

Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä

**Rakokiven koulun opettajien ja opiskeluhuollon
toimijoiden kokemuksia**

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (YAMK)

2025

Linda Kokko & Satu Niskasaari

Tiivistelmä

Tekijät Linda Kokko Satu Niskasaari	Julkaisun laji Opinnäytetyö, YAMK Sivumäärä 87	Valmistumisaika Kevät 2025
Työn nimi Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä Rakokiven koulun opettajien ja opiskeluhoollon toimijoiden kokemuksia		
Tutkinto ja koulutusala Sosionomi (YAMK), Lapsi- ja perhepalveluiden kehittäminen		
Toimeksiantajaorganisaatio Rakokiven peruskoulu		
Tiivistelmä <p>Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet Suomessa. Samalla koulujen vastuu oppilaiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukemisesta on lisääntynyt luoden painetta opetushenkilökunnalle ja opiskeluhoollolle. Koulu yhteisöllä on suuri merkitys lasten hyvinvointiin osallisuuden ja sosiaalisten suhteiden ympäristönä, jossa opettajat ovat merkittävässä asemassa oppilaiden mielenterveysongelmien tunnistamisessa ja tukemisessa sekä opiskeluhoollon palveluihin ohjaamisessa.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Tarkoituksena oli selvittää opettajien ja opiskeluhoollon toimijoiden kokemuksia mielenterveyden edistämisestä kouluympäristössä. Tätä tietoa voidaan hyödyntää koulun toiminnan ja opetuksen suunnittelussa ja lasten mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Opinnäytetyö toteutettiin soveltavana laadullisena tutkimuksena, jonka aineisto kerättiin opettajille ja opiskeluhoollon toimijoille toteutetulla laadullisella tiedonkeruulomakkeella. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksien perusteella voidaan päätellä, että Rakokiven koulussa lasten mielenterveyden edistäminen perustuu aikuisten läsnäoloon ja turvallisuuteen, moniammatilliseen yhteistyöhön sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen. Kehittämisen kohteina korostuivat resurssien puute ja yhteistyön vahvistaminen. Mielenterveystyöhön toivotaan ulkopuolista apua ja nopeampaa hoidon ja kontaktien järjestymistä. Toimiva yhteistyö kotien ja huoltajien kanssa nähdään tärkeää, sillä ilman yhteisymmärrystä lapsen haasteisiin on vaikea puuttua. Kehitystoimet tulisi kohdentaa niin, että ne vahvistavat henkilöstön resursseja, vähentäisivät koulun kuormitusta ja nopeuttaisivat oppilaiden pääsyä tuen piiriin.</p>		
Asiasanat lasten hyvinvointi, mielenterveyden edistäminen, kouluympäristö		

Abstract

Authors	Type of Publication	Published
Linda Kokko	Master´s Thesis	Spring 2025
Satu Niskasaari	Number of Pages	
	87	
Title of Publication		
Supporting children´s mental health in school environment		
The experiences of teachers and the student welfare team at Rakokivi School		
Master of Social Services, Development of Child and Family Services		
Organisation of the client		
Rakokivi Elementary school		
Abstract		
<p>Mental health problems among children and adolescents have increased in Finland. Concurrently, schools have assumed greater responsibility for supporting student well-being and mental health, creating additional pressure on teaching staff and student welfare services. The school community plays a crucial role in children's well-being as an environment for participation and social relationships, where teachers occupy a significant position in identifying and supporting students' mental health issues and referring them to student welfare services.</p> <p>The objective of this thesis was to provide information to the staff of Rakokivi School regarding the implementation of mental health work among students and to identify areas for improvement. The purpose was to examine the experiences of teachers and student welfare professionals in promoting mental health within the school environment. This information can be utilized in planning school operations and teaching and supporting children's mental health and well-being. The thesis was conducted as an applied qualitative study, with data collected through qualitative questionnaires administered to teachers and student welfare personnel. The data was analyzed using data-driven content analysis.</p> <p>Based on the thesis findings, promoting children's mental health at Rakokivi School is founded on adult presence and security, multi-professional collaboration, and strengthening emotional and interpersonal skills. The areas requiring development emphasize resource deficiencies and the need to enhance cooperation. There is a desire for external assistance in mental health work and a more expeditious arrangement of treatment and professional contacts. Effective collaboration with homes and guardians is essential, as addressing children's challenges proves difficult without mutual understanding. Development measures should be directed toward strengthening staff resources, reducing school burden, and accelerating student access to support services.</p>		
Keywords		
Child welfare, mental health promotion, school environment		

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lähtökohdat	3
2.1	Nykytilan ja tarpeen kuvaus	3
2.2	Yhteistyöorganisaatio	4
2.3	Kehittämisen tarve ja odotettavissa oleva hyöty.....	6
2.4	Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	7
2.5	Aiemmat tutkimukset ja tiedonhaku	8
3	Näkökulmia mielenterveyteen	10
3.1	Mielenterveyden määritelmä	10
3.2	Mielenterveyden edistäminen.....	11
3.3	Lasten ja nuorten mielenterveys	12
3.3.1	Lasten ja nuorten oireilu.....	13
3.3.2	Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelut	14
3.4	Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät	16
4	Peruskoulu mielenterveyden edistäjänä	18
4.1	Koulun asema lasten ja nuorten mielenterveyden edistämässä	18
4.2	Opiskeluhoolto oppilaan tukena	20
4.3	Oppimisen tuki	21
4.4	Koululla käytössä olevat menetelmät mielenterveyden tukemiseen.....	23
4.5	Moniammatillinen yhteistyö koulun arjessa	25
5	Menetelmälliset lähtökohdat.....	27
5.1	Soveltava laadullinen tutkimus.....	27
5.2	Aineistonkeruumenetelmä.....	30
5.3	Aineistonkeruun toteuttaminen.....	31
5.4	Aineiston analyysi	34
6	Tulokset.....	38
6.1	Mielenterveyden tukeminen koulu yhteisössä	38
6.2	Haasteet mielenterveyden tukemisessa	41
6.3	Mielenterveyden edistämistyön tuki	45
7	Pohdinta	49
7.1	Tulosten tarkastelu	49
7.2	Eettisyys ja luotettavuus.....	57
7.2.1	Eettisyys opinnäytetyöprosessissa	58

7.2.2	Luotettavuus opinnäytetyöprosessissa.....	61
7.3	Johtopäätökset.....	65
7.4	Kehittämisehdotukset	71
7.5	Jatkotutkimusaiheet.....	73
	Lähteet.....	75

Liitteet

Liite 1. Laadullinen tiedonkeruulomake Rakokiven koulun opettajille ja opiskeluhuollon toimijoille

Liite 2. Saatekirje laadulliseen tiedonkeruulomakkeeseen

Liite 3. Tietosuojailmoitus

1 Johdanto

Lasten ja nuorten pahoinvointi on viime vuosina lisääntynyt Suomessa ja muissa hyvän tulotason maissa näkyen erilaisena oireiluna koulussa ja vapaa-ajalla, esimerkiksi päihteiden käyttönä, käytösongelmina ja mielenterveyshäiriöinä. Ongelmat ovat alkaneet näkyä jo yhä nuoremmilla, päiväkotij- ja alakouluikäisillä lapsilla. (Bronsard ym. 2016, 1; Andermo ym. 2020, 2; Martiskainen 2020.)

Lapsilla ja nuorilla esiintyvät mielenterveydenhäiriöt ovat yleisiä, lapsista noin 15 % ja nuorista noin 20–30 % kärsii jonkin asteisista mielenterveyden häiriöistä. Lievemmat ahdistus- ja mielialaoireet ovat lisääntyneet vakavampien häiriöiden esiintyvyyden pysyessä ennallaan. (HUS 2022.) Varhainen puuttuminen lasten ja nuorten mielenterveydenhäiriöihin on entistä tärkeämpää, sillä se auttaa ehkäisemään myöhemmän iän mielenterveysongelmia sekä parantamaan lasten ja nuorten hyvinvointia ja tuottavuutta tulevaisuudessa. Haastavaa on, että juuri nuorilla on ollut heikoimmat mahdollisuudet saada mielenterveyshuoltoa. Terveyspalvelut ovat huonosti suunniteltuja, selvästi aliresursoituja ja tyypillisesti epämiellyttäviä nuorille, mikä ei herätä nuorissa luottamusta. (McGorry & Mei 2018, 1.) Nuorilla palvelutarpeet ja haasteet ovat usein yhtäaikaisia, eikä niitä pitäisi erottaa eri palveluihin erikseen hoidettaviksi. Nuoria myös ohjataan sellaisiin palveluihin, joita on saatavilla, vaikka ne eivät täysin vastaisikaan nuoren tarpeeseen. (Leskelä 2022, 30.)

Noin puolet aikuisiän mielenterveyshäiriöistä on alkanut 14 ikävuoteen mennessä. Kaikki lasten ja nuorten oireilu tai haastava käytös ei kuitenkaan tarkoita mielenterveysongelmia. Lasten kehityksen tarpeet ja yksilöiden erilaiset kehityspolut olisikin erityisen tärkeää huomioida heidän kasvuympäristössään. (HUS 2022; Aalto-Setälä ym. 2023, 35.) Lasten mielenterveyspalvelujen piiriin hakeutumisen yleisenä syynä ovat usein jo alakouluikässä alkavat käyttäytymisen säätelyn pulmat ja ahdistus. Lapsen omassa toimintaympäristössä toteutetut varhaiset ja riittävät tukitoimet voivat helpottaa lapsen oloa huomattavasti sekä ehkäistä myöhemmin esiintyvää erikoissairaanhoidon tarvetta. (HUS 2021.)

Koulu on merkittävässä asemassa lasten mielenterveyden tukemisessa. Opettajien osaaminen mielenterveyteen liittyen on erityisen tärkeää, koska opettajien rooli

oppilaiden mielenterveysongelmien tunnistamisessa ja opiskeluhuollon palveluihin ohjaamisessa on suuri. Lisäkoulutus, ohjaus ja tuki lisäävät opettajien valmiuksia tukea oppilaiden mielenterveyttä ja tunnistaa mielenterveysongelmia. (Markkanen 2022.) Kouluympäristöjen tukeminen vähentää käytöshäiriöiden riskitekijöitä niin yksilö- kuin yhteiskunnan tasollakin. Lasten käytösongelmia vähentää ja ehkäisee kouluissa koko ryhmälle kohdistettu tunne- ja vuorovaikutustaitojen sekä ongelmanratkaisukykyjen opettaminen. Lasten ja nuorten käyttäytymisen oppimista tukevat turvalliset, lämpimät ja ennakoitavat ihmissuhteet, kouluympäristön tarjoama myönteinen malli sekä positiiviset kasvatuskäytännöt. (Toikkanen 2018.)

Opettajat kokevat oppilaiden mielenterveyden edistämisen tärkeäksi osaksi työtään, mutta tutkimusten mukaan pitävät osaamistaan mielenterveystyöhön riittämättömänä (Maclean & Law 2021, 3). Varhaisen vaiheen puuttuminen on erittäin tärkeää ongelmien pysäyttämiseksi ja ennaltaehkäisemiseksi, mikä nostaa päiväkodin ja koulun sekä heidän osaamisensa olennaiseen asemaan. Relevantteja ovat tavat, joilla hyvinvointia ja hyvää mielenterveyttä tuetaan ja hoidetaan jo ennen lapsen ohjautumista muihin hoitotahoihin. Tehokkaita auttamisen menetelmiä tulisi olla käytössä lasten omilla toimintaympäristöissä jo paljon aikaisemmin kuin vasta hoitokontaktin saamisen jälkeen. Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksessa olisi hyvä kiinnittää huomiota siihen, millaisia valmiuksia oppilaiden mielenterveyden edistämiseen koulupäivän aikana opettajat koulutuksessaan saavat. Osaamista ja keinoja toimia tulisi olla myös silloin, kun oppilailla on jo havaittu mielenterveyden ongelmia. (Anttila ym. 2016, 27, 35.)

Opinnäytetyö toteutetaan soveltavana laadullisena tutkimuksena Nastolan Rakokiven peruskoulun ala-asteen opettajille ja opiskeluhuollon toimijoille suunnattuna kyselytutkimuksena. Tavoitteena on tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Tarkoituksena on selvittää opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksia mielenterveyden edistämisestä kouluympäristössä. Tästä tiedosta johdettuja kehittämissuhteita voidaan käyttää suuntana siinä, kuinka mielenterveyden edistämistä koulussa voitaisiin toteuttaa.

2 Lähtökohdat

2.1 Nykytilan ja tarpeen kuvaus

Lasten ja nuorten mielenterveyden ongelmat ovat lisääntyneet viime vuosien aikana ja heidän kokemansa hyvinvointi on laskussa. Tämä näkyy erilaisena oireiluna, kuten käytösongelmina, mielenterveyshaasteina ja päihteiden käyttönä. Lapset ja nuoret viettävät suuren osan arjestaan varhaiskasvatuksen ja koulun piirissä, jossa nämä haasteet usein ilmenevät. (Aalto-Setälä ym. 2021, 1; Savolainen 2022.)

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella mielialaan liittyviä ongelmia kokeneiden 4–5 luokkalaisten oppilaiden osuus vuonna 2021 oli 23,2 %, joka oli korkein koko maassa. (Päijät-Hämeen liitto). Vähintään kerran viikossa kiusaamista kokeneiden koululaisten määrä on myös kääntynyt nousevaan suuntaan (TTL 2024). Koulu tekee poliisin ohella suuren osan lapsia ja nuoria koskevista lastensuojeluilmoituksista. Ilmoitukset ovat viimeisen kymmenen vuoden aikana lähes kaksinkertaistuneet. Lastensuojeluilmoituksen kohteena olevien lasten määrä on kasvanut jo vuosia, ja ilmoitukset ovat alkaneet kohdistua yhä enemmän koulu- ja teini-ikäisiin lapsiin. Alle kouluikäisillä lastensuojeluilmoitusten määrä on pysynyt ennallaan, mutta usein lasten ongelmat ja oirehdinta alkaa näkyä vasta murrosiän kynnyksellä ja lasten saadessa liikkua itsenäisemmin. (Kuusikko-työryhmä 2021, 23–24, 73; Forsell & Kuoppala 2022, 1.) Suomessa on esiintynyt viime vuosina vakavia nuorten tekemiä väkivallantekoja, jotka kertovat siitä, että lasten ja nuorten pahoinvointi on lisääntynyt, vaikka edelleen suurin osa heistä voi hyvin. Pieni, mutta nopeasti suureneva marginaali lapsista ja nuorista voi merkittävän huonosti, mikä ääritapauksissa voi johtaa väkivaltaisiin tekoihin. (Pitkänen ym. 2022, 14; Haapakangas & Kaakinen 2023; THL 2023a.)

Lasten mielenterveyden haasteiden ja pahoinvoinnin tunnistaminen voi olla vaikeaa. Usein huomataan ne lapset, joilla on ei-toivottua käytöstä ja oireilu näkyy ulospäin, kun taas hiljaiset ja vetäytyvät lapset voivat jäädä huomaamatta. Lasten tilanteet ja heidän tapansa reagoida erilaisiin asioihin ovat hyvin yksilöllisiä. Tämä asettaa lasten ja nuorten kanssa työskentelevät vaatimaan asemaan. Monesti työtä kuormittavat monet asiat, kuten resurssien puute ja kiire, jotka hankaloittavat tarkkanäköistä kohtaamista. (Juutilainen 2021.) Koululla ja harrastuksilla on perheen ja kaverisuhteiden lisäksi tärkeä merkitys lapsen ja nuoren suotuisalle

kasvulle ja kehitykselle. Koulu voi toimia turvallisena ympäristönä, jossa oppilaat saavat tukea mielen hyvinvointiinsa tärkeiden ihmissuhteiden kuten koulukavereiden ja koulun aikuisten kautta. Tutkimuksissa kouluun kiinnittyvyyden on todettu edistävän oppilaiden mielenterveyttä. Koulu toimii myös paikkana saavuttaa tärkeitä positiivisia onnistumisen kokemuksia. (Aalto-Setälä ym. 2020, 35–36; Diggs ym. 2024)

Koulu voi toimia myös lasta ja nuorta kuormittavana ja mielenterveysongelmille altistavana tekijänä, mikäli lapsi kokee koulussa kiusaamista ja turvattomuutta tai jää vaille tarvitsemaansa tukea. Varsinkin kiusaamiskokemukset ovat voimakkaasti yhteydessä mielenterveysongelmiin, kuten eri asteiseen masennukseen ja itsetuhoisuuteen. Näihin läheisesti liittyy myös koulusuoriutumisen aiheutuva stressi. (Lester & Cross 2015, 3.)

Opettajan rooli on keskeinen oppilaiden mielenterveysongelmien tunnistamisessa ja opiskeluhuollon palveluihin ohjaamisessa. Monesti he toimivat lapsille myös tärkeänä roolimallina ja mielenterveystaitojen opettajana ja toteuttavat kaikille oppilaille kohdennettuja mielenterveysinterventioita. Opettajien mielenterveyden tukemisen taidot ovat tärkeä osa kouluyhteisön hyvinvointia. (Aalto-Setälä ym., 2020, 34–35.) Tutkimusten mukaan opettajat ovat kertoneet epävarmuudestaan tunnistaa ja tukea oppilaitaan mielenterveyden haasteissa. Opettajien saama lisäkoulutus, tuki ja ohjaus tutkitusti lisää heidän valmiuksiaan tukea oppilaidensa mielenterveyttä ja tunnistaa sen haasteita. (Ekornes 2017, 3–4.)

2.2 Yhteistyöorganisaatio

Opinnäytetyö toteutetaan yhdessä Nastolan Rakokiven peruskoulun rehtorin ja opettajien sekä opiskeluhuollon toimijoiden kanssa. Nastola kuuluu osana Päijät-Hämeen hyvinvointialuetta kuntaliitoksessa Lahden kanssa. Hyvinvointialue järjestää kaikille alueen asukkaille sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen palvelut, mitkä sisältävät perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon, sosiaalihuollon, lasten, nuorten ja perheiden palvelut, työikäisten palvelut, ikääntyneiden palvelut, mielenterveys- ja päihdepalvelut, vammaispalvelut, oppilas- ja opiskelijahuollon sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelut. (Päijät-Hämeen hyvinvointialue 2023.)

Nastolan Rakokiven peruskoulu on Nastolan keskustan tuntumassa sijaitseva ala-aste, joka on toiminut syksystä 2021 uusissa monitoimitalo Loiston toimitiloissa. Samassa rakennuksessa toimivat kirjasto, päiväkotiki ja esiopetus. Koulussa on 1.–6. luokkalaisia oppilaita noin 370. Koulun henkilökunta toimii tiimeinä, jolloin opetus suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan tiimeissä. Pedagogiikassa panostetaan laaja-alaisen oppimisen taitojen ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun, joita ovat ajattelu ja oppiminen, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, vuorovaikutus ja ilmaisu, kulttuurinen osaaminen, työelämätaidot ja yrittäjyys, osallistuminen ja vaikuttaminen sekä monilukutaito, tieto- ja viestintätekniinen osaaminen. Taitojen harjoittelun kautta lasten osallisuus omasta oppimisestaan korostuu. (Lahden kaupunki 2024.)

Rakokiven koulussa oppimisen tukea järjestetään kolmiportaisen tukimallin mukaisesti (perusopetuslaki 628/1998, 16 ja 17 §). Tarkoituksena on turvata oppimiseen tarvittu tuki jokaiselle oppilaalle. Yleisen tuen keinojen ollessa riittämättömiä, siirrytään tehostettuun tukeen. Tehostettua tukea annetaan suunnitelmallisesti ja riittävän pitkään. Mikäli tehostetun tuen keinot eivät riitä, siirrytään erityiseen tukeen. Koulun opetuksessa käytetään joustavaa ryhmittelyä, jotta jokaiselle oppilaalle voitaisiin järjestää juuri hänen sen hetkisille taidoilleen soveltuvaa opetusta. Ryhmät voivat olla eri kokoisia ja koostua eri oppilaista oppiaineen mukaan. Ryhmittely ei ole pysyvä, vaan kukin etenee oman taitotasonsa ja eri haastavuustasonsa mukaan. Oppimista tuetaan myös yksilö- ja ryhmämuotoisena toimintana, jonne lapset ohjautuvat opettajan tai opiskeluhuollon kautta. (Lahden kaupunki 2024.)

Kuntouttavina toimintamuotoina koulussa ovat käytössä Tunneryhmät, Nepsy-toiminta, Malti-ohjelma, Etsivät-ryhmä, kognitiivisia taitoja vahvistava IE-toiminta sekä Motoriikka-ryhmä. Käytössä on myös muita tukemisen keinoja, kuten koulukoira-toiminta, tukiovetus ja läksyparkki sekä ohjaajapalvelut eli jokaiselle luokalle mitoitettut koulunkäyntiavustajat. Rakokiven koulussa hyödynnetään Verso-ohjelmaa ja restoratiivista lähestymistapaa (Resto) ristiriitatilanteiden sovittelussa sekä ongelmatilanteissa. Näihin menetelmiin on koulutettu sekä opettajia että koulun oppilaita vertaissovittelijoiksi. (Lahden kaupunki 2024.)

Opetushallituksen mukaan (2024) opiskeluhuolto kuuluu kaikille kouluyhteisön jäsenille ja sitä toteutetaan yhdessä lasten huoltajien kanssa. Rakokiven koulussa

opiskeluhoiltopalveluihin kuuluvat kouluterveydenhuolto, koulukuraattori- ja psykologipalvelu. Opiskeluhoillon toimintaa koordinoi opiskeluhoiltoiryhmä, johon kuuluvat rehtori, erityisopettaja, koulupsykologi, koulukuraattori, terveydenhoitaja, vaihtuva vanhempaintoimikunnan jäsen sekä tarvittaessa opettaja. Opiskeluhoiltoiryhmässä käsitellään koulun yleisiä teemoja ja ilmiöitä sekä koulunkäynnin asioita. Lahden ja Nastolan kouluissa panostetaan erityisesti oppilaiden, opiskelijoiden ja huoltajien osallisuuden ja kuulluksi tulemisen toteutumiseen, kouluviihtyvyyteen sekä poissaolojen ja kiusaamisen vähentämiseen. (Lahti 2024a.)

2.3 Kehittämisen tarve ja odotettavissa oleva hyöty

Yhteistyötahon edustajan mukaan Rakokiven peruskoulussa on käytössä oppilaiden tukemiseen tarkoitettuja ohjelmia ja tukimuotoja, eikä varsinaisten lasten mielenterveyden tukemiseen tarkoitettujen menetelmien kehittämistä nähty tarpeelliseksi. Lasten mielenterveys ja sen tukeminen ovat kuitenkin tänä päivänä teemoja, joille on selkeä tarve (Kallinen ym. 2021, 4). Vaikka opettajilla ja opiskeluhoillon toimijoilla olisi käytettävissään erilaisia menetelmiä oppilaiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemiseen, ei ole tietoa siitä, käytetäänkö niitä laadukkaasti ja tasalaatuisesti, miten vaikuttavia ne ovat ja toivoisivatko opettajat ehkä jotain muuta työnsä tueksi. Tärkeää on, että opettajat ja opiskeluhoilto saavat itse sanoittaa, minkälaista tukea ja menetelmiä he kaipaisivat työssään vai onko tilanne hyvä sellaisenaan. (Anttila 2016, 34–35.)

Koko koulu yhteisön hyvinvoinnista huolehtiminen on yksi koulun päätehtävistä. Lapsuus ja nuoruus ovat elämänvaiheita, joissa luodaan perusta koko elämän kestävään mielenterveyteen, ja kaikki lapset ja nuoret tavoittavana instituutio, peruskoulu, tarjoaa hyvän mahdollisuuden mielenterveyden edistämiseksi juuri tässä elämänvaiheessa. Opettajilla on siksikin vastuullinen rooli lasten elämään vaikuttavina tärkeinä aikuisina. Rooli korostuu erityisesti luokanopettajilla, jotka viettävät oppilaidensa kanssa pitkiä aikoja ja yleisesti ottaen tuntevat heidät hyvin. Opettajat vaikuttavat merkittävästi luokan tunneilmapiiriin ja heidän suhtautumisellaan oppilaisiin ja opittaviin asioihin on oppilaille paljon merkitystä. Opettajien tuntemus oppilaistaan ja huomiot mahdollisesta oireilusta ovat tärkeässä asemassa lasten mielenterveyden edistämiseksi kouluympäristössä. Heidän

mielenterveysosaamisensa tulisi olla mahdollisimman korkealla tasolla. (Petäinen 2023, 23–24.)

Vaikka opettajat ovatkin keskeisessä asemassa oppilaiden mielenterveyden edistämässä, he ovat kuitenkin osa koulu yhteisöä eivätkä ole yksin vastuussa sen hyvinvoinnista. Yhdessä sovitut käytänteet ja koulun kulttuuri vaikuttavat paljon. Opettajat toimivat yhdessä moniammatillisen opiskeluhoitopalvelujen kanssa, jotka ovat tärkeä osa lasten mielenterveyspalveluja. Opiskeluhoitopalveluihin kuuluvat yleensä koulupsykologin ja –kuraattorin sekä kouluterveydenhuollon palvelut. (Anttila ym. 2016, 23–24.) Opinnäytetyössä halutaan tästä syystä antaa ääni opettajien lisäksi myös opiskeluhoollon toimijoille, koska he yhdessä muodostavat koulun ammatillisen yhteisön ja toteuttavat työtään yhdessä. Opinnäytetyössä haluttiin selvittää, miten lasten mielenterveyden edistäminen näkyy ja toteutuu juuri Nastolan Rakokiven koulussa ja mitä sanottavaa opettajilla ja opiskeluhoollon toimijoilla tästä on.

2.4 Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Tarkoituksena on selvittää opettajien ja opiskeluhoollon toimijoiden kokemuksia mielenterveyden edistämisestä koulu ympäristössä. Tästä tiedosta johdettuja kehittämissuhteita voidaan käyttää suuntana siinä, kuinka mielenterveyden edistämistä koulussa voitaisiin toteuttaa.

Opinnäytetyö toteutetaan soveltavana laadullisena tutkimuksena. Aineistonkeruu toteutetaan opettajille ja opiskeluhoollon toimijoille tehtävällä laadullisella tiedonkeruulomakkeella. Tiedonkeruulomakkeen tulokset koostetaan kehittämissuhteiksi.

Tutkimuskysymykset:

1. Miten lasten mielenterveyden tukemista ja edistämistä toteutetaan tällä hetkellä Rakokiven koulussa?
2. Millaisia haasteita opettajat ja opiskeluhoollon toimijat näkevät mielenterveyden tukemisessa koulussa?

3. Millaista tukea opettajat ja opiskeluhuollon toimijat toivoisivat työhönsä lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseksi?

2.5 Aiemmat tutkimukset ja tiedonhaku

Opinnäytetyön tietoperusta koostuu seuraavien käsitteiden avaamisesta; mielenterveys, mielenterveyden edistäminen, mielenterveyttä edistävät ja suojaavat tekijät, lasten ja nuorten mielenterveys ja peruskoulu mielenterveyden edistäjänä. Soveltavassa tutkimuksessa teoretietoa hyödynnetään keinona tuottaa sen avulla tutkimustietoa (Vilkkä 2015, 34).

Opinnäytetyön tiedonhaku tehtiin etsimällä asiasanoilla luotettavaa ja laadukasta tietoa eri muodoissa, kuten tutkimuksia, kirjallisuutta ja tilastoja. Tiedonhaku helpottaa, kun löytää keskeiset käsitteet ja asiasanat sekä valitsee sopivat hakutekniikat. Suunnitteleamalla haun hyvin, pystytään löytämään sopivat tiedonlähteet ja karsimaan aiheeseen sopimattomat lähteet pois tuloksista. (Tritonia.) Tiedonhaussa käytettiin Lab-ammattikorkeakoulun kirjastopalvelua LAB Prima sekä Finna.fi-, Cinahl- ja PubMed -tietokantoja. Hakusanoina käytettiin muun muassa mielenterveys, mielenterveyden edistäminen, mielenterveyden tukeminen, lapset, kouluympäristö ja koulu, mental health, supporting mental health, promoting mental health, children, school ja school environment. Hakusanoina käytettiin myös yhdistelminä niin suomeksi kuin englanniksi. Hakua rajattiin koskemaan korkeintaan kymmenen vuotta vanhoja aineistoja, mutta joitakin tätä vanhempia lähteitä otettiin myös käyttöön. Teoriapohja koottiin näiden hakusanojen avulla löydettyjen aineiston perusteella.

Lasten mielenterveyden tukemisesta on löydettävissä useita erilaisia tutkimuksia ja selvityksiä, kuten Valtioneuvoston (Pitkänen ym. 2022) selvitys ”Nuorten mielenterveyden tukeminen sosiaalihuollossa ja matalan kynnyksen toiminnassa”, Tuovisen (2021) kandidaatin tutkielma ”Peruskouluikäisten lasten mielenterveyden tukeminen interventioiden avulla koulumaailmassa”, Savolaisen (2022) väitöstutkimus ”Promotion of children’s mental health: a socio-ecological mixed methods study in North Savo” tai Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (Huurre ym. 2015) tutkimus ”Mielenterveyden ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämisen

menetelmät ja käytännöt peruskouluissa”. Väitöstutkimuksia ja muita tieteellisiä julkaisuja erityisesti varhaiskasvatuksen ja koulukontekstin vuorovaikutuksesta on myös tehty paljon viime vuosina. Suomessa on meneillään myös laajoja kansallisia tutkimushankkeita, joissa aikasarjatutkimuksin tutkitaan perusopetusikäisten lasten ja nuorten hyvinvointia, esimerkiksi Turun yliopiston Christina Salmivallin vetämä Challenge -projekti, jossa tutkitaan pitkäaikaisen kiusaamisen ulottuvuuksia ja vaikutuksia interventioista huolimatta. (Anttila ym. 2016, 35; UOT 2020.)

3 Näkökulmia mielenterveyteen

3.1 Mielenterveyden määritelmä

Mielenterveyttä voidaan lähestyä usealla tavalla ja se on käsitteenä moniulotteinen. Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee mielenterveyden olevan sellainen hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat vahvuutensa, selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa, oppimaan ja työskentelemään sekä ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan (WHO 2024).

Mielenterveys on tärkeä osa ihmisen hyvinvointia, johon kuuluvat psyykinen, fyysinen, henkinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Mielenterveys itsessään koostuu monesta tekijästä, joista jotkut ovat vahvempia kuin toiset ja ne voivat vaihdella elämäntilanteen mukaan. Mielenterveys ei ole pysyvä ominaisuus, vaan se vaihtelee elämän kuluessa ja voi kehittyä, korjaantua tai häiriintyä olosuhteiden ja yksilöllisten tekijöiden vuorovaikutuksessa. Mielenterveyden voimavarat kasvavat suotuisissa olosuhteissa, kun taas kuormittavat olosuhteet kuluttavat niitä. Mielenterveyden osatekijöitä ovat ihmisen yksilölliset ja perinnölliset tekijät, sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutus, yhteiskunnan rakenteelliset tekijät sekä kulttuuriset arvot ja uskomukset. Yksilölliset tekijät voidaan jakaa synnynäisiin tekijöihin, kuten temperamentti, sekä kasvatuksen myötä kehittyviin tekijöihin, kuten identiteetti, itseluottamus ja säätelykeinot. (Appelqvist-Schmidlechner ym. 2016, 2; Nurmi ym. 2017, 18; Aalto-Setälä ym. 2023, 18.)

