



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

ELINA HEIKKILÄ

Vuorovaikutuksen vahvistaminen ammattillisessa koulutuksessa

Yhteinen matka kohti hyvinvoivaa Sataedua

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA
(YAMK)
2023

Tekijä(t) Heikkilä, Elina	Julkaisun laji Opinnäytetyö, ylempi AMK	Päivämäärä toukokuu 2023
	Sivumäärä 61	Julkaisun kieli suomi
<p>Julkaisun nimi Vuorovaikutuksen vahvistaminen ammatillisessa koulutuksessa – Yhteinen matka kohti hyvinvoivaa Sataedua</p>		
<p>Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan tutkinto-ohjelma, ylempi ammattikorkeakoulututkinto</p>		
<p>Tämä opinnäytetyö toteutettiin tutkimuksellisena kehittämistyönä, jossa kehitettiin toimintatapoja opiskelijoiden hyvinvoinnin lisäämiseksi ammatillisessa koulutuksessa. Kehittäminen suunnattiin koulussa tapahtuvaan vuorovaikutukseen. Kehittämistyön taustalla oli huoli opiskelijoiden yksinäisyyden kokemuksen ja pahoinvoinnin lisääntymisestä.</p> <p>Kehittäminen toteutettiin yhteisölähtöisenä tutkimuksellisena kehittämistyönä toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa Sataedun Kokemäen toimipaikassa. Osassa kehittämistyön vaiheissa oli mukana myös muita Sataedun toimipaikkoja. Kehittämisessä oli mukana opiskelijoita, opettajia ja koulun muuta henkilöstöä. Kehittämistyössä keskeistä oli yhteinen vuoropuhelu ja dialogi.</p> <p>Kehittämistyön tuloksena saatiin lisättyä henkilöstön tietoisuutta nuorten hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Yhteisten dialogien pohjalta kerättiin ja kehitettiin opetushenkilöstön käyttöön toimintatapoja, joiden avulla voidaan tukea opiskelijoiden hyvinvointia. Toimintatavat liittyivät pääasiassa opiskeluryhmässä tapahtuvaan vuorovaikutukseen ja niissä on huomioitu sekä opettajan että opiskelijoiden välinen vuorovaikutus. Toimintatapoja koottiin vastuuopettajan muistilistaan, jonka avulla voidaan vähentää yksinäisyyden kokemusta ja tukea opiskelijoiden tunnetta turvallisuudesta, toimijuudesta ja positiivisesta itsetunnosta.</p> <p>Tärkeänä nähtiin jokaisen opiskelijan kohtaaminen päivittäin ja hyvinvoinnin vahvistaminen vuorovaikutuksen avulla.</p>		
<p>Asiasanat opiskelijoiden hyvinvointi, vuorovaikutus koulussa, hyvinvoinnin tukeminen opetuksessa, yhteisöllinen opiskeluhuolto</p>		

Author(s) Heikkilä, Elina	Type of Publication Master's thesis	Date May 2023
	Number of pages 61	Language of publication: Finnish
Title of publication Reinforcing interaction in vocational education – A common journey towards a well-being in Sataedu		
Degree program Master of Social Services		
<p>This thesis was carried out as a research-based development work, in which methods were developed to increase student well-being in vocational education. The development was directed towards interaction in a school environment. The development work was motivated by concerns about the increasing experience of loneliness among students.</p> <p>The development was carried out as a community-led research-based development work in vocational upper secondary education at Satedu's Kokemäki site. Other Sataedu locations were also involved in some parts of the development work. Students, teachers, and other school staff were involved in the development. Mutual dialogue was a key element of the development work.</p> <p>As a result of the development work, staff's awareness of factors affecting the well-being of students was increased. Based on the mutual dialogues, practices were collected and developed for teaching staff to support students' well-being. These practices were mainly related to interactions in study groups and took into account both teacher and student interactions. The practices were collected to a checklist for the responsible teacher to help reduce students' experience of loneliness and support their feelings of safety, agency, and positive self-esteem.</p> <p>Paying attention to each student on a daily basis and reinforcing well-being through interactions were seen as important.</p>		
<p><u>Key words</u> student well-being, interaction in school, supporting well-being in teaching, collective pupil welfare services</p>		

ALKUSANAT

”No mulla on ihan mahtava opettaja, kato joka aamu se kysyy ”no moro, mitä kuuluu” ja sitten se kysyy päivällä, että ”kuis hurisee”. Näillä sanoilla kuvasi eräs opiskelija opettajaansa yksilökäynnillä luonani Satedun Kokemäen toimipaikassa, jossa työskentelen kuraattorina. Tunsin opiskelijan mainitseman opettajan ja hänen tapansa kohdata opiskelijoita. Hymy nousi meidän molempien kasvoille. En hetkeäkään epäröinyt, ett-eikö heidän kahden kohtaamisessaan toteutuisi vuorovaikutuksen positiivinen vaikutus.

”Äiti en tahdo mennä kouluun” laulaa Tommi Läntinen. Laulun julkaisemisesta on kohta kaksikymmentä vuotta, mutta sen sanoma on pysynyt samana liian monen nuoren kohdalla. Laulun taustalla on koettu kiusaaminen, mutta todellisuudessa koulussa viihtymättömyyteen on monia syitä. Uuden oppivelvollisuuslain myötä koulun tulisi tavoittaa yhtä useammat nuoret. Miksi emme pystyisi rakentamaan koulusta ympäristön, jossa positiivinen vuorovaikutus näkyy ja se olisi yksi osa hyvinvointimme peruskiviä. Tästä haaveesta on lähtenyt liikkeelle tämä kehittämistyö. Onnekseni olen saanut ympärilleni työtoverit, joiden kanssa tämän matkan tekeminen tuli mahdolliseksi. Kiitos siis jokaiselle tässä kehittämistyössä mukana olleelle opiskelijalle, opettajalle ja muulle henkilöstölle. Yhdessä olemme enemmän. Ollessaan jonkun oikein tärkeän äärellä, tuntuu pystyvän paljon enempään, kuin ensin uskoikaan.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	8
1.1 Kehittämissyö	8
1.2 Kehittämissyön tarve ja perustelut	9
1.3 Satakunnan koulutuskuntayhtymä Sataedun kuvaus	13
1.4 Kehittämisskumppanuudet	14
1.4.1 Opiskelijoiden osallistuminen kehittämissyöhön.....	14
1.4.2 Henkilöstön osallistuminen kehittämissyöhön.....	15
1.4.3 Oikeus osallistua hanke	16
2 KEHITTÄMISSYÖN TIETOPERUSTA.....	16
2.1 Kehittämissyötä määrittävät lait	16
2.2 Nuorten hyvinvointi ja pahoinvointi	17
2.3 Yksinäisyys ja yhteisöt nuorten näkökulmasta, Sosiaalinen pääoma	18
2.4 Opiskeluyhteisö hyvinvoinnin mahdollistajana	20
2.4.1 Opettajan roolin ja vuorovaikutuksen merkityksellisyys	22
2.5 Opiskeluhuvinvointiin vaikuttavat tekijät	25
2.5.1 Tunne turvallisuudesta.....	26
2.5.2 Tunne toimijuudesta	28
2.5.3 Positiivinen itsetunto, kyky nähdä itsensä positiivisesti	30
3 KEHITTÄMISSYÖN TOTEUTUS.....	34
3.1 Yhteisölähtöinen kehittäminen.....	34
3.2 Kehittämissyön toteutus	38
3.2.1 Kehittämissyön tarpeen kartoittaminen ja käynnistäminen	38
3.2.2 Kehittämissyön tarkentuminen ja ohjausryhmän muodostuminen kehittämissyön tueksi.....	40
3.2.3 Kehittämissyön eteneminen yhdistämällä tutkittua tietoa ja työyhteisöön osaamista	42
3.2.4 Vuoropuhelu opintoaloilla, yhteisön merkitys korostuu tiedon keruussa	44
3.2.5 Toteutusvaiheen menetelmät ja prosessi, yhteisöstä nousseen tiedon saaminen koko Sataedun käyttöön	46
3.2.6 Päätös- ja arviointivaiheen menetelmät ja prosessi	47
3.3 Kehittämissyön luotettavuus ja materiaalit.....	48
4 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	50
4.1 Kehittämissyön tulokset	50
4.1.1 Yksinäisten opiskelijoiden tukeminen opiskeluryhmässä	50
4.1.2 Opiskelijan turvallisuuden tunteen tukeminen opiskeluryhmässä.....	52

4.1.3 Opiskelijan toimijuuden tunteen tukeminen opiskeluryhmässä	53
4.1.4 Positiivisen itsetunnon vahvistaminen opiskeluryhmässä	54
4.1.5 Lämpimän siirtymän tukeminen	55
4.2 Yhteenveto kehittämistyön tuloksista	55
5 TUTKIMUSETIIKKA	58
6 POHDINTA	59
LÄHTEET	
LIITTEET	

SYMBOLI- JA LYHENNELUETTELO

Tässä kehittämistyössä toimijoina on mainittu useasti opiskelijapalveluiden ja opiskeluhuollon henkilöstöä. Opiskelijapalveluiden työntekijät ovat Sataedun työntekijöitä ja opiskeluhuollon työntekijät hyvinvointialueiden työntekijöitä. Opiskelijapalveluiden ja opiskeluhuollon yhteisenä tehtävänä on edistää hyvinvointia, oppimista ja opintojen etenemistä. Opiskelijapalveluiden työ painottuu oppimiseen ja opiskeluhuollon muuhun psykososiaaliseen tukemiseen.

Vastuupettajan tehtäviin kuuluu perehdyttää opiskelija opiskelukäytäntöihin, tiedottaa ajankohtaisista asioista ja vastata ammatillisesta ohjauksesta yhdessä muiden opettajien kanssa. Vastuupettaja seuraa ryhmänsä opiskelijoiden opintojen etenemistä ja läsnäoloa opetuksessa. Jokaisella opiskelijalla on oma vastuupettaja.

Opintoaloilla tarkoitetaan tässä kehittämistyössä fyysisiä ja sosiaalisia paikkoja, joissa ammatillisten aineiden opiskelu tapahtuu. Opettajat ja opiskelijat ovat suurimman osan opiskelupäivien ajasta opintoaloilla.

1 JOHDANTO

1.1 Kehittämistyö

Yhteiskunnassa tapahtuu ja tulee tapahtumaan muutoksia, joiden mahdollisia negatiivisia seurauksia voidaan ennakoida yrittämällä tehdä asiat oikein. Toisinaan huomataan, että pieleen meni, ongelmia ilmeni ja on korvaavien toimenpiteiden aika. Välillä jää myös epäselväksi, mikä olikaan syy tilanteeseen. Tärkeämpää on kuitenkin hakea tilanteeseen ratkaisuja kuin syitä. Tällaisesta näkökulmasta lähdettiin liikkeelle tässä kehittämistyössä.

Syksyn 2021 aikana nuorten lisääntynyt pahoinvointi ja yksinäisyys alkoivat näkyä paikallisesti omassa työssäni koulukuraattorina, alueellisesti erilaisten verkostojen keskusteluissa sekä valtakunnallisten tilastojen, tutkimusten ja julkaisujen kautta. Nuorten pahoinvointi näkyi moninaisena oireiluna psyykkisessä, fyysisessä ja sosiaalisessa terveydessä. Tilanteesta käytettiin jopa termiä ”kansallinen hätätilanne”.

Tuntui lähes mahdottomalta ja vastuuttomalta olla reagoimatta omassa työssä ja samanaikaisissa sosionomi YAMK – opinnoissa tähän, joten kehittämistyöni tavoitteeksi muodostui nuorten hyvinvoinnin lisääminen. Kehittämistyö rajattiin toteutettavaksi ammatillisessa koulutuksessa fokuksena koulussa tapahtuvaan vuorovaikutukseen.

Heti alussa oli itselleni selvää, että näin isoa ongelmaa ei voida ratkaista yksin, vaan siitä pitäisi tulla koko yhteisön yhteinen tavoitetila. Tavoitteeksi muodostui yhteisölähtöisesti löytää keinoja opiskeluhyvinvoinnin lisäämiseksi keskittymällä vuorovaikutukseen kouluyhteisössä. Kehittämistyö toteutettiin toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa Satedun Kokemäen toimipaikassa ja osassa kehittämistyön vaiheissa oli mukana myös muita Sataedun toimipaikkoja. Vuorovaikutuksen kehittämisessä huomioitiin sekä laadullinen että määrällinen vuorovaikutus. Kehittämistyössä oli selkeä näkemys positiivisen vuorovaikutuksen merkityksestä opiskelijan hyvinvointiin. Vuorovaikutuksen kehittämisessä korostui opettajan ja opiskelijan välinen vuorovaikutus

sekä yksilönä että osana ryhmää. Kehittämistyössä huomioitiin myös opiskelijoiden keskinäinen vuorovaikutus, johon nähtiin vaikuttavan opettajan vuorovaikutteisuus yksittäisten opiskelijoiden ja ryhmän kanssa.

Kehittämistyö toteutettiin opiskelijoiden, opettajien, opiskelu- ja opiskeluhuoltopalveluiden yhteisenä vuoropuheluna. Kehittäminen sisälsi keskusteluita, sähköisiä kyselyitä ja yhteisiä dialogeja. Koko kehittämisprosessin ajan hyödynnettiin kouluyhteisön asiantuntijuutta ja osaamista. Refleksiivisten keskustelujen pohjalta syntyi opettajan muistilista, johon on koottu kehittämistyön aikana nousutta tietoa. Kehittämistyö ei jäänyt kertaluonteiseksi kokeiluksi, vaan sillä tavoiteltiin pysyvää muutosta toimintakulttuurissa.

Tässä raportissa perustelen aluksi kehittämistyön tarvetta. Toiseksi pyrin kuvaamaan kehittämistyöhön liittyvää organisaatiota ja yhteisöä. Kehittämistyön kuvaaminen jatkuu käsittelemällä siihen liittyvää teoriaa ja tutkimustietoa, jonka jälkeen kerron kehittämistyön toteutuksesta ja tuloksista. Lopuksi vielä arvioin kehittämistä, sen luotettavuutta ja suhdetta taustateorioihin.

1.2 Kehittämistyön tarve ja perustelut

Kehittämistyön tarve nousi esiin omassa työssäni koulukuraattorina syksyn 2021 aikana. Opiskelijoiden kokemat ongelmat olivat lisääntyneet ja ne myös tuntuivat koskettavan yhä useampia heistä. Yksinäisyys, erilaiset fyysiset kivut, unettomuus, masennuksen ja ahdistuksen oireet, heikko itsetunto sekä vuorovaikutuksen ongelmat olivat tyypillisiä huolenaiheita opiskelijoilla, jotka heijastuivat heidän koulunsa käymättömyyteen ja hyvinvointiin huolestuttavalla tavalla. Opiskelijoiden vuorovaikutus muiden opiskelijoiden ja opettajien kanssa tuntui vähenevän jatkuvasti ja osan kohdalla se oli lähes olematonta. Kokemus vuorovaikutuksen laadusta saattoi olla negatiivista ja aliarvioivaa. Takana oli myös yli vuoden kestänyt covid-19 epidemia, jonka vuoksi koulussa oli ollut etäopiskelua. Tämä luultavasti oli myös vaikuttanut tilanteen pahenemiseen.

Huoli opiskelijoiden tilanteesta oli mittava, joka huomioitiin myös omaan työhöni kuuluvassa verkostotyössä. Yhteistyötahojen kanssa käydyissä keskusteluissa huoli nousi esiin lähes viikoittain. Muiden kuraattorien ja nuorten kanssa työskentelevien kanssa käydyt useat keskustelut vahvistivat yhteistä näkemystä nuoren hyvinvoinnin selkeästä heikkenemisestä.

Opiskelijoiden kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta päätin heidän ongelmien helpottamiselle olevan yhteistä positiivisen vuorovaikutuksen ja yhteisön, johon tuntee kuuluvansa. Pahoinvointi näyttäytyi olevan ainakin osittain sidoksissa sosiaaliseen verkostoon ja kasvuyhteisöön. Yksilöllisessä opiskeluhuoltotyössä kuraattorina oli usein toiveena positiivisen vuorovaikutuksen näkyminen luokkayhteisössä, jolla uskoin olevan paljon merkitystä opiskelijan kokemaan hyvinvointiin. Mietin myös ajallisen läsnäolon merkitystä. Yksilöllisessä opiskeluhuollossa näen opiskelijan noin tunnin viikossa, kun vastaavasti opettaja näkee häntä useita jopa kymmeniäkin tunteja viikossa.

Kehittämistyön tarve näkyi myös kouluterveyskyselyssä. Kysely teetetään kahden vuoden välein perusopetuksen 4., 5., 8. ja 9. luokkalaisille sekä ammatillisen oppilaitosten ja lukiokoulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoille. Kysely tuottaa monipuolista ja luotettavaa tietoa eri ikäisten lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, osallisuudesta, koulunkäynnistä ja opiskelusta. Yläasteella ja toisella asteella koulukiusaaminen oli vähentynyt, mutta vastaavasti opiskelijan kokemus koulu- tai luokkayhteisöön kuulumisesta oli laskenut selvästi. Vuonna 2021 ammatillisen koulun opiskelijoista 62,3 % koki olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä, kun vastaava luku vuonna 2017 oli 70,5 %. Kokemus muihin yhteisöihin kuulumisesta oli myös heikentynyt. Vuonna 2017 yksinäisyyttä koki 9,3 % opiskelijoista, kun vastaava luku vuonna 2021 oli 16,9 %. Ammatillista koulua käyvistä tytöistä koki yksinäisyyttä 26 %. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

Tammikuussa 2022 julkaistiin kouluterveyskyselyn koulukohtaiset tulokset, joista vertailin tuloksia Sataedun Kokemäen toimipaikan ja koko maan ammatillisten oppilaitosten välillä. Vertailussa huomioin vuosien 2019 ja 2021 välissä tapahtuneita muutoksia, joista poimin mielialaan, yksinäisyyteen ja vuorovaikutuksen liittyviä lukuja.

Selkeimmin olivat nousseet yksinäisyyteen ja mielialaan liittyvät haasteet. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.)

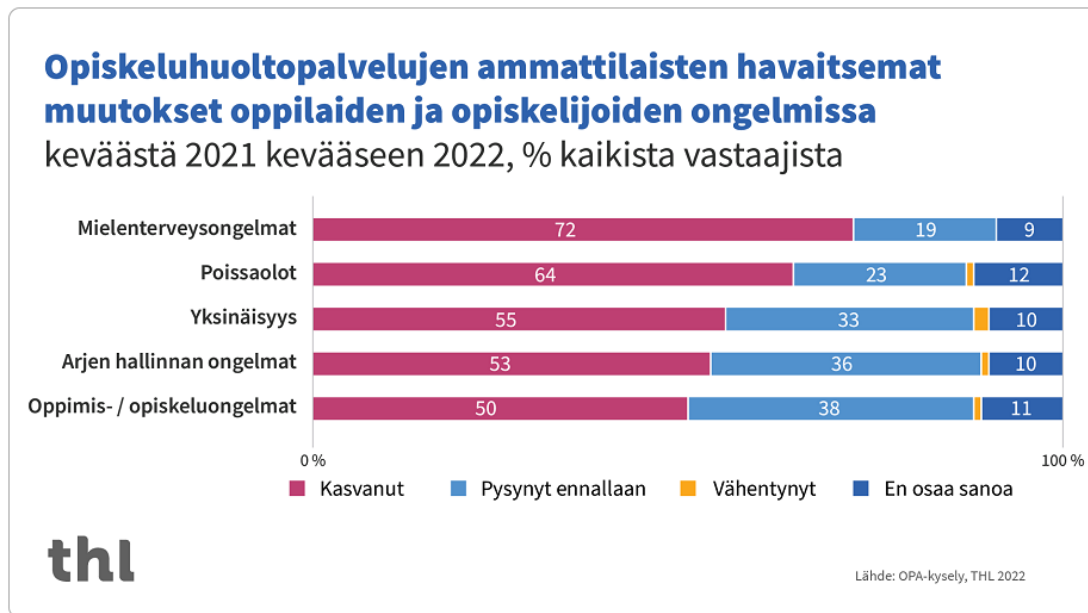
Taulukko 1. Sataedun ja koko maan vertailua kouluterveyskyselyn tuloksista (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2021)

	Sataedu 2019	Koko maa 2019	Sataedu 2021	Koko maa 2021
ollut huolissaan mielialastaan	19,4 %	28,4 %	35,6 %	34 %
tuntee itsensä yksinäiseksi	9 %	11,1 %	17,1 %	16,9 %
opettaja ei ole kiinnostunut oppilaan kuulumisista	28,3 %	22,6 %	15,1 %	16,2 %
opettajalta saatu kohtelu on väliä ja oikeudenmukaista	66 %	67,2 %	69,8 %	75,5 %
ongelmia oppimisyhteisön ilmapiirissä	3,5 %	4,2 %	2,2 %	2,2 %

Amisbarometri seuraa ammattiin opiskelevien hyvinvointia ja tulevaisuudennäkymiä kahden vuoden välein. Vuoden 2022 amisbarometrissa muistutettiin oppilaitosten tehtävästä luoda opiskeluyhteisö, jossa kaikki otetaan yhdenvertaisesti mukaan ilman ulkopuolelle jäämisen pelkoa. Vuoden 2022 tuloksissa näkyi, että alle 20-vuotiaista naisista 63 % ja miehistä 75 % koki kuuluvansa opiskelijoiden joukkoon oppilaitoksesansa. (Amisbarometri, 2022.)

Huoli nuorten tilanteesta näkyi valtakunnallisesti nuorten kanssa työskentelevien keskuudessa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja Opetushallitus teettivät keväällä 2022 laajan kyselyn opiskelijahuoltopalveluille, johon vastasi yhteensä noin 1350 kuraattoria, lääkäriä, psykologia ja terveydenhoitajaa. Kyselyn tulokset osoittivat opiskelijoiden ongelmien ja tuen tarpeen kasvaneen lukuvuonna 2021–2022. Alla olevassa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen taulukossa näkyy erilaisten ongelmien lisääntymisen.

Taulukko 2. Opiskeluhoitopalvelujen ja ammattilaisten havaitsemat muutokset oppilaiden ja opiskelijoiden ongelmissa (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2022)



Nuorten pahoinvoinnin tiedetään näkyvän myös rikekäyttäytymisenä (Ellonen, 2008, s. 24). Nuorisotyöntekijöiden huoli nuorten tilanteesta nousi esiin Pelastakaa Lapset ry:n julkaisussa ”Nuorisotyöntekijöiden silmin: Ekstremismi ja vihapuhe Suomessa”. Nuorisotyöntekijöille teetetty kyselyn pohjalta 47 % koki radikalisoitumisen ja ääriajattelun lisääntyneen nuorten keskuudessa ja 78 % koki vihapuheen lisääntyneen. Kysely tehtiin vuoden 2021–2022 vaihteessa ja siihen vastasi 187 nuorisotyöntekijää. Nuorisotyöntekijät olivat myös yleisesti huolissaan nuorten hyvinvoinnista, kuten päihdeongelmista, syrjäytymisestä, yksinäisyydestä, levottomuudesta, suorituspainesta, liiallisesta pelaamisesta ja osallisuuden puutteesta. (Pelastakaa lapset, 2022, s. 8, 12.)

