

Opinnäytetyö (YAMK)

Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK-tutkinto, terveyden edistäminen

2024

Perttu Tarvainen

Tuuscoaching

– Ratkaisukeskeinen kouluvalmennus
oppilashuollon tukena



Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK-tutkinto, terveyden edistäminen

2024 | 56 sivua

Perttu Tarvainen

Tuuscoaching

- Ratkaisukeskeinen kouluvalmennus oppilashuollon tukena :

Nuorten lisääntyneestä psyykkisestä pahoinvoinnista on uutisoitu mediassa viime aikoina paljon. Interventio-hankkeita kehitetään ja päättäjät pohtivat, kuinka ongelmien lumipallo-efekti saataisiin kuriin. Opetus- ja kulttuuriministeriö käynnisti vuonna 2021 hankkeen, jonka tavoitteena oli palkata kouluihin opetushenkilöstöön kuulumattomia lisääkuisia, joiden tehtävänä oli luoda ja pilotoida poissaoloihin puuttumisen keinoja.

Tämä opinnäytetyö toteutettiin Tuusulan kunnalle tehdyn kehittämisprojektin yhteydessä vuonna 2023. Kehittämisprojektissa hyödynnettiin tutkimuskirjallisuutta sekä laadullisella tutkimusmenetelmällä toteutettua Tuusulan yläkoulujen henkilökunnalle suunnattua kyselyä.

Kehittämisprojektin tuloksena syntyi ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja, jonka tarkoituksena on antaa työkaluja koulujen henkilökunnalle nuorten kanssa työskentelyyn. Käsikirja sisältää teoriaa sekä konkreettisia työkaluja ratkaisukeskeiseen työskentelyyn.

Asiasanat:

ratkaisukeskeinen, valmennus, nuoret, mielen hyvinvointi

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Health Promotion

2024 | 56

Perttu Tarvainen

Tuuscoaching

- Solution focused schoolcoaching as part of student welfare services

The increased mental distress among young people has been widely reported in the media. Intervention projects are developed, and policymakers face the challenge of how to curb this snowball effect.

The Commitment to School Community Work project was one such initiative. In 2021, the Ministry of Education and Culture launched a project with the goal of hiring additional adults in schools. Their task was to create and pilot ways to address absenteeism, as well as engage and reattach young people who were disengaged from school.

This development project was implemented in the municipality of Tuusula, which hired two school coaches to create its own model as part of the Commitment to School Community Work project. This project utilized research literature and a qualitative survey targeting the staff of Tuusula's secondary schools. As a concrete output of the development project, the Tuuscoaching - Solution-Focused School Coaching Handbook was created. The handbook describes the model developed in Tuusula and is intended to assist the school staff, by introducing solution-focused work with young people. The handbook includes theory and concrete tools for solution-focused work.

Keywords:

solution focused, coaching, youth, mental wellbeing

Sisältö

1 Johdanto	6
2 Kehittämiprojektin lähtökohdat	8
2.1 Kehittämiprojektin taustaa ja tavoitteet	8
2.2 Projektiorganisaatio ja toimintaympäristö	11
3 Teoreettiset lähtökohdat	13
3.1 Nuorten psyykinen pahoinvointi	13
3.2 Nuorten psyykinen tuki kouluissa	15
3.3 Ratkaisukeskeinen lyhytterapia osana nuorten kanssa työskentelyä	21
3.4 Aikaisempia tutkimuksia	26
4 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennusmallin ja käsikirjan kehittäminen	29
4.1 Kehittämiprojektin aikataulu	30
4.2 Kehittämiprojektin vaiheet	31
4.3 Aineistonkeruu	32
4.4 Aineiston analysointi	34
4.5 Tuuscoaching – ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen malli	36
5 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen merkityksellisyys	37
5.1 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen hyödyt oppilaalle	37
5.2 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennustyön haasteet	38
5.3 Ratkaisukeskeinen kouluvalmentaja, oppilaiden hyvinvoinnin edistäjänä	40
5.4 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen tulevaisuus osana koulujen oppilashuoltoa	40
6 Opinnäytetyön arviointi	41
6.1 Kehittämiprojektin etenemisen arviointi	42
6.2 Kehittämismenetelmät ja niiden arviointi	42
6.3 Kehittämiprojektin vahvuudet ja heikkoudet	43
6.4 Kehittämiprojektin vaikuttavuuden arviointi	43
6.5 Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi	44

7 Pohdinta	46
8 Lopuksi	49
Lähteet	51

Liitteet

Liite 1. Tuuscoaching – Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja

Liite 2. Kysely ratkaisukeskeisen kouluvalmennusytön merkityksellisyydestä

Liite 3. Projektin etenemisen aikataulu

1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä kehitetty ratkaisukeskeinen kouluvalmennusmalli ja sen merkityksellisuuden tutkimus toteutettiin osana opetus- ja kulttuuriministeriön Sitouttava kouluyhteisötyö-hanketta (SKY, SITKO 2021-2023).

Sitouttava kouluyhteisötyö-hanke on valtakunnallinen hanke, jonka tarkoituksena on kehittää ennaltaehkäiseviä keinoja koulupoissaoloihin ja koulupudokkuuteen sekä sitouttaa ja kiinnittää nuoria kouluyhteisöön. Hankkeessa kuntiin palkattiin kouluvalmentajia, joiden tehtävänä oli uusien toimintamallien jalkauttaminen kouluihin. Jokaisella hankekunnalla oli hankkeessa erilaisia painotuksia työskentelyyn, ja Tuusulan kunnan painotus oli yksilöiden kohtaamisessa. Tuusulan kouluvalmentajien tehtävänä oli luoda uuteen työnimikkeeseen toimintamalli koulupoissaoloihin puutumiseksi ja kehittää koulun ja kodin välistä yhteistyötä. Lisäksi Tuusulan kouluvalmentajien työhön kuului yhdessä Suomen Vanhempainliiton kanssa kehittää ”Koulun ja kodin yhteistyötä” ja pilotoida tähän yhteistyöhön uudenlainen toimintamalli.

Pilottihankkeiden pohjalta valmistellaan jatkossa valtakunnallinen malli nuorten psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen. Tavoitteena on, että kouluista löytyisi nuorille pysyviä ja luotettavia aikuisia, joiden luo voisi hakeutua omien voimien ehtyessä. (Valtioneuvoston julkaisu 2023) Kehittämisprosessissa ovat mukana monialaiset verkostot, mm. koulujen henkilökunta, nuoret ja heidän huoltajansa. Opiskeluhuollon kanssa tehtävän yhteistyön tulisi tukea oppilaan koulunkäyntiä mahdollisimman hyvin.

Opetushallitus julkaisi vuonna 2020 tilannekartoituksen kouluakäymättömyydestä Suomessa. Koululaisten poissaolot ovat lisääntyneet ja kouluterveyskyselystä selviää, että noin neljällä prosentilla kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista oppilaista on viikoittaisia luvattomia poissaoloja. (Opetushallitus 2021.) Lisäksi noin 75,2% kouluista arvioi poissaolojen kasvaneen. Opetus- ja kulttuuriministeriön teettämän arvion mukaan Suomessa on yli 4000 kouluakäymätöntä yläkouluikäistä nuorta.

Pitkittyneet koulupoissaolot ovat nuorelle suuri riski joutua syrjäytyneeksi. Pitkittyneen poissaolon juurisyynä voi olla esimerkiksi nuoren oppimiseen, fyysiseen tai psyykkiseen terveyteen liittyvä syy. Myös kavereihin, kotiin tai vanhemmukseen liittyvät haasteet voivat olla syinä nuoren poissaoloihin. Turvallisella kouluyhteisöllä tuetaan nuoren oppimista ja vähennetään poissaoloja. Opettajien ja oppilaiden lämpimällä vuorovaikutuksella mahdollistetaan nuoren kouluyhteisöön kuulumisen tunne. Kouluun kiinnittämällä ja poissaolojen säännöllisellä seurannalla sekä varhaisella puuttumisella ennaltaehkäistään tehokkaasti koulupudokkuutta. (Valtioneuvoston julkaisu 2023)

2 Kehittämiprojektin lähtökohdat

Tämä opinnäytetyö koostuu ratkaisukeskeisen kouluvalmennuskäsikirjan kehittämisestä ja kyselytutkimuksesta ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien merkityksellisyydestä oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukijoina koulun henkilökunnan näkökulmasta.

Viime vuosina perusopetuksessa olevien oppilaiden pitkittyneet poissaolot ovat lisääntyneet. Korona-pandemian aiheuttamia poikkeusolosuhteita voidaan pitää yhtenä poissaolojen kasvun lisääjänä. Opetus- ja kulttuuriministeriö käynnistikin tähän poissaoloihin puuttumisen tarpeeseen keväällä 2021 Sitouttava kouluyhteisötyö-hankkeen. Hankkeen tavoitteena on vahvistaa ja yhdenmukaistaa rakenteita poissaoloihin puuttumisen suhteen sekä kehittää ja kokeilla uusia tapoja, joilla poissaoloja voitaisiin vähentää. Poissaoloihin puuttuminen ja seuranta haluttiin yhtenäistää niin, että niitä voitaisiin valtakunnallisesti seurata. Hankkeessa oli myös alusta alkaen selvää, että kansallisten mallien uudet suuntaviivat sisällytetään lainsäädäntöön ja opetussuunnitelmaan. (Sergejeff 2021, 9)

2.1 Kehittämiprojektin taustaa ja tavoitteet

Vuonna 2021 opetusministeri Jussi Saramo myönsi 6,8 miljoonaa euroa sitouttavan kouluyhteisötyön pilottihankkeelle. "Sitouttava kouluyhteisötyö tuo kouluihin putoamisvaarassa olevien lasten ja nuorten tueksi aikuisia, jotka kulkevat rinnalla jo ennen kuin ongelmat pääsevät kärjistymään. Samalla voimme vahvistaa tärkeää kodin ja koulun yhteistyötä. Hyvinvointivaltiossa ainoa järkevä lähtökohta on, että jokainen lapsi ja nuori saa kaiken tarvitsemansa tuen läpi peruskoulun ja aina toisen asteen tutkintoon asti." opetusministeri Jussi Saramo sanoi toukokuussa 2021 ministeriön tiedotteessa. (OKM:n tiedote 12.5.2021)

Sitouttava kouluyhteisötyö on osa opetus- ja kulttuuriministeriön kiusaamisen vastaisen toimintaohjelman toteutusta (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023).

Sitouttavan koulu yhteistyön tavoitteena on vähentää ja ennaltaehkäistä poissaoloja perusopetuksessa ja luoda myönteistä toimintakulttuuria kouluissa. Koulu yhteistyön tarkoituksena on vähentää ja ennaltaehkäistä koulupoissaoloja yhteistyössä kotien kanssa, tukea oppilaiden kiinnittymistä kouluun vahvistamalla myönteistä koulukulttuuria ja -hyvinvointia, tunnistaa ja auttaa oppilaita, joilla on haasteita säännöllisessä koulunkäynnissä, vahvistaa perustaitojen saavuttamista ja oppimistuloksia, ja kehittää käytänteitä, jotka yhdenmukaistavat poissaolojen seuranta ja tilastointia (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023).

Sitouttavan koulu yhteistyön projekti perustuu pilottitutkimuksiin (24 pilottihanketta), joiden pohjalta luodaan toimintamalli, joka on tarkoitus vakiinnuttaa valtakunnallisesti, alueellisesti ja paikallisesti. Jokaisen pilottihankkeen johdosta vastasi pilottikoordinaattori, joka toimi hankkeessa mukana olleiden opetuksenjärjestäjien ja yli 300 palkatun työntekijä tukena (Sergejeff 2021, 10-11). Pilotteihin osallistui perusopetuksen 5.–9. vuosiluokkien oppilaita ja koulujen henkilökuntaa. Pilottitoimintaan osallistuu yli 100 kuntaa ja yli 120 opetuksen järjestäjää. (Opetushallitus 2021) Opetus- ja kulttuuriministeriö tuki Sitouttava koulu yhteistyö -hanketta järjestämällä säännöllisiä tapaamisia ja koulutustapahtumia hankkeeseen osallistuville. Kansallinen arviointikeskus (Karvi) keräsi hankkeen kehittämistyöstä tietoa ja tuotti näistä kehittämissuosituksia. (Sergejeff 2021, 11-12.)

Pilottitoiminnan pyrkimyksenä on kehittää sitouttavaa koulu yhteistyötä mahdollistavia rakenteita ja käytänteitä kunnan opetustoimeen. Lisäksi kehittämistoimintaan kuuluu pilotoida käytänteitä, joilla oppilaita saadaan kiinnitettyä koulu yhteisöön sekä kokeilla ja selvittää varhaisen poissaoloihin puuttumisen keinoja. Joustavat ja nopeat palveluihin ohjautumiset yhdessä moniammatillisen verkoston kanssa nopeuttavat nuoren pääsemistä tarvitsemansa avun piiriin. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (Karvi) ja Opetushallitus valmistelevat pilotin pohjalta ehdotuksen valtakunnalliseksi malliksi. Ehdotus käsitellään hankkeen ohjausryhmässä, sekä sidosryhmien kanssa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö

2023) Valtakunnallista toimintamallia kehitetään edelleen yhdessä kuntien ja koulujen kanssa, ja se on tarkoitus vakiinnuttaa vuosina 2023–2024.

Tuusulan kuntaan luotu “Tuuscoaching” - ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen malli on osa valtakunnallista Sitouttava kouluyhteisötyö - hanketta. Tuusulan kunnan painopiste työskentelyssä oli yksilötyöhön suuntautuva, minkä vuoksi Tuusula palkkasi yksilötyötä tehneen sairaanhoitajan ja lyhytterapeutin hanketta toteuttamaan. Tuusula on pinta-alaltaan iso kunta ja varsinaista keskustaa kunnalla ei ole. Suuri osa palveluista keskittyy etelä-Tuusulan alueelle ja samaisella alueella sijaitsee mm. kolme viidestä Tuusulan yläkoulusta. Tämä luo osaltaan haasteita palveluntarjoajan ja asiakkaan välille.

Kehittämiprojektin tarkoitus ja tavoite

Kehittämiprojektin tarkoituksena oli kehittää Tuusulaan luotu ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen malli - Tuuscoaching. Tuuscoaching on Tuusulan kahden kouluvalmentajan (Ahola&Tarvainen) luoma työskentelytapa, joka syntyi tarpeesta luoda Tuusulaan yksi ja yhtenevä toimintamalli. Tuuscoachingissa yhdistyvät kouluvalmentajien koulutustausta, työhistoria ja toimivat käytänteet nuorisopsykiatriasta ja ratkaisukeskeisestä lyhytterapiasta. Tuuscoaching on yksi tapa lähteä kohtaamaan koulupudokkuusvaarassa oleva oppilas; tapa auttaa oppilasta, jolla on haastava tilanne elämässä eikä tietoa, kuinka vaikeuksista voisi vielä nousta.

Eri kunnilla oli kehittämiprojektissa erilaisia painotuksia koskien mm. kiusaamisen ennaltaehkäisyä, yhteisöllisyyden lisäämistä ja syrjäytymisen ennaltaehkäisyä. Tuusulan kunnan painotus työskentelyssä oli yksilötyössä. Tuusulaan palkattiin syyskuussa 2021 kaksi kouluvalmentajaa, joiden koulutustausta oli sairaanhoitaja ja ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti. Tuusulan kouluvalmentajien työtehtävänä hankkeen aikana oli luoda Tuusulaan oma ja uusi kouluvalmentajien työskentelymalli, poissaoloihin puuttumisen interventiomalli, sekä yhdessä Suomen vanhempainliiton kanssa kehittää koulun ja kodin yhteistyötä.

Kehittämiprojektin tavoitteena on 5-9.luokkalaisten kouluun kiinnittäminen ja sitouttaminen, koulupudokkuuden ennaltaehkäisy, sekä koulupudokkaiden takaisin kouluun saaminen (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023). Hankkeen aikana pilotoidaan erilaisia interventiomalleja. Hankkeen ensimmäisessä vaiheessa lukuvuonna 2021-2022 pilotoidaan ja kehitetään kuntakohtaisia malleja ja toisena hankevuotena 2022-2023 pilottimalleista kehitetään valtakunnallinen toimintamalli kouluakäymättömyyden ennaltaehkäisyyn. Tuusulan kunnan pilotoinnin kohteena on kouluvalmennusmallin luominen, sekä koulun ja kodin välisen yhteistyötoiminnan kehittäminen yhdessä Suomen vanhempainliiton kanssa. (Tuusula 2023)

2.2 Projektiorganisaatio ja toimintaympäristö

Projektiorganisaationa tässä kehittämiprojektissa toimi Tuusulan kunta ja kehittämiprojektin projektipäällikkönä ja toisena kouluvalmentajana tämän opinnäytetyön tekijä. Projektipäällikön tehtävänä oli yhdessä kunnan toisen kouluvalmentajan kanssa luoda ja kehittää Tuusulaan oma kouluvalmennusmalli.

Opettajatuutorina toimi YAMK:n yliopettaja, joka tuki projektipäällikköä ja toimi sparraajana kehittämiprojektissa. Kehittämiprojektin mentoreina toimi kunnan toinen kouluvalmentaja, hankekunnan kasvun ja oppimisen tuen päällikkö sekä hankealueen hankekoordinaattori, joka koordinoi koko Keski-Uusimaan hanketta.

Kehittämiprojektin toimintaympäristönä toimi Tuusula ja perustana opetus- ja kulttuuriministeriön Sitouttava koulu yhteistyö -hanke. Tuusulan kunta sijaitsee Uudellamaalla ja se on yksi Helsingin kehyskunnista. Tuusula on maantieteellisesti kapean muotoinen ja siitä aikoinaan irrotettu Järvenpää lähes halkaisee sen kahtia. Lisäksi naapurikuntien Keravan ja Järvenpään välissä kulkeva kapea kaistale kulkee aina Sipoon kunnan rajalle saakka. Historian saatossa Tuusulasta irroitettut kauppalat tai kunnat ovat tehneet Tuusulan

alueen muodosta hieman erikoisen eikä varsinaista keskustaa Tuusulaan ole muodostunut. Isoin asutuskeskittymä Tuusulasta löytyy Hyrylän kaupunginosasta, joka sijaitsee Etelä-Tuusulassa lähellä Vantaan rajaa.
(Wikipedia)

3 Teoreettiset lähtökohdat

Teoreettisiin lähtökohtiin ja tiedonhakuosuuteen on koottu keskeistä kirjallisuutta ja tutkimuksia nuorten psyykkisestä pahoinvoinnista kouluissa, sekä koulupoissaolojen vaikutuksista koululaisten hyvinvointiin ja syrjäytymiseen. Kirjallisuuskatsauksen materiaalina on hyödynnetty kotimaista ja kansainvälistä aineistoa.

3.1 Nuorten psyykkinen pahoinvointi

Nuoren terveyttä kuvataan fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena toimintakykynä, jonka olennaisena ytimenä on mielenterveys. Nuoren itse koettu toimintakyky auttaa nuorta selviytymään arjen haasteista. Omaan toimintakykyyn vaikuttavat nuoren itsetunto ja hänen saamansa psykososiaalinen tuki sekä tunne siitä, että hänestä aidosti välitetään ja hänen tarpeensa huomioidaan. Jos perhe tai palvelujärjestelmä ei kykene vastaamaan nuoren tarpeisiin, haasteet kasvavat niin suuriksi, että niihin on puututtava. (Laukkanen E. 2006, 157.)

Nuorten kokemat haasteet ilmenevät erilaisin tavoin. Käytöshäiriöt, oppimisvaikeudet, koulukiusaaminen tai sen uhriksi joutuminen, viihtymättömyys koulussa ja poissaolot ovat yleisimpiä ilmenemistapoja. Tällaisissa tilanteissa toimiva oppilashuolto on erityisen tärkeässä asemassa. Yksittäisenä työkaluna poissaolojen seuranta on hyvä keino havaita nuoren haasteita. (Laukkanen E. 2006, 157-158.)

