

Kansalaistaito -opas

Opas kansalaisopistojen
kansalaistaitokurssien
suunnitteluun ja
toteutukseen

Toim.

Henri Piirainen

Katri Laitinen

Virpi Vedenkannas

Sisälllys

Johdanto	4
Määritelmä	5
Mallikuvio ja taitoryhmät	7
Kansalaistaitojen tarkemmat määrittelyt	9
Perustaidot	9
Terveys- ja hyvinvointitaidot	10
Turvallisuustaidot	11
Sosiaaliset taidot	12
Kestävän elämäntavan taidot	13
Elämönhallintataidot	14
Ongelmanratkaisutaidot	15
Kansalaisuustaidot	16
Miten tunnistan kansalaistaitokurssin?	17
Kansalaistaitokurssien ja muiden kurssien erot	18
Hellewi-kurssinhallintajärjestelmä ja kansalaistaitokurssien merkitseminen	24
Esimerkkejä toteutetuista kansalaistaito- kurseista	25
Terveys- ja hyvinvointitaidot	25
Turvallisuustaidot	26
Sosiaaliset taidot	27
Kestävä elämäntapa	28
Elämönhallintataidot	29
Ongelmanratkaisutaidot	30
Kansalaisuustaidot	31

Kansalaistaitokysely

**Näkemyksiä osaamisesta, osallistumisen esteistä
ja kannustimista sekä kansalaisopistojen merkityksestä** 33

Tulevaisuuden kansalaistaidot 36

Tulevaisuustyöpajat 36

Teknologian hallinta ja digitaidot 38

Ekologinen lukutaito ja kestävä elämäntapa 38

Monikulttuurisuus ja sosiaaliset taidot 38

Kriittinen ajattelu ja medialukutaito 38

Kansalaisten näkemykset tulevaisuuden kansalaistaidoista 38

Yhteenveto 39

Pedagogisia näkökulmia kansalaistaitojen opettamiseen 40

Kokemuksia hankkeista – Mitä huomioida kansalaistaitojen
opetuksessa? 44

Mahdollista oppiminen! Vinkkejä kentältä 46

Paikallinen ja alueellinen yhteistyö kansalaistaitojen ja perustaitojen opetuksessa 51

Kansalaistaitokurssien markkinointi ja asiakashankinta 54

Lähteet 56

Johdanto

Hyvä lukija,

kädessäsi on Kansalaisopistojen liiton Kansalaistaidot kunniaan -hankkeessa tuotettu opistojen toiminnan kehittämistä tukeva opas.

OECD:n kansainvälinen aikuiskoulutustutkimus PIAAC (2013) selvitti aikuisväestön eri elämänaalueilla tarvitsemia perustaitoja ja niiden käyttöä työ- ja arkielämässä. Sen mukaan noin 600 000 suomalaisella on näissä perustaidoissa puutteita. Tuoreimpia tuloksia samasta tutkimuksesta saadaan joulukuussa 2024, joten koulutuspoliittinen keskustelu aiheesta tulee jatkumaan ja aikuiskoulutukselle riittää kysyntää vielä pitkään.

Kansalaisopistot tarjoavat runsaasti perus- ja kansalaistaitoihin liittyvää koulutusta, jota ei yleensä ole kuitenkaan jäsenelty erilliseksi kokonaisuudeksi yhteisten suuntalinjojen mukaisesti. Suuren yleisön tietoisuus kansalaisopistojen tarjonnasta ei myöskään ole tältä osin hyvällä tasolla. Aihealueeseen liittyvää kansalaisopistokenttää koskevaa tutkimusta ei juurikaan ole tehty.

Hankkeen tavoitteena oli tukea opetus- ja kulttuuriministeriön, hallitusohjelman ja vapaan sivistystyön tavoitteita osallisuudesta, tasa-arvosta ja yhdenvertaisuudesta määrittelemällä kansalaistaitokokonaisuutta opistokontekstissa tutkimustyötä hyödyntäen sekä kehittämällä kansalaisopistojen kansalaistaitoihin liittyviä koulutuskokonaisuuksia ja tarjontaa sekä lisäämällä tietoisuutta kansalaisopistojen matalan kynnyksen opetustarjonnasta.

Kansalaisopistoissa opetetaan ja opitaan nimenomaan niitä tietoja ja taitoja, jotka luovat pohjan kaikenikäisten osaamisen jatkuvalla kehittämiselle myös tulevaisuudessa. Opiskelijat tarvitsevat valmiuksia elinikäiseen oppimiseen muuttuvassa toimintaympäris-

Tämän oppaan tarkoituksena onkin tukea opistoja kansalaistaitokurssien suunnittelussa, toteutuksessa ja markkinoinnissa.

tössä, jota luonnehtivat epävakaus, epävarmuus, kompleksisuus ja monitulkintaisuus. Kansalaisopistot voivat toimia suunnannäyttäjinä siinä, mikä on tärkeää uutta opittavaa, mitkä asiat pitäisi ottaa haltuun. Ympäröivä maailma on entistä monimutkaisempi ja epävarmempi, mikä edellyttää yksilöiltä ja organisaatioilta kasvavaa joustavuutta, resilienssiä ja inhimillisyyttä.

Kiitän lämpimästi opetus- ja kulttuuriministeriötä hankkeen rahoittamisesta, järjestösuunnittelija Henri Piiraista ja hankeavustaja Katri Laitista hankkeen erinomaisesta juoksuttamisesta, kansalaisopistokentän kehittäjäryhmää hyvistä keskusteluista sekä kaikkia oppaaseen kirjoittaneita ajatusten jakamisesta. Liiton muu henkilökunta ja hallituksen edustajat ovat myös antaneet arvokasta panosta tämän tärkeän hankkeen toteuttamiseen. Jälleen kerran voimme todeta, että yhdessä olemme ja saamme aikaan aina enemmän.

Inspiroivia lukuhetkiä ja uteliasta mieltä käytännön koulutuskokeiluihin toivottaen

Jaana Nuottanen
Toiminnanjohtaja
Kansalaisopistojen liitto KoL ry

Henri Piirainen
Järjestösuunnittelija
Kansalaisopistojen liitto KoL ry




Määritelmä

Kansalaistaidoilla on jo yli puolivuosisataa pitkä historia takanaan. Moni on opiskellut kansalaistaitoa kansakoulussa tai peruskoulussa vuosien 1967 ja 2000 välisenä aikana, jolloin se oli yksi opetussuunnitelmaan kuuluvista oppiaineista. Oppiaineen sisältöihin kuului muun muassa ravinto-oppia, liikuntatietoutta, käytöstapoja, itsetuntemusta, ensiapua, liikenteessä toimimista, varautumistaitoja, kulttuuri- ja tapaosaamista, sosiaalisen kanssakäymisen taitoja, demokratiataitoja, opiskelutekniikkaa, hyvää hygieniaa sekä argumentointitaitoja.

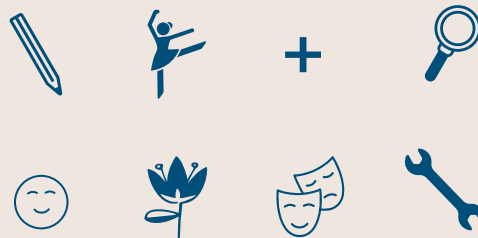
Opetuksen päämääränä oli fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden ja turvallisuuden edistäminen siten, että jokainen yksilö voisi omakohtaisten elämysten ja oivallusten perusteella tehdä eri elämäntilanteissa terveitä, turvallisia ja sopivia valintoja, jotka johtavat onnelliseen, tarkoituksenmukaiseen ja täysipainoiseen elämään. Kun kansalaistaito poistettiin peruskoulun opetussuunnitelmasta, sen sisällöt siirtyivät muihin oppiaineisiin kuten yhteiskuntaoppiin ja terveystietoon.

Vaikka kansalaistaito poistui peruskoulun oppiaineista, ei taitojen tarve hävinnyt mihinkään.

Kansalaistaito-käsitettä onkin viljelty runsaasti 2020-luvulla niin uutisartikkeleissa kuin eri järjestöjen ja viranomaistoimijoiden kirjoi-



Kansalaistaidot kunniaan -hankkeessa määriteltiin, mitä tarkoitetaan, kun puhutaan kansalaistaidoista ja mitä kaikkia taitoja kansalaistaitoihin kuuluu.



tuksissakin. Muun muassa ruoanvalmistusta, digitaitoja, oman talouden hallintaa ja medialukutaitoakin on pidetty eri yhteyksissä tämän päivän kansalaistaitoina. Yleisesti ottaen erilaisia taitoja, jotka ovat kaikille tai isolle osalle Suomessa asuvista hyödyllisiä, on eri toimijoiden toimesta määritelty kansalaistaidoiksi. Kansalaistaitojen käsitettä ei sen sijaan ole näissä yhteyksissä kuitenkaan määritelty kovinkaan tarkasti tai ollenkaan.

Kansalaisopistojen liiton Kansalaistaidot kunniaan -hankkeessa tekemä määritelmä

Kansalaistaidot ovat jokaiselle hyödyllisiä, päivittäisessä elämässä tarvittavia taitoja. Ne liittyvät omien asioiden hoitamiseen, itsestä huolehtimiseen, toimimiseen yhteisön ja yhteiskunnan jäsenenä, eloonjäämiseen sekä elämän- ja luonnon monimuotoisuuden suojeluun. Kansalaistaitoihin sisältyvät perustaitojen eli tekstitaitojen, numerotaitojen ja digitaitojen lisäksi esimerkiksi vuorovaikutustaidot, kestävyystaidot, oppimisen taidot ja hyvinvointitaidot.

Kansalaistaidot muodostavat perustan monimutkaisempien taitojen oppimiselle ja laajemmalle osaamiselle sekä työllistymiselle, henkilökohtaiselle kehitykselle ja yhteiskunnassa toimimiselle. Kansalaistaitojen osaaminen on olennaista itsenäisyyden ja elämänlaadun kannalta. Ne auttavat yksilöitä menestymään eri elämänalueilla ja parantavat yksilön mahdollisuuksia osallistua aktiivisesti yhteiskunnalliseen ja poliittiseen toimintaan.

Kansalaistaitojen opetuksen tavoitteena on tukea aktiivista, hyvinvoivaa, sosiaalista ja kestävästä elämäntapaa.

Hyvät kansalaistaidot edistävät koulutukseen pääsyä, opinnoissa suoriutumista, työllistymistä sekä työssä ja arjessa pärjäämistä.





Mallikuvio ja taitoryhmät

Kansalaisopistojen liiton Kansalaistaidot

kunniaan -hankkeessa toteutettiin laaja kartoit-
tus- ja selvitystyö, jonka yhtenä tavoitteena oli
selkeyttää valtakunnallista ymmärrystä kansa-
laistaitoihin kuuluvista taidoista. Kartoit-
us- ja selvitystyössä perehdyttiin muun muassa perus-
ja kansalaistaidoista kirjoitettuihin tutkimuksiin,
artikkeleihin, viranomaisjulkaisuihin, uutisiin
sekä kansalaisopistojen hankekokonaisuuksiin.

Työn tuloksena kansalais- taidot rajattiin 34 jokaiselle hyödylliseen taitoon.

Nämä taidot jaoteltiin teemaperusteisesti vielä
kahdeksaan erilliseen taitoryhmään. Taitoryh-
mät pitävät sisällään kolmesta kuuteen taitoa.
Turvallisuustaitojen otsikon alle on esimerkiksi
sijoitettu paloturvallisuus-, varautumis-, liikenne-
ja ensiaputaidot sekä uimataito.

Kansalaistaitojen kahdeksan taitoryhmää



**Terveys- ja
hyvinvointitaidot**



Perustaidot



**Kestävän elämän-
tavan taidot**



Turvallisuustaidot



**Kansalaisuus-
taidot**



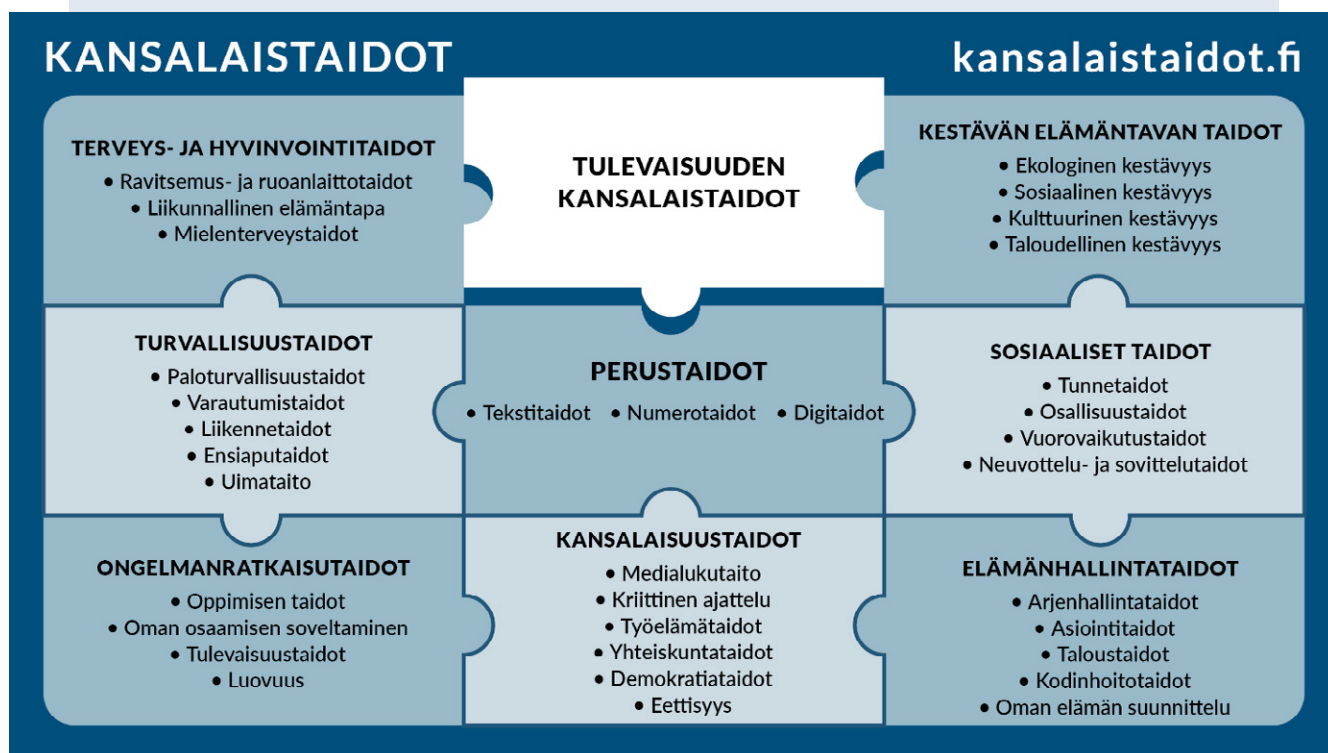
Sosiaaliset taidot



**Ongelman-
ratkaisutaidot**



**Elämänhallinta-
taidot**



Kuvio 1. Kansalaistaitojen osa-alueet

Kuviossa 1 kansalaistaitojen ytimen muodostavat PIAAC-tutkimuksen mukaiset perustaidot. Niiden ympärille sijoittuvat muut kansalaistaitojen taitoryhmät. Niiden lisäksi kuvioon tuotiin vielä yhdeksäs, Tulevaisuuden kansalaistaidot -osio. Sen sisältö tulee täydentymään lähitulevaisuudessa, kun uudet, tuloillaan olevat taidot (esimerkiksi tekoälytaidot ja ohjelmointi) vakiinnuttavat paikkansa ja tarpeellisuutensa ihmisten elämässä.

Kuvion palapeligrafiikka symboloi kansalaistaitojen laajaa kokonaisuutta, jossa eri taidot myös tukevat toisiaan. Palapelistä, kuten kansalaistaidoistakin, voi kuitenkin toisinaan puuttua paloja. Tähän sisältyy ajatus siitä, että meillä kaikilla on kansalaistaidoissamme jotakin kehitettävää.

Tätä opasta lukiessasi, voit halutessasi miettiä, mikä on sinun kansalaistaidoistasi puuttuva tai kehittämistä vaativa palanen, tai mikä taitoryhmä uupuu oman opistosi kurssitarjonnasta kokonaan.



Kansalaistaitojen tarkemmat määrittelyt

Tässä luvussa kerrotaan, mitä eri taitoryhmiin kuuluvat yksittäiset taidot pitävät sisälleen kansalaistaitojen näkökulmasta. Kaikissa taidoissa on aina monta tasoa.

Kansalaistaidoista puhuttaessa osaamisvaatimukset kohdistuvat lähinnä osaamisen perustasoon sekä niihin taitoihin, jotka kaikkien tulisi hallita.

Esimerkiksi kansalaistaitotason uimataito tarkoittaa, että ihminen uskaltaa mennä veteen, osaa uida 200 metriä ja sukeltaa pinnan alle joksikin aikaa. Perhosuinti- tai vapaauintitekniikka eivät sen sijaan kuulu kansalaistaitotasoiseen uimataitoon.



Perustaidot

PIAAC-tutkimuksen mukaisia perustaitoja ovat luku- ja kirjoitustaito, matemaattiset taidot sekä tietotekniikkaa soveltavat ongelmanratkaisutaidot, jotka on lyhennetty hankkeen määritelmässä digitaidoiksi. Perustaidot ovat sellaisia taitoja, jotka ovat välttämättömiä omien asioiden hoitamisen ja yhteiskunnassa pärjäämisen kannalta. Muut kansalaistaidot rakentuvat perustaitojen ympärille, sillä monimutkaisempien taitojen oppiminen ja haltuun ottaminen edellyttävät riittävää perustaitojen osaamista.

Tekstitaidot ovat taitoja, jotka liittyvät kirjoittamiseen, lukemiseen ja tekstien ymmärtämiseen. Niihin sisältyvät paitsi luku- ja kirjoitustaito, myös kirjoitetun tekstin hakeminen, ymmärtäminen, arviointi ja hyödyntäminen erilaisissa arkielämän tilanteissa.

Numerotaitoihin kuuluvat numeroiden ja lukujen tunteminen sekä peruslaskutoimitusten tekeminen. Lisäksi numerotaitoihin kuuluvat numeeristen tietojen hankkiminen ja käyttäminen sekä niihin perustuvien päätelmien tekeminen arkielämän tilanteissa.

Digitaitoja ovat digitaalisten palveluiden ja laitteiden käyttäminen ja niiden toimintalogiikan ymmärtäminen. Keskeisiin digitaitoihin kuuluvat myös esimerkiksi sähköpostin käyttö, omien asioiden hoitaminen digitaalisissa palveluissa, salasanojen ja palveluihin tunnistautumisen hallitseminen sekä oman laitteen perusasetusten tunteminen.



Terveys- ja hyvinvointitaidot

Terveys- ja hyvinvointitaidot ovat kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin perusta. Nämä taidot voidaan jaotella mielenterveystaitoihin, ravitsemus- ja ruoanlaittotaitoihin sekä liikunnalliseen elämäntapaan.

Kokonaisvaltainen hyvinvointi on fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista muodostuva kokonaisuus. Hyvinvointia tukevia tekijöitä ovat fyysinen ja psyykinen terveys ja toimintakyky, jota esimerkiksi riittävä uni, lepo ja liikunta sekä tasapainoinen ruokavalio edistävät. Myös merkitykselliset ihmissuhteet ja yhteenkuuluvuuden tunne, itsensä toteuttaminen ja itselle tärkeiden asioiden tekeminen tukevat ja rakentavat hyvinvointia.

Mielenterveystaidot ennaltaehkäisevät mielenterveyden häiriöiden kehittymistä ja auttavat ja tukevat silloin, kun elämässä kohtaa vaikeita tilanteita tai kriisejä. Mielenterveystaidoilla tarkoitetaan muun muassa tunteiden hallintaa ja ilmaisemista, terveiden ihmissuhteiden ylläpitämistä, psyykkistä resilienssiä sekä kykyä hakea apua. Hyvän mielenterveyden tunnusmerkkejä ovat esimerkiksi toimintakyky, kyky osallistua yhteisölliseen toimintaan, todellisuudentaju, itsemyötätunto sekä elämän merkityksellisyyden kokeminen.

Ravitsemus- ja ruoanlaittotaidot

mahdollistavat ravitsevien ja monipuolisten ruokien valmistamisen, terveyttä edistävien valintojen tekemisen sekä tuotteiden ravintoarvojen tulkitsemisen. Ne ohjaavat kestäviin valintoihin, jotka huomioivat ruoantuotannon eettisyyden ja ympäristövaikutukset.

Liikunnallisessa elämäntavassa liikunta ja fyysinen aktiivisuus sulautuvat osaksi päivittäistä elämää. Tavoitteena on löytää itselle sopiva tapa liikkua, ylläpitää ja parantaa fyysistä terveyttä ja toimintakykyä sekä lisätä hyvinvointia. Tämä edellyttää tietoa terveellisistä liikuntatavoista, motivaatiota säännölliseen liikuntaan ja kykyä sovittaa liikunta osaksi erilaisia elämäntilanteita. Liikunnan vastapainoksi on tärkeää pitää huolta riittävästä levosta ja palautumisesta sekä oman kehon kuuntelemisesta.