Yksinäisyyden merkitys nuorten fyysiseen oireiluun todettiin lääkäri-lehdessä julkaisussa tutkimuksessa. Yksinäisillä nuorilla oli enemmän päänsärkyä, vatsakipua, selkäkipua, hermostuneisuutta ja nukahtamisvaikeuksia sekä lääkitys muita nuoria useammin näihin oireisiin. Kirjoituksessa painotettiin sekä koulussa että kotona

kiinnitettävän yksinäisyyteen enemmän huomiota, koska sen ehkäiseminen on tärkeää. (Lyyra ym., 2019.)

Terveydenhuollon näkökulma nousi esiin myös Aamulehdessä, jossa haastateltiin Tampereen yliopistollisen sairaalan nuorisopsykiatrian vastualuejohtajaa ylilääkäri Riittakerttu Kaltialaa. Kirjoituksessa nostettiin esiin masennuksen ja ahdistuksen lisääntymisen nuorten keskuudessa. Kaltialan mielestä ongelmien hoitaminen puhumalla ei ole aina oikea vaihtoehto, vaan asioita voidaan hoitaa suuntaamalla huomio muualle. (Kaltiala, 2022.) Kehittämistyöni tukee tätä ajatusta, jossa yhteisöllinen opiskeluhuolto nousee tärkeäksi tekijäksi hyvinvoinnin lisäämisessä.

Onnistuessaan tällä kehittämistyöllä on merkitystä laajasti. Sen tuloksia voidaan huomioida ja hyödyntää muissa kouluissa ja vastaavissa yhteisöissä. Kehittämistyöllä pystytään lisäämään opiskelijan yksilönä kokemaa hyvinvointia, joka heijastuu koko opiskeluyhteisöön. Inhimillisen hyödyn lisäksi tulevaisuudessa voidaan nähdä myös yhteiskunnallinen merkitys, joka näkyy hyvinvoinnin ja työkyvyn kasvuna.

1.3 Satakunnan koulutuskuntayhtymä Sataedun kuvaus

Kehittämistyö toteutettiin Satakunnan koulutuskuntayhtymän Sataedun Kokemäen toimipaikassa. Sataedu on ammatillinen koulu, joka kouluttaa ammattiin ja tarjoaa ammattitaitoa vahvistavaa jatko- ja lisäkoulutusta. Sataedu toimii paikallisesti, kansallisesti ja kansainvälisesti. Koulutusta järjestetään Harjavallassa, Huittisissa, Kankaanpäässä, Kokemäellä, Nakkilassa, Parkanossa, Raumalla ja Ulvilassa. Kokemäen toimipaikassa voi opiskella ajoneuvoalaa, hierontaa, hius- ja kauneusalaa, kone- ja tuotantotekniikkaa, puhtaus- ja kiinteistöpalveluja, rakentamista, ravintola-alaa, sosiaali- ja terveysalaa, sähkö- ja automaatioalaa, taideteollisuusalaa ja tutkintoon valmentavia opintoja. Sataedun Kokemäen toimipaikassa suurin osa opiskelijoista on nuoria ja peruskoulusta suoraan jatko-opintoihin tulleita. Opiskelijoiden lukumäärä vaihtelee noin 450–550 välillä riippuen vuodenajasta. Sataedun arvoja ovat yksilöllisyys, innostuneisuus ja turvallisuus. Toiminta on yhteisöllistä ja innostavaa. Vastuu opiskelijoiden ja henkilöstön hyvinvoinnista on kaikilla työyhteisön jäsenillä. (Sataedu, 2022, kohta ”Sataedu ja arvot ja strategiat”.)

Opiskelijat itse kuvaavat Sataedun Kokemäen toimipaikkaa pääasiassa positiivisin sanoin. Henkilöstöä pidetään mukavana ja kiusaamisen koetaan vähentyneen edellisiin kouluihin verrattuna. Sataedun Kokemäen toimipaikkaan kuuluu ”morjestelukulttuuri”, jossa henkilöstön ja opiskelijoiden välille on muodostunut toimintatavaksi iloisen ja säännöllinen tervehtiminen. Kulttuuria pidetään kouluyhteisössä tärkeänä ja siitä kerrotaan opiskelijoille jo aloituspäivänä. Morjestelusta on tullut opiskelijoilta runsaasti positiivista palautetta. Kokemus iloisesta kohtaamisesta ja näkyväksi tulemisestä on ilahduttanut lukemattomia opiskelijoita.

Kuraattorina koen toimipaikassa olevan yleisestikin positiivisen asenteen, joka näkyy koko työyhteisössä työntekijän työstä ja sen vastuusta riippumatta. Työyhteisöä voisi kuvata sanoilla tasavertainen, työntekijöitä arvostava ja osallistava. Oman arvioni mukaan työyhteisömme on myös kehittämishaluista, joka näkyy sekä työntekijöiden positiivisena asenteena uusia asioita kohtaan että haluna panostaa opiskelijoiden hyvinvointiin. Terve työyhteisö ja kannustavat työntekijät ovatkin mahdollistaneet tämän kehittämistyön toteuttamisen.

1.4 Kehittämiskumppanuudet

1.4.1 Opiskelijoiden osallistuminen kehittämistyöhön

Opiskelijoiden mukana olo kehittämisprosessissa oli välttämätöntä aidon tiedon saamiseksi. Kehittämistyön perustelut ja haasteet näkyivät opiskelijoiden ja yleensäkin nuorten hyvinvoinnissa. Kehittämistyön alussa opiskelijoiden osuus näkyi opiskelijoiden kuraattorikäyntien aikana, jolloin kartoitin kehittämistyön tarvetta ja mahdollisia ratkaisuja tilanteeseen koulun vaikuttamisen näkökulmasta. Opiskelijoiden mielipiteitä hyvinvointiin liittyen kyseltiin myös erilaisissa teemapäivissä Sataedun Kokemäen toimipaikassa ja opiskelijakunnan kokouksessa.

Koko Sataedun opiskelijoilta saatiin laajasti tietoa heidän osallistumisellaan sähköiseen kyselyyn, joka liittyi yksinäisyyden kokemukseen. Kysely toteutettiin kaikissa Sataedun toimipaikoissa. Opiskelijoiden kysely tehtiin vuoden 2022 alussa, jolloin

opiskelijoita oli paljon työpaikalla tapahtuvassa koulutuksessa. Tämä saattoi vähentää kyselyyn osallistuneiden määrää.

1.4.2 Henkilöstön osallistuminen kehittämistyöhön

Kehittämistyön toteutusta ohjasi moniammatillinen tiimi, johon kuului kaksi terveydenhoitajaa, kolme opinto-ohjaajaa, erityisopettaja, koulupsykologi ja markkinointisuunnittelija. Moniammatilliseen tiimiin kuuluvat henkilöt olivat pääasiassa Sataedun Kokemäen toimipaikasta. Yksi opinto-ohjaajista oli Ulvilan toimipaikasta ja markkinointisuunnittelija työskenteli koko Sataedun alueella.

Tavoitteena oli alusta asti saada henkilöstö mukaan kehittämiseen. Osa Sataedun opettajista osallistui kehittämiseen jo sen suunnitteluvaiheessa, jolloin kartoitin satunnaisesti heidän ajatuksiaan kehittämistyön tarpeellisuudesta ja toteuttamisesta. Näihin keskusteluihin valikoitui opettajat, joiden kanssa tein muutenkin paljon yhteistyötä yksilöllisen opiskeluhuollon puitteissa. Kaikille opettajille järjestettiin myös kysely opiskelijoiden yksinäisyyteen liittyen, joka pidettiin vuoden 2022 alussa. Sataedun Kokemäen toimipaikan jokaiselta alalta opettajat osallistuivat kehittämiseen myös opintoalalavereissa.

Kehittämistyöhön vaikutti myös Sataedun esihenkilöitä. Rehtori Anne Laineen kanssa käydyt monet keskustelut antoivat suuntaa ja rohkeutta kehittämistyöhön. Opintoalojen koulutuspäälliköiltä varmistettiin opettajien saavan käyttää työaika opintoalalavereihin. Kehittämistyön tärkeänä työparina toimi opinto-ohjaaja Johanna Rantalainen, koska hänen kanssaan suurin osa kehittämistyössä käytetyistä materiaaleista saatiin viimeistelyä valmiiksi.

Koko kehittämistyön ajan pyrin kannustamaan koko henkilöstöä antamaan palautetta ja tuomaan omia ajatuksia kehittämiseen liittyen. Kehittämisestä muistutettiin henkilöstön infokahvien yhteydessä. Henkilöstö toi ehdotuksia esiin satunnaisesti prosessin edetessä. Jokaisella opetushenkilöstöön kuuluvalla oli mahdollisuus osallistua kehittämiseen sekä kirjallisen kyselyn että suullisen palautteen kautta.

1.4.3 Oikeus osallistua -hanke

Ohjausryhmässä mukana olleista työntekijöistä kaksi opinto-ohjaajaa oli mukana myös Oikeus osallistua -hankkeessa, josta muodostui yhteistyökumppani kehittämistyölle. Oikeus osallistua -hanke oli opetushallituksen rahoittama hanke, jossa Satedu oli mukana. Hanke päättyi 30.6.2022. Satedun verkkosivuilla hankkeen yhtenä tavoitteena oli tukea oppilaitosten opiskelijatoimintaa, lisätä oppilaitosten yhteisöllisyyttä, opiskelijoiden osallisuutta sekä vahvistaa oppilaitosten turvallisuuskulttuuria. Opiskelijoiden vaikuttamis- ja palauteprosesseja kehitettiin ja opintoihin kiinnittymistä vahvistettiin ryhmäytymisellä ja vertaisohjausta kehittämällä. Hankkeessa parannettiin myös opetus- ja ohjaushenkilöstön vuorovaikutustaitoja ja kehitettiin oppilaitoksissa tehtävää nuorisotyötä. (Satedu, 2022, kohta ”hanke/oikeus osallistua”).

Oikeus Osallistua -hankkeen toimesta kehitettiin Sataedussa hyvinvoinnin vuosikello ja siihen perustuva hyvinvoinnin tiekartta, jossa moniammatillinen tiimimme oli myös mukana. Hyvinvoinnin tiekartta ja tämä kehittämistyö muodostivat yhtenevän kokonaisuuden, jossa molempien päätavoite oli sama eli hyvinvoinnin lisääminen opiskeluyhteisössä. Hyvinvoinnin tiekartta perustui vuosittaisiin tapahtumiin, joiden tavoitteena on opiskelijahyvinvoinnin parantaminen. Näissä tapahtumissa pyrittiin järjestämään opiskelijoiden osallistuminen mahdollisimman helpoksi, jotta kukaan opiskelija ei jäisi ulkopuoliseksi niissä.

2 KEHITTÄMISTYÖN TIETOPERUSTA

2.1 Kehittämistyötä määrittävät lait

Ammatillisen koulutuksen toteuttamista ohjeistaa useat eri lait, asetukset, määräykset ja säädökset. Laki ammatillisesta koulutuksesta huomioi koulutuksen tarkoituksessa myös opiskelijan hyvinvointiin liittyviä asioita. Koulutuksen tarkoituksena on työ- ja toimintakyvyn jatkuva ylläpitäminen. Koulutuksen tavoitteena on myös tukea opiskelijoiden kehittymistä hyviksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi. (Laki ammatillisesta koulutuksesta 531/2017, 1 luku 2 §.)

Oppilas- ja opiskelijahuoltolain tarkoituksena on edistää opiskelijoiden oppimista, terveyttä ja hyvinvointia sekä osallisuutta ja ehkäistä ongelmien syntymistä. Sen tarkoituksena on myös edistää oppilaitosyhteisön ja opiskeluympäristön hyvinvointia, terveellisyyttä ja turvallisuutta, esteettömyyttä, yhteisöllistä toimintaa sekä kodin ja oppilaitoksen välistä yhteistyötä. Opiskeluhoito on opiskelijan hyvän oppimisen, hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä sekä niiden edellytyksiä lisäävää toimintaa oppilaitosyhteisössä. Opiskeluhoitoa toteutetaan ensisijaisesti ennaltaehkäisevänä koko oppilaitosyhteisöä tukevana yhteisöllisenä opiskeluhoitona. Tällä tarkoitetaan toimintakulttuuria ja toimia, joilla koko oppilaitosyhteisössä edistetään opiskelijoiden oppimista, hyvinvointia, terveyttä, sosiaalista vastuullisuutta, vuorovaikutusta ja osallisuutta. Yhteisöllistä opiskeluhoitoa toteuttavat kaikki opiskeluhoillon toimijat ja ensisijainen vastuu oppilaitosyhteisön hyvinvoinnista on koko oppilaitoksen henkilökunnalla. (Opiskeluhoitolaki 1287/2013, 1 luku, 2, 3 ja 4 §.)

Yhteisöllinen opiskeluhoito nähdään monesti yksittäisinä suurina tapahtumina ja se ulkoistetaan opiskeluhoillon työntekijöiden toteuttamaksi, mikä ei kuitenkaan ole sen pääasiallinen tarkoitus. Yhteisöllisen opiskeluhoillon tulee näkyä päivittäin opiskelijoiden ja henkilöstön vuorovaikutuksessa, josta muodostui tämän kehittämistyön päätaavoite. Opiskelijat ovat koulupäivän aikana eniten vuorovaikutuksessa henkilöstöstä opettajien kanssa, jolloin hyvinvointiin liittyvien elementtien siirtäminen ja kiinnittäminen sinne on perusteltua.

2.2 Nuorten hyvinvointi ja pahoinvointi

Tässä kehittämistyössä on todettu nuorten pahoinvoinnin ja yksinäisyyden kokemuksen lisääntyneen. Yksinäisyyden kokemuksella on arvioitu olevan merkitystä nuorten pahoinvointiin. Pahoinvointi voidaan nähdä hyvinvoinnin puutteena. Hyvinvointi näkyy arjen sujumisena. Nuoruudessa käydään läpi kehitystehtävää, johon kuuluu haasteiden ratkominen. Tällöin nuoret luovat tilaa tulevalle hyvinvoinnille tai pahoinvoinnille. (Ellonen, 2008, s. 18–19.)

Hyvään mielenterveyteen liittyy onnellisuus, iloisuus ja hyväntuulisuus. Jokaisen elämään kuuluu negatiivisiisakin asioita ja tunteita kuten häpeän ja surun tunteet. Mahdollisia vastoinkäymisiä on helpompi käsitellä, kun mieli voi hyvin. Mielenterveys näkyy kykyinä käydä koulua, opiskella tai työskennellä ja tehdä muiden ihmisten kanssa mieluisia asioita. (Nuortennetti, 2022, kohdassa mieli-ja-keho/mielenhyvinvointi.)

Nuorten pahoinvointi näkyy esimerkiksi masennuksena ja masentuneisuutena, joista puhuttaessa on hyvä muistaa niiden välinen ero. Masentuneisuudella tarkoitetaan yleensä itsearvioitua olotilaa ja masennus tarkoittaa kliinisesti diagnosoitua sairautta. Masentuneisuus liitetään subjektiiviseen hyvinvoinnin käsitykseen ja se on yksi osa-alue tyytyväisyydessä omaan elämään. Masentuneisuus hyvinvointia uhkaavana tekijänä tulee erottaa myös normaaleista masentuneisuuden ja alakulon oireista, jotka ovat luonnollista seurausta ikävistä tapahtumista. Masentuneisuus liittyy nuoruuden kehityshaasteisiin ja voi aiheuttaa voimakkaitakin oireita. (Ellonen, 2008, s. 18–19.) Tässä kehittämistyössä on todettu sekä masennuksen että masentuneisuuden lisääntyneen nuorten keskuudessa.

2.3 Yksinäisyys ja yhteisöt nuorten näkökulmasta, Sosiaalinen pääoma

Kaverien ja ystävien merkitys nuorelle on suuri. Heidän kanssaan harjoitellaan elämässä myöhemmin tarvittavia sosiaalisia taitoja. Nuorten yksinäisyys voi liittyä ujouteen, sosiaaliseen ahdistukseen tai muuttuneeseen elämäntilanteeseen kuten uuteen ryhmään menemisestä. Yksinäisyyden seuraukset voivat olla vakaviakin kuten ahdistusta, masennusta ja riskikäyttäytymistä. Pienillä kohtaamisilla ja nähdyksi tulemisella on paljon merkitystä. Silmiin katsominen, hymyily ja muutama ystävällinen sana voi olla jopa käänteentekevä asia yksittäisen ihmisen elämässä. Tunne joukkoon kuulumisesta on tärkeää. Yksikin myönteinen ihmissuhde voi katkaista yksinäisyyden kierteen ja kannatella elämässä. Sosiaalinen media ei välttämättä helpota yksinäisyyden tunnetta, vaan kansainvälisissä tutkimuksissa on sen todettu pahentavan yksinäisyyden kokemusta. (Punainen risti, 2023, kohta ”yksinäisyys koskettaa monia”.) Rungas sosiaalisen median käyttö heikentää dopamiinivarastoja, joka on haitallista aivoille (Virintie, 2023).

Yksinäisyys on negatiivinen tunne, joka syntyy kokemuksesta ihmissuhteiden määrällisestä tai laadullisesta puutteesta. Sosiaalisten suhteiden toivottu määrä on tällöin ristiriidassa todellisuuden kanssa. Ristiriita syntyy ihmisten verratessa omia odotuksiaan tämänhetkiseen tilanteeseensa. Odotukset voivat syntyä omista oletuksista tai median ja yhteiskunnan arvojen ja odotusten perusteella. Yksinäisyys ei ole sama asia kuin yksin oleminen. Yksinäisyystutkija John Cacioppo on tutkimuksissaan todennut yksinäisyyden aiheuttavan fyysisten sairauksien kasautumista ja ennenaikaisen kuoleman riskiä. (Junttila, 2015, s. 13–14, 19.)

Selvitykseni mukaan opettajilla näyttäytyi useasti olevan vaikeutta tunnistaa yksinäisyyden haasteita. Joidenkin opettajien käsityksen mukaan yksinäiset opiskelijat halusivatkin olla yksin, vaikka näin ei todellisuudessa ollut.

Sosiaalinen pääoma nähdään sosiaalisena voimavarana, joka syntyy ihmisten välisessä kanssakäymisessä. Ellonen (2008, 31, 39–40) kuvaa nuorten sosiaalisen pääoman syntyvän paikallisissa yhteisöissä kuten kotona, koulussa ja asuinalueella. Sosiaalisen pääoman nähdään pääasiassa vaikuttavan myönteisesti nuoriin. Positiiviset vaikutukset näkyvät koulumenestyksessä, mielenterveydessä, hyvinvoinnissa ja terveessä kehityksessä.

Nuorten sosiaalisista suhteista ja käytännöistä muodostuu sosiaalista pääomaa osallisuuden kokemuksen avulla. Tuki ja kontrolli ovat nuorelle resurssi vasta silloin, kun ne tulevat merkitykselliseksi positiivisten emotionien ja ryhmäjäsenyyden kanssa. Osallisuudessa on kyse positiivisesta yhteisöön kuulumisen tunteesta, jatkuvista sosiaalisista prosesseista sekä sosiaalisen tuen mahdollistumisesta vertaisyhteisöissä. (Korkiamäki, 2013, s. 155–156, 158.)

Törrönen (2016, s.42, 48–49) käsittelee vastavuoroisuutta tiiviissä yhteydessä ihmisten kokemaan hyvinvointiin. Vastavuoroisessa suhteessa ihmiset tuntevat kuuluvansa yhteisöön, heidän toimintansa hyväksytään ja he saavat osakseen hyväksyntää. Vastaavasti vastavuoroisuuden puute aiheuttaa riitoja ja pelkoja.

2.4 Opiskeluyhteisö hyvinvoinnin mahdollistajana

Koulun merkitystä nuorten hyvinvointiin on käsitelty useissa eri lähteissä. Koulun oletetaan tavoittavan lasten ja nuorten koko ikäryhmän, mihin mikään muu instituutio tai harrastus ei pysty. Ahtola (2016, s. 14) painottaa hyvinvoinnin ja mielenterveyden arvon ymmärtämistä kouluyhteisöissä. Yhteiskunnan muuttuessa ja ymmärryksen lisääntyessä muuttuu myös käsitys siitä, mihin kaikkeen koulussa voidaan vaikuttaa. Kasvuympäristönä kouluun on usein helpompi vaikuttaa kuin esimerkiksi koteihin.

Koulua pidetään joksikin tulemisen ympäristönä. Nuoret saavat koulusta vaikutteita, eivätkä he koskaan lähde sieltä samanlaisena, jollaisena he tulivat sinne. Koulun merkitystä kasvavan ihmisen elämässä ei pysty nollaamaan, koska siellä vietetään hyvin paljon aikaa. Koulu on sosiaalisista kohtaamisista täyttyvä ympäristö, jonka jokapäiväiset rutiinit, tapahtumat ja herkäät kohtaamiset tekevät siitä merkityksellisen kasvu-ympäristön (Kurki ym., 2006, s. 118–119.) Launonen ja Pulkkinen (2004, s. 56–57) huomioivat koulun voimavaratekijänä. Koulu ei voi puuttua kodin sisäisiin asioihin, mutta se voi omilla toimillaan tukea nuorta. Sosioemotionaalisen kehityksen tukemiseen tarvitaan vuorovaikutusosaamista, johon kuuluu kyky olla psyykkisesti läsnä ja halu arvostaa toista ihmistä. Lisäksi tarvitaan vuorovaikutusosaamista luomaan sosiaalinen ympäristö, jossa saadaan luotua yhteys toiseen ihmiseen ja uskalletaan toimia omana itsenämme.

Opiskeluympäristöllä ja -yhteisöllä on suuri merkitys oppilaan ja opiskelijan terveydelle ja hyvinvoinnille. Parhaimmillaan se tukee opiskelijoiden tervettä kasvua, kehitystä ja opiskelukykyä sekä muuta hyvinvointia. Opiskeluyhteisön hyvinvointia voidaan tarkastella psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Psyykkisen ympäristön muodostavat opiskelijat, oppilaitoksessa työskentelevät opettajat ja muu henkilöstö. Se rakentuu yhteisössä vallitsevasta tunneilmastosta ja ilmapiiristä. Siihen vaikuttavat kokemukset psyykkisestä turvallisuudesta, yhdenvertaisuudesta, saadusta arvostuksesta ja kuulluksi tulemisesta. Sosiaalinen ympäristö rakentuu vuorovaikutussuhteista, joita ovat opiskelijoiden keskinäiset, heidän ja henkilöstön väliset sekä oppilaitoksessa työskentelevän henkilöstön väliset suhteet. Sosiaalinen ympäristö sisältää yhteisöön liittymisen ja osallisuuden näkökulmat. Siihen kuuluvat myös yhteistyö huoltajien ja muiden sidosryhmien kanssa. Opiskelijan hyvinvointia ja mielenterveyttä

vahvistavat hyvät vuorovaikutussuhteet oppilaitoksessa työskentelevään henkilöstöön sekä toisiin opiskelijoihin. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2015, s. 32–33.)

