



HYVÄT EVÄÄT ELÄMÄÄN HANKKEEN LOPPURAPORTTI 2023



Rahoitus:



OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ
UNDERSVINGS- OCH KULTURMINISTERIET

Hanketta rahoitti OKM. Hyvät eväät elämään-hankkeessa **kehitettiin yhteisöllistä opiskeluhoitoa, hyvinvointia ja varhaista tukea mielenterveyteen** ammattiopiston ja kansanopiston oppivelvollisille opiskelijoille.

Hankkeen tavoitteena oli, että **yhteisöllisen opiskeluhoiton ennaltaehkäisevä tuki ja yksilökohtaisen opiskeluhoiton varhainen tuki ovat kaikkien opiskelijoiden saatavilla**. Hankkeessa pilotoivien toimenpiteiden avulla on edistetty sosiaalisen kestävyden näkökulmasta terveyttä, turvallisuutta, viihtyisyyttä ja esteettömyyttä. Yksilötasolla sosiaalista kestävyttä on parannettu tukemalla opiskelijoiden elämänhallintaa, hyvinvointia, vuorovaikutusta sekä osallisuutta. Myös oman toiminnan merkityksen ja vaikutusten ymmärtämisellä on ollut tärkeä tehtävä. Tavoitteena on ollut taata tasa-arvoisemmat ja yhdenvertaisemmat mahdollisuudet saavuttaa hyvä elämä ja tutkinto myös niille opiskelijoille, jotka ovat **tarvinneet enemmän matalan kynnyksen tukea arkeensa**. Tavoitteena on ollut myös vaikuttaa eri toimialojen ydinprosesseihin turvallisuuden lisäämiseksi.

Hankkeeseen palkattiin liikkuvat ja jalkautuvat (1.5) mielenterveysalan asiantuntijat ja kasvatusohjaaja.

Tuija Carlsson, Katrin Björklund sekä Johanna Ala-Pönttiö toimivat hankkeessa. Heidän työkuvaansa kuului mielenterveys- ja hyvinvointiosaamisen levittämien opiskelijoiden, opettajien ja ohjaajien tueksi. Hankkeen toiminta rakentui opiskeluhoiton suunnitelman ja vuosittain asetettujen tavoitteiden varaan. Hankkeessa pilotoitiin matalankynnyksen kohtaamisia Kpedun eri toimipaikoilla.

Toiminta on ollut pääsääntöisesti Kokkolan toimipisteellä, mutta työntekijät ovat jalkautuneet Kannukseen, Kälviän ja Kaustisen toimipisteillä jokaisen toimipisteen tarpeiden mukaisesti.

Opiskeluhoiton toimijat mukaan lukien asuntolaohjaajat ja toimipaikkojen opiskelijat osallistuvat toiminnan kehittämiseen. Toiminta oli ryhmien järjestämistä arjen-, tunne-, tai vuorovaikutustaidoista, itsetuntemuksesta, vahvuuksista, selviytymisestä, rentoutumisesta ja toiveikkuudesta tai vaikka ahdistuksesta kärsivien tukiryhmänä.

Yhtenä tavoitteena on viedä matalan kynnyksen mielenterveysalan osaamista toimipaikkojen ja myös hieman asuntoloiden käyttöön. Teemoja, joita haluttiin edistää olivat vertaistoiminnan kehittäminen, tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen, hyvien terveystottumusten edistäminen, mielenterveystaitojen vahvistaminen ja voimavarojen tukeminen, huolen varhainen tunnistaminen ja puheeksi ottaminen. Näistä teemoista koottiin erilaisia yhteisöllisiä tapahtumia ja kohtaamisia.

Hankkeen aikana kehitettiin myös toimintamalleja, joiden avulla ne opiskelijat, jotka eivät voi mennä ruokailemaan ahdistuksen tai jännittämisen vuoksi voivat syödä koululounaan. Keskeiset yhteistyökumppanit olivat kuntien nuoriso- vapaa-aika ja kulttuuritoimi, Soiten opiskeluterveydenhoito ja opiskeluhoito, KPSPY; Ehyt ry., Ehjä ry., Villa Elba, Saku ry ja Nuoska.

Kohderyhmä

Osittain kohderyhmänä olivat kaikki opiskelijat yhteisöllisten, osallistavien ja ennaltaehkäisevien toimenpiteiden avulla. Osa toimenpiteistä kohdistettiin tukea tarvitseviin opiskelijoihin toimipaikoissa ja asuntoloissa.

