

## SKY-hankkeen tietoiskut

Saarijärvi osallistui lukuvuosina 2021-2023 Sitouttava kouluyhteisötyö -hankkeeseen. SKY-hanketyöntekijä ja -koordinaattori Terhi Hämäläinen on lähettänyt koulun henkilökunnalle tietoiskuja noin viikoittain. Tietoiskuja on lähtenyt myös huoltajille. Tähän tiedostoon on koottu lukuvuonna 2021-2022 lähetetyt viestit muokattuna - paikallisia vivahteita ja tietoja on karsittu pois. Osa viesteistä on silti edelleen hyvin paikallisia. Viestejä voit käyttää pohjana omalle työskentelyllesi.

### 1: Poissaolot lisääntyvät usein asteittain

*Menee kouluun "painostettuna" ja yrittää saada luvan jäädä kotiin.*

*Toistuvaa hankaluutta kouluun lähtemisessä.*

*Myöhästelyn lisääntyminen.*

*Poissaoloja yksittäisiltä tunneilta.*

*Poissaolot ja läsnäolot vaihtelevat jaksoittain.*

*Jatkuvia poissaolojaksoja.*

*Ei tule kouluun.*

(Poissaolojen lisääntymisen prosessi Kearney, C.A. (2018) Helping School Refusing Children and Their Parents. A guide for School-Based Professionals. Oxford University Press, 2nd ed. saatavana myös osoitteesta [http://www.socca.fi/files/7723/Kearney\\_-\\_Helping\\_School\\_Refusing\\_Children\\_and\\_Their\\_Parents\\_A\\_Guide\\_for\\_School-based\\_Professionals.pdf](http://www.socca.fi/files/7723/Kearney_-_Helping_School_Refusing_Children_and_Their_Parents_A_Guide_for_School-based_Professionals.pdf))

Koulunkäynnin pulmat näkyvät aluksi usein vain kotona, kun kouluun lähteminen muodostuu päivä päivältä hankalammaksi. Vähitellen myöhästelyt lisääntyvät ja muuttuvat yksittäisiksi poissaolotunneiksi. Lapsi saattaa olla pois tietyiltä tunneilta, tiettyyn aikaan päivästä tai viikosta. *Poissaolojen lisääntyessä mahdollisuus siihen, että lapsi tai nuori jää kokonaan pois koulusta, kasvaa.* Mitä pitemmäksi yhtenäinen poissaolojakso venyy, sitä hankalammaksi paluu takaisin kouluun muodostuu. Siksi poissaoloihin tulisi puuttua mahdollisimman varhain.

### [Kouluakäymättömät oppilaat -opas](#)

### 2: Koulupoissaolojen taustasyitä

Koulupoissaoloihin vaikuttavia tekijöitä voidaan jaotella eri tavoin. Poissaoloihin vaikuttavat tekijät voidaan jakaa esimerkiksi seuraavasti.

- 1) **Yksilöön** eli oppilaaseen liittyvät tekijät (ahdistuneisuus, masennus, kivut, tunnesäätelyn haasteet jne.)
- 2) **Perheeseen** liittyvät tekijät (huoltajien päihde- ja/tai mielenterveysongelmat, ylisuojelevat vanhemmat, perhedynamiikan haasteet jne.)
- 3) **Yhteiskuntaan** liittyvät tekijät (yksilöön kohdistuvat paineet, epävarmuus tulevaisuudesta)

4) **Kouluun** liittyvät tekijät (yksinäisyys, kiusaaminen, vähäinen kodin ja koulun välinen yhteistyö, "hoitamattomat" oppimisvaikeudet jne.)

Myös **koulunkäynnin ongelmat** (school attendance problems) voidaan jakaa poissaolojen syytaustan mukaan neljään ryhmään

1) **koulusta kieltäytyminen** (ajatus kouluun menemisestä aiheuttaa ahdistusta ja usein fyysisiä oireita)

2) **lintsaus/pinnaaminen** (oppilas on luvatta pois koulusta ja yrittää peitellä käyttäytymistään vanhemmiltaan, tapahtuu usein kaveripiirin kanssa)

3) **koulusta vetäytyminen** (koulupoissaolot liittyvät perheen haasteisiin, esim. oppilas ei uskalla jättää yksin vanhempaa, jolla on mielenterveyden ongelmia)

4) **kouluympäristön syrjäyttämät** (opiskelevat kotona koulun aloitteesta).

Yksittäisen oppilaan koulupoissaolojen syissä voi olla viitteitä useammasta taustatekijästä. (Takaisin kouluun - koulua kouluakäymättömille 2020)

Keskeisessä asemassa ovat aina **varhainen puuttuminen, joustavat järjestelyt, toimijoiden välinen yhteistyö ja koulun ulkopuolisen tuen saaminen tarvittaessa.**

P.S. Halukkaille on tarjolla aiheesta ilmaista verkkokoulutusta; [Tapahtuma - Aluehallintovirasto \(avi.fi\)](#) (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

### 3: Säännöksiä

Perusopetuslain mukaan (PoL 26 §) oppivelvollisen on osallistuttava perusopetukseen tai saatava muulla tavalla perusopetuksen oppimäärää vastaavat tiedot. **Laissa velvoitetaan** opetuksen järjestäjää **seuraamaan oppilaiden poissaoloja ja ilmoittamaan luvattomista poissaoloista oppilaan huoltajalle.**

**Oppilas on velvollinen käymään koulua.** Luvaton poissaolo sinällään ei aiheuta luokalle jäämistä, mutta jos oppilas ei juurikaan osallistu opetukseen, kokeisiin eikä muihinkaan hänelle tarjottuihin näyttömahdollisuuksiin, ei hänelle kerry hyväksytyjä opintosuorituksia. Tällöin hän on vaarassa saada oppiaineista hylättyjä arvosanoja, koska hyväksytyt arvosana voi perustua vain oppilaan tiedoista ja taidoista saatuun näyttöön. **Luvattomiin poissaoloihin tulee aina puuttua myös oppilashuollollisin** keinoin ja pyrkiä yhteistyössä huoltajan kanssa turvaamaan oppilaan koulunkäynti.

(Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi.

[Kouluakäymättömät oppilaat opas.pdf \(tuuve.fi\)](#))

On siis tärkeää, että kaikki opettajat kirjaavat **poissaolot Wilmaan** jokaiselta tunnilta, ja poissaoloja seurataan systemaattisesti.

### 4: Kouluun kiinnittyminen

Koska kouluun kiinnittymättömyys saattaa aiheuttaa poissaoloja, on tärkeää pyrkiä parantamaan **kouluun kiinnittymistä**. Kyse on siitä, **mikä pitää oppilaan kiinni koulussa, ja mikä työntää pois**.

”Yleisimmällä tasolla kouluun kiinnittymisellä viitataan *oppilaan ja koulun väliseen suhteeseen*. Kiinnittymisellä tarkoitetaan sitä yhteyttä, mikä oppilaalla on paitsi koulun *aktiviteetteihin, tavoitteisiin ja arvoihin myös sen ihmisiin*” (Skinner et al., 2009, 494).

### **Kolme kiinnittymisen ulottuvuutta**

*Tunneperäinen*: Oppimisen ilo, joukkoon kuuluminen, kiintyminen

*Toiminnallinen*: Osallistuminen, ahkeruus, tottelevaisuus

*Kognitiivinen*: Merkityksellisyys, hyödyllisyys, panostaminen, oppimisstrategiat

Kaikki ulottuvuudet ovat tärkeitä, mutta toiminnallista ulottuvuutta voidaan pitää monella tapaa tärkeimpänä. Lisäämällä osallistumista koulun aktiviteetteihin voidaan lisätä onnistumisen kokemuksia ja toivoa, jolloin edistetään samastumista ja osallistumista.

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot) sekä Takaisin kouluun - koulua kouluakäymättömille (2020)

### **5: Kodin ja koulun välinen yhteistyö**

Kuten kaikki tietävät, on koulun tehtävä **yhteistyötä kotien kanssa**. Tässä aiheeseen liittyen muutama vinkki Avin koulutuksesta (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot).

- Yhteistyöllä on myönteinen yhteys lapsen/nuoren koulunkäyntiin ja koulumenestykseen
- Epätäydellinen opettaja on helpompi kohdata kuin täydellinen
- Yhteydenottotavat: Wilma, soitto, kasvotusten
- Avoin keskustelu asioista madaltaa vanhempien kynnystä ottaa yhteyttä
- Toimivan yhteistyön rakennuspalikat:
  - Vahvista vanhempien luottamusta (välittävä ja arvostava asenne, innostus omasta työstä, avoimuus, rehellisyys, vanhempien kokemus kuulluksi tulemisesta)
  - Lähde positiivisesti liikkeelle (yhteistyön rakentaminen positiivisten asioiden äärelle, vahvuuksista viestiminen)
  - Käytä aikaa tutustumiseen (uusi luokka/ryhmä, toiminnalliset vanhempainillat, kehitys- ja arviointikeskustelut)
  - Rohkaise ja kannusta vanhempia (toivota tervetulleeksi, osallista toimintaan)
  - Viesti monipuolisesti (suunnitelmallisuus, oikea-aikaisuus, vuorovaikutteisuus, tasa-arvoisuus, helposti saavutettavuus)

### **6: Lapsen/nuoren kohtaaminen**

Teillä on varmasti alan ammattilaisina monia hyviä keinoja kohdata lapsia ja nuoria. Tässä vielä yksi vinkki lisää, nimeltään viiden K:n menetelmä.

## 5K Valmentava vuorovaikutus

- Kiinnostus
  - Riittävän ajan antaminen kiinnostukseen reagoimiseksi
  - *"Olen kiinnostunut sinusta", "Huomaan sinut."*
- Kuunteleminen
  - Empaattinen kuunteleminen, vaatii aikaa, energiaa, läsnäoloa
- Kysyminen
  - Tehokas vuorovaikutusmenetelmä, *"Kerro lisää", "Miten minä voin auttaa?"*
  - Huom! Neuvominen tuottaa melkein aina vastusta ihmisessä
- Kunnioitus
  - Usein tietoinen valinta, aikuinen kunnioittaa ensin
  - *"Minä ajattelen tästä...", "Minun kokemukseni..."*
- Kannustus
  - Supervoima, tietoinen ponnistelu, muuttaa aivojen toimintaa
  - Toivon luominen, jokainen huomaa virheet usein itsekin - siksi kannusta toista!

Lähde: AVI:n koulutus, Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot

## Osa 7: Moniammatillinen yhteistyö ja ratkaisukeskeisyys

Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot ovat monimutkaisia ilmiöitä, jotka vaativat laaja alaista osaamista, **monen eri ammattilaisen yhteistyönä**.

- Tavoitteena luoda yhteinen näkemys lapsen/nuoren kokonaistilanteesta.
- **Ratkaisukeskeisyys** on yhteistyön perusta.
  - Keskitytään ongelmien sijaan siihen, mitä halutaan (20 % vs. 80 %); missä ollaan, mitä tehdään että tilanne muuttuisi paremmaksi.
  - Tietoinen valinta ja asenne huomata voimavarat, vahvuudet, suunnata ajattelu tulevaisuuteen toivottuun kehitykseen ja edistymiseen.

Askeleet:

1. **Tavoitteet** vievät eteenpäin (ideat, toiveet, haaveet, unelmat, visiot), HUOM! Kenen tavoitteet?
2. **Hyvän huomaaminen** on hyvä rakennusala (mikä toimii eli minkä varaan voidaan rakentaa uutta)
3. **Arvostuksella** on arvoa (arvostava ilmapiiri, inhimillisyys, sallivuus, hyväksyntä, lupa tehdä virheitä)
4. Pienin **askelin** perille, usein odotamme nopeasti tapahtuvaa suurta muutosta
5. **Avoin mieli** löytää ratkaisut (monet mahdolliset ratkaisut vs. uskomukset, vanhat kangistuneet toimintatavat, lasten/nuorten osallistaminen)

Lähde: AVI:n koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

## Osa 8: Kun herää huoli oppilaasta, mitä voi tehdä?

Kun opettajalla herää oppilaasta huoli (muista kuin oppimiseen liittyvistä asioista), mitä opettaja voi tehdä?

Opettaja (tai ohjaaja) voi

- **jutella** oppilaan kanssa (tarvittaessa toistuvasti); tarkentaa huolta, kertoa että on huolissaan, tukea ja kannustaa (seuraavissa tietoiskuissa vinkkinä ratkaisukeskeisiä kysymyksiä)
- **konsultoida** nimettömästi oppilashuollon ammattilaisia (kuraattori, terveydenhoitaja, psykologi) siitä, olisiko oppilaalle tarjottava yksilökohtaista opiskeluhuoltoa, ja miten edetään
- olla yhteydessä **huoltajiin** (päätöskykyisen nuoren kohdalla kysyttävä nuoren suostumusta, päätöskyvyn määrittelee sosiaali-/terveydenhuollon työntekijä)
- koota yksilökohtaisen monialaisen **asiantuntijaryhmän** oppilaan ja/tai huoltajan suostumuksella

Miksi yksilökohtainen monialainen asiantuntijaryhmä on hyvä?

- salassapito ei estä tiedon siirtämistä asiantuntijalta toiselle, koska asiantuntijaryhmän perustamiseen pyydetään lupa
- kun asiantuntijaryhmässä sovitaan uusi tapaamisaika, jatkuu ryhmän työskentely edelleen ja salassapito ei estä tiedonkulkua myöskään tapaamisten välillä

(Lähde: Marke Hietanen-Peltola, THL, SKY-työpaja 7.10.2021)

## 9: Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä lapselle/nuorelle

Jos lapsella tai nuorella on koulunkäynnissä haasteita, voi näillä ratkaisukeskeisillä kysymyksillä yrittää selvittää, mikä voisi auttaa.

### Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä lapselle/nuorelle

- Minkä asioiden haluat jatkuvan koulussa samanlaisina?
- Kuka auttaa sinua parhaiten, kun sinulla on jokin ongelma koulussa?
- Ketä ihmistä sinä ihaillet ja kunnioitat kaikkein eniten? Mitä sellaista hän tekee, että siitä on sinulle apua?
- Mitä sinusta on mukava tehdä, kun et ole koulussa?
- Milloin ongelmaa ei ole? Mikä niissä hetkissä on erilaista? Mitä sinun tai muiden pitää tehdä, että niin tapahtuu useammin?
- Mitä me voisimme tehdä, jotta koulu olisi sinusta mukavampaa?
- Onko jotain muuta, mikä meidän olisi hyvä tietää, että voimme auttaa sinua?

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot) sekä Takaisin kouluun - koulua kouluakäymättömille (2020)

## 10: Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä vanhemmalle

Kun lapsen tai nuoren koulunkäynnissä on haasteita, voi näistä ratkaisukeskeisistä kysymyksistä olla apua vanhemman kanssa keskusteltaessa.

### Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä vanhemmalle

- Missä lapsesi on hyvä?
- Mitä lapsesi tekee mieluiten vapaa aikanaan?
- Kuka auttaa lastasi parhaiten, kun hänellä on jokin ongelma?
- Ketä ihmistä lapsesi kunnioittaa kaikkein eniten kotona tai kodin ulkopuolella?
- Mistä lapsesi on kaikkein kiinnostunein ja missä hän on kaikkein lahjakkain?
- Missä asioissa lapsellasi on vaikeuksia?
- Mitä sinä teet, kun lapsi on tottelematon kotona? Toimiiko se?
- Mitä sinä teet, kun lapsesi käyttäytyy hyvin kotona? Toimiiko se?
- Minkälaiset muutokset lapsesi koulussa auttaisivat häntä parantamaan käytöstään?
- Mitä muuta meidän olisi hyvä tietää, jotta voimme auttaa lastasi koulussa?

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

## 11: Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä opettajalle

Kun lapsella/nuorella on haasteita koulunkäynnissä, voi seuraaviin ratkaisukeskeisiin kysymyksiin vastaaminen auttaa.

### Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä opettajalle

- Mitä sellaista oppilas tekee, jonka haluaisit jatkuvan?
- Missä oppilas on hyvä?
- Mitä oppilas tekee mieluiten vapaa aikanaan?
- Kuka auttaa oppilasta parhaiten, kun hänellä on jokin ongelma?
- Ketä ihmistä oppilas kunnioittaa kaikkein eniten koulussa tai koulun ulkopuolella?
- Mitä erityisiä mielenkiinnon kohteita, lahjoja tai harrastuksia oppilaalla on?
- Kuvaile lähipäivinä/viikkoina sattunut tilanne, jolloin ongelmaa ei yllättäen ilmennytkään tai siitä oli vähemmän haittaa.
- Mikä tilanteessa oli tavallisesta poikkeavaa? Mitä sinä tai oppilas teitte toisin? Mitä teidän on tehtävä, jotta niin tapahtuisi useammin?
- Mikä sinun mielestäsi parantaisi tilannetta koulussa?

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot) sekä Takaisin kouluun - koulua kouluakymättömille (2020)

## 12: Pohdittavaksi, jos työskentely ei suju

Mikäli lapsen tai nuoren koulunkäynnissä on haasteita, voi olla avuksi pohtia seuraavia asioita.

## Pohdittavaksi, jos työskentely ei suju

1. Mitä lapsi/nuori sanoo?
2. Onko tavoitetta määritelty?
3. Onko tavoite täsmällinen ja kohtuullinen?
4. Kenen tavoitteesta on kysymys?
5. Arveluttaako muutos lasta/nuorta?
6. Sopiiko työskentelytapa lapsen/nuoren näkökulmaan?
7. Toistetaanko samaa kaavaa vai onko kokeiltu uudenlaisia keinoja?
8. Onko aikuisen näkemyksestä hyötyä vai haittaa?
9. Kuka muu voisi avata uusia perspektiivejä asiaan?
10. Kuka muu voisi saada lapsen/nuoren kanssa tuloksia aikaan?

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

## 13: Koulun henkilökunnan hyvinvointi

### Pidetään huolta myös koulun aikuisista!

- Oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvoinnin lisäksi opettajien työhyvinvoinnin tiedetään vaikuttavan koko oppilaitosyhteisön hyvinvointiin.
- Tutkimusten mukaan opettajien hyvinvoinnin ja oman hallinnantunteen lisääntyminen vaikuttaa koulun yhteisöllisyyden kehittymiseen.
- Kollegiaalinen yhteisöllisyys vähentää käytösongelmia.
- Opettajien työyhteisön ilmapiiriongelmat näkyvät negatiivisesti oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvoinnissa ja viihtyvyydessä sekä opetuksen laadussa.
- Oppilaitoksissa, joissa on huono työilmapiiri, oppilailla havaitaan masennusoireilua ja psykosomaattisia vaivoja todennäköisemmin kuin hyvän työilmapiirin oppilaitoksissa.
- Jos oppilaitoksen työntekijät kokevat, ettei heitä ymmärretä tai hyväksytä, myös oppilaat kokevat, ettei heidän näkemyksiään kuulla.
- Luvattomat poissaolot ovat yleisempiä sellaisissa oppilaitoksissa, joissa opettajilla ei ole yhteisesti hyväksytyjä selkeitä tavoitteita tai koettu luottamus on heikko.

Lähteinä: ProKoulu-opas (johdanto), [Opettajien työhyvinvointi - PDF Free Download \(docplayer.fi\)](#)

## 14: Mielen hyvinvointi

Edellisessä tietoisuudessa oli tietoa **koulun aikuisten hyvinvoinnin vaikutuksesta oppilaisiin**. Tässä alla on lyhyt, omaan jaksamiseen liittyvä harjoitus, jonka voit tuki teettää myös oppilaille ja/tai huoltajille.

