



TRAUMATKO TAAKKOINA?

***- erityistä tukea ja ohjausta mielenterveys-
kuntoutujille***

Leena Tuppurainen

**Kehittämishankeraportti
Toukokuu 2006**



**JYVÄSKYLÄN
AMMATTIKORKEAKOULU**
Ammatillinen opettajakorkeakoulu

Tekijä(t) TUPPURAINEN, Leena	Julkaisun laji Kehittämishanke	
	Sivumäärä 62	Julkaisun kieli
	Luottamuksellisuus Salainen <input type="checkbox"/> saakka	
Työn nimi TRAUMATKO TAAKKOINA? - erityistä tukea ja ohjausta mielenterveyskuntoutujille		
Koulutusohjelma Ammatillinen opettajakorkeakoulu, ammatillinen erityisopettajankoulutus		
Työn ohjaaja(t) HIRVONEN, Maija		
Toimeksiantaja(t)		
Tiivistelmä <p>Kehittämishankkeen tavoitteena oli tuoda näkyville mielenterveyskuntoutujien tilannetta ja opiskelun arkea lähinnä opintoihin valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen näkökulmasta.</p> <p>Mielenterveysongelmien määrä on kasvanut viime vuosina. Yhä useammin mielenterveysongelmat vievät opiskelijoiden voimavaroja, estävät ammatillisten opintojen aloittamisen tai keskeyttävät opinnot. Nuori aikuinen joutuu potilaan rooliin, siirtyy siitä kuntoutujan rooliin ja opiskelijan / työntekijän rooliin</p> <p>Traumaattisia kokemuksia tapahtuu päivittäin. Traumatisoituneiden henkilöiden ja heidän läheistensä määrä on niin suuri, että myös koulumaailmassa tulisi tiedostaa ja ymmärtää traumojen merkitys opiskelijoiden mielenterveydelle ja opintojen edistymiselle. Käsittelemättömät traumat vaikuttavat pitkään ja monella tavalla ihmisen elämään.</p> <p>Ammatillisen koulutuksen lainsäädännössä ei tarkenneta erityisopetuksen käsitettä. Erityisopetus on yksilöllistä opiskelijan vahvuksiin perustuvaa opetusta ja se on jokaisella opiskelijalla erilaista. Opetushallituksen ohje antaa paljon mahdollisuuksia. Kuntoutuvat opiskelijat ovat yksilöitä ja heidän opiskelupolkuja ovat yksilöllisiä.</p> <p>Mielenterveysongelmistaan kuntoutuvan opiskelijan opintojen tueksi kannattaa ottaa uusia näkökulmia avuksi arkeen. Muistammeko kouluttajina erilaisissa oppilaitoksissa, että erityisopetus on erityisen hyvää, opiskelijan yksilölliset tarpeet huomioivaa opetusta?</p>		
Avainsanat (asiasanat) mielenterveyskuntoutuja opiskelijana, yksilöllinen oppimispolku, erityinen tuki ja ohjaus		
Muut tiedot		

Author(s) TUPPURAINEN, Leena	Type of Publication Development project report <hr/> Pages 62 Language <hr/> Confidential Until <input type="checkbox"/>
Title TRAUMAS AS OBSTACLES FOR LEARNING - SPECIAL SUPPORT AND COUNCELLING NEEDED BY STUDENTS IN MENTAL HEALTH REHABILITATION	
Degree Programme Vocational teacher Education College, vocational special needs teacher education	
Tutor(s) HIRVONEN Maija	
Assigned by	
Abstract <p>The aim of this development project was to bring forth some of the mental challenges and daily study issues from the viewpoint of preparatory and rehabilitational vocational education.</p> <p>The number of mental problems has increased over the past years. More and more often the mental problems consume the resources of the students, prevent the beginning of vocational studies or are the reason for interrupting the studies. The young adult is reduced to the role of a patient and after that to the role of a person in mental rehabilitation and in the best case returns to the role of a student or employee.</p> <p>People have traumatic occasions daily. The number of traumatic individuals and people close to them is so significant that it must also be acknowledged at schools and the effects of the traumas on students and their study success must be understood. Traumas that remain untreated have various long-lasting effects on the life of human beings.</p> <p>In the Finnish legislation on vocational education the concept of “special needs education” is not specified. Special needs education is based on the strengths of individuals and must be tailored individually for each student. The instructions of the Finnish National Board of Education provides several possibilities. Each mentally challenged student is an individual with an individual learning path.</p> <p>It is recommended that innovate approaches should be used to support the vocational training student with special needs. Do we as teachers in different educational institutions remember that special needs education is always individualized teaching based on the student’s strengths and needs?</p>	
Keywords student in mental health rehabilitation, individual learning path, special support and counselling	
Miscellaneous	

