



Oppilaiden psyykkinen oireilu ja kouluun kiinnittymisen haasteet

Satu Peitso, neuropsykologian erikoispsykologi
Sari Granroth-Nalkki, ohjaava opettaja

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

1



Kouluviihtyvyyys ja hyvinvointi

2

THL, Kouluterveyskysely 2019 ja 2023

	4.-5. lk	8.-9.lk
...ovat tyytyväisiä elämäänsä	89,5% 85,1%	75,2% 65,7% 79%p 54% t
...pitävät koulunkäynnistä	77,9% 73%	60% 51,8%
...eivät koe olevansa tärkeä osa koulu- ja luokkayhteisöä	3,6% 4,5%	11,7% 14,1%
...tuntevat itsensä yksinäiseksi	3,4% 3,9%	10,7% - vuonna 2021 15% p 22% t 15,0% 8,9% p 20,9%t
...ovat olleet huolissaan mielialastaan kuluneen 12 kk:n aikana		30,4% (p 15%, t 44,9%) 35,9% 16,8%p 53,7%t
...nukkuvat alle 8h/vrk		34,8% 36,3%



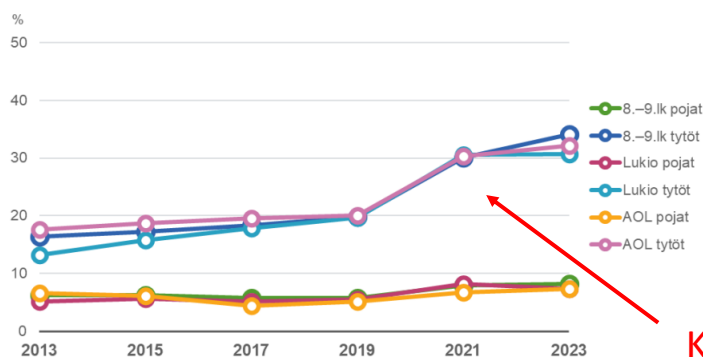
VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

2019: <https://www.julkari.fi/handle/10024/140843>
 2021: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2021091446139>
 2023: <https://www.julkari.fi/handle/10024/147270>

7

Kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta kahden viime viikon aikana kokeneiden nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2013–2023, %



KORONA!

Indikaattori perustuu GAD7-mittariin (Generalized anxiety disorder).



Kouluterveyskysely

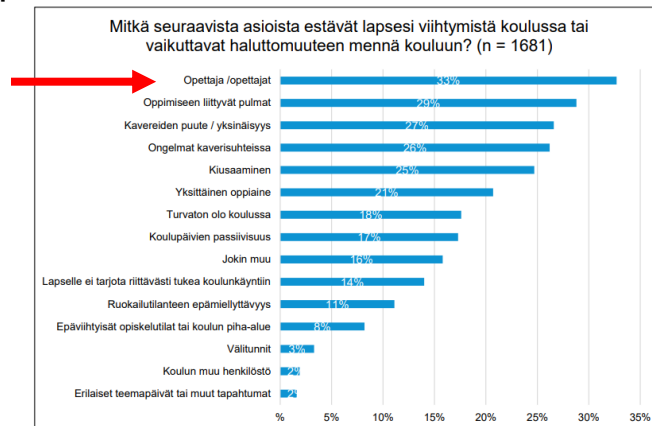
21.9.2023

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

8

Oman lapsen kouluhyvinvointi herättää huolta huoltajissa

37% huoltajista on ollut huolissaan lapsensa koulussa viihtymisestä ja 27% lapsen haluttomuudesta mennä kouluun (2022)



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

<https://karvi.fi/publication/sitouttavan-kouluhyhteisötyön-arviointi-arvioinnin-valiraportti/>

9

- “Mielenterveyskriisi” käynnissä jo ennen koronaa
- Korona-aika vaikeutti entisestään mielenterveydenhoitoa
- Yhteiskunnallinen “kolmoiskriisi” (pandemia, ilmastonmuutos, sota)
- Sairaalaopetuksen konsultaatiopyynnöissä korostuneet pitkittyneet koulupoissaolot
- Yhtenäisten määritelmien puuttuminen pitkittyneelle poissaololle eikä selkeää kansallista tilastointia
- Erilaisen mielenterveysoireilun korostuminen erityisesti tytöillä ja nuorilla aikuisilla
- Resilienssin merkitys suojaavana tekijänä



**COVID-19 pandemic triggers
25% increase in prevalence of
anxiety and depression**

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

10

Miksi hyvinvointia?

- Hyvinvoivat oppilaat kiinnittyvät kouluun ja saavat parempia arvosanoja
- Kouluun kiinnittyvät oppilaat kiinnittyvät myös myöhemmin yhteiskuntaan
- Koululla yliverlainen mahdollisuus toimia hyvinvointia edistävänä instituutiona
- Hyvinvointia voidaan koulussa tukea toimintakulttuurin kautta monin tavoin.
(Leskisenoja & Sandberg 2019)

Perusopetuksen OPSissa mainitaan hyvinvointi 158 kertaa, mutta toteutuksesta on kovin vähän ohjeistusta

Kun opettajat/aikuiset voivat hyvin, koko koululla on mahdollisuus kukoistaa!



11

Tutkittua tietoa:

- **Opettajan hyvinvointi** näkyy ja vaikuttaa suoraan lapsiin ja heidän oppimiseen.
- **Hyvinvoivat opettajat** osoittavat oppilaille välittämistä ja arvostusta. Hyvinvointi on myös yhteydessä luokahuonevuorovaikutukseen esimerkiksi tunnetuen, toiminnan organisoinnin ja ohjauksellisen tuen laadun kautta.
- Riittävät koulun resurssit, opettajien välinen yhteistyö ja esimiehen tuki sekä opettajan pystyvyysuskomusten vahvistaminen ovat **keskeisiä tekijöitä työn kuormituksen vähentämisen ja työn imun lisäämisen kannalta**

Lerikkanen, Pakarinen, Messala, Penttinen, Aulén, & Jögi, 2020.

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

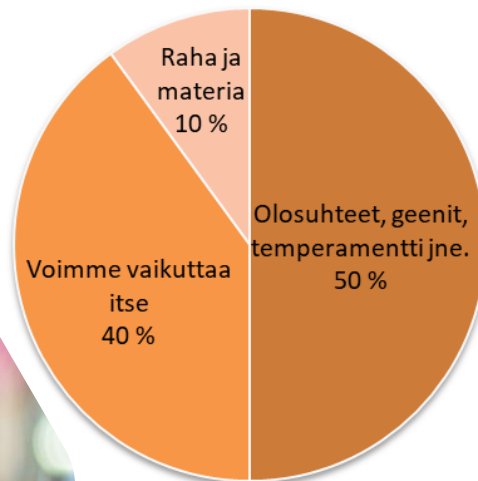


VALTERI

12

Hyvinvoinnin rakentuminen

Sonja Lyubomirsky



13

Mitä hyvinvointi tarkoittaa sinulle?

Miksi hyvinvointia?

Miten hyvinvointi vaikuttaa arkeen?

Juttele kollegan kanssa:

Mitä hyvinvointi on?

Miten huomioin arjessa oppilaiden hyvinvoinnin vahvistamisen?

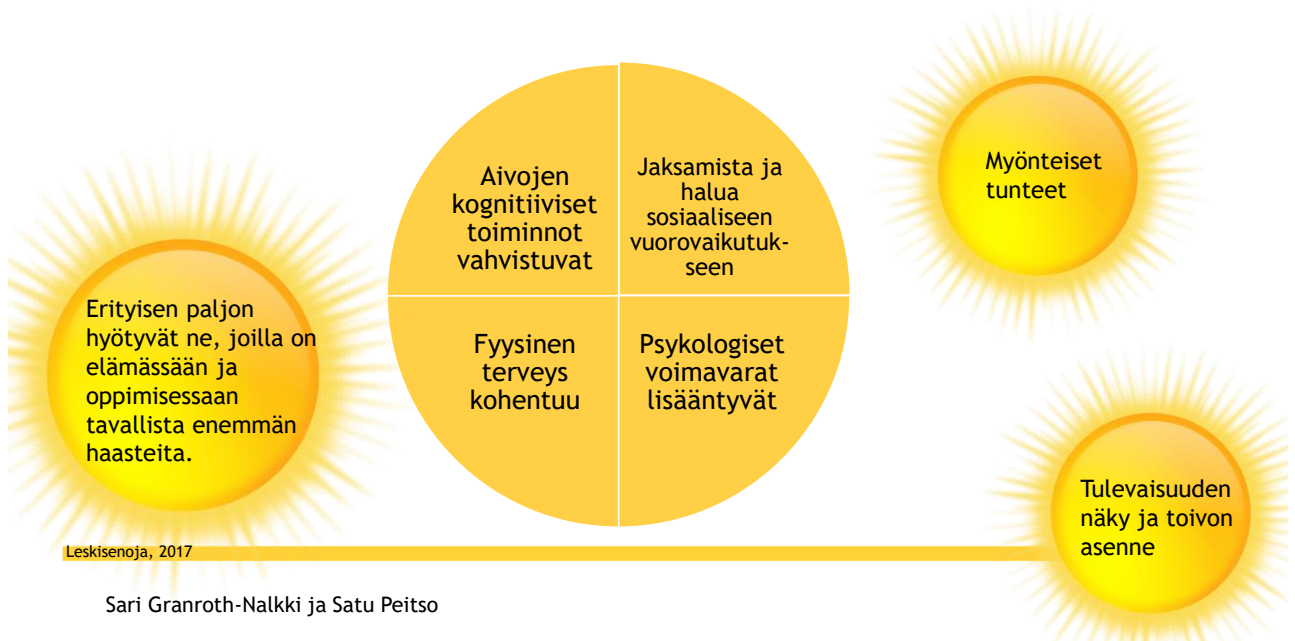
Miten vahvistan työhyvinvointiani?

Miten vahvistan työyhteisöni hyvinvointia?

10min

14

Miksi hyvinvointia ja kukoistamista?



15

Tutkittua tietoa

Kohtaaminen, kunnioitus

Heidi Huilla tutki väitöskirjassaan kolmea koulua, joiden oppimistulokset olivat erinomaisia verrattuna muihin yhtä huonomaineisilla alueilla sijaitseviin kouluihin.

MITÄ nämä kolme koulua sitten tekevät paremmin kuin muut? Jos vastauksen tiivistää yhteen sanaan, se on **kunnioitus**.



Tiede | Huonomaineisilla alueilla Helsingin seudulla on erinomaisesti menestyneitä kouluja – ja yksi tärkeä seikka erottaa ne muista

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

”Ensimmäinen havaintoni oli, miten kunnioittavat suhteet lasten ja aikuisten välillä näissä kouluissa oli. **Aikuiset todella näkivät jokaisen lapsen hyvänä ja arvokkaana**”

Tutkituissa kouluissa kunnioitus oli järjestelmällistä, ja yhdessä sovitut periaatteet ulottuivat joka paikkaan. Lapsista esimerkiksi puhuttiin yhtä kunnioittavasti lasten selän takana opettajahuoneessa kuin lapsille itselleen.”

Huilla

<https://researchportal.helsinki.fi/fi/publications/disadvantaged-urban-schools>



VALTERI

16

Vahvuus, ilo ja myötätunto - tutkimus Åse Fagerlund, Folkhälsan

- 5. luokkalaisia pääkaupunkiseudulta ja Vaasasta (140kpl)
- 1vvt hyvinvointitaitojen opiskelua lukuvuoden aikana
- Vanhemmille oma 8 viikon jakso, jossa opetettiin erilaisia menetelmiä kriisien kohtaamiseen, kodin tunnelman parantamiseen ja tietoiseen läsnäoloon lasten kanssa
- Tuloksia:
 - stressihormonit ovat laskeneet
 - hyvinvointi ja positiivinen mieliala parantuneet
 - mitattu toiveikkuus noussut
 - masennusoireet sekä negatiivisen ajattelun määrä laskenut

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

17

OECD, 10- ja 15 - vuotiaiden sosiaaliset- ja tunnetaidot

- 10 kaupunkia ympäri maailmaa mukana, myös Helsinki
- Mitattiin 17 tunne-, motivaatio- ja vuorovaikutustaitoa (uteliaisuus, suvaitsevaisuus, luovuus, stressinsietokyky, optimismi, tunteiden hallinta, vastuullisuus, itsekontrolli, sinnikkyys, empatia, luottamus, yhteistyökyky, seurallisuus, jämäkkyys, tarmokkuus, motivoituneisuus ja minäpystyvyys)
- Tuloksia: Psykologiseen hyvinvointiin vaikutti erityisesti **optimismi**, itsehillintä, stressinsietokyky, luottamus ja tarmokkuus. Koulumenestykseen puolestaan **uteliaisuus**, **sinnikkyys** ja **luottamus**
- **Sosiaaliset- ja tunnetaidot korreloivat koulumenestyksen kanssa merkittävästi ja kouluilla onkin merkittävä asema näiden taitojen harjoittelemisessa.**
- Oppilaat, jotka tuntevat kuuluvansa joukkoon ja joilla on hyvät suhteet opettajiin, omaavat paremmat tunne- ja vuorovaikutustaidot.

