohdistuvilta laiminlyönneiltä. (Yleissopimus lapsen oikeuksista 60/1991.)

Lisäksi koulumaailmassa perusopetuslaki (628/1998) velvoittaa huomioimaan oppilaiden turvallisuuden sekä hyvinvointiin ja oikeuksiin liittyvät asiat. Tiivistetysti jokaisella oppilaalla on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön.

Kiusaamisen vähentymisestä huolimatta koulujen arjessa sekä lainsäädännössä on kiinnitetty aiempaa paremmin huomiota koulukiusaamisen ehkäisyyn. Opiskelijahuoltoon veloitetaan laissa yhteisölliseen opiskelijahuoltotyöhön. Lisäksi kouluja veloitetaan tekemään kiusaamisen vastainen suunnitelma. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013; Perusopetuslaki 628/1998.) Opetussuunnitelman vaatimuksen mukaan koulujen on työskenneltävä yhteisöllisen kulttuurin luomiseksi sekä tehtävä yhteistyötä. Vuonna 2017 lähes kaikissa kouluissa (89-96 % kouluista) oli toteutettu kiusaamisen ehkäisyn, puuttumisen ja tunnistamisen periaatteita. (Hästbacka 2018, 17.)

Kiusaamisen ehkäisemiseksi on myös kehitetty erilaisia systeemejä ja ohjelmia, joita Kaski & Nevalainen (2017, 170-171) nostavat esiin teoksessaan. Viime aikoina kiusaamisen havaitsemiseksi on kehitetty internetin välityksellä tapahtuva ilmoitusjärjestelmä. Tämä mahdollistaisi kiusaamisesta ja muista ongelmista ilmoittamisen nimettömästi ja ilmoitus menisi esimerkiksi koulun kuraattorille. Ihannetilanteessa tällainen järjestelmä veisi eteenpäin ennaltaehkäisevien ohjelmien kehittämistä ja yhteisöllisyyttä. Tällainen järjestelmä voisi vauhdittaa tilanteiden selvittämistä, kun ne tulevat nopeasti aikuisten tietoon ja huomio kiinnittyisi nopeasti esimerkiksi tietyn luokan toimintaan, jolloin puuttuminen tapahtuisi ajoissa ja luokan vuorovaikutusta voitaisiin alkaa kehittää. Toisaalta tällaisella järjestelmällä saattaisi olla myös nurja puoli, joka saattaisi pitää kiusaamistapaukset nimettöminä ja ilmoitusten epämääräisyyden vuoksi niihin olisi hankala puuttua. Voi siis käydä myös niin, että ilmoituksista voidaan havaita jossain tapahtuvan kiusaamista, mutta ei saada sen enempää tietoa ja näin ollen tilanteisiin ei päästä puuttumaan.

On myös olemassa tutkitusti toimiviksikin koettuja kiusaamista vähentäviä ja sosiaalisia taitoja lisääviä ohjelmia. Varmasti tunnetuin näistä on Christina Salmivallin ja hänen työryhmänsä kehittänyt Kiva Koulu -ohjelma. Kiva Koulu on suomalainen innovaatio, jonka kehittämisessä on käytetty apuna tutkimustietoa liittyen kiusaamiseen. Ideana on, että ohjelmaa toteutettaisiin koko koulussa, eikä ainoastaan joissain luokissa tai niin, että ainoastaan jotkut opettajat olisivat sen toteutuksessa aktiivisia. (Hästbacka 2018, 18.) Tämä ohjelma on käytössä suuressa osassa Suomen peruskouluista ja lisäksi sitä on käytetty myös ulkomailla. KiVa Koulu tulokset ovat olleet hyviä kaiken ikäisillä peruskoululaisilla ja 98 prosenttia tähän ohjelmasta apua saaneista oppilaista kokevat sen palvelleensa heidän tuentarpeitaan. Toteutus muodostuu KiVa-tunneista ja koulun KiVa-tiimistä, joka puuttuu tarvittaessa konflikteihin.

(Kaski & Nevalainen 2017, 171.) Myös Kankarepuiston peruskoulussa on ollut käytössä Kiva koulu -ohjelma, mutta ohjelmaa ei ole enää viime vuosina noudatettu aktiivisesti.

Vaikka KiVa Koulu -ohjelma onkin hyväksi havaittu ja siitä on ollut monelle apua, ei sekään ole aina saanut aikaan toivottuja tuloksia. Joskus huonoa palautetta on tullut oppilailta ja joskus opettajilta. Kun syihin on perehdytty, on havaittu, että ohjelmaa ei ole se, mikä on pettänyt. Tyytymättömyys juontaa juurensa siihen, että ohjelmaa on käytetty väärin tai toimet ovat olleet puutteellisia. Joskus tämä voi johtua siitä, ettei koulussa ole esimerkiksi omaa KiVa-tiimiä tai ohjelmaan on sitoutunut ainoastaan osa opettajista. Jos ohjelmaa ei käytetä johdonmukaisesti, ei sillä ole kiusaamisongelmaan vaikutusta. Ainoa asia, minkä koulu ohjelmasta saa, on maine KiVa Kouluna. Ohjelman valtakunnallinen rahoitus on loppunut ja sen käytöstä peritään nykyisin käyttömaksuja. (Kaski & Nevalainen 2017, 171-172.)

Nykyisin kouluissa on keskitytty sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen kehittämiseen ja tämä on saatu osassa peruskouluista myös osaksi arkea. Kankarepuiston peruskoulun oppilaat harjoittelevat tunne- ja vuorovaikutustaitoja viikossa yhden oppitunnin verran. Kankarepuiston peruskoulun johtoryhmä päätti ottaa näiden taitojen opettamisen suoraan vakituiseksi käytänteeksi lukuvuonna 2018-2019. Ala-asteen oppilaat ovat harjoitelleet tunne- ja vuorovaikutustaitoja yhden oppitunnin viikossa. (Leinonen 2021.)

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu vähentää joko suoraan tai ainakin epäsuorasti kiusaamista koulussa. Sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen harjoittelu auttavat ymmärtämään muita ihmisiä ja ne kehittävät vuorovaikutustaitoja. Kun ymmärrys lisääntyy, niin lisääntyy myös yhteisöllisyys ja tämän seurauksena halu kiusata tai vahingoittaa muita vähentyy. (Kaski & Nevalainen 2017, 172.) Olisi tärkeää, että kouluissa olisi sellaiset rakenteet, jotka tukisivat koulu yhteisön toimintakulttuuria ja oppilaiden osallisuutta - nämä itsessään ehkäisivät kiusaamista. Myös opettajien ja oppilaiden välisen sosiaalisen ja tunneperäisen suhteen vahvistamiseksi on pyritty tekemään töitä, jotta oppilaat eivät jäisi yksin kohtaamiensa ristiriitatilanteiden kanssa. (Hästbacka 2018, 18.)

Sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen opettelulle on olemassa erilaisia ohjelmia, kuten Askeleittain ja Vertaissovittelu. Kuten KiVa Koulu -ohjelmaan myös näihin kuuluu erilaisia oppitunteja, mutta sama pätee näihin ohjelmiin, että tieteellistä näyttöä vaikuttavuudesta on olemassa, mutta se on vähäistä, ellei toteutus tapahdu järjestelmällisesti. Tämä edellyttäisi sitä, että kaikki koulun aikuiset sitoutuisivat ohjelmaan. (Kaski & Nevalainen 2017, 173.)

Kankarepuiston peruskoulussa on käytössä tällä hetkellä kiusaamisen vastainen toimintamalli Verso. Tämä on vertaissovittelumalli, joka on luotu menetelmäksi kouluihin, ja taustalla on rikos- ja riita-asioiden sovittelutyön kehittäminen. Tämä malli juontaa juurensa restoratiiviseen ajatteluun. Restoratiivinen ajattelu pitää sisällään kohtaamisen, kuuntelun ja ihmisten keskinäisten suhteiden parantamisen ja sosiaalisten taitojen vahvistamisen. Restoratiivisuus

pyrkii vuorovaikutuksen, dialogin ja yhteisten ratkaisujen etsimisen kautta oppimiseen ja vastuunottoon sekä sovinnollisuuteen yksilöiden ja ryhmien välillä. (Verso-ohjelma 2021.) Verso-ohjelman avulla pyritään siihen, että ristiriitatilanteista saataisiin oppimistilanteita. Kiusaamistilanteen osapuolet pohtivat toistensa näkemyksiä ja he miettivät tapahtunutta yhdessä. He voivat yhdessä miettiä, miten jatkossa vastaavanlaisilta tilanteilta voitaisiin säästyä. Sovittelutilanteissa lapset pääsevät itse sopimaan ja ratkaisemaan tilanteen. Vertaissovittelu toteutuu siten, että tilanteessa olevat lapset saavat ohjausta sovitteluun vanhemmilta kouluteuilta oppilailta eli vertaisilta. Tilanteet katsotaan tapauskohtaisesti ja joskus tilanteet täytyy sovittella aikuisten johdolla. (Hästbacka 2018, 19.)

Koulun kasvatustehtävä tulee korostumaan vuosi vuodelta yhä enemmän, mikä saattaa osoittautua opettajille kuormittavaksi. Tuoreimmassa Helsingin kaupungin opetussuunnitelmassa (2016a) korostuvat hyvinvointi, turvallisuus ja elämäntaidot. Koko koulun toimintakulttuurin lisäksi kiusaamista voidaan ehkäistä saamalla aikaan muutoksia koululuokkien omassa dynamiikassa. Hästbackan (2018, 18) mukaan tätä voidaan tukea opettamalla lapsille tunnetaitoja, toisen ihmisen asemaan asettumista ja oman toiminnan seurauksia pohtimalla. Pienryhmätöimintää järjestämällä luokan oppilaat pääsevät tutustumaan omiin vahvuksiinsa sekä luokkakavereidensa vahvuksiin. Pienryhmätöiminnan avulla he pääsevät jakamaan kokemuksia keskenään ja tekemään yhteistyötä myös niiden henkilöiden kanssa, joihin eivät välttämättä ole vielä muuten kunnolla tutustuneet.

Peruskoulu on lapsille yksi kannatteleavimmista paikoista koko yhteiskunnassa. Koulun onnistuessa tehtävässään se lisää lasten hyvinvointia ja kasvattaa sosiaalista pääomaa. Tähän tarvitaan kuitenkin myös opettajien lisäksi sosiaalialan osaamista ja koulusosiaalityö on vielä ainakin jokseenkin hyödyntämätön resurssi. Se, että koulu ja esimerkiksi lastensuojelu yhdistäisivät ammattitaitonsa, edistäisi huomattavasti lasten ja nuorten hyvinvointia. Tämänhetkessä maailmassa lapset ja nuoret tarvitsevat ympärilleen enemmän rinnalla kulkevia aikuisia, joilta he saavat ammattitaitoa tukea ja ohjausta. (Wallin 2011, 27-29.)

Haasteena koulussa nykyisellään tehtävälle sosiaalityölle on osoittautunut kiire, joka näkyy valitettavan usein koulusosiaalityötä tekevän kuraattorin arjessa. Tämä välittyy myös usein kouluissa opettajille ja oppilaille, sillä yhdellä kuraattorilla on monesti työalueenaan useampi koulu ja valtava määrä oppilaita. Tämä näkyy muun muassa siinä, että keskittyminen ehkäisevään lastensuojelutyöhön jää vähäiseksi ja kuraattorin läsnäolo koulun arjessa ei välity oppilaille. (Wallin 2011, 136-137.)

Kettunen (2018) tuo *Talentia*-lehden artikkelissaan esiin, että sosiaalialan osaamista koulu- maailmassa on pyritty lisäämään viime vuosina. Kuraattorin lisäksi joissain kouluissa työskentelee tällä hetkellä koulusosionomeja esimerkiksi opettajien työpareina. Koulusosionomin tehtävänä on tukea opettajien työtä tuomalla koulumaailmaan lisää siellä kaivattua sosiaalialan

osaamista. Tämä on lisännyt koulujen moniammatillisuutta ja opettajat ovat voineet keskittyä perustehtäväänsä sosionomien keskittyessä ehkäisevään, yhteisöllisyyttä lisäävään ja lasten ja heidän perheiden kanssa tehtävään työhön. Koulusosionomit mahdollistaisivat tiiviimmän työskentelyn vanhempien kanssa, mikä lisää myös vanhempien osallisuutta lasten koulunkäynnissä. Viime vuosina kouluissa on ollut käynnissä erilaisia hankkeita sosiaalialan osaamisen lisäämiseksi kouluissa. Yksi näistä on esimerkiksi Kettusen (2018) mainitsema Tampereella vuonna 2017 käynnistynyt Tiimikoulu-hanke, jonka tavoitteena on lisätä sosiaalialan osaamista kouluissa. Hankkeessa työskentelee koulusosionomeja opettajien työn tukena.

5 Ryhmätyöskentely

Ryhmässä työskentely on yksi keskeisistä työskentelytavoista peruskoulussa. Peruskoulussa harjoitellaan yhdessä työskentelyä, joka muodostuu pari- ja ryhmätyöskentelyistä. On tärkeää, että oppilas saa hyviä onnistumisen kokemuksia yhdessä työskentelyssä. Hyvien ryhmässä työskentelyn kokemusten myötä, oppilaille muodostuu luottamus ryhmän tukeen ja tarvittaessa pystyy tukeutumaan ryhmään. Yhdessä työskentelyn taidoilla on vaikutus myös vapaa-ajalla, kun lapset viettävät yhdessä aikaa. Lapsen ajattelutapa kehittyy yhdessä työskentelyn myötä ja lapsen näkemykset asioista saattavat olla erilaisia, kun jollain toisella lapsella. Yhdessä kyetään saamaan enemmän aikaiseksi kuin yksin. Tähän oppilaita opetetaan yhdessä työskentelyn avulla. (Kampman ym. 2015, 37.)

Ryhmätyötaitoissa on tärkeää, että jokainen ryhmässä oleva saa oman äänen kuuluviin ja ryhmässä pidetään yllä vuorovaikutusta. Ryhmätyöskentelyssä jokainen osallistuja on tasa-arvoinen ja jokaisen ajatus on tärkeä. Ryhmässä on tärkeää muistaa, että jonkun epäonnistuessa ryhmä kannattelee toisiaan, eikä osoiteta syyttävää sormeja yhtä kohtaan. Ryhmässä työskennellessä vaaditaan taitoa tehdä kompromisseja. Ryhmässä työskentely opettaa huomioimaan muiden mielipiteitä sekä joustamaan omista mielipiteistä. (Duodecim Koulun terveyskirjasto, 2017.)

5.1 Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot

Keltikangas-Järvinen (2010, 17) tuo esiin, että arkikielessä puhutaan usein sosiaalisuudesta viitaten ihmisen sosiaalisiin taitoihin. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot ovat kuitenkin omia osa-alueitaan. Sosiaalisuus viittaa luonteenomaisiin temperamentin ominaisuuksiin ja sosiaaliset taidot muodostuvat harjoittelemalla. Sosiaalisuudelle on ominaista ihmisten seurassa viihtyminen ja sosiaaliset taidot taas tarkoittavat kykyä olla ja selviytyä toisten ihmisten kanssa. Kauppihan (2005, 19-21) mukaan sosiaaliset taidot kuuluvat sosiaalisen vuorovaikutuksen alakäsitteisiin. Sosiaaliset taidot ovat osa sosiaalista kompetenssia, johon kuuluu taitoja, jotka

liittyvät ihmisen sopeutumiskykyyn. Hän korostaa sosiaalisten taitojen olevan opittuja taitoja, jotka ovat muodostuneet osaksi persoonallisuutta.

Sosiaalisuus ei välttämättä Keltikangas-Järvisen (2010, 53) mukaan tarkoita, että ihminen omaksuu hyvät sosiaaliset taidot. Sosiaalisuus voi kuitenkin auttaa niiden tavoittelussa. Sosiaalinen ihminen on kiinnostunut ihmisistä ja usein hakeutuu ihmisten seuraan ja saa paljon harjoitusta vuorovaikutustilanteista, joka edesauttaa sosiaalisten taitojen opettelussa. Sosiaalinen ihminen saa vuorovaikutustilanteissa palautetta muilta ihmisiltä. Lisäksi sosiaaliselle ihmiselle on ominaista kiinnostus siitä, mitä muut ihmiset hänestä ajattelevat ja ennen kaikkea, että muut pitävät hänestä. Tästä syystä sosiaalinen ihminen pyrkii käyttäytymään niin, että ihmiset tykkäisivät hänestä. Tätä eivät vähemmän sosiaaliset ihmiset välttämättä osaa tai halua tehdä, sillä heitä ei välttämättä kiinnosta samalla tavalla, mitä mieltä muut heistä ovat. Myös Kauppila (2005, 23) tuo teoksessaan esiin sosiaalisuuden olevan taito tulla erilaisten ihmisten kanssa toimeen ja kykyä ryhmätyöskentelyyn sekä hyviä neuvottelutaitoja. Sosiaalisuus kuuluu ihmisen luontaisiin ominaisuuksiin eli se kuuluu osaksi ihmisen persoonallisuuspiirteitä.

Keltikangas-Järvisen (2010, 17) mukaan nämä kaksi asiaa eivät siis välttämättä ole sidoksissa toisiinsa. Jotkut ihmiset saattavat olla sosiaalisesti taitavia, mutta eivät ole temperamentiltaan sosiaalisia, joka voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, etteivät he mielellään vietä vapaa-aikaansa ihmisten seurassa. He saattavat sosiaalisissa tilanteissa kuten työpaikalla kuitenkin olla taitavia ja kykenevät keskustelemaan ja tulemaan toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Asia voi myös toisaalta olla niin, että ihminen on täysin riippuvainen muista ihmisistä, mutta hänellä ei ole sellaisia sosiaalisia taitoja, joiden avulla tulisi ihmisten kanssa toimeen. Kauppila (2005, 23) näkee asian niin, että myös sosiaalisuutta voi kehittää, oli ihminen sitten temperamentiltaan ulos- tai sisäänpäin suuntautunut.

Keltikangas-Järvinen (2010, 20) kuvailee sosiaalisten taitojen olevan sellainen ominaisuus, jonka avulla ihminen pystyy muodostamaan lyhyessä ajassa yhteyden erilaisiin ihmisiin. Ihminen pystyy lyhyessä ajassa muodostamaan keskusteluyhteyden ja toimimaan sulavasti uusien ihmisten kanssa. Ihmiseltä odotetaan tänä päivänä kykyä jutustella kevyistä aiheista ja verkostoitua.

Keltikangas-Järvinen (2010, 22) kuvailee toisten kanssa toimeen tulevaa ihmistä sellaiseksi, jolla on hyvät sosiaaliset taidot, ja joka tulee siis toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Olennaisena asiana pidetään kykyä ratkaista sosiaalisia ongelmia ja tehdä oikeanlaisia päätöksiä ongelman ratkaisemiseksi. Kun ihminen on sosiaalisesti taitava, hänellä on erilaisia tapoja toimia ja hän osaa valita niistä oikean tilanteesta riippuen. Näihin lukeutuu esimerkiksi neuvotteleva, sovitteleva ja joskus ratkaiseva lähestymistapa. Tällainen ihminen osaa siis lukea tilannetta ja tarvittaessa osaa myös vetäytyä. Kauppila (2005, 23) painottaa, että toisen ymmärtämiseen vaikuttaa taito tulkita sosiaalisia tilanteita ja niissä tapahtuvaa sanallista ja

sanatonta viestintää. Se, miten hyvin ihminen voi lukea toista ihmistä ja millaisia asioita ihmisestä voi lukea riippuu siitä, miten kehittynyt sosiaalisen havaitsemisen herkkyys ihmisellä on. Tätäkin taitoa voi harjoitella sosiaalisissa ympäristöissä esimerkiksi ryhmissä. Hyvien sosiaalisten taitojen avulla ihminen välttyy usein konfliktitilanteilta, sillä hänellä on kyky toimia tilanteen mukaan ja valita oikeanlainen lähestymistapa sosiaalisten ongelmien ratkaisemiseksi (Keltikangas-Järvinen 2010, 22).

Sosiaalisia taitoja ihminen tarvitsee jokapäiväisessä elämässään ja kuten Keltikangas-Järvinen (2010, 23) kuvaa, sosiaaliset taidot tarkoittavat myös kykyä asettua toisen ihmisen asemaan eli empatiakykyä sekä kykyä sympatiaan eli siihen, että toisen ihmisen kokemukset nostattavat ihmisessä tunteita kuten myötätuntoa. Näihin taitoihin sisältyy lisäksi kyky ymmärtää toisten ihmisten näkökulmia sekä kohtelias käytös muita ihmisiä kohtaan. Nämä piirteet ihmisissä vaihtelevat, koska niissä on luontaisia eroja, mutta niitä voi myös opetella. Kun ihminen pystyy osallistumaan tunnetasolla toisen ihmisen tilanteeseen, kutsutaan sitä toisen ihmisen ymmärtämiseksi eli empatiaksi (Kauppila 2005, 24).

Lapselle on erittäin tärkeää opettaa sosiaalisia taitoja, sillä lapsi löytää tavat selviytymiseen myös ilman kasvatusta ja opettelua, mutta tavat, jotka lapsi itse löytää ja kokee tehokkaiksi eivät välttämättä ole asianmukaisia. Aggressio on sellainen tapa, jonka lapsi usein kokee toimivaksi. Lapsi voi myös havaita, että asianmukainen käytös ei vie häntä haluttuun lopputulokseen tai lopputulokseen pääseminen vie kauemmin aikaa. Tästä syystä nämä asiat tulee huomioida kasvatuksessa. Joidenkin kohdalla sosiaalisten taitojen harjoittelu vie aikaa ja vaatii aikuisilta ja lapselta paljon töitä, jotta käytös muotoutuu sellaiseksi, joka on yhteisössä kuten koulussa ja perheessä hyväksyttyä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 23-24.)

5.2 Yhteisöllisyys luokassa

Oppilaat tarvitsevat koulussa yhteisöllisyyden tunnetta, sillä se vahvistaa minäkuvan rakentumista ja yhteenkuuluvuuden tunne vähentää tunnetta yksinäisyydestä. Yhteisöllisyys luo oppilaalle tunteen, että hän on osa ryhmää, jolta saa myös tarvittaessa tukea. Kun koulussa vallitsee yhteisöllinen ajattelu- ja toimintakulttuuri, oppilaat välittävät omien tarpeidensa lisäksi myös toistensa tarpeista. Luokan yhteisöllinen toimintakulttuuri lisää oppilaiden hyvinvointia antaen heille voimaa ja tunteen, että he kaikki ovat vastuussa koko luokan hyvinvoinnista ja turvallisuudesta. Tällainen oppimisympäristö luo lapsille turvallisen paikan kasvaa ja kehittyä. (Salovaara & Honkonen 2011, 42.)

