



Paremmat eväät hanke loppuraportti



OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ
UNDERSVINGS- OCH KULTURMINISTERIET



Hankkeen tulokset?

Hankkeeseen palkattiin kaksimielenterveys- ja hyvinvointiosaamista omaavaa henkilöä yhteisölliseen opiskeluhooltoon opettajien ja opetusryhmien tueksi. Ohjaajat ovat olleet näkyvästi läsnä oppilaitoksen toimipaikkojen arjessa ja helposti matalalla kynnyksellä lähestyttäviä. Yksi toimii Kannuksen toimipaikassa ja yksi kansanopistossa Kälviällä.

Toiminnan avulla on tuettu opiskelijoiden elämänhallintaa, mielenterveyttä, hyvinvointia, itsetunnon vahvistamista, vuorovaikutusta sekä osallisuutta.

Toinen keskeinen tehtävä oli tarjota tukea luokkiin opettajien ja opetusryhmien tueksi. Kiinnitetty huomiota opiskelijoiden tunteiden hallintaan, mielenterveyden tukemiseen ja arjen taitojen vahvistamiseen. Teemoja, joita on käyty läpi ovat lepo, ravinto, ihmissuhteet, tunteet, liikkuminen ja mielekäs vapaa-aika.

Tarjottu myös työpajoja, ryhmäytymistä sekä ryhmiä eri toimialoille mielenterveyden tukemiseen, arjen hallintaan, itsetuntemuksen vahvistamiseen sekä tietoa vahvuuksista, selviytymisestä, rentoutumisesta ja toiveikkuudesta myös ahdistuksesta kärsivien tukiryhmää.

Järjestetty koulutusta koko henkilökunnalle yhteisöllisyyden ja pedagogisen turvallisuuden tukemiseen. Hankkeen aikana koko henkilöstölle on järjestetty koulutusta opiskelijoiden kohtaamisesta, positiivisesta psykologiasta, luonteen vahvuuksista ja siitä, miten ottaa puheeksi mielenterveyden haasteet.

Vahvistettu nuorten välituntien ja vapaa-ajan merkityksellisyyttä, yhteisöllisyyden, taiteen, liikunnan ja luonto- ja elämystoiminnan keinoin. Harrastuksia ja mielekästä vapaa-ajan tekemistä vailla olevia opiskelijoita on ohjataan erilaisiin vapaa-ajan palveluihin esittelemällä taiteen, kulttuurin ja liikunnan tarjontaa ja tarjoamalla matalan kynnyksen lajikokeiluja. Toteutettu Taiteen ja liikunnan työpajoja yhdessä verkoston kanssa.

Tuettu sateenkaarinuorten mielenterveyttä tarjoamalla heille vertaisryhmätoimintaa Kokkolan toimipisteessä.

Tulokset

Mielenterveys- ja hyvinvointiosaamista omaavien henkilöiden yhteisöllisten opiskeluhoillon toimenpiteiden avulla opiskelijoiden, opetusryhmien mutta myös opettajien on ollut mahdollista saada tukea matalalla kynnyksellä.

Toiminnan avulla on voitu tukea opiskelijoiden elämänhallintaa, mielenterveyttä, hyvinvointia, itsetunnon vahvistamista, vuorovaikutusta sekä osallisuutta. Asiat joita on vahvistettu ovat opiskelijoiden parempi lepo, ravinto, ihmissuhteet, tunteet, mielenterveys, liikkuminen ja mielekäs vapaa-aika. Henkilökunnan osaaminen opiskelijoiden kohtaamiseen on toivottavasti parantunut ja tietoisuus positiivisesta psykologiasta ja luonteen vahvuuksista lisääntyy. Sekä kyky ottaa puheeksi mielenterveyden haasteet on parempi.

Sateenkaarinuoret kokevat olevansa arvostettuna yhteisön jäsenenä, heidän minäkäsityksensä ja minäpystyvyytensä on vahvistunut. Henkilökunnan kyky kohdata heitä on parantunut.

Hanke tavoitti Kannuksessa erilaisissa yhteisöllisissä tapahtumissa noin 300 opiskelijaa ja oppilaitoksen henkilökuntaan kuuluvaa. Yksilökohtaista ennaltaehkäisevässä yksilötyössä tavoitettiin 52 opiskelijaa. Yhteisöllinen työ lisääntyi oppilaitoksella, mikä lisäsi hyvää ja turvallista ilmapiiriä. Vähintään kerran kuukaudessa oli jonkinlainen tapahtuma tai tempaus.