<https://www.oecd.org/education/ceri/social-emotional-skills-study/about/>

<https://www.hel.fi/uutiset/fi/kasvatuksen-ja-koulutuksen-toimiala/oecd-tutki-helsinkilaislasten-tunne-ja-vuorovaikutustaitoja>

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

18

Neuropsykiatristen häiriöiden vaikutus hyvinvointiin

- Yhteydessä lapsen hyvinvointiin ja toimintakykyyn
- Liitännäissairaudet vaikuttavat ydinoireiden ilmiösuun ja heikentävät merkittävästi suoriutumista ja toimintakykyä (mm. 50-87%:lla ADHD henkilöistä jokin psykiatrinen liitännäishäiriö)
- Nepsy -vaikeudet vaikuttavat oppimisen lisäksi myös oppilaan käyttäytymiseen sekä kokemukseen ja käsitykseen itsestään ihmisenä ja oppijana
- Riski kouluikämyönteisyyteen ja myöhempään syrjäytymiseen
- Huom! Autismikirjon oppilaiden muutosvastaisuus ja heikko kyky sietää epämiellyttäviä tunteita

Sanna Vallenius

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso



19

Nepsy, neurokirjo,...	Taustatekijät	Neuropsykiatristet häiriöt	Vaikuttavat
• Lyhenne neurologisesta monimuotoisuudesta	• Aiheutuvat aivot toiminnan rakenteellisesta ja toiminnallisesta poikkeavuudesta	• Oirekokonaisuudella neurologinen perusta, joka aiheuttaa psykiatrista oireilua	• Emootioiden säätelyyn • Tiedonkäsittelyyn • Vuorovaikutukseen • Kommunikaatioon • Itsesäätelyyn



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

20



Koulupoissaoloihin liittyvä ennaltaehkäisevä työ

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

21

Mistä on kysymys? Kouluun kiinnittymisen haasteet

- Kouluakäymättömyys koskee noin 260 milj. lasta ja nuorta maailmassa (UNESCO 2020).
- Kouluakäymättömyys Suomessa: ainakin 4000 yläkouluikäistä = n.3%, koskettaa lähes jokaista koulua Suomessa.
- 70% kouluakäymättömyys kestää yli vuoden ja 45%:lla yli 2 vuotta
- Haasteet monitasoisia ja monialaisia = koulu ei useinkaan voi, eikä tarvitse, ratkaista näitä yksin, tarvitaan toimivaa moniammatillista verkostotyötä

Määttä, Pelkonen, Lehtisare, Määttä 2020

syitä:
Psyykinen oireilu
Mielenkiinto koulun ulkopuolella
Epämääräinen
fyysinen oireilu

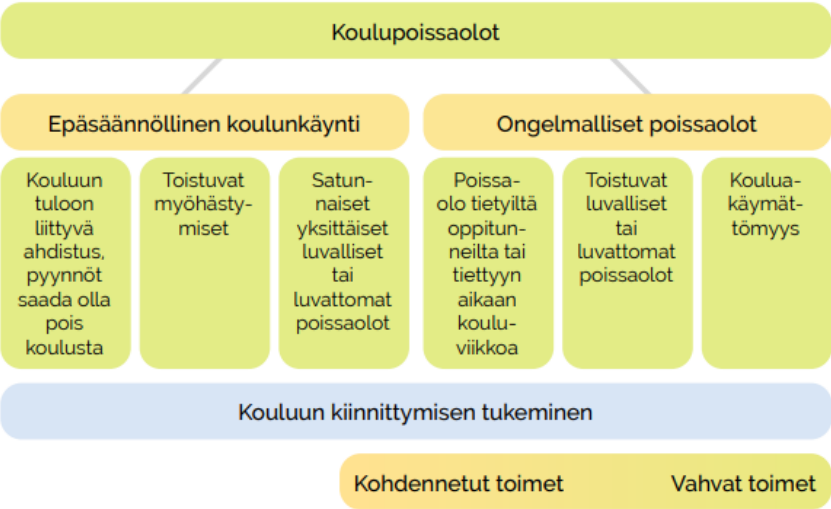
Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

22



23

Käsitteet



Kiva, kun tulit! Pieni opas koululäsnäolon tueksi ja poissaolojen vähentämiseksi; Valteri



24

Keskeiset havainnot Karvin arviointiaineistosta

- Paikalliset toimintamallit olivat vaihtelevia ja puuttumisen kynnyksrajojen määrittelyssä on suurta vaihtelua
- Toimintamalleista puuttuu ennaltaehkäisevän työn kuvaus
- Juurruttaminen käyttöön on puutteellista
- Poissaolojen taustasyiden selvitystä ei tehdä yhdenmukaisesti ja kattavasti
- Kouluun kiinnittymistä tukevaa koulun toimintakulttuuria tulee vahvistaa
- Huoltajat tarvitsevat lisätietoa siitä, miten poissaolotilanteissa toimitaan



VALTERI

<https://karvi.fi/publication/sitouttavan-koulu yhteisötyön-arviointi-arvioinnin-loppuraportti/>

25

Poissaolojen syiden selvittäminen



Valmiit kyselyt, ISAP ja SRAS

KESKUSTELU ja KUUNTELEMINE

Vantaa, tuen käsi:

<https://sites.google.com/oppivantaa.fi/oppimisentuki/oppimisen-tuki/koulupudokkaat>

Sari Granroth-Naliki

26



SRAS

School Refusal Assessment Scale (Kearney 2007)

Koulupoissaolokysely

- Pyritään selvittämään mistä poissaolo johtuu
- 24 kysymystä, jotka pisteytetään ja saadaan suoraan näkymä ko. syihin
- Ei sisällä ympäristöön tai kiusaamiseen liittyviä asioita
- Käännetty osana pääkaupunkiseudun LAPE-työskentelyä
- Löytyy osoitteesta:

www.socca.fi

27

ISAP (Knollmann, M. 2018)

Inventory of School Attendance Problems

Koulupoissaolojen oireet ja syyt

ISAP-luokka	Oireipisteet	Vaikutus poissaoloon
masennus:	0,00	0,00
sosiaalisten tilanteiden pelko:	0,00	0,00
eroahdistus:	0,00	0,00
esiintymisjännitys:	0,00	0,00
avoimen paikan pelko/panikki:	0,00	0,00
somaattiset kivut:	0,00	0,00
kiinnostamattomuus koulusta:	0,00	0,00
aggressiivisuus:	0,00	0,00
ongelmat koulukavereiden kanssa:	0,00	0,00
ongelmat opettajan kanssa:	0,00	0,00
vastenmielisyys tiettyä koulua kohtaan:	0,00	0,00
ongelmat perheessä:	0,00	0,00
ongelmat vanhempien kanssa:	0,00	0,00

Ennen koulua tai koulussa	Sopii minuun					Tämän vuoksi olen poissa koulusta / koulunkäynti tuntuu vaikealta				
	ei sovi minuun lainkaan/ koskaan	sopii minuun hiukan/ jossain	sopii minuun melko hyvin/ usein	sopii minuun erittäin hyvin/ usein		ei sovi minuun lainkaan/ koskaan	sopii minuun hiukan/ jossain	sopii minuun melko hyvin/ usein	sopii minuun erittäin hyvin/ usein	
10...tunnen itseni sairaaksi.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	
11...tunnen, että opettajat painostavat minua.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	
12...pelkään muille ihmisille puhumista tai sitä, että muut puhuvat minulle.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	
13...tunnen, että vanhempani kohtelevat minua epäreilusti.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	
14...ajattelen, että käyn huonoa koulua.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	
15...haluaisin mieluummin tehdä jotain ulkona sen sijaan, että olen koulussa.	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	

<https://www.tuuve.fi/wp-content/uploads/2020/03/Koulupoissaolojen-oireet-ja-syyt-ISAP-Versio1.2.pdf>

<https://koulupoissaolo.fi/wp-content/uploads/2022/09/ISAP-Vanhemmat.pdf>



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki

Muk. Skedgell & Kearney 2016

28

Huolestuttaako oppilaan koulunkäynti?

Koulunkäyntikyvyn arviointiseula on matalan kynnyksen maksuton, anonymi ja ilman rekisteröitymistä toimiva verkkopalvelu, joka on tarkoitettu käytettäväksi tilanteissa, joissa on herännyt huoli oppilaan koulunkäynnistä.

Tutustu palveluun osoitteessa:
www.toimintakykyarvio.fi



29

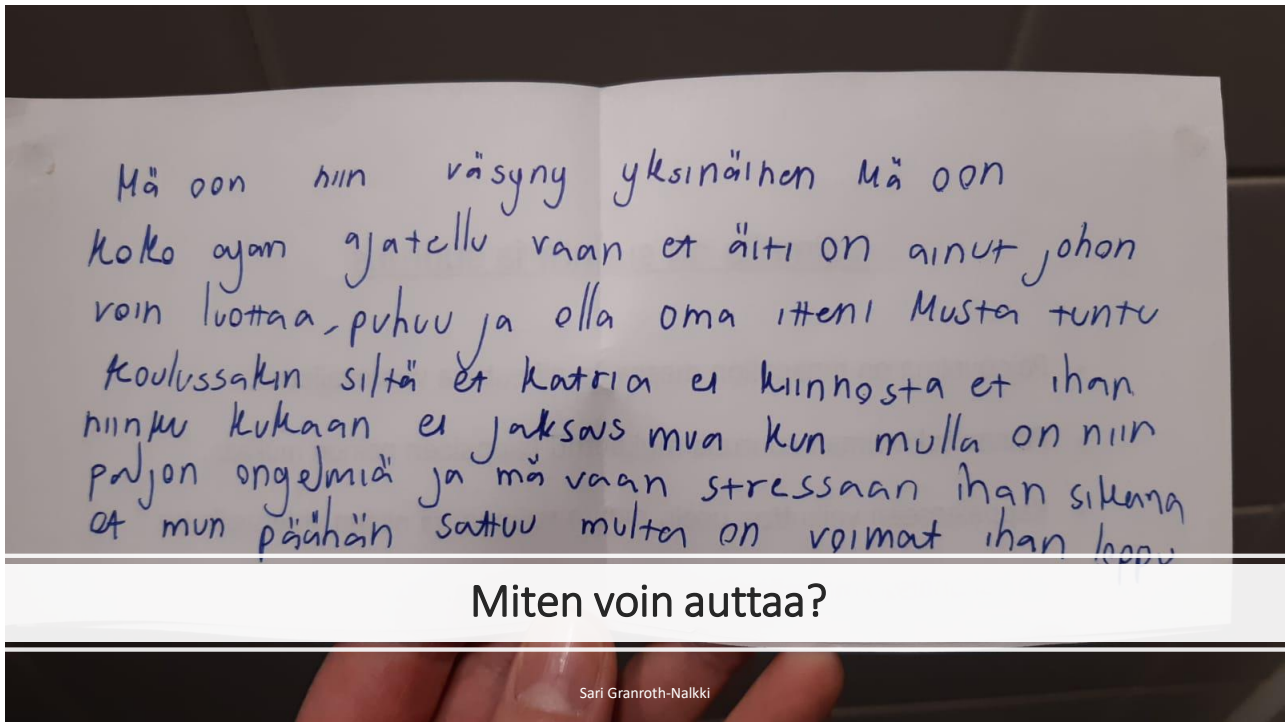


Kuvio 4. Koulukuntoisuuteen | koulunkäyntikykyyn vaikuttavat tekijät (Muokattu Kunttu K. 2011)

Sari Granroth-Nalkki



30



31

POL 26§

1.8.2023 lähtien tuli voimaan perusopetuslain muutos. Sen mukaan opetuksen järjestäjien tulee **ennaltaehkäistä sekä suunnitelmallisesti seurata ja puuttua poissaoloihin**. Opetuksen järjestäjän tulee ilmoittaa luvattomista poissaoloista oppilaan huoltajalle tai muulle lailliselle edustajalle.

Kuntien valtion osuuksiin tulossa vuosittain 8 miljoonan euron lisäys.

32

POPS

Perusopetuksen opetussuunnitelman päivityksellä ohjataan opetuksen järjestäjiä tarkentamaan poissaoloihin puuttumisen toimintamallejaan kansallisesti yhdenmukaisemmiksi.

Määräys on voimassa 1.8.2023 lähtien

Koskee lukuja:

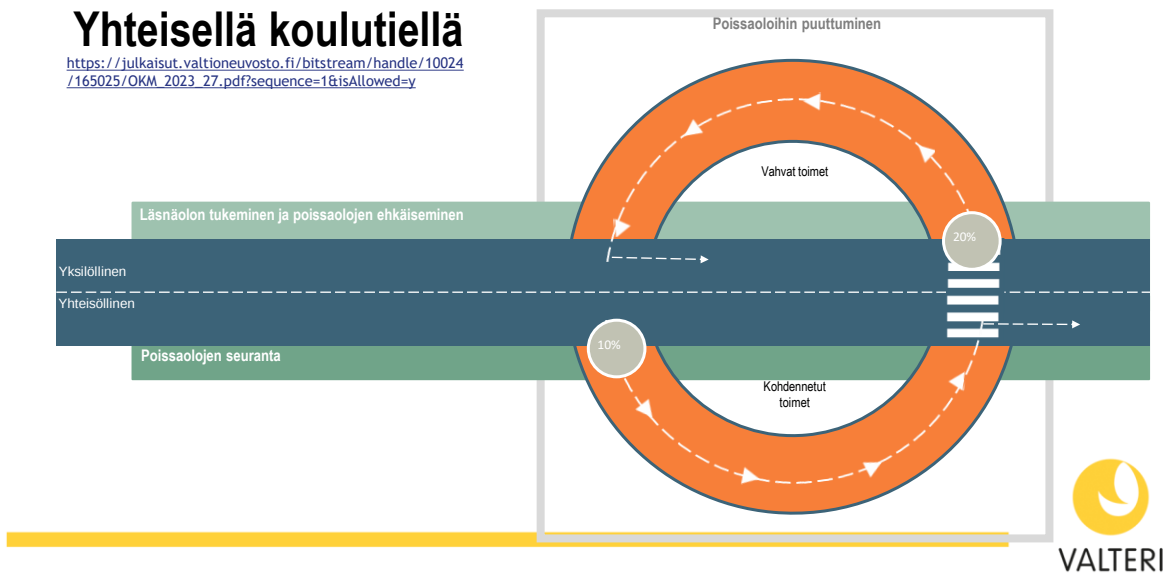
4. Yhtenäisen perusopetuksen toimintakulttuuri
 - 4.2 Toimintakulttuurin kehittämistä ohjaavat periaatteet
5. Oppimista ja hyvinvointia edistävä koulutyön järjestäminen
 - 5.1 Yhteinen vastuu koulupäivästä
 - 5.6 Paikallisesti päätettävät asiat
- 8.1 Kouluyhteisön toimenpiteet yhteisöllisen opiskeluhuollon edistämiseksi

| Opetus- ja kulttuuriministeriö

33

Yhteisellä koulutiellä

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165025/OKM_2023_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y



34

Painopiste poissaolojen ennaltaehkäisyssä



- Vahvistetaan läsnäoloa tukevaa koulun toimintakulttuuria, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä.
- Tuetaan ja arvostetaan hyviä oppilaiden ja opettajien välisiä suhteita.
- Vahvistetaan hyvää vuorovaikutusta ja yhteistyötä kodin kanssa.
- Vahvistetaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja.
- Huomioidaan ja poistetaan yleisimmät osallistumisen esteet.
- Taataan turvallinen oppimisympäristö ja ehkäistään kiusaamista.
- Ymmärretään poissaolojen merkitys oppimisen ja hyvinvoinnin riskitekijänä.
- Seurataan poissaoloja suunnitelmallisesti yksilö- ja ryhmätasolla.