Viimeisen vuosikymmenen aikana nuorten mielialaongelmat ovat lisääntyneet. Ongelmien syitä etsitään koulutyön uuvuttavuudesta, riittämättömästä yöunesta ja älylaitteiden liiallisesta käytöstä. Talala (2019) nostaa kirjassaan esille huolen nuorten vähäisestä nukkumiseen käytetystä ajasta. Alle kahdeksan tuntia nukkuvien määrä on kasvanut kymmenen vuoden aikana 20 %:sta 30 %:iin. Toisena merkittävänä huolenaiheena mainittiin nuorten lisääntyvä psyykkinen oireilu. (Talala, 2019, 30)

Nuorten psyykkisten häiriöiden havaitseminen ja hoitoon ohjaaminen on puutteellista ja se koetaan haastavaksi. Mielialaoireilusta kärsivä nuori ei välttämättä tunnista avun tarvetta eikä osaa hakueta avun piiriin. Näiden nuorten löytämisessä ja hoitoon ohjaamisessa kouluterveydenhuolto on avainasemassa. Lisäksi koulun ja kodin välinen yhteistyö on ensisijaisen tärkeää. Hoitamattomina mielenterveyden oireilu voi vaarantaa terveyttä ja johtaa syrjäytymiseen. Mielenterveyden häiriöt emotionaalisella ja sosiaalisella alueella aiheuttavat usein haasteita ihmissuhteissa, oppimisessa ja koulutuksessa, sekä mahdollisesti myöhemmin yksilön sosiaalisessa ja taloudellisessa asemassa. (Laukkanen E. 2006, 158)

Mielenterveyspalveluiden ruuhkautumisesta uutisoidaan yhä useammin. Perustason mielenterveyspalvelut, erikoissairaanhoido ja kouluterveydenhuolto ovat kaikki ruuhkautuneet, eivätkä nuoret pääse keskustelemaan aikuisten kanssa. Yhä useammalla nuorella todetaan masentuneisuutta ja ahdistuneisuutta ja jopa neljännes nuorista kärsii mielenterveyshäiriöistä. Nuorten yksinäisyys ja syrjäytyminen ovat erilaisten mielenterveyden häiriöiden ohella yleisiä. Nuorisopsykiatrian potilasmäärät kasvavat eikä hoidon tarpeeseen pystytä tällä hetkellä vastaamaan. Ongelma ei ole ratkaistavissa vain hoitoresursseja lisäämällä vaan ongelmaan on puututtava ennaltaehkäisevästi. (Laukkanen 2006, 158, Talala 2019, 13-14, 33; Kaltiala R. 2021)

Tampereen yliopistollisen keskussairaalan nuorisopsykiatrian vastuualuejohtaja Riittakerttu Kaltiala esittää huolensa nuorten ylisukupolvisesta huonovointisuudesta. Nuoren lisäksi jollakin toisella perheen jäsenellä voi olla sosiaalisia tai terveydellisiä ongelmia. Nuorilta puuttuu harrastuksia, ystäviä tai edes yksi luotettava aikuinen, jolle puhua ja jolta saada tukea, ohjausta ja huolenopitoa. Nuoret myös liikkuvat ja nukkuvat liian vähän ja tämän aukon on täyttänyt mm. sosiaalinen media. Sosiaalisesta mediasta on nuorille myös iloa, mutta toisaalta se myös osaltaan lisää nuorten paineita ja ahdistuneisuutta entisestään. (Kaltiala R. 2021)

Myös Sitran julkaisu (2023) nostaa esille suomalaisten nuorten lisääntyneet ja lisääntyvät mielenterveysongelmat. Vaikka Suomi on YK:n teettämän kyselyn perusteella jo viidettä kertaa peräkkäin maailman onnellisin kansa, on nuorten pahoinvointi kuitenkin lisääntynyt. Koronapandemia on osaltaan vaikuttanut tilanteen pahenemiseen, mutta myös yksilökeskeisyys, yhteiskunnan paineet, sosiaalinen media ja yleinen epävarmuus tulevaisuudesta ovat osasyinä tilanteen pahenemiseen. Sitran megatrendit esittävät ratkaisuehdotuksia resurssien lisäämistä, monialaista yhteistyötä sekä huomion kiinnittämistä yksilön lisäksi yhteiskunnan rakenteisiin. (Sitra, Megatrendit 2023)

Suomessa nuorten mielenterveyden hoito on enenevässä määrin suuntautunut erikoissairaanhoidon hoitoon. Pääkaupunkiseudulla vuonna 2017 arviolta 9 % 13–17 vuotiaista oli psykiatrisen erikoissairaanhoidon asiakkaina. Myös lastenpsykiatrisen erikoissairaanhoidon potilasmäärät ovat kasvaneet viimeisen kymmenen vuoden aikana, vaikka lasten psyykkisten häiriöiden määrät eivät ole lisääntyneet. (SOCCA 2023)

3.2 Nuorten psyykkinen tuki kouluissa

Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (1326/2021) mukaisilla koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palveluilla pyritään edistämään oppilaitosyhteisön hyvinvointia, opiskeluympäristön terveellisyyttä ja turvallisuutta, edistämään ja seuramaan opiskelijoiden tervettä kasvua ja kehitystä, hyvinvointia ja opiskelukykyä sekä tunnistamaan opiskelijoiden varhaisen tuen tarpeet ja järjestämään tarvittava tuki ja ohjaamaan hoitoon ja tutkimuksiin. Lisäksi kouluterveydenhuollossa on tärkeä tukea vanhempia ja huoltajia sekä heidän hyvinvointiaan ja kasvatustyötä. Opiskeluterveydenhuolto sisältää opiskelijan terveyden- ja sairaanhoitopalvelut, jotka on järjestettävä yhtenäisenä kokonaisuutena (Oppilas,- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013).

Kouluterveyshuollon terveystarkastusten kautta kaikki oppilaat ovat yksilökohtaisen opiskeluhuollon piirissä. Yksilökohtaisella opiskeluhuolella tarkoitetaan yksittäisille koululaisille annettavia kouluterveydenhuollon palveluja.

Yksilökohtainen opiskeluhoito on sekä ennalta ehkäisevää, että tukea tarjoavaa. Tarve yksilökohtaiselle tuella on kuitenkin vain osalla koululaisista. Nuoren tuen tarpeen tunnistaminen ja opiskeluhoollolisten palveluiden pariin ohjaamisessa opettajilla on todella tärkeä rooli. Opettajien tukea tarvitaan erityisesti tilanteen tarkemmassa selvittelyssä sekä tuen suunnittelussa ja järjestämisessä. (THL, 2023, 27-28)

Kouluterveydenhuollossa pyritään tunnistamaan varhain ne nuoret, joiden terveydestä ja psykososiaalisen tuen tarpeesta herää huoli. Erityistä tukea tarvitseville nuorille järjestetään tarvittava tuki mahdollisimman nopeasti. Tarpeen mukaan yhteistyötä tehdään opettajien, perheneuvoloiden ja muiden terveyspalveluiden (esim. matalan kynnyksen nuorisovastaanottojen) ja erityispalveluiden kanssa (mm. Lasten- tai nuorisopsykiatria, lastensuojelu, lastenneurologia, pediatria tai vammaispalvelut). (THL, 2023, 27-28)

Yksittäisen oppilaan monialaista opiskeluhoitoa toteutetaan asiantuntijaryhmässä, joka kootaan tapauskohtaisesti ammattilaisista, jotka työskentelevät nuoren asioissa. Asiantuntijaryhmässä voi olla esimerkiksi: opetushenkilöstöä, oppilashuoltoa, sekä ammattilaisia muista palveluista (erikoissairaanhoido, perustason palvelut). Nuori ja hänen huoltajansa ovat tärkeässä roolissa monialaisen asiantuntijaryhmän työskentelyssä, muun muassa sopimalla siitä, keitä ammattilaisia ryhmään pyydetään mukaan. Ryhmän kokoamiseen tarvitaan aina nuorelta ja tämän huoltajilta suostumus. (THL, 2023, 27-28)

Kouluterveydenhuollolla on tärkeä rooli nuorten ehkäisevästä mielenterveystyöstä kouluterveydenhuollossa. Määräaikaiset terveystarkastukset muodostavat tärkeän perustan palveluille. Kaikkiin määräaikastarkastuksiin sisältyy terveysneuvontaa ja arviointia lisätuen tarpeelle. Laajat terveystarkastukset, kuten muutkin säännölliset terveystarkastukset, ovat tärkeitä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäkäyntien määrä riippuu paljon nuoren ja tämän perheen tuen ja avun tarpeesta. Nuori ja tämän perhe hyötyvät kouluterveydenhuollon tarjoamasta

psykoedukaatiosta, keskustelutuesta, emotionaalisesta tuesta sekä ajantasaisen tiedon saannista. (THL, 2023, 29)

Koulujen rooli nuorten mielenterveyden edistämässä on merkittävä. Mielenterveyttä edistävät koulu yhteistöt luovat turvallisen ja ennakoitavan ympäristön, mahdollistavat ryhmään kuulumisen, antavat ikätasoisia haasteita, tukevat vahvuuksia, tarjoavat onnistumisen kokemuksia ja luovat positiivista ilmapiiriä. Perinteisesti mielenterveyden edistäminen kouluissa on ollut henkisen pahoinvoinnin, kiusaamisen ja konfliktien ehkäisemistä. Tämänkaltaisen ongelmien ehkäisy on tärkeä osa mielenterveyttä edistävää työtä, mutta siihen kuuluu paljon muutakin. Mielenterveyden edistämällä kouluissa tavoitellaan myös mielenterveydelle hyödyllisten taitojen vahvistamista koko ikäluokassa sekä koko koulu yhteisön toimintamallien kehittämistä hyvinvointia edistäväksi. Koulujen mielenterveyttä edistävän työn perusteet sisältyvät opetussuunnitelmaan, jossa painotetaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämistä osana opetusta. Mielenterveystaidot ovat lisäksi osa opetussuunnitelman terveystiedon opetusta yläkouluissa. (THL, 2023, 32-33)

Mielenterveyden edistäminen koulussa vaatii hyvää yhteistyötä eri ammattihenkilöiden välillä, tietojen ja vastuiden jakamista, sovittujen toimien etenemisen seuranta, sekä mielenterveystaitojen opettamista läpi peruskoulun. Opettajat ovat keskeisessä roolissa ja heiltä vaaditaan valppautta ja taitoa tunnistaa tukea tarvitsevat nuoret mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, kykyä ottaa aihe nuoren kanssa puheeksi ja ohjata tarpeen mukaan esimerkiksi kuraattorin, koulupsykologin, kouluterveydenhoitajan tai muun ammatilaisen luokse. (THL, 2023, 34-35)

Opiskelijoiden mielenterveys -ja päihdepalvelujen tarve on kasvanut. (THL, 2023) Mielenterveyspalvelut ovatkin keskeinen opiskeluterveydenhuollon kehittämiskohta. Opiskeluterveydenhuollossa on käytössä erilaisia yhteistyömuotoja ja käytäntöjä opiskelijoiden tukemiseksi ja hoidon toteuttamiseksi yhteistyössä, mutta nämä ovat alueellisesti ja oppilaitostenkin välillä erilaisia. Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman mukaan

kuntien järjestämät nuorten mielenterveys- ja päihdepalvelut toteutuvat ensisijaisesti nuorten arkisessa elinympäristössä, kuten oppilaitoksissa. Palveluiden tulisi painottua perus- ja lähipalveluihin, joita tuetaan erikoispalveluilla. Mielenterveys- ja päihdepalveluiden tulisi olla keskeinen osa opiskeluterveydenhuoltoa. (Hoitotiede 2018, 67-80)

Toimiviksi työmuodoiksi ovat osoittautuneet työparityöskentely ja yhteisvastaanotto, psykiatrisen sairaanhoitajan vastaanotto ja joustavat ammattilaisten konsultaatiomahdollisuudet. Erilaisia yhdessä tekemisen työtapoja esitetään kehitettäväksi ja käyttöön otettaviksi opiskeluterveydenhuollossa. Terveystietäjien ja lääkäreiden työn tueksi tarvitaan lisäksi liikkuvia ja konsultatiivisia työmuotoja erikoissairaanhoidosta, jotta opiskelijoita pystytään tukemaan ja hoitamaan opiskeluterveydenhuollossa. Opiskeluterveydenhuollon ammattilaisille tulisi järjestää mielenterveys- ja päihdetyönkoulutuksia, jotka soveltuisivat nimenomaan opiskeluterveydenhuoltoon ja jotka toteutettaisiin perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon ja sosiaalitoimen yhteistyönä. (Hoitotiede 2018, 67-80)

Mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn kannalta erityisesti kouluympäristössä tapahtuva varhainen interventio on todettu tehokkaaksi. HUS nuorisopsykiatrian Varhain työryhmä aloitti toimintansa vuonna 2014. Varhain työryhmä työskentelee erikoissairaanhoidon alaisuudessa samalla toimien kuitenkin perustason ja oppilashuollon ikään kuin siltana. Tarkoituksena on tarjota oikea-aikainen, kohdennettu interventio nuorten lievien ja keskivaikeiden mielenterveysoireiden hoidossa. Varhain työryhmän työhön kuuluu myös vakavien mielenterveyshäiriöiden varhainen tunnistaminen sekä tarpeenmukaisen tuen tarjoaminen. Vaikeasti avun piiriin hakeutuvia nuoria autetaan myös hakeutumaan tarpeenmukaiseen hoitoon. Tutkimusten mukaan Varhain intervention jälkeen suuri osa nuorista jäi perustason hoitoon. Varhaisenvaiheen oikea-aikaisella hoidolla voidaan välttyä lähetteen tekemisestä erikoissairaanhoidon. (Granö ym.2021, 125-129)

Nuori viettää jopa viidenneksen hereilläoloajastaan koulussa. Koulun työntekijöillä onkin tärkeä rooli lasten ja nuorten psyykkisten oireiden

varhaisessa tunnistamisessa ja niihin puuttumisessa. Koululla tulee olla selkeä struktuuri nuoren auttamisessa. Nuorten psyykinen oireilu on varsin yleistä. Nuoren kasvuun ja kehitykseen kuuluu erilaiset tunnetilat ja niiden voimakaskin vaihtelu. Nuoruuteen kuuluu murrosiän kriisiä ja alakoulusta yläkouluun siirtymistä, jotka herkistävät psyykkiselle oireilulle. Murrosiän aikana ahdistuneisuus ja masentuneisuushäiriöt jopa kolminkertaistuvat verrattuna lapsuusikään. Nuorten kanssa työskentelevillä tulee olla ammattitaitoa kohdata nuori. (Talala, 2019, 13-14, 33) Kouluterveydenhuollon ja opetushenkilöstön herkkyyttä tunnistaa nuoren oireilua tulisi lisätä koulutuksilla ja tuetulla työnohjauksella. (Laukkanen E. 2006, 158)

Kouluterveydenhuollon tavoitteena on oppilaiden terveyden edistäminen. Kouluterveydenhuolto on osa kuntien kansanterveystyötä ja koulun oppilashuoltoa. Kunnilla on velvollisuus ylläpitää kouluterveydenhuoltoa kunnissa sijaitsevien peruskoulujen ja lukioiden oppilaille sekä opiskeluterveydenhuoltoa ammatillista koulutusta antavien oppilaitosten opiskelijoille. Kouluterveydenhuolto eroaa muusta kansanterveystyöstä siinä, että toimitilat sijaitseva yleensä koulun yhteydessä ja toiminta nivoutuu koulun arkeen ja toimintaympäristöön. Kouluterveydenhuollon palvelut ovatkin keskeisiä lasten ja nuorten terveen kasvun kehityksen tukijoita. (Laukkanen E. 2006, 156)

Kouluterveydenhuoltoon kuuluvat lääkäri, terveydenhoitaja, kuraattori, psykologi, sekä tarpeen mukaan terapiatyöntekijät, kuten puhe-, ravitsemus- ja fysioterapeutit. Sosiaalihuolto ja erikoissairaanhoido ovat keskeisiä yhteistyökumppaneita kouluterveydenhuollon työntekijöiden kanssa. Kouluterveydenhuollon järjestämisessä on kuitenkin kuntakohtaisia eroavaisuuksia. Nuorten peruspalvelut ovat vähentyneet ja erityisesti psykososiaalisia palveluja ja työntekijöitä on vähennetty. Palveluiden karsiminen vaikeuttaa avun saamista ja heikentää sen laatua. Kouluilla on keskeinen rooli nuorten ja lasten elämässä. Koulu on oppimisympäristön lisäksi yhteisö, jonka jäsenyydellä on nuorelle monenlaisia merkityksiä ja vaikutuksia

hänen terveyteensä. Toteuttamalla perustehtävänsä opetusta ja kasvatusta koulu edistää nuorten ja lasten terveyttä. (Laukkanen E. 2006, 157)

Ruuhkautuneiden perustason ja erikoissairaanhoidon mielenterveyspalveluiden takia koulut ovat alkaneet panostamaan nuorten psyykkiseen hyvinvointiin mm. lisäämällä psykiatristen sairaanhoitajien määrää kouluissa. Esimerkiksi Turussa palkattiin vuonna 2019 jokaiselle yläasteelle oma psykiatrinen sairaanhoitaja (yhteensä 10 kappaletta). (Karvi 2022) Myös opetusvelvollisuuteen sitomattomia työntekijöitä on lisätty kouluissa viime vuosina. Opetus- ja kulttuuriministeriön Sitouttava kouluyhteisötyö -hanketta varten tehdyssä selvityksessä mainitaan, että kouluissa työskentelee kuudellatoista eri nimikkeellä lisähenkilöitä, mm. kouluvalmentaja, koulutukihenkilö, erityistyöntekijä, erityissosiaaliohjaaja, koulusosionomi, koulutsemppari, kouluyhteisöohjaaja, hyvinvointiohjaaja, yhteisöohjaaja, kouluyhteisötyöntekijä, koulukohtauttaja, hanketyöntekijä, koulupsyykkari ja kouluohjaaja.