Turvallisuustaidot

Turvallisuustaidot ovat olennainen osa yksilön ja yhteisöjen turvallisuutta ja varautumista. Nämä taidot jakautuvat uimataitoon, ensiaputaitoihin, paloturvallisuustaitoihin, varautumistaitoihin ja liikennetaitoihin. Yhdessä nämä taidot muodostavat turvallisen toiminnan perustan erilaisissa tilanteissa.

Ensiaputaidot ovat taitoja, jotka auttavat hoitamaan niin pienimpiä kuin vakavampiakin vammoja. Niitä voidaan hyödyntää hätä- ja onnettomuustilanteissa sairastumisen tai loukkaantumisen ensivaiheissa, mutta ne ovat hyödyllisiä myös arkipäiväisissä kolhuissa ja haavereissa. Ensiaputaitoihin sisältyvät esimerkiksi paineluelvytys, verenvuodon tyrehdyttäminen, haavojen puhdistaminen ja sitominen sekä tajuttomalle annettava ensiapu. Ne vähentävät vammojen vakavuutta ja pelastavat ihmishenkiä.

Varautumistaidot auttavat selviytymään esimerkiksi sairastumisten, sähkökatkojen, lakkojen ja muiden yhteiskunnallisten poikkeustilanteiden aikana. Tavoitteena on, että jokainen pärjäisi kotona vähintään 72 tunnin ajan äkillisissä häiriötilanteissa. Lääkkeiden ja ruoan lisäksi kotivaraan olisi hyödyllistä sisällyttää myös henkisen hyvinvoinnin ja kriisinsietokyvyn taitoja.

Arjen rutiinit ja mieluisat aktiviteetit tarjoavat turvallisuuden tunnetta ja toimivat tukipilareina vaikeina aikoina.

Paloturvallisuustaidot ovat taitoja, jotka ehkäisevät tulipaloja ja vähentävät niistä aiheutuvia haittoja ja vahinkoja. Ne sisältävät ennaltaehkäisevät-, alkusammutus- ja tulen turvallisen käsittelyn taidot. Paloturvallisuustaitojen avulla ihmiset voivat suojella itseään ja muita tulipaloihin liittyviltä vaaroilta.

Uimataito on elintärkeä taito, joka mahdollistaa turvallisen vedessä liikkumisen. Uimataidon opetteleminen lähtee liikkeelle siitä, että ihminen oppii luottamaan veteen ja uskaltaa mennä sinne. Tämän jälkeen voi harjoitella esimerkiksi erilaisia uintitekniikoita, vesitaitoja sekä sukeltamista. Pohjoismaisen uimataitomäärittelmän mukaan tavoitteena on, että uimataitoinen osaa syvään veteen jouduttuaan uida 200 metriä, josta 50 metriä selällään.

Liikennetaidot ovat taitoja, jotka liittyvät turvalliseen liikkumiseen. Niihin kuuluvat kyky tulkita liikennemerkkejä ja -sääntöjä, ajoneuvon käyttötaito tai kyky liikkua turvallisesti erilaisilla liikennevälineillä, sekä kyky ennakoita ja reagoida erilaisiin liikennetilanteisiin ja havainnoida ympäristöä. Liikennetaidot edistävät liikenneturvallisuutta ja ehkäisevät onnettomuuksia.



Sosiaaliset taidot

Sosiaaliset taidot auttavat yksilöä toimimaan rakentavasti ja kunnioittavasti muiden ihmisten kanssa erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Sosiaalisten taitojen kokonaisuus pitää sisällään tunnetaidot, vuorovaikutustaidot, osallisuustaidot sekä neuvottelu- ja sovittelutaidot.

Tunnetaidot tarkoittavat kykyä tunnistaa ja ilmaista omia tunteita sekä kykyä havaita toisten tunteita. Ne ovat tärkeitä itsetuntemuksen, hyvinvoinnin ja ihmissuhteiden kannalta. Tunnetaidot auttavat toimimaan erilaisten tunteiden vaikutuksen alaisena, ja niitä voidaan oppia ja kehittää elämän eri vaiheissa.

Vuorovaikutustaidoissa on kyse yhdessä toimimisesta ja kyvystä vaihtaa ajatuksia ja kokemuksia toisten kanssa. Ne perustuvat vastavuoroisuuteen ja keskinäiseen kunnioitukseen. Vuorovaikutustaidot sisältävät esimerkiksi läsnäolon, kuunteleminen, rohkaisun, myönteisen ja rakentavan palautteen antamisen, empatian ja osallisuuden taidot.

Neuvottelu- ja sovittelutaidot mahdollistavat konfliktien ratkaisemisen ja tasapuolisen päätöksenteon. Ne edellyttävät empatiakykyä, kommunikaatiotaitoja, kykyä ymmärtää erilaisia näkemyksiä sekä taitoa löytää kompromisseja ja rakentavia ratkaisuja. Neuvottelu- ja sovittelutaitojen avulla voidaan välttää ja ratkaista konfliktitilanteita sekä edistää osapuolien välistä yhteistyötä.

Osallisuustaitojen avulla henkilö voi osallistua yhteisön toimintaan ja vaikuttaa yhteiseen hyvään. Ne ovat olennaisia monilla elämänalueilla ja auttavat luomaan yhteenkuuluvuutta, arvostusta ja yhteisyyttä muihin ihmisiin. Osallisuustaitoihin sisältyvät omien tarpeiden tunnistaminen, yhteisön kehittäminen, järjestötoiminta ja kollektiivinen päätöksenteko. Myös yhteisen hyvän tuottaminen, yhteisten tilojen ja palveluiden käyttö ja yhteisön hyvinvointiin liittyvät osallisuuteen.



Kestävän elämäntavan taidot

Kestävän elämäntavan taidot rakentuvat ekologisen, sosiaalisen, kulttuurillisen ja taloudellisen kestävyden taidoista. Kestävä elämäntapa tarkoittaa elämäntapaa, joka pyrkii tasapainottamaan yksilön tarpeet ympäristön ja yhteiskunnan kanssa. Ympäristön kunnioittaminen ja resurssien kestävä kuluttaminen, yhteisöllisyyden ja tasa-arvon edistäminen, kulttuurisen monimuotoisuuden suojeleminen ja tasapainoisen talouden ylläpitäminen ovat osa kestävä elämäntapaa.

Kestävässä elämäntavassa hyvinvointi, onnellisuus ja tyytyväisyys eivät nojaa ainoastaan aineellisiin tekijöihin, vaan ne perustuvat myös esimerkiksi luontosuhteen vaalimiseen, yhteisöllisyyteen sekä elämän merkityksellisyyden tunteeseen. Kestävässä elämäntavassa ihminen ymmärretään erottamattomana osana luontoa.

Ekologisella kestävyydellä viitataan siihen, että ihminen toimii luonnon uusiutumis- ja kantokyvyn sallimissa rajoissa. Se pitää sisällään myös luonnoneläimistä ja -kasveista huolehtimisen. Ekologista kestävyttä voidaan edistää tekemällä kestäviä ja eettisiä kulutusvalintoja sekä suosimalla ympäristöystävällistä ruokavaliota, käyttämällä julkista liikennettä, kierrättämällä ja käyttämällä energiaa säästeliäästi.

Sosiaaliseen kestävyteen sisältyvät esimerkiksi yhteisöllisyys, tasa-arvo ja syrjimättömyys, yhdenvertaisuus sekä merkityksellisten sosiaalisten suhteiden

vaaliminen. Sosiaaliseen kestävyteen kuuluvat myös kestävä vaikuttamisen tavat, kuten äänestäminen, järjestötoimintaan osallistuminen sekä eettinen kuluttaminen. Lisäksi eläinten oikeudet ja vastuullinen eläintenpito sisältyvät sosiaaliseen kestävyteen.

Kulttuurisella kestävyydellä tarkoitetaan kielten, tapojen ja perinteiden säilyttämistä, monikulttuurisuutta ja kielellistä monimuotoisuutta, kansainvälisyyttä sekä eri taiteen muotojen vaalimista. Kulttuuriseen kestävyteen kuuluvat sekä kulttuuristen käytänteiden ylläpitäminen että niiden kehittäminen ja uusiminen. Kulttuurit elävät jatkuvasti muuttuvan maailman mukana. Kulttuuriseen kestävyteen kuuluvat taito nauttia taiteesta sekä taito ilmaista itseään jonkin taidemuodon avulla.

Taloudellinen kestävyys pitää sisällään vastuullisen kuluttamisen, joka huomioi tuotteiden ympäristöystävällisyyden ja kestävyden sekä tuotantoketjun eettisyyden niin ympäristövaikutusten, sosiaalisten vaikutusten kuin ihmisoikeuksien näkökulmasta. Se on tietoisuutta siitä, mistä tuotteiden ja palveluiden hinta koostuu. Taloudellinen kestävyys tarkoittaa tulojen ja menojen tasapainottamista eli sitä, että ihminen ei elä yli varojensa tai velkaannu yli maksukyvyn. Se viittaa myös tasapainoiseen talouden kasvuun, joka ei perustu esimerkiksi velkaantumiseen tai luonnonvarojen hävittämiseen.



Elämönhallintataidot

Elämönhallintataidot pitävät sisällään arjenhallintataidot, asiointitaidot, kotitaloustaidot, oman talouden hallinnan ja oman elämän suunnittelun. Ne edesauttavat elämässä pärjäämistä ja omien asioiden hoitamista itsenäisesti.

Arjenhallintataidot. Hyvä arki on oman näköistä ja sujuvaa. Toistuvat rutiinit luovat hallittavuuden ja turvallisuuden tunnetta, mutta niiden räätälöinti omiin tarpeisiin tuo arkeen iloa ja merkityksellisyyttä. Arjen peruspilarit rakentuvat säännöllisestä ja monipuolisesta ruokailusta, liikunnasta, levosta ja arkisten asioiden hoitamisesta. Ajanhallinta- ja stressinhallintataidot tukevat rutiinien ylläpitämistä ja haastavissa tilanteissa ja vastoinkäymisissä, jotka ovat myös osa arkea.

Asiointitaitojen avulla voi hyödyntää erilaisia palveluja ja hoitaa omia asioitaan viranomaisten kanssa. Tämä edellyttää kykyä ilmaista itseään, saatujen ohjeiden ymmärtämistä, asiakirjojen ja lomakkeiden hallintaa sekä päätöksentekokykyä. Nykyisin myös sähköisen asioinnin osaaaminen on tärkeää. Asiointitaidot ovat olennaisia esimerkiksi terveydenhuollossa ja viranomaisasioissa sekä monissa muissa arkipäivän tilanteissa, jotka sisältävät vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa.

Taloustaidot. Keskeisin taloustaito on oman talouden hahmottaminen ja hallinta. Sillä tarkoitetaan tulojen ja menojen budjetointia, suunnitelmallista rahankäyttöä, harkittujen ja kestävien kulutusvalintojen tekemistä sekä säästämistä. Pitkäjänteinen talouden suunnittelu pitää talouden tasapainossa ja tuo mielenrauhaa.

Kodinhoitotaidot ovat käytännön tietoja ja taitoja, jotka liittyvät kodin ylläpitoon sekä kestävä ja hyvinvointia edistävän elämäntavan ylläpitämiseen. Näihin taitoihin sisältyvät esimerkiksi hygienia, siivous, vaatehuolto, kädentaidot, pienten korjausten tekeminen kotiympäristössä ja muut kodinhoitoon liittyvät tehtävät.

Oman elämän suunnittelu auttaa eteneväin kohti merkityksellisiä tavoitteita ja päämääriä. Suunnitteluun sisältyy itselle tärkeiden asioiden ja arvojen pohtimista, tavoitteiden asettamista, tiedon keräämistä, vaihtoehtojen punnitsemista ja päätösten tekemistä. Myös yllätyksellisyys ja suunnanmuutokset ovat osa elämää. Oman elämän suunnittelu ei ainoastaan auta saavuttamaan tärkeitä tavoitteita, vaan myös opettaa suhtautumaan odottamattomiin käänteisiin ja muutoksiin matkan varrella.



Ongelmanratkaisutaidot

Ihminen kohtaa elämänsä aikana useita ongelmatilanteita, joihin täytyy löytää ratkaisu. Ongelmatilanteissa tarvitaan kykyä tarkastella ongelmaa eri näkökulmista, kykyä pohtia eri ratkaisuvaihtoehtojen ja lähestymistapojen toimivuutta sekä taitoa hahmottaa asian hyvät ja huonot puolet. Ongelmanratkaisutaidot-kategoria pitää sisällään oppimisen taidot, oman osaamisen soveltamisen, luovuuden ja tulevaisuustaidot.

Oppimisen taidot ovat taitoja, jotka liittyvät tiedon hankkimiseen, omaksumiseen ja ymmärtämiseen. Niihin kuuluvat taito etsiä uutta tietoa, tiedon omaksuminen, merkityksien ymmärtäminen sekä mielen painamista ja palauttamista tukevien taitojen ja tekniikoiden käyttö. Tärkeitä oppimistaitoja ovat myös

- ymmärrys itselle sopivista oppimistyyleistä ja motivaatiota edistävästä tekijöistä.
- kyky valita itselle sopivia oppimistietoja.
- taito hakea tietoa monipuolisesti eri lähteistä sekä kyky arvioida lähteiden luotettavuutta ja omaa oppimista.
- osaamisen, vahvuuksien ja kehittymistarpeiden tunnistaminen, oman polun suunnitteleminen, ajankäytön sääteleminen sekä oppimisen tapojen löytäminen.

Oman osaamisen soveltaminen tarkoittaa sitä, että ihminen osaa hyödyntää tietojaan ja taitojaan erilaisissa käytännön tilanteissa. Sen soveltaminen on keskeinen taito monilla eri elämäalueilla. Oman osaamisen soveltaminen vaatii ihmiseltä jatkuvaa oppimista, avoimuutta uusille ideoille sekä halua kehittää omia taitoja ja osaamista.

Luovuus tarkoittaa kykyä tarkastella asioita eri näkökulmista siten että niistä pystyy luomaan jotain uutta ja ainutlaatuista. Se voi näkyä uteliaisuutena, kyseenalaistamisena ja uudenaikaisina toimintatapoina. Luovuuden avulla voi kehittää ja ilmaista itseään sekä sopeutua nopeasti muuttuvaan maailmaan. Luovuus vaatii herkkyyttä ja valmiutta mennä mukavuusalueen ulkopuolelle, mutta samalla se antaa rohkeutta tarttua epätavallisiin ideoihin.

Tulevaisuustaidot parantavat yksilöiden valmiutta kohdata erilaisia tulevaisuuksia sekä toimia niissä, kuten myös kykyä arvioida muiden oletuksia tulevaisuudesta sekä vaikuttaa osaltaan tulevaisuuden muotoutumiseen. Kyse ei siis ole ensisijaisesti varautumisesta vaan nimenomaan ennakoivasta suhtautumisesta tulevaisuuteen.



Kansalaisuustaidot

Kansalaisuustaidot pitävät sisällään yhteiskuntataidot, demokratiataidot, eettisyyden, kriittisen ajattelun ja medialukutaidon. Niitä tarvitaan täysivaltaisena ja toiset huomioivana kansalaisena toimimiseen sekä informaation kriittiseen tarkastelemiseen.

Medialukutaito viittaa kykyyn arvioida, ymmärtää ja käsitellä mediaa kriittisesti. Siihen sisältyy taito erottaa luotettava tieto virheellisestä, kyky tunnistaa median vaikutusyritykset sekä ymmärrys siitä, miten mediasisällöt rakentuvat. Medialukutaito auttaa tunnistamaan harhaanjohtavaa informaatiota, manipulaatiota ja propagandaa. Se kannustaa kysymään kriittisiä kysymyksiä, tarkastelemaan lähteitä ja arvioimaan tietoa monipuolisesti. Medialukutaito on olennainen nykypäivänä, kun tiedonvälitystä tapahtuu monissa eri muodoissa ja kanavissa.

Kriittinen ajattelu on taito, joka mahdollistaa tiedon syvällisen ymmärtämisen ja analysoinnin. Se tarkoittaa kykyä tarkastella asioita monipuolisesti, tunnistaa argumenttien vahvuudet ja heikkoudet sekä taitoa erottaa luotettava tieto harhaanjohtavasta. Kriittinen ajattelu vaatii avoimuutta uusille ideoille, halua kyseenalaistaa omia oletuksia ja valmiutta muuttaa mielipidettä. Kriittinen ajattelu auttaa ongelmanratkaisussa, parempien päätösten tekemisessä sekä rakentavan keskusteluilmapiiriin luomisessa.

Työelämätaidot edesauttavat työelämässä pärjäämistä. Ne pitävät sisällään esimerkiksi taidon hakea tietoa avoimista työpaikeista, tehdä CV ja kirjoittaa työhakemus. Yleisiin työelämätaitoihin kuuluvat myös keskeisten työelämää ohjaavien lakien ja velvoitteiden tuntemus, yrittäjyysosaaminen, ajankäytön hallinta, sopeutumiskyky ja itsensä johtaminen.

Yhteiskuntataidoilla tarkoitetaan sitä, että yksilö tunnistaa omat vastuunsa, velvollisuutensa ja oikeutensa ja kykenee toimimaan yhteiskunnassa niiden mukaisesti. Ne edistävät toimintakykyä, sosiaalista vuorovaikutusta ja vaikutusmahdollisuuksia sekä luovat perustan demokratialle ja yhteisöllisyydelle. Yhteiskuntataidot eivät ole pelkästään yksilön kannalta tärkeitä, sillä ne tukevat myös yhteiskunnallista vakautta, eheyttä ja kehitystä. Yhteiskuntataitoin kuuluu myös tietämys jokaisenoikeuksista ja taito hyödyntää niitä.

Demokratiataidot viittaavat taitoihin, jotka mahdollistavat osallistumisen demokraattiseen yhteiskuntaan ja toimintaan aktiivisena ja tiedostavana kansalaisena. Ne sisältävät kyvyn ymmärtää demokraattisia periaatteita ja instituutioita, arvioida kriittisesti poliittisia ehdokkaita ja päätöksentekoa, sekä käyttää äänioikeutta. Demokratiataidot tarkoittavat myös kykyä keskustella avoimesti eri näkökulmista ja kunnioittaa muiden mielipiteitä sekä osallistumista järjestötoimintaan ja yhteiskunnalliseen keskusteluun. Demokratiataidot edistävät aktiivista kansalaisuutta ja yhteisen hyvän edistämistä demokraattisissa yhteisöissä.

Eettisyys on taito, joka ohjaa ihmisiä tekemään päätöksiä moraalisesti haastavissa tilanteissa. Se vaatii kykyä arvioida toiminnan seurauksia ja taitoa harkita eri vaihtoehtoja huolellisesti. Eettisyys edellyttää myös empatiaa, kykyä asettua toisen ihmisen asemaan ja ymmärtää heidän tunteitaan ja tarpeitaan. Eettisenä toimijana ihminen osaa tasapainoilla omien arvojensa, yhteisön odotusten ja oikeudenmukaisuuden vaatimusten välillä. Hän pyrkii tekemään päätöksiä, jotka kunnioittavat kaikkien osapuolten oikeuksia ja hyvinvointia.



Miten tunnistan kansalaistaitokurssin?

Kansalaistaitokursseilla kehitetään perustason osaamista, josta on hyötyä päivittäisessä elämässä. Esimerkiksi ruoanlaiton saralla arkiruokakurssin voidaan ajatella kuuluvan kansalaistaitokursseihin, koska siellä opetellaan kohtalaisen yksinkertaisten, edullisten ja ravitsevien ruokien valmistamista. Ruoanlaitto kuuluu myös useimpien ihmisten päivittäisiin arkitöihin.

Opiston kursseilla opitaan monesti myös edistyneempiä ja erikoistuneempia ruoanlaitto- ja leivontataitoja, kuten macaron-leivosten tekoa tai sushin valmistusta. Näitä kursseja ei voi kuitenkaan pitää kansalaistaitokursseina, koska niissä opittavat taidot eivät ole olennaisia päivittäisen elämän sujuvuuden kannalta. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, etteikö edellä mainituilla kursseilla opitut taidot voisi olla hyödyllisiä yksittäisille ihmisille.

Elämässä pärjää usein ihan hyvin ilman jotakin yksittäistä kansalaistaitoa. Taitopuutetta voi usein kompensoida jollakin toisella osaamisella tai sitten taidon merkitys omassa elämässä ei ole syystä tai toisesta kovinkaan iso. Voi myös olla, että ihminen tietoisesti välttelee tilanteita, jossa taitoa tarvitsisi. Jotkut taidoista voivat olla myös välttämättömpiä kuin toiset. Esimerkiksi uimataito ei ole välttämätön taito arjessa pärjäämisen näkökulmasta – etenkin, jos pysyy poissa veden lähetyviltä – mutta tuhansien järvien maassa sitä voidaan pitää vähintäänkin hyödyllisenä kansalaistaitona.