Koulun mahdollisuudet näkyvät sekä eheyttävänä että syrjäyttävänä yhteisönä. Osa nuoruuden syrjäytymistekijöistä liittyy oppimisympäristöön ja vuorovaikutussuhteisiin. Syrjäytymistä ehkäisevien käytänteiden vahvistaminen koulussa edellyttää opettajilta syrjäytymistä ehkäisevien ja lisäävien tekijöiden tunnistamista. Tärkeää on tunnistaa niitä mekanismeja, jotka lisäävät osallistumista ja kiinnittymisen mahdollisuutta kouluyhteisössä. Kouluun kiinnittyminen edellyttää sitä, että opiskelijat kokevat koulussa hyväksyntää ja yhteenkuuluvuutta sekä kokevat oppimisen itselleen merkitykselliseksi. Kouluympäristössä syrjäytymiseltä suojaavien tekijöiden tunnistamisessa ja edistämässä tulee kiinnittää huomio opettajien ja opiskelijoiden väliseen vuorovaikutukseen, opetuskäytäntöihin ja osallisuuden kokemusten vahvistamiseen. On osoitettu, että opiskelijan kokemus kouluyhteisöön kuulumisesta ja opettajan myönteinen tuki edistävät opiskelijan osallistumista oppimiseen. (Poikkeus ym., 2013, s 111–113.) Tärkeää on muistaa, että huonot koulukokemukset eivät ole pysyviä. Koulu voi toimia eheyttävänä yhteisönä, vaikka sen vaikutus opiskelijan hyvinvointiin olisi aiemmin ollut negatiivinen.

Positiivisen pedagogiikan hyödyntäminen hyvinvoinnin edistäjänä toisen asteen opinnoissa on ollut tähän asti vähäistä. Positiivisella pedagogiikalla koulussa tarkoitetaan koulussa viihtymistä, joka rakentuu myönteisestä ilmapiiristä, välittävistä ja kannustavista ihmisistä sekä innostavasta nuorten kokemusmaailmaa ja osallisuutta hyödynnettävästä opetuksesta. Positiivinen pedagogiikka kouluissa ei tarkoita viihteellisyyttä, koulutyön helppoutta tai sirkustemppeja. Positiivisen koulukulttuurin lähtökohtia on

- 1) Ymmärrys hyvinvoinnin merkityksestä turvallisen ja toimivan kouluyhteisön rakentajana
- 2) Huomion kiinnittäminen ihmisen hyvään
- 3) Panostaminen laadukkaisiin ihmissuhteisiin. Välittävän suhteen rakentaminen opiskelijoihin voidaan olettaa olevan opettajan ammatillinen velvollisuus. Välittävä opettaja pyrkii luomaan ryhmään yhteisön, jossa jokaisella on mahdollisuus hyväksyvään vuorovaikutukseen.
- 4) Hyvinvointia edistävässä koulussa tuetaan opiskelijan toimijuutta. Opetus on osallistavaa ja motivoivaa.

- 5) Yhteistyötä huoltajien kanssa arvostetaan. (Leskisenoja & Sandberg, 2018, s. 9–10, 20–23.)

2.4.1 Opettajan roolin ja vuorovaikutuksen merkityksellisyys

Koulun merkityksessä opiskelijan hyvinvointiin huomio kohdistuu opettajan rooliin ja toimintaan. Opettajan merkitys kasvattajana korostuu nykyisessä koulujärjestelmässä ja tämän sisäistäminen nähdään välttämättömänä. On tärkeää muistaa, että jokainen nuorten kanssa työskentelevä vaikuttaa nuoren hyvinvointiin. Tämän takia jokainen opettaja kasvattaa tekemisillään ja tekemättä jättämisillään. Siitä on mahdotonta sanoa itseään irti. Nuorta ei voi laittaa ”pauselle” koulupäivän ajaksi, vaan jokainen kohtaaminen, katse, sanominen ja havainto toisten toiminnasta ovat merkitseviä. (Ahtola 2016, s. 14.)

Vuorovaikutus on dialogista kohtaamista, johon kuuluu yhteisen ymmärryksen rakentaminen, erilaisten ajattelutapojen ymmärtäminen ja luottamus osapuolten kesken. Vuorovaikutusosaaminen voidaan jakaa substanssi- ja prosessiosaamiseen. Substanssiosaaminen on alan tietoperustaa ja sen lähtökohdat hankitaan jo koulutuksen aikana. Prosessiosaamiseen kuuluu ne toimet, joilla luodaan vuorovaikutusta ja rakenteita avoimelle keskustelulle. Vuorovaikutuksen onnistuminen rakentuu monista tekijöistä ja sen lähtökohdaksi on tasavertainen suhtautuminen ja kunnioittava kohtaaminen. (Mönkkönen ym., 2019, s. 47–48, 51.)

Opettajan työ on kohtaamista ja sen ydin on kohtaamisen laadussa (Skinnari, 2004, s. 57). Opettajien arvot ja ajattelu heijastuu opetukseen ja siinä tapahtuvaan vuorovaikutukseen. Opetusta tulee täydentää kiinnittämällä huomio jokaisen korvaamattomuuteen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Uusikylän & Atjoson mukaan (2007, 214–215) opettajalla tulee olla aitoa kiinnostusta opiskelijoiden elämään ja tieto siitä, että hän voi opettajana omalla toiminnallaan vaikuttaa siihen. Opettajalla tulee olla eettistä herkkyyttä tunnistaa kasvavien nuorten tarpeita ja tarvittaessa pystyä puolustamaan heitä. Opettaja on kasvattaja ja rohkaisija, jonka tärkein tehtävä on kasvattaa tasapainoisia ja elämänhaluisia ihmisiä. Kasvatus on keskeinen osa opettajan työtä kaikilla kouluasteilla.

Opetusryhmän vuorovaikutuksella on paljon merkitystä. Mikään menetelmä ei toimi, jos ryhmän vuorovaikutus ei toimi. Humanistisen näkemyksen mukaan ihmisen kasvu tapahtuu myönteisissä ympäristöissä. Vuorovaikutuksen toimiessa ja opettajan ollessa tietoinen toiminnastaan pystytään luomaan edellytykset virikkeiselle opetustyölle. (Wenström, 2022, s. 30.) Opettajan ja opiskelijan suhteen ja vuorovaikutusprosessin on osoitettu rakenteellisia tekijöitä merkitsevämmäksi tekijäksi oppimistulosten ja motivaation parantamiseen. Rakenteellisilla tekijöillä tarkoitetaan tässä opettajan koulutusta, oppimateriaalien laatua tai luokkakokoa. Tulosten mukaan opettajan lämmin suhtautuminen edistää luokan myönteisiä vertaissuhteita ja vähentää riskiä altistua opiskelutovereiden hyljeksinnälle. Opettajan myönteinen suhde opiskelijaan voi myös vähentää perhetaustaan liittyvien riskitekijöiden kielteisiä vaikutuksia. (Poikkeus ym., 2013, s 115–117.)

Mönkkönen (2007, s. 31) kuvaa ihmissuhdetyössä työskentelevien osaamista substanssiosaamisena, prosessiosaamisena ja vuorovaikutusosaamisena. Vuorovaikutusosaamiseen kuuluu kyky luoda yhteistä ymmärrystä asiakkaiden ja työyhteisön kanssa. Eettisten periaatteiden soveltaminen, toisen ihmisen kunnioittavaa kohtaaminen hänen taustoistaan ja elämäntilanteestaan riippumatta on hyvän vuorovaikutuksen elementtejä ja kykyä osata arvioida toimintaansa niiden mukaan.

Opettajan muuttuvaa roolia painotetaan nykyään myös toisen asteen opinnoissa. Opetushallituksen (2019, s. 19) raportissa Siirtymien vaikutus koulutuspolun eheyteen käsitellään ammatillisen koulutuksen nykytilaa ja kehittämiskohteita. Julkaisussa nostetaan esiin toivetta muuttaa ammatillisen koulutuksen opettajien työtä ohjaavampaan suuntaan. Turvallisen ilmapiirin rakentaminen, avoimuus, sallivuus sekä henkilökunnan ja opiskelijoiden osallistaminen nähdään arvoina ja kehittämiskohteina. Kappa-leessa opettajuuden muutos painotetaan opettajan ammatti-identiteettiä. Opetettavan alan substanssiosaamisen lisäksi tarvitaan yhä enemmän pedagogista osaamista ja kasvattajan valmiuksia.

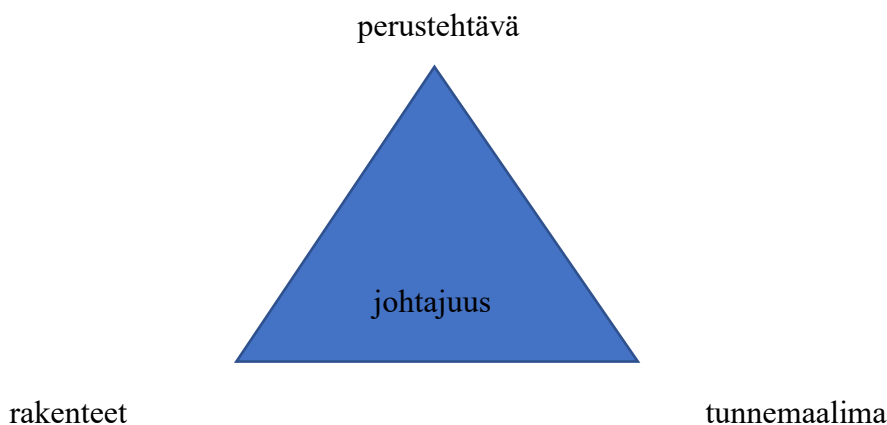
Avoin, välittävä ja kunnioittava opettaja lisää opiskelijoiden oppimista, hyvinvointia ja edesauttaa ryhmän vuorovaikutusta. Lisäksi opettajan innostuneisuudella ja huumoripitoisella vuorovaikutuksella on merkitystä opiskelijoiden sitoutuneisuuteen.

Jokaisen opettajan olisi hyvä muistaa kiinnostuminen, kysyminen, kuuntelu, kannustus ja kunnioitus vuorovaikutuksessa. (Avola & Pentikäinen, 2019, 170–171, 220–221.)

Pendergast (2018, s. 13) muistuttaa myös siitä, että opiskelijat kokevat monesti olevan helpompaa puhua asioista opettajalle kuin opiskeluhuollon henkilöstölle. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että opettajan tulisi toimia nuoren tukihenkilönä. Tärkeämpää on tiedostaa opettajan merkitys turvallisena aikuisena.

Salovaara ja Honkonen (2011, s. 11) painottavat opettajan vastuuta. Yhteisöllinen ja turvallinen ryhmä ei rakennu automaattisesti, vaan se tarvitsee opiskelijoiden lisäksi opettajien panostamisen prosessiin. Tiivistetysti voidaan sanoa jokaisen yhteisen hetken koulussa olevan mahdollisuus hyvää tuottavaan kohtaamiseen ja hyvinvointia tukevan yhteisön luomiseen.

Opettajan tietoisuus toimintatapojensa vaikuttamisesta opiskelijoihin on tärkeää. Totuttujen tapojen voima on Maunun (2016, s. 96) mukaan suurin este muutokselle. Opettajien ja oppilaitosten vakiintuneet rutiinit, pedagogiikka, ammatti-identiteetti ja toimintatavat eivät tue uuteen toimintakulttuuriin siirtymistä. Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukeminen yhtenä opettajan perustehtävänä on tärkeää. Ahtolan (2016, s. 134–145) mukaan voidaan puhua kolmiomallista, jonka jokaisen kulman tulee olla tasapainossa tuottaessa hyvinvointia yhteisöön. Ryhmän tai yhteisön muodostuminen turvallisiksi ja toimivaksi tarvitaan vahvaa johtajuutta, perustehtävän selkeyttä, toimivia rakenteita ja tunnedynamiikan käyttöä.



Kuvio 1. Kuvaus opettajan työn perustehtävästä

Tässä kehittämistyössä opiskelijoiden ongelmien ei oleteta johtuvan opiskeluyhteisössä tapahtuvista asioista, vaikka se yksittäisten opiskelijoiden kohdalla voi tilannetta huonontaa. Pääpaino kehittämisessä on vuorovaikutukseen liittyvissä toimissa ja mekanismeissa, jolla voidaan opiskelijan tilannetta helpottaa ja hyvinvointia lisätä.

2.5 Opiskeluhyvinvointiin vaikuttavat tekijät

Ammatillisen opettajan perustyöhön kuuluu opetus, joka huomio sekä ammatillisen osaamisen että työelämätaidot. Edellisissä kappaleissa on perusteltu opettajan velvollisuutta toimia myös kasvattajana. Tietoisuus kasvatusvelvollisuudesta on tärkeää, koska se muistuttaa opettajaa sisäistämään sen perustehtävänsä, jolla on jo itsessään todettu olevan positiivista vaikutusta opiskeluyhteisöön. Opiskelijan hyvinvointiin vaikuttavien tekijöiden huomioiminen on jatkossa tärkeää.

Tuki oikeasta paikasta (TOP)- hanke järjesti 2.3.2022 koulutuksen, jonka aiheena oli ”Hyvinvoinnin juurilla, kouluyhteisön johtaminen ja vahvistaminen. Kohti systeemistä ajattelutapaa koulussa”. Koulutuksessa painotettiin tutkittua tietoa nuorten omista kokemuksista, jonka mukaan heille tärkeintä on kokemus turvallisuudesta, toimijuudesta ja kyvystä nähdä itsensä positiivisesti. Koulutuksen anti oli itselleni oivaltava, vaikka se ei nostanutkaan esiin mitään yllättävää tietoa. Yksilöllisessä opiskeluhuollossa kuraattorina olin huomioinut nuorten hyvinvoinnin linkittyvän monesti tunteeseen turvallisuudesta, toimijuudesta ja kyvystä nähdä itsensä positiivisesti, jota kuvaan tässä raportissa termillä positiivinen itsetunto. Näiden hyvinvointiin liittyvien perusasioiden vahvistaminen osoittautui tärkeäksi toiminnaksi, johon toivoin meidän koko henkilöstön reagoivan.

Hyvinvoinnin juurilla-koulutuksessa painotettiin myös koulusiirtymien merkitystä ja tärkeyttä. Siirtymistä käytettiin nimitystä lämmin tai kylmä. Kylmän siirtymän todettiin vähentävän kouluun kiinnittymistä, heikentävän mielialaa ja laskevan akateemista tasoa. Tuntui tärkeältä viedä työyhteisöni koulutuksessa esiin noussutta tietoa, koska koin niiden olevan merkittäviä perusasioita opiskelijoiden hyvinvoinnin kentässä. Kehittämistyön myöhemmissä vaiheissa näistä muodostui tavoitteita, joiden tukemista

yhdessä opettajien kanssa pohdimme ja kehitimme. Särkelä (2001, s. 12–13) perustelee tavoitteiden asettamisen ja niihin sitoutumisen olevan ongelman määrittelyä tärkeämpää. Monesti ongelmat tulevat ratkaistuksi tavoitteisiin suuntautuneessa toiminnassa. Ongelmien syiden tietäminen ei suoraan kerro siitä, mihin auttamistoimet tulee kohdentaa.

2.5.1 Tunne turvallisuudesta

Turvallisuus voidaan nähdä ympäristön turvallisuutena, yksilön kokemuksena tai näiden suhteena, uhan arviointina, riskin hallintana ja näiden kautta turvattomuuden poissaolona. Turvallisuus ja kokemus turvallisuuden tunteesta ovat hyvän oppimisympäristön tunnusmerkkejä. Hyvä oppimisympäristö on kannustava, toiminnallinen ja vuorovaikutuksellinen. Turvallisuus näyttäytyy fyysisenä, psyykkisenä, sosiaalisena ja pedagogisena näkökulmana oppilaitoksen turvallisuuskulttuurissa. (Lindfors, 2012 s. 7, 19.)

Psyykkinen turvallisuus luo ilmapiiriä, jossa kokee tulleensa hyväksytyksi ilman hylkäämisen pelkoa. Empaattista kohtaamista on myötätunnon osoittaminen. Myötätunto nähdään hyvän huomioimisena ja tietoisena suuntautumisena virheistä pois. (Ahlvik & Paakkanen, 2017, s. 161.) Psyykkiseen turvallisuuden tunteeseen vaikuttavat suhteet heijastuvat yhteisössä sen muihin ihmisiin. Opettajan positiiviset tunteet siirtyvät opiskelijoihin. Samoin välinpitämättömyys ja kielteiset tunteet siirtyvät helposti opiskelijoihin (Kurki ym., 2006, s. 27–28.) Empaattista myötäelämistä on kyky asettua toisen asemaan, tunnistaa toisen tunteet ja vastata niihin (Salovaara & Honkonen, 2011, s. 87). Hyvässä kohtaamisessa toteutuu yhteinen ymmärrys, joka näkyy nyökkäämällä, kysymällä, tarkentamalla, ihmettelemällä, ihastelemalla tai muuten vaan myötämielisellä kohtaamisella. Nämä ovat empatiataitoja, jotka auttavat yhteisössä toimimisessa. Hyvin pienillä eleillä ja teoilla osoitamme läsnäolomme kohtaamisessa. (Mönkkönen ym., 2019, s. 53.)

Salovaara ja Honkonen (2011, s. 11, 108) painottaa turvallisuuden tunteen tukevan oppimista ja siihen liittyvän aina sosiaalisen aspektin. Turvallisuuden tunne on fyysisen turvallisuuden lisäksi tunnetta hyvästä ja rauhallisesta olost. Turvallisessa

koulussa opiskelija tietää, mitä häneltä odotetaan ja kokee arvostusta riippumatta hänen suoriutumisestaan. Turvallinen koulu henkii lämpöä ja hyvää oloa. Turvallisessa koulussa sen arin ja huomaamattominkin opiskelija tuntee kuuluvansa joukkoon.

Turvallisuuden tunnetta voidaan lisätä oikeudenmukaisella kohtaamisella, jolloin korostuu opettajan kyky kohdata opiskelijoita tasa-arvoisesti, johdonmukaisesti ja ihmisarvoisesti. Opetus ei ole pelkkää opetustekniikkaa, vaan se on inhimillistä vuorovaikutusta, joka vaikuttaa koko ihmiseen. Opettaa ei voi ilman kasvatusta. Tietoinen kasvattaminen on opiskelijoiden turvallisuuden tunteen synnyttämistä ja ylläpitämistä. (Salovaara ja Honkonen, 2011, s. 20–21.)

Turvallisuuden tunteella pystytään sekä ehkäisemään että korjaamaan nuoren tunne-elämän haasteita. Arjessa tapahtuva tavallinen ja turvallinen vuorovaikutus voi eheyttää ja korjata tunne-elämän epävakaudesta kärsivää lasta tai nuorta. Yksikin kannatteleva ihmissuhde voi auttaa nuorta. Opiskelijoiden pedagoginen ryhmittely ja tietoinen ryhmädynamiikan ohjaaminen voi auttaa yksittäistä opiskelijaa kasvamaan ryhmän jäseneksi. Samalla pystytään kehittämään koko ryhmää turvalliseksi ja toimivaksi (Ahvola, 2016, s. 142.) Salovaaran ja Honkosen (2011, s. 107) mukaan oppimisympäristön turvallisuus on tärkeää ja tärkeys korostuu tilanteissa, joissa opiskelijalla on haasteita omassa arjessaan kuten kotioloissa. Yhteisön ryhmänormit vaikuttavat kiusaamiseen esiintymiseen (Salmivalli, 2003, 31–32). Kiusaaminen puolestaan lisää turvattomuuden tunnetta.

Opiskelijoiden oma kokemus opettajan turvallisuudesta kyselyjen mukaan liittyy opettajan käytöksen ennakoitavuuteen. Opettajan ailahteleva käytös lisäsi opiskelijoiden epävarmuutta. Turvattomuutta lisäsi myös, jos opiskelija koki itsensä nolatuksi muiden opiskelijoiden ollessa läsnä. Opettajan johtajuus ja kyky puuttua epäasialliseen käytökseen lisäsi opiskelijoiden turvallisuuden tunnetta. Opiskelijat kokivat myös turvallisenä, jos opettajalla oli kykyä empaattisuuteen ja halua ymmärtää heidän tilannettaan. Turvallisuuteen liittyvät huolet liittyivät opiskelijoilla pääasiassa psyykkiseen ja sosiaaliseen turvallisuuteen, vaikka ammatillisessa koulutuksessa on toki fyysisiäkin turvallisuusriskejä jo ammatillisissa aineissa. (Syksyn 2021 kartoitus kuraattorikäyneillä.)

2.5.2 Tunne toimijuudesta

Toimijuus nähdään monesti ihmisen kykynä tehdä valintoja ja muokata ympäristöään niiden mukaisesti. Yksilön toimintaa ei voi erottaa yhteisöstä, joten hänen toimintaansa ja toimintakykyä on huomioitava sen kannalta, millaisia toimintamahdollisuuksia hänellä yhteisössä on. Toimijuus muokkaa identiteettiä, subjektiksi kasvamista, sosiaalista osallisuutta ja kykyä tehdä valintoja. Toimijuus orientoituu tulevaisuuteen. Toimijuus tukee ihmisen kykyä olla perillä asioista ja tulla kykeneväksi olennoksi. (Pehkonen ym., 2019, s. 99.) Vuorovaikutuksen avulla voidaan tukea asiakkaan toimijuutta ja subjektisuutta. Mönkkösen (2007, s. 142–143) mukaan subjektuudella tarkoitetaan yksilön käsitystä itsestään ihmisenä, joka pystyy omalla toiminnallaan vaikuttamaan oman elämänsä muotoutumiseen. Heikkoa subjektisuutta on yksilön taipumus nähdä itsensä epäonnistumassa omien ominaisuuksien tai kykyjen takia.

Itsemääräämisoikeus, osallistuminen, tasavertainen vuorovaikutus ja tiedonsaanti ovat keskeisiä arvoja, joiden perustana on ihmisarvon kunnioittaminen. Ihmisen kokemus, voimaantumisen, toimijuudesta ja osallisuudesta ovat keskeisiä. Osallisuuden ja toimijuuden kunnioittaminen on tärkeää. Ihmisen näkyminen toimijana eikä passiivisena vastaanottajana on kaikessa ihmissuhdetyössä oleellista. Osallistuminen ja osallisuus tulee erottaa toisistaan. Osallisuus on intensiivisempää ja siihen kuuluu yksilön henkilökohtainen vastuunotto ja sitoutuminen. Osallistuminen muuttuu osallisuudeksi, kun osallistuja näkee oman kykynsä ja vaikutusmahdollisuutensa. Toimijuutta tukevassa kohtaamisessa työntekijät pyrkivät inhimilliseen vaikuttavuuteen, jolloin keskeistä on kokemus toimintojen merkityksellisyydestä ja hyödyllisyydestä. (Pehkonen ym., 2019, s. 90–93.)

