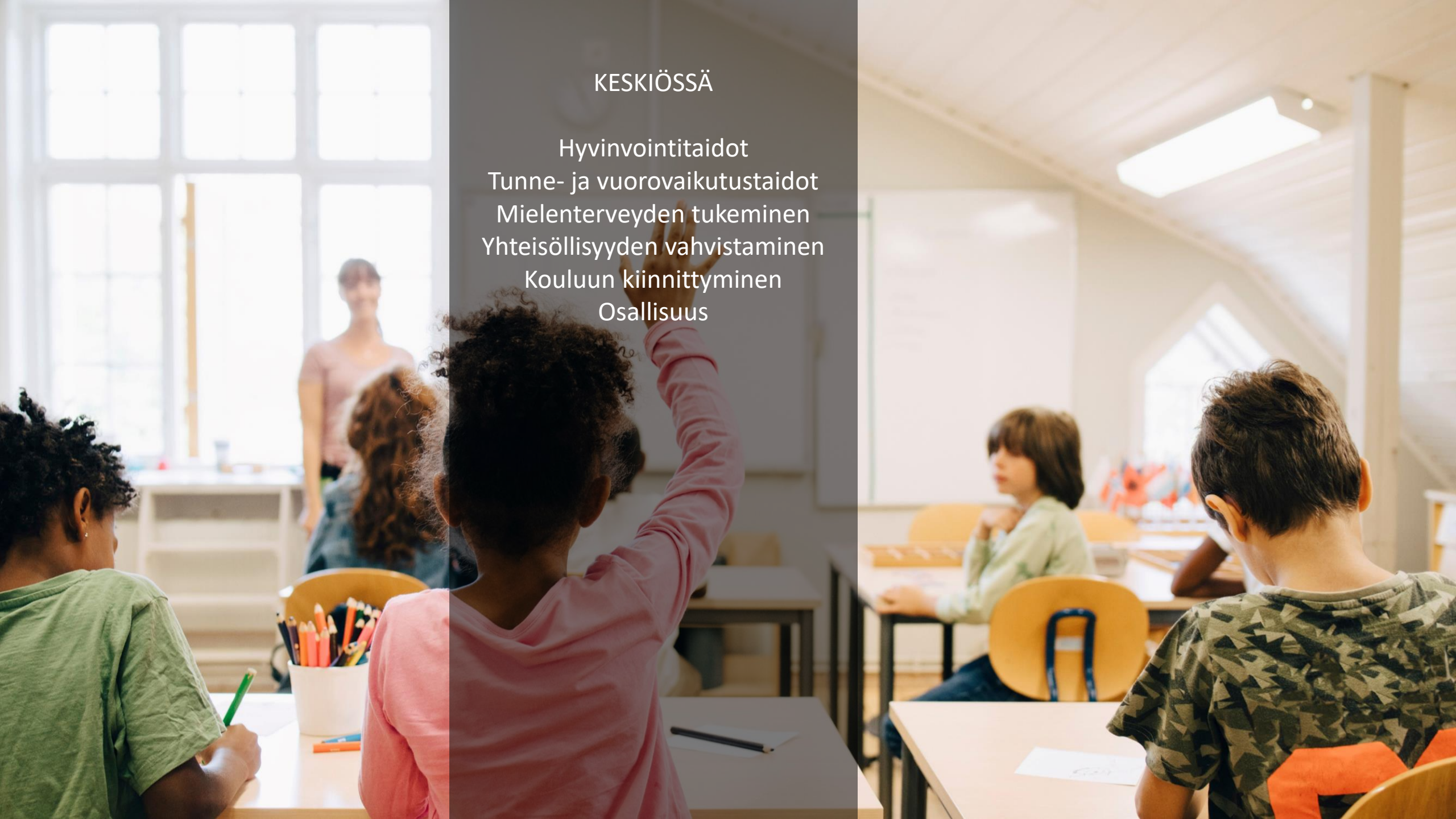




HYVINVOINTIOHJELMA ORIMATTILAN KOULUISSA VUOSILUOKILLA 1-6

KESKIÖSSÄ

Hyvinvointitaidot
Tunne- ja vuorovaikutustaidot
Mielenterveyden tukeminen
Yhteisöllisyyden vahvistaminen
Kouluun kiinnittyminen
Osallisuus