Koulupoissaolojen seurantaan liittyvä tutkimus Suomessa on melko vähäistä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella menossa olevassa tutkimuksessa TEA-viisari antaa suuntaa koululaisten poissaolomääristä. TEA-viisarista kerätty tieto jaottelee sairauspoissaolot ja luvalliset ja luvattomat poissaolot, mutta sen viisarin tuloksista ei voida kuitenkaan erottaa niitä oppilaita, joilla on ongelmallisia poissaoloja tai jotka ovat esimerkiksi vaarassa luisua koulupudokkaiksi. (Markkanen & Pusa 2023, 24.) Myös aluehallintoviraston (AVI:n) ja opetus- ja kulttuuriministeriön selvitysten mukaan koulupoissaolojen määrä on ollut kasvussa. Koronapandemia on lisännyt entisestään poissaoloja ja opiskeluhoitopalveluiden ammattilaisille suunnatun kyselyn mukaan poissaolohaasteisiin liittyviä asiakkuuksia on myös aikaisempaa enemmän. (Markkanen & Pusa 2023, 24-25)

Koulupoissaolojen vaikutuksista nuorten hyvinvointiin ja syrjäytymiseen tiedetään nykyään jo paljon. Koulupoissaolot voivat johtaa mielenterveysongelmiin, päihteiden väärinkäyttöön, heikentyneisiin oppimistuloksiin, koulupudokkuuteen sekä myöhemmin elämässä jopa työllistymisongelmiin ja päihdeongelmiin. (Gubbels ym. 2019, 1637)

3.3 Ratkaisukeskeinen lyhytterapia osana nuorten kanssa työskentelyä

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan syntyjuuret sijoittuvat Yhdysvaltoihin ja Milwaukeeen perheterpiakeskukseen. Psykoterapeuttipariskunta Steve De Shazerin ja Insoo Kim Berg työryhmineen ammensi ajatuksia ja ideoita työskentelyynsä monista eri lähteistä kuten perheterapiasta, Milton Ericksonin hypnoterapiasta, buddhalaisuudesta ja filosofi Ludwig Wittgensteinin ajattelusta luoden lähestymistavan, joka käänsi perinteikkäämmän ajattelutavan pääläelleen. (Iverson ym. 2018, 9)

Perinteisessä terapiassa keskityttiin siihen, että terapeutti ymmärtäisi asiakkaan terapiaan tuoman ongelman luonteen. De Shazer työryhmineen haastoi tätä ajatusta ja esitti, että terapiassa tuli ensin selvittää, mitä asiakas itse ajattelee ongelmastaan ja tiedustella, mitä asiakas on jo omaehtoisesti tehnyt haasteen ratkaisemiseksi. Terapiaprosessi, joka perinteisesti oli suuntautunut pois päin ongelmasta, muuttui de Shazerin käsissä pyrkimykseksi kohti ratkaisua. (Iverson ym. 2018, 9)

Toinen merkittävä ero koski tuon ajan terapiakeskusteluja, joissa fokus oli asiakkaan ongelmassa. Ajatuksena oli, että asiakkaan olisi helpompi päästä elämässään eteenpäin, jos hän olisi ensin kertonut ongelmistaan, "tuuletanut tunteitaan", ja näin keventänyt mieltään. De Shazer työryhmineen nimitti tätä "ongelmapuheeksi" ja kyseenalaisti sen priorisoinnin terapiakeskustelujen fokukseksi. De Shazer työryhmineen ehdotti, että muutos syntyisi helpommin lisäämällä "ratkaisupuhetta". Ratkaisupuheessa fokusoiduttiin asiakkaan tavoitteisiin, voimavaroihin ja siihen, mitä hyödyllistä asiakas jo teki. (Iverson ym. 2018, 9-11)

Ratkaisukeskeisessä lyhytterapiassa ei yritetä ymmärtää eikä ratkaista ongelmien juurisyitä vaan perehdytään yksityiskohtaisesti siihen, millaista tulevaisuutta asiakas toivoo itselleen. Asiakasta pyydetään kuvailemaan tilanne, jossa ongelmat ovat jo ratkenneet ja selvitetään mitä sellaista asiakas jo tekee,

mikä vie kohti toivotun kaltaista tulevaisuutta. Ratkaisukeskeisessä lyhytterapiassa ja coachingissa on olennaista keskittyä vikojen sijaan voimavaroihin sekä kartoittaa mahdollisia ja toivottuja tulevaisuuksia. Lisäksi on tarkoitus tutkia mikä on jo edistänyt toivotun tulevaisuuden toteutumista. Keskeistä on arvostaa asiakkaita asiantuntijoina elämänsä kaikilla osa-alueilla (Iverson ym. 2018,10)

Ratkaisukeskeisen työskentelyn keskittyminen tulevaan ei merkitse sitä, ettei menneisyydestä saisi puhua. Menneisyydestä keskustelun tulisi olla kannustavaa ja rohkaisevaa ja siinä tulisi keskittyä tapahtumiin, joita voitaisiin pitää kasvattavina ja opettavina. Ajan kuluessa voi olla mahdollista ajatella, että ongelmat ja koettelemukset ovat olleet arvokkaita ja hyödyllisiä. (Ahola & Furman 2016, 35)

Kanadalainen psykologi Heather Fiske on teoksessaan ”Elämästä on kysymys” kuvaillut terapeutista perusasennetta seuraavasti. ”Pätevä auttaja on henkilö, joka kuuntelee kunnioittavasti ja uteliaasti.” (Fiske 2015, 324)

Uteliaisuudellamme osoitamme kunnioitusta. Esitämme asiakkaalle paljon kysymyksiä, koska emme oleta etukäteen ymmärtävämme, mikä olisi asiakkaalle parasta. Ratkaisukeskeisyydessä pyritään omaksumaan ”Ei-tietämisen” asenne: asiakkaat osaavat arvioida parhaiten, mitä he haluavat ja minkälaiset ratkaisut sopivat heille. (Fiske 2015, 324)

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan filosofinen ydin koostuu seuraavista kolmesta käytännöllisestä kohdasta:

1. Älä korjaa sitä, mikä ei ole rikki.
2. Jos se toimii, tee lisää sitä samaa.
3. Jos se ei toimi, tee jotain muuta.

(Fiske 2015, 324)

Ratkaisukeskeistä tai ratkaisuhenkistä lähestymistapaa voidaan pitää talonpoikaisjärjen ja kansanviisauden hyödyntämisenä. Lähestymistapa ei ole heidän mielestään niinkään uusi terapeutin koulukunta tai edes ongelmanratkontamenetelmä vaan ennemmin suhtautumistapa ja asenne, joka

auttaa puhumaan ongelmista myönteisellä tavalla ja tarkastelemaan niitä rakentavasta näkökulmasta. Kunnioitus, optimismi, ystävällisyys ja huumori eivät ole ammattiauttajien yksityisomaisuutta vaan ne ovat kaikkien ihmisten omaisuutta. (Ahola & Furman, 1996, 152)

Psykologi Bob Bertolino kuvaa teoksessaan "Ratkaisukeskeinen nuorisoterapia" nuorten kanssa sopivaa työskentelytapaa, jossa korostuvat muutoskeskeisyys, kunnioitus, joustavuus, yhteistyö ja tehokkuus. Nuorten käyttäytymistä ei ensisijaisesti pyritä selittämään, vaan työskentelyn etualalla on sisäisten kokemusten tunnistaminen, vahvistaminen ja arvostaminen. Samalla autetaan nuorta pääsemään eroon näkökulmia, toimintaa ja elämäntilannetta häiritsevästä tilanteesta. (Bertolino 1999, 26)

Nuoret ja heidän perheensä tietävät miltä tuntuu tulla syyllistetyksi, miltä tuntuu, kun epäillään tai miltä tuntuu, kun leimataan vastustelevaksi. He tietävät miltä tuntuu, kun heitä ei kuunnella tai kun mielipiteet sivuutetaan. He tietävät, miltä tuntuu, kun asiantuntijat kertovat, mikä heidän elämässään on pielessä ja miten se pitäisi korjata. (Bertolino 1999, 23)

Bertolino pohtii kirjassaan, että miten tämänkaltaiset ajatukset sitten leviävät? Ensisijaisesti niiden todetaan leviävän niiden teoreettisten selitysten ja verbaalisten rakenteiden kautta, joita mielenterveysalan ammattilaiset käyttävät määrittäessään, mikä nuorissa ja heidän perheissään on vikana Useat perheet ovat kuulleet monia diagnooseja siitä, mikä on vialla. Todellisuudessa he kuitenkin tavoittelevat muutosta. Mahdollisuuksia luovassa terapia-ajattelussa siirretään painopiste hyödyttömistä ja väheksyvistä, mahdollisuuksia poissulkevista terapeuttisista selityksistä kohti muutosta, johon pyritään yhteistyöpainotteisin ja kunnioittavin keinoin. (Bertolino 1999, 23-24)

Ratkaisukeskeisyys nuorten asioita hoidettaessa on erinomainen työskentelytapa. Ratkaisukeskeinen lähestymistapa ei ole leimaavaa. Nuoret ovat lähtökohtaisesti vastaanottavaisia ja kykenevät täten ratkaisukeskeiseen keskusteluun. Nuoret osallistuvat harvoin luontevasti keskusteluihin, joissa

ongelmapuhe on vallitsevana teemana. Keskustelut, joissa aikuisen esiin nostamat ongelmat ovat keskiössä voivat olla nuorelle vaikeita, epämieluisia tai ne eivät yksinkertaisesti kiinnosta. Keskustelu vahvuuksista, voimavaroista ja tulevaisuudesta sekä pienistä onnistumisista tarjoaa nuorelle mieluisan tavan työskennellä. (Bertolino 1999, 25)

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa lisää nuoren motivaatiota ja minäpystyvyyttä. Se keskittyy toiveisiin onnistuneesta työskentelystä, mikä puolestaan motivoi työskentelyyn kohti muutosta. Nuoret pystyvät usein hyvin sanoittamaan, mitä he haluavat saavuttaa ja tunnistamaan pieniä onnistumisia ja edistysaskelia. Tämänkaltainen ajattelu auttaa nuorta kokemaan itsenäisyyttä ja oman tilanteen asiantuntijuutta ja hallintaa, joka puolestaan luo positiivisia tunteita hankaliakin asioita kohtaan. Nuoren sitkeys ponnistella haasteellisissa tilanteissa lisääntyy ja toleranssi vastoinkäymisiä kohtaan kehittyy. (Yusuf 2020, 9-12)

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan intensiivisyys ja lyhytkestoisuus ovat usein nuorille mieluinen asia. Nuoret eivät halua kuluttaa tapaamisiin aikuisten kanssa paljoa aikaa. Ratkaisukeskeinen työskentelyprosessi saattaa usein kestää vain yhden, kaksi tai kolme tapaamista. Nuorten kanssa työskennellessä tapaamisten määrä on usein varsin sopiva. Tapaamiset on helppo toteuttaa paikoissa, jossa nuoret muutenkin ovat, kuten esimerkiksi kouluissa tai opiskelupaikoissa. (Yusuf 2020, 9-12)

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan tulee nuorten kanssa olla hyvin fokuusoitua. Ammattilaisen tulee kysyä nuorelta, miten luottavainen olo tai ahkera työskentely näkyy nuoren arjessa ja tämän jälkeen auttaa nuorta luomaan yksityiskohtainen kuvaus siitä. Nuoren keskittyminen omaan henkilökohtaiseen kuvaukseen, jossa näkyy nuoren arvot ja mielenkiinnon kohteet, auttaa nuorta sitoutumaan prosessiin. (Yusuf 2020, 9-12)

Nuoret kokevat usein oman identiteettinsä olevan muutoksessa. Vailinaisuuden ja vaikeuksien kokeminen saattavat saada otteen nuoresta ja johtaa lisävaikeuksiin. Työntekijän tulee pyrkiä auttamaan nuorta pois tästä

ajattelumallista ja pyytää nuorta huomioimaan erilaisia, pieniäkin yksityiskohtia, jotka voisivat olla peruskivenä lisäämään voimavaroja. (Ratner & Yusuf 2020,9)

Motivaatiohaasteiden kanssa painivia nuoria on usein kohdattu tavalla, jossa on korostettu haittoja, joita voi koitua, jos nuori ei toimi toivotulla tavalla. Kielteisten seuraamusten listaa toistamalla saatetaan joutua tilanteeseen, jossa aikuinen ja nuori päätyvät hyvän yhteistyön sijaan konfliktiin. Konfliktitilanteen jälkeinen motivointi ja aikuisen vaikutusyritykset nuoreen tuottavat harvoin toivotunkaltaista tulosta. (Ratner & Yusuf 2020,9)

Keskeinen edellytys tavoitteiden saavuttamiselle on motivaatio. Itse asetetut ja luodut tavoitteet ovat vahvan motivaation muodostumisen kannalta ensisijaisen tärkeitä. Nuoren päämäärätietoisuus ja sitoutuneisuus omiin tavoitteisiinsa vaikuttaa myönteisesti tehtävän työn tuloksellisuuteen. (Ahola 2020,15)

Ratkaisuorientoitunut lähestymistapa motivaation löytämiseen ja sen ylläpitämiseen korostaa tavoitteen tekemistä vetovoimaiseksi sekä onnistumisen uskon vahvistamista. Nuoren tulee kokea asetetut tavoitteet omikseen ja tulleensa kuulluksi omasta tilanteestaan. Asiantuntijan tulee arvostaa nuoren ajatuksia ja huomioida nuoren käsitys siitä, mistä nuori toivoo ongelman ratkaisun alkavan. Nuoren tulisi kokea tavoite tavoittelemisen arvoiseksi. Nuoren tulee saada käydä läpi haaveitaan hyvästä elämästä ja juuri haaveiden kautta löytää kaikkein merkityksellisimmät elämänarvot. Nuoren elämänarvojen kautta näyttäytyy se, miten asetetuilla tavoitteilla on merkitystä nuoren omille unelmille ja haaveille. Lisäksi nuoren on uskottava pääsevänsä tavoitteeseensa. Nuoren kanssa tulee käydä läpi niitä seikkoja, jotka todentavat sen, että nuori on oikealla tiellä kohti tavoitettaan. Nuoren vahvuudet ja voimavarat, jotka auttavat kohti tavoitetta, on hyvä kartoittaa, ja tie tavoitteeseen on tehtävä mahdollisimman konkreettiseksi, jotta havainnollistuu, mitä tavoitteisiin pääsemiseksi tarvitsee tehdä. Pienetkin edistysaskeleet tulee huomioida positiivisesti. (Ahola 2020,17)

Nuoren kanssa on hyvä varautua myös takapakkeihin prosessin aikana. On hyvä käydä läpi mahdollisia esteitä, jotka vaikeuttavat tavoitteen saavuttamista. Vastoinkäymisiin voi varautua, ja nuoren kanssa voi luoda strategian niiden kanssa toimimiseen. Nuoren kanssa on tarpeen keskustella aina tapaamisissa siitä, mitä myönteistä prosessissa on tapahtunut. Nuoren on hyvä itse sanoittaa se, mitä hän on tehnyt tilanteensa suhteen. Asiantuntijan tulee vahvistaa nuoren edistysaskelia kehumalla ja selvittämällä, miten nuori on tavoitteensa saavuttanut. Pientenkin edistysaskelien vaikutukset nuoren elämässä on hyvä tuoda esille ja sanoittaa niiden vaikutuksia. Nuoren ja ammattilaisen on tärkeää käydä yhdessä läpi myönteistä kehitystä ja pohtia, miten sitä saataisiin lisättyä. (Ahola 2020, 20)

Ratkaisukeskeisessä työskentelyssä positiivista on se, että jo yhdellä pienellä muutoksella missä tahansa ongelmaan liittyvässä asiassa voidaan saada aikaan myös isoja ja merkittäviä muutoksia. Tätä voikin pitää rohkaisevana hektistä oppilashuoltotyötä tekeville, sillä aina ei ole aikaa tai voimavaroja ruveta monimutkaisiin ja aikaa vieviin toimiin. Pienet edistymisaskelleet ja voitot luovat asiakkaalle positiivista asennetta uusille muutoksille ja samalla ongelma alkaa kutistua eikä vie enää asiakkaan kaikkia voimavaroja. Pienet helposti toteutettavat teot osoittavat asiakkaalle, että myönteinen muutos haastavassa tilanteessa on mahdollista. (Murphy, 2015, 79.)

3.4 Aikaisempia tutkimuksia

Tutkimuksia ratkaisukeskeisestä lähestymistavasta koulumaailmassa ja kouluvalmentajien työskentelystä on vähän. Suomesta löytyi muutamia YAMK tason opinätetyötä, joissa kuvataan kouluvalmentajien työskentelyä. Sari Salin-Hämäläinen (2020) tutki kouluvalmentajatyön merkityksellisyyttä osallisuuden ja varhaisen tuen vahvistamisessa. Heidi Miettinen ja Emmi Raassina (2019) puolestaan kuvasivat koulusosionomin tekemää ennaltaehkäisevää

koulusosiaalityötä. Mirka Kärpän opinnäytetyössä (2012) koottiin työkalupakki koulupudokkaiden kanssa työskenteleville.

Kansainvälistä tutkimusta kouluvalmentajista ei ole, mutta tutkimuksia ratkaisukeskeisyyden soveltamisesta löytyy jonkin verran. Tutkimukset ratkaisukeskeisen lyhytterapian soveltamisesta kouluissa ovat keskittyneet usein käyttäytymis- ja oppimisongelmiin. Tutkimustulosten mukaan ratkaisukeskeistä työskentelyotetta voidaan soveltaa tehokkaasti lukuisiin akateemisiin ja käyttäytymiseen liittyviin ongelmiin, joissa opiskelijat kamppailevat. (Kim ym. 2009, 464-470)

Ratkaisukeskeinen lyhytterapia toimii tehokkaasti varhaisena puuttumisena silloin, kun ongelmat eivät vielä ole vakavia (Bond ym. 2013, 707). Nopeita ja toimivia interventiomalleja tulisi kehittää nuorten kanssa työskentelyyn. (Franklin ym. 2008.) Tutkimuksen mukaan ratkaisukeskeisellä lyhytterapialla pystyttiin saavuttamaan hyviä tuloksia keskimäärin viidellä tapaamiskerralla. Toimintamallin hyötynä oli se, että sitä pystyi käyttämään nuorelle tuttu ja läheinen henkilö. Näin myös opettajat saivat onnistumisia toimiessaan muutoksentehtäjinä nuoren haasteissa.

Ratkaisukeskeinen lyhytterapia yhdistettynä opettajien koulutukseen voisi ratkaista oppimiseen liittyviä käyttäytymisongelmia. Tutkimuksen mukaan myös kouluissa työskentelevät avustavat ammattilaiset voisivat hyötyä lyhyiden, vahvuuksiin perustuvien lähestymistapojen, kuten ratkaisukeskeisen lyhytterapian, koulutuksesta. (Franklin ym. 2008.)

Novellan ym. Vuonna 2020 tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että ratkaisukeskeisestä lyhytterapiasta oli hyötyä ahdistuksen hoidossa etätapaamisina toteutettuna. Ahdistuksen oireilu väheni tulosten mukaan merkittävästi yliopisto-opiskelijoilla.

Ratkaisukeskeistä lyhytterapiaa käytettiin kouluympäristössä rakentamalla käyttäytymistehtäviä, joiden avulla saavutettiin nopeasti ratkaisuja nuorten ongelmiin. Tällaisessa terapiassa keskityttiin epätoivon ja puutteiden sijaan toivoon ja potentiaaliin mahdollisuuksiin. Tämä loi tuomitsemattoman

ilmapiirin, joka mahdollisti avoimen vuoropuhelun. Ratkaisukeskeinen lyhytterapia osoittautui tehokkaaksi ja lisäsi opiskelijoiden koulumenestymistä. (Novellan ym. 2020, 1165)

Viimeisten kahden vuosikymmenen aikana tehdyt tutkimukset korostavat, että on tärkeää kehittää interventioita, jotka parantavat riskiryhmään kuuluvien opiskelijoiden akateemista menestystä ja hyvinvointia. Ratkaisukeskeisellä lyhytterapialla on potentiaalia helpottaa riskiryhmään kuuluvien yläasteen oppilaiden psyykkisiä ongelmia, vahvistaa heidän itsetuntoaan ja lisätä koulumenestystä. (Newsome 2005, 82)

Ratkaisukeskeisen lyhytterapian vaikuttavuudesta tehdyssä tutkimuksessa The American Journal of Family Therapy -lehti julkaisi tammikuussa 2022 tutkimuksen ratkaisukeskeisen lyhytterapian vaikuttavuudesta ja tuloksista (SFBT-Solution-focused Brief Therapy). Tutkimusdataa kerättiin laajasti mm. psykoterapiasta, valmennuksesta, kouluista ja korkeakouluista, lastensuojelusta, sekä yhteisöjen ja organisaatioiden parista. Tutkimus koostui 251 julkaisusta, joissa raportoitiin SFBT:n vaikuttavuutta. Suurimmassa osassa tutkimuksista (86,3%) SFBT:llä todennettiin olevan positiivisia vaikutuksia (Neipp & McNabb. 2022, 15)

4 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennusmallin ja käsikirjan kehittäminen

Ratkaisukeskeisen kouluvalmennusmallin ja käsikirjan kehittäminen toteutettiin toimintatutkimuksena kansallisen Sitouttava koulu yhteistyö -hankkeen yhteydessä. Toimintatutkimuksessa pyrkimyksenä on, esimerkiksi intervention kautta, saada uutta tietoa käytäntöön, ja toimintatutkimuksessa on usein konkreettinen tuotos, esimerkiksi työkirja (Kuula 2006).

Toimintatutkimuksen tarkoituksena on, että tutkimuksen tekijä pääsee olemaan aktiivisena osana luomassa uutta toimintaa tai toimintamallia (Kuula 2006). Tässä kehittämishankkeessa tutkimuksen tekijä pääsi päivätyönään paraatipaikalle kehittämään, testaamaan ja luomaan uutta Tuuscoaching-toimintamallia Tuusulan kunnalle.