SISÄLTÖ

JOHDANTO	1
1. KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELYÄ.....	3
1.1. Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus	3
1.2. Erityistä tukea tarvitseva opiskelija.....	4
1.3. Mielensterveyskuntoutuja	6
1.4. Mielensterveyskuntoutus.....	7
1.5. Ammatillinen kuntoutus.....	10
1.6. Psykkinen trauma.....	12
2. ERILAINEN KOULUTIE	14
2.1. Mielensterveyskuntoutujan muistelmia koulutielteen.....	14
2.2. Nuori koululainen - yksinkö?.....	15
3. TRAUMAT TAAKKOINA KOULUTIELLÄ.....	17
3.1. Psykkinet traumat ja sairastuminen oppilaan kriisinä.....	17
3.2. Traumaattisten kokemusten seurauksia.....	19
3.3. Tilanteen pitkittyessä	22
3.4. Hoitoakin tarvitaan ajoittain.....	23
4. ERITYISTÄ TUKEA JA OHJAUSTA	24
4.1. Oireilua vai tuen tarvetta - tarvitaan ko erityisopetusta?	24
4.2. Tunnistetaan ko opiskelijan tuen tarve - yhteistyötä verkostossa	26
4.3. Oppimisen taitoja ja tukea arkeen	27
4.3.1. Oppimisen taidot ja uskomukset	27
4.3.2. Tukea kuntoutujan / opiskelijan arjen asioihin.....	29
4.4. Erityisopetuksen monenlaisia mahdollisuuksia	30
4.4.1. Ohjeita ja suosituksia.....	30
4.4.2. Erityisopetuksen mahdollisuuksia.....	31
4.4.3. Integraatio avuksi	34
4.4.4. Moniammatillisuutta tarvitaan	34
5. ERILAISIA KÄYTÄNTEITÄ JA SUUNNITELMIA.....	35
5.1. Arkea ja kehittämisideoita sosiaali- ja terveysalalla	35
5.2. Tunnetukea opiskelijoille.....	38
5.3. Tukitoimia ja yhteistyötä.....	39
6. OPETTAJAN TYÖNKUVAN MUUTTUMINEN.....	40
7. KUNTOUTUVAN OPISKELIJAN TUEN TARVE	44
8. OPINTOIHIN VALMENTAVA JA KUNTOUTTAVA KOULUTUS.....	48
8.1. Valmentava ja kuntouttava koulutus I.....	48
8.2. HOJKS.....	50
8.3. Kokemuksia opiskelusta valmentavassa koulutuksessa.....	51
9. TOIVEITA KOULUTTAJILLE	52
9.1. Opiskelijoiden toiveita	52
9.2. Tukea jatko-opinnoissa	53
10. POHDINTA	55
LÄHTEET.....	59

JOHDANTO

Mielenterveyskuntoutujan kohtaamme yhä useammin opiskelijana. Opetushenkilöstö ei kuitenkaan ole saanut koulutuksessaan valmiuksia kohdata mielenterveyskuntoutujaa. Näin luki Eija Patrikaisen (2003,3) kehittämistehtävässä, jossa käsiteltiin ammatillista kuntoutusta ja mielenterveyskuntoutujan profiilia sekä mielenterveyskuntoutujan opiskelua kuntoutusmuotona.