Hyvä mielenterveys lisää yksilön toimintakykyä ja elämänlaatua. Hyvä mielenterveys toimii myös pohjana lapsen ja nuoren myönteiselle kehitykselle ja oppimiselle sekä yhteiskuntaan sopeutumiselle. Lapsen mielenterveyden kehitykseen vaikuttavat suoja- ja riskitekijät sekä resilienssi. (Anttila ym. 2016, 11; Aalto-Setälä ym. 2023, 20.) Mielenterveyttä voidaan tarkastella mallina, jossa vaikuttaa kaksi ulottuvuutta; psyykinen hyvinvointi ja mielenterveyden häiriö, joka ei kuitenkaan sulje pois hyvinvointia. Mielenterveyden häiriötä sairastava ihminen voi voida psyykkisesti hyvin ja vastaavasti ihminen voi voida psyykkisesti huonosti, vaikka hänellä ei olisikaan diagnosoitu mielenterveyden häiriötä. Mielenterveyden häiriö ja mielen hyvinvointi voivat siis esiintyä ihmisellä saman aikaisesti. Mielenterveys on luonteeltaan enemmän elämäntaidollinen ja yhteiskunnallinen käsite kuin lääketieteellinen. (Appelqvist-Schmidlechner ym. 2016, 3–5.)

Yhteiskunnalla ja kasvuympäristöllä on paljon vaikutusta yksilön mielenterveyteen. Yhteiskunnassa vallitseva oikeudenmukaisuus, ihmisoikeuksien kunnioittaminen ja yksilön vaikuttamismahdollisuudet ovat mielenterveyttä tukevia tekijöitä. Mielenterveyden häiriöiden ennaltaehkäiseminen ja laadukas, viiveetön hoito ovat tärkeässä asemassa. Hyvinvoiva ihminen on yhteiskunnalle tuottava ja toivottava asia, minkä takia kansalaisten hyvinvointiin tulisi yhteiskunnallisesti panostaa. Yhteiskunnan tulisi turvata asukkailleen riittävä toimeentulo ja koulutus, terveelliset ja turvalliset elinolot, tarpeenmukainen tuki ja hoito haavoittuvassa asemassa oleville, palveluiden yhdenvertainen saatavuus ja laatu eriarvoisuutta vähentäen sekä ympäristöstä ja luonnosta huolehtiminen yhteiskuntasuunnittelussa. (Solin ym. 2018, 1–5; Karlsson & Mikkonen 2019, 1–3.)

3.2 Mielenterveyden edistäminen

Mielenterveyden edistäminen tukee hyvän mielenterveyden toteutumista, mielen voimavarojen vahvistumista ja yleistä hyvinvointia sekä tyytyväisyyttä omaan elämään. Mielenterveyden edistämisen tavoitteena on mielenterveyttä suojaavien ja vahvistavien tekijöiden lisääminen. Positiivista mielenterveyttä yhteisössä lisäämällä voidaan mielenterveyden edistämisen kautta vaikuttaa ehkäisevästi mielenterveyden häiriöiden syntyyn. Suurin osa mielenterveyden edistämisestä toteutetaan sosiaali- ja terveyssektorin ulkopuolella, arjen eri toimintaympäristöissä, kuten kouluissa ja työpaikoilla. (Wahlbeck ym. 2017; Solin ym. 2018, 1–3; THL 2023a.)

Mielenterveyttä voidaan edistää yksilö-, yhteisö- ja rakennetasolla. Yksilön mielenterveyttä edistetään tukemalla hänen itsetuntonsa, psyykkisen hyvinvoinnin, resilienssin ja elämänhallinnan sekä osaamisen ja voimavarojen vahvistamista. Yhteisötasolla puolestaan sosiaalisen tuen, yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistaminen sekä lähiympäristöjen viihtyisyyden ja turvallisuuden lisääminen edistää mielenterveyttä. Rakennetasolla mielenterveyden edistämistä toteutetaan hyvinvointilähtöisillä, syrjintää ja epätasa-arvoa vähentävillä yhteiskunnallisilla päätöksillä ja se edellyttää toimia kaikilla yhteiskunnan eri sektoreilla. (Wahlbeck ym. 2017; Solin ym. 2018, 1–4; THL 2023a.)

Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistetään erityisesti identiteetin ja persoonallisuuden kehittymistä sekä kehitystehtäviä tukemalla. Kehitymässä olevat

tunne-elämä ja ajattelumaailma ovat keskeisessä roolissa. Lasten ja nuorten kohdalla mielenterveyden edistäminen kohdistuukin usein tunne- ja ongelmanratkaisutaitojen sekä sosiaalisten taitojen vahvistamiseen, sillä varhain opitut taidot tukevat mielenterveyttä myös myöhemmin elämässä. (Aalto-Setälä ym. 2023, 20.)

3.3 Lasten ja nuorten mielenterveys

Lapsuus ja nuoruus ovat ikäkausia, jolloin mielenterveyden perusta monella tapaa rakentuu. Kehitys lapsuudessa ja nuoruudessa on yksilöllistä, vaikka eri ikävaiheisiin liittykin tiettyjä tyypillisiä piirteitä. Näihin ikävaiheisiin liittyvät suuret muutokset on otettava huomioon lasten ja nuorten mielenterveyden oireiden ja häiriöiden tunnistamisessa, jotta ne osataan erottaa mielenterveyshäiriöiden yleisyydessä ja tyypillisessä puhkeamisikässä. Suuria eroavaisuuksia lasten ja nuorten mielenterveydessä eri ikävaiheissa esiintyy myös yksilöiden ja sukupuolien välillä. Lapsuuden ja nuoruuden aikaiset kokemukset, sosiaaliset suhteet ja voimakas fyysinen ja psyykinen kehitys muovaavat pohjan koko ihmisen elämälle ja aikuisuuden hyvinvoinnille. Yksilöllisten tekijöiden lisäksi myös ympäristö ja kulttuuri vaikuttavat yhdessä lapsen suotuisaan kasvuun ja kehitykseen. Lapsuuden perhe vaikuttaa tähän myös erittäin suuresti. Koulu ja vapaa-ajan harrastustoiminta ovat kodin ohella sellaisia kehitysympäristöjä, joissa lasten ja nuorten hyvää mielenterveyttä voidaan edistää ja tukea. (Anttila ym. 2016, 11; Vormo ym. 2020, 17; THL 2024.)

Ihmisen mielenterveys elää ja kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Perimään liittyvät biologiset tekijät ovat myös yhteydessä lapsuuden kasvuympäristöön, mikä tarkoittaa, että vaikka ihmisen perimässä olisi mielenterveyshäiriöille altistavia tekijöitä, mielenterveyttä edistävässä kasvuympäristössä nämä tekijät eivät pääse kehittymään. Parhaimmillaan lapsen koko kasvuympäristö tukee hänen mielenterveyttään ja mahdollistaa psyykkisten voimavarojen positiivisen kehityksen. Osallisuus arjen vuorovaikutukseen ja toimintaan kotona ja muissa kehitysympäristöissä sekä lapsen kokemukset mahdollistavat mielenterveyden edistämisen geeniperimästä riippumatta. (Wahlbeck ym. 2017; Vormo ym. 2020, 21.)

Perheessä esiintyvät hyvinvoinnin haasteet ovat monesti osa ylisukupolvista kierrettä. Perheen sisäiset ongelmat, kuten mielenterveys- ja päihdeongelmat, työttömyys ja köyhyys heijastuvat mitä todennäköisemmin lapsen kehitykseen ja hyvinvointiin, mikä saattaa alkaa näkyä erilaisena oireiluna. Lapsen omat käytösongelmat voivat puolestaan johtaa negatiivisen vuorovaikutuksen kehään, josta on vaikea päästä irti. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen, turvallisuuden tunteen ja arjen taitojen vahvistamista voidaan tehdä jo lapsen varhaisvuosina esimerkiksi varhaiskasvatuksessa, peruskoulussa ja harrastuksissa oman perheen ja lähipiirin lisäksi. Jotta lasten ja nuorten mielenterveyttä voidaan tukea tehokkaasti, tulee ymmärtää näiden ikäkausien merkitys koko elämän hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. (Wahlbeck ym. 2017; Vormo 2020, 21; Kokkonen ym. 2023.)

3.3.1 Lasten ja nuorten oireilu

Lapsilla ja nuorilla tavallisimpia mielenterveyshäiriöitä ovat käytöshäiriöt, ahdistuneisuus sekä neuropsykologiset ongelmat ja häiriöt. Lapset tuovat psyykkistä vointiaan ja pahaa oloaan esiin reagoimalla tapahtumiin esimerkiksi käytösongelmilla, päihteiden käytöllä tai sulkeutumalla. Monesti ongelmat näkyvät muutoksina ajatuksissa, käytöksessä, sosiaalisessa käyttäytymisessä tai tunnesäätelyssä. Nämä muutokset ahdistavat ja häiritsevät lapsia siinä määrin, että käyttäytyminen voi olla vaikeaa. Mielenterveyshäiriöiden esiintyminen on lapsuusaikaa yleisempää nuoruudessa, jolloin useat vakavat mielenterveyshäiriöt kuten syömishäiriöt tai psykoosit alkavat. Varsinkin syömishäiriöiden esiintyvyys lapsilla ja nuorilla on kasvanut nopeasti viime vuosien aikana. (Haravuori ym. 2016, 13–14; Putkuri ym. 2022, 2.)

Koulukiusatuksi joutumisen on havaittu olevan yhteydessä psykosomaattisiin oireisiin, heikkoon itsetuntoon, masennus- ja ahdistuneisuusoireisiin, väkivaltaiseen käyttäytymiseen ja itsetuhoisiin ajatuksiin. Kiusaajana olo taas on yhteydessä niin sisäänpäin kääntyneisiin kuin ulospäin suuntautuviin häiriöihin, kuten depression, ahdistukseen, käytöshäiriöihin ja päihteiden käyttöön. (Lereya 2015; Kampoli ym. 2017, 9; Velt 2024.) Blanchflowerin ja Brysonin (2024, 9) esiin tuomassa Iso-Britannialaisessa pitkittäistutkimuksessa on todettu, että koulukiusaamisella on pysyviä, haitallisia ja merkittäviä vaikutuksia läpi elämän. Cowien ja Myersin (2018,

4) mukaan kiusaaminen vaikuttaa lasten fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, koulunkäyntiin, tulevaan koulutustasoon sekä sosiaalisiin suhteisiin.

Vuonna 2019 alkanut maailmanlaajuinen koronavirus-pandemia on vaikuttanut monella tavoin lasten ja nuorten hyvinvointiin. Pandemian myötä tulleet sulkutilat ja etätoiminnot ovat rajoittaneet lasten ja nuorten tärkeää sosiaalisuuden kehitysvaihetta. Yksinäisyys ja ahdistusoireilu on lisääntynyt erityisesti yläasteikäisten tyttöjen keskuudessa. (Lämsä 2022.) Yksinäisyys voi horjuttaa lapsen tai nuoren hyvinvointia ja aiheuttaa haitallisia seurauksia, kuten masentuneisuutta, ahdistusta, syrjään vetäytymistä ja jopa itsetuhoisuutta. Lapsen yksinäisyyden varhainen tunnistaminen ja oikein ajoitettu tuki voivat auttaa käsittelemään yksinäisyydestä johtuvaa hätää ja auttaa selviytymään yksinäisyydestä. (Kurtelius & Kumpulainen 2021, 194–196.)

Lämsä (2022) kertoo, kuinka lasten ja nuorten hyvinvoinnin lasku on näkynyt yhteiskunnassa monin tavoin; liikuntaa harrastavien lasten määrä erityisesti urheiluseuroissa on vähentynyt, etäopetus on koetellut koululaisten ja opiskelijoiden mielenterveyttä, oppimista ja sosiaalisten suhteiden muodostumista ja aiheuttanut koulupudokkuutta.

3.3.2 Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelut

Lasten ja nuorten kehityksen ja mielenterveyden ongelmiin on saatavilla apua hyvinvointialueen tarjoamista palveluista, kuten kasvatus- ja perheneuvolasta, joiden tehtävänä on tukea sekä lapsen kasvua ja kehitystä että lapsen vanhempia heidän kasvatustehtävässään (Aalto-Setälä ym. 2023, 24). Vanhemmuuden tukeminen on yksi vaikuttavimmista keinoista ehkäistä lasten ja nuorten mielenterveyden häiriöitä sekä tukea heidän mielenterveyttään. Usein se riittää hoidoksi lasten lievissä mielenterveysongelmissa, sillä lapsen ja nuoren kehityksen ja mielenterveyden tukemisen perusta syntyy koko perheen hyvinvoinnista. (Aalto-Setälä & Huikko 2021, 403; Sperling 2024.)

Terveydenhuollossa lasten mielenterveyden häiriöiden tunnistaminen ja hoitaminen on perusterveydenhuollon tehtävä. Perustason palveluissa hoidetaan alakouluikäisten lasten lieviä ja keskivaikeita mielenterveyden häiriöitä, ensisijaisesti erilaisin psykososiaalisin hoitomuodoin. Mukaan hoitoon voidaan

liittää myös koulun, opiskeluhoillon ja sosiaalitoimen palveluja. Usein lapsen hoitosuunnitelma sisältääkin laajasti kodin ja koulun arjessa toteutettavia yleisiä tukitoimia. (Borg 2015, 8; Aalto-Setälä & Huikko 2021, 403)

Opiskeluhoito on lasten, nuorten ja perheiden peruspalvelu, jota tarjotaan kouluissa. Opiskeluhoito on ensisijaisesti ennalta ehkäisevää ja tukea tarjoavaa. Peruskouluikäisillä mielenterveyden häiriöiden hoito ei kuulu opiskeluhoillon tehtäviin. Käytännössä opiskeluhoilossa oppilaan tukemisen lisäksi tehdään kuitenkin myös hoidon suunnitteluun tarkoitettuja tutkimuksia sekä motivoidaan ja ohjataan oppilaita perheneuvolaan ja erikoissairaanhoidon piiriin. (Hietanen-Peltola ym. 2018, 9–10; THL 2023d.)

Lasten ja nuorten kannalta on merkityksellistä, että mielenterveyspalveluja suunnataan osaksi heidän elinympäristöjään, erityisesti kouluihin. Tämä takaa nopean ja tehokkaan ongelmiin puuttumisen, ennaltaehkäisyyn panostamisen sekä edistää lasten ja nuorten hyväksi tehtävää sektorirajat ylittävää työskentelyä. (Anttila ym. 2016, 27.) Tärkeää on, että mielenterveyden haasteet havaittaisiin riittävän varhain, jotta psyykkisten ongelmien vaikeutuminen voitaisiin estää. Oireiden varhainen tunnistaminen auttaa myös saavuttamaan ajankohtaisen avun lapselle ja nuorelle. Ongelmien ennaltaehkäisy on sekä kustannustehokkaampaa ja vaikuttavampaa kuin niiden hoitaminen. (Borg 2015, 8.)

Mielenterveyspalvelujen kysyntä on kasvanut runsaasti sekä peruspalvelutasolla että erikoissairaanhoidossa, jossa hoidetaan vaikeammat mielenterveyden häiriöt. Perustason mielenterveyspalvelut ovat rakenteeltaan hajanaisia, minkä lisäksi ne kärsivät paikoittain vakavista henkilöstövajeista. Sosiaali- ja terveystalouden uudistusten myötä mielenterveyspalveluita ja erikoissairaanhoidon kehittämisen sisäisillä hoitomalleilla, hoidon organisoinnilla sekä perusterveydenhuollon tueksi kehitetyillä keinoilla, mutta erikoissairaanhoidon tarvitsevat asiakasmäärät ovat valtavassa kasvussa eikä osastopaikkoja ole riittävästi. (Valtioneuvosto 2022; Aalto-Setälä ym. 2023, 25, 37–39.)

Vaikka perustason palvelut ovat olleet painopisteenä järjestelmän kehittämisessä, ei niiden kehitys ole ollut vielä riittävä. Sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittäminen ei yksin riitä, vaan ennaltaehkäisevien toimien täytyy vaikuttaa lasten ja nuorten arkeen ja kasvu-ympäristöihin kokonaisuudessaan. Koulujen, sosiaali- ja

terveysalojen ammattilaisten ja perheiden täytyy tehdä tiivistä yhteistyötä tukeakseen lasten ja nuorten mielenterveyttä. (Valtioneuvosto 2022.)

3.4 Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät

Lasten ja nuorten mielenterveyden kehitykseen vaikuttavat mielen hyvinvointia edistävät suojaavat tekijät sekä erilaisille mielenterveyden häiriöille alttiutta lisäävät riskitekijät. Suojaavat ja riskitekijät voidaan jakaa ekologisen systeemitteorian mukaisesti lapseen ja nuoreen itseensä, hänen lähiympäristöönsä kuten kotiin ja kouluun, sekä laajempiin rakenteellisiin ja yhteiskunnallisiin tekijöihin. Tutkimuksissa on osoitettu, että riskitekijöiden kertyminen ja suojaavien tekijöiden vähyys, on yksittäistä riskitekijää oleellisempaa mielenterveyden kehityksen kannalta. (Anttila ym. 2016, 11–12; Savolainen 2022, 26; Aalto-Setälä ym. 2023, 18.)

Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat turvallinen kiintymyssuhde lähikasvattajaan, kuten vanhempaan, riittävän ennakoitava ja onnistumisen kokemuksia sekä iän mukaisia haasteita tarjoava arki. Lisäksi mahdollisuus iän mukaiseen osallisuuteen ja jaetun ilon kokemuksiin toimivat suojaavina tekijöinä. Hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä ongelmanratkaisukyky edistävät lasten mielenterveyden kehittymistä. (Anttila ym. 2016, 11.) Suojaavat tekijät vahvistavat mielenterveyttä ja tasoittavat ja vähentävät mahdollisia riskitekijöitä (Nurmi ym. 2017, 21).

Riskitekijöitä lasten ja nuorten mielenterveyden kehitykselle ovat puolestaan oppimisen ja kielenkehityksen häiriöt, ympäristön kannalta haastava temperamentti, laiminlyönti, vanhempien mielenterveyshäiriöt ja sopimattomat kasvatuskäytännöt, kiusaaminen ja väkivalta sekä erot ja menetykset. (Anttila ym. 2016, 11.) Matala itsetunto, päihteiden käyttö, huonot kaverisuhteet, syrjäytyminen ja kielteiset kokemukset koulusta toimivat myös riskitekijöinä (Aalto-Setälä ym. 2023, 19).

Koulu itsessään voi toimia mielenterveyttä suojaava tekijänä. Mielenterveyttä suojaava koulu yhteisö luo lapselle turvallisen ja ennakoitavan ympäristön sekä positiivisen ilmapiirin, mahdollistaa ryhmään kuulumisen, antaa ikätasoisia haasteita, luo oppilaalle onnistumisen kokemuksia ja tukee hänen vahvuuksiaan. (THL 2023a.) Kuitenkin koulu ympäristö voi toimia myös mielenterveyden riskitekijänä, mikäli lapsi ei koe siellä oloaan turvalliseksi esimerkiksi kiusaamisen takia. Kiusaaminen voi olla säännöllisesti tai epäsäännöllisesti toistuvaa, mutta se

on keskeisin riskitekijä oppilaiden mielenterveydelle. Tutkimusten mukaan suuri osa peruskoulujen oppilaista kohtaa ajoittaista kiusaamista, ja pienempi joukko kokee sitä jatkuvasti. Kiusaamisella on osoitettu olevan vaikutuksia riskiin saada myöhemmin sopeutumisongelmia niin koulussa kuin muilla elämän osa-alueilla. (Skuse ym. 2017, 7.)

4 Peruskoulu mielenterveyden edistäjänä

4.1 Koulun asema lasten ja nuorten mielenterveyden edistämässä

Koulut ovat kotien ohella keskeisiä kehitysympäristöjä, joissa voidaan vaikuttaa edistävästi lasten ja nuorten mielenterveyteen. Koulun tarjoama hyvä kasvatusta ja opetus toimivat jo itsessään mielenterveyttä tukevin tekijöinä. (Anttila ym. 2016, 11, 35.) Mielenterveyden edistäminen kouluissa on nähty perinteisesti ongelmien ehkäisemisenä, kuten pahoinvoinnin, kiusaamisen, väkivallan ja konfliktien ehkäisynä. Nämä ovat osa edistävää työtä, jonka tavoitteena on mielenterveydelle hyödyllisten taitojen vahvistaminen ja koko kouluyhteisön toimintamallien kehittäminen oppilaiden mielen hyvinvointia tukevaksi. Koulun säännöllisyyttä, pysyvyyttä sekä rajoja ja rutiineja sisältävä arki edistää osaltaan oppilaiden mielen hyvinvointia. (Nurmi ym. 2017, 21.)

Koulupäivät ovat lapsille täynnä sosiaalisia kohtaamisia ja nämä voivat olla korjaavia, vaurioittavia, hyvää tekeviä tai vanhaa ylläpitäviä. Lasten mielenterveyttä voidaan edistää merkittävästi tukemalla sekä lapsen kaverisuhteita että suhteita koulun aikuisiin. Opettajilla on suuri vaikutus lasten ja nuorten hyvinvointiin. Opettajan kyvyt ja taidot sekä jaksaminen oppilaiden päivittäisessä kohtaamisessa ovat tärkeitä tekijöitä. (Ahtola 2017; Anttila ym. 2016, 11–12.)

Opettaja pystyy vahvistamaan lapsen oppimisen iloa, itseluottamusta sekä kykyä selviytyä ja voi olla turvallinen aikuinen, jolle oppilas voi kertoa huolensa. Opettajilla on keskeinen rooli mielenterveyden edistäjänä, mutta myös muut koulun aikuiset ja opiskeluhoitotyötä tekevät vaikuttavat lapsen kehitykseen osana kouluyhteisöä. (Anttila ym. 2016, 12; Nurmi, 2017, 22). Positiivisella opettajan ja oppilaan välisellä vuorovaikutuksella on edullinen vaikutus oppilaiden sopeutumiseen, suorituskykyyn ja käyttäytymiseen, kun taas huonolla oppilas-opettajasuhteella on havaittu olevan negatiivisia vaikutuksia (Jing ym. 2017).

Koulutyön perustana toimivat osallisuus ja kuulluksi tuleminen, jotka ilmenevät oppilaiden ja huoltajien arvostuksena, tasavertaisuutena sekä luottamuksena. Oppilaiden osallistumismahdollisuudet ja kokemukset teoillaan ja valinnoillaan vaikuttamisesta vahvistavat heidän mielen hyvinvointiaan sekä toimintakykyä ja terveyttä. Osallisuus auttaa oppilaita kiinnittymään kouluyhteisöön ja vaikuttaa

positiivisesti kouluhyvinvointiin. Edistämällä oppilaiden osallisuutta kouluuyhteisön ja -ympäristön kehittämisessä, tuetaan samalla yhteisöllisyyttä. Kokemus osallisuudesta ja kuulluksi tulemisesta sekä kouluuyhteisön toiminnan rakentamisesta toisten kanssa kehittävät oppilaiden mielenterveyttä. (Anttila ym. 2016, 35; Hietanen-Peltola ym. 2018, 13; Nurmi ym. 2016, 42).

Koululla on tärkeä rooli oppilaiden hyvinvoinnin tukemisessa ja lasten mielenterveyshäiriöiden varhaisessa tunnistamisessa ja hoitoon ohjaamisessa. Opettajilla on mahdollisuus verrata lasten käyttäytymistä toisiinsa vertaisryhmässä sekä havaita ja arvioida heidän tunne- ja käyttäytymisen haasteidensa laajuutta. (Roiha 2018, 10.) Opettajien merkitys lasten mielenterveyden ongelmien tunnistamisessa korostuu etenkin, kun he ovat päivittäin tekemisissä lasten kanssa. Esimerkiksi opiskeluhoollon ammattilaiset, kuten terveydenhoitajat ja kuraattorit, näkevät lasta harvemmin, jolloin tunnistettavien oireiden kartoittaminen on vaikeampaa. Siksi opiskeluhoollon ja opettajien välisen yhteistyön tulisi koulussa olla tiivistä ja keskustelevaa. (VTV 2017, 38.)

Koulutus on keskeinen tekijä hyvinvoinnin lisäämisessä niin yksilö- kuin yhteiskunnan tasolla. Koulun henkilöstö tarvitsee kuitenkin myös koulutusta ja riittäviä tukirakenteita oppilaitoksiin kyetäkseen toimimaan proaktiivisesti ja vastaamaan oppilaiden tarpeisiin muuttuvissa olosuhteissa. (Lerkkanen & Salmela-Aro 2022, 4.) Tutkimusten mukaan mielenterveyden ongelmat, oireilu ja niiden tunnistaminen ovat sellainen osa-alue, jolla opettajien on todettu olevan työssään kaikkein epävarmimmillaan. Kouluilla on selkeä rooli oppilaiden mielenterveyden edistämässä ja mielenterveystaitojen opettamisessa, mutta tätä puolta ei ole riittävästi otettu huomioon opettajien koulutuksessa, jonne mielenterveysosaaminen tulisi integroida. Opettajien saama ohjaus ja koulutus lisää heidän valmiuksiaan tunnistaa mielenterveyden haasteita ja tukea oppilaita. (O'Reillyn ym. 2018; Markkanen 2022.)

Tiivis yhteistyö eri tahojen ja opiskeluhoollon asiantuntijoiden, kuten koulukuraattorin tai koulupsykologin, kanssa auttaa haastekohtien hahmottamisessa ja madaltaa kynnystä tunnistaa mielenterveysongelmia. Kouluissa tarvitaan selkeitä toimintaohjeita, miten toimia tilanteessa, jossa lapsen psyykkisestä voinnista herää huolta. (Roiha 2018, 10.)

Vanhempien saaminen yhteistyöhön olisi erittäin tärkeää, koska useimmiten keskusteluyhteyden saaminen on vaikeaa juuri niihin perheisiin, joissa ongelmia esiintyy. Tällöin heidän motivaationsa kouluyhteistyöhön, kuten yhteydenpitoon ja vanhempainiltoihin, on usein vähäisempää kuin perheillä, joiden voimavarat ovat paremmat. (VTV 2017, 38.) Kodin ja koulun välinen yhteistyösuhde on korostunut Roihan (2018, 9) mukaan useissa tutkimuksissa, joissa on havaittu tiiviin yhteistyön antavan paljon suojaavia tekijöitä esimerkiksi lasten käytöshäiriöitä vastaan. Kuitenkin yhteistyötä tehdään yleensä vain koulusuoriutumiseen liittyen eikä niinkään lasten kasvuun, kehitykseen tai hyvinvointiin liittyvissä asioissa.

Tutkimusten mukaan koulussa toteutettavilla mielenterveyden edistämistoimilla on ollut myönteisiä vaikutuksia lasten mielenterveyteen ja hyvinvointiin. Kouluympäristö on otollinen instituutio toteuttaa kaikille oppilaille näiden mielenterveyttä tukevia interventioita, jotka usein ovat menetelmiä, joissa panostetaan myönteisen ilmapiirin luomiseen tai mielenterveystaitojen harjoitteluun. (Markkanen 2022.)

4.2 Opiskeluhoolto oppilaan tukena

Opiskeluhoollolla tarkoitetaan opiskelijan hyvän oppimisen, hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä sekä niiden edellytyksiä lisäävää toimintaa oppilaitosyhteisössä (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013, 3§).

Opiskeluhoollon tavoitteena on oppilaiden ja koko kouluyhteisön hyvinvoinnin, oppilaiden osallisuuden sekä huoltajien kanssa tehtävän yhteistyön edistäminen. Opiskeluhooltotyötä ovat oppilaiden ja perheiden kanssa tehtävä asiakastyö sekä arkinen huolenpito. (Hietanen-Peltola ym. 2018, 9). Opiskeluhoollon järjestämisestä säädetään oppilas- ja opiskelijahuoltolassa (1287/2013) ja sitä järjestetään opetustoimen ja hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystoimen monialaisena yhteistyönä. (Aalto-Setälä ym. 2023, 26.)

Opiskeluhoolto muodostuu yhteisöllisestä ja yksilökohtaisesta opiskeluhoollosta. Yhteisöllinen opiskeluhoolto on ensisijainen opiskeluhoollon työmuoto ja sen avulla tuetaan koko kouluyhteisön hyvinvointia. Oppilaitoskohtainen monialainen opiskeluhooltoryhmä vastaa kyseisen oppilaitoksen opiskeluhoollon suunnittelusta,

kehittämisestä, toteutuksesta ja arvioinnista. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki; Perälä ym. 2015, 25–27.)

Yhteisöllisellä opiskeluhuollolla edistetään opiskelijoiden oppimista, hyvinvointia ja terveyttä sekä vuorovaikutusta, osallisuutta ja sosiaalista vastuuta. Yhteisöllisessä työssä edistetään opiskeluympäristön terveellisyyttä, turvallisuutta ja esteettömyyttä. Yhteisöllisen opiskeluhuollon toteuttaminen kuuluu kaikkien koululla työskentelevien vastuulle. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki; Perälä ym. 2015, 78.)

Yksilökohtaiseen opiskeluhuoltoon sisältyvät yksittäiselle opiskelijalle annettavat opiskeluhuollon koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palvelut sekä kuraattori- ja psykologipalvelut ja monialaisessa asiantuntijaryhmässä toteutettava yksilökohtainen opiskeluhuolto. Yksilökohtainen opiskeluhuolto on sekä ennaltaehkäisevää että korjaavaa. Yksilökohtaisella opiskeluhuollolla tuetaan ja edistetään oppilaan hyvinvointia ja terveyttä sekä hänen kehitystään ja oppimistaan. (Hietanen-Peltola ym. 2018, 10; Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki.)

Opiskeluhuoltopalvelut ovat oleellinen osa lasten perustason mielenterveyspalveluja, joihin oppilaiden on helppo hakeutua itse tai tulla opettajan tai vanhemman ohjaamana. Mielenterveysoireilun tunnistaminen, selvittely sekä yhteistyö oppilaan tuen ja hoidon järjestämiseksi ovat iso osa opiskeluhuollon ammattilaisten työtä. (Hietanen-Peltola ym. 2024, 38.)