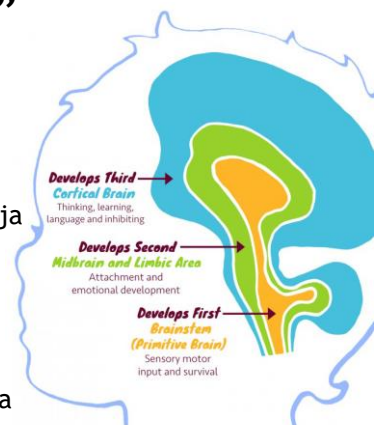
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165025/OKM_2023_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y

”Poissaolojen ehkäisemistä, suunnitelmallista seurantaa ja niihin puuttumista koordinoi koulukohtainen opiskeluhoitotryhmä osana yhteisöllisen opiskeluhoitotyön kokonaisuutta”.

35

”Vain turvallinen mieli voi oppia”

- Hermostomme muovautuu koko elinikämme ajan
- Tarvitaan riittävä turvallisuuden ja hyvinvoinnin taso oppimiselle
- Onnistuneiden oppimiskokemusten vaikutukset minäkuvaan ja itsetuntoon
- Kokemuksellisuuden ja toiston kautta opitaan tunnetaitoja
- Toisaalta liiallinen ennakoitavuus ja varmuus voi olla levollista, mutta...
- Uuden oppiminen edellyttää myös ennakoimattoman asian ja epävarmuuden äärelle asettautumista
- Jos et tiedä mitä tulee tapahtumaan, stressireaktiot käynnistyvät, mutta myös uuden oppiminen on mahdollista

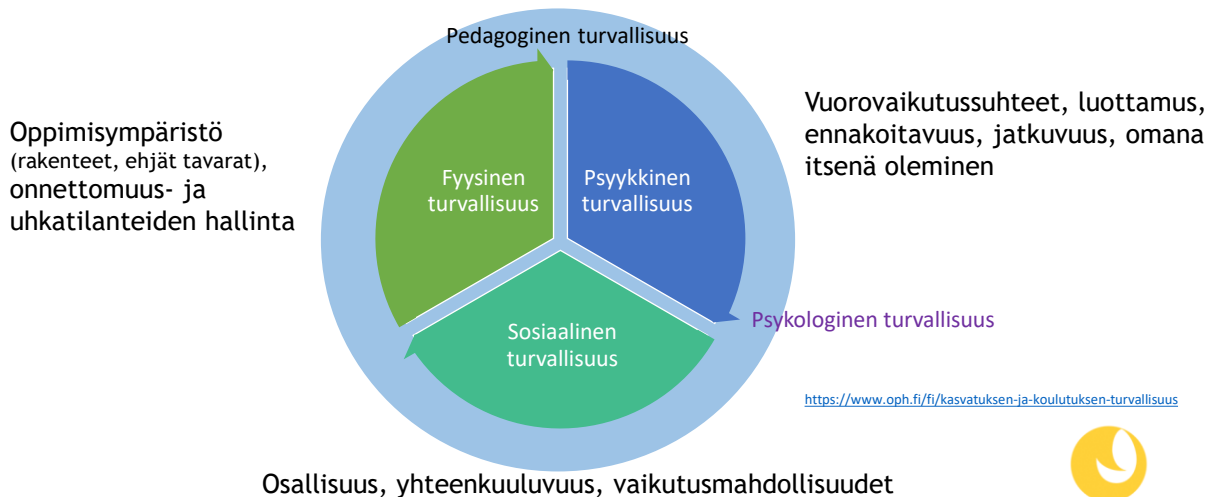


VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

36

Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus syntyy avoimessa vuorovaikutuksessa



Sari Granroth-Nalkki



37

Psykologisesti turvallinen yhteisö



- **Psykologinen turvallisuus** on tunne siitä, että voi pelkäämättä tuoda esiin omia ajatuksiaan ja ideoitaan ilman, että luottamusta ja sitoutumista käytetään väärin.
- Myönteistä, avointa ja toisia kunnioittavaa vuorovaikutusta ja suhtautumista erilaisuuteen
- Hyvän näkemistä ja hyvinvoinnin vahvistamista
- Vaikuttaa luovuuteen, oppimiseen, asioiden ratkaisemiseen ja muutosjoustavuuteen
- Jokainen yhteisön jäsen vaikuttaa psykologisen turvallisuuden rakentamiseen ja yhteistyön sujuvuuteen

(Yrttiäho & Posio, 2021)

<https://www.ttl.fi/oppimateriaalit/pelotta-toissa-psykologinen-turvallisuus-tyoyhteisossa>

Sari Granroth-Nalkki



38



40

Kouluun kiinnittymistä tuetaan parhaiten koulun arjessa osana opetusta ja arkisia kohtaamisia

...vaikka opetushenkilökunnan mielestä yhteisöllisyyttä edistetään parhaiten erillisillä ryhmäyttämisen- ja teemapäivillä sekä vierailuilla.

Tarvitaan siis käytänteitä jatkuvaan ryhmäyttämiseen ja oppilaiden kaverisuhteiden tukemiseen sekä kouluun kiinnittymistä vahvistavia opetuskäytänteitä.

<https://karvi.fi/publication/sitouttavan-kouluyhteisötyön-arviointi-arvioinnin-valiraportti/>

oppilaiden ajatuksia

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

41



KAIKKI ALKAA KOHTAAMISESTA!

Usein pienikin pysähtyminen riittää. Ilahduvan, arvostavan katseen välittäminen. Kokemusten – rajujen, karujen, riipivienkin – kuuleminen ilman arvostelua tai neuvontaa. Myötäeläminen. Rinnalle asettuminen. Yhdessä tekeminen. Pienen hyvän huomaaminen.”

Minna Huotilainen, aivotutkija

Sari Granroth-Nalkki

42

Tilanne	Koulusta putoamista edistävä reagoititapa	Koulusta putoamista ehkäisevä reagoititapa
Oppilas tulee myöhässä oppitunnille.	<i>”Olet 17 minuuttia myöhässä. Miten sanotaan? Pyydetään anteeksi, kun tullaan myöhässä. Yritäpä huomenna olla ajoissa.”</i>	”Kiva kun tulit.” - kahdenkeskinen aika oppilaan kanssa - oppilaan kuuleminen - koulu- ja kotihuolten kartoittaminen
Oppilas ei ole tehnyt läksyjään.	<i>”Tämä on jo neljäs kerta tällä viikolla. Sulla on kyllä huomiseksi jo tosi paljon läksyä, muistapa tehdä ne tai taas tulee vain sille lisää.”</i>	”Kiva kun tulit.” - kahdenkeskinen aika oppilaan kanssa - oppilaan kuuleminen - koulu- ja kotihuolten kartoittaminen
Oppilas huutaa: ”Vittu! Sinun vika, kun piti tulla tänne. Saatanan paska!”	<i>”ULOS! Menet heti siitä rehtorin puutteluun, tämä ei jää tähän! ... Soitan kotiin, että tähän on tullava loppu tähän hommaan.”</i>	Rauhallisena pysyminen: ”Kiva kuitenkin kun tulit.” - kahdenkeskinen aika oppilaan kanssa - oppilaan kuuleminen - koulu- ja kotihuolten kartoittaminen

Äärelä, T. 2012

Sari Granroth-Nalkki

43



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

Hyvinvointitaidot

- Onnellisuustaidot
- Läsnäolotaidot
- Ihmissuhdetaidot (mm. kohtaaminen)
- Itsensä johtamisen taidot, ajattelutaidot ja ratkaisukeskeisyys
- Vuorovaikutustaidot
- Vahvuustaidot
- Tunnetaidot

Avola & Pentikäinen 2019

44

Miten hyvinvointitaitoja harjoitellaan?

- **Toimintatapana arjessa – rutiinit, hyvää huomaava asenne ja palaute**
- Erilliset hyvinvointitunnit lukujärjestyksessä
- Ehytettynä opetuksena esim. kirjoitelmien aiheet, aamukeskustelut ja aamunavaukset, lv:n tunnit...
- Monialaiset oppimiskokonaisuudet
- Valinnaisaineet
- Teemapäivät

Sari Granroth-Nalkki

Olarin koulun 6 B -luokan aamut alkavat aina samalla tavalla: **Ensin tehdään hengitysharjoitus. Sen jälkeen opettaja esittää luokalle kysymyksiä, joiden avulla oppilaat keskustelevat pareittain. Näin he kohtaavat toisiaan samalla, kun herättelevät mielensä päivän koulutöihin.**

"Aamurutiinistamme tulee mukava olo heti päivän aluksi"

Veeti Välimäki 6.kk

<https://www.espoo.fi/fi/artikkelit/hyvinvointi-vahvistaa-koulurauhaa>

45



3:1

Hyvän huomaaminen ja tekeminen lisää onnellisuutta ja hyvinvointia.
Miten opetamme aivojamme?

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

46

Läsnäolotaito on yksi tärkeimmistä oppimaan oppimisen taidoista

Taitoa...
rauhottua,
keskittyä,
rauhottaa itsensä
stressaavissa
tilanteissa.



Insight timer -app



www.Chillaa.io



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

47

Kun saavut tilaan, mitä tuot mukanaasi?



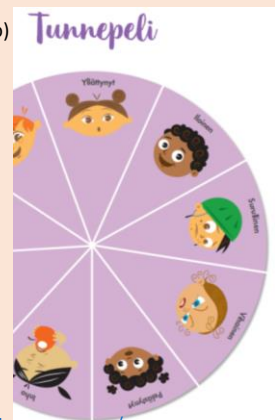
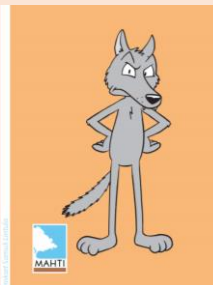
48

Tunnetaidot

- Taitoa tunnistaa, tiedostaa ja toimia tunteiden kanssa tasapainossa
- Taitoa vaalia ja vahvistaa myönteisiä tunteita ja tunnekokemuksia
- Taitoa kohdata, ymmärtää ja ratkaista vaikeita tunteita (ikäkauden mukaisesti)
- Taitoa ymmärtää ja eläytyä toisten tunteisiin (empatia, myötätunto, myötäinto)

Avola & Pentikäinen, 2019

"Opettajan/kasvattajan omalla tunnetilalla ja vuorovaikutustaidoilla on suurempi vaikutus lapsen oppimiseen kuin millään muulla pedagogisella käyttäytymisellä"
(Mäki-Havulinna 2018, Becker 2014)



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

www.tukiliitto.fi
Mahti-tunnekortit

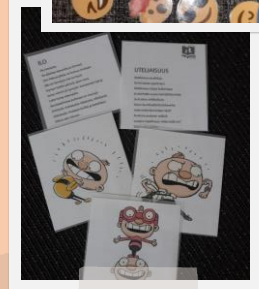
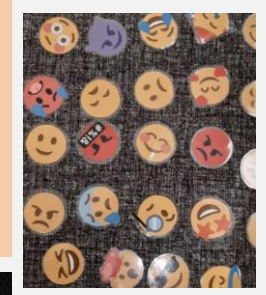
<https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/sanoma-public/spro/online/markkinointi/static/prod/kyselyt/788.pdf>

49

Tunnetaidot

- Myönteiset tunteet lisäävät luovuutta, joustavaa ajattelua sekä parantavat kognitiivista suoriutumista ja ongelmanratkaisukykyä (Wenström, 2020)
- Kaikenlaiset tunteet tulee huomioida hyväntahtoisesti – negatiiviset heikkenevät ja positiiviset vahvistuvat.
- Tunteet tarttuvat – myös myönteiset!
- Tunne kestää 90 sek., jos sitä ei tietoisesti vahvisteta.
- Tunne –sanaston opetteleminen

<https://www.pukstaavi.fi/digisialto/lue-mulle-tunnekortit/>



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

50

Usein puhutaan ratsastajalle. Annetaan faktaa ja syitä asioille.

Tunteet ovat tietoa ja energiaa, tarttuvat helposti. Kaikenlaiset tunteet tulee huomioida hyväntahtoisesti.

Järki -perusteet tekemiselle - 10%

Tunteet - voima tekemiseen - 90%

Rantanen, 2013

Lähde liikkeelle elefantista!

kuva: Pixabay

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

51



Valitse liikennevaloista tunteita, joita olet tuntenut tämän viikon tai tämän päivän aikana töissä.

Laske itsellesi, kuinka monta valitsit jokaisesta "väristä".

Onko jokin väri toisia hallitsevampi? Tee itsellesi yhteenveto tilanteestasi.

Pohdi tilanteesi taustoja. Miksi olet tuntenut näin?

Tarvitseeko tilanteelle tehdä jotakin? Mitä?

[liikennevalot](#)

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

52

Itsensä johtaminen on vastuun ottamista itsestä

Kuka minä olen?

- Mitkä ovat sinun luontevahvuutesi?
- Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä?
- Miten paras ystäväsi kuvailisi sinua?

Missä minä olen?