Keski-Pohjanmaan kansanopiston oppivelvolliset opiskelijat, Arts taidelinjalta, Virtaset ja maahanmuuttajien kielikoulutuksen opiskelijat. Yhteisöllisiin tapahtumiin osallistuvat kaikki opiskelijat toimipaikoista ja

asuntoloista. Kohdennettuihin toimenpiteisiin osallistui eri määrä opiskelijoita. Keski-Pohjanmaan ammattiopistolla on 3065 perustutkinto-opiskelijaa, 72 Tuva-opiskelijaa, suomenkielisiä on 2769, ruotsinkielisiä on 117, maahanmuuttaja on 216 ja erityisen tuen opiskelijoita on 534 ja asuntolassa asuu 284 opiskelijaa. Kansanopiston oppivelvollisia opiskelijoita on 15 ja opetus- ja ohjaushenkilöstöä 10.

Tulokset

Liikkuvan mielenterveysalan ja kasvatusohjaajan toimenkuvan mallintaminen.

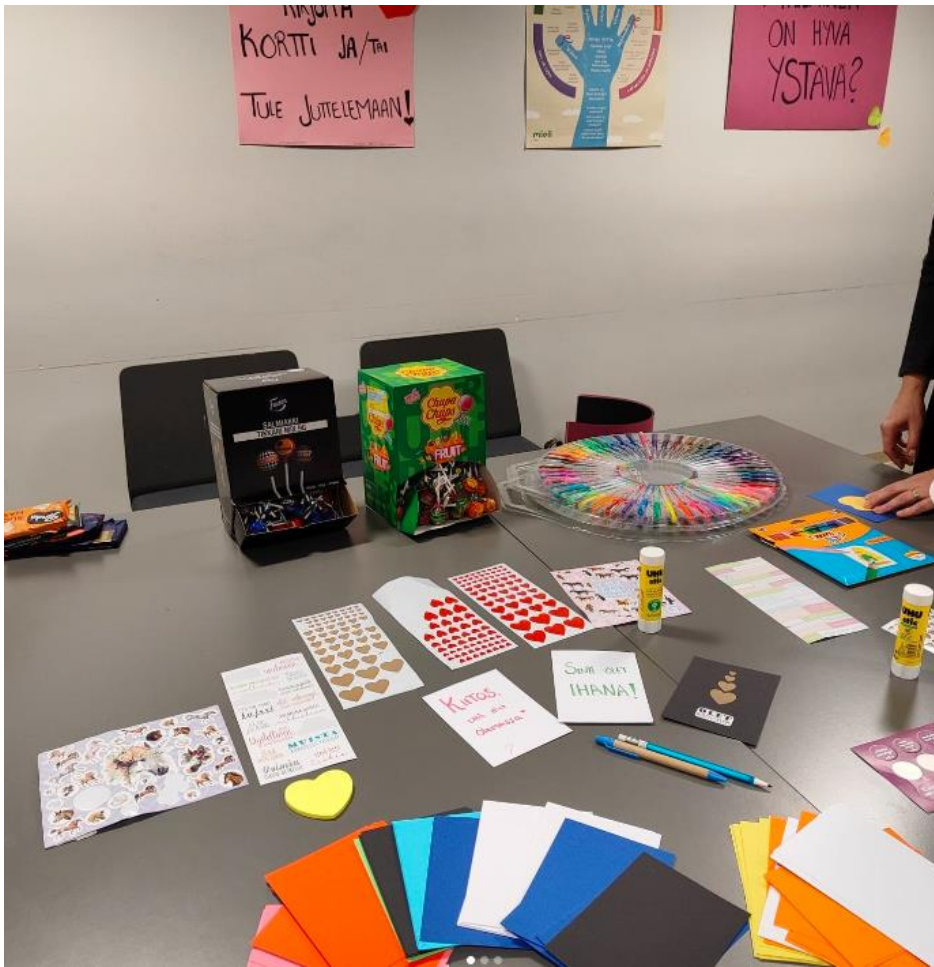
Opiskelijoiden vertaistoiminnan ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen, terveystottumusten edistyminen, mielenterveystaitojen vahvistuminen ja voimavarojen tukeminen, huolen varhainen tunnistaminen ja puheeksi ottamisen tehostuminen. Näistä teemoista kootut erilaiset yhteisölliset tapahtumat, ryhmätoiminnat ja kohtaamiset opiskelijoiden ja opiskeluhuollon toimijoiden kanssa. Pilotointien kautta saadut juurtuneet mallit. Opiskelijafoorumien menetelmien pilotointi ja juurruttaminen. Toimintamallit ruokailun mahdollistamiseksi, niille, jotka jännittävät ruokailua. Matalan kynnyksen mielenterveysalan osaamista ja tukea asuntolan opiskelijoiden ja ohjaajien käyttöön.