Aloite toimintatutkimukseen tulee yleensä aiemmissa tutkimuksissa havaituista ongelmista ja niiden ratkaisutarpeista. Mutta on myös mahdollista ja usein myös todennäköisempää, että tutkimuskohde itse tai sitä edustava järjestö tai vastaava on tutkimuksen aloitteentekijänä, kuten oli Tuusulan kunnan tilaustarve luoda uusi matalankynnyksenmalli koulunuorten auttamiseksi. (Kuula 2006)

Toimintatutkimuksessa on tärkeää tutkimisen kautta pyrkiä mahdollisimman reaaliaikaisesti erilaisten asiointilojen muutokseen edistämällä ja parantamalla niitä. Tärkeää on kuitenkin tiedostaa sekin, että kyseessä on myös tutkimus. Toimintatutkimuksessa tarkoituksena on tuottaa aineistoa ja sen pohjalta uutta tietoa, vaikka kehitetyt ja luodut käytännön muutokset eivät onnistuisikaan. (Kuula 2006)

Kehittämiprojektissa kaikki kehittäminen perustuu yhdessä työskentelyyn, toiminnassa oppimiseen ja jatkuvaan reflektioon (Salonen ym. 2017, 53). Kehittämiprojektien tärkeänä tavoitteena on etenemisen lineaarisuus. Suunnittelussa muodostetaan uusia työskentelymalleja ja tapoja, joiden toimivuutta havainnoidaan ja tutkitaan. Havainnointia ja tutkimusta tehdään

säännöllisesti, jotta tiedetään miten projekti on edennyt ja miten korjausliikkeet on huomioitu. (Salonen ym. 2017, 40 & 50 – 53.)

Kehittämiprojektit etenevät usein selkeään lineaarisesti. Projektille syntyy tarve joka perustellaan ja jota seuraa ideointivaihe. Ideoinnin jälkeen tehdään projektisuunnitelma, joka mahdollistaa jalkauttamisen ja testaamisen.

Jalkauttamisen aikana tuotosta tarkastellaan ja sen vaikuttavuutta arvioidaan.

Arvioinnin ja mahdollisten muutosten jälkeen on vuorossa toimintamallin levittäminen. (Salonen ym. 2017, 50 – 52.)

4.1 Kehittämiprojektin aikataulu

Kehittämiprojekti ajoittui vuosille 2021-2023. Kehittämiprojektin työstäminen alkoi syyskuussa 2021 aloittaessani työskentelyn Tuusulan kunnalla kouluvalmentajana. Syyslukukaudella 2021 kehittämiprojektin projektipäällikkö kävi ensimmäisiä keskusteluja kunnan kasvun ja oppimisen tuen päällikön kanssa kehittämiprojektista. Tuusulan kunnan toiveena oli luoda uudelle ammattinimikkeelle kunnan oma toimintamalli, johon kunnan kaksi palkattua kouluvalmentajaa saisivat vaikuttaa koulutustaustoillaan. Lisäksi toimintamallista toivottiin käsikirjaa, joka toteutettiin tämän kehittämiprojektin tuotoksena. Tuusulan kunta esitti tavoitteeksi käsikirjan valmistumiselle kesäkuun 2022. Käsikirjan lisäksi tähän opinnäytetyöhön tehtiin kysely koulujen henkilökunnalle ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen merkityksellisyydestä.

Omat haasteensa kehittämiprojektin aikatauluun toivat työn tilaajan asettama aikataulupaine ja projektipäällikön työpaikan vaihtuminen, mikä luonnollisesti hidasti lineaarista kehittämiprojektin etenemistä. Opinnäytetyön tekijän oli mukautettava omia opiskeluaikataulujaan projektin etenemisen mukaisesti.

Kehittämiprojektin tuotoksen valmistumisen seurannasta vastasi Tuusulan kunnan kasvun ja oppimisen tuen päällikkö Helena Palola. Käsikirjan varhaisia versioita luetutettiin myös muilla yhteistyössä mukana olleilla tahoilla, kuten

oppilashuollon jäsenillä. Kehittämiprojektin projektipäällikkö sekä opettajatutor ovat olleet projektin aikana useasti yhteydessä projektin etenemisestä. Kehittämiprojekti esiteltiin TALK-seminaarissa keväällä 2024.

4.2 Kehittämiprojektin vaiheet

Käsikirjan luominen alkoi jo syyslukukaudella 2021 kehittämiprojektikunnan toiveesta ja tavoitteesta saada käsikirja valmiiksi kesäkuussa 2022, jotta tätä päästäisiin jo syyslukukaudelle 2022 levittämään kunnassa. Tuusulan mallin suuntauksena oli ratkaisukeskeinen työskentely nuorten kanssa ja spesifioituna erityisesti koulumaailmassa. Kouluihin enenevässä määrin palkattuja opetushenkilöstöön kuulumattomien aikuisten työskentelyotteissa ei tämänkaltaista työmuotoa ole ennen ollut ja ratkaisukeskeisillä menetelmillä pystytäänkin saamaan jo yhdessä kerrassa apua haastavaan tilanteeseen. Käsikirjaa lähdettiin luomaan ratkaisukeskeisen rungon ympärille ja sen lähteinä käytettiin ratkaisukeskeisen lyhytterapian kirjallisuutta. Lisäksi sitä tehdessä konsultoitiin Iso-Britanialaista psykoterapeutti John Hendeniä, joka antoi mm. luvan ”5 o'clock”-työkalun käyttöön käsikirjassa, sekä sen teorian avaamiseen. Käsikirjan ensimmäinen versio toimitettiin keväällä 2022 ensimmäiselle kierrokselle kommentoitavaksi ja korjailtavaksi. Käsikirja lähetettiin koulujen rehtoreille, vararehtoreille, oppilashuollon jäsenille sekä muutamille yhteistyötaholle, joiden kanssa kouluvalmentajat pääsääntöisesti työskentelivät (kasvun- ja oppimisentuen päällikkö, perustason psykiatriset sairaanhoitajat, opinto-ohjaajat). Palautteiden perusteella käsikirjaan tehtiin korjauksia ja käsikirjan lopullinen versio palautettiin kesäkuun 2022 puolella välissä.

Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirjaa pilotoitiin Tuusulan kunnassa syyskuusta 2021 huhtikuuhun 2023. Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja löytyy myös sähköisessä muodossa kunnan perehdytysmateriaaleista. Käsikirja antaa ratkaisukeskeisiä työkaluja nuorten kanssa työskentelyyn.

Vaikka käsikirja luotiin alunperin koulumaailmaan, siitä voi hyötyä myös moni sosiaali- ja terveysalan ammattilainen.

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyneestä Tuuscoaching-käsikirjasta tehtiin kaksi versiota ennen viimeistä versiota ja sen levittämistä. Käsikirjan ensimmäinen ja toinen versio kiersivät palautekierroksella, oikoluettavana ja kommentoitavana. Palaute käsikirjasta kerättiin sähköpostitse, sekä kasvotusten järjestetyissä palautekeskusteluissa. Näiden palautteiden ja korjausehdotusten perusteella tehtiin viimeinen versio, jota päästiin elokuussa 2022 levittämään. Palautekierrosten kommentit olivat positiivisia ja viittasivat siihen, että valmista käsikirjaa odotettiin kentälle jo kovasti. Palautteen mukaan käsikirja antaa selkeän kuvan uuden työskentelymuodon perusteista. Palautekierrosten aikaiset kommentit liittyivät lähes kaikki käsikirjan visuaalisiin parannusehdotuksiin, sekä oikoluvun kautta tulleisiin korjausehdotuksiin.

Käsikirja syntyi hyödyntämällä teoriatietoa ratkaisukeskeisestä lyhytterapiasta ja pilotoimalla sitä aktiivisesti kentällä nuorten ja oppilashuollon jäsenten kanssa. Tuuscoaching-ratkaisukeskeisen käsikirjan kehittämistä pilotoitiin hankkeen aikana. Valmis käsikirja toimii kouluvalmentajien sekä muiden nuorten parissa työskentelevien perehdytysmateriaalina Tuusulan kunnassa. Projektipäällikön esihenkilö (kunnan oppimisen- ja tuen päällikkö) oli vahvasti mukana käsikirjaa pilotoitaessa.

Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirjan kehittämisen vaiheet, sekä kehittämiprojektin vaiheet on esitetty kaaviona liitteessä neljä. (LIITE 3)

4.3 Aineistonkeruu

Opinnäytetyön aineistoa kerättiin tasaisesti koko kehittämishankkeen ajan. Ensimmäinen aineiston keruu tehtiin Tuuscoaching-käsikirjaa varten ja tätä samaa aineistoa on myös pystytty hyödyntämään opinnäytetyön

kirjoittamisessa. Aineiston haussa käytettiin suurimmaksi osin tietokantoja, sekä laaja-alaista lähdekirjallisuutta. Tietokannoista Finna, Pubmed, sekä Medic olivat käytössä, ja lähteiden haku rajattiin maksuttomiin tietokantoihin ja lähteisiin. Asiasanoina lähteiden etsinnässä käytettiin sanastoa, jolla saatiin selville ratkaisukeskeisten työotteiden käyttö koulumaailmassa ja erityisesti nuorten parissa. Haasteena lähteiden hankkimisessa ja hakusanojen rajaamisessa oli se, ettei hakusanoilla luoda liian isoja tai toisaalta liian pieniä ja spesifejä hakuotantoja ja tuloksia.

Tiedonhaun jälkeen aineistoa karsittiin niin, että jäljelle jäi aineistoa, josta pystyttiin saamaan tukea ja runkoa, niin ratkaisukeskeisen kouluvalmentajatyön käsikirjaan kuin opinnäytetyöhön. Tiedonhaussa aineistoa otettiin jatkoon tai hylättiin otsikoiden ja tiivistelmien mukaan tai lähteen maksullisuuden perusteella.

Aineiston keruu ratkaisukeskeisen kouluvalmennustyön merkityksellisyydestä toteutettiin puolistrukturoidulla kyselylomakkeella, joka lähetettiin sähköpostitse kahdellekymmenelle kouluhenkilökunnan jäsenelle. Kyselyyn osallistujat valikoituivat sillä perusteella, keiden kanssa ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat työskentelivät eniten koulumaailmassa. Tähän joukkoon kuului mm. rehtoreita, vararehtoreita, opinto-ohjaajia, kuraattoreita, kouluspsykologeja, terveydenhoitajia ja kasvatusohjaajia. Puolistrukturoitu kyselytutkimus sopi tähän kehittämisprojektiin hyvin, sillä sen avulla saatiin tietoa yksittäisten henkilöiden ajatuksista, tuntemuksista ja kokemuksista tutkittavasta aiheesta. Kyselylomakkeen avulla saatiin tutkittavien mielipide kuulluksi. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47-48). Teemakyselyn aihepiiriksi kohdentui ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen merkityksellisyys tulevaisuudessa osana oppilashuoltoa.

Puolistrukturoidulla teemakyselyllä haluttiin varmistaa se, että vastaajien eri näkökulmat ja ajatukset kehittämisprojektista saatiin kartoitettua ja ettei kysely ohjailisi heitä vastaamaan tietyllä tavalla. Kyselylomake oli jokaiselle vastaajalle

sama, vaikka vastaajissa olikin eri ammattikuntien edustajia. Kyselyllä saatiin vastaajien omat näkemykset selville kehittämisprojektista, mutta kuitenkin niin, että kehittämisprojektin projektipäällikkö oli valinnut itselleen keskeiset kysymykset, joita halusi saada selville projektista. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47-48)

Kyselytutkimuksen kysymykset pohjautuivat ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien työn merkityksellisyyteen koululaisten psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa. Kyselytutkimuksen tarkoituksena oli etsiä vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Mitä hyötyjä ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat toisivat oppilaiden psyykkiselle hyvinvoinnille?
2. Minkälaisia haasteita liittyy ratkaisukeskeisen kouluvalmentajan palkkaamiseen osaksi koulujen henkilökuntaa?

Kyselyssä kerättiin palautetta ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien työn hyödyistä ja vaikuttavuudesta. Kyselyn vastaukset eivät vaikuttaneet Tuuscoaching- malliin, mutta niistä oli hyötyä Tuusulan kunnalle sen pohtiessa kouluvalmentajien palkkaamista. Kyselylomake lähetettiin kohderyhmälle lokakuussa 2023. Kyselylomake löytyy liitteistä (LIITE 2).

4.4 Aineiston analysointi

Aineisto analysoitiin induktiivisesti etenemällä yksittäisistä havainnoista yleisempiin luokkiin (Eskola & Suoranta 1998, 83; Hirsjärvi ym. 2004, 155). Induktiivisessa päättelyssä ei ole mahdollista tehdä päättelyitä ilman ennakkokäsitystä tutkittavasta aiheesta. Aineistolähtöinen tutkimus on vaikeaa toteuttaa jo siksi, että havainnot ovat teorialähtöisiä ja kyselyt, menetelmät sekä käsitteet ovat tutkijan asettamia. (Tuomi & Sarajarvi 2002, 98.)

Induktiivisessa analyysissä on keskeistä aineistolähtöisyys. Aineiston analysointi on monivaiheista alkaen erittelystä ja luokittelusta. Aineisto luokiteltiin vastauksista nousseiden teemojen perusteella (Hirsjärvi & Hurme 2008, 173; Tuomi & Sarajärvi 2018).

Luokittelun avulla aineistosta pyrittiin löytämään ilmiöitä ja asioita, jotka olisivat vastaajille yhteisiä. Tällaisia luokkia olivat esimerkiksi nuorten käytössä olevat sosiaalisen median sovellukset, niiden käyttömotiivit ja sosiaalisen median käytön aiheuttamat tunteet. Aineistosta pyrittiin myös tunnistamaan mahdollisia vastakohtia, esimerkiksi sosiaalisen median käyttömotiiveihin tai käytön aiheuttamiin tuntemuksiin liittyen.

Tämän kehittämissuorituksen aineiston analysoinnissa käytettiin induktiivista päättelyä. Induktiivista päättelyä on kuitenkin haastava toteuttaa täysin puhtasoppisesti, sillä se pohjautuu havaintojen kuvaamiseen ilman ennakkokäsityksiä tutkittavasta aiheesta. Sisällön analyysin avulla pyrittiin saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus yleisessä ja tiivistetyssä muodossa. Analyysissä pyrittiin kuvaamaan vastaajien merkitysmaailmaa. Luokittelun avulla tekstimateriaali järjestettiin sisällön mukaan edeten yksittäisistä havainnoista yleisempiin tarkastellen sellaisia piirteitä, jotka nousivat esille usean vastaajan kirjauksista. Aineistoa analysoitaessa tutkija tiedosti sen, että analyysin perusteella esille nousevat luokat pohjautuvat aina tutkijan tulkintoihin kyselyyn osallistujien vastauksista. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 173; Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Lopuksi aineisto luettiin vielä huolellisesti läpi varmistaen, että saatiin vastaukset tutkimuskysymyksiin (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2006). Analyysin synteessissä pyritään luomaan kokonaiskuva aineistosta ja esittämään tutkittava ilmiö uudenaikaisessa perspektiivissä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 135 – 143.)

Aineistoanalyysin avulla tutkija lisää aineiston informaatioarvoa: hän tiivistää aineistoa ja tulkitsee sitä. Lopulta tutkijalla tulisi olla tuloksina muutakin kuin sanatarkat vastaukset kyselystä.

Aineistolähtöinen analyysi saattaa vaikuttaa sattumanvaraiselta ja intuitiiviselta. Tutkijan on kuitenkin tarkoitus reflektoida tekojaan, arvioida tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä siten, että lukija saa tietoa tutkimuksen taustoista ja tutkimusprosessin aikana tehdyistä valinnoista. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2006.)

4.5 Tuuscoaching – ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen malli

Kehittämiprojektin tuloksena syntyi Tuusulan oma Tuuscoaching -ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja. Käsikirja alkaa johdannolla ja lyhyellä alustuksella ratkaisukeskeiseen lähestymistapaan. Tämän jälkeen käsikirjassa avataan Tuusulan oman Tuuscoaching-mallin filosofiaa, sekä englantilaisen psykoterapeutti Johh Hendenin ”kello viiden sääntöä” tapaamisiin (John Henden Consultancy 2022). Käsikirjassa kuvataan projektissa kehitettyä Tuusulaan luotua 9T:n interventiomallia nuorten kanssa työskentelyyn. Käsikirjassa on avattu lyhyesti myös tutkimustuloksia ratkaisukeskeisen työskentelytavan hyödyistä (aikaisempi kirjallisuus), esimerkkitaulukoita työskentelyn aloittamisesta (projektissa kehitetty), yksilötyön hyödyistä (aikaisempi kirjallisuus) sekä kouluvalmentajan vuosikellosta (projektissa kehitetty). Käsikirjan loppuun on liitetty Tuusulan malliin luotu haastattelulomake (projektissa luotu), jota käytetään tapaamisten pohjana sekä hyödyllisiä yhteystietoja nuorelle ja hänen kanssaan työskentelevälle. Tuuscoaching -ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen malli löytyy opinnäytetyön liitteistä. (LIITE 1)

5 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen merkityksellisyys

Tämän opinnäytetyön tulosten perusteella ratkaisukeskeisellä työotteella voisi olla hyvinkin jalansijansa koulumaailmassa. Matalan kynnyksen interventiomalleja testataan hankkein ja pilotein ja niille näyttäisi löytyvän tarvetta erityisesti mielenterveysongelmien merkittävän lisääntymisen vuoksi. Valtakunnallisen Sitouttavan koulu yhteistyön ansiosta perusopetuslakiin saatiin lakipykälä poissaolojen seurantaan (OKM), mutta vielä tarvitaan lisää aikuisia, joilla olisi keinoja auttaa nuoria mielenterveysoireilussa.

Kehittämisprojektin yhteydessä toteutettu kysely antaa viitteitä siitä, että juuri tällaisille lisää aikuisille olisi kysyntää koulumaailmassa. Tuuscoaching-käsikirja luotiin ensisijaisesti Tuusulan kunnan tarpeeseen, mutta jo hankkeen aikana Tuusulan ympäryskunnista osoitettiin kiinnostusta käsikirjaan ja toimintamalliin.

5.1 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen hyödyt oppilaalle

Tulosten perusteella ratkaisukeskeisille kouluvalmentajille nähtiin tarvetta koulumaailmassa. Vastauksissa painottuu nuorten psyykinen pahoinvointi ja sen vaikutukset poissaoloihin, opiskelumotivaatioon ja jopa koulupudokkuuteen. Vastauksissa korostui tarve lisää aikuisille, esimerkiksi ratkaisukeskeisille kouluvalmentajille. Merkittäväksi pohdinnan kohteeksi nousivat taloudelliset haasteet. Kuinka monta kouluvalmentajaa olisi mahdollista palkata Tuusulan kokoiseen kuntaan? Toisena pohdinnan kohteena oli kouluvalmentajan työskentelyn painopiste. Osa vastaajista toivoi työskentelyn olevan preventiivistä (ennaltaehkäisevää) ja osa toivoi sen olevan reaktiivista (hetkessä tapahtuva välitön toiminta). Lisää aikuisen tarve koettiin loistavaksi lisäksi ja osaksi koulujen henkilökuntaa ja oppilashuoltoa.

Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen hyötyjä oppilaalle olivat: aika nuorelle, matalan kynnyksen apu, nopea reagointi ja motivaation lisääminen.

Ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien työskentelyssä nuori pidettiin tapaamisen keskiössä. Jos nuori koki viidentoista minuutin tapaamisen jälkeen saaneensa tapaamisesta jo tarpeeksi, tuli tätä kunnioittaa eikä pitkittää tapaamista väkisin. Tapaamisista oli apua myös haastavissa ongelmatilanteissa, mm. kyettiin löytämään motivaatiota omaan opiskeluun.

Seuraavassa esimerkkejä ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen hyödyistä:

” Kouluvalmentajan työskentelyllä on ollut positiivista vaikutusta nuorten kanssa työskentelyssä - mahdollisuus tukea ja keskustella myös opetuksen ulkopuolella olevista asioista on tärkeä. Tässä on mahdollisuus huomioida paremmin oppilas kokonaisuutena ja työskentely täydentää mm. perheohjaajien työtä. Uskallus tulla kouluun kasvaa ja positiivinen palaute pienistäkin asioista ja henkilökohtaisista onnistumisista ja yrityksistä motivoi ja vahvistaa itsetuntoa. Nuorta myös autetaan ottamaan vastuuta omista valinnoistaan ja toimimaan!”