4.3 Oppimisen tuki

Perusopetuslaissa (628/1998, 15–16§) määritetään, että oppilaalla on oikeus saada opetussuunnitelman mukaisen opetuksen lisäksi myös oppilaanohjausta sekä riittävää tukea oppimiseen ja koulunkäyntiin koko perusopetuksen ajan. Tuen tarpeen ilmetessä tukea on annettava heti. Koulun tarjoama tuki sovitetaan vaikeuksien laadun ja laajuuden mukaan, ja tarve voi olla tilapäiselle tai pidempiaikaiselle tuelle oppilaan tilanteen mukaan. Varhaisen vaiheen puuttuminen jo varhaiskasvatuksen tai esiopetuksen aikana ehkäisee vaikeuksien lisääntymistä ja kasautumista tarpeettomasti, koska monia oppimisvaikeuksia aiheuttavia tekijöitä voidaan tunnistaa jo varhain. Tuen saumaton jatkuminen on tärkeää turvata lapsuuden siirtymävaiheissa. Tuen suunnittelun ja onnistuneen toteutumisen kannalta toimiva yhteistyö oppilaan ja huoltajan kanssa on tärkeää, jotta lapsen

tarpeet koulunkäynnin turvaamiseksi ovat selvillä. (Alila ym. 2022, 41; Opetushallitus 2024a.)

Kolmiportaisella tuella tarkoitetaan oppimisen ja koulunkäynnin tuen kolmea tasoa, jotka ovat yleinen, tehostettu ja erityinen tuki. Oppilas voi saada vain yhden tasoista tukea kerrallaan. Käytettyjä tukimuotoja ovat esimerkiksi tukiopetus, avustajapalvelut, erityiset apuvälineet tai osa-aikainen erityisopetus. Kaikkia eri tukimuotoja voidaan käyttää jokaisella tuen tasolla, poikkeuksena erityisen tuen päätökseen perustuvaa erityisopetusta. Oppilas voi lisäksi saada näiden tukimuotojen rinnalle yksilökohtaista opiskeluhuoltoa. (Opetushallitus 2024a.)

Yleisen tuen piirissä oppilasta tuetaan erilaisin pedagogisin ratkaisuin sekä ohjaus- ja tukitoimin, joilla mahdollisimman varhaisessa vaiheessa pyritään vaikuttamaan tilanteeseen. Tuen aloittaminen ei edellytä erillisiä tutkimuksia tai päätöksiä, vaan sitä annetaan heti tarpeen tullen. Tuen tarpeen kasvaessa siirrytään tehostettuun tukeen, jossa oppilasta tuetaan yksilöllisemmin ja voimakkaammin keinoin. Tehostettuun tukeen siirtyminen käsitellään moniammatillisessa yhteistyössä opiskeluhuollon kanssa ja se perustuu pedagogiseen arvioon. Tehostetun tuen toteutumisen edellytys on yhteistyössä ja suunnitelmallisuudessa. Erityisen tuen päätökseen päädytään, mikäli tehostettu tuki ei ole oppilaalle riittävä koulutyöstä selviämiseen. Erityinen tuki sisältää erityisopetuksen ja muunlaisen oppilaan tarvitseman perusopetuslain mukaisen tuen. Tätä varten tehdään pedagogiseen arvioon perustuva hallintopäätös erityisestä tuesta, jonka jälkeen oppilaalle laaditaan henkilökohtainen opetussuunnitelma, josta selviää päätöksen mukaisen opetuksen ja muun tuen antaminen. Muut tukimuodot ja erityisopetus muodostavat järjestelmällisen kokonaisuuden. Moniammatillinen yhteistyö ja yksilöohjaus yhdessä huoltajien tuen kanssa ovat tärkeässä asemassa kaikilla tuen tasoilla. (Alila ym. 2022, 41; Opetushallitus 2024a.)

Nykyinen hallitusohjelma on valmistelemassa lakimuutoksia, joilla oppimisen tuen järjestelmää uudistetaan ja kolmiportainen tuki lakkautetaan. Tällä pyritään yhtenäistämään oppimisen tuen jatkumo varhaiskasvatuksesta toisen asteen opintoihin asti sekä selkeyttämään oppimisen tukimuotoja. Muutos painottaa tuen keskittymistä varhaiseen ja oikea-aikaiseen tukemiseen. Opetus- ja kulttuuriministeriö vastaavat näiden lakimuutosten ja hallituksen esityksen

valmistelusta. (Opetushallitus 2025a). Esityksessä täsmennetään oppilaan saamia tukimuotoja sekä varmistetaan näiden olevan valtakunnallisesti selkeät ja yhtenäiset. Jokaisella oppilaalla on oikeus saada yksilöllistä ja omia tarpeitaan vastaavaa tukea. Uudistuksella pyritään myös vähentämään opetushenkilöstön hallinnollista taakkaa. Viimeisimmän tiedon mukaan laki astuu voimaan 1.8.2025. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2025b.)

4.4 Koululla käytössä olevat menetelmät mielenterveyden tukemiseen

Nykyinen, vuonna 2014 voimaan tullut perusopetuksen opetussuunnitelma painottaa aikaisempaa enemmän mielenterveysosaamista ja mielenterveystaitojen oppimista. Perusopetuksen 1.–6. luokilla tämä toteutuu osana ympäristöoppiin sisältyvää terveystiedon opetusta sekä laaja-alaisen osaamisen Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot –osaamiskokonaisuudessa. (Pesonen ym. 2022, 69.) Suomessa kouluissa on käytössä paljon perusopetusikäisten lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseen tarkoitettuja hyviä menetelmiä sekä käytäntöjä ja uusia kehitetään jatkuvasti (Anttila ym. 2016, 15). Menetelmät luokitellaan kuuteen ryhmään (Kuvio 1) sen mukaan, kenelle toimenpiteet kohdennetaan (Anttila ym. 2016, 15; Aalto-Setälä ym. 2023, 244).



Kuvio 1. Mielenterveyttä edistävät menetelmät koulussa (Anttila ym. 2016, 15)

Ensimmäisen ryhmän menetelmien tavoitteena on vahvistaa työntekijän tunne-, vuorovaikutus- ja mielen-terveysosaamista. Tällaiset menetelmät tarjoavat työntekijälle koulutusta, työvälineitä ja toimintatapoja vuorovaikutustilanteisiin

oppilaiden ja huoltajiensa kanssa. Näitä toimintatapoja ovat esimerkiksi huolen puheeksi ottaminen tai erilaisten oppilaiden kasvuhaasteiden kohtaaminen. Toisen ryhmän menetelmien tavoitteena on opettaa oppilaille mielenterveystaitoja ja vahvistaa heidän vuorovaikutus-, empatia-, tunteidensäätely- ja ongelmanratkaisutaitoja sekä selviytymisen keinoja ja arjen hallintaa. Taitoja harjoitellaan osana koulun arkea sekä erilaisten toimintatuokioiden ja oppituntien aikana. Kolmannen ryhmän menetelmät tukevat yhteisöllisyyttä ja oppilaiden vertaistoimintaa sekä edistävät lasten osallisuutta kouluyhteisössä. (Anttila ym. 2016, 15; Aalto-Setälä ym. 2023, 244.)

Neljännän ryhmän toimintamenetelmät kehittävät koko kouluyhteisön toimintakulttuuria sellaiseksi, että mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemista huomioidaan päivittäisissä toimissa oppilaiden kanssa. Nämä toimintamenetelmät huomioivat kouluympäristön laaja-alaisemmat ja kokonaisvaltaisemmat näkökohdat ja niihin osallistuvat oppilaiden lisäksi koulun henkilökunta ja vanhemmat. Viidennen ryhmän toimintamallit kohdennetaan oppilaisiin, joilla on suurentunut riski mielenterveyden ongelmiin tai hyvinvoinnin haasteita ja kuudennen ryhmän menetelmillä pyritään kehittämään ja lisäämään sektorirajat ylittävää toimintaa lasten mielenterveyden edistämiseksi. (Anttila ym. 2016, 16; Savolainen 2022, 35; Aalto-Setälä ym. 2023, 244.)

Osa näistä menetelmistä on kehitetty ja arvioitu Suomessa ja osa tuotu ulkomailta. Menetelmiä kehitetään edelleen, tutkitaan ja arvioidaan Suomessa pääasiassa erilaisissa tutkimus- ja kehittämishankkeissa. (Huurre ym. 2015, 1–4.) Koska menetelmien käytöstä ja levinneisyydestä on vain vähän tietoa, olisi menetelmien vaikuttavuustiedon lisäksi hyvä selvittää myös menetelmän soveltuvuus koulun käytäntöihin lasten, nuorten, vanhempien ja opettajien näkökulmasta. (Anttila ym. 2016, 3.)

Koulu- ja luokkaperustaiset interventiot voivat olla erittäin tehokkaita menetelmiä tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn, sillä niitä käytetään lasten luonnollisessa sosiaalisessa ja kasvatuksellisessa ympäristössä (Skuse ym. 2017, 8). Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettelu ja hallinta katsotaan yhdeksi tärkeimmistä taidoista hyvän mielenterveyden kannalta. Ne edistävät lasten kokonaisvaltaista hyvinvointia, koulutuloksia ja hyvää käytöstä, minkä takia niiden käytöllä ja sisällyttämisellä

opetukseen on vahvat perusteet. Opettajilla on merkittävä rooli oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustyöskentelyssä ja ilmapiirissä, jonka he ympärilleen luovat. Tästä syystä opetushenkilökunnan omien tunnetaitojen ja hyvinvoinnin on oltava riittävän hyvät vaikuttaakseen hyvinvointia edistävästi myös oppilaissa. (Hoerr 2019, 6.)

Opiskeluhuollon toimijat hyödyntävät työssään sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla käytössä olevia mielenterveyden ongelmien interventioon ja hoitoon kehitettyjä menetelmiä. Yleisimmin näitä ovat erilaiset masennukseen ja ahdistukseen suunnatut menetelmät, lapsiperheiden omahoito-ohjelmat sekä ryhmämuotoinen tunne- ja vuorovaikutustaitoihin, yksinäisyyteen ja kaveritaitoihin liittyvä tuki. (Hietanen-Peltola ym. 2024, 44–51.)

4.5 Moniammatillinen yhteistyö koulun arjessa

Moniammatillisella yhteistyöllä koulussa tarkoitetaan eri ammattiryhmien välistä työskentelyä yhdessä kouluympäristössä ja se tarjoaa työhön eri ammattilaisten tiedon ja osaamisen näkökulmia. Koulussa moniammatillista yhteistyötä toteutetaan henkilökunnan toimesta päivittäin. Koululla työskentelevät opettajat, erityisopettajat, rehtori, koulunkäynninohjaajat ja –avustajat sekä opiskeluhuollon ammattilaiset kuten kuraattori, terveydenhoitaja ja koulupsykologi tekevät keskenään tiivistä yhteistyötä. (Kallunki 2019, 5.) Myös muiden oppilaitoksissa työskentelevien opetustoimen hyvinvointityön ammattilaisten, kuten nuorisotyöntekijän tai yhteisöpedagogin kanssa tehdään paljon yhteistyötä (Hietanen-Peltola ym. 2024, 107).

Tutkimusten mukaan moniammatillisen yhteistyön tarve kouluissa on lisääntynyt oppilaiden vaikeuksien painottuessa käytöksen ja tunne-elämän häiriöihin oppimisvaikeuksien sijaan. Opettajat kokevat tarvitsevansa moniammatillista osaamista oman työnsä tueksi juuri näihin häiriöihin liittyvissä haasteissa. Moniammatillisen yhteistyön tukea haetaan silloin, kun opettajan auttamisen rajat tulevat vastaan tai koulun omat keinot lapsen tukemiseen todetaan riittämättömiksi. (Oikarinen 2017, 10–11.)

Koulun arjessa moniammatillinen työskentely näkyy niin opettajien kuin opiskeluhuollon asiantuntijoiden välittävänä toimintana sekä koulu yhteisön hyvinvointia tukevan ilmapiirin aktiivisena rakentamisena. Vaikka opiskeluhuollon

kuraattori- ja psykologipalvelujen sekä kouluterveydenhuollon lakisääteinen tehtävä on tukea ja edistää mielenterveyttä, on opettajillakin tärkeä rooli oppilaiden mielenterveyden tukemisessa, ongelmien tunnistamisessa ja käytännön tukitoimien tarjoamisessa. Oppilaan hyvinvointia voidaan edistää parhaiten huoltajien, opettajien ja opiskeluhoollon ammattilaisten rajoja ylittävällä, varhaisella ja avoimella yhteistyöllä. (Kallunki 2019, 17; Aalto-Setälä ym. 2023, 13–14.)

Opiskeluhoollon toimijat tekevät yhteistyötä myös oppilaitoksen ulkopuolisten sote-palvelujen kanssa. Aktiivisimmin yhteistyötä lastensuojelun ja muiden sosiaalipalvelujen, kuten perhetyön, kanssa tekevät kuraattorit, kouluterveydenhuollolla ja psykologilla yhteistyötahoina ovat usein puhe- ja toimintaterapian sekä lastenneurologian ammattilaiset. (Hietanen-Peltola ym. 2024, 105–108.) Mielenterveyden edistäminen kouluissa edellyttää eri ammattihenkilöiden välisen toimivan yhteistyön lisäksi myös tiedon ja vastuun jakamista. (Aalto-Setälä ym. 2023, 34)

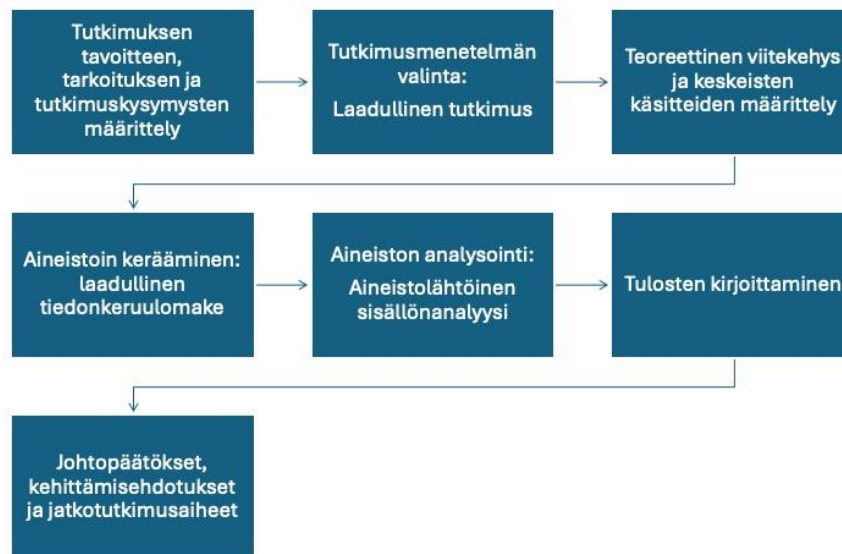
5 Menetelmälliset lähtökohdat

5.1 Soveltava laadullinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin soveltavana laadullisena tutkimuksena. Soveltavassa tutkimuksessa tavoitteena on tuottaa sovellettavissa olevaa ja hyödyllistä tietoa, jonka avulla voidaan päästä käytännön tavoitteeseen, auttaa ymmärtämään ongelman luonnetta tai löytää keinoja ongelman ratkaisemiseen. Työelämään kohdistuvassa soveltavassa tutkimuksessa kohteena voi olla työelämän käytännön kehittäminen tai uusien käytäntöjen luominen. Soveltavassa tutkimuksessa tutkija on yleensä oman alansa asiantuntija ja tutkimus on suunnattu ulkopuoliselle yhteistyökumppanille. (Hirsjärvi ym. 2009, 19, 133; Vilkkä 2015, 18–19.)

Laadullisen tutkimuksen keskeinen ominaispiirre on ymmärtää tutkittavaa ilmiötä tutkimukseen osallistuvien henkilöiden näkökulmasta. Laadullisessa tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena ovat tutkimuksen osallistuvien kokemukset, ajatukset, tunteet ja heidän tutkittavalle asialle antamansa merkitykset. (Juuti & Puusa 2020, 9.) Laadullinen tutkimus on tutkimustyyppiltään empiiristä ja se noudattaa empiirisen analyysin tapaa tulkita havaintoaineistoa sekä argumentoida. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tutkia ilmiötä kokonaisvaltaisesti, löytää tosiasioita sekä kuvata todellisia tilanteita tilastollisten yhteyksien etsimisen sijaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 161–164; Kananen 2017, 33–34; Tuomi & Sarajärvi 2018, 27.)

Opinnäytetyössä haluttiin saada tietoa tutkimukseen osallistuvien omista kokemuksista, näkemyksistä ja ajatuksista siitä, miten lasten mielenterveyttä yhteistyökumppanin kouluympäristössä edistetään sekä millaisena tutkittavat nykytilanteen kokevat. Soveltavan laadullisen tutkimuksen mukaisesti opinnäytetyön tuloksista nousi työelämää palvelevia kehittämis ehdotuksia, joita yhteistyökumppani pystyy jatkossa hyödyntämään koulun toiminnan ja opetuksen suunnittelussa sekä lasten mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Opinnäytetyön tutkimusasetelma on esitetty alla kuviossa 2.



Kuvio 2. Opinnäytetyön tutkimusasetelma

Laadullisen tutkimuksen tutkimusasetelma on avoin ja joustava. Tutkimuksen eri vaiheet eivät etene suoraan vaiheesta toiseen, vaan vaiheissa on päällekkäisyyttä. Tutkijalla on tutkimuksen alussa esiyymmärrys aiheesta, jota hän syventää teoriaan tutustuen ja tämän jälkeen tarvittaessa arvioi alkuperäistä käsitystään uudelleen. Tutkimuskysymykset ilmentävät tutkimuksen tavoitteita. Tutkimuskysymysten asettamisen jälkeen, aiempiin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen perehtyessään tutkija rakentaa työlleen viitekehysten, määrittelee tutkimuksen keskeiset käsitteet, perehtyy tutkimusotteen metodologiaan ja valitsee sopivan aineistonkeruumenetelmän. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 175; Puusa & Juuti 2020, 80.)

Opinnäytetyön prosessi lähti liikkeelle sopivan aiheen valinnalla yhdessä yhteistyökumppanin kanssa. Hakalan (2024, 14–15) mukaan opinnäytetyön aiheen tulisi olla kiinnostava, ajankohtainen, tutkittavuudeltaan sopiva, hyödyllinen ja oikein rajattu. Aiheen merkittävyys nousi sen ajankohtaisuudesta ja tutkimuksen tarpeesta, koska lasten hyvinvoinnin edistämistoimet arvotetaan korkealle niin valtakunnallisessa kuin maakunnallisessa kehittämistyössä (Kallinen ym. 2021, 4). Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä koettiin opinnäytetyön tekijöitä kiinnostavana, yhteistyökumppanille hyödyllisenä ja yhteiskunnallisesti ajankohtaisena ja tärkeänä aiheena. Aihe rajattiin yhteistyökumppanin opettajien ja

opiskeluhuollon henkilöstön kokemuksiin mielenterveyden tukemisesta sekä sen kehitystarpeista. Opinnäytetyön aihetta rajatessa tarkennetaan, mitä aiheesta aineistoa keräämällä halutaan tietää (Hirsjärvi ym. 2007, 81).

Laadullisessa tutkimuksessa teorialla on merkittävä asema. Teoriaosuus luo tutkimukselle viitekehyksen ja teoriaosuudessa kuvataan se, mitä tutkittavasta ilmiöstä tiedetään. Laadullisessa tutkimuksessa aineistonkeruu rakentuu tämän teorian tiedon varaan. Tutkijan perehtyessä aiheesta kertovaan kirjallisuuteen ja tutkimuksiin, kasvaa myös tutkijan ymmärrys tutkittavasta aiheesta ja tämän ymmärryksen kautta tutkija tarkastelee löydöksiään. Tutkimuksen tuloksien tulisi myös käydä vuoropuhelua aiemman teorian tiedon kanssa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 23–24; Puusa & Juuti 2020, 82–84.) Opinnäytetyön teoriaosuudessa luodaan ymmärrystä mielenterveyden rakentumisesta ja sen edistämisestä erityisesti lapsilla ja nuorilla. Peruskoulu instituutiona on merkittävä tekijä lasten ja nuorten hyvinvoinnissa, ja teoriaosuus käsittelee myös sen asemaa lasten kanssa tehtävässä mielenterveystyössä.

Laadullisen tutkimuksen metodeissa tarkoituksenmukaisesti valitun kohdejoukon eli tutkittavien oma ääni ja näkökulma ilmiöstä tulevat esille. Tällainen lähestymistapa sopi opinnäytetyön tutkimuskysymysten selvittämiseen, sillä tutkimuksessa oleellisia olivat vastaajien henkilökohtaiset kokemukset. Aineistonkeruumenetelmäksi päädyttiin valitsemaan laadullinen tiedonkeruulomake ja haastattelu. Opinnäytetyön aineistona ovat tutkittavien henkilökohtaiset näkökulmat ja kuvaukset tutkittavasta ilmiöstä. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin induktiivista eli aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, jossa pyritään tekemään johtopäätöksiä aineistosta käsin ilman, että teoria ohjaa aineistosta nousevia asioita. (Hirsjärvi ym. 2009, 166; Puusa & Juuti 2020, 81–85; Hakala 2024, 99.)

Aineistonkeruu- ja analysointivaiheessa tutkijan voi olla tarpeellista tarkastella aiemmin asetettuja tutkimuskysymyksiä tai tutkimukselle asettamia tavoitteita uudelleen. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä, että tutkimuksen edetessä tutkimussuunnitelma, tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset saattavat vielä muotoutua. (Hirsjärvi ym. 2009, 164; Kananen 2017, 71; Puusa & Juuti 2020, 80). Laadullisen tutkimuksen tutkimusprosessi on jatkuvasti muovautuva johtopäätösten

rakentamiseen asti. Avoin tutkimusasetelma korostaa tutkimuksen eri vaiheiden eli aineiston keruun ja analyysin sekä tulosten tulkinnan ja raportoinnin kietoutumista toisiinsa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 175; Puusa & Juuti 2020, 80.)

5.2 Aineistonkeruumenetelmä

Laadullinen tutkimus käsittää hyvin erilaisia tutkimustyypppejä, joilla pyritään aineiston keruulla mahdollisimman laajaan ymmärrykseen tutkittavasta aiheesta. Laadullinen tutkimus ei pyri tavoittamaan mahdollisimman suurta vastausmäärää, vaan saavuttamaan syvällisemmän ymmärryksen tutkimusaiheesta. Laadullisen tutkimuksen yleisimpiä aineistonkeruumenetelmiä ovat erilaiset haastattelut (teemahaastattelu, avoin haastattelu ja lomakehaastattelu), kysely, havainnointi ja erilaisista dokumenteista koostettu tieto. Tutkittavan ongelman ja tutkimusresurssien mukaisesti näitä erilaisia menetelmiä voidaan käyttää joko vaihtoehtoisesti, rinnan tai eri tavoin yhdisteltynä. (Juuti & Puusa 2020, 13; Tuomi & Sarajärvi 2018, 13, 83.)

Tutkimuskysymyksiä ajatellen aineistonkeruumenetelmiksi päädyttiin valitsemaan laadullinen tiedonkeruulomake ja ryhmähaastattelu. Tiedonkeruulomake on tehokas ja edullinen tapa kerätä ja tarkastella tietoa muun muassa ihmisten toiminnasta, mielipiteistä, asenteista ja arvoista tai erilaisista yhteiskunnan ilmiöistä. (Vehkalahti 2014, 11–12.) Haastattelu on menetelmänä joustava antaen mahdollisuuden havainnointiin sekä asioiden selventämiseen ja syventämiseen. Haastattelun aineisto on tutkittavan henkilökohtainen näkemys haastattelun teemoista Hyvä suunnittelu ja valmistautuminen haastatteluun on erittäin tärkeää tutkimuksen onnistumisen kannalta. (Hirsjärvi 2009, 206; Puusa 2020, 102.) Tiedonkeruulomakkeen ja haastattelun erona voidaan nähdä tiedonantajan toiminta tiedonkeruuvaiheessa. Tiedonkeruulomake voidaan määritellä menettelytavaksi, jossa tiedonantajat täyttävät heille annetun kyselylomakkeen, kun taas haastattelussa haastattelija esittää suulliset kysymykset ja merkitsee tiedonantajien antamat vastukset muistiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.)

Opinnäytetyön tiedonkeruulomake toteutettiin avoimilla kysymyksillä. Kysymykset lomakkeessa voivat olla joko avoimia eli vastaaminen tapahtuu vapaamuotoisesti tai suljettuja, jolloin vastausvaihtoehdot ovat lomakkeessa valmiiksi määriteltynä (Vehkalahti 2019, 24). Avoimilla kysymyksillä voidaan saavuttaa sellaista tietoa, jota

tutkimuksen tekijä ei osaisi ottaa huomioon valmiita vastausvaihtoehtoja laatiessaan. Avoimet kysymykset ovat ennalta määriteltyjä kysymyksiä, joihin osallistujat kirjaavat vastauksensa omin sanoin. (Puusa 2020, 111–112.)

Vilkan (2022, 105–108) ohjeisiin perustuen ennen tiedonkeruulomakkeen lähettämistä sen toimivuus testattiin koeryhmällä, jotta pystyttäisiin varmistamaan validin tutkimustiedon saaminen varsinaisilta vastaajilta. Vallin (2018, 114) mukaan tiedonkeruulomakkeen oikeanlainen kysymysten muotoilu ja ymmärrettävyys, asettelu ja pituus ovat olennaisen tärkeää validien tutkimustulosten saavuttamiseksi.

Tiedonkeruulomakkeen testaamisen tarkoituksena oli saada muutama perusjoukkoa vastaava ihminen arvioimaan kriittisesti lomakkeen kysymysten ja vastausohjeiden selkeyttä ja toimivuutta sekä sitä, puuttuuko kysymyksistä jotain olennaista tai kysytäänkö siinä turhia asioita. Tiedonkeruulomake oli arvioitavana ilman saatekirjettä ja ilman lopullista asettelua Webropolissa, joten näitä ei tuolloin tarkasteltu. Saadun palautteen perusteella kysymysten asettelu ja ymmärrettävyys oli hyvää ja selkeää ja lomakkeen pituus koettiin sopivaksi, koska kysymyksiin pystyi vastaamaan halutessaan myös lyhyesti. Yhden kysymyksen kohdalla koevastaaja mietti sen tarvetta olla oma erillinen kysymyksensä; ”Millaisena näet koulunne oppilaiden mielenterveyden ja mikä tähän vaikuttaa?”. Kysymys päätettiin pitää entisellään erottamatta sitä kahdeksi kysymykseksi, jotta vastaus pysyisi yhtenäisenä ja kannustaisi vastaamaan laajemmin, vaikka kaksoiskysymykset eivät aina ole suositeltavia (Hirsjärvi ym. 2009, 202).

5.3 Aineistonkeruun toteuttaminen

Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmiksi päädyttiin valitsemaan laadullinen tiedonkeruulomake ja ryhmähaastattelu. Laadullisessa tutkimuksessa tietoa voidaan kerätä erilaisilla aineistonkeruumenetelmillä, kuten haastatteluilla tai kyselyillä, joiden tuloksena saadaan tutkimusongelman ratkaisemiseen tarvittava tutkimusaineisto (Kananen 2017, 82–83).

Tiedonkeruulomake (Liite 1) lähetettiin saatekirjeen (Liite 2) ja tietosuojailmoituksen kanssa (Liite 3) sähköpostitse kaikille Rakokiven koulun opettajille ja opiskeluhuollon toimijoille yhteistyökumppanin edustajan välittämänä.

Saatekirjeessä selitettiin opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus sekä mitä opinnäytetyön tutkimukseen osallistujilta toivotaan. Tiedonkeruulomakkeen alussa vastaajilta pyydettiin suostumus koskien henkilötietojen käsittelyä ja opinnäytetyöhön osallistumista, jonka jälkeen pääsi vastaamaan lomakkeen kysymyksiin.

Aineisto kerättiin tiedonkeruulomakkeella LAB-korkeakoululla käytössä olevaa sähköistä Webropol -kysely- ja raportointityökalua hyödyntäen (LAB 2024). Verkkokyselyssä kyselylomake voidaan lähettää tutkittaville organisaation välityksellä. Verkkokyselyssä aineiston saanti on nopeaa ja vaivatonta mutta ongelmaksi saattaa muodostua vähäinen vastausprosentti. Kyselyn lähettäminen tietylle erityisryhmälle ja kyselyn aiheen ollessa tälle ryhmälle tärkeä, voidaan vastausprosentin odottaa olevan korkeampi. (Hirsjärvi ym. 2009, 196.)

Tiedonkeruulomake toteutettiin sähköisesti Webropol-sivustolla, jonka linkki lähetettiin kohderyhmälle anonymisti sähköpostilla koulun rehtorin välityksellä (Webropol). Vastaaminen tiedonkeruulomakkeeseen tapahtui myös anonymisti, ilman yksilöiviä kysymyksiä. Linkki lähetettiin 33 henkilökunnan jäsenelle, ja se avattiin yhteensä 53 kertaa ja vastaaminen aloitettiin 18 kertaa. Sähköisen tiedonkeruulomakkeen etuna koettiin olevan sen helppous ja sujuvuus suhteessa paperiseen lomakkeeseen. Koulun henkilökunnalle käytiin etukäteen esittäytymässä ennen tutkimuksen toteuttamista ja kertomassa opinnäytetyöstä ja sen aineistonkeruusta. Tällä pyrittiin siihen, että aineiston keruun tarkoitus olisi selkeä ja opinnäytetyöntekijöiden henkilökohtainen paikalla olo antaisi sille lähestyttävyyttä. Tällä toivottiin myös saavutettavan enemmän vastaajia.

Tiedonkeruulomake lähetettiin kohderyhmälle syyskuun 2024 puolivälissä ja vastausaikaa oli kaksi viikkoa. Ensimmäisellä kierroksella ei saatu yhtään vastausta. Tiedonkeruulomaketta käytettiin tällöin uudelleen arvioitavana toisen opinnäytetyöntekijän opettajakollegoilla, jotka antoivat palautetta sähköpostin saatetekstistä ja kysymysten asettelusta tiedonkeruulomakkeen sivuilla. Saateteksti koettiin liian pitkäksi ja aikaa vieväksi luettavaksi, eikä vastaajilla välttämättä riittäisi mielenkiinto sen lukemiseen ja kysymyksiin vastaamiseen tekstin perusteella. Opettajat saavat myös runsaasti erilaista sähköpostia, ja tiedonkeruulomakkeen linkin sisältävän sähköpostin epäiltiin hukkuvan muiden sähköpostien joukkoon, jollei saateteksti ole riittävän mielenkiintoinen. Saadun palautteen perusteella

saatetekstiä lyhennettiin ja siinä painotettiin enemmän sitä, että opinnäytetyötä tehdään vastaajia varten. Tiedonkeruulomaketta muokattiin siltä osin, että kysymykset aseteltiin tasaisemmin ennen sivun vaihtoa, jotta kokonaisuus ei vaikuttaisi niin raskaalta. Kaksi kysymystä yhdistettiin yhdeksi, jotta tiedonkeruulomake ei tuntuisi vastaajista liian pitkältä. Nämä kysymykset olivat ”Millaisena näet koulunne oppilaiden mielenterveyden?” ja ”Mikä tähän vaikuttaa?”.