Ihmisen luontainen sosiaalisuus vaikuttaa osaltaan yhteisöjen muodostumiseen sekä yhteisöllisyyteen. Usein samanhenkiset ihmiset kohtaavat yhteisöissä ja ihmiset saavat niistä tarvittaessa tukea ja turvaa. Yhteisöllisyys vaatii ihmisiltä samanlaisia päämääriä, arvoja sekä normeja. Myös erilaisuuden hyväksyminen, neuvottelutaidot ja keskusteleva kulttuuri sekä avoimuus ja vuorovaikutus kuuluvat osaksi yhteisöllisyyttä. Nämä asiat ovat sidoksissa kuitenkin

yhteiseen aikaan, rutiineihin ja vaativat pysyvyyttä. Jotta ihminen kokisi olevansa osa yhteisöä, hänen tulisi tuntee kuuluvansa joukkoon, olevansa tarpeellinen ja kokea itsensä hyväksytyksi. (Salovaara & Honkonen 2011, 42.)

Koulumaailmassa painotetaan yhä enemmän yhteisöllisyyttä ja kouluissa työskennellään sen eteen, että jokainen kokisi kuuluvansa joukkoon ja kaikki tulisivat kohdatuiksi juuri sellaisina kuin ovat. Kuten Helsingin kaupungin opetussuunnitelmassa (2016a) painotetaan, koulu on yhteisö, joka muodostuu monenlaisista oppijoista ja siellä arvostetaan jokaisen yksilön osallisuutta. Yhteisöllisyys tukee myös yhdessä oppimista ja kehittää oppilaiden luovaa ja kriittistä ajattelua sekä ongelmanratkaisutaitoja. Myös ymmärrys erilaisista näkökannoista kasvaa. Kouluissa luodaan pohjaa jokaisen oppilaan sosiaaliselle kasvulle ja sille, että jokaisesta kasvaisi vastuullinen yhteiskunnan jäsen. Kuten Wallin (2011, 27-29) toteaa, peruskoulu on merkittävä paikka lapselle hänen kasvussaan ja kehityksessään. Kouluissa kuitenkin tarvittaisiin enemmän aikuisten läsnäoloa muussakin kuin opetuksessa. Opettajien aika ei yksinkertaisesti riitä erilaisten huolien havaitsemiseen, puheeksi ottamiseen ja varhaisen kohdennetun tuen tarjoamiseen.

Kankarepuiston peruskoulussa painotetaan rehellisyyttä, hyvää tahtoa kaikkia kohtaan sekä tasa-arvoa. Lisäksi jokaisen huomioiminen ja aito välittäminen ovat nousseet koulussa tärkeiksi arvoiksi. (Helsingin kaupunki 2016b.) Tavoitteena on, että jokainen oppilas tuntisi yhteenkuuluvuutta, jonka vahvistavat vaikutukset näkyvät sekä yksilössä että koko luokan hyvinvoinnissa. Yhteisöllisyys koulussa tarkoittaa hyvää ja välittävää ilmapiiriä sekä sitä, että oppilaat viihtyvät ja ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Yhteisöllisyys näkyy myös toisten arvostamisena ja kunnioittamisena. Kun luokka toimii yhdessä sen oppilaat voivat olla turvallisin mielin ja käyttää energiansa puolustautumisen sijaan oppimiseen ja motivaation ylläpitämiseen sekä kykenevät rauhallisin mielin tuomaan esiin omia vahvuuksiaan sekä omaa osaamistaan. (Salovaara & Honkonen 2011, 43.)

5.3 Sosiaalisten taitojen vahvistaminen

Kiusaamiseen voidaan vaikuttaa ennaltaehkäisevästi tukemalla lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja sekä ryhmätyötaitoja, jotta halua kiusata muita ei heräisi. Luokkien ja koko koulun yhteisöllisyyttä tukemalla jokaiselle pyritään saamaan kokemus osallisuudesta ja ryhmään kuulumisesta. Yhteisöllisyyttä tukemalla voidaan ennaltaehkäistä negatiivisia ilmiöitä, kuten kiusaamista ja syrjäytymistä. (Marjanen ym. 2013, 19.) Oppilaat käyvät koulua ja opettelevat ensisijaisesti eri oppiaineita, mutta myös sosiaalisten taitojen harjoittelu näyttelee koulussa suurta roolia. Sosiaaliset taidot kuuluvat oppilaiden perustaitoihin ja ne auttavat oppilasta etenemään opinnoissaan. Sosiaalisia taitoja opetetaan olemalla vuorovaikutuksessa oppilaan kanssa ja tavoitteena on saavuttaa oppilaan myönteistä käyttäytymistä. (Kauppila 2005, 142.)

Kauppilan (2005, 143) mukaan tavoitteena on, että oppilaiden sosiaaliset taidot kehittyisivät sellaisiksi, että he pystyisivät olemaan vuorovaikutuksessa erilaisissa ympäristöissä tilanteen mukaan. Koulussa tähdätään siihen, että lapset ja nuoret oppisivat hallitsemaan sosiaalisia tilanteita koulussa ja myös vapaa-ajalla. Taitoja harjoitellaan olemalla vuorovaikutuksessa koulukavereiden ja aikuisten kanssa. Tässä on kyse sosiaalistumisesta, johon vaikuttaa myönteisesti oppilaan tunne-elämän kehittyminen. Olennaista on se, että oppilaalle kehittyy hyvät ryhmäytötaidot, joiden avulla voidaan muodostaa toimivia sosiaalisia suhteita vastaisuudessa.

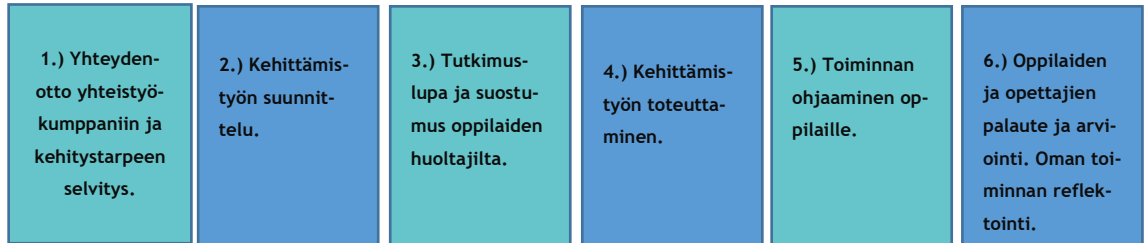
Sosiaalisia taitoja on mahdollista opettaa erilaisilla tavoilla. Oppilaan oma motivaatio, vuorovaikutustaidot, oppimisvalmiudet ja keskittymiskyky vaikuttavat onnistuneeseen sosiaalisten taitojen opettamiseen. Suunnitteluvaiheessa on tärkeä pohtia, minkälainen ryhmä on kyseessä ja minkälaisia taitoja olisi hyödyllistä opettaa. (Kauppila 2005, 143-144.)

Yksi tärkeä piirre sosiaalisten taitojen opettelussa on sen mielekkyys, sillä kun harjoittelusta tehdään oppilaille mielekäästä, on se silloin motivoivaa ja antoisaa. Sosiaalisten taitojen vahvistaminen onnistuu parhaiten, kun lapsia informoidaan etukäteen siitä, miksi sosiaalisten taitojen harjoittelulla on merkitystä ja mihin taitoja tarvitaan. Harjoittelu pelien ja leikkien avulla on osoittautunut innostavaksi tavaksi. Omissa oloissaan viihtyvät ja ryhmän ulkopuolelle jätetyt oppilaat tarvitsevat monesti muita enemmän sosiaalisten taitojen opetusta. Eriytyisen tärkeää opetus on oppilaille, joilla on haasteita esimerkiksi aggressiivisuuden kanssa tai, jos lapsi kokee yksinäisyyttä. Opetus voi sisältää esimerkiksi keskustelutaitojen harjoittelusta, itsehallinnan ja kontrollin harjoittelua. (Kauppila 2005, 145-146.)

Sosiaalisten taitojen harjoittelu on olivallinen haaste, johon koulusosiaalityö voisi vastata. Sosiaalialan osaamista voisi tässä hyödyntää, sillä ennakoiva ja yhteisöllisyyteen vaikuttava työ vaatii juuri sellaista osaamista, mihin sosiaalialan ammatillisella osaamisella voitaisiin vastata. (Wallin 2011, 106.)

6 Opinnäytetyön prosessi ja toteutus

Prosessikaavio (kuvio 1) havainnollistaa kehittämistyön etenemistä. Opinnäytetyön toteutus käynnistyi suunnitteluvaiheella. Ensimmäinen vaihe oli yhteydenotto Kankarepuiston peruskoulun opettajiin loppuvuodesta 2020. Kankarepuiston 4.luokkien opettajat olivat halukkaita osallistumaan luokkansa kanssa kehittämistyöhön. Lähdimme toteuttamaan opinnäytetyötä prosessikaavion mukaisesti.



Kuvio 1: Prosessikaavio

Luokanopettajat tavattiin etäyhteyden välityksellä tammikuussa 2021 ja heidän kanssaan mietittiin, minkälaista tukea ja tarvetta luokan oppilailla olisi. Keskustelussa nousi esiin luokan suuri koko ja luokan sisällä tapahtuva ajoittainen kiusaaminen. Kehittämistyön aiheeksi valikoitui tapaamisella käytyjen keskustelujen pohjalta sosiaalisten taitojen vahvistaminen ja kiusaamisen ennaltaehkäisy. Opettajat kertoivat heidän harjoittelevan tunne- ja vuorovaikutustaitoja kerran viikossa, mutta kokivat siitä huolimatta sosiaalisten taitojen harjoittelun tarpeelliseksi. Oppilaiden vanhemmille lähetettiin tiedote ja kirjallinen suostumuslomake kehittämistyöstä (liite 1).

Kehittämistyön aihe, tavoitteet ja tarkoitus käytiin esittelemässä luokan oppilaille tammikuussa 2021. Tämän tutustumiskerran aikana oppilaille esittäytyttiin ja heidän kanssaan keskusteltiin kiusaamisesta sekä sosiaalisten taitojen merkityksestä sen ennaltaehkäisyssä.

Tutkimuslupaa haettiin Helsingin kasvatus ja koulutuksen toimialalta helmikuussa 2021. Alkuperäisenä suunnitelmana oli toteuttaa toiminnan ohjaus Kankarepuiston peruskoulussa lähi-kontaktissa ja hyödyntää monipuolisesti koulun käytössä olevia tiloja sekä hyödyntää monipuolisesti erilaisia toiminnallisia harjoituksia eri kokoisissa ryhmissä. Myös liikunnan yhdistäminen toimintaan oli yhtenä ajatuksena. Suunnitteluvaiheessa opettajien kanssa keskusteltiin, mahdollisuudesta toteuttaa kehittämistyö etäyhteyden välityksellä, jos koronatilanne sitä vaatii ja lähikontakteja on vältettävä. Lähtökohtana toteutukselle oli kuitenkin toteuttaa kehittämistyö luokassa.

Vallitsevan koronapandemian vuoksi Helsingin kasvatuksen ja koulutuksen toimiala oli tehnyt linjauksen, jonka mukaan kaikkien koulun omaan henkilökuntaan kuulumattomien tulisi välttää vierailuja koulualueella pandemian aikana. Tutkimuslupa oli näin ollen mahdollista saada ainoastaan sellaisiin opinnäytetöihin, jotka eivät vaadi lähikontaktia. (Helsingin kaupunki 2021.) Tutkimuslupa etätoteutukselle saatiin 12.3.2021. Opinnäytetyö haluttiin toteuttaa

kehittämistyönä hyödyntäen toimintatutkimuksellista lähestymistapaa ja päädyttiin ajan hen- gen mukaisesti ohjaamaan etäyhteyden välityksellä.

Luokan oppilaiden omat näkemykset luokan ilmapiiristä kartoitettiin alkukyselyllä. Alkukartoituksen kysymyksiin haluttiin tuoda THL:n (2019) toteuttama Kouluterveyskyselyssäkin nous- seet kiusaaminen ja kaverisuhteet. Huolestuttavan moni kohderyhmän ikäisistä oppilaista on kouluterveyskyselyn mukaan kokenut Helsingin alueella kiusaamista. Lisäksi kavereiden puut- tuminen on huolestuttavaa, sillä kavereiden olemassaolo etenkin keskilapsuudessa vaikuttaa myönteisesti kehitykseen (MLL 2019).

Toiminnan suunnittelussa alkukartoituksen lisäksi huomioitiin 4.- luokkalaisten ikätasoinen ke- hitys. Oppilaat elävät keskilapsuuden ikävaihetta ja siihen kuuluu olennaisena osana kaverei- den tärkeys. Tässä iässä luokkiin alkaa muodostumaan kirjoittamattomia sääntöjä oppilaiden taholta. (Nurmi ym. 2018, 122.) Kun kouluikäisten kanssa työskennellään luokkahengen paran- tamiseksi, voi sillä olla ennaltaehkäisevä vaikutus negatiivisiin ilmiöihin. Yhteisöllisyyden tunne vahvistaa oppilaan minäkuvan rakentumista ja vähentää yksinäisyyden tunnetta. (Mar- janen ym. 2013, 19.)

Kehittämistyön tavoitteisiin sekä toiminnalliseen osuuteen vaikutti vahvasti oppilaiden mieli- piteet oman luokkansa hyvinvoinnista ja viihtyvyydestä. Luokan toiminnallisia hetkiä alettiin suunnittelemaan alkukartoituskyselyn jälkeen. Jokainen toiminnallinen kerta suunniteltiin edellisen toiminnallisen kerran havaintojen, kyselyvastausten ja tehtävien vastausten perus- teella. Toiminnallisesta osuudesta haluttiin tehdä myös oppilaille mahdollisimman mielekäs, jolloin se on oppilaille motivoivaa ja antoisaa (Kauppila 2005, 145). Opettajien kanssa pidet- tiin tiiviisti yhteyttä kevään aikana ja ajatuksia vaihdettiin yhteisissä etäyhteyden välityksellä järjestetyissä kokouksissa.

Kehittämistyön loppuvaiheessa yhteistyökumppaneilta pyydettiin palautetta. Lisäksi oppilaille jaettiin loppukyselyt. Oppilaat toivat loppukyselyyn vastaamalla esiin oman arviointinsa ja pa- lautteensa toiminnasta. Luokalle koottiin toiminnassa käytetyistä tehtävistä ja materiaaleista tehtäväpaketti, jonka opettajat saivat itselleen näiden teemojen parissa työskentelyn tueksi jatkossa. Lisäksi opinnäytetyö kokonaisuudessaan lähetettiin opettajille luettavaksi.

6.1 Kehittämistyön tavoite ja tehtävä

Opinnäytetyö on kehittämistyö, jolla on toimintatutkimuksellinen lähestymistapa. Lähtökoh- tana oli luokanopettajien kanssa käydyssä keskustelussa noussut tarve harjoitella luokan kanssa yhdessä sosiaalisia taitoja ja vaikuttaa koulukiusaamiseen ennaltaehkäisevästi. Kehit- tämistyö toteutettiin yhdistelmäluokassa, jossa on yhteensä 43 oppilasta. Luokanopettajat toivat esiin heidän harjoittelevan tunne- ja vuorovaikutustaitoja viikoittain, mutta kokivat so- siaalisten taitojen harjoittelun siitä huolimatta tarpeelliseksi ja luokalle hyödylliseksi, sillä

luokan sisällä tapahtuu jonkun verran kiusaamista. Lisäksi tavoitteena oli tuoda sosiaalialan osaamista, uusia ideoita ja työkaluja opettajille näiden teemojen työstämiseen jatkossa. Yhtenä tavoitteena olikin tehdä luokanopettajien ja sosiaalialan ammattilaisten yhteistyötä näkyväksi koulun hyvinvoinnin tukemisessa.

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda luokan hyvää ilmapiiriä ja turvallisuutta tukeva oppilaille mielekäs toiminnallisten harjoitusten kokonaisuus. Harjoitusten avulla keskityttiin sosiaalisten taitojen harjoitteluun pitäen kiusaamisen ennaltaehkäisy tiiviisti mukana keskusteluissa. Tavoitteena oli tukea oppilaiden sosiaalisten taitojen myönteistä kehitystä siten, että he pystyisivät tulevaisuudessa mukautumaan vuorovaikutustaidoillaan eri tilanteisiin.

6.2 Kehittämistyössä käytetyt menetelmät

Opinnäytetyönä toteutetun kehittämistyön tavoitteena oli saada aikaan myönteistä muutosta oppilaiden ryhmähengessä ja opettaa heille sosiaalisia taitoja. Kehittämistyössä sovellettiin toimintatutkimuksellista lähestymistapaa, joka on luonteeltaan muutokseen tähtäävä ja ihmisiin ja heidän toimintaansa kohdistuvaa (Kananen 2012, 38). Ojasalo ym. (2014, 59-60) mukaan toimintatutkimus sopii sosiaaliseen kehittämistyöhön, jolla luodaan uutta tai uudenlaista tapaa toimia. Syklisyys eli eri vaiheiden toistuminen on ominaista tutkimus- ja kehittämisprosessissa. Prosessissa toistuvat suunnittelu, toiminta ja toiminnan arviointi.

Toimintatutkimuksen ydin on, että ihmiset osallistuvat kehittämistyöhön. Toimintatutkimuksellinen kehittämistyö toteutetaan siten, että ihmiset voivat osallistua ja olla vuorovaikutuksessa erilaisten menetelmien avulla. (Ojasalo ym. 2014, 37.) Oppilaat sekä opettajat olivat koko prosessin ajan aktiivisina osallistujina kehittämistyössä.

Toimintatutkimukselle ominaista on myös se, että tutkijalta vaaditaan tietoa ja paneutumista ilmiöön enemmän kuin tavallisen tutkimuksen toteutuksessa. Paneutumista ja tietoa vaaditaan, sillä muutosta kokeillaan ja pyritään viemään läpi. (Kananen 2012, 38.) Opinnäytetyönä toteutettu kehittämistyö pyrki muutokseen ja myös siihen, että työskentelyä luokan ilmapiirin parantamiseksi tapahtuisi jatkossakin sekä oppilaiden sosiaalisia taitoja kehitettäisiin myös jatkossa. Kehittämistyön avulla pyrittiin antamaan opettajille ideoita ja työkaluja mahdollistamaan kehittymisen jatkuminen. Ojasalon ym. (2014, 37) mukaan kehittämistyön prosessi saattaa viedä aikaa, mutta olennaista on alkaa toteuttaa uudistusta ja tarkastella sen toteutumista.

Kehittämistutkimuksen ja toimintatutkimuksen välinen ero on hyvin pieni, sillä molempien tavoitteena on saada aikaan muutosta. Toimintatutkimukselle on tyypillistä, että tutkija on itse läsnä. Toimintatutkimusta voidaan käyttää ryhmän toiminnan kehittämiseen ja se soveltuukin hyvin tilanteisiin, joissa pyritään saamaan muutosta aikaan ryhmissä. Kehittämistutkimuksen kohteena puolestaan ovat usein enemmänkin ei-sosiaaliset tapaukset esimerkiksi tuotteet ja

palvelut. (Kananen 2012, 41.) Tässä opinnäytetyössä sovellettiin toimintatutkimuksellista otetta, sillä tekijät olivat koko prosessin ajan läsnä. Lisäksi toimintaa suunniteltiin paneutumalla jokaisen kerran jälkeen havaintoihin ja jokaista kertaa arvioitiin erikseen.

Luokka harjoitteli sosiaalisia taitoja erilaisten ohjattujen harjoitusten avulla. Toiminta suunniteltiin syklisesti siten, että jokaisen kerran jälkeen paneuduttiin tehtyihin havaintoihin ja toimintaa arvioitiin. Tehtyjen havaintojen ja arvion pohjalta suunniteltiin seuraava kerta. Luokalle luotiin lopuksi luokan yhteiset periaatteet, jotka pohjautuvat heiltä itseltään nousseisiin ajatuksiin turvallisesta ja hyvinvoivasta ilmapiiristä ja luokkahengestä. Tarkoituksena oli, että oppilaat noudattavat yhteisiä periaatteita ja opettajat muistuttavat ja palaavat niihin aina tarvittaessa, jotta kehittämistyö jatkuisi tulevaisuudessakin, vaikka opinnäytetyön osalta se loppuukin. Jotta luokanopettajat voisivat hyödyntää toiminnallisia harjoituksia myös jatkossa, heille luotiin käytetyistä harjoituksista tehtäväpaketti (liite 7).

Kanasen (2012, 21) mukaan kehittämisessä voi olla tutkimuskohteena prosessi. Kohteena saa olla mikä hyvänsä, johon on mahdollista vaikuttaa. Kehittämiskohteen lisäksi kehittämistyössä ovat toimenpiteet, joiden avulla tavoitellaan muutosta kohteessa (Kananen 2012, 21). Toimintatutkimuksessa ollaan motivoituneita toimimaan asioiden eteen, eikä jätetä niitä siihen asemaan millaisena ne ovat, mikäli kaivataan muutosta. (Ojasalo ym. 2014, 58.)

Kyselyt voivat olla osana kehittämistyötä esimerkiksi, kun selvitetään lähtötilannetta tai loppuvaiheessa arvioidaan kehittämistyössä saavutettuja tuloksia (Vilkkä 2015, 40). Kanasen (2012, 121) mukaan kvantitatiivisen tutkimuksen tiedonkeruu- ja analyysimenetelmiä voidaan käyttää kehittämistyössä. Kyselyjen avulla voidaan alku- ja loppukartoituksen lisäksi arvioida vaikuttavuutta.

Opinnäytetyönä toteutetussa kehittämistyössä käytettiin kartoituskyselyitä luokan ilmapiirin ja hyvinvoinnin selvittämiseksi. Oppilaille teetettiin alkukartoituskysely sekä keskivaiheilla kartoituskysely koskien heidän kokemuksiaan ryhmätyöskentelystä. Lisäksi oppilaat vastasivat loppukyselyyn, jossa he antoivat oman arvionsa toiminnasta.

Tutkimusaineistoa voidaan kerätä monilla eri menetelmillä. Toimintatutkimuksessa käytetyistä aineistonkeruutavoista yhtenä toimivimmista pidetään havainnointia. (Ojasalo ym. 2014, 61.) Kehittämistyön aikaiset tapahtumat ovat tärkeä kirjata ylös, tätä kutsutaan havainnoinniksi, joka on yksi tiedonkeruumenetelmämuoto (Kananen 2012, 49). Havainnoinnin menetelmiä on Hirsjärven ym. (2018, 214-215) mukaan monia. Havainnointi voi olla todella systemaattista ja perinpohjaisesti jäseneltyä ja se voi myös olla vapaaseen ja aitoon tilanteeseen sulautunutta. Kuten Vilkkä (2015, 143) nostaa teoksessaan esiin, tavanomainen tapa havainnoida on osallistuva havainnointi. Tätä tapaa hyödyntäen saadaan tietoa yksilöstä yhteisön jäsenenä ja myös suhteessa tutkijaan.

Kehittämistyön aikana havainnointia käytettiin apuna toiminnan suunnittelussa ja luokan kokonaistilanteen kartoittamisessa. Oppilaiden ryhmätyöskentelyä havainnoitiin kaikkien toiminnallisten kertojen aikana.