” Ratkaisukeskeinen kouluvalmentaja on tärkeä ja merkittävä lisäresurssi moniammatilliseen opiskeluhoitoon!”

” Ratkaisukeskeinen kouluvalmentaja on matalan kynnyksen tuki, joka on helposti tavoitettavissa sellaisiin yksilöllisen opiskeluhoitoon tarpeisiin, joilla pyritään välttämään virallinen opiskeluhoitoon puuttuminen. Nopea mahdollisuus reagoida, ettei asiat pääse pitkittyessään enempää mutkistumaan.”

5.2 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennustyön haasteet

Suurimpina haasteina ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien työskentelyssä koettiin taloudelliset syyt, lyhytaikainen hanke, sekä kirjaamisvelvoite.

Tuusulan kunnalla työskenteli neljällä koululla kasvatusohjaaja, joiden nimike vaihdettiin hankkeen aikana kouluvalmentajaksi (8/2023). Kasvatusohjaajan työ oli koulunuorisotyön tyyppistä työskentelyä ja sen painopiste oli yhteisöllisessä toiminnassa. Kunnassa oli siis hankkeen loppuvaiheessa kahdella erilaisella toimintamallilla työskenteleviä kouluvalmentajia.

Tuloksissa painottuu taloudellinen tilanne, halu pitää kasvatusohjaajat viroissaan ja mahdottomuus palkata ratkaisukeskeisiä kouluvalmentajia lisäksi. Muutama kyselyyn vastaaja toivoi oppilashuoltoon psykiatrista sairaanhoitajaa, joka voisi hyödyntää Tuuscoaching-mallia työssään.

Hanketyöntekijöinä ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat eivät virallisesti kuuluneet oppilashuoltoon. Tämä loi haastetta esimerkiksi kirjaamisien suhteen, sillä kouluvalmentajat eivät pääseet oppilashuollon tietojärjestelmiin tekemään kirjauksia. Tapaamisten merkinnät tapahtuivat Wilma-oppilastietojärjestelmään, johon puolestaan oppilashuolto ei päässyt. Tieto toki kulki ammattilaiselta toiselle, mutta yhtenäinen asiakastietojärjestelmä helpottaisi tätä työskentelyä.

Seuraavassa esimerkkejä ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen haasteista:

”Tuen tarvitsijoita on paljon, otetaanko apua vastaan, osataanko koulussa hyödyntää uutta ammattilaista osaamista!”

” Heitä (kouluvalmentajia) on ehdottomasti liian vähän. Jotkut opettajat eivät koe heitä tarpeellisiksi, mutta en kyllä keksi, kuka näin ajattelisi.”

” Kun puuttuu virallisen opiskeluhuollon henkilöstön status, voi olla tiedonsaanti-
tmv. vaikeuksia sosiaalitoimen kanssa tai oppilaiden huoltajat suhtautuvat
jotenkin ”kevyesti.”

5.3 Ratkaisukeskeinen kouluvalmentaja, oppilaiden hyvinvoinnin edistäjänä

Ratkaisukeskeisiä kouluvalmentajia pidettiin kyselyn perusteella arvokkaina terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä kouluissa. Kyselyssä ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien tukea pidettiin hyvänä lisänä oppilaalle ja että sen oikea-aikaisuudella on saatu apua ennen kuin haasteet ovat käyneet liian suuriksi. Eräässä vastauksessa keuhuttiin ratkaisukeskeisen kouluvalmentajan palveluja ennakkoluulottomina ja helposti saavutettavina. Ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat saivat kyselyssä kehuja vaikeidenkin asioiden esiin nostamisesta ja siitä, kuinka oppilas kohdataan tuomitsematta ja arvostetaan häntä oman itsensä asiantuntijana.

Seuraavassa esimerkki oppilaan terveyden edistymisestä:

” Esim. yhden oppilaan kanssa saatiin koulunkäynti - vaikka epäsäännöllisestikin - jatkumaan. Ilman interventiota olisi kaveri jäänyt hyvin todennäköisesti kokonaan kotiin.”

5.4 Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen tulevaisuus osana koulujen oppilashuoltoa

Ratkaisukeskeinen kouluvalmennus koettiin lähes yksimielisesti hyödylliseksi lisäksi tulevaisuudessa osana oppilashuoltoa. Haasteiksi mainitut taloudelliset seikat voisi jatkossa huomioida esimerkiksi niin, että koulun henkilökuntaa koulutettaisiin ratkaisukeskeisten työkalujen käyttöön. Tuuscoaching-käsikirjaa voisi tarjota koulutuksen pohjaksi oppilashuollolle, opettajille ja kasvatusohjaajille.

”Ehdottomasti näen ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen osana tulevaisuuden oppilashuoltoa. Tarvitaan vain enää rahaa ja selkeä rakenne siitä, työskenteleekö kouluvalmentaja osana oppilashuoltoa!”

6 Opinnäytetyön arviointi

Kehittämiprojektissa arvioidaan projektille asetettuja tavoitteita, niiden saavuttamista ja vaikuttavuutta ja aikataulua. Vaikuttavuutta arvioitaessa on huomioitava, että tulokset voivat tulla esille vasta pitkän ajan kuluttua projektin päättymisen jälkeen. Kehittämiprojektien yhtenä haasteena onkin löytää vastaus sille, millainen lopputulos olisi ollut ilman tätä hanketta. (Matinheikki J. 2023)

Tässä kehittämiprojektissa ei voida pohtia sitä, minkälaisia tuloksia olisi saatu ilman ratkaisukeskeisiä kouluvalmentajia, koska tässä projektissa ei käytetty verrokkiryhmiä. Verrokkiryhmät olisivat mahdollistaneet vertailut niiden koulujen välillä, joissa on ollut kouluvalmentajia ja joissa ei ole ollut kouluvalmentajia. Mielenkiintoista olisi ollut verrata mahdollisia eroja esimerkiksi koulupudokkuusuhassa olevien nuorten auttamisessa. Jatkotutkimuksia ajatellen tätä olisikin syytä tutkia lisää. Kehittämistyön tuotoksena syntyneen käsikirjan arviointiin ja palautteen antamiseen osallistui eri asemilla koulussa työskenteleviä ammattilaisia. Kyselyyn vastanneiden ikähaitari oli noin 30 vuodesta 60 vuoteen. Kyselyn vastauksista ei pystynyt tarkasti tulkitsemaan, miten vastaajan ikä tai asema varsinaisesti olisi vaikuttanut vastaukseen. Rivien välistä tehdyllä päättelyllä ja toki työelämässä kentällä kuullusta keskustelusta voi tehdä johtopäätöksiä, mitä mieltä uudesta ammattinimikkeestä koulumaailmassa ollaan, mutta tämä on pelkkää spekulatiota, eikä se näin ollen tässä työssä näy eikä olisi edes tutkimuseettisesti korrektia.

Kehittämiprojektia arvioitiin sen jokaisessa vaiheessa. Arvioinnissa käytettiin itsearviointia ja asiantuntija-arviointia. Projektipäällikkönä itsearviointia tehtiin kehittämiprojektin aikana tehdystä työstä, aineiston keruusta, tutkimuksen eettisyydestä ja luotettavuudesta ja aikatauluista.

6.1 Kehittämiprojektin etenemisen arviointi

Projektin etenemisen haasteena olivat aikataulujen yhteensovittamiset. Työssä priorisoitiin käsikirjan valmistuminen Tuusulan kunnan toiveiden mukaisesti. Kyselytutkimus koulun henkilökunnalle toteutettiin käsikirjan valmistumisen jälkeen. Kyselyn tulokset tukivat käsikirjan sisältöä eikä käsikirjaan tehty kyselytutkimuksen jälkeen muutoksia.

Päivätyötä hanketyöntekijänä ja kehittämiprojektia oli ajoittain haastavaa edistää rintarinnan. Haasteet aiheuttivat osin projektin viivästymistä, mutta käsikirja valmistui aikataulussa ja se saatiin käyttöön tavoitteen mukaisesti. Työ- ja hankekuviot sekä työpaikan vaihto ennen kehittämiprojektin valmistumista vaikuttivat opinnäytetyön viivästymiseen.

6.2 Kehittämismenetelmät ja niiden arviointi

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyi ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja.

Kehittämiprojektissa hyödynnettiin konstruktiiivisen tutkimuksen periaatteita. Konstruktiiivisin mukaisesti kehittämiprojektin pyrkimyksenä oli luoda uusi tapa toimia ongelmatilanteissa luomalla konkreettinen työkalu edistämään koululaisten psyykkistä hyvinvointia. Uutta työkalua kehitettäessä hyödynnettiin olemassa olevaa tietoa ratkaisukeskeisestä työskentelystä nuorten parissa ja aikaisempaa tutkimusta. Konstruktiiivisessa tutkimuksessa kehittämiprojektin kohteena olevat ovat keskeisessä roolissa, kun luodaan uutta toimintaa. Hyvä vuorovaikutus kehittämiprojektissa työskentelevien välillä on keskeistä, jotta vuoropuhe projektin suunnittelusta ja toteutuksesta on yhtenevää. Käsikirjan sisällöstä käytiin vuoropuhelua projektikoordinaattorin ja esihenkilön välillä koko käsikirjan valmistelun ajan. Kunnan työntekijät osallistuvat käsikirjan tekoon antamalla palautetta käsikirjan sisällöstä sen eri vaiheissa. (Ojasalo ym. 2015, 65.)

Kehittämiprojektin tuloksena syntynyt käsikirja kehitettiin konkreettiseksi työkaluksi ja oppaaksi Tuusulan kunnalle. Käsikirja toteutettiin ensisijaisesti kunnan tilauksesta, kunnan tarpeisiin ja kunnan aikataulua noudattaen. Käsikirja valmistui ajallaan ja siinä kehitettyä ratkaisukeskeistä terapiaa hyödynnettiin kouluvalmentajien toimesta.

6.3 Kehittämiprojektin vahvuudet ja heikkoudet

Kehittämiprojektia arvioitaessa on tärkeää listata tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 345). Tämän kehittämiprojektin vahvuutena oli tutkijan vahva käytännön osaaminen ongelmanuorten kanssa työskentelyssä.

Tuuscoaching-opas keräsi jo palautteenantokierroksella kiitoksia useilta eri tahoilta ja ammattilaisilta, jotka työskentelevät nuorten kanssa. Käsikirjan roolia arvostettiin erityisesti perehdytysmateriaalina.

Vastaajia ratkaisukeskeisen kouluvalmennustyön kyselyyn oli kymmenen, mikä on kahdenkymmenen henkilön otannasta puolet. Vastaukset olivat kuitenkin monipuolisia ja kerätyn aineiston avulla saatiin vastaukset tutkimuskysymyksiin.

Kehittämiprojektin epätavallinen järjestys tehdä ensin käsikirja valmiiksi ja vasta sen jälkeen rakentaa teoriaosuus ja toteuttaa tutkimus projektin ympärille sai ajoittain aikaan punaisen langan katoamisen opinnäytetyön työstämisessä.

6.4 Kehittämiprojektin vaikuttavuuden arviointi

Tämän kehittämiprojektin vaikuttavuuden arvioinnissa hyödynnettiin Pekka Kettusen tutkimusraporttia. Vaikuttavuuden arvioinnissa on keskeistä vastata kysymykseen uuden palvelun hyödyllisyydestä ja siitä, miten se voi parantaa koulujen oppilashuoltoa ja auttaa nuoria. (Kettunen. 2013.)

Tarve ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen mallille syntyi käytännön tarpeesta vähentää nuorten psyykkistä pahoinvointia, ehkäistä koulupudokkuutta ja tukea ja edistää koululaisten hyvinvointia. Kyselytutkimuksen tulokset osoittavat, että ratkaisukeskeisillä työkaluilla ja ajatusmalleilla pystytään nopeasti ja tehokkaasti auttamaan psyykkisesti oireilevia nuoria.

Tuusulan malli on herättänyt huomiota myös kansallisesti ja siitä on julkaistu artikkeli Sairaanhoidaja-lehdessä (2023). Artikkelissa on kuvattu ratkaisukeskeisen kouluvalmennusmallin luomista ja jalkautumista osaksi Tuusulan yläkoulujen oppilashuoltoa. Lehti-artikkeliin pääsy on osoitus tehdyn työn arvostuksesta ja tärkeydestä. Se on myös omiaan lisäämään projektin tunnettavuutta ja näin lisäämään ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen vaikuttavuutta.

6.5 Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi

Kehittämiprojektin kysely lähetettiin kahdellekymmenelle koulussa työskentelevälle aikuiselle. Kyselyn vastaanottajiksi valikoitui koulujen henkilökuntaa, joiden kanssa kouluvalmentajat arjessa eniten tekivät yhteistyötä. Kyselylinkki lähetettiin sähköpostitse kyselyn kohdehenkilöille. Viestissä kerrottiin, että vastaaminen on vapaaehtoista ja että henkilötiedot pysyvät salassa. Ohjeistuksessa painotettiin, että kaikki tunnistetiedot (sukupuoli, virka-asema yms.) häilytetään. Vastaajat eivät myöskään tieneet keille muille kysely lähetettiin, sillä lähetetty viesti oli osoitettu aina yksillöllisesti kullekin vastaajalle. Sähköiset vastaustulokset poistettiin kehittämiprojektin valmistuttua.

Kehittämiprojektin kyselyllä haettiin vastauksia uudenlaisen koulun lisäaikuisen tarpeellisuudesta ja ratkaisukeskeisten työkalujen käytöstä apuna nuorten kanssa työskentelyssä.

Kyselyyn vastasi kymmenen kahdestakymmenestä kyselyyn kutsutusta. Projektikoordinaattorin työskentelyn loppuminen hankekunnassa vaikutti siihen, ettei kyselyä tehty paikan päällä, vaan se suoritettiin sähköpostitse lähetetyn kyselylinkin kautta. Kehittämiprojektin lopun aikataulu oli tiukka, joten laajempaan tutkimusjoukkoa ei lähdetty haalimaan, vaan kymmenen vastanneen henkilön tuloksia analysointiin tässä kehittämissuorituksessa.

Tämän kehittämissuorituksen luotettavuutta, uskottavuutta ja pätevyyttä pyrittiin tarkastelemaan kriittisesti. Arviointi on osa kokonaisvaltaista kriittistä tarkastelua tämänkaltaisissa kehittämissuorituksissa ja niihin tulisikin suhtautua uteliasuudella sekä skeptisyydellä. Laadullisen kehittämissuorituksen reflektointi eli oman toiminnan kriittinen analysointi on tärkeää ja tämän kehittämissuorituksen kohdalla se tuotti välillä haasteita, sillä projektipäällikkö työskenteli suurimman osan projektin ajasta hankekunnalle, eikä näin ollen aina pystynyt olemaan puolueeton. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2006.)

Kehittämissuoritusta tehdessä varmistettiin, että projektin kyselyyn osallistujat saivat tutkimukseen osallistumisestaan kattavan informaation ja oleellisen tiedon siitä, mihin heidän vastauksiaan käytetään. Tutkimustietojen käsittelyssä kaksi keskeistä käsitettä ovat *luottamuksellisuus* ja *anonymiteetti*. Kyselyyn vastaajille painotettiin myös, että kyselyyn vastaaminen oli täysin vapaaehtoista. Kehittämissuorituksen kyselyä tehdessä kyselyyn vastaajille ilmoitettiin, että mahdollisesti esiin tulevat tunnistettavat tiedot hävitettäisiin. Kyselyyn annettiin riittävästi aikaa ja kehittämissuorituksen raportointi pyrittiin valmistelemaan huolella (Hirsjärvi ym. 2004, 26-27).

7 Pohdinta

Nuorten pahoinvointi on ajankohtainen aihe uutisoinnissa tänä päivänä. Pahoinvoinnin oireina esiintyy mm. jengitymisiä, roadmanejia, päihteiden ja huumeiden käyttöä ja niiden välittämistä. Tämän tutkimuksen kyselytulosten perusteella lisääaikuisia tarvitaan kouluihin ja heistä koetaan olevan hyötyä. Tulokset tukevat aikaisempaa tutkimusta siinä, että varhaisella nuorten pahoinvointiin puuttumisella toteutetaan tehokkaasti ennaltaehkäisevää terveystyötä (Allianssi 2022)

Tuusulan oma ratkaisukeskeinen kouluvalmennus toimii ratkaisukeskeisessä lähestymistavassa muodostuneella ”single session” tai käynti kerrallaan periaatteella. Oppilaan haasteisiin puuttuminen ei välttämättä tarkoita pitkiä hoitokontakteja, vaan siihen voi riittää jo yksikin kerta.

Kehittämiprojekti koostui ikään kuin kahdesta vaiheesta ja kahdesta projektista. Ensimmäinen projekti oli työsuhde Tuusulan kuntaan ja kouluvalmentajana toimiminen Sitouttava kouluyhteistyö -hankkeessa. Työsuhde Tuusulan kunnalla kesti noin puolitoista vuotta ja päättyi projektipäällikön vaihdettua työpaikkaa. Toinen projekti oli tämä kehittämisprojekti, jossa kehitettiin ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja vai kyselytutkimus ja opinnäytetyö. Toinen projekti eteni huomattavasi hitaammin kuin työskentely Tuusulan kunnalla johtuen siitä, että opinnot tapahtuivat omalla ajalla ja opintojen aikataulutuksista ja deadlineista opiskelija oli vastuussa itselleen ei esihenkilölleen.

Sitouttava kouluyhteistyö -hanke päättyi virallisesti vuoden 2023 lopussa, minkä jälkeen kunnat arvioivat lisäresurssien ja kouluvalmentajien palkkaamisen hyödyllisyyttä. Hankkeen merkittävä saavutus oli poissaoloihin puuttumisen mallin saaminen perusopetuslakiin. Kouluvalmentajien, eli lisääaikuisen palkkaaminen jäi kuitenkin kuntakohtaisen päätöksenteon varaan. Osaan kunnista on jo palkattu kouluvalmentajia osaksi kouluyhteisöjä, mutta osalle kunnista projektihankkeen loppuminen on merkinnyt myös kouluvalmentajatoiminnan loppumista.

Kehittämiprojektin tulokset viittaavat myös siihen, että koulutusvalmentajien palkkaaminen olisi iso taloudellinen sijoitus kunnissa. Toisaalta voidaan myös miettiä rahallista hintaa nuorten henkiselle pahoinvoinnille ja sen seurauksille yhteiskunnassamme. Terveystieteiden strategioissa ja visioissa toiminnan painopisteenä korostetaan ennaltaehkäisyn tärkeyttä (Allianssi 2022). Tässä opinnäytetyössä kuvattu kouluavustajien toiminta ratkaisukeskeistä terapiaa hyödyntäen vastaa näihin terveystieteiden järjestelmämme tavoitteisiin.

Osassa vastauksia pohdintaan, voisiko ratkaisukeskeisiä menetelmiä hyödyntää koulussa jo työskentelevä henkilökunta. Lisäkoulutus ratkaisukeskeisestä terapiasta on kannattavaa ja suositeltavaa, mutta sitä järjestettäessä tulee huomioida aikaresurssi. Millä ajalla esimerkiksi opettaja tapaisi paljoista koulupoissaoloista kärsivää oppilasta.

Tuusulan oma malli syntyi Tuusulan kunnan tilauksesta luoda kouluvalmennuksella toimintamalli. Osana tätä kehittämiprojektia ja Tuuscoachingia syntyi myös ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja. Käsikirjan tehtävänä on toimia osana perehdytystä ja työhön syventymistä jatkossa ja uusien kouluvalmentajien aloittaessa. Tuusulan mallia tehtiin koko hankkeen ajan yhdessä kunnan kanssa pohtien mikä on kunnan toive työnkuvasta ja mitä ja miten kouluvalmentajat tähän tilaukseen ovat vastanneet. Työn sisältöä ja suuntaa pohdittiin lähiesihenkilön kanssa, sekä kentällä oppilashuollon, sekä rehtoreiden kanssa. Viestintää käytiin niin lähitapaamisin, kuin etäyhteyksin. Lisäksi Keski-Uusimaan kouluvalmentajilla oli oma verkosto, jossa viestittiin koko alueen kouluvalmentaja yhteisölle Tuusulan oman mallin etenemisestä ja sen tulevasta muodosta. Tuusulan mallin luomista auttoi se, että sen toiminnasta kerättiin koko hankkeen ajan runsaasti palautetta. Moniammatillinen työympäristö, johon kuului koulujen henkilökuntaa, kunnan opetustoimen henkilökuntaa, sekä hankkeen valtakunnallista henkilökuntaa toimi loistavana palaute ja sparrikanavana. Tätä kautta hyviä asioita toiminnassa pystyttiin korostamaan ja huonot toimintamallit ja muodot pystyttiin sysäämään pois.