Kälviällä kasvatusohjaaja on tukenut pääsääntöisesti aloittaneiden opiskelijoiden opiskeluiden etenemisen lisäksi omien voimavarojen tunnistamisessa, mielenterveystaitojen vahvistamisessa ja vuorovaikutustaitojen kehittämisessä. Kasvatusohjaaja on toiminut matalan kynnyksen aikuisena, jonka tärkeä osa työtä on ollut varhaisen huolen tunnistaminen. Kohderyhmä on Arts-linjan oppivelvolliset. He ovat olleet iältään 16-19 vuotiaita. Opiskelijoiden tavoittaminen onnistui helposti alkututustumisen jälkeen. Osa opiskelijoista on lähestynyt viestillä tai soittamalla ja osa tullut suoraan juttusille. Kasvatusohjaaja on ollut mukana useissa toimipaikan pop up tapahtumissa.

Yhteisöllisiä tapahtumia olivat mm. talviurheilu- ja liikuntapäivä, Turvallisuuspäivä, (fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus), Wappucruising (oppilaitoksen omaa kalustoa kuten traktoreita ja opiskelijoiden omia ajoneuvoja), Halloween-tapahtuma sekä Joululaulukimara, johon osallistui sekä henkilökuntaa että opiskelijoita.

Aulatapahtumina oltiin mukana mm opiskelijoiden mielenterveysviikolla, maailman mielenterveyspäivänä, valtakunnallisena mielenterveyspäivänä ja ehkäisevällä päihdetyönviikolla. Pohdittiin opiskelijoiden kanssa mm. mikä on päivän fiilis, millainen selviytyjä olen, tutkittiin mielenterveyden kättä, haaveiltiin mielekkäästä tulevaisuudesta. Jaettiin tietoa päihteiden vaikutuksesta omalle terveydelle ja ympäristöön. Aulatapahtumina on ollut myös ystävänpäivä-pääsiäis- ja jouluaskartelua.

Lisäksi hankkeen aikana on pidetty opiskeluryhmille oppitunteja rasismista, mielenterveyden vahvistamisesta, opiskeluryhmien ryhmadynamiikasta ja ilmapiiristä sekä kiusaamisesta. Yhteisötyöntekijä oli mukana myös, kun opiskelijat kävivät ratsastamassa, retkeilemässä, yritysvierailuilla ja erilaisissa paikallisissa kohteissa tutustumiskäynneillä.

Ryhmäytymiseen oli mahdollista panostaa enemmän. Ensimmäisen vuoden opiskelijat ryhmäytettiin orientaatioviikolla sekä ja myös sen jälkeen luokissa oppituntien aikana sekä yhteisötyöntekijän toimesta, mutta myös vastuuohjaajat eri tavoin. Myös toisen vuoden opiskelijoista osa ryhmäytettiin uudelleen pitkän kesäloman ja Top-jakson jälkeen. Yksi ensimmäisen vuoden opiskeluryhmä, jossa ilmeni syksyn edetessä erilaisia haasteita ja opiskelijavaihdoksia, ryhmäytettiin syksyn aikana vielä uudelleen.

Yhteisötyöntekijä on ollut kerran viikossa töissä myös ilta-aikaan klo. 19 saakka, jolloin on järjestetty erilaisia vapaa-ajan toimintoja. Peli-iltoja, shoppailuretkiä, laavulla makkaranpaistoa, terveellistä iltapalaa asuntolassa asuville. Myös kansainväliset opiskelijat ovat kokanneet oman maansa ruokaa, jota oli tarjolla opiskelijoille.

Yhteisötyöntekijän toimistolla on myös avoimet ovet. Aina kun ovet ovat olleet auki, voi opiskelija tai opiskeluryhmä tulla kahvittelemaan ja päivittämään kuulumisia. Tietty opiskeluporukka hyödynsi myös tätä mahdollisuutta.

Henkilökuntaa yhteisötyöntekijä on voinut konsultoida erilaisissa asioissa. Lukuvuoden teemana on ollut opiskelijoiden kohtaaminen, johon on panostettu mm. erilaisissa pienemmissä henkilökunnan tiimeissä, jossa yhteisötyöntekijä on toiminut asiantuntijana.

Yksilöllisessä ennaltaehkäisevässä työssä opiskelijoita autettiin sitoutumaan opintoihin herättelemällä ja/tai hakemalla kouluun. Istahdettiin alas pohtimaan sitoutumista ja motivaatiota, ohjattiin opiskelujen etenemisessä, tehtiin yhdessä tehtäviä, tavattiin opettajaa tai erityisopettajaa, osallistuttiin erityisen tuen laatimiseen, opiskelujen keventämiseen/omien polkujen löytämiseen. Opiskelijoiden kanssa puhuttiin paljon arjenhallinnasta; nukkumisesta, rytmeistä, jaksamisesta, syömisestä, liikkumisesta terveydestä ja päihteistä. Ollaan keskusteltu myös yksinäisyydestä ja kiusaamisesta. Käytiin läpi raha-asioita ja kodin hoitamista. Yhteisötyöntekijä on auttanut opiskelijoita kelan hakemusten täyttämässä. Tavattiin yhdessä terveydenhoitajaa, psykkaria tai lääkärää. Yhteisötyöntekijä teki kotikäyntejä opiskelijoiden asuntoihin/koteihin.