Kansanopiston Arts-linjalla ei ole ollut ohjaajaa ollut ennen. Kasvatusohjaajan työnkuvaan on kuulunut ryhmäytymistä eri tavoin, Wilman ja It's learningin käytön opettamista, yto -aineiden tunneilla olen tukena opiskelijoille ja opettajalle ja varmistan, että jokaisella tulee tehtävät ja kokeet tehtyä. Yhteistyötä tehty erityisopettajan kanssa. Kelan asioissa on tuettu opiskelijoita mm. Linja-autokorttien hakemisessa, kuntoutusraahakemuksissa. Yhteistyötä on ollut paljon opiskelijahuollon, terveydenhuoltopalveluiden ja sosiaalihuollonpalveluiden kanssa. Jatko-opintoja on suunniteltu opiskelijoiden kanssa yhdessä. Opiskelijoiden kanssa on käyty tutustumassa eri oppilaitoksiin. Opiskelijoita on autettu yhteishaussa ja varmistettu, että jokaiselle on löytynyt opiskelupaikka. Tärkeä osa työtä arjessa on ollut varhainen huolen tunnistaminen.

Auloihin on järjestetty erilaisia aulatapahtumia jossa hanketyöntekijät ovat kohdanneet opiskelijoita ja on järjestetty toimintaa esim. askartelua, kilpailuja ja yhteistä tekemistä. Sen lisäksi on hankittu pelejä ja palapelejä sekä tuotu värityskuvia auloihin, jotta opiskelijoilla olisi tekemistä välitunneilla. Järjestetty erilaisia tapahtumia kuten Halloween tapahtuma, naamiaiset, ystävänpäivän ja pääsiäis- ja joulukorttien askartelua. Matalakynnyksen kohtaamisia, arvontaa, hiustenlaittoa, vohvelin paistoa, pakohuonepelejä, pinssipajaa sekä grillausta. Koirakin on ollut mukana toiminnassa. Keskusteluja yksinäisyyden ennaltaehkäisemiseen ja tuettu opiskelijoita ruokailuun menemisessä.









Kun uusi lukuvuosi alkoi luotiin yhteistyössä muiden koulun toimijoiden kanssa **materiaali nimeltä AmisStartti**, joka oli materiaali opettajien käyttöön uusien ryhmien ryhmäytymisen tueksi ja järjestettiin yhteistyönä vastuuhjaajien kanssa ryhmäytymistunteja ja -päiviä, jotta tuettiin uusien opiskelijoiden kiinnittymistä oppilaitokseen. Ryhmien yhteisötaitoja on tuettu, opettajia on tuettu, hyvinvointitaitoja sekä tunnetaitoja on opetettu. Ryhmittäytymisharjoituksia tehty sekä vahvuuksien tunnistamista toiminnallisten harjoitusten kautta sekä keskustelua ryhmän yhteisistä pelisäännöistä.