Kehittämisprojektin tuotoksena oli Tuuscoaching - ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja ja se toteutui toiminnallisena opinnäytetyönä. Kirjallisuuskatsauksella luotiin teoreettista pohjaa toimintamallin synnylle ja tarpeelle osana koulujen oppilashuoltoa. Tuuscoachin-käsikirja on suunnattu kaikille nuorten kanssa töitä tekeville hyödyksi, mutta sen esimerkeistä käy ilmi, että se on alunperin suunniteltu koulumaailmaan. Tätä käsikirjaa voi hyödyntää nuorten kanssa työskennellessä myös muissa kuin kouluympäristöissä.

Kehittämistyön tekeminen ei ole noudattanut perintestä kronologista etenemistä, joka voidaankin todeta työn isoimmaksi heikkoideksi. Päivätyön eteneminen tiettyä vauhtia ja opinnäytetyön eteneminen toista loivat tilanteen, että osaan tuloksista oltiin päästy jo ennen kuin teoriaa kyseisestä aiheesta oltiin perattu ja perusteltu. Toki teoria ja tieto oli perusteltu, mutta se tehtiin reaktiivisesti kentällä käymällä palautekeskustelu esihenkilön ja koulujen henkilökunnan kanssa, mutta kirjallista pohdintaa ei vielä näissä kohdissa tehty.

Toisaalta työn vahvuutena voidaan puolestaan nähdä se, että se tehtiin nopeasti vastaamaan kunnan asettamia toiveita ja se saatiin käyttöön ja levitykseen nopealla aikataululla. Tuusulan mallia alettiin pilotoimaan käytännössä vain kolme kuukautta hankkeet alettua ja sen runko saatiin hahmolleen jo tuolloin joulukuussa 2021. Kouluvalmentajatyöparin määrätietoinen eteneminen Tuusulan oman mallin kanssa palkittiin hyvällä palautteella kanssa työntekijöiltä, sekä ennenkaikkea asiakkailta. Kouluvalmentajat keräsivät hankkeen ajan Google Forms-kyselyllä palautetta työn vaikuttavuudesta ja siitä olivatko asiakkaat hyötäneet kouluvalmentajilta saadusta avusta. Ensimmäisenä lukuvuotena palautekysely lähetettiin sadalle asiakkuudessa olleelle ja kyselyyn vastasi 70. Kouluvalmennuksen koki hyödylliseksi 92,9% vastanneista ja 100% vastanneista koki tulleen kuulluksi tapaamisilla.

8 Lopuksi

Ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja, Tuuscoaching, on varteen otettava opas nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. Käsikirja antaa uusia näkökulmia ja ajatuksia nuorten kanssa toimimiseen. Käsikirja sisältää useita erilaista työkaluja ja ajatusmalleja, mutta jo yhden käyttöön ottaminen voi tuoda helpotusta nuorelle ja myös ammattilaiselle haastavassa tilanteessa. Tavoitteena on toimittaa käsikirja osaksi perehdytysmateriaalia kouluissa ja muille nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille, esimerkiksi seurakunnan nuorisotyöntekijöille. Tuusulan kunta on toiminut tässä esimerkillisesti ja palkannut jokaiselle yläkoululleen kouluvalmentajan ja lisäksi yhteen Tuusulan lukioista lukiovalmentajan.

Terveiden ja hyvinvointilaitoksen vuonna 2021 julkaisu ”Pandemia ja nuorten mielenterveys - Kouluterveyskysely 2021” Nuorten pahoinvointi ja mielenterveysoireet ovat lisääntyneet viime vuosien aikana Suomessa. Nuorten ahdistuneisuus on kasvanut merkittävästi ja erityisesti tytöillä. Vuosien 2019-2021 aikana tyttöjen ahdistuneisuus oli kasvanut kymmenellä prosenttiyksiköllä. Yhä useampi nuori kärsii myös masennusoireilusta. Tytöistä 30 % kokee yli kaksi viikkoa kestäneitä masennusoireita ja pojilla tuo luku on 15 %. Kymmenesosa pojista ja neljännes tytöistä kertoo kokevansa yksinäisyyttä. (THL 2021)

Vaikka nuorten psyykkisen pahoinvointi on lisääntynyt viimeisten vuosien aikana, enemmistö nuoristamme voi hyvin eikä oireile psyykkisesti. Pandemia on osaltaan vaikuttanut lisääntyneeseen pahoinvointiin, mutta kasvua on tapahtunut myös ennen pandemia-aikaa. Mielenterveysoireilu on nuorelle usein normaalia ikätasoon kuuluvaa ja ohimenevää oireilua. Yhteisöllinen tuki ja erilaiset ryhmä- ja harrastetoiminnat auttavat nuorta kiinnittymään yhteisöihin. Kunnissa onkin tärkeä panostaa nuoriin ja heidän hyvinvointiinsa. Nuorisotyö,

mielenterveyden lähipalvelut ja varhaisen intervention tukipalvelut vastaavat osaltaan nuorten hyvinvoinnista. Koulujen tukitoimet, kuten oppimisen tuki ja opiskeluhuoltopalvelujen tukitoimet tulee varmistaa riittäviksi. (THL 2021)

Nuorten pahoinvoinnista voidaan lukea lehdistä ja kuulla mediasta lähes päivittäin. Nuorten hyvinvointia pyritään edistämään monin tavoin. Terapiat etulinjaan -hanke muun muassa kouluttaa sairaanhoitajia kognitiivisiksi lyhytterapeuteiksi, jotta lievistä ja keskivaikeista mielenterveysoireista kärsivät nuoret saisivat yhä varhaisempaa ja nopeampaa apua. (Terapiat etulinjaan 2022.) Puute nopean puuttumisen toimintamuodoista on kiistaton.

Helsingin sanomat kirjoitti hiljattain Espoolaiseen kouluun palkatuista ”pelastajista”. Pelastajien oikea työnimike on yhteisöohjaaja, mutta heidän tekemänsä työ kouluissa on saanut aikaan paljon tuloksia ja auttanut koulua ja sen nuoria. (HS. 11.11.2023) Espoossa työskenteli valtakunnallisen Sitouttava kouluyhteisötyön aikana kouluvalmentajia ja nyt sinne on palkattu samantyyppistä työtä tekeviä yhteisöohjaajia. Tulevaisuudessa voisi olla selkeää, että koulujen lisä-aikuisilla olisi yhtenevä työnimike ja samankaltainen työnkuva. Kouluvalmentajat voisivat olla osa oppilashuoltoa ja heidän palvelunsa matalan kynnyksen apua, joka perustuisi ratkaisukeskeiseen lyhytterapiaan.

Jatkossa tulee tutkia, minkälainen lisähenkilö kouluyhteisöissä olisi toimivin. Saattaa olla, että lisähenkilön työnkuva määräytyy koulukohtaisesti sen mukaan, minkälainen tarve kullakin koululla on. On kuitenkin tärkeää, että nuorten hyvinvoinnin eteen tehdään kouluissa töitä. Nuoret ovat niitä, jotka hoitavat meitä hoivakodeissa ja istuvat tulevaisuudessa päättävissä elimissä. Nuorissa on tulevaisuus.

Lähteet

Ahola, T. 2020, EVVK-Ei vois vähempää kiinnostaa. Inspis 1

Ahola, T. & Furman B. 1996. Muutuset- terapiasta ratkaisuihin

Ahola, T.; Furman, B. 2016. Ongelmista ratkaisuihin : lyhytterapian perusteet

Allianssi. 2022. Nuorten mielenterveyden tukiryhmän kannanotto:

Hyvinvointialueilla on huolehdittava nuorten mielenterveyspalvelujen saatavuudesta ja laadusta Viitattu 7.12.2023

[Nuorten mielenterveyden tukiryhmän kannanotto: Hyvinvointialueilla on huolehdittava nuorten mielenterveyspalvelujen saatavuudesta ja laadusta - Allianssi \(nuorisoala.fi\)](https://www.allianssi.fi/nuorisosaatavuus)

Bertolino, B. 1999. Ratkaisukeskeinen nuorisoterapia opaskirja ongelmanuorten kanssa työskenteleville

Bond C.; Woods K.; Humphrey N.; Symes W.; Green L. 2013. Practitioner Review: The effectiveness of solution focused brief therapy with children and families: a systematic and critical evaluation of the literature from 1990-2010

Franklin C.; Moore K. & Hopson L. 2008. Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy in a School Setting

Eskola J.; Suoranta J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen

Fiske H. 2015. Elämästä on kyse

Granö N.; Edlund V.; Nikula M.; Hintikka M.; Ranta M. 2021. Varhaisten mielenterveyshäiriöiden tunnistaminen ja hoito perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyönä. Suomen lääkärilehti , Vuosikerta. 76 , Nro 3 , Sivut 125-128. Viitattu 10.11.2023.

<https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/bc9d359e-e9d0-4c40-afe0-f7b2f3a6d7c7/content>

Gubbels J.; Van Der Put C.; Assink M. 2019. Risk Factors for School Absenteeism and Dropout: A Meta-Analytic Review. Journal of Youth and Adolescence Viitattu 10.11.2023

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31312979/>

Henden J. 2022. John Henden Consultancy - John Henden itse

Hirsjärvi S.; Remes P. 2004. Tutki ja kirjoita

Hirsjärvi S.; Hurme H. 2008. Tutkimushaastattelu : teemahaastattelun teoria ja käytäntö

Iveson C.; Gerge E.; Ratner H. 2018. Brief Coaching

Kaltiala R.; 2020. Viitattu 10.11.2023

https://www.tays.fi/fi-FI/Nuorten_mielenterveyden_hairioiden_kasvu

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (Karvi). 2023.Sitouttava kouluyhteistyön arvioinnin loppuraportti. Viitattu 10.11.2023

https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/Karvi_2023.pdf

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (Karvi) 2022, luentodiat, Viitattu 25.1.2022

Kanste O.; Haravuori H.; Muinonen E.; Marttunen M. 2018. Kunnallisen opiskeluterveydenhuollon ammattilaisten näkemyksiä yhteistyöstä mielenterveys- ja päihdepalvelujen sekä lastensuojelun kanssa

Hoitotiede Vol 30 . Nro (1)

Kettunen P. 2017. Turun kaupunki, tutkimusraportteja 2/2017. Viitattu 10.11.2023

https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/tutkimusraportti_2-2017.pdf

Kim J.; Franklin S. 2009. Solution-focused brief therapy in schools: A review of the outcome literature. Vol 31, Issue 4

Kuula A. 2006. Toimintatutkimus. Luku 5.4. kokonaisuudesta Anita Saaranen-Kauppinen & Anna Puusniekka. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L5_4.html. Viitattu 10.11.2023

https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L5_4.html

Laukkanen E.; 2006. Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen

Markkanen E-L.; Pusa A-M. 2023. Sitouttavan koulu yhteistyön arviointi- arvioinnin loppuraportti. Viitattu 10.11.2023

<https://www.karvi.fi/fi/julkaisut/sitouttavan-koulu yhteistyön-arviointi-arvioinnin-loppuraportti>

Matinheikki J. 2023. Aalto University. Vaikutusten arviointi – projektinhallinnan tulevaisuuden osaamisalue? Viitattu 14.11.2023

<https://www.aaltoee.fi/aalto-leaders-insight/2021/vaikutusten-arviointi-projektinhallinnan-tulevaisuuden-osaamisalue>

Murphy J. 2015. Ratkaisukeskeinen oppilashuoltotyö

Neipp M.; Beyebach M. 2022. The Global Outcomes of Solution-Focused Brief Therapy: A revision. The American Journal of Family Therapy. Viitattu 10.11.2023

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/01926187.2022.2069175>

Newsome S. 2005. The Impact of Solution-Focused Brief Therapy with At-Risk Junior High School Students

Nissinen E. 2023 Helsingin Sanomat. (HS. 11.11.2023)

Novella J.; Ng K.; Samuolis J. 2020. A comparison of online and in-person counseling outcomes using solution-focused brief therapy for college students

with anxiety. Journal of American College Health Vol. 70 – Issue 4. Viitattu 10.11.2023

Ojasalo K.; Moilanen T.; Ritakoski J. 2015. Kehittämistyön menetelmät

Opetushallitus 2023. Sitouttava koulu yhteisötyö. Viitattu 10.11.2023

<https://www.oph.fi/fi/hankkeet/sitouttava-koulu yhteisotyo>

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021. Sitouttava koulu yhteisötyö. Viitattu 10.11.2023 <https://okm.fi/-/sitouttava-koulu yhteisotyo-puuttuu-kouluakaymattomyyteen-6-8-miljoonaa-euroa-koululaisten-poissaolojen-vahentamiseen>

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023. Sitouttava koulu yhteisötyö. Viitattu 10.11.2023 <https://okm.fi/sitouttava-koulu yhteisotyo>

Oppilas- ja opiskeluhuoltolaki. Viitattu 10.11.2023

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>

Ratner H.; Yusuf D. 2020. Lasten ja nuorten ratkaisukeskeinen ohjaus ja neuvonta.

Saaranen-Kauppinen A. & Puusniekka A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 10.11.2023

kvalimotv — https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_3.html

Saaranen-Kauppinen A. & Puusniekka A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.. Viitattu 10.11.2023

https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_1.html

Sairaanhoitaja-lehti 1/2023

Salonen K.; Eloranta S.; Hautala T.; Kinos S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Viitattu 10.11.2023

<https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Sergejeff J. 2023. Yhteisellä koulutiellä -Käsikirja perusopetuksen oppilaiden läsnäolon tukemiseen ja poissaolojen vähentämiseen Viitattu 10.11.2023

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

SITRA 2023. Megatrendit. Viitattu 10.11.2023

Socca 2023. Viitattu 10.11.2023.

<http://www.socca.fi/files/7727/VARHAIN-konsultaatiot.pdf>

Talala M.; 2019. Psyykkisesti oireileva oppilas

Terapiat Etulinjaan 2022. Viitattu 7.12.2023

[Terapiat etulinjaan toimintamalli voi vähentää miljoona sairaspäivää](#)

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2023. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa : Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Viitattu 10.11.2023

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

Terveysten ja hyvinvoinninlaitos. 2021. Tutkimuksesta Tiivistä 55/2021. Viitattu 10.11.2023

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143129/URN_ISBN_978-952-343-738-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Terveysturvalaki. Viitattu 25.3.2024.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2010/20101326>

Tuomi J.: Sarajarvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi

Tuomi J.; Sarajärvi A. 2002. Laadullinen tutkimus ja siällönanalyysi

Tuusula 2023. Kehittäminen ja hanketyö. Viitattu 19.7.2023

https://www.tuusula.fi/sivu.tmpl?sivu_id=9315

Valtioneuvosto. 2021. Sitouttava koulu yhteisötyö. Viitattu 10.11.2023

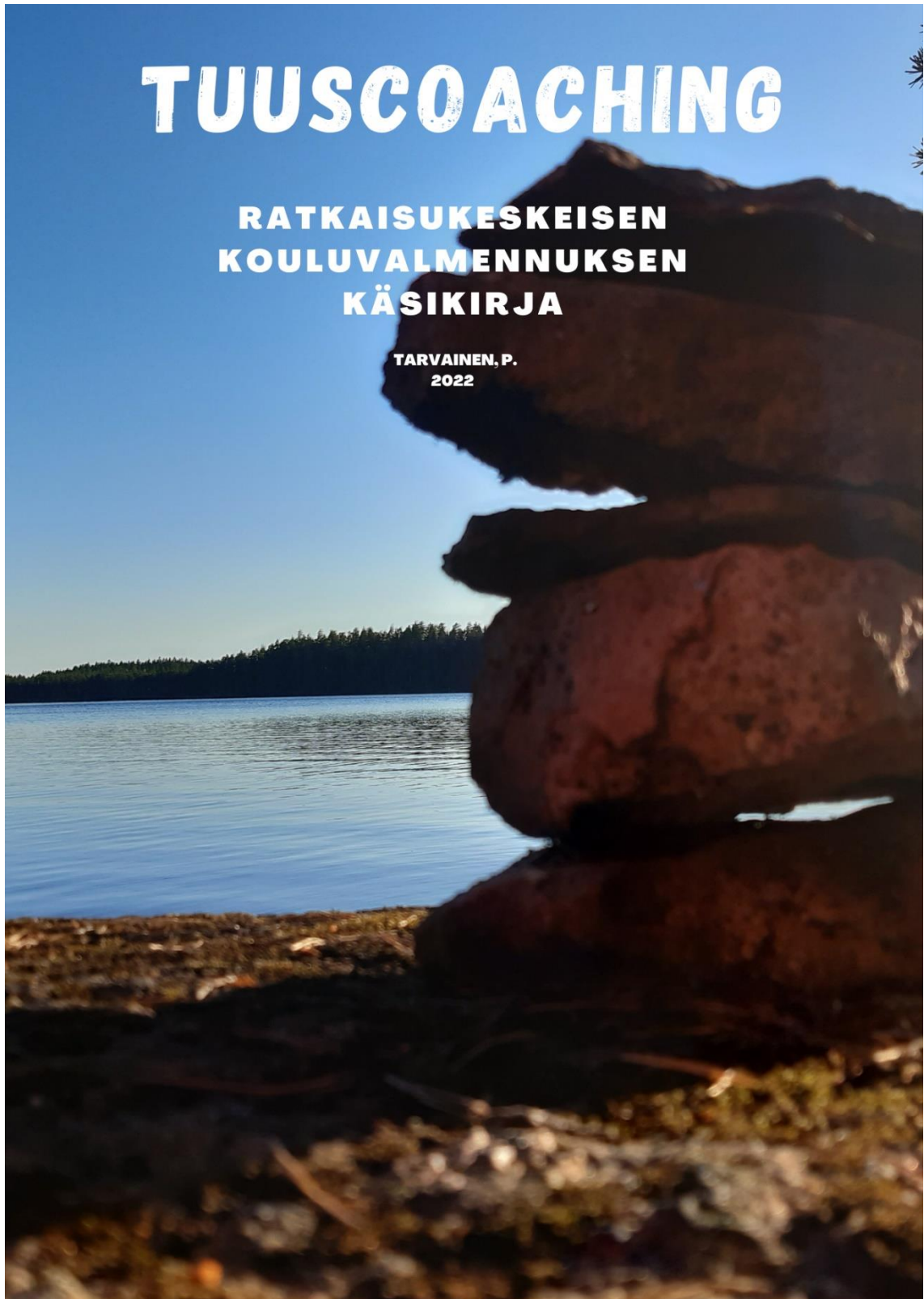
<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163091/Sitouttava%20koulu yhteisötyö.pdf>

Wikipedia 2023. Tuusula Viitattu 10.11.2023

<https://fi.wikipedia.org/wiki/Tuusula>

Yusuf D. 2020 Lasten ja nuorten ratkaisukeskeinen coaching. Inspis 1

Tuuscoaching- ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirja



JOHDANTO

Syksyllä 2021 Tuusulassa aloitti työnsä kaksi kouluvalmentajaa osana opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa Sitouttavan kouluyhteisötyön hanketta. Hankkeen tavoitteena on ennaltaehkäistä ja vähentää koulupoissaoloja kehittämällä hyvinvointia edistävää toimintakulttuuria kouluissa.