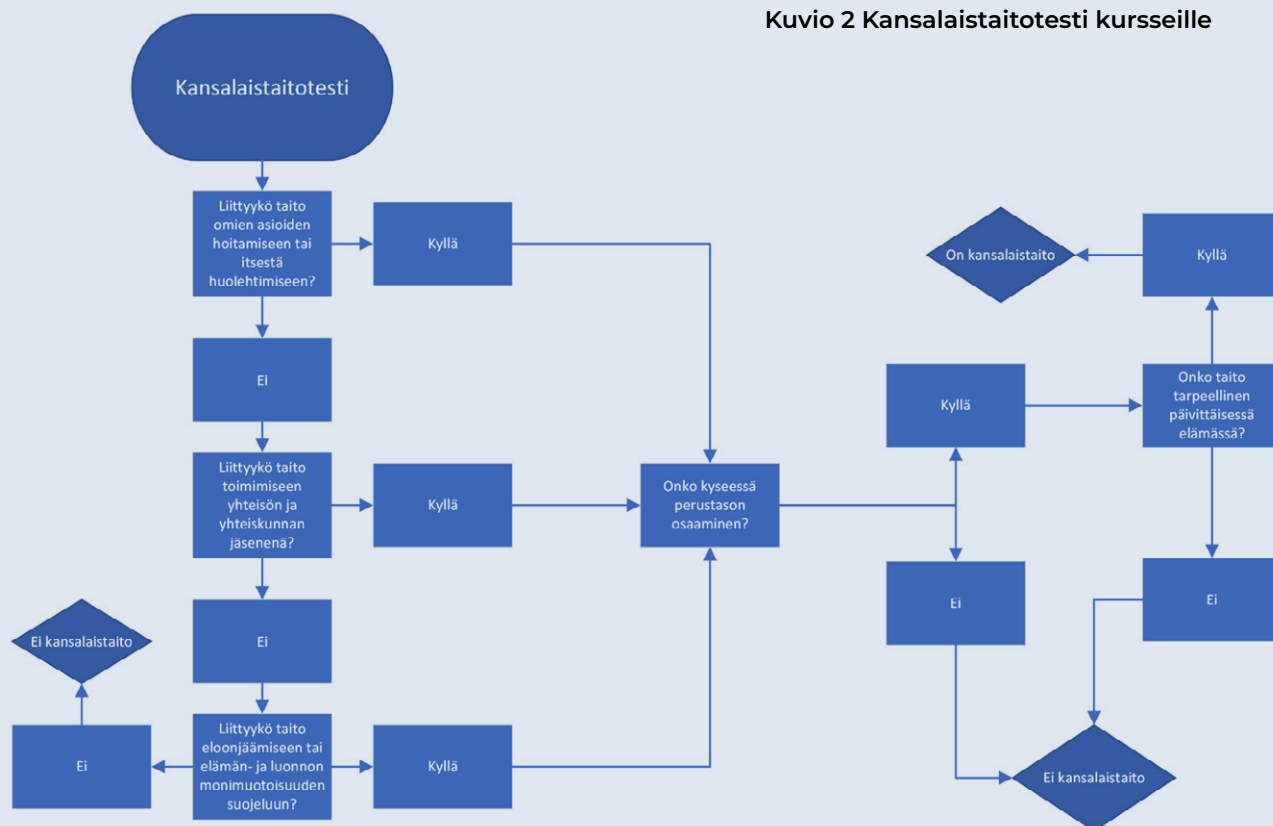
Markkinoinnin ja edunvalvonnan näkökulmasta on kuitenkin tärkeää, että kurssimerkintöjen tekemisessä pyritään säilyttämään yhteinen linja.

Kaikki kurssit eivät ole suoranaisia kansalaistaitokursseja, vaikka monet niistä kehittävätkin välillisesti erilaisia kansalaistaitoja.

Kurssien määrittäminen kansalaistaitokursseiksi ei ole kaikissa tapauksissa yksiselitteistä, sillä kansalaistaitojen määritelmiin ja kurssin merkitsemiseen kansalaistaitokurssiksi liittyy tiettyä tulkinnanvaraisuutta. Opistojen opetustarjonta sisältää myös kursseja, jotka ovat kansalaistaitojen näkökulmasta niin sanottuja rajatapauksia.

Kansalaistaitokursseissa on kyse kursseista, jotka kehittävät perustason osaamista taidoissa, jotka ovat hyödyllisiä jokapäiväisessä elämässä. Erikoistuneempaa osaamista edellyttävät tai edistävät kurssit eivät siis välttämättä ole kansalaistaitokursseja. Se ei kuitenkaan

tarkoita, että nämä kurssit olisivat kansalaistaitokursseja huonompia tai vähempiarvoisempia. Jos kurssin sovittaminen kansalaistaitojen määritelmään tuntuu haastavalta, apuna voi käyttää kurssien kansalaistaitotestiä (kuvio 2).



Kansalaistaitokurssien ja muiden kurssien erot

Tässä luvussa käydään läpi eri ainealueita ja annetaan esimerkkejä kansalaistaitojen määritelmään sopivista kursseista. Luvun tarkoitus on myös auttaa hahmottamaan kansalaistaitokurssien ja muiden kurssien välisiä eroavaisuuksia. Joidenkin kurssien kohdalla määrittely voi olla haastavaa, jos kurssisisällöissä on monia elementtejä kansalaistaidoista. Tulkinnaa ei kuitenkaan tulisi tehdä liian laveasti.

Jos merkitsemme kaikki kurssit kansalaistaitokursseiksi, silloin niiden esiin nostamisesta ja markkinoinnista ei ole erityistä hyötyä.



Liikunnallinen elämäntapa

Liikunnallisen elämäntavan tavoitteena on löytää itselle sopiva tapa liikkua, ylläpitää ja parantaa fyysistä terveyttä ja toimintakykyä sekä lisätä hyvinvointia.

Määritelmää vastaavat sellaiset kurssit, joiden tarkoituksena on löytää esimerkiksi itselle mieluinen liikuntalaji, oppia liikunnan terveyshyödyistä tai kehittää monipuolista perustason liikuntaosaamista.

Sen sijaan johonkin tiettyyn lajiin keskittyvät kurssit, kuten jooga tai kuntonyrkkeily, eivät ole kansalaistaitokursseja, ellei niiden sisältöihin ole nimenomaisesti otettu mukaan liikunnallisen elämäntavan elementtejä.

Määritelmään soveltuvia kurssiesimerkkejä:

- Kuntosaliharjoittelu tutuksi
- Monipuolinen liikunta osaksi arkea
- Mieleniloa liikunnasta
- Kuntoliikunta
- Kuntosalitreenit aloittelijalle
- Monipuolista liikuntaa pallopeleillä
- Kuinka muodostaa (liikunta)rutiineja?
- Hyvää oloa liikunnan avulla
- Eläkeläisten liikunta- ja jumppakurssi

Esimerkkejä kurseista, jotka jäävät määritelmän ulkopuolelle:

- Kuntonyrkkeily
- Taekwondon jatkokurssi
- Lattaritanssit
- Joogaa edistyneille
- Kahvakuula
- Kehonrakennus



Kulttuurinen kestävyys

Kulttuurisella kestävyydellä tarkoitetaan kielten, tapojen ja perinteiden säilyttämistä, monikulttuurisuutta ja kielellistä monimuotoisuutta, kansainvälisyyttä sekä eri taiteen muotojen vaalimista. Kun kulttuurista kestävyyttä tarkastellaan kansalaistaitona eli jokaiselle hyödyllisenä päivittäisessä elämässä tarvittavana perustason osaamisena, niin voidaan ajatella, että kurssit pitävät sisällään esimerkiksi seuraavanlaisia teemoja:

Tutustuminen eri kieliin ja kulttuureihin.

Tutustuminen eri taidemuotoihin ja niiden tekemiseen.

Taiteen tai eri taidemuotojen merkitys yksilölle ja yhteiskunnalle.

Määritelmään soveltuvia kurssiesimerkkejä:

- Romanit tutuksi kulttuurinsa kautta
- Hyvää tekevä musiikki
- Taide- ja musiikkiharrastus hyvinvoinnin tukena -luento
- Eri kielten alkeis- ja peruskurssit
- Perinnekäsitöitä eri menetelmillä
- Kuntien kulttuuripalvelut -luento

Esimerkkejä kursseista, jotka jäävät määritelmän ulkopuolelle:

- Kuorolaulu
- Bändikurssi
- Karaoke
- Kitaransoiton jatkokurssi
- Moottorisahaveisto



Kodinhoitotaidot

Kodinhoitotaidot ovat käytännön tietoja ja taitoja, jotka liittyvät kodin ylläpitoon sekä kestävän ja hyvinvointia edistävän elämäntavan ylläpitämiseen.

Näihin taitoihin sisältyvät esimerkiksi hygienia, siivous, vaatehuolto sekä perustason kädentaidot, kuten parsiminen ja paikkaaminen, yleisimpien työkalujen käyttäminen, huonekalujen kokoaminen ja kodin pienten korjausten tekeminen.

Erilaiset kädentaitojen edistyneet tekniikat tai erikoistekniikat eivät ole kansalaistaitoja.

Määritelmään soveltuvia kurssiesimerkkejä:

- Entisöinti
- Korjausompelu
- Käsityöpiiri
- Kodin pintaremontit
- Korjaa, tuunaa ja huolla tekstiilejä
- Vaatteiden korjaaminen käsityötekniikoilla
- Puutyöt aloittelijoille
- Lapsiperheen koti kuntoon jouluksi
- Kotona kaaos? Näin selviät siitä!

Esimerkkejä kursseista, jotka jäävät määritelmän ulkopuolelle:

- Kankaankudonta
- Makrameekurssi
- Mosaiikkikurssi
- Lasinpuhallus
- Kirjansidonta
- Tuftaus
- Puutyöt edistyneille



Digitaidot

Kansalaistaitojen näkökulmasta keskeisiä digitaitoja ovat esimerkiksi sähköpostin käyttö, omien asioiden hoitaminen digitaalisissa palveluissa, salasanojen ja palveluihin tunnistautumisen hallitseminen sekä oman laitteen perusasetusten tunteminen.

Erikoistuneet digitaidot tai ammatilliset digitaidot eivät kuulu kansalaistaitojen määritelmään.

Määritelmään soveltuvia kurssiesimerkkejä:

- Tietokoneen käyttötaito
- Ensikosketus älypuhelimeen
- Android-älypuhelin/tabletti tutuksi
- iPhone älypuhelin tutuksi pienryhmässä
- Digiklinikka
- Älypuhelimien, tabletin ja tietokoneen hankinta
- Tiedon hakeminen internetistä ja tekoäly arjen apuna

Esimerkkejä kursseista, jotka jäävät määritelmän ulkopuolelle:

- Tekoälyn jatkokurssi: Tekoälysovellukset ammattimaiseen käyttöön
- Python-ohjelmointi
- Kuvankäsittely Photoshopilla
- Maisemakuvauksen jatkokurssi
- Kuvakirjan teko

Muita hyviä esimerkkejä valtakunnallisen kurssihaun kansalaistaitokurseista:

- Vauhtia työnhakuun ja uuden oppimiseen (työelämätaidot, oppimistaidot)
- Työkaluja jaksamisen ja hyvinvoinnin tueksi (terveys- ja hyvinvointitaidot, mielenterveystaidot)
- Mielenterveyden ensiapu (mielenterveystaidot)
- Kuntalaisvaikuttaminen (demokratiataidot)
- Kokataan kotivarasta – taitoja poikkeustilanteisiin (varautumistaidot, ravitsemus- ja ruoanlaittotaidot)
- Kansalaisen varautumiskoulutus (varautumistaidot)
- Arjen pelastajat – ruokaa kiireisiin päiviin (ravitsemus- ja ruoanlaittotaidot)
- Vapaaehtoistoiminta (yhteiskuntataidot)
- Ennakoivan ajon koulutus (liikennetaidot)
- Osaamisperustainen rauhankasvatuskurssi (neuvottelu- ja sovittelutaidot)
- Elämäni eläkevuodet – hyvinvointikurssi (oman elämän suunnittelu)
- Informaation lukutaito ja väärän tiedon tunnistaminen (medialukutaito, kriittinen ajattelu)
- Opinklinikka (oppimistaidot)
- Maahanmuuttajanaisten uintikurssi alkeet (uimataito)
- Helpomman arjen työkalupakki (arjenhallintataidot)
- Edunvalvontavaltuutuksella turvaat tulevaisuuttasi (asiointitaidot)
- Kompostointi- ja lajitteluilta (ekologinen kestävyys)
- Matikkaa aikuisille (numerotaidot)

IDEOITA JA
-ESIMERKKEJÄ

Materiaalit kansalaisopistofoorumilla

Kansalaisopistofoorumilta löydät Kansalaistaidot kunniaan -hankkeessa tuotetut materiaalit, joista suurin osa on mukana myös tässä oppaassa. Foorumilta löytyy myös hankkeen tapahtumien tallenteet sekä ohjeita kansalaistaitoviikkoon ja kansalaistaitoaiheisen tapahtuman järjes-

tämiseen. Lisäksi foorumilta löytyy vielä laajemmin kurssi-ideoita ja -esimerkkejä sekä raportteja kurssikokeiluista eri kansalaistaitokurssien suunnittelun tueksi.

Kansalaisopistofoorumin sisällöt löytyvät ►► täältä.

Hellewi-kurssinhallintajärjestelmä ja kansalaistaitokurssien merkitseminen

Hellewi-kurssinhallintajärjestelmän avulla on mahdollista merkata kurssien erityispiirteitä muun muassa näkyvyyden edistämiseksi ja tilastoinnin helpottamiseksi. Kurssi voidaan merkata esimerkiksi verkkokurssiksi, UMAKO-kurssiksi tai kansalaistaitokurssiksi.

Käyttämällä kansalaistaitokurssi-valintaa, voit lisätä sen kurssien hakuehdoksi Hellewin verkkokauppaan, ja saat sen näkyviin valtakunnallisen kurssihaun kansalaistaitokurssihin. Kansalaistaitokurssi-valinta löytyy kurssin Lisätiedot-välilehdeltä. Tämän merkitsemisen avulla kansalaistaitokurssit saadaan paremmin näkyviin paikallisesti ja valtakunnallisesti.

Kurssin lisävalinnat

- Kansalaistaitokurssi
- Verkkokurssi
- Verkkoluento
- Maahanmuuttajille suunnattu
- Umako
- Näytä kurssi erillisessä rajapintahaussa
- Linkitä ulkoiseen järjestelmään
- Näytä tarkka paikkanaäyttö
- Ajankohtainen

Käytössä olevat hakutekijät

<p>Luokitukset</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Osastot <input checked="" type="checkbox"/> Pääluokat <input checked="" type="checkbox"/> Aineet <input type="checkbox"/> Ainealueet <input type="checkbox"/> Yksiköt <input type="checkbox"/> Koulutusalat <input type="checkbox"/> Opintokokonaisuudet <input type="checkbox"/> Koulutustyytit <input type="checkbox"/> Kurssilajit <input type="checkbox"/> Linjat <input type="checkbox"/> Kurssitasot <input type="checkbox"/> Seurantaotsikot <input type="checkbox"/> Kieli <input checked="" type="checkbox"/> Ikäryhmät <input checked="" type="checkbox"/> Opetusmuodot 	<p>Alkataulut</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Viikopäivät <input type="checkbox"/> Lukuvuodet <input type="checkbox"/> Lukukaudet <input checked="" type="checkbox"/> Alkavat kurssit <input checked="" type="checkbox"/> Ilmoittautuminen on avoimna <input checked="" type="checkbox"/> Päivämäärät <p>Teemat ja merkinnät</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Merkinnät <input checked="" type="checkbox"/> Kansalaistaitokurssit <input type="checkbox"/> Opintopistekurssit <input type="checkbox"/> Hinnat <p>Sijainnit</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Tilat <input checked="" type="checkbox"/> Tilaryhmät
---	--

Kansalaistaitokurssi näkyy verkkokaupassa hakuehtona, kun verkkokaupan asetuksista ruksaa lisäksi aktiivisiksi kaksi kohtaa: "Merkinnät" ja "Kansalaistaitokurssit."



Esimerkkejä toteutetuista kansalaistaitokursseista

Kansalaisopistoissa on toteutettu vuosien mittaan jo monenlaisia kansalaistaitokursseja. Tämä luku sisältää esimerkkejä toteutuneista kursseista. Kurssikuvauksia voi halutessaan hyödyntää opiston kurssisuunnittelun tukena.

Kattavampi lista kurssiesimerkeistä löytyy kansalaisopistoforumilta.



Terveys- ja hyvinvointitaidot



Mielenterveys elämäntaitona

Mielenterveys on osa kokonaisterveyttä, josta voi huolehtia kuten muustakin terveydestä. Hyvä mielenterveys lisää hyvinvointia ja auttaa meitä selviytymään elämään kuuluvista vaikeuksista. Kurssilla perehdyt mielenterveystaitoihin tutkitun tiedon ja harjoitteiden kautta, pohdit oman ja läheistesesi mielen hyvinvointia ja tutustut mielenterveyden vahvistamisen tapoihin. Koulutuksessa käsiteltävät teemat: Mitä hyvä mielenterveys on, tunteet, elämän monet kriisit, ihmissuhteet ja vuorovaikutus, elämäntaitona.

Mielenterveys elämäntaitona

– Mielenterveyden ensiapu 1

Harjoittelemalla voit vahvistaa itseäsi ja mielenterveyttäsi. Mielenterveyteen kuuluvalla osaamisella tarkoitetaan esimerkiksi tunne- ja tietoisuustaitoja sekä vuorovaikutus- ja ongelmanratkaisutaitoja. Arjen valinnoilla on myös suuri vaikutus mielenterveyteemme. Kurssin sisältö: Mitä hyvä mielenterveys on, tunteet ja tunteet, itsetuntemus ja itsetunto, elämän

monet kriisit, ihmissuhteet ja vuorovaikutus, elämäntaitona ja ympäristön vaikutus mieleen.

Kuinka muodostaa (liikunta)rutiineja?

Kurssilla keskitytään itselle sopivien (liikunta)rutiinien tunnistamiseen ja suunnitteluun. Haemme vastauksia siihen, mitä rutiinien suunnittelussa on hyvä huomioida sekä ymmärrystä sille, millaiset rutiinit juuri tällä hetkellä sopisivat parhaiten omaan elämään. Tutustumme taustalla vaikuttaviin tiedostamattomiin ilmiöihin ja peilaamme niitä omaan arkeen.

Hyvää oloa ruoan ja liikunnan avulla

Kurssilla saat arkeesi sopivia käytännön vinkkejä monipuoliseen syömiseen ja liikuntaan. Tutustut erilaisiin liikuntamuotoihin ja löydät itsellesi sopivan tavan liikkua. Saat toimivia reseptejä terveyttä ja hyvinvointia edistävään ruokavalioon.

Ota haltuun perusarkiruokat

Tule harjoittelemaan ruuanlaittoa ja valmistamaan arkiruokia! Saat tietoa ja ideoita sujuvaan ruoanvalmistukseen.

Tutustumme eri valmistusmenetelmiin, mausteisiin ja kohotusaineisiin sekä yhdessä kurssilaisten kanssa sovittuihin perusraaka-aineisiin.

Kohti tasapainoista elämää – luonnonmukainen ja ravitseva ruokavalio

Ruokavalion avulla voimme jopa muuttaa elämämme suuntaa ja tulla pirteämmiksi ja elinvoimaisemmiksi ihmisiksi. Pääasia on ymmärtää mitä, miksi ja miten syö. Val-

litsevat muotivirtaukset saattavat sekoittaa monen ruokailijan mielen, jolloin tärkeät perusasiat saattavat jäädä taka-alalle. Luennolla keskustellaan ruuan ekologisuudesta, ruokaperinteistä sekä yrteistä ja mausteista ruokavalion tukena. Ruoka voi olla osa kokonaisvaltaista terveyden hoitoa. Luennolla saa mukaansa satoja vuosia vanhoja perinteisiä reseptejä, joiden ainesosia löytyy varmasti omasta pihasta.



Turvallisuustaidot

Aikuisten uimakoulu

Kurssi on tarkoitettu henkilöille, joilla on heikko uintitaito tai jotka ovat uimataidotomia. Kurssi voi myös muotoutua uima-reiden toiveiden mukaan. Harjoitellaan uinnin tekniikoita ja sukeltamista.

Ensiavun peruskurssi EA1

Kurssilla perehdytään onnettomuustilanteessa oikein toimimiseen, painelu- ja puhalluselvytykseen, verenvuotojen tyrehdyttämiseen sekä sairauskohtauksien, murtumien, palovammojen ja myrkytysten ensiapuun. Käsittelemme myös arkisempien tapaturmien ehkäisyä sekä hoitoa. Kurssilla keskustelemme ja harjoittelempa paljon.

Alkusammutuskoulutus

Kurssin koostuu teoriaosuudesta ja harjoitteluosuudesta. Teoriaosuudessa käsitellään palo- ja poistumisturvallisuutta tänään, alkusammutuksen merkitystä sekä alkusammutusvälineitä. Osallistujat tutustuvat nykyisiin palo- ja poistumisturvallisuusstandardeihin ja niiden merkitykseen arjessa. Lisäksi käydään läpi, miksi

alkusammutus on tärkeää ja miten se voi estää suurempien vahinkojen syntyminen. Erilaiset alkusammutusvälineet, kuten käsiammuttimet ja sammutuspeitteet, esitellään ja niiden oikea käyttö opetetaan.