Tavoitteena tälle työlleni on tuoda näkyville mielenterveyskuntoutujien tilannetta ja opiskelun arkea – lähinnä opintoihin valmentavan koulutuksen näkökulmasta. Perehdyin erilaisiin kehittämistehtäviin ja julkaisuihin, joita valmentavasta koulutuksesta tai mielenterveyskuntoutujista oli saatavilla. Erityisesti minuun vaikutti seuraava lause eräässä julkaisussa ”*Työyhteisömme tarvitsee myös heitä rikastuttamaan omalta osalta yhteisöämme (Patrikainen 2003, 39)*”.

Ovatko mielenterveyskuntoutajat tasavertaisia erityistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden joukossa? Vai ovatko he *heitä, joita meidänkin kouluumme on alkanut tulla?* Olen työskennellyt valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen vastuukouluttajana ja ollut käynnistämässä mielenterveyskuntoutujille opintoihin valmentavaa ja kuntouttavaa koulutusta paikkakunnalle, jossa sellaista ei ole aiemmin ollut. Olen tämän työni aikana saanut tutustua monenlaisiin elämäntarinoihin ja selviytymiskeinoihin, joiden avulla nuoret aikuiset ovat yrittäneet selviytyä elämässään eteenpäin kohti ammattitutkintoa tai työllistymistä. Joillakin heistä on ollut suoritettuna peruskoulun opinnot, jollakin toisella yliopistotutkinto. Jokainen heistä on ollut oma persoonansa omine vahvuuksineen ja omine kehittämisalueineen.

Tämä kehittämistyöni ei ole tieteelliseen tutkimukseen perustuva, vaan tämän avulla kokoan ajatuksiani ja näkemyksiäni mielenterveyskuntoutujien koulutuksesta. Lähteinä on mm. sekä traumakirjallisuutta että muutamia kehittämishankkeita, koska minusta oli mielenkiintoista tutustua erityisopettajiksi valmistuvien opettajien näkemyksiin opiskelijoiden tukemisesta.

Valmentava koulutus on yleistymässä ja mielenterveyskuntoutujat haluavat opiskella myös valmentavan koulutuksen jälkeen. Kaikki heistä eivät ole vielä valmentavan vuoden jälkeen siinä määrin kuntoutuneet (esim. saaneet itseluottamusta riittävästi takaisin), että selviytyisivät jatko-opinnoissaan ilman tukea (esimerkiksi ilman HOJKSia). Tukea saadakseen heidän olisi rohkaistuttava myös kertomaan vaikeuksistaan oppilaitoksessaan. Avun pyytämisen esteenä on usein pelko, ettei tule ymmärretyksi tai että tulee kuulluksi ainoastaan diagnoosina, ei opiskelijana tai ihmisenä.

Työssäni valmentavassa koulutuksessa olen myös tavannut opiskelijoita, jotka eivät uskalla hakea jatko-opintoihin ns. joustavalla haulla avoimesti, koska pelkäävät, ettei heitä valita opiskelijaksi, jos tieto mielenterveysongelmista tulee esille jo hakupaperissa.

Erityisopettaja kohtaa työssään erityistä tukea tarvitsevia oppilaita. Kaikki opiskelijat eivät rohkene kertoa opettajalle asioistaan, eikä se ole aina tarpeellistakaan. Silti sekä ammatillisten aineiden että erityisopettajien on syytä muistaa myös opiskelijoiden arjesta traumat, jotta he osaisivat suhtautua oikein opiskelijoiden vaikeuksiin.