Mielenterveyden käsi on Mieli ry:n materiaali, jossa mielen hyvinvointia ylläpitävät asiat on jaettu käden eri sormille. **Nosta eteesi se kätesi, jota käytät kirjoittamiseen. Käy läpi väittämät. Jos vastaat väittämään myönteisesti, jätä kysymykseen liittyvä sormi ylös. Jos vastaat kielteisesti, laske sormi alas. Mieti kulunutta kahta viikkoa.**

1. Peukalo (uni ja lepo): *Olen osannut rauhoittua ja hiljentyä päivän aikana.* Jos olet, niin pidä peukalo ylhäällä ja jos et, niin laske peukalo alas.
2. Etusormi (ravinto ja ruokailu): *Koen, että ruokavalioni tukee hyvinvointiani.* Etusormi ylös tai alas.
3. Keskisormi (ihmissuhteet ja tunteet): *Olen saanut kertoa omista tunteistani ja ajatuksistani läheisilleni.*
4. Nimetön (liikkuminen ja kehon kuuntelu): *Olen löytänyt itselleni mielekkään tavan liikkua, joka lisää hyvää oloa.*
5. Pikkusormi (Vapaa-aika ja luovuus): *Olen saanut toteuttaa itseäni ja tehdä jotain luovaa.*

Ota nyt käteesi kynä ja koeta kirjoittaa nimesi niillä sormilla, jotka jäivät pystyyn. Jos se onnistuu, lienevät mielen hyvinvointiin vaikuttavat arkiset valintasi melko hyvällä mallilla.

Tämän harjoituksen tarkoitus on muistuttaa siitä, että mielen hyvinvointi koostuu monesta eri osa-alueesta ja tarvitsemme näitä kaikkia ylläpitääksemme toimintakykyämme ja hyvinvointiamme arjessa.

Lähde: Spesian koulutus Mielenterveyden perusteet, kouluttajana Anni Helo (Mieli ry)

Mielenterveyttä viikkoosi!

## 15: Yhteistyö sosiaalitoimen kanssa

Koululla voidaan huomata tarve saada oppilaalle tai perheelle apua sosiaalitoimesta esimerkiksi poissaoloihin liittyen. Sosiaalitoimen apua voi saada monin eri tavoin.

1) Sosiaaliohjaajaa voi pyytää huoltajan luvalla palaveriin **konsultoimaan** ja kertomaan heidän palveluistaan.

2) Opettaja voi tehdä **sosiaalihuoltolain mukaisen palvelutarpeen arviointipyynnön (yhdessä perheen kanssa) tai ilmoituksen (opettaja yksin).**

3) Mikäli epäilet, että lapsen lastensuojelun tarve pitäisi selvittää, tee **lastensuojeluilmoitus**. Jos et ole varma, pitäisikö lastensuojeluilmoitus tehdä, kysy ensin neuvoa sosiaalityöntekijältä kertomatta lapsen henkilöllisyyttä. Lastensuojeluilmoituksen tekemisestä saat lisätietoa [Lastensuojelun käsikirjasta](#).

P.S. Mikäli et tiedä, minkälainen pyyntö/ilmoitus pitää tehdä, kannattaa tehdä edes joku - sosiaalitoimessa arvioidaan tilanne.

## 16: Murrosikä

Tehdessämme töitä nuorten kanssa, on meidän aikuisten hyvä pysähtyä miettimään, millainen käsitys meillä on murrosiästä. Tässä on SKY-hankkeen työpajasta (15.9.2021) vuoden rehtori 2020 Pekka Paappasen ajatuksia murrosiästä.



*Näkökulmana voidaan pitää kasvutehtävää koulun kanssa. Nuoret läpikäyvät murrosiässä kolme muutosta*

*1. keho muuttuu. Tällöin aikuisten tulee varjella ja suojella, että ulkonäköön ei puututa ja kielen taso mahdollisimman hyvä.*

*2. kaverisuhteet uudelleenjärjestetään. Aikuiset auttavat, jotta nuoret saavat turvallisesti etsiä omaa paikkaansa yhteisössä.*

*3. auktoriteettisuhteet muuttuvat. Vanhoja hylätään, tulee uusia, testataan näitä. Nuoret kaipaavat auktoriteetteja ja turvallisia aikuisia.*

Huomioidaan myös, että

- nuorten kyky käyttäytymisen säätelyyn ja ilmeiden tulkintaan on heikompaa kuin aikuisella, koska hermoverkot toimivat vielä tehottomasti.

- nuoruuskäisen mielihyvakeskus reagoi voimakkaasti jännitykseen

- sosiaaliset tilanteet saavat tunteita käsittelevät aivoalueet toimimaan kiihkeästi.

*"Nuori tarvitsee paljon enemmän ymmärrystä, ohjausta ja välittämistä kuin käyttäytymisen perusteella voisi olettaa."*

Lähde: Hermanson & Sajaniemi 2018. Nuoruuden kehitys - mitä tapahtuu pinnan alla? [duo14286.pdf \(helsinki.fi\)](#)

Ehkä nämä ajatukset voivat olla taustana myös kouluun kiinnittymistä pohdittaessa.

## **17: Pieni huoltokirja oppimisen ja koulunkäynnin tueksi**

Tässä linkki oppaaseen nimeltä [Pieni huoltokirja oppimisen ja koulukäynnin tueksi](#).

Kyseessä on Valteri-koulun kehittämä opas, jossa kerrotaan lyhyesti koulun tukitoimista.

*Tässä oppaassa käsitellään opetukseen sekä kasvun ja oppimisen tukeen liittyviä asioita. Se on kirjoitettu koulun henkilöstölle ja huoltajille muistuttamaan niistä tekijöistä, jotka auttavat lasta saavuttamaan itselleen parhaan mahdollisen oppimistuloksen. Oppilaan vahvuuksien ja voimavarojen kautta löydetään usein avaimet hankaliinkin oppimisen lukkoihin. Opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kiinteän yhteistyön avulla käytössä on runsaasti keinoja oppimisen tueksi. Yhdessä koulun ja kodin kesken asioita avoimesti pohtien ja ratkaisuja etsien, saavutetaan lapsen kannalta paras lopputulos.*

## **18: Poissaolojen luokittelua**

Hei!

Koulupoissaoloihin liittyy monia käsitteitä. Mitä koulupoissaoloilla tarkoitetaan? Miten niitä voisi luokitella?

- Luvallinen poissaolo: Koulun tai vanhemman hyväksymä poissaolo, oppilaalla ei ole mahdollisuutta mennä kouluun (sairaus, määräaikainen koulusta erottaminen, perheloma)
- Luvaton poissaolo: Oppilaan tietoinen päätös olla pois koulusta, vanhemmat eivät ole välttämättä tietoisia poissaolosta, käytetään usein pinnaamisen tai lintsaamisen synonyymina
- Ongelmaton poissaolo: Lyhyt tai pitkäaikainen poissaolo, joka on sovittu yhdessä kodin ja koulun kanssa. Poissaolo ei ole oppilaalle haitallinen ja se korvataan erikseen sovitulla tehtävillä (mm. sairaus, uskonnollinen juhlapäivä)
- Ongelmallinen poissaolo (Kearneyn mukaan):
  1. Oppilas ollut poissa vähintään 25 % kouluajasta vähintään kahden viikon ajan JA/TAI
  2. Oppilaalla on vaikeuksia mennä oppitunnille vähintään kahden viikon ajan, mikä synnyttää merkittäviä ongelmia oppilaan tai perheen päivittäisiin rutiineihin JA/TAI
  3. Oppilas on poissa vähintään kymmenen päivää minä tahansa 15 viikkoisen koulunkäyntijakson aikana
- TAI voidaan puhua kroonisista poissaoloista, kun oppilas on poissa 10 % tai enemmän kouluvuoden aikana.

**Selkein ja tällä hetkellä vakiintunein tapa on seurata 10% poissaolomäärän täyttymistä.** Jokainen päivä pois koulusta on pois toiminnallisesta kouluun kiinnittymisestä, joka vaikuttaa vahvasti akateemiseen koulumenestykseen. Tämän vuoksi poissaoloihin tulee puuttua mahdollisimman varhain.

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

## 19: Viestipohjia poissaolotilanteisiin

Viestipohjia poissaolotilanteisiin

On tärkeää, että koululta ollaan nopeasti yhteydessä kotiin, mikäli poissaoloista tulee huoli. Monelle teistä viestintä kotiin on helppoa, mutta jos yhteydenotto kotiin tuntuu vaikealta, voit käyttää näitä viestipohjia apuna. Muokkaa viestistä itsellesi sopiva versio. Mikäli tarvitset lisää vinkkejä kodin ja koulun väliseen viestintään, voit hyödyntää Viesti Wilmalla viisaasti -opasta (Visma).

Hei! Seuraamme koululla poissaoloja säännöllisesti, ja olemme tarvittaessa kotiin yhteydessä. *Kerro oppilaan tilanteesta.* Kuulisin mielelläni teidän kotiväen ajatuksia tilanteesta. Milloin teille sopisi?

terveisin (*oma nimesi ja puhelinnumero*)

Hei! Seuraamme koululla poissaoloja säännöllisesti, ja olemme kotiin yhteydessä, mikäli oppilaalla on tietty määrä poissaoloja. (*Oppilaan nimi*) on nyt poissaoloja (*tuntimäärä*). Arveletteko, että olisi tarve tukiopetukselle tai lisätuelle? Mikäli haluatte, voimme myös soitella tai tavata koululla asian merkeissä.

terveisin (oma nimesi ja puhelinnumero)

Hei! Seuraamme koululla poissaoloja säännöllisesti, ja olemme kotiin yhteydessä, mikäli oppilaalla on tietty määrä poissaoloja. (*Oppilaan nimi*) on nyt poissaoloja (*tuntimäärä*). Toivoisimme, että voisimme tavata koululla, ja keskustella mahdollisista tukitoimista. Haluaisin kutsua palaveriin mukaan myös *valitse tarvittavat: kuraattorin/ terveydenhoitajan/ psykologin/ sosiaaliohjaajan tai -työntekijän /kasvatusohjaajan / erityisopettajan*, mikäli se sopii teille.

terveisin (oma nimesi ja puhelinnumero)

Hei! Seuraamme koululla poissaoloja säännöllisesti, ja olemme kotiin yhteydessä, mikäli oppilaan poissaoloista herää kysyttävää. *Kerro oppilaan tilanteesta*. Toivoisimme, että voisimme tavata koululla, ja keskustella mahdollisista tukitoimista. Haluaisin kutsua palaveriin mukaan myös *valitse tarvittavat: kuraattorin/ terveydenhoitajan/ psykologin/ sosiaaliohjaajan tai -työntekijän /kasvatusohjaajan / erityisopettajan*, mikäli se sopii teille.

terveisin (oma nimesi ja puhelinnumero)

## 20: Poissaoloihin puuttuminen, ensimmäinen tuen taso

Perusopetuksen opetussuunnitelman mukaan jokaisella koululla tulee olla *toimintamalli poissaolojen seuraamisesta, niistä ilmoittamisesta ja niihin puuttumisesta*. Poissaoloihin puuttumisessa ja kouluun kiinnittymisessä on usein käytössä portaittainen malli. Ensimmäisellä portaalla, joka koskee kaikkia oppilaita, voi olla esimerkiksi tällaisia asioita.

- Myönteisen käyttäytymisen ja kouluun kiinnittymisen vahvistaminen, häiriökäyttäytymisen vähentäminen
- Selkeät ja yhdessä sovitut käytänteet, säännöt ja odotuksen oppilaan käyttäytymistä kohtaan
- Ystävyysuhteiden vahvistaminen luokassa
- Sosioemotionaalisia taitoja vahvistavat ohjelmat
- Koulukiusaamisen ja väkivallan ennaltaehkäisy, konfliktien ratkaisu
- Terveyttä edistävät toimintatavat, mielenterveyttä tukevat käytänteet
- Riskiryhmässä olevien oppilaiden ohjaaminen/rohkaisu harrastustoimintaan
- Tukitoimet uuteen kouluun siirtymiseen ja uuden kouluvuoden aloittamiseen
- Säännöllisen koulunkäynnin tunnustaminen ja huomaaminen, välitön puuttuminen ongelmien ilmetessä (luokanvalvoja/-ohjaaja, vertaisten hyödyntäminen)
- Huoltajien sitouttaminen

Lähde: AVIn koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

## 21: Poissaoloihin puuttuminen, toinen ja kolmas taso

Toisella ja kolmannella tuen tasolla ovat oppilaat, joilla on ongelmallisia, orastavia ja pitkäaikaisia/toistuvia poissaoloja. Heidän tilanteessa on huomioitava esimerkiksi seuraavia asioita.

- Toteuttajina monta eri tahoa
- Edellyttää moniammatillista yhteistyötä ja tuen/psykoedukaation tarjoamista vanhemmille
- Tukimuodot ja terapiat (ahdistuksen käsittely, nepsyvalmennus tms.)
- Kouluun kiinnittymistä vahvistavat mallit
- Opettaja ja vertaismentorointi (esimerkiksi CICO)
- Vaihtoehtoiset koulunkäyntitavat, toisen mahdollisuuden väylät
- Huoltajien sitouttaminen välttämätöntä! (huoltajatyypin ymmärtäminen, perhedynamiikan huomiointi, toistuva ja yhteistyöhön perustuva yhteydenotto)
- Yhteyshenkilön sopiminen, tapaaminen kotona tai koulussa, integroidut palvelut, pienet päivä-/viikkokohtaiset tavoitteet, useiden mahdollisuuksien tarjoaminen, yksinkertainen interventiosuunnitelma, tavoitteet

Lähde: Avin koulutus (Kouluun kiinnittyminen ja koulupoissaolot)

*Tärkeää siis yksilölliset ja joustavat tukitoimet.*

## **22: Poissaolojen huolen merkit (15.2.)**

Yksi tärkeimmistä asioista poissaoloihin puuttumisessa on vaihe, jossa luokanopettaja tai -valvoja kiinnittää huomiota oppilaan poissaoloihin. Pelkästään poissaolojen määrän katsominen ei kerro koko tilannetta, vaan on tarkkailtava myös muita asioita.

### **HUOLEN MERKIT**

*Onko luvattomia poissaoloja? Puututaan heti!*

*Onko selvittämättömiä poissaoloja tai ovatko selvitykset puutteellisia?*

*Onko oppilas usein pois samalta tunnilta tai samana viikonpäivänä?*

*Eikö huoltaja saa oppilasta lähtemään kouluun?*

*Lähtekö oppilas kesken päivän koulusta/tunnilta? Myöhästeleekö?*

*Onko oppilaalla usein epämääräisiä vaivoja, pitkäkestoinen sairaus tai useita pitkiä sairauspoissaoloja?*

*Onko oppilas koulussa mutta ei tunneilla?*

Mikäli tällaisia merkkejä on, on nopea puuttuminen tärkeää! Tällöin on selvitettävä poissaolojen syy, keskusteltava oppilaan kanssa, oltava yhteydessä kotiin ja tarvittaessa konsultoitava oppilashuoltoa.

## **23: Huolen puheeksi ottamiseen valmistautuminen**

Koulun aikuisille tulee aika ajoin tilanteita, joissa meidän pitää ottaa huomaamamme huoli puheeksi. Tässä muuta vinkki puheeksi ottoon valmistautumiseen.

1. Kirkasta itsellesi se, mistä olet huolissasi.

- Mitä tapahtuu, jos et ota huolta puheeksi?
- Miten suuri huolesi on?
- Mitä tukea sinä voit tarjota oppilaalle ja mitä tukitoimia on tarjolla?
- Miten oppilas sinut tilanteessa kokee?

2. Mikä oppilaalla toimii, mitä vahvuuksia ja voimavaroja oppilaalla on ja miten niitä voi tukea?

3. Miten otat huolen puheeksi (huoli vs. ongelmalähtöisyys, moite tai syyte)?

- Mitä materiaalia voit puheeksi ottamisen tilanteessa hyödyntää?

4. Ennakoi, mitä tilanteessa tapahtuu (miten sanoihisi reagoidaan) ja mitä seurauksia sillä on lähitulevaisuuteen.

- Harjoittele tarvittaessa sopivia ilmaisumuotoja, jotka edistävät dialogia.

5. Millainen on hyvä puheeksiottotilanne (aika, paikka)?

6. Ota huoli puheeksi. Tähän vinkkejä ensi viikon tietoiskussa.

Lähde: Erkko & Hannukkala 2013. THL. Mielenterveys voimaksi: Huoli puheeksi. (Mukaillen)

## **24: Miten otan huolen puheeksi?**

Miten ottaa huoli puheeksi?

1. Luo kiireetön hetki.
2. Kerro huolesi selkeästi ja suoraan.
3. Kysy, miten oppilas itse ajattelee ja kokee tilanteen.
4. Kuuntele rauhallisesti ja anna aikaa. Siedä myös hiljaisuutta.
5. Rohkaise kertomaan todellinen tilanne. Oppilaan tunteita ja reaktioita ei tarvitse pelätä. Asioista oikeilla nimillä puhuminen auttaa oppilasta. Osoita, että kestät kyllä sen, mitä oppilaalla on mielen päällä.
6. Kiinnitä huomiota sekä omaan että oppilaan sanattomaan viestintään.
7. Puhu myös oppilaan vahvuuksista ja voimavaroista.

8. Vaikka oppilas ei juuri nyt ottaisi apua vastaan, osoita hänelle, että apua on jatkuvasti tarjolla.

9. Saata oppilas tarvittaessa lisäävun piiriin.

Lähde: Mielenterveyden osaaja -koulutus. Kouluttajana Anni Helotie, Mieli ry.

## 25: Yksilökohtaisen oppilashuoltoryhmän kutsuminen koolle

Hei!

Monialaista yksilökohtaista opiskeluhoitoa toteutetaan asiantuntijaryhmässä, joka kootaan tapauskohtaisesti tilanteen ja tarpeen mukaisesti. Monialaisen asiantuntijaryhmän tehtävänä on tukea lasta ja nuorta ja tarvittaessa hänen perhettään. Ryhmän tehtävänä on yhdessä opiskelijan ja huoltajan kanssa selvittää tuen tarvetta, etsiä sopivia tukimuotoja sekä järjestää tarvittava tuki. Myös perhettä ohjataan tarvittaessa palvelujen piiriin. (Lähde: [Monialainen opiskeluhoito ja sen johtaminen](#), THL, sivu 96)

### Yksilökohtaisen monialaisen oppilashuoltoryhmän kutsuminen koolle: ohje opettajalle

1. Mieti, ketä palaveriin tarvitsee kutsua, jotta oppilaan tilanteesta saadaan kattava kuva. Muista pyytää henkilöiden kutsumiseksi lupa oppilaalta ja/tai huoltajalta. Käy heidän kanssaan läpi, mistä aiheista aiotaan keskustella.
1. Kutsu tarvittavat henkilöt Wilma-viestillä tai muuten. Lähetä Wilma-viesti niin, että vastaanottajat näkevät toistensa nimet ja vastaukset, jolloin palaveriajan sopiminen on helpompaa. Viestin alussa on myös hyvä mainita, kenelle viesti on lähetetty ja ketkä näkevät vastaukset. Sosiaaliohjaajat ja -työntekijät eivät ole Wilmassa.
2. Kun palaveriaika on saatu sovittua, varaa palaverille paikka ja tiedota kutsuttuja henkilöitä paikasta.
3. Ota mukaan palaveriin monialaisen yksilöllisen asiantuntijaryhmän paperit: suostumus monialaisen asiantuntijaryhmän perustamiseksi ja oppilashuoltokertomus. Mikäli oppilaan asioissa on kokoontunut yksilöllinen oppilashuoltoryhmä jo aiemmin, hae aiemmat paperit oppilashuollon rekisteriä ylläpitävältä henkilöltä.
4. Täyttäkää paperit palaverissa. Sopikaa tarvittaessa uuden palaverin ajankohta.
5. Palauta paperit rekisterin ylläpitäjälle.