Hallamaa (2017, s. 20–21) käsittelee toimijuutta eri näkökulmista. Huomio kiinnitetään toiminnan ehtoihin, jotka ovat moraalisesti merkittäviä. Ihmiset nähdään toimijoina, jotka pyrkivät muuttamaan itseään ja ympäröivää todellisuutta. Toimijuudessa ei niinkään ole kyse yksittäisistä teoista, vaan niiden muodostamasta kokonaisuudesta. Toimijaksi sanotaan henkilöä, jonka toiminnassa näkyy kolme eri kriteeriä. Nämä ovat

- 1) Kyky asettaa päämääriä
- 2) Kyky ymmärtää syy-seuraussuhteita ja osata arvioida niitä
- 3) Kyky pystyä toiminnallaan tavoittelemaan asettamiaan päämääriä

Toiminnan tavoite on toimijan kannalta tilanne, jossa ollaan ainakin yhden asian kannalta lähtökohtaa paremmassa tilanteessa. Toiminta on yhteydessä johonkin, mitä toimija pitää suotuisana ja hyvänä.

Toimintaa ja toimijuutta käsitellessä Hallamaa (2017, s. 256–258) pohtii yhteistoiminnan merkitystä toimijuuteen. Yhdessä toimimisen tavoitteena on tukea toimijan päämäärän saavuttamista, joka nähdään hyvänä ja tavoiteltavana asiana. Yhteistoiminnassa kaikki osalliset tunnistavat ainakin osittain päämäärän tavoittelemisen arvoiseksi. Yhteisen tavoitteen puuttuessa voi yhteistoimintaa haluava käyttää valtaa ja vaikutusmekanismeja sen saavuttamiseksi. Keskeisenä onnistumisehtona on vaikutettavan säilyminen toimijana, jolla ainakin osittain on mahdollista vaikuttaa asetettuun päämäärään. Vaikutettavan käsitys vaikuttajan tavoitteiden luonteesta on onnistumisen kannalta tärkeää. Kohteen on tunnistettava ainakin jollain tapaa vaikuttaminen hyväksi itselleen. Pakko ja negatiiviset sanktiot voivat saada kohteen toimimaan vastoin hänen intressejään. Tärkeää on vaikuttajan kyky nähdä itsensä moraalisenä toimijana, joka voi edistää lähimmäisen hyvää. Hyvän tekeminen toiselle vaatii kummankin osapuolen tunnustavan toisensa toimijaksi.

Toiminnan tulos on ainakin kaksinainen. Nuori toiminnallaan muokkaa ympäristöään, jonka hän löytää edestään uusina toimintaedellytyksinä. Tällöin voidaan ajatella omalla toiminnalla tuotettavan omia ominaisuuksia. Tietoisuus ja taidot kehittyvät toiminnan myötä, kuten aivotkin. Keskeistä on se, millaisessa toiminnallisessa suhteessa nuori on ympäristöönsä. Toiminnan kehittymisen kannalta on olennaista tulkinta saadusta palautteesta. Vahvistaako se käsitystä omasta persoonasta ja tähän liittyvää toiminnasta. (Särkelä, 2001, s. 25, 45.)

Kouluyhteisössä toimijuus kuvaa opiskelijan ja opiskeluympäristön vastavuoroista suhdetta. Toimijuus ilmenee yksilöllisinä kokemuksina siitä, miten opiskeluympäristö luo opiskelijalle mahdollisuuksia tai rajoitteita aktiiviselle osallistumiselle ja vaikuttamiselle sekä antaa hänelle minäpystyvyyden kokemusta. (Jyväskylän yliopisto, 2022, kohta ”julkaisut/mikä ihmeen toimijuus”.)

Artikkelissa ”Voimavarat keskeisiä toimijuutta edistävässä pedagogiikassa” Lestinen ja Valleala (2020, s. 5, 145) käsittelee koulussa tapahtuvaa toimijuutta. Huomio

kiinnittyy erityisesti relationaalista eli suhteissa muodostuvaan toimijuuteen. Lähtökohtana siinä ovat ympäristössä vallitsevat suhteet ja vuorovaikutusilmasto. Toimijuus nähdään kykynä tunnistaa toiset ja itsensä voimavaroina. Relationaalinen toimijuus ei tarkoita samaa asiaa kuin osallistuminen tai yhteistyö. Toimijuuden voimavaratekijöitä ovat opettajan ja opiskelijan vastavuoroiset suhteet sekä tukea antavat tasa-arvoiset vertaissuhteet luottamuksellisessa ilmapiirissä. Opiskelijoiden toimijuutta tukee dialoginen suhde opettajiin, jossa valta ja auktoriteetti tulevat tunnistetuksi. Opiskelijoiden toimijuuden tunnetta edistävät opettajien tuki, hyväksyntä, tasapuolinen kohtelu, toimivat vertaissuhteet ja turvallinen tunneympäristö.

Koulu tulee nähdä yhteisönä, eikä joukkona yksilöitä. Monet yksilöiden kriiseistä syntyvät yhteisöissä, joten niitä ei voida myöskään hoitaa pelkästään sen ulkopuolella. Koulu nähdään monesti eriarvoisuutta tasaavana yhteisönä, mutta se voi myös pahimmillaan toimia syrjäyttävänä toimintana. Osallisuuden syntyminen ja kehittyminen yhteisön sisällä vaati luottamusta ja yhteistä dialogia, jossa arvostetaan toista. (Wallin, 2011, s. 27–28.)

Toimijuuden merkitys opiskelijoiden hyvinvointiin näkyi oman myös omassa työssänikin kuraattorina. Positiivista mielialaa lisäsi opettajien luottamus opiskelijaan, joka näkyi sopivien tehtävien antamisena ja selviytymisenä näiden tekemisestä. Opiskelijoille oli erittäin tärkeää opettajan oikeudenmukaisuus, jolla oli merkitystä toimijuuden ja hyväksynnän kokemukseen. Toimijuus näyttäytyi selvästi nuorten mielialaa parantavana asiana. Osalla opiskelijoista oli syntynyt vuosien varrella heikko usko omaan toimijuuteen koulussa. Hyvä suhde opettajaan ja opettajan luottamus opiskelijaan lisäsi toimijuutta. Opiskelija voi olla luottamuksen arvoinen silloin, jos siihen annetaan mahdollisuus.

2.5.3 Positiivinen itsetunto, kyky nähdä itsensä positiivisesti

Itsetunnolla tarkoitetaan ihmisen tapaa suhtautua siihen, millainen hän kokee olevansa. Terveeseen itsetuntoon kuuluu kokemus tuntea itsensä hyväksi, joka näkyy itsensä arvostamisena ja oman elämän näkemisenä arvokkaana. Terve itsetunto auttaa arvostamaan muita ihmisiä, tekemään itsenäisiä ratkaisuja ja auttaa selviytymään

vastoinkäymisistä ja pettymyksistä. Itsetunnolla on vaikutusta yksilön mielenterveyteen, hyvinvointiin ja vuorovaikutukseen toisten ihmisten kanssa. (MLL, 2022, kohta tehtävät / mielikuvia minusta.)

Itsetunnon käsite saatetaan sekoittaa minäkuvan käsitteeseen ja minäkäsitykseen. Minäkäsitys on yläkäsite, johon sisältyy sekä minäkuva että itsetunto. Minäkuva muodostuu kaikista itseen liitettävistä ominaisuuksista. Itsetunto puolestaan koostuu näiden ominaisuuksien arvottavavasta puolesta. Itsetunto vastaa kysymykseen, olenko hyvä, onnistunut, arvokas ja hyväksyttävä. Itsetunnossa voidaan erotella myös alakohdaisia itsetunnon osa-alueita, joita ovat esimerkiksi ulkonäköön, akateemiseen kyvykkyyteen tai ihmissuhteisiin liittyvät asiat. (Kiviruusu, 2017, s 14.)

Itsetunto muuttuu elämän aikana. Muilta saadut moitteet ja arvostelut heikentävät itsetuntoa. Vastaavasti hyvät tapahtumat, onnistumiset ja hyvä palaute lisäävät uskoa itseen. Kokemus kuulua kaveri- ja ystäväpiiriin, luokkaan, kouluun, perheeseen ja laajemmin yhteiskuntaan vahvistavat itsetuntoa. Keskeistä positiivisen itsetunnon muodostumiselle on yksilön tunne olevansa huomionarvoinen ja merkittävä itselle tärkeille ihmisille. Tämän takia koulu on itsetunnon kehittymisen kannalta merkittävä ympäristö. Nuoren itsetunto kehittyy koulussa suhteessa omaan paikkaan vertaisryhmässä sekä tietoihin ja taitoihin, joita arvioidaan koulutyössä. (MLL, 2022, kohta tehtävät / mielikuvia minusta.)

Opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävä järjestö Nyyti kuvaa hyvän itsetunnon auttavan luomaan totuudenmukaisen minäkuvan, jolloin ihminen pystyy hyväksymään myös heikkoutensa. Ihminen arvostaa itseään ja luottaa itseensä. Ihminen pitää elämäänsä arvokkaana ja sietää pettymyksiä ja vastoinkäymisiä. (Nyyti, 2023, kohta ”opiskelijoille/opi elämäntaitoja/itsetunto”.)

Kiviruusu on tutkinut väitöskirjassaan itsetunnon kehittymistä 16- vuoden iästä keski- ikään. Itsetunnolla on merkitystä mielen hyvinvointiin. Itsetunto nähdään tärkeänä hyvinvoivan mielen tunnusmerkkinä ja sen tavoittelemisen on hyödyllistä sen itsensä vuoksi, sen välinearvosta riippumatta. Tämän takia on tärkeää pyrkiä löytämään niitä tekijöitä, jotka itsetuntoon vaikuttavat, joko sitä parantavasti tai huonontavasti. Itsetunto on osa hyvää mielenterveyttä ja itsetunto-ongelmat mainitaan monien

psykiatristen häiriöiden oirekuvauksissa. (Mann ym., 2004, Mruk, 2006, viitattu läheteessä Kiviruusu, 2017, s 13.)

Itsetuntoa voidaan määritellä eri näkökulmista. Lähtökohtana voi olla yksilön kyvyt ja saavutukset. Tässä määrittelyssä keskeistä on itsetunnon perustuminen kompetenssiin tai käsitykseen kompetenssista. Kompetenssilla ei niinkään ole merkitystä itsetunnon kannalta, mikäli yksilö itse ei pidä kyseistä ominaisuutta tai kykyä tärkeänä itselleen. Kompetenssiin perustuva itsetunnon määrittely on lähellä itseluottamusta. Cooleyn (1902) ja Meadin (1934) mukaan itsetunto määrittyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Tällöin itsetunnon perustana on yksilön havainnot ja käsitykset muiden ihmisten käsityksistä ja reaktioista itsestä. Tällöin itsetunto on luonteeltaan sosiaalinen konstruktio. Itsetunto perustuu käsitykseen omasta arvosta. (Kiviruusu, 2017, s 14–15.)

Nuoruus on itsetunnon kehittymisen kannalta merkittävä vaihe, jolloin nuori kokee muutoksia fyysisessä, psyykkisessä ja sosiaalisessa identiteetissä. Nuoruuden identiteetikriisin kehitystehtävänä on oman identiteetin löytäminen. Useiden tutkimusten mukaan nuoruudessa itsetunto laskee, joka aiheuttaa epävarmuutta identiteettiin ja minäkäsitykseen. Nuoruuteen kuuluvien voimakkaitten muutosten takia nähdään se ajanjaksona, jolloin itsetunto on altis muutoksille. Tämä tekee nuoruudesta tärkeän vaiheen interventioille, jolloin on mahdollisuus myös muutoksien onnistumisille. (Kiviruusu, 2017, s 18). Ihminen muodostaa kuvaa itsestään ja luo elämälleen merkitystä muiden ihmisten avulla. Jokaisella ihmisellä on tarve tulla huomioiduksi omassa sosiaalisessa ympäristössä. Ryhmään kuulumisen merkitys korostuu tilanteessa, jossa ihminen on heikoilla. (Vilen, 2008 s. 58–59, 67.)

Itsetunto ja käsitys itsestä syntyy suhteessa muihin ihmisiin. Korkiamäki ym. (2016, s. 9, 11–12, 16) käyttää termiä tunnustaminen artikkelissaan ” Tunnustaminen näkökulmana ja käytäntönä lapsi- ja nuorisotyössä”, jossa tarkastellaan vastavuoroista ja myönteistä tunnustuksen antamista nuorten hyvinvoinnin edistämiseen, jota voidaan toteuttaa osana instituutioiden perustoimintaa. Aikuisen ja nuoren välistä kohtaamista käsitellään oikean ja väärän näkökulmasta. Hahmottamisen sijaan puhutaan tunnistamisesta ja tunnustamisesta vuorovaikutuksessa sosiokulttuurisessa kontekstissa. Merkittävää on se, millaisena toinen ihminen haluaa tulla kohdatuksi ja ymmärretyksi siinä ajassa ja paikassa, jossa hänet kohdataan. Oikein tunnistaminen tarkoittaa nuoren

tulemista kohdatuksi sellaisena kuin hän haluaa. Väärin tunnistamisessa puolestaan nuori jää vaille kokemusta tulla huomioiduksi tai kokee häntä tulkittavan väärin. Kokemus tulla kuulluksi ja ymmärretyksi lisää omanarvontuntoa, itsekunnioitusta ja henkilökohtaista hyvinvointia, joka parhaimmillaan ehkäisee osattomuutta ja syrjäytymistä sekä edistää osallisuutta ja hyvinvointia. Ihmissuhteissa koettu emotionaalinen tuki ja hoiva, yhteisöllistä osallisuutta vahvistava sosiaalinen arvostus sekä yksilön oikeuksien ja toimijuuden kunnioittaminen vahvistavat identiteetin muotoutumiselle välttämätöntä itseluottamusta, itsetuntoa ja itsearvostusta.

Itsetunto kuvaa ihmisen minäkäsityksensä positiivisuuden määrää. Itsetunto vaikuttaa ihmisen toimintaan ja ratkaisuihin, jotka puolestaan vaikuttavat itsetuntoon. Itsetunto on tärkeä persoonallisuuden ominaisuus, mutta ei kuitenkaan niin tärkeä, että se avulla voidaan mitata ihmisen arvoa tai onnellisuutta. Itsetunto on yksi ominaisuus persoonallisuuden laajassa kentässä, eikä se määritä ihmisen koko elämää. Toisin kun yleisessä puheessa monesti sanotaan, ihminen pärjää heikollakin itsetunnolla. (Keltinkangas-Järvinen, 1994, s. 17.)

Itsetunnossa voidaan erottaa yksityinen ja julkinen itsetunto, eivätkä ne koskaan ole ihan sama asia. Yksityinen itsetunto on sitä, mitä ihminen itsestään ajattelee. Julkinen itsetunto puolestaan sitä, mitä ihminen puheellaan ja käytöksellään esittää muille. Tasapainoisella ihmisellä näiden välinen ero on pieni. (Keltinkangas-Järvinen, 1994, s. 26.)

Koulun vaikutus itsetuntoon on Keltinkangas-Järvisen (1994, s. 220–221, 231) mukaan yleensä negatiivinen. Koulun voi kokea sarjana pettymyksiä, jolloin yleensä koetaan itsensä huonommaksi kuin muut. Huonoimmassa asemassa on arka ja itsetunto-ongelmainen opiskelija, joka jää todennäköisesti vaille kaikkea huomiota. Koulun on nähty nostavan niiden opiskelijoiden itsetuntoa, jolla se on korkealla jo muutenkin. Koulua voidaan myös kritisoida sen kyvystä huomioida nuorten muuttuneita tilanteita. Monet nuoret elävät perherakennelmissa ja kulttuureissa, joissa koululle ei ole mitään sijaa. Itsetunnosta puhuttaessa koulu on heille paikka, jossa ei ole mahdollisuutta onnistumisille.

Itsetunnon haasteet näkyivät omassa työssäni yksilöllisessä opiskeluhuollossa. Monet opiskelijoista tunnistivat itse, että heillä on heikko itsetunto. Itsetuntoon näytti selvästi liittyvän nuoren kokemus yhteisöihin kuulumisesta ja hyväksynnän saamisesta. Nuorten itsetunto ei kuitenkaan näyttäytynyt stabiilina vaan siihen selvästi vaikutti suhteet muihin opiskeluyhteisössä oleviin, johon luonnollisesti kuuluu sekä opettajat, opiskelijat ja muu henkilöstö.

Vuorovaikutuksellista tukemisen merkitystä ei voida ohittaa kiireellä ja siihen varatun ajan puutteella opetustyössä. Vuorovaikutuksellinen tukeminen voi kestää minutteja, tunteja tai useita kertoja (Vilen, 2008, s 13). Tällöin ei voida väheksyä yksittäisiä lyhyen hetken kestäviä kohtaamisia. Opetuksessa tämän huomioiminen on tärkeää, jotta ymmärretään pienienkin hetkien merkitys opiskelijoiden hyvinvoinnille.

3 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS

3.1 Yhteisölähtöinen kehittäminen

Tämä kehittämistyö toteutettiin tutkimuksellisena kehittämistoimintana, jonka kehittäjänä toimi koko kouluyhteisö. Tutkimuksellista kehittämistyötä määrittävät erilaiset käsitteet, jonka mukaan sitä toteutetaan ja ne toimivat samalla periaatteina sen toteuttamiselle. Seuraavaksi kuvaan näitä käsitteitä, jotka näkyivät kehittämistyön prosessissa. Kehittämistyön prosessia kuvatessa viittaa sen vaiheiden suhdetta näihin käsitteisiin.

Tutkimuksellinen kehittämistyö etenee käytäntöön suuntautuneena toimintana. Tutkittua tietoa hyödynnetään kehittämisessä, mutta sen arvo on vähäisempää kehitettyyn tietoon verrattuna. Kehittämistyössä tavoitteena on olemassa olevan tilanteen kehittäminen hyödyntäen tieteellistä tietoa. Kehittäminen on ensisijainen tavoite. Toiminnassa ei ole välttämätöntä sitoutua teoreettisiin oletuksiin tai menetelmiin. Uuden ja käyttökelpoisen tiedon tuottaminen on tärkeää. Kehittämisessä painotetaan yhdessä oppimista ja verkottumista. Kehittämistyötä toteuttavat ne ihmiset, joiden elämään se

liittyy. Käyttäjien ja toimijoiden osallistuminen on keskeinen tekijä ja sen avulla voidaan muodostaa realistinen tavoite ja tavat sen saavuttamiseen. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 34, 96.)

Kehittämistoimintaan vaikuttaa eri toimijoiden sitoutuminen ja aktiivisuus kehittämis-toimintaan. Siinä sovitellaan erilaisia näkemyksiä ja rakennetaan yhteistä ymmärrystä. Aito ja tasavertainen osallistuminen onnistuu vain hyväksymällä erilaiset näkemykset. Kehittäjän tulee myös osallistua konkreettisesti kehittämiseen. Kehittäjän tulee pyrkiä aitoon dialogiin ja luopua ulkopuolisen asiantuntijan roolista. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 10.)

Tutkimuksellinen kehittämistyö voi sisältää uusien ideoiden keksimistä, levittämistä tai vakiinnuttamista. Kehittäminen on käytännöllistä asioiden korjaamista, edistämistä ja parantamista. Kehittäminen tähtää uuden taidon ja tiedon siirtoon. Kehittäminen tähtää muutokseen, jolla saavutetaan jotain parempaa. Onnistunut kehittäminen saattaa levitä myös muiden yhteisöjen ja organisaatioiden käyttöön. Lähtökohtana kehittämiselle voi olla vallitsevat ongelmat tai tavoite jostain uudesta. Kehittämistyössä toimintatavan muutoksella voidaan tarkoittaa laaja-alaisesti koko organisaation yhteisen toimintatavan selkeyttämistä. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 14, 16.)

Kehittämistoiminta nähdään sosiaalisena prosessina, joka edellyttää ihmisten osallistumista ja vuorovaikutusta. Osallistuminen toteutetaan dialogin avulla, jolloin toiminnan osapuolet voivat tutkia kehittämistoiminnan perusteita, toimintatapoja ja tavoitteita. Toimijoita pyritään kannustamaan osallistumaan, mutta toiminnan oletetaan etenevän osallistujien omilla ehdoilla heidän itse haluamaansa suuntaan. Kehittämistoiminnassa on oleellista, että sen kehittämiseen osallistuu ne, joita kehittäminen koskee. Kehittäjän rooli voi vaihdella, mutta monesti hänet nähdään aktiivisena osallistujana. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 89–91.)

Kehittämistoiminnassa pyritään dialogiin. Tavallisessa keskustelussa saatetaan pyrkiä taivutteluun, mutta dialogissa pyritään avaamaan ja laajentamaan tietoa ja tilannetta. Dialogi edellyttää toisen hyväksymistä ja antaa toiselle mahdollisuuden kehittämistoimintaan. Dialoginen lähestymistapa edellyttää toisen hyväksymistä myös siten, että hänellä on oikeus osallistua kehittämistoiminnan perustelujen määrittelyyn. Dialogi on

yhteistä ja vastavuoroista ihmettelyä. Vuorovaikutus on tällöin rinnakkaista, eikä hierarkkista. Rinnakkaisessa dialogissa luotetaan vuorovaikutteisesti löydettävän ratkaisun, jonka kaikki osapuolet voivat hyväksyä. Ratkaisu ei ole kenenkään intressi, vaan paras mahdollinen kompromissi. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 92–93.)

Erikson ja Arnkil (2017, s. 37) määrittävät dialogin vuoropuheluksi, jossa osallistujat ajattelevat yhdessä. Jokaisen tulee osata hellittää otetta omasta vakaasta käsityksestä. Yksilön oma ajatus ei ole lopputulos, vaan askel kohti sitä. Dialogin tavoitteena on saavuttaa uusi ymmärrys, joka ei välttämättä ole yhteisymmärrys. Dialogin lopputulosta ei voi tietää ennalta. Dialogissa painopiste on kuulemisessa puhumisen sijaan. Kuulemisessa huomioidaan toisen mielipiteet, joiden avulla voidaan muokata ja rikastaa omaa käsitystä. Dialogissa on kyse kokonaisvaltaisesta kommunikaatiosta, joka näkyy puheena, eleinä, ilmeinä ja tunteina. Mönkkönen (2007, s. 86) kuvaa dialogisuutta pyrkimyksenä yhteiseen ymmärrykseen ja taidoksi edesauttamaan vuorovaikutusta. Dialogi ei ole väittelyä eikä keskustelua. Dialogisuus kuvaa ihmiskäsitystä ja maailmankuvaa, joka vaikuttaa suoraan keskustelun luonteeseen.