Haluan tässä työssäni tuoda esille opiskelijoiden elämän varrella olleita traumoja ja niiden seurauksia. Otsikolla ”Traumat taakkoina” haluan konkretisoida sitä, että varsinkin käsittelemättömät traumat vievät keneltä tahansa opiskelijalta paljon energiaa.

Voisiko siis ammatillisella puolella tai ammattikorkeakoulussa olla tilaa mielenterveyskuntoutujalle HOJKS:n (= henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma) antamien mahdollisuuksien mukaan?. Ettei koulutus pysähtyisi kuntoutujan kohdalla opintoihin valmentavaan koulutukseen? Esittelen tässä työssäni myös näkemyksiäni aiheesta kuntoutujana opiskelemissa sekä mielenterveyskuntoutujien ajatuksia omasta opiskelupolustaan. Toivon, että tämä raportti omalta osaltaan toisi lisää ymmärrystä mielenterveyskuntoutujien koulutuspoluille eri oppilaitoksissa.

1. KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELYÄ

1.1. Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksessa on järjestetty mielenterveyskuntoutujille omana ryhmänä opintoihin valmentavaa ja kuntouttavaa koulutusta vuodesta 2000 lähtien. Olen itse työskennellyt vuodesta 2000 saakka mielenterveyskuntoutujien valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen vastuukouluttajana Jyväskylän toimipisteessä.

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus (=IJKK) on ammattiin valmistava ja ammatitaitoa täydentävä oppilaitos, jonka erityistehtävänä on vammaisten ja vajaakuntoisten erityisopetus. Koulutuskeskuksen tarjoamat opiskelumuodot sopivat erityisesti tuki- ja liikuntaelinvammaisille sekä myös muille erityisopetuksen tai erityisolosuhteiden tarpeessa oleville nuorille ja aikuisille. Koulutuskeskus on Invalidiliitto ry:n omistama valtakunnallinen oppilaitos

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus toimii myös ammatillisen erityisopetuksen kehittämis- ja palvelukeskuksena, joka tarjoaa asiantuntijapalveluita ammatillisille oppilaitoksille ja muille yhteistyötahoille. (www.ijkk.fi).

Koulutuksellinen tasa-arvo edellyttää, että jokaisella on erilaisista oppimisedellytyksistä riippumatta yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua ammatilliseen koulutukseen ja sijoittua koulutuksen jälkeen työhön ja yhteiskuntaan täysivaltaisena kansalaisena.

Erityisopetusta annetaan opiskelijalle, joka vamman, sairauden, kehityksen viivästymisen, tunne-elämän häiriön tai muun syyn vuoksi tarvitsee erityisiä opetus- tai opiskelijahuollollisia palveluja. Tarvittaessa kuntoutusta annetaan yhteistyössä kuntoutuspalvelujen tuottajien kanssa (www.ijkk.fi).

Ammatilliseen peruskoulutukseen valmentavaa opetusta ja ohjausta annetaan ns. Valmentava I –koulutuksessa, johon myös mielenterveyskuntoutujille tarkoitettu Me kuntoutujat -koulutus kuuluu.

Me kuntoutujat – eli Meku –koulutus on tarkoitettu mielenterveyskuntoutujalle, joka suunnittelee ammatillisten tai muiden opintojen aloittamista tai jatkamista ja on suorittanut vähintään peruskoulun. Koulutuksen tavoitteena on tukea opiskelijaa pyrki- myksissä aloittaa ammatillinen opiskelu tai jatkaa keskeytyneitä opintojaan.

(www.ijkk.fi).

IJKK:ssa on siis järjestetty Me kuntoutujat –koulutusta tammikuusta 2000 alkaen, Jyväskylän toimipisteessä elokuusta 2000 alkaen ja Tampereella yhteistyössä Tampereen aikuiskoulutuskeskuksen kanssa elokuusta 2005 alkaen. Olen itse ollut käynnistämässä Jyväskylän toimipisteeseen Me kuntoutujat –koulutusta ja ollut rakentamassa yhteistyöverkosta.