## 26: Lastensuojeluilmoitus

- Lastensuojelulaki velvoittaa opetustoimea tekemään lastensuojeluilmoituksen salassapitosäännösten estämättä lapsesta, jonka
  - hoidon tai huollon tarve,
  - kehitystä vaarantavat olosuhteet tai
  - oma käyttäytyminen edellyttävät *mahdollista* lastensuojelutarpeen selvittämistä.
- Lastensuojeluilmoituksen tekemisestä on hyvä keskustella huoltajan ja/tai lapsen kanssa ja perustella miksi ilmoitus tehdään mutta tekemisen esteenä ei ole se, että lapsi tai huoltaja vastustaa ilmoituksen tekemistä.
- Ilmoituksen tekemistä ei voi delegoida toiselle!

- Ilmoitus pitää tehdä, vaikka on tieto, että samasta tilanteesta on joku toinen ammattikunta tehnyt ilmoituksen.
- Ilmoituksen tekemiseen ei vaikuta se, onko lapsi jo lastensuojelun asiakkaana vai ei.
- Ilmoitus täytyy tehdä uudelleen, mikäli lapsen tilanteeseen ei tule muutosta tai tilanne pahenee.
- Sosiaaliviranomainen ei voi kertoa tehdyistä toimenpiteistä ilman huoltajien lupaa.

Voit myös aina konsultoida sosiaalityöntekijöitä nimettömänä, jos et tiedä, pitääkö sinun tehdä ilmoitus.

Lähde: AVIN webinaari Koulun ja lastensuojelun rajapinnassa, Mirka Mäkipää, sosiaalihuollon ylitarkastaja, Pohjois-Suomen aluehallintovirasto

## **27: Oppilaan poissaolot ja arviointi**

Jaossa on linkki Opetushallituksen ohjeistukseen liittyen oppilaiden poissaoloihin liittyviin ongelmatilanteisiin. Sivustolla on asiaa esimerkiksi poissaolojen seuraamisesta, sairaudesta johtuvista sekä luvattomista poissaoloista ja niiden vaikutuksesta arviointiin.

[Oppilaan poissaolot ja arviointi | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

## **28: Vahvuuksien tunnistamisen hyötyjä**

Vahvuuksiin keskittymisellä on positiivisia vaikutuksia sekä oppilaiden kanssa että työyhteisössä.

Vahvuuksien tunnistaminen on yhteydessä...

- Itsetuntoon, myönteiseen minäkäsitykseen
- Koulumotivaatioon ja opintoihin sitoutumiseen
- Parempaan suoriutumiseen opinnoissa ja työssä
- Sosiaaliseen kyvykkyyteen
- Hyvään elämään, onnellisuuteen
- Terveysteen, hyvinvointiin eri elämänalueilla
- Innostumiseen, työn imuun ja työssä kukoistamiseen
- Merkityksellisyyden kokemiseen
- Positiivisiin tulevaisuuden odotuksiin
- Positiivisen psykologisen pääoman ja osaamisidentiteetin vahvistumiseen
- Vähäisempään stressiin, vähäisempiin sairauspoissaoloihin
- Organisaatioiden laatuun ja tuloksellisuuteen, asiakastytytyväisyyteen

**HUOM!** Vahvuuksiin keskittyminen ei tarkoita kielteisten tunteiden tai haasteiden kieltämistä.

(Lähde: Spesian koulutus Menetelmiä mielenterveyden tukemiseen, Maria Ojala-Vesteri)

Vahvuuskortit ja vinkkejä niiden käyttöön löydät esimerkiksi [täältä](#).

## 29: Tilanneanalyysi

Tilanneanalyysikaavakkeen avulla voit jälkeenpäin tarkastella mieleesi jäänyttä huolen puheeksi ottamisen tilannetta ja omaa toimintaasi siinä vastaamalla alla oleviin kysymyksiin. Tilanne voi olla sellainen, joka sujui hyvin ja johon olit tyytyväinen tai se voi olla tilanne, joka muutoin jäi askarruttamaan. Palauta tilanne mieleesi ja tarkastele sitä seuraavien apukysymysten avulla.

### TILANNEANALYYSIKAAVAKE TYÖSSÄ KEHITTÄMISEN VÄLINEENÄ

1. Ketkä olivat läsnä?
2. Missä ja milloin tilanne tapahtui?
3. Mitä tapahtui?
4. Mikä oli kriittinen hetki?
5. Mikä oli reaktiosi? Koeta palauttaa mieleesi: • Mitä sanoit? • Mitä teit? • Mitä ajattelit? • Mitä tunsit? • Mitä tunsit kehossa?
6. Mitkä olivat reaktiosi seuraukset? Miten tilanne sinun kannaltasi päättyi?
7. Kuvaa, miten olisit halunnut tilanteen päättyvän.
8. Jos tilanne ei päättynyt, kuten olisit halunnut, yritä kuvata miksi.
9. Mitä opit tilanteesta tai nyt sen läpikäymisestä? Miten haluat toimia vastaavassa tilanteessa tulevaisuudessa?

(Lähde: THL. [Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali.](#))

## 30: Poissaolot ja pedagogiset joustot: VSOP

Kun oppilaalla on paljon poissaoloja, tarvitaan usein pedagogisia joustoja ja tukea, jotta oppilas saa opinnot etenemään. Yksi tällainen jousto on **vuosiluokkiin sitomaton opetus eli VSOP** ([perusopetusasetus 2 luku 11§](#)). Tässä siitä lyhyesti.

- Vuosiluokkiin sidotun opetuksen sijaan oppilas etenee vuosiluokkiin sitomattomasti, oman opintoohjelmansa mukaan.
- Opinnot etenevät omaan tahtiin; joko nopeammin tai hitaammin kuin luokkatovereilla eli *aikaa eriytetään*.
- Voidaan tukea lahjakkuutta tai ehkäistä opintojen keskeyttämistä.
- Mahdollinen kaikilla tuen tasoilla, mutta ei toiminta-alueittaisessa opiskelussa.
- Voidaan käyttää myös ryhmien tai koko koulun järjestelyinä.
- Opiskelu perustuu opintokokonaisuuksiin. Eri oppiaineita voidaan myös yhdistää opintokokonaisuuksiin. Niiden suorittaminen hyväksytysti on edellytys opinnoissa etenemiselle.



- Oppilas ei jää luokalle mahdollisten hylättyjen tai puuttuvien saarijäsuoritusten vuoksi. Lukuvuoden päättyessä todistukseen annetaan arvosana hyväksytysti suoritetuista oppiaineista ja opintokokonaisuuksista. Muut arvosanat jäävät tyhjiksi.
- Oppilas siirtyy seuraavalle vuosiluokalle ja jatkaa syksyllä kesken jääneitä opintojaan oman luokkansa mukana. Oppilas luetaan 9. luokan oppilaaksi, kunnes hän saa peruskoulunsa suoritettua ja saa päättötodistuksen tai hänen oppivelvollisuuskänsä täyttyy.

(Lähde: SKY-työpaja 3, 18.11.21, Tiina Pilbacka-Rönkä, Valteri-koulu sekä oph.fi)

### **31: Oppimisen ja koulunkäynnin tukitoimia -lista**

Hei!

Tärkeä osa kouluun kiinnittymisen tukemista ja koulupoissaolojen ennaltaehkäisyä ovat toimivat oppimisen ja koulunkäynnin tukitoimet. Yhdessä erityisopettajien ja oppilashuollon väen kanssa olemme koostaneet listaa tukitoimista, joita voi toteuttaa Saarijärven Yhtenäiskoulussa.

Listaa voi käyttää apuna silloin, kun oppilaalle mietitään uusia tukitoimia tai kun pohditaan, millaisia tukitoimia oppilas jo arjessa saa. Listasta voi olla hyötyä myös oppilaan tuen papereita päivitettäessä. Lista tulee olemaan osa poissaoloihin puuttumisen mallin opettajan ohjeistusta.

### **Oppimisen ja koulunkäynnin tukitoimia Saarijärven Yhtenäiskoulussa**

Tässä on lueteltu erilaisia oppimisen ja koulunkäynnin tukitoimia, joita voidaan hyödyntää oppilaan tukea suunniteltaessa ja kirjattaessa.

#### **Arjen käytänteet**

- selkeä tunnin aloitus ja lopetus
- koulupäivän, sääntöjen ja tavoitteiden jäsentäminen kuvin tai muun visuaalisen tuen avulla (liikennevalot, stop-kortti, toiminnanohjauskortti)
- oppitunnin vaiheiden ja tehtävätavoitteiden selkeä määrittely ja läpikäyminen oppilaiden kanssa; sivunumerot ja tehtävät näkyviin taululle
- tapahtumien ja tehtävien ennakointi, toimintatapojen kertaaminen etukäteen
- monipuoliset tehtävätyypit ja työmuodot: parityöt, ryhmätyöt, pelit, suulliset jne.
- opettajan puhuminen ja oppilaan kirjoittaminen eri aikaan
- keskeisten asioiden kertaaminen tunnin loppuksi
- säännöllinen, kannustava palaute
- tavoite-palkkio -järjestelmä yhden oppilaan/koko luokan kanssa
- ohjeiden, työskentelyn ja/tai tehtävien
  - pilkkominen riittävän pieniin osiin
  - selkiyttäminen, eri sanoin sanominen, kuvin/mallintamalla

- ymmärtämisen ja työskentelyn aloittamisen varmistaminen
- eriyttäminen (helpommat/vaikeammat/lyhyemmät tms. tehtävät)
- tauottaminen tarvittaessa
- läksyjen
  - merkitseminen taululle/Wilmaan/vihkoon/kalenteriin/tarralapulle
  - kertaaminen ennen tunnin päättymistä
  - ja opiskeluvälineiden mukanaolon varmistaminen päivän loppuksi
- lisäajan antaminen työskentelyyn
- käytettävän ajan havainnollistaminen (esim. timer)
- tukimonisteet: muistiinpanorungot, lisäsanastot, suomennostuet, selkomonisteet jne.
- opiskelun apuvälineet, kuten
  - kuulosuojaimet
  - aktiivisyys
  - purukumi
  - sinitarra
  - laskin
  - tietokone
  - muu, mikä \_\_\_\_\_
- liikkumismahdollisuus luokassa
- ylimääräinen välipala tai tauko
- mahdollisuus viettää välitunti sisällä/omassa rauhassa
- lisätty sosiaalisten taitojen harjoittelu
- tukiopetus (myös ennakoiva)
- osa-aikainen erityisopetus
- muu; mikä \_\_\_\_\_

### Oppimisympäristö

- työskentelypaikka lähellä opettajaa / kaukana häiriötekijöistä (ovesta, ikkunasta)
- tavaroilla omat paikat
- ylimääräisten ärsykkeiden karsiminen tilasta ja oppilaalta (esim. puhelin)
- selkeät, yhdessä sovitut säännöt luokassa
- joustavien ryhmittelyjen hyödyntäminen (erilaiset parit ja ryhmät)
- eriytetty työskentelytila (esim. sermi tai erillinen tila)
- etä-/hybridiopetus
- muu; mikä \_\_\_\_\_

### Oppilaan arviointi ja osaamisen näyttämisen tavat

- arvioinnin monipuolisuus (ei pelkkiä kokeita)
- opiskelutekniikoiden opettaminen: ajatuskartat, tärkeiden asioiden poimiminen, lukutekniikat, kuva-analyysit, esseekirjoitus + sen rakenne
- oppilaan/oppilaiden säännöllinen itsearviointi/kaveriarviointi
- kertaaminen ennen koetta: ydinasiat, käsitteet, tiivistelmät, harjoitustehtävät
- kokeen jäsentäminen (esim. kysymysten lukeminen ja selventäminen)
- kokeen ulkoasun muokkaaminen (esim. suurentaminen, leikkaaminen osiin)

- eriytetyt tehtävätyypit, esim. yhdistelytehtävät, koe muistiinpanojen tai kirjan kanssa, tietokoneen käyttö, parikoe
- lisäaika koetilanteissa
- kokeet erillisessä tilassa tai erityisopetuksen pienryhmässä
- rajattu koealue
- selkeät kysymykset, yksi kysymys yhdessä tehtävässä
- opettaja varmistaa kokeessa erikseen etenemisen tukea tarvitsevalta oppilaalta, tarvittaessa vihjeet etenemiseksi sekä kannustus yrittämään lisää
- kirjallisen kokeen täydentäminen suullisesti/suullinen koe
- muu; mikä \_\_\_\_\_

### Yhteistyö ja yhteiset tavoitteet

- tehostettu yhteistyö huoltajien kanssa, esim. Wilma, puhelin, reissuvihko, tapaamiset, tavoite- ja palkkiojärjestelmät
- vanhempien kuittaus tehdyistä läksyistä
- luokkatoverin apu (kaveriapu)
- oppilashuollon palveluihin ohjaaminen (terveydenhuolto, koulukuraattori, -psykologi) sekä konsultaatio; yksilötyöskentely, ryhmätoiminta
- joustavat ryhmittelyt, samanaikaisopetus tms.
- yhteistyö/konsultaatio erityisopettajan/ojon kanssa
- aamu-/iltapäivätoiminta, kerhotoiminta, läksykerho
- koulunkäynninohjaajan tuki
- kasvatusohjaajan tuki
- nepsyvalmennus
- tulkitsemispalvelut
- tarvittavat koulun ulkopuoliset verkostot, kuten sosiaalitoimi, nuorisotyö, seurakunta, poliisi, erikoissairaanhoido, perheneuvola
- muu; mikä \_\_\_\_\_

### Muita tukitoimia

- oppiaineksen karsiminen ydinainekseen ([erityiset painoalueet](#))
- erityiset opetusjärjestelyt (lyhennetty koulupäivä yms.)
- oppimäärän yksilöllistäminen
- [VSOP-opiskelu](#)
- oppimäärän kertaaminen
- JOPO-opetus 9. luokalla
- muu; mikä \_\_\_\_\_

Lisää tietoa esimerkiksi

[Pieni huoltokirja oppimisen ja koulunkäynnin tueksi](#)

[Opas eriyttämiseen \(ju.fi\)](#)

Lista on tehty Sitouttava kouluyhteisötyö -hankkeen aikana lv 2021-2022 osana Saarijärven Yhtenäiskoulun poissaolojen toimintamallia.

### 32: Psyykkisesti oireileva lapsi/nuori luokassa

Kohtaamme koulussa psyykkisesti oireilevia oppilaita. Oireilu voi olla *sisäänpäin suuntautuvaa* (esimerkiksi ahdistus, arkuus, itkuisuus, pelokkuus, takertuvuus, puhumattomuus jne.) tai *ulospäin suuntautuvaa* (kuten uhmakkuus, rajattomuus, levottomuus, mielialavaihtelut jne.).

- Psyykinen oireilu herättää usein meissä tunteita. Aikuisen tulee tunnistaa omat tunteet, jotta voi auttaa lasta hänen tunteessaan, koska tunnetila tarttuu.
- **Aikuisen tunnetila on lapsen koulupäivän turva!**
  - On syytä tutkailla, virittää ja huoltaa omaa itseään ja tunnistaa omat rajat, sillä oma persoonamme on tärkeä työväline.
- Jokainen päivä lähtee 0-0 -tilanteesta, olipa edellisenä päivänä tapahtunut mitä tahansa.
- Oireilun taustojen ymmärtäminen tuo selvyyttä konkreettisten tukikeinojen järjestämiseen ("Ymmärrä, minkä tarinan osa lapsi ja hänen oireilunsa on."). Kun tutustuu paremmin, alkaa myös ymmärtämään paremmin ihmistä. Eri diagnoosien tuntemus auttaa suhtautumaan erilaisiin käytösmalleihin.

Lähde: Valterin koulutus: Psyykkisesti oireileva oppilas luokassa. ([Tervetuloa Valterin nettikahvilaan! - Valteri](#)) sekä Spesian Mielenterveyden osaaja -koulutus (kouluttajana Virpi Jussila).

### 33: Arvioinnin yleiset periaatteet (sekä linkkivinkki päättöarviointia tekeville)

Tässä alla muistutukseksi OPSin arviointiluvun 6.2 Arvioinnin yleiset periaatteet ([Arviointiluku 6 - Oppimisen ja osaamisen arviointi | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)).

Lisäksi linkkivinkkinä perusopetuksen *päättöarviointia* tekeville oppiainekohtaiset tukimateriaalit [Uudet tukimateriaalit perusopetuksen päättöarviointiin kevääksi 2022 nyt saatavilla | Opetushallitus \(oph.fi\)](#).

Arvioinnissa tulee noudattaa seuraavia periaatteita jokaisella vuosiluokalla.

*Arviointi on yhdenvertaista*

Arviointi perustuu kaikilla vuosiluokilla oppilaiden yhdenvertaiseen kohteluun. Vuosiluokkien 1–8 päätteeksi annetun lukuvuosiarviointin ja perusopetuksen päättöarviointin tulee perustua perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa asetettuihin ja paikallisessa opetussuunnitelmassa täsmennettyihin tavoitteisiin. Jokaisen oppilaan tulee saada tietää, mitä on tarkoitus oppia ja miten oppimista, osaamista, työskentelyä ja käyttäytymistä arvioidaan. Päättöarvosanat muodostetaan valtakunnallisesti yhdenvertaisin perustein.

*Arviointi edellyttää avoimuutta, yhteistyötä ja osallisuutta*

Arvioinnin tehtävänä on auttaa oppilasta hahmottamaan opintojensa etenemistä. Tämä edellyttää vuorovaikutusta opettajan ja oppilaan välillä sekä palautteen antamista tavoitteiden saavuttamisen edistämiseksi. Arvioinnin toteuttamiseen liittyy oppilaiden osallisuuden mahdollistaminen, vahvuuksien tunnistaminen ja kannustaminen.

Arvioinnin toteuttaminen edellyttää yhteistyötä sekä koulussa että kotien kanssa. Yhteistyön tarkoituksena on selkiyttää huoltajille arvioinnin periaatteita ja käytänteitä. Oppilaan ja huoltajan tulee saada riittävästi tietoa oppilaan oppimisesta, osaamisesta, työskentelystä ja käyttäytymisestä. 7 Oppilaalla ja huoltajalla on oikeus saada tieto arvioinnin perusteista ja siitä, miten niitä on sovellettu oppilaan arviointiin. 8

#### *Arviointi on suunnitelmallista ja johdonmukaista*

Arviointikäytännöt on suunniteltava johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi ja varmistettava arviointiperiaatteiden yhtenäisyys koulussa. Arviointia toteutetaan sekä lukuvuoden aikana että sen päättyessä. Arvioinnin tulee kohdistua vain siihen, mitä paikallisessa opetussuunnitelmassa on asetettu tavoitteeksi. Opettaja toteuttaa arvioinnin näyttöihin perustuen.

Oppilaiden suorituksia ei verrata toisiinsa. Arviointi ei kohdistu oppilaiden persoonaan, temperamenttiin tai muihin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin.