- Kuvaile elämäsi ja sitä, mitä kaikkea siinä tapahtuu juuri nyt.
- Mitä kaikkea osaat?
- Missä olet erityisen hyvä?

Mihin haluan mennä?

- Mistä kaikesta haaveilet?
- Mitä uusia asioita ja taitoja haluaisit oppia?
- Mistä olet ylpeä?

100%

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

53

Unelmointia ja tulevaisuuden suunnittelua voi oppia!

Mitä sinun unelmakartassasi on?

Vuoden päästä haluaisin...
Kun olen aikuinen aion...
Haluaisin tietää, miten tulevaisuudessa...
Viiden vuoden päästä...
Tulevaisuudessa minua pelottaa...



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

54



<https://duunitori.fi/tyoelama/unelmakartta>

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

55



Miten vahvistetaan motivaatiota oppimiseen ja koulunkäyntiin

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

56

Tutkimusperustaista lähestymistä keinoihin

Deci & Ryan: itsemääräämisteoria

Virtanen: Kouluun kiinnittyminen

Seligman: PERMA + H, positiivinen psykologia



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

57

Hyvinvoinnin aakkoset

P (positive emotion) myönteiset tunteet

E (engagement) sitoutuminen

R (relationships) ihmissuhteet

M (meaning) merkityksellisyys

A (achievement) saavuttaminen

+

H (health) terveys

Seligman, M. 2011

<https://youtu.be/09Y5QrB2VwI>

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso



Silloin, kun mahdollisimman monta PERMA:n elementtiä vaikuttaa yhtäaikaaisesti, onnellisuusvaikutukset kertaantuvat ja hyvinvointi lisääntyy

58

Tutkittua tietoa



autonomia, kompetenssi, yhteenkuuluvuus – psykologiset perustarpeet

Deci & Ryan 2002

Nämä tarpeet ovat kouluyhteisössä kaikilla, miten ne huomioidaan?

<https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/uutinen/koulussa-voidaan-hyvin-kun-nelja-perustarvetta-taytyy>

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

59

Psykologisten perustarpeiden tukeminen



60

Antti Harjunmaan väitös: Uusi menetelmä auttaa rakentamaan koululuokkaan sosioemotionaalisesti turvallisen toimintaympäristön

- Miten koulut voivat tukea oppilaidensa sosioemotionaalista hyvinvointia? Millainen on hyvinvointia tukeva toimintaympäristö ja miten se rakennetaan?
- "LORRI -menetelmä auttaa huomioimaan oppilaiden psykologiset perustarpeet kaikessa koulutoiminnassa. Se auttaa tarkastelemaan, miten koulu tukee kaikkien yhteisönsä jäsenten kokemuksia autonomiasta, pätevyydestä ja yhteenkuuluvuudesta", Harjunmaa kertoo.

<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-325-9>

Tutkittua tietoa

61



Koulupoissaolojen jatkumo ja luokittelu

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

5

Seurauksia kouluun kiinnittymättömyydestä

- Syrjäytymistä
- Mielenterveyden ongelmia
- Kouluttamattomuutta
- Päihteiden käyttöä
- Yksinäisyyttä

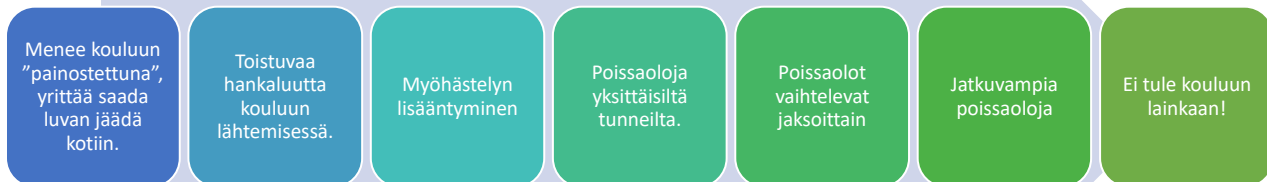
Lisääntyy!!!!

Esim. Heyne, Sauter & Meynard, 2015., Christle, Jolivet & Nelson 2007., Attwood & Croll, 2006.

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

6

Kouluikäymättömyyden jatkumo



Huoltajien aktiivisuus korostuu – Tietämys kouluikäymättömyyden seurauksista.

Koulun aikuisten tehostettu myönteinen huomio

Joustavat käytänteet, verkosto mukaan!



VALTERI

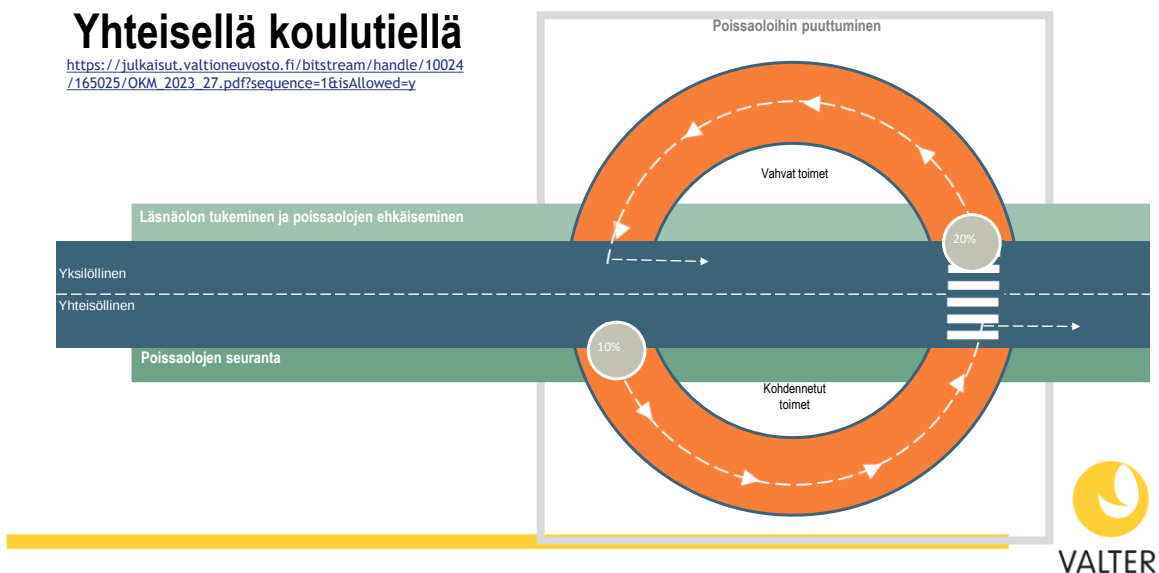
Mukaeltu Kearney 2001

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

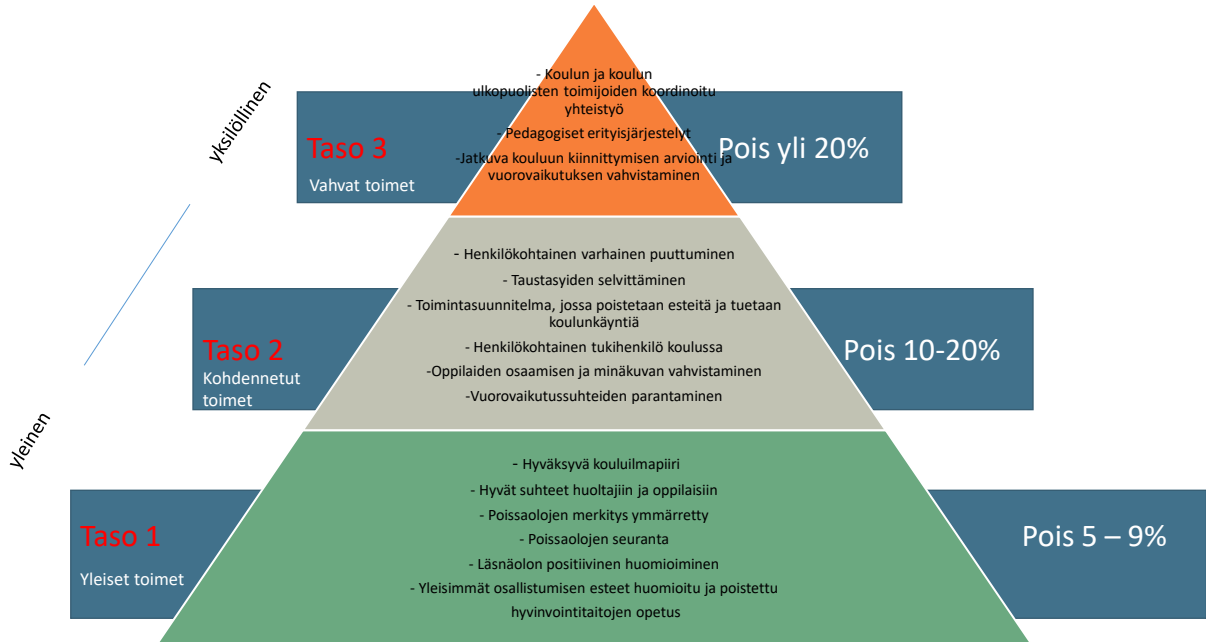
7

Yhteisellä koulutiellä

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165025/OKM_2023_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y



8



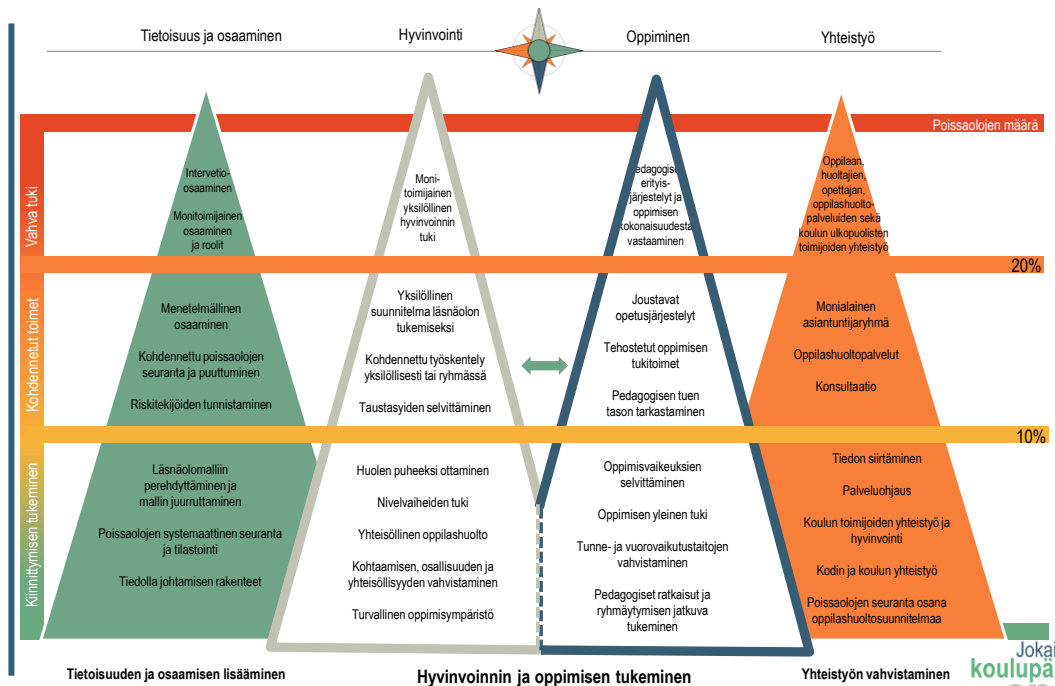
19.2.2024

Gentle-Genitty, C., Taylor, J. & Renguette, C. 2020 muk. Sergejff, J.

9 |

9

#KOULUSSA Läsnaolomalli


<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-924-0>

Jokainen
koulupäivä
on
tärkeä

10



"Kaikki tuijottaa ja koekin tulossa - en selviä."

"Meni pelit pitkälle yöhön, en jaksaa herätä kouluun."

"Onko pakko mennä...päättä särkee."

"Mulla ei ole yhtään kaveria koulussa, oon ihan yksin."

Lähes jokaisessa Suomen koulussa on oppilaita, joiden oppiminen vaarantuu koulupoissaolojen vuoksi.