6.2.1 Kartoituskyselyt

Opinnäytetyössä käytettiin alkukartoituskyselyä (liite 2), jotta jokainen oppilas sai tuoda esiin oman mielipiteensä luokan lähtötilanteesta koskien hyvinvointia. Kyselyn tavoitteena oli selvittää oppilaiden näkemys heidän luokkansa ilmapiiristä ja siellä tapahtuvasta kiusaamisesta ennen toiminnallisen osuuden alkamista. Koulukiusaaminen 4.-5.-luokkalaisten kohdalla näyttäytyi vahvasti Helsingin Kouluterveyskyselyiden pohjalta tehdyssä katsauksessa (Määttä 2019). Kehittämistyön kannalta oli siis tärkeää selvittää tarkemmin kyseisen luokan tilanne ja oppilaiden oma näkemys. Vastauksia hyödynnettiin toiminnan suunnittelussa. Kysely toteutettiin kyselylomakkeella, ja kuten Hirsjärvi ym. (2018, 200) selventävät, kysymyksiä voidaan muotoilla usealla tyyllillä, joita on yhteensä kolme; avoimet kysymykset, monivalintakysymykset ja asteikkoihin perustuvat kysymykset.

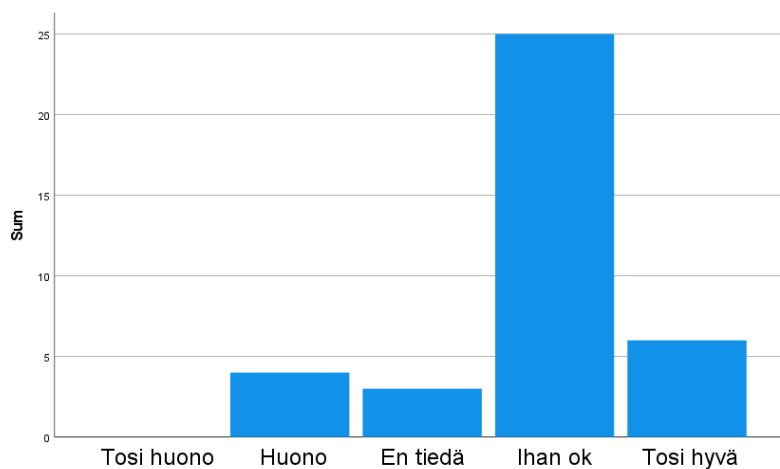
Asteikkoihin perustuva tyyli valikoitui opinnäytetyön alkukartoituskyselyn muodoksi. Alkukartoituksessa käytettiin kyselyä, johon oli koottu erilaisia väittämiä luokan ilmapiiriin ja siellä tapahtuvaan kiusaamiseen liittyen. Oppilaat valitsivat väittämistä, miten voimakkaasti he olivat samaa tai eri mieltä asiasta. Kaikissa kyselyissä käytettiin hymiöitä selventämään vastausvaihtoehtoja ja lisäämään motivaatiota kyselyihin vastaamisessa. Kyselyihin oppilaat vastasivat luokassa, kun opettajat jakoivat paperiset kyselyt oppilaille. Kyselyiden vastaamiseen oli varattu aikaa ja kyselyt saatiin opettajilta takaisin, kun oppilaat olivat vastanneet niihin. Kyselyyn oli koottu kysymyksiä luokan ilmapiiristä, kiusaamisesta, kavereista ja viihtyvyydestä.

Kyselymuoto valikoitui palvelemaan mahdollisimman paljon 9-10-vuotiaita lapsia. Kohderyhmän ikä huomioon ottaen, avoimet kysymykset olisivat varmasti tuottaneet haasteita, sillä osalla oppilaista on kielellisiä haasteita ja myös tekstin tuottaminen, jota avoimessa kyselyssä vaaditaan, saattaisi osoittautua joillekin oppilaille hankalaksi. Oppilaat olisivat voineet joutua eriarvoiseen asemaan, sillä osa olisi voinut saada äänensä kuuluviin kyselyn avulla, kun taas osalla kyselyyn vastaaminen olisi voinut tuottaa paljon haasteita ja osa olisi saattanut palauttaa vastaukset tyhjinä. Kaikista luokan 43 oppilaasta alkukartoituskyselyyn vastasi yhteensä 38 oppilasta.

Alkukartoituskyselyjen lisäksi oppilaat vastasivat toiminnan käynnistyttyä kartoituskyselyyn koskien ryhmätyöskentelyä. Kyselyssä kartoitettiin oppilaiden mielipiteitä ryhmä- ja parityöskentelystä (Liite 4). Kysely toteutettiin samalla periaatteella kuin alkukartoitus- ja loppukysely.

Kartoituskyselyjen vastausten purkamiseen käytettiin SPSS-ohjelmaa, joka on tilastotieteelliseen analyysiin kehitelty ohjelmisto. SPSS-ohjelmaa päädyttiin käyttämään, jotta saatiin luotua vastauksista diagrammeja selventämään tuloksia. Kartoituskyselyt tehtiin paperisina, jonka jälkeen paperiset vastaukset siirrettiin yksitellen järjestelmään. SPSS:n avulla luotiin pylväs- ja piirakkadiagrammeja selventämään vastausten jakautumista. Seuraavaksi kuvataan alkukyselyn vastaukset sanallisesti käyttäen tukena pylväsdiagrammeja.

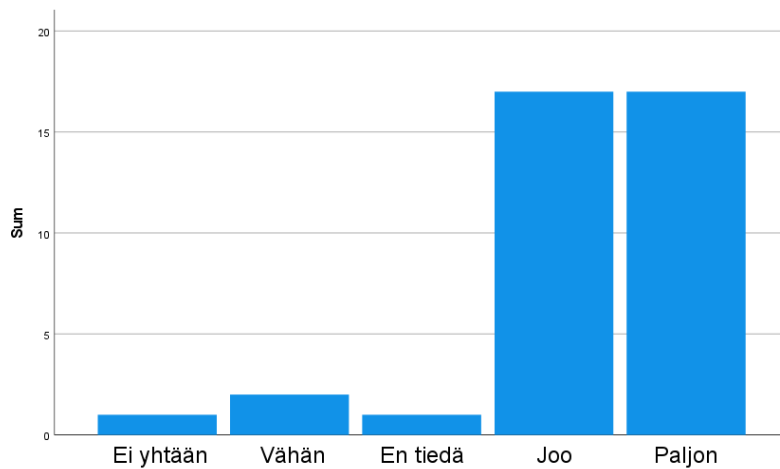
Millaisena koet luokkasi ilmapiirin?



Kuvio 2: Luokan ilmapiiri

Kyselylomakkeen ensimmäisessä kysymyksessä oppilailta kysyttiin heidän kokemustaan luokan ilmapiiristä. Oppilaista 25 vastasi (kuvio 2) oman luokkansa ilmapiiriin ihan hyväksi. Huolestuttavaa kuitenkin on se, että jotkut oppilaista vastasivat luokan ilmapiiriin olevan huono.

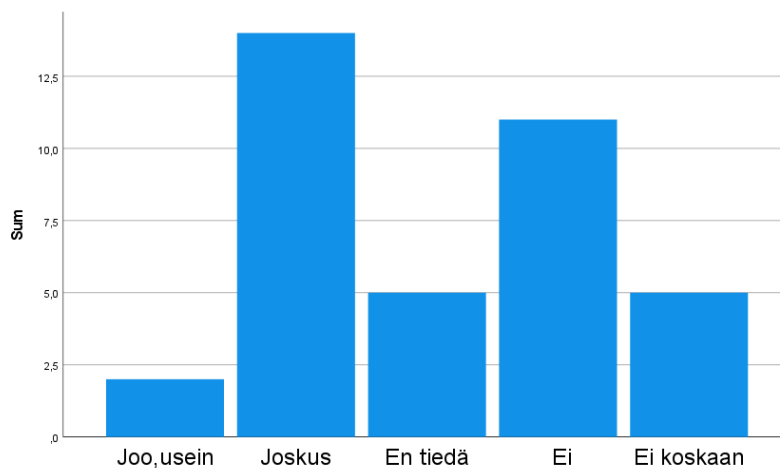
Onko sinulla kavereita luokallasi?



Kuvio 3: Luokkakaverit

Alkukartoituksessa kysyttiin, onko oppilailla luokallaan kavereita. Oppilaista 17 vastasi kavereita olevan paljon ja toiset 17, että heillä on kavereita (kuvio 3). Vastauksista ilmeni, että yksi oppilaista kokee, ettei hänellä ole yhtään kaveria, kaksi oppilasta kokee kavereita olevan vähän ja yksi oppilaista on vastannut en tiedä. Vaikka suurimmalla osalla vaikuttaisikin olevan kavereita, ei tule sivuuttaa sitä, että osalla ei niitä ole.

Onko sinua kiusattu luokallasi?

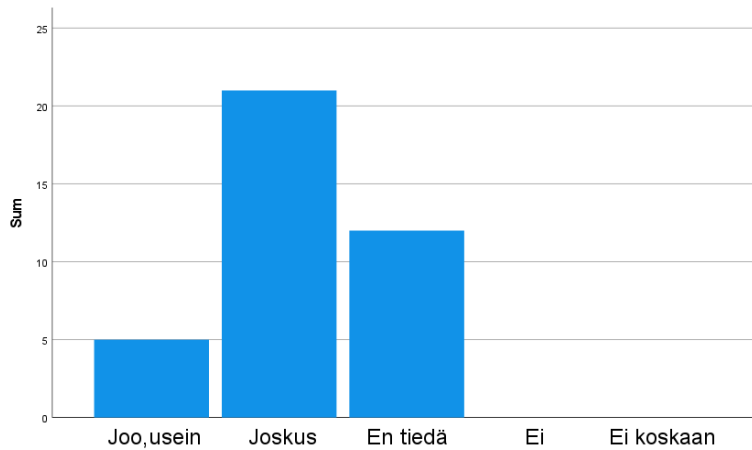


Kuvio 4: Itseen kohdistunut kiusaaminen

Oppilailta kysyttiin, onko heitä kiusattu koulussa. Vastauksista ilmenee (kuvio 4), että useampi oppilas on kokenut kiusaamista. Oppilaista 14 vastasi kokeneensa kiusaamista joskus ja

kolme vastasi kokeneensa usein. Oppilaista 11 vastasi kysymykseen ei ja viisi ei koskaan. Oppilaista viisi vastasi, ettei tiedä.

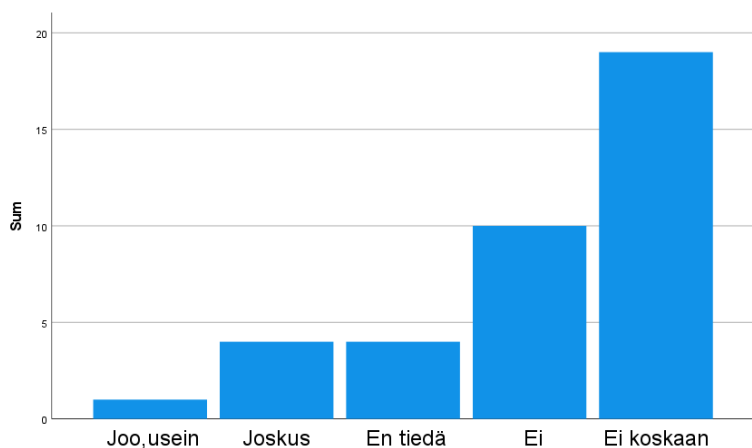
Onko jotain toista kiusattu luokallasi?



Kuvio 5: Toisen joutuminen kiusatuksi

Oppilailta kysyttiin, onko heidän mielestään jotain toista kiusattu heidän luokallaan. Oppilaista moni (kuvio 5) on sitä mieltä, että jotain toista on kiusattu. Oppilaista 21 vastasi, että jotain toista on kiusattu luokalla joskus ja viisi oppilasta vastasi, että usein. Oppilaista 12 vastasi, ettei tiedä onko jotain toista kiusattu. Kukaan ei ole sitä mieltä, että luokassa ei tapahtuisi kiusaamista.

Oletko itse kiusannut ketään luokallasi?



Kuvio 6: Itse kiusaajana

Kyselylomakkeessa kysyttiin myös ovatko oppilaat itse kiusanneet. Oppilaista harva kuitenkin myönsi kyselyn vastauksissa (kuvio 6) itse kiusanneensa. Suurin osa eli 19 vastasi, ettei ole koskaan itse kiusannut.

Opinnäytetyössä käytettiin myös toiminnallisen osuuden keskivaiheilla toista kartoituskyselyä (liite 3), jossa käytettiin asteikkoihin perustuvaa kysymystyyppiä ja monivalintakysymyksiä. Kyselyn avulla kartoitettiin oppilaiden viihtyvyyttä ja hyvinvointia ryhmässä. Kysymysten vastauksia hyödynnettiin lopputuotoksessa ja vastauksista keskusteltiin yleisellä tasolla yhdessä oppilaiden kanssa.

Lopussa oppilaille jaettiin loppukyselyt (liite 5), joissa oppilaat antoivat oman arvionsa kehittämistyön vaikuttavuudesta. Loppukysely toimi yhtenä mittarina kehittämistyön tavoitteiden saavuttamisessa. Myös loppukysely toteutettiin monivalinta- ja asteikkoihin perustuvia kysymyksiä, mutta loppukyselyssä oli myös yksi avoin kysymys, jossa oppilaat saivat vapaasti kirjoittaa palautetta toiminnasta.

6.2.2 Havainnointi

Opinnäytetyössä käytettiin osallistuvaa havainnointia. Havainnointi kertoo siitä, mitä ryhmässä oikeasti tapahtuu, kun ryhmä toimii yhdessä (Hirsjärvi ym. 2018, 213). Havainnoinnilla haluttiin kartoittaa, miten luokan ilmapiiri näyttää yhdessä työskennellessä. Havainnointi antaa suoraa informaatiota siitä, miten ryhmä toimii yhdessä. Kiusaaminen saattaa myös olla aiheena sellainen, mistä lapsi ei halua suoraan kertoa esimerkiksi opettajalle ja se on hankala ilmaista myös alkukartoitukseen vastatessa, jos sen kokee vaikeaksi ja pelottavaksi asiaksi. Havainnointi on myös hyvä keino kerätä informaatiota, jos tutkittavalla on kielellisiä vaikeuksia (Hirsjärvi ym. 2018, 2013). Tässä opinnäytetyössä havainnointi toimi informaation lähteenä antaen hyödyllistä tietoa luokan toiminnasta. Havainnointia hyödynnettiin toiminnan suunnittelussa ja havainnointitapahtumat auttoivat kehittämiskohtien ymmärtämisessä.

Havainnointia voidaan dokumentoida eri tyyeillä, esimerkiksi kirjoittamalla muistiinpanoja, valokuvaamalla, äänittämällä tai videoimalla (Jyväskylän yliopisto 2015). Toiminnan aikana havainnointia taltioitiin kirjoittamalla niitä ylös tietokoneelle tai paperille.

Toiminnan aikana tehdyistä havainnoista on kerrottu yksityiskohtaisemmin seuraavassa kappaleessa 7 ”Toiminnalliset kerrat”. Kappaleessa kuvataan toiminnallisten kerran havainnot.

7 Toiminnalliset kerrat

Opinnäytetyön kohderyhmälle suunniteltiin viisikertainen toiminnallinen kokonaisuus, joka toteutettiin Kankarepuiston peruskoulun 4.luokkien kanssa etäyhteyden välityksellä kevään 2021

aikana. Toiminnallinen osuus koostui erilaisista ohjatuista harjoituksista, jotka liittyivät sosiaalisten taitojen harjoitteluun. Harjoitusten suunnitteluun vaikutti luokanopettajien toive harjoitusten toiminnallisuudesta. Heidän mukaansa oppilaat pystyvät keskittymään toiminnallisiin harjoituksiin paremmin kuin esimerkiksi tekstin tuottamiseen tai suurta keskittymistä vaativiin harjoituksiin. Lisäksi toiminnalliset harjoitukset ovat opettajien mukaan osoittautuneet mielekkäämmiksi ja suurempaa motivaatiota herättäviksi.

Toiminnallisten harjoitusten suunnitteluun vaikutti vahvasti myös oppilaiden alkukyselyn vastaukset. Vastauksista nousi vahvasti esiin oppilaiden kokemus hyvästä ilmapiiristä, mutta vastauksista nousi myös muutama ilmapiirin huonoksi kokenut oppilas. Harjoituksissa haluttiin nostaa tärkeäksi osaksi kaverit, sillä kaverit ovat koulussa tärkeitä ja vastauksissa nousi esiin, että jotkut oppilaista kokevat heillä olevan ainoastaan vähän tai ei ollenkaan kavereita. Oppilaiden vastauksista nousi vahvasti esiin myös kiusaaminen luokassa, jota suuren osan mielestä luokassa tapahtuu enemmän tai vähemmän.

Harjoituksiin tuotiin kyselyjen vastausten pohjalta mukaan parityöskentelyä ja ryhmissä työskentelyä. Harjoituksissa ja keskusteluissa painottui se, että kaikki voivat tulla toimeen ja tehdä yhdessä, kunnioittaa toista ja ketään ei jätetä yksin. Oppilaita luokalla oli yhteensä 43. Luokat toimivat siis useissa oppiaineissa yhtenä isona ryhmänä. Suuressa ryhmässä työskentely vaatii oppilailta sosiaalisia taitoja ja ryhmätyötaitoja, sillä näin suuressa ryhmässä työskentely vaatii erityisesti muiden huomioon ottamista ja monenlaisten ihmisten kanssa toimeen tulemistä.

Toiminnalliset kerrat pitivät sisällään erilaisia harjoituksia, jotka rakentuivat kehittämistyön tavoitteiden ympärille. Toiminnallisten harjoitusten avulla opeteltiin sosiaalisia taitoja eri kokoisissa ryhmissä. Harjoitukset pitivät sisällään toisen kuuntelemisen, keskustelutaitojen, kohteliaisuuksien esittämisen ja vastaanottamisen, avun pyytämisen sekä vapaamuotoisen juttelun ja neuvottelutaitojen sekä kompromissien harjoittelemista. Lisäksi käytiin keskustelua erilaisuuden hyväksymisestä ja oppilaat saivat pohtia omia vahvuuksiaan. Harjoitusten avulla pohdittiin myös kiusaamisen muotoja ja niiden vaikutuksia. Lisäksi pyrittiin lisäämään oppilaiden tietoisuutta sosiaalisten taitojen merkityksestä hyvinvoinnin kannalta. Toiminnan suunnittelussa, ohjeistuksessa sekä rakenteessa huomioitiin oppilaiden ikätasoinen kehitys sekä tiedossa olleet kielelliset haasteet. Nurmi ym. (2018, 102.) kuvailee, että keskilapsuudessa lapsen toiminnallisuus vaikuttaa lapsen kehitykseen ja oppimiseen. Lapsi oppii käyttämään aiemmin oppimaansa, siten että osaaminen kehittyy ja tämä auttaa lasta selviytymään uudenlaisista tilanteista.

Toiminnalliset menetelmät ovat hyviä silloin, kun kohderyhmälle halutaan havainnollistaa asioita ja herättää keskustelua sekä luoda rentoa tunnelmaa. Toiminnallisuus myös auttaa ryhmään kuuluvia tutustumaan toisiinsa entistä paremmin ja on myös oivallinen keino

ryhmytymiseen. Osallistujien aktiivisuutta saadaan lisäksi tuettua toiminnallisten harjoitusten avulla. Tähän kehittämistyöhön valikoitui toiminnallisia harjoituksia, jotka on suunniteltu kouluikäisille lapsille.

Keskilapsuudessa painottuu kavereiden merkitys ja lapsi kaipaa saman ikäisten lasten seuraa. Lapsi oppiikin vertaissuhteissa toiminnallisia taitoja itsenäisyyteen ja fyysisiin suoriin liittyen. Kielelliset- ja sosiaaliset taidot kehittyvät vertaissuhteissa. Sosiaaliset taidot pitävät vuorovaikutustaitojen lisäksi sisällään havaintojen tekoa sosiaalisista tilanteista ja toisten tunteista ja sosiaaliin taitoihin lukeutuu myös käsitys omasta itsestä. Kaverisuhteissa oppii lisäksi moraalisen käyttäytymisen sääntöjä. Keskenään lapset harjoittelevat vuorottelua ja jakamista, joka edesauttaa reiluutta ja toisen huomioon ottamista. (Nurmi ym. 2018, 122.)

Keskilapsuus on näin ollen oivallinen ikä harjoitella sosiaalisia taitoja. Sosiaalisten taitojen harjoittelu kuuluu olennaisena osana tähän kehitysvaiheeseen. Toiminnallisuus sosiaalisten taitojen harjoittelun menetelmänä ja harjoitusten sisältö valikoituivat ikätaso huomioon ottaen.

Etäyhteyden luomiseen käytettiin Teams-sovellusta. Molemmat opettajat asensivat omat kannettavat tietokoneensa eri puolille luokkaan, joten kaikki luokan oppilaat pystyttiin näkemään kameroiden välityksellä. Oppilaat pystyivät näkemään ohjauksen luokan edessä olevalta valkokankaalta. Ohjaus kuului kaiuttimista moitteettomasti, mutta oppilaiden vastatessa kysymyksiin heidän äänensä kuului välillä huonosti. Opettajat toistivat oppilaiden vastaukset ja puheenvuorot tarvittaessa.

Seuraavissa alaluvuissa esitellään toiminnalliset harjoitukset. Lisäksi seuraavissa alaluvuissa kuvataan harjoitusten aikana tehtyjä havaintoja.

7.1 Luokan ilmapiiri

Ensimmäinen toiminnallinen kerta oli kaksoistunti, joiden välissä oppilailta oli välitunti. Toiminnallinen kerta suunniteltiin siten, että ensimmäisellä tunnilla oppilaat pääsivät yhdessä keskustelemaan ja tuomaan ajatuksiaan esille ja ennen välituntia ohjattiin taukojumppa. Välitunnin jälkeen oppilaat pääsivät työskentelemään pareina.

Taukojumppaksi valikoitui Mannerheimin lastensuojeluliiton taukojumppaharjoitus, joka on rakennettu edistämään kaveritaitoja ja tukemaan ymmärrystä erilaisuudesta. Taukojumppassa on erilaisia väittämiä, jonka mukaan oppilaat pääsivät liikkumaan ja kertomaan liikkumisen avulla omia ajatuksiaan. (MLL 2021c.) Oppilaiden työskentelyä havainnoitiin.

Taukojumpan väitteet:

1. Se, joka aikoo moikkailla jatkossa enemmän, tekee kolme kyykkyhyppyä.
2. Se, joka tykkää olla toisten seurassa, pyörii kolme kertaa ympäri.
3. Se, joka viihtyy hyvin yksin, koskettaa ”pää, olka, peppu, varpaat”.
4. Se, jolla on eläinkaveri, nostaa molemmat kädet kohti kattoa.
5. Se, joka välittää muista, heiluttaa käsiä.
6. Se, joka huomioi toiset, hyppii paikalla kierroksen ympäri.
7. Se, joka ei jätä kaveria pulaan, piirtää käsillä ison sydämen. (MLL 2021c.)