1.2. Erityistä tukea tarvitseva opiskelija

Kirjallisuudessa on käytetty termejä erityisoppilas, erilainen oppija, erityistä tukea tarvitseva oppilas. Opetushallituksen julkaisussa Opiskelijan arvioinnin opas ammatilliseen koulutukseen opetusneuvos Kaija Miettisen (2003, 95) mukaan lainsäädäntömme ei tunne erityisopiskelijan käsitettä. Laissa puhutaan erityisopetuksena annettavasta opetuksesta:

Vammaisuuden, sairauden, kehityksessä viivästymisen, tunne-elämän häiriön tai muun syyn vuoksi erityisiä opetus- tai oppilashuoltopalveluja tarvitsevien opiskelijoiden opetus annetaan erityisopetuksena. Opiskelijalle tulee laatia henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma (L 630/98 §20).

Erityisen mielenkiintoinen asia Kaija Miettisen artikkelissa on maininta, jonka mukaan käytännön tasolla erityisopetusta saavien opiskelijoiden määrittelykriteerit ja –prosessit sekä erityisopetuksen järjestäminen ovat koulutuksen järjestäjän päätettävissä.

Koulutuksen järjestäjän tulee laatia erityisopetuksen suunnitelma, josta näkyy koulutuksen järjestäjän linjaamat ja hyväksymät erityisopetuksen periaatteet: tavoitteet, toteutus, opetusmenetelmät, tuki- ja erityispalvelut, asiantuntijapalvelu, yhteistyötahot ja vastuut. (Miettinen 2003,95).

Laissa ei tarkenneta erityisopetuksen käsitettä. Siihen on kuitenkin ohjeistusta:

Koulutuksen järjestäjän velvollisuutena on määritellä yhdessä asiantuntijoiden kanssa, miten sekä millä menetelmillä, välineillä ja metodeilla erityisopetus toteutetaan. Nämä asiat kirjataan koulutuksen järjestäjän opetussuunnitelmassa ja konkretisoidaan yksittäisen opiskelijan henkilökohtaisessa opetuksen järjestämistä koskevassa suunnitelmassa (=HOJKS). Erityisopetus on aina opiskelijan vahvuuksiin perustuvaa opetusta ja se on jokaisella opiskelijalla erilaista. Siinä tulee syvällisesti paneutua yksittäisen opiskelijan oppimisprosessiin ja oppimisympäristön järjestämiseen, niin että se tulee oppimista. (Miettinen 2003, 95-97).

Siis opiskelijalle, jonka opetus toteutetaan erityisopetuksena, tehdään HOJKS, joka puolestaan sisältää henkilökohtaisen opetussuunnitelman (HOPS). Siihen kirjataan yhdessä opiskelijan kanssa hänen tavoitteensa sekä hänen tarvitsemansa tukipalvelut. Erityisopetuksen peruste voi olla esimerkiksi vaikea liikuntavamma, kehityksen viivästyminen, vaikeat oppimisvaikeudet, vaikea sosiaalinen sopeutumattomuus, mielenterveyden ongelmat, päihdeongelmat, kuulo- tai näkövamma, sairaudet. Muita syitä erityisopetukselle voivat olla esimerkiksi vaikeat sosiaaliset ongelmat tai vaikea päihdeongelma ja niistä aiheutuvat elämänhallinnan vaikeudet. Muuten ns. muu on tulkinnanvarainen ja jää viime kädessä koulutuksen järjestäjän määriteltäväksi. (Miettinen 2003, 96).