Määttä, Pelkonen, Lehtisare, Määttä 2020
<https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/index>

Sari Granroth-Nalkki



VALTERI

11

Koulunkäynnin ongelmien jaottelu poissaolon syyn perusteella:

Hayne, Gren-Landell, Melvin, & Gentle-Genitty, 2019



Koulusta kieltäytyvät
(school refusal)



Lintsarit, asenne
ongelmana (truancy)



Koulusta vieraantuneet
ja vetäytyneet (school
withdrawal)



Koulun syrjäyttämät
(school exlusion)

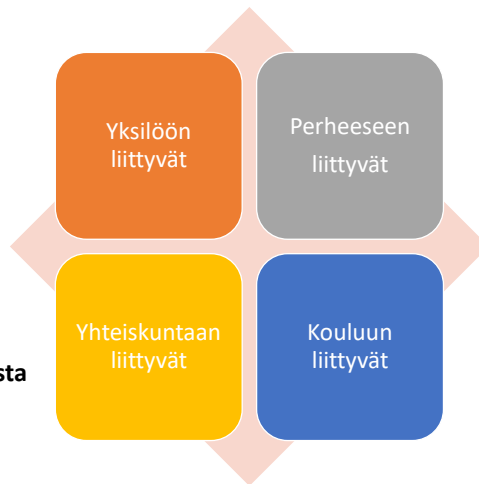
Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

12

Poissaoloihin vaikuttavia riskitekijöitä

- **Ahdistuneisuus**
- **Masennus**
- Somaattiset oireet, kivut
- Neurobiologiset häiriöt (autismikirjo, ADHD)
- Puutteet tunnesäätelyssä
- Taipumus negatiiviseen ajatteluun
- Taipumus ylileistämiseen

- Yksilöön kohdistuvat paineet
- **Epävarmuus tulevaisuudesta**



- **Huoltajien päihde ja/tai mielenterveysongelmat**
- Ylisuojelevat vanhemmat
- Perheen sisäiset vuorovaikutuksen ongelmat, perhedynamiikan haasteet
- Yksinäisyys
- Kiusaaminen
- Tukematta jääneet oppimisvaikeudet
- **Oppilaiden ja opettajien väliset vuorovaikutusongelmat**
- Vähäinen kodin ja koulun välinen yhteistyö

Mukaeltu Hayne, Gren-Landell, Melvin & Gentle-Genity 2019

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

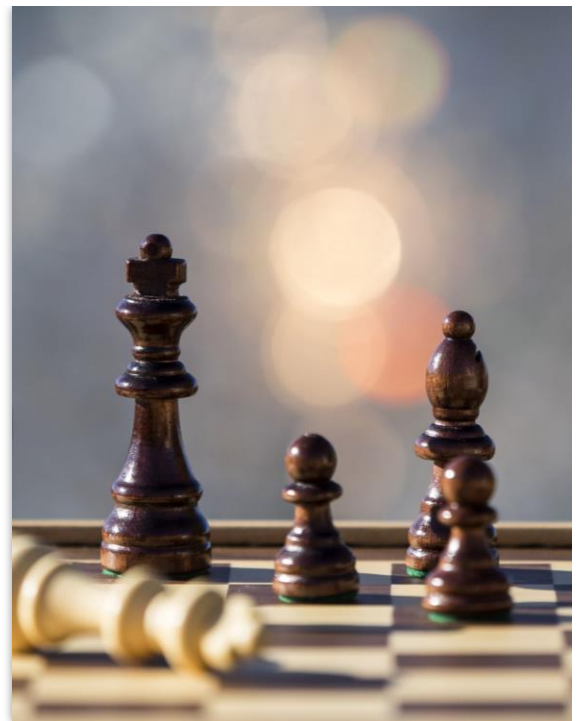


VALTERI

13

Poissaoloille altistavia tekijöitä

- trauma tai läheisen vakava sairastuminen tai kuolema
- muutokset perhetilanteessa ja esimerkiksi oppilaan sijoittaminen oman kodin ulkopuolelle
- koulun vaihdokset ja nivelvaiheet esim. siirtyä alakoulusta yläkouluun tarkoittaa samalla koulumatkan, koulukavereiden ja tuttuja opettajien vaihtumista
- katkokset arkirutiiniin sairastumisen tai loman vuoksi saattavat vaikeuttaa kouluun paluuta erityisesti, jos oppilaalle on tullut aukkoja opiskeltaviin asioihin poissaolon aikana



14

Huomio niveliin

- Opintopolun isot siirtymät
- Koulun vaihtuminen kesken perusopetuksen
- **Kouluun paluu keskeyttämisen jälkeen**
- Oppilaiden hyvinvoinnista huolehtiminen erityisesti nivelvaiheissa tärkeää - ennaltaehkäisevä työ (ryhmäytys, yhteisöllinen oppilashuolto, tunnetaitojen opetus)

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

15

Kuinka monta luvaton poissaolokertaa on liikaa?

8

16

Koulupudokkuuteen vaikuttavia tekijöitä toisella asteella

- Suurin osa lopettamisista 2. asteella tapahtuu ensimmäisen puolen vuoden aikana.
- Lopettamista ennakoivat
 - Huono päättötodistuksen keski-arvo (100)
 - Sijaishuollon toimenpiteet (82)
 - Ahdistus/masennus oireet (78)
 - Luvattomat poissaolot (60)
 - Lastensuojelun avohuollon asiakkuus
 - Lapsiperheköyhyys
- Kansainvälisesti (*6th grade indicators...*)
 - Huono koulumenestys (erityisesti ma ja en)
 - Vuosittainen poissaolomäärä yli 20%
 - Koulukielteisyys

Landell 2021

Marja-Sisko Kataikko, Kotikko seminaarissa 9.3.2020
 Tutkimus: Toisen asteen keskeyttämiseen yhteydessä olevat tekijät, Jyväskylän kaupunki, 2019



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

17

Muita havaintoja ja ajatuksia

5. luokan koulumenestys ennustaa 2. asteen keskeyttämistä

Ahdistus/masennus diagnoosit lisääntyvät 16v.

Huomio tulisi kiinnittää jo 6. luokalla

- heikkoon koulumenestykseen – oppimisvaikeuksien tutkiminen
- luvattomiin poissaoloihin
- ah-ma oireisiin/ yksinäisyyteen/ kiusaamiseen

Marja-Sisko Kataikko, Kotikko seminaarissa 9.3.2020
 Tutkimus: Toisen asteen keskeyttämiseen yhteydessä olevat tekijät, Jyväskylän kaupunki, 2019

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

18



Oppilaiden psyykkinen oireilu ja neuropsykiatriset häiriöt

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

19



- Lapsuus- ja nuoruusiän kehityksen ja kehitystehtävien tunteminen yleisellä tasolla tärkeää
- Oireiden varhainen havaitseminen ja tunnistaminen ennaltaehkäisee ongelmien monimuotoistumista
- Nopea fyysinen ja psyykkinen kehitys ja kasvu vaikeuttaa psyykkisen oireilun havaitsemista eri ikävaiheissa
- Mikä on "normaalia"? Huomioitava myös isot yksilölliset kehityserot

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso



20

Lasten ja nuorten psyykkinen oireilu

- Lapsilla yleisimmin ADHD, masennus, ahdistuneisuus, käytöshäiriöt, uniongelmat
- Nuorilla mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöt sekä sekamuotoiset käytös- ja tunne-elämän häiriöt
- Psykososiaaliset, perhekeskeiset ja kuormitusta lievittävät hoitomuodot ensisijaisia
- Psykoterapeuttisia hoitomenetelmiä voidaan toteuttaa yksilö-, perhe- ja ryhmämuotoisesti
- Käytetyimpiä lääkkeitä ADHD-lääkkeet, masennuslääkkeet, psykoosilääkkeet ja melatoniini

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

21

Huoli puheeksi - työntekijän arvio

TAULUKKO 1. Työntekijän kokeman lasta/nuorta koskevan huolen vyöhykkeistö

HUOLETON TILANNE	PIENI HUOLI		HARMAA VYÖHYKE		SUURI HUOLI	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Ei lainkaan huolta.	Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin vahva.	Huoli tai ihmettely käynyt toistuvasti mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin heikenee.	Huoli kasvaa; luottamus omiin mahdollisuuksiin heikenee.	Huoli tuntuu: omat voimavarat ehjässä.	Huolta paljon ja jatkuvasti; lapsi/nuori vaarassa. Omat keinot loppumassa.	Huoli erittäin suuri; lapsi/nuori välittömässä vaarassa. Omat keinot lopussa.
		Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.	Mielessä toivoisuus lisävoimavarojen ja kontrollin lisäämisestä.	Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin lisäämisen tarve.	Lisävoimavaroja ja kontrollia saatava mukaan heti.	Muutos lapsen tilanteeseen saatava heti.

* kontrolli = tilanteen hallinnan lisääminen esimerkiksi rajoittamalla jotain epätoivottavaa asiaa.

HUOLI PUHEEKSI

Tämä lomake* on tarkoitettu sinulle, joka koet keskustelun aloituksen aikuisen kanssa vaikeaksi. Merkitse etukäteen mieltäsi painavia asioita sen verran kun koet parhaaksi ja anna se aikuiselle, jonka kanssa haluat puhua huolistasi.

Huoleni koskee... (rastita)

- ☐ Itseäni
☐ Perhettäni
☐ Ystävääni
☐ Muuta tuttua

Asia(t) liittyy... (rastita niin monta kuin haluat)



Huoli puheeksi -lomake nuorelle

https://www.nuortennetti.fi/prod_nn/2017/09/15145303/Huoli-puheeksi-lomake.pdf

**ENNAKOINNIN
TÄRKEYS
HAASTAVIIN
TILANTEISIIN!**

Huoli puheeksi - opas varhaisista dialogeista (2009)

Satu Peitso, Tea Alarmo, Pirjo Lahtinen



VALTERI

22

Mielenterveyden edistäminen on jokaisen kouluyhteisön jäsenen asia

Mielenterveyden edistäminen kouluissa on paljon muutakin kuin varhaista tuen tarjoamista huolta nostavissa oppilastapauksissa. Koko koulun henkilökunta voi edistää oppilaiden mielenterveyttä muun muassa:

- olemalla läsnä (esimerkiksi välitunneilla) ja järjestämällä aikaa oppilaan kohtaamiseen
- harjoittamalla ja kehittämällä taitoa kuunnella oppilasta
- pyrkimällä ymmärtämään oppilaiden ja heidän perheidensä erilaisia taustoja
- pyrkimällä ymmärtämään kuinka oppilaiden kehitys vaikuttaa heidän vuorovaikutukseensa ikätoverien ja aikuisten kanssa
- puuttumalla välittömästi näkemäänsä kiusaamiseen ja syrjintään
- tukemalla ryhmäytymistä ja turvallisen ryhmän rakentumista

- luomalla mahdollisuuksia oppilaiden positiiviseen kanssakäymiseen niin oppitunneilla kuin välitunneilla
- jakamalla tietoa mielenterveyden edistämisestä, esimerkiksi tähän tarkoitettua tietokannan (mm. Lasten ja Nuorten Mielenterveystalo, Mieli ry:n verkkosivusto) ja kirjallisuuden avulla
- osallistumalla koulun opiskeluhoitotyöhön
- nimittämällä mielenterveysvastaavan, joka vastaa ja koordinoi koulussa tapahtuvaa mielenterveyden edistämistä ja tarjoaa tukea muulle henkilökunnalle
- yhteistyöllä paikkakunnan perheneuvolan, nuorisopalveluiden ja järjestöjen kanssa
- pyytämällä asiantuntijoita kouluun kertomaan positiivisen mielenterveyden merkityksestä ja vaikutuksesta opetukseen ja oppimiseen.

[Kouluikäisten mielenterveyden tuki ja hoito perustason palveluissa](#)

23

- **ADHD esiintyvyys 3,6 - 7,2%** (ADHD; Käypä Hoito -suositus, 2019)
 - <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061>
- **Autismikirjon esiintyvyys n. 1%** (Raaska & Vanhala, 2020 Lääkärilehden katsausartikkeli)
 - <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/miksi-ja-miten-autismin-diagnostiset-kriteerit-muuttuvat/?public=7fcf41d96a001eee7da91094299e5b86>
- **Touretten oireyhtymä pojilla 1%, tytöillä 0,3%** (Leivonen, Sourander, Voutilainen & Leppämäki, 2015, Duodecim)
 - <https://www.duodecimlehti.fi/duo12283>
- **Kehityksellinen kielihäiriö 1-7%** (Kehityksellinen kielihäiriö; Käypä Hoito -suositus, 2019)
 - <https://www.kaypahoito.fi/hoi50085>
- **Oppimisvaikeudet ~5-20%**
 - <http://www.lukimat.fi/etusivu>

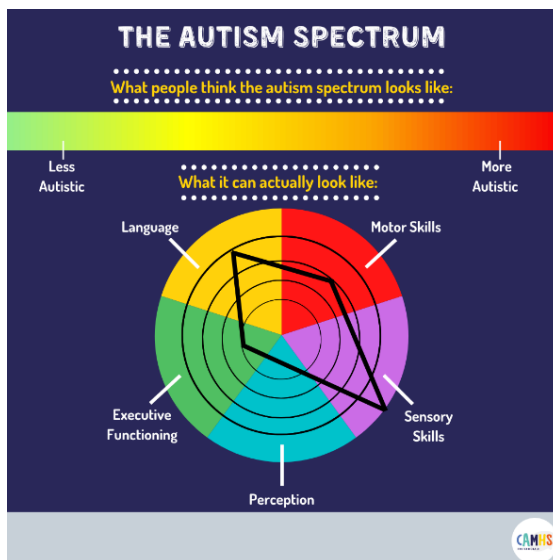


VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

24

Yksilöllinen oirekuva



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

25

Liitännäisdiagnoosit



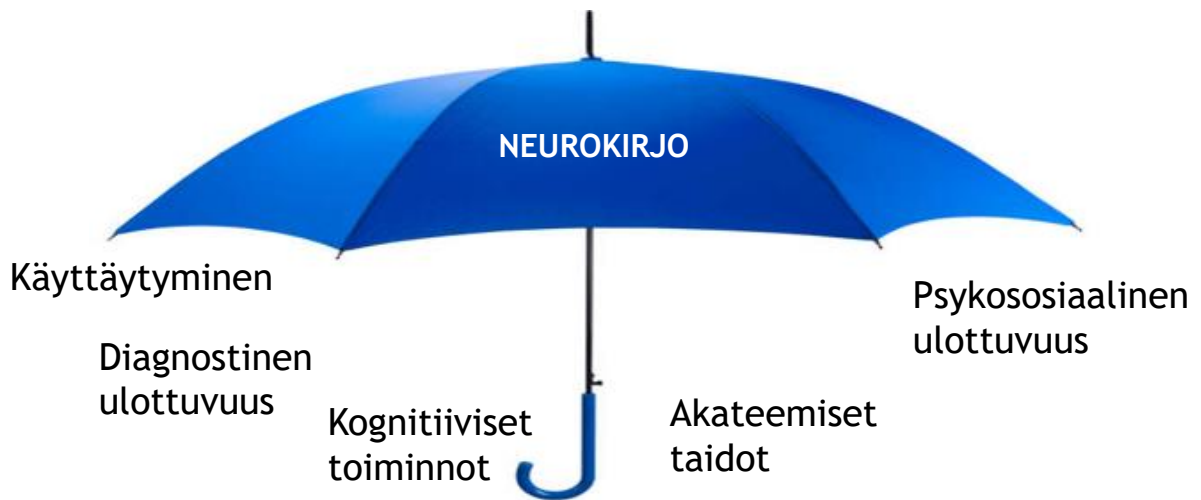
Kuva: <https://autismiliitto.fi/autismi/erilaista-autismia/neuropsykiatriset-hairiot/>



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

26



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

27

Kehitykselliset häiriöt kietoutuvat toisiinsa

- Varhaiskehityksessä epäspesifejä oireita

- *Säätelyn vaikeudet: aistiyli- tai aliherkkyyksiä, aktiivisuus, tarkkaavuus, käyttäytymisen säätely, nukkuminen, syöminen*
- *Vuorovaikutus*
- *Yleinen kehitys: oppiminen*
- *Kommunikaatio ja kielellinen kehitys*
- *Motorinen koordinaatio*
- *Hahmottaminen*

ESSENCE (Gillberg, 2010), "Early Symptomatic Syndromes Eliciting Neurodevelopmental Clinical Examinations"



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

28

Kehityksellisyydestä

- Koulun aloitusvaiheessa ja muissa muutos- tai nivelvaiheissa oireet voivat korostua
 - *Vaatimusten nousu, stressi!*
- Jatkumo nuoruusikään ja aikuisikään saakka
- Vaikutukset (hoitamattomana) aikuisuudessa toimintakykyyn ja mielenterveyteen
- *Mitä voidaan tehdä ennaltaehkäisevästi koko ikäryhmälle?*
 - *Tunne- ja turvataito-opetus varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa*
 - *Oppimista tukevat kompensointikeinot*
 - *Sosiaalisten suhteiden tukeminen ja ryhmään liittyminen*



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

29

Onnistunut itsesäätely edellyttää...