Kouluvalmentaja tukee oppilaiden oppivelvollisuuden edistymistä. Valmentajan tehtävä on motivoida kaikkia 5.-9. luokkien oppilaita tulemaan kouluun ja tukea koulupäivän aikana erilaisissa tilanteissa. Tuusulan kouluvalmentajien työskentelyn pääpaino on yläkoulun oppilaiden yksilötapaamisissa. Työtä tehdään myös yhteisöjen, ryhmien eteen yhteistyössä oppilashuollon, opettajien ja huoltajien kanssa. Tuusulassa kouluvalmentajat osallistuvat lisäksi koulunkäyntiä tukevien yhteistyömallien rakentamiseen (esim. Vanhempainliiton kanssa pilotoitu "Vanhempainkahvila" lukuvuonna 2021-2022). Kouluvalmentaja osallistuu myös hankkeen alueelliseen ja valtakunnalliseen kehittämistyöhön. Tuusulan kouluvalmentajat työskentelevät kaikissa kunnan viidessä yläkoulussa: Riihikallion koulu, Hyrylän koulukeskus, Hyökkälän koulu, Kellokosken koulu, Jokelan koulukeskus.

Hankkeen tarkoituksena on luoda ja kehittää kouluvalmentajille poissaolojen interventiomalli. Alusta asti kouluvalmentajat hyödynsivät työskentelyssään ratkaisukeskeistä lähestymistapaa. Tämä Tuusulan oma ratkaisukeskeinen kouluvalmennus sai nimen "Tuuscoaching". Tuusulan kunnan nimi, sekä englannin kielen sana valmennukselle (coaching) ovat sulautuneet kokonaisuudeksi, jonka käyttö on lähtenyt leviämään puhuttaessa ratkaisukeskeisestä kouluvalmennuksesta.

Tämän ratkaisukeskeisen kouluvalmennuksen käsikirjan on laatineet Tuusulan kouluvalmentajat ja Tuuscoachingin kehittäjät Akseli Ahola (ratkaisukeskeinen coach) ja Perttu Tarvainen (sairaanhoitaja). Käsikirjan sisältöä laadittaessa on konsultoitu projektikoordinaattori Terhi Viléniä, kasvun ja oppimisen tuen päällikkö Helena Palolaa, sekä Lyhytterapiainstituuttia. Käsikirjan tarkoituksena on tarjota uutta näkökulmaa oppilastyöhön ratkaisukeskeisen lähestymistavan työkalujen avulla sekä materiaalia uuden kouluvalmentajan perehdytykseen ja käytännön työhön.

Tuusulassa Kesäkuussa 2022

Akseli ja Perttu

SISÄLTÖ

RATKAISUKESKEINEN LÄHESTYMISTAPA	S.4
TUUSCOACHING	S.6
JOHN HENDEN 5 O'CLOCK RULE	S.7
9 T:N INTERVENTIOMALLI	S.8
VAIKUTTAVUUS & TUTKIMUSTULOKSIA	S.11
LOPUKSI	S.12
LIITTEET:	S.13
1) TYÖSKENTELYN ALOITTAMINEN	
2) YKSILÖTYÖN PROSESSIKUVAUS	
3) ESIMERKKI KOULUVALMENTAJAN TYÖPÄIVÄSTÄ	
4) KOULUVALMENTAJAN VUOSIKALENTERI	
5) NUOREN TUKIRENGAS	
6) TUUSCOACHING PELIKIRJA	
7) KOULUVALMENTAJAN KONSULTAATIO	
8) HYÖDYLLISTÄ TYÖSKENTELYYN	
9) KOULUVALMENTAJAN MUISTIINPANOT	
LÄHTEET	S.23

RATKAISUKESKEINEN LÄHESTYMISTAPA

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa perustuu asiakkaan voimavarojen hyödyntämiseen. Nuoren kanssa keskitytään siihen mikä jo toimii ja on hyvin koulutyössä. Esiin nousevat ongelmat työstetään vastaaviksi muutostoiveiksi. Tämä tarkoittaa sen pohtimista, mitä ongelman tilalle toivotaan tulevan. Keskittyminen oppilaan itse asettamiin tavoitteisiin motivoi häntä ja synnyttää toiveikkuutta ja uskoa ongelmien ratkaisemiseen yhteistyössä koulun ja kodin kanssa.

Ratkaisukeskeinen työskentely perustuu yksinkertaiseen ajatukseen; "Se lisääntyy mihin kiinnitämme huomiota". Auttamistulokset paranevat, kun mukaudumme oppilaan toiveisiin sen sijaan että edellyttäisimme hänen mukautuvan meidän toiveisiimme. Ratkaisukeskeisessä työskentelyssä oppilas otetaan mukaan tavoitteiden ja keinojen suunnittelemiseen ja tulosten arviointiin. Oppilaat sitoutuvat ongelmanratkontaan, jos heidän mielipiteistään ja mieltymyksistään kiinnostutaan, niitä arvostetaan ja ne liitetään osaksi muutosprosessia.

Vakavat kouluongelmat johtavat usein aikuisten ja oppilaiden väliseen köydenvetoon. Jos osapuolilla on eri näkemys siitä, mihin pitäisi päästä, on vaikea löytää yhteistä päämäärää. Tavoitteena on olla nuoren kanssa samassa päässä köyttä ja kiskoa sitä samaan suuntaan. Ratkaisukeskeisessä työskentelyssä pyritään myös vähentämään ongelmatilanteisiin liittyvää stressiä ja synnytetään ja vahvistetaan toiveikkuutta toivotun ja halutun muutoksen aikaansaamisen suhteen.

"osaan puhua asiasta paremmin ja ei masenna enää niin paljoa mitä ennen!"
-nimetön oppilaspalaute-



TUUSCOACHING

Jokaisella hankekunnalla on omat painotukset kouluvalmentajan työskentelyn suhteen. Tuusulassa ja Tuuscoachingissa fokus on yksilöiden kohtaamisessa. Yksilötyötä tehdään Tuusulassa käynti kerrallaan- ajatuksella. Käynti kerrallaan tarkoittaa, että jo yksikin tapaaminen voi auttaa nuorta hänen tilanteensa paranemiseen.

Perusajatuksena on, että jo yksi kerta voi jo tuoda tarvittavan avun nuorelle. Kannustava seuranta on myös keskeinen osa Tuuscoachingin työskentelyä nuorten kanssa. Tapaamisia jatketaan tarvittaessa käynti kerrallaan asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi.

Tuuscoachingin yksilötapaamiset ovat kannustavaa ja voimauttavaa keskustelua luottamuksella. Työskentelyn painopiste on aina ratkaisujen rakentamisessa esiin nousseiden kouluongelmien suhteen.

Parhaimmillaan ratkaisukeskeinen kouluvalmennus tuottaa nuorelle kokemuksen:

- Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemista
- Toiveikkaammasta suhtautumisesta tulevaan
- Elämäntilanteeseen liittyvän stressin vähenemistä
- Oman toimijuuden vahvistumista ja lisääntymistä
- Uuden näkökulman löytymisestä haastavaan tilanteeseen
 - Edistymisen tunteen vahvistumisesta
- Myönteisestä yhteistyöstä valmentajan kanssa

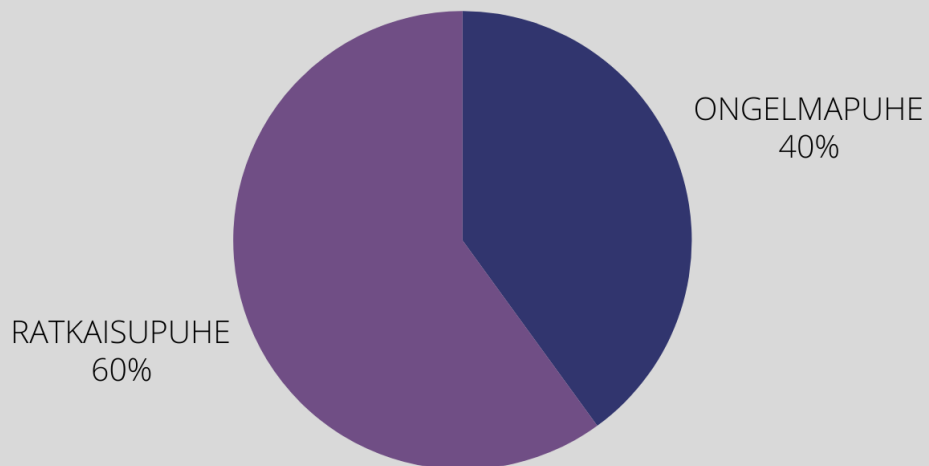


JOHN HENDEN "5 O'CLOCK RULE"

Tapaamistemme rakenteessa hyödynnetään englantilaisen psykoterapeutin John Hendenin kehittämää "Kello viiden"-sääntöä (5 o'clock-rule). 5 o'clock - ajatuksella pyritään siihen, että ongelmapuheeseen käytetään aikaa korkeintaan 40% tapaamisen ajasta ja jäljelle jäävä 60% ajasta käytetään ratkaisupuheeseen. Sillä on tapana lisääntyä, missä fokus on. Tämä noudattaa Fletcher Peacockin ajatelmia: "Water the flowers, not the weeds."

Voidaksemme kohdata nuoren mahdollisimman avoimesti ilman ennakkokäsityksiä ja asenteita, sanomme: "Huoli nuoresta riittää yhteydenoton syyksi!". Oppilaan mahdolliset diagnoosit ja taustat (masennus, ahdistus, ADHD tms.) on tärkeää ottaa työskentelyssä huomioon, mutta ne eivät ole keskiössä määriteltäessä tavoitteita tai toimintatapoja.

Ratkaisukeskeisen psykologian "kantaisä" Steve De Shazer työryhmineen kyseenalaisti tällaisen "ongelmapuheen". Sen sijaan todettiin, että muutos syntyisi helpommin jos "ratkaisupuheen" määrää lisättäisiin. Ratkaisupuheelle on tunnusomaista, että ongelmien jatkuvan kuvaamisen ja analysoimisen sijasta keskitytään toivotun muutoksen kuvaamiseen ja aikaansaamiseen. Lisäksi keskiössä on asiakkaan vahvuuksien ja voimavarojen hyödyntäminen tavoitetilan saavuttamiseksi.

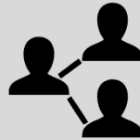




TUUSCOACHINGIN 9T:N INTERVENTIOMALLI

1) Tavoittaminen

Nuori päätyy kouluvalmennukseen useimmiten oppilashuollon, opettajan, vanhemman tai sosiaalihuollon kautta. Kouluvalmentajan työ alkaa nuoren tavoittelulla. Tähän tavoitteluun yleisimpinä kanavina toimivat Wilma-viesti, soittaminen, tekstiviesti tai aikuisen (opettaja/huoltaja) kautta asioiminen. Tavoittamisen tarkoituksena on sopia ensimmäinen tapaaminen ja alusta asti rakentaa hyvä vuorovaikutussuhde nuoreen. Tämä mahdollistaa jatkossa hyvän yhteistyön.



2) Tilannekartoitus

Selvitetään vastaukset keskeisiin kysymyksiin: Minkälainen tilanne? Mistä syystä nuori on päätenyt kouluvalmennukseen? Kenellä on huoli nuoresta? Miksi juuri nyt? Onko nuori itse huolissaan tilanteesta? Ketkä ovat olleet aloitteellisia tapaamiseen kouluvalmentajan kanssa?



3) Toive (muutostoive)

Nuorella on ongelma. Ongelman juurisyyn selvittämisen sijaan nuorelta pyydetään kuvausta tilanteesta, jonka kanssa hän painii koulunkäyntinsä suhteen. Mitkä ovat hänen muutostoiveensa tilanteen muuttumisen suhteen?

Esimerkkinä: Ongelma: Oppilaan aamupoissaolot/lintsaaminen.

Muutostoive: Riittävä läsnäolo.



4) Tavoite

Tavoitteen tulee olla vetovoimainen ja tavoitettavissa oleva eli riittävän realistinen, jotta oppilas voi edetä askel kerrallaan kohti tavoitetta. Matkalla tavoitteeseen tulee saada onnistumisen kokemuksia, jotta motivaatio tekemiseen säilyy.



5) Toteutus

Määritetään: Mitä oppilas voi tehdä toisin edetäkseen kohti asettamaansa tavoitetta askel kerrallaan. Mitä oppilas tekee seuraavalla tunnilla, illalla, seuraavana aamuna jne. Tarkoitus selvittää oppilaan kanssa, mitä hän on valmis tekemään tavoitteen eteen?



6) Toverit (kannustajat)

Mietitään: Kuka voisi olla avuksi matkalla tavoitteeseen? Keneltä voisi kysyä apua? Kuka voisi kannustaa ja muistuttaa tavoitteesta? Toverit ovat tärkeä vertaistuen ja voimavarojen lähde oppilaalle hänen edetessään kohti asettamia tavoitteita.



7) Tulevaisuus

Myönteiset tulevaisuuden näkymät ovat muutosprosessin kannalta todella tärkeitä. Miettiessään tulevaisuuden haaveitaan nuori saattaa tiedostamattaan alkaa toimia niiden mukaisesti. Unelmat ja haaveet ylläpitävät uskoa onnistumiseen ja vaikuttavat myönteisesti tunnetilaan koulunkäynnin suhteen.



8) Tarkistus (seuranta)

Tarkistus-tapaamisessa nuoren kanssa katsotaan missä mennään: tarkistetaan tavoitetta ja toimintaa suhteessa tavoitteeseen. Seurannan aikana tavoite voi muuttua (esim. jos tavoite on ollut liian suuri tai väärä). Tapaamisissa päähuomio on tapahtuneissa edistysaskeleissa ja siinä, miten ne on saatu aikaan.



9) Takapakit

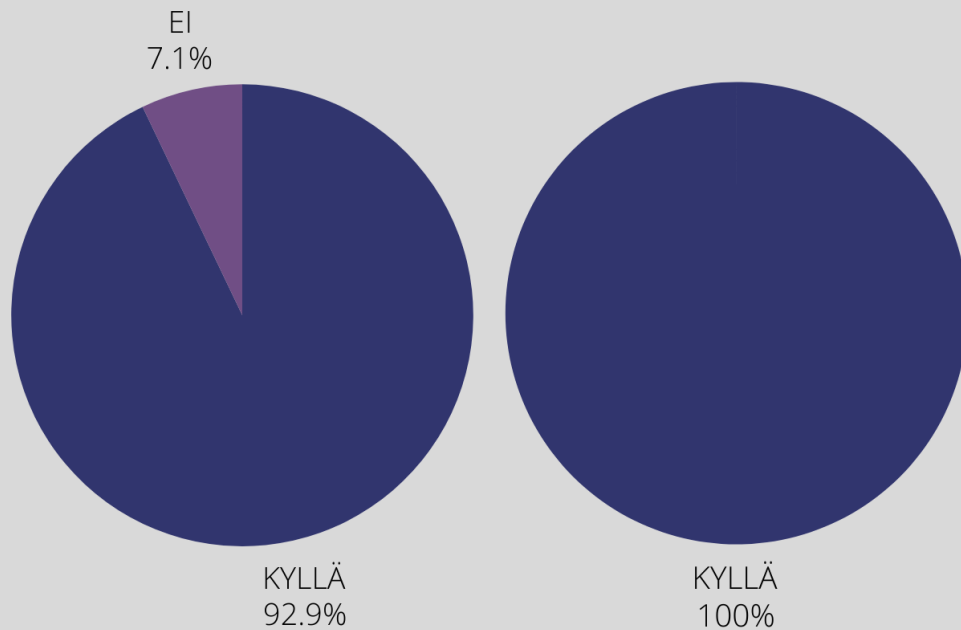
Nuoren kanssa varaudutaan myös muutosprosessin aikana eteen tuleviin vastoinkäymisiin. Pohditaan mitä tehdä, jos asiat eivät mene halutulla tavalla.

Näitä mahdollisia takapakkeja työstetään suunnittelemalla erilaisia suhtautumistapoja joiden avulla palautetaan usko onnistumiseen tavoitteiden suhteen.



VAIKUTTAVUUS & TUTKIMUSTULOKSIA

Ensimmäisenä hankelukupiivona Tuusulan kouluvalmentajien yksilöasiakkuudessa oli n. 200 nuorta. Luku vastaa noin 10% Tuusulan 7-9 luokkalaisista. Tapaamiskertoja jokaisen kanssa oli yhdestä kymmeneen. Lukuvuoden lopussa lähetettiin 100:lle asiakkuudessa olleelle nuorelle nimettömänä täytettävä kysely kouluvalmennuksessa olosta. Kysely pohjaa psykoterapeutti Scott Millerin SRS-kyselyyn (Session Rating Scale). Kyselyssä kartoitettiin nuoren kokemuksia kouluvalmennuksen hyödyistä, kuulluksi tulemisesta, sekä valmennuksessa aloitetun prosessin edistymistä. Kyselyyn vastasi 70 nuorta.



Koitko kouluvalmennuksen hyödylliseksi? Tulitko kuulluksi? (Kuunneltiin sinun mielipidettä?)

"työrauha ja motivaatio kouluun on paljon parempi. Kiitos teille!!!"
- nimetön oppilaspalaute-

Ratkaisukeskeistä, lyhytterapeuttista työskentelytapaa on tutkittu paljon. The American Journal of Family Therapy julkaisi tammikuussa 2022 tutkimuksen ratkaisukeskeisen lyhytterapian vaikuttavuudesta ja tuloksista (SFBT-Solution-focused Brief Therapy). Tutkimuksessa pureuduttiin 251 julkaistuun tutkimukseen SFBT:n vaikuttavuudesta. Suurimmassa osassa tutkimuksista (86,3%) todennettiin SFBT:n positiivisia vaikutuksia. Tutkimusdataa kerättiin laajasti mm. psykoterapiasta, valmennuksesta, kouluista ja korkeakouluista, lastensuojelusta, sekä yhteisöjen ja organisaatioiden parista.

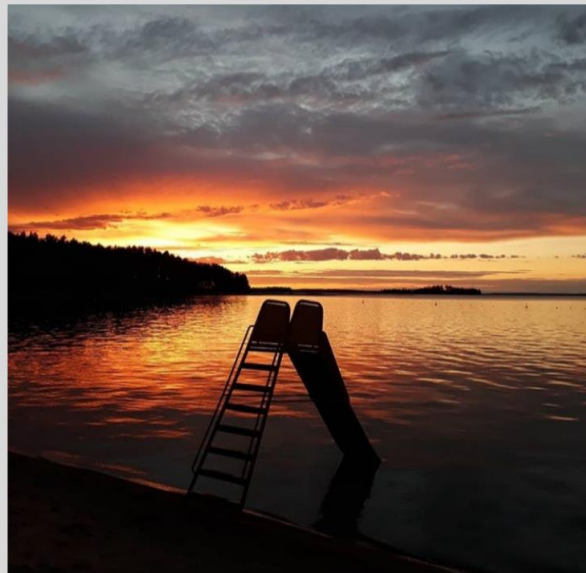
LOPUKSI

Tässä käsikirjassa olemme nostaneet esiin ratkaisukeskeisen työskentelytavan kulmakiviä ja avainkohtia. Yhtenä tavoitteenamme on ollut tuoda uusia näkökulmia nuorten kanssa työskentelyyn. Toivomme, että voit hyödyntää edes jonkin pienen asian tästä omassa työssäsi – tai vaikka jollain toisella elämäsi osa-alueella. Jos näin tapahtuu, olemme onnistuneet ja tyytyväisiä.