Tutkija joutuu usein muistuttamaan tutkittavia vastaamisesta ja lähettämään lomakkeen uudelleen (Hirsjärvi ym. 2009, 196). Opinnäytetyön tiedonkeruulomake lähetettiin uudestaan lokakuun alussa ja vastausaikaa annettiin 1,5 viikkoa. Vastauksia oli tullut kaksi, kun vastausaikaa oli jäljellä muutama päivä, jolloin lähetettiin vielä muistutusviesti vastaamisesta määräpäivään mennessä. Vastaajiksi saatiin lopulta yhdeksän (9) henkilöä.

Tiedonkeruulomakkeen aineiston koonti tapahtui standardoidusti tietyltä kohdejoukolta eli kaikilta vastaajilta kysyttiin kysymykset samalla tavalla. Kyselytutkimus mahdollistaa laajan aineiston keräämisen niin vastaajien lukumäärän kuin kysyttävien kysymysten suhteen. (Hirsjärvi ym. 2009, 195, 198.) Kysymykset oli mietitty tarkkaan tiedonkeruulomaketta laadittaessa ja pyritty varmistamaan, että niillä saataisiin tutkimuskysymyksiin vastaavia vastauksia. Tiedonkeruulomake käytettiin etukäteen arvioitavana muutamalla henkilöllä, jotka antoivat palautetta kysymysten ja lomakkeen rakenteesta sekä sen pituudesta. Saatekirje ja tiedonkeruulomake viimeisessä muodossaan Webropolissa ei ollut vielä nähtävänä, joten niitä ei tuolloin arvioitu.

Tiedonkeruulomakkeen aineiston analysoinnin jälkeen haastattelukutsu lähetettiin yhteistyökumppanin toimesta opettajille ja opiskeluhoillon toimijoille erillisellä saatekirjeellään. Ryhmähaastattelu ei kuitenkaan toteutunut osallistujien puutteen takia. Haastattelun runko olisi koostettu tiedonkeruulomakkeen aineiston pohjalta, tarkoituksena syventää esille tulleita asioita. Ryhmähaastattelun suostumuslomake ja haastatteluteemat oli tarkoitus laatia ennen haastattelun pitämistä, mutta haastattelun jäädessä toteutumatta tämä jäi tekemättä. Haastatteluun oli tarkoitus valita 3–5 osallistujaa pyrkien harkinnanvaraisuuteen ja niin sanottuun eliittiotantaan, jossa osallistujista valitaan tutkimuksen kannalta hyödyllisimmät henkilöt, mikäli tämä vain on mahdollista (Puusa 2020, 101).

Osallistujamäärä suunniteltiin pieneksi, jotta haastattelu olisi helpommin hallittavissa ja sen osallistujat kokisivat voivansa ilmaista mielipiteitään vapaammin. Onnistunut ryhmähaastattelu tuottaa monipuolisia näkökulmia, ja liian ison ryhmän keskinäisen vuorovaikutuksen ja dialogin haasteet olisivat voineet vaikuttaa tähän negatiivisesti. (Pietilä 2017, 115.)

Tiedonkeruulomakkeet täytettiin nimettömänä ja ilman tunnistetietoja, mutta joissakin vastauksissa vastaajista osa oli tunnistettavissa. Tiedonkeruulomakkeiden aineisto säilytettiin tietoturvallisesti salasanojin suojattuna ja vastaajien tietosuojasta huolehtien. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 111.) Tallennettujen haastatteluiden materiaali olisi tallennettu ulkoiselle muistikortille, joka olisi huolehdittu lukittuun ympäristöön. Vastaajien anonymiteetista huolehdittiin koko opinnäytetyöprosessin ajan, eikä valmiissa opinnäytetyöraportissa näy nimiä, sellaisia sitaatteja tai muuta tietoa, josta vastaajat voisi tunnistaa.

5.4 Aineiston analyysi

Opinnäytetyön aineiston analysoimisessa käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Laadullisessa tutkimusperinteessä sisällönanalyysi on yksi perusanalyysimenetelmä, jonka avulla voi tehdä monenlaista tutkimusta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103.) Sisällönanalyysin menetelmällä voidaan systemaattisesti ja objektiivisesti analysoida erilaisia dokumentteja kuten haastattelua, keskusteltua dialogia, raportteja ja melkein mitä tahansa kirjallisessa muodossa olevaa materiaalia. Tällä menetelmällä pyritään saamaan tiivistetyssä ja yleisessä muodossa oleva kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisen aineiston analysoinnilla luodaan selkeyttä aineistoon ja sen tarkoituksena on informaatioarvon lisääminen. Analyysin avulla tutkija pystyy tekemään luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117–122.)

Laadullinen analyysi voidaan jakaa kolmeen eri luokkaan; aineistolähtöiseen, teoriaohjaavaan ja teorialähtöiseen analyysiin. Opinnäytetyön analyysimuodoksi valikoitui aineistolähtöinen analyysi. Aineistolähtöisen analyysin tavoitteena on luoda tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Siinä analyysiyksikköjä ei ole sovittu etukäteen, vaan ne valitaan aineistosta tehtävänasettelun ja tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti. Induktiivisessa eli aineistolähtöisessä analyysissä materiaali pelkistetään, luokitellaan ja siitä etsitään teoreettisia käsitteitä eli

redusoidaan, klusteroidaan ja abstrahoidaan. Sisällönanalyysin avulla pyritään tunnistamaan ja ryhmittelemään materiaalista teemoja, käsitteitä ja merkityksiä, sekä tulkitsemaan ja kuvailemaan niiden ydintä sanallisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123–125.)

Sisällönanalyysin aineistona olivat kyselyn avointen kysymysten vastaukset. Vastaukset olivat suurelta osin pidempiä, aihetta pohtivia ja kuvailevia sekä vastaajan mielipidettä perustelevia vastauksia. Yksittäisiä lauseita tai hyvin lyhyitä vastauksia oli vastauksien joukossa vähän. Opinnäytetyön analyysissa edettiin sisällönanalyysin vaiheiden mukaisesti. Ensimmäisessä vaiheessa aineisto redusointiin. Analyysi aloitettiin läpikäymällä aineisto huolellisesti useaan kertaan, tarkastellen sitä tutkimisongelman ja tutkimuskysymysten näkökulmasta. Tässä vaiheessa tavoitteena oli löytää aineistosta tutkimuskysymyksiä kannalta olennaisia kohtia ja ilmaisuja alleviivaamalla ne. Tutkimuskysymysten kannalta epäoleelliset asiat jätettiin pois. Merkityt ilmaisut pelkistettiin kirjoittamalla ne tiivistettyyn muotoon. Alkuperäisiä ilmaisuja pelkistettäessä tulee olla huolellinen, ettei aineistosta kadoteta pois mitään, mikä voisi olla oleellista tutkimuksen kannalta. (Kananen 2017, 132; Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–124.)

Analyysin toisessa vaiheessa, redusoinnin jälkeen, aineiston pelkistetyt, samaa ilmiötä kuvaavat ilmaisut ryhmiteltiin ja klusteroitiin eli yhdistettiin alaluokiksi ja näin saatiin luotua pohja tutkimuksen perusrakenteelle. Alaluokat nimettiin niiden sisältöä kuvaavilla käsitteillä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124; Hakala 2024,100.) Alaluokkien muodostamista pohdittiin tarkasti. Alkuun alaluokkia muodostettiin useita ilmaisujen eroja tarkasti kunnioittaen. Lopulliset alaluokat muodostuivat yhdistelemällä samankaltaisia alaluokkia yhteen ilmaisujen yhtäläisyyksien ja eroavaisuuksien mukaisesti. Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen alaluokkia muodostui 11, toiseen tutkimuskysymykseen alaluokkia muodostui seitsemän (7) ja kolmanteen tutkimuskysymykseen alaluokkia muodostui kuusi (6). Alla esimerkki alaluokan muodostamisesta (Kuvio 3).



Kuvio 3. Esimerkki alaluokan muodostumisesta

Kolmantena vaiheena oli tutkimusaineiston käsitteellistäminen eli abstrahointi, jossa luokittelua jatkettiin ja luokat nimettiin aineiston sisällön mukaisilla käsitteillä. Alaluokkia yhdistelemällä muodostettiin yläluokkia ja yläluokkia yhdistelemällä saatiin muodostettua aineistosta pääluokkia. Abstrahoinnissa valikoidun, tutkimuksen kannalta olennaisen tiedon pohjalta muodostettiin teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä. Abstrahoinnissa tutkija rakentaa tutkimuskohteestaan kuvauksen muodostamiensa käsitteiden avulla. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 125.) Alla esimerkki pääluokan muodostumisesta kuviossa 4.

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
Enemmän ohjaajaresursseja	Resurssien tarve		Henkilökunnan työtä tukevat resurssit
Koulutusta	Osaamisen lisääminen	Lisäresursseja työhön	
Aikaa kohdata oppilaita	Resurssien kohdentaminen		
Mielenterveyden ammattilaisten apu	Mielenterveyden ammattilaiset		
Toimivia yhteistyöverkostoja	Yhteistyö ja verkostot	Yhteistyön ja verkostojen vahvistaminen	
Hyvä yhteistyö kotien kanssa	Yhteistyö kotien kanssa		

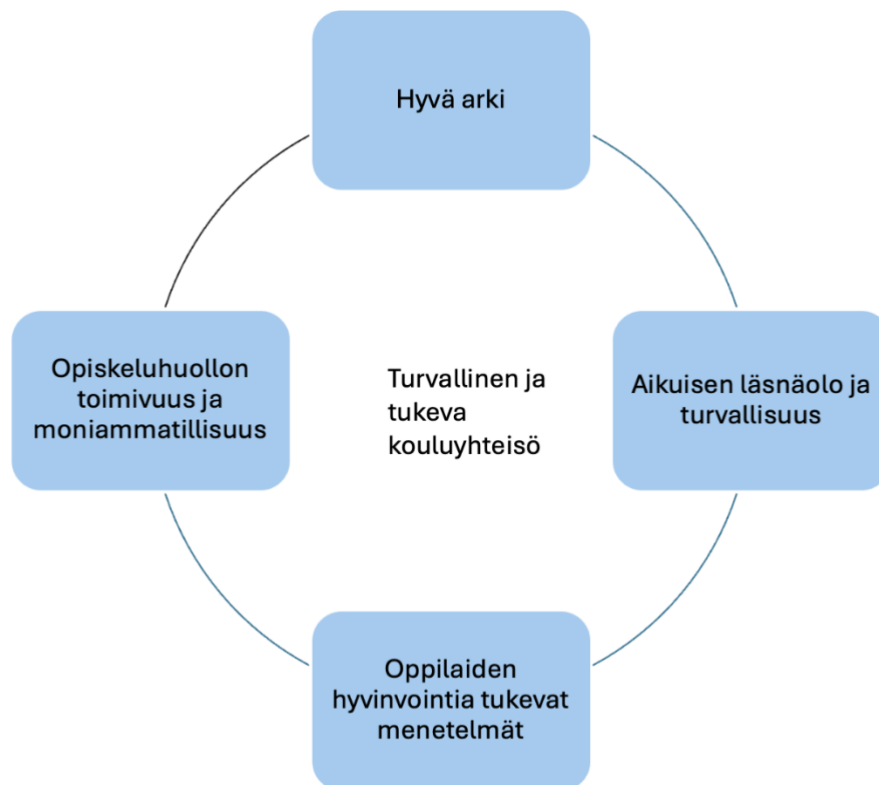
Kuvio 4. Pääloukan muodostuminen

Luvussa 6 esitellään opinnäytetyön tulokset tutkimuskysymyksittäin. Numeroimattomat alaotsikot on otsikoitu yläluokkien mukaan. Aineiston analyysissä ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta muodostui neljä (4) yläluokkaa, toiseen tutkimuskysymykseen muodostui kolme (3) yläluokkaa ja kolmanteen tutkimuskysymykseen kaksi (2) yläluokkaa.

6 Tulokset

6.1 Mielenterveyden tukeminen kouluyhteisössä

Rakokiven koulussa lasten mielenterveyden tukemisen koettiin perustuvan käytäntöihin, joissa korostuvat oppilaan hyvän arjen tukeminen, aikuisen läsnäolo ja turvallisuus, opiskeluhuollon toimivuus ja moniammatillisuus sekä oppilaiden hyvinvointia tukevat työkalut. Yhdessä näiden nähtiin muodostavan oppilaille turvallisen ja heitä tukevan kouluyhteisön. Tulokset Rakokiven koulussa toteutettavan mielenterveyden tukemisen osalta esitellään kuviossa 5.



Kuvio 5. Mielenterveyden tukeminen Rakokiven koulussa

Hyvä arki

Vastaajat korostivat koulun hyvän strukturoidun arjen merkitystä oppilaiden mielenterveyden tukemisen taustalla. Hyvä arki käsittää vastaajien mukaan säännöllisyyden, turvallisuuden, perustarpeiden huomioimisen ja terveellisten

elämäntapojen noudattamisen sekä sosiaaliset kontaktit. Nämä asiat toistuivat useissa vastauksissa. Vastauksien perusteella koulun henkilökunta pystyy vaikuttamaan oppilaiden arkeen ylläpitämällä hyviä rakenteita ja vuorovaikutusta koulussa. Sujuva yhteistyö kotien kanssa sekä kodin asenne ja tuki nähtiin erittäin tärkeinä ja olennaisina oppilaiden arjen rakentumisessa.

Yritän itse olla turvallinen ja tarjota strukturoidun arjen.

Perusta on arjen säännöllisyydessä ja sujumisessa. Riittävä uni, monipuolinen ravitsemus, liikunta, sopiva, iänmukainen median käyttö. Kun pohja on kunnossa, koulutyö ja kaverisuhteet sujuvat paremmin.

Aika lähellä sitä mielenterveyden kättä: arvot ja valinnat, lepo, ruoka, ihmissuhteet ja itsestä huolehtiminen.

Kotien asenne ja tuki oleellinen.

Aikuisen läsnäolo ja turvallisuus

Yksi keskeisimmistä asioista mielenterveyden tukemisessa kouluympäristössä oli vastauksien mukaan aikuisen läsnäolo ja turvallisuuden tarjoaminen. Jokapäiväinen vuorovaikutus, välittävä asenne ja oppilaiden huolien kuuntelemisen nähtiin tukevan lasten ja nuorten mielenterveyttä. Oppilaiden huomioiminen sekä arjen kuulumisista ja huolista keskusteleminen koettiin tärkeäksi. Vastaajat painottivat jokaisen oppilaan kohtaamisen tärkeyttä. Aikuisen läsnäolon ja helposti lähestyttävyyden koettiin lisäävän oppilaiden turvallisuuden tunnetta. Läsnäolo arjessa tuki myös oppilaiden tuntemusta ja kohtaamista.

Koen, että olen turvallinen ja luotettava aikuinen, minulla on aikaa olla läsnä oppilaille ihan sekä kuunnella ja tukea. Oppilaat helposti lähestyvät ja kertovat huolistaan.

Pystyn juttelemaan arjen kuulumisista ja mahdollisista huolista.

Yritänkin kuunnella ja olla läsnä oppilaille niin paljon kuin mahdollista, koska kaikkien kotona sitä ei tehdä.

Huomioin kaikki joka oppitunti, otan vakavasti, rajaon ja hyväksyn. Olen läsnä.

Aikuisen läsnäolo koettiin tärkeäksi myös, koska aikuisten puutteen nähtiin vaikuttavan oppilaisiin heidän oireilunaan koulussa. Tulosten mukaan se, että lapsen perustarpeet ja arki eivät ole kunnossa, aiheuttaa turvattomuuden kokemusta ja lisää huomion etsimistä muualta, kuten koulusta, jossa lapsi viettää suuren osan päivästänsä. Tämä lisää opettajien ja opiskeluhuollon painetta ja vastuuta tarjota oppilaille näiden kaipaamaa aikuisen huomiota, turvallisuutta ja läsnäoloa.

Koulussa on väsyneitä oppilaita, joiden olemus huutaa aikuisen tarvetta. Usein huono käytösikin on vain oire siitä.

Tärkeää on olla turvallinen, helposti lähestyttävä aikuinen lapsille.

Opiskeluhuollon toimivuus ja moniammatillisuus

Tuloksissa nousi esille moniammatillinen yhteistyö eri toimijoiden välillä. Yhteistyö koulun sisällä opettajien, erityisopettajien ja opiskeluhuollon välillä sekä koulun ammattilaisten ja koulun ulkopuolisten hoitotahojen ja toimijoiden välinen yhteistyö koettiin tärkeäksi osaksi oppilaiden mielenterveyden tukemista. Mielenterveyden tukeminen nähtiin myös tiiviinä osana yhteisöllistä ja yksilökohtaista opiskeluhuoltoa. Vastausten perusteella opetushenkilökunnan keinojen ollessa riittämättömiä turvaututaan opiskeluhuollon moniammatilliseen apuun. Opiskeluhuollosta oppilas ohjataan tarpeen tullen koulun ulkopuolisten toimijoiden kontaktiin.

Opetushenkilökunnan ja opiskeluhuollon toimijoiden välinen yhteistyö koettiin sujuvaksi ja opiskeluhuollon työskentely toimivaksi. Opiskeluhuolto tukee opetushenkilökuntaa vaikeissa tilanteissa ja auttaa pitämään yllä tietoisuutta ja osaamista.

Kuraattori, terkkä, psykologi usein paikalla, meitä monta aikuista ja elo joka vuosiluokalla.

Oppilashuolto toimii erittäin hyvin...

...verkostotyötä sopivan tuen järjestämiseksi.

Koulukuraattori ja moniammatillinen työryhmä.

...pitää tietoisuutta ja osaamista yllä henkilökunnan keskuudessa ja olla mukana tukemassa henkilökuntaa silloin, kun tuntuu ettei keinot riitä.

Oppilaan päivittäiseen kohtaamiseen koulussa kuuluvat tulosten perusteella myös koulukuntoisuuden huomiointi ja arvioiminen, ja hänen saattamisensa tarvittaessa oikeanlaisen avun piiriin.

Oppilaiden hyvinvointia tukevat menetelmät

Tuloksien mukaan oppilaiden hyvinvointia tukeviin menetelmiin kuuluivat sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen että hyvinvointia tukevat työkalut. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen nousi vastauksissa esille keskeisenä osana mielenterveyden tukemista ja niiden tueksi mainittiin käytössä olevan myös runsaasti materiaalia. Lukuvuoden alussa tapahtuva ryhmäyttäminen nähtiin myös tärkeänä osana mielenterveyden tukemista.

Tunne- ja vuorovaikutustunnit ainakin. Myös runsaasti materiaalia.

Luokissa vuorovaikutus- ja tunnetaitojen säännöllistä harjoittelua.

Säännöllinen vuorovaikutustaitojen harjoittelu, ryhmäyttäminen lukuvuoden alussa ja tarvittaessa pitkin vuotta.

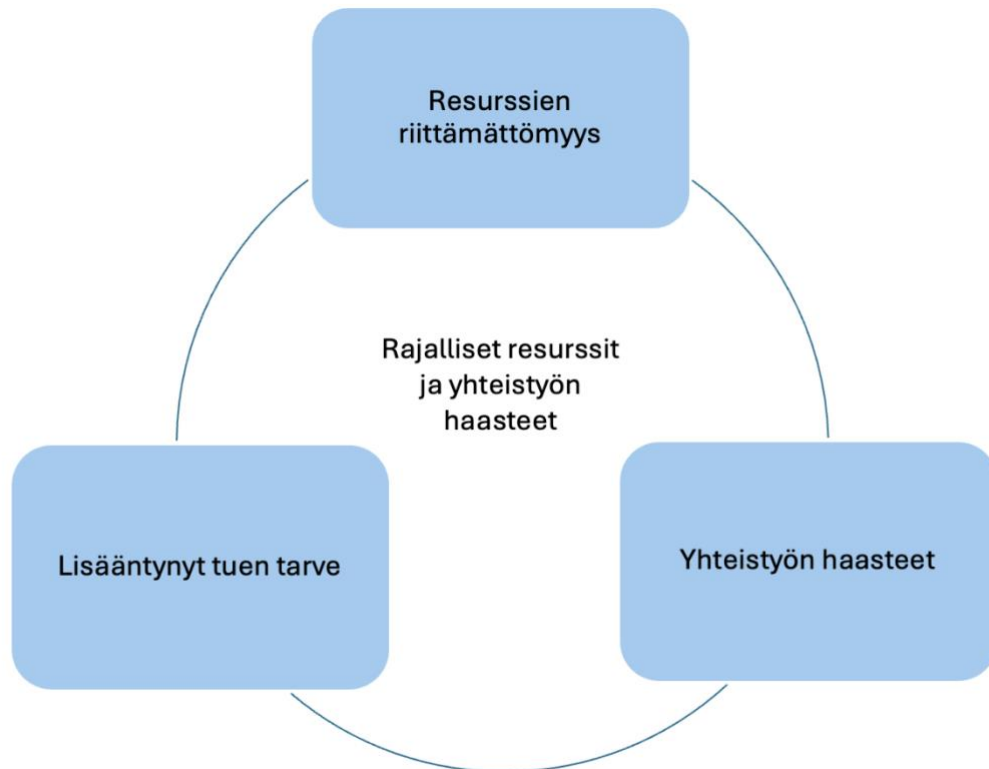
Tulosten perusteella koululla on käytössä useita ennaltaehkäiseviä ohjelmia ja työkaluja oppilaiden mielenterveyden tukemiseksi. Hyvinvointia tukevia työkaluja olivat vastausten mukaan terveydenhoitajan, psykologin tai kuraattorin käyttämät työmenetelmät kuten laajojen terveystarkastusten kyselykaavakkeet, mielialakyselyt, isommille oppilaille tarkoitettu ”huoltamotoiminta” sekä ohjattu omahoito. Opettajilla käytössä ovat myös menetelminä Verso- ja Resto-toiminta, jotka keskittyvät kiusaamisen ehkäisyyn sekä vuorovaikutus- ja ongelmanratkaisutaitojen harjoitteluun.

...kyselykaavakkeet, mielialakyselyt, ohjattu omahoito...

6.2 Haasteet mielenterveyden tukemisessa

Opettajien ja opiskeluhoillon toimijoiden kokemat haasteet lasten ja nuorten mielenterveyden tukemisessa Rakokiven koulussa liittyivät rajallisiin resursseihin ja yhteistyön haasteisiin. Vastaajat olivat oppilaiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden

tukemiseen vaikuttavista haasteista hyvin samaa mieltä ja samat asiat toistuivat lähes joka vastauksessa. Resurssien riittämättömyys, yhteistyön haasteet ja oppilaiden lisääntynyt tuen tarve nousivat vastaajien kokemusten perusteella haasteiksi mielenterveyden edistämistyön toteuttamisessa. Tulokset mielenterveyden tukemisen haasteiden osalta esitellään kuviossa 6.



Kuvio 6. Mielenterveyden tukemisen haasteet

Resurssien riittämättömyys

Resurssien puute monella eri osa-alueella toistui ja korostui vastauksissa. Resurssien vähyys henkilöstössä, ajassa, jatkohoitopoluissa ja oikeanlaisen tiedon puute nousivat toistuvasti esille. Vastaajat kokivat oman roolinsa kuormittavana ja olivat tietoisia osaamisensa rajoista mielenterveyden tukemisessa. Suurten ryhmäkokojen koettiin vaikeuttavan mahdollisuuksia huomioida jokainen oppilas yksilöllisesti. Vastaajat kokivat myös, ettei heillä ole riittävästi aikaa mielenterveystyöhön ja toivoivat koulun ulkopuolisia toimijoita vastaamaan tähän tarpeeseen.

Koen, ettei minulla ole riittävästi tietoa mielenterveyden haasteista. Tuen tarpeeseen vastaamiseen ei myöskään ole resursseja.

Oma riittämättömyys, koulu ei pysty yksin vastaamaan mielenterveyden haasteisiin. Opettajan resurssit ovat rajalliset.

Kun jonkun mielenterveys järkkyy, tarvitaan mielenterveyden ammattilaisia apuun. Opetushenkilökunta ei sitä ole eikä työaika riitä sellaisena toimimiseen.

Kaikki tämä pitäisi tehdä opetuksen ohessa koulupäivän aikana. Ja toki yksilöllisesti. Se on ”helppoa”, kun luokassa on VAIN 15–26 oppilasta.

Opiskeluhuollon tarjoama tuki koettiin toimivaksi, mutta resurssien riittävyys vähentää työskentelyn vaikuttavuutta, eikä yksittäisen oppilaan huomioimiseen riitä aikaa. Opiskeluhuollon palvelujen koettiin olevan rajallisesti käytössä ja aliresursoituja.

Oppilashuolto toimii erittäin hyvin, mutta se ei valitettavasti riitä... ...olisi tärkeää olla paremmin resurssoituja.

Kuraattorin palveluja on rajallisesti käytössä.

Yhteistyön haasteet

Tuloksista ilmeni, että opettajat ja opiskeluhuollon toimijat kokevat, etteivät koulu yksin pysty tukemaan oppilaita mielenterveyden haasteissa. Riittämättömyyden tunne oppilaiden mielenterveyden pulmien ja resurssipulan keskellä oli yleistä. Opetushenkilökunta joutuu tukemaan oppilaita oman työnsä ohella ja vaikka opiskeluhuollolla tiedettiin olevan paljon erilaisia työmenetelmiä oppilaiden mielenterveyden tukemiseen, nähtiin opiskeluhuollon tuki yksin riittämättömänä. Yhteistyön hoitotahojen kanssa tulisi olla toimivampaa. Jatkohoitokontaktien järjestymisen koettiin olevan hidasta, mikäli sitä edes on saatavissa.

Opettajien ja koulun tehtävä on vastata opetuksesta, ja muiden tahojen mielenterveystyöstä, mutta koulun vastuun oppilaiden hyvinvoinnista koettiin lisääntyneen.

Tarvitaan muita tahoja apuun, jos mielenterveydessä on ongelmia.

Yhteistyö kodin ja hoitavan tahon välillä tulee olla toimivaa, jos hoitavaa tahoa ylipäänsä on käytettävissä.

Haasteet ovat lähinnä jatkohoitopolkujen niukat resurssit.

Tuloksien mukaan vastaajat kokivat yhteistyön kodin ja huoltajien kanssa ajoittain haasteelliseksi. Vastauksissa korostettiin kodin ja huoltajien vastuuta ja yhteistyön merkitystä. Työskentely lapsen hyväksi on vaikeaa, mikäli yhteisymmärrys ja yhteistyö vanhempien kanssa ei ole avointa ja toimivaa. Kaikki perheet eivät tunnista tai myönnä lapsensa haasteita, ja tällöin koulun keinot puuttua tilanteeseen ovat rajalliset. Koulu voi tehdä lastensuojeluilmoituksia, mutta sekään ei välttämättä riitä, mikäli huoltajat eivät vastaanota apua.

Vanhempien kanssa pitäisi olla avointa keskustelua ja tietoa, sitä ei välttämättä ole. Muutenkin yhteistyön eri puolien kanssa pitäisi olla sujuvaa.

Jos huoltajat eivät tunnista/tunnusta lapsensa/kodin haasteita, emme voi koulun puolesta väkisin saada apua perheelle. Toki lastensuojeluilmoituksen voi tehdä, mutta sekään ei johda kovin pitkälle jos koti ei ole vastaanottavainen avulle.

Lisääntynyt tuen tarve

Vastauksien perusteella mielenterveyden haasteet ja erilainen oireilu tuntuvat lisääntyneen lasten keskuudessa, vaikka suurin osa koulun oppilaista voi hyvin. Useissa vastauksissa oppilaiden tuen tarpeen kerrottiin näkyvän väsymyksenä, jännittämisenä, matalana mielialana, ongelmallisena käytöksenä, heikkona koulumotivaationa tai kouluvaikeuksina. Levottomuutta, yliviikkautta ja käytöspulmia kerrottiin vastauksissa olevan nykyään enemmän kuin aiemmin. Sosiaalisen median kuvattiin tuovan osaltaan oppilaille uusia paineita ja kuormittavan heidän mielenterveyttään. Jo hyvinkin pienten lasten nähtiin kokevan paineita ulkonäöstään ja siitä, millaista heidän elämänsä pitäisi olla. Liiallinen pelaaminen koettiin myös kasvavana ongelmana.

Useammalla oppilaalla on mielenterveyden haasteita, jotka näkyvät eri tavoin kouluarjessa.

Jännittämistä, ahdistuneisuutta, tunnesäätelyn vaikeutta sekä matalaa mielialaa esiintyy osalla.

Levottomuutena, aggressiivisuutena, ei välttämättä tulla kouluun, väsymys oppilaissa.

Erilaisten haasteiden nähtiin hankaloituvan, mikäli elämän perusasiat ja arki eivät ole kunnossa. Moni vastaajista piti syynä puutetta perustarpeissa, kuten turvallisissa, läsnäolevissa aikuisissa, kodin rajoissa sekä fyysisen, psyykkisen ja henkisen ympäristön tasapainossa.

Tähän vaikuttaa monen kohdalla heikot tunne- ja vuorovaikutustaidot ja se, ettei lasten perustarpeista välttämättä huolehdita kotona.

Haasteet hankaloituvat jos perusasiat eivät ole kunnossa.

Tähän vaikuttaa varmasti liika pelaaminen, läsnäolevien aikuisten puute sekä kodin rajojen puute.

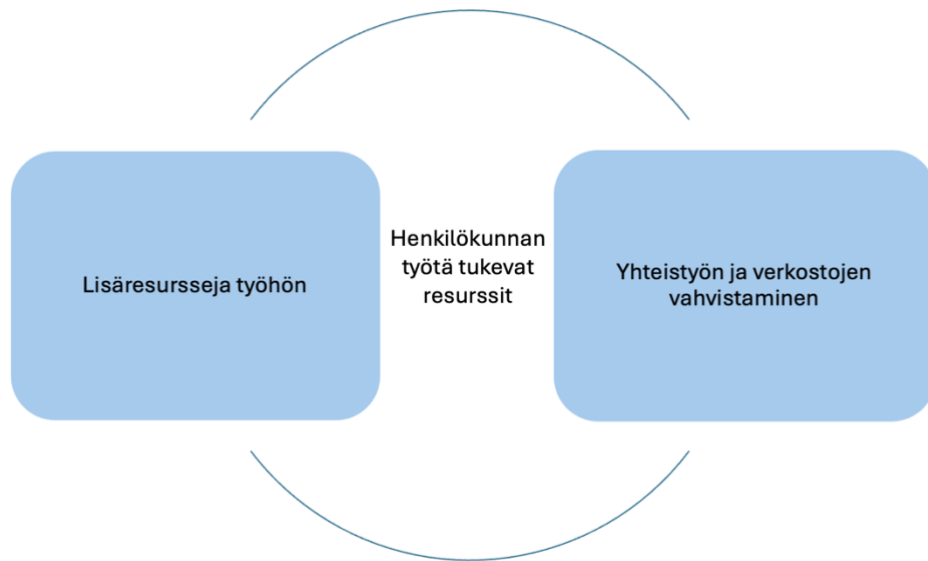
Vastausten mukaan heikot tunne- ja vuorovaikutustaidot lisäävät mielenterveyden haasteita ja saattavat näkyä huonona tai aggressiivisena käytöksenä, koulupoissaoloina, psykosomaattisina vaivoina tai esimerkiksi sisäänpäin kääntyneenä käytöksenä. Joidenkin lasten kohdalla neuropsykiatrisiin haasteisiin nähtiin liittyvän myös mielenterveyden ja tunne-elämän haasteita.