Harjoitteluosuudessa osallistujat pääsevät harjoittelemaan alkusammutusta erilaisilla välineillä turvallisessa ympäristössä. Lisäksi harjoitellaan suurempien palojen hallintaa ja tutustutaan erilaisiin sammutteisiin ja niiden käyttöön.

Ennakoi, varaudu, suunnittele – avaimia arjen turvataitoihin

Kodeissa tulisi varautua pärjäämään itsenäisesti ainakin kolme vuorokautta häiriötilanteen alkamisen jälkeen. On suositeltavaa, että kotoa löytyy vähintään kolmeksi vuorokaudeksi ruokaa ja lääkkeitä. Lisäksi on tärkeää tuntee varautumisen perusteet, eli tietää mistä saa oikeaa tietoa häiriötilanteessa ja miten pärjätä kylmenevässä asunnossa.

Kotitalouksien varautumisen merkitys on suuri apu yhteiskunnalle ja ennen kaikkea ihmiselle itselleen.



Sosiaaliset taidot

Tunnetaidot

– Mielen hyvinvoinnin taidot

Tunnetaidot käsittävät tunteiden tunnistamisen, hyväksymisen, käsittelyn ja tunteiden mukaan toimimisen. Kaikkien tunteiden hyödyntäminen lisää psyykkistä joustavuutta ja auttaa sietämään stressiä. Tunteiden käsittelyn oppiminen auttaa meitä parantamaan omia ihmissuhteitamme, löytämään omia arvojamme ja toimimaan niiden mukaan sekä edistämään fyysistä ja psyykkistä terveyttämme.

Tunnelukkotyöpaja

Kurssilla käydään läpi tunteiden syntyä ja opituja käyttäytymismalleja teorian avulla. Nämä käyttäytymismallit hankaloittavat arkeamme. Reagoimme tilanteisiin tunteella, emmekä aina osaa hallita niitä. Tämä voi harmittaa tai ärsyttää sekä vaikeuttaa ihmissuhteita. Olemme oppineet hyökkäämään, vetäytymään tai passivoitumaan, kun kerromme tunteistamme. Tämä estää avoimen viestinnän. Opimme päivän aikana omista tavoistamme reagoida ja saamme vinkkejä omien reaktioidemme ja haasteellisten tunteidemme hallintaan. Päivän aikana teemme myös omia tunteita herätteleviä kirjoitusharjoituksia, mielikuva-harjoitteita ja muita toiminnallisia tehtäviä. Nämä auttavat ymmärtämään omaa tapaamme toimia erilaisissa tilanteissa.

Toisena teemana ovat tunnelukot. Ennen toista teemaa osallistujat ovat saaneet täytettäväkseen tunnelukkolomakkeen, jolla kartoitetaan omia tunnelukkoja. Käymme teorian ja lomakkeen avulla läpi eri teemoja: Mitä tunnelukkoja on? Miten ne vaikuttavat meihin? Miten niitä voi hallita? Teemme myös mielikuvaharjoitteen, joka johdattelee tunnelukkojen äärelle. Tämän jälkeen puramme harjoitteen niin, että jokaiselle jää harjoituksesta turvallinen ja hyvä olo. Päivän aikana tehdään ryhmätöitä ja itsenäisiä tehtäviä. Lisäksi ohjaaja keskustelee jokaisen osallistujan kanssa tunnelukoista hetken kahden kesken.

Rakentava vuorovaikutus

Miten selvittää ristiriitatilanteista? Miten työstää loukkaavia lauseita? Miten kehittää haasteellista ihmissuhdetta paremmaksi? Kurssilla tehdään käytännön harjoituksia, joiden avulla voi tiedostaa vuorovaikutuksen mekanismeja ja kehittää omia vuorovaikutustaitojaan. Kurssi sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita vuorovaikutuksen ymmärtämisestä. Kurssi ei edellytä mitään ennako-osaamista tai -tietoja.

Vuorovaikutustaitoja työhön ja arkeen

Millaista on hyvä vuorovaikutus? Mitä tarkoittaa ylästatus? Mitä itse viestin, kun kommunikoin toisten kanssa? Tarvitsemme jatkuvasti vuorovaikutustaitoja, niin töissä kuin vapaa-ajallakin. Kurssi perehdyttää keholliseen viestintään ja vuorovaikutukseen ja se sopii hyvin aloittelijoille. Kurssin jälkeen osaat nimetä hyvän vuorovaikutuksen keskeiset osa-alueet, tunnet statusviestinnän perusteet ja hahmotat paremmin omaa kehollista viestintääsi.

Kurssilla tunnistamme ja määrittelemme, mistä elementeistä hyvä vuorovaikutus koostuu. Tarkastelemme erityisesti sanatonta viestintää ja teemme keskusteluun ja teatteri-improvisaatioon pohjautuvia harjoitteita. Kurssin harjoitteiden avulla edistät omaa vuorovaikutusvalmiuttasi.

Teemme harjoitteet yksin tai pareittain muun ryhmän edessä tai koko ryhmän kanssa samanaikaisesti. Vertaiskeskustelut ja reflektointi ovat olennaisia työtapoja kurssilla.

Moninaisuus ja yhteisöllisyyden voima

Ihmiselle on tärkeää kuulua johonkin ja tulla kohdatuksi sellaisena kuin hän on. Luennolla kuulemme erilaisia kokemuksia yhteisöllisyyden ja kohtaamisen voimasta, ja siitä miltä tuntuu tulla arvioiduksi ulkoisten piirteiden perusteella.



Kestävä elämäntapa

Kestävät elämäntavat lisäävät hyvinvointia

Kestävät elämäntavat ovat jokaisen saatavissa. Kyse on arjessa tapahtuvista valinnoista, joita voi ihan jokainen toteuttaa pienin tai vähän suuremminkin askelein. Tutkimusten mukaan kestävät valinnat lisäävät hyvinvointia, tyytyväisyyttä ja elämän mielekkyyttä. Kestävän elämäntavan avulla on myös mahdollista parantaa omaa terveyttään ja säästää rahaa.

Yhdenvertaisuuden perusteet

Kuinka tunnistat syrjivät rakenteet omissa yhteisöissäsi? Tule löytämään työkaluja edistääksesi yhdenvertaisuutta. Yhdenvertaisuuden tärkeimpiä työkaluja ovat tieto, kriittiset kysymykset ja itselle uusiin näkökulmiin tutustuminen.

Viikonlopun tiiviskurssin aiheita ovat syrjinnän ja väkivallan mekanismit, mikroagressiot ja vähemmistöstressi. Käymme läpi myös erilaisia normeja ja tutustumme normikriittisiin tapoihin tarkastella yhteiskunnan vahingollista normatiivisuutta. Lisäksi keskustelemme mm. suvaitsevaisuuden ja vallan käsitteistä yhdenvertaisuuden näkökulmasta.

Arkielämän ympäristötietoutta

Oletko kiinnostunut ympäristöasioista? Haluatko tietää, miten hiilijalanjälki liittyy tavallisen kuluttajan elämään tai miten ilmastonmuutos ja kuluttaminen liittyvät toisiinsa? Kurssilla opit lisäämään ympäristöystävällisiä tekoja arkeesi.



Elämönhallintataidot

Arki haltuun!

Kurssilla harjoittemme rennolla otteella arjen perustaitoja kuten rahan ja ajan käyttöä ja oman talouden hallintaa. Lisäksi pohdimme omaa jaksamista ja hyvinvointia. Kurssilla määrittelet oman tavoitteesi ja pohdit itsenäisesti sinulle sopivimpia ratkaisuja. Muu ryhmä tukee ajatteluasi kysymysten avulla.

Tsemppiä stressinhallintaan

Kurssilla opimme tunnistamaan stressin oireita ja sen kehittymistä sekä hallitsemaan sitä erilaisin keinoin. Lisäksi perehdymme palautumismekanismeihin omassa kehossamme, pohdimme palautumisen merkitystä ja opimme tehostamaan sitä. Lisäksi keskitymme omien vahvuusiemme ja erityistaitojemme tunnistamiseen ja hyödyntämiseen.

Verkkoasiointi

Kurssilla harjoitellaan turvallisesti internetin ja tietokoneen käyttöä arkisissa tilanteissa. Miten haen tietoa esimerkiksi liikkeiden tai virastojen aukioloajoista, tai miten asioin verkkopalvelussa? Samalla virkistämme tietokoneen peruskäyttöaitoja.

Kotnikkarin selviytymiskurssi

Proput palavat, saranat vinkuvat, taulut putoavat ja kaapinovat repsottavat. Aina ei ole apua saatavilla kodin pikkukorjauksiin tai muuten on halu tulla toimeen omillaan. Kurssin aikana ruuvaamme, poraamme, teroitamme veitset, puhumme sähköstä ja selvittelemme kurssilaisten ongelmia kodin nikkaroinneissa. Peukalon

asennolla kämmenen suhteen ei ole merkitystä kurssille osallistumisen kannalta. Ota mukaan kurssille kotoa löytyviä sähkötyökaluja, joiden käyttö askarruttaa sekä muutama veitsi ja sakset, jotka vaativat teroitusta.

Talous, Taloudellinen mielenrauha

Oman talouden suunnittelu on osa arkipäivää kaikissa ikävaiheissa. Oman talouden tarkastelu ja eläkesäästäminen kannattaa kuitenkin aloittaa hyvissä ajoin. Tutkimusten mukaan yksi eniten huolta aiheuttava asia eläkkeelle siirryttäessä on eläkkeen riittäminen. Hyvällä suunnittelulla ja pienellä varautumisella eläkkeelle voi kuitenkin siirtyä luottavaisin mielin.

Se, miten paljon tilille jää pakollisten maksujen jälkeen, vaikuttaa paljon arkipäivään. Miten eläkkeen saa riittämään hyvään elämään? Mitä taloustaito oikeastaan tarkoittaa? Kurssilla puhumme rohkeasti rahasta ja taloudesta.

Elämänkaaren vaiheet

Törmäsitkö taas uusiin haasteisiin ja näkökulmiin, vaikka elämän piti olla mallillaan? Yksi selitys voi löytyä kehityspsykologi Erik Eriksonin elämänkaarta koskevista tutkimuksista. Kurssilla perehdytään Eriksonin elämänkaaripsykologian tutkimuksiin, jotka käsittelevät ihmisen elämän eri vaiheiden tehtäviä.

Kurssilla tehdään erilaisia harjoituksia, jotka auttavat hahmottamaan syvemmin omaa elämänkaarta ja tiedostamaan oman elämän arvoja ja tarkoitusta. Kurssi ei edellytä mitään ennakkotietoja tai -osaamista.



Ongelmanratkaisutaidot

Opinklinikka

Kurssi sopii aikuisille, jotka haluavat apua ja tukea oppimiseen tai jotka epäilevät, että heillä on lukihäiriö tai oppimisvaikeus. Opinklinikka tarjoaa yksilöllistä oppimistaitojen valmennusta oppimisen ongelmiin, tietoja apuvälineistä sekä mahdollisuuden saada luki- tai matematiikkatestaus lausuntoineen.

Opi oppimaan kieliä aikuisena

Haluaisitko aloittaa kielten opiskelun ensimmäistä kertaa elämässäsi? Onko opiskelustasi vierähtänyt useampi vuosi? Onko kielenoppiminen tuntunut sinusta vaikealta? Tule tutustumaan, keskustelemaan ja kyselemään: Miten aikuinen oppii? Miten kieltä opitaan? Mitä eri tapoja on opiskella? Kurssi sopii myös jo opintonsa aloittaneille, jotka haluavat parantaa opiskelutekniikkaansa.

Oman osaamisen tunnistaminen

Tavoite: Kurssin suoritettuaan opiskelija osaa tunnistaa eri tavoin hankkimaansa osaamista sekä omia vahvuusalueitaan, sanoittaa omaa osaamistaan, tunnistaa henkilökohtaisia kehityskohteitaan, ammatillisia vaatimuksia, haasteita ja mahdollisuuksia sekä yhdistää oman osaamisen tunnistamisen ja työhyvinvoinnin teemat.

Sisältö: Kurssilla perehdytään omien vahvuuksien, oman osaamisen sekä tietotaitopotentialin tunnistamiseen. Opiskelija tutustuu oman osaamisen tunnistamisen merkitykseen itsetuntemusta ja hyvinvointia lisäävänä tekijänä. Opiskelija osaa perustella oman osaamisen tunnistamisen merkityksen työhyvinvointiin sekä omaan ammatilliseen identiteettiin vaikuttavana tekijänä.

Löydä luovuutesi

Löydä luovuutesi -kurssilla etsimme yhteyttä omaan luovuuteemme erilaisten kirjoitus-, piirustus- ja mielikuvaharjoitusten avulla. Perehdymme muun muassa päänsisäiseen kriteerikoomme ja siihen, miten sen kanssa voi oppia

tulemaan toimeen. Tarkastelemme myös luovaan tekemiseen tarvittavaa aikaa ja tilaa sekä pohdimme, mistä ideat tulevat ja kuinka oman luovan juttunsa voi löytää. Emme myöskään unohda luovan levon tärkeyttä.

Tulevaisuuden tutkimuksen viikonloppu

Tulevaisuudentutkimuksessa pyritään monitieteellisesti ymmärtämään mahdollisia tulevaisuuden maailmoja ja tunnistamaan heikoista signaaleista kehitystrendejä. Tavoitteena on myös rakentaa halutunlaista tulevaisuutta vahvistamalla toivottuja kehityskulkuja. Valmiuksia voidaan kehittää tulevaisuuteen suuntautuneen ajattelun, koulutuksen, ennakoinnin ja toiminnan avulla. Tulevaisuuden kuvaukset voivat olla nykytilan muunnoksia tai utopioita ja dystopioita. Scifi-kirjallisuus ja elokuvat ovat esimerkkejä tällaisesta toiminnasta. Tutkimuksen kohteena voivat olla esimerkiksi arkielämän, työelämän, koulutuksen, talouden, tieteen ja teknologian kehitys.

Tulevaisuudentutkimuksessa käytetään monenlaisia työkaluja. Kurssilla tutustutaan muun muassa Delfoi-tekniikkaan, systeemijatteluun, evoluutioajatteluun, kausaalianalyysiin, aikasarjoihin, barometreihin, luovuusmenetelmiin, backcasting-menetelmään ja skenaarioiden kirjoittamiseen. Kurssi sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita tulevaisuuteen suuntautuneesta tiedosta ja keskustelusta.

Trendit ja tulevaisuus

Haluaisitko avata ikkunan edustamasi yrityksen tai yhteisön kehittämiseen? Tiesitkö, että tulevaisuus tehdään tänään?

Kurssilla tutustumme trendeihin tulevaisuuskartan avulla. Keskeisenä tavoitteena on oppia, miten trendit vaikuttavat omaan elämään, kulutukseen, markkinoihin sekä yritysten ja yhteisöjen toimintaan. Keskustelemme paljon ja nostamme esiin omia näkemyksiä trendien vaikutuksista. Olennaista on oppia toinen toisiltaan.



Kansalaisuustaidot

Yksilöt, yhteisöt ja muutos: historiallisia ja kulttuurisia näkökulmia suomalaisen yhteiskuntaan, luentosarja

Yksilöiden ja yhteisöjen välinen vuorovaikutus on yksi yhteiskunnan toiminnan perusedellytyksistä. Niihin liittyvät prosessit ja kokemukset ovat monella tapaa rakentaneet suomalaista yhteiskuntaa läpi ajan. Tässä luentosarjassa nuoret tutkijat lähestyvät teemaa omien tutkimusaiheidensa kautta historiallisista ja kulttuurisista näkökulmista.

Yhteiskuntataidot

Kurssi tarjoaa katsauksen omaan taloudenhallintaan, työntekijän oikeuksiin ja velvollisuuksiin Suomessa. Lisäksi saat tietoa siitä, mitä tukea opiskeluun on elämäntilanteessasi saatavilla. Kurssi sisältää kuusi kolmen tunnin työpajaa

- Työelämän pelisäännöt ajan tasalle
- Oma osaaminen ja vahvuudet
- Opiskelu ja työelämä
- Työntekijät ja työnantajat vallankäyttäjinä
- Taloudellinen hyvinvointi
- Työmarkkinoiden tarpeet ja tarjonta

KOTIVA – Yhteiskuntataidot -ryhmä somalinkielisille kotivanhemmille internetissä

Kurssilla tutustutaan omakielisen ohjaajan ja vierailevien asiantuntijoiden opastuksella perhepalveluihin ja lastenkasvatukseen, koulutus- ja uramahdollisuuksiin, terveyteen ja hyvinvointiin, suomen kielen opiskeluun ja digiasiointiin.

Maailmanpolitiikan pyörteissä

Luennoilla taustoitetaan ajankohtaisia maailmanpolitiikan tapahtumia Nato-Suomesta Euroopan unionin mahdolli-

siin tulevaisuuksiin, Ukrainasta Venäjään ja Yhdysvaltojen presidentinvaaleihin. Aikaa on myös kysellä ja keskustella.

Lähidemokratia, Kansalaispaneeli

Kansalaispaneelissa keskustelemme ja ilmaisemme mielipiteitämme lehtikirjoituksista nousseista paikallisista asioista kuten, sairaanhoidosta, kaupunkisuunnittelusta, katujen, teiden ja torien kunnossapidosta ja muista kaupungissa ja alueella tapahtuvista asioista.

Ihmettelyryhmä

Tarkastelemme yhdessä erilaisia elämänalueita, maailmankuvia ja suuria käsitteitä keskustellen. Ihmettely kehittää ymmärrystä, laajentaa tietämystä ja parantaa näkökulmien vaihtamisen taitoa. Pohdimme eettisiä ongelmia, puhumme sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ja hämmästelemme elämän erikoisuuksia, suuria teemoja ja tunteita toisiamme kunnioittaen.

Älä tule huijatuksi netissä

– Kriittinen medialukutaito

Kurssilla opimme tulkitsemaan nykymediaa kriittisesti ja tunnistamaan mis- ja disinformaation sekä muut informaatiovaikuttamisen käsitteet. Keskustelemme myös, miten voimme välttää huijatuksi tulemisen. Selaamme nettiä ja harjoittelemme käytännössä tietokoneella. Mietimme, mitkä lähteet ovat luotettavia, mitä saa klikata ja mitä ei, sekä harjoittelemme näytölle hyppäävien ikkunoiden lukemista. Kurssiin kuuluvat myös tietoturvallisuuden perusasiat netin selaamisen osalta.

Työelämän ABC

Kurssilla perehdymme työelämän keskeisiin käsitteisiin, työlainsäädäntöön ja työelämän tulevaisuuteen. Teemme työhakemuksen, CV:n, motivaatiokirjeen ja vaikkapa videoesittelyn itsestämme. Valmistaudumme myös työpaikkahaastatteluun ja pääsykokeisiin.

Työelämässä saa erottua | Hyvinvointi ja työelämä -kurssi

Hyvinvoinnista huolehtimisen taidot ovat tärkeitä sekä vapaa-ajan että työelämän kannalta. Kun sinulla on henkistä ja fyysistä jaksamista sekä tasapainoa elämässä, sinulla on paremmat voimavarat myös työnhakuun. Hyvinvointitaidot eivät ainoastaan lisää terveyttä ja jaksamista, vaan ne vahvistavat myös itsetuntoa ja itsearvostusta. Hyvinvointi ja itsetuntemus auttavat erottumaan työelämässä.

Kurssilta saat vastauksia muun muassa seuraaviin kysymyksiin:

- Mistä haen töitä?
- Miten erilaiset työnhakusivustot toimivat?
- Miten työhakemus kirjoitetaan ja lähetetään?
- Miten sähköpostia käytetään?

Kurssilla opetellaan myös tietokoneen käytön perusteita, joten kurssi sopii kaikille. Kurssi on suunnattu aikuisille sekä kotoutumisajan ylittäneille maahanmuuttajille, jotka kokevat tarvitsevansa apua työnhaku- ja digitaitojensa kehittämisessä.



Kansalaistaitokysely

Näkemyksiä osaamisesta, osallistumisen esteistä ja kannustimista sekä kansalaisopistojen merkityksestä

Keväällä 2024 Kansalaisopistojen liitto keräsi ihmisten näkemyksiä kansalaistaidoista. Kyselyllä pyrittiin selvittämään, mitkä kansalaistaidot ovat vastaajien mielestä tärkeimpiä ja missä taidoissa heillä olisi vielä kehittämisen varaa.

Kyselyyn saatiin 1673 vastausta eri puolilta Suomea. Kyselyn tärkeimmät tulokset esitellään tarkemmin seuraavissa kappaleissa.

Tärkeimpinä pidetyt kansalaistaidot ja näkemykset omasta osaamisesta

Kyselyn vastaajat pitivät kaikista tärkeimpinä kansalaistaitoina elämänhallintataitoja, jotka pitävät sisällään arjen- ja talouden hallintaan, omien asioiden hoitamiseen, kodinhoitoon ja elämän suunnitteluun liittyvät taidot. Toiseksi tärkeimmiksi taidoiksi vastaajat nostivat perustaidot, joihin sisältyy lukutaito, numerotaito ja ongelmanratkaisutaito. Kolmannen sijan saivat sosiaaliset taidot, jotka koostuvat tunnetaidoista, osallisuustaidoista, vuorovaikutustaidoista sekä neuvottelu- ja sovittelutaidoista.