Yhteisötyöntekijä on ollut apuna myös pienissä mielenterveyden haasteissa tai akuutissa paniikki- tai ahdistuskohtauksessa.

Tavoitellut opiskelijoita, joita ei ole saatu kiinni.

Kokkolan ammattikampuksella järjestettiin Hyvinvointimesut ja Amisgaala-tanssiaiset yhdessä opiskelijoiden kanssa.

Miten yhteistyö sujui sidosryhmien kanssa?

Yhteisöllistä työtä on ollut tekemässä yhteisötyöntekijän lisäksi koko oppilaitoksen henkilökunta, opiskeluhuolto sekä nuoriso- ja erityisnuorisotyön (etsivä nuorisötyöntekijä sekä nuorten työpajan yksilö- ja työvalmentaja) ja seurakunnan nuorisotyö. Myös kaupungin koulunuorisötyöntekijä saatiin mukaan yhteisölliseen työhön syksyllä 2024 pienellä panoksella. Turvallisuuspäivissä mukana ovat vielä palo- ja pelastustoimi, poliisi sekä kriisi- ja väkivaltatyöyksikkö Väkevä.

Yhteistyö sidosryhmien kanssa on sujunut todella hyvin. Yhteistyötahot tulevat mielellään koululle ja osallistuvat yhteisöllisen työn suunnitteluun ja toteuttamiseen. Opiskeluhuolto, perusnuorisotyö sekä erityisnuorisotyö ovat osallistuneet omalla panoksellaan ryhmäyttäviin tapahtumiin sekä POP-Up aulatapahtumiin mm. mielenterveys ja päihdeasioissa.

Yhteistyötä Kälviällä on tehnyt sosiaalihuollon jälkihuollon, kuraattorin, psykkarin, terveydenhoitajan, erityisopettajan sekä koulupsykologin kanssa. Yhteistyö on hyvää ja tukee opiskelijan hyvinvointia, terveyttä ja oppimista.

Osallistuiko toimintaan vapaaehtoisia, jos montako?

Vapaaehtoisina toimivat muutamat eläköityneet opettajat; 2kpl.

Määrittele toiminnan kohderyhmä?

Hankkeen kohderyhmänä on kaikki toisen asteen opiskelijat Kannuksen yksikössä sekä koulun henkilökunta. Kälviällä aloittaneet opiskelijat ja Pop-Up tapahtumissa muutkin yhteisöllisen toiminnan kohteena olevat opiskelijat.

Maantieteellinen laajuus

Hanketta toteutettiin Kokkolassa Sateenkaarinuorten ryhmä, AmisGaala ja hyvinvointimessut. Kannuksessa ja Kälviällä yhteisöllisen työntekijän voimin. Näihin osallistui opiskelijoita, joiden kotikunta on eri puolilla Keski-Pohjanmaata, mutta osa tulee myös eri puolilta Suomea.

Paljonko toimintoihin osallistui henkilöitä?

Kannuksessa tavoitettiin erilaisissa yhteisöllisissä tapahtumissa 300 opiskelijaa (laskettu osallistujat). Yksilökohtaisessa työssä 52 opiskelijaa (laskettu tavatut opiskelijat). Kälviällä yhteisöllisissä tapahtumisissa on voitu kohdata 178 kansanopistolinjoilla olevaa oppivelvollista opiskelijaa ja 120 perustutkinto opiskelijaa (arvio), yksilökohtaisessa ennaltaehkäisevässä työssä tuettiin kahtakymmentäyhtä opiskelijaa (laskettu osallistujat). Kokkolassa hyvinvointimessuille osallistui 600 opiskelijaa (laskettu kutsutut ryhmät ja niiden opiskelijat). AmisGaalaan osallistui 46 opiskelijaa ja Gaalan toteuttamiseen 61 opiskelijaa (määrät laskettu). Sateenkaariryhmään 6 opiskelijaa (määrä laskettu).