Dialogisuus ei ole ainoastaan puhetta, kuuntelua ja keskustelua. Siinä molemmat osapuolet parhaimmillaan oppivat jotain uutta. Dialogin avulla voidaan muuttaa mielipiteitä ja asenteita. Dialogissa luottamus on tärkeää, jotta toista osapuolta ei nähdä uhkana. Ihmiselle merkittävät asiat yleensäkin syntyvät vuorovaikutuksessa, jossa kielellä on keskeinen asema. Dialogisuuteen ei kuulu toisen osapuolen harhauttaminen, vaikka siinä voidaan kyseenalaistaa, haastaa ja uudelleen muotoilla toisen puhetta. (Mönkkönen, 2007, s. 89–90, 92.)

Kehittämistyössä näkyy toimintatutkimukselle tyypillistä voimaannuttamista ja valtauttamista, joiden avulla rohkaistaan ihmisiä tarttumaan asioihin, jotta niitä voidaan kehittää paremmaksi. Osallistujia tuetaan uskomaan omiin kykyihinsä ja toimintamahdollisuuksiinsa. Työskentelyssä pyritään kehittäjän ja osallistujien emansipaatioon. (Heikkinen & Rovio, 2010, s. 20, 114.)

Kehittämistoiminta etenee jatkuvana syklinä eli spiraalina. Kehittämistoiminnan tehtävät muodostavat kehän, jossa perusteluvaihetta seuraavat organisointi, toteutus ja arviointi. Työskentely jatkuu spiraalimallisena kehänä, jossa seuraa uusia peräkkäisiä

kehiä. Kehittämisen tulokset tulevat uudestaan arvioitaviksi ja siitä muodostuu jatkuva prosessi. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 66.) Kehittäminen johtaa uuteen kehittylyyn, jossa toiminta, ajattelu, suunnittelu, havainnointi, reflektointi ja uudelleen suunnittelu kulkevat peräkkäisinä ja päällekkäisinäkin toimintoina (Heikkinen ym., 2010 s. 80).

Kehittämistoiminnan tuottama tieto voi olla niin sanotusta kokemukseen perustuvasta näytöstä. Se saattaa perustua kokemuksiin useista työtilanteista. Sitä käytäntöä toistetaan, mikä tuottaa tulosta ja toimii hyvin. Vaikuttavuus tulee käytännön toiminnan kautta. Kehittämistoiminnassa ollaan tekemisissä myös hiljaisen tiedon kanssa. Ammatillisilla on tieto toiminnan tuloksellisuudesta, mutta sen perusteleminen voi olla vaikeaa. Hiljaisella tiedolla on sosiaalinen konteksti, jossa se toimii. Hiljainen tieto muodostaa keskeisen kehittämistoiminnan tietolähteen. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 40–41.)

Kehittämistoiminnassa reflektiivisyys tarkoittaa kehittämisen menetelmien ja toimintatapojen, kehittämisen perusteluiden ja organisoimisen jatkuvaa uudelleenarviointia. Yhteiskunnallinen tilanne ja toimintaympäristöt nähdään kompleksisina. Kehittäminen ei perustu tiukasti määriteltyihin tavoitteisiin ja prosesseihin, vaan se toteutuu prosessimaisesti täydentyen. Tällaista kehittämistä voidaan pitää refleksiivisenä. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 52–53.)

Tässä kehittämistyössä suhde yhteiskuntaan nähdään pääsääntöisesti positiivisesti ja sen rakenteet ja toimintatavat hyväksytään. Yhteiskunta nähdään hyvää tavoittelevana järjestelmänä, mutta sen toiminta sisältää myös ongelmia. Kehittämistoiminnan avulla ongelmia pyritään tasoittamaan. Kriittisempi toimintatapa pyrkii aktiivisesti etsimään toisin toimimisen tapaa. Kaikki osalliset pyritään saamaan mukaan keskusteluun. (Toikko & Rantanen, 2009, s. 47.)

3.2 Kehittämistyön toteutus

3.2.1 Kehittämistyön tarpeen kartoittaminen ja käynnistäminen

Tarve kehittämiselle näkyi syksyn 2021 aikana kasvaneena huolena opiskelijoiden muuttuneessa tilanteessa. Huoli tilanteesta näkyi paikallisesti omalla työpaikallani Sataedu Kokemäen toimipaikassa, alueellisesti moniammatillisten verkostojen ja valtakunnallisesti erilaisten tutkimusten ja tilastojen kautta. Yksinäisyys, erilaiset fyysiset kivut, masennuksen ja ahdistuksen oireet sekä vuorovaikutuksen ongelmat olivat tyyppisiä huolen aiheita nuorilla. Ongelmien ennustaminen oli ollut vaikeaa ja tilanne yllätti useita eri tahoja ja henkilöitä. Tilanne näyttäytyi monen tahoisesti ja kompleksisena. Erilaiset opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvät asiat näyttivät linkittyvän toisiinsa, eikä varsinaista syytä, seurausta tai ratkaisua tilanteeseen pystytty varmaksii määrittämään.

Kehittämistyön alussa oli selvää, että tilanteen korjaaminen vaatii koko yhteisön mukana olemista. Muutoksen ja kehittämisen välttämättömyydestä oli keskusteltu työyhteisössän Sataedun Kokemäen toimipaikassa useiden eri henkilöiden kanssa, joihin kuului esihenkilöitä, opettajia sekä muuta henkilöstöä. Mitään valmista ajatusta tai toteutustapaa ei vielä tässä vaiheessa ollut, ainoastaan suuri huoli ja motivaatio löytää ratkaisu ongelmaan. Keskustelujen johdattelemana päätimme yhdessä opiskelu- ja opiskeluhuoltopalveluiden henkilöstön kanssa löytää ja kehittää keinoja tilanteen muuttamiseksi. Tutkimuksellisen kehittämistoiminnan mukaisesti kehittämiselle lähtökohtana toimi vallitsevat ongelmat ja kehittämisellä tähtäsimme muutokseen, jolla saavutetaan jotain parempaa.

Kehittämistyön aloittamisen teki mahdolliseksi yhteisön mukana oleminen jo sen alkumetreiltä. Työskentelyssä rohkaistaan ihmisiä tarttumaan asioihin, jotta niistä saadaan parempia. Tämän kehittämistyön käynnistämistä tuki sekä lähimpien työtovereiden että esihenkilöiden mukana oleminen. Sataedun rehtorin ja opiskelupalvelupäällikön kiinnostus kehittämiseen auttoi uskomaan työn tarpeellisuuteen. Tärkeänä peruskivenä työn tekemiselle oli luottamus lähimpien työtovereiden sitoutumiseen, joita olivat opinto-ohjaajat, terveydenhoitajat, koulupsykologi ja erityisopettaja.

Kehittämistyötä toteuttavat ne ihmiset, joiden elämään se liittyy. Tärkeää oli, että opiskelijat olivat alusta asti mukana kehittämistyössä. Kehittämistyön tarpeen näyttäytyessä yksilöllisessä opiskeluhuollossa olin pyöritellyt mielessäni joitain toiveita ja ajatuksia siitä, miten esiin noussutta ongelmaa voitaisiin ratkaista yhteisölähtöisesti. Monen opiskelijan huolen kohdalla oli toiveenani ollut kokemus positiivisesta vuorovaikutuksesta tai ylipäättänsä kohdatuksi tulemisesta, jonka ajattelin ainakin helpottavan opiskelijan tilannetta. Halusin vielä varmistusta tilanteeseen ja tein avoimia kysymyksiä opiskelijoille yksilökäyntien aikana. Kerroin yksilökäyntien lopussa omasta opiskelustani lyhyesti ja esitin opiskelijoille muutamia kysymyksiä, jotka liittyivät opiskeluun ja hyvinvointiin. Opiskelijat vastasivat näihin mielellään ja kirjasin vastauksia nimettöminä ylös. Opiskelijoiden vastaukset vahvistivat omaa näkemystäni ja kehittämistyölle oikean suunnan antamista. Esitetyt kysymykset olivat seuraavia:

- Millaisessa opiskeluryhmässä on hyvä olla?
- Miten ryhmä tai opettaja vaikuttaa tähän?
- Millainen on hyvä opettaja?

Opiskelijoilla oli mahdollisuus vastata kysymyksiin monipuolisesti eikä pelkästään myöntävästi tai kielteisesti. Mukana oli myös tarkentavia ja selventäviä kysymyksiä, joiden avulla pystytään varmistamaan, mitä opiskelija tarkoittaa ja mikä on sen merkitys (Vilen, 2008, s 88–89). Koska keskustelut kuraattorin kanssa ovat luottamuksellisia ja salassa pidettäviä, uskon myös vastausten olleen luotettavia. Keskustelu pyrittiin fokusoimaan positiivisten asioiden löytämiseen, mutta negatiivisten asioiden esiin nostaminen oli myös sallittua. Kyselyn aikana opiskelijoiden antama palaute ja asenne antoivat selkeän käsityksen siitä, että olimme tärkeän asian äärelle. Opiskelijoiden kokemuksia kartoitettiin myös opiskelijakunnan kokouksessa ja koulun teemapäivissä, jolloin samoja kysymyksiä esitettiin koulun kahviossa kaikille halukkaille opiskelijoille. Kyselyt olivat pinnallisempia, mutta niistä saadut vastaukset olivat kuitenkin samankaltaisia kuin yksilökäynneillä käydyissä keskusteluissa.

Taulukko 3. Opiskelijoiden kommentteja ja toiveita liittyen opettajan vuorovaikutukseen syksyn 2021 kuraattorikäyntien yhteydessä

On läsnä, positiivinen, oikeudenmukainen, huomioi, on kiinnostunut, kysyy kuulumisia, ennakoitava, ei nolaa, opettaja puuttuu ja seuraa ryhmää, keskustelee ystävällisesti, ei salli kiusaamista, ei ole ärtynyt koko ajan, antaisi positiivista palautetta, sietää huonoakin käytöstä, opettajilla olisi hyvät välit keskenään, luotettava, rento, rauhallinen, on auttavainen, ei hengitä niskaan

3.2.2 Kehittämistyön tarkentuminen ja ohjausryhmän muodostuminen kehittämisen tueksi

Syksyn 2021 aikana olimme vakuuttuneet, että kehittämistyölle on todellinen tarve. Kehittämistyön toteutumisen kannalta oli tärkeää eri toimijoiden osallistuminen ja sitoutuminen kehittämiseen. Tammikuussa 2022 kokoontui ensimmäinen kehittämistyötä koordinoiva ryhmä, johon oli kutsuttu laajasti opiskelija- ja opiskeluhuoltopalveluiden työntekijöitä kaikista Sataedun toimipaikoista. Ryhmään osallistui kolme opinto-ohjaajaa, koulupsykologi, kaksi terveydenhoitajaa ja erityisopettaja sekä markkinointisuunnittelija. Osallistujista yksi opinto-ohjaaja oli Ulvilan toimipaikasta ja markkinointisuunnittelija työskenteli koko Sataedun alueella. Loput osallistujat olivat Kokemäen toimipaikasta. Tästä joukosta muodostui koko kevään 2022 ajaksi kehittämiseen sitoutunut ohjausryhmä, jonka toiminta muodostui koko prosessin rungoksi. Ryhmä kokoontui neljä kertaa kevään aikana ja kehittämispäivät olivat koko työpäivän kestäviä. Kehittämispäivien välillä pidimme yhteyttä sekä keskustellen että erilaisten sähköisten kanavien kautta. Omien opiskelujeni takia otin kehittämistyön loppuun saattamisesta päävastuun.

Kehittämistyössä sovitellaan erilaisia näkemyksiä ja rakennetaan yhteistä ymmärrystä. Yhteisen dialogin merkitys on tärkeää. Ohjausryhmän jäsenten tasavertainen suhtautuminen kehittämiseen näkyi hyväksymällä muiden mielipiteitä ja kehittämis ehdotuksia. Ohjausryhmässä toteutui moniammatillinen näkökulma osallistujien edustaessa sosiaali- terveys- opetus- ja markkinointialoja. Yhteisenä kehittämiskohteena nähtiin tässä vaiheessa ryhmäytymiseen panostaminen sekä turvallisten ja positiivisten opiskelijaryhmien muodostuminen. Tapaamisessa myös pohdittiin opettajan asennetta opiskelijoita kohtaan. Mikä kuvaa sitä parhaiten? Sietäminen, hyväksyminen vai välittäminen.

Kehittämistyössä hyödynnettiin tutkittua tietoa, mutta pääasia oli kehittämisessä. Ongelmana todettiin olevan opiskelijoiden yksinäisyyden tunteen ja pahoinvoinnin lisääntyminen, joiden oletettiin myös liittyvän toisiinsa. Covid-19 virus oli kevästä 2020 asti pakottanut kouluja etäopetukseen, joka oli todennäköisesti vaikuttanut

tilanteeseen. Missään tutkimuksessa ei kuitenkaan pystytty todistamaan pahoinvoinnin lisääntymisen johtuvan pelkästään yksinäisyyden kokemuksesta, joten ei ollut perusteltua rajoittaa kehittämisen ainoastaan yksinäisyyden tunteen vähentämiseen. Koska ongelmaan liittyvät tarkat syyt eivät olleet tiedossa, lähdettiin kehittämistyön avulla tarkentamaan ratkaisua tilanteeseen.

Tärkeänä nähtiin opiskelijoiden ja opettajien mukana oleminen, joiden elämään ja toimintaan kehittäminen liittyy. Realistisen tiedon ja tavoitteen määrittämiseksi päädyimme tekemään heille kyselyn liittyen yksinäisyyteen. Kyselyä muokattiin yhdessä ohjausryhmän ja Sataedun johdon kanssa ja se valmistui parissa viikossa. Kysely pidettiin sähköisessä muodossa. Tiedotimme opiskelijoita kyselystä yhdessä opinto-ohjaajien kanssa käymällä opintoaloilla, jolloin opiskelijoilla oli mahdollisuus vastata siihen vierailumme aikana. Päädyimme tähän tietoisesti, koska oletimme sen lisäävän vastaajien määrää. Kokemäen toimipaikasta kyselyyn vastasi 157 opiskelijaa ja ilman henkilökohtaista kontaktia olettaisimme luvun jääneen pienemmäksi.

Opiskelijoille suunnatussa kyselyssä (Liite 1) kartoitettiin opiskelijan perustietoja ja yksinäisyyteen liittyviä kokemuksia ja ajatuksia sen korjaamiseen. Opettajien kyselyssä (Liite 2) oli vastaavat kysymykset opettajan näkökulmasta katsottuna. Molempien kyselyissä oli sekä avoimia että suljettuja kysymyksiä. Kyselyn tulokset olivat nopeasti käytettävissä. Tärkeimpänä tietona oli mielestämme opiskelijoiden kokemus yksinäisyyteen voivan eniten vaikuttaa oppitunneilla, joka näkyi sekä Kokemäen toimipaikan että koko Sataedun vertailussa. Alla olevassa taulukossa on nostettu esiin kyselyn tuloksia.

Taulukko 4. Opiskelijoiden kokemuksia yksinäisyyteen liittyen (Sataedun oma kysely 2022)

Opiskelijoiden kokemus	Sataedu Kokemäen toimi- paikka	Koko Sataedu
Yksinäisyyteen voivan vaikutta oppitunneilla	52 %	48 %
Yksinäisyyteen voivan vaikutta kaverisuhteiden tuella	44 %	42 %
Ryhmässä on erittäin huono tai huono olla	6 %	10 %
Kokee itsensä yksinäiseksi	20 %	27 %
Koettu yksinäisyys tuntuu pahalta	25 %	31 %
On yksin oppitunneilla	10 %	18 %

Opettajat kokivat yksinäisyyteen voivan vaikuttaa eniten kaverisuhteiden tuella, joka mainittiin 68 % vastauksista. Opettajien kysely tuotti myös avoimia vastauksia aiheeseen, miten voi ehkäistä opiskelijoiden yksinäisyyttä. Näitä vastauksia hyödynnettiin myöhemmin tehtyyn opettajan muistilistaan. Opiskelijoiden ja opettajien kyselyt eivät ole täysin verrattavissa toisiinsa, sillä kysymysten asettelu oli niissä erilainen.

3.2.3 Kehittämistyön eteneminen yhdistämällä tutkittua tietoa ja työyhteisöön osaamista

Kehittämistyö eteni spiraalimaisesti, jolloin oli vaikeaa erotella selvästi suunnittelu- ja kehittämisvaiheita toisistaan. Työyhteisön mukana oleminen toteutui koko kehittämisen ajan. Kehittämisvaiheesta siirryttäessä toteutusvaiheeseen on toistuvasti

palattu kehittämiseen ja ideointiin uusien oivallusten kautta. Kehittämistyössä pyrin itse hyödyntämään työyhteisön osaamista ja kannustamista kehittämiseen.

Ohjausryhmän toinen tapaaminen oli maaliskuussa 2022, jolloin pohdimme ja hyödynsimme opiskelijoille ja opettajille suunnatun kyselyn tuloksia. Keskustelimme myös tuki oikeasta paikasta-hankkeen koulutuksessa esiin nousseesta tutkitusta tiedosta, jonka mukaan opiskelijat itse kokivat tärkeimmiksi asioiksi tunteen turvallisuudesta ja toimijuudesta sekä positiivisen itsetunnon. Tämän tiedon luotettavuuteen oli mielestämme helppo uskoa, koska kyseessä ovat opiskelijoiden ongelmat näytettyivät tyypillisinä myös ohjausryhmän työntekijöille opiskelijoiden kanssa tehtävässä työssä. Koulutuksessa noussut toinen tärkeä tieto oli koulusiirtymien merkityksellisyys. Lämmin siirtymä tukee akateemisen tason ylläpitoa, mielialaa ja kouluun kiinnittymistä.

Vaikutti siltä, että mitään näistä edellä olevista asioista ei voinut sivuuttaa tässä kehittämistyössä. Olimme saman aikaisesti hyvin isojen ja toisaalta hyvin pienten ja arkipäiväisten asioiden ääressä. Ohjausryhmässä tiivistimme, että opettajien huomion kiinnittäminen näihin asioihin olisi tärkeää. Yhdelläkin lauseella ja katseella voidaan lisätä opiskelijan turvallisuuden ja toimijuuden tunnetta sekä positiivista itsetuntoa. Tuntui lähes epäreilulta opiskelijoita kohtaan, jos emme lähtisi etsimään ratkaisuja näiden asioiden vahvistamiseen. Tässä kohtaa tärkeimmäksi tavoitteeksi nousi opiskeluyhteisö, jossa opettaja huomaa jokaisen opiskelijan päivän aikana. Tämän tavoitteen lisäksi halusimme jatkossa huomioitavan entistä tarkemmin lämpimän siirtymisen merkityksen opintojen aloittamisessa.

Ohjausryhmässä painotimme yhteisölähtöistä kehittämistä ja päätimme jalkautua opetushenkilöstön luokse käymään vuoropuhelua aiheesta. Tärkeää oli yhdistää tutkittua tietoa ja opetushenkilöstön osaamista, joka ei vielä ollut välttämättä koko yhteisön käytössä. Hiljaisen tiedon kerääminen oli tärkeää ja halusimme saada jokaisen äänen kuuluviin. Isossa ryhmässä kokoontuminen ei tukenut tätä tavoitetta, joten päädyimme konkreettisena toimena jalkautua jokaiselle opintoalalle erikseen. Tällöin paikalla olisi vain muutamia opetushenkilöitä, joka tuki sekä dialogin mahdollisuutta, motivointia ja hiljaisen tiedon siirtämistä koko yhteisön käyttöön. Opettaja olivat myös itse ehdottaneet keskustelua pienessä ryhmässä aidon tiedon varmistamiseksi.

Työn rajaamisen kannalta päätimme toteuttaa keskustelut Sataedun Kokemäen toimipaikassa. Kehittämistyö suunnattiin sen aitoon ympäristöön eli opintoaloille, jossa opiskelijat viettävät suurimman osan opiskeluistaan.

3.2.4 Vuoropuhelu opintoaloilla, yhteisön merkitys korostuu tiedon keruussa

Kehittämistyö eteni käytäntöön suuntautuneena toimintana. Opintoalaoille jalkautumisen tavoitteena oli kerätä kokemukseen perustuvaa ammatillista osaamista suunnattuna opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen. Kehittämistyön kannalta oli tärkeää, että opetushenkilöstö olisi tietoinen opiskelijoiden lisääntyneestä pahoinvoinnista ja samalla motivoida heitä löytämään keinoja tilanteen muuttamiseksi. Opiskelijoiden omakyselyssä oli myös noussut esiin, että heidän näkemyksensä opettajista olivat harvoin pelkästään negatiivisia. Tästä pystyi päättelemään, että opettajilla oli jo käytössä hyviä käytänteitä. Tätä käsitystä vahvisti opettajien avoimet vastaukset toteutettuun kyselyyn. Tämän hiljaisen tiedon saattaminen kaikkien opettajien käyttöön nähtiin tärkeänä.

Opintoaloilla työskentelee pääasiassa opettajia ja osalla aloista on apuna myös koulutusohjaajia, joista yhdessä käytetään termiä opetushenkilöstö tässä kohtaa. Koulutusohjaajien mukana oleminen oli tärkeää, koska heidän työnsä painottuu monesti haastaviin tilanteisiin. Ennen opintoaloille jalkautumista lähestyimme koulutuspäälliköitä tiedottamalla asiasta ja varmistamalla, että opetushenkilöstö voi käyttää työaikaan tapaamisiin. Kehittämistyön onnistuminen edellyttää, että koko organisaatio on tietoinen sen toiminnasta. Opintoalakäyntejä oli yhteensä yhdeksän ja niihin varattiin ajankohdat yhdessä opintoalan tiimivastaavan kanssa, jolloin mahdollisimman monella opetushenkilöistä oli mahdollisuus osallistua niihin.

Opintoaloille valmistin yhdessä opinto-ohjaaja Johanna Rantalaisen kanssa PowerPoint esityksen (Liite 3), jonka tavoitteena oli saada opettajat mukaan keskusteluun ja sitoutumaan kehittämiseen. Alustuksen aiheeseen tuli olla lyhyt, vakuuttava ja motivoiva. Tärkeää oli myös, etteivät opetushenkilöstö saa väärää käsitystä kehittämistyöstä. Tarkoituksena ei ollut tehdä opettajista kuraattoreita eikä psykologeja vaan keskittyä puhtaasti kouluyhteisössä vuorovaikutukseen ja sen avulla hyvinvoinnin

lisäämiseen. Tavoitteena oli opetushenkilöstön oivaltaminen lisätä perustyöhönsä kasvatuksellista vastuuta fokuksena opiskelijoiden hyvinvointiin.