Oppilaat osallistuivat taukojumppaan hyvin aktiivisesti ja heidän toimimistaan seurattiin tehtävän aikana. Työskentelyn aikana oppilaita muistutettiin, että ainoastaan omalla mielipiteellä on väliä, ja jokainen saa rauhassa jumpan aikana tuoda oman mielipiteen esille. Ensimmäiseen ja toiseen väittämään suurin osa luokan oppilaista vastasi tekemällä liikkeitä. Muutama oppilas vastasi kolmannessa kohdassa viihtyvänsä yksin. Melkein kaikki oppilaat nostivat kätensä ilmaan neljännen väitteen kohdalla, kun kysyttiin eläinkavereista. Viimeisten kolmen väitteiden kohdalla oppilaista noin puolet toimivat väittämien mukaisesti. Oppilaat työskentelivät koko taukojumpan ajan rauhallisesti ja kuuntelivat väittämiä. Oppilaat osallistuivat innostuneina taukojumppaan ja pienen muistuttelun jälkeen toimivat itsenäisesti ja keskittyen omaan tekemiseensä.

Ensimmäisen toiminnallisen kerran aiheena oli pohtia yhdessä luokan ilmapiiriä. Oppilaille luotiin sähköinen Padlet-alusta, johon oli koottu kysymyksiä luokan ilmapiiriä koskevan kyselylomakkeen pohjalta. Oppilaat työskentelivät pareina sähköisellä Padlet-alustalla, jossa heidän tuli yhdessä pohtia, miten voidaan tukea luokan ilmapiiriä ja ryhmässä toimimista. Oppilaat saivat yhden kysymyksen kerrallaan, johon heidän tuli pohtia pareittain vastauksia. Parit muodostettiin siten, että oppilaat olisivat eri luokilta, jotta oppilaat pääsivät työskentelemään sellaisten henkilöiden kanssa, joiden kanssa ovat työskennelleet vähemmän.

Tavoitteena oli, että oppilaat pääsevät parityöskentelyn kautta pohtimaan kysymyksiin vastauksia ja harjoittelevat samalla parityöskentelyä. Kauppila (2005, 113) määrittää parityöskentelyn lyhyeksi 5-10 minuutin mittaiseksi keskustelutuokioksi, jonka tavoitteena on auttaa tiedon sisäistämässä ja työstämisessä. Lisäksi se lisää luokassa sosiaalista toimintaa ja tekee ilmapiiristä vapautuneemman. Parityöskentelyn avulla oppilaat tukevat toisiaan asioiden ratkaisemisessa.

Oppilaille esitetyt kysymykset olivat:

1. Mitkä asiat tekevät luokan ilmapiiristä hyvän?
2. Minkälaiset luokkakaverin teot saavat hyvän mielen?
3. Minkälaisilla teoilla voisit itse piristää luokkakaverin päivää?

Oppilaat työskentelivät rauhallisesti pareittain ja saivat yhdessä luotua vastauksia Padlet-alustalle. Oppilailta nousi useassa vastauksessa esille heidän luokkansa hyvään ilmapiiriin

vaikuttavan opettajat ja kaverit. Toisessa kysymyksessä oppilaat pääsivät pareittain pohtimaan luokkakaverin tekemiä tekoja, joista tulee hyvä mieli. Monessa vastauksessa oppilaat olivat pohtineet merkityksellisiksi teoiksi kavereiden auttamisen ja toisten huomioon ottamisen. Tarkennuksena nousi vielä esille, että ketään ei saisi jättää yksin. Oppilaat kokivat voitavansa piristää luokkakaverin päivää kehumalla ja olemalla ystävällisiä toisilleen. Auttaminen nousi myös luokkakaverin piristämisessä.

Viimeisenä oppilaat pohtivat yhdessä, millä tavalla muuttaisivat luokan ilmapiiriä. Vastauksissa listattiin paljon erilaisia työrauhan liittyviä asioita. Näistä muodostui muiden kunnioittaminen, ja se, että jokainen ottaisi toisen huomioon ja antaisi kaikille työrauhan. Eikä kiussattaisi ketään. Kunnioittaminen nousi esille monissa vastauksissa.

Luokan ilmapiiriä tukee ymmärrys empatiasta eli myötäelämisen taidosta. Sosiaalisessa tilanteissa, kuten luokkatilanteessa empatialla on merkitys, sillä se auttaa oppilaan asettumaan toisen oppilaan asemaan ja lisää ymmärrystä. Oppilaat toivat Padlet-alustojen vastauksissa esiin, että he toivoisivat luokkaan kannustavaa ja turvallista ilmapiiriä, jossa jokainen tukisi toisiaan sekä auttaisi, ja että oltaisiin toisille kivoja. Nämä ovat MLL (2021c) mukaan empatian erilaisia muotoja, joita voi harjoitella. Empatiata harjoitellessa on tärkeää oppia tuntemaan omia tunteita ja tästä syystä harjoituksen aikana oppilaille painotettiin useaan otteeseen, että he saavat tuoda omia ajatuksia esille, jotta he oppivat ymmärtämään omia ajatuksiaan ja siten pääsevät opettelemaan myötätuntoa ja silloin pystyy oppia ymmärtämään toisen tunteita. Oppilaat eivät saaneet itse valita paria, mutta siitä huolimatta parityökentely näyttöytyi havainnoinnin aikana sujuvan hyvin. Lähes kaikki oppilaat kävivät parin kanssa keskustelua.

7.2 Oppilaat autiolla saarella

Tällä toiminnallisella kerralla käytettiin Mannerheimin lastensuojeluliiton ryhmätoimintaa tukevaa harjoitusta Autiolle saarelle (MLL 2021d).

Toinen toiminnallinen kerta oli kaksoistunnin mittainen ja tämän kerran aiheena oli ryhmäpaine ja kompromissien tekeminen. Lapselle on tärkeää kuulua yhteisöön ja kokea sen sisällä hyväksyntää. (Salovaara & Honkonen 2011, 44). Etenkin keskilapsuudessa kavereiden merkitys korostuu ja vuorovaikutuksen kautta opitaan monia kehitykselle oleellisia asioita muun muassa sosiaalisia taitoja ja moraalisen käyttäytymisen oppeja. (Nurmi ym. 2018, 122). Luokassa oppilasryhmää muovaa kaksi erilaista ryhmäilmiötä. Kun oppilaat kokevat toisiaan kohtaan kiintymystä, se näyttöytyy oppilaiden tunteena yhteenkuuluvuudesta ja samanmielisyytenä. Luokan oppilaiden toisiaan kohtaan kokema kiintymys on positiivinen piirre ja kuvaa oppilaiden ryhmäytymisen ja yhteisöllisyyden onnistumista. Toinen ryhmäilmiö on ryhmäpaine, joka saa oppilaat usein muovaamaan omia mielipiteitään ryhmän normien mukaiseksi. Luokan kohti kiintymystä omaa luokkaa kohtaan, saa jokainen oppilas rauhallisilla mielin toteuttaa

itseään ja olla oma itsensä. Yhteisöllinen luokka hyväksyy sen kaikki jäsenet, eikä salli kiusaamista. (Salovaara & Honkonen 2011, 44.)

Toiminnallisen kerran aikana oppilaat pääsivät pohtimaan itse ryhmäpainetta ja oppilaiden kanssa keskusteltiin yhdessä mitä ryhmäpaine tarkoittaa ja miten se näyttäytyy. Keskustelun jälkeen aloitettiin itse harjoitus. Ensin he työskentelivät pareittain, jonka jälkeen heidät jaettiin ryhmiin.

Autiolle saarelle -harjoituksen tavoitteena oli tukea oppilaiden ryhmätyöskentelyä. Oppilaiden tehtävänä oli ensin pohtia itsekseen 10 asiaa, jotka he ottaisivat mukaan autiolle saarelle. Tämän jälkeen pohdittiin pareittain 10 tavaraa, joita he ottaisivat mukaan autiolle saarelle, jonka jälkeen oppilaat muodostivat pienryhmät ja pohtivat yhdessä 10 tavaraa, joita ottaisivat mukaansa autiolle saarelle. Oppilaiden tehtävänä oli yhdessä keskustellen päättää, mitä he ottavat yhdessä mukaansa autiolle saarelle ja tehdä kompromisseja.

Oppilaiden toimiminen näyttäyty kameroiden välityksellä tekemien havaintojen pohjalta ja opettajien havaintojen perustella siltä, että oppilaat osallistuivat aktiivisesti ja rauhallisesti Autiolle saarelle -harjoituksen tekoon. Pareittain ja ryhmässä työskennellessä kuului paljon puheen sorinaa ja nauruakin. Ennen tehtävän aloitusta ja tehtävän aikana painotettiin oppilaille, että harjoitusta on tärkeää tehdä yhdessä siten, että jokainen saa oman äänensä kuuluviin ja kaikkien mielipiteet ovat tärkeitä. Lopuksi kysyttiin yhteisesti kaikilta heidän mielipidettään työskentelystä ja millaisena he kokivat tämän tehtävän. Suurin osa ryhmistä oli sitä mieltä, että työskentely sujui ryhmänä hyvin ja suurin osa luokasta koki tämän harjoituksen hyväksi ja mielekkääksi. Oppilaiden valitsemista esineistä sekä vastauksista huomasi myös, että heillä oli mukana mielikuvitusta ja heillä oli keskenään hauskaa, kun he miettivät, mitä asioita kaipaaisivat autiolla saarella.

Ryhmäpaineella on vaikutusta jokaisen omaan tapaan toimia. Ryhmäpaineen vaikutukset käyttäytymiseen voivat olla hyvinkin erilaisia toimintatapoja, joita lapsella tai nuorella normaalisti on. Lapsi tai nuori saattaa käyttäytyä vastoin omaa arvomaailmaansa, mikäli hän kokee, että tällä tavalla pääsisi osaksi ryhmää. Ryhmäpaineella voi olla hyviä vaikutuksia, joiden avulla voi suoriutua ryhmän rohkaisulla tilanteista, joista ei ole uskonut selviytyvän. Ryhmässä helposti sopeutuu tapoihin, kuinka toimitaan. Jokaisen oman äänen kuuluviin saaminen kuuluu ryhmässä toimimiseen, mutta ryhmässä sopeutumistakin vaaditaan, jotta työskentely yhdessä toimii. (MLL 2021d.)

Lisäksi yksi tärkeä sosiaalinen taito on kompromissien tekeminen. Kompromisseja tehdään jatkuvasti vuorovaikutuksessa ollessa. Lapsi harjoittelee keinoja, joiden avulla pystyy saamaan tyydytystä, niin ettei muihin kohdistu haittaa. Vanhemmat opettavat lapsilleen kompromissien tekoja asettamalla rajoja, jotta lapset säästyisivät vahingoittumiselta. Lapsen kasvaessa rajoja asetetaan, jotta lapsesta kasvaisi yhteiskunnan mielestä hyväksytyksi toimiva

kansalainen. Kun lasta rajoitetaan, hän joutuu usein pettymään ja näin kontrollijärjestelmä alkaa toimia. Kohdatessaan pettymyksiä lapsen todellisuudentaju kasvaa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 144.)

Lapsi tavoittelee yhä välittömän tyydytyksen saavuttamista, mutta lapsi alkaa oivaltaa, että ympärillä olevien ihmisten huomioon ottamisesta seuraa toisenlainen tyydytys. Kun lapsi ei enää tavoittele välitöntä tyydytystä, hän on oivaltanut, että luopuessaan omasta ehdottomuudesta on mahdollista saada jotain vielä enemmän. Lapsi saattaa huomata, että esimerkiksi vanhempien tai opettajan kiitos ovat parempia saavutuksia kuin ruinaamisen avulla saadusta lelusta tai herkusta poikiva lyhytkestoinen tyydytys. Jos lapsi kuitenkin joutuu ainoastaan luopumaan, eikä siitä seuraa toisenlaista tyydytyksen tunnetta, se tarkoittaa sitä, että kompromissikyky jää vähäiseksi. Tämä johtuu usein siitä, etteivät lapsen varhaiset vuorovaikutussuhteet ole olleet niin miellyttäviä, että niiden vuoksi olisi kannattanut luopua omista tarpeistaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 145.)

Autiolle saarelle -tehtävä mahdollisti kompromissien harjoittelun ikätason mukaisesti. Tehtävässä oppilaat pohtivat yhdessä, mitä tavaroita tai asioita tarvitsisivat mukaan ja joutuivat luopumaan joistakin asioista, jotta myös muut saisivat valita itselle hyödyllisiä asioita. Lisäksi he pystyivät pohtimaan, mitä sellaista, mikä hyödyttäisi kaikkia, he voisivat ottaa mukaan. Autiolle saarelle -tehtävä osoittautuikin hyväksi harjoitukseksi ryhmäpaineen pohtimiseen ja sen vaikutuksen harjoitteluun kouluikäisten lasten kanssa.

Lopputunnista palauttelimme mieleen edellisen kerran Padlet-alustalle tuotuja vastauksia. Seuraavan viikon välitehtävänä oppilaille oli hyvien tekojen koulurauhapuu, jonka tehtävän sisältöön valikoitui oppilaiden omia toiveita edellisen kerran sähköisen Padlet-alustan vastauksista. Kerroimme oppilaille, että Padlet -vastauksista nousi esille, että heidän toiveissaan on, että jokainen saisi olla oma itsensä ja kaikki voisivat työskennellä toistensa kanssa. Oppilaat osallistuivat tulevan viikon tehtävänannon kuunteluun rauhallisesti ja keskittyneinä.

7.3 Koulurauha-puu

Oppilaille ohjattiin toiminnalliset osuudet viikoittain lukuun ottamatta yhtä viikkoa, jolloin luokalle annettiin välitehtävä. Välitehtävässä keskityttiin hyviin vuorovaikutustilanteisiin luokassa ja välitunneilla. Välitehtäväksi valikoitui Helsingin koulurauharyhmän oppilaiden ja opettajien kehittämä Koulurauha-puu. Koulurauha-puu koostuu omenoista, joita on neljää eri väriä. Värit kertovat liittyykö tehtävä ystävällisyyteen, huomaavaisuuteen, kunnioittavaan kohtaamiseen vai vaikuttamiseen. Koulurauha-puun tehtävänä on nimensä mukaisesti edistää koulurauhaa. (MLL 2021b.) Tavoitteena oli, että oppilaat toteuttaisivat omenoihin kirjoitetuja tehtäviä reilun viikon ajan ja saisivat tässä ajassa kokea hyviä ja arvostavia kohtaamisia toistensa kanssa.



Kuva 1:Koulurauha-puu

Tehtävät omenoihin valikoituivat oppilaiden toisella toiminnallisella kerralla sähköiselle Padlet-alustalle kirjoittamien ilmapiiriin ja hyviin tekoihin ja toisten kohteluun liittyvistä asioista. Lisäksi siihen poimittiin ryhmän tarpeisiin ja tavoitteisiin sopivia valmiita Koulurauha-puun tehtäviä. Tarkoituksena oli, että opettajat käyvät oppilaiden kanssa joka aamu läpi Koulurauha-puusta yhden teeman ja jokainen oppilas poimii sieltä sopivan omenan ja pyrkii toteuttamaan siinä lukevan tehtävän sopivana hetkenä. Koulurauha-puun tehtävät olivat seuraavat;

Kohtaa:

- Pyydä reilusti anteeksi, jos teet toiselle jotain kurjaa tai loukkaat toista.
- Sano jotain mukavaa jollekin oppilaalle.
- Ota mukaan juttuihin, älä kiusaa tai jätä ulkopuolelle.

Huomioi:

- Ole välitunnilla eri seurassa kuin yleensä.
- Pidä ovea auki muille.
- Tee jokin kiva asia kaverillesi.
- Anna muille työrauha! Älä puhu päälle tai huuda tunnilla!

Uskalla:

- Rohkaise hiljaisempaakin luokkakaveria kertomaan mielipiteensä.

- Jos kuulet, että joku puhuu toisesta selän takana, sano ettei se ole ok.
- Kehu jonkun kaverin hyviä ominaisuuksia.

Vaikuta:

- Jos huomaat kiusaamista tai loukkaavaa kohtelua koulussa, kerro asiasta opettajille.
- Poimi lattialla olevat roskat roskiin, vaikka ne eivät olisi sinun jättämiäsi.
- Jos huomaat ilkeää kommentointia netissä tai luokassa puutu asiaan.

Koulurauha-puun yhtenä tärkeimmistä tavoitteista oli kannustaa oppilaita sanoittamaan asioita toiselle. Kuten Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen (2017, 26) toteavat, parhain tapa lisätä omaa onnellisuutta on tehdä muita ihmisiä onnellisemmaksi. Jokainen tarvitsee kehuja ja ihmiset saavat mielihyvää toisten kannustuksista. Kehut, kiitokset ja arvostus tuovat ihmisiin uutta energiaa. Myös itsensä ylittämiseen ja hyviin suorituksiin kaikki tarvitsevat rohkaisua ja kannustusta, jotka auttavat ponnistuksiin. Usein kauniit ajatukset jäävät ajatuksen tasolle ja ne olisivat tärkeä sanoittaa toiselle, sillä näin opitaan myötäelämistä ja toisen ihmisen arvostamista. Nämä asiat kietovat ihmisiä yhteen niin hyvinä kuin vaikeinakin hetkinä.

Opettajiin oltiin yhteydessä väliviikolla, kun oppilaat olivat saaneet rauhassa aloittaa Koulurauha-puun tekemisen. Opettajilta tiedusteltiin kuulumisia Koulurauha-puun tekemisen suhteen, miltä oppilaista tämän tekeminen on tuntunut. He kertoivat, että tekeminen on alkanut kivasti ja osa on jo ymmärtänyt mikä tehtävässä on ideana.

Väliviikon jälkeen, kun oppilaat olivat tehneet säännöllisesti Koulurauha-puuta, oppilaiden kanssa keskusteltiin, miltä tämän tekeminen oli tuntunut. Oppilaat kertoivat kuulleensa toisiltaan kehuja enemmän, joka oli tuntunut kivalta. Koulurauha-puun tekemisestä nousi myös esille, että oppilaat olivat kohdanneet kivoja tilanteita sellaisten kanssa, joiden kanssa eivät normaalisti esimerkiksi juttele usein tai tee asioita yhdessä. Oppilaat toivat keskustelussa esille toiveen, että koulurauha-puun tehtävät olisivat kaikille itsestään selviä ilman, että niistä tarvitsee muistutella. 9-12-vuotiaden ikätasoon kuuluu, että asioiden oppiminen tapahtuu tekemällä, jolloin erilaiset käytännönläheiset esimerkit auttavat oppimiseen (MLL 2019). Oppilaiden kanssa käytiin keskustelua siitä, miten näistäkin käyttäytymistavoista tulisi normi, joista ei tarvitsisi erikseen muistutella, mutta ensin niistä on muodostuttava tapa. Osa oppilaita mielellään jatkaisi Koulurauha-puun tekoa, mutta suurin osa oli kuitenkin sitä mieltä, ettei tehtävän parissa välttämättä tarvitsisi jatkaa enää. Opettajat kokivat Koulurauha-puun toteuttamisen hyväksi ja ovat päättäneet jatkaa sen parissa loppukevään. Opettajat kertoivat oppilaiden osallistuneen koulurauha-puun tekemiseen innostuneina ja nähneet tehtävän toteutuksen hyvänä. Opettajien mukaan innostusta näkyi enemmän kuin mitä oppilaat antoivat ymmärtää, kun heidän mielipidettään tehtävän jatkamisesta kysyttiin.

Tällä toiminnallisella kerralla paneuduttiin Koulurauhapuu -tehtävän lisäksi huonoihin vuorovaikutustilanteisiin. Tämän kerran tarkoituksena oli tavallaan jatkaa samasta aiheesta ja pohtia oppilaiden kanssa vuorostaan, minkälaista voi olla huono vuorovaikutus. Oppilaille annettiin esimerkkejä tilanteista, joissa vuorovaikutus on ollut huonoa, ja miten toista ihmistä ja hänen tunteitaan ei olla huomioitu. Lisäksi oppilaille kerrottiin, miten hyvään vuorovaikutukseen kuuluu toisen ihmisen kuuntelu ja kunnioittaminen. Tämän tehtävän rakentamisessa sovellettiin Henttisen (2021, 73) teosta *Salatut elämäntaidot*.

Oppilaita pyydettiin pohtimaan erilaisia esimerkkejä tilanteista, joissa vuorovaikutus olisi huonoa. Oppilaiden esimerkeistä muodostettiin niin kutsuttuja mätiä omenoita, jotka toimivat esimerkkeinä sellaisesta vuorovaikutuksesta, jota tulisi välttää. Tämä toiminnallinen kerta ohjattiin iltapäivällä toisin kuin aiemmat kerrat. Lisäksi tällä kerralla oppilaiden tehtävänä oli pohtia tilanteita ryhmissä ja muodostaa niistä yhdessä lauseita Padlet-alustalle. Tämä kerta oli selvästi monille oppilaille keskittymisen kannalta haastava. Useissa oppilaissa näkyi levottomuus ja keskittyminen tehtävään näyttäytyi haastavana. Tähän saattoi opettajien mukaan vaikuttaa ohjauksen sijoittuminen iltapäiväaikaan. Myös lauseiden muodostaminen ja tilanteiden pohtiminen ryhmissä osoittautui haastavaksi. Oppilaat ovat jaksaneet keskittyä paremmin ohjaukseen, joka on ollut toiminnallisempaa. Lisäksi pitkän tekstin tuottaminen on tämän ikäisille vielä haastavaa. Tehtävää tehdessä huomattiin, että oppilaat tarttuivat vahvasti heille annettuihin esimerkkeihin ja osa oppilaista kirjoitti lyhyitä kieltolauseita.

Oppilaat saivat haasteista huolimatta pohdittua erilaisia vuorovaikutustilanteita, joissa vuorovaikutus ei ole toista kunnioittavaa tai toisten tunteita huomioon ottavaa. He saivat muodostettua niistä myös lauseita, toiset lyhyempiä ja toiset pidempiä lauseita. Oppilaat jaksoivat hienosti tsemppata loppuun asti. Seuraavaksi oppilaiden muodostamia lauseita:

- Ei kieltäydytä auttamasta.
- Tahallaan ärsyttäminen.
- Jos luokalle tulee esim. Uusi oppilas, niin häntä ei kiusata.
- Ei saa puhua toisesta selän takana pahaa
- Jos joku puhuu toisesta selän takana ni ei mene siihen mukaan.
- Koulun koneiden rikkominen.
- Jos joku kiusaa niin et kiusaa takaisin
- Välitunnilla ulkopuolelle jättäminen tai kiusaaminen.



Kuva 2: Mädat omenat

7.4 Erilaisuuden arvostaminen ja omat vahvuudet

Toiseksi viimeinen kerta koostui kahdesta oppitunnista. Tällä kerralla pureuduttiin ensimmäisen oppitunnin aikana ihmisten erilaisuuteen ja sen arvostamiseen. Tavoitteena oli tällä toiminnallisella kerralla, että oppilaat pohtivat erilaisuuden ja toisten vahvuuksien arvostamista sekä kunnioittamista. Lisäksi tavoitteena oli pohtia, miten omaa hyväksyntää toisten vahvuuksia kohtaan voisi ilmaista.

Toinen oppitunti koostui omien vahvuuksien pohtimisesta luonnesanojen avulla. Tavoitteena oli pohtia itseään ryhmän jäsenenä ja sitä, mitä jokainen omilla luonteenpiirteillään ja vahvuuksillaan tuo osaksi ryhmää. Tavoitteena oli lisätä oppilaiden ymmärrystä siitä, miten kaikilla on omia vahvuuksia ja luonteenpiirteitä, eivätkä kaikki voi olla hyviä kaikessa ja sitä ei kuulukaan tavoitella.