Mielenterveyden ja keskittymisen haasteet usein liittyvät toisiinsa ja niitä voi olla vaikea erottaa toisistaan.

Vastauksista ilmenee, että oppilaiden tuen tarve on suurempi kuin saatavilla oleva tuki. Opettajien ja opiskeluhoillon tarjoama tuki ei riitä sekä resurssien että osaamisen kannalta, mutta muuta vaihtoehtoa ei välttämättä ole. Oppilaiden lisääntyneeseen tuen tarpeeseen tarvittaisiin ulkopuolisia toimijoita, jotka osaavat vastata lasten mielenterveyden haasteisiin.

6.3 Mielenterveyden edistämistyön tuki

Tulosten perusteella Rakokiven koulun opettajat ja opiskeluhoillon toimijat toivoisivat lasten mielenterveyden edistämiseen lisää henkilökunnan työtä tukevia resursseja. Vastaajat kaipasivat lisäresursseja työhön sekä yhteistyön ja verkostojen vahvistamista. Tulokset mielenterveyden edistämiseen toivotusta tuesta esitellään kuviossa 7.



Kuvio 7. Mielenterveyden edistämistyöhön toivottu tuki

Lisäresursseja työhön

Eniten vastaajat toivoivat työnsä tueksi lisää resursseja. Lähes kaikki vastaajat kokivat sekä koulun sisäisten että ulkopuolisten resurssien lisäämisen tukevan omaa työtään. Kouluun toivottiin enemmän ohjaajaresursseja, sijaisresursseja silloin, kun opettajat ovat sairaana ja yleisesti enemmän henkilöstöresursseja opetukseen ja opiskeluhuoltoon. Vastaajat toivoivat myös lisää aikaa perustyöhön ja oppilaiden kohtaamiseen. Vastaajat kokivat oman työaikaansa kuluvan liikaa muihin kuin opetustyöhön.

Aika- ja henkilöstöresursseja.

Rauhaa perustyöhön.

Riittävästi resursseja oppilashuoltoon ja koululle.

Joissain vastauksissa tuotiin esille toivetta muutoksesta ylemmällä tasolla kulttuurissa ja päätöksenteossa.

Haluaisin, että päättäjät heräisivät tähän maailmaan. Se vaatisi, että he tulisivat itse katsomaan kouluihin mikä tämä todellisuus on, jonka jälkeen voitaisiin saada esim. resursseja ja lisää lakeja esim. somen käyttöön ym.

Nykymaailman paineet ja turhat, aikaa vievät kyselyt ja tilastoinnit ilman että asioihin oikeasti puututaan, koettiin turhauttavaksi.

Vastaajat toivoivat työnsä tueksi myös lisää koulutusta oppilaiden mielenterveyden tukemiseen koulussa, sillä oman osaamisen ei koettu olevan riittävää tällä osa-alueella. Välittävän ja kunnioittavan kohtaamisen sekä kouluun kiinnittymistä vahvistavan yhteisöllisyyden koettiin tukevan oppilaiden mielenterveyden edistämistä. Omaan työhön kaivattiin hyviä työkaluja, joiden avulla vastaajat pystyisivät keskustelemaan oppilaan kanssa asioista ja tukemaan häntä.

Hyviä työkaluja asioista keskusteluun ja lapsen tukemiseen.

Yhteistyön ja verkostojen vahvistaminen

Toimiva yhteistyö eri tahojen kanssa nousi yleisenä vastaajien omaa työtä tukevana toiveena lasten mielenterveyden tukemisessa. Hyvä yhteistyö kotien kanssa koettiin tärkeäksi lapsen tukemisen kannalta. Hyvän yhteistyön nähtiin tukevan myös kotien roolia lasten kasvatuksessa ja nykymaailman haasteisiin vastaamisessa.

Hyvää yhteistyötä kotien kanssa.

Toimivan moniammatillisen yhteistyön nähtiin tukevan vastaajien työtä lasten mielenterveyden edistämiseksi. Vastaajat kokivat, ettei koulu yksin pysty tukemaan lapsia tarpeeksi ja toivoivat lisää niin perheitä kuin omaa työtä tukevia toimivia yhteistyöverkostoja ja jatkohoitokontakteja. Mielenterveyden ammattilaisia vastaajat kaipasivat lasten tueksi, sillä oman ajan tai osaamisen ei koettu riittävän mielenterveyden haasteisiin vastaamiseen. Mielenterveystyöhön toivottiin ulkopuolista apua myös, jotta opetushenkilöstö voisi keskittyä päätyöhönsä eli opettamiseen.

Toimivia yhteistyöverkostoja ja jatkohoitokontakteja.

Tukea koteihin.

Sitä, että jokin muukin taho kuin koulu vastaisi tuen tarpeisiin. Ei voi olettaa, että opettaja ja oppilashuolto hoitavat kaiken, sillä me emme ole mielenterveyden hoitamisen ammattilaisia.

7 Pohdinta

7.1 Tulosten tarkastelu

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Tarkoituksena oli selvittää opettajien ja opiskeluhoillon toimijoiden kokemuksia mielenterveyden edistämisestä kouluympäristössä. Tästä tiedosta johdettuja kehittämissuhteita voidaan käyttää suuntana siinä, kuinka mielenterveyden edistämistä koulussa voitaisiin toteuttaa. Opinnäytetyö toteutettiin soveltavana laadullisena tutkimuksena, jossa aineistonkeruumenetelmänä oli opettajille ja opiskeluhoillon toimijoille suunnattu laadullinen tiedonkeruulomake.

Tulokset vastaavat opinnäytetyön tavoitteeseen ja tarkoitukseen. Tuloksista ilmenee, miten mielenterveyden edistämistä ja hyvinvoinnin ylläpitämistä on oppilaiden parissa toteutettu. Tietoa kehittämisen kohteista voidaan hyödyntää Rakokiven koulussa esimerkiksi opettajien ja opiskeluhoillon toimijoiden koulutuksia ja perehdytystä suunnitellessa. Tulosten tietynlaista samanmielisyyttä voi myös hyödyntää siinä, että se kertoo koulun kulttuurista ja arvomaailmasta, jota on hyvä edelleen vahvistaa. Henkilökunnan eniten esille tuomat toiveet resurssien suhteen on hyvä tiedostaa, vaikkei niiden toteuttaminen ole yksiselitteistä.

Lasten mielenterveyden tukeminen Rakokiven koulussa

Tulosten mukaan koulun opetushenkilökunta ja opiskeluhoillon toimijat pitävät turvallista ja tukevaa kouluyhteisöä tärkeänä tekijänä oppilaiden hyvinvoinnin ja hyvän mielenterveyden tukemisessa. Turvallinen ja tukeva kouluyhteisö rakentuu tulosten perusteella oppilaiden hyvästä arjesta, aikuisen läsnäolosta ja turvallisuudesta, opiskeluhoillon toimivuudesta ja moniammatillisuudesta sekä oppilaiden hyvinvointia tukevien menetelmien käytöstä.

Mielenterveys on osa lasten ja nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia, joka rakentuu arjen monista lapsen elämään vaikuttavista tekijöistä, kuten turvallisuudesta ja vakaudesta perheessä, koulussa ja laajemmassa yhteisössä, terveellisten elämäntapojen noudattamisesta kuten riittävästä unesta, liikunnasta ja ravinnosta huolehtimisesta sekä ihmissuhde- ja tunnetaitojen harjoittelusta (Solin ym. 2018, 1;

WHO 2024). Tuloksissa tämä näkyi toistuvina, samankaltaisina vastauksina, joissa lähes jokainen vastaaja kuvaili hyvinvoinnin ja hyvän mielenterveyden rakentumista samoin.

Ojala (2017) on väitöskirjassaan tutkinut opettajien kokemuksia tunne- ja käyttäytymisongelmista kärsivien oppilaiden kohtaamisesta. Positiivisella opettajan ja oppilaan välisellä vuorovaikutuksella on edullinen vaikutus oppilaiden sopeutumiseen, suorituskyykyyn ja käyttäytymiseen. Opinnäytetyön tuloksissa vastaajat toivat esiin kokemuksiin merkittävänä aikuisina olemisesta lasten arjessa. He kokivat olevansa turvallisia ja läsnäolevia aikuisia, jotka kuuntelevat ja ovat tukena lasten kouluarjessa. Tämä rooli koettiin vahvana, mutta esille nousi myös kyvyttömyys ehtiä kuuntelemaan ja huomioimaan kaikki oppilaat. Aikaa pysähtymiseen ja oppilaiden yksilölliseen kohtaamiseen ei ole riittävästi, mutta silti oppilaiden kohtaaminen koettiin hyvin merkitykselliseksi. Vastaajien mukaan aikuisen tarve oli selkeästi nähtävissä joidenkin lasten kohdalla. Myös Ahtola (2017) kertoo opettajien suuresta vaikutuksesta lasten hyvinvointiin. Opettajan kyvyt ja taidot sekä jaksaminen oppilaiden päivittäisessä kohtaamisessa ovat merkittäviä tekijöitä. Koulupäivät ovat täynnä sosiaalisia kohtaamisia ja nämä voivat olla korjaavia, vaurioittavia, hyvää tekeviä tai vanhaa ylläpitäviä.

Opinnäytetyön tulosten mukaan koulun keinot vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin ja hyvään mielenterveyteen toteutuvat kohtaamisen lisäksi myös hyvien rakenteiden ja suotuisan vuorovaikutuksen ylläpitämisellä. Myös Lindfors ja Somerkoski (2018, 292–293) sekä Lahtinen ja Lankinen (2022, 370) kertovat turvallisen kouluympäristön koostuvan fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja pedagogisesta turvallisuudesta, mitkä mainittiin myös opinnäytetyön tuloksissa. Turvallisen oppimisympäristön luomisella sekä positiivisen ilmapiirin ja vuorovaikutuksen lisäämisellä voidaan vähentää oppilaiden hyvinvointia heikentäviä tapahtumia kuten väkivaltaa, kiusaamista, tapaturmia ja päihteiden käyttöä. Huomioitavaa on se, ettei vastauksissa noussut kertaakaan esille kiusaaminen ja sen vaikutukset hyvinvointiin, vaikka muun muassa Cricchion ym. (2023) mukaan se on yksi merkittävimmistä tekijöistä kouluviihtyvyydessä ja oppilaiden hyvinvoinnissa.

Tulosten mukaan toimiva yhteistyö vanhempien kanssa nähtiin lasten mielenterveyttä tukevana toimena. Kodin ja koulun yhteistyö vaikuttaa lapsen myönteisen koulukokemuksen muodostumiseen. Hyvä ja luottavainen yhteistyö mahdollistaa lapsen hyvinvoinnin tukemisen huoltajien ja opettajien yhteistyönä. Vanhempien ja opettajien toimiminen kasvatuskumppaneina sitoo kodin ja koulun yhteen turvalliseksi kehitysympäristöksi. Koulun henkilökunnan, opiskeluhoillon toimijoiden ja huoltajien välistä yhteistyötä koulussa tulisi vahvistaa varsinkin silloin, kun lapsella tai nuorella on todettu mielenterveyden ongelmia. (Anttila ym. 2016, 11, 35; Nurmi ym. 2017, 41)

Suurimpia oppilaiden turvattomuuden tunteiden aiheuttajia koulussa ovat ihmissuhteisiin liittyvät negatiiviset kokemukset, erityisesti kiusaaminen ja yksinäisyys. Yhteenkuuluvuuden tunnetta luodaan koulussa kohtaamisilla, yhteisillä kokemuksilla ja yhdessä tekemisellä. Hyväksytyksi tulemisen ja yhteisöön kuulumisen tunteet sekä kyky luoda merkityksellisiä suhteita toisiin oppilaisiin edistävät mielenterveyttä. (Nurmi ym. 2017, 34; Aalto-Setälä ym. 2023, 19–20.) Opinnäytetyön tuloksissa oppilaiden ryhmäyttäminen lukuvuoden alussa nähtiin tärkeänä mielenterveyttä tukevana keinona, jota myös Rakokiven koulussa käytetään ja siihen panostetaan.

Anttila ym. (2016, 23) jaottelevat tekemässään selvityksessä lasten mielenterveyttä edistävät menetelmät työntekijän tunne-, vuorovaikutus ja mielenterveysosaamiseen, lapsen tunne-, vuorovaikutus ja mielenterveysosaamiseen, vertaistoimintaan ja osallisuuteen, toimintakulttuuriin, kohdennettuun tukeen sekä opiskeluhoiltotyöhön ja mielenterveyspalveluihin. Tämä tukee myös opinnäytetyön tuloksia, joissa tuotiin paljon esiin juuri opetushenkilökunnan osaamista, opiskeluhoillon roolia sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista ja harjoittelua sekä oppilaiden vertaistoimintaa. Koulussa on opiskeluhoillon erilaisten menetelmien lisäksi säännöllisesti tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelua viikko-ohjelmaan sisällytettynä ja käytössä Verso- ja Resto-menetelmät, jotka ovat oppilaiden sovittelevaa, restoratiivista toimintaa konfliktitilanteissa.

Tulosten mukaan oppilaiden hyvinvointia ja toimintakykyä tuetaan myös erilaisin tukitoimin. Haasteiden ilmaantuessa oppilaan koulunkäyntikykyä arvioidaan ja

mietitään riittävien tukitoimien tarpeellisuutta. Puustjärvi & Luoma (2019) kertovat katsausartikkelissaan opetuksen järjestäjän vastuusta lapsen koulukyvyn arvioimisesta ja tämän toteutumisesta kouluissa moniammatillisesti. Pedagogiset tukitoimet, opetushenkilöstön osaaminen ja koulun toimintakulttuuri katsotaan merkityksellisiksi tekijöiksi hyvinvoinnin tukemisessa.

Vastaajat nostivat opiskeluhuollon toimijat tärkeäksi ja vaikuttavaksi tekijäksi oppilaiden tukemisessa. Mielenterveyden tukemisen nähtiin kuuluvan osaksi yhteisöllistä ja yksilöllistä opiskeluhoitoa. Hietanen-Peltolan (2024, 38) mukaan opiskeluhuollon toimijat ovat koulussa merkittävässä roolissa edistämässä lasten ja nuorten hyvinvointia ja heidän tukensa on helposti saatavissa silloin, kun apua tarvitaan. Opiskeluhuollon ammattilaisten työajasta huomattava osa kuluu nykyään oppilaiden mielenterveysongelmiin liittyvissä tuen tarpeissa sekä niihin liittyvään yhteistyöhön. Tämä nousi esille myös kyselyn tuloksissa.

Opetushallituksen opetussuunnitelman (2014, 61, 79) perusteissa kerrotaan opiskeluhuollon toimijoiden osallistuvan monialaisessa yhteistyössä oppilaiden pedagogisen tuen suunnitteluun ja toteutukseen, ja myös opettajat työskentelevät osana opiskeluhuollon kokonaisuutta. Lahtisen ja Haanpään (2015, 156) mukaan opiskeluhuollon palveluita hyödynnetään tilanteissa, joissa pedagogiset keinot eivät riitä oppilaan koulunkäynnin haasteisiin. Opinnäytetyön tuloksissa vastaajat raportoivat toimittavan juuri edellä mainitulla tavalla. Opetushenkilöstön ja opiskeluhuollon toimijoiden välinen toimiva yhteistyö nähtiin myös vastauksissa merkityksellisenä. Mannerkosken ja Ruosen (2024, 18) selvityksen mukaan opiskeluhuollon toimijat ovat nimenneet luokan- ja erityisopettajan tärkeimpien yhteistyökumppaniensa joukkoon.

Henkilökunnan kokemat haasteet mielenterveyden tukemisessa

Tuloksissa suurimpina haasteina oppilaiden mielenterveyden tukemisessa nousivat rajalliset resurssit ja yhteistyön haasteet. Resurssit koettiin riittämättöminä monella eri osa-alueella kuten henkilöstön vähyytenä sekä ajan, osaamisen ja mielenterveyden ammattilaisten tuen puutteena. Myös Lahtisen ym. (2023) tutkimuksessa on tullut esille, että koulujen ammattilaiset raportoivat riittämättömästä osaamisesta, ajasta, hyvinvoinnista ja yleisestä tuesta pystyäkseen mielenterveyden edistämiseen kouluissa.

Maunulan ym. (2022, 39–40) artikkelissa kerrotaan käytösoireilevan oppilaan haastavan koko luokan dynamiikan lisäksi myös opettajien osaamisen ja jaksamisen ja vaatien heiltä hyvin suunniteltua, strukturoitua ryhmän ohjaamista. Moniammatillisella ennakoinnilla ja puuttumisella voidaan ehkäistä ongelmien kasaantumista, mikä tukee sekä oppilasta että opettajaa. Opinnäytetyön vastaajien mukaan tätä ei ole helppoa toteuttaa nykyisillä resursseilla. Työmäärä on lisääntynyt ja vastaajat kokivat koulun vastuun olevan jo liian suuri siihen nähden, että koulun päätehtävä on opetus. Engblom-Pelkkala (2018, 69) ottaa väitöskirjassaan kantaa, että instituutiona koulu kuitenkin on niin kokonaisvaltainen ja merkittävä kasvatuksellinen tekijä lasten elämässä, ettei pelkkä opetus enää riitä, vaan on keskityttävä muuhunkin. Näkemykset kasvatus- ja koulutusinstituutioista ovat pysyneet samankaltaisina aikojen saatossa, vaikka yhteiskunta ja koulutus ovatkin olleet muutoksessa. Muutos koulujen toimintakulttuurissa olisi tarpeellinen ja vastaisi ajan haasteisiin. Tämä olisi huomioitava myös opettajien koulutussuunnitelmassa.

Opinnäytetyön tuloksissa opetushenkilöstön osaaminen mielenterveyden tukemiseen koettiin riittämättömäksi, vaikka lukuisat tutkimukset (mm. O'Reilly ym. 2018; Maclean & Law 2021, 3) ja nykytieto puoltavat sen tärkeyttä opetuksen ohella. Castanedan ym. (2018, 100–101) koostamassa valtakunnallisessa kehittämishankkeessa painotetaan myös mielenterveystyön osaamisen tärkeyttä opettajilla, joiden tulisi osata huomioida opetuksessaan kokonaisvaltaisuus, sisällöllinen ja ajallinen oikearytmisyys, yksilöllisiin tarpeisiin vastaaminen sekä onnistumisten ja positiivisten elämäkokemusten tarjoaminen.

Yksinkertaisimmillaan mielenterveyden tukeminen tarkoittaa erilaisia keinoja, joilla pyritään lisäämään ja vahvistamaan oppilaiden omia mielenterveyttä suojaavia ja vahvistavia tekijöitä, kuten itsetuntoa, turvallisuuden tunnetta ja elämänhallintaa lisäämällä, osallisuutta ja arjen mielekästä toimintaa vahvistamalla sekä tasapainottamalla fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista tasapainoa (Castaneda ym. 2018, 100–101). Opinnäytetyön tuloksissa nämä näkökulmat tulivat selkeästi esille, mutta silti vastauksissa korostuivat myös kokemukset epävarmuudesta osaamisen suhteen. Osa vastaajista kaipasi konkreettisia työvälineitä mielenterveystyön toteuttamiseen, vaikka heidän toteuttamansa työ itsessään on jo sellaista. Tämä kertonee osaltaan riittämättömyyden tunteista, joita tuloksissa nousi esille.

Tuloksista ilmeni, että opiskeluhoollon avun saatavuus ei aina riitä, esimerkiksi psykologin ollen paikalla vain rajallisesti. Opiskeluhooltoon ja sen apuun luotetaan ja sitä arvostetaan, mutta resurssien puutteen koetaan hankaloittavan tehokasta auttamista. Anttilan ym. (2016, 35) mukaan opiskeluhoollon palvelujen toimivuus ja resursointi on oppilaiden mielenterveyden tukemisessa ensisijaista ja eri toimijoiden välistä yhteistyötä tulisikin vahvistaa. Opiskeluhoollossa tulisi myös olla riittävät resurssit, jotta sen tarjoamat palvelut toimitaisivat parhaalla mahdollisella tavalla.

Tulosten mukaan lasten mielenterveyden edistämisen kannalta haasteena nähtiin myös toimimaton yhteistyö. Vastauksissa kerrottiin varsinkin opetushenkilöstön ja opiskeluhoollon toimijoiden yhteistyön hankaluuksista jatkohoitokontaktien kanssa. Hietanen-Peltola ym. (2024, 65) ovat omassa raportissaan todenneet koulun sisällä tehtävän monialaisen työn pysyneen tiiviinä mutta opiskeluhoollopalvelujen ja lasten ja nuorten perus- ja erityistason mielenterveyspalvelujen välisen yhteistyön koettiin toteutuvan aiempaa harvemmin, vaikka oireilevia oppilaita on entistä enemmän.

Toimiva yhteistyö ja yhteisymmärrys kotien kanssa koettiin haasteelliseksi ja ilman huoltajien myötävaikutusta ja suostumusta ei oppilaalle ole mahdollista saada opetuksen ulkopuolista apua. Vastajat kertoivat, ettei koulu aina pysty tukemaan oppilasta, mikäli lapsen huoltajat eivät ole asioista riittävän samaa mieltä. Myös Biltonin ym. (2018, 11) tutkimuksessa opettajien ja vanhempien välisen yhteistyön toimivuudesta lasten oppimisen edistämiseksi tulee esille, että yhteistyön onnistuminen huoltajien kanssa vaikuttaa suuresti moniammatilliseen yhteistyöhön. Opettajien ja huoltajien välinen suhde on herkkä ja usein epätasapainoinen opettajien eduksi, jolloin avoimen ja luottamuksellisen yhteistyön saavuttaminen voi olla vaikeaa. Solinin ym. (2018, 4) mukaan lasten ja nuorten vanhemmille tulisi myös tarjota koulutusta mielenterveyteen liittyen. Tämä edistäisi oppilaiden mielenterveyden tukemista.

Viimeisimmässä kouluterveyskyselyssä on tullut ilmi, että oppilaiden mielenterveysoireilu on lisääntynyt entisestään erityisesti perusopetuksessa. (Hietanen-Peltola ym. 2024, 64). Opinnäytetyön tuloksien mukaan haasteita lasten ja nuorten mielenterveyden tukemiseen tuovat oppilaiden lisääntynyt tuen tarve. Monessa vastauksessa oppilaiden lisääntyneen oireilun ja tuen tarpeen nähtiin

johtuvan turvallisten ja lapsen perustarpeista huolehtivien aikuisten puuttumisesta, perhetilanteista, lasten heikoista tunne- ja vuorovaikutustaidoista ja sosiaalisen median vaikutuksesta. Oppilaiden tuen tarve ja mielenterveyden haasteet näkyvät koulussa käyttäytymisen ongelmina tai kouluvaikeuksina. Vastauksissa kuvailtiin myös tällaisten lasten olemuksen olevan apaattinen, surullinen ja passiivinen ja kaipaavan selvästi aikuisten huomiota.

Tutkimuksessaan Kokkonen ym. (2023) ovat todenneet lasten ja nuorten tunne- ja käyttäytymisvaikeuksien liittyvän ikään, elinolosuhteisiin ja perhesuhteisiin. Erityisesti huonot suhteet vanhempiin liittyvät lasten mielenterveyden ongelmiin. Myös Macfie ym. (2015, 34–35) sekä Asilyeva ja Shcherbakov (2016, 4–5) korostavat perheiden ja vanhempien roolia. Mikäli lapsen ja vanhemman väliset roolit sekoittuvat ja lapsi joutuu itse olemaan vastuussa ikätasoonsa kuulumattomasta huolenpidostaan, vaikuttaa se lapsen hyvinvointiin alentavasti. Tuloksista ilmeni, että koulun ammattilaiset korostivat kodin ja vanhempien merkitystä ja heidän vastuutaan lasten hyvinvoinnista ja perustarpeiden huolehtimisesta. Koulun resurssit muuhun kuin opetustyöhön ovat rajalliset, eikä koulu instituutiona voi korvata vanhempien vastuuta. Chojnacka ja Iwański (2022) tuovat tutkimusartikkelissaan esiin lasten hyvinvoinnin perustan muodostuvan kotona. Vanhemmillä on erittäin tärkeä sosiaalinen rooli lastensa hoidon, kehityksen ja valvonnan suhteen ja kasvatuksellaan he valmistelevat lapsia toimimaan yhteiskunnassa.

Opettajien ja opiskeluhoillon toimijoiden toiveet työnsä tueksi lasten mielenterveyden edistämisessä

Tuloksista käy ilmi, että vastaajat toivoisivat työnsä tueksi eniten lisää resursseja. Pystyäkseen toteuttamaan oppilaiden mielenterveyden edistämistä työssään, vastaajat näkivät suuren tarpeen lisäresursseille henkilökunnan määrään sekä ajalle toteuttaa perustyötään ja oppilaiden läsnäolevalle kohtaamiselle. Lisäresursseja toivottiin niin opettamiseen kuin opiskeluhooltoonkin. Ghaemi ym. (2015) nostavat koulun roolin kaikista osa-alueista merkittävimmäksi lapsille tarjottavissa mielenterveyden palveluissa. Kouluissa opettajat ovat tärkeimmässä roolissa kaikissa toteutettavissa strategioissa koskien niin koulumenestyksen kuin hyvinvoinninkin edistämistä.

Koulun henkilökunnan toiveet lisäresursseista saavat tukea tutkimustiedosta (mm. Lahti ym. 2023), jonka mukaan oppilaiden mielenterveyden tukemisen kannalta on vaikuttavaa tukea heitä omassa arkiympäristössään, koulussa. Myös Mannerkoski ja Ruponen (2024, 10) ovat omassa selvityksessään todenneet, että opiskeluhuollon riittävät henkilöstöresurssit ja yhteys muihin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin tulee varmistaa, jotta lasten ja nuorten lisääntyneisiin mielenterveyden tuen tarpeisiin pystytään vastaamaan.

Opettajien valmiuksiin lasten mielenterveyden edistämiseen ja tukemiseen tulisi kiinnittää enemmän huomiota heidän perus- ja jatkokoulutuksessaan. Opettajien tulisi tuntea oppilaiden mielenterveyteen vaikuttavat tekijät ja saada mielen hyvinvoinnin tukemisesta riittävästi tietoa ja koulutusta. Myös opiskeluhuollon toimijoiden olisi hyvä kouluttautua erilaisten mielenterveyttä edistävien menetelmien käyttämiseen. (Anttila ym. 2016, 35; Solin ym. 2018, 4.) Opinnäytetyön tuloksissa vastaajat toivoivat lisää koulutusta ja työkaluja tukemaan heidän osaamistaan oppilaiden mielenterveyden tukemisessa. Vastauksista ei tullut ilmi, onko tällaista koulutusta aiemmin ollut tai onko sellaista suunnitteilla. Lahden ym. (2023) tutkimuksen tulosten mukaan alakoulun ammattilaisten mielenterveyden edistämiseen tarvittava osaaminen liittyi lasten kehityksen ja mielenterveyden tuntemukseen, kommunikaatio- ja empatiataitoon, mielenterveyttä edistäviin pedagogisiin ratkaisuihin sekä opettajien näkemykseen itsestään terveyden edistäjinä. Opettajat tuntevat usein olevansa valmistautumattomia ja epäpäteviä mielenterveyden edistämiseen kouluympäristössä. Näiden kompetenssien kehittämiseen pitäisi kiinnittää riittävästi huomiota opettajien peruskoulutuksessa ja täydennyskoulutuksissa, ja mielenterveyden edistämisen tulisi olla pakollinen osa peruskoulun ammattilaisten koulutusta tulevaisuudessa.

Vuoden 2025 syksyllä voimaan tulee lakimuutos kolmiportaisen tuen mallin poistumisesta (yleinen, tehostettu ja erityinen tuki) ja siirtymisestä kaksiportaiseen malliin (ennakoiva ja oppilaskohtainen tuki). Uudistuksella on tarkoitus vähentää opettajien ja koulujen paperityön määrää sekä selkeyttää tukimallia. (Opetushallitus 2025a.) Opinnäytetyön tulosten mukaan vastaajat nimenomaan toivoivat byrokratian ja joissakin määrin turhiksi koettujen paperitöiden ja selvitysten vähentämistä, mihin tämä lakimuutos vastaa. Tuen portaiden poistaminen saattaa kuitenkin vaikeuttaa tarvittavan tuen oppilaskohtaista arvioimista, kun tarkkoja

ohjeita ei ole. Lapsiasiavaltuutetun toimiston (2024) asiakirjan mukaan muutoksen myötä olisi huolehdittava luokanopettajien riittävästä osaamisesta ja valmiuksista yhteistyöhön erityisopettajien kanssa. Tiivis yhteistyö opiskeluhoollon kanssa on varmistettava, mikä edellyttää osaamisen ja valmiuksien vahvistamista niin opetushenkilökunnalla kuin opiskeluhoollon toimijoillakin. Vastauksissa toivottiin myös päättäjien kykenevän näkemään koulumaailman reaalisuuden ja tekemään päätöksiä ja linjauksia sen mukaisesti.

Yhteistyön ja verkostojen vahvistaminen nousi tuloksissa toiveeksi koulun ammattilaisten työn tueksi. Tarvitaan laajempia yhteistyöverkostoja muiden ammattilaisten kanssa, jotta tukitoimet ja tarvittaessa jatkohoito onnistuvat saumattomasti. Vastuun jakaminen muiden toimijoiden, kuten mielenterveyspalveluiden, kanssa koetaan myös tarpeelliseksi. Melkon ja Ilveksen (2024, 6) mukaan tiedonkulku kouluissa koetaan viimeisimmän opetusalan työolobarometrin mukaan haasteelliseksi, vaikka parannusta aiempaan on tapahtunut. Anttilan ym. (2016, 35) selonteossa mielenterveyden edistämisestä varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen painotettiin eri ammattialojen työntekijöiden monialaista yhteistyötä koulun ja koulun ulkopuolisten verkostojen ja huoltajien kanssa. Aalto-Setälän ym. (2023, 34) mukaan mielenterveyden edistäminen kouluissa edellyttää toimivaa yhteistyötä eri ammattihenkilöiden välillä sekä tiedon ja vastuun jakamista.