Mielestäni esimerkiksi mielenterveysongelmista kärsivät tai niistä toipuvat sekä päihdeongelmaiset ovat hiukan heikossa asemassa hakeutuessaan jatko-opintoihin. Voiko koulutuksen järjestäjä omilla kriteereillään rajat heidät valintakokouksissa jäämään koulutuksen ulkopuolelle? Koulutuksen järjestäjällä on erityisen paljon valtaa sekä valintakriteereiden suhteen että myös erityisopetuksen tarjottavan yksilöllisen tuen suhteen. Opetusneuvos Kaija Miettinen antaa erittäin laajan skaalan erityisopetuksen toteuttamiseen, joten eikö koulutuksen järjestäjien tulisi tarttua niihin, jotta koulutuksesta syrjäytyneiden määrä vähenisi maassamme?

Opetusneuvos Kaija Miettinen tiivistää (2003, 97) ohjeistuksensa ”*yksinkertaistettuna erityisopetuksen voitaisiin sanoa olevan erityisen hyvää, opiskelijan yksilölliset tarpeet huomioivaa opetusta, luovaa suhtautumista ja paneutumista opiskelijan oppimisen tukemiseen.*”

Kuinka moni koulutuksen järjestäjä ottaa syvällisesti huomioon opiskelijan yksilölliset tarpeet? Esimerkiksi opetusneuvoksen mainitsemien vaikeiden päihdeongelmien kohdalla? Tai mielenterveysongelmistaan kuntoutuvien opiskelijoiden kohdalla? Kuinka moni koulutuksen järjestäjä kohdistaa resurssejaan em. opiskelijoihin tai heidän tarvitsemiinsa tukitoimiin? Pidetäänkö riittävästi esimerkiksi verkostopalavereita, jotta tukeminen ja vastuut selvitettäisiin heti opintojen alkuvaiheessa yhdessä opiskelijan kanssa?

Erityisen mielenkiintoista opetusneuvos Miettisen ohjeissa on erityisopetuksen suhde mukautettuun opetukseen. Hänen mukaansa erityisopiskelijaksi nimetyn ei tarvit-

se opiskella mukautettujen tavoitteiden mukaisesti, koska erityisen tuen tarve voi olla muualla kuin oppimisessa. Hänen mielestään mukautettujen tavoitteiden mukaisesti opiskelevaa ei kutsuta erityisopetusta saavaksi opiskelijaksi, ellei hän tarvitse tai saa mitään ylimääräisiä palveluja. (Miettinen 2003, 97).

Markku Jahnukainen korostaa (2003, 255) erityisopetuksen elämänkaarellisuutta, joka korostuu koulutusuran nivelvaiheissa eli siirtymien suunnittelussa. Erityisopetus on luonteeltaan pitkäaikaista kuntoutuksellista kasvatusta, jossa pitkän aikavälin tavoitteet pyritään pilkkomaan sopiviksi lyhyen aikavälin tavoitteiksi. Nivelvaiheissa usein sekä fyysinen että sosiaalinen oppimisympäristö muuttuvat, ihmissuhteet saattavat päättyä ja uusien vuorovaikutussuhteiden rakentaminen alkaa. Myös koulutuksen kulttuurissa voi tulla muutoksia, jotka hämmentävät opiskelijaa. Opiskelijalle tulisi tarjota tukea ja yhteistyötä uuden oppilaitoksen kanssa jatkaa niin kauan kuin kiinnittyminen uuteen oppilaitokseen on tapahtunut.

Jahnukainen (2003, 262) muistuttaa myös siitä, että useinkaan kompastuskiviksi eivät tule ns. akateemiset taidot, vaan puutteelliset ei-akateemiset taidot kuten esimerkiksi avun pyytäminen, kommunikointi ja vuorovaikutteinen kommunikaatio opettajien ja opiskelijoiden välillä, pulmatilanteiden ratkaisu, uskallus ja kyky esittää omia mielipiteitä ja ideoita. Työelämään tai jatko-opintoihin siirtymisvaiheessa voi tulla vaikeuksia itsenäiseen asumiseen, ajankäyttöön tai raha-asioiden käyttöön liittyvissä asioissa.