Kyselyssä kartoitettiin myös vastaajien oman kansalaistaito-osaamisen tasoa. Ensimmäisen sijan saivat elämänhallintataidot, toisen yhteiskunnallisiin asioihin, eettisyyteen ja kriittiseen ajatteluun liittyvät kansalaisuustaidot ja kolmannen perustaidot. Kun taitojen tärkeydelle ja omalle osaamiselle annettuja arvosanoja verrattiin keskenään, taitojen tärkeyttä koskevat arvosanat olivat koettua osaamista korkeammalla tasolla.

Kyselyn tuloksista käy ilmi, että vastaajat arvioivat kansalaistaitojen tärkeyden korkeammaksi kuin oman osaamisensa näissä taidoissa, joten kansalaistaitojen kehittämiseksi on selkeästi tarvetta. Tämä on linjassa aikuisten perustaitoja mittaavan PIAAC-tutkimuksen kanssa, jossa yli 600 000 suomalaisella havaittiin puutteita perustaidoissa. Kurssien tarjoaminen näiden taitojen kehittämiseksi on siis erittäin tärkeää.

Kansalaistaitokursseille osallistumisen kannustimet ja esteet

Kyselyyn vastanneet jakoivat myös ajatuksiaan siitä, mikä saisi heidät osallistumaan kansalaistaitoja kehittäväälle kansalaisopiston kurssille. Mielenkiintoa opetettavaan aihealueeseen ja itsensä kehittämiseen pidettiin merkittävänä tekijänä, samoin sopivaa ajankohtaa ja opiskelun sovittamista omaan elämäntilanteeseen. Hyvä ja innostava opettaja, mielenkiintoinen kurssikuvaus sekä opettajan kyky luoda avoin ja hyväksyvä ilmapiiri saivat myös mainintoja.

Kansalaistaitokursseille osallistumisen esteet liittyivät samoihin teemoihin. Pitkät välimatkat, kiire ja ajan puute hankaloittavat kurseille tulemista. Oman taloudellisen tilanteen ja kurssimaksujen suuruuden mainittiin luonnollisesti vaikuttavan osallistumismahdollisuuksiin. Jotkut vastaajat myös kertoivat, että he kokevat omien kansalaistaitojen olevan jo hyvällä tasolla. Toisilla jaksamisen tai iän tuomat haasteet vaikuttavat opiskeluun.



Vastaukset alleviivaavat saavutettavuuden tärkeyttä.



SAAVUTETTAVUUS

Lähiopetukseen osallistuminen ei ole kaikille mahdollista pitkien välimatkojen, kiireisen elämäntilanteen tai jaksamiseen liittyvien haasteiden vuoksi, joten myös verkossa suoritettavia opintoja tulisi olla tarjolla mahdollisuuksien mukaan. Myös kurssimaksujen suuruus vaikuttaa olennaisesti opintojen saavutettavuuteen. Maksuttomat kurssit tai alennetut kurssimaksut madaltavat osallistumiskynnystä niille, joiden taloudellinen tilanne on heikko.

Informatiiviset kurssikuvaukset ja kurssin hyväksyvä ilmapiiri ovat myös keskeisiä tekijöitä saavutettavuuden varmistamisessa ja osallistumiskynnyksen madaltamisessa. Kuvaukset auttavat potentiaalista osallistujaa saamaan käsityksen siitä, mitä kurssilla opetetaan, millaisia tavoitteita kurssille on asetettu sekä arvioimaan sitä, soveltuvatko kurssin sisällöt hänen tarpeisiinsa. Tämä voi vähentää osallistumiseen liittyvää epävarmuutta ja kannustaa opintojen pariin.

Tarkempaa tietoa saavutettavuuden edistämisestä voi lukea *Kansalaisopistojen liiton Saavutettava ja matalan kynnyksen kansalaisopisto* -hankkeesta (2021–2023) tuotetusta oppaasta, jossa avataan saavutettavuuteen keskeisesti liittyviä käsitteitä ja kerrotaan konkreettisia keinoja kansalaisopistojen saavutettavuuden parantamiseksi.

►► **Opas löytyy täältä.**

Kannustava ilmapiiri puolestaan luo oppimiselle turvallisen tilan, jossa opiskelijat voivat kokeilla uusia asioita ilman epäonnistumisen pelkoa. Tämä on erityisen tärkeää silloin, jos oppimiseen liittyy haasteita tai jos opiskelijalla on aiempia huonoja kokemuksia oppimistilanteista. Kun jokaisen panosta arvostetaan ja kurssilaisten yksilölliset tilanteet ja taustat pyritään ottamaan huomioon, edistetään samalla yhdenvertaisuutta ja osallisuutta.

Kansalaisopistojen ja -taitojen merkitys omassa elämässä ja yhteiskunnassa

Monet vastaajat jakoivat kokemuksiaan kansalaisopistoissa opiskelemisesta ja pohjivat kansalaisopistojen ja -taitojen roolia niin omassa elämässään ja yhteiskunnassa laajemminkin. Kansalaisopistojen edistämä yhteisöllisyys sai kiitosta, ja opistoja kuvailtiin tärkeiksi sosiaalisten suhteiden mahdollistajiksi eri ikäisten ja taustaisten ihmisen välillä. Opistojen mainittiin vähentävän syrjäytymistä ja terveydenhuollon kustannuksia sekä parantavan yleistä elämänlaatua. Yksi kyselyyn vastanneista kirjoitti seuraavasti:

”Yhteisöllisyys on elämän tärkeimpiä tekijöitä. Muiden ymmärtäminen lähtee ihan omasta lähipiiristä. Ymmärrä läheisiäsi, naapureitasi, koulu- ja opiskelukavereitasi, työyhteisösi jäseniä, harrastuspiirisi jäseniä edeten näin aina kauempana omasta yhteisöstäsi olevia...”

Kansalaisopistotoiminnan tuottamat hyödyt yksilölle ja yhteiskunnalle on havaittu myös aihepiiriä käsittelevissä tutkimuksissa. Tutkimusten mukaan kansalaisopistot kasvattavat itseluottamusta ja ystäväverkostoja, kehittävät laajasti erilaisten taitojen osaamista, vähentävät sosiaali- ja terveystalouden käyttöä ja maksavat opistoihin sijoitetut eurot moninkertaisesti takaisin (Manninen, 2016; Manninen, 2018; Manninen ym., 2019). Eräs kyselyyn vastannut sanoitti ajatuksiaan näin:

”Pidän kansalaisopistoja edelleen erittäin tärkeinä monessa kohdassa ihmisen elämää: lasten ja nuorten monipuolisten harrastusten sekä nuorten ja aikuisten tiedon, tiedostamisen ja oppimisen mahdollistaminen, aikuisten ja ikääntyneiden mielen ja kehon hyvinvoinnin ylläpitäminen, jne.”

Vastauksissa muistutettiin myös siitä, että kansalaisopistot ovat erityisen tärkeitä pienillä paikkakunnilla, joissa ohjatut harrastusmahdollisuudet koostuvat lähinnä opistojen tarjoamista kursseista. Monet pitivät kansalaistaitoihin liittyvää keskustelua tervetulleena ja tunnistivat kansalaisopistojen roolin näiden taitojen ylläpitäjinä ja kehittäjinä. Eräs vastaaja kiteytti kansalaistaitojen yhteiskunnallisen merkityksen muistuttamalla, että kansalaistaidot ja niiden puute ovat myös tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuskysymyksiä.

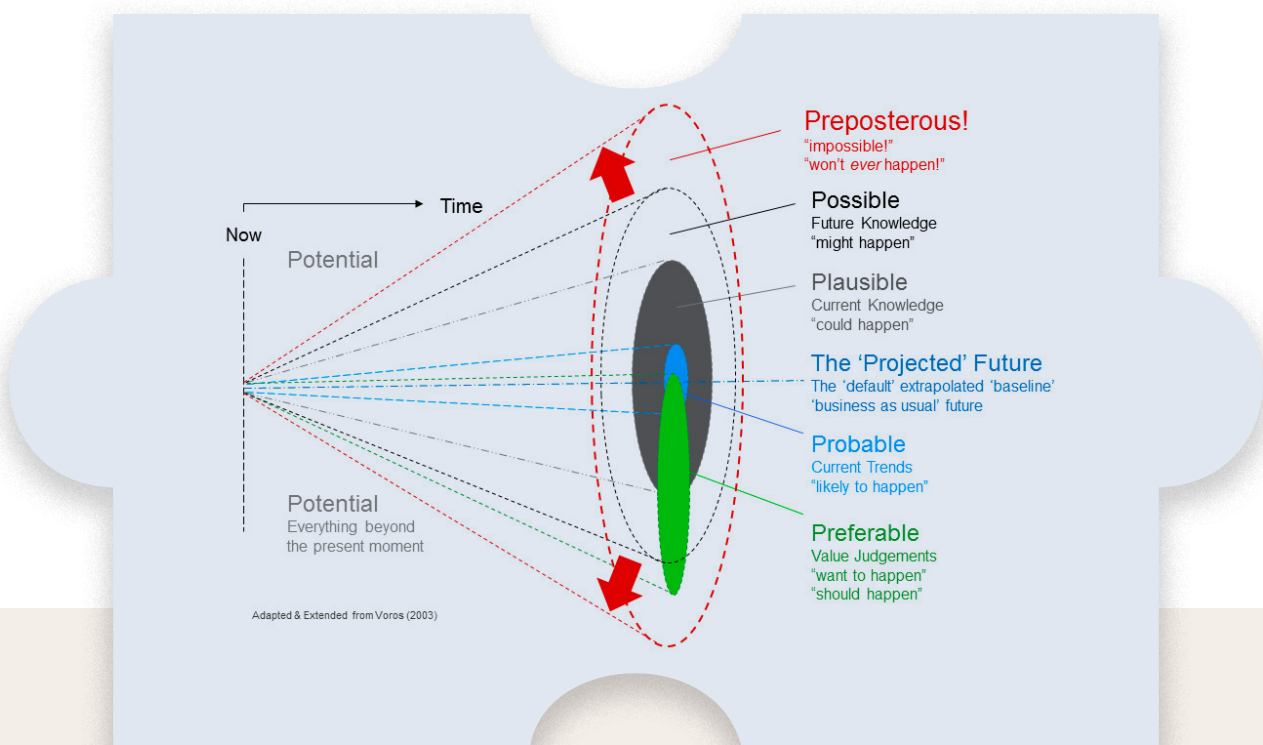


Tulevaisuuden kansalaistaidot

Tulevaisuuden kansalaistaitoja on hyvä pohtia ja ennakoida etukäteen, vaikka opistot ovatkin ketteriä mukautumaan ja järjestämään kurseja eri ajankohtaisiin tarpeisiin. Muun muassa teknologian nopea kehitys, ilmastonmuutoksen tuomat haasteet ja yhteiskunnallisten rakenteiden muutos asettavat uusia vaatimuksia yksilöiden osaamiselle ja kyvyille.

Tulevaisuustyöpajat

Kansalaisopistojen liitto järjesti yhteistyössä Turun yliopiston tulevaisuuden tutkimuskeskuksen kanssa kaksi tulevaisuustyöpajaa syksyllä 2024. Työpajoissa opistokentän edustajat pohtivat, millaisia kansalaistaitoja eri tulevaisuuksissa tarvitaan. Tulevaisuuksia lähdettiin hahmottamaan eri perspektiiveistä Joseph Vorosin mallin mukaisesti. Millaisia ovat uskottavat, todennäköiset, toivottavat, mahdolliset ja mahdottomat tulevaisuuskuvat?



Millaista osaamista tarvitaan arjessa pärjäämiseen ja yhteiskunnan aktiivisena jäsenenä toimimiseen esimerkiksi 2040-luvulla ja miten taidot muuttuvat nykyisistä 15 vuoden aikana?



Työpajoihin osallistuneet tarkastelivat opistojen roolia kolmessa vaihtoehdoissa tulevaisuudessa.

Skenaario 1:

Yhteiskunta on epävakaata, mutta kansalaistaidot hyvällä tasolla.

Skenaario 2:

Yhteiskunta on epävakaata ja kansalaistaidot heikolla tasolla.

Skenaario 3:

Yhteiskunta on vakaa, mutta kansalaistaidot heikolla tasolla.

Uusiasiakashankinta nähtiin haasteena opistoille tulevaisuusskenaariosta riippumatta. Tulevaisuuspohtimien ja analyysien pohjalta muodostettiin visiolauseita kansalaisopistotoiminnalle.

Kenelle

Opisto on avoin kaikille, jotka kaipaavat elämänsä osallisuutta ja osaamista.

Miksi

Vahvistetaan yhteiskunnallista eheyttä tuemalla yksilön minäpystyvyyttä, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä.

Arvot

Tasa-arvo, yhdenvertaisuus ja saavutettavuus.

Mitä tehdään

Edistetään osaamista ja hyvinvointia yhteistyön avulla. Tehdään arvojen mukaista toimintaa.

Tavoitetila

Oppiminen on saatavilla ja houkuttelevaa kaikille henkilökohtaisista ominaisuuksista riippumatta.

Työpajat herättivät myös pohtimaan, millaisia yksittäisiä taitoja tai taitokokonaisuuksia tulevaisuuden kansalainen tarvitsee ja miksi.

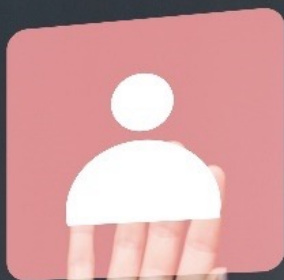


Työpajoihin osallistuneet tarkastelivat kansalaistaitokurssien painotuksia opistojen kurssitarjonnassa eri skenaarioissa.

Skenaariossa 1 turvallisuustaidot korostuvat.

Skenaariossa 2 perustaidot ja sosiaaliset taidot korostuvat.

Skenaariossa 3 kaikkien kansalaistaitojen merkitys opistojen kurssitarjonnassa lisääntyy.



Teknologian hallinta ja digitaidot

Digisiirtymästä ja digiloikasta on puhuttu jo pitkään, joten ensimmäinen ja kenties ilmeisin kansalaistaito tulevaisuudessa on teknologian hallinta. Digilaitteiden käyttöä voidaan pitää jo perustaitona ja esimerkiksi viranomaisasiointi tapahtuu jo nyt enenevässä määrin verkossa. Digitaalisten palveluiden ja laitteiden sekä tekoälyn kehittyminen vaikuttavat myös merkittävästi yhteiskuntaamme. On todennäköistä, että vuonna 2040 monet arjen toiminnot, kuten ostokset, terveydenhuolto ja viranomaisasiointi, hoidetaan pääasiassa digitaalisten alustojen kautta. Tämä edellyttää kansalaisilta hyviä digitaalisia taitoja, kykyä käyttää erilaisia sovelluksia ja taitoa ymmärtää tekoälyavusteisia palveluita. Myös robotiikka jatkaa kehittymistään, joten ohjelmoinnista ja robottilukutaidostakin voi tulla tulevaisuudessa kansalaistaitoja.

Ekologinen lukutaito ja kestävä elämäntapa

Ilmastonmuutoksen myötä ekologisesta lukutaidosta tulee entistä välttämättömämpi kansalaistaito. Tulevaisuuden kansalaisen on ymmärrettävä, miten omat valinnat vaikuttavat ympäristöön, ja osattava tehdä kestäviä valintoja. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi kiertotalouden periaatteiden ymmärtämistä, energiatehokkuuden huomioimista arjen ratkaisuissa ja aktiivista osallistumista ilmastotalkoisiin.

Monikulttuurisuus ja sosiaaliset taidot

Globalisaation ja muuttoliikkeiden myötä monikulttuurisuus ja siihen liittyvät sosiaaliset taidot nousevat entistä tärkeämmiksi. Tulevaisuuden kansalaisen on osattava kohdata ja ymmärtää erilaisista kulttuuritaustoista tulevia ihmisiä, toimia monikulttuurisissa ympäristöissä ja edistää yhteiskunnallista koheesiota. Tämä vaatii empatiaa, viestintätaitoja ja kykyä ratkaista konflikteja rakentavasti.

Kriittinen ajattelu ja medialukutaito

Informaatioyhteiskunnassa kriittisen ajattelun ja medialukutaidon merkitys korostuu. Tulevaisuuden kansalaisen on osattava arvioida tiedon luotettavuutta, tunnistaa misja disinformaatiota sekä tehdä perusteltuja päätöksiä saatavilla olevan tiedon pohjalta. Kriittinen ajattelu linkittyy vahvasti myös oppimistaitoihin, jota voidaan pitää tulevaisuudessa entistä tärkeämpänä kansalaistaitona. Nämä taidot ovat tärkeitä niin henkilökohtaisen elämän kuin yhteiskunnallisen osallistumisenkin kannalta.

Kansalaisten näkemykset tulevaisuuden kansalaistaidoista

Edellisessä luvussa käsitellyssä kansalaistaitokyselyssä kartoitettiin kansalaisten näkemyksiä myös tulevaisuuden kansalaistaidoista. Maailmanpoliittinen tilanne ja ajankohtaiset ilmiöt, kuten ilmastonmuutos ja muut globaalit kriisit, heijastuivat vah-

vasti kansalaisten käsityksiin tulevaisuudessa tarvittavista taidoista. Vastuullisuuteen, kestävyteen ja eettisyyteen liittyvät taidot saivat useita mainintoja – kansalaisilta odotetaan kykyä toimia ympäristön ja yhteiskunnan kannalta kestäväällä tavalla.

Myös digitaalisuuden, tekoälyn ja kriittisen ajattelun merkitys nousi esiin vastauksissa.

Teknologian nopea kehitys edellyttää kansalaisilta valmiuksia hyödyntää uusia digitaalisia työkaluja ja ymmärtää tekoälyn vaikutuksia arjessa. Vastaajat pohtivat sosiaalisten taitojen ja empatian merkitystä, osittain juuri teknologian ja digitaalisten etäpalveluiden näkökulmasta. Kun vuorovaikutus ja ajanvietto siirtyvät yhä enemmän verkkoon, sosiaalisten taitojen heikkeneminen on haaste. Vuorovaikutustaidot ja kyky asettua toisen asemaan ovat tarpeellisia myös verkkokeskusteluissa.

Maanpuolustus, varautuminen ja kriisinkestävyys puhututtivat kyselyyn vastanneita.

Nämä teemat korostuvat maailmassa, jossa globaalit sodat ja konfliktit ovat yhä näkyvämpiä. Tällaisissa olosuhteissa on tärkeää, että kansalaiset vahvistavat resilienssiään ja kehittävät taitoja, jotka auttavat heitä selviytymään erilaisissa kriisitilanteissa. Globalisaatiota käsiteltiin vastauksissa myös monikulttuurisuuden ja kansainvälisyyden näkökulmasta. Erilaisten kulttuurien ja tapojen tuntemista, kykyä kohdata monenlaisista taustoista tulevia ihmisiä sekä hyvää kielitaitoa pidettiin tärkeinä tulevaisuuden kansalaistaitoina.

YHTEENVETO

Tulevaisuuden kansalaistaidot rakentuvat monipuolisen osaamisen, sopeutumiskyvyn ja aktiivisen kansalaisuuden varaan.

Teknologian hallinta, ekologinen lukutaito, monikulttuurisuus, kriittinen ajattelu ja oppimistaidot ovat vain osa niistä taidoista, joita tarvitaan arjessa pärjäämiseen ja yhteiskunnan jäsenenä toimimiseen tulevana vuosikymmeninä.

Näiden taitojen kehittäminen ja ylläpitäminen on tärkeää sekä yksilöiden että yhteiskunnan hyvinvoinnin kannalta.



Pedagogisia näkökulmia kansalaistaitojen opettamiseen

Kirjoittajat: Päivi Kilja & Esa Virkkula

Kansalaistaitoja voidaan kutsua metataidoiksi. Niillä on laaja vaikutus eri elämänalueisiin, kuten henkilökohtaiseen kehittymiseen, työllistymiseen sekä kestäväan elämäntapaan ja yhteiskunnallisen osallistumiseen. Opettaja voi vaikuttaa kansalaistaitojen oppimiseen paitsi sisältövalintojen myös pedagogisten ratkaisujen avulla. Tässä artikkelissa tarkastellaan, millä perusteilla ja miten opettaja voi edistää näiden olennaisten taitojen oppimista käyttämällä opiskelijälähtöisiä toimintatapoja.

Opiskelijälähtöisyys tavoitteeksi kansalaistaitojen opettamisessa

Kansalaistaitojen opettamisessa opiskelijälähtöisyyttä voidaan pitää keskeisenä päämääränä. Tämän saavuttamista voi tarkastella opettajan roolin, opiskelijan yksilöllisten tarpeiden, opiskelijaryhmien moninaisuuden sekä turvallisen oppimisympäristön näkökulmista.

Opettajan rooli oppimisen tukijana on merkittävä.