(Hoffman, Schmeichel & Baddeley, 2012)

1. SUUNTAA – Lapsi tai nuori tietää mitä häneltä odotetaan (ennakointi, strukturointi)
2. MOTIVAATIOTA – Lapsi tai nuori haluaa pyrkiä kohti tavoitetta (positiivisen palautteen merkitys, positiiviset uskomukset)
3. KAPASITEETTIA – Lapsella tai nuorella on tilanteen vaatimuksiin nähden riittävät taidot ja kyvyt säädellä omaa toimintaansa (vaatimustaso, oppimisympäristön vaikutukset)



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

30

ADHD-oireisiin vaikuttavat ympäristö- ja motivaatiotekijät

(koonnut Anita Puustjärvi ja Leena Pihlakoski)

Lisätietoa aiheesta <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituks/suositus?id=hoi50061>**Taulukko 1. ADHD-oireisiin vaikuttavat ympäristö- ja motivaatiotekijät.**

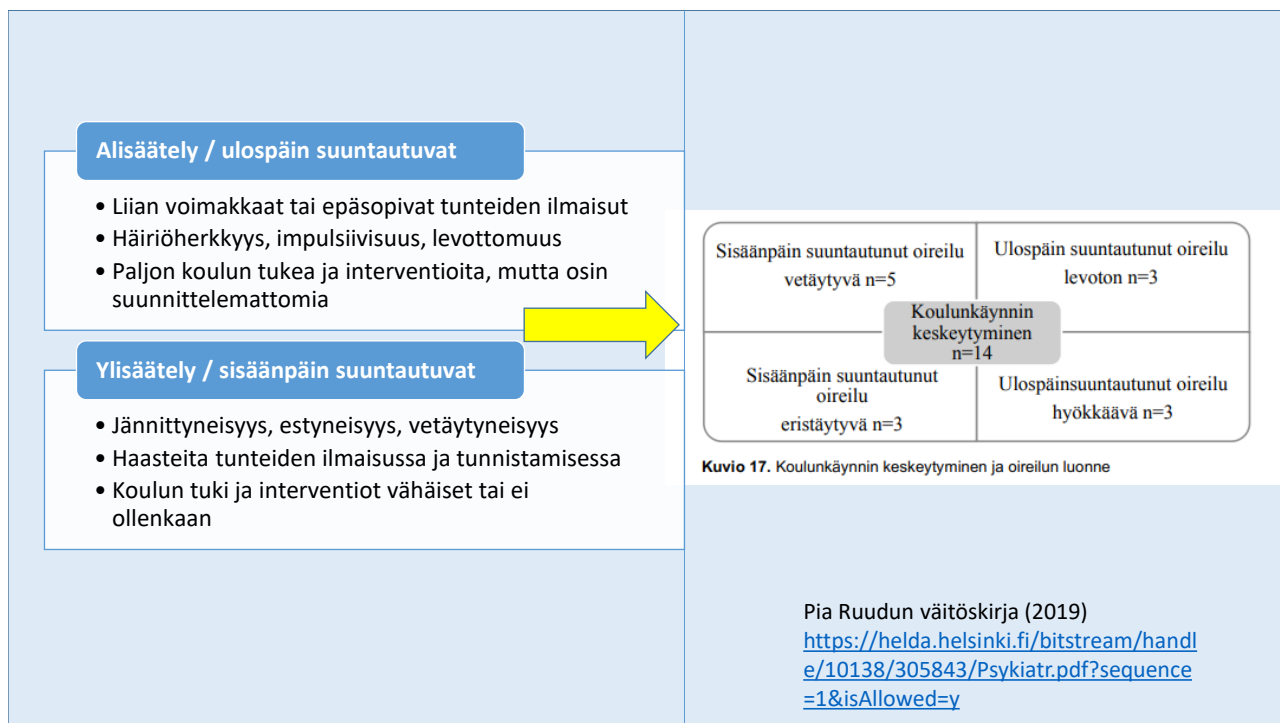
Oireita usein voimistavat ympäristötekijät	Oireita usein lievittävät ympäristötekijät
Ympäristön häiriötekijät (äänet, esineet, liike jne.)	Rauhallinen ympäristö, sopiva ärsyketaso
Suuri ryhmäkoko	Pieni ryhmä, kahdenkeskisyys
Vapaamuotoinen tilanne	Strukturoitu tilanne
Monimutkaiset ohjeet	Lyhyet, yksi vaihe kerrallaan annetut ohjeet
Pitkäkestoinen, ponnistelua vaativa työskentely	Lyhyisiin jaksoihin jakautuva tekeminen
Palaute vasta tekemisen päätyttyä	Välitön, kannustava palaute
Toistuva, tylsäksi tai vaikeaksi koettu tekeminen	Mielenkiintoinen tekeminen, hyvä motivaatio
Useat yhtäaikaista, huomiota vaativat asiat	Työskentely yksi asia kerrallaan
Yleisesti koko ryhmälle annettu ohje	Yksilölle suoraan suunnattu ohje
Odotus paikallaan pysymisestä	Mahdollisuus liikehtiä häiritsemättä muita (esimerkiksi jumppapallolla istuminen, sormeiltava esine jne.)
Fyysinen epämukavuus (liian kuuma tai kylmä ympäristö, väsymys, nälkäisyys, kipu)	Vireystilan säätelyä helpottavat olosuhteet (mahdollisuus lepohteen, välipala)
Psyykinen epämukavuus (jännittäminen, odottaminen)	Salliva, rauhoittumista tukeva ilmapiiri



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

31



32

Oireiden kirjo yksilöllinen ja vaikeusaste vaihtelee eri ikäkausina

- Vaikutukset elämän eri osa-alueille
- Toimintakyvynäkökulma tukitoimien suunnittelussa (ICF)
- Tukitoimet ja hoito suunnitellaan yksilöllisesti
- Diagnoosi ei ole aina välttämätön

Toimintakykyarvio



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

33

PDA = Äärimmäinen vaatimusten välttely

- Melko vähän tutkittu ilmiö
- Oirekokonaisuudesta ei yksimielisyyttä
- Systemaattinen kirjallisuuskatsaus vuodelta 2021 (saatavilla <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/13623613211034382>)
- Vahva tarve itsekontrolliin (vrt. Deci & Ryan)
- Työhypoteesi: "Välttely ja kieltäytyminen ovat lapsen strategioita hallita kasvavaa ahdistusta"



Helpful approaches for a PDA profile of autism

Conventional support strategies, including those often recommended for autism, are often ineffective and counter-productive with a PDA profile. In place of structure, routine, firm boundaries, praise, rewards/consequences, is a person-centred approach based on negotiation, collaboration and flexibility.



The PDA PANDA symbolises the need to tailor the environment to meet needs and our P A N D A mnemonic is a simple reminder of helpful approaches.

For more information please visit www.pdasociety.org.uk

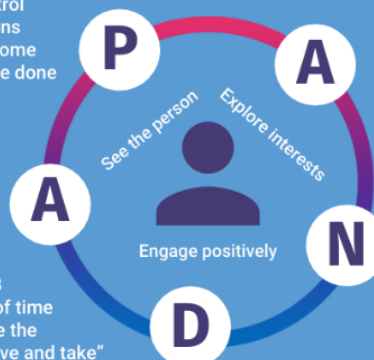
Pick battles
Anxiety management
Negotiation & collaboration
Disguise & manage demands
Adaptation

Pick battles

- Minimise rules
- Enable some choice & control
- Explain reasons
- Accept that some things can't be done

Adaptation

- Try humour, distraction, novelty & roleplay
- Be flexible
- Have a Plan B
- Allow plenty of time
- Try to balance the amount of "give and take"



Disguise & manage demands

- Phrase any requests indirectly
- Constantly monitor tolerance for demands & match demands accordingly
- Doing things together helps

Anxiety management

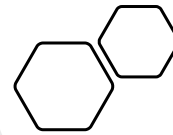
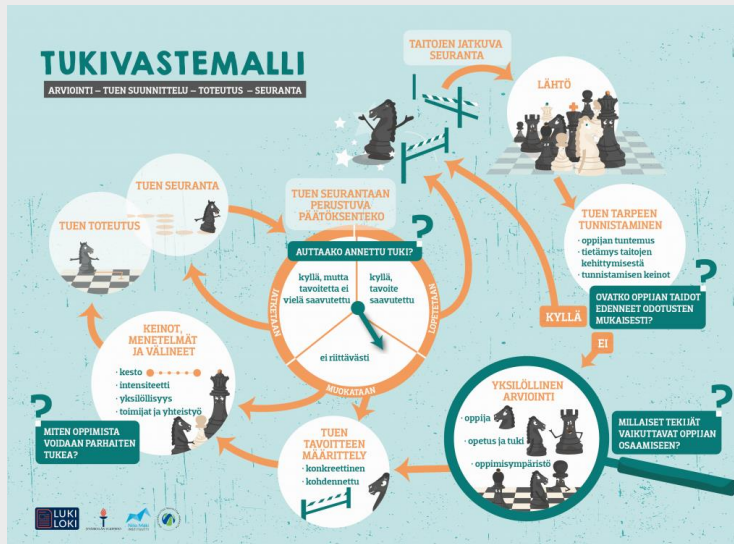
- Use low arousal approach
- Reduce uncertainty
- Recognise underlying anxiety & social/sensory challenges
- Think ahead
- Treat distressed behaviours as panic attacks: support throughout & move on

Negotiation & collaboration

- Keep calm
- Proactively collaborate & negotiate to solve challenges
- Fairness & trust are central

© PDA Society 2021

34



- **Lukivaikeus-esimerkki**
- Hyvät perustelut valituille opetusmenetelmille ja tukitoimille
- Nojautuminen tutkittuun tietoon silloin kun se on mahdollista
- Tuen tarpeen tarkentaminen kerätyn tiedon perusteella
- Konkreettiset tavoitteet, joita seurataan sovitusti
- Arvioinnin tavoitteena ohjata ja edistää oppijan oppimista

<https://lukiloki.jyu.fi/2020/03/23/tukivastemalli-ja-muita-tyokaluja/>

35



Huomioidaan
perheiden
yksilölliset tarpeet

Opetetaan keinoja
ja tapoja selviytyä
tiukoista tilanteista

Kärsivällisyyttä
kulkea rinnalla
pitkään, kun ei ole
valmiita vastauksia

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

36



37

Kouluun kiinnittymisestä

- Oppilaiden aktiivista osallistumista kaikenlaiseen koulun toimintaan sekä sitoutumista koulutuksen tavoitteisiin ja oppimiseen.
- Toiminnallinen, kognitiivinen ja tunneperäinen ulottuvuus - kouluun voi kiinnittyä monin eri tavoin
- Edistää oppimista ja hyvinvointia
- Vaatii energiaa ja ponnistelua
- Kaikkien saavutettavissa

Virtanen&Pelkonen 2023



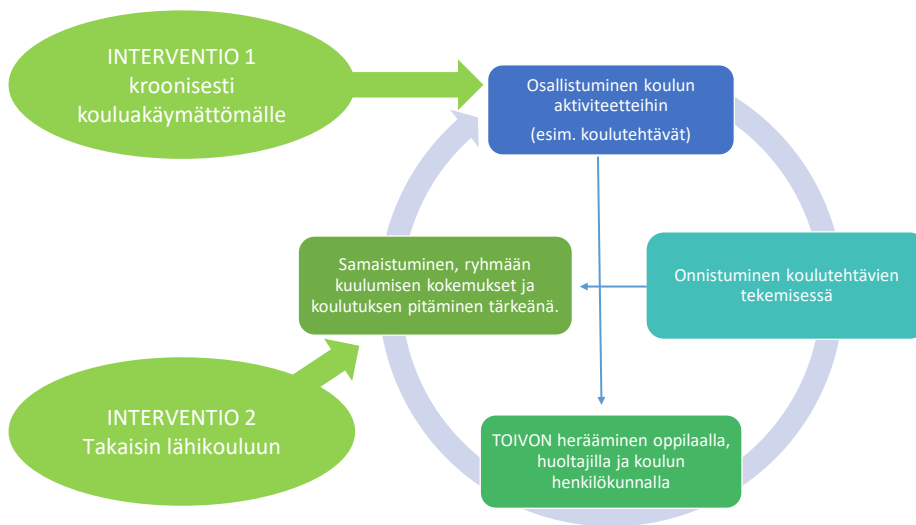
“Kouluun kiinnittymistä tuetaan parhaiten koulun arjessa osana opetusta ja arkisia kohtaamisia.”