Vastauksissa toivottiin myös hyvää ja toimivaa yhteistyötä kotien kanssa. Sujuvan yhteistyön huoltajien kanssa nähtiin helpottavan oppilaan tukemista koulussa. Savolaisen (2022, 36) mukaan lapsen kasvun ja kehityksen sekä hyvinvoinnin tukeminen tulisi aina tehdä tiiviissä yhteistyössä vanhempien tai lapsen muiden huoltajien kanssa. Kuten vastauksissakin ilmeni, koulu ei voi vaikuttaa siihen, ottaako lapsi ja perhe tarjottua tai ehdotettua tukea vastaan eivätkä välttämättä saa tietosuojaesitystä tietää, onko oppilas koulun ulkopuolisen tuen piirissä. Tällaisessa tilanteessa koulun henkilökunnan ja huoltajien välinen hyvä yhteistyö ja vuoropuhelu korostuvat.

7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvät tieteelliset käytännöt perustuvat luotettavuudelle, rehellisyydelle, arvostukselle ja vastuunkannolle, ja niitä on noudatettava kaikessa tutkimus- ja

kehittämistoiminnassa. Ne rakentuvat menettelytavoista, joilla varmistetaan hyvien tieteellisten käytäntöjen toteutuminen koko toiminnan ajan. Hyvässä tieteellisessä toiminnassa huolehditaan oman aihepiirin ja tieteenalan sääntöjen ja ohjeistusten mukaan toimimisesta, asianmukaisten lupien ja suostumusten hankkimisesta ja eettisen ennakoarvioinnin läpikäymisestä ennen kuin tutkimusaineiston keruu aloitetaan. Tutkimuksessa ja sen menetelmissä pitää arvostaa ja huomioida tutkittavia henkilöitä ja kohteita hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti ja toimia tutkimuksen edetessä kaikin puolin avoimesti ja läpinäkyvästi. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 11–13.)

Vastuunkanto tarkoittaa vastuuta tieteellisen toiminnan koko elinkaaresta, alkaen ideasta ja ulottuen hallintaan, koulutukseen, ohjaukseen, toteutukseen, julkaisemiseen ja vaikutuksiin. Tieteellisyyden luotettavuus varmistetaan toiminnan laadun suunnittelussa, menetelmissä, analyyseissä sekä voimavarojen käytössä. Rehellisyys toteutuu, kun tieteellistä toimintaa suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan sekä raportoidaan avoimesti, oikeudenmukaisesti, puolueettomasti ja yksityiskohtia salaamatta. Arvostusta osoitetaan niin kollegoita, tieteellisen toiminnan osapuolia, yhteiskuntaa kuin ympäristöä kohtaan. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 12.)

Luotettavuuden kannalta olennaisia asioita ovat validiteetti ja reliabiliteetti. Validiteetin avulla varmistetaan, että tutkitaan oikeita asioita ja tutkimus on hyvin suunniteltu sekä aineiston analyysi on luotettavaa. Reliabiliteetti mittaa tulosten pysyvyyttä. Reliabiliteetilla tarkoitetaan käytännössä sitä, että jos tutkimuksen tiedonkeruulomake sekä aiottu ryhmähaastattelu toteutettaisiin uudestaan samoille henkilöille, tulisi tutkimustuloksista saada saman suuntaiset. Uusintamittaus siis varmistaisi tutkimustuloksen. (Kananen 2017, 147, 175.)

7.2.1 Eettisyys opinnäytetyöprosessissa

Etiikka ja eettisyys ovat erottamaton osa tiedettä ja tutkimusta, vaikka niiden määrittely ei olekaan yksinkertaista. Kyseessä on kuitenkin pohjimmiltaan tieteellistä toimintaa ohjaavien eettisten sääntöjen ja ohjeiden tiedostamista ja niiden noudattamista. (Mustajoki & Mustajoki 2017, 17.) Etiikka on oma tieteenalansa, missä pohditaan moraalisia kysymyksiä ja sen pulmia. Sen peruspiirteitä on jatkuva dialogi, jonka tarkoituksena on perinteisten, aiempien

ideoiden esille nostaminen sekä niiden uudelleen tulkitseminen ja täydentäminen uusilla, nykyhetken käsityksillä maailmasta. (Repo 2014, 37.)

Esimerkiksi Hirsjärven ym. (2009, 66) ja Tuomen & Sarajärven (2013, 151) mukaan hyvän tutkimuksen alku lähtee hyvästä tutkimusaiheesta ja siitä, miksi kyseistä tutkimusta tehdään. Tutkimusprosessi ja -tulos ei välttämättä vastaa ennakkoletuksia ja ole suunnitelman mukainen, mutta tämä kuuluu tutkimuksen luonteeseen. Tämän opinnäytetyön aihe syntyi yhteisen keskustelun tuloksena yhteistyötahon edustajan ja opinnäytetyöntekijöiden kesken. Niin valtakunnallisessa kehittämistyössä kuin kuntien ja maakuntien terveyden ja hyvinvoinnin edistämistavoitteissakin lasten hyvinvoinnin edistämistoimet ovat korkealla sijalla, ja tarve tutkimukselle on olemassa (Kallinen ym. 2021, 4).

Lasten mielenterveys ja hyvinvointi ovat relevantteja teemoja nyky-suomen koulumaailmassa ja näiden aiheiden tutkimisen ja tiedon tuottamisen nähtiin tuovan lisäarvoa koulussa jo tehtävälle työlle. Koulun puolelta koettiin tarvetta saada tietoa mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemisen toteuttamisesta ja nähtiin tärkeänä, että koulun henkilökunta pääsisi itse kertomaan näkemyksiään aiheesta.

Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti tutkimus on suunniteltava ja toteutettava laadukkaasti, ja tämän opinnäytetyön suunnitelma pyrittiin tekemään ohjeiden mukaan mahdollisimman huolellisesti. Tutkimussuunnitelma koostettiin teoreettisen toistettavuuden periaatteen mukaisesti ja sitä on noudatettu pääpiirteittäin, pois lukien toteutumaton ryhmähaastattelu. (Vilka 2021, 45.) Tutkimussuunnitelman hyväksymisen jälkeen opinnäytetyölle haettiin tutkimuslupaa Päijät-Hämeen hyvinvointialueelta ja Lahden kaupungilta, jonne tutkimussuunnitelma lähetettiin hakemusten liitteenä. Tutkimuslupia tarvittiin kaksi, koska koulujen opetushenkilökunnan työnantaja on kaupunki ja opiskeluhuoltopalvelujen taas hyvinvointialue. Tutkimuslupahakemukset jätettiin loppukesällä 2024 ja tutkimusluvut opinnäytetyölle myönnettiin alkusyksystä 2024.

Opinnäytetyöprosessissa pyrittiin toteuttamaan hyviä tieteellisiä käytäntöjä ja työskentelemään eettisesti ja läpinäkyvästi sekä noudattamaan ammattikorkeakoulujen opinnäytetöihin suunnattuja eettisiä ohjeistuksia (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 11; Arene 2020). Opinnäytetyön raportointivaiheessa varmistettiin viittaustekniikan oikeellisuus ja tutkimuksen

vaiheiden huolellinen raportoiminen ja tuloksien esittäminen oikeanlaisina niitä vääristelemättä (Tuomi & Sarajärvi 2018). Lähdeviitteet on merkitty LAB-ammattikorkeakoulun lähdeviittausohjeita noudattaen mahdollisimman tarkasti. Läpinäkyvyyden kannalta haastavia ovat verkkokirjastoista löytyvät lähteet, joissa ei välttämättä ole sivunumeroita saatavilla. Nämä jättävät lukijalle itselleen vastuun tutustua lähteisiin. (Lab 2024.)

Kuula (2011) kiteyttää avoimuuden ja läpinäkyvyyden tutkimuksen eri vaiheissa olevan yksi tärkeimpiä tekijöitä tutkimusetiikassa. Opinnäytetyössä tätä lähestyttiin kohderyhmän huolellisella informoinnilla opinnäytetyön tarkoituksesta ja sen vaiheista. Informointi tapahtui fyysisesti läsnäolevana koulun henkilökunnan ollessa koolta palaverissa, jossa toinen opinnäytetyöntekijöistä esitteli aiheen ja sen aikataulutuksen tulevalle syksylle. Henkilökunnan osallistumista tutkimukseen pyydettiin sen hyötyjä heidän työhönsä perustellen. Tapahtumien kulku opinnäytetyön suhteen kerrottiin tarkasti. Informointia olisi voinut tehostaa jakamalla henkilökunnalle lyhyen tiedotteen opinnäytetyön tarkoituksesta ja menetelmistä, jotta he olisivat voineet sisäistää kerrotun paremmin. Rekrytointia ryhmähaastatteluun ei nähty järkeväksi aloittaa tällä esittelykerralla, koska sen toteuttamiseen oli vielä pitkä aika ja se olisi voinut tuoda sekaannusta aineistonkeruumenetelmien järjestykseen.

Eettisessä tutkimuksessa lukijan on voitava seurata tutkimuksen tai kehitystyön kulkua ymmärrettävässä muodossa, eli tutkimusta ohjaa teoreettisen toistettavuuden periaate. Kirjaamisen täytyy olla tarkkaa ja rehellistä ja siinä täytyy pyrkiä avoimuuteen ja kontrolloitavuuteen. (Vilka 2015.) EU:n yleisen tietosuojasetuksen GDPR:n (general data protection regulation) mukaisesti kaikkea kohderyhmästä kerättyä tietoa täytyy kohdella salassapito- ja vaitiolovelvollisuuden muistaen ja tietosuojasta (Liite 3) huolehtien, eikä tutkimuksessa saa esiintyä kohtia, joista yksittäinen kohderyhmän jäsen olisi tunnistettavissa. Yleinen tietosuojasetus on henkilötietojen käsittelyä kaikissa EU-maissa säätelevä laki, jonka tarkoituksena on turvata yksilöiden oikeudet omiin henkilötietoihinsa ja antaa enemmän keinoja hallita näiden tietojen käsittelyä. (Tietosuojavaltuutetun toimisto.)

Opinnäytetyössä haasteena oli aineiston pieni koko ja vaikeus käyttää aineistoa ja sitaatteja ilman, että yksittäiset vastaajat voisi tunnistaa tekstistä. Tämä rajasi

sitaattien käyttöä ja tulosten aukikirjoittamista, jotta vastaajien anonymiteetti säilyisi. Tiedonkeruulomakkeessa ei myöskään tämän takia eritelty vastaajien ammattiasemaa eli sitä, kuuluuko vastaaja opettajiin vai opiskeluhuollon ammattilaisiin. Vastaajien anonymiteettiä korostettiin kohderyhmälle opinnäytetyön esittelyssä sekä tiedonkeruulomakkeen saatekirjeessä ennen aineiston keruuta. Aineisto säilytettiin tietoturvallisesti salasanojen takana opinnäytetyöntekijöiden henkilökohtaisilla tietokoneilla. (Vilka 2015.)

7.2.2 Luotettavuus opinnäytetyöprosessissa

Hirsjärven ym. mukaan (2009, 231) kaikissa tutkimuksissa pyritään tehdyn tutkimuksen luotettavuuden arviointiin, koska tulosten pätevyys ja luotettavuus vaihtelevat. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta voidaan sen luonteen vuoksi tarkastella kolmen käsitteen avulla, kuten myös Kuula (2011) kertoo; uskottavuudella, luotettavuudella ja eettisyydellä, jotka kytkeytyvät tiiviisti toisiinsa. Uskottavuus liittyy tutkimusaineiston asianmukaiseen keräämiseen, huolelliseen analysointiin sekä tutkimuksen asianmukaiseen ja tieteellisiä käytänteitä noudattavaan toteutukseen. Luotettavuus syntyy siitä, että tutkija valitsee ja käyttää tutkimuksen toteuttamisessa ja tutkimusongelman ratkaisemisessa perusteltuja sekä oikein valittuja lähestymistapoja ja menetelmiä. Tulosten luotettavuutta voidaan lisätä myös triangulaatiolla eli ilmiön tutkimisella monesta eri näkökulmasta ja usein eri aineistoin ja tiedonkeruumenetelmin (Ojasalo ym. 2014, 105). Aaltio & Puusa (2020) korostavat, että tutkimuksen eteneminen ja tutkimuksen kaikki vaiheet on kuvattava tarkasti, jotta luotettavuus toteutuu. Tutkijan tulee myös tutkimusta tehdessään noudattaa eettisiä periaatteita koko tutkimusprosessin ajan.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmien luotettavuuden arvioinnissa korostuvat näkemykset totuudesta ja objektiivisuudesta, kuten Tuomi & Sarajärvi (2018, 158–160) kirjoittavat. Tässä opinnäytetyössä huomioitiin objektiivisuuden ongelma siinä, että opinnäytetyöntekijät tutkimusasetelman luodessaan ja aineistoa tulkitessaan eivät kykene täyteen objektiivisuuteen. Tulkinta ja johtopäätösten teko pohjautuvat opinnäytetyöntekijöiden elämäkokemuksiin ja ajatuksiin tutkittavasta aiheesta, minkä vuoksi tuloksien kokonaisvaltaisessa pohdinnassa tulisi harkita useampia tulkintoja. Tutkimustuloksiin ei riitä pelkkä tulosten analysointi, vaan niistä pitää pystyä laatimaan synteesejä eli useamman asian yhdistämistä yhdeksi. (Hirsjärvi

ym. 2009, 229–230; Ronkainen ym. 2011, 130–135.) Opinnäytetyöntekijöillä oli kuitenkin työn kautta hyvä kohderyhmän tuntemus, mikä on Vilkan (2021, 107) mukaan tärkeää ja auttaa analyysin teossa. Aineiston analyysissä aineisto tulee lukea niin moneen kertaan, että aineisto tulee tutuksi ja synteisien muodostaminen helpommaksi (Hirsjärvi & Hurme 2011, 143). Kyselyaineiston luokittelussa toimittiin juuri näin.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantavat tarkat kuvaukset tutkimusprosessin etenemisestä ja eri vaiheista. Tutkimuksen aineiston hankinnan olosuhteet tulee raportoida selvästi ja totuudenmukaisesti, ja tämän opinnäytetyön tekijät pyrkivät kuvaamaan aineiston keruuvaiheen tarkasti ja avoimesti. Kyselytutkimuksen haasteena on aineiston mahdollisuus jäädä pinnalliseksi tai vastausprosentiltaan alhaiseksi, mitä voidaan ennakoida lomakkeen huolellisella laadinnalla ja kysymysten tarkalla suunnittelulla. Tämä oli otettu huomioon tiedonkeruulomaketta suunnitellessa ja pyritty muodostamaan se mahdollisimman selkeäksi ja vastaajaystävälliseksi niin pituuden kuin kysymysten muotoilun kautta. Tiedonkeruulomake käytettiin myös testiryhmällä arvioinnissa, jotta sen mahdolliset puutteet huomattaisiin. Huolellinen valmistautuminen ei kuitenkaan ollut riittävää ja vastaajat jäivät vähälukuisiksi. Tähän vaikutti varmasti sähköpostin hukkuminen kohderyhmän monien muiden sähköpostien joukkoon, liian pitkä saatekirje sähköpostissa, mikä ei tehnyt vastaamista houkuttelevaksi sekä mahdollisesti ajan puute, kuten saamassamme palautteessa kerrottiin. Tiedonkeruulomakkeessa olisi ollut hyvä olla mahdollisuus tallentaa ja jatkaa vastaamista myöhemmin, päätellen siitä, että sitä oli avattu huomattavan usein mutta vastaaminen oli jätetty kesken. (Hirsjärvi ym. 2009, 195, 198; Vilka 2015.)

Kysymysten määrä ja järjestys mietittiin sen mukaan, että kysymykset olisivat loogisessa järjestyksessä ja seuraavaan kysymykseen vastaaminen tukisi jäsennellysti edellistä kysymystä. Yleisluontoisemmat ja helpommin vastattavat kysymykset sijoitettiin alkuun ja spesifimmät kysymykset lomakkeen loppupäähän. Kysymykset tukivat opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä, eikä mitään ylimääräistä kysytty. Viimeiseksi kysymykseksi oli annettu vastaajille mahdollisuus kommentoida aihetta tai kyselyä vapaasti kysymyksellä ”haluaisitko vielä lisätä jotain?” Kysymystä oli hyödynnetty antamalla palautetta opinnäytetyöntekijöille, jota taas hyödynnettiin ryhmähaastattelua suunnitellessa. Kysymykset käytettiin myös muutamalla

koehenkilöllä arvioitavana, mutta tällöin tiedonkeruulomake ei vielä ollut lopullisessa muodossaan Webropol-alustalla eikä sähköpostin saatetekstiä ollut tehty. (Hirsjärvi ym. 2009, 202–204.)

Tiedonkeruulomake lähetettiin kohderyhmälle syyskuun 2024 puolivälissä ja vastausaikaa oli kaksi viikkoa. Ensimmäisellä kierroksella ei saatu yhtään vastausta. Tiedonkeruulomaketta käytettiin tällöin uudelleen arvioitavana toisen opinnäytetyöntekijän opettajakollegoilla, jotka antoivat palautetta sähköpostin saatetekstistä ja kysymysten asettelusta sivulla. Saateteksti sähköpostissa koettiin liian pitkäksi ja aikaa vieväksi luettavaksi, eikä vastaajilla välttämättä riittäisi mielenkiinto sen lukemiseen ja kyselyyn vastaamiseen sen perusteella. Saatetekstiä lyhennettiin ja siinä painotettiin enemmän sitä, että opinnäytetyötä tehdään vastaajia varten. Tiedonkeruulomakkeen kysymykset aseteltiin tasaisemmin ennen sivun vaihtoa, jotta kokonaisuus ei olisi niin raskas eikä antaisi vastaajille mielikuvaa siitä, että lomake olisi liian pitkä vastattavaksi. Laadullisin tutkimusmenetelmin ihmisiä tutkivissa tutkimusprosesseissa ei ole harvinaista, että toteuttamisvaiheessa joudutaan muuttamaan tai täsmentämään joitakin tutkimuksen alussa tehtyjä ratkaisuja. Ihmisiin keskittyvissä tutkimuksissa kaikki ei ole ennakoitavissa inhimillistä syistä, kuten esimerkiksi aineiston vähyyys vastauskadon takia. (Vilka 2021, 56.)

Tiedonkeruulomakkeen muokkaaminen jo tutkimuksen alettua perusteltiin eettisesti sallituksi siltä osin, että kaksi yhdistettyä kysymystä kuuluivat yhteen, eikä toinen kysymys olisi toiminut yksin ("mikä tähän vaikuttaa?"). Tämän ratkaisun nähtiin tuovan enemmän etuja tiedonkeruulomakkeen vaikuttaessa lyhyemmältä ja napakammalta, vaikka esimerkiksi Vilkan (2021, 107) mukaan samassa kysymyksessä ei kannata kysyä kahta asiaa, koska se voi aiheuttaa sekaannusta vastauksiin. Sivunvaihto siirrettiin toiseen kohtaan, jotta lomake ei vaikuttaisi todellista pidemmältä. Sähköpostissa olevan saatetekstin lyhentäminen napakammaksi ei myöskään vaikuttanut tiedonkeruulomakkeen sisältöön. Näistä muutoksista raportoiminen tuo luotettavuutta tehtyyn aineiston keruuseen, vaikka eettisesti olisikin ollut kestävämpää olla tekemättä mitään muutoksia. Opinnäytetyöntekijät näkivät eettisesti oikeaksi ratkaisuksi parantaa tiedonkeruulomakkeen ulkoisia seikkoja vastaajaystävällisemmiksi, koska tällä ei ollut vaikutusta sisältöön. Vastaajien turhaa työllistämistä ja painostamista haluttiin

välttää eikä tiedonkeruulomaketta lähetetty useaan kertaan. Tiedonkeruulomake oli vastausajan sulkeuduttua ensimmäisen lähetyskerran jälkeen avattu kaksi kertaa eikä vastaamista ollut aloitettu kertaakaan, mikä tuki päätöstä parantaa sen lähestyttävyyttä. (Hakala 2024, 131–132)

Aineiston keruu eli tiedonkeruulomakkeen lähettäminen jouduttiin toteuttamaan kahdesti ja lähettämään vielä muistutusviesti vastaamisesta, ennen kuin aineistoa saatiin riittävästi opinnäytetyön toteuttamiseen. Mikäli vastauksia ei olisi tästä huolimatta saatu, ei olisi ollut eettisesti oikein lähettää tiedonkeruulomaketta enää uudelleen ilman, että kohderyhmä olisi kokenut painostusta osallistua. (Hirsjärvi ym. 2009, 232; Hyvärinen ym. 2017, 414.) Riittävällä tarkoitetaan tässä sellaista vastaajamäärää, jolla pystyttiin saavuttamaan aineistosta ”tulkintojen kestävyyttä ja syvyyttä”. Opinnäytetyön aineiston vastaukset vastasivat tutkimuskysymyksiin ja tuottivat yllättävääkin tietoa, vaikka osin vastasivat myös ennako-oletuksiin aiheesta. Aineisto oli opinnäytetyöhön riittävä, vaikkakin sen syventäminen haastattelulla jäi tekemättä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.)

Tiedonkeruulomakkeen tuottamaa aineistoa oli tarkoitus syventää muutamaa vapaaehtoista koulun opetushenkilökunnan tai opiskeluhuollon toimijaa haastatteleamalla. Haastattelut aiottiin toteuttaa ryhmähaastatteluna etäviestintäsovelluksen välityksellä tiedonkeruulomakkeen aineistosta nousseiden teemojen mukaisesti. Opinnäytetyöntekijät varautuivat siihen, että haastatteluun voisi olla vaikea rekrytoida osallistujia mahdollisesti ajan puutteen takia ja tästä syystä haastattelua yritettiin saada järjestettyä henkilökunnan työajan puitteissa. Tämä ei kuitenkaan ollut mahdollista. Opinnäytetyöstä ja sen aineistonkeruun menetelmistä oli informoitu koulun henkilökuntaa etukäteen. Kohderyhmän riittävä informointi sekä yksityisyys ja tietosuoja ovat tärkeitä tekijöitä tutkimuksen eettisessä toteuttamisessa. Haastatteluun osallistujien rekrytointi olisi saattanut helpottaa, mikäli sen olisi saanut toteuttaa kohderyhmää suoraan lähestymällä. (Hyvärinen ym. 2017, 20, 414–415.)

Kuten Mäkinen (2006, 130) kertoo, luotettavuuden yksi tärkeä tekijä on lähdekritiikki. Käytettävän lähteen alkuperään, riippumattomuuteen, puolueettomuuteen ja aitouteen tulee kiinnittää erityistä huomiota sekä siihen, että ne ovat ajankohtaisia tieteellisiä tutkimuksia tai artikkeleita. Lähdetyyppi ja niiden luotettavuus korreloivat

toisiaan; tieteellisten tutkimusten katsotaan olevan luotettavia, kun taas internetistä löytyvään informaatioon tulee suhtautua kriittisesti ennen käyttöä lähteenä. Tämän opinnäytetyön tiedonhaussa kriteereinä olivat alle kymmenen vuotta vanhat lähteet, ajantasaiset tutkimukset ja selvitykset.

Tiedonhaku tuotti jonkin verran haasteita ja sopivien lähteiden löytyminen oli ajoittain vaikeaa, varsinkin tietyistä aihepiireistä. Tämän takia opinnäytetyön lähteissä on mukana jonkin verran myös vanhempia lähteitä sekä samojen lähteiden käyttöä toistuvasti. Teoriapohjaan on otettu mukaan myös muutama ei-tieteellinen lähde, joissa tarkasteltava asia on kerrottu hyvin selkeästi, kuten esimerkiksi tilastotiedot nuorten hoidontarpeesta. Tällaisia ei-tieteellisiä, heikompia lähteitä on kuitenkin käytetty aina validin tutkimustiedon rinnalla tukemaan teoriaa ja tuomaan siihen syvyyttä. Vanhempien lähteiden kohdalla arvioitiin, ovatko ne edelleen valideja ja merkityksellisiä tiedonlähteitä ja siten käyttökelpoisia, kuten esimerkiksi moni tutkimuksellinen menetelmäopas. Tässä työssä käytetyt vanhemmat lähteet ovat pääasiassa menetelmäoppaita. Kansainvälisiä lähteitä löytyi hyvin ja niitä on käytetty monipuolisesti sekä teoriapohjan että tutkimustulosten taustalla.

7.3 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tuloksien perusteella voidaan päätellä, että Rakokiven koulussa lasten mielenterveyden tukeminen perustuu käytäntöihin, joissa korostuvat läsnäolo ja turvallisuus, moniammatillinen yhteistyö sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen. Mielenterveyden haasteet ovat yhä merkittävämpi osa koulun arkea, mutta koulu ei tällä hetkellä pysty täysin vastaamaan kasvavaan tarpeeseen. Koulu tarvitsee avuksi mielenterveyden ammattilaisia, jotka voivat tarjota oppilaille välitöntä apua ja ohjata heidät tarvittaessa jatkohoitoon. Samalla tämä keventäisi opettajien ja muun henkilöstön kuormitusta. Koulutuksen tarjoaminen opettajille ja henkilökunnalle mielenterveyden ensiavun antamiseen tukisi oppilaiden hyvinvointia. Mielenterveyspalvelujen saatavuus koulussa edistäisi oppilaiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja ehkäisisi pidemmän aikavälin ongelmia. Lisäksi se antaisi opettajille mahdollisuuden keskittyä enemmän opetustyöhön.

Rakokiven koulun haasteet liittyvät erityisesti riittämättömiin resursseihin ja vastuunjakoon, yhteistyöverkostojen puutteisiin sekä mielenterveyden tukipalvelujen riittämättömyyteen ja saatavuusongelmiin. Tämä ei ole

valtakunnallisesti katsoen uutta tietoa (esimerkiksi Ukkola & Peltola 2022), mutta kertoo tilanteesta yhteistyökoulussa. Tyytymättömyyttä nousi lähinnä resursseihin liittyen, jotka vaikuttivat moneen eri osa-alueeseen sekä opetushenkilökunnan että opiskeluhuollon toimijoiden työssä. Tulosten mukaan tyytyväisiä oltiin opiskeluhuollon toimijoiden työhön ja apuun sekä opetukseen sisältyvään tunnetaitotyöskentelyyn. Koulussa toteutetaan tunnetaito- ja vuorovaikutustyöskentelyä myös muilla tavoin, mutta näistä ei ollut mainintoja vastauksissa. Kaikilla vastaajilla ei ollut yhtenäistä näkemystä mielenterveystyön toteuttamisesta koulussa, joten tämä vaatisi selkeyttämistä ja yhteisten linjojen sopimista, jotta työskentely oppilaiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemiseksi olisi tasalaatuista ja yksittäisistä työntekijöistä riippumatonta. Yhteiset käytänteet opiskelijahuoltopalveluiden käytöstä ja niihin ohjaamisesta olisi hyvä olla koko henkilökunnan tiedossa.

Kuten myös Ukkola ja Peltola (2022) nostavat esille, koulut tarvitsevat lisää resursseja sekä selkeämpää vastuunjakoja tuen tarpeiden täyttämiseksi. Koulut joutuvat monesti kantamaan liiallista vastuuta sellaisista tuen muodoista, jotka kuuluisivat muiden ammattilaisten, kuten sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden, vastuulle. Tämä vaikuttaa koulun perustehtävän, kasvatuksen ja oppimisen tukemisen, toteuttamiseen. Riittävät resurssit varmistavat oppilaiden monipuolisen ja laadukkaan tuen saamisen tarvittaessa ja helpottavat koulujen kuormitusta. Vastuunjaon selkeys muiden tahojen kanssa vähentää henkilöstön stressiä ja tukee mielenterveystyön tavoitteellisuutta.

Roihan (2018, 10) mukaan kouluissa tarvitaan selkeitä toimintaohjeita siihen, miten toimitaan tilanteissa, joissa oppilaan psyykinen vointi herättää huolta. Opinnäytetyön tuloksien mukaan opettajat toivovat, että käytettävissä olisi työkaluja esimerkiksi asioiden esille ottamiseen ja keskusteluun oppilaiden kanssa sekä selkeitä toimintamalleja haastaviin tilanteisiin. Tutkimusten mukaan opettajat kokevat jonkin verran epävarmuutta lasten mielenterveyden tukemisessa ja ongelmien tunnistamisessa. Heidän saamansa ohjaus ja lisäkoulutus parantaisi heidän valmiuksiaan tunnistaa mielenterveyden haasteita ja tukea oppilaita. (Markkanen 2022.) Rakokiven koulun henkilökunnan tarpeisiin kohdistettua ohjausta ja koulutusta tulisikin harkita. Tämä vähentäisi myös koulun henkilökunnan esille tuomia riittämättömyyden kokemuksia ja antaisi varmuutta toimia, mikä myös

tehostaisi oppilaiden saamaa tukea. Toimintaohjeet tulisi rakentaa siten, että ne eivät olisi riippuvaisia resurssien määrästä vaan olisivat toimivia näiden rajallisuudesta huolimatta. Näin toimien oppilas saisi apua oikea-aikaisesti eikä tilanne pitkittyisi esimerkiksi jatkohoitokontakteja järjestellessä ja odottaessa.

Tuloksissa esille nousseet osaamisen puutteet ja riittämättömyyden kokemukset suhteessa oppilaiden mielenterveyden tukemiseen vähentävät työssä jaksamista ja oppilaiden riittävän tehokasta tukemista. Ekornesin (2017, 1) tutkimuksen mukaan opettajien on kohdattava ja käsiteltävä päivittäin lasten mielenterveyden haasteita huolehtiakseen heidän oppimispotentiaalistaan ja he ovat yleisesti huolissaan, että heidän osallistumisensa mielenterveyttä tukeviin toimiin tapahtuu opetustehtävien kustannuksella. Tätä huolta nostettiin esille myös opinnäytetyön tuloksissa. Opettajat kokevat paljon ammatillista epävarmuutta koskien vastuunsa sisältöä ja rajoja oppilaiden mielenterveyden edistämiseksi ja tutkimusten mukaan kantavat huolta siitä, että heidän lisääntynyt ”vanhemmuutensa” oppilaita kohtaan syrjäyttää heidän pedagogista rooliaan. Opettajat eivät koe olevansa ammatillisesti päteviä käsittelemään oppilaiden mielenterveysongelmia, koska heillä ei ole tietoa tehokkaista luokassa käytettävistä interventioista ja uusien mielenterveysongelmien riskitekijöistä ja varoitusmerkeistä.

Myös henkilökunnan jaksamiseen ja positiiviseen mielenterveyteen tulisi kiinnittää huomiota ja varmistaa, että työolosuhteet muutu liian kuormittaviksi. Opinnäytetyön tulosten perusteella oli huomattavissa, että kaikkalainen resurssien puute kuormitti henkilökuntaa. Uupuneina ja stressaantuneina työntekijöiden on vaikeaa tukea oppilaiden mielenterveyttä, mikä saattaa vaikuttaa kielteisesti myös muiden hyvinvointiin. Työuupumuksesta kärsivien opettajien vuorovaikutus oppilaiden kanssa saattaa olla enemmän käskevää ja vähemmän tukea antavaa kuin tavallisesti, myös tunne- ja käyttäytymisongelmia heillä esiintyy useammin. (THL 2013, 21.) Olisikin erittäin tärkeää, että opettajien ja opiskeluhoitojen toimijoiden jaksamiseen ja työhyvinvointiin panostettaisiin ja pyritäisiin ennakkoimaan työn kuormittavuutta ja siitä palautumista.

