

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Sairanen, L. (2023) School to Belong- ohjelman avulla kiinnitetään huomiota yhteisöllisyyden vahvistamiseen sekä yksinäisyyden ennaltaehkäisyyn. TAMK-blogi. 13.10.2023.

URL: <https://blogs.tuni.fi/tamkblogi/henkilosto/school-to-belong-ohjelman-avulla-kiinnitetaan-huomiota-yhteisollisyyden-vahvistamiseen-seka-yksinaisyyden-ennaltaehkaisyyn/>

School to Belong- ohjelman avulla kiinnitetään huomiota yhteisöllisyyden vahvistamiseen sekä yksinäisyyden ennaltaehkäisyyn

13.10.2023



Jokainen meistä kokee joskus yksinäisyyttä. HelsinkiMission yksinäisyyskyselyn tulosten mukaan joka neljäs nuori kokee, ettei hänellä ole yhtään läheistä ystävää. Koettu yksinäisyys vaikuttaa niin psyykkiseen kuin fyysiseen hyvinvointiin ja opiskelukykyyn. On siis erittäin tärkeää, että teemme kaikkemme, jotta kukaan ei jäisi yksin.

TAMK on mukana ensimmäisenä korkeakouluna yhdessä Tredun kanssa HelsinkiMission yksinäisyyttä vähentävässä School to Belong -ohjelmassa. School to Belong auttaa korkeakoulua tunnistamaan ja ennaltaehkäisemään yksinäisyyttä sekä tarjoaa tukea esimerkiksi koulutusten muodossa. Ohjelma tekee yksinäisyyden vähentämisestä koko korkeakoulun yhteisen asian. Aatteen, jonka puolesta yhdessä toimitaan. (HelsinkiMissio 2023.)



School to Belong- tiimi tapasi alkuvuodesta Helsingissä yhteistyön tiimoilta. Kuvassa (vasemmalta) Silva Saulio ja Saara Ahtola (HelsinkiMissio), Mervi Junno-Uski (TREDU) sekä Merja Hanhimäki (TAMK) ja Laura Sairanen (TAMK).

Mistä lähdettiin liikkeelle?

TAMK tekee ohjelmassa yhteistyötä Tampereen seudun ammattiopiston (TREDU) kanssa ja ja toiminta käynnistyi keväällä 2023 yhteisessä tapaamisessa HelsinkiMission kanssa. School to Belong- ohjelmaan kuuluvat valtakunnalliset anonyymit kyselyt oppilaitosten opiskelijoille sekä henkilöstölle, joissa kysytään yksinäisyyden kokemuksista. Keväällä sekä TAMKin opiskelijat, että henkilöstö pääsivät vastaamaan kyselyyn. Kyselyn tulosten avulla TAMKille tehdään toimenpidesuositukset syksyn 2023 aikana. HelsinkiMissio, TAMK ja TREDU ovat tavanneet ohjelman tiimoilta säännöllisesti ja tapaamiset jatkuvat myös syksyllä.

Mitä seuraavaksi tapahtuu?

HelsinkiMissio järjestää syksyllä 2023 aiheeseen liittyviä sekä TAMKin opiskelijoille, että henkilöstölle suunnattuja koulutuksia ja tapahtumia, joihin osallistuminen on maksutonta. Koulutusten aiheina ovat muun muassa itsemätunto, ystävyysuhteet sekä yksinäisyyden tunnistaminen ja siitä puhuminen.

Syksyn aikana käynnistetään myös ystävällisyshaaste, erilaisia työpajoja sekä ollaan mukana erilaisissa tapahtumissa ja tempauksissa, kuten hyvinvointiviikossa. Toiminnan tavoitteena on luoda uusia mahdollisuuksia kohtaamisille sekä lisätä tietoisuutta School to Belong- toiminnasta. TAMK ja TREDU järjestävät myös yhdessä molempien oppilaitosten opiskelijoille sekä henkilökunnalle suunnattuja pop-uppeja sekä workshoppeja. TREDUn lisäksi työskennellään yhdessä myös mm. opiskelijakunta [TAMKO](#)n, [Parven](#) toimijoiden sekä oppilaitospastorin kanssa.

Kaikkien yhteinen korkeakoulu

Opiskelun ja työn sujuminen edellyttää hyvinvointia ja hyvinvointi taas muodostuu osaltaan suhteistamme ja vuorovaikutuksesta ympärillämme olevien ihmisen kanssa.

Jokaisella meistä on tarve tulla nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi omana itsenämme, sellaisena kuin olemme. Arjen pyöryksessä ja kiireessä ystävällisillä teoilla ja hetken pysähtymisellä voidaan saada luotua suuria voimavaroja.

Jokainen meistä voi omalla toiminnallaan vaikuttaa siihen, kuinka kohtaamme toisemme. Pienilläkin teoilla voi olla mitä suurin merkitys.

Kysytään siis toisiltamme tänäänkin: miten sinulla menee?

Kirjoittaja: Laura Sairanen, projektisuunnittelija, Opiskelun tuki- ja hyvinvointipalvelut, TAMK

Lähteet: HelsinkiMissio 2023. School to Belong. Saatavilla: [School to Belong – HelsinkiMissio](#)