Tarkoituksena oli lisätä oppilaiden ymmärrystä siitä, että luokassa oppilailla on erilaisia luonteenpiirteitä ja joku saattaa erimerkiksi olla taiteellinen, kun taas joku toinen kekseliäs tai huolellinen. Jokaisella on synnynnäisiä luonteenominaisuuksia ja taipumuksia. Mutta joitakin niistä voi harjoitella, jokaisella meillä on oikeus itsensä kehittämiseen. Kuten Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen (2015, 42) toteavat, oli omat vahvuudet tai taidot mitkä tahansa, on niistä apua ja hyötyä elämässä. Jokainen on omista vahvuuksistaan riippumatta arvokas ja taito kehua ja iloita toisten vahvuuksista on tärkeä.

Toisten vahvuuksien ja erilaisuuden hyväksymisen sekä kunnioittamisen teemaa käsiteltäessä ohjauksen tukena käytettiin Suomen mielenterveys ry:n (2016) tuottamaa Jotain rajaa! -opetusaineistoa. Kyseinen materiaali on tuotettu kouluihin kaverisuhteiden ja kiusaamisen käsitelyä varten. 10-osainen sarja keskittyy kouluympäristöön ja käsittelee ystävyyttä sekä yksinäisyyttä. Sarjassa vastuu kiusaamisesta on koko yhteisöllä. Sarjasta katsottiin kaksi jaksoa, jotka käsitelivät vahvuuksia sekä erilaisuutta. Kävimme luokan kanssa keskustelua videoiden pohjalta. Videon aikana käytiin läpi materiaaliin kuuluneita kysymyksiä.

Oppilaat osallistuivat videoiden katseluun rauhallisesti. Osa oppilaista osallistui keskusteluun aktiivisesti ja toivat esiin omia ajatuksiaan videoilla näkyvistä tilanteista. Oppilaat kertoivat näkemyksiään, miten he voisivat tukea toisiaan olemaan juuri sellaisia kuin ovat ja miten he voisivat kannustaa toisiaan. Tämän osuuden aikana luokassa sellaiset oppilaat pysyivät puheenvuorossa, jotka eivät olleet aikaisempien oppituntien aikana osallistuneet keskusteluun. Lähes kaikki pitivät videoista ja kommentoivat, että haluaisivat lisää videoita jatkossa.

Välitunnin jälkeen keskityttiin omien vahvuuksien pohtimiseen. Tässä toteutuksessa käytettiin tukena Henttisen (2021) teosta Salatut elämäntaidot- tunne- ja ryhmätyötaitojen treeni. Kyseinen teos on toimintamalli, joka on luotu keskittyen alakouluikäisten tunne- ja ryhmätyötaitojen kehittämiseen. Kuten myös Henttinen (2021) teoksessaan toteaa, on perusopetuksen opetussuunnitelmassakin (2014) painotettu sen olevan tärkeää, että oppilaat saavat kokemuksia osallisuudesta ja yhteistyöstä.

Teos on tarkoitettu käytettäväksi kokonaisuutena, jonka tärkeänä osana toimii moniammatillisuus ja vahvassa yhteistyössä toteutetut opetuskerrat. Moniammatillisen yhteistyön merkitys on noussut vahvaksi 2000-luvulla ja tämä toimintamalli on luotu tukemaan sitä. (Henttinen 2021, 8.) Vaikka kehittämistyön aikana hyödynnettiin toimintamallista ainoastaan pieniä osia, jäi kuitenkin kokemus, että mallia voi hyödyntää myös käyttämällä mallin yksittäisiä opetuskertoja tai opetuskertojen osuuksia. Pieniä osiakin voi hyödyntää oman työskentelyn tukena.

Harjoituksen tukena oli Henttisen (2021, 38-39) teoksesta opetuskerta 2, joka on nimeltään itsetunto, minä ryhmän jäsenenä. Oppilaat saivat tehtäväkseen etsiä valmiiksi kirjoitetuista luonnesanoista kolme omasta mielestä itseään kuvaavinta luonnesanaa. Tarkoituksena oli pohdita, mitkä sanat kuvaavat jokaista itseään ryhmän jäsenenä. Oppilaita kannustettiin kysymään, jos he eivät tienneet joidenkin sanojen merkityksiä. He liimasivat sanat korttipohjille. Oppilailla oli käytössään erilaisia koristeita, joilla he saivat tehdä niistä oman näköisensä vahvuuskortit. Oppilaille kerrottiin, että nimen kirjoittaminen korttiin on vapaaehtoista. Oppilaat kävivät lopuksi kiinnittämässä kortit luokan seinälle. Oppilaat keskustelivat tunnin aikana keskenään ja pohtivat sanojen merkityksiä ja kysyivät opettajilta aktiivisesti apua. Suurin osa noudatti tehtävänantoa ja havaintojen perusteella kaikki pohtivat omia luonnesanojaan

itseksensä. He kävivät esittelemässä luomuksiaan luokkakavereilleen ja opettajille. Luonnesanoista heräsi paljon keskustelua oppilaiden ja opettajien kesken. Jokainen oppilas vaikutti olevan tästä tehtävästä kiinnostunut ja innostuneisuutta oli myös havaittavissa.

Kouluikäinen lapsi on epävarma kaikessa itseensä kohdistuvassa ja lapsilla on suuri yhteenkuuluvuuden tarve, joten on todella tärkeää keskittyä lasten vahvuuksiin ja pohtia niitä yhdessä ryhmän kanssa. Tämä kohottaa itsetuntoa ja lisää käsitystä siitä, että kaikilla on vahvuuksia, mutta ne ovat eri ihmisillä erilaisia. Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen (2017, 26) korostavat teoksessaan, että omista vahvuuksista ja kyvyistä on tärkeä oppia olemaan ylpeä ja iloinen. Vahvuudet tuottavat iloa, tuovat elämään sisältöä ja tarkoitusta ja tuovat lisäksi arkeen onnistumisen tuntemuksia. Lisäksi vahvuustyöskentelyssä lapsi voi löytää uusia puolia ja voimavaroja itsestään.

Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen (2017, 27) mukaan vahvuustyöskentelyn tavoitteena on vahvuuskielen ja sanojen tiedostaminen, jotka johdattelevat havaitsemaan myönteisiä puolia itsessä ja muissa ihmisissä. Tärkeimpänä tavoitteena on tunnistaa omaa osaamista, taitoja ja mahdollisuuksia. Vahvuustyöskentely antaa myös lapsille keinoja havaita toisten osaamista, joka mahdollistaa toisten kannustamisen myönteisiä voimavaroja kohti.

Tämänkertainen toiminnallinen osuus oli selvästi suurimmalle osalle mieleinen. Oppilaat kokivat videoiden katselun sekä askartelun mielekkäänä, joka välittyi myös kameran toiselle puolelle. Oppilaat katsoivat keskittyneesti opetusvideoita, osallistuivat aktiivisesti keskusteluun erilaisuuden hyväksymisestä ja toisten kannustamisesta ja toivat esiin rohkeasti omia näkemyksiään. Askartelutehtävän aikana oppilaat saivat toteuttaa omaa luovuuttaan ja askarrella itselleen omat vahvuuskortit. He kävivät luokassa keskustelua vahvuuksistaan ja pohtivat äänneen luonnesanojen merkityksiä ja kysyivät opettajilta sanojen merkityksiä. Askarteluinto välittyi selvästi ja oppilaat saivat aikaan hienoja vahvuuskortteja, jotka jäivät koristamaan luokan seinää ja muistuttamaan oppilaita siitä, että jokaisella on omat vahvuutensa ja olemme kaikki erilaisia ja se tulee hyväksyä ja toisia kannustetaan olemaan oma itsensä.

7.5 Luokan yhteiset periaatteet

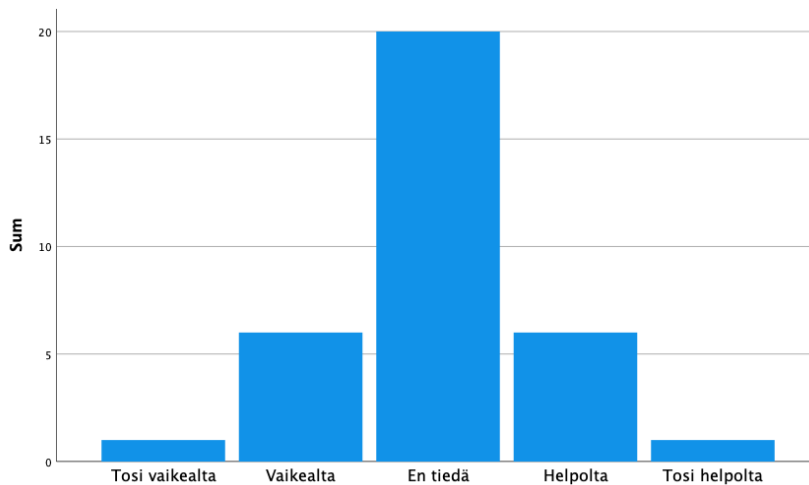
Aiemmillä kerroilla on harjoiteltu sosiaalisia taitoja ja keskitytty hyvinvoivan ja toisia arvostavan ilmapiirin rakentamiseen. Viimeisellä kerralla haluttiin vetää yhteen asioita, joita oppilaat olivat harjoitelleet sekä asioita, joita he ovat itse tuoneet keskusteluissa ja tehtävissä esiin. Viimeiselle kerralle tehtiin yhteiset periaatteet, joiden noudattamiseen jokainen oppilas sitoutui. Periaatteiden tavoitteena oli tukea sellaista ryhmähenkeä ja ilmapiiriä, missä kaikilla on hyvä olla ja helppo toimia. Idea tähän tehtävään saatiin Henttisen (2021, 39) teoksesta *Salatut elämäntaidot*.

Oppilaille lähetettiin kolmannen toiminnallisen kerran jälkeen kyselylomake, jossa kysyttiin jokaisen oppilaan näkemystä heidän ryhmästään sekä heidän ryhmätyötaidoistaan. Kyselylomakkeeseen vastasi yhteensä 30 oppilasta. Käytimme kyselyn vastauksia apuna rakentaessamme luokalle yhteisiä periaatteita. Kyselyistä nousseita asioita käytiin läpi yhdessä luokan kanssa keskustellen.

Luokalle luotiin viimeisellä kerralla yhteiset luokan omat periaatteet, jotka rakentuivat kartoituskyselyiden, havaintojen sekä oppilaiden puheenvuorojen pohjalta. Periaatteet pääsivät luokan seinälle muistuttamaan luokkakavereiden hyvästä kohtelusta. Oppilaat kirjoittivat julisteeseen omat nimensä allekirjoitukseksi.

Seuraavaksi avataan viihtyvyyteen liittyvän kyselyn vastaukset ja lopuksi luokan yhteiset periaatteet:

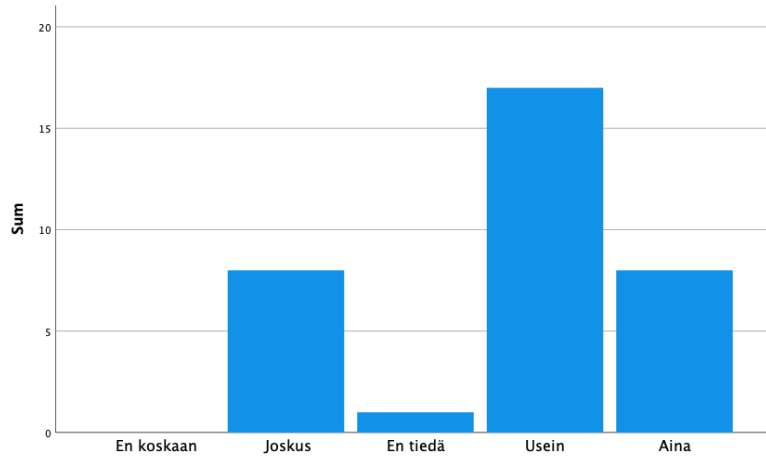
Miltä tuntuu työskennellä parin kanssa, jos paria ei saa valita?



Kuvio 7: Parityöskentely

Kun oppilailta kysyttiin parityöskentelyn mielekkyydestä, kun paria ei saa valita (kuvio 7) oppilaista 20 eli suurin osa vastasi en tiedä. Oppilaista yhteensä kuusi vastasi sen tuntuvan vaikealta ja yksi vastaajista oli sitä mieltä, että se tuntuu tosi vaikealta. Oppilaista kuusi vastasi sen tuntuvan helpolta ja yksi tosi helpolta.

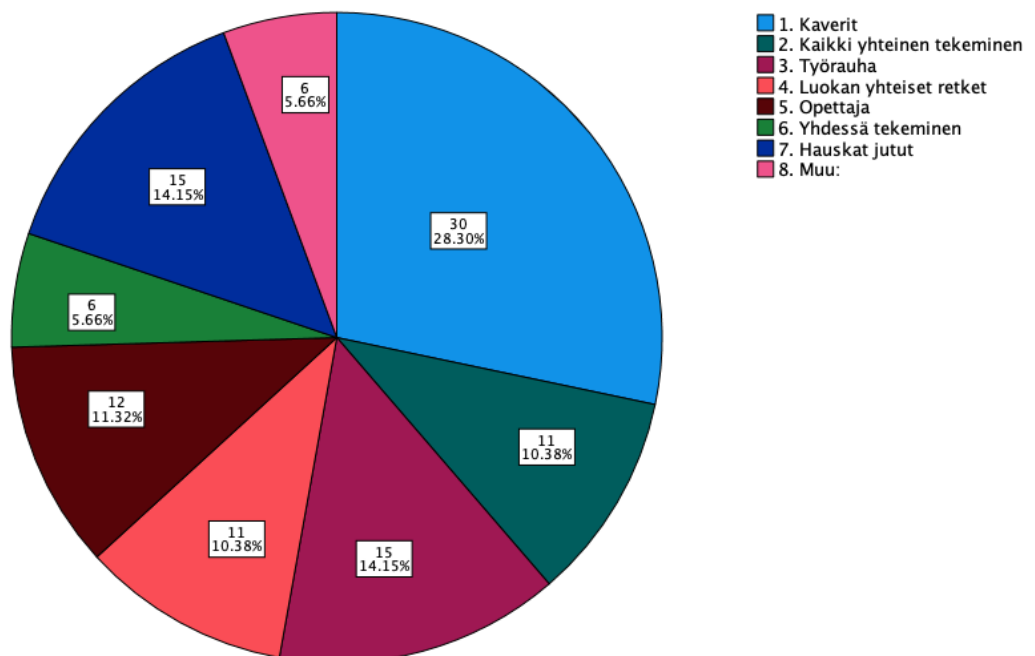
Viihdytkö luokassasi?



Kuvio 8: Viihtyvyyys

Oppilaista 17 kertoo viihtyvänsä usein luokassa (kuvio 8). Oppilaista kahdeksan oli sitä mieltä, että joskus viihtyy luokassa ja toiset kahdeksan olivat sitä mieltä, että aina viihtyy luokassa. Oppilaista yksi kertoo, ettei tiedä, viihtyykö luokassa.

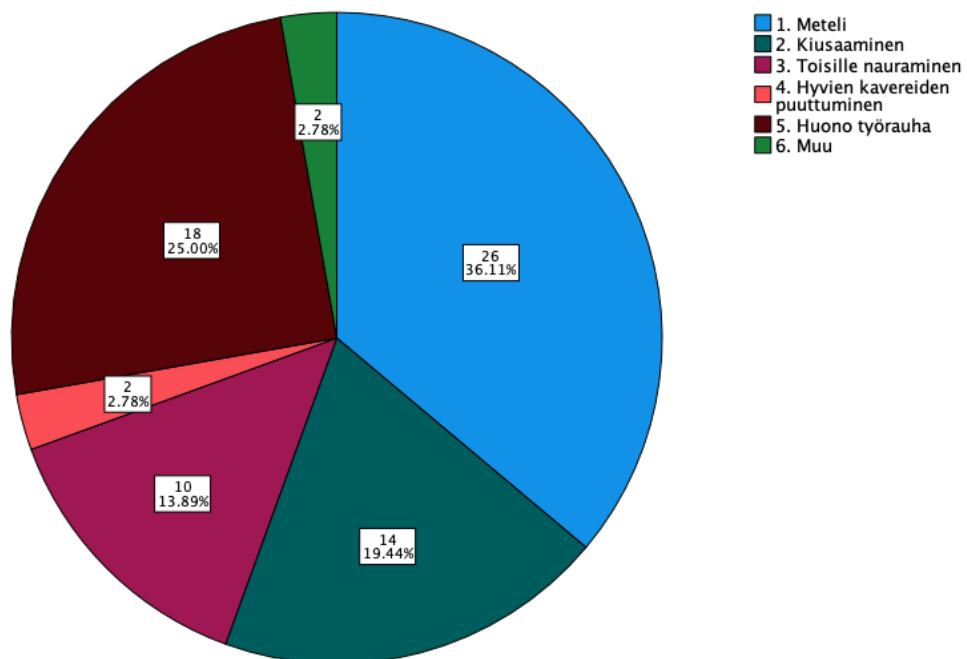
Mikä on luokallasi parasta? (Voit ympyröidä monta vaihtoehtoa)



Kuvio 9: Parasta luokassa

Oppilailta kysyttiin, mikä heidän luokallaan on parasta. Oppilaista moni (kuvio 9) vastasi parasta olevan kaverit, tämän vastausvaihtoehdon valitsi yhteensä 30 oppilasta. Oppilaista 15 vastasi parhaaksi asiaksi työrauhan ja hauskat jutut keräsi myös 15 vastausta. Lisäksi kaikki yhteinen tekeminen ja luokan yhteiset retket jakaantuvat tasaisesti, joihin vastasi 11 oppilasta molempiin. Yhdessä tekeminen ja muut asiat on molemmat kuuden oppilaan mielestä parasta luokassa. Näihin vastaa molempiin kuusi oppilasta. Opettaja on myös monen mielestä parasta, sillä siihen tuli 12 vastausta.

Meidän luokassamme minua häiritsee eniten? (Voit ympyröidä monta vaihtoehtoa)



Kuvio 10: Häiritsevät tekijät luokassa

Oppilaista 26 (kuvio 10) vastasi heitä häiritsevän luokassa eniten meteli. Oppilaista 18 on vastannut luokan huonon työrauhan häiritsevän eniten. Oppilaista 14 vastasi kiusaaminen ja 10 vastasi toisille nauramisen häiritsevän luokassa. Kaksi oppilasta vastasi hyvien kavereiden puuttumisen häiritsevät luokassa.

Jokaisella koululla on yhteiset säännöt ja arvot, joiden mukaan kaikkien koulun oppilaiden ja aikuisten tulisi toimia. Yhteiset säännöt tekevät kouluympäristöstä turvallisemman paikan, mutta yhteisten sääntöjen lisäksi jokaisella luokalla on hyvä olla oman ryhmän kesken luodut ja oman luokan tarpeet ja tavoitteet huomioon ottavat pelisäännöt. (Salovaara & Honkonen 2011, 129.) Luokalle haluttiin yhteisen toiminnallisen kokonaisuuden päätteeksi luoda

Kankarepuiston peruskoulun 4.luokalle omat periaatteet. Periaatteet ovat muodostuneet luokan itse esiin tuomista asioista ja periaatteet tukevat luokan ilmapiiriä ja yhteisöllisyyttä.

Luokalle haluttiin luoda sääntöjen sijaan yhteiset periaatteet, sillä säännöissä usein luetellaan kiellettyjä ei-toivottuja ja rangaistavia asioita. Säännöt haluttiin tuoda periaatteiden muodossa ja kirjoittaa ne kieltomuodon sijaan siten, että ne on lupa toteuttaa. (Salovaara & Honkonen 2011, 129.) Toiminnan aikana oppilailta kysyttiin mielipiteitä siitä, minkälaiset asiat tekevät luokan ilmapiiristä hyvän ja siitä, minkälaiset luokkakaverin teot saavat hyvän mielen, ja miten he voisivat itse piristää koulukaverin päivää sekä mitä he haluaisivat muuttaa luokan ilmapiirissä. Lisäksi periaatteisiin vaikuttivat Koulurauha-puu tehtävästä nousseet asiat sekä kyselyiden vastaukset.

Periaatteiksi valikoituivat sellaiset asiat, jotka nousivat oppilaiden vastauksissa ja toiminnallisilla kerroilla eniten. Valitsimme selkeyden vuoksi neljä periaatetta, joita oppilaat sitoutuvat noudattamaan lukukauden loppuun asti. Nämä periaatteet olivat;

Tehdään yhteistyötä:

- jokainen pystyy työskentelemään toisen kanssa, huolimatta onko tyttö vai poika tai onko millä luokalla

Tsempataan kaveria:

- kannustetaan kaikkia olemaan oma itsensä ja hyväksytään erilaisuus

Sanotaan yhdessä EI kiusaamiselle:

- ei haukuta
- ei jätetä ketään yksin
- ei käytetä fyysistä väkivaltaa
- ei puhuta selän takana toisista
- kerrotaan kiusaamisesta aikuiselle

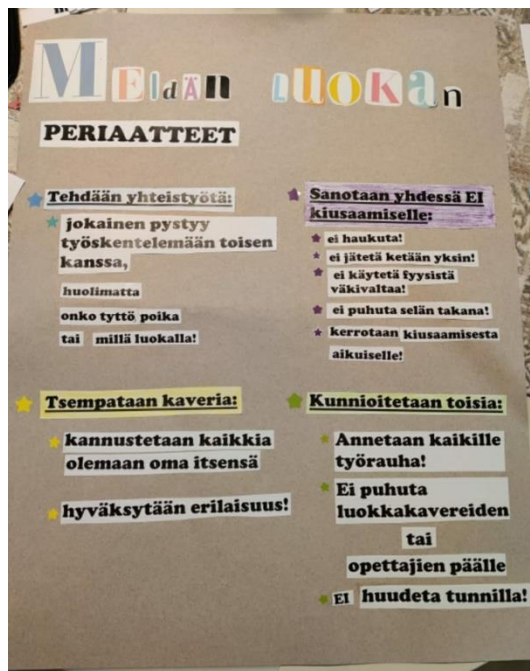
Muistetaan kunnioitus toisia kohtaan:

- Annetaan kaikille työrauha, eikä puhuta luokkakavereiden tai opettajien päälle
- Kunnioitetaan luokkakavereita ja opettajia

Kun säännöt tai periaatteet on luotu yhdessä oppilaiden kanssa, on heidän helpompi noudattaa niitä. Lisäksi yhteisesti sovitut asiat lisäävät turvallisuuden tunnetta sekä opiskelumotiivaatiota. Myös oppilaiden oman kielikuvan näkyminen säännöissä helpottaa heitä sitoutumaan ja ymmärtämään sääntöjä. (Salovaara & Honkonen 2011, 129.)