Opintoaloilla tapahtuvien keskustelujen ensimmäinen tavoite oli saada opetushenkilöstö tietoisiksi aiheen koskettavan heidän perustyötään ja valitsimme alkuun lain ammatillisesta koulutuksesta, jossa käsitellään hyvinvoivaa ammattilaista. Seuraavaksi halusimme varmistaa heidän olevan tietoisia nuorten pahoinvoinnin ja yksinäisyyden tunteen lisääntymisestä, jolloin kerroimme tilastoja ja tietoja aiheeseen liittyen mukaan lukien oman kyselymme tuloksia. Muita tärkeitä huomioita oli tieto, että yksinäisten ja arkojen opiskelijoiden on monesti helpompi tutustua ensin opettajaan ja sitten vasta muihin opiskelijoihin. Tutkittua tietoa hyödynnettiin tapahtumissa nostamalla esiin opiskelijoiden toive turvallisuudesta, toimivuudesta ja positiivisesta itsetunnosta. Kerroimme myös, että positiivinen vuorovaikutus opettajan kanssa lisää koko ryhmän positiivista vuorovaikutusta. Tapaamisissa painotimme yhteistyön tärkeyttä ja sen avulla yhteisen ymmärryksen ja tiedon rakentamista.

Opintoalakäyntien alussa muistutimme opettajia yhteisen vuoropuhelun tärkeydestä ja kerroimme myös heillä olevan oikeus antaa kehittämissuhteita työmme toteuttamiseen. Painotimme jo alustuksen alussa, että jokaisessa kohtaa on tärkeää yhteinen keskustelu aiheen tiimoilta ja kaikki kyseenalaistaminen ja ihmetteleminen on sallittua. Tällä halusimme poistaa väärinymmärryksen mahdollisuuden siitä, että kokiimme olevan asiassa opettajia enemmän asiantuntijoita. Yleensä vuoropuhelu olikin alkanut jo ensimmäisten minuuttien aikana.

Yhteinen keskustelu eteni PowerPoint esityksen lomassa ja jälkeen. Tapaamisissa muodostui vuoropuhelua, oivaltamista ja dialogia. Pysähdyimme miettimään ihan pientenkin arjessa tapahtuvien asioiden tärkeyttä. Kehittäjänä koin osallistuneeni tässä kohtaa kehittämiseen, mutta olin luopunut asiantuntijan roolista. Dialogi toteutui yhteisessä ajattelussa, jonka lopputulos ei ollut tiedossa tapaamisten alussa. Painopiste oli kuulemisessa puhumisen sijaan. Kaikkien mielipiteet ja ajatukset olivat sallittuja ja niitä pyrittiin enemmän rikastamaan kuin tuhoamaan. Dialogi näkyi ilmeissä ja eleissä sekä ihmiskäsityksessä, joka kaikkien osallistujien kohdalla näkyi aitona tavoitteena lisätä opiskelijoiden hyvinvointia. Dialogia tuki opinto-ohjaajien läsnäolo tapaamisissa, jonka avulla vuoropuheluun oli helpompi lähteä. Esiin

nousseet asiat ja hyvät käytänteet kirjattiin ylös. Tavoitteena oli avata ne käyttökel-
poiseen muotoon ja jakaa tämä hiljainen tieto koko yhteisön käyttöön.

Opetushenkilöstön poissaoloja tapaamisista oli vain muutama yksittäinen. Erityis-
opettaja ja terveydenhoitajat pystyivät myös osallistumaan osaan aloilla tapahtuvista
keskusteluista. Yhteisölähtöisen kehittämisen kannalta tässä kohtaa merkittävää oli
keskustelujen tapahtuminen opintoaloilla. Kehittäminen tapahtui siinä ympäristössä,
jossa työn haasteet ja ongelmat ovat nähtävissä. Toimintaympäristössä syntyvä tieto
nousee aidosta tarpeesta ratkaista käytännön ongelma.

Tapaamisissa kerroimme lyhyesti myös niistä toimista, joita olimme ohjausryhmässä
jo tehneet ja mitä tulemme tekemään yksinäisyyden vähentämiseksi ja hyvinvoinnin
lisäämiseksi. Tällä pyrimme lisäämään yhteisen tavoitteen tärkeyden huomioimista.
Tarkoituksena ei ollut velvoittaa opettajia toimimaan toisin, lisätä heidän työtehtä-
viänsä tai siirtää päävastuuta opiskelijoiden hyvinvoinnista heille.

3.2.5 Toteutusvaiheen menetelmät ja prosessi, yhteisöstä nousseen tiedon saaminen koko Sataedun käyttöön

Opintoalakäyntien onnistuminen yllätti itseni positiivisesti opettajien aktiivisuuden ja
motivoitumisen suhteen. Jokainen käynti oli hieman erilainen, joka kertoo avoimen
vuoropuhelun ja kehittämisen onnistumisesta. Mikäli tapaamiset olisivat olleet kehit-
täjävetoisia olisi opintoalakäynnit muistuttaneet enemmän toisiaan. Esiin nousi opet-
tajien ja koulutusohjaajien osaaminen vaihtelevine käytäntöineen.

Opintoalakäynnit mahdollistivat yhteisölähtöisen kehittämisen. Ne toimivat samalla
sekä kehittämisen tuloksena ja tavoitteena että välineenä tulokseen, jonka voi jakaa
muiden yhteisöjen käyttöön. Opintoalakäynneistä nousseen hiljaisen tiedon pohjalta
rakennettiin opettajan muistilista koko Sataedun käyttöön, jolloin muutoksella voi-
daan tarkoittaa laaja-alaisesti koko organisaation yhteisen toimintatavan selkeyttä-
mistä. Kehittämisen kannalta uskon kuitenkin käytäntöön siirtyvää oppimista tapah-
tuneen eniten yhdessä käytyjen dialogien avulla.

Ohjausryhmän kolmas tapaaminen oli toukokuussa 2022, jolloin pohdimme opintoaläkänneillä opetushenkilöstöltä esiin nousseita asioita, toimintatapoja, menetelmiä, huomioimista, palautteen antamista ja mietimme keinoja varmistamaan tämän tiedon siirtämistä koko yhteisön käyttöön. Päädyimme seuraavassa tapaamisessa kokoaamaan asioita opettajan muistilistaan, joka tulisi opettajien käyttöön ennen seuraavan lukuvuoden alkua. Tällöin pystyimme samalla tukemaan lämpimän siirtymisen merkitystä uusille opiskelijoille. Tässä ohjausryhmän tapaamisessa suunnittelimme lisäksi hyvinvoinnin vuosirataa (Liite 4.), ja keinoja sen avulla kehittää yhteisöllisyyttä lisäämällä ryhmätoimintaa ja huomioimalla yksinäiset paremmin erilaisiin tapahtumiin osallistumisessa.

3.2.6 Päätös- ja arviointivaiheen menetelmät ja prosessi

Neljännessä ohjausryhmän tapaamisessa, joka oli toukokuussa 2022 kokosimme opintoaläkänneistä nousseista tiedosta vastuuopettajan muistilistaa. Päädyimme keräämään pieniäkin neuvoja ja ohjeita, emmekä olettaneet joidenkin asioiden olevan itsestäänselvyksiä. Huomioitavat asiat kirjattiin muistilistaan lukuvuoden kulun mukaan. Ajallinen järjestys oli perusteltu valinta, koska halusimme opettajien huomioivan sen käytön heti lukuvuoden alussa. Uskoimme siihen, että uuden toimintatavan ja kulttuurin luominen on helpompaa aloittaa uusien opiskelijoiden opintojen alussa. Listan liitteeksi annoimme vielä ensimmäiseen päivään soveltuvia harjoitteita ryhmäytymiseen ja lämpimän siirtymän tukemiseen, muistutimme yhteistyöstä ja tarjosimme avuksi tulemisen mahdollisuutta. Muistilistan teossa tietoisesti keräsimme siihen myös muuta opetuksessa tärkeitä huomioitavia asioita, vaikka niiden fokus ei ollutkaan liitetty opiskelijoiden hyvinvointiin. Kehittämistyön yhtenä tavoitteena oli opettajien huomioivan perustehtävässään opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemisen, joten oli perusteltua muistilistassa olevan yhtä lailla kommentit ”muista opetella kaikkien nimet” kuin ”salasanat ja digitaaliset välineet”.

Muistilista esitettiin sataedun opinto-ohjaajille ja kuraattoreille heidän yhteisissä tapaamisissansa kesäkuun 2022 alussa, jolloin oli mahdollista kommentoida tai nostaa esiin uusia näkökulmia siitä. Tässä kohtaa siihen ei kuitenkaan muutoksia tullut.

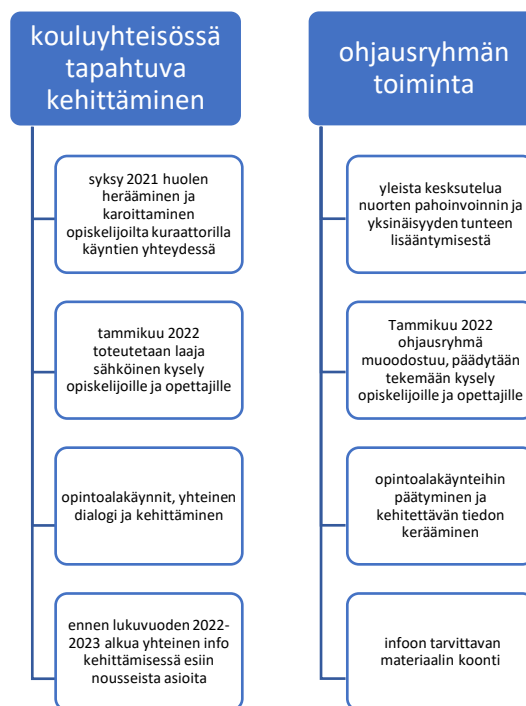
Tämä oli mielestäni hyvä asia eli muistilista koostui opettajien omasta osaamisesta eikä opiskeluhuollon osaamisesta.

Viimeisessä vaiheessa työstimme muistilistasta opettajille jaettavan kirjallisen version, jossa on huomioitu turvallisuuteen ja positiiviseen pedagogiikkaan sekä lämpöiseen siirtymään liittyvät asiat. Opettajan muistilista käytiin vielä läpi koko Sataedun yhteisessä koulutuksessa ennen työvuoden alkua, johon osallistuivat koko sataedun opetushenkilöstö. Tässä koulutuksessa painotimme tiedon nousseen yhteisöstä. Vastuopettajan muistilista (Liite 5) siirrettiin Sataedun opettajien käyttöön tallennettuna hyvinvointikansioon. Kehittämistyössä syntyneitä materiaaleja ja tietoa on hyödynnetty myös muissa Sataedun sisäisissä ja ulkoisissa koulutuksissa.

3.3 Kehittämistyön luotettavuus ja materiaalit

Kehittämistyön toteuttamisen voidaan sanoa kestäneen yhden työvuoden ajan. Syksyn 2021 ajan kehittämisessä näkyi huolen herääminen ja lukuisat keskustelut siihen liittyen. Opiskelijoiden ja työyhteisön kanssa käydyt keskustelut antoivat suuntaa siitä, mihin kannattaa kiinnittää huomiota opiskelijoiden hyvinvoinnin lisäämisessä.

Kevät 2022 muodostui aktiivisen kehittämisen ajaksi. Ohjausryhmä muodostui tammikuussa 2022 ja sen rinnalla kulki muu opiskeluyhteisössä tapahtuva kehittäminen. Nämä kaksi muodostivat yhteisen ja luotettavan rungon kehittämiselle. Ohjausryhmässä pohdittiin kehittämisen suuria linjauksia ja sen suuntaamista aitoon yhteisöön. Luotettavuutta lisää ohjausryhmän muodostuminen opiskelu- ja opiskeluhuoltopalveluiden henkilöstöstä, joiden työhön kasvaneet ongelmat heijastuivat. Opiskeluyhteisössä tapahtuvan kehittämisen pääpaino oli tiedon keräämisessä ja jakamisessa. Keskeyttämällä näistä vain toiseen olisi kehittämisen tulos jäänyt yksipuoliseksi.



Kuvio 2. Tiivistelmä ohjausryhmän ja kouluyhteisössä tapahtuvan kehittämisen etenemisestä.

Kehittämistyössä tuotettu tieto toteutui tutkimuksellisen kehittämistoiminnan mukaisesti. Tutkittua tietoa hyödynnettiin, mutta pääpaino oli kehittämisellä. Kehittämisessä oli tilaa ja aikaa yhteiselle ihmettelylle. Kehittämiseen osallistuneita kannustettiin osallistumaan, mutta he saivat itse määrittää oman toimintansa suuntaa. Kehittämisessä soviteltiin erilaisia näkemyksiä ja näiden pohjalta rakennettiin jotain uutta, jolla tavoitellaan jotain parempaa. Kehittäjänä pystyin luopumaan ulkopuolisen asiantuntijan roolista, enkä sitä mielestäni tässä kehittämisessä ollutkaan. Dialogin onnistuminen mahdollisti erilaiset näkemykset ja niiden yhteensovittamisen. Kehittämiseen liittyvä tieto on hankittu luotettavasti ja kattavasti. Tiedon kerääminen tapahtui aidosta ympäristöstä, johon myös sen hyödyntäminen suuntautuu. Se on laadultaan luotettavaa, ainutlaatuista ja sen tarve on suunnattu juuri tähän yhteisöön.

4 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

4.1 Kehittämistyön tulokset

Kehittämistyön tavoitteena oli opiskelijoiden hyvinvoinnin lisääminen kiinnittämällä huomiota opettajan ja opiskelijoiden väliseen vuorovaikutukseen. Tulokset syntyivät opiskeluyhteisössä käytyjen yhteisten keskustelujen avulla. Tulokset voidaan karkeasti jakaa kahteen osaan, jotka molemmat ovat syntyneet yhteisten keskustelujen, vuoropuhelujen ja dialogin avulla.

- 1) Opettajien tietoisuuden herääminen suhteessa kehittämistyön taustalla olleeseen huoleen opiskelijoiden lisääntyneestä pahoinvoinnista. Opintoalakäyntien aikana opettajat myös pohtivat keinoja tilanteen muuttamiseksi miettimällä, miten voivat jatkossa omalla toiminnallaan tukea hyvinvoinnin lisäämistä.
- 2) Vastuopettajan muistilista, johon on kirjattu toimintatapoja hyvinvoinnin lisäämiseksi. Suuri osa kehittämisen myötä syntyneestä tiedoista ja toimintatavoista tukee monia eri hyvinvointiin liittyviä tekijöitä ja ne voidaan kategorioida useampaankin hyvinvointiin vaikuttavaan teoriaan. Seuraavissa kappaleissa nostan esiin muistilistan asioita suhteessa kehittämistyön teorioihin.

4.1.1 Yksinäisten opiskelijoiden tukeminen opiskeluryhmässä

Yksinäisyyden tunteen vaikuttamiseen suurin tekijä on sen tunnistaminen ja siihen puuttumisen kuuluvan perustehtävään. Opettajien ja opiskelupalveluiden työntekijöiden tulee huomioida, ettei kukaan opiskelija ole tahtomattaan yksin. Osa opiskelijoista pystyy viestittämään käytöksellään, ettei yksin oleminen haittaisi heitä. Tällöin voi olla kyse siitä, ettei haluta muiden tietävän sen tuntuvan itsestä pahalta. Tulee kuitenkin muistaa, että osalla opiskelijoista voi olla sosiaalisten kontaktien luomista estäviä erityispiirteitä. Ketään ei siis voida pakottaa yhdessä olemiseen.

Opintojen alkaessa tärkeää on ryhmäytyminen, jota opettajan tulee tukea. Ryhmäytymistä tulee jatkaa koko opintojen ajan. On myös hyvä muistaa erilaiset persoonallisuudet. Osalle nuorista on luontevaa tutustua muihin ensimmäisenä opiskelupäivänä, kun osa vaatii aikaa viikkoja seurata tilannetta ensin vähän sivummalta. Sivusta

seuraavat ovat tutustumiseen valmiita myöhemmin. Heistä voi kuitenkin virheellisesti muodostua käsitys, että haluaisivat olla yksin. Jossain vaiheessa ryhmäytyminen muuttuu yhteiseksi mukavaksi tekemiseksi, kuten kahvihetkiksi opettajan kanssa. Tärkeää, että opiskelijat kokisivat osallisuuden tunnetta heti opintojen alussa eikä yksin jääminen rooliutuisi. Seuraavissa kappaleissa on opetushenkilöstöltä saatua tietoa yksinäisten opiskelijoiden tukemiseksi.

Ryhmä- ja paritöiden avulla pystytään vähentämään yksin jäämisen mahdollisuutta. Varsinkin opintojen alussa on tärkeää hyödyntää pedagogista ryhmittelyä, jolloin opettaja jakaa ryhmät ja parit ja sen avulla voidaan tukea turvallisuutta ja ryhmään kuulumisen tunnetta. Parien ja ryhmien arpominen on myös hyvä vaihtoehto. Tässä vaiheessa on hyvä hyödyntää opettajan ryhmätuntemusta, joka syntyy vaan ryhmää seuraamalla ja sen kanssa yhdessä olemalla. Opettajan kannattaa jakaa parit ja ryhmät myös ensimmäisen opiskeluvuoden jälkeen, mikäli on edelleen huoli jonkun opiskelijan yksin jäämisestä. Mikäli joku opiskelijoista antaa käytöksellään tai sanoillaan saaneensa epämieluisan parin tulee tästä keskustella hänen kanssaan, jotta epäystävällinen käytös saadaan loppumaan.

Opettajien kommentit ”Pyrin ainakin itse juttelemaan opiskelijan kanssa” ja ”Koitan ottaa kaikki mukaan keskusteluun tai ainakin kyselen kuulumisia” ovat loistavia esimerkkejä yksinäisten opiskelijoiden huomioimisesta. Opettaja voi toiminnallaan houkutella ja rohkaista opiskelijaa osallistumaan. Nuorten ujous ja epävarmuus ihmissuhteissa näkyy monesti eri tavoin oman ikäisten ja aikuisten seurassa, jolloin osalle voi olla luontevampaa ottaa kontaktia ensin aikuisen kanssa. Tärkeää on kuitenkin, ettei opiskelija koe painostuksena muihin tutustumista.

Opettajat nostivat esiin myös opiskeluryhmän kanssa käytävän avoimen keskustelun aiheesta. Ryhmän kanssa asiasta voi keskustella esimerkiksi työelämätaitoihin viitaten, jossa sosiaalisilla taidoilla on paljon merkitystä. Positiivisen suullisen palautteen todettiin olevan tässäkin kohtaa tärkeää. Kaikki mukaan ottavaa opiskelijaa kannattaa tietoisesti kehua tavastaan olla muiden kanssa. Tiimipelaajan palkitseminen ryhmästä koettiin myös hyväksi vaihtoehdoksi.

Yksinäisyyden tunteeseen voidaan vaikuttaa myös ryhmän yhteisellä WhatsApp ryhmällä, johon kuuluu kaikki opiskelijat ja opettaja. Muu yhteinen tekeminen ja kuulumisten vaihto on tärkeää. Yhteinen kahvihetki koko ryhmän kanssa on osoittautunut hyväksi toimintatavaksi, joka tukee ryhmään kuulumisen tunnetta.

4.1.2 Opiskelijan turvallisuuden tunteen tukeminen opiskeluryhmässä

Yhteisten sääntöjen tekeminen ryhmän kanssa lukuvuoden alussa lisää turvallisuuden tunnetta. Opettajat myös kertoivat puuttuvansa kiusaamiseen ja tässä nähtiin tärkeänä, että se kerrotaan ääneen heti ensimmäisenä koulupäivänä. Opiskelijoiden keskuudessa oli ollut havaittavissa helpotuksen tunnetta, kun asia on selkeästi nostettu esiin. Opettajan rohkeudella puuttua kiusaamiseen on merkitystä turvallisuuden tunteeseen. Osalla opiskelijoista on taustalla vuosia kestänyt kokemus olla kiusaamisen kohteena. Ei ole mitenkään epätyypillistä tai lapsellista pelätä sen jatkuvan toisen asteen opinnoissa.

Turvallisuuden tunnetta pystyttiin lisäämään myös kertomalla mahdollisimman tarkkaan Sataedussa ja omalla opintoalalla olevista käytänteistä ensimmäisenä opiskelupäivänä. Monet käytänteet ovat erilaisia ammatillisessa koulutuksessa verrattuna peruskouluun. Opiskelijoille tulee kertoa missä on vessa, taukotila, ruokala ja miten näissä toimitaan. Kaikilla opiskelijoilla tulisi olla opettajan nimi ja yhteystiedot sekä tieto siitä, missä ryhmässä opiskelee.

Turvallisuuden tunnetta lisää tieto päivän tapahtumista. Tärkeää on päivän alussa kertoa, mitä tulee tapahtumaan. Samoin päivän päätteeksi kannattaa kertoa tulevasta päivästä sekä kuluneen viikon jälkeen kertoa tulevasta viikosta. Asioiden tietämien enakkoon lisää turvallisuuden tunnetta.

Opiskelijoiden turvallisuuden tunteeseen pystyttiin vaikuttamaan myös empaattisella ja myötätuntoisella kohtaamisella. Monilla opettajista on tapana pienin elein, ilmein ja nyökkäyksin osoittaa myötätuntoa ja huomion kiinnittymistä opiskelijaan, joka lisää turvallisuutta. Opettajan lämmin suhde opiskelijaan vähentää yksin jäämisen riskiä.

Muutamalla opettajalla on tapana ensimmäisen opiskeluvuoden aikana tavata alkavan ryhmän opiskelijoiden huoltajat henkilökohtaisesti. Tapaaminen toteutetaan joko opiskelijan kotona tai koululla. Tapaamispaikan saa opiskelijan huoltaja valita. Tapaamiset kestävät 45 minuuttia ja niissä on paikalla myös opiskelija itse. Opettajien kokemusten mukaan käytäntö on lisännyt ja helpottanut varsinkin huoltajien yhteydenottamista opettajiin. Opiskeluun liittyvät käytänteet tulevat tällöin tutuksi myös nuoren läheisverkostolle. Tämä toimintatapa lisää yhteistä vastuun kantamista opiskelijan tilanteesta, joka liittyy sekä turvallisuuden että toimijuuden tunteen kokemukseen.

Opiskelijoiden omien kokemusten mukaan opettajan käytöksen ennakoitavuus lisää turvallisuuden kokemusta. Opiskelija voi luottaa opettajaan ja siihen, että tältä saa apua tarvittaessa ja opettajalla on rohkeutta puuttua haastaviin tilanteisiin. Oikeudenmukaisuus oli opiskelijoille tärkeää, joka näkyy turvallisuuden tunteena. Psykologisen turvallisuuden kannalta on erityisen tärkeää, että opettajaa ei nolaa opiskelijaa etenkin toisten opiskelijoiden nähden. Mahdollinen negatiivinen palaute opettajan tulisi antaa opiskelijan kanssa ollessa kahden. Opiskelijan turvallisuutta lisää myös, että hänelle annetaan sopivan haastavia tehtäviä ja luotetaan häneen, mutta opiskelija ei joudu kantamaan liian suurta vastuuta itsellään.