Arvioinnin avulla saatu tieto auttaa opettajia suuntaamaan opetustaan oppilaiden tarpeiden mukaisesti. Arviointi toimii myös tärkeänä välineenä oppilaan mahdollisten tuen tarpeiden tunnistamisessa. Opettajien yhteistyö koulu yhteisössä on välttämätöntä arvioinnin johdonmukaisuuden toteutumiseksi.

#### *Arviointi on monipuolista*

Oppilaiden oppimista, osaamista, työskentelyä ja käyttäytymistä arvioidaan monipuolisesti. 9 Monipuolinen arviointi perustuu eri menetelmin kerättyihin näyttöihin. Opettaja valitsee arviointimenetelmät arvioinnin tehtävien ja oppiaineen tavoitteiden kannalta tarkoituksenmukaisella tavalla. Oppilaalle tulee tarjota mahdollisuuksia osoittaa oppimistaan ja osaamistaan eri tavoin ja tavoitteiden kannalta tarkoituksenmukaisin keinoin. Arviointimenetelmien valinnassa on otettava huomioon, että vain yhden arviointimenetelmän avulla ei voida arvioida kaikkia oppiaineille asetettuja tavoitteita.

#### *Arviointi perustuu tavoitteisiin ja kriteereihin*

Oppimisen, osaamisen ja työskentelyn arvioinnin tulee perustua perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa asetettuihin ja paikallisessa opetussuunnitelmassa vuosiluokittain tarkennettuihin oppiaineiden tavoitteisiin. Käyttäytymistä arvioidaan suhteessa paikallisessa opetussuunnitelmassa käyttäytymiselle asetettuihin tavoitteisiin.

Oppilaan osaamisen arvioinnissa käytetään perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määriteltyjä, oppiaineiden tavoitteista johdettuja arviointikriteereitä. Arviointikriteerit on laadittu eri vuosiluokkien päätteeksi annettavaan arviointiin ja päättöarviointiin. Kriteerit eivät ole oppilaille asetettuja tavoitteita, vaan ne määrittelevät eri arvosanoihin vaadittavan osaamisen tason.

Jos erityistä tukea saava oppilas opiskelee oppiaineen yleisen oppimäärän mukaisesti, hänen suorituksiaan arvioidaan suhteessa yleisen oppimäärän yhteisiin tavoitteisiin edellä mainittuja arviointikriteerejä käyttäen.

Yksilöllistetyn oppimäärän mukaan yhdessä tai useammassa oppiaineessa opiskelevien oppilaiden suorituksia arvioidaan näissä oppiaineissa suhteessa henkilökohtaisessa opetuksen järjestämistä koskevassa suunnitelmassa (HOJKS) määriteltyihin hänelle yksilöllisesti asetettuihin tavoitteisiin. Osaamisen tason määrittelyssä ei käytetä edellä mainittuja arviointikriteerejä. Oppimäärä yksilöllistetään vasta, kun oppilas ei tuetustikaan näytä saavuttavan arvosanan 5 edellyttämää osaamisen tasoa.

Toiminta-alueittain opiskelevan oppilaan suorituksia arvioidaan suhteessa toiminta-alueittain määriteltyihin tavoitteisiin.

Jos oppilas on opiskellut oppimissuunnitelmassa määriteltyjen oppiaineen erityisten painoalueiden mukaisesti, hänen suorituksensa arvioidaan suhteessa yleisen oppimäärän tavoitteisiin perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määriteltyjä arviointikriteereitä käyttäen.

*Arvioinnissa otetaan huomioon oppilaiden ikäkausi ja edellytykset*

Arviointikäytänteet suunnitellaan ja toteutetaan oppilaiden ikäkauden ja edellytysten mukaisesti. Oppilaiden erilaiset tavat oppia ja työskennellä otetaan huomioon ja huolehditaan siitä, ettei osaamisen osoittamiselle ole esteitä.

Arvioinnissa tulee ottaa huomioon oppilaan terveydentila ja erityistarpeet. Oppimisen tuen tarpeet sekä muut osaamisen osoittamista vaikeuttavat syyt tulee ottaa arviointikäytänteissä huomioon siten, että oppilaalla on mahdollisuus erityisjärjestelyihin ja vaihtoehtoisin tapoihin osoittaa osaamisensa.

Maahanmuuttajataustaisten ja vieraskielisten oppilaiden arvioinnissa tulee ottaa huomioon oppilaan kielitaidon taso koulun opetuskielessä sekä arvioinnin kohteena olevan oppiaineen tiedonalan kielessä

### **34: SKY-hankkeen kehittämissuosituksot piloteille**

#### **Poissaoloihin liittyvän toimintamallin kehittäminen**

- Poissaoloihin liittyvä toimintamalli tulee kytkeä osaksi koulun toiminnan kokonaisuutta ja sen jatkuva seuranta ja kehittäminen tulee olla selkeästi osa laadunhallintaa.
- Poissaoloja ehkäisevät ja kouluun kiinnittymistä tukevat käytännöt on otettava osaksi toimintamallia.
- Kouluissa tulee vahvistaa poissaoloihin liittyvien toimintamallien juurruttamista.
- Opetuksen järjestäjien ja koulujen tulee arvioida systemaattisesti toimintamallia ja kehittää sitä saadun tiedon ja palautteen pohjalta.
- Poissaolojen tilastointia ja seurantaa tulee yhdenmukaistaa. Poissaolotiedon hyödyntämistä koulun hyvinvointityön ja sen resurssien suunnittelussa tulee vahvistaa.

- Toimintamalleissa on määriteltävä toimintatavat ja vastuut poissaolojen taustalla olevien syiden selvittämiseen.

### **Kouluun kiinnittymistä tukevat ja poissaoloja ehkäisevät käytännöt**

- Kouluun kiinnittymisen ja läsnäolon tukemisen näkökulmaa tulee vahvistaa poissaoloja ehkäisevässä työssä:
- Oppilaiden osallisuuden vahvistaminen niin yhteisöön kuulumisen kuin oppilaiden vaikuttamismahdollisuuksien näkökulmasta
- Jatkuvan ryhmäytämisen vahvistaminen ja tätä tukevat yhteiset käytännöt koulussa
- Kouluun kiinnittymisen tukeminen ja poissaolojen seuraaminen osaksi yhteisöllisen oppilashuollon vuosikelloa ja oppilashuoltosuunnitelmaa
- Kodin ja koulun yhteistyökäytäntöjä poissaoloihin liittyen tulee kehittää. Erityistä huomiota tulee kiinnittää luottamuksellisen suhteen luomiseen poissaolojen ehkäisyyn ja varhaisen puuttumisen mahdollistamiseksi. Huoltajien osallisuutta yhteisöllisyyttä edistävässä toiminnassa tulee vahvistaa.
- Koulujen henkilöstön osaamista poissaolojen ehkäisyyn ja puuttumiseen tulee vahvistaa. Erityisesti tulee kiinnittää huomiota luokanopettajien ja –ohjaajien/valvojen osaamisen vahvistamiseen sekä heidän työtään tukeviin rakenteisiin poissaoloihin liittyen.

### **Poissaoloihin puuttumisen kohdennetut ja intensiiviset toimenpiteet**

- Poissaoloihin puuttumiseen liittyvien toimintatapojen kehittämisessä tulee huomioida laajasti koulun ilmapiiriin ja yhteisöllisyyteen liittyvät toimintatavat, oppilaan hyvinvoinnin tukeminen sekä oppimisen tukeminen
- Monialaisen yhteistyön toimintatapoja ja rooleja poissaoloihin puuttumisessa tulee määritellä ja selkeyttää.
- Oppilashuollon palveluiden sekä monialaisen yhteistyön resurssien varmistaminen (lasten, nuorten ja perheiden sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden vahvistaminen, lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen sekä perheille tarjottavan varhaisen tuen vahvistaminen).

### **SKY-kehittämistyöhön liittyvät suositukset**

- Opetusvelvollisuuteen sitomattomien työntekijöiden työn tavoitteita ja tehtäväkuvaavaa tulee täsmentää.
- Erityistä huomiota tulee kiinnittää kouluvalmentajan työn asemointiin suhteessa oppilashuollon ammattihenkilöihin ja opetushenkilöstöön.
- Kouluvalmentajien roolista koulu yhteisössä tulee käydä yhteistä keskustelua niin opetushenkilöstön kuin oppilashuollon ammattihenkilöiden kanssa, jotta yhteisöön syntyy yhteinen ymmärrys yhteistyön keskeisistä sisällöistä ja työtavoista.
- Kouluvalmentajien työn tuloksellisuuden vahvistamiseksi on tärkeää, että toimenkuva ja keskeiset työmuodot kirjataan koulun lukuvuosisuunnitelmaan ja/tai koulukohtaiseen oppilashuoltosuunnitelmaan.
- Oman ryhmän tuntien toteutuksessa tulee huomioida tavoitteiden ja toteutustapojen kiinnittäminen osaksi koulun arkea ja opettajien osaamista.
- Arvioinnin ensimmäisessä vaiheessa kerättiin avokysymyksillä kokemuksia niistä kouluista, joissa oman ryhmän tunteja on jo pidetty. Vastausten mukaan oman

ryhmän tunnit koetaan tärkeänä mahdollisuutena vahvistaa luokan ryhmäytymistä, oppilaiden osallisuutta ja äänen kuulemistä sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

- Haasteena esiin nousi erityisesti ajan löytäminen tuntien toteuttamiseen. Vastauksissa nostettiin myös esiin tuntien suunnittelun vaatiman suunnitteluresurssin riittämättömyyttä sekä opettajien valmiuksia ryhmäyttämiseen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen.

### 35: Itsensä johtamisen taidot

Itsensä johtaminen on oman toiminnan suunnittelua, ohjaamista, seuranta ja muuttamista – tavoitteena työhyvinvointi ja sujuva työ. Se on myös omien ajatusten ja tunteiden säätelyä. Kaikki tarvitsevat itsensä johtamisen taitoja – riippumatta työtehtävästä tai asemasta työyhteisössä. Itsensä johtaminen on rinnakkainen ilmiö meihin ulkoapäin kohdistuvalle johtamiselle. Näitä molempia tarvitaan. Kaikkien pitää esimerkiksi tietää, kuka päättää silloin, kun asioista ollaan erimielisiä.

Itsensä johtaminen on...

- tavoitteellisuutta ja suunnitelmallisuutta.
- valintoja ja priorisointia. Tämä edellyttää, että jokainen on selvillä tavoitteiden ohella toimintavaltuuksistaan ja vastuistaan.
- keskeytysten hallintaa. Tarpeettomien keskeytysten karsinta ja keskittyminen asiaan kerrallaan tukevat työn sujumista.
- edistymisen tunnistamista ja näkyväksi tekemistä. Edistymisen näkyväksi tekemistä auttaa, kun työkokonaisuuksia jaetaan pienemmiksi osiksi.
- palautumisesta huolehtimista. Palautumista on vaikea varastoida, joten voimien pitäisi palautua päivittäin.
- omien ajatusten ja tunteiden johtamista.
- omasta hyvinvoinnista huolehtimista kokonaisvaltaisesti.

Lähde: [Kaikki tarvitsevat itsensä johtamisen taitoja \(ttk.fi\)](http://ttk.fi)

### 36: Loma!

Voit valita, luetko [palauttavasta lomasta](#) vai loman vaikutuksista lääketieteellisestä näkökulmasta [Lääkärilehdestä](#).

### 37: Ryhmän muodostuminen

Tässä vaiheessa lukuvuotta muodostuu usein uusia ryhmiä.

*Ryhmäyttämässä kehitetään jäsenten välistä keskinäistä tuntemista, luottamusta, turvallisuutta ja viestintäkykyä. Tarkoitus on luoda kaikille turvallinen, avoin ja luottamuksellinen ryhmä, jossa jokainen voi olla oma itsensä. Ryhmäytymiseen kannattaa käyttää riittävästi aikaa ja huolehtia siitä koko yhteisen toiminnan ajan. Ryhmäytyminen ei ole vain sitä, että opitaan kaikkien nimet vaan siihen tarvitaan aikaa, tapaamisia, yhteisiä*



retkiä tai muita mukavia hetkiä. Yhdessä tekeminen ja kokeminen, seikkaileminen tai ongelmanratkaisu lisää ryhmähenkeä. Tiivis ryhmä syntyy siitä, että sen jokainen jäsen tuntee vastuuta itsestään, toisista ja yhteisistä aikaansaannoksista. Kun jokainen ottaa vastuun yhteisten tavoitteiden saavuttamisesta, hän ottaa samalla itselleen oikeuden tuoda esiin näkemyksensä ryhmän asioista ja saada muilta riittävää ja oikeudenmukaista palautetta. Toimivassa ryhmässä osataan tehdä yhdessä päätöksiä ja ratkaista ongelmia. Ryhmytymisen edetessä nuoret viihtyvät paremmin yhdessä ja työskentely tuntuu mielekkäältä ja antoisalta. Luottamuksen ja turvallisuuden lisääntyessä nuoret uskaltavat ilmaisemaan itseään avoimemmin ja luovemmin, koska pelko epäonnistumisesta vähenee. Ryhmään, jossa on hyvä yhteishenki, halutaan kuulua. Vahvalla yhteishengellä varustettu ryhmä toimii hyvin ja siinä on mukava olla mukana. Hyvä yhteishenki näkyy ja kuuluu myös ulospäin.

Lähde: [Ohjaajan-taskuopas.pdf \(mahis.info\)](#) s 10. Täältä voit myös käydä katsomassa vinkkejä hyvän yhteishengen muodostamiseksi.

### **38: Hyvinvoinnin vuosikellon teemana yhteisöllisyys sekä itsetuntemus**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Elokuun teemana on *yhteisöllisyys* ja syyskuun teemana *itsetuntemus*.

#### **Yhteisöllisyys (elokuun teema)**

[KouluKunnossa.pdf](#) (Yhteisöllisyys alkaen s 14)

[Yhteisöllisyys | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

[Ohjaajan-taskuopas.pdf \(mahis.info\)](#) sekä [Mahis-harjoituspankki.pdf](#) sisältävät monenlaisia ryhmäytys- ja tutustumisharjoituksia erityisesti nuorille.

[Vinkkejä yhteisöllisyyteen - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)

[Ryhmytyminen – Tämä elämä \(tamaelama.fi\)](#)

[Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Yläkoulu \(turvataitokasvatus.fi\)](#): Hyvän luokkahengen avaimet

#### **Itsetuntemus (syyskuun teema)**

- [KouluKunnossa.pdf](#) (Itsetuntemus alkaen s 36)

- [Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#): itsetuntemus. Erityisesti pienemmille oppilaille.

- [Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Itsetuntemus.

- [Tutustu itseesi - MIELI ry](#)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 1-2 \(turvataitokasvatus.fi\)](https://turvataitokasvatus.fi)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 3-4 \(turvataitokasvatus.fi\)](https://turvataitokasvatus.fi)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 5-6 \(turvataitokasvatus.fi\)](https://turvataitokasvatus.fi)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Yläkoulu \(turvataitokasvatus.fi\)](https://turvataitokasvatus.fi)

### 39: Tervehdys Yes we can -koulutuksesta!

Tuomme koko työyhteisön pohdittavaksi Yes we can -koulutuksen teemoja. Voit pohtia seuraavaa sekä työyhteisön että oppilaiden kanssa toimimisen näkökulmasta.

*Jos kuvittelet janan, jossa on toisessa päässä pahoinvointi, toisessa hyvinvointi ja keskellä neutraali, missä osassa tuota janaa sinä yleensä työskentelet? Sammutatko vain tulipaloja vai pääsetkö työssäsi myös lisäämään hyvinvointia? Millä tavalla sinun olisi mahdollista työskennellä enemmän hyvinvoinnin puolella?*

-----

- pahoinvointi  
hyvinvointi

0 neutraali

+

*"Hyvinvoinnin vahvistaminen vaatii muutakin kuin pahoinvoinnin poistamisen." (Jahoda, 1958).*

### 40: Yksinäisyyden ehkäiseminen ja turvallisuuden parantaminen (sekä kiusaamisen ehkäisyyn ja kurinpitoon tulleet muutokset)

Hei!

Tänään jaan teille alle 3 minuuttia kestävän videon yksinäisyyden ehkäisemisestä: [Tunnetko vastuusi – Yksinäisyyden ehkäiseminen ja turvallisuuden edistäminen kouluissa](#). Video on suunnattu koulujen, oppilaitosten ja varhaiskasvatuksen johtajille, rehtoreille, opettajille sekä muille ammattilaisille. Videolla kerrotaan, kuka vastaa kiusaamista, häirintää, syrjintää ja väkivaltaa ehkäisevästä työstä kouluissa, varhaiskasvatuksessa ja oppilaitoksissa ja mitkä asiat työssä tulee konkreettisesti huomioida.

P.S. Huomioithan myös nämä [kiusaamisen ja syrjinnän ehkäisyyn sekä kurinpitoon 1.8.2022 voimaan tulleet muutokset](#)

- Lapsen edun ensisijaisuus. Jatkossa lapsen edun ensisijaisuus on huomioitava opetusta suunniteltaessa, järjestettäessä ja siitä päätettäessä.
- Oppilaan velvollisuuksiin on lisätty vaatimus syrjimättömyydestä. Oppilaan on jatkossa käyttäydyttävä muita kiusaamatta ja syrjimättä sekä toimittava siten, ettei hän vaaranna muiden opiskelijoiden, oppilaitosyhteisön tai opiskeluympäristön turvallisuutta tai terveyttä.
- Opettajan ja rehtorin ilmoitusvelvollisuus laajeni. Heillä on jatkossa velvollisuus ilmoittaa huoltajalle tai muulle edustajalle epäilty kiusaaminen, häirintä, väkivalta ja syrjintä oppimisympäristössä ja koulumatkalla. Ilmoitusvelvollisuus koskee kohteena ollutta ja epäiltyä oppilasta.
- Kurinpitokeinot on muutettu kurinpitotoimiksi. Kurinpitotoimiin tulleet muutokset:
  - Koulutuksen ja opetuksen järjestäjän tulee jatkossa kurinpitotoimea harkitessaan ottaa huomioon teon laatu sekä oppilaan ikä ja kehitystaso.
  - Jäljellä olevan työpäivän lisäksi myös seuraava työpäivä voidaan evätä oppilaalta perustellusta syystä, jos opetuksen järjestäjä tarvitsee aikaa sen suunnitteluun, miten oppilaan turvallinen paluu takaisin opetukseen toteutetaan. Oppilaan oikeus osallistua opetukseen voidaan evätä aiemmin säädetyin perustein. Epääminen on mahdollista, jos on olemassa vaara, että toisen oppilaan tai muun henkilön turvallisuus kärsii oppilaan väkivaltaisen tai uhkaavan käyttäytymisen vuoksi taikka opetus tai siihen liittyvä toiminta vaikeutuu kohtuuttomasti oppilaan häiritsevän käyttäytymisen vuoksi.
  - Opetuksen epäämistilanteissa oppilaalle on järjestettävä oppilashuoltona mahdollisuus keskustella henkilökohtaisesti psykologin tai kuraattorin kanssa. Lisäksi on järjestettävä muu tuki epäämisen aikana ja oppilaan palatessa opetukseen. Oppilaalle tehdään suunnitelma opetukseen palaamisen tukemiseksi.
- Lisätieto: Jatkossa toiminnassa huomioidaan perusopetuslain muutos ns. kaksoisrangaistavuuden (POL 36c§) poistumisesta. Muutos parantaa perusopetuslakiin sisältyvien kurinpitotoimien käytettävyyttä, vaikka samassa asiassa olisi käynnistynyt rikosoikeudellinen prosessi.