Luokan yhteisten periaatteiden luomisessa pidettiin tärkeänä lasten osallisuutta, joka tarkoittaa oppilaiden mahdollisuutta vaikuttaa ympäristöönsä. Silloin kun oppilaat otetaan mukaan

pohtimaan keinoja ja tuomaan omaa näkemystään esille, on heidän motivaationsakin tukevampi ja sen voi nähdä oppilaiden toiminnan parantumisessa. (Salovaara & Honkonen 2011, 69.) Oppilaat saivat itse vaikuttaa luokan periaatteiden muodostamiseen, sillä ne muodostuivat heidän omista ajatuksistaan. Oppilaat saivat sitä kautta vaikuttaa oman luokkansa yhteishenkeen.



Kuva 3: Luokan yhteiset periaatteet

8 Arviointi

Kehittämistyön viimeisenä vaiheena on arviointi. Kehittämistyötä arvioidaan myös aiemmin, jolloin se antaa suuntaa kehittämistyölle ja antaa palautetta osallistujille. Loppuvaiheessa tapahtuvassa arvioinnissa esitellään, miten on onnistuttu. Arviointi pohjautuu tiedonkeruussa saatujen tietojen analysointiin. Arviointivaiheessa paneudutaan koko prosessiin ja saatuihin tuloksiin sekä pohditaan kehittämistyön vaikutuksia ja edistymistä. Eli arvioinnissa paneudutaan usein kehittämistyöhön eteen nähtyyn vaivaan, muutosprosessiin ja lopputuloksiin sekä niiden välisiin suhteisiin. (Ojasalo ym. 2014, 47.)

Ojasalon ym. (2014, 42) mukaan on suotavaa käyttää kehittämistyössä havainnointia menetelmänä. Luokkaa havainnointiin jokaisella toiminnallisella kerralla ja havainnot kirjattiin jokaisella kerralla muistiin muistiinpanotyypillisesti.

Havainnointi etäyhteyden välityksellä osoittautui ajateltua haastavammaksi, sillä kaikkea oppilaiden puhetta ei kuulunut mikrofonin kautta. Myöskään eleitä ja ilmeitä ei pystynyt yhtä

tarkasti havainnoimaan kuin silloin, jos havainnointi olisi tehty paikan päällä. Opettajat olivat asentaneet kaksi tietokonetta luokkaan, joiden välityksellä luokka nähtiin kokonaisuudessaan, mutta kahta tietokoneen kameraa ei saatu kaikille toiminnallisille kerroille. Näillä kerroilla havainnointi oli haastavaa. Lisäksi havainnointiin tarvittiin luokanopettajien tukea, sillä he olivat luokassa fyysisesti läsnä ja pystyivät kertomaan tarkennuksia.

Havainnoinnin avulla pystyttiin saamaan ainoastaan yleinen kuva luokan ryhmätyöskentelystä, eikä yksittäisiin oppilaisiin voitu paneutua niin hyvin kuin fyysisen läsnäolon aikana. Myöskään parityöskentelyjä ei päästy havainnoimaan tarkemmin. Tekemiemme havaintojen perusteella luokka tarvitsee ajoittain muistuttelua työrauhan säilyttämisestä ja tehtävään keskittymisestä. Ajoittain oppilaat lähtivät tekemään niin kutsuttua ”spämmäämistä” eli kirjoittivat aiheeseen kuulumattomia mitään tarkoittavia kommentteja, jota voidaan kutsua myös roska-postittamiseksi. Oppilaat tarvitsivat ajoittain muistuttelua, että roska-postittaminen on asiantonta. Luokassa oli havaittavissa, että kun yksi aloitti ”spämmäämisen” toiset saattoivat lähteä siihen mukaan.

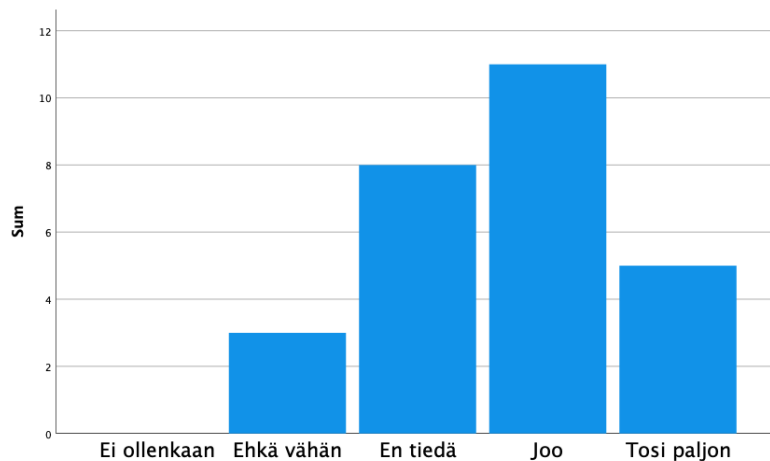
8.1 Opettajien ja oppilaiden palaute

Opettajien kanssa keskusteltiin etäyhteydestä ja oppilaiden osallistumisesta etäyhteyden välityksellä. Opettajat pohtivat, että jokaisen oma ääni olisi tullut vielä paremmin kuuluviin, mikäli toteutus olisi tapahtunut paikan päällä ohjaten. Opettajat nostivat esille oppilaiden jännityksen siitä, mikäli oppilaat joutuvat toistamaan sanomisiaan moneen kertaan, jos emme kuulleet vastausta. Tutustumiskerralla paikan päällä koko luokka oli hyvin osallistuva ja kaikkien ääni tuli kuuluviin ja etäyhteyden välityksellä jotkut arkailivat puhumista. Mielestämme kuitenkin etäyhteys toteutui suunnitellusti ja hyvin sekä suurin osa luokan oppilaista osallistui toiminnallisiin kertoihin aktiivisesti.

Yhteistyökumppaneilta sekä oppilailta kerättiin lopuksi palautetta toiminnallisista ohjauskerroista ja luokan opettajilta pyydettiin kirjallinen palaute. Keräsimme palautteen oppilailta viimeisellä ohjauskerralla ja lähetimme opettajille sähköisesti arviointilomakkeen, jonka he toimittivat meille viikon kuluessa viimeisestä ohjauskerrasta

Annoimme toiminnallisten kertojen päätteeksi oppilaille loppukyselyt, jossa he vastasivat kysymyksiin työmme vaikuttavuudesta. Vallitsevan koronatilanteen vuoksi emme saaneet kaikilta luokan oppilailta vastauksia loppukyselyyn. Täytettyjä loppukyselyjä saimme yhteensä 27 kappaletta, joka tarkoittaa, ettei jokaisen oppilaan arviota toiminnasta saatu. Myös luokanopettajat antoivat kirjallista palautetta ohjauskerroista ja yhteistyöstä. Seuraavaksi avataan oppilaiden loppukyselyn vastaukset pylväsdiagrammeja hyödyntäen.

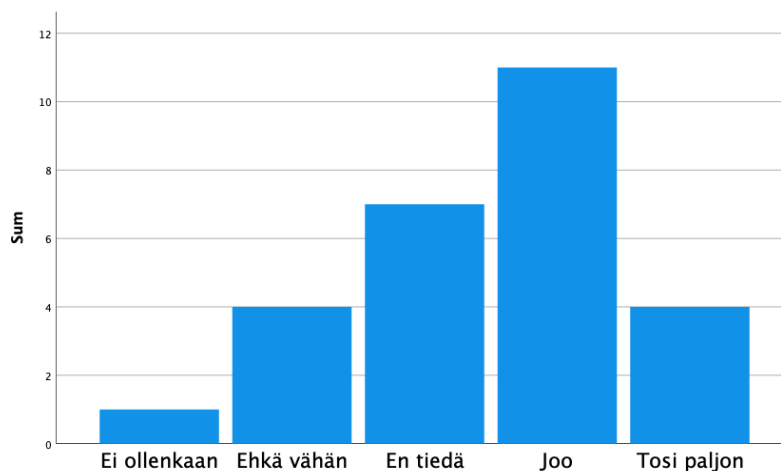
Vahvistiko mielestäsi sosionomiopiskelijoiden (Jasminin ja Lotan) ohjaama toiminta teidän luokkanne ryhmähenkeä?



Kuvio 11: Ryhmähengen vahvistaminen

Oppilailta kysyttiin kokevatko he luokkahengen parantuneen harjoitusten myötä. Vastauksissa (kuvio 11) suurin osa oppilaista on sitä mieltä, että ryhmähengi parantui toiminnan myötä. Loppukyselyyn vastanneista 11 oli sitä mieltä, että toiminta vahvisti luokan ryhmähengeä. Kyselyyn vastanneista viisi oli sitä mieltä, että toiminta vahvisti ryhmähengeä todella paljon. Kahdeksan oppilasta vastasi en tiedä ja kolme oppilasta vastasi vaikutuksen olleen vähäistä.

Koetko opiskelijoiden ohjaaman toiminnan ehkäisevän koulukiusaamista?

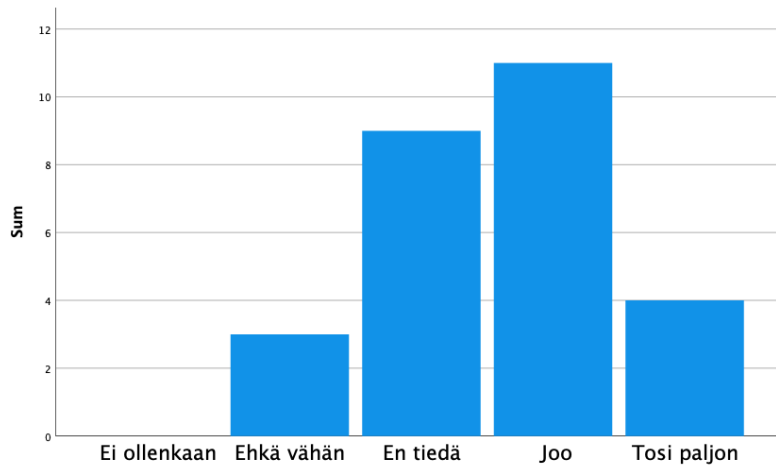


Kuvio 12: Koulukiusaamisen ehkäisy

Oppilailta kysyttiin, kokivatko he, että toiminnalla oli koulukiusaamiseen ennaltaehkäisevä vaikutus. Oppilaista suurin osa on vastannut (kuvio 12) kokevansa, että toiminta ehkäisee koulukiusaamista. Oppilaista 11 vastasi toiminnan ehkäisevän kiusaamista. Vastanneista neljä vastasi sen ehkäisevän todella paljon. Oppilaista kahdeksan vastasi en tiedä. Vastanneista neljä

koki toiminnan ehkäisevän vähän. Yksi oppilas vastasi, ettei ohjattu toiminta vaikuttanut ollenkaan koulukiusaamiseen ehkäisevästi.

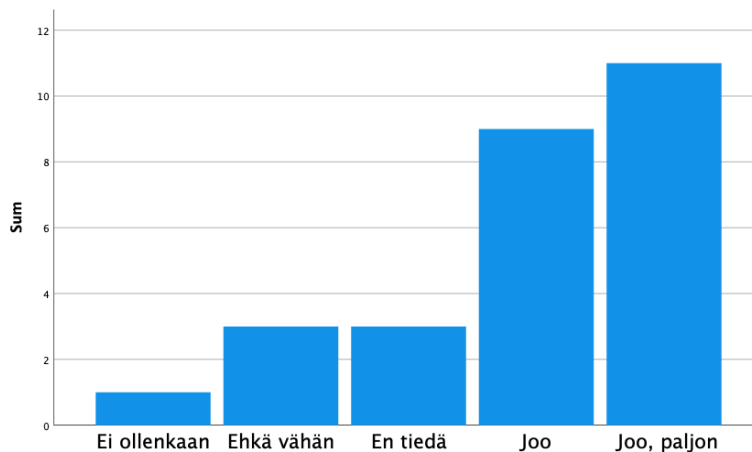
Koetko luokan ilmapiirin muuttuneen toiminnan jälkeen?



Kuvio 13: Luokan ilmapiiri toiminnan jälkeen

Palautekyselyssä kysyttiin kokevatko oppilaat luokan ilmapiirin muuttuneen toiminnan jälkeen (kuvio 13.) Kyselyyn vastanneista oppilaista 11 koki luokan ilmapiirin muuttuneen toiminnan jälkeen. Yhdeksän oppilasta vastasi, ettei tiedä onko muuttunut. Neljä oppilasta vastasi, ettei luokan ilmapiiri ole muuttunut ja kolme vastasi, että ehkä vähän.

Haluaisitteko jatkossa samankaltaista toimintaa luokallanne?

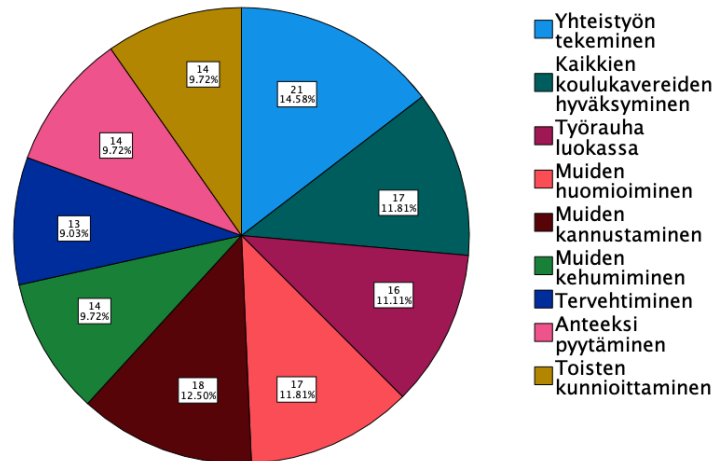


Kuvio 14: Jatkossa samankaltainen toiminta

Kysyttäessä haluavatko oppilaat samankaltaista toimintaa jatkossa, suurin osa oppilasta vastasi, että samankaltainen toiminta olisi tervetullutta myös jatkossa (kuvio 14). Vastanneista 11 koki haluavansa toimintaa jatkossa paljon ja yhdeksän oppilasta vastasi haluavansa

toimintaa. En tiedä ja ehkä vähän jakaantuivat tasaisesti, joihin molempiin vastasi kolme oppilasta. Yksi oppilas vastasi, ettei halua ollenkaan jatkossa samankaltaista toimintaa.

Onko joku seuraavista asioista kehittynyt luokassanne toiminnan aikana tai jälkeen? (Voit valita monta)



Kuvio 15: Kehittyneet asiat

Oppilailta kysyttiin, mitkä asiat ovat kehittyneet toiminnan myötä. Vastauksista selviää (kuvio 15), että moni asia oppilaiden mielestä on kehittynyt luokan sisällä. 21 oppilasta koki, että yhteistyön tekeminen on kehittynyt. 18 oppilasta koki, että muiden kannustaminen on kehittynyt. Oppilasta 17 koki, että kaikkien koulukavereiden hyväksyminen ja muiden huomioiminen on kehittynyt. 16 oppilasta vastasi, että työrauha luokassa on kehittynyt. Muiden kehuminen, anteeksi pyytäminen ja toisten kunnioittaminen jakaantuivat tasaisesti siten, että jokaiseen oli vastannut 14 oppilasta, jotka kokivat näissä kehitystä. 13 oppilasta vastasi, että tervehtimisessä on tapahtunut kehitystä.

Loppukyselyssä oppilaat saivat kirjoittaa vapaamuotoista palautetta. Avoimessa palautteessa moni oppilas antoi kiitosta toiminnasta ja moni kuvasi toiminnan olleen kivaa. Seuraavaksi avataan oppilaiden loppukyselyn avoimia vastauksia.

Yhteistyö luokanopettajien kanssa sujui jouhevasti ja he kertoivat omia toiveitaan ja luokan tarpeita, mutta antoivat kuitenkin vapaat kädet toiminnan suunnittelulle ja toteutukselle. Saatu palaute oli positiivista ja kannustavaa. Opettajat toivat palautteessa esiin, että toiminnan vaikuttavuus näkyy luokan jokapäiväisessä arjessa, sillä oppilaat oppivat uusia tunne- ja vuorovaikutustaitoja ja uusia niiden kehittämisen työkaluja. Toiminnalliset kerrat antoivat heille tavoitteiden mukaisesti eväitä tulevaan. Lisäksi opettajat kertoivat palautteessaan, että voivat hyödyntää kehittämistyöstä saatua kokemusta tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen motivointiin muulle henkilöstölle. Opettajat kirjoittivat palautteessaan tehtävien

innostaneen oppilaita ja myös yleensä vähemmän aktiivisten oppilaiden osallistuneen aktiiviteetteihin hyvin mielellään. Opettajat kertoivat palautteessa kuulevansa mielellään, mikäli tekeillä on vastaavanlaisia opinnäytetöitä.

Opettajat kuvailivat yhteistyötä antoisaksi, sujuvaksi ja innostavaksi. He kirjoittivat toiminnan aikana annettujen ohjeistuksien olleen oppilaille selkeitä ja ikätason mukaisia. Opinnäytetyön tekijöiden toimintaa he kuvasivat aktiiviseksi ja omatoimiseksi.

Vaikka havainnointi ja ohjaus osoittautuikin ajateltua haastavammaksi, toteutuivat kehittämistyön tavoitteet siitä huolimatta. Ohjatut toimintakerrat saatiin sovellettua sellaisiksi, että ne oli mahdollista toteuttaa etäyhteyden välityksellä. Etäyhteys toimi kaikilla kerroilla hyvin ja oppilaat kuului ja näkivät ohjauksen. Opettajien ja oppilaiden kanssa työskentely sujui hyvin. Opettajat osallistuivat tiiviisti työskentelyyn ja olivat koko kehittämistyöprojektin ajan hyvässä vuorovaikutuksessa. Keskusteluyhteys säilyi ja tiedonjako säilyi hyvänä kehittämistyön ajan. Opettajat ja oppilaat olivat hyvin sitoutuneita kehittämistyöhön, joka tuki kehittämistyön suunnittelua ja toteutusta.

Oppilaiden loppukyselyn vastauksista voi huomata, että he kokevat sosiaalisia taitoja tukevilla harjoituksilla olleen ehkäisevä vaikutus koulukiusaamiseen. Kyselyjen vastauksista nousee esiin myös muutokset luokan sisällä. Oman arviomme mukaan vastaavanlaista työskentelyä kyseisen luokan sekä koululuokkien kanssa ylipäättänsä olisi hyvä jatkossakin tehdä.

Toimintaa voisi jatkossa kehittää siten, että sosiaalialan ammattilaiset, kuten sosionomit, olisivat opettajien tukena opettamassa ryhmätöitä ja sosiaalisia taitoja oppilaille läpi lukuvuoden. Lisäksi kehittämistyön runkoa ja materiaalipakettia voisi hyödyntää koko koulua koskevaksi, jotta koko koulu saisi ryhmätöitä ja sosiaalisia taitoja tukevaa ohjattua toimintaa. Jokaiselle koululuokalle voitaisiin räätälöidä tarpeisiin ja ikätasoon sopivia harjoituksia tukemaan yhteisöllisyyttä. Kehittämistyön toteutuksen jälkeen voidaan todeta, että tämän kaltaisella toiminnalla on kiusaamista ennaltaehkäisevä vaikutus kouluyhteisössä.

8.2 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusta tehdessä yksi oleellisimmista asioista on huomioida tutkittavien yksityisyyden suoja, joka on tärkeä tutkimuseettinen periaate. Pääasiana on raportoida tutkimustulokset siten, etteivät tutkittavia tai heidän mainitsemiansa henkilöitä pystytä raportista tunnistamaan. Hyvä keino yksityisyyden suojaamiseen on se, ettei kerrota esimerkiksi tarkkaa asuin-kaupunkia. (Kuula-Luumi 2018.) Kehittämistyöhön osallistuminen oli vapaaehtoista ja siitä tiedotettiin vanhempia ja heiltä pyydettiin etukäteen suostumus kirjallisella lomakkeella. Kehittämistyön raportoinnissa ei myöskään mainita kenenkään nimeä, sukupuolta eikä kertoa oppilaiden luokkatunnuksia, jotta jokaisen oppilaan yksityisyys pysyisi suojassa.

Kehittämistyön toteutukseen haettiin asianmukaisesti tutkimuslupaa Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimialalta. Tutkimuslupa myönnettiin 12.3.2021 (liite 8). Tutkimuslupa päätöksen saaminen edellytti tutkimusaineiston käsittelyä ja säilyttämistä hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen koko tutkimuksen teon ajan. Lisäksi luvan saaminen edellytti, että tutkimusaineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua, viimeistään 30.9.2021.

Tutkimuksen luotettavuutta parantaa tarkka kerronta tutkimuksen toteuttamisesta, joka koskee tutkimuksen jokaista vaihetta. Luotettavuutta parantaa erityisesti se, että vaiheista kerrotaan mahdollisimman realistisesti ja selkeästi. Esimerkiksi havainnointitilanteiden olosuhteista ja paikoista, joissa havainnointi tapahtui, kerrotaan mahdollisimman kuvailevasti. Lisäksi häiriötekijöistä kertominen, mahdolliset virheelliset tulkinnat mukaan lukien, ja oma itsearviointi tilanteesta on myös tärkeää. (Hirsjärvi ym. 2018, 232.) Luokassa tehty havainnointi ja oppilaiden ohjaus tapahtui etäyhteyden välityksellä, joka vaikutti vahvasti havaintojen luotettavuuteen. Toimintaa ohjaavat ja havainnointia tehneet henkilöt eivät olleet fyysisesti läsnä ja keskustelu oli usein teknologiasta johtuen takkuilevaa. Oppilaat joutuivat usein puhumaan kovalla äänellä tai opettajat toistivat heidän puheensa. Opettajat toivat esiin joidenkin oppilaiden arkailleen puhumista tästä johtuen. Myös jotain oleellista oppilaiden kertomasta saattoi jäädä puuttumaan, kun opettajat toistivat puheet.

Toiminnan aikana havaintoja dokumentoitiin, mutta sudenkuoppana tässä oli se, tulkittiinko niitä oikein vai väärin. Havainnointi tapahtui etäyhteyden välityksellä, eikä paikan päällä ja näin ollen varmasti osa oppilaiden keskinäisestä vuorovaikutuksesta tai puheista jäi kuulematta. Vilkan (2006, 87) mukaan havainnoinnin tavoitteena ei ole etsiä esimerkiksi vähemmistön tai enemmistön toimintaa tai ajattelua. Nämä tavoitteet kuuluvat määrällisellä tutkimusmenetelmällä tehtyyn tutkimukseen. Kehittämistyön aikana tehdyt havainnot jäivät lähinnä tämän kaltaisiksi.

Lisäksi havainnointia on jonkun verran menetelmänä arvosteltu kriittisesti, sillä havainnoija saattaa haitata tapahtumaa, jopa muuttaa tapahtuman kulkua. Joissain luokahuonotutkimuksissa on huomattu, että opettajan ja oppilaiden käytös muuttuu havainnoijan läsnä ollessa. Näihin on pyritty vaikuttamaan siten, että havainnoija tekee itsensä tutuksi vierailemalla luokassa etukäteen, jotta häneen tutustuttaisiin ensin. (Hirsjärvi ym. 2018, 213.) Luokkaan tutustumista pidettiin opinnäytetyön prosessin kannalta tärkeänä, joten luokkaan tehtiin tutustumiskäynti ennen opinnäytetyön aloittamista. Ohjaajien rooli ei myöskään ollut ainoastaan havainnoida tilannetta, vaan siihen kuului myös ohjausta, joka teki tilanteesta luonnollisemman.