Määrittele toiminnan / hankkeen kohderyhmä

Hankkeen kohderyhmänä on kaikki toisen asteen opiskelijat Kannuksen yksikössä sekä koulun henkilökunta. Kälviällä aloittaneet opiskelijat ja Pop-Up tapahtumissa muutkin yhteisöllisen toiminnan kohteena olevat opiskelijat. Kokkolan osalta kaikki opiskelijat Hyvinvointimessujen osalta ja myös AmisGaalan ja sateenkaariryhmän osalta oli mahdollisuus osallistua toimintaan oman mielenkiinnon mukaan. Toinen välillinen kohderyhmä oli opetus- ja ohjaushenkilökunta.

Miten kohderyhmän tavoittaminen onnistui?

Kohderyhmän tavoittaminen oli helpohkoa. Opiskelijat pysähtyivät toimintapisteille ja jutustelemaan vaihtelevasti. Hankkeen edetessä jo tosi hyvin. Opiskelijoita houkuteltiin toiminnan ja tekemisen äärelle pienillä palkinnoilla, kuten karkilla. Luokkatilanteissa ryhmät toimivat yksilöllisesti. Osa ryhmistä oli vuorovaikutteisempia kuin toiset. Osallistuminen tekemiseen oli kuitenkin hyvää. Yksilölliset asiakkaat tulivat henkilökunnan ja huoltajien ohjaamina. Yhteistyö opiskelijan kanssa sujui hyvin luottamuksen saavuttamisen jälkeen. Hyvinvointimessuille opiskelija tulivat opettajan kanssa. AmisGaalaan ja Sateenkaariryhmään opiskelijat tulivat markkinoinnin tuloksena ja AmisGaalan järjestelyihin pyydettyinä.

Miten kohderyhmä osallistui toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen

Hankkeen alkaessa ja esittäytyessä opiskeluryhmissä, kerättiin opiskelijoiden toiveita siitä, mitä hankkeen aikana voitaisiin tehdä, mitä urheilulajeja olisi liikuntapäivissä yms.. Opiskelijakunnan hallituksen puheenjohtaja osallistui Yhteisöllisen opiskeluhuoltoryhmän kokouksiin. Tämä on nyt uusi käytäntö, joka saatiin vakiintumaan hankkeen aikana. Opiskelijakunnan hallitus oli mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa Wappucruising ja Halloween tapahtumaa, sekä liikuntapäiviä. AmisGaalaan toteuttamiseen osallistui 61 opiskelijaa mm. media-, elintarvike-, ravintola-, turva-, hiusalalta.

Tulosten osittamisessa käytetyt mittarit?

Palautetta on kerätty tietyistä toiminnoista tai tapahtumista palautelomakkeiden avulla. Yksittäisen opiskelijan opiskelujen eteneminen, poissaolojen seuranta. Yhteisöllisen opiskeluhuoltoryhmän kokoukset, jossa toimintaa tarkastellaan. Suoraa palautetta saa myös suoraan opiskelijoilta.

Ei kuitenkaan systemaattista tulosten seurantaa.

Kerättiinkö palautetta? Jos millaista se oli

Palautetta on kerätty erilaisista isommista tapahtumista kuten orientaatioviikosta, liikuntapäivistä, turvallisuuspäivästä. Palautetta ovat antaneet opiskelijoiden lisäksi henkilökunta ja sidosryhmät. Palaute on ollut pääsääntöisesti positiivista. Erilaiset tapahtumat on koettu tarpeellisiksi ja tärkeiksi.

Kälviän opiskelijoilta saamasta palautteesta ilmenee, että he ovat saaneet apua asioiden hoitamiseen, joista heillä ei vielä ollut ennestään tietoa tai kokemusta. Palautteessa kerrottiin myös, että kasvatusohjaajalle on helppo puhua aroistakin asioista. Vierailevilta opettajilta saamani palaute on ollut, että opettajat ovat kokeneet tärkeäksi, sen että oppitunneilla on mukana aikuinen, joka tuntee opiskelijat.

<https://www.keskipohjanmaa.fi/artikkeli/kpedu-jarjestaa-historiansa-ensimmaisen-amisgaalan-perjantaina-kokkolassa-katso-taalta-tanssiaiset>

<https://www.instagram.com/p/C4QUD5qNFXZ/>

<https://www.youtube.com/watch?v=vb-oEpPez2o&list=PLfpg7wGGTerJ3vEYD3tydrHoHoDhnwOUP&index=18>

Toteutusaika: 1.1.2024–31.7.2025

[Paremmat eväät esite A4 \(pdf\)](#)

891 KB

Yhteystiedot

Johanna Ala-Pönttiö | Kälviä

040 359 6215

johanna.ala-pönttiö(a)kpedu.fi

Mari Kurikkala | Kannus

040 359 6285

mari.kurikkala(a)kpedu.fi

Anne Eteläaho | koordinointi

044 725 0106

anne.etelaaho(a)kpedu.fi