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki

38



Osallistumisen ja samaistumisen kierto mukailtu Finn 1989, Finn & Zimmer 2012, Virtanen & Pelkonen 2023

Sari Granroth-Nalkki



VALTERI

39

Kouluun kiinnittymisen ja läsnäolon vahvistaminen **ennaltaehkäisevästi**

- Vahvistetaan läsnäoloa tukevaa koulun toimintakulttuuria, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä.
- Tuetaan ja arvostetaan hyviä oppilaiden ja opettajien välisiä suhteita.
- Vahvistetaan hyvää vuorovaikutusta ja yhteistyötä kodin kanssa.
- Vahvistetaan suunnitelmallisesti tunne- ja vuorovaikutustaitoja.
- Huomioidaan ja poistetaan yleisimmät osallistumisen/oppimisen esteet.
- Taataan turvallinen oppimisympäristö ja ehkäistään kiusaamista.
- Ymmärretään poissaolojen merkitys oppimisen ja hyvinvoinnin riskitekijänä.
- Seurataan poissaoloja suunnitelmallisesti yksilö- ja ryhmätasolla.

Sergejeff (toim.) 2023. Yhteisellä koulutiellä <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-924-0>

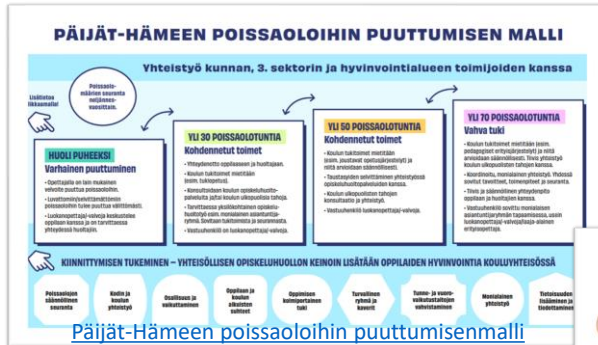
Sari Granroth-Nalkki



VALTERI

40

Poissaoloihin puuttumisen malleja



Vantaan malli <https://wordpress-546342-3103451.cloudwaysapps.com/>

Miten mallit saadaan toimimaan arjessa? (Karvi)



70% koulutuksen järjestäjistä käyttää portaattaita poissaoloihin puuttumisen mallia – kynnysrajoissa on suurta vaihtelua. (Karvi)

VALTERI

<https://www.ouka.fi/media/3128/download>

Poissaolojen tarkasteluissa tärkeää on säännöllisyys

(Naantali)

- elokuu (edellisen vuoden poissaolotilasto lähtötilanteena, perehdyttäminen toimintamalliin),
- loka/marraskuun vaihe (tilanne syysloman jälkeen, lomalta kouluarkeen palaaminen),
- syyslukukauden kokonaistilasto, maaliskuu (koulunkäynnin tuen näkökulmat ja nivelvaiheiden ennakointi koulupudokkuuden näkökulmasta),
- lukuvuositalasto (koulu-aste-, ja luokkakohtaiset tarkastelut seuraavan lukuvuoden suunnittelun tueksi)



VALTERI

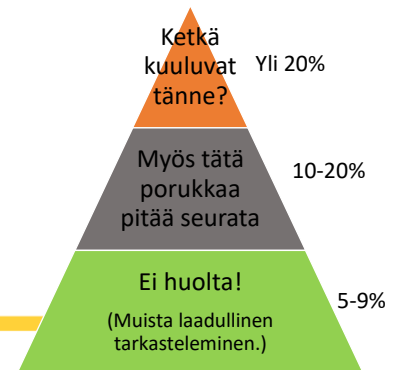
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165025/OKM_2023_27.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tiedolla johtaminen, miten?

- Kaikkien poissaolojen seuraaminen suunnitellusti, säännöllisesti ja keskitetysti, datan näkyväksi tekeminen, **kuka, ketkä?**
 - Koko koulun tilanne, vuosiluokittain, luokittain, alaryhmittäin (tt/et-oppilaat, uudet oppilaat, paljon poissaolevat, yksittäiset oppilaat...)
 - Kuukausittain, vaihtelut viikonpäivien välillä (Onko kuukausien tai viikonpäivien välillä eroja?)
 - Erityistä tarkkuutta lomien jälkeisinä viikkoina
 - Millaisia poissaoloja?

<https://www.air.org/sites/default/files/High-School-Early-Warning-Intervention-Implementation-Guide-March-2013.pdf>

Sari Granroth-Nalkki

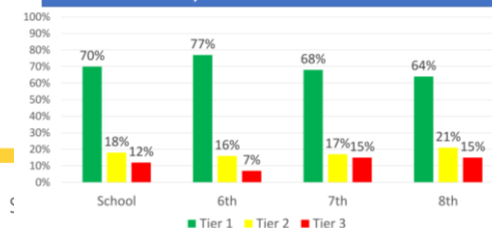


43

- Poissaolojen laadun arviointi ja data näkyväksi - luvattomat ja "epäilyttävät" (epäilyttävien tarkastaminen/ herkästi luvattomaksi, sillä se takaa mieluummin aikaisen huomaamisen kuin huomaamattomuuden)
- Poissaolot suhteutettuna viikoittaiseen opiskelutuntimäärään - oppilaat voidaan luokitella poissaolojen perusteella kouluikäikämmättömyyden kolmioon.
- Huomio myös myöhästelyihin!
- Mitä tällä tiedolla tehdään? Toimenpiteet?
- Datatarkastelu opetuksenjärjestäjän ja koulun tasolla. Voidaanko oppia toisiltamme?

Poissaololuokitus	Luokituksen selitys
Terveystieteisiin syihin liittyvä poissaolo	Oppilas on fyysisesti poissa koulusta (sairana, fyysisen ja/tai psyykkiseen terveydenhoitoon liittyvä tapahtuma / vastaanottokäynti esim. hampaslääkäri, terapia tai leikkaus). Kirjauksen voi tehdä huoltaja tai opettaja huoltajan ilmoituksen perusteella.
Ennalta anottu vapaa	Huoltajan ennalta anoma vapaa, myös yksittäiset oppitunnit ja koulupäivät (lomamatka, harrastukseen liittyvä poissaolo, etävanhemmalli). Opettaja kirjaa poissaolon huoltajan ilmoittaman tiedon/anomuksen perusteella.
Muu selvitetty poissaolo	Käytetään vain niissä tapauksissa, kun poissaolo ei kuulu mihinkään muuhun kategoriaan (esim. POL 36), omaehtoinen karanteeni, odottamaton perhetilanne). Huoltajan tai opettajan kirjaus.
Luvaton poissaolo, selvitetty	Huoltajan tai opettajan selvittämä luvattomaksi luokiteltu poissaolo (pinnaus tai yli oppitunnin kestävä myöhästäminen).
Selvittämätön poissaolo	Koululla ei tietoa miksi lapsi on poissa. Poissaolo voidaan opettajan tai huoltajan toimesta selvittää ja merkinnän luokkaa muuttaa.
Muu koulutyo, läsnä	Lapsi on fyysisesti koulussa, mutta luvallisesti pois oppitunnilta (opiskeluhoon palveluissa, oppilaskunnan tehtävissä, opolla tms.). Ei TILASTOITU POISSAOLOKSI.
Opiskelu muualla	Oppilas on fyysisesti pois koulusta esim. sairaalakoulussa tai tekee sovitusti lyhennettyä koulupäivää tai -viikkoa (POL 185). Ei TILASTOITU POISSAOLOKSI.
Myöhästäminen	Alle oppitunnin mittainen myöhästäminen kirjataan tuntimerkintänä (minuuttimäärä). Ei TILASTOITU POISSAOLOKSI.

Example 2: Middle School Percent Attendance by Tiers



44

Kouluun kiinnittymisen ja läsnäolon vahvistaminen **kohdennetusti**

- Tilanteissa, jolloin oppilaalla on poissaoloja 10-20% tai poissaolojen lisääntyessä äkillisesti tai noudattaessa tiettyä kaavaa, esimerkiksi poissaoloja on samoilta oppitunneilta tai samoina aikoina.
- Ennaltaehkäisevien, yhteisöllisten toimien vahvistaminen
- Poissaolon syiden selvittäminen
- Tarkastellaan oppimisvaikeuksien mahdollisuutta ja pedagogisten tukitoimien tarvetta/tilannetta
- Yksilökohtaisen tuen tarpeen kartoitus ja aloittaminen esim. tarvittavat järjestelyt koulussa, ohjaus opiskeluhuoltopalveluihin tai monialaisen yhteistyön käynnistäminen



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki

45

Kouluun kiinnittymisen ja läsnäolon vahvistaminen, **vahvat toimet**

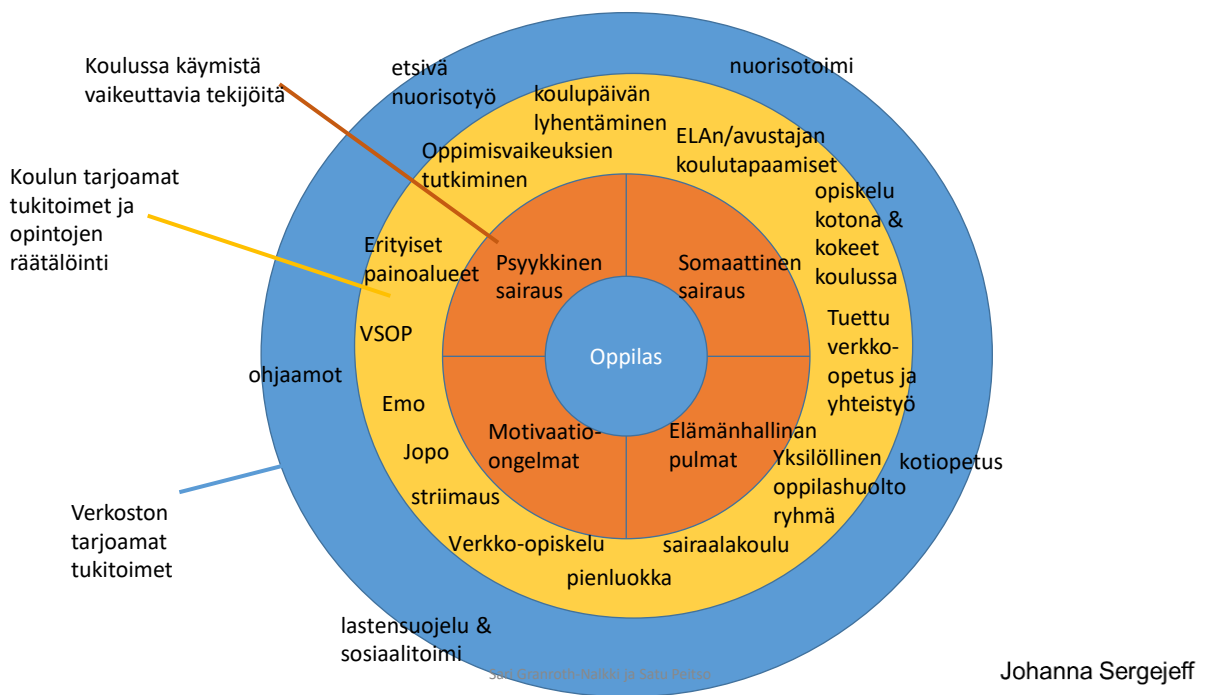
- Poissaoloja yli 20%
- Vahvistetaan yksilökohtaista tukea ja hoitoa.
- Ylläpidetään ja luodaan vuorovaikutusta oppilaaseen koulun aikuisen toimesta sinnikkäästi ja säännöllisesti
- Tiivistetään yhteydenpitoa ja yhteistyötä huoltajien ja muun verkoston kanssa
- Mahdollistetaan joustavat opetusjärjestelyt ja riittävä pedagoginen tuki.
- Sovitaan kodin, koulun ja koulun ulkopuolisten toimijoiden koordinoitua yhteistyötä.
- Suunnitellaan kouluun paluuta huolellisesti, pienin askelin.



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki

46



47

Opetuksen joustoja

§

- Eriyttäminen:** henkilökohtaisten tarpeiden tehostettu huomioiminen
- Erietyiset painoalueet:** tavoitellaan oppiaineen hyväksyttyä suorittamista, perustuu ydinsisältöihin
- Yksilöllistäminen:** henkilökohtaiset tavoitteet ja sisällöt oppiaineissa
- Oman opinto-ohjelman mukaan opiskelu:** aiemmin vuosiluokkiin sitomaton opetus
- Erietyiset opetusjärjestelyt PoL § 18:**
Esim. opiskeluaika tai paikka voidaan määrittellä toisin kuin normit määräävät, terveydellinen tai elämäntilanteeseen liittyvä syy

Sari Granroth-Nalkki

48

Räätälöintiä koulussa

- Järjestelyt koulussa
 - Paikka
 - Aika
- Turvallisten ihmisen verkosto
- Pedagoginen tuki
 - tavoitteet, aikataulu, materiaalit, edistymisen näkyväksi tekeminen
- Monipuolinen arviointi
 - Mahdollisuus monipuoliseen näyttöön



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

49

Vastuuhenkilö ja toimintasuunnitelma

Vastuuhenkilö

- Koordinoi, toimii linkkinä eri toimijoiden välillä
- Seuraa toimintasuunnitelmaa
- Pitää säännöllistä yhteyttä oppilaaseen
- Ottaa vastaan kouluun palatessa
- Seuraa koulupäivän sujumista
- Tiedottaa muuta henkilökuntaa sovitusta menetelmästä

Toimintasuunnitelma

- Konkreettiset ja saavutettavat tavoitteet
- Sovitut asiat, mitä tehdään
- Vastualueet
- Seuranta
- Vahvuuksia hyödynnetään



50



51

Suunnitelmallisuus tärkeää kouluun palaamisessa

- mihin tilaan tai ryhmään oppilas palaa
- mille tunneille tai koulupäivän ajankohtaan oppilas palaa ja miten pitkiä koulupäivät/-viikot alkuvaiheessa ovat
- selkeät toimintamallit siirtymiin, ruokailuihin yms.
- mitä oppilas haluaa itse kertoa poissaolostaan, mikäli tästä kysytään
- koulun henkilöstön roolit ja tuki; sovitaan miten oppilas kohdataan kun hän palaa
- turvahenkilö esim. kaveri tai koulun aikuinen, joka tulee vastaan kouluun mentäessä
- suunnitelma psyykkisten tai fyysisten oireiden varalle
- läsnä- ja poissaolojen tiivistetystä seurannasta ja niistä viestimisestä.