Resurssien riittämättömyyteen on hankalaa vaikuttaa ilman siihen ohjattua lisärahoitusta. Lainsäädäntö, opetussuunnitelmat, koulutuksen arviointi ja tiedollinen ohjaus määrittävät koulutuksen järjestämistä rahoitusjärjestelmän avulla,

ja koulutuksen kustannuksista vastaavat valtio ja kunnat. Perusopetuksen kustannuksiin myönnetään myös valtionosuutta. Pääosa esi- ja perusopetuksen rahoituksesta tulee kuntien peruspalveluiden valtionosuusrahoituksesta, jota valtiovarainministeriö hallinnoi. Rahoitus määräytyy ikäluokkien ja kunnan asukasmäärien ja olosuhteisiin perustuvien lisäyksien perusteella. Opetuksen järjestäjä eli kunkin koulun rehtori on vastuussa opetuksen käytännön järjestämisestä lainsäädäntöä vastaavalla tavalla. Rehtori laatii opetussuunnitelmaan perustuvan suunnitelman lukuvuosittain ja määrittelee opetuksen linjaukset opetustuntien, työaikojen sekä muiden tarpeellisten opetuksen järjestämiseen liittyvien asioiden järjestämiseen. (Opetushallitus 2024b, 7–8.) Lisäresurssien järjestäminen ei täten ole kovin yksinkertaista eikä ennakointiin useinkaan ole mahdollisuutta.

Tuloksien mukaan ulkopuoliselle avulle oppilaiden mielenterveyden tukemiseen olisi tarvetta, jotta koulun henkilökunnan perustyölle jäisi aikaa. Johtopäätöksenä voisi sanoa, että kolmannen sektorin toimijoita voisi hyödyntää aiempaa enemmän ja jakaa heidän kanssaan vastuuta mielenterveystyöstä. Kolmannella sektorilla tarkoitetaan toimintaa yksityisen ja julkisen toiminnan välissä, mikä usein on kansalaislähtöistä, yhdistys- tai säätiömuotoista toimintaa. Se on usein rajoiltaan häälyvää ja sisällöltään moninaista toimintaa, joka täydentää yhteiskunnan palveluverkostoa. Julkisella sektorilla tarkoitetaan valtion ja kuntien oikeusperustaista toimintaa, yksityisellä taas markkinalähtöistä, voittoa tavoittelevaa yritystoimintaa. Yhdessä nämä muodostavat yhteiskunnan palvelurakenteen. (Grönlund & Seppälä 2021, 2.)

Kolmannen sektorin toimintaa voisi hyödyntää juuri oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittamisessa, joiden on tutkitusti todettu vaikuttavan suuresti oppilaiden kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, esimerkiksi Hoerrin (2019, 4–5) mukaan. Kolmannen sektorin voisi ottaa mukaan toteuttamaan hyvinvointia tukevaa työtä mahdollisimman monialaisesti, myös lapsen huoltajien ja verkostojen kanssa. Vastuun jakaminen kolmannen sektorin toimijoiden kanssa vapauttaisi koulun resursseja keskittyä opetustyöhön.

Kolmiportaisen tuen poistumisen myötä oppilaiden tukeminen ja tuen arviointi tulee jossain määrin muuttumaan, ja tähän olisi reagoitava riittävän ajoissa. Muutos astuu

voimaan seuraavana alkavana lukukautena 2025, jolloin toimitaan jo lakimuutoksen puitteissa. Lapsiasiavaltuutetun toimiston (2024) asiakirja painottaa luokanopettajien riittävää osaamista ja valmiuksia yhteistyöhön erityisopettajien kanssa sekä tiivistä yhteistyötä opiskeluhuollon kanssa, mikä edellyttäisi osaamisen ja valmiuksien vahvistamista niin opetushenkilökunnalla kuin opiskeluhuollon toimijoillakin. Huolellinen perehtyminen muutokseen ja sen mukanaan tuomiin osaamisen vaatimukseen olisi tärkeää, sekä koulukohtaiset käytänteet oppilaiden tukemiseen.

Kuten opinnäytetyön teoriaosiossa on kerrottu, nykyisen perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti kouluissa painotetaan oppilaiden mielenterveysosaamista ja mielenterveystaitojen oppimista sisältyen ala-asteella ympäristöopin terveystiedon opetukseen sekä itsestä huolehtiminen ja arjen taidot – osaamiskokonaisuuteen (Pesonen ym. 2022, 69). Erilaisia käytettävissä olevia menetelmiä on paljon ja ne voidaan jakaa kuuteen ryhmään sen mukaan, kenelle toimenpiteet kohdennetaan (Aalto-Setälä ym. 2023, 244). Opinnäytetyön tuloksissa on havaittavissa opetussuunnitelman mukaista työskentelyä oppilaiden mielenterveyden edistämiseksi. Rakokiven koululla on käytössä paljon erilaisia menetelmiä ja toimintamuotoja oppilaiden tukemiseksi. Varsinkin oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitoihin kohdistuvia menetelmiä käytetään tulosten mukaan paljon. Tuloksissa kävi kuitenkin myös ilmi, etteivät kaikki vastaajat tuntuneet tietävän mitä menetelmiä koululla on käytettävissä. Henkilökunta olisi hyvä perehdyttää jo olemassa olevien menetelmien ja työvälineiden käyttöön, jotta kaikki tietäisivät mitä menetelmiä löytyy ja osaisivat käyttää niitä. Tämä toisi myös tasalaatuisuutta työskentelyyn.

Tulosten mukaan Rakokiven peruskoulun opettajat ja opiskeluhuollon toimijat tekevät hyvää yhteistyötä keskenään ja yhteistyö on toimivaa. Yhteistyö opiskeluhuollon toimijoiden kesken tukee oppilaiden tuen tarpeiden selvittämistä ja tuen järjestämistä. Yhteistyössä koulun ulkopuolisten tahojen kanssa olisi kehitettävää. Toimivan yhteistyön esteitä olivat resurssien puute ja palveluiden vaikea saavutettavuus, mikä jättää koulun henkilökunnan selviytymään tukea tarvitsevien oppilaiden kanssa ilman tietoa, mistä ja milloin palveluja järjestäisi. Oppilaiden tukemiseen ja jatkohoitoon ohjaamiseen liittyvien toimintamallien tulisi

olla selkeitä. Säännölliset verkostotapaamiset koulun ammattilaisten ja muiden toimijoiden välillä parantaisivat yhteistyön sujuvuutta.

Kodin ja koulun välinen yhteistyö ovat avainasemassa oppilaiden hyvinvoinnin tukemisessa. Kotien ja koulujen yhteistyö parantaa perheiden ymmärrystä ja sitoutumista lapsensa koulunkäyntiin sekä vahvistaa oppilaan tukiverkostoa. (Anttila ym. 2016, 11.) Jiang ym. (2017) tutkimuksessa nostetaan esille sosioekonomisen taustan vaikutus lasten hyvinvointiin ja mielenterveyteen. Heikossa sosioekonomisessa asemassa olevat lapset kärsivät mielenterveysongelmista huomattavasti enemmän kuin paremmassa asemassa olevat vertaisensa. Tähän vaikuttaa esimerkiksi vanhempien kyky tunnistaa ja hankkia apua. Tulosten perusteella koulu ei voi edellyttää tuen vastaanottamista, mikäli oppilas tai huoltajat siitä kieltäytyvät, eivätkä he tietosuoja-asioiden takia välttämättä tiedä, miten oppilaan jatkohoito on järjestynyt ja onko sitä otettu vastaan. Tämä jättää koulun henkilökunnan vaille tietoa oppilaan avun saamisesta ja vaikeuttaa heidän työskentelyään monialaisessa verkostossa, jossa tieto kulkee vain toiseen suuntaan. Tämä tiedonkulun ja tietosuojan haaste hankaloittaa usein monialaisen yhteistyön toteuttamista.

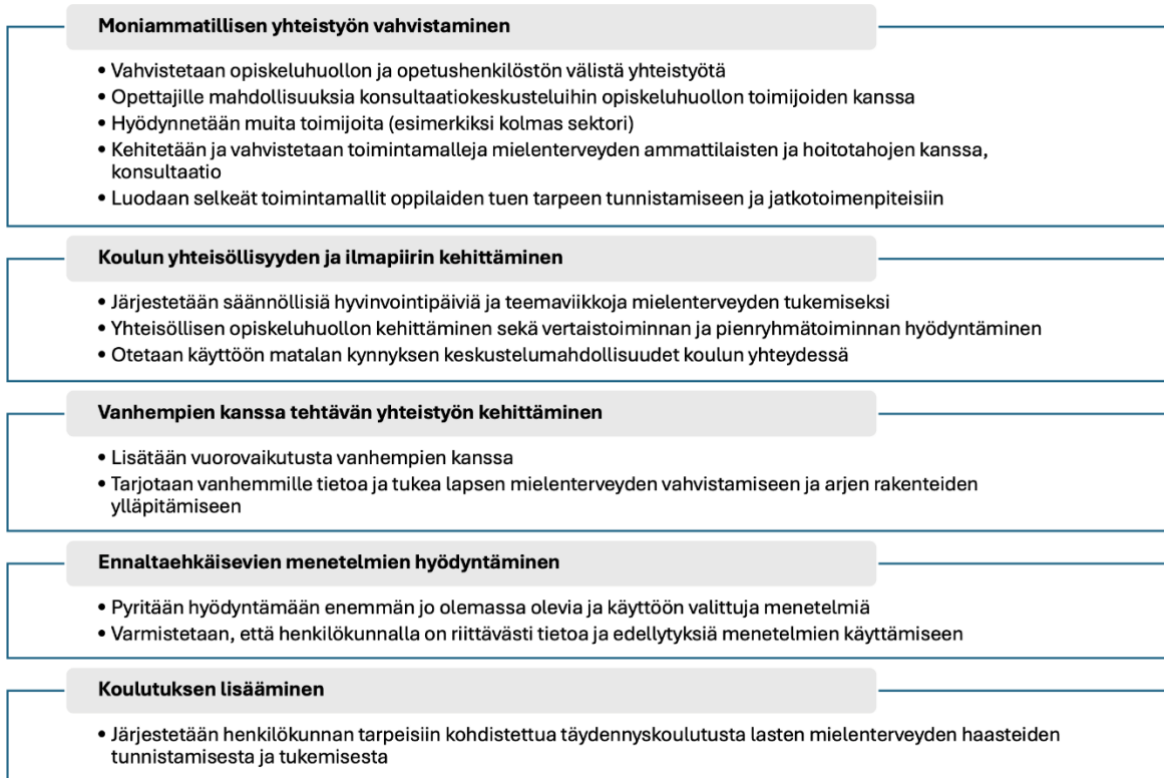
Usein onnistunut yhteistyö koostuu palveluiden tuntemisesta, tukevista johtamisrakenteista, avoimesta viestinnästä, neuvottelusta, kunnioituksesta ja erilaisuuden arvostamisesta yhteistyökumppaneiden ja asiakkaiden kesken. Opettajien selviytymistä mielenterveyden haasteiden kanssa oireilevien oppilaiden kanssa voidaan parantaa ja tukea mielenterveyden ammattilaisten kanssa tehtävällä yhteistyöllä ja konsultaatiolla, mikä parhaimmillaan lisää heidän tehokkuuttaan sekä vähentää stressiä ja työvaihtuvuutta. (Savolainen 2022, 37.) Tämä olisi harkinnan arvoinen menetelmä käytettäväksi Rakokiven koulussa, josta hyötyisivät sekä opettajat että opiskelijahuollon toimijat.

Mielenterveystyön toteuttaminen kouluikäisten kanssa edellyttää laaja-alaista osaamista ja hyviä vuorovaikutustaitoja. Oppilaiden, huoltajien sekä eri työyhteisöjen ja ammattiryhmien verkostojen kanssa tehtävä työ on vaativaa. Myös se, että koulut ovat kasvavassa määrin monikulttuurisia yhteisöjä, asettaa haasteita työntekijöiden osaamiselle. Koulujen ammattilaisten oma hyvinvointi heijastuu oppilaiden hyvinvointiin ja viihtyvyyteen koulussa. Kun konsultaatioita pystytään

järjestämään matalalla kynnyksellä, kasvuvuosinaan intensiivisempää tukea tarvitsevien oppilaiden varhainen tunnistaminen on todennäköisempää. (Aalto-Setälä ym. 2023, 39–42.)

7.4 Kehittämisehdotukset

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Koulun arjessa aikuisen turvallinen läsnäolo, opiskeluhuollon työ ja oppilaiden arjen hyvinvoinnin tukeminen muodostavat mielenterveyden tukemisen perustan. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen ja hyvinvointia tukevat työkalut täydentävät kokonaisuutta. Kehittämisen kohteena korostuivat koulun moninaisten tarpeiden yhteen nivominen: resurssien kohdentaminen, yhteistyön vahvistaminen, ennaltaehkäisevien toimien merkitys ja koulutuksen lisääminen. Kehittämistoimet tulisi kohdentaa niin, että ne vahvistavat henkilöstön resursseja ja oppilaiden hyvinvoinnin tukemista. Opinnäytetyön tuloksista johdetut kehittämisehdotukset on esitelty kuviossa 8. Kehittämisehdotusten otsikoina toimivat keskeisiksi muodostuneet teemat, joiden alla esitetään tarkennetut kehittämisehdotukset.



Kuvio 8. Kehittämisehdotukset

Moniammatillista yhteistyötä voidaan vahvistaa opetushenkilöstön ja opiskeluhoollon toimijoiden välistä työtä kehittämällä. Kolmannen sektorin toimijoiden hyödyntäminen tuo koululle kaivattua lisäresurssia ja selkeät yhteiset toimintamallit eri ammattilaisten ja hoitotahojen kanssa helpottavat oppilaiden tuen tarpeen tunnistamista ja jatkohoitoon ohjaamista.

Koulun yhteisöllisyyden vahvistaminen ja yhteisöllisen opiskeluhoollon kehittäminen tukevat oppilaiden hyvinvointia koulun arjessa. Rakokiven koululla oppilaita tuetaan monenlaisella ryhmämuotoisella toiminnalla, jota kannattaa jatkossakin hyödyntää ja kehittää. Koulun tehtävä on opettaa oppilaille mielenterveyden taitoja. Yhtenä keinona tähän voivat olla erilaiset hyvinvointipäivät ja teemaviikot, joita voidaan järjestää yhteistyössä muiden toimijoiden kuten yhdistysten ja seurojen kanssa. Näin vahvistettaisiin mielenterveystaitoja koko koulu yhteisössä. Myös matalan kynnyksen keskustelumahdollisuuksien kehittäminen koulussa tukisi osaltaan oppilaiden mielen hyvinvointia.

Vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön vahvistaminen on tärkeää oppilaiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukemisessa. Sujuva yhteistyö vanhempien kanssa vahvistaa oppilaan ympärillä olevaa tukiverkostoa ja helpottaa oppilaan tuen tarpeisiin vastaamista. Vanhemmille tarjottava tieto mielenterveyden tukemisesta ja heidän mielenterveystaitojensa vahvistaminen tukee lapsen mielen hyvinvointia.

Koululla jo käytössä olevien, mielenterveyden edistämiseen tarkoitettujen menetelmien tehokkaampi hyödyntäminen ja opetushenkilökunnan mahdollisuus täydennyskoulutukseen liittyen mielenterveyden tukemiseen vastaavat opinnäytetyön tuloksissa esiin nousseeseen tarpeeseen henkilöstön lisäosaamisesta. Työntekijöiden huolellinen perehdytys tarjolla oleviin menetelmiin ja niiden käyttöön tukisi paremmin niiden hyödyntämistä.

7.5 Jatkotutkimusaiheet

Tämän soveltavan laadullisen tutkimuksen avulla saatiin kerättyä tietoa yhteistyötahon eli Rakokiven peruskoulun opetushenkilökunnan ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksista lasten mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemisesta ja toteuttamisesta koulussa. Tiedon kerääminen on tärkeää, henkilökunnan näkemykset voidaan huomioida koulun toimintaa suunnitellessa. Tieto auttaa yhtenäistämään koulun mielenterveyden ja hyvinvoinnin edistämisen kulttuuria ja luomaan yhteistä ymmärrystä, millä on merkitystä vaikuttavuuden ja jatkumon kannalta. Yhteinen ymmärrys saavutetaan nostamalla esille kaikkien päätöksentekoon osallistuvien näkemykset, perustelut, erimielisyydet sekä mielipiteet ja arvot käsiteltävästä aiheesta (Finto).

Lasten ja nuorten mielenterveyden tukemista sekä opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksia näiden edistäjinä on tutkittu viime vuosina enenevässä määrin, koska lasten ja nuorten hyvinvoinnin haasteet ovat lisääntyneet (esimerkiksi THL 2023b, mukaan) ja koulun ja opetushenkilökunnan merkitys oppilaiden hyvinvoinnin muodostumisessa on suuri (Markkanen 2022). Suomen koulujärjestelmä on kohdannut lisääntyvää kritiikkiä suomalaisten nuorten oppimistulosten huononnettua kolmen vuoden välein tehtävässä kansainvälisessä Pisa-tutkimuksessa. Tähän syyksi on esitetty monia syitä, kuten sosiaalista eriarvoistumista ja asenteiden lieventymistä koulutusta kohtaan, mutta pohjan koko peruskoulun mittaiselle koulupolulle luovien varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen

tärkeyttä ja merkitystä ei tulisi unohtaa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023.) Tämän opinnäytetyöprosessin aikana heräsi kysymys siitä, miksi lasten mielenterveysongelmat lisääntyvät ja hyvinvointi on laskussa, vaikka ilmiö on hyvin tiedossa ja aihetta tutkitaan aktiivisesti. Jatkotutkimuksissa voisi olla hyvä selvittää Rakokiven koulun oppilaiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden haasteita heidän itsensä kokemana sekä myös huoltajien näkökulmasta, jotta saataisiin vastetta sille, miten oppilaita tuettaisiin parhaiten.

Tarvetta jatkotutkimukselle olisi myös sellaisten toimintamallien ja yhteistyön kehittämisessä, joilla nopeutettaisiin ja sujuvoitettaisiin jatkohoitokontaktien järjestymistä. Sosiaali- ja terveyspalvelujen uudistusten myötä monialaisen yhteistyön tärkeys on korostunut, ja vahvempien yhteistyöverkoston rakentaminen ulkopuolisten mielenterveysammattilaisten ja hoitotahojen kanssa olisi kannattavaa. Tämä toisi ulkopuolista apua ja konsultaatiota koulujen vastuuseen oppilaiden mielenterveyden tukemisessa ja auttaisi tilanteissa, joissa jatkohoittoa joutuu odottamaan. Tutkimusten mukaan nykyiset professio-, toimiala- ja sektorirajat vaikeuttavat yhteistyötä eri toimijoiden ja ammattien välillä, vaikka täyden osaamisen hyödyntämiseksi tarvittaisiin saumattomasti toimivia ja keskenään vuorovaikutuksessa olevia sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia. (Timperi 2022, 9.)

Opinnäytetyöprosessin aikana esille nousivat myös tiedonkulun haasteet vaihtoehtoisuuteen liittyen. Tämä on yksi monialaista yhteistyötä haastava asia, kun tieto ei kulje eikä avointa, asiakkaan etua palvelevaa tiedonsiirtoa kyetä aina järjestämään. Oppilaan arkiympäristössä, koulussa, monesti havaitaan ongelmat ja aloitetaan erilaisten tukimuotojen järjestely, mutta ilman vanhemmilta tai lapselta tulevaa tietoa koulussa ei tiedetä, miten mahdollinen jatkohoitto on järjestynyt tai onko esimerkiksi sosiaalitoimi mukana verkostossa. (Vehkamäki ym. 2018, 27.) Jatkotutkimuksena voisi kehittää tiedonkulun sujuvuutta ja käytäntöjä koulujen ja verkostojen välillä.

Lähteet

Aaltio, I. & Puusa, A. 2020. Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Gaudeamus Oy. Primo. Viitattu 13.5.2024. Saatavissa

<https://www.ellibslibrary.com/book/9789523456167?error=WrongLibrary?error=WrongLibrary>

Aalto-Setälä, T. & Huikko, E. 2012. Alakouluikäisen mielenterveysongelmien hoito perustasolla. Duodecim. 137, 403–409. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo16076.pdf>

Aalto-Setälä, T., Huikko, E., Appelqvist-Schmidlechner, K., Haravuori, H. & Marttunen, M. 2023. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa. Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 6/2020. Viitattu 28.4.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-131-3>

Aalto-Setälä, T., Suvisaari, J., Appelqvist-Schmidlechner, K. & Kiviruusu, O. 2021. Pandemia ja nuorten mielenterveys – Kouluterveyskysely 2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti 55/2021. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-738-8>

Ahtola, A. 2017. Koulun arjen pitäisi tukea mielenterveyttä. Suomen lääkärilehti 13/2017, 844–845.

Alila, K., Eskelinen, M., Kuukka, K., Mannerkoski, M. & Vitikka, E. 2022. Kohti inklusiivista varhaiskasvatusta sekä esi- ja perusopetusta. Oikeus oppia – Oppimisen tuen, lapsen tuen inklusion edistämistoimiavarhaiskasvatuksessa sekä esi- ja perusopetuksessa valmistelevan työryhmän loppuraportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2022:44. Viitattu 1.3.2025. Saatavissa https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164421/OKM_2022_44.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Andermo, S., Hallgren, M., Nguyen, T., Jonsson, S., Petersen, S., Friberg, M., Romqvist, A., Stubbs, B. & Schäfer Elinder, L. 2020. School-related physical activity

interventions and mental health among children: a systematic review and meta-analysis. *Sports medicine –Open* 6(25). Viitattu 29.12.2024. Saatavissa <https://doi.org/10.1186/s40798-020-00254-x>

Anttila, N., Huurre, T., Malin, M. & Santalahti, P. 2016. Mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen – Katsaus menetelmiin ja kirjallisuuteen Suomessa. Työpaperi 3/2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-613-1>

Appelqvist-Schmidlechner, K., Tuisku, K., Tamminen, K., Nordling, N. & Solin, E. 2016. Mitä on positiivinen mielenterveys ja kuinka sitä mitataan? *Suomen lääkärilehti*. Vol. 71 (24), 1759–1764. Viitattu 15.5.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2016072722244>

Arene. 2020. Opinnäytetyön eettiset suositukset. Viitattu 14.5.2024. Saatavissa <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Asilyeva, A. & Shcherbakov, A.V. 2016. Parental roles and types of parentings as determinants of a preschooler's emotional and personal well-being. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. Vol 233(17), 144–149. Viitattu 16.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.10.172>

Bilton, R., Jackson, A. & Hymer, B. 2018. Cooperation, conflict and control: parent–teacher relationships in an English secondary school. *Educational Review* 2018, vol. 70(4), 510–526. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1080/00131911.2017.1410107>

Blanchflower, D.G. & Bryson, A. 2024. The adult consequences of being bullied in childhood. *Social Science & Medicine*. Viitattu 20.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.116690>

Borg, A-M. *Early Detecting of Children's Mental Health Problems*. 2015. University of Tampere. Väitöskirja. Viitattu 26.4.2024. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9864-0>

- Bronsard, G., Alessandrini, M., Fond, G., Loundou, A., Auquier, P., Tordjman, S. & Boyer, L. 2016. The prevalence of mental disorders among children and adolescents in the child welfare system. A systematic review and meta-analysis. *Medicine*. Vol. 95 (7). Viitattu 18.4.2024. Saatavissa <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4998603/pdf/medi-95-e2622.pdf>
- Castaneda, A., Mäki-Opas, J., Jokela, S., Kivi, N., Lähteenmäki, M., Miettinen, T., Nieminen, S. & Santalahti, P. 2018. Pakolaisten mielenterveysongelmien valtakunnallinen toimintamalli (PALOMA). Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-100-3>
- Chojnacka, B. & Iwański, R. 2022. Young carers and parentification – Between support and responsibility: involving the child in the functioning of the family. *Journal of Family Issues*, Vol 43(11), 2815–3099. Viitattu 16.1.2025. Saatavissa <https://doi-org.ezproxy.saimia.fi/10.1177/019151X211038072>
- Cowie, H. & Myers, C. A. 2018. *School bullying and mental health: risks, intervention and prevention* (1st ed.). Routledge. Viitattu 20.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.4234/9781315537733>
- Diggs, D., Deniz, E. & Toseeb, U. 2024. School connectedness as a protective factor between childhood adversity and adolescent mental health outcomes. *Development and Psychopathology*. 1-19. Viitattu 30.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1017/S0954579424001184>
- Ekornes, S. 2017. Teacher stress related to student mental health promotion: the match between perceived demands and competence to help students with mental health problems. *Scandinavian journal of educational research*. Vol. 61(3), 333–353. Viitattu 19.4.2024. Saatavissa <https://doi.org/10.1080/00313831.2016.1147068>
- Engblom-Pelkkala, K. 2018. *Institutionaalisen koulun strategiset käytännöt. Diskursiivinen lähestymistapa*. Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja. Viitattu 4.2.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0625-0>
- Finto. Yhteinen ymmärrys. Finländsk tesaurus- och ontologiservice. Viitattu 10.2.2025. Saatavissa <https://finto.fi/tt/sv/page/t71?clang=fi>

Forsell, M. & Kuoppala, T. 2022. Lastensuojelu 2022. Yhä useammasta lapsesta tehdään lastensuojeluilmoitus. THL. Tilastoraportti 24/2023. Viitattu 19.4.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2023051544509>

Ghaemi, S., Khakshour, A., Abasi, Z., Azam, N. & Golchin, H. 2015. Effectiveness of school-based program to preventing mental disorders in school age children: review article. Reviews in Clinical Medicine, Vol 2(3). Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.17463/RCM.2015.03.003>

Grönlund, H. & Seppälä, T. 2021. Onko sektorilla väliä? Julkisen sektorin ja kolmannen sektorin toimijoiden ylläpitämien matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen keskinäiset erot ja yhtäläisyydet. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2021: 58: 430–444. Artikkel. Viitattu 5.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.23990/sa.88823>

Haapakangas, K. & Kaakinen, M. Mitä tuoreimmat tilastot kertovat nuorten väkivaltarikollisuudesta? Tilastokeskus. Artikkel. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa <https://stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2023/mita-tuoreimmat-tilastot-kertovat-nuorten-vakivaltarikollisuudesta>

Haravuori, H., Muinonen, E., Kanste, O. & Marttunen, M. 2016. Mielenterveys- ja päihdetyön menetelmät opiskeluterveydenhuollossa. Opas arviointiin, hoitoon ja käytäntöihin. Ohjaus 20/2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 27.2.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-722-0>

Hietanen-Peltola, M., Huurre, T., Jahnukainen, J., Lahdenkari, M. & Vaara, S. 2024. Yhteinen työ opiskelijoiden tueksi jatkuu hyvinvointialueilla: Opiskeluhoitopalvelujen seuranta OPA 2024. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 8/2024. Viitattu 24.1.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-425-3>

Hietanen-Peltola, M., Laitinen, K., Autio, E. & Palmqvist, R. 2018. Yhteisestä työstä hyvinvointia -opiskeluhoitoryhmä perusopetuksessa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Ohjaus 9/2018. Viitattu 24.1.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-137-9>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hoerr, T.R. 2019. Taking Social-Emotional Learning Schoolwide: The Formative Five Success Skills for Students and Staff. Association for Supervision & Curriculum Development. Viitattu 5.2.2025. Saatavissa ProQuest Ebook Central. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/lab-ebooks/detail.action?docID=5995697>

HUS. 2021. Varhainen tuki ehkäisee lasten mielenterveysongelmia. Viitattu 13.4.2024. Saatavissa <https://www.hus.fi/ajankohtaista/varhainen-tuki-ehkaisee-lasten-mielenterveysongelmia>

HUS. 2022. Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen kysyntä on kasvanut – tarvetta on erityisesti matalan kynnyksen palveluille. Mediatiedote. Viitattu 18.4.2024. Saatavissa <https://www.hus.fi/ajankohtaista/lasten-ja-nuorten-mielenterveyspalvelujen-kysynta-kasvanut-tarvetta-erityisesti>

Huurre, T., Santalahti, P., Anttila, N. & Björklund, K. 2015. Mielenterveyden ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämisen menetelmät ja käytännöt peruskouluissa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimus. Viitattu 15.5.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-038-2>

Jiang, S., Li, C. & Fang, X. 2017. Socioeconomic status and children's mental health: Understanding the mediating effect of social relations in Mainland China. Journal of community psychology, 46, 213–223. Viitattu 22.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1002/jcop.21934>

Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan? Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Gaudeamus Oy. Primo. Viitattu 13.5.2024. Saatavissa <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523456167?error=WrongLibrary?error=WrongLibrary>

Juutilainen, K. 2021. Alakouluikäisistä lapsista tehdään lastensuojeluilmoituksia enemmän kuin päiväkotikäisistä – Jääkö leikki-ikäisten lasten hätä huomaamatta? Super. Hoitoalan ammattilaisten verkkolehti. Viitattu 19.4.2024. Saatavissa <https://www.superlehti.fi/ajankohtaista/alakouluikaisista-lapsista-tehdaan->

[lastensuojeluilmoituksia-enemman-kuin-paivakoti-ikaisista-jaako-leikki-ikaisten-lasten-hata-huomaamatta/](#)

Kallinen, K., Nikupeteri, A., Laitinen, M., Lantela, L., Turunen, T., Nurmi, H., & Leinonen, J. 2021. Lasten arjen hyvinvoinnin tekijät. *Kasvatus & aika*, 15(2), 4–21. <https://doi.org/10.33350/ka.80332>

Kallinen, T. & Kinnunen, T. 2021. Etnografia. Teoksessa Vuori, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 4.5.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>

Kallunki, H. 2019. "Jotenki se ajatus siitä, että yhdessä ollaan paljon enemmän kuin yksin." Monialainen yhteistyö koulu yhteisössä. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Viitattu 28.4.2024. Saatavissa <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/66404>

Kampoli, G.D., Antoniou, A-S., Artemiadis, A., Chrousos, G.P. & Darviri, C. 2017. Investigating the association between school bullying and specific stressors in children and adolescents. *Psychology*, 8, 2398–2409. Viitattu 17.12.2024. Saatavissa <https://doi.org/10.4236/psych.2017.814151>

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Suomen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Karlsson, N. & Mikkonen, J. 2019. Mielenterveys osana laaja-alaista hyvinvointia. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 2019: 56, 272–274. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.23990/sa.87896>

Kokkonen, P., Athanasopoulou, C., Leino-Kilpi, H., Puukka, P. & Sakellari, E. 2023. Adolescents' difficulties, strengths and feelings of insecurity: a cross-sectional descriptive survey in Finland. *Discover Ment Health*. Vol 3 Viitattu 14.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1007/s44192-023-00043-4>

Kurtelius, T. & Kumpulainen K. 2021. Alakouluikäisten lasten kokemuksia yksinäisyydestä. *Kasvatus* 52 (2), 194–208. Viitattu 26.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.33348/kvt.111444>

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. E-kirja. Tampere: Vastapaino.