Onkin ensiarvoisen tärkeää, että opettaja tarkastelee omaa toimintaansa ja valintojaan eettisten periaatteiden, arvojen sekä oppimis- ja opettamiskäsitysten näkökulmista. Opettajan onkin kysyttävä itseltään, minkälainen suhde hänellä on opetustyöhönsä. Opettajalla on myös ratkaiseva rooli myönteisen oppimisilmapiirin rakentajana. Opettajan tunteilla, empatialla, eleillä ja läsnäololla on tutkitusti iso merkitys pedagogisessa vuorovaikutuksessa.

Opiskelijälähtöinen toimintatapa kääntää huomion yksittäiseen opiskelijaan ja samalla se korostaa jokaisen ainutlaatuista elämäntilannetta ja ominaisuuksia. Opiskelijan kulttuu-

rinen tausta, kielitaito, sukupuoli, ikä, elämän-, koulu- ja työkokemukset voivat ilmetä niin oppimistavoissa, asenteissa kuin arvoissakin.

Opiskelijan yksilöllisiä eroja voi myös tarkastella opiskelukykykymallin avulla.

Vaikka tämä on luotu alun perin yliopisto-opiskelijoille, sitä voi hyvin soveltaa vapaan sivistystyön opiskelijoiden kohdalla. Malli on jaettu opiskelijan omiin voimavaroihin ja opiskelutaitoihin sekä opiskeluympäristöön, opetukseen ja ohjaukseen. Yksilön näkökulmasta opintojen sujuvuuteen vaikuttavat erityisesti omat voimavarat, kuten terveys ja sosiaaliset suhteet sekä opiskelutaidot, kuten opiskelutekniikka ja aikaansaaminen. Myös opiskelijan kognitiiviset kyvyt ja oppimisvaikeudet vaikuttavat merkittävästi opiskelijana olemiseen. Kognitiiviset kyvyt ovat yksilöllisiä, ja esimerkiksi väsyneenä keskittyminen ja ongelmien ratkaisu voivat tuntua haastavilta. Oppimisen vaikeuksien syinä voivat olla lukemisen, kirjoittamisen ja matematiikan vaikeudet, hahmottamisen vaikeus, autismin kirjo, ADHD sekä kielelliset erityisvaikeudet.

Oppimistilanteissa eri tekijät ja prosessit voivat herättää yksittäisen opiskelijan kiinnostuksen ja ylläpitää hänen oppimistoimintaansa. Kyse on oppimismotivaatiosta, jossa yksilö suuntautuu joko oppimista kohti tai siitä pois päin riippuen siitä, miten hänen tulkinta-, ajattelu- ja toimintatapansa aktivoituvat opiskelutilanteissa. Edellä kuvatuista syistä opettajan on hyvä olla tietoinen, miten toimia, kun tunnistaa opiskelijalla yksilöllisiä oppimiseen liittyviä tarpeita tai haasteita.

Opiskelijaryhmien moninaisuus on yleistä vapaan sivistystyön oppilaitoksissa. Opiskeluryhmissä on niin työssä käyviä, perheellisiä, eläkeläisiä, työttömiä, kehitys- tai puhevammaisia kuin maahanmuuttajataustaisia ja muihin vähemmistöryhmiin kuuluvia henkilöitä. Miten siis toimia niin, että kaikilla olisi yhdenvertaiset mahdollisuudet oppia?

Opetuksen ja oppimisen tulee vastata moninaisten opiskelijoiden tarpeisiin.

Siksi tarvitaan myös monipuolinen valikoima erilaisia oppimisen tapoja ja oppimisympäristöjä. Samoihin ajatuksiin nojaa myös opintojen henkilökohtaistaminen. Sen avulla voidaan edistää opetuksen toteutustapaa, joka vastaa yksilöiden tarpeisiin ja purkaa ”yksi-tapa-sopii-kaikille”-asennetta. Tällöin myös ryhmätilanteiden ytimessä ovat opiskelijan lähtökohdat, osallisuus ja ohjaus. Näiden toteuttamiseksi voidaan toimia monin eri tavoin. Yksittäisen opiskelijan lähtökohtien, tavoitteiden ja vahvuuksien huomioiminen on opetuksen perustana. Osallisuuden kokemus vahvistuu, kun opiskelijat voivat vaikuttaa opintojen sisältöihin ja heillä on erilaisia valinnan mahdollisuuksia. Monipuolisilla ryhmä- ja yksilöohjauksilla vahvistetaan kuulluksi tuleamista ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta.

Opiskelijälähtöisen koulutuksen suunnittelun lähtökohtana on siis ajatus siitä, että sama opetuksellinen toimintastrategia ei sovi kaikille opiskelijoille. Tämä näkemys johtaa myös kysymään, tuleeko kaikille opiskelijoille räätälöidä erityistä tukea tai ratkaisuja oppimisen haasteisiin? Tämä ei ole tarpeen. Vallalla on periaate, jonka mukaan kiinnittämällä huomio käytettävien oppimateriaalien ja opetusmenetelmien valinnassa saavutettavuuteen ja monipuolisuuteen, voidaan tukea kaikkia opiskelijoita.

TURVALLINEN TILA

Oppimiselle myönteistä tilaa luodaan turvallisella oppimisympäristöllä.

Se tarkoittaa sellaista tilaa, jossa opiskelijoilla on fyysisesti, sosiaalisesti ja psyykkisesti turvallinen olla. Toisin sanoen turvallisen oppimistilan avulla voidaan edistää hyvää ilmapiiriä, ja jossa opiskelijat voivat kokea tulla hyväksytyiksi, kuulluiksi ja tasavertaisiksi.

Vaikka opettajilla on vapaus omiin arvoihinsa, heillä on myös lakisääteinen velvollisuus edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. Opettajien on hyvä pohtia yhdessä kollegoiden kanssa, miten he voivat edistää oppimismyönteisyyttä ja turvallisuutta oppimisympäristöissä.

Voisiko laadukkaalla ohjauksella vaikuttaa edellä mainittujen asioiden toteutumiseen kansalaistaitojen oppimisessa? Seuraavassa tarkastellaan erityisesti tätä kysymystä ja tarjotaan samalla konkreettisia näkökulmia ohjaustyön tueksi.

Oppimista edistävän ohjauksen periaatteet kansalaistaitojen pedagogiikassa

Oppimista edistävä ohjaus kansalaistaitojen pedagogiikassa kannustaa opiskelijoita aktiiviseen osallistumiseen. Tavoitteena on, että opiskelijat kykenevät paremmin arvioimaan oppimistaan ja osaamistaan sekä ymmärtämään opiskeltavan kansalaistaidon kautta esimerkiksi mahdollisuuksiaan yhteiskunnallisina toimijoina. Opettaja tukee tätä prosessia ohjaamalla opiskelijoita refleктоimaan työskentelyään sekä kehittämään sosiaalisia taitoja ja kriittistä ajattelua.

Sosiaaliset taidot kehittyvät erityisesti yhteisöllisessä oppimisessa, jossa opiskelijat oppivat toisiltaan.

Tällöin oppimisprojektit, jotka käsittelevät vaikkapa ajankohtaisia yhteiskunnallisia teemoja, tarjoavat erinomaisia mahdollisuuksia vuorovaikutukseen. Opiskelijoita rohkaistaan osallistumaan aktiivisesti keskusteluun ja yhteiseen työskentelyyn. Kriittisen ajattelun tukeminen on keskeinen osa ohjausta, sillä näin menetellen opiskelijat oppivat arvioimaan tietolähteitä ja perustelemaan näkemyksiään rakentavasti.

Kansalaistaitojen oppimisessa käytännönläheiset tehtävät, kuten yhteiskunnallisten päätöksentekoprosessien simulointi, auttavat opiskelijoita soveltamaan teoreettista tietoa käytäntöön. Toimintamalli tekee oppimisesta merkityksellistä. Se valmistaa opiskelijoita toimimaan aktiivisina ja vastuullisina kansalaisina. Opettajan keskeinen rooli oppimisen edistäjänä korostuu erityisesti pedagogisessa kontekstissa, jossa laadukas ja onnistunut ohjaus on avaintekijä opiskelijoiden tukitoimissa.

Seuraavaksi on perusteltua tarkastella, mitkä tekijät määrittelevät hyvää ohjausta ja kuinka sitä voidaan toteuttaa käytännössä. Asian ymmärtäminen auttaa opettajaa syventämään käsitystä siitä, miten oppimista edistävä ohjaus voi vaikuttaa opiskelijoiden osaamisen kehittymiseen ja aktiiviseen kansalaisuuteen.

Onnistunut ohjaus perustuu onnistuneeseen vuorovaikutukseen

Opettaja voi ymmärtää ja huomioida opiskelijan yksilölliset tarpeet osaamisen kehittämisessä, kun hän osaa kohdata opiskelijansa hyvin. Sen myötä on mahdollista tehdä perusteltuja ohjauksellisia ratkaisuja sekä hyödyntää oppimista edistäviä ohjausmenetelmiä.

Opetus- ja ohjaustilanteissa opettaja kohtaa opiskelijat sekä ryhmänä että yksilöinä. Hän havaitsee ja kuulee paljon eri tilanteissa, mikä edellyttää kykyä kohdata opiskelijat ammattimaisesti. Aistihavaintojen perusteella opettaja tulkitsee opiskelijan tarpeita ja tekee ohjausratkaisuja, usein reaktiivisesti. Onkin tärkeää pohtia, miten voidaan varmistaa, että tehdyt ratkaisut edistävät opiskelijan oppimista.

Tutkimusten (mm. Carless & Boud, 2018; de Kleijn, 2021) mukaan oppimista edistävässä ohjauksessa vuorovaikutuksella on keskeinen merkitys. Se onnistuu, kun opettaja muistaa opiskelijan kohtaamisen perusasiat: hyvän olettamisen opiskelijassa, kiireettömyyden tunnun luomisen, silmiin katsomisen ja keskittyneen kuuntelemisen.

Yhtä kaikki, aito kiinnostus opiskelijasta ja hänen oppimisensa tukemisesta ratkaisevat.

Lisäksi on oleellista havaita myös se, mitä opiskelija ei sano ääneen. Kehonkieli, ilmeet ja eleet heijastavat opiskelijan tunteita, joita on tärkeä osata tulkita. Myös opettajan oma kehonkieli viestii paljon; esimerkiksi katsekontakti ja nyökkäykset rohkaisevat opiskelijaa ja vahvistavat hänen kokemustaan kuulluksi tulemisesta. Tämä mahdollistaa opiskelijan käsitellä myös henkilökohtaisia, herkkiä asioita. Opiskelija voi tuntea häpeää jostain kansalaistaidon, esimerkiksi uima- tai numeroaidon, puutteesta, mutta hyvä vuorovaikutus rohkaisee häntä ilmaisemaan asian.

Hyvällä vuorovaikutuksella opettaja rakentaa perustan luottamukselliselle, yksilölliselle tarpeet huomioivalle ohjaussuhteelle. Toisin sanoen, oppimista edistävä vuorovaikutuksen aikaansaamiseksi tulee sosiaalinen oppimisympäristö luoda sellaiseksi, jossa opiskelijat voivat ilmaista ajatuksiaan rakentavasti, ilman aristelua tai pelkoa. Tämä rohkaisee heitä osallistumaan aktiivisesti opintoihinsa.

Ohjauksessa opettajan esittämät kysymykset ovat vastauksia tärkeämpiä

Rakentavalla palautteella on keskeinen merkitys ohjauksen käytänteissä. Palautteella viitataan usein opettajan antamiin kommentteihin opiskelijan työn lopputuloksesta, johon liittyy usein myös arvosanan antaminen. Palautteen käsite on kuitenkin laajempi ja monipuolisempi.

Palautteen tehtävä on ohjata opiskelijassa tapahtuvaa muutosta eli oppimista. Se ei ole pelkästään "opettaja-tuomarin" julistus siitä, mikä tehtävässä oli väärin ja mikä mahdollisesti oikein. Palaute muodostaa kokonaisuuden, jonka avulla opiskelijat oppivat ymmärtämään omaa tekemistään ja käyttämään saamaansa tietoa toimintansa laadun parantamiseksi.

Nykyään puhutaan ohjaavasta palautteesta (engl. *feedback*) ja edisteestä (*feedforward*).

Kun palaute keskittyy siihen, *mitä tapahtui*, edisteessä tarkastellaan, *mitä tapahtuu seuraavaksi*.

Opettaja ohjaa opiskelijaa käsittelemään asiaa ja tekemään oivalluksia esittämällä kysymyksiä. Palautteen yhteydessä voidaan kysyä opiskelijan näkemyksiä tehtävän onnistumisesta, siihen vaikuttaneista seikoista sekä siitä, kuinka hän aikoo edetä tehtävässä.

On tärkeä huomata, että palaute ja ediste ovat osa kaikkea oppimisen ohjausta. Molemmat voivat olla yleisesti opiskelijan tilanteeseen liittyviä ja avoimia kysymyksiä, kuten "*Voitko kertoa lisää...*", tai tarkentavia kysymyksiä, kuten "*Miksi tämä asia tuntuu sinusta tärkeältä?*". Ne voivat myös liittyä opiskeltavan asian oppimiseen, esimerkiksi: "*Kerrotko vielä, miten teit nämä asiat, kun onnistuit niin hyvin?*" tai "*Mitä on hyvä muistaa ensi kerralla? Kerrotko, mitä aiot tehdä seuraavaksi?*".

Kysymyksiin perustuva toimintamalli soveltuu sekä yksilöiden että ryhmän kanssa työskentelyyn. Yksilöohjauksessa opiskelija pohtii opettajan kysymysten avulla erilaisia, hänen oppimistaan edistäviä ratkaisuja. Ryhmätilanteessa opiskelijoita kannustetaan jakamaan omia kokemuksiaan ja näkemyksiään, mikä rikastuttaa keskustelua. Opiskelijat kuuntelevat toisiaan ja kunnioittavat toistensa näkemyksiä. Opettajan rooli kannustajana on tärkeä, sillä hän rohkaisee opiskelijoita katsomaan eteenpäin, asettamaan tavoitteita ja tukemaan niiden saavuttamista ohjauksellisin keinoin.



YHTEENVETONA voidaan todeta, että hyvä ohjaus perustuu artikkelin alussa käsitellylle opiskelijälähtöisyyden periaatteelle.

Opettaja mukauttaa ohjaustaan opiskelijan oppimistarpeiden mukaan, mikä auttaa tätä löytämään itselleen parhaiten toimivat oppimisstrategiat ja etenemään opintopolullaan.

Tämä artikkeli on antanut viitteitä siitä, kuinka merkittävä rooli opettajalla on kansalaistaitojen pedagogiikassa.

Opettaja tarvitsee oikeaa tietoa, sen soveltamistaitoa sekä kehittämisenä. Näitä resursseja hyödyntämällä hänellä on avaimet hyviin pedagogisiin ratkaisuihin, ja opiskelijoilla mahdollisuus laadukkaaseen kansalaistaitojen oppimiseen.



Kokemuksia hankkeista – Mitä huomioida kansalais-taitojen opetuksessa?

Kansalaistaidot kunniaan -hankkeessa tehdyn kartoitus- ja selvitystyön yhteydessä haastateltiin Opetus- ja kulttuuriministeriön sekä Opetushallituksen Digiaikakauden taidot -ohjelman digi- ja perustaitohankkeissa mukana olleita henkilöitä.

Haastateltavat korostivat perus- ja kansalaistaitojen opettamisen vaativan opettajalta pedagogista taitavuutta, substanssiosaamista ja muuntautumiskykyä. Jokaiseen kysymykseen ei tarvitse tietää vastausta, mutta hyvillä tiedonhankintataidoilla on keskeinen rooli opetuksessa.

Opettajan on myös hyvä pysyä ajan hermoilla ja seurata sitä, mitkä aiheet ovat kulloinkin ajankohtaisia.

Erytisesti digitaitojen ja tekoälyn hyödyntämisen edellyttämä osaaminen muuttuu jatkuvasti.



Haastatteluja tehtiin yhteensä 19 kappaletta. Haastatteluissa läpikäytiin sitä, mitä toimintatapoja pidettiin onnistuneina, mitä hankkeista on jäänyt käteen ja millaisia asioita perus- ja kansalaistaitojen opetuksessa kannattaisi huomioida.

Kärsivällisyys ja opiskelijoiden yksilöllisten tarpeiden huomioiminen ovat avainasemassa perus- ja kansalaistaitojen opetuksessa. Haastateltavat kertoivat monien opiskelijoiden taustalta löytyvän esimerkiksi oppimisvaikeuksia, huonoja kokemuksia koulumaailmasta tai oppimiseen liittyviä pelkoja ja häpeää. Tällaisissa tilanteissa positiivisen ja kannustavan ilmapiirin luominen on erityisen tärkeää. Inhimilliset kohtaamiset, joissa opiskelijat kokevat tulevansa kuulluiksi ja ymmärretyiksi, voivat merkittävästi parantaa heidän oppimiskokemuksiaan.

Opiskelijälähtöisyys ja opetuksen räätälöiminen yksilön tai tietyn kohderyhmän tarpeisiin nousivat haastatteluissa useaan otteeseen esiin. Moni piti tärkeänä mahdollisuutta saada yksilöllistä ohjausta myös ryhmämuotoisessa opetuksessa. Opiskelijoille tehtävä alkukartoitus ennen kurssin alkamista sai haastatteluissa jonkin verran mainintoja. Opettajan on helpompi suunnitella kurssikokonaisuus vas-

Monet haastateltavat pitivät toiminnallisia opetusmenetelmiä hyödyllisinä.



Eräessä hankkeessa digitaitoja oli opeteltu muiden taitojen ohella, jolloin digiosaaminen kehittyi luonnollisesti muun toiminnan lomassa.

Toisessa projektissa digipulmia ratkottiin laavulla istuskellessa ja makaraa paistaessa.

Kun opetus viedään luokkahuoneen ulkopuolelle ja se painottuu teorian sijaan käytäntöön, oppiminen, kysymysten esittäminen ja keskusteluun osallistuminen voivat tuntua saavutettavammilta.

Lisäksi toiminnalliset menetelmät voivat tehdä oppimisesta mielekkäämpää ja motivoivampaa, kun opiskelijat näkevät konkreettisesti, miten opitut taidot esimerkiksi helpottavat heidän arkeaan tai tarjoavat ratkaisun johonkin ongelmaan.

taamaan opiskelijoiden tarpeita, kun hänellä on käsitys jokaisen osaamisen tasosta. Myös pienet ryhmäkoot edesauttavat erilaisten opiskelijoiden huomioimista.

Opetuksen järjestäminen opistotilojen ulkopuolella on hyödyllistä myös opiskelijahankinnassa ja uusien kohderyhmien tavoittamisessa. Hankkeissa oli tehty yhteistyötä esimerkiksi kirjastojen, kuntien työllisyyspalveluiden ja erilaisten järjestöjen kanssa.

Yhteistyökumppanien avulla kursseille tuli mukaan ihmisiä, jotka eivät muuten ole kansalaisopistojen aktiivikävijöitä.

Useissa hankkeissa ydinajatuksena oli se, että opetus vietiin lähelle ihmistä ja niihin paikkoihin, joissa he muutenkin liikkuvat ja viettävät aikaa.

Mahdollista oppiminen! Vinkkejä kentältä

Kirjoittaja: Laura Siniranta

Kohtaa ja kuuntele

– Kaikki lähtee kohtaamisesta. Aktiivinen kohtaminen ja kuunteleminen toimivat ensisijaisena välineenä poimia oppijoiden tarinoista olennainen eli se, millaisia haasteita ja vahvuuksia kullakin on. Haasteet muodostavat usein esteradan, jota yhdessä lähdetään ratkaisemaan. Vahvuudet taas ovat niitä työkaluja, joilla rakennetaan uusia suuntia oppimiseen.

On tärkeää olla tietoinen siitä, mikä tuottaa perustaitovajetta. Se auttaa ymmärtämään, millaisten asioiden kanssa olemme tekemisissä. Taustalla voi olla neuropsykiatrisia haasteita, oppimisvaikeuksia, traumoja, tuen puutetta kouluaikana tai vaikeita elämänvaiheita. Perustaitoja vahvistamalla voi tarjota korjaavia kokemuksia eli tunteen siitä, että oppiminen on mahdollista. Kuulluksi ja nähdyksi tuleminen on tärkeää jokaiselle.

VINKKI

Kysy oppijalta, mitä hän tässä hetkessä tarvitsee onnistuakseen. Onko se kenties asioiden selittämistä, opiskelutekniikoita vai vain tuoppausta eteenpäin?

Tunnista tunnekuorma

– Ole tietoinen siitä, että aikuinen oppija tuo oppimistilanteeseen mukanaan koko elämänhistoriansa. Oppimiseen liittyvä tunnekuorma ja käsitys itsestä oppijana ovat asioita, jotka luovat pohjan pedagogisille valinnoille.

Osaamattomuuden myöntäminen on valttavan suuri asia. Ei ole helppoa myöntää, että ei aikuisena osaa perusasioita. On tärkeää ottaa lempeästi vastaan häpeän tunne, joka usein liittyy siihen, että ei osaa. Opettele siis kohtamaan häpeää ja kääntämään asia siihen ajatukseen, että ”nyt olet täällä ja voimme tehdä asialle jotain”. Kokemuksen validointi eli sen tunnistaminen, että esimerkiksi häpeän kokemus on hyväksyttävä, auttaa hyvään alkuun.