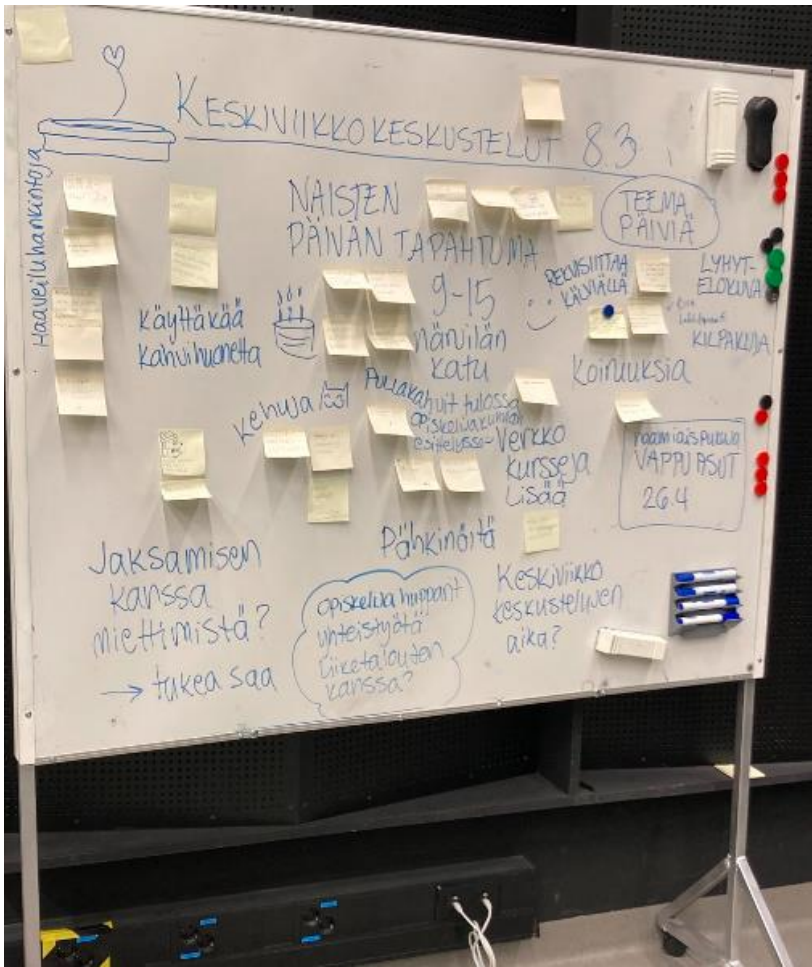
Hankkeessa on **pilotoitu matalankynnyksen kohtaamisia Walk in toiminnassa**. Keskusteluissa on käytetty kertaterapian menetelmää, johon hankkeen työntekijät ovat kouluttautuneet. Walk in toiminta on ollut matalan kynnyksen tukikeskusteluita, jossa opiskelijoita ja henkilökuntaa on ohjattu ratkaisukeskeisesti eri tilanteissa. Tavallisimmat aiheet ovat olleet hyvinvointiin, mielenterveyteen, ihmissuhteisiin tai palveluohjaukseen liittyvät aiheet.

Hankkeessa on järjestetty **3 eri pienryhmää, jossa on käytetty Nyyti ry:n kehittämä itsenäistyvä nuori materiaalia pohjana toimintaan**. Aiheet ovat kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin liittyviä ja opiskelijat ovat pystyneet saada ryhmätoiminnasta opintopisteitä. Ryhmässä on käytetty toiminnallisia menetelmiä.



Työpajoja on järjestetty luokissa eri ryhmille riippuen ryhmän tarpeista. Aiheena ovat olleet ryhmädynamiikka, vuorovaikutustaidot, omien vahvuuksien tunnistamista, yhteistyötaitoja ja mielen hyvinvointitaitoja. Jokainen työpaja on räätälöity ryhmän tarpeiden ja opettajien tai opinto-ohjaajien toiveiden mukaan. Työpajoissa on myös hyödynnetty Kamu-koulutuksen aikana opittua menetelmiä.

Eri toimialoille järjestettiin **opiskelijafoorumeita**, joissa opiskelijat olivat edustettuna toimialapäällikön johdolla ja mukana oli hanketyöntekijät ja opiskeluhoollon edustajia. Foorumit pohtivat oman alansa hyvinvointia edistäviä tekijöitä sekä tiimin käytänteitä yhdessä tekemisen toimintakulttuurin näkökulmasta ja sitä miten näitä voisi kehittää. Kustakin foorumista nostettiin esiin kehittämiskohteita, joita lähdettiin parantamaan. Tämä prosessi mahdollisti yhteisöllisyyden ajatuksen kytkeytymisen eri alojen ydinprosesseihin. Pilotointien kautta näistä on saatu pysyviä juurtuvia malleja.