#### **41: Pedagogisen kirjoittamisen ABC**

Nyt syksyllä on pedagogisten asiakirjojen kirjoittaminen monille opettajille ajankohtaista. Joskus niiden kirjoittaminen on vaikeaa. Hyödynnä näitä Valteri-koulun vinkkejä:

1. Käytä arjen käsitteitä
2. Oppilas keskiöön
3. Yhdessä suunnittelemaan
4. Kuvaile oppilaan toimintaa
5. Muuta haasteet tavoitteiksi ja valjasta vahvuudet käyttöön
6. Konkretiaa ja realismia

Tarkennuksia näihin ja lisää vinkkejä löydät: [Pedagogisen kirjoittamisen ABC - Valteri](#)

## 42: Hyvinvoinnin vuosikellon lokakuun teemana tunnetaidot

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Lokakuun teemana on *tunnetaidot*.

*Tunnetaidoilla on positiivinen yhteys oppimiseen, terveyteen ja sosiaalisiin suhteisiin. Hyvät tunnetaidot lisäävät myös itsetuntemusta ja elämänhallinnan kokemusta. Voimakkaat kielteiset tunteet puolestaan rasittavat elimistöä ja mieltä. Tunnistamattomat, purkamattomat tai torjutut kielteiset tunteet saattavat jopa vaarantaa terveyden. Tunnetaitojen opettelu voidaankin nähdä ennaltaehkäisevänä mielenterveyttä edistävänä työnä (Avola, P. & Pentikäinen, V. (2019). Kukoistava kasvatusta. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. BEEhappy publishing.).*

*Tunnetaitojen harjoittelun alussa on tärkeää keskustella oppilaiden kanssa siitä, millaisia tunteita on olemassa. Tunnetaitoja tulee harjoitella oppilaiden kehitystaso ja ikä huomioiden (Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. (2019). Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. (2. painos). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.). Nuorempien oppilaiden kanssa on hyvä käyttää apuna tunnekortteja ja kehollisia harjoituksia. Vanhempien oppilaiden kanssa tunteet voidaan jaotella mielihyvän ja mielipahan tunteisiin sekä laajentaa tunnesanastoa.*

*Jokaisella tunteella on oma, tärkeä tehtävänsä. On hyvä painottaa sitä, että tunteet kertovat aina viestin meistä itsestämme ja omista tarpeistamme. Kun oppilas oppii tunnistamaan, miten ja missä kohtaa kehoa tunteet tuntuvat, niitä on helpompi ymmärtää.*

Lähde: [KouluKunnossa Läsnäolomalli - KouluKunnossa](#) s 43

Alla vielä linkkivinkit ja ohjeet.

- [KouluKunnossa.pdf](#) (Tunnetaidot alkaen s 42)

- [Tunne- ja vuorovaikutustaidot - Väriinautit \(varinautit.fi\)](#): Tunnetaitopeli, -bingo, -domino jne. sekä [varinautit\\_tunnetaitokoneet.pdf - Google Drive](#): Tunnetaitokoneet

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 1-2 \(turvataitokasvatus.fi\)](#)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 3-4 \(turvataitokasvatus.fi\)](#)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Luokka-asteet 5-6 \(turvataitokasvatus.fi\)](#)

- [Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Yläkoulu \(turvataitokasvatus.fi\)](#)

- [TEKO-kehontunnekartta-tehtävät.pdf \(tervekoululainen.fi\)](#): Yläkouluun

- [TEKO-mielenhyvinvoinninkasi-tehtavatinter.pdf \(tervekoululainen.fi\)](#): Yläkouluun

- [Kouluikäisen tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukeminen kotona - MIELI ry](#)

- [Tunne- ja turvataitoja lapsille](#)

### 43: Vahvuusperustainen toimintakulttuuri työyhteisössä

Terveisiä Yes we can -koulutuksesta!

Vahvuusperustaiseen toimintakulttuuriin kuuluvat seuraavat ajatukset

- Olen valinnut itse tämän työn.
- Haluan tehdä työtä lasten/nuorten parissa.
- Koen työni itselleni merkitykselliseksi.
- Haluan edistää toisten hyvinvointia.
- Haluan voida myös itse hyvin.
- Haluan tulla kohdatuksi.
- Haluan olla osallinen.
- Myönteiset huomiot ovat minulle tärkeitä.
- Kannustus on tärkeää.
- Erehtyminenkin kuuluu työhön.

Vahvuusperustaisen toimintakulttuurin rakentamista voi kuvata palapelinä.

- Jokainen työyhteisön jäsen on tärkeä palanen.
- Jokaisella palasella on omat vahvuutensa.
- Yhteinen keskustelu, suunnittelu ja kaikkien aikuisten yhteinen ymmärrys on tärkeää ja edellyttää jokaisen sitoutumista.
- Jokainen työyhteisön jäsen rakentaa pala kerrallaan hyvinvointia.
- Työhyvinvointia ei voi kukaan kaataa työyhteisöön ulkopuolelta.

(Lähde: Yes we can -koulutus, Erja Sandberg)

### 44: Vahvuusperustainen työote, vaakamalli

Hei jälleen Yes we can -koulutuksesta!

Vahvuusperustaista työtettä voi pohtia **vaakamallin** kautta. Kuvittele, että sinun omat **haasteesi ja vahvuutesi** työssäsi laitetaan vaakaan eri puolille. Jonkun vaa'assa voi olla toisella puolella vaikeutta toimia ryhmässä, passiivisuutta tai vaikkapa toiminnanohjauksen vaikeuksia, mutta toisella puolella oppimista, voimavaroja, innostumista ja rohkeutta. Näiden vahvuuksien kautta saamme motivaatiota ja yhteistyökykyä, ja ne vaikuttavat minäkuvaan positiivisesti.

**Määrittele sinä oma vaakasi.** Millaisia asioita siinä on vaa'an eri puolilla? Missä koet olevasi vahvoilla? Mihin kaipaat ja toivot työyhteisöstä tukea? Jos mahdollista, käy vaakasi läpi jonkun työkaverisi kanssa.

#### **45: Hyvinvoinnin vuosikellon marraskuun teemana empatia**

Hei jälleen!

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Marraskuun teemana on *empatia*.

*Empatia ja myötätunto ovat ihmiseksi kasvamisen ja yksilöllisyyden kunnioittamisen kannalta ensiarvoisen tärkeitä taitoja. Empatian välityksellä ihminen kykenee hahmottamaan, miltä toisesta ihmisestä tuntuu sekä eläytymään hänen positiivisiin ja negatiivisiin tunteisiinsa. Empaattinen ihminen tuntee ja ymmärtää, mitä toinen ihminen kokee, lähtemättä kuitenkaan mukaan toisen tunteeseen. Myötätunto puolestaan ilmenee tunteena ja haluna auttaa toista ihmistä. Myötätunto on siis toimintaa, joka motivoituu empatian pohjalta.*

*Ihmissuhteiden ja vuorovaikutuksen kannalta myötätunto on yksi tärkeimmistä taidoista, joita lapsille ja nuorille voidaan opettaa. Myötätunto on toimintaa ja ystävällisiä tekoja toisten ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Se on tärkeä taito ihmiseksi kasvamisessa sekä yhteisen hyvän vaalimisessa. Myös myötätuntoa itseä kohtaan on tärkeää harjoitella, koska sillä on tärkeä yhteys psyykkiseen joustavuuteen sekä lapsen ja nuoren taitoihin selvitä elämän haastavista tilanteista.*

*Empatiaa opitaan mallista, ja sitä voidaan koulussa harjoitella turvallisesti opettajan tai muiden koulun aikuisten esimerkistä. Lapsen ja nuoren tunteiden ja tarpeiden peilaaminen on empatian konkreettista käyttöä, jota on helppo mallintaa erilaisissa koulun normaaleissa vuorovaikutustilanteissa. Empatiaa on myös havainnoida toisen ihmisen tilannetta, kokea tunnetiloja yhdessä hänen kanssaan sekä tarvittaessa antaa kannustavaa palautetta. Empaattinen opettaja saa omalla esimerkillään paljon aikaan!*

Lähde: [KouluKunnossa Läsnäolomalli - KouluKunnossa](#) s 53

Alla vielä linkkivinkit.

- [KouluKunnossa.pdf](#) (Empatia ja myötätunto alkaen s 52)
- [Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Myötätunto ja itsemyötätunto. Erityisesti pienemmille oppilaille.
- [Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Itsemyötätunto
- [empatian-supersankari-harjoituspaketti \(viitotturakkaus.fi\)](#)

#### **46: Kysymyksiä poissaolotilanteisiin opettajan avuksi**

Monen opettajan luokalla on jo oppilailla tullut eteen tilanne, jolloin oppilaan poissaolojen määrä tai muut huolen merkit tarkoittavat, että oppilaan kotiin on oltava yhteydessä. Olemme SKY-hankkeen Keski-Suomen pilotissa koostaneet opettajan avuksi listan kysymyksiä, joita voit käyttää apuna, kun soitat kotiin. Mikäli tapaavat huoltajia kasvotusten, voit käyttää tapaamisissa myös Lapset puheeksi -keskustelua.

### **Kysymyksiä poissaolotilanteisiin, kun opettaja ottaa ensimmäistä kertaa yhteyttä kotiin poissaolojen määrän tai huolestuttavien havaintojen perusteella**

Juttele teemoista myös lapsen/nuoren kanssa ja kerro, että olet yhteydessä kotiin.

Varmista, onko keskustelulle sopiva hetki.

Kerro, missä teemassa otat yhteyttä (esimerkiksi poissaolojen määrä tai huolestuttavat havainnot). *Tavoitteena on pitää huolta lapsen hyvinvoinnista ja varmistaa tuki.*

Valikoi sopivat kysymykset ja kysymysten järjestys oppilaan tilanteesta riippuen.

- Miten oppiminen sujuu? Onko tarvetta tuelle?
- Miten kouluun lähteminen onnistuu?
- Onko lapsella/nuorella kavereita?
- Miten tulee toimeen koulun aikuisten kanssa?
- Viihtyykö lapsi/nuori koulussa? Mitä lapsi/nuori kertoo koulusta?
- Miten arki sujuu? (nukkuminen, syöminen, itsestä huolehtiminen)
- Millainen on lapsen/nuoren terveydentila?
- Mistä lapsi/nuori nauttii vapaa-ajalla? Mitkä ovat hänen vahvuuksiaan?
- Millainen on lapsen/nuoren mieliala?
- Onko teillä perheessä joitakin asioita, joita meidän olisi koulussa hyvä tietää?
- Onko mielessä vielä jotain, mikä ei tullut tässä ilmi?

Mikäli huolta ei keskustelun jälkeen ole, tilannetta jäädään seuraamaan. Aina voi konsultoida oppilashuollon henkilöstöä (terveydenhoitajaa, kuraattoria tai psykologia). Jos aihetta on, kootaan yksilökohtainen monialainen asiantuntijaryhmä yhteistyössä huoltajan kanssa.

### **47: Tukimateriaalia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kriisinkestävyiden vahvistamiseen**

Tänään jaan teille linkin sivustoon, jonne on koottu tukimateriaalia Venäjän hyökkäyksestä Ukrainaan aiheutuneen kriisin sekä muiden kriisien käsittelyyn varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja harrastustoiminnassa lasten, nuorten ja työyhteisöjen näkökulmasta. Materiaali toimii apuna kriisin käsittelyssä ja auttaa kohtaamaan tulevat kriisitilanteet.

[Tukimateriaalia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kriisinkestävyiden vahvistamiseen – Itla](#)

### **48: Tunnista kiusaaminen - myös verkossa**

Millainen on tyypillinen kiusaamistilanne koulussa, oppilaitoksessa tai verkossa? Millainen kiusaaminen saattaa jäädä aikuisilta huomaamatta? Miten ammattilaisena tai huoltajana

tulee toimia, jotta kiusaamista ei jäisi piiloon? Miten kiusaamistilanteet tulee selvittää ja miten tulee toimia, jotta kiusaaminen ei jatku? Opetushallituksen tekemä video [Tunnista kiusaaminen - myös verkossa](#), käsittelee näitä teemoja. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille ja huoltajille. Kesto vajaa 6 minuuttia.

#### **49: Hyvinvoinnin vuosikellon joulukuun teemana kaveritaidot ja ristiriitojen ratkaisu**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Joulukuun teemana on *kaveritaidot ja ristiriitojen ratkaisu*.

Hyvät kaveri- ja vuorovaikutustaidot ovat hyvinvoinnin arvokkaimpia työkaluja. Yhteistyö- ja ryhmätyötaidot auttavat oppilasta menestymään paitsi koulussa, myös muissa ihmissuhteissa ja elämänvaiheissa. Ristiriidat kuuluvat elämään ja ihmisten välisiin suhteisiin. Sovittelun ja ristiriitojen ratkaisemisen oppiminen ovat tärkeitä taitoja, jotta lapsi tai nuori oppii suhtautumaan armollisesti itseensä ja toiseen myös hankalissa tilanteissa. Kouluyhteisön tulee olla kaikille oppilaille turvallinen. Kaveritaitoja harjoittelemalla voidaan edistää ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ennaltaehkäistä mielenterveyden ongelmia, jotka ovat usein myös yhteydessä runsaasti koulupoissaoloihin.

Miten tukea oppilaiden kaveritaitoja käytännössä?

Kaveritaidoilla tarkoitetaan taitoa neuvotella ja asettua toisen ihmisen asemaan sekä ratkaista ristiriitoja. Se on kykyä kohdata toinen ihminen arvostavasti ja toisten huomioon ottamista. Se on myös kaikkien mukaan ottamista ja kaverin puolustamista. Hyvällä ohjauksella ja aikuisen mallista saadaan aineksia kaveritaitojen oppimiseen.

Lähde: [KouluKunnossa.pdf](#)

Alla vielä linkkivinkit.

[KouluKunnossa.pdf](#) (Kaveritaidot ja ristiriitojen ratkaisu alkaen s 60)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Kaveritaidot. Erityisesti pienemmille oppilaille.

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Uuteen kaveriin tutustuminen. Erityisesti pienemmille oppilaille.

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Yksinäisyys. Erityisesti pienemmille oppilaille.

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Kaveritaidot, [Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Uuteen ihmiseen tutustuminen, [Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Yksinäisyys

[Tunne- ja vuorovaikutustaidot - Värinautit \(varinautit.fi\)](#): Kaveritaitopeli sekä [Tunne- ja vuorovaikutustaidot - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) paljon erilaisia tehtäviä sivun alaosassa

[Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Yläkoulu \(turvataitokasvatus.fi\)](#)



## [Paula Kaveritaidot - Paula Kaveritaidot](#)

Aamunavausvideot:

0.- 6. lk <https://youtu.be/0zLsAuwMCml>

7.-9. lk <https://youtu.be/50aLwCDp5KE>

### **50: Kiusaamiseen puuttumisen keinot**

Opetushallituksen videolla [Kiusaamiseen puuttumisen keinot](#) kerrotaan, mitä lapset ja nuoret ajattelevat kiusaamisesta, mitä jälkiä kiusaaminen voi jättää, millä keinoin kiusaamiseen voidaan puuttua, miten kiusaamistilanteita voidaan ehkäistä sekä miten ne tulisi päättää. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille, huoltajille ja nuorille peruskoulun 7. vuosiluokalta alkaen. Videolla esiintyvät asiantuntijat: professori Christina Salmivalli sekä Heikki Turkka (Aseman Lapset). Videolla kuullaan myös lapsia ja nuoria. Videon kesto alle 5 minuuttia.

### **51: Vuorovaikutustaidot ja väkivallan ehkäisy**

Opetushallituksen videolla [Vuorovaikutustaidot ja väkivallan ehkäisy](#) käsitellään mm. sitä, miten lapsen tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä voidaan tukea varhaislapsuudessa ja miten opetuksessa tulee toimia, kun oppilas käyttäytyy haastavasti ja väkivaltaisesti. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille varhaiskasvatuksesta peruskouluun sekä lasten huoltajille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: yliopistontutkija Vesa Närhi, yliopistonlehtori Merja Koivula ja tutkimuskoordinaattori Malin Kinnunen (Voimaperheet). Videon kesto reilu 5 minuuttia.

### **52: Opas stressin käsittelyyn - ja hyvää joulunaikaa!**

Toivottavasti sinun vuotesi ei ole ollut liian stressaava. Mikäli sinä tai oppilaasi tarvitsette apua stressin käsittelyyn, kannattaa katsoa tätä WHO:n ilmaista, kuvitettua opasta (yhteistyössä ACBS Suomi ja Jyväskylän yliopisto). Oppaassa opetetaan mielen taitoja stressin käsittelyyn.

[Hyvää elämää vaikeina aikoina - PDF Ilmainen lataus \(docplayer.fi\)](#)

### **53: Hyvinvoinnin vuosikellon tammikuun teemana media ja hyvinvointi**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Tammikuun teemana on *media ja hyvinvointi*.

Median käytöllä voidaan edesauttaa oppimista ja saada uusia elämyksiä lasten arkeen. Median avulla voidaan tehostaa oppimista koulupäivien aikana ja kotitehtävien tekemistä sekä tuoda hyvinvointiin liittyviä sisältöjä lähemmäksi lasten ja nuorten elämää. Median liian runsas käyttö tai vääränlaiset ohjelmasisällöt saattavat kuitenkin altistaa lapsen erilaisille ongelmille. Mediakasvatuksella pyritään lisäämään ohjelmasisältöjen ymmärtämiseen liittyviä taitoja, kriittistä medialukutaitoa sekä lisätä median käyttöön suojaavia tekijöitä. Yhdessä aikuisen kanssa käytävien keskustelujen ja mediasisältöjen jäsentämisen avulla voidaan saavuttaa myönteisiä vaikutuksia lapsen kehitykseen. On kuitenkin muistettava varata aikaa suoraan vuorovaikutukseen, leikkiin, ulkoiluun ja muuhun ikätasoiseen toimintaan. Tasapainoisessa arjessa näille kaikille löytyy sopivasti tilaa.

Miten tukea oppilaiden mediataitoja käytännössä?

Mediataitojen harjoittelu on tiiviissä yhteydessä kaveritaitojen harjoitteluun. Mediataitojen harjoittelussa on tärkeää pohtia median käyttämiseen liittyviä ajatuksia ja tunteita. Hieman isompien kanssa voidaan jo pohtia erilaisia sosiaalisen median käytön sääntöjä. Turvaohjeet nettiin kannattaa palauttaa säännöllisesti uudelleen mieleen. Tärkeää olisi kiinnittää huomiota siihen, mitä medialaitteilla tehdään ja nähdä myös niillä saavutettava hyöty oppimiselle ja hyvinvoinnille. Koulussa on tärkeä ohjata lapsia hyvinvointia tuottavan median käytön tapoihin.

Lähde: [KouluKunnossa.pdf](#)

Alla vielä linkkivinkit.