VINKKI

Käytä erilaisia tunnekortteja ja pyydä oppijaa kertomaan, miltä oppiminen on aiemmin tuntunut.

Kytke arkeen

– Opittavien asioiden kytkeminen olemassa olevaan arkeen sekä madaltaa kynnystä että motivoi tarttumaan oppimiseen. Ohjaa huomaamaan yhteys arjen ongelman ja opittavan taidon välillä. Uusien taitojen harjoittelu jollakin käsillä olevalla käytännön ongelmalla, kuten oman talouden budjetointi, ankkuroi vahvistuvia taitoja todellisiin tilanteisiin.

Se, mitä ja miten tehdään, tulee lähteä oppijan tarpeesta. Materiaalien ja tehtävien on hyvä olla määrällisesti ja sisällöllisesti sillä tasolla, että ne sekä haastavat oppimaan uutta että ovat riittävän yksinkertaisia tarjoamaan onnistumisen kokemuksia. Tätä keskustelua kannattaa oppijan kanssa käydä jatkuvasti ja tehdä valintoja yhdessä.



VINKKI

Sanoita ajatuksia ääneen, sillä se osallistaa oppijaa ja antaa mallia, jota voi itsenäisesti käyttää: ”Ajattelen, että seuraava tehtävä voisi olla tämä. Mitä mieltä olet? Tuleeko se tehtyä? Miten voit soveltaa nyt opittua omassa arjessasi?”

Tue poisoppimista ja uudelleenoppimista

– Uuden oppiminen on lähtökohtaisesti helppoa. On kyse sitten taidosta tai tiedosta, uuden oppiminen on helppoa verrattuna siihen, että on jo oppinut jotain, mutta väärin tai vähän sinnepäin, ja joutuu nyt poisoppimaan aiemmasta. Vasta kun vanhasta ja toimimattomasta on päässyt eroon, on mahdollista oppia uutta.

Ensin täytyy kuitenkin jäljittää se, mitä tai miten on aiemmin oppinut ja miksi se ei toimi. Kysele ja auta oppijaa pohtimaan, miksi jokin tapa ei toimi ja mikä vastaavasti voisi olla parempi tapa oppia. Uuden tavan oppiminen vaatii tutustumista siihen, mikä toimii itselle. Tee luovia ehdotuksia ja rohkaise oppijaa ideoimaan.



VINKKI

Kannusta kokeilemaan ja testaamaan, sillä oppija ei usein itsekään vielä tiedä, mikä olisi se juuri hänelle oikea tapa.

Auta pilkkomaan kokonaisuuksia

– Opiskelutaitojen puute on laaja oppimista estävä tekijä. Erilaisten opiskelutekniikoiden opettaminen ja harjoittelu antaa laajempia valmiuksia jatkoa varten. Yksi tällainen tekniikka on esimerkiksi opittavan asian paloittelu riittävän pieniin osiin.

Kokonaisuuksien palastelu osiin voi tarkoittaa ajallista tai sisällöllistä pilkkomista. Suunnittele oppijan kanssa aikataulu isommalle oppimiskokonaisuudelle tai auta oppijaa löytämään hänelle sopiva ajankohta ja kesto oppimiselle. Pilko toisaalta isompia sisältökokonaisuuksia pohjataitoihin oppimisen mahdollistamiseksi, sillä esimerkiksi prosenttilasku ja on mahdoton oppia, jos matemaattiset pohjataidot ovat huterat. Täytyy siis olla valmis menemään oppijan kanssa opittavien asioiden alkulähteille.

VINKKI

Piirrä kalenteri, johon kirjoitat yhdessä oppijan kanssa tulevat tehtävät ja suunnitelma siitä, milloin valmistautuminen täytyy aloittaa.

Sanoita onnistuminen

– Älä turhaan säästele pienten ja itsestään selvienkin asioiden ääneen sanomista. Minäpystyvyyden rakentaminen lähtee toisinaan hyvin pienistä asioista, joten asioiden ääneen sanomisella voi olla suuri merkitys. Auta katsomaan taaksepäin pienkin onnistumisen jälkeen ja kiinnitä oppijan huomio siihen, että oppimista on tapahtunut.

VINKKI

Kerro oppijalle, mitä sinä huomaat ja ohjaa häntä huomaamaan sama myös itse: "Muistatko, mitä sanoit tällaisista tehtävistä pari viikkoa sitten? Sanoit, että alkoi ahdistaa, kun vain näitkin tehtävän. Nyt sanot, että tämä tuntui helpolta. Huomaatko, että jotain on tapahtunut? Mitä se on ja mistä se johtuu?"

Tarjoo oikea-aikaisesti ja jalkautumalla

– Oppimisen täytyy perustua vapaaehtoisuuteen, jotta se on mahdollista. Oppimisen ääreen pakottaminen tuottaa pahimmillaan uutta häpeää. Oikea-aikaisuus on myös motivaation kannalta äärimmäisen tärkeää. Auta oppijaa sitomaan oppiminen johonkin hänelle ajankohtaiseen tavoitteeseen.

Paikallakin on väliä. Koulumainen ympäristö ei välttämättä ole paras mahdollinen, jos kouluaikoihin liittyvä tunnekuorma on raskas. Oppimisen näkyväksi tekeminen erilaisissa paikoissa ja tilanteissa ja oppimistilanteiden vieminen opisto-ympäristön ulkopuolelle, madaltavat kynnystä ottaa askel oppimisen äärelle.

VINKKI

Vie opittavat sisällöt kohtaamispaikoille ja osoita oppimisen mahdollisuus lähellä oppijaa.

Huomioi kokoonpano

– Työskentelymuotoa kannattaa miettiä, jos se suinkin on mahdollista. Yksilötyöskentely ei sovi kaikille, sillä oppijan täytyy olla valmis olemaan kaiken huomion keskipisteenä. Parhaimmillaan se kuitenkin mahdollistaa sisällön kohdentamisen juuri siihen, mitä sillä hetkellä tarvitaan. Yksilötyöskentelyn suurenä etuna on myös se, että voidaan edetä aidosti oppijan tahtiin. Erilaisissa ryhmissä merkittäviä etuja taas ovat vertaiskokemusten ja oppimisen oivallusten jakaminen. Pienryhmä madaltaa usein kynnystä myös sosiaalisten tilanteiden harjoitteluun.

Tarkkaile oppijoita. Hidasta tai pysähdy, jos tarvitaan toistoa tai lisää selitystä. Kehota toisaalta tarvittaessa jatkamaan eteenpäin, vaikka oppiminen olisi vielä kesken, sillä paikallaan junaaminen harvoin tuottaa onnistumisen kokemusta.

VINKKI

Rohkaise jakamaan kokemuksia ja pohtimaan niitä yhdessä.

Kehity opettajana

– Jatkuva opettajana kehittyminen on erottamaton osa tätä kaikkea, sillä valmista kaikkiin tilanteisiin sopivaa pakettia ei ole olemassa. Tilanteet ovat muuttuvia ja parhaiten niistä selviää suhtautumalla opettamiseen uteliaisuudella, kiinnostuksella ja halulla oppia itse koko ajan lisää.

Perustaitojen opettaminen rakentuu usein pienistä tiedonmurusista, joita kohtaamisissa ja keskusteluissa saamme. Etukäteen ei voi tietää ja osata ottaa kaikkea huomioon, koska ei voi tuntea kaikkia erilaisia tapoja oppia ja hahmottaa asioita. Yksilöllisten oppimistapojen löytäminen on jatkuvaa keskustelua ja etsimistä. Olemalla utelias ja kiinnostunut kohtaamistaan asioista, etsimällä tietoa ja aktiivisesti oppimalla kohtaamisista, kehittää samalla omaa työkalupakkiaan, josta hyötyvät myös seuraavat oppijat.



VINKKI

Muista kysyä myös itseltäsi, millaisia tapoja hyödynnät omaan oppimiseesi.



Paikallinen ja alueellinen yhteistyö kansalaistaitojen ja perustaitojen opetuksessa

Kirjoittaja: Päivi Majoinen

Kansalaistaidot ovat erilaisia taitoja ja tietoja, joita tarvitaan aktiivisessa ja vastuullisessa kansalaisuudessa. Tämä korostuu etenkin nykyisenä muutoksen aikana, josta näyttää tulleen pysyvää. Tällä muutoksella tarkoitetaan sekä valtakunnallista tilannetta että maailmanpoliittista tilannetta. Myös mahdolliset pandemiat vaikuttavat vääjäämättä omaan arkeemme.

Me tarvitsemme taitoa esimerkiksi kriittiseen ajatteluun ja medialukutaitoa kokonaisuudessaan.

Tämä korostuu aikana, jolloin tulee erottaa oikea tieto niin kutsutusta valetiedosta. Lisäksi tarvitsemme kykyä analysoida erilaista tietoa ja tehdä sen myötä perusteltuja päätöksiä.

Työelämässä korostuvat puolestaan viestintä- ja vuorovaikutustaidot.

Tämä ilmenee monista työpaikkailmoituksista, sillä työnantajat arvostavat työnhakijaa, joka osaa toimia rakentavassa vuorovaikutuksessa ja ottaa muut työyhteisön jäsenet huomioon. Tämä kaikki saattaa tuntua itsestään selvältä, mutta useassa eri yhteydessä kuulemme uutisointia työyhteisöjen vaikeuksista vuorovaikutustilanteissa.

Työelämän tarpeet tarjoavat kansalaisopistoille oivan tilaisuuden vuorovaikutteisten kurssien markkinointiin. Vuorovaikutustaitoja tukevat niin kieltenopiskelu, teatteritaide ja

vaikka bändissä musisoiminenkin. Monet opistot tarjoavat myös suoraan vuorovaikutustaitoihin liittyviä kursseja, ja markkinoivat niitä suoraan yrityksille ja työyhteisöille. Pieksämäen seutuopistossakin on toteutettu kursseja, joilla vuorovaikutustaitoja ja itseilmaisua on kehitetty teatteri-ilmaisun keinoin.

Uusien työllisyysalueiden aloittaessa toimintansa vuoden 2025 alussa, työnhakijakin on uuden edessä. Kansalaistaitojen avulla kukaan voi paremmin vaikuttaa omaan elämäänsä ja ympäröivään yhteiskuntaan. Pieksämäen seutuopisto on tehnyt pitkään yhteistyötä nykyisen TE-toimiston kanssa etenkin Umako-ryhmien rekrytoimisessa ja tätä yhteistyötä jatketaan myös uuden TE-alueen kanssa. Odotamme mielenkiinnolla, pääsemmekö laajentamaan yhteistyötä työnhakuvalmiuksia lisäävään toimintaan vielä laajemminkin. Kaikkien opistojen kannattaa pyrkiä yhteisiin neuvottelupöytiin ja tuoda laajaa kansalais- ja perustaito-osaamistaan esiin.

Kyky ymmärtää omat oikeudet ja velvollisuudet yhteiskunnassa on niin ikään kansalaistaito.

Tähän liittyy suoraan kansalaisaktiivisuus, jota opistot voivat tukea yhteistyössä eri tahojen kanssa. Opistot voivat edistää kansalaisaktiivisuutta toteuttamalla mm. järjestöjen ja yhdistysten kanssa matalan kynnyksen avoimia tapahtumia ja tempauksia. Teemaviikot, kuten vanhusten viikko, digitaitoviikko ja muut vastaavat ovat oivia tilaisuuksia tuoda opiston toimintaa esiin.



Perustaidot ovat välttämättömiä työelämässä pärjäämisen ja arjen sujuvuuden kannalta. Ne ovat olennaisia taitoja, joita tarvitaan jokapäiväisessä elämässä, työelämässä ja etenkin oppimisessa. Näihin kuuluvat esimerkiksi lukutaito, laskutaito, sekä tietotekniset taidot. Lukutaito kattaa kyvyn ymmärtää ja tuottaa kirjallista tekstiä, kun taas laskutaito viittaa kykyyn suorittaa peruslaskutoimituksia ja ymmärtää matematiikan peruskäsitteitä. Toki perusopetuksella on tässä vahva rooli, mutta kansalaisopistotkin voivat tukea aikuisten perusopetusta kunnissa. Opistot voivat tarjota esimerkiksi luku- ja kirjoitustaitoa tukevia kursseja yhteistyössä perusopetuksen kanssa tai järjestää opistolla kaikille avoimia kursseja iltaopetuksena.

Tietotekniset taidot ovat nyky-yhteiskunnassa tärkeitä ja tarkoittavat kykyä käyttää tietokoneita ja digitaalisia laitteita. Kantasuomalaiset saavat tätä tietämystä ja osaamista jo oppivelvollisuutensa aikana, mutta ikäänntyneet usein tarvitsevat vielä tukea näiden taitojen kehittämisessä. Kansalaisopistoissa tietotekniikan opetus on osallisuutta tukevaa ja matalalla kynnyksellä toteutettua. Usein opiskelija voi tuoda oman tutun laitteensa kurssille mukanaan, mikä osaltaan madaltaa kynnystä kurssille osallistumiseen.

Pieksämäen seutuopisto on järjestänyt Mobiiliklinikkaa ja Tietotupaa yhteistyössä kirjastojen kanssa jo useiden vuosien ajan. Kurseille rekrytointia voisi myös tehostaa jalkautumalla järjestöihin ja yhdistyksiin markkinoimaan kursseja ja toteuttamaan opetus-tuokioita vaikkapa tekoälystä tai valokuvien

lähettämisestä sähköpostilla.

Lähes kaikissa kansalaisopistoissa opiskelee myös uusia Suomeen muuttaneita opiskelijoita, jotka ovat perustaidoissa kenties aivan alkutaipaleella ja jotka tarvitsevat paljon tukea ja ohjausta perustaidoissaan, tietotekniset taidot mukaan lukien. Kuntien ja seurakuntien maahanmuuttokoordinaattorit ovat maahanmuuttaneiden tavoittamisessa oivia yhteistyökumppaneita. Olemme Pieksämäen seutuopistossa olleet aloitteellisia myös asettautumispalveluiden työryhmän ja tilaisuuksien järjestämisessä.

Asettautumisinfoissa on ollut mukana toisen asteen oppilaitosten, Kansaneläkelaitoksen, työ- ja elinkeinotoimiston, seurakunnan sekä yhdistysten ja järjestöjen edustajia. Infotilaisuuksien tavoitteena on tarjota maahanmuuttaneille tietoa paikallisista palveluista. Opisto on esitellyt infoissa perustaitoja tukevia kursseja, ja rekrytoinut samalla kursseille opiskelijoitakin. Samalla olemme tuoneet osastamamme esiin tässä laajassa verkostossa ja kuulleet muiden toimijoiden toimintatavoista.

Taito kirjoittaa sähköposteja ja täyttää lomakkeita ovat perustaitoja, joita tarvitaan lähes kaikilla elämän osa-alueilla. Näiden taitojen hallitseminen mahdollistaa myös jatkuvan oppimisen ja kehittymisen. Uudet työllisyysalueet voivat luottaa kansalaisopistoihin näiden perustaitojen tarjoamisessa kuntalaisille. Kansalaisopistot voisivat toteuttaa myös avoimia pop-up-tyyppisiä työpajoja, joihin voisi pistäytyä nopeasti saamaan tietoa.

Työpajoja voisi toteuttaa vaikkapa kirjastoissa tai paikallisissa kauppakeskuksissa.

Tehokkuutta kurssilaisten rekrytoimiseen voidaan saavuttaa monin eri tavoin. Opistojen markkinoinnin ja viestinnän kehittäminen on jatkuvaa työtä. Nykyinen monikanavainen some-maailma tuo mukanaan sekä haasteita että mahdollisuuksia, kun opistot tiedottavat kansalais- ja perustaitoja lisäävistä kursseista perinteisten markkinointimuotojen rinnalla. Some-näkyvyyttä voidaan myös ostaa tai lisätä toteuttamalla kampanjoita uusien seuraajien rekrytoimiseksi. Yhteistyö uuden TE-alueen sekä yhdistysten ja järjestöjen kanssa on niin ikään tärkeää.

Monet opistot ovat luoneet erilaisia uutiskirjeitä, joita ne lähettävät tilaajille laajalla jakelulla. Uutiskirje on hyvä tapa lähettää tietoa opiston tarjonnasta myös yhteistyökumppaneille. Lisäksi on tärkeää käydä yhteisiä neuvotteluita kurssitarjonnasta, joita yhteistyökumppanit toivovat kansalaisopistojen toteuttavan perus- ja kansalaistaitojen osalta. Samalla on hyvä sopia rahoitusohjasta, eli siitä, onko toiminta opistojen valtionosuuteen perustuvaa kaikille avointa kurssitoimintaa, jossa myös opiskelijalla on kurssimaksu, vai korvaako esimerkiksi työvoima-alue, yhdistys tai yritys toiminnan kustannukset.

Kansalaisopistojen olisi hyvä nähdä yhteistyön mahdollisuudet myös muiden oppilaitosten kanssa. Kansalaisopistot voivat toimia tukilinkkinä eri taitojen opiskelussa ja tukea näin toisen asteen opiskelijoiden opiskeluvalmiuksia. Toisen asteen opiskelijat ja oppilaskuntatyö tarjoavat myös hyvän väylän kansalaistaitojen markkinointiin ja kurssilaisten rekrytointiin. Kansalaisopiston on kuitenkin tärkeää selvittää rahoitusohja ja tilastoinnin perusteet, mikäli kurssit suunnitellaan koulupäivän sisälle. On myös hyvä muistaa, että opistoilla on aina mahdollisuus tarjota yhteistyötahoille maksullista palvelukoulutusta. Pieksämäen seutuopisto on mukana toisen asteen oppilaitosten kielitarjonnassa. Etenkin lukiolaiset hyödyntävät opiston kurssitarjon-



Yksi tapa saada kuntalaiset innostumaan kansalais- ja perustaitokursseille osallistumisesta on ottaa heidät mukaan kurssisuunnitteluun.

Kolmannen sektorin tilaisuudet, yritykset, torit ja korttelit ovat erinomaisia paikkoja, joissa kursseja voidaan suunnitella yhdessä. Pieksämäellä syysmarkkinoiden aikaan järjestetty infopiste on ollut todella suosittu.

Toritapahtumassa suunnittelijat ovat kertoneet kurssisisällöistä, ja kuntalaiset ovat voineet esittää kurssitoiveitaan ja ilmoittautua opiston kursseille.

nassa olevia kaikille avoimia harvinaisia kieliä, joiden opetusta oma lukio ei tarjoa.

Kansalaisopisto voi myös lähestyä paikallisesti ja alueellisesti oman alueensa yrityksiä. Yhteistyö voi olla hyödyllistä, jos yrittäjä kokee työntekijöidensä tarvitsevan opastusta suomalaisessa yhteiskunnassa toimimiseen tai kielitaidon parantamiseen. Tämä koskee sekä nuoria työntekijöitä että S2-tukea tarvitsevia työntekijöitä. Kursseja voidaan räätälöidä yrittäjän tarpeen mukaan joko työpäivän sisälle tai avoimien vos-kurssien sisällöksi iltakursseille. Pieksämäellä työpäivän aikana tarjottu kielten opetus on osoittautunut tehokkaaksi tavaksi lisätä työntekijöiden kielivalmiuksia, erityisesti yrityksissä, joilla on kansainvälisiä yhteyksiä. Kurssit ovat olleet parinkymmenen tunnin mittaisia tiivistyksiä, ja suunnitteli- jaopettajamme on aluksi kartoittanut kielitaidon tason ja suunnitellut kurssit tämän pohjalta.

Paikallisen ja alueellisen yhteistyön tiivistäminen on erittäin tärkeää perus- ja kansalaistaitoja lisäävien kurssien tarjoamisessa. Tämä mahdollistaa kurssien tehokkaan markkinoinnin ja opistojen laajan kurssitarjonnan näkyväksi tekemisen. Yhdessä olemme aina enemmän.



Kansalaistaitokurssien markkinointi ja asiakashankinta

Kansalaistaitokurssien järjestäminen on tärkeä osa kansalaisopistojen yhteiskunnallista tehtävää. Kansalaistaitokurssit eivät kuitenkaan yleensä ole opistoissa suosituimpien kurssien listoilla, mutta asiakashankintaa voidaan tehostaa ja osallistujamääriä kasvattaa markkinointiin ja viestintään sekä hakevaan ja etsivään toimintaan liittyvillä toimenpiteillä. Samoja hyvän viestinnän ja markkinoinnin periaatteita voi tuki hyödyntää myös muiden kurssien kohdalla.

Kurssin nimi

Potentiaalisen kurssilaisen huomio kiinnittyy yleensä ensimmäiseksi kurssin nimeen, kun hän selaa opasta tai opiston verkkosivuja. Siksi kurssin nimen tulisi olla selkeä ja kuvaava. Hyvä nimi on myös houkutteleva ja erottuva, ja sen avulla voidaan kohdentaa kurssi tietylle ihmisryhmälle. Nimen valitseminen on joskus tasapainoilua informatiivisuuden ja houkuttelevuuden välillä.