VALTERI

52

52

Kohdennettu ja vahva tuki (interventiot)

Kohdennetut:

- Check & Connect
- Check in check out
- JOPO ja TEPPO

Vahvat:

- Back to school
- In to school
- Modular treatment
- Link

53

Yksilöllinen polku takaisin kouluun (esimerkki)



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

54

Mitä pitäisi tehdä?

- Poissaolojen tarkka seuranta ja johdonmukainen, välitön reagointi
- Aikuisten selkeä roolitus ja vastuut: *"Kuka ottaa koppii kokonaisvastuusta, vastuuikäinen koulussa?"*
- Poissaolojen syiden selvittelyminen: kartoitukset, keskustelu ja kuunteleminen
- Joustavat järjestelyt koulussa: paikka, aika, ihmiset, pedagoginen tuki, monipuolinen arviointi
- Vuorovaikutuksen johdonmukaisen ja sinnikäs rakentaminen oppilaan kanssa



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

55

Tärkeitä kysymyksiä pohdittavaksi



56



Monialainen ja perheiden kanssa tehtävä yhteistyö

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

57

Konsultatiivisia työtapoja

KYSYMINEN

- Synnyttää vuorovaikutusta
- Vaatii reagointia, aktivoi
- Sitouttaa
- Vie tilannetta eteenpäin ja tulevaisuuteen
- Antaa lisätietoa ja -aikaa
- Kyseenalaistaa
- Johdattelee
- Erimielisyyksien käsittely: toisen näkemyksen tarkentaminen, syventäminen
 - vs. vastaanvittäminen

KUUNTELEMINEN

- Väärinymmärrysten mahdollisuus pienenee
- Lisää yhteistyöhalukkuutta
- Edistää tasa-arvoista vuorovaikutusta
- Auttaa havaitsemaan tunnetiloja ja vuorovaikutusta
- Katso, kysy, tarkenna, huomioi ilmeet, eleet, asennot ja sanattomat viestit
- Tiedosta asenteet, ennakkoluulot ja oletuksien tiedostamista

DIALOGISUUS

- Ollaan kiinnostuneita, mitä toinen sanoo ja mitä toinen voi tuoda tähän yhteiseen asiaan
- ”Minulla on mahdollisuus ja valmius muuttaa omaa kantaani”
- Rohkeus kuulla, puhua ja vastaanottaa reaktioita
- Ammatillinen tieto ja osaaminen rakentuvat dialogissa muiden ihmisten kanssa.
- Keskustelu on avointa ja läpinäkyvää



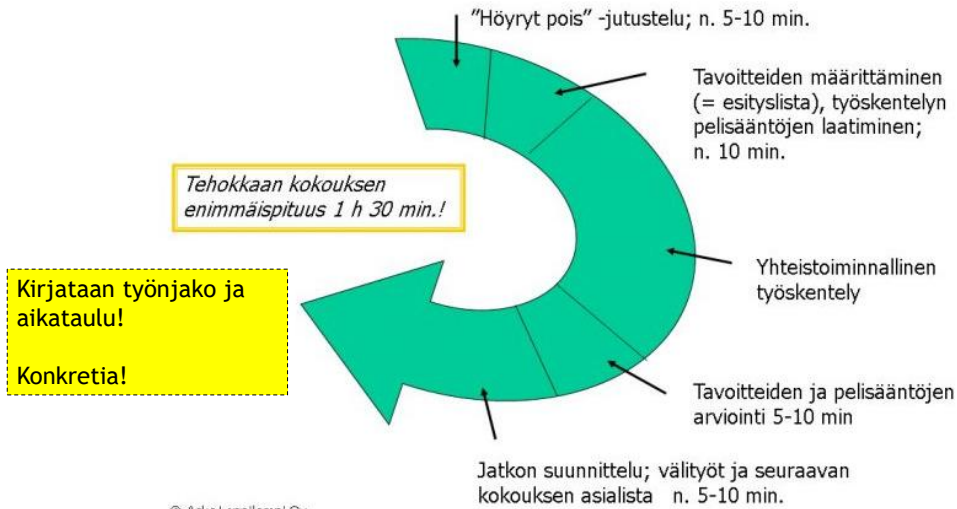
VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

58



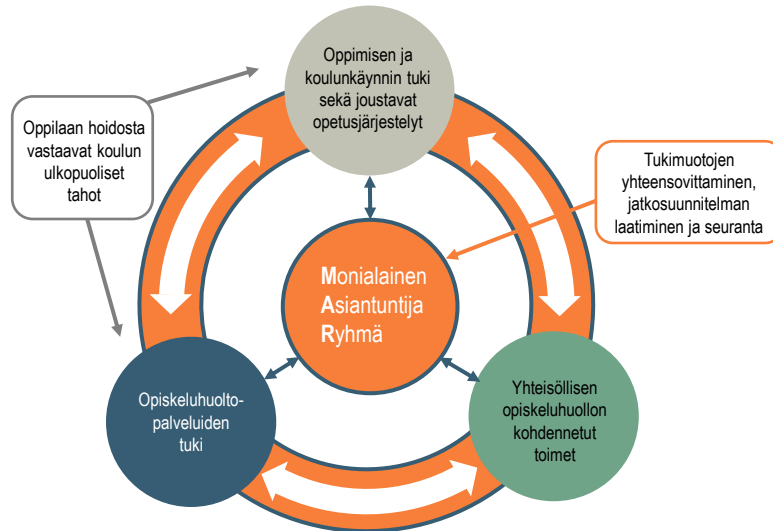
HYVÄ KOKOUSKÄYTÄNTÖ



© Asko Leppilampi Oy

<http://asko.leppilampi.com/category/johtaminen/johtaminen-kaytannossa-lomakkeita-johtamiseen/>

59



<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/165025>

Paljon poissaolevan oppilaan tukimuotojen yhteensovittaminen ja niiden riittävyyden seuranta monialaisessa asiantuntijaryhmässä

60



Psykopodiaa-
podcast: [Tunteet
työelämässä](#)

Vieraana Jarkko
Rantanen

"Käytä järkeäsi
tunnistamaan työsi
stressitekijät ja kehitä
väliintulostrategioita."
- Babette Rothschild -

Empatia

Vireystilan säätely

*Kuormittumisen
keinulauta*

Ajattelun selkeys



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

61

Rohkea organisaatio - opas psykologisesta turvalliseen työyhteisöön (Sitomo)

**Vinkkilista
psykologisen
turvallisuuden
kehittämiseen**

<https://sitomo.fi/opas-rohkea-organisaatio/>

1. Vaali kasvokkain tapahtuvaa toimintaa
2. Tarjoa foorumeita, joissa ihmiset voivat tutustua
3. Ryhdy kehittämään tiimin tiimityötaitoja
4. Luokaa selkeitä yhteisiä tavoitteita tiimeille tai työpareille.
5. Osallista ihmisiä toiminnan suunnitteluun
6. Ole spsiaalisesti rohkea ja kannusta toisiakin siihen
7. Pyri tasapuolisuuteen viestinnässä
8. Kuuntele herkällä korvalla palautetta ja pyri tekemään korjauksia
9. Poista esteitä sujuvan toiminnan tieltä

VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

62

Lapsen ja nuoren osallisuudesta

KESY – keskustelu symbolein

SYKE – Syventävä keskustelu



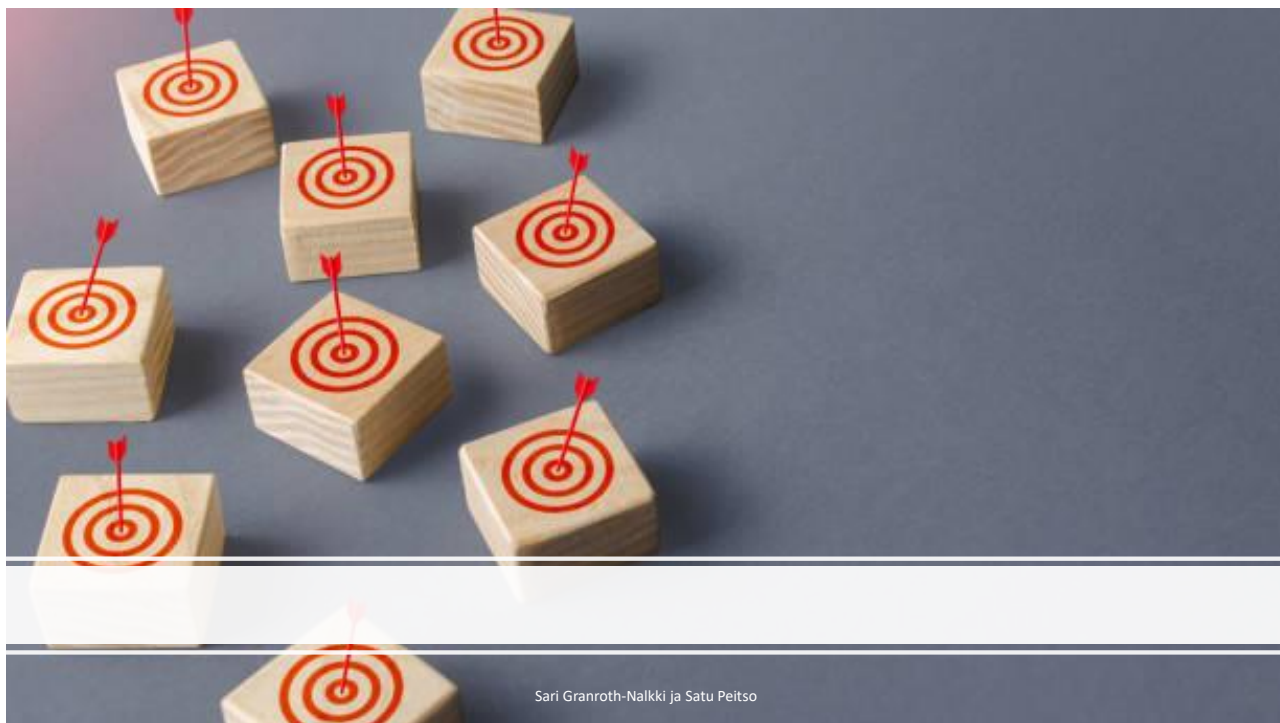
<https://vanhempainliitto.fi/tyokalut/kesy/>

Satu Peitso, Tea Alarmo, Pirjo Lahtinen



VALTERI

63



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

64

- Yleiskatsaus kouluikäisten mielenterveyspalveluista
- Kuvataan käytännönläheisesti ja konkreettisesti perustasolle soveltuvia käytäntöjä



<https://www.julkari.fi/handle/10024/130003>

<https://www.julkari.fi/handle/10024/140590>



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

69

Toimintakykyajattelu nivelvaiheissa

"Eniten tarvitsemme elämässä ihmistä, joka rohkaisee meitä tekemään sen, minkä osaamme."
- Ralph Waldo Emerson

RUORI-menetelmä/Luovi



Spiral-peli/Kuntoutussäätiö



TOIMINTAKYKYARVIO.FI
OPPILAAHOJAUKSEN JA OPUKSEN TYÖVÄLINE



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

70



Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

71

Lähteet:

- Ahtola, A. (toim.) 2016. Psykkinen hyvinvointi ja oppiminen. Juva: PS-Kustannus
- Avola, P & Pentikäinen, V. 2019. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Beepositive-kustannus.
- Friedberg, P., Karlberg, M., Sundberg Lax, I. & Palmer, R. 2020. Kohti koulua. Hemmasittare- malli koulukäymättömien tukena. Valteri.
- Green, R. Koulun hukkaamat lapset: Finn Lectura Oy
- Hayne, D., Gren-Landell, M., Melvin, G. & Gentle-Genitty, C. 2019. Differentiation between school attendance problems: Why and How? Cognitive and behavioral practice, 26(1), 8-34.
- Kauppila, Reino (2011). Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Opetus 2000. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Landell, M. G. (edit.) 2021. School attendance problems. A research update and where to go. https://torvub.be/torwebdat/publications/t2021_18.pdf
- Leskisenoja, E. 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. PS-kustannus.
- Leskisenoja, E. & Sandberg, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. PS-kustannus.
- Mäki-Havulinna, J. 2018. Opettajan merkitys tukea tarvitsevan oppilaan koulupäivässä. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0737-0>
- Määttä, S., Pelkonen, J., Lehtisare, S. & Määttä, M. 2020. Koulukäymättömyys Suomessa. Vaativan erityisen tuen VIP -verkoston tilannekartoitus. OPH, raportit ja selvitykset 2020:9.
- Määttä, S. 2020. Yli 4000 yläkouluista laiminlyö oppivelvollisuuttaan. <https://areena.yle.fi/1-50524295>
- Palmu, I. 2020. (toim.) Takaisin kouluun. Valteri.
- Ruutu, Piia. 2019. Psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa hoidettujen lasten ja nuorten koulunkäynnin tukeminen perusopetuksessa ja sairaalaopetuksen koetut vaikutukset koulunkäyntiin. Väitöskirja. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-5547-4>
- Talala, M. 2019. Psykkisesti oireileva oppilas. PS-kustannus.
- Virtanen, T. 2016. Student engagement in Finnish lower secondary school. Väitöstudkimus.
- Wenström, S. 2020. Positiivinen johtaminen. Johda paremmin opetus- ja kasvatusalalla. PS-kustannus. Keuruu
- Äärelä, T. 2012. "Aika paljion vaikuttaa minkälainen ilme opettajalla on naamalla." : nuoret vangit kertovat peruskouluajoistaan
- Inglul, J.M., Havik, T & Heyne, D. 2019. Emerging school refusal: A school-based framework for identifying early signals and risk factors. Cognitive and behavioral Practise, vol. 26(1), 46-62- DOI:10.1016/j.cbpra.2018.03.005



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Satu Peitso

72