[KouluKunnossa.pdf](#) (Media ja hyvinvointi alkaen s 70)

[Uusi digiturvataitojuliste pienten lasten ohjaukseen - Väestöliitto.fi \(vaestoliitto.fi\)](#)

[Terveys ja hyvinvointi - Väriinutit \(varinutit.fi\)](#): Hyvinvointipeli ja muuta materiaalia

[Psyykinen hyvinvointi media-arjessa - Mediakasvatusseura ry](#): toiselle asteelle, mutta sopii osin myös yläkouluun

[Hyvinvointia digiarjessa -oppituntimalli - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#) vuosiluokille 5-9

Aamunavausvideot:

0.-3. lk <https://youtu.be/0X6qmUAUTGA>

4.-6. lk <https://youtu.be/mxmbhDAfCn4>

7.-9. lk <https://youtu.be/za-DQK6q89Q>

**54: Koulunkäynti ja oppimisen tuki Suomessa -oppaat eri kielillä**

VIP-verkoston sivuilla on luettavissa Koulunkäynti ja oppimisen tuki Suomessa -opas useilla eri kielillä (mm. ukrainan, venäjän ja ruotsin kielillä). Opas kertoo lapsen koulunkäynnistä Suomessa yleisimmillä Suomessa käytössä olevilla kielillä. Opas on kirjoitettu selkeällä kielellä. Lähteinä on käytetty Opetushallituksen antamia ohjeita ja määräyksiä.

[Koulunkäynti ja oppimisen tuki Suomessa -oppaat – Vaativan erityisen tuen verkosto \(vip-verkosto.fi\)](#)

## 55: Unikoulutus

Unella ja palautumisella on suuri merkitys nuoren (ja meidän aikuisten!) hyvinvoinnille. Nuorten nukkumiseen käyttämä aika on kuitenkin vähentynyt. Unikoulutus-verkkosivu on suunnattu koulujen ja oppilaitosten ammattilaisille sekä kaikille parempaa unta kaipaaville nuorille. Verkkosivusto

- antaa konkreettisia työkaluja opetus- ja opiskeluhuollon henkilöstölle nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi
- tarjoaa konkreettisia työkaluja nuorille oman hyvinvointinsa lisäämiseen
- antaa tietoa hyvinvoinnin rakentumisen eri osatekijöistä ja niiden vaikutuksesta oppimiseen sekä opinnoissa ja elämässä jaksamiseen.

Verkkosivun materiaalit on tuotettu yhteistyössä dosentti, unilääkäri Henri Tuomilehdon ja Liikkuva opiskelu -ohjelman kanssa.

[Unikoulutus | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

## SKY-tietoisku 56: Hyvinvoinnin vuosikellon helmikuun teemana Katse tulevaisuuteen

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Helmikuun teemana on *Katse tulevaisuuteen*.

Tavoitteilla ja niiden saavuttamisella on suuri merkitys oppilaiden onnellisuudelle ja hyvinvoinnille. Koulutyölle tyypillinen tavoitteiden asettaminen, niiden eteen ponnisteleminen ja lopulta saavuttaminen ovat jo itsessään hyvinvointia tukevia asioita. Tavoitteista, unelmista ja toiveista puhuminen ja niiden pohtiminen opettavat lapsia ja nuoria suuntaamaan ajatukset kohti tulevaisuutta. Se myös ohjaa ratkaisukeskeiseen ajattelutapaan ja toiveikkuuteen. Taito unelmoida tuottaa tunnetta siitä, että elämä on hyvää, arvokasta ja merkityksellistä.

Kun katsetta suunnataan kohti tulevaisuutta, pyritään lisäämään lasten ja nuorten taitoa unelmoida ja asettaa itselleen merkityksellisiä tavoitteita. Tarkoituksena on opettaa ratkaisukeskeistä ajattelua tavoitteiden ja unelmien saavuttamiseksi. On myös tärkeää lisätä taitoa työskennellä sinnikkäästi tavoitteiden ja unelmien eteen sekä huomata pienetkin edistymiset ja iloita niistä. Tulevaisuuteen suuntaamisessa on tärkeää huomata oma osallisuus unelman toteuttamiseen sekä toisaalta pohtia, miten voi auttaa toista hänen unelmansa toteuttamisessa.

Lähde: [KouluKunnossa.pdf](#)

Alla vielä linkkivinkit.

[Tulevaisuuskasvatus – Tämä elämä \(tamaelama.fi\)](#)

[KouluKunnossa.pdf](#) (Kohti unelmia alkaen s 78)

Aamunavausvideot:

0.-3. lk <https://youtu.be/rwvZx-v40T8>

4.-6. lk <https://youtu.be/frXiEXdHeug>

7.-9. lk [https://youtu.be/i8X537U\\_Zi4](https://youtu.be/i8X537U_Zi4)

## **57: Huomaa ja tunnista lapsen tai nuoren kokema seksuaalinen väkivalta**

Opetushallituksen videolla [Huomaa ja tunnista lapsen kokema seksuaalinen väkivalta](#) käsitellään mm. sitä, mitkä asiat lapsen käytöksessä saattavat viestiä lapsen kokemasta seksuaalisesta väkivallasta, millaisille väkivallan vaaroille lapset nykyään altistuvat ja miten voimme ammattilaisina ja huoltajina tunnistaa riskejä ja ehkäistä niitä. Video on suunnattu varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ammattilaisille ja lasten huoltajille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: toiminnanjohtaja Nina Vaaranen-Valkonen (Suojellaan lapsia ry) ja lastenpsykiatri, asiantuntijalääkäri Raisa Cacciatore. Videon pituus on noin 5 minuuttia.

Toisella videolla, [Nuorten kokema seksuaalinen häirintä ja väkivalta - tunnistaminen ja puuttuminen](#), käsitellään mm. sitä, mitä laissa säädetyt suojaikärajat 16 ja 18 vuotta käytännössä tarkoittavat ja miten nuoria voidaan kotona ja koulussa rohkaista puhumaan seksuaalisesta häirinnästä ja väkivallasta ammattilaisille ja aikuisille, ja milloin ammattilaisena on syytä ilmoittaa asiasta poliisille. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille peruskoulussa ja lukio- ja ammatillisessa koulutuksessa, huoltajille sekä opiskelijoille ja oppilaille peruskoulun vuosiluokilla 7–9. Videolla esiintyvät asiantuntijat: oikeuspsykologian dosentti Julia Korkman, rikosylikonstaapeli Maria Rossi ja kuraattori Salla Arhinmäki-Ojanen. Videon pituus 5:30 min.

## **58- 59 Paikallisen poissaolojen toimintamallin esittelyä**

### **60: Hyvinvoinnin vuosikellon maaliskuun teemana rentoutuminen ja rauhoittuminen**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Maaliskuun teemana on *rentoutuminen ja rauhoittuminen*.

Tietoisuustaitojen harjoittelu edistää hyvinvointia, keskittymiskykyä ja oppimista. Lisäksi tietoisuustaitoharjoitukset kehittävät lapsen ja nuoren stressinhallintataitoja, tarkkaavaisuutta, emotionaalista tasapainoa, onnellisuutta, myötätuntoa ja sosiaalisia taitoja. Oppilaan on lähes mahdotonta oppia silloin, jos hänellä ei ole taitoa rauhoittua ja keskittyä

käsillä olevaan hetkeen. Tietoisena ja rentoutuneena keskittymiskyky paranee ja oppiminen helpottuu. Tällöin myös haasteelliset, jännittävät ja ahdistavat tilanteet on helpompi kohdata.

Miten ohjaan oppilaita rentoutumaan ja rauhoittumaan käytännössä?

Läsnäoloon ja tasapainoon tarvitaan kolmea ulottuvuutta: kehoa, mieltä ja sydäntä. Läsnäolotaidoissa merkittävässä osassa ovat hiljentymisen sekä hengitys- ja tietoisuusharjoitusten lisäksi keho- ja kosketusharjoitukset. Kehon rentouttaminen kesken koulupäivän on tärkeää, samoin toisen ihmisen lempeä kosketus esimerkiksi hieronnan avulla. Harjoitukset kestävät usein vain muutaman minuutin. Jotta harjoituksista saa parhaimman hyödyn, on niitä tärkeää tehdä säännöllisesti.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä s 85

Alla vielä linkkivinkit.

[KouluKunnossa.pdf](#) (Rentoutuminen ja rauhoittuminen alkaen s 84)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#) (erityisesti pienemmille oppilaille)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): läsnäoloharjoitukset

[Jäähdyttely – Tämä elämä \(tamaelama.fi\)](#)

[Tunne- ja turvataitoja lapsille \\_WEB.pdf \(julkari.fi\)](#) s 251

[Hymykoulut \(vimeo.com\)](#)

[Tietoisuustaitoharjoitteita lapsille, nuorille ja aikuisille | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

[Oiva - Harjoitukset \(oivamieli.fi\)](#)

[Hyvän mielen treenivihko – ohjaajan opas](#) s 20 tietoisuustaidot

[KouluKunnossa Rentoutuminen ja rauhoittuminen perhoshengitys](#)

[KouluKunnossa rentoutuminen sormihengitys](#)

[KouluKunnossa rentoutuminen porrashengitys](#)

**61- 63: Paikallisen poissaolojen toimintamallin esittelyä**

**64: Hyvinvoinnin vuosikellon huhtikuun teemana arjen selviytymistaidot**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Huhtikuun teemana ovat *arjen selviytymistaidot*.

Lapsen ja nuoren hyvinvoinnin perusta rakennetaan lapsuuden tärkeissä kasvuympäristöissä ja turvallisissa ihmissuhteissa. Mielen terveys ja arjen selviytymistaidot ovat tärkeä osa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kouluikäisen lapsen mielen terveyttä voidaan tarkastella kykynä (1) käydä koulua ja oppia, (2) tehdä asioita itsenäisesti, (3) opetella sietämään pettymyksiä ja vastoinkäymisiä ikätasoisesti, (4) harrastaa ja viettää aikaa kavereiden kanssa, (5) toimia osana perhettä ja lähipiiriä sekä (6) iloita elämästä.

Opettajan on tärkeää tiedostaa, että mielen terveys on voimavara, jota voidaan kehittää erilaisia mielen terveydestaitoja vahvistamalla. Lapsi tai nuori voi hyvin kasvuympäristössä, jossa hänen on mahdollista turvallisesti harjoitella muun muassa tunne- ja vuorovaikutustaitoja, arjen selviytymistaitoja sekä huolista ja kriiseistä selviytymistä. Koulun tehtävänä on opettaa lapsille ja nuorille näitä hyvinvoinnin kannalta keskeisiä asioita.

Toisinaan kouluikäisen lapsen tai nuoren elämä kohtaa kriisejä, jolloin myös mielen terveys voi häiriintyä. Mielen terveyden ongelmat ilmenevät koulussa esimerkiksi keskittymisvaikeuksina, hahmottamisongelmina, motivaation puutteena tai käyttäytymisen ongelmina. Lisäksi ongelmat voivat vaikeuttaa lapsen tai nuoren koulun kiinnittymistä ja johtaa koulupoissaoloihin.

Miten edistän mielen terveydestaitoja ja arjen selviytymistaitoja käytännössä?

Mielen terveydestaitoja voidaan harjoitella koulun arjessa hyvin moninaisissa tilanteissa, kuten oppilaiden keskinäisiä ristiriitoja ratkaistaessa tai vaikean tunteen ottaessa vallan. Taitoja on tarpeen opetella monipuolisesti eri oppiaineissa, sillä perusopetuksen opetussuunnitelmassa mielen hyvinvointi näkyy niin suunnitelman yleisissä osissa kuin useissa oppiaineissa ja laaja-alaisen osaamisen alueissa. Tutkimusten mukaan koko ryhmälle suunnattu säännöllinen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetus vähentää oppilaiden kiusaamista sekä impulsiivista ja aggressiivista käytöstä.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä! s 23

Alla vielä linkkivinkit.

[KouluKunnossa.pdf](#) (Mielen terveys ja arjen selviytymistaidot alkaen s 22)

[Kaveritaitoja–ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#): Vastoin käymisten kohtaaminen

[Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali – Yläkoulu \(turvataitokasvatus.fi\)](#)

Hyvää mieltä yhdessä - käsikirja alakouluun, Hyvä arki ja mielen terveys s 17-32.

Hyvän mielen koulu -käsikirja, Yläkoulun kirja, Arjesta Hyvää oloa s 40-47 sekä Selviytymisen keinot s 76-87

[Palauttava uni - MIELI ry](#)

[Unijuttuja-sivun kysymykset ja tehtävät unikeskustelun sytykkeeksi \(ryhmarenki.fi\)](#)

[Terveys ja hyvinvointi - Väri nautit \(varinautit.fi\)](#)

[Alakoulu - Terve koululainen](#)

Kurssi: 1.-2. lk Hyvän mielen taitomerkki (mieli.fi)

Kurssi: 3.-4. lk Hyvän mielen taitomerkki (mieli.fi)

Kurssi: 5.-6. lk Hyvän mielen taitomerkki (mieli.fi)

Kurssi: Hyvän mielen taitomerkki yläkouluun (mieli.fi)

Kurssi: Hyvän mielen taitomerkki (EO) (mieli.fi)

Yläkoulu - Terve koululainen

Aamunavausvideot:

0.- 6. lk <https://youtu.be/w6XsfdTyslY>

sekä liikunnallinen aamunavaus 0.-3. lk <https://youtu.be/mQr9HIAomwl>

7.-9. lk <https://youtu.be/7aq3QX6ynw8>

sekä liikunnallinen aamunavaus 4.-9. lk <https://youtu.be/QjxRp4IAI34>

### **SKY-tietoisku 65: Miten voimme ehkäistä syrjintää ja vihapuhetta?**

Opetushallituksen videolla [Miten voimme ehkäistä syrjintää ja vihapuhetta](#) käsitellään mm. sitä, miten voimme edistää tasa-arvoa ja miten tasa-arvosuunnitelmat tulee konkreettisesti tehdä. Video on suunnattu kasvatukseen ja koulutuksen ammattilaisille varhaiskasvatuksesta lukio- ja ammatilliseen koulutukseen sekä huoltajille ja opiskelijoille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: Trans ry:n puheenjohtaja Valo Vesikauris, professori Kristiina Brunila, tasa-arvovaltuutettu Jukka Maarianvaara ja rehtori Elina Tirinen. Videon pituus reilu 5 minuuttia.

Toisella OPH:n videolla [Vähemmistöt ja moniperusteinen syrjintä - Tunnistaminen ja ehkäisy](#) käsitellään mm. sitä, miten vähemmistöryhmiin kuuluvien lasten ja nuorten syrjintä ilmenee tällä hetkellä ja mitkä ovat parhaat ja konkreettiset keinot edistää lasten ja nuorten yhdenvertaisuutta. Video on suunnattu kasvatukseen ja koulutuksen ammattilaisille varhaiskasvatuksesta lukio- ja ammatilliseen koulutukseen sekä huoltajille ja opiskelijoille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: yhdenvertaisuusvaltuutettu Kristina Stenman, johtava tutkija Shadia Rask (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos) ja rehtori Maarit Hosio. Videon pituus vajaa 6 minuuttia.

P.S. Jos aihe kiinnostaa enemmän, hyödynnä tätä verkkokoulutusta: [Verkkokoulutus antirasismista ammattilaisille - THL](#)

### **66: Yhteistyövideot**

Opetushallituksen videolla [Huoltajat ratkaisemassa - Toimintamallit kotien kanssa tehtävään yhteistyöhön](#) käsitellään mm. sitä, miten rakennetaan hyvä yhteistyö huoltajien kanssa ja mikä on huoltajien näkökulmasta erityisen tärkeää silloin, kun omaa lasta on koulussa kiusattu, häiritty, syrjitty tai hän on kohdannut väkivaltaa, tai ollut itse tekijä. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille varhaiskasvatuksesta lukio- ja ammatilliseen koulutukseen sekä huoltajille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: yhteistyön asiantuntija Ville Koikkalainen ja toiminnanjohtaja Micaela Romantschuk (Hem och skola). Videon kesto 6:30 minuuttia.

Toisella videolla, [Auta lasta viiveettä! -Yhteistyö viranomaisten kesken](#), käsitellään mm. sitä, missä tilanteissa tulee olla yhteydessä poliisiin tai sosiaalihuoltoon ja lastensuojeluun, koskien lasten ja nuorten kokemaa kiusaamista, häirintää, syrjintää tai väkivaltaa. Video on suunnattu kasvatuksen ja koulutuksen ammattilaisille varhaiskasvatuksesta lukio- ja ammatilliseen koulutukseen sekä huoltajille. Videolla esiintyvät asiantuntijat: lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen, vanhempi konstaapeli Niklas Kråknäs ja johtava sosiaalityöntekijä Hanna Holmberg. Kesto reilu 7 minuuttia.

[Opettaja ja opiskeluhuoltopalvelut yhdessä kiusaamistilanteita selvittämässä](#) -video taas kertoo siitä, miten opettajat ja opiskeluhuoltopalvelujen ammattilaiset voivat tehdä yhteistyötä oppilaiden tai opiskelijoiden kiusaamistilanteissa. Video on tarkoitettu opettajille ja opiskeluhuoltopalvelujen ammattilaisille. Kesto reilu 3 minuuttia.

## **67: Opetushallituksen sivusto kiusaamisen, häirinnän, syrjinnän ja väkivallan ehkäisemiseen sekä opetussuunnitelman perusteiden päivitykset**

Useissa SKY-tietoisuuksissa on nyt tullut Opetushallituksen videoita, joissa on käsitelty kiusaamisen, häirinnän, syrjinnän ja väkivallan ehkäisyn ilmiöitä. Videoiden tueksi on myös sivusto, jonne on koottu tietoa sekä tuotettu ohjeita ja työkaluja, joiden avulla näitä ilmiöitä voi tunnistaa ja niihin puuttua. Samoin löytyy apua siihen, miten kiusaamiseen, häirintään, syrjintään ja väkivaltaan liittyviä tekoja ja tilanteita ennaltaehkäistään ja miten turvallisuutta parannetaan. [Kiusaamisen, häirinnän, syrjinnän ja väkivallan ehkäiseminen | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

Huomiona myös, että [Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteita on päivitetty – tavoitteena ennaltaehkäistä ja vähentää koulupoissaoloja | Opetushallitus \(oph.fi\)](#). Päivitettyjä lukuja ei ole uudistettu kokonaisuudessaan, vaan muutokset ovat lisäyksiä lukuihin 4.2 toimintakulttuurin kehittämistä ohjaavat periaatteet, 5.1 yhteinen vastuu koulupäivästä ja 5.6 paikallisesti päätettävät asiat. Myös lukuun 8.1 paikallisesti päätettävät asiat ja opetuksen järjestäjän opiskeluhuoltosuunnitelma on tehty yksi täsmennys. Opetuksen järjestäjien tulee päivittää paikalliset opetussuunnitelmat muutosten mukaisesti siten, että ne ovat käytössä elokuun 2023 alussa.

## **68: Hyvinvoinnin vuosikellon toukokuun teemana arviointi**

Koulussamme toteutetaan [Hyvinvoinnin vuosikelloa](#). Viimeisenä, toukokuun teemana on *arviointi*.



Hyvinvointiopetuksen arvioinnin tärkein tavoite on vahvistaa oppilaan omaa tunnetta hänen kyvyistään hyödyntää hyvinvointitaitoja erilaisissa tilanteissa ja ihmissuhteissa. Kun oppilas tiedostaa oppimansa asiat, hän voi siirtää niitä arkeen hyödynnettäviksi. Arviointi toimii siis itsessään oppimiskokemuksena. Opettajan roolina on ohjata ja vahvistaa oppilaiden oivalluksia ja pohdintoja sekä kohdentaa ajattelua uusilla kysymyksillä.

Miten hyvinvointitaitojen arviointi toteutetaan käytännössä?