Kuusikko-työryhmä. 2020. Kuuden suurimman kaupungin lastensuojelun palvelut ja kustannukset vuonna 2020. Kuusikko-työryhmän julkaisusarja 1/2021. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa

https://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/21_06_02_Kuusikko_Lastensuojelu_2020.pdf

LAB University of Applied Sciences. 2023 Opinnäytetyön ohje. Viitattu 17.12.2024.

Saatavissa https://elab.lab.fi/sites/default/files/category-page/2024-08/LAB_opinn%C3%A4ytety%C3%B6_ohje_YAMK_150824_P%C3%84IVITETTY.pdf

LAB University of Applied Sciences. 2024. Webropol. Viitattu 26.5.2024. Saatavissa

<https://elab.lab.fi/fi/it-ohjeet-ja-opiskelun-tyokalut/opiskelun-jarjestelmat/webropol>

Lahten kaupunki. 2024. Rakokiven koulu. Viitattu 23.4.2024. Saatavissa

<https://www.lahti.fi/kasvatus-ja-koulutus/perusopetus/koulut/rakokiven-koulu/>

Lahti 2024. Opiskeluhoolto. Viitattu 18.11.2024. Saatavissa

<https://www.lahti.fi/kasvatus-ja-koulutus/opiskeluhoolto/>

Lahti, M., Korhonen, J., Sakellari, E., Notara, V., Lagiou, A., Istomina, N., Grubliauskienė, J., Makutienė, M., Šukytė, D., Erjavec, K., Petrova, G., Lalova, V., Ivanova, S., & Laaksonen, C. (2023). Competences for promoting mental health in primary school. *Health Education Journal*, 82(5), 529-54. <https://doi-org.ezproxy.saimia.fi/10.1177/00178969231173270>

Lahtinen, M. & Lankinen, T. 2022. Koulutuksen lainsäädäntö käytännössä. (12., uudistettu laitos.). Tietosanoma.

Lahtinen, N. & Haanpää, S. 2015. Oppilashuolto perusopetuksessa – näkökulmia moniammatillisen yhteistyön toimivuuteen. Teoksessa Hakalehto, S. (toim.) Lapsen oikeudet koulussa. 132–168. Kauppakamari.

Laitinen, K., Haanpää, S., Francke, L. & Lahtinen, M. 2020. Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2020:3a. Viitattu 13.2.2025. Saatavissa

<https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/kiusaamisen-vastainen-tyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa>

Lapsiasiavaltuutetun toimisto. 2024. Lausunto. Hallituksen esitys perusopetuslain muuttamisesta OKM058:00/2023. Säädösvalmistelu. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 6.2.2025. Saatavissa https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/305de106-8209-4594-8481-dc4f9fbce15d/ca74e0e2-c373-4b0c-a3ec-742c6a2ceba5/LAUSUNTO_20240618110612.PDF

Lereya, S. T., Copeland, W. E., Zammit, S. & Wolke, D. 2015. Bully/victims: a longitudinal, population-based cohort study of their mental health. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(12), 1461–1471. Viitattu 20.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1007/s00787-015-0705-5>

Lerikkanen, M-K. & Salmela-Aro, K. 2022. Triangeli-keskustelu: Pandemian opit – resilientti koulu. *Kasvun tuki -aikakauslehti*. 1/2022, 4–6. Viitattu 13.12.2024. Saatavissa <https://journal.fi/kasvuntuki/article/view/128811/77884>

Leskelä, R.L., Käsmä, L., Jokiranta, V., Salonen, N., Valtakari, M., Yli-Koski, M. & Määttä, M. 2022. Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn palvelurakenne, rahavirrat sekä seurannan haasteet. *Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 1/2022*. Viitattu 27.2.2025. Saatavissa https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/TRVJ_1_2022_Nuorten_syrjaytyminen.pdf

Lester, L. & Cross, D. 2015. The Relationship Between School Climate and Mental and Emotional Wellbeing Over the Transition from Primary to Secondary School. *Psychology of Well-Being Theory Research and Practice*. Vol. 5 (9). Viitattu 19.4.2024. Saatavissa <https://psywb.springeropen.com/articles/10.1186/s13612-015-0037-8>

Lindfors, E. & Somerkoski, B. 2018. Turvallisuuden edistäminen oppimisympäristössä. Teoksessa Granö, P., Hiltunen, M. & Jokela, T. (toim.) *Suhteessa maailmaan: Ympäristöt oppimisen avaajina*. 291–305. Lapland University Press. Viitattu 17.1.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-310-934-6>

Lo Cricchio, M.G., Zambuto, V., Palladino, B.E., Nocentini, A., Salmela-Aro, K. & Menesini, E. 2023. The association between school burnout, school connectedness, and bullying victimization: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral*

Development, 47(6), 508-520. Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://doi-org.ezproxy.saimia.fi/10.1177/01650254231198028>

Luoto, R. 2009. Kyselytutkimuksen suunnittelu. Lääketieteellinen aikakauskirja. Nro15/2009 Duodecim. Viitattu 30.4.2024. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo98221>

Lämsä, R. 2022. Signaaleja lasten ja nuorten hyvinvoinnin heikentymisestä. Sosiaali-lääketieteellinen aikakauslehti. 1/2022 (59). Viitattu 25.4.2024. Saatavissa <https://journal.fi/sla/article/view/113636/67539>

Macfie, J., Brumariu, L.E. & Lyons-Ruth, K. 2015. Parent–child role-confusion: A critical review of an emerging concept. Developmental Review 36, 34–57. Viitattu 16.1.2025. Saatavissa <https://doi-org.ezproxy.saimia.fi/10.1016/J.DR.2015.01.002>.

Maclea, L. & Law, J.M. 2021. Supporting primary school students' mental health needs: Teachers' perceptions of roles, barriers, and abilities. Psychology in the schools. Vol. 59, (11). Viitattu 29.12.2024. Saatavissa <https://doi.org/10.1002/pits.22648>

Mannerkoski, M. & Ruponen, A. 2024. Valtioneuvoston selvitys opiskeluhuollon kokonaisuudesta 2024. Valtioneuvoston julkaisuja 2024:58. Viitattu 28.1.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-627-3>

Marjatta-koulu. 2024. Lausunto. Hallituksen esitys perusopetuslain muuttamisesta OKM058:00/2023. Säädösvalmistelu. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 6.2.2025. Saatavissa https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/305de106-8209-4594-8481-dc4f9fbce15d/08282918-0006-4ce9-afb1-b3c53b1925fb/LAUSUNTO_20240618093403.PDF

Markkanen, P. 2022. Kouluissa tarvitaan lisää keinoja lasten ja nuorten mielenterveyden tukemiseen. Kasvun tuki -aikakauslehti 1/2022. Artikkelinä osana väitöstutkimusta. Viitattu 16.4.2024. Saatavissa <https://kasvuntuki.fi/aikakauslehti/julkaisut/markkanen/>

Maunula, M., Granlund, K., Harju-Luukkainen, H. & Palosaari, O. 2022. TCM-ryhmänhallintamenetelmän käyttöönotto – laadullinen monitieteinen pilottitutkimus opettajien kokemuksista. Kasvun tuki – aikakauslehti. 1/2022. 39–48. Viitattu 3.2.2025. Saatavissa DOI: <https://doi.org/10.61259/kt.128823>

- McGorry, P.D. & Mei, C. 2018. Early intervention in youth mental health: progress and future directions. *Evidence-based mental health*. Vol 21(4), 182–184. Viitattu 20.1.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1136/ebmental-2018-300060>
- Melkko, S. & Ilves, V. 2024. Opetusalan työolobarometri 2024. OAJ. Viitattu 14.2.2025. Saatavissa <https://www.oaj.fi/ajankohtaista/julkaisut/2024/opetusalan-tyoolobarometri/>
- Mellin, E., Ball, A., Iachine A., Tognolo, N. & Rodriguez, A. 2017. Teachers' experiences collaborating in expanded school mental health: Implications for practice, policy and research. *Advances in School Mental Health Promotion*. 10 (1), 85–98. <https://doi.org/10.1080/1754730X.2016.1246194>
- Microsoft. 2024. Reaaliaikaisen transkription tarkasteleminen Microsoft Teams -kokouksissa. Viitattu 26.5.2024. Saatavissa <https://support.microsoft.com/fi-fi/office/reaaliaikaisen-transkription-tarkasteleminen-microsoft-teams-kokouksissa-dc1a8f23-2e20-4684-885e-2152e06a4a8b>
- Mustajoki, A. & Mustajoki, H. 2017. A new approach to research ethics: Using guided dialogue to strengthen research communities. University of Helsinki: Routledge, London, New York. Viitattu 29.4.2024. Saatavissa <https://doi.org/10.4324/9781315545318>
- Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Nurmi, R., Sillanpää, A & Hannukkala, M. 2017. Hyvää mieltä yhdessä. Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen. Suomen mielenterveysseura.
- O'Reilly, M., Adams, S. & Whiteman, N. 2018. Whose responsibility is adolescent's mental health in the UK? Perspectives of key stakeholders. *School mental health* 10, 450–461. Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1007/s12310-018-9263-6>
- Oikarinen, K. 2017. Moniammatillinen yhteistyö: Yksin pärjäämisen kulttuurista kohti toimivaa yhteistyötä. Teoksessa Norvapalo, K. & Thessler, K. (toim.) 2017. Monitoimijuus koulussa. Yhteisöllinen hyvinvointi ja siirtymien tukeminen. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 10–11. Viitattu 29.4.2024. Saatavissa https://hyvinvoivaamis.fi/sites/default/files/attachments/good_practices/monitoimijuus_koulussa_yhteisollinen_hyvinvointi_ja_siirtymien_tukeminen.pdf

Ojala, T. 2017. Kun perusopetuksen oppilaat oireilevat psyykkisesti. Opettajien kokemuksia. Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja. Viitattu 15.1.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-6952-3>

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2023. PISA 2022: Osaaminen heikentynyt Suomessa ja lähes kaikissa muissa OECD –maissa. Valtioneuvosto ja ministeriöt. Tiedote. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa <https://okm.fi/-/pisa-2022-osaaminen-heikentynyt-suomessa-ja-lahes-kaikissa-muissa-oecd-maissa>

Opetushallitus 2025a Oppimisen tuki uudistuu kaikilla koulutusasteilla. Uutinen 1.8.2024. Viitattu 2.1.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2024/oppimisen-tuki-uudistuu-kaikilla-koulutusasteilla>

Opetushallitus 2025b. Hallituksen esitys perusopetuslain muuttamisesta. OKM058:00/2023 Sädösvalmistelu. Viitattu 2.1.2025. Saatavissa <https://okm.fi/hanke?tunnus=OKM058%3A00/2023>

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Viitattu 17.1.2025. Saatavissa <https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/9407084>

Opetushallitus. 2024a. Oppimisen ja koulunkäynnin tuki. Viitattu 27.11.2024. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/oppimisen-ja-koulunkaynnin-tuki>

Opetushallitus. 2024b. Opetus- ja kulttuuritoimen rahoitus – Yksikköhintojen ja rahoituksen määräytyminen vuonna 2024. Oppaat ja käsikirjat 2024:2. Viitattu 5.2.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/opetus-ja-kulttuuritoimen-rahoitus-yksikkohintojen-ja-rahoituksen-7>

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013. Viitattu 18.12.2024. Saatavissa <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287#Pdm46651396840080>

Perusopetuslaki 21.8.1998/628. Viitattu 23.4.2024. Saatavissa <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>

Perälä, M-L., Hietanen-Peltola, M., Halme, N., Kanste, O., Pelkonen, M., Peltonen, H., Huurre, T., Pihkala, J. & Heiliö, P-L. 2015. Monialainen opiskeluhuolto ja sen johtaminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Opas 36. Viitattu 1.3.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-292-8>

Pesonen, A., Larivaara, M. & Hannukkala, M. 2022. Hyvän mielen koulu – Mielenterveyden edistäminen ja mielenterveystaidot varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa. Focus Localis, 50(3). Viitattu 28.4.2024 Saatavissa <https://journal.fi/focuslocalis/article/view/117114>

Petäinen, J-P. 2023. Luokanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia mielenterveystaidoista ja niiden edistämisestä: näkökulmana Hyvän mielen taitomerkki. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteiden maisteriohjelma. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa <http://hdl.handle.net/10138/355310>

Pietilä, I. 2017. Ryhmäkeskustelu. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (toim.) 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 111–130.

Pitkänen, T., Tourunen, J., Huhta, H., Kaskela, T., Takala, J., Helfer, A., Jurvanen, S., Laine, R., Larivaara, M. & Suurpää, L. 2022. Nuorten mielenterveyden tukeminen sosiaalihuollossa ja matalan kynnyksen toiminnassa. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2022:65. Viitattu 15.5.2024. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-169-8>

Putkuri, T., Lahti, M., Laaksonen, C., Sarvasmaa, A.S., Huttunen, R. & Axelin, A. 2022. Mental health services in the school environment—Future visions using a phenomenographic approach. Journal of clinical nursing. Vol 32 (11–12), 2742–2756. Viitattu 25.2.2025. Saatavissa <https://doi.org/10.1111/jocn.16376>

Puusa A. 2020. Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Gaudeamus Oy. Primo. Viitattu 13.5.2024. Saatavissa <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523456167?error=WrongLibrary?error=WrongLibrary>

Puustjärvi, A. & Luoma, I. 2019. ”Mutta onko tämä lapsi koulukuntoinen?” Koulunkäytökyvyn arviointi ja tukeminen. Lääkärilehti 3/2019, 114–119. Viitattu

16.1.2025. Saatavissa <https://www-laakarilehti-fi.ezproxy.saimia.fi/tieteessa/katsausartikkeli/rdquo-mutta-onko-tama-lapsi-koulukuntoinen-rdquo-koulunkayntikyvyn-arviointi-ja-tukeminen/>

Päijät-Hämeen hyvinvointialue. 2023. Tietoa hyvinvointialueesta. Viitattu 23.4.2024. Saatavissa <https://www.paijatha.fi/tietoa-hyvinvointialueesta/>

Päijät-Hämeen liitto. Alueellinen lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022–2025. Viitattu 13.1.2025. Saatavissa https://paijat-hame.fi/wp-content/uploads/2022/02/Alueellinen_lasten_ja_nuorten_hyvinvointisuunnitelma_2022_2025.pdf

Repo, A. 2014. Etiikka hoitotyössä. Etiikan teoriaa. 8. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Rimpelä, M. 2008. Oppilashuolto kouluhyvinvoinnin ytimenä. Teoksessa Suortamo, M., Laaksola, H. & Välijärvi, J. (toim.) Opettajan vuosi 2008–2009: Teemana hyvinvointi. 13–53. PS-Kustannus.

Roiha, S. 2018. Opetusalan ammattilaiset lasten mielenterveyden tukijoina Pohjois-Savossa. Itä-Suomen yliopisto. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 25.4.2024. Saatavissa <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20180391>

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOYpro Oy.

Savolainen, O. 2022. Lasten mielenterveyden edistämiseen tulisi kiinnittää enemmän huomiota. Kasvun tuki -aikakauslehti 2/2022. Artikkel. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa <https://kasvuntuki.fi/aikakauslehti/julkaisut/savolainen/>

Savolainen, O. 2022. Promotion of children's mental health: a socio-ecological mixed methods study in North Savo. University of Eastern Finland. Väitöstutkimus. Viitattu 25.4.2024 Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-4502-0>

Savunen, H. 2025. Tunne- ja vuorovaikutustaidot koululäsnäoloa vahvistamassa. Opetushallitus. Viitattu 18.2.2025. Saatavissa <https://www.opi.fi/fi/teemat-ja-kehittaminen/tunne-ja-vuorovaikutustaidot-koululasnaoloa-vahvistamassa>

Skuse, D., Bruce, H. & Dowdney, L. 2017. Child psychology and psychiatry: Frameworks for clinical training and practice. ProQuest Ebook Central. Viitattu

12.2.2025. Saatavissa <https://ebookcentral.proquest.com/lib/lab-ebooks/detail.action?docID=4862953>

Solin, P., Appelqvist-Schmidlechner, K., Nordling, E. & Tamminen, N. 2018. Mielenhyvinvoinnin edistäminen osaksi kunnan strategiaa. THL. Viitattu 13.2.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-112-6>

Sperling, J. 2024. Helping a bullied child. Luento. Viitattu 17.12.2024. Saatavissa <https://www.mcleanhospital.org/essential/bullying-kids-teens>

THL. 2013. Mielen terveyden edistäminen kouluissa. Työpaperi 24/2013. Viitattu 11.2.2025. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-949-7>

THL. 2023a. Mielen terveyden edistäminen. Viitattu 13.2.2025. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/mielen-terveys/mielen-terveyden-edistaminen>

THL. 2023b. Kouluterveyskysely 2023: lapsia ja nuoria kuormittavat monet tekijät – selkeät arkirutiinit ja ajoissa saatu apu on tärkeää. Viitattu 10.2.2025. Saatavissa <https://thl.fi/-/kouluterveyskysely-2023-lapsia-ja-nuoria-kuormittavat-monet-tekijat-selkeat-arkirutiinit-ja-ajoissa-saatu-apu-on-tarkeaa?redirect=%2Ffi%2Fweb%2Fflapset-nuoret-ja-perheet>

THL. 2023c. Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2023. Tytöistä yli kolmannes ja pojista joka viides kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Tilastoraportti 48/2023. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe20230913124224>

THL. 2023d. Lasten ja nuorten mielen terveyspalvelut. Viitattu 17.2.2025 Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/mielen-terveys/mielen-terveyspalvelut/lasten-ja-nuorten-mielen-terveyspalvelut>

THL. 2024. Lasten ja nuorten mielen hyvinvointi. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/mielen-terveys/mielen-terveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielen-hyvinvointi>

Tietosuojavaltuutetun toimisto. Tietosuoja. Viitattu 7.3.2025. Saatavissa <https://tietosuoja.fi/usein-kysyttya-gdpr>

Timperi, T. 2022. Sote-integraation edellyttämä monialainen yhteistyöosaaminen. Selvityshenkilön raportti. Valtioneuvosto. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja

ja muistioita 2022:22. Viitattu 10.2.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-5399-4>

Toikkanen, U. 2018. Vanhemmuustaito-ohjaus tuloksellisin keino lasten käytöshäiriöiden hoidossa. Lääkärilehti 50–52/2018. Viitattu 17.4.2024. Saatavissa <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/ajankohtaista/vanhemmuustaito-ohjaus-tuloksellisin-keino-lasten-kaytoshairioiden-hoidossa/>

Tritonia. Tiedonhaun opas. Saatavissa <https://uva.libguides.com/tiedonhaku>

TTL. 2024. Nuorten mielenterveysongelmat on otettava vakavasti. Tiedote. Viitattu 25.4.2024. Saatavissa <https://www.ttl.fi/ajankohtaista/tiedote/nuorten-mielenterveysongelmat-on-otettava-vakavasti>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Uudistettu laitos.

Tuovinen, S. 2021. Peruskouluikäisten lasten mielenterveyden tukeminen interventioiden avulla koulumaailmassa. Oulun yliopisto. Viitattu 15.5.2024. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-202105087767>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 1. Painos. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 29.4.2024. Saatavissa https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Ukkola, A. & Peltola, E. 2022. Mistä opettajien työhyvinvointi rakentuu Karvin arviointien perusteella? Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Blogi. Viitattu 11.2.2025. Saatavissa <https://www.karvi.fi/fi/ajankohtaista/blogi/mista-opettajien-tyohyvinvointi-rakentuu-karvin-arviointien-perusteella>

University of Turku. Challenge. Persistent bullying cases. Viitattu 17.1.2025. Saatavissa <https://sites.utu.fi/challenge/en/hankkeesta/>

Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos. Keuruu: PS-kustannus, 92–116.

Valtioneuvosto. 2022. Lasten ja nuorten mielenterveyttä on tuettava palveluin ja koko yhteiskunnan keinoin. Sosiaali- ja terveysministeriö. Tiedote. Viitattu

25.4.2024. Saatavissa <https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/lasten-ja-nuorten-mielenterveytta-on-tuettava-palveluin-ja-koko-yhteiskunnan-keinoin->

Vehkalahti, K. 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Finn Lectura. Viitattu 3.5.2024. Saatavissa <http://hdl.handle.net/10138/305021>

Vehkamäki, P., Lahtinen, M. & Vanttaja, U. 2018. Julkisuus ja tiedonhallinta opetustoimessa. Opas koulujen ja oppilaitosten käyttöön. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2018:5a. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/julkisuus-ja-tiedonhallinta-opetustoimessa>

Velt, J. 2024. Joyce Velt, LICSW, talks to us about bullying and how it affects kids and teens. Luento. Viitattu 17.12.2024. Saatavissa <https://www.mcleanhospital.org/essential/bullying-kids-teens>

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilkka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 18.2.2025. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4139-7>

VTV. 2017. Lasten mielenterveysongelmien ehkäisy ja hyvinvoinnin tukeminen kouluterveydenhuollossa. Valtiontalouden tarkastusviraston selvitykset 3/2017. Viitattu 25.4.2024. Saatavissa <https://www.vtv.fi/app/uploads/2018/05/31094008/lasten-mielenterveys-ongelmien-ehkaisy-kouluterveydenhuollossa.pdf>

Wahlbeck, K., Hannukkala, M., Parkkonen, J., Valkonen, J. & Solantaus, T. 2017. Mielenterveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä. Duodecim 133 (10), 985–992. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo13731>

Webropol. 2024. Viitattu 15.5.2024. Saavissa <https://webropol.fi>

WHO. 2024a. Mental health of adolescents. Viitattu 15.1.2025. Saatavissa <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

WHO. 2024b. Mental health. Viitattu 24.4.2024. Saatavissa https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1

Liite 1. Laadullinen tiedonkeruulomake Rakokiven koulun opettajille ja opiskeluhoollon toimijoille

Minua on pyydetty osallistujaksi opinnäytetyöhön ”Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä – Rakokiven peruskoulun opettajien ja opiskeluhoollon toimijoiden kokemuksia” liittyvään aineiston keräämiseen.

Opinnäytetyön tekijät ovat Linda Kokko ja Satu Niskasaari ja he tekevät opinnäytetyötään LAB-ammattikorkeakoulussa.

Osallistumiseni edellä mainittuun opinnäytetyöhön on täysin vapaaehtoista.

Olen saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä ja minulla on ollut myös mahdollisuus esittää opinnäytetyötä ja aineiston keräämistä koskevia kysymyksiä. Minua on informoitu aineiston keräämiseen liittyvästä henkilötietojen käsittelystä tietosuojalomakkeella.

1. Annan luvan vastauksieni käyttämiseen opinnäytetyössä

Kyllä

Ei

2. Mistä asioista hyvä mielenterveys ja hyvinvointi mielestäsi rakentuvat?

3. Millaisena näet koulunne oppilaiden mielenterveyden ja mikä tähän vaikuttaa?

4. Miten oppilaiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden häiriöt näkyvät työssäsi?

5. Mitä haasteita koet oppilaiden mielenterveyden tukemisessa?

6. Minkälaisia menetelmiä tai työkaluja koulussanne on käytössä oppilaiden mielenterveyden tai hyvinvoinnin tukemiseen? Ovatko nämä mielestäsi riittäviä?

7. Mitä koulunne oppilaiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi mielestäsi tarvitaan?

8. Mitä toivoisit työsi tueksi?

9. Millaisena näet oman roolisi oppilaiden mielenterveydessä ja hyvinvoinnissa?

10. Haluaisitko vielä lisätä jotain?

Liite 2. Saatekirje laadulliseen tiedonkeruulomakkeeseen

Tämä kysely toteutetaan osana opinnäytetyötä, jonka aiheena on Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä – Rakokiven peruskoulun opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksia.

Tarkoituksena on kyselyn avulla saada tietoa siitä, minkälaisia kokemuksia koulun opettajilla ja opiskeluhuoltoryhmän jäsenillä on oppilaiden mielenterveyden tukemisesta, minkälaisia menetelmiä heillä on käytössä ja mitä vielä tarvittaisiin oppilaiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemiseksi.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja se toteutetaan anonymisti, eikä henkilötietoja kerätä. Kyselyn vastaukset hävitetään opinnäytetyön julkaisun jälkeen eikä vastauksia tulla käyttämään muuhun kuin tämän opinnäytetyön tekemiseen.

Lasten mielenterveydellä tarkoitetaan sellaista hyvinvoinnin tilaa, jossa lapsi pystyy näkemään omat vahvuutensa ja selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa sekä olemaan ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan, tässä tapauksessa kouluympäristön. Mielenterveyden voimavarat kasvavat suotuisissa olosuhteissa, kun taas kuormittavat olosuhteet kuluttavat niitä. (WHO 2024.) Koulu ja vapaa-ajan harrastustoiminta ovat sellaisia ympäristöjä, joissa lasten ja nuorten hyvää mielenterveyttä voidaan edistää ja tukea ja siksi näihin tukeminen on erityisen tärkeää. (THL 2024.)

Alla olevasta linkistä pääset vastaamaan kyselyyn. Vastaaminen vie aikaa noin 5–15 min.

<https://link.webpolsurveys.com/S/AC485B772F76B322>

**OPINNÄYTETYÖTÄ KOSKEVA
TIETOSUOJAILMOITUS
EU:n yleinen tietosuoja-asetus (2016/679)
artiklat 13 ja 14**

Laatimispäivämäärä: 9.5.2024

Mitä tarkoitusta varten henkilötietoja kerätään? / Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus

Henkilötietoja kerätään opinnäytetyötä ” Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä - Rakokiven peruskoulun opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksia” varten. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Rakokiven koulun henkilökunnalle tietoa siitä, miten mielenterveystyötä on oppilaiden parissa toteutettu ja mitä kehittämiskohteita siinä on. Tarkoituksena on selvittää opettajien ja opiskeluhuollon toimijoiden kokemuksia mielenterveyden edistämisestä kouluympäristössä. Tätä tietoa voidaan hyödyntää koulun toiminnan ja opetuksen suunnittelussa ja lasten mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Aineistoa kerätään sähköisellä kyselyllä ja ryhmähaastattelulla.

Mitä tietoja keräämme? / Tutkimusrekisterin tietosisältö

Opinnäytetyön ryhmähaastatteluun osallistuvista henkilöistä kerätään nimi ja sähköpostiosoite sekä allekirjoitus kirjallisella suostumuslomakkeella. Haastatteluun osallistuvilla myös puheääni voi olla rekisteröidyillä tunnistetietona. Osallistujat rekrytoidaan yhteistyötahon yhteyshenkilön avulla.

Millä perusteella keräämme tietoja? / Henkilötietojen käsittelyn oikeusperuste

Henkilötietojen käsittelyperusteena on osallistujan rekisteröity suostumus.

Mistä kaikkialta henkilötietoja keräämme / Tietolähteet

Henkilötietoja kerätään ainoastaan rekisteröidyiltä itseltään.

Kenelle tietoja siirretään? / Tietojen siirto tai luovuttaminen ulkopuolelle

Tutkimuksessa kerättyjä henkilötietoja ei siirretä tai luovuteta muille osapuolille.

Minne tietoja siirretään? / Tietojen siirto tai luovuttaminen EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle

Tietoja ei siirretä tai luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.

Kerättyjen tietojen turvallinen säilyttäminen / Rekisterin suojausten periaatteet

Tietoja säilytetään LAB-ammattikorkeakoulun tietoturvallisilla palvelimilla salasanalla suojattuna sekä suojatulla muistitikulla, jonne on pääsy vain opinnäytetyön tekijöillä. Opinnäytetyössä sähköisellä kyselyllä kerätyt aineistot anonymisoidaan tietojen keräysvaiheessa. Opinnäytetyön laatijalla ei ole tietoa kyselyyn vastanneiden henkilöiden henkilöllisyydestä. Ryhmähaastattelussa kerätty aineisto anonymisoidaan litterointivaiheessa.

Kuinka kauan kerättyä aineistoa säilytetään? / Tutkimusaineiston käsittely tutkimuksen päättymisen jälkeen

Anonymisoitu tutkimusaineisto säilytetään siihen asti, kunnes opinnäytetyö on hyväksytty ja julkaistu.

Millaista päätöksentekoa? / Automatisoitu päätöksenteko

Ei automaattista päätöksentekoa.

Oikeutesi / Rekisteröidyn oikeudet

Rekisteröidyllä on oikeus peruuttaa antamansa suostumus, milloin henkilötietojen käsittely perustuu suostumukseen.

Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus Tietosuojavaltuutetun toimistoon, mikäli rekisteröity katsoo, että häntä koskevien henkilötietojen käsittelyssä on rikottu voimassa olevaa tietosuojalainsäädäntöä.

Rekisteröidyllä on seuraavat EU:n yleisen tietosuojasetuksen mukaiset oikeudet:

- a) Rekisteröidyn oikeus tarkistaa itseään koskevat tiedot.
- b) Rekisteröidyn oikeus tietojensa oikaisemiseen.
- c) Rekisteröidyn oikeus tietojensa poistamiseen. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta, jos tietojen käsittely on tarpeen yleisen edun mukaisia arkistointitarkoituksia taikka tieteellisiä tai historiallisia tutkimustarkoituksia tai tilastollisia tarkoituksia varten, jos oikeus tietojen poistamiseen estää tai suuresti vaikeuttaa henkilötietojen käsittelyä.
- d) Rekisteröidyn oikeus tietojen rajoittamiseen.
- e) Rekisteröidyn oikeus siirtää tiedot toiselle rekisterinpitäjälle.
- f) Rekisteröidyn oikeus vastustaa tietojensa käsittelyä, kun käsittely perustuu yleistä etua koskevaan tehtävään, rekisterinpitäjälle kuuluvaan julkiseen valtaan tai rekisterinpitäjän tai kolmannen osapuolen oikeutettuun etuun.

EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen mukaiset rekisteröidyn oikeudet eivät ole automaattisia kaikessa henkilötietojen käsittelyssä.

Tutkimusrekisterin tiedot

Rekisterin nimi: "Lasten mielenterveyden tukeminen kouluympäristössä -
Rakokiven peruskoulun opettajien ja oppilashuoltoryhmän kokemuksia"
Kertatutkimus
Tutkimuksen kestoaika: Opinnäytetyön työaika, 3/2024–12/2024
Henkilötietoja säilytetään 31.12.2024 saakka.

Rekisterinpitäjän ja yhteys henkilön tiedot

Linda Kokko ja Satu Niskasaari

linda.kokko@student.lab.fi satu.niskasaari@student.lab.fi

Tutkimuksen suorittajat

Linda Kokko ja Satu Niskasaari