Oppilaat vastasivat kehittämistyön aikana kahteen kartoituskyselyyn ennen toiminnan ohjauksen alkua ja toiminnan keskivaiheilla. Lisäksi he vastasivat loppukyselyyn, jossa he saivat antaa palautetta ja oman arvionsa toiminnan vaikuttavuudesta heidän luokassaan. Hirsjärvi ym.

(2018, 195) nostavat teoksessaan esiin kyselytutkimukseen liittyviä vajavuuksia. Näitä voivat olla esimerkiksi mahdottomuus valvoa, kuinka tosissaan vastaaja on suhtautunut kyselyyn vastaamiseen tai kuinka tarkasti he lukevat kysymykset. Lisäksi vastausvaihtoehdoissa piilee aina se riski, että vastaajat saattavat tulkita ne väärin.

Kyselyt pyrittiin luomaan mahdollisimman selkokielisiksi ja ikäluokalle sopiviksi, jotta luokan ilmapiiristä sekä oppilaiden kokemuksista saataisiin mahdollisimman todenmukainen kuva. Apuna käytettiin hymiöitä selkeyttämään vastausvaihtoehtoja. Lisäksi oppilaille avattiin kysymykset suullisesti ja opettajien kanssa sovittiin, että oppilaille annetaan kunnolla aikaa tehdä kyselyt rauhassa. Vastausten luotettavuuteen vaikuttaa siitä huolimatta se, ymmärsivätkö oppilaat kysymykset oikein, sillä siitä ei voi olla täysin varma.

Kohderyhmän ikäisille on tyypillistä ottaa vaikutteita muilta ikätovereilta ja kyselyiden vastauksissa saattaa näkyä se, että oppilaat ovat vastanneet samalla tavalla kuin vieressä istuva luokkakaveri. Kavereiden mielipiteet ja hyväksytyksi tuleminen on tärkeää 4.-luokkalaistelle lapselle (MLL 2019).

Oppilaita oli luokassa yhteensä 43 ja oppilaiden vanhemmista 39 antoi suostumuksensa lapsensa osallistumiseen opinnäytetyön tiedonkeruuseen. Alkukartoituskyselystä voi näin ollen ainakin määrällisesti saada luotettavan näkemyksen luokan ilmapiiristä.

9 Pohdinta

Opinnäytetyönä toteutettua kehittämistyötä oli antoisaa tehdä, vaikka haasteita ilmenikin matkan varrella monia. Tutkimusluvan hakemisvaiheessa jouduimme muuttamaan koko kehittämistyön etätyöskentelyn muotoon. Hylkäsimme aiemmat suunnitelmat harjoitusten toteutuksesta ja loimme ne uudelleen sellaisiksi, että ne oli mahdollista toteuttaa etäyhteyden välityksellä.

Kehittämistyön keskeisenä tavoitteena oli vahvistaa Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokkalaisten sosiaalisia taitoja, jotta luokassa vallitsisi hyväksyvä ja turvallinen ilmapiiri, eikä kiusaamista pääsisi tapahtumaan. Tavoitteena oli kehittää toiminnallinen kokonaisuus, joka innostaisi oppilaat työskentelemään teemojen parissa. Vaikka ohjaaminen etäyhteyden välityksellä osoittautui aika-ajoin haastavaksi, koemme saavuttaneemme tavoitteet. Palautteen ja oppilaiden innokkuuden sekä tekemiemme havaintojen perusteella oppilaat oppivat uusia asioita. Kehittämistyö antoi ennen kaikkea koko luokalle uusia tapoja työskennellä näiden teemojen äärellä. Lisäksi palautteen ja havaintojemme perusteella ohjauskerrat jäivät vahvasti oppilaiden mieleen ja he kokivat harjoitukset mielekkäiksi ja motivoiviksi.

Oppilaat työskentelivät eri kokoisissa ryhmissä ja kävivät keskustelua useiden eri luokkakaverien kanssa kehittämistyön aikana. Ajatuksena olikin, että oppilaat pääsisivät työskentelemään mahdollisimman paljon eri henkilöiden kanssa, jotta luokassa voitaisiin työstää sellaista ajatusmaailmaa, että ketään ei jätetä yksin ja kaikki olisivat keskenään kavereita. Oppilaiden välisestä ryhmätyöskentelystä huokui yhteistyötaitojen kehittyminen, huumori sekä oppilaiden aito kiinnostus aiheita kohtaan.

Tutustuminen koulumaailmaan ja luokkatyöskentelyyn oli antoisaa ja ison ryhmäkoon kanssa työskentely oli meille molemmille uusi kokemus. Opinnäytetyössä opimme monia uusia asioita, jotka kehittivät ammatti-identiteettiämme. Päälimmäisenä mieleen jäi toiminnallisen osuuden suunnittelu, jossa piti ottaa huomioon monta asiaa. Oppilaiden ikätason lisäksi täytyi huomioida myös suuri ryhmäkoko, mahdollisuudet toteuttaa harjoitukset etäyhteyden välityksellä ja harjoitusten vahva kytkös sosiaalisten taitojen tukemiseen ja kiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Lisäksi halusimme suunnitella harjoitukset vastaamaan mahdollisimman paljon juuri tämän kyseisen ryhmän tarpeita. Suunnittelimme toiminnalliset osuudet yksi kerrallaan huomioiden aina edelliskerralla tekemämme havainnot ja oppilaiden vastaukset, puheenvuorot, valmiudet ja haastekohdat. Koimme tämän tavan erittäin toimivaksi, sillä näin saimme räätälöityä juuri kyseisen luokan tarpeita vastaavan kokonaisuuden, jossa huomioitiin vahvasti oppilaiden oma ääni. Koemme, että oppilaiden kuuleminen ja ryhmäkohtainen toiminnan suunnittelu auttavat saavuttamaan tavoitteita tehokkaasti.

Etäyhteys toimi videokuvan puolesta moitteettomasti kaikilla kerroilla. Etäyhteyden hyödyntäminen onkin hyvä tapa toteuttaa ohjausta, mutta kuten oppilaat ja opettajat myös me ohjaajat olemme sitä mieltä, että etäyhteys ei korvaa fyysistä läsnäoloa. Etäyhteyden avulla ei meidän kokemuksemme mukaan saa luotua yhtä hyvää vuorovaikutussuhdetta oppilaisiin kuin lähikontaktissa. Lisäksi keskusteluissa luokanopettajien kanssa ilmeni, että jotkut oppilaat jännittivät puheenvuoron ottamista, sillä emme välttämättä kuulleet ensimmäisellä kerralla ja opettajat joutuivat usein toistamaan oppilaiden puheenvuorot ja oppilaat joutuivat puhumaan kovalla äänellä. Opettajat kuitenkin toivat esiin hyvänä puolena sen, että sellaiset oppilaat olivat äänessä, jotka eivät tavallisesti ole olleet. Tässäkin on hyvä muistaa, että tämän kyseisen luokan kanssa koemme, että heidän kanssaan olisimme mahdollisesti saaneet luotua vielä vuorovaikutuksellisemman suhteen lähikontaktissa, mutta jonkun toisen ryhmän kanssa voi olla toisin. Mutta meille ohjaajina luontevampi tapa toimia on olla tilanteessa fyysisesti läsnä, jotta ohjaaminen ja oppilaisiin tutustuminen olisi ollut luontevampaa.

Pääsimme toivottuun tavoitteeseen ja opetimme oppilaille erilaisten harjoitusten avulla sosiaalisia taitoja. Harjoituksen osoittautuivat toimiviksi ja olivat ikätason mukaisia. Pysyvät tulokset kiusaamisen ennaltaehkäisyn kannalta tulevat kuitenkin näkyväksi vasta pidemmällä aikavälillä. Ajatuksena olisi ottaa luokkaan yhteyttä vielä myöhemmin ja kysyä, miten he ovat hyödyntäneet harjoituksia. Selvittäisimme samalla, onko luokka löytänyt uusia sosiaalisia

taitoja tukevia harjoituksia ja miten ilmapiiri sillä hetkellä näyttäytyy. Oppilaat toivoivatkin antamassaan palautteessa, että menisimme fyysisesti tapaamaan heitä. Tämän voisi toteuttaa koronatilanteen salliessa.

Loppukyselyn perusteella harjoitukset tukivat luokan ilmapiiriä positiivisesti. Kyselyyn vastanneista 11 oppilasta oli sitä mieltä, että luokan ilmapiiri muuttui toiminnan jälkeen. Suurin osa kyselyyn vastanneista oppilaista toivoo vastaavanlaista toimintaa jatkossakin. Lisäksi opettajien suullisen ja kirjallisen palautteen pohjalta voidaan todeta, että saavutimme tavoitteet. Opettajien antaman palautteen perusteella kyseistä toimintaa voisi jatkossa järjestää koulumaailmassa.

Loppukyselyiden vastauksista voidaan päätellä, että oppilaat hyötyivät harjoituksista. Alkukartoituksessa nousi ilmapiirin olevan monen mielestä huono ja kiusaamistakin luokassa tapahtuu alkukartoituksen perusteella jonkun verran. Tämä näkyy myös koko Helsingin kattavassa kouluterveyskyselyn tuloksissa. Lisäksi oppilaiden loppukyselyn vastauksissa nousi se, että toiminta vaikutti oppilaiden mielestä kiusaamiseen ehkäisevästi.

Tulevaisuudessa opettajat tarvitsevat työryhmäänsä enemmän osaamista sosiaalialalta, sillä nykyisellään oleva sosiaalialan osaaminen kouluissa ei tässä muuttuvassa maailmassa varmasti tule riittämään ja opettajien jaksaminen ja keskittyminen päätehtäväänsä opettamiseen saattaisi kärsiä. Mikäli kouluissa työskentelisi esimerkiksi sosionomeja, ei erilaisia ohjelmia kiusaamisen ehkäisemiseksi välttämättä tarvittaisi tai niitä voitaisiin toteuttaa moniammatillisesti sosionomien ottaessa päävastuun toteutuksesta. Vuokkola ym. (2015) nostavat *Talentia*-lehden artikkelissaan opettajien tuoneen esiin sitä, että opettajien työ on vuosien aikana muuttunut. Nykyisin opettajien työ on entistä haastavampaa, kun oppilashuollollinen työ on lisääntynyt entisestään.

Tällä hetkellä erilaisiin kiusaamista ehkäisevästi tukeviin ohjelmiin opettajilta vaaditaan paljon sitoutumista ja aktiivista osallistumista, johon heillä ei välttämättä ole aikaa ja resursseja. Mikäli ohjelmia ei käytetä johdonmukaisesti, niistä ei ole kiusaamisongelmaan juuri mitään apua. Jos opettajien tukena koulussa työskentelisi sosionomeja kiusaamisen ennaltaehkäiseminen ja oppilaiden sosiaalisten taitojen tukeminen tapahtuisi suunnitelmallisesti ja johdonmukaisesti arjessa. Ennaltaehkäisyssä tulisi nimenomaan keskittyä sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen harjoitteluun varhaisessa vaiheessa, jotta hyväksyvää ja turvallista ilmapiiriä luokassa voitaisiin vaalia.

Hyvä esimerkki moniammatillisesta työskentelystä koulumaailmassa on esimerkiksi Kettusen (2018) artikkelissa esiin tuomat koulusosionomien työtehtävät. Hän toi esiin Tampereella käynnistyneen Tiimikoulu-hankkeen, jossa koulusosionomit keskittyvät nimenomaan yhteisöllisyyttä lisäävään ja ehkäisevään työskentelyyn sekä perheiden kanssa työskentelyyn.

Työmäärä on näin jakaantunut tasaisemmin ja opettajat ovat saaneet keskittyä perustehtäväänsä opettamiseen, ja sosionomit ovat tukeneet oppilaiden ja heidän perheidensä hyvinvointia.

Kuten luokanopettajat palautteessaan kirjoittivat, ohjaamistamme harjoituksista oli oppilaille hyötyä ja jo tämän lyhyen ajanjakson aikana oppilaat oppivat uusia tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittämisen työkaluja. Työkalut jäävätkin opettajille käyttöön ja niitä voi soveltaa myös jatkossa ja eri ikäistenkin kanssa. Koulun ensisijainen tehtävä on opettaa lapsille oppiaineita, mutta ei pidä kuitenkaan unohtaa sosiaalisten taitojen roolia koulumaailmassa. Sosiaaliset taidot auttavat lapsia etenemään opinnoissa ja ne kuuluvat myös ihmisten perustaitoihin. Sosiaalisten taitojen kehittyminen on läpi elämän jatkuva prosessi, jonka parissa työskentely luokan oppilailla luonnollisesti jatkuu myös kehittämistyömme jälkeen. Mikäli työskentelimme koulusosionomeina, voisimme työskennellä tämän kyseisen luokan kuten myös muiden luokkien kanssa läpi vuoden näiden tärkeiden asioiden parissa vähentämällä opettajien työtaakkaa tällä saralla. Kuten Kaski & Nevalainen (2017, 172) tuovat esiin, sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen harjoittelu auttavat ymmärtämään muita ihmisiä ja ne kehittävät vuorovaikutustaitoja. Kun näitä taitoja harjoitellaan, lisääntyy ymmärrys muita kohtaan ja se puolestaan lisää yhteisöllisyyttä. Eli tästä parhaassa tapauksessa seuraa se, ettei oppilaille herää halua kiusata muita ihmisiä.

Kuten aiemmin todettiin lapset kokevat usein keskilapsuudessa sosiaalista pelkoa ja arkailevat esimerkiksi esiintymistä ja kavereiden arvostelun kohteeksi joutumista. Lapset ovat sosiaalisten paineiden alla ja heillä on suuri yhteenkuuluvuuden tarve. (Nurmiranta ym. 2012, 63.)

Havainnointimme pohjalta voimme ainoastaan todeta, että luokka osallistui joillain kerroilla aktiivisemmin. Ojasalo ym. (2014, 43) toteaa, että havainnointi on hyvä menetelmä tehdessä kehittämistyötä. Totesimme kehittämistyössä, että toiminnallinen lähestymistapa oli parempi kuin sellainen, jossa oppilaat saivat tuottaa itse tekstiä. Tämä tuli esiin havainnoinnin aikana innostuksen puutteena ja oppilaat tarvitsivat kovasti motivointia tekstin tuottamiseen. Oppilaiden käytöksestä pystyi havaitsemaan motivaation puutetta sekä tekstien sisällöstä pystyi havaitsemaan, että tekstin tuottaminen oli monelle haastavaa. Myös loppukyselyn avoimista vastauksista huomaa, että oppilaille jäi parhaiten mieleen toiminnalliset harjoitukset kuten Autiolle saarelle -harjoitus, Koulurauha-puu sekä askartelu.

Havainnointi olisi ollut parempi informaation lähde, mikäli se olisi tapahtunut paikan päällä. Etäyhteyden välityksellä se oli haastavaa, sillä oppilaiden sanaton ja sanallinen viestintä toisilleen jäi osittain välittymättä kameran toiselle puolelle.

Koemme, että olemme kehittyneet ammatillisesti opinnäytetyöprosessin aikana. Tutustuimme molemmat uuteen ikäryhmään ja paneuduimme keskilapsuuden ikätasoiseen kehitykseen, jota tarkasteltiin koko opinnäytetyöprosessin ajan. Opinnäytetyöprosessin aikana kehityimme

toimimaan muuttuvissa tilanteissa, sillä näitä tuli eteemme useita vallitsevan koronatilanteen takia. Koemme, että muuttuvien tilanteiden vuoksi paineensietokykymme on lisääntynyt. Olemme työskennelleet päämäärätietoisesti ja suunnitellusti opinnäytetyön aikana moniammatillisella työotteella tehden yhteistyötä luokanopettajien kanssa. Tämä on kehittänyt ymmärrystämme moniammatillisuuden merkityksestä koulu yhteisössä.

Lähteet

Painetut

Hamarus, P. 2012. Haukku haavan tekee. Puututaan yhdessä kiusaamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2018. Tutki ja kirjoita. 22. painos. Helsinki: Tammi.

Hästbacka, N. 2018. Monialainen verkostotyö ja koulukiusaaminen. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.

Kampman, M., Solantaus, T., Anttila, N., Ojala, T., Santalahti, P. & Yhteispelityöryhmä. 2015. Tampere: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy.

Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: JAMK.

Kauppila, R. 2005. vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Keuruu: PS-kustannus.

Kaski, S Henttinen, A. 2021. Salatut elämäntaidot. Tunne- ja ryhmätyöskentelytaitojen treeni. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus ry.

Kaski, S. & Nevalainen, V. 2017. Jo riittää. Irti kiusaamisesta ja kiusaajista. Helsinki: Kirjapaja.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY

Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. 2015. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Turku: Suomen yliopisto paino oy.

Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Nivala, E. & Ryyänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus Oy.

Nurmi, J.E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2018. Ihmisen psykologinen kehitys. 6. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Nurmiranta, H., Leppämäki, P. & Horppu, S. 2012. Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. 4. painos. Hämeenlinna: Kirjapaja.

Salovaara, R. & Honkonen, T. 2011. Rakenna hyvä luokkahenki. Jyväskylä: PS-kustannus.

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2017. Huomaa hyvä! - vahvuusvariksen bongausopas. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät - Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma pro.

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Wallin, A. 2011. Sosiaalityö koulussa. Avaimia hyvinvointiin. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Sähköiset

Duodecim Koulun terveyskirjasto 2017. Ryhmätöytäidot. Viitattu 25.8.2021.

<https://www.koulunterveyskirjasto.fi/aihe/opettajalle-ja-opiskeluhuollolle/opettajan-opasluonteenvahvuudet/oool00011V>

Helsingin kaupunki 2021. Kasvatus ja koulutus. Tutkimusluvut. Viitattu 16.5.2021.

<https://www.hel.fi/kasvatuksen-ja-koulutuksen-toimiala/fi/palvelut/tutkimusluvut/>

Helsingin kaupunki 2016a. Helsingin kaupungin suomenkielisen perusopetuksen perusopetukseen valmistavan opetuksen opetussuunnitelmaopetussuunnitelma. Viitattu

20.4.2021. <https://ops.edu.hel.fi/wp-content/uploads/2020/11/perusopetukseen-valmistavan-opetuksen-opetussuunnitelma-2016.pdf>

Helsingin kaupunki 2016b. Jakomäen peruskoulun opetussuunnitelma. Viitattu 20.4.2021.

<https://ops.edu.hel.fi/kankarepuiston-peruskoulu/>

Jyväskylän yliopisto 2015. Havainnointi eli observointi. Viitattu 21.5.2021.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankinta-menetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetoye>

Kettunen, I. 2018. Koulusosionomi tukee koko koulun hyvinvointia. Talentia-lehti. Viitattu

15.4.2021. <https://www.talentia-lehti.fi/koulusosionomi-tukee-koko-luokan-hyvinvointia/>

Kirsi, K. 2021. Koskelan murhatutkinta valmistui: 16-vuotiaat epäillyt pitivät sadistisesti hauskaa uhrin kustannuksella - uhria pahoinpideltiin samassa paikassa useana perjantaina. Yle-uutiset. Viitattu 20.5.2021.

<https://yle.fi/uutiset/3-11758033>

Kuula-Luumi, A. 2018. Turvaa tutkittavat anonymiteetti! Vastuullinen tiede. Viitattu

20.7.2021. <https://vastuullinentiede.fi/fi/jatkokaytto/turvaa-tutkittavan-anonymiteetti>

MLL 2021a. Kiusaamisen seuraukset. Viitattu 13.5.2021. <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaamisen-seuraukset/>

MLL 2021b. Hyvien tekojen koulurauhappu. Viitattu 4.5.2021. <https://www.mll.fi/aineistot/hyvien-tekojen-koulurauhappu/>

MLL 2021c. Viitattu 17.5.2021. Se joka... <https://www.mll.fi/tehtavat/se-joka/>

MLL 2021d. Viitattu 17.5.2021. Autiolle saarelle. <https://www.mll.fi/tehtavat/autiolle-saarelle-ryhmaan-vaikuttaminen/>

MLL 2019. 9-12-vuotiaan sosiaalinen kehitys. Viitattu 11.5.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>

Määttä, S. 2019. Kouluterveyskysely 2019. Katsaus Helsingin tuloksiin. Helsingin kaupunki. Viitattu 30.4.2021.

https://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/19_10_07_Tilastoja_13_Maatta.pdf

Opetushallitus. 2014. perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Viitattu 20.4.2021.

https://ops.edu.hel.fi/wp-content/uploads/2016/01/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013. Viitattu 16.5.2021. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>

Perusopetuslaki 628/1998. Viitattu 16.5.2021. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>

Verso-ohjelma 2021. Viitattu 20.4.2021. <https://sovittelu.com/vertaissovittelu/restoratiivinen-ajattelu/>

Vuokko, P., Nevalainen, S., Niskanen, H., Raisio, L. & Siekkinen, S. Koulusosionomi on matalan kynnyksen auttaja 2015. Viitattu 1.9.2021. Talentia-lehti. <https://www.talentia-lehti.fi/koulusosionomi-on-matalan-kynnyksen-auttaja/>

Yleissopimus lasten oikeuksista 60/1991. Asetus lapsen oikeuksia koskevan yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen eräiden määräysten hyväksymisestä annetun lain voimaantulosta. Viitattu 16.5.2021. <https://finlex.fi/fi/sopimukset/sopiteksti/1991/19910060>

Julkaisemattomat

Leinonen, E. 2021. Toimeksiantajan sähköpostiviesti.

Kuviot

Kuvio 1: Prosessikaavio	21
Kuvio 2: Luokan ilmapiiri	26
Kuvio 3: Luokkakaverit.....	27
Kuvio 4: Itseen kohdistunut kiusaaminen	27
Kuvio 5: Toisen joutuminen kiusatuksi	28
Kuvio 6: Itse kiusaajana.....	28
Kuvio 7: Parityöskentely	42
Kuvio 8: Viihtyvyys	43
Kuvio 9: Parasta luokassa.....	43
Kuvio 10: Häiritsevät tekijät luokassa	44
Kuvio 11: Ryhmähengen vahvistaminen	48
Kuvio 12:Koulukiusaamisen ehkäisy	48
Kuvio 13: Luokan ilmapiiri toiminnan jälkeen	49
Kuvio 14: Jatkossa samankaltainen toiminta	49
Kuvio 15: Kehittyneet asiat	50

Kuvat

Kuva 1:Koulurauha-puu	36
Kuva 2: Mädät omenat	39
Kuva 3: Luokan yhteiset periaatteet.....	46

Liitteet

Liite 1: Lupalappu vanhemmille.....	62
Liite 2: Tutkimuslupa	63
Liite 3: Alkukartoitus.....	65
Liite 4: Kartoituskysely	67
Liite 5: Loppukysely	70
Liite 6: Työelämän palaute.....	72
Liite 7: Materiaalipaketti opettajille	73

Liite 1: Lupalappu vanhemmille

Hyvä Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokan oppilas, huoltaja ja opettaja

Olemme kolmannen vuoden sosionomiopiskelijoita Laurea-ammattikorkeakoulusta, Hyvinkään kampukselta. Aloitimme tammikuussa 2021 opinnäytetyön tekemisen ja tulemme tekemään toiminnallisen opinnäytetyön Kankarepuiston peruskoulun 4-luokan oppilaille 28.1.-31.5.2021 välisenä aikana. Opinnäytetyömme tarkoituksena on sosiaalisten taitojen vahvistaminen sekä kiusaamisen ehkäiseminen. Järjestämme oppilaille näiden tavoitteiden mukaista ohjattua toimintaa sekä keräämme heiltä tietoa opinnäytetyömme teemaan liittyen. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja oppilaille on oikeus kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta sekä keskeyttää osallistuminen. Kyselyyn vastaamatta jättäminen tulkitaan siten, että oppilas ei halua osallistua tutkimukseen.