Hyvinvointitaitojen arviointia kannattaa toteuttaa itsearviointina. Itsearviointin avulla oppilas voi tunnistaa omat vahvuutensa ja toisaalta tärkeimmät kehittymiskohteensa. Tavoitteena on olla toistamatta aiempia virheitä tai huonoja tapoja toimia. Yhtenä keskeisenä tavoitteena on myös kasvattaa oppilaan itsetuntoa sekä kehittää oppimiskykyä ja motivaatiota.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä, s 97.

Alla vielä linkkivinkit.

[KouluKunnossa.pdf](#) (Arviointi alkaen s 96)

[Palaute ja itsearviointi – Tämä elämä \(tamaelama.fi\)](#)

[Välineitä formatiiviseen arviointiin.docx \(helsinki.fi\)](#): Vinkkejä, joiden avulla opettaja voi seurata ja varmistaa oppilaiden edistymistä ja oppimista. Osa sopii hyvin oman toiminnan arviointiin, osa oppimisen arviointiin. 49 vinkkiä!

[Alaluokkien arvioinnin ABC 2020 \(ouka.fi\)](#) Oulun kaupungin tekemän arvioinnin ABC vuosiluokille 1-6.

Hyvää mieltä yhdessä - käsikirja alakouluun, Arviointi s 167-178.

### **69: Tukea arkeen! Keinoja lasten ja nuorten emotionaalisten, sosiaalisten ja käyttäytymisen taitojen tukemiseksi**

Opettajat kohtaavat päivittäin lapsia ja nuoria, jotka aiheuttavat käytöksellään erilaisia häiriötilanteita ryhmässä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että on olemassa käyttäytymispsykologiseen teoriaan pohjautuvia tehokkaita keinoja, joita voidaan soveltaa lasten ja nuorten käyttäytymisen tukemiseen koko yhteisössä, ryhmissä ja myös yksilöllisempää tukea tarvitsevien oppilaiden tukena. Opetushallituksen oppaaseen [Tukea arkeen! Keinoja lasten ja nuorten emotionaalisten, sosiaalisten ja käyttäytymisen taitojen tukemiseksi \(oph.fi\)](#) on koottu viimeisimpään tutkimustietoon pohjautuvia, käytännössä tehokkaiksi koettuja keinoja ja toimintamalleja, joiden avulla voidaan vähentää lasten tai nuorten haastavaa käyttäytymistä ryhmässä. Oppaan käytännön keinot auttavat sinua järjestämään ryhmän tai luokan arjen tavoilla, jotka tekevät työstäsi helpompaa. Ne mahdollistavat sinulle enemmän aikaa toimintaan, opetukseen ja myönteiseen vuorovaikutukseen.

P.S. Tässä tiivistelmä oppaan asioista (s 9)

- Käyttäytymisen ohjaamisen perusta on ennakoinnissa ja toivotun käytöksen vahvistamisessa esimerkiksi palkitsemalla.

- Aikuisen toimintaa ja ympäristötekijöitä muuttamalla voidaan vähentää epäsovivaa käyttäytymistä.
- Käyttäytyminen on taito, joka opitaan. Epäsovivasta käyttäytymisestä voi myös oppia pois.
- Yhteisön yhteiset tavat ja johdonmukainen toiminta vahvistavat kaikkien oppijoiden positiivista käyttäytymistä.
- Suunnittele tai suunnitelkaa yhdessä, miten aiotte vahvistaa sovivaa yksilön, ryhmän tai yhteisön haluttua käyttäytymistä. Toteuta suunnitelmaa johdonmukaisesti ja pitkäjänteisesti.
- Kohtele lasta tai nuorta arvostavasti. Osoita olevasi hänestä kiinnostunut ja kohtaa hänet aidosti. Tervehdi, huomioi ja näe ihminen käyttäytymisen takana!
- Tee kaikkesi, jotta saisit luotua mahdollisimman hyvän positiivisen luottamussuhteen lapsiin tai nuoriin. Se on kaiken perusta.
- Palautteen antaminen on tehokas positiivisen käyttäytymisen lisäämisen keino. Palaute voi olla kiitos, kehu, hymy tai ele (esim. peukkumerkki). Valtaosan palautteesta, myös koteihin menevästä, tulisi olla positiivista.
- Käytä täsmällistä kehua halutun käyttäytymisen vahvistamisessa ja strategisesti käyttäytymisen ohjaamisessa. Kehu johdonmukaisesti ja välittömästi sitä käyttäytymistä, mitä haluat nähdä enemmän. Kehu myös yrittämisestä!
- Ennakoi asiat ja tekemiset. Valmistele, valmistaudu, valmenna, varoita, varaudu ja vältä vaarat. Ennakoi erityisesti siirtymätilanteet huolellisesti etukäteen ja valmista lapset ja nuoret niihin hyvin. Hyvin järjestetty toiminta tukee kaikkia.
- Anna selkeät toimintaohjeet ja kerro odotuksesi käyttäytymiselle selkeästi.
- Valmenna ja vahvista sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja kaikessa päivittäisessä vuorovaikutuksessa.
- Jätä huomiotta lievä, huomiohakuinen käyttäytyminen. Huomiotta jättäminen on yksi vaikeimmista tekniikoista. Onnistuakseen se vaatii huolellista suunnittelua ja valmistelua sekä sitoutumista sekä oppijoilta että opettajalta.
- Tunteiden säätelyn oppiminen ja siinä tukeminen on ensiarvoisen tärkeää iästä riippumatta oppijoille, joilla on näiden taitojen vaikeuksia. Heille tulee järjestelmällisesti opettaa näitä taitoja sekä luoda strategioita tilanteissa toimimiseksi. Rauhoittumisen tukemiseksi heille voidaan osoittaa paikka, jossa he voivat tehdä tämän rauhassa muilta.
- Anna seuraamuksia sääntöjen rikkomisesta. Ole johdonmukainen ja tasapuolinen seuraamuksia antaessasi. Seuraamukset opettavat ottamaan vastuuta teoista ja opettavat syy-seuraussuhteita. Seuraamusten tulee olla lyhyitä, aiheeseen tai tilanteeseen sopivia sekä ikätasoisia, eivätkä ne saa olla häpäiseviä tai aiheuttaa fyysistä tai mitään muutakaan haittaa.
- Rangaistuksista on harvoin hyötyä toivotulla tavalla, ne saattavat jopa lisätä uhmakkuutta.

## 70: Tietopaketti sateenkaarilapsista ja -nuorista ammattilaiselle

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos sekä Seta ry ovat laatineet [Tietopaketin sateenkaarilapsista ja -nuorista ammattilaiselle](#). Sivustolle on koottu tietopaketti, jonka avulla ammattilaiset voivat vahvistaa osaamistaan sateenkaarilasten ja -nuorten kohtaamisessa sekä heidän

hyvinvointinsa ja osallisuutensa tukemisessa. Sivuston materiaalit auttavat myös tunnistamaan yhteiskunnan normeja ja tarkastelemaan omia ennakko-oletuksia.

Sosiaali- ja terveydenhuollon, opetuksen ja varhaiskasvatuksen sekä nuorisotyön ammattilaiset ovat tärkeässä asemassa sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien lasten ja nuorten yhdenvertaisuuden edistämisessä. Tietopaketti kuuluu Kansallisen lapsistrategian toteutukseen. Tietopaketin tavoitteena on tukea lasten hyvinvointia, lisätä ammattilaisten osaamista ja ehkäistä syrjäytymistä.

Sivuston sisältö:

- [Miten kohdata sateenkaarilapsi ja -nuori sensitiivisesti](#)
- [Sote-ammattilainen sateenkaarilapsen ja -nuoren tukena](#)
- [Kasvatus- ja opetusalan ammattilainen turvallisen kasvuympäristön rakentajana](#)
- [Tilat ja käytännöt tulee muokata kaikille turvallisiksi](#)
- [Miten tuetaan sateenkaarilapsen ja -nuoren perhesuhteita](#)
- [Yhdenvertaisuus ja syrjintä sateenkaarilasten ja -nuorten elämässä](#)
- [Tietoa ja tukea tarjoavia järjestöjä](#)
- [Pieni sateenkaarisananasto](#)

## **71: Opettajan ammatillinen vuorovaikutusosaaminen - tukiaineisto**

Opettajan ja oppilaan välisellä suhteella on merkitystä oppilaan kouluun kiinnittymiselle. Opettajan ja oppilaan välistä opetukseen liittyvää vuorovaikutusta, sen rakentumista, laatua sekä merkitystä oppimiselle voi tarkastella monista eri näkökulmista. Alla olevan linkin kautta voit tutustua KEHU-hankkeessa (Opettajan kokonaisvaltaisten vuorovaikutustaitojen kehittämishanke, Helsingin yliopisto) kehitettyihin tukimateriaaleihin, joiden avulla opettaja voi kehittää positiivista opettaja -oppilasvuorovaikutussuhdetta. Sivustolla on lyhyitä tutkimukseen perustuvia artikkeleita. Niihin liittyvien pohdinta- ja toimintatehtävien avulla opettaja voi kehittää omaa ammatillista vuorovaikutusosaamistaan.

[Tukiaineisto — Kehu \(kehuprogram.fi\)](#)

P.S.

Sivuston sisältö tällä hetkellä:

[Opettaja-oppilas-vuorovaikutussuhde](#)

[Pedagogisen opettaja-oppilas suhteen rakentuminen](#)

[Opettajan nonverbaali vuorovaikutus](#)

[Opettajan ammatillisuuden rakentumisesta](#)

[Oppilaiden vertaissuhteet osana opetustapahtumaa](#)

[Opettajan antama palaute](#)

[Teatterilähtöinen kokemuksellinen oppiminen](#)

[Vuorovaikutussanasto](#)

[Sosiaalinen integraatio opetuksessa](#)

[Haastavan oppilaan kohtaaminen luokassa](#)

P.P.S. Voit katsoa myös mitä tämä [gradu](#) kertoo aiheesta.

## **72: Linkkivinkit**

Tähän viimeiseen tietoiskuun on kerätty erilaisia ja sekalaisia linkkejä hyödynnettäväksi.

[Aineryhmäkohtainen ryhmäyttämismateriaali \(peda.net\)](#)

[Mikä fiilis? -sivulla on ideoita ryhmien ja koulutusten fiiliskierroksiin. \(ryhmarenki.fi\)](#)

[Ryhmäyttämisen aineistot - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)

[NT-Tukioppilaiden-opas-ryhmätoiminta.pdf \(mll.fi\)](#)

[Tietoiskut ja tallenteet – Vaativan erityisen tuen verkosto \(vip-verkosto.fi\)](#)

[Osaamispuu – Yhteinen osaaminen kehittyi Osaamispuussa](#)

[Koulunkäyntikyvyn arviointiseula \(toimintakykyarvio.fi\)](#)

[Yhteispeli](#)

[Armas Materiaalipakki \(wordpress.com\)](#)

[Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi](#)

[Koulukäymättömyys Suomessa](#)

[Nuorten saama tuki koulussa vähentää koulutuspuudokkuutta ja estää syrjäytymistä \(julkari.fi\)](#)

[Toimintamallit poissaolojen ehkäisemiseen, puuttumiseen ja seurantaan perusopetuksessa – Sitouttavan kouluyhteistyön alkukartoituksen tuloksia - Karvi.fi](#)

[Tuomo Virtanen: Näkökulmia kouluun kiinnittymiseen](#)

["Aika paljolla vaikuttaa minkälainen ilme opettajalla on naamalla." : nuoret vangit kertovat peruskouluajoistaan](#)

[Nepsy-hanke TARMO \(peda.net\)](#)

[Möykkyolon kesytys | Ellipsi](#)

[OMIS-oppaat • Niilo Mäki Instituutti \(nmi.fi\)](#)

[Infograafit - Kuntoutussäätiö \(kuntoutussaatio.fi\)](#)

[Luo luottamusta - Suojele lasta \(julkari.fi\)](#)

[Mielenterveyden edistäminen kouluissa](#)

[Uusi digiturvataitojulistie pienten lasten ohjaukseen - Väestöliitto.fi \(vaestoliitto.fi\)](#)

[Materiaalit nuorten kanssa työskentelyyn | Nuorten Akatemia](#)

## HUOLTAJILLE

**Saarijärven Yhtenäiskoulun huoltajille laitettut lyhyet tietoiskut koulupoissaoloihin ja kouluun kiinnittymiseen liittyen. Tietoiskuja on laitettu noin kerran kuukaudessa.**

### **SKY-tietoisku huoltajille 1: Koulunkäynnin pulmat näkyvät usein kotona**

Koulunkäynnin pulmat näkyvät aluksi usein vain kotona, kun kouluun lähteminen muodostuu päivä päiväältä hankalammaksi. Vähitellen myöhästelyt lisääntyvät ja muuttuvat yksittäisiksi poissaolotunneiksi. Lapsi saattaa olla pois tietyiltä tunneilta, tiettyyn aikaan päivästä tai viikosta. Poissaolojen lisääntyessä mahdollisuus siihen, että lapsi tai nuori jää kokonaan pois koulusta, kasvaa. Mitä pitemmäksi yhtenäinen poissaolojakso venyy, sitä hankalammaksi paluu takaisin kouluun muodostuu. Siksi **poissaoloihin tulisi puuttua mahdollisimman varhain**. (Lähde: Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi)

Koululla seuraamme oppilaiden poissaoloja säännöllisesti. Koululta ollaan yhteydessä, mikäli oppilaalla on luvattomia poissaoloja, tai mikäli poissaoloja on paljon, vaikka poissaolojen syy olisikin selvitetty. Tarkoituksena on varmistaa, että oppilas saa tarvittavan tuen.

Olkaa yhteydessä kouluun (opettajaan, rehtoriin tai oppilashuoltoon), mikäli lapsellanne on kouluun liittyviä haasteita.

### **SKY-tietoisku huoltajille 2: Koulunkäynnin ongelmia ennakoivat hälytysmerkit**

Koulun toimijoiden sekä huoltajien kannattaa kiinnittää huomiota tyypillisimpiin koulunkäynnin ongelmia ennakoiviin **hälytysmerkkeihin**. Tällaisia ovat mm.:

- Useita luvattomia poissaoloja tai myöhästelyä
- Vaikeus palata kouluun loman tai sairauden jälkeen
- Poissaoloja erityisesti sellaisina päivinä, jolloin on koe, esitelmä tai tietyn aineen oppitunti
- Lisääntyneet käynnit kouluterveydenhoitajan luona
- Lisääntyneet psykosomaattiset oireet mm. päänsärky, vatsakipu
- Jatkuva yhteydenpito kotiin koulupäivän aikana

Alttiutta poissaoloihin lisäävät myös trauma tai läheisen kuolema, koulun vaihdokset sekä nivelvaiheet kuten siirtymä alakoulusta yläkouluun. Myös koulukiusaaminen lisää poissaolojen riskiä. Joskus alunperin fyysiseen oireeseen liittynyt poissaolo (esim. migreeni tai astma) voi muuttua koulunkäynnin ongelmaksi, vaikka fyysinen oire olisikin hoidossa. Oli poissaoloja laukaiseva tekijä mikä tahansa, aiheuttaa poissaolo aina oppilaalle myös psyykkisiä lisäpaineita. (Lähde: Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi)

Mikäli jokin asia koulunkäynnissä mietityttää tai teillä on huolta lapsenne koulunkäynnistä, kannattaa aina olla yhteydessä kouluun.

### **SKY-tietoisku huoltajille 3: Miksi kouluun on vaikea mennä**

Kun oppilaan poissaolot huolestuttavat, on aluksi tärkeää kartoittaa, miksi lapsi tai nuori ei halua tai voi käydä koulussa säännöllisesti. Kartoitus voi sisältää havainnointia, keskusteluja sekä poissaolotietojen keräämistä esim. Wilmasta. Lisäksi kartoituksessa voidaan hyödyntää tarkoitukseen laadittua kyselyä.

On tärkeää, että syitä selvitetään monipuolisesti, sillä toisinaan ensiksi oletettu syy ei olekaan tärkein poissaoloja lisäävä tai ylläpitävä tekijä. Poissaolojen taustatekijöinä voi vaikuttaa mm.:

- Tarve välttää kouluun liittyviä kielteisiä tunnetiloja tai tilanteita tai oppilaan yleisesti ahdistunut/ masentunut olo
- Tarve välttää epämiellyttäviä sosiaalisia- ja/tai arviointitilanteita,
- Tarve hakea huomiota läheisiltä
- Tarve hakea palkitsevia tilanteita koulun ulkopuolelta.

Poissaolojen syiden kartoittamiseen voivat osallistua opettajien ja vanhempien lisäksi mm. terveydenhoitaja tai koulukuraattori. Kartoituksen tavoitteena on lisätä oppilaan, perheen ja ammattilaisten ymmärrystä poissaolojen syistä sekä auttaa kohdentamaan tukitoimet oikein. *On tärkeää reagoida kaikkiin poissaoloihin ja pohtia niiden vaikutusta koulusuoriutumiseen.* Usein poissaoloja lisäävät syyt kietoutuvat toisiinsa ja oppilas tarvitsee tuekseen monialaista yhteistyötä pystyäkseen jatkamaan koulunkäyntiään. Syiden selvittyä tehdään yhteinen suunnitelma, jonka avulla pyritään tukemaan koulunkäyntiä. (Lähde: Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi.)

### **SKY-tietoisku huoltajille 4: Miten huoltaja voi tukea koulunkäyntiä?**

Kouluun kiinnittymiseen ja poissaolojen ennaltaehkäisyyn liittyen huoltajat usein miettivät, miten he voivat tukea lapsen/nuoren koulunkäyntiä.

- Pyri säilyttämään keskusteluyhteys lapsesi kanssa kaikissa tilanteissa. Tavallinen arki tukee koulunkäyntiä.
- Tue toiminnallasi säännöllistä ateriarytmiä ja terveellisiä ruokavalintoja.
- Auta lastasi saamaan riittävästi unta öisin sekä säilyttämään normaali vuorokausirytmisi. Tämä saattaa tarkoittaa puhelimen käytön sekä pelaamisen rajoittamista.
- Liikkuminen ja harrastukset auttavat sekä jaksamisessa että kaverisuhteissa. On tärkeää, että lapsi liikkuu erilaisissa ympäristöissä eikä jumiudu vain kotiin.

(Lähde: Koulua käymättömät oppilaat. Pieni opas koulunkäynnin tueksi)

MLL jakaa nettisivuillaan hyviä vinkkejä kouluikäisten huoltajille, voit käydä tutustumassa esimerkiksi seuraaviin

[Koulu alkaa](#)

[Vanhempi nuoren koulunkäynnin tukena](#)

[Hyvä alku yläkouluun.](#)

### **SKY-tietoisku huoltajille 5: Paikallisen poissaolojen toimintamallin esittely.**

### **SKY-tietoisku huoltajille 6: Hyvinvoinnin vuosikellon elokuun teemana yhteisöllisyys**

Toteutamme koulullamme Hyvinvoinnin vuosikelloa. Hyvinvoinnin vuosikello on työkalu, joka ohjaa peruskoulujen monialaista yhteisöllistä hyvinvointityötä vuositasolla. Vuosikelloon sisältyvillä hyvän mielen tunneilla koko koulu harjoittelee kuukausittain vaihtuvien teemojen mukaisesti mielen hyvinvointiin, sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja elämänhallintaan liittyviä taitoja.