1.3. Mielen terveystuntoutuja

Eija Mattilan tutkimuksessa (2002, 10) mielen kuntoutuja -käsitteellä tarkoitetaan mielen terveystuntoutujaa, joka on ollut psykiatrisen sairaalan pitkäaikaispotilas pääasiassa diagnoosilla skitsofrenia. Mattilan tutkimuksessa olevat asuivat yksityisessä palvelu- tai hoitokodissa. Yleensä kun potilas on ollut kolme kuukautta sairaalassa, hänestä tehdään pitkäaikaishoitopäätös, jos hoidon arvellaan edelleen jatkuvan. (Mattila 2002, 10). Eija Mattila käyttää mielen kuntoutuja -käsitettään termin lyhyden vuoksi ja myös siksi, että se viittaa mielen sisältöön, jota hän tutki.

Kuntoutuja on Jari Koskisuun mukaan (2004, 12) tavoitteellinen, omia pyrkimyksiään ja tarkoituksensa toteuttava toimija, joka pyrkii tulkitsemaan, ymmärtämään ja

suunnittelemaan omaa elämäänsä ja sen perustaa. Käsitys kuntoutujasta on muuttumassa kuntoutuspalveluiden kohteesta aktiiviseksi toimijaksi.

Erityisammattioppilaitoksessa määritellään kuntoutujan käsitettä koulutuksen kohderyhmää täsmennettäessä. Esimerkiksi Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksen Me kuntoutujat –koulutuksen kohderyhmänä ovat mielenterveyskuntoutujat, joiden kuntoutuminen on edennyt vaiheeseen, jolloin he pystyvät osallistumaan säännölliseen ja pitkäjänteiseen opiskeluun. Lisäksi he pystyvät suunnittelemaan ammatillista tulevaisuuttaan koulun moniammatillisen tiimin avulla (Me kuntoutujat –koulutuksen Opetussuunnitelma, IJKK).

1.4. Mielenterveyskuntoutus

Lainsäädännössä kuntoutuksella tarkoitetaan yleensä toimenpiteitä, joilla pyritään edistämään vajaakuntoisten tai vammaisen henkilön työssä suoriutumista, työhön paluuta, sosiaalista toimintaa ja mahdollisimman hyvää omatoimista suoriutumista. Kuntoutus voi olla kasvatuksellista, lääkinnällistä, ammatillista tai sosiaalista. Mielenterveyskuntoutuksen kannalta tärkeää on se, että lainsäädäntö ei rajaa mielenterveysongelmaisia erilliseksi ryhmäksi, vaan heillä on samat, yhtäläiset oikeudet kuntoutuspalveluiden käyttöön kuin muillakin vamma – tai sairausryhmällä, tai kuten muillakin suomalaisilla. (Koskisuu 2004, 32).

Jari Koskisuun mielestä (2004, 38) kuntoutus kaikissa muodoissaan on läheisempää sukua koulutukselle ja oppimiselle kuin hoidolle ja toipumiselle.

Mielenterveyskuntoutuksen menetelmät ovat Eija Mattilan mukaan (2002, 13) vaihdelleet työterapiasta yhteisölliseen toimintatapaan ja behavioristisesti suuntautuneen sosiaalisen oppimisen malliin. Hänen mukaansa mielenterveyskuntoutus muistuttaa läheisesti psykoterapian ja ohjauksen ideaa. Eija Mattila käyttää tutkimuksessaan ohjaavan kuntoutuksen käsitettä, joka edellyttää ihmisen kognitiivisen ja emotionaalisen eheyttämisen vakuuttavaa kytkemistä toiminnallisuuteen.

Ohjaavan kuntoutuksen käsitteen Mattila tiivistää (2002, 203) seuraavasti:

Ohjaavalla kuntoutuksella tarkoitetaan kokemusperäiseen ohjaukseen (counselling) perustuvaa, asiakkaan kuntoutumista tukevaa ja edistävää, sosiaalista ja kommunikatiivista toimintaa. Kuntoutumisen ohjaaja on asiakkaan kumppani, joka tuntee eettistä vastuuta asiakkaastaan.