4.1.3 Opiskelijan toimijuuden tunteen tukeminen opiskeluryhmässä

Toimijuuden tukemisessa tärkeää on sekä tekeminen että palautteen saaminen. Yhdeltä opintoalalta nousi esiin, että opiskelijalla annetaan joka päivä tekemistä, josta hän selviää. Tällä pystytään estämään se, että opiskelija tulee toistuvasti kouluun saamatta aikaiseksi mitään. Tähän lisättynä palautteen antaminen kannustaen tulee toimijuudessa huomioiduksi sekä opiskelijan että opettajan osuus, joka on toimijuuden kokemuksessa oleellista. Opettajan tulee tunnistaa opiskelijan mahdollisuudet toimijuuteen välttämällä antamasta liian vaikeita tehtäviä tai niistä yksin selviytymistä. Opin-
toalojen välillä on luonnollisesti eroja siinä, kuinka helppoa on löytää sopivia tehtäviä. Opetuksessa tulisi kuitenkin huomioida, että kukaan opiskelijoista ei voi olla viikkoja koulussa tekemättä mitään. Opiskelupäivän päätteeksi hyvä käytäntö on katsoa yhdessä, mitä tänään on opittu.

Toimintakulttuuri, jossa on lupa tehdä virheitä, tukee toimijuutta. Opiskelijaan luottaminen on tärkeää ja samanaikaisesti opiskelija tietää saavansa tarvittaessa apua. Positiivinen ilmapiiri ja yhteinen huumori lisää toimijuutta. Yhden opintoalan kommentti ”Luodaan toimintakulttuuri, jossa autetaan kaveria ja opettajat huomioivat tämän” sisältää useammankin tulokulman toimijuuden lisäämiseen.

Kannustaminen ja kehuminen nousi esiin monesti. Yhden opettajan kommentti positiivisen palautteen antamisen helppoudesta kiteytyi hyvin lausahduksessa ”Tänään olen päättänyt antaa kaikille positiivista palautetta”. Kyse on siis tahtotilasta ja tärkeää olisi ajoittain havahtua opetuksessa tilanteeseen, jossa pohtii oman palautteen antamistaan.

Opiskelijan luottamus saada opettajalta tukea opinnoissa oli toimijuuden kannalta tärkeää. Yhden opettajan kommentti ”että mää vaan meen sen opiskelijan viereen ja sanon, että meidän täytyy selvittää tästä” oli opettajan tuen antamisen kannalta tärkeää. Opettajan äänen sävy ja tapa olla läsnä tilanteessa teki tästä yhdessä tekemistä eikä velvoittamista. Toimijuuden kannalta tärkeää on olla positiivisesti läsnä.

Toimijuuden tunnetta lisää kaikki yhdessä tehtävä positiivinen tekeminen. Edelleenkin pienten yhteisten hetkien viettäminen opiskelijoiden kanssa on merkittävää. Opettaja voi myös kannustaa ryhmää osallistumaan koulussa järjestettäviin tapahtumiin. Yhdessä opintoalassa tämä oli järjestetty siten, että jokaisella on jokin rooli näissä tapahtumissa. Esimerkiksi liikuntatapahtumissa ollaan mukana erilaisissa rooleissa. Joku pelaa, toiset vastaavat musiikeista, peliasuista ym. Tällainen toiminta lisää ryhmän sisällä koettua toimijuutta, vaikka se ei sinällään ole helppoiten siirrettävissä kaikkien ryhmien käyttöön.

4.1.4 Positiivisen itsetunnon vahvistaminen opiskeluryhmässä

Opiskelijan positiivisen itsetunnon tukemisessa tärkeintä on huomioida opiskelijan läsnäolo päivittäin. Pienet teot kuten silmiin katsominen ja tervehtiminen auttavat opiskelijaa huomaamaan, ettei hän ole näkymätön muille ihmisille. Opettajan tulee

myös osata kaikkien nimet ja haluta kuulla jokaisen opiskelijan kuulumisia mieluiten päivittäin, mutta ainakin viikoittain.

Opettajien puheessa nousi useasti esiin positiivisen ja realistisen palautteen antamisesta merkitys, joka korostuu toisen asteen opinnoissa. Opiskelijat tunnistavat itse tilanteet, milloin palaute annetaan aiheetta. Tällöin se ei tue itsetuntoa. Opiskelijan tulee itsekin nähdä palaute tärkeänä ja tunnistaa todeksi se, että opettajalla on ollut mahdollisuus huomioida ja todeta annettu palaute. Opettajat voivat myös hyödyntää kirjallisesti annettua positiivista palautetta lisäämällä sitä opiskelijan wilmaan, joka on opiskelijoiden tietojärjestelmä.

Kaikki kehuminen ja kannustus ovat ensiarvoisen tärkeitä. Hyvä huomio oli yhdeltä opintoalalta, että kunnia opiskelijalle onnistumisesta. Yrittämisestä kuuluu myös antaa positiivista palautetta. Tärkeää on kuitenkin kaikessa muistaa, että opiskelijamme ovat nuoria ja vasta oppimassa ammattilaisiksi. Heidän osaamistaan ei voi verrata ammattilaisiin, vaan tulee muistaa, että he ovat vasta matkalla siihen yhdessä opettajansa kanssa. Tavoitteena on saattaa opiskelijat työelämään mukanaan tunne turvallisuudesta, toimijuudesta ja positiivisesta itsetunnosta.

4.1.5 Lämpimän siirtymän tukeminen

Kehittämistyön tuloksena syntyneet keinot opiskelijoiden tukemisessa turvallisuuteen, toimijuuteen ja positiiviseen itsetuntoon haluttiin huomioitavaksi heti lukuvuoden alussa, jolla pystytään tukemaan opiskelijoiden lämmintä siirtymää ammatilliseen koulutukseen. Opettajat myös tiedostivat ryhmäytymisen tärkeyden ja siihen annettiin heille sopivia harjoitteita. Ryhmäytymisessä oli tärkeää saada jokaisen ääni kuuluviin ja vähimmäismäärä oli oman nimen ja kotipaikkakunnan kertominen. Liian vaativia ja henkilökohtaisia harjoitteita ei kannata käyttää, ettei nolata ketään.

4.2 Yhteenveto kehittämistyön tuloksista

Vastuupettajaan muistilistaan haluttiin tietoisesti kerätä tärkeitä asioita huomioiden monia eri näkökulmia liittyen opettajan työhön. Tästä kävimme refleksiivistä

keskustelua, mutta päädyimme sen lisäävän opettajien käsitystä hyvinvoinnin olevan yhtä tärkeää kuin kaikki muukin ammatillinen oppiminen.

Opetushenkilöstöstä nousseista ehdotuksista ja toimintatavoista on koottu yhteenveto, jotka on jaoteltu turvallisuuden, toimijuuden ja positiivisen itsetunnon tukemiseen. Suurin osa toimintatavoista tukee kaikkia kolmea osa-aluetta. Yhteenvedon toimintatavat on kerätty suoraan opettajilta ja ne ovat puhekielen muodossa. Osa toimintatavoista nousi esiin monien opettajien kohdalla ja osa oli yksittäisiä toimintatapoja. Yhteenvedossa ei näy se, kuinka monella opettajalla toimintatapa on käytössä. Yhteenveto kuvaa laajaa osaamista hyvinvoinnin tukemisessa.

Taulukko 6. Yhteenveto vuorovaikutuksen keinoista tukea opiskelijoiden hyvinvointia

turvallisuus	toimijuus	positiivinen itsetunto
kiusaamiseen puututaan ja se kerrotaan ensimmäisenä päivänä	toimintakulttuuri, jossa autetaan kaveria. Opettaja arvostaa tätä.	kaikkien nimien oppiminen
opettaja on auktoriteetti / kaveri	lupa tehdä virheitä	kannustaminen
ennustettu arki ja rutiinit	luotetaan opiskelijaan ja annetaan sopivan vaativia tehtäviä	päivittäinen kohtaaminen
meen sen opiskelijan viereen ja sanon ”hei me selvitään tästä”	kerran kuukaudessa tapahtuva keskustelu vastuopettajan kanssa	kunnia opiskelijalle, kun onnistuu
ryhmäytymiseen panostaminen	yhteinen tekeminen ja yhdessä jonnekin meneminen	positiivisen palautteen merkitys
työparit valitaan arpomalla	luokan yhteinen WhatsApp ryhmä, johon kaikki kuuluu	päivän jälkeen katsotaan, mitä on opittu
luottamus ja matalan kynnyksen lähestyminen	yhteistä tekemistä taukoihin	joka aamu kuulumiset, viikon lopussa vielä tarkemmin
ryhmän tiimipelaajan palkitseminen	jokainen tekee jotain, missä saa jotain aikaiseksi	tietoinen asennoituminen kohtaamiseen
opettaja määrää ryhmät ja työparit	välillä voi vähän irrotella ja popittaa	päätän opettajana antaa positiivista palautetta
selkeä alku päivään ja sen loppuun	yhteiset kahvit opettajan kanssa	satsaaminen ensimmäiseen opiskeluvuoteen, positiivinen palaute
tehdään yhteiset säännöt	koitan ottaa kaikki mukaan keskusteluun tai kysyn ainakin kuulumisia	ei saa arvostella toisten työtä
turvalliset rutiinit	juttelen ja kuuntelen	yhteinen aika ja huumori, vähän voi olla hassutteluakin
ensin tutustutaan omaan ryhmään, myöhemmin myös muihin	uusien opiskelijoiden mukaan ottaminen kesken lukuvuoden	opiskelijan ei tarvitse kantaa vastuuta liian isoista asioista (alan työt)
kerrotaan koulun käytännöt ensimmäisenä opiskelupäivänä	opettaja huomioi jokaisen opiskelijan joka päivä	yksinäisen opiskelijan työpariksi sopivan tyylinen tai sosiaalinen opiskelija
Luomalla avoin ilmapiiri ryhmään	annan pieniä vastuutehtäviä, joita tehdään pienpoppoissa	Olen kiinnostunut, kehu ja kannustan

5 TUTKIMUSETIIKKA

Kehittämistyössä kunnioitettiin siihen osallistuneiden henkilöiden ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta, johon tutkimuseettinen neuvottelukunta ohjeistaa. Kehittämistyössä mukana oleville ihmisille ja yhteisöille ei aiheutunut merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019, s. 7–8.) Eettisyys toteutui myös vapaaehtoisuudessa. Kenenkään ei ollut pakko osallistua kehittämiseen, vaan vastauksien antaminen oli vapaaehtoista.

Haastateltujen opiskelijoiden anonyymiuden suojaaminen on tärkeää ja se säilyi kehittämisen ajan (Kallinen & Pirskanen, 2022, s. 214). Opiskelijoiden vastaukset kuraattorikäynneillä kerättiin nimettöminä. Paikalla ei ollut muita henkilöitä ja keskustelut ovat muutenkin salassa pidettäviä. Sähköiset kyselyt ja koulun teemapäivissä kerätty tieto tapahtui myös nimettöminä. Opiskelijoiden vastauksista ei voi tunnistaa opiskelijoita, koska vastaajia oli paljon eikä niissä noussut tietoa, jonka olisi voinut yhdistää johonkin tiettyyn opiskelijaan tai opettajaan. Opiskelijat saivat peilata kokemuksiaan myös edellisiin kouluihin, joten mahdollinen negatiivinen palaute ei kohdistunut nykyisiin opettajiin.

Opintoaloilta kerätty tieto tapahtui nimettömänä. Tähän raporttiin kirjatut hyvät käytänteet voivat olla yhdistettävissä tiettyihin opettajiin, koska he ovat sen voineet kertoa muiden opetushenkilöiden läsnä ollessa. Vastaaminen on kuitenkin ollut vapaaehtoista ja kirjatut asiat ovat positiivisia, joten toiminta on ollut eettisesti perusteltua. Raportti ei myöskään tuo esille, että jokin opintoala tai opetushenkilö toimisi väärin.

Tiedon keräämisessä ja kirjoittamisessa pyrittiin aidon tiedon saantiin. Haastateltavia ei suosittu ja tieto nostettiin esiin tasapuolisesti. Tieto kirjoitettiin ylös mahdollisimman hyvin siitä näkökulmasta, johon aineisto ja kehittäjän ymmärrys asiasta antoivat mahdollisuuden. Haastateltavien verbaalisen lahjakkuuden vaikuttavuus pyrittiin

minimoimaan. Tärkeää oli myös punnita niitä tietoja, joita kehittämiseen osallistuneet eivät pystyneet sanoittamaan vaan ne olivat muin keinoin aistittavissa ja havaittavissa. (Kallinen & Pirskanen, 2022, s. 219.)

Kehittämistyössä esiin nousseen tiedon voidaan olettaa olevan luotettavaa, koska tietoa kerättiin kattavasti sekä henkilöstöstä että opiskelijoilta. Tiedon kerääminen ei ollut johdattelevaa, joka lisää sen luotettavuutta. Osalla opiskelijoista ja opettajista voi kuitenkin olla ollut ajatus toivotuista ja oletetuista vastauksista, jotka ovat voineet vaikuttaa vastauksiin. Tiedon voidaan olettaa soveltuvan Sataedun toteuttamaan ammatilliseen koulutukseen, koska tietoa kerättiin samassa toimintaympäristössä, jossa sitä myös hyödynnetään. Tiedon luotettavuutta ja soveltuvuutta olisi voitu lisätä toteuttamalla kehittämistyötä laajemmin myös muissa Sataedun toimipaikoissa, joka ei kuitenkaan ollut mahdollista tämän kehittämistyöhön käytettävissä olevan ajan puitteissa.

6 POHDINTA

Kehittämistä tehtiin yhdessä opettajien, opiskelijoiden ja muun henkilöstön kanssa. Työtä arvioitiin vuorovaikutuksessa ja sen tuloksia reflektointiin. Reflektoinnin merkitys oli suuri, koska organisaation perustehtävässä on kyse erilaisista näkökulmista kuten opetus, työelämätaidot ja ohjaus. Muuttuvassa yhteiskunnassa oli huomioitava koulujen lisääntynyt rooli puuttua nuorten ongelmiin. Ongelmien lisääntyminen ja peruspalvelujen heikkeneminen lisää koulun perustehtävään nuoren kokonaisvaltaista huomioimista suunnattuna hyvinvointiin.

Kehittämistyössä oltiin isojen ongelmien ääressä. Tavoitteena oli hyvinvoinnin lisääminen ja tunnistettava tosiasia on sekin, että kaikkien auttaminen on vaikeaa. Tähän vedoten ei voida kuitenkaan jäädä tekemättömyyden ja puuttumattomuuden ilmapiiriin. Aina on tahdottava ja yritettävä, oli meidän työmme fokus sitten opetuksessa tai ohjauksessa. Yksilön ja yhteiskunnan tervehtyminen lähes vaatii tätä meiltä nuorten kanssa työskenteleviltä. Suurimmat tavoitteet saavutettiin, joita olivat tietoisuuden lisääminen ja kehittämisen myötä syntyneet vuorovaikutuksen keinot lisätä

hyvinvointia. En usko Sataedun Kokemäen toimipaikassa olevan ketään opetushenkilöä, joka ei ole tietoinen nuorten pahoinvoinnin lisääntymisestä. Taulukko arjen vuorovaikutuksen keinoista opiskelijoiden hyvinvointia tukien sisältää monia pieniä ja samalla loistavia esimerkkejä opettajan mahdollisuuksista tukea nuorta opetuksessa. Näistä mikään ei ole tarpeeton. Uskon taulukon tuovan henkilöstölle uutta osaamista ja vahvistan tietoisuutta jo oikein toimimisesta ja mahdollisuuksista vaikuttaa opiskelijoiden hyvinvointiin. Taulukkoa voi jatkossa käyttää uusien opetushenkilöiden perehdytyksessä, jossa näkyy Sataedun osaaminen ja hyvät käytänteet.

Kokonaisuudessaan kehittämistyön tekeminen oli erittäin motivoivaa. Kehittämisen aihe tuntui itselle hyvin tärkeältä, joten siitä oli helppo innostua koko prosessin ajan. Kehittämisen alussa ollut huoli henkilöstön mukaan saamiseksi osoittautui onneksi turhaksi. Ohjausryhmän mukana olo luultavasti vaikutti asiaan. Kehittäminen ei ollut vaan yhden henkilön näkemys tilanteesta. Onnistumisena koen myös tavan lähestyä opetushenkilöstöä. Kehittämistyöstä ei muotoutunut eri toimijoiden välistä ristiriitaa, jossa vastuuta ongelmasta siirrellään työntekijältä toiselle. Kehittämisessä syntynyttä tietoa rakennettiin yhdessä. Oli myös vapauttava tunne itselle, että vastuuta kannettiin yhdessä. Luottamus yhteisöön syntyi arvostuksesta ja se oli kehittämisen kannalta välttämätöntä. Kehittämistyössä mukana olleet arvot näkyivät myös henkilöstön kohtaamisissa kehittämistyön aikana, jolloin tämän kehittämistyön aitoutteen on helppo uskoa.

Kehittämistyön aikana nousi esiin moniakin uusia kehittämisaiheita, joista nuorten itsetuntoon liittyvät asiat tuntuivat mielenkiintoisimmalta. Miksi niin moni potee huonoa itsetuntoa. Helpottaisiko tilannetta se, ettei sitä pohdittaisi niin paljon. Mielenkiintoista olisi myös tutkia tämän kehittämistyön tulosten siirtymistä käytäntöön ja sen hyödyllisyyttä.

Viimeistä kappaletta kirjoittaessa voin todeta kehittämistyön menneen paremmin kuin oletin. En tekisi kehittämisen kannalta montakaan asiaa toisin. Koulutuspäälliköiden mukana olemista lisäisin, koska tässä kehittämisessä he olivat mukana lähinnä luvan myöntäjinä. Tiesin henkilöstön kehittämismyönteiseksi, mutta yllätyin heihin kuitenkin positiivisesti. Ripaus rohkeutta ja luottamusta itseen olisi voinut olla paikallaan. Vai oliko tämä sittenkin juuri se oikea tapa saada yhteisö mukaan kehittämiseen.

Lopputulokseen olen kuitenkin tyytyväinen. Tämä kehittämistyön voi päättää samaan lauseeseen, joka oli alkusanoissakin. Ollessaan jonkun oikein tärkeän äärellä, tuntuu pystyvän paljon enempään, kun ensin uskoikaan.

LÄHTEET

Ahlvik, C. & Paakkanen, M. (2017). Itsemyötätuntoa työelämään. Teoksessa A. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen (toim.), *Myötätunnon mullistava voima*. PS-kustannus.

Ahtola, A. (2016). Koulu hyvinvoinnin rakentajana. Teoksessa A. Ahtola (toim.), *Psyykinen hyvinvointi ja oppiminen* (s. 12–20). PS-kustannus.

Amisbarometri. 2022. Poimintoja tuloksista. Haettu kohteesta <https://sakkiry.fi/wp-content/uploads/2022/05/amisbarometri2022.pdf>

Avola, P. & Pentikäinen V. (2019). *Kukoistava kasvatusta: Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja*. BEEhappy Publishing.

Ellonen, N. (2008). *Kasvuyhteisö nuoren turvana*. Tampereen yliopistopainos.

Eriksson, E. & Arnkil T. (2017). *Huoli puheeksi: Opas varhaisista dialogeista* (9., painos). Juvenes Print - Suomen yliopistopaino.

Hallamaa, J. (2017). *Yhdessä toimimisen etiikka*. Gaudeamus.

Heikkinen, H. & Rovio, E. (2010). Toimintatutkimuksen lähtökohdat. Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa H. Heikkinen, E. Rovio & L. Syrjälä (toim.), *Toiminnasta tietoon: Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat* (s. 20, 114). Hansaprint.

Heikkinen, H., Rovio E. & Kiilakoski, T. (2010). Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa H. Heikkinen, E. Rovio & L. Syrjälä (toim.), *Toiminnasta tietoon: Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat* (s. 8). Hansaprint.

Junttila, N. (2015) *Kavereita nolla: Lasten ja nuorten yksinäisyys*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Jyväskylän yliopisto. (2022). *Julkaisut/mikä ihmeen toimijuus*. Haettu 15.12.2022 osoitteesta <https://peda.net/jyu/julkaisut/is/ott/mtt/johdanto>

Kallinen, K. & Pirskanen H. (2022). *Lasten ja nuorten tutkimushaastattelut*. Gaudeamus.

Kaltiala, R. (9.1.2022). *Pettymyksistä selviää*. Aamulehti.

Keltinkangas-Järvinen, L. (1994). *Hyvä itsetunto*. Wsoy.

Kiviruusu, O. (2017). *Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavat tekijät: 26 vuoden seurantatutkimus [väitöskirja]*. Helsingin yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-2580-4>

Korkiamäki, R., Kallio, K., & Häkli, J. (2016). *Tunnustaminen näkökulmana ja käytäntönä lapsi- ja nuorisotyössä. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja*, 9, 11–12, 16. luettu osoitteesta <https://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201703081238>

Kurki, L., Nivala, E. & Sipilä-Lähdekorpi, P. (2006). Sosiaalipedagoginen sosiaalityö koulussa. Hakapaino.

Laki ammatillisesta koulutuksesta. 11.8.2017/531. Haettu 1.11.2022 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20170531>

Launonen, L. & Pulkkinen, L. (2000). Koulu kasvuyhteisönä. Teoksessa L. Launonen, & L. Pulkkinen (toim.), Koulu kasvuyhteisönä: Kohti uutta toimintakulttuuria. (s. 11–75). PS-kustannus.

Leskisenoja, E. & Sandberg, E. (2019). Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. PS-kustannus.

Lestinen ja Valleala (2020, s. 5,145), artikkelissa ”Voimavarat keskeisiä toimijuutta edistävässä pedagogiikassa. Haettu osoitteesta https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/68065/Ilmiomaista%2520_141-160.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lindfors, E. (2012). Turvallinen oppimisympäristö, oppilaitoksen turvallisuuskulttuuri ja turvallisuuskasvatus – käsitteellistä pohdintaa ja tutkimushaasteita. Teoksessa E. Lindfors, Kohti turvallisempaa oppilaitosta! Oppilaitosten turvallisuuden ja turvallisuuskasvatuksen tutkimus- ja kehittämishaasteita. (s. 7–28). Tampereen yliopisto. Suomen painoagentti. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/65529/kohti_turvallisempaa_oppilaitosta_2012.pdf?seq#page=12

Lyyra, N., Junttila, N., Tynjälä, J. & Välimaa, R. (2019). Nuorten yksinäisyys on yhteydessä lisääntyneeseen oireiluun ja lääkkeiden käyttöön. Lääkärilehti. Haettu 4.1.2022 osoitteesta <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/alkuperaistutkimukset/nuorten-yksinaisyys-on-yhteydessa-lisaantyneeseen-oireiluun-ja-laakkeiden-kayttoon/>

Maunu, A. (2016). Yhteisöjen aika, Ryhmäilmiö ja sosiaalipedagogiikka ammatillisissa oppilaitoksissa. EHYT/ katsauksia. Haettu 20.2.2023 osoitteesta [yhteisöjen_aika.pdf](#)

MLL. (2022). Mielikuvia minusta. Haettu 18.2.2023 osoitteesta <https://www.mll.fi/tehtavat/mielikuvia-minusta-minakasitys-ja-itsetunto/>

Mönkkönen, K. (2007). Vuorovaikutus, dialoginen asiakastyö. Edita Prima.