KOULUN MIELENTERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TYÖ

Perusteet koulujen mielenterveyttä edistävälle työlle sisältyvät opetussuunnitelmaan, jossa nostetaan esille tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistäminen osana opetusta. (Aalto-Setälä ym., THL, 2020.) Tavoitteena on vahvistaa yksilöllistä ja yhteiskunnallista hyvinvointia sekä edistää tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja oikeudenmukaisuutta. (POPS 2014)

Koulu on kodin rinnalla lasten ja nuorten tärkein elinympäristö. (Aalto-Setälä ym., THL, 2020.) Kouluissa toteutettavilla mielenterveyden edistämistoimilla on tutkimusten mukaan saatu myönteisiä vaikutuksia oppilaiden mielenterveyteen. Koulu on otollinen ympäristö kohdistaa kaikille oppilaille mielenterveyttä edistäviä interventioita. (Markkanen, Kasvun tuki 2022.)

Kouluympäristössä toteutettaviksi suunnatut mielenterveyttä edistävät menetelmät kohdistuvat esimerkiksi myönteisen ilmapiirin luomiseen tai mielenterveystaitojen harjoitteluun (Markkanen, Kasvun tuki 2022).

HYVINVOINTITAITOJEN VAHVISTAMINEN KOULUSSA

Hyvinvointitaidot ovat ennaltaehkäiseviä mielenterveystaitoja. Ne ovat mm. vahvuustaitoja, tunnetaitoja, läsnäolotaitoja ja vuorovaikutustaitoja (Avola & Pentikäinen, Kukoistava kasvatus, 2022).

Hyvinvointitaidot esim. tunne- ja vuorovaikutustaidot, itsesäätely- ja stressin säätelytaidot, *ovat erottamaton osa oppimista ja koulunkäyntiä (Valteri.fi).*

Tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat keskeisiä taitoja, jotka luovat pohjan kestäväälle tulevaisuudelle. OECD:n (2019) tutkimuksen mukaan lasten ja nuorten tunne- ja vuorovaikutustaidoilla *on yhteys oppimistuloksiin* ja sosio-ekonominen tausta vaikuttaa näihin taitoihin.

Opettajan ja oppilaan vuorovaikutuksella on enemmän vaikutusta oppimistuloksiin kuin esimerkiksi opetuksen rakenteellisilla tekijöillä, kuten oppimateriaaleilla ja luokkakoolla.” (Hyvää mieltä yhdessä - luento: Alkuportaatt-seurantatutkimus. Itä-Suomen ja Jyväskylän yliopistot.)

ORIMATTILAN KOKEMUKSIA PILOTTIKOULUILTA LV. 2021-2023

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen ohjelmaa on pilotoitu Myllylän ja Luhtikylän koululuilla lukuvuotena 2021-2022. Lukuvuotena 2022-2023 pilotointi laajentui koskemaan myös Jokivarren koulua.

Tunnit on koettu mieluisiksi ja hyödyllisiksi. Lapset osasivat nimetä paljon asioita, joita ovat kokeneet oppineensa. Tunnit koettiin mieltä avartaviksi ja että ne ovat pysäyttäneet miettimään asioita eri tavalla. Lasten kommentoissa korostui tuntien rauhallisuus ja mukava tunnelma (lv. 2021-2022).

Keväällä 2023 toteutetussa henkilöstökyselyssä

- 88 % koki, että tunne- ja vuorovaikutustaitojen tunti on vahvistanut luokan yhteisöllisyyttä ja ryhmähenkeä.
- Kuukausittaiset teemat ja materiaalikansio ovat ohjanneet ja tukeneet tuntien suunnittelua ja ohjaamista (80% vastanneista).
- Sähköistä materiaalipankkia toivottiin.
- Oppilashuoltohenkilöstön mahdollisuutta osallistua TuVu-tunneille koettiin tärkeänä.