Toimivia kurssin nimiä ovat esimerkiksi Tietokoneen käyttöä ikäihmisille, Digitaitoja rauhalliseen tahtiin tai Älypuhelimien käytön alkeet.

Vastaavasti huonot nimet ovat liian yleisluontoista (esim. Tietokonekurssi) tai liian vaikeaselkoisia aloittelijalle (esim. Outlook, PowerPoint ja Excel haltuun). Ota verkkopankki haltuun -niminen kurssi voi sen sijaan erottautua positiivisesti valikoimasta.

Kurssikuvaus

Toinen tärkeä markkinoinnillinen asia on hyvä kurssikuvaus. Hyvä kurssikuvaus on kiinnostava ja innostava. Se houkuttelee tulemaan

kurssille tai vähintäänkin herättää mielenkiinnon aihetta kohtaan. Hyvä kurssikuvaus noudattaa osaamisperusteisuuden periaatteita. Se kertoo, mitä kurssilla tehdään, mitä siellä voi oppia, miten opiskelu tapahtuu ja mitä ennako-osaamista kurssille osallistuminen vaatii. Kuvaus on kattava, mutta tiivis. Se kertoo lyhyesti ja ytimekkäästi olennaiset tiedot kurssista. Sisällön lisäksi olennaista tietoa ovat esimerkiksi päivämäärä, kesto, kellonaika ja sijainti.

Kansalaistaitokurssien markkinointimateriaalit

Kansalaisopistojen liitto on tuottanut materiaaleja kansalaistaitokursseille osana Kansalaistaidot kunniaan -hanketta.

Kansalaistaitojen viestintä- ja markkinointimateriaaleihin kuuluu kansalaistaitomerkki (kuvassa), jolla voi merkata opiston kansalaistaitokurssit esimerkiksi verkkosivuilla, kurssioppaassa tai mainoslehtisissä. Merkistä on saatavilla sininen ja valkoinen versio sekä tekstillä että ilman. Tekstiversiot ovat saatavilla suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

Materiaalipankista löytyy myös muita markkinointimateriaaleja. Kansalaistaitomerkkiä voi käyttää niin sosiaalisessa mediassa kuin painetuissa tuotteissakin sekä somekehyksiä Facebook- ja Instagram kuvien kansalaistaitotunnisteena.



Markkinointimateriaalit löytyvät Kansalaisopistojen liiton viestinnän materiaalipankista:

>> kansalaisopistojenliitto.fi/jasenille/viestintamateriaalia-kansalaisopistoille/viestinnan-materiaalipankki

Materiaalipankin salasanat saat opistostasi tai Kansalaisopistojen liiton toimistosta.

Kansalaistaitokurssien markkinointiin kannattaa panostaa. Ensinnäkin kurssit erottautuvat paremmin muusta valikoimasta potentiaalisille opiskelijoille sekä sidosryhmille. Kansalaistaitokurssit eivät välttämättä tule ensimmäisenä mieleen, kun keskiverto-kansalainen pohtii opiston kurssitarjontaa. Toisekseen kansalaistaitokurssit eivät yleensä ole suosituimpien kurssien joukossa. Tällaisten kurssien markkinointiin kannattaa kiinnittää erityistä huomiota. Samalla tietoisuus kurssi-valikoiman laajuudesta lisääntyy. Kansalais-taitokurssit luovat myös positiivista imagoa opistosta päättäjien ja rahoittajien suuntaan, koska näillä kursseilla on suoraa hyötyä yksilön pärjäämiseen arjessa. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että muut kurssit olisivat vähempiarvoisia! Yhteisillä markkinointimateriaaleilla myös opistojen ja kansalaistaitojenvaltakunnallinen näkyvyys paranee.


Kurssihaku, verkkosivut ja opistopalvelut.fi

Kansalaistaitokurssit kuten opintopistekurssitkin on mahdollista erotella opistojen muusta kurssitarjonnasta kurssinhallintajärjestelmä Hellewissä (ks. Hellewi ja kansalaistaitokurssien merkkäminen). Merkatut kurssit näkyvät paremmin [valtakunnallisessa kurssihaussa](#) ja ne voi nostaa omaksi kategoriakseen myös opiston omalle opistopalvelut.fi-sivulle (ks. kuva).

Kansalaisopiston verkkosivuille ja opinto-oppaaseen voi lisätä kansalaistaitojen esittelyn. Sen yhteydessä voidaan myös selittää, mitä oppaassa tai kurssinhallintajärjestelmässä käytetty kansalaistaitosymboli tarkoittaa ja miksi nämä kurssit on päätetty nostaa esiin opiston muusta kurssivalikoimasta.

Hakeva ja etsivä työ

Hakeva ja etsivä työ ovat erinomaisia keinoja saada lisää osallistujia kansalaisopistojen kursseille. Nämä toimintatavat keskittyvät löytämään ja tavoittamaan ihmisiä, jotka eivät ehkä itse osaisi tai uskaltaisi hakeutua kansalaisopistojen kursseille. Se voi olla erityisen tehokasta haavoittuvassa asemassa olevien ryhmien, kuten syrjäytymisvaarassa olevien



Teema	
<input type="checkbox"/> Aktivoiva toiminta	18
<input type="checkbox"/> Digi	98
<input type="checkbox"/> Eläkeläisten opintosetelikurssi	46
<input type="checkbox"/> Lapsi-aikainen kurssi	73
<input type="checkbox"/> Lyhytkurssi	291
<input type="checkbox"/> Kansalaistaitokurssi	20
<input type="checkbox"/> Opintopistekurssi	6

nuorten, pitkäaikaistyöttömien, maahanmuuttajien, vammaisten ja seniorien parissa.

Hakeva työ voi sisältää esimerkiksi tietois-kujen ja pop-up-tapahtumien järjestämistä yhteisöllisissä tiloissa, kuten kirjastoissa, korkeakouluilla, nuorisotaloissa ja vammaispa-lveluysiköissä. Näissä tilaisuuksissa voidaan tarjota tietoa kursseista, vastata kysymyksiin ja jopa järjestää lyhyitä opetustuokioita, jotka antavat maistiaisen kurssien sisällöstä. Periaatteena onkin, että mennään sinne missä ihmiset ovat jo.

Etsivä työ puolestaan tarkoittaa henkilökohtaista lähestymistapaa, jossa koulutettu henkilökunta tai vapaaehtoiset käyvät läpi potentiaalisia osallistujia, tekevät kotikäyntejä ja tarjoavat yksilöllistä opastusta ja tukea. Tämä voi sisältää apua ilmoittautumisprosessissa, tiedon jakamista kursseista ja jopa kuljetusjärjestelyjen tekemistä niille, joilla on vaikeuksia päästä kurssipaikalle.

Yhdistämällä hakevan ja etsivän työn kansalaisopistojen markkinointistrategiaan sekä paikalliseen ja alueelliseen yhteistyöhön voidaan tavoittaa uusia kohderyhmiä ja tehdä kursseista saavutettavampia. Näin voidaan myös edistää yhteisön osallisuutta ja hyvinvointia, kun yhä useammat löytävät tiensä oppimisen pariin.

Lähteet

Aarnio, S. & Nuutila, L. (2024). Luovuus on taitoa, kykyä ja uskallusta heittäytyä. HAMK Unlimited Journal. Saatavilla: [<https://unlimited.hamk.fi/ammattillinen-osaaminen-ja-opetus/luovuus-on-taitoa-kyky-ja-uskallusta-heitaytya/>] Luettu 6.6.24.

European Commission (2018). LifeComp: The European framework for the personal, social and learning to learn key competence. Luxembourg: EU. Saatavilla: [https://joint-research-centre.ec.europa.eu/lifecomp_en]. Luettu 6.6.24.

European Commission (2022). GreenComp, Kestävää kehitystä koskeva eurooppalainen osaamiskehys. Luxembourg: EU. Saatavilla: [<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/bc83061d-74ec-11ec-9136-01aa-75ed71a1/language-fi>]. Luettu 6.6.24.

European Commission (2024). European Education Area. Quality education and training for all. Avaintaidot ja perusosaaminen. Verkkosivu: [<https://education.ec.europa.eu/fi/education-levels/school-education/key-competences-and-basic-skills>]. Luettu 6.6.24.

Homan, K., Larjanko K., Rönkä, T. & Virtanen, R. (1969). Kansalaistaito 4. Helsinki: Otava.

Homan, K., Larjanko, K., Virtanen, R., Hannula, M., Korpijärvi, E., Ollila, L. & Rönkä, T. (1968). Kansalaistaito 2. 1968. Helsinki: Otava.

Horppu, A. (2020). "On kansalaistaito osata valmistaa ruokaa itselleen" – kysyimme kolmelta eri alan ammattilaiselta, mitä jokaisen tulisi osata. Yle oppiminen. Saatavilla: [<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2020/04/28/on-kansalaistaito-osata-valmistaa-ruokaa-itselleen-kysyimme-kolmelta-eri-alan>]. Luettu 6.6.24.

IOM (2020). Oma kieli kotoutumisen tukena. Opas ammattilaisille. Helsinki: IOM. Saatavilla: [https://finland.iom.int/sites/g/files/tmzbd11656/files/documents/Oma_kieli_kotoutumisen_tukena_IOM_WEB.pdf]. Luettu 6.6.24.

Javrh, P., Mozina, E. & Volcjak, D (2017). Report on Life Skills Approach in Europe. Life skills for Europe project. Ljubljana: SIAE. Saatavilla: [<https://eaea.org/wp-content/uploads/2018/03/LSE-Reprot.pdf>]. Luettu 6.6.24.

KTL (2022). PIAAC-tutkimuksen toteutuksesta. Verkkodokumentti [<https://ktl.jyu.fi/fi/piaac/tutkimuksen-toteutuksesta>]. Luettu 6.6.24.

Lappalainen, A. (2005). Kansalaistaidon lyhyt historia. Koulu ja menneisyys 43. Saatavilla: [<https://journal.fi/koulujamenneisyys/article/view/98979/56667>]. Luettu 6.6.24.

Liikkuva aikuinen (2024). Liikkuva aikuinen -ohjelman verkkosivu: [<https://liikkuvaaikui-nen.fi/>]. Luettu 6.6.24.

Manninen, J. (2016). Suomi nousuun sivistystyöllä? Kansalaisopisto-opiskelun tuottamien hyötyjen taloudellinen merkitys. Kansalaisopistojen liiton julkaisuja 2. Helsinki: Kansalaisopistojen liitto KoL.

Manninen, J. (2018). Kansalaisopiston aikuisopiskelijat luokkakuvassa. Kansalaisopiston merkitys kuntalaisille ja kunnalle. Kansalaisopistojen liiton julkaisuja, 3.

Manninen, J., Karttunen, A., Meriläinen, M., Jet-su, A., & Vartiainen, A. K. (2019). Hyvinvointia ja sosiaalista pääomaa – kansalaisopiston hyödyt osallistujille, kaupungille ja alueelle. Kunnallisanalan kehittämissäätiön julkaisu, 24.

Martela, F. (2022). Hyvinvoinnin mittaaminen edellyttää hyvinvoinnin teoriaa. Erik Allardtin hyvinvoinnin ulottuvuudet päivitettyinä nykyaikaan. *Yhteiskuntapolitiikka* 87(5–6), 565–572.

Marttaliitto (2024). Varautuminen. Verkkosivu: [<https://www.martat.fi/teemat/varautuminen/>]. Luettu 6.6.24.

Mehiläinen (2024). Kehon ja mielen hyvinvointi. Verkkosivu: [<https://www.mehilainen.fi/hyvinvointi/>]. Luettu 6.6.24.

Mieli ry (2024). Mielenterveys on osa hyvinvointi ja terveyttä. Verkkosivu: [<https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/mielenterveys-on-osa-hyvinvointia-ja-terveytta/>]. Luettu 6.6.24.

Mieli ry (2024). Tunnetaidot. Verkkosivu: [<https://mieli.fi/tag/tunnetaidot/>]. Luettu 6.6.24.

Mieli ry (2024). Vuorovaikutustaidot. Verkkosivu: [<https://mieli.fi/tag/vuorovaikutustaidot/>]. Luettu 6.6.24.

Mäki-Opas, T., Rahkonen, O. & Borodulin, K. (2015). Terveys sosiologinen näkökulma liikunnallisen elämäntavan polarisoitumiseen – valinnat vai mahdollisuudet. *Yhteiskuntapolitiikka* 80(3), 263–272.

OKM (2013). Hyvä medialukutaito. Suuntaviivat 2013–2016. OKM:n julkaisuja 2013: 11. Saatavilla: [<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/75278>]. Luettu 6.6.24.

OKM (2024). Liikunnallinen elämäntapa. Verkkosivu: [<https://okm.fi/liikunnan-edistaminen/>]. Luettu 6.6.24.

Ollila, J. (2022). Suomalainen koulujärjestelmä on liikaa kiinni nykyajassa – miten tulevaisuustaitoja tulisi opettaa? MustRead: [<https://www.mustread.fi/artikkelit/suomalainen-koulu-jarjestelma-on-liikaa-kiinni-nykyajassa-miten-tulevaisuustaitoja-tulisi-opettaa/>]. Luettu 6.6.24.

Olympiakomitea (2024). Liikunnallinen elämäntapa. Verkkosivu: [<https://www.olympiakomitea.fi/liikunnallinen-elamantapa/>]. Luettu 6.6.24.

OPH (2014). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014: 96. Helsinki: OPH. Saatavilla: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf]. Luettu 6.6.24.

OPH (2017). Aikuisten perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2017. Määräykset ja ohjeet 2017:9a. Helsinki: OPH. Saatavilla: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/aikuisten_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf]. Luettu 6.6.24.

OPH (2024). Kansalliset perustaitojen osaamismerkkit. Verkkosivu: [<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kansalliset-perustaitojen-osaamismerkkit/>]. Luettu 6.6.24.

Positiivinen kasvatus (2018). Vahvuus 7: Luovuus. Verkkosivu: [<https://positiivinenkasvatus.fi/luonteenvahvuudet/vahvuus-7-luovuus/>]. Luettu 6.6.24.

Puranen, T. (toim.) (2023). Kohti kaikkien kansalaisopistoa. Kansalaisopistojen saavutettavuusopas.

Raijas, A., Kalmi, P., Ranta, M. & Ruuskanen, O.-P. (2020). Suomalaisten talousosaaminen – Analyysi 2000-luvulla tehtyjen tutkimusten ja selvitysten perusteella. Yleistajuiset selvitykset A: 119. Helsinki: Suomen pankki. Saatavilla: [https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/11641/Suomalaisten%20talousosaaminen_Suomen_Pankki.pdf?sequence=2&isAllowed=y]. Luettu 6.6.24.

Saarinen, S. (2023). Lisää luovuutta työpaikoille! Helsinki: Sitra. Blogi: [<https://www.sitra.fi/blogit/lisaa-luovuutta-tyopaikoille/>]. Luettu 6.6.24.

SPR (2024). Ensiapuohjeet. Verkkosivu: [<https://www.punainenristi.fi/ensiapu/ensiapuohjeet/>]. Luettu 6.6.24.

SUH (2024). Uimataito Suomessa. Verkkosivu: [<https://suh.fi/toiminta/uimaopetus/uimataito-suomessa/>]. Luettu 6.6.24.

Vuorikari, R., Kluzer, S. & Punie, Y. (2022). DigComp 2.2: The Digital Competence Framework for Citizens – With new examples of knowledge, skills and attitudes. Luxembourg: EU. Saatavilla: [<https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC128415>] Luettu 6.6.24.

YTHS (2024). Tunnetaidot. Verkkosivu: [<https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/tunnetaidot/>]. Luettu 6.6.24.

Käytetyt lähteet

Pedagogisia näkökulmia kansalais- taitojen opettamiseen

Atjonen, P. (2024). Atjonen puhuu arvioinnista. Katsottavissa: www.youtube.com/@APA-atjonen

Boud, D., & Molloy, E. (2013). Rethinking models of feedback for learning: the challenge of design. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 38(6), 698–712.

Carless, D., & Boud, D. (2018). The development of student feedback literacy: enabling uptake of feedback. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 43(8), 1315–1325.

Dawson, P. (2017). Assessment rubrics: towards clearer and more replicable design, research and practice. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 42(3), 347–360.

Erilaisten Opiskelijoiden liitto. (2024). Oppimisvaikeudet. Luettavissa: <https://www.eoliitto.fi/oppimisvaikeudet/>

Happo, I. (2024). Pedagogisesti saavutettavaa opiskelua kaikille. Teoksessa T. Savikuja, I. Hap-
po, E. Talonen, P. Virtanen, P. (toim.) Erityisen
tukevia menetelmiä: Tietoa ja konkretiaa
ammattilliseen koulutukseen, 84–95. Santalah-
ti-kustannus.

Honkanen, E. (2024). Opiskelukyky on hy-
vinvointia ja työkykyä. Teoksessa T. Savikuja,
I. Hap-
po, E. Talonen, P. Virtanen, P. (toim.)
Erityisen tukevia menetelmiä: Tietoa ja kon-
kretiaa ammatilliseen koulutukseen, 74–83.
Santalahti-kustannus.

Huuhka, E. (2019). Miten huomioida opiskeli-
joiden moninaisuus? Teoksessa U. Klemola,
H. Ikäheimo & T. Hämäläinen (toim.). OHO-
opas, opiskelukykyä, hyvinvointia ja osalli-
suutta korkeakouluihin. [http://urn.fi/URN:IS-
BN:978-951-39-8110-5](http://urn.fi/URN:IS-BN:978-951-39-8110-5)

Kearney, D. B. (2022). Universal Design for Learning (UDL) for Inclusivity, Diversity, Equity, and Accessibility (IDEA). A Guide for Post Secondary Educators. eCampus Ontario. Luettavissa: [https://ecampusontario.pressbooks.
pub/universaldesign/](https://ecampusontario.pressbooks.pub/universaldesign/)

Kilja, P. (2018). Opintojen henkilökohtaista-
minen aikuisopiskelijoiden kokemana: Eksis-
tentiaalis-fenomenologinen tutkimus näyt-
tötutkintomestarikoulutuksen kontekstissa.
University of Jyväskylä.

de Kleijn, R. A. M. (2021). Supporting student
and teacher feedback literacy: an instructio-
nal model for student feedback processes.
Assessment & Evaluation in Higher Education,
48(2), 186–200.

Kansalaisopistojen liitto. (2024). Kansalaistai-
dot. Luettavissa: [https://peda.net/kol/foorumi/
kansalaistaidot](https://peda.net/kol/foorumi/kansalaistaidot)

Klemola, U., Ikäheimo, H & Hämäläinen, T.
(2020). (toim.) OHO-opas. Opiskelukykyä,
hyvinvointia ja osallisuutta korkeakoulu-
ihin. Luettavissa: [https://jyx.jyu.fi/hand-
le/123456789/68304](https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/68304)

Kujala, J. (2009). Opiskelukykyä ja yhteisöllisyyttä. Opiskelukyvyn edistämisen suositukset yliopistoille. Helsinki.

Kuntoutussäätiö. (2024). Oppimisvaikeus. Luettavissa: <https://oppimisvaikeus.fi/>

Neuroliitto. (2021). Kognitiiviset oireet työelämässä. Opas työssä selviytymisen tueksi. Luettavissa: https://neuroliitto.fi/wp-content/uploads/Kognitiiviset-oireet-tyoelamassa_Opas_web.pdf

OECD. (2006). *Schooling for tomorrow: personalizing education*. Paris: OECD, Centre for Educational Research and Innovation.

Opetusalan ammattijärjestö. (2024). Opetustyön eettiset periaatteet.

Puustjärvi, A. (2022). Neuropsykiatriset häiriöt – haasteita ja vahvuuksia. Teoksessa T. Savikuja & A. Puustjärvi (toim.). *Nepsy-opas. Tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin*, 15–42. PS-kustannus.

Segler-Heikkilä, L. (2023). Myönteisten oppimiskokemusten ja turvallisen tilan merkitys oppimiselle. Luettavissa: <https://dialogi.diak.fi/2023/02/27/myonteisten-oppimiskokemusten-ja-turvallisen-tilan-merkitys-oppimiselle/>

Sutela, K. (2022). Näkyväksi tekemisen taito: Pedagoginen kohtaaminen opetuksessa. PS-kustannus.

Tasa-arvolaki 609/1986. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860609>

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141325>

Kansalaisopistojen liitto KoL ry 2024
kansalaisopistojenliitto.fi



Toim.

Henri Piirainen | Kansalaisopistojen liitto KoL ry
Katri Laitinen | Kansalaisopistojen liitto KoL ry
Virpi Vedenkannas | Kansalaisopistojen liitto KoL ry
Päivi Kilja, Esa Virkkula, Päivi Majoinen ja Laura Siniranta

Taitto Marika Elina Kaarlela | Gekkografia

Kansalaisopistojen liiton materiaaleja 8
ISBN 978-952-5709-29-2 (PDF)
ISSN 2490-0737 (PDF)

Oppaan tekstisisällöt ja kuvitus CC BY-NC-ND 4.0.
(CC-lisenssi ei koske valokuvia.)



Opetus- ja kulttuuriministeriö on tukenut
julkaisun toteuttamista osana Kansalaisopistojen liiton
Kansalaistaidot kunniaan -kehittämishanketta.