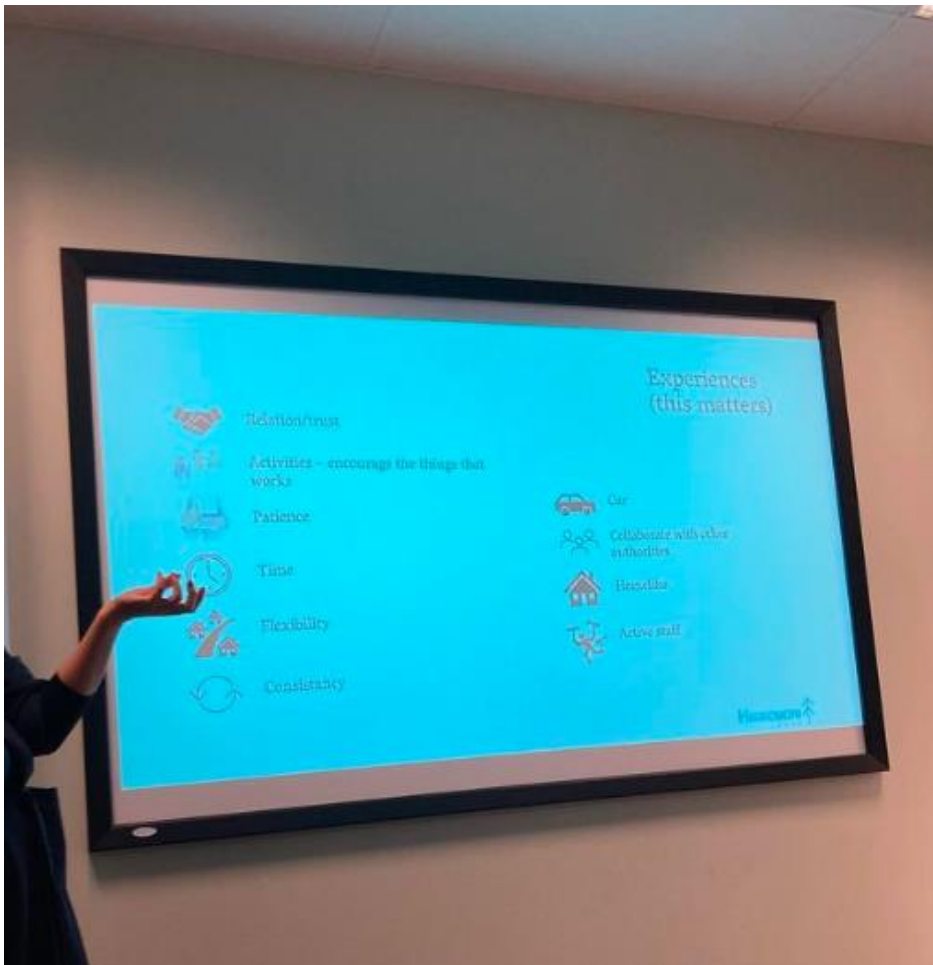
Asuntolaohjaajia on tuettu järjestämällä asuntolailtoja yhdessä, jossa opiskelijoille järjestetään yhteistä tekemistä sekä keskustelumahdollisuus. Asuntolaohjaajia on koulutettu Mielenterveyden ensiapukursseilla MTEA1® ja MTEA2®.



Hankkeessa on myös tehty **yksilöohjausta eri tavoilla riippuen opiskelijoiden tuentarpeista**. On autettu viranomaisasioiden hoitamisessa, tuettu kouluntuleminen, tuettu tunneilla ja tuettu ruokailua. Opiskelijoita on myös tuettu olemalla mukana lisähenkilöinä tunneilla tai kun ovat tutustuneet eri toimintoihin.

Toimintaa esitelty hyvinvointi- ja harrastemessuilla, on osallistuttu yhteisöllisiin kokouksiin, muutamiin asuntolailtoihin. Järjestetty mielenterveyden ensiapukoulutusta 2 koulutuspäivää.

Hanketoimijat kävivät tutustumassa Ruotsissa siellä kehitettyihin yhteisöllisiin menetelmiin ja kertoiva hankkeen tuloksista siellä. https://www.kpedu.fi/docs/default-source/varustamo/yhdess%C3%A4-voimaa-opintoihin-alustavaa-loppuraporttia-laajennettu.pdf?sfvrsn=869453b2_0 Sivulta 30-eteenpäin.



Hankkeen aikana on tilastoitu toimintaa ja laskettu kuinka monta opiskelijaa on kohdattu eri suunnitellun toiminnan aikana. Tilastojen ulkopuolelle on jäänyt kaikki käytäviäkohtaamisia, jotka ovat tapahtuneet hankkeen aikana. Hankkeen aikana on kohdattu noin 2200 opiskelijaa joko luokassa tai aulatapahtumissa, 20 opiskelijaa on ollut mukana toteuttamassa aulatoimintaa, Walk-in toiminnassa on ohjattu 23 opiskelijaa ja 13 koulun työntekijää, 15 opiskelijaa on ollut mukana pienryhmissä ja 36 opiskelijaa on saanut yksilöllistä tukea 1-10+ kertaa.