Elokuun teemana on *yhteisöllisyys*. Koulu- ja luokkayhteisö tarjoavat oppilaille hyvät puitteet osallisuuden ja vaikuttamisen harjoitteluun. Koulun yhtenä keskeisenä tehtävänä on luoda edellytykset yhteisöllisyyden kehittymiselle, ja oppilaalle on tärkeää saada koulussa kokemus yhteisöön ja ryhmään kuulumisesta. Luokalla tai ryhmällä on sosiaalinen rakenne, ja se koostuu yksilöistä, joita usein yhdistää yhteinen tehtävä tai päämäärä. Yhdessä tekeminen ja osallisuuden kokemukset vahvistavat yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä kannustavat yksilöä toimimaan yhteisten tavoitteiden suuntaisesti. Yhteisön tai ryhmän kaikkien jäsenten oppimista ja hyvinvointia edistäviä tekijöitä ovat vuorovaikutus, yhteistyö ja monipuolinen työskentely yhdessä. Oppiva yhteisö toimii joustavasti erilaisissa tilanteissa. Toimivassa yhteisössä kiusaamista, väkivaltaa, rasismia tai muuta syrjintää ei hyväksytä, ja epäasialliseen käytökseen puututaan.

Yhteisöllisyyden vahvistaminen on tärkeää ulottaa myös kotiin. Yksi tapa lisätä yhteisöllisyyttä kotona on yhteinen tekeminen, esimerkiksi [PerheBingo](#) avulla. PerheBingo-pohjassa on koko perheelle suunnattuja valmiita tehtäviä sekä tyhjiä ruutuja, joihin voitte keksiä lisää perheenjäsenille mieluisia tehtäviä. (Lähde: [www.koulukunnossa.fi](http://www.koulukunnossa.fi))

### **SKY-tietoisku huoltajille 7: Hyvinvoinnin vuosikellon syyskuun teemana itsetuntemus**

Syyskuu on Hyvinvoinnin vuosikellossa *itsetuntemuksen* kuukausi. Syyskuussa tehdään luokissa siis itsetuntemukseen liittyviä harjoituksia ainakin yhdellä tunnilla.

Omien voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen parantaa lapsen ja nuoren itsetuntoa, lisää uskoa omaan mahdollisuuksiin ja lujittaa myönteistä kuvaa itsestä. Koulussa opettajan ja muiden aikuisten tehtävänä on auttaa oppilasta löytämään omat luonteenvahvuutensa ja voimavaransa sekä sanallistaa niitä. Kun aikuinen kiinnittää haasteiden sijaan huomion hyvään, on oppilaan helpompi lähestyä haastaviltakin tuntuja tilanteita.

Lapsen ja nuoren vahvuudet kehittyvät parhaiten sosiaalisessa vuorovaikutuksessa erilaisissa arjen toimintaympäristöissä. Toimiminen yhdessä koulukavereiden ja muiden merkityksellisten ihmisten kanssa vahvistaa itsetuntemusta sekä vahvuustaitojen oppimista. Hyvään keskittyminen on kuin lääke pahoinvointia vastaan. Aikuisten on tärkeä huomioida lapsen/nuoren vahvuudet ja auttaa häntä vahvistamaan niiden kehittymistä.

Jos haluatte, voitte kotona pohtia itsemyötätunnon teemaa. Mitä se tarkoittaa teidän kohdallanne?



*Miten juuri minä vaalin ystävällisyyttä ihmissuhteissani ja kohtaamisissa?*

*Miten voisin juuri tänään ja tässä elämäntilanteessa olla itselleni rakastavan ystävällinen?*

*Mitä tekisin tai sanoisin itselleni, jos kohtelisin itseäni kuin parasta ystävää?*

*Millaisissa tilanteissa on vaikeaa olla itselleen empaattinen?*

*Mikä siihen auttaa?*

*Miten perheessänne voitte auttaa toinen toistanne olemaan empaattisia itselle?*

*Lähde: KouluKunnossa Yhdessä. Mukailen Jääskinen, A-M. & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Lasten keskus ja kirjapaja Oy.*

### **SKY-tietoisku huoltajille 8: Hyvinvoinnin vuosikellon lokakuun teemana tunnetaidot**

Hyvinvoinnin vuosikellon teemana lokakuussa on *tunnetaidot* eli koululuokissa harjoitellaan tunnetaitoja ainakin yhdellä tunnilla tässä kuussa. Tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää sekä kotona että koulussa. Voit lukea aiheesta Helsingin Sanomien mielipidekirjoituksen:

[Vanhempien tunnetaidot vahvistuvat arjen hetkissä - MieliPide | HS.fi](#).

Tunnetaidoilla on positiivinen yhteys oppimiseen, terveyteen ja sosiaalisiin suhteisiin. Hyvät tunnetaidot lisäävät myös itsetuntemusta ja elämäntilanteen hallintaa. Voimakkaat kielteiset tunteet puolestaan rasittavat elimistöä ja mieltä. Tunnistamattomat, purkamattomat tai torjutut kielteiset tunteet saattavat jopa vaarantaa terveyden. Tunnetaitojen opettelu voidaan nähdä ennaltaehkäisevänä mielenterveyttä edistävänä työnä (Avola, P. & Pentikäinen, V. (2019). *Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja*. BEEhappy publishing).

### **Opitaan onnistumisesta**

Voitte miettiä yhdessä perheen kesken tilanteen, jossa olette onnistuneet selvittämään tunnetilanteen onnistuneesti. Pienikin onnistuminen riittää! Jokainen voi miettiä asiaa omalta kohdaltaan.

Oma olo ennen tilannetta? Entä sen jälkeen?

Miksi tilanne onnistui hyvin?

Mitä itse teit onnistumisen eteen?

Oliko tilanteessa jotakin erilaista kuin jossakin toisessa tilanteessa?

Millaisia onnistumisen edellytyksiä voisit tästä tilanteesta siirtää toisiin tunnetilanteisiin?

Oliko omassa äänensävyssä, sanoissa tai omassa ajattelussa jotakin sellaista, mikä olisi siirrettävissä?

Miten voisit edesauttaa itseäsi onnistumaan myös jatkossa? Pienikin asia riittää.

*Lähde: KouluKunnossa Yhdessä. Mukailen Jääskinen, A-M. & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Lasten keskus ja kirjapaja Oy.*

## **SKY-tietoisku huoltajille 9: Kodin ja koulun yhteistyö**

Kouluun kiinnittymistä lisätään paitsi oppilaiden, myös huoltajien kautta. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määritellään kodin ja koulun välistä yhteistyötä. Luvussa 5 kerrotaan esimerkiksi seuraavaa.

*Perusopetuslain mukaan opetuksessa tulee olla yhteistyössä kotien kanssa. Yhteistyöllä tuetaan kasvatuksen ja opetuksen järjestämistä siten, että jokainen oppilas saa oman kehitystasonsa ja tarpeidensa mukaista opetusta, ohjausta ja tukea. Yhteistyö edistää oppilaiden tervettä kasvua ja kehitystä. Huoltajien osallisuus sekä mahdollisuus olla mukana koulutyössä ja sen kehittämässä on keskeinen osa koulun toimintakulttuuria. Kodin ja koulun kasvatusyhteistyö lisää oppilaan, luokan ja koko kouluyhteisön hyvinvointia ja turvallisuutta. (...) Vanhempien verkostoituminen ja yhteinen toiminta vahvistavat yhteisöllisyyttä ja antavat tukea opettajien ja koulun työlle.*

Mikäli sinua kiinnostaa verkostoituminen toisten huoltajien kanssa, kannattaa osallistua vanhempaintoimikunnan toimintaan.

## **SKY-tietoisku huoltajille 10: Hyvinvoinnin vuosikellon marraskuun teemana empatia**

Hyvinvoinnin vuosikellon teemana marraskuussa on *empatia* eli koululuokissa harjoitellaan empatiataitoja.

Empatia ja myötätunto ovat ihmiseksi kasvamisen ja yksilöllisyyden kunnioittamisen kannalta ensiarvoisen tärkeitä taitoja. Empatian välityksellä ihminen kykenee hahmottamaan, miltä toisesta ihmisestä tuntuu sekä eläytymään hänen positiivisiin ja negatiivisiin tunteisiinsa. Empaattinen ihminen tuntee ja ymmärtää, mitä toinen ihminen kokee, lähtemättä kuitenkaan mukaan toisen tunteeseen. Myötätunto puolestaan ilmenee tunteena ja haluna auttaa toista ihmistä. Myötätunto on siis toimintaa, joka motivoituu empatian pohjalta.

Ihmissuhteiden ja vuorovaikutuksen kannalta myötätunto on yksi tärkeimmistä taidoista, joita lapsille ja nuorille voidaan opettaa. Myötätunto on toimintaa ja ystävällisiä tekoja toisten ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Se on tärkeä taito ihmiseksi kasvamisessa sekä yhteisen hyvän vaalimisessa. Myös myötätuntoa itseä kohtaan on tärkeää harjoitella, koska sillä on tärkeä yhteys psyykkiseen joustavuuteen sekä lapsen ja nuoren taitoihin selvitä elämän haastavista tilanteista.

Lähde: *KouluKunnossa Yhdessä*

Kotiväkikin voi harjoitella empatian ja myötätunnon osoittamista esimerkiksi jollakin näistä tavoista.

*Kysy toiselta kuinka hänen päivänsä on sujunut.*

*Tutustu ihmiseen, jonka kanssa et ole aikaisemmin puhunut.*

*Kysy toiselta ihmiseltä neuvoa ongelmaan, joka sinulla on.*

*Kuuntele kun joku puhuu, älä keskeytä.*

*Keskustele sellaisen ihmisen kanssa, joka on jostakin asiasta kanssasi eri mieltä.*

*Jos näet jonkun, joka on surullinen, kysy voitko auttaa.*

*Tutustu uusiin ihmisiin ystäväpiirisi ulkopuolelta.*

*Kun kuulet puhuttavan ongelmasta tai huolesta, joka toisella ihmisellä on, kuvittele miltä sinusta tuntuisi olla samassa tilanteessa kuin hän. Mitä tekisit?*

*Pohdi, mikä on ollut sellainen tilanne, jossa et ole voinut olla empaattinen? Miksi?*

Lähde: [empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf \(viitotturakkaus.fi\)](#) (muokattu)

### **SKY-tietoisku huoltajille 11: Hyvinvoinnin vuosikellon joulukuun teemana kaveritaidot ja ristiriitojen ratkaisu**

Koulussamme on käytössä Hyvinvoinnin vuosikello. Vuosikelloon sisältyvillä hyvän mielen tunneilla koko koulu harjoittelee kuukausittain vaihtuvien teemojen mukaisia taitoja. Joulukuun teemana on *kaveritaidot ja ristiriitojen ratkaisu*.

Hyvät kaveri- ja vuorovaikutustaidot ovat hyvinvoinnin arvokkaimpia työkaluja. Yhteistyö- ja ryhmätyötaidot auttavat oppilasta menestymään paitsi koulussa, myös muissa ihmissuhteissa ja elämänvaiheissa. Ristiriidat kuuluvat elämään ja ihmisten välisiin suhteisiin. Sovittelun ja ristiriitojen ratkaisemisen oppiminen ovat tärkeitä taitoja, jotta lapsi tai nuori oppii suhtautumaan armollisesti itseensä ja toiseen myös hankalissa tilanteissa. Kouluyhteisön tulee olla kaikille oppilaille turvallinen. Kaveritaitoja harjoittelemalla voidaan edistää ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ennaltaehkäistä mielenterveyden ongelmia, jotka ovat usein myös yhteydessä runsaisiin koulupoissaoloihin. Lähde: KouluKunnossa Yhdessä

Myös perheessä tarvitaan vuorovaikutusta ja taitoa ratkaista ristiriitoja. Voitte kotona halutessanne tutustua MLL:n kattavaan listaan tavoista ratkaista sisarusten ristiriitoja sekä ottaa käyttöön neuvottelupolun ristiriitojen ratkaisemiseksi.

[Näin ehkäiset sisarusten ristiriitoja - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)

[Meidän perheen neuvottelupolku ristiriitojen ratkaisemiseksi](#)

### **SKY-tietoisku huoltajille 12: Hyvinvoinnin vuosikellon tammikuun teemana media ja hyvinvointi**

Koulussamme on käytössä Hyvinvoinnin vuosikello. Näillä hyvän mielen tunneilla koko koulu harjoittelee kuukausittain vaihtuvien teemojen mukaisia taitoja. Tammikuun teemana on *media ja hyvinvointi*.

Median käytöllä voidaan edesauttaa oppimista ja saada uusia elämyksiä lasten arkeen. Median avulla voidaan tehostaa oppimista koulupäivien aikana ja kotitehtävien tekemistä

sekä tuoda hyvinvointiin liittyviä sisältöjä lähemmäksi lasten ja nuorten elämää. Median liian runsas käyttö tai vääränlaiset ohjelmasisällöt saattavat kuitenkin altistaa lapsen erilaisille ongelmille. Mediakasvatuksella pyritään lisäämään ohjelmasisältöjen ymmärtämiseen liittyviä taitoja, kriittistä medialukutaitoa sekä lisätä median käyttöön suojaavia tekijöitä. Yhdessä aikuisen kanssa käytävien keskustelujen ja mediasisältöjen jäsentämisen avulla voidaan saavuttaa myönteisiä vaikutuksia lapsen kehitykseen. On kuitenkin muistettava varata aikaa suoraan vuorovaikutukseen, leikkiin, ulkoiluun ja muuhun ikätasoiseen toimintaan. Tasapainoisessa arjessa näille kaikille löytyy sopivasti tilaa.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä

Voitte halutessanne kotona haastaa toisenne tarkkailemaan median käyttöä ja tekemään valintoja digihyvinvoinnin puolesta Mediakasvatusseuran [Digihyvinvointibingolla](#)

tai tutustua MLL:n materiaaleihin: [Lapsi ja media: 7 vinkkiä digiajan kasvattajalle](#) sekä [Nuori ja media: 7 vinkkiä digiajan kasvattajalle](#).

### **SKY-tietoisku huoltajille 13: Hyvinvoinnin vuosikellon helmikuun teemana katse tulevaisuuteen**

Koulussamme on käytössä Hyvinvoinnin vuosikello. Helmikuun teemana on *katse tulevaisuuteen*.

Tavoitteilla ja niiden saavuttamisella on suuri merkitys oppilaiden onnellisuudelle ja hyvinvoinnille. Koulutyölle tyypillinen tavoitteiden asettaminen, niiden eteen ponnisteleminen ja lopulta saavuttaminen ovat jo itsessään hyvinvointia tukevia asioita. Tavoitteista, unelmista ja toiveista puhuminen ja niiden pohtiminen opettavat lapsia ja nuoria suuntaamaan ajatukset kohti tulevaisuutta. Se myös ohjaa ratkaisukeskeiseen ajattelutapaan ja toiveikkuuteen. Taito unelmoida tuottaa tunnetta siitä, että elämä on hyvää, arvokasta ja merkityksellistä.

Voitte halutessanne käydä kotona unelmakeskustelun. Kertokaa toisillenne, mistä unelmoitte ja mitkä unelmat ovat jo toteutuneet. Keskustelkaa yhdessä tulevaisuudesta.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä!

### **SKY-tietoisku huoltajille 14: Hyvinvoinnin vuosikellon maaliskuun teemana rentoutuminen ja rauhoittuminen**

Koulussamme on käytössä Hyvinvoinnin vuosikello. Maaliskuun teemana on *rentoutuminen ja rauhoittuminen*.

Tietoisuustaitojen harjoittelu edistää hyvinvointia, keskittymiskykyä ja oppimista. Lisäksi tietoisuustaitoharjoitukset kehittävät lapsen ja nuoren stressinhallintataitoja, tarkkaavaisuutta, emotionaalista tasapainoa, onnellisuutta, myötätuntoa ja sosiaalisia taitoja. Oppilaan on lähes mahdotonta oppia silloin, jos hänellä ei ole taitoa rauhoittua ja keskittyä

käsillä olevaan hetkeen. Tietoisena ja rentoutuneena keskittymiskyky paranee ja oppiminen helpottuu. Tällöin myös haasteelliset, jännittävät ja ahdistavat tilanteet on helpompi kohdata.

Voitte halutessanne harjoitella rentoutumista ja rauhoittumista kotona musiikin avulla. Musiikki poistaa stressiä, lisää hyvinvointia ja edesauttaa oppimista. Voitte kuunnella kotona omia lempibiisejanne. Mikä musiikki soveltuu parhaiten rentoutushetkeen? Mikä auttaa keskittymään? Mikä tuo voimaa hankalalla hetkellä?

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä!

### **SKY-tietoisku huoltajille 15: Hyvinvoinnin vuosikellon huhtikuun teemana arjen selviytymistaidot**

Koulussamme on käytössä Hyvinvoinnin vuosikello. Huhtikuun teeman on *arjen selviytymistaidot*.

Lapsen ja nuoren hyvinvoinnin perusta rakennetaan lapsuuden tärkeissä kasvuympäristöissä ja turvallisissa ihmissuhteissa. Mielensterveys ja arjen selviytymistaidot ovat tärkeä osa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kouluikäisen lapsen mielensterveyttä voidaan tarkastella kykyä (1) käydä koulua ja oppia, (2) tehdä asioita itsenäisesti, (3) opetella sietämään pettymyksiä ja vastoinkäymisiä ikätasoisesti, (4) harrastaa ja viettää aikaa kavereiden kanssa, (5) toimia osana perhettä ja lähipiiriä sekä (6) iloita elämästä.

On tärkeää tiedostaa, että mielensterveys on voimavara, jota voidaan kehittää erilaisia mielensterveystaitoja vahvistamalla. Lapsi tai nuori voi hyvin kasvuympäristössä, jossa hänen on mahdollista turvallisesti harjoitella muun muassa tunne- ja vuorovaikutustaitoja, arjen selviytymistaitoja sekä huolista ja kriiseistä selviytymistä. Koulun tehtävänä on opettaa lapsille ja nuorille näitä hyvinvoinnin kannalta keskeisiä asioita. Tutkimusten mukaan koko ryhmälle suunnattu säännöllinen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetus vähentää oppilaiden kiusaamista sekä impulsiivista ja aggressiivista käytöstä.

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä!

Myös lukutaito on arjen selviytymistaito. Viettäköö siis tässä kuussa kotona yhteinen lukuhetki!

### **SKY-tietoisku huoltajille 16: Hyvinvoinnin vuosikellon toukokuun teemana arviointi**

Koulussamme toteutetaan Hyvinvoinnin vuosikelloa. Toukokuun teemana on arviointi.

Hyvinvointiopetuksen arvioinnin tärkein tavoite on vahvistaa oppilaan omaa tunnetta hänen kyvyistään hyödyntää hyvinvointitaitoja erilaisissa tilanteissa ja ihmissuhteissa. Kun oppilas tiedostaa oppimansa asiat, hän voi siirtää niitä arkeen hyödynnettäviksi. Arviointi toimii siis itsessään oppimiskokemuksena.

Jos haluatte, voitte kotona keskustella siitä, millaisia hyvinvointitaitoja lapsi ja nuori on kouluvuoden aikana oppinut. Keskustelua voi käydä seuraavien kysymysten avulla:

Mitä osaan ja missä olen vahvoilla?

Mikä toimii koulussa ja mikä kotona?

Mitä taitoa olisi hyvä seuraavaksi vahvistaa?

Kuinka vanhempi voi auttaa lasta/nuorta saavuttamaan tavoitteet parhaiten?  
Millaista konkreettista apua vanhempi voi antaa tavoitteiden saavuttamiseksi?  
Miten oppimistavoitteisiin päästään myönteisellä yhteistyöllä?

Lähde: KouluKunnossa Yhdessä