Mönkkönen, K., Leinonen, L., Arajärvi, M., Hovatta, A-E., Tusa, N. & Salokangas, K. (2019). Moniammatillisen vuorovaikutuksen tarkastelua. Teoksessa K. Mönkkönen, T. Kekoni & A. Pehkonen. (toim.), Moniammatillinen yhteistyö, Vaikuttava vuorovaikutus sosiaali- ja terveysalalla. (s. 47–48, 51). Gaudeamus.

Mönkkönen, K., Leinonen, L., Arajärvi, M., Hovatta, A-E., Tusa, N. & Salokangas, K. (2019). Moniammatillisen vuorovaikutuksen tarkastelua. Teoksessa K. Mönkkönen, T. Kekoni & A. Pehkonen. (toim.), Moniammatillinen yhteistyö, Vaikuttava vuorovaikutus sosiaali- ja terveysalalla. (s. 53). Gaudeamus.

Nuortennetti. (2022). Mieli-ja-keho/mielenhyvinvointi. Haettu 18.2.2022 osoitteesta <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/mielen-hyvinvointi/>

Nyyti. (2023). Opiskelijoille/opi elämäntaitoja/itsetunto. Haettu 5.1.2023 osoitteesta <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/itsetunto/>

Opetushallitus. (2019). Siirtymien vaikutus koulutuspolun eheyteen. [siirtymien_vaikutus_koulutuspolun_eheyteen.pdf](#)

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. 1287/2013. Haettu 1.11.2022 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20170531>

Pehkonen, A., Martikainen, K., Kinni, R-L. & Mönkkönen, K. (2019), Asiakas moniammatillisessa kohtaamisessa. Teoksessa K. Mönkkönen, T. Kekoni & A. Pehkonen. (toim.), Moniammatillinen yhteistyö: Vaikuttava vuorovaikutus sosiaali- ja terveysalalla. (s. 90–93, 99)

Pelastakaa lapset. (2022). Nuorisotyöntekijöiden silmin: extremismi ja vihapuhe suomessa [julkaisu]. Haettu 23.5.2022 osoitteesta <https://pelastakaalapsset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2022/06/13153436/nuorisotyontekijoiden-silmin.pdf>

Pendergast, A., Allen, J., McGregor, G. & Ronksley-Pavia, M. (2018). Haettu 17.12.2022 osoitteesta <https://doi.org/10.3390/educsci8030138> ja <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1200547.pdf>

Poikkeus, A., Rasku-Puttonen, H., Lerkkanen, M., Kuorelahti, M., Siekkinen, M., Kiuru N. & Nurmi, J. (2013). Osallistava koulu syrjäytymisen ehkäisijänä. Teoksessa J. Reivinen & L. Vähäkylä (toim.), Ketä kiinnostaa, lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen (s 111–113.) Gaudeamus.

Punainen risti. (2023) kohta ”yksinäisyys koskettaa monia”.) Haettu 17.2.2023. <https://www.punainenristi.fi/hae-apua-ja-tukea/apua-yksinaisyuteen/mita-yksinaisyys-on/>

Salmivalli C. (2003). Koulukiusaamiseen puuttuminen. PS-kustannus.

Salovaara R. & Honkonen T. (2000). Rakenna hyvä luokkahenki. PS-kustannus.

Sataedu. (2022). Arvot ja strategiat. Haettu 3.9.2022 osoitteesta www.sataedu.fi

Sataedu. (2022). Hanke/oikeus-osallistua. Haettu 3.9.2022 osoitteesta <https://sataedu.fi/hanke/oikeus-osallistua/>

Skinnari S. (2004). Pedagoginen rakkaus. PS-kustannus.

Särkelä, A. (2001). Välittäminen ammattina: Näkökulmia sosiaaliseen auttamistyöhön. Vastapaino.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2021). Kouluterveyskysely [tulokset] <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022). Oppilaiden ja opiskelijoiden tuen tarve kasvoi lukuvuonna 2021–2022, kertoo kysely opiskeluhuoltopalveluille [uutinen] <https://thl.fi/fi/-/oppilaiden-ja-opiskelijoiden-tuen-tarve-kasvoi-lukuvuonna-2021-2022-kertoo-kysely-opiskeluhuoltopalveluille>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2015). Terveellinen, turvallinen ja hyvinvoiva oppilaitos [opas] s. 32. Haettu 12.5.2022 osoitteesta file:///C:/Users/elina/Downloads/URN_ISBN_978-952-302-505-9.pdf

Toikko, T., & Rantanen T. (2009). Tutkimuksellinen kehittämistoiminta

Tuki oikeasta paikasta hanke. (2022). Koulutus ”Hyvinvoinnin juurilla, koulu yhteisön johtaminen ja vahvistaminen. Kohti systeemistä ajattelutapaa koulussa”.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Törrönen, M. (2016). Vastavuoroisuuden yhteisöllinen luonne. Teoksessa M. Törrönen, K. Hänninen K, P. Jouttimäki, T. Lehto-Lunden, P. Salovaara & M. Veistilä (toim.), Vastavuoroinen sosiaalityö (s. 39–56). Gaudeamus.

Uusikylä, K. & Atjonen P. (2005). Didaktiikan perusteet (3., uudistettu painos). WSOY.

Vilen, M., Leppämäki P. & Ekström L. (2008). Vuorovaikutuksellinen tukeminen. WSOY.

Virintie, V. (19.3.2023). Opetta aivosi keskittymään. Aamulehti.

Wallin, A. (2011). Sosiaalityö koulussa, avaimia hyvinvointiin. Tietosanoma.

Wenström, S. (2022). Kaikilla vahvuuksilla: Opas laajaan vahvuusnäkömyksen käyttöön opetuksessa. PS-kustannus.



1 Kysely yksinäisyydestä

Olemme Sataedussa huolissamme koronan vaikutuksesta opiskelijoiden yksinäisyyden tunteeseen. Vastaa lyhyeen kyselyyn. Kehitämme vastausten perusteella toimintaamme.

Terveisin,

Sataedun erityisopettaja, kuraattori, opinto-ohjaaja, opintopsykologi ja terveydenhoitaja

2 Ikä

- 16–18
- 18–24
- 25–34
- 35 ->

3 Sukupuoli

- Nainen
- Mies
- Muu
- En halua kertoa

4 Toimipaikka

- Harjavalta
- Huittinen
- Kankaanpää
- Kokemäki
- Nakkila
- Parkano

Ulvila

5 4. Ala

Autoala

Hius- ja kauneudenhoitoala

Kone- ja tuotantotekniikka

Liiketoiminta

Logistiikka

Matkailuala

Media-ala ja kuvallinen ilmaisu

Pintakäsittelyala

Puhtaus- ja kiinteistöpalveluala

Rakennusala

Ravintola- ja catering-ala

Sosiaali- ja terveysala

Sähkö- ja automaatioala

Talotekniikka

Tieto- ja viestintäteknikka

Taideteollisuusala

Valma

Muu, mikä?

6 Kuinka hyvä sinun on olla ryhmässäsi? Anna arvosana

Asteikko: 1 = erittäin huono - 5 = erittäin hyvä

1

2

3

4

5

7 Onko sinulla kaveria? Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot

kyllä, koulussa omassa ryhmässä

- kyllä, koulussa toisessa ryhmässä
- kyllä, vapaa-ajalla
- ei, minulla ei ole kaveria

8 Oletko usein yksin? Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot

- tunneilla
- tauoilla
- ruokatauolla
- vapaa-ajalla
- en ole useinkaan yksin

9 Koetko itsesi yksinäiseksi?

- En
- Kyllä

10 Mikäli koet itsesi yksinäiseksi, tuntuuko se sinusta pahalta?

- Ei
- Kyllä

11 Onko tilanne viimeisen vuoden aikana

- pahentunut
- parantunut
- pysynyt samana

12 Miten yksinäisyyttä voi mielestäsi vähentää? Valitse sinulle tärkeimmät

- Tunnilla (esimerkiksi pari- ja ryhmätyöt)
- Tauoilla
- Kerhotoiminta
- Tapahtumat ja tempaukset
- Tutortoiminta
- Yksittäisen opiskelijan tuki
- Kaverisuhteiden tuki
- Mitä muuta voisi olla?

13 Miten muuten voisimme lisätä opiskelijoidemme hyvinvointia? Vapaa sana

14 Jos haluat apua tai tukea yksinäisyyteen, jätä yhteystietosi niin olemme sinuun yhteydessä

Etunimi

Sukunimi

Matkapuhelin

- Lähetä



1 Kysely yksinäisyydestä

Olemme Sataedussa huolissamme koronan vaikutuksesta opiskelijoiden yksinäisyyden tunteeseen.

Vastaa lyhyeen kyselyyn. Kehitämme vastausten perusteella toimintaamme.

2 Toimipaikka

- Harjavalta
- Huittinen
- Kankaanpää
- Kokemäki
- Nakkila
- Parkano
- Rauma
- Ulvila

3 Opintoala

- Hyvinvointi
- Liiketalous ja valmentavat
- Palvelu
- Rakentaminen ja kuljetus
- Teknologia

4 Esiintyykö opettamiesi opiskelijoiden keskuudessa yksinäisyyttä?

- Ei
- Kyllä

5 Miten opiskelijoiden yksinäisyyttä voi mielestäsi vähentää tunneilla?

6 Miten opiskelijoiden yksinäisyyttä voi mielestäsi vähentää tauoilla?

7 Miten muuten yksinäisyyttä voi mielestäsi vähentää? Valitse mielestäsi tärkeimmät

- Kerhotoiminta
- Tapahtumat ja tempaukset
- Tutortoiminta
- Yksittäisen opiskelijan tuki
- Kaverisuhteiden tuki
- Mitä muuta voisi olla?

- Lähetä

TAVOITTEENA OPISKELIJOIDEN VALMISTUMINEN TYÖ- JA TOIMINTAKYKYISIKSI AMMATTILAISIKSI, TYÖLLISYYDEN TUKEMINEN

- Hyvinvoivien ja osaavien opiskelijoiden valmistuminen ammattiin
- Valmistuneet saavat töitä, jatkavat opintojaan tai siirtyvät varusmiespalvelukseen
- Opiskelijoiden erilaiset ongelmat (terveydelliset ja sosiaaliset) viivästyttävät valmistumista tai mahdollisesti keskeyttävät opinnot
- Inhimillinen ja taloudellinen hyöty sekä Sataedun että koko yhteiskunnan näkökulmasta

MITEN OPISKELIJAMME VOIVAT NYT?

- **Valtakunnallisen kouluterveyskyselyn** tulosten mukaan lasten ja nuorten yksinäisyys on lisääntynyt.
- Ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden tunne luokkayhteisöön kuulumisesta laskenut lähes 10 % viimeisen kahden vuoden aikana
- Nuorten yleinen pahoinvointi, masennus, ahdistus ja erilaiset psykososiaaliset ongelmat lisääntyneen (arviolta 25 %)
- Yksinäisillä nuorilla nukahtamisvaikeudet, hermostuneisuus, pää-, selkä- ja vatsakivut lisääntyneet ja samoin näihin tarvittava lääkitys
- Uusimman kouluterveyskyselyn tulosten mukaan **Sataedun opiskelijoista kohtalaista ja vaikeaa ahdistuneisuutta** koki 16% vastanneista. Valtakunnallisesti vastaava luku oli 17%.

- Sataedun opiskelijat ja opettajat ovat tammikuussa 2022 vastanneet yksinäisyyden kokemukseen liittyvään kyselyyn, jonka perusteella **Sataedun opiskelijoista 26% opiskelijoista** koki itsensä yksinäiseksi (kevällä 2021 vastaava luku ollut 14 %, Kokemäen luku 20 %)
- Kyselyn pohjalta todettiin yksinäisyyteen voivan vaikuttaa eniten oppitunneilla (opiskelijoiden vastaukset 52,4 % tunnit, 44,1 % kaverisuhteiden tuki, 41,3 %, tauot, 31,5 % tapahtumat ja tempaukset)
- 10 % vastasi olevansa usein yksin tunteilla
- 52 % opettajista oli havainnut opiskelijoiden keskuudessa yksinäisyyttä omassa opetusryhmässä
- Nuorten yksinäisyys, vuorovaikutuksen haasteet ja muut ongelmat näkyy yksilötyössä opiskelupalveluissa ja koskettaa koko yhteisää opintoalasta ja sukupuolesta riippumatta

RYHMÄYTTÄMISELLÄ ON ISO MERKITYS OPINTOJEN ALUSSA

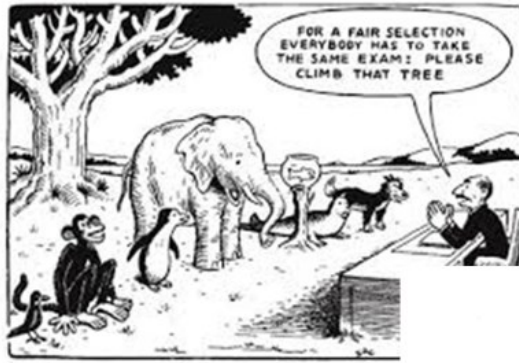
- Opiskelijoiden siirtymä peruskoulusta ammatilliseen koulutukseen on merkittävä vaihe opintoihin kiinnittymisellä
- Lämmin siirtyminen lisää
 - Akateemisia taitoja
 - Kouluun kiinnittymistä
 - Kokonaisvaltaista hyvinvointia (vähentää masennusta)

MIKÄ OPISKELIJOILLE ON TÄRKEINTÄ?

- Positiivinen vuorovaikutus
 - Kunnioitus
 - Empatia
 - Aitous ja oikeudenmukaisuus
- Opiskelijat itse kertovat tärkeimmiksi tunteen
 - Turvallisuudesta
 - Toimijuudesta
 - Kyvystä nähdä itsensä positiivisesti



**OPISKELIJAT TULEVAT
ERILAISISTA
LÄHTÖKOHDISTA**



JOTTA VALINTA OLISI REILU,
KAIKILLA ON SAMA TESTI!
HYPPIKÄÄ PORRAAT Ylös JA ALAS,
NOPEIN SAA PAIKAN!



VASTUUPETTAJAN MUISTILISTA

HYVÄ ALKU (TURVALLISUUDEN TUNNE JA LÄMMIN SIIRTYMÄ)

Ensimmäinen päivä:

- Opettaja esittelee itsensä ja päivän ohjelman kertominen. Opettajan yhteystiedot opiskelijoille.
- Mahdollisuuksien mukaan kannattaa pyytää muutamaa jatkavaa opiskelijaa mukaan. Opiskelijapalvelun henkilöstö myös käytettävissä apuna ja tukena. Ota tarvittaessa yhteyttä.
- Toisiin tutustuminen: minimi/ nimi, paikkakunta
- Tutustutaan oman alan tiloihin. Ensimmäisellä tauolla jokainen opiskelija tietää, missä on wc ja missä voin olla tauolla (Huom! peruskou-lussa on ollut pakko mennä välitunnilla ulos), missä voin odottaa bus-sia
- Tutustutaan oppilaitokseen: missä on opiskelijaruokala, minne voin jät-tää takkini, miten ruokaa otetaan, missä saa istua, minne astiat palau-tetaan ja muistutuksena, että lippalakit päässä ei ruokailla
- Missä päärakennuksessa on wc, missä on kahvio, opintotoimisto (var-mista onko kaikilla bussiliput), opo, erityisopettaja, kuraattori, tervey-denhoitaja, psykologi
- Ryhmäytyminen: Me-hengen luominen: meidän ryhmä, meidän ala, meidän koulu. Vinkkejä ryhmäytymiseen erillisessä liitteessä.
- Alaan tutustuminen: pukuhuoneet, työvaatteet, työvälineet, oman alan turvallisuus (morjestelukulttuuri, missä ensiaputarvikkeet, hälyt, savut-tomuus/päihitteettömyys/tupakointi yms.)
- Tehdään ryhmälle säännöt (Ei liikaa sääntöjä. Sääntöihin vähintään: aikataulut, toimintatavat, tervehtiminen ja kiusaaminen). Esim. ryhmä-työnä. Opettaja määrää ryhmät. Sanoittakaa, että täällä ei hyväksytä kiusaamista! Suurin pelko jokaisella uudella on -> ei saa kavereita ja jää yksin sekä kiusaaminen jatkuu. Ei jätetä ketään yksin.
- Ole kiinnostunut oman ryhmäsi opiskelijoista. Kysy päivittäin kuulumi-set. Opettele opiskelijoiden nimet.

- Suomeksi tärkeitä asioita (ei opettajien slangia = selkosuomea): Oma tutkinto (ryhmätunnus, tutkinnon nimi, tuleva ammatti, miten ja mitä opiskellaan, työssäoppimisen aikataulu)
- Wifi = Sataedu vieras, ei salasanaa
- Opiskelijan opas www.sataeduopiskelija.com + opiskelijaintraan tulossa teams-perehdytys ti 9.8. klo 13.-13.30
- Muut omat hyvät käytännöt

Ensimmäinen viikko:

- Maanantai alkaa tai perjantai päättyy: mitä tulevan viikon aikana tapahtuu/mitä tehdään esim. 15 min. Tai/ja mitä tänään tapahtuu. Lisää turvallisuutta, kun tietää mitä on tulossa/tapahtumassa.
- Oman alan työturvallisuus
- Muista puhua selkosuomea esimerkiksi HOKS = suunnitelma miten ja mitä opiskelet
- Ryhmäytyminen jatkuu. Jokainen oppii ryhmän jäsenten nimet
- Digitaaliset työvälineet ja ohjelmat, salasanat
- Tiedätkö jo oman ryhmäsi opiskelijoiden nimet? Muista kysyä kuulujuttuja ja huomioi opiskelijoita.
- Wilmaan perehdys: mistä löytyy lukujärjestys, opiskelupäivien pituus, mistä löytyy arvosanat/suoritukset
- Valokuvaus wilmaa/Slice-opiskelijakorttia varten (vastuuopettaja sopii kuvausajan valokuvauksesta vastaavan kanssa).
- Positiivisen palautteen antaminen viikoittain, sanallisesti. Muista myös Wilman positiivinen merkintä ja yhteistyö huoltajien kanssa.
- Kiusaamiseen/epäasialliseen käytökseen puututaan heti (katso järjestyssäännöt opiskelijan oppaasta, pyydä apua tarvittaessa. Lakimuu-tos/Laki ammatillisesta koulutuksesta: opiskelijalla on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön. Kiusaamisesta ja syrjinnästä ilmoitettava tekijän ja kohteen huoltajille (myös koulumatkalla tapahtuneista).
- Puutu poissaoloihin 30 h, 60 h, 100 h. Katso tarkempi Sataedun toimintaohje
- Muut omat hyvät käytännöt

Ensimmäinen kuukausi:

- Maanantaina tai perjantaina: mitä tulevan viikon aikana tapahtuu/mitä tehdään. Tai/ja mitä tänään tapahtuu esim. 15 min. Lisää turvallisuutta, kun tietää mitä on tulossa/tapahtumassa.

- Luki- ja matematiikkatestit
- Nivelvaihetiedot perusopetuksesta
- Kiusaamiseen puututaan heti
- Opettaja on auktoriteetti/opettaja on turvallinen
- Jos huoli opiskelijasta: laki velvoittaa ilmoittamaan kuraattorille tai psykologille tai terveydenhoitajalle
- Matala kynnyks lähestyä opettajaa ja opiskelijapalvelujen henkilökuntaa
- Jokainen opiskelija tekee jotain, missä pärjää (tehtäviä tason mukaan -> onnistumisen kokemuksia)
- Kuukauden tyky-hetki: esim. kahvia ja pullaa sekä yhdessä keskustelua ja kysymyksiin vastaamista (opiskelijapalvelut voivat olla mukana)

Muista:

- Yhteistyö huoltajien kanssa
- Kysy HOKS-keskustelussa myös: onko saanut kavereita, kiusataanko ryhmässä jotain, mikä on opiskelijan oma fiilis
- Seuraa läsnäoloja/poissaoloja
- Huolia, ota tarvittaessa yhteys opiskelijapalvelujen henkilöstöön
- Muut omat hyvät käytännöt

Ensimmäinen syksy:

- Viikoittain mitä tulevan viikon aikana tapahtuu/mitä tehdään. esim. 15 min. Lisää turvallisuutta, kun tietää mitä on tulossa/tapahtumassa.
- Positiivinen palaute opiskelijalle (suullinen ja Wilma)
- CV:n aloitus
- Seuraa poissaoloja/läsnäoloja, opintosuorituksia, HOKS-keskustelu
- Jos huoli opiskelijasta: laki velvoittaa ilmoittamaan kuraattorille tai psykologille tai terveydenhoitajalle
- Ryhmytyminen jatkuu.
- Rakentava ja rauhallinen kohtaaminen, vaikka opiskelija olisi haastava. Vastuu on opettajalla.

Ensimmäinen vuosi:

- Viikoittain mitä tapahtuu/mitä tehdään. esim. 15 min. Lisää turvallisuutta, kun tietää mitä on tulossa/tapahtumassa.
- Jos huoli opiskelijasta: laki velvoittaa ilmoittamaan kuraattorille tai psykologille tai terveydenhoitajalle
- Positiivinen palaute opiskelijalle (suullinen ja Wilma)
- CV: n päivitys -> valmiina kesätöitä varten
- Kunnia opiskelijalle, kun onnistumisia
- Miten opinnot edenneet -> HOKS-keskustelu
- Ryhmän kevään päätös, jotain mukavaa esim. retkipäivä, makkarapaistoa

- Opiskelijapalvelujen oppitunti (työelämän pelisäännöt, tiimityötaidot)
- Tiimityö-haaste (opiskelijapalvelut)
- Webropol-kysely ryhmäytymisestä ja työelämätaidoista (opiskelijapalvelut)
- Rakentava ja rauhallinen kohtaaminen, vaikka opiskelija olisi haastava. Vastuu on opettajalla.

Vinkkejä ja hyviä käytäntöjä aloilta:

- Luokan WhatsApp-ryhmä, myös opettaja mukana
- Sanoitetaan: on lupa tehdä virheitä ja epäonnistua
- Toimintakulttuuri, jossa autetaan kaveria ja opettajat huomioivat tämän
- Urheilupäiviin ja tapahtumiin osallistuminen. Jokaisella jokin tehtävä.
- Huumori
- Kannustusstipendit
- Tiimien muodostamiseen on olemassa appeja
- Muut omat hyvät käytännöt