Käytämme tutkimusten tuloksia opinnäytetyöraportissamme. Tulemme esittelemään opinnäytetyön Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoille ja henkilökunnalle. Valmis opinnäytetyö tallennetaan Theseus-tietokantaan. Keräämme aineistoa nimettömällä kyselylomakkeilla sekä havainnoimalla toiminnallisia hetkiä. Opinnäytetyöllä pyrimme saamaan lasten oman äänen kuuluviin heidän kokemusten pohjalta. Vastaaminen tehdään anonymisti eikä kenenkään tietoja käsitellä tai esitellä raportissa niin, että vastaaja tai hänen antamansa tiedot olisivat tunnistettavissa. Lasten osallistuminen tähän tutkimukseen on merkityksellistä.

Lämmin kiitos yhteistyöstä!

Ystävällisin terveisin,

Jasmin Elfarkoüssi & Lotta Rautajoki

Annan suostumukseni tiedonkeruuseen.

Oppilaan nimi:

Huoltajan allekirjoitus: _____

Liite 2: Tutkimuslupa

Helsingin kaupunki

Pöytäkirjanote

1 (2)

Kasvatuksen ja koulutuksen toimiala

12.3.2021

Perusopetuksen palvelukokonaisuus

Perusopetusjohtaja

Jasmin Elfarkoüssi

[REDACTED]

[REDACTED]

Päätös tutkimusluvan myöntämisestä HEL 2021-002247

HEL 2021-002247 T 13 02 01

Päätös

Perusopetusjohtaja päätti myöntää tutkimusluvan Jasmin Elfarkoüssin ja Lotta-Pauliina Rautajoen amk-opinnäytetyölle "Ketään ei saa jättää yksin!" päätöksen perusteluista tarkemmin ilmenevillä ehdoilla. Tutkimuslupapäätös on voimassa 30.6.2021 saakka.

Päätöksen perustelut

Postiosoite

Käyntiosoite

Puhelin

Y-tunnus

Tilinho

PL 51300

Töysänkatu 2 D

+358 9 310 8600

0201256-6

FI2922661800003009



00099 HELSINGIN KAUPUNKI

Helsinki 51

Faksi

Alv.nro

kasvatusjakoulutus@hel.fi

www.hel.fi/kasvatusjakoulutus

FI02012566

Jasmin Elfarkoüssi ja Lotta-Pauliina Rautajoki ovat hakeneet tutkimuslupaa amk-opinnäytetyölle. Kehittämistyön tavoitteena on vahvistaa yhdistelmäluokkana toimivan luokan sosiaalisia taitoja sekä ehkäistä kiusaamista toiminnallisten menetelmien avulla.

Tutkimusaineisto kerätään ajalla 15.3.2021-31.5.2021. Tutkimusaineisto kerätään kyselyllä, havainnoimalla ja toimintatutkimuksella, joka kohdistuu 9-10-vuotiaisiin oppilaisiin yhdessä koulussa. Tutkimuksen otoskoko on yksi yhdistelmäluokka. Kyseessä on kehittämistyö.

Tutkimus toteutetaan etätyövälineiden avulla, ilman tutkijan läsnäoloa koulussa, noudattaen Helsingin kaupungin korona-ohjeistusta.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Alle 15-vuotiaiden oppilaiden huoltajilta pyydetään kirjallinen suostumus lapsen tutkimukseen osallistumiselle. Oppilaiden huoltajia tiedotetaan ennalta tutkimuksesta. Tutkimusaineistoa käsitellään ja säilytetään tutkimuksen teon ajan hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua, viimeistään 30.9.2021.

Tutkimusaineisto ei sisällä henkilöiden tunnistetietoja.

Liite 3: Alkukartoitus

MINKÄLAINEN LUOKKA TEILLÄ ON? 🙌

Ympyröi sopiva vaihtoehto.

1.) **Minä olen**

Tyttö Poika Muu

2.) **Millaisena koet luokkasi ilmapiirin?**

Tosi huono Huono En tiedä Ihan ok Tosi hyvä



3.) **Onko sinulla kavereita luokallasi?**

Ei yhtään Vähän En tiedä Joo Paljon



4.) **Onko sinua kiusattu luokallasi?**

Joo, usein Joskus En tiedä Ei Ei koskaan



5.) **Onko jotain toista kiusattu luokallasi?**

Joo, usein Joskus En tiedä Ei Ei koskaan



6.) **Oletko itse kiusannut ketään luokallasi?**

Joo, usein Joskus En tiedä Ei Ei koskaan



RYHMÄTYÖTAIDOT



Ympyröi sopiva vaihtoehto.

1.) **Minä olen**

Tyttö Poika Muu

2.) **Työskenteletkö mielelläsi ryhmässä?**

En koskaan Joskus En tiedä Usein Aina



3.) **Koetko, että sinua kuunnellaan
ryhmässä?**

En koskaan Joskus En tiedä Usein Aina



4.) **Uskallatko sanoa omia mielipiteitä ryhmässä?**

En koskaan Joskus En tiedä Usein Aina



5.) **Miltä tuntuu työskennellä parin kanssa, jos paria ei saa itse valita?**

Tosi vaikealta Vaikealta En tiedä Helpolta Tosi helpolta



6.) **Työskenteletkö mielummin yksin vai muiden oppilaiden kanssa?**

Mielummin yksin Mielummin muiden kanssa Vaihtelee En tiedä



7.) **Viihdytkö luokassasi?**

En koskaan Joskus En tiedä Usein Aina



8.) **Mikä on luokallasi parasta?**
(Voit ympyröidä monta vaihtoehtoa)

Kaverit Kaikki yhteinen tekeminen Työrauha

Luokan yhteiset retket Opettaja Yhdessä tekeminen

Hauskat jutut Muu: _____

9.) **Meidän luokassa minua häiritsee eniten?**
(Voit ympyröidä monta vaihtoehtoa)

Meteli Kiusaaminen Toisille nauraminen

Hyvien kavereiden puuttuminen Huono työrauha

LOPPUKYSELY



Ympyröi sopiva vaihtoehto.

1.) **Minä olen**

Tyttö Poika Muu

2.) **Vahvistiko mielestäsi sosionomiopiskelijoiden (Jasminin ja Lotan) ohjaama toiminta teidän luokan ryhmähenkeä?**

Ei ollenkaan Ehkä vähän En tiedä Joo Tosi paljon



3.) **Koetko opiskelijoiden ohjaaman toiminnan ehkäisevän koulukiusaamista?**

Ei ollenkaan Ehkä vähän En tiedä Joo Tosi paljon



4.) **Koetko luokan ilmapiirin muuttuneen toiminnan jälkeen?**

Ei ollenkaan Ehkä vähän En tiedä Joo Tosi paljon



5.) **Onko joku seuraavista asioista kehittynyt luokassanne toiminnan aikana tai jälkeen? (Voit valita monta)**

- Yhteistyön tekeminen Kaikkien koulukavereiden hyväksyminen
- Työrauha luokassa Muiden huomioiminen
- Muiden kannustaminen Muiden kehuminen
- Tervehtiminen Anteeksi pyytäminen
- Toisten kunnioittaminen

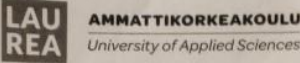
6.) **Haluaisitteko jatkossa samankaltaista toimintaa luokallenne?**

- Ei ollenkaan Ehkä vähän En tiedä Joo Joo, paljon
-     

Toivomme, että kirjoitat meille palautetta!

Vapaa palaute: _____

Liite 6: Työelämän palaute

		Työelämän palaute	
8.12.2015/ba			
Hyvä työelämän edustaja			
Kiitos, että tarjositte Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijalle/opiskelijoille mahdollisuuden tehdä opinnäytetyö yrityksenne/organisaatioonne. Työelämän kehittäminen on tärkeä osa opinnäytetöidemme arvioinnissa. Pyydämmekin näkemystänne.			
Yrityksen/organisaation nimi	Kankarepuiston peruskoulu / Helsingin kaupunki		
Työelämän edustajan/Arvioijan nimi ja tehtävänimike	Emilia Leinonen luokanopettaja Aino Mikkonen		
Opinnäytetyön ohjaaja yrityksessä/organisaatiossa	Emilia Leinonen Aino Mikkonen		
Opinnäytetyön tekijät	Jasmin Elfarkoussi & Lotta-Pauliina Rautajoki		
Miten yrityksenne/organisaatioonne hyödyntää tehtyä opinnäytetyötä?			
Oppilaiden kanssa työskentely näkyy jokapäiväisessä arjessa ryhmän opittua uusia tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittämisen työkaluja. Opinnäytetyötä voimme hyödyntää kokemuksen jakamiseen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen motivoituihin henkilöistölle.			
Mitä uutta ja/tai odottamatonta tuli esille opinnäytetyöprosessin aikana tai tuloksissa?			
Tehtävät innostivat oppilaita ja myös yleensä vähemmän aktiiviset oppilaat osallistuivat aktiviteetteihin hyvin mielellään.			
Miten kuvailisitte yhteistyötä opinnäytetyöntekijän/-tekijöiden kanssa?			
Antoisaa, sujuvaa ja innostavaa. Opiskelijat osasivat antaa oppilaille selkeitä, ikätasoisia ohjeistuksia ja olivat aktiivisia ja omatoimisia opinnäytetyönsä edistämisessä. Petkkää timanttia!			
Haluaisitteko jatkossakin tarjota opiskelijoillemme opinnäytetyön aiheita tai harjoittelupaikkoja? Miten haluaisitte kehittää yrityksenne/organisaatioonne ja Laurea-ammattikorkeakoulun yhteistyötä?			
Kuulemme mielellämme, mikäli tekeillä on vastaavanlaisia opinnäytetöitä.			
Paikka ja päivämäärä	18.5.2021		
Työelämän edustajan/arvioijan allekirjoitus	Emilia Leinonen Aino Mikkonen		
Nimenselvennys	Emilia Leinonen Aino Mikkonen		
Voitte palauttaa lomakkeen myös ilman allekirjoitusta sähköpostilla joko suoraan koulun ohjaajalle tai opinnäytetyöntekijälle, joka välittää viestin ohjaajalleen siten, että viestiketjusta näkyy allekirjoittajan sähköpostiosoite.			

Liite 7: Materiaalipaketti opettajille

Materiaalipaketti opettajille

Kankarepuiston peruskoulussa
tukemassa 4.-luokkalaisten
sosiaalisia taitoja kiusaamisen
ehkäisemiseksi



Jasmin Elfarkoussi
Lotta-Pauliina Rautajoki

1. Luokan ilmapiiri

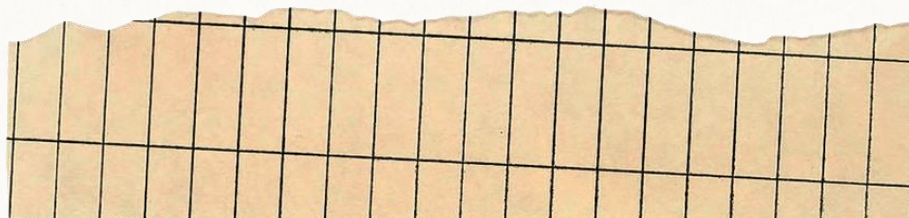
1. Mitkä asiat tekevät luokan ilmapiiristä hyvän?
2. Minkälaiset luokkakaverin teot saavat hyvän mielen?
3. Minkälaisilla teoilla voisit itse piristää luokkakaverin päivää?

Tähän voi hyödyntää
Padlet-alustaa.

Taukojumppa



**Mannerheimin
lastensuojeluliiton
taukojumppaharjoitus, joka
on rakennettu edistämään
kaveritaitoja ja tukemaan
ymmärrystä erilaisuudesta.**



Taukojumpan väitteet:

1. Se, joka aikoo moikkailla jatkossa enemmän, tekee kolme kyykkyhyppyä.

2. Se, joka tykkää olla toisten seurassa, pyörii kolme kertaa ympäri.

3. Se, joka viihtyy hyvin yksin, koskettaa ”pää, olka, peppu, varpaat”.

4. Se, jolla on eläinkaveri, nostaa molemmat kädet kohti kattoa.

5. Se, joka välittää muista, heiluttaa käsiä.

6. Se, joka huomioi toiset, hyppii paikalla kierroksen ympäri.

7. Se, joka ei jätä kaveria pulaan, piirtää käsillä ison sydämen. (MLL 2021.)

2. Autiolle saarelle

Autiolle saarelle-harjoitus tukemaan ryhmätyöskentelyä

1. Jokaiselle oppilaalle jaetaan paperi, johon oppilas kirjoittaa 10 asiaa, joita ottaisi mukaan autiolle saarelle.
2. Listan teon jälkeen oppilaat jaetaan pareittain ja oppilaat kertovat listansa toisilleen. Tämän jälkeen parit valitsevat yhteensä 10 asiaa, jotka ottaisivat mukaan autiolle saarelle. Päätös tehdään yhdessä.
3. Kun parit ovat päättäneet 10 asiaa, muodostetaan tämän jälkeen pienryhmät. Pienryhmässä parit esittelevät varustelistansa keskenään ja tämän jälkeen yhdessä päättävät 10 asiaa, jotka ottavat mukaan autiolle saarelle. (MLL 2021.)

Lopuksi:

Ryhmät esittelevät varustelistansa muille.

**Tehtävä vaatii oppilailta
kompromissien tekoa ja yhteistä
keskustelua**

3. Koulurauha-puu

Koulurauha-puu vuorovaikutustilanteiden tueksi

Koulurauha-puussa on neljä kohtaa, joihin kaikkiin tulee omenoita. Tehtävässä tulee valmiina omenoita, joissa on tehtäviä vuorovaikutuksen tueksi. Omenoihin voidaan keksiä tehtäviä myös itse.

Koulurauhapuun kohdat:

- Kohtaa
- Huomioi
- Uskalla
- Vaikuta

Koulurauha-puun tekemiseen tarvitaan vahvaa opettajan tukea ja sitoutunutta tekemistä yhdessä.

Esimerkiksi yhteisen aamun voi luokassa aloittaa muistuttamalla koulurauhapuusta ja päivän aiheesta.

(MLL 2021.)

Kokemuksia oppilailta:

Kuulleet kehuja enemmän, mikä tuntunut kivalta.

Kivoja tilanteita sellaisten kanssa, joiden kanssa ei normaalisti juttele tai tee asioita yhdessä.

KOULURAUHA-PUU



KOHTAA

HUOMIOI



USKALLA

VAIKUTA



100 kertaa meidän koulu — Oikeus olla ja unelmoida

Koulurauha-puun hedelmät ovat ystävällisyyteen, huomaavaisuuteen, kunnioittavaan kohtamiseen ja yhteisiin asioihin vaikuttamiseen liittyviä tehtäviä, jotka tukevat koulurauhan rakentamista. Koulu, jossa jokainen tulee kohdatuksi omana itsenään ja jossa jokainen uskallaa kurkottaa kohti omia unelmiaan on koulu, jossa kaikki yhteisön jäsenet viihtyvät. Kasvattakaa täynnä hedelmiä oleva Koulurauha-puu toteuttamalla omenoihin merkattuja koulurauhaa edistäviä tehtäviä.

Lue vinkkejä Koulurauha-puun käyttöön osoitteesta www.koulurauha.fi



KOHTAA

Nämä omenat kannustavat kunnioittavaan kohtaamiseen sekä ottamaan muiden mielipiteet ja tunteet huomioon. Omalla käytöksellä on suuri merkitys sille, millaista vuorovaikutus muiden kanssa on.

Tervehdi käytävällä myös sellaisia oppilaita, jotka eivät ole omalla luokallasi.

Sano jotain mukavaa jollekin oppilaalle.

Sano jotain mukavaa jollekin opettajalle.

Kysy sellaiselta luokkakaverilta, jonka kanssa et kovin usein juttele, mitä hänelle kuuluu.

Toivota hyvää huomenta kaikille, jotka tulevat aamulla vastaasi koulun käytävällä.

Kun olet eri mieltä jostakin luokkakaverisi kanssa, kerro rauhallisesti, miksi olet eri mieltä.

Iloitse toisen onnistumisesta.



HUOMIOI

Nämä omenat kannustavat pieniin huijiin tekoihin koulussa ja kotona. Pienillä teoilla jokainen voi vaikuttaa siihen, millainen ilmapiiri koko yhteisössä on. Hyvän tekeminen tuntuu itsesläkin hyvällä ja parantaa myös omaa hyvinvointia.

Tee jokin kiva asia kaverillesi.

Kiitä keittiön henkilökuntaa ja kehu ruuasta.

Tarjoa apuasi opettajalle esimerkiksi tavaroiden kantamisessa.

Tarjoa apuasi toiselle oppilaalle jossakin koulu-tehtävässä.

Ole välitunnilla eri seurassa kuin yleensä.

Pyydä toista oppilasta mukaan leikkiin/peliin tai viettämään kanssasi aikaa välitunnilla.

Syö eri seurassa kuin yleensä.

USKALLA

Nämä omenat kannustavat olemaan oma itsensä ja antamaan tilaa ja arvostusta erilaisille näkemyksille ja mielipiteille. Antamalla positiivista palautetta ihmisille ympärillämme voimme rohkaista kaikkia yrittämään parhaansa.

Kehu jonkun kaverin hyviä ominaisuuksia.

Kysy joltain kaverilta, mistä hän haaveilee.

Rohkaise hiljaisempaakin luokkakaveria kertomaan mielipiteensä.

Ole rohkeasti oma itsesi ja keskity siihen, että et mieli, mitä muut sinusta ajattelevat.

Anna positiivista palautetta sellaiselle oppilaalle, joka on aina oma itsensä.

Kirjoita positiivisia asioita pienille lapuille ja laita lappuja nimettömästi luokkakaverien pulpettiin tai naulakkaan.

Jos jollain näyttää olevan välitunnilla tylsää, mene rohkeasti kysymään, haluaisiko hän seurata.

VAIKUTA

Nämä omenat kannustavat ottamaan vastuuta ja huolehtimaan yhteisistä asioista. Osallistumisen myötä vahvistuu myös tunne siitä, että kaikkia tarvitaan yhteisössä ja jokaisen oppilaan toiveilla ja ideoilla on merkitystä.

Jos huomaat kiusaamista tai loukkaavaa kohtelua koulussa, kerro asiasta opettajille.

Mieti jokin asia, jota koulussa voisi kehittää, ja kirjoita asiasta aloite oppilaskunnalle.

Kirjoita positiivista palautetta koulun keittiöön tai kouluisännälle.

Tee koulun seinälle juliste, jossa muistutetaan ystävällisyydestä ja pienistä hyvistä teoista.

Kun joku esittää idean ja olet eri mieltä, perustele mielipiteesi ja koita löytää vaihtoehtoja ehdotetulle asialle.

Poimi lattialla olevat roskat roskiin, vaikka ne eivät olisi sinun jättämiäsi.

Ilmoittaudu vapaaehtoiseksi järjestämään jotain koulun tapahtumaa.

4. Erilaisuuden arvostaminen ja omat vahvuudet Minä ryhmän jäsenenä

- Levitetään lattialle/pöydille erilaisia luonnesanoja
- Oppilaat etsivät kolme itseään kuvaavaa sanaa
- Jkainen saa värillisen korttipohjan. Oppilaat liimaavat sanat pahville ja koristelevat kortista itselleen oman vahvuuskortin
- Kortit laitetaan luokan seinälle muistuttamaan jokaisen vahvuuksista ryhmän jäsenenä



Henttinen (2021, 38–39)

ystävällinen leikkisä hyväksyvä
rohkea

antelias määrätietoinen kiva reilu

PIRTEÄ LEMPEÄ ELOISA

YMMÄRTÄVÄINEN

veikeä huolellinen älykäs monitaitoinen

rehellinen vastuuntuntoinen iloinen

päätäväinen jämäkkä

kuuntelevainen hauska innokas myötäilevä

OSALLISTUVA OIKEUDENMUKAINEN

JUTTELEVA SINNIKÄS

vahva rohkaiseva tietävä ihana

kantaa ottava säteilevä pohdiskeleva avulias

luova suvaitsevainen päättäväinen

HARKITSEVAINEN

RAUHALLINEN

lämmän tunteellinen etevä viisas

TOISIA HUOMIOON OTTAVA

TURVALLINEN

rento mukava virkeä oppivainen

kekseliäs

vastuullinen joustava

huumorintajuinen

miettiväinen aurinkoinen kannustava

rauhallinen

taiteellinen sosiaalinen perusteellinen toimelias

ALOITTEELLINEN HUOMAAVAINEN

YMMÄRTÄVÄINEN

kohtelias keskusteleva

5. Luokan yhteiset periaatteet

Periaatteiden tavoitteena on tukea sellaista ryhmähenkeä ja ilmapiiriä, missä kaikilla on hyvä olla ja helppo toimia.

Tärkeää periaatteiden luomisessa on, että oppilaat ovat itse niiden luomisessa mukana.

Sopiva periaatteiden määrä on kolmesta viiteen periaatetta, joita oppilaat sitoutuvat noudattamaan.

Oppilaat voivat itse ideoida tai äänestää aikuisten ehdottamista periaatteista sopivat.

Henttinen (2021, 39)



Kankarepuiston peruskoulun 4.-luokkalaisten yhteiset periaatteet

Tehdään yhteistyötä:

- jokainen pystyy työskentelemään toisen kanssa, huolimatta onko tyttö vai poika tai onko millä luokalla

Tsempataan kaveria:

-kannustetaan kaikkia olemaan oma itsensä ja hyväksytään erilaisuus

Sanotaan yhdessä EI kiusaamiselle:

-ei haukuta

-ei jätetä ketään yksin

- ei käytetä fyysistä väkivaltaa

- ei puhuta selän takana toisista

-kerrotaan kiusaamisesta aikuiselle

Muistetaan kunnioitus toisia kohtaan:

-Annetaan kaikille työrauha, eikä puhuta luokkakavereiden tai opettajien päälle

-Kunnioitetaan luokkakavereita ja opettajia

Lähteet:

Henttinen, A. 2021. Salatut elämäntaidot. Tunne- ja ryhmätyöskentelytaitojen treeni. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus ry.

MLL. 2021. Hyvien tekojen koulurauhapuu.

<https://www.mll.fi/aineistot/hyvien-tekojen-koulurauhapuu/>

MLL. 2021. Se joka...

<https://www.mll.fi/tehtavat/se-joka/>

MLL. 2021. Autiolle saarelle.

<https://www.mll.fi/tehtavat/autiolle-saarelle-ryhmaan-vaikuttaminen/>