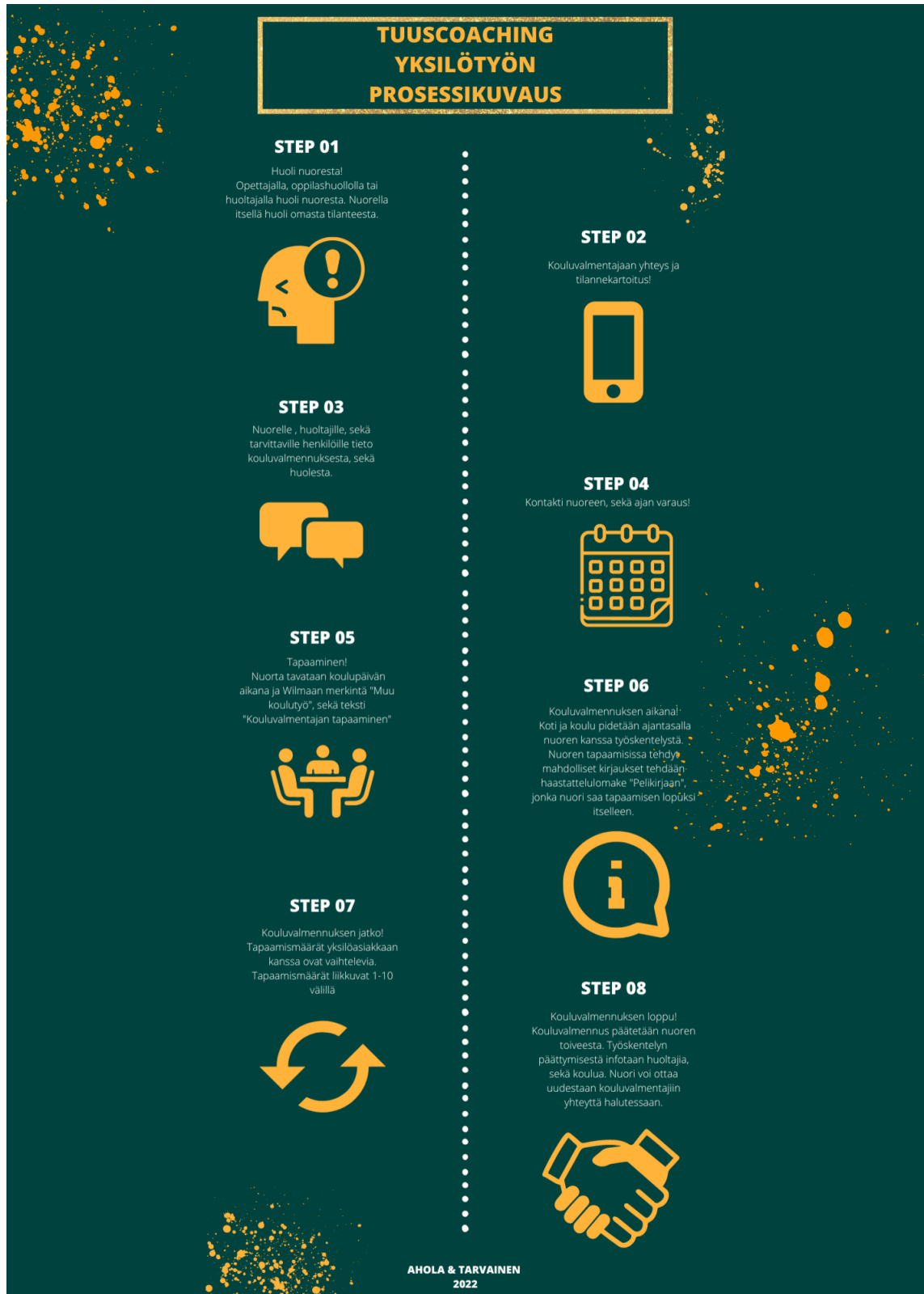
Me kouluvalmentajat olemme kehittäneet tätä käsikirjaa yhdessä. Olemme myös työskennelleet työparina, joten voimme todeta, että luovuus löytyy ja kukoistaa kanssakäymisessä. Tehdään siis yhdessä mahdollisimman vaikeaa ja sitä lisää, mikä toimii.

“Asiakas tuo tapaamiseen tullessaan ongelman lisäksi ratkaisun- hän ei vain tiedä sitä vielä itse.”

- Psykiatri Milton H. Erickson -



<h1>TYÖSKENTELYN ALOITTAMINEN</h1>		
<p>Keskustele esihenkilön kanssa tavoitteista ja työn sisällöstä</p>	<p>Tarkista, että sinulla on tarvittavat työkalut (sovellukset, avaimet, salasana, puhelimet jne.)</p>	<p>Valmistelee "hissipuhe". Kerro mistä on kyse, kuka olet ja mitä teet?</p>
<p>Ole läsnä opettajienkokouksissa, vanhempainilloissa ja tiedota itsestäsi Wilmassa</p>	<p>Hyödynnä omaa osaamistasi ja huomioi yhteistyössä muiden osaaminen</p>	<p>Tutustu esimerkki-vuosikalenteriin ja perehdytysmateriaaleihin</p>
<p>Kasvot tutuiksi - kierrä kaikki luokat ja esittele itsesi ja asiasi.</p>	<p>Tutustu koulujen käyntäntöihin ja työtapoihin</p>	<p>Verkostoidu koulun sisällä ja sen ulkopuolella eri ammattiryhmien työntekijöiden kanssa</p>



ESIMERKKI KOULUVALMENTAJAN TYÖPÄIVÄSTÄ

KLO 8-9

Oppilastapaaminen "seuranta".
Koululla huoli nuoresta ja nuoren aamu myöhästymisistä ja poissaoloista. Aikaisemmin nuoren unirytmää korjattu muun perheen rytmiin (pikkusisarukset menevät aikaisemmin nukkumaan, mallia niistä) Tavoitteiksi asetettu lisätä aamuruutiineihin lisää pirteyttä tuovaa toimintaa (kasvojen pesu kylmällä vedellä, aamujumppa zmin, tms.) Tapaamisen tarkoituksena tarkistaa viime tapaamisessa luodut tavoitteet ja niiden vaikuttavuus. Mitkä asiat on viime tapaamiseen verrattuna paremmin?

KLO 9-10

Oppilastapaaminen "seuranta".
Opettajalla huoli nuoresta: tunteikäyttäytyminen, matematiikka haastavaa. Harrastaa aktiivisesti jalkapalloa, tavoitteet korkealla. Nuoren tavoiteltava taito "hyvä käytös" on olemassa jo harrastuksessa. Tapaamisen aikana pohdittu nuoren kanssa, kuinka siirtää taito harrastuksesta koulunkäyntiin.

KLO 10-11

Oppilastapaaminen: "seuranta" Toinen tapaaminen --> ensimmäinen ollut välitunnin mittainen "hyvät kimpat". Nuori ollut hieman vastahakoinen, koska "ope pakottanut". Tarkoituu kartoittaa miten oppilas kokisi kaikki tunnit "hyödyllisiksi" askeleiksi kohti omaa haaveita (lakimies). Miten vitseillä ja tunteikäyttäytymisen saisi sujumaan suuremmalla osalla tunteista. Pulpettia kauemmas kavereista tai muu keino. Osaaminen jo jalkapallossa -kopioi hyvät jutut jatkoon!

KLO 11-12

Päivän aikana: oppilaiden ajanvaraukset, oppilaiden "naaraaminen" (muistuttu minen tapaamisista) + muu kanssakäyminen, puhelut, kalenterointi, konsultaatiot, case-purku

KLO 12-13

Kasvatusohjaajan ja kuraattorin kanssa asiakkuudesta olevien nuorten prosessin läpikäynti, sekä uusien huolinuorien kartoitus. Asiakkuuksien jakaminen tai siirtäminen toiselle

KLO 13-14

Oppilastapaaminen: "seuranta"
Nuoren kanssa tavattu 3 kertaa aikaisemmin. Nuorella ollut haastavaa käyttäytymistä tunteilla ja ajautunut tappeluihin koulussa. Nuorella selkeitä haaveita tulevaisuuden suhteen ja kova palo aloittaa uusi harrastus. Nuoren kanssa käyty prosessin omaista keskustelua velvollisuuksista ja vastuista. Nuori motivoitunut muuttamaan ajattelutapaansa ja toiveikas koituvista hyödyistä.

KLO 14-15

Oppilastapaaminen "ensimmäinen tapaaminen". Nuori pyytänyt itse päästä tapaamaan koulvalmentajia. Nuori ei ole oppilashuollon tai muun tukitoimen piirissä. Nuori huolissaan jännittämisestään koetilanteissa. Nuori kokee, ettei saa itsestään kaikkea potentiaalia irti. Nuoren kanssa käyty rakentavaa ja toiveikkautta herättävää keskustelua aiheesta. Nuori rekece jo nyt oikeita asioita tilanteen edistämiseksi. Koulunkäynti nuorella sujuu hyvin.

KLO 15-16

Yksilöllinen OHR, Kuraattori kursunut koulvalmentajan mukaan OHR-tapaamiseen. Nuorella poissaoloja yli 50h ja lisäksi häiriökäyttäytymistä tunteilla. Koulvalmentajat sopivat tapaamisen nuoren kanssa.

KOULUVALMENTAJAN KALENTERI

ELOKUU

Lukuvuoden aloitus
7. luokkien ryhmätykset
(*Nivelvaihe*: koulun vaihto,
uuden alku)
Oman työn markkinointi

SYYSKUU

7. luokkien ryhmätykset
(*Nivelvaihe*) ja alussa
tukeminen
9. luokkalaisten kontaktointi
ja motivointi

LOKAKUU

Poissaolijoiden kontaktointi
syyslomaan mennessä

MARRASKUU

Luennot motivaatiosta ja
hyvinvoinnista nuorille
(*Kouluun kiinnittyminen*)

JOULUKUU

Välitilinpäätös:
asiakaslistojen läpi käynti
yhdessä oppilashuollon
kanssa: tarkastetaan mitä on
tehty ja katsotaan miten
toimitaan jatkossa

TAMMIKUU

Lukukauden aloitus
8. luokkien kontaktointi ja
motivointi

HELMIKUU

Poissaolijoiden kartoitus ja
kontaktointi hiihtolomaan
mennessä

MAALISKUU

Hyvinvointiluennot nuorille
(*Ennaltaehkäisy*)

HUHTIKUU

6. luokkien tuleva nivelvaihe
oppilaille ja vanhemmille
(*Kouluun kiinnittyminen*)

TOUKOKUU

Nivelvaihe 6. luokat
oppilaille ja vanhemmille
Välitilinpäätös:
palautteen kerääminen +
lukuvuoden purku

KESÄKUU

Suunnittelu ja päivystys
yhteistyössä Ohjaamon
kanssa / kesäloma

HEINÄKUU

Suunnittelu ja päivystys
yhteistyössä Ohjaamon
kanssa / kesäloma

NUOREN TUKIRENGAS

NUOREN TUKIRENKAASEEN ON KOOTTU
YHTEISTYÖTAHOJA KOULUVALMENTAJAN
NÄKÖKULMASTA

KOULUSSA

- OPETTAJAT
- OPPILASHUOLTO
- KOULUVALMENTAJAT

KOULUN ULKOPUOLELLA

- VANHEMMAT
- ERIKOISSAIRAANHOITO
- NUORISOPALVELUT
- POLIISI / ANKKURITOIMINTA
- NUORISO-ASEMA
- SOSIAALITOIMI
- LASTENSUOJELU

TUUSCOACHING -PELIKIRJA:

Seuraavalla sivulla on liitteenä Ahola & Tarvaisen luoma "Tuuscoaching pelikirja"-niminen tapaamismuistio. Pelikirja on kouluvalmentajan oppilastapaamisilla käyttämä ja täyttämä muistio, joka samalla ohjaa ja muistuttaa hyödyllisistä kysymyksistä. Pelikirjan kysymykset seuraavat Lyhytterapiainstituutin hyväksymää 9T:n interventiomallia. Täytetty pelikirja jää oppilaalle ja voi näin myöhemminkin muistuttaa oppilasta keskustelussa käydyistä asioista.



Tuuscoaching- pelikirja

Tilanne

Missä olet hyvä / voimavarat

Haasteet

Tavoite/ muutostoive

Muuta... Tavoitteen hyödyt, kannustajat yms.

Seuraava kerta / eväät jatkoon

Ahola & Tarvainen 2022



Koulupoissaolot?
Motivaation puute?
Koulu ei suju?
Haasteet?



KONSULTAATIO

Miten kouluvalmentajat
voisi olla tilanteessa
hyödyksi?



PROSESSI NUOREN KANSSA

Avoin työskentely, niin
että koulun oppilashuolto
ja huoltajat tietoisia
prosessista.



JATKO

Nuoren kanssa interventio
ja seuranta.

OTA ROHKEASTI YHTEYTTÄ!

KOULUVALMENTAJAT:
AKSELI AHOLA P. 040 314 3483
PERTTU TARVAINEN P. 040 314 3482



HYÖDYLLISTÄ TYÖSKENTELYYN

LTI -LYHYTTERAPIAINSTITUUTTI

Suomen tunnetuin ratkaisukeskeisen psykologian koulutusyhteisö. Koulutuksia ja kirjallisuutta liittyen ratkaisukeskeiseen lähestymistapaan.

VANHEMPAINLIITTO

Osallisuutta ja kasvatusyhteistyötä-turvaverkkoja lasten ja nuorten ympärille. Tukee lasten kasvua, oppimista, sekä hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä.

CHILLAA-SOVELLUS

Nuorten mielenterveystalon, sekä HUS:n yhteistyössä luotu mobiilisovellus, jonka tavoitteena on vähentää stressiä, jännittämistä, ahdistusta ja helpottaa sosiaalisten tilanteiden kohtaamista.

OKM-SITOUTTAVA KOULUYHTEISÖTYÖ

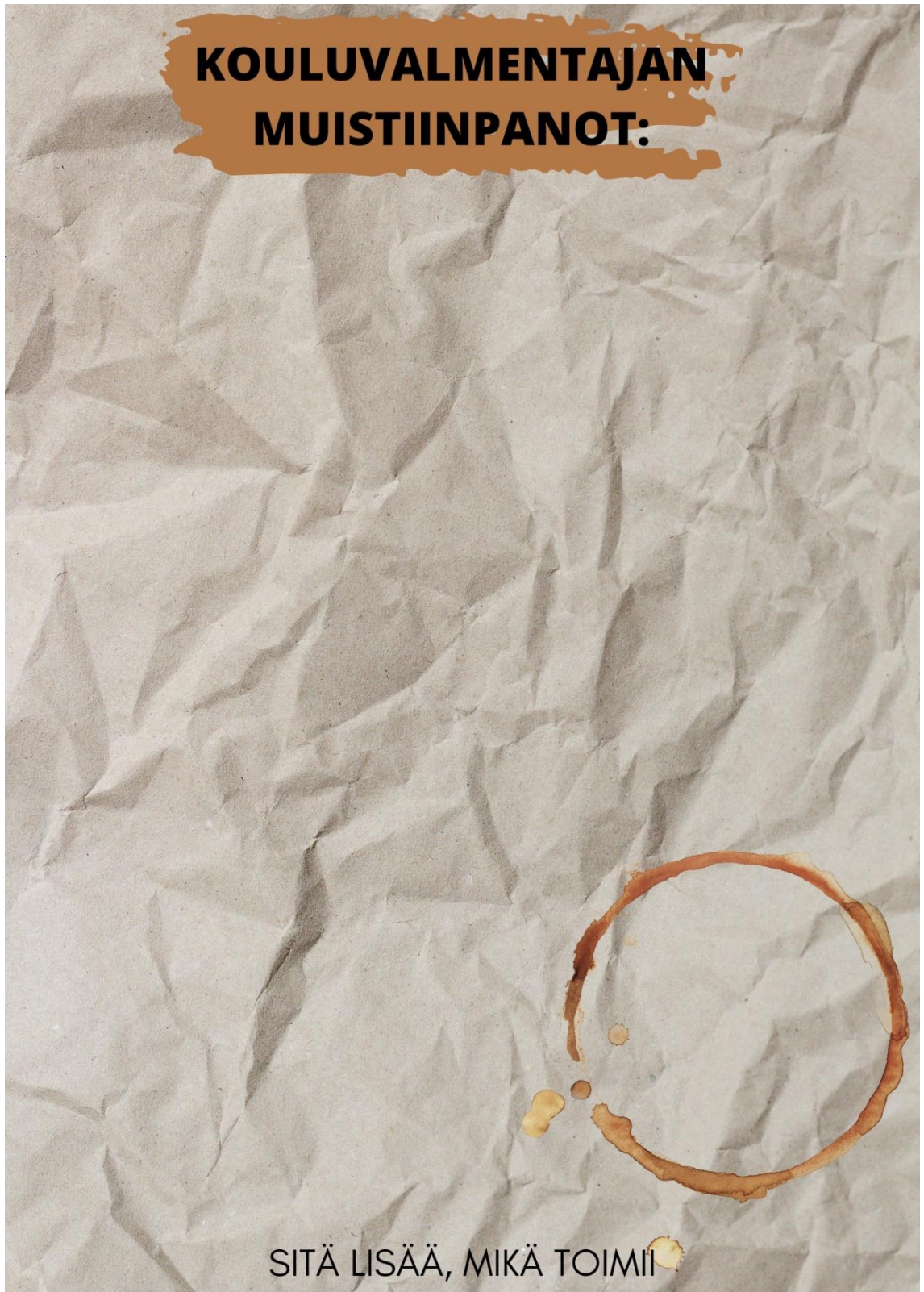
Sivuilla hyödyllistä ja ajankohtaista tietoa valtakunnallisesta hankkeesta

OHJAAMO

Omaan tilanteeseen sopivaa, asiantuntevaa neuvontaa, ohjausta ja tukea. Voi asioida, yksin, vanhempien tai kaverin kanssa, ajanvarauksella tai ilman. Voi asioida halutessaan myös täysin anonyymisti.

ALUEELLINEN NUORISOTYÖ

Tarjoaa nuorille turvallisia ja päihteettömiä toimintaympäristöjä, joissa nuoret voivat viettää vapaa-aikaa ystävien kanssa, sekä harrastaa itselleen mielekkäitä asioita.



**KOULUVALMENTAJAN
MUISTIINPANOT:**

SITÄ LISÄÄ, MIKÄ TOIMII

LÄHTEET:

The American journal of Family therapy (The Global Outcomes of Solution-Focused Brief Therapy: A Revision) (Marie-Carmen Neipp, Mark Beyebach). Luettavissa osoitteessa www.tandfonline.com. 15.8.2022

Brief Coaching -Ratkaisukeskeinen lähestymistapa (Chris Iveson, Evan George ja Harvey Ratner), 2018

John Henden Concultancy. Henkilökohtainen haastattelu. 8.3.2022 Helsinki

Lasten ja nuorten ratkaisukeskeinen ohjaus ja neuvonta (Harvey Ratner, Denise Yusuf), 2020

The Next Generation Of Solution Focused Practice (Mark McKergow), 2021

Opetus- ja Kulttuuriministeriö- Sitouttava Kouluyhteisötyö. Luettavissa osoitteessa www.okm.fi/sitouttava-kouluyhteisotyö. 15.8.2022

Ratkaisukeskeinen oppilashuoltotyö (John J Murphy), 2016

myöhästymiset vähentyneet ja
koulussa työn teko kasvanut
-nimetön oppilaspalaute-



Kysely ratkaisukeskeisen kouluvalmennustyön merkityksellisyydestä

Tämän kyselyn tarkoituksena on kerätä palautetta kouluvalmentajista, jotka palkattiin osana opetus- ja kulttuuriministeriön "Sitetuttava koulu yhteistyö" -hanketta lukuvuosiksi 2021-2023. Kyselyyn vastataan anonyymisti ja kyselyyn vastanneen henkilöllisyyttä ei pysty jäljittämään. Tarvittaessa tunnistettavat tiedot (koulu, titteli, sukupuoli, yms.) häivytetään. Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Iso kiitos teille yhteistyöstä kentällä ja tämän kyselyn suhteen.

Perttu Tarvainen

- 1. Kuinka tärkeänä pidätte ratkaisukeskeisen kouluvalmentajan roolia osana koulujen henkilökuntaa?**
- 2. Mitkä ovat mielestänne tärkeimmät hyödyt, joita ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat tuovat oppilaille?**
- 3. Voitteko jakaa esimerkkejä onnistuneista tapauksista, joissa kouluvalmennus on vaikuttanut positiivisesti oppilaan koulunkäyntiin / arkeen?**
- 4. Mitkä ovat mahdolliset haasteet, joita ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat voivat kohdata työssään, ja miten näitä haasteita voidaan käsitellä?**
- 5. Onko ratkaisukeskeisillä kouluvalmentajilla ollut vaikutusta oppilaiden itsetuntoon ja motivaatioon?**
- 6. Miten ratkaisukeskeisten kouluvalmentajien ja kouluhenkilökunnan yhteistyö voi edistää oppilaiden hyvinvointia ja oppimista?**
- 7. Näetkö ratkaisukeskeiset kouluvalmentajat tulevaisuudessa osana oppilashuoltoa?**

Projektin etenemisen aikataulu