KOULUTERVEYSKYSELY 2019 JA 2021

- Tutkimus osoittaa, että osallisuuden lisääminen on tärkeä keino ehkäistä koulukiusaamista.
- Osallisuuden kokemus on keskeinen osa hyvinvointia.
- Kouluterveyskysely 2019 →
 - yhteydet matalan osallisuuden kokemuksen ja koulukiusaamisen välillä viittaavat nuorten heikentyneeseen hyvinvointiin.
- ([Tutkimus osoittaa, että osallisuuden lisääminen on tärkeä keino ehkäistä koulukiusaamista - Uutinen – THL](#))
- Kouluterveyskysely 2021 →
 - Tulokset osoittivat tyttöjen ja poikien ahdistus- ja masennusoireilun sekä yksinäisyyden lisääntyneen verrattuna epidemiaa edeltävään mittaukseen.
 - Alakouluikäisten lasten osalta havaittiin merkittävä kasvu mielialaan liittyvissä ongelmissa.

OPPILAIDEN JA LUOKAN HYVINVOINNIN VAHVISTAMISEN HYÖDYT

Jokainen lapsen kanssa työskentelevä *aikuinen vaikuttaa lapsen ja nuoren hyvinvointiin, halusi tai ei*. Mikäli hyvinvoinnin edistäminen onnistuu, ongelmiin liittyvää työtä tarvitaan ajan kuluessa vähemmän. (Koulu hyvinvoinnin rakentajana, 2016.)

Keskittymällä hyvinvoinnin tukemiseen voidaan ehkäistä myös muita kiusaamiseen liittyviä ilmiöitä kuten syrjintää, häirintää ja vihapuhetta.

Kiusaamisen ehkäiseminen - Mannerheimin Lastensuojeluliitto (mll.fi)

Turvallisen ryhmän rakentaminen ja sen rakentumista vahvistavan vuorovaikutuskulttuurin luominen on tärkeä osa kiusaamisen ehkäisyä päivittäisissä ryhmätilanteissa. (Aalto-Setälä ym., THL, 2020.)



TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOJEN VAHVISTAMISEN TAUSTALLA LAINSÄÄDÄNTÖ JA LAPSEN OIKEUDET JA PERUSOPETUSLAIN MUUTOS



HYVINVOINTITUNNIN AIHEALUEET

OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS

Vaikuttaminen
Minä osana yhteisöä
Ryhmään kuuluminen
Toisten auttaminen
Vuorovaikutus
Ryhmäytyminen
Turvallinen yhteisö
Merkityksellisyys
Mielipiteen ilmaisu

MIELEN HYVINVOINTI

Toimiva arki
Itsetuntemus
Tunnetaidot
Omat voimavarat
Vahvuudet
Itsesäätely
Resilienssi
Ainutlaatuisuus

HYVINVOINTITUNTI

ARJEN TURVALLISUUS

Turvallinen ja terveellinen ympäristö
Läsnäolo
Resilienssi
Hyvä arki ja mielenterveys
Turvallisuus
Kaveritaidot
Ristiriitojen ratkaisu
Ongelmanratkaisukyky
Joustavuus

TERVEELLISET ELINTAVAT

Liikunta, ruokailu, uni
Media ja hyvinvointi
Rentoutuminen ja rauhoittuminen
Arviointi
Luonto
Positiivisuus ja kiitollisuus
Vahvuudet
Kohtaaminen
Taiteista tunteisiin

YHTEENVETO

Työyhteisön henkilöstön välinen yhteistyö ja vuorovaikutus vaikuttavat ratkaisevasti koko kouluyhteisön ilmapiiriin ja hyvinvointiin.

Opetus- ja ohjaushenkilöstön hyvinvointi vaikuttaa suoraan oppilaiden hyvinvointiin ja heidän kokemukseensa oppimisympäristöstään ja oppimisestaan.

Pedagogisen hyvinvoinnin ytimessä on arjen vuorovaikutus ja tunneilmapiiri.

Luokan myönteinen ilmapiiri muodostuu mm. hyvästä luokkahengestä, myönteisistä sosiaalisista suhteista ja tehokkaista työskentelytavoista. **Nämä ovat yhteydessä oppimistuloksiin, parempaan psyykkiseen hyvinvointiin ja vähäisempiin käytösongelmiin.**

[Hyvinvointitaidoista tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin - koulusta kantavin siivin elämään – Valteri](#)