Hän luottaa asiakkaansa asiantuntemukseen ja kehittymiseen. Hän tekee ohjauksellisia interventioita tunnistaakseen ja hyödyntääkseen asiakkaansa voimavaroja ja osoittaakseen hänen oppimistaan. Hän auttaa asiakasta vahvistumaan ja voimaantumaan. Kokemusperäisen ohjauksen ja kokemustiedon myötä kuntoutumisen ohjaaja myös itse kasvaa ja kehittyy.

Eija Mattila mainitsee tutkimuksessaan, että myös mielen kuntoutujien opiskelun mahdollisuutta tulisi lisätä selvittämällä heille tarkoitettuja koulutusohjelmia (kuntoutuja-curriculum) ja kouluttajatahoja. Näin voitaisi mahdollisesti lisätä mielen kuntoutujan arvokkuuden, toimeliaisuuden ja elämän tarkoituksellisuuden kokemusta. (Mattila 2002, 219).

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksessa oli vuonna 2001 Mielikki-projekti, jonka aikana Eija Mattilan ohjauksessa laadittiin valtakunnallinen opetussuunnitelma mielenterveyskuntoutujien valmentavaan ja kuntouttavaan koulutukseen. Projektin puitteissa järjestettiin myös seminaareja, joissa esiteltiin opetussuunnitelmaa.

Jari Koskisuun mukaan (2004, 10) se, mitä ymmärretään mielenterveyskuntoutuksella, muuttuu ajan, kulttuurin ja yhteiskunnan mukaan. Hänen mukaansa mielenterveyskuntoutuksen liittyviä keskeisiä käsitteitä ovat elämänhallinta, elämänprojektit, yhteisön jäsenyys, suunnitelmallisuus, monialaisuus sekä yhteistyösuhde ja kuntoutujan asiantuntijuus.

Elämänhallintaan liittyy itsenäisyyden ja omatoimisuuden käsitteet sekä ajatus itsenäisestä päätäntävällästä omassa arjessa (miten haluaa elää ja mitä haluaa tehdä). Mielenterveyskuntoutujille sairaus on voinut viedä kokemuksen tai varmuuden omista kyvyistä ja siitä, että omalla toiminnalla voi vaikuttaa omaan tilanteeseen. (Koskisu 2004, 14).

Elämäprojekteilla tarkoitetaan yksilön omaa elämää koskevia suunnitelmia, päämääriä ja niihin tähtäävää toimintaa. Mielenterveyskuntoutujien kohdalla ongelmana on usein tavoitteiden tai paremminkin näköalojen puute. Henkilökohtaiset tavoitteet perustuvat unelmiin ja muutos kenen tahansa elämässä alkaa unelmista, haaveista ja toiveista. Kuntoutujan usko omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin voi olla puutteellinen, tulevaisuutta voi olla vaikea hahmottaa tai oireilu estää ja vaikeuttaa tavoitteellista ajattelua. Kuntoutuksen tavoitteena tulee olla kuntoutujan haaveiden ja unelmien

sekä tavoitteiden löytäminen. Kuntoutumisvalmiuden käsitteellä tarkoitetaan henkilön kykyä asettaa omaa elämäänsä koskevia kuntoutumistavoitteita. (Koskisu 2004, 15-16).

Yhteisön jäsenyyteen kuuluu roolikuntoutuminen. Sairastumisen myötä saattaa tapahtua syrjäytymistä tärkeistä rooleista (opiskelijan, puolison, työntekijän, harrastajan roolit), mikä saattaa lisätä toivottomuutta, näköalattomuutta, ulkopuolella oleminen tunnetta, kokemusta kelpaamattomuudesta ja erilaisuudesta. Tällöin kuntoutuksen tavoitteena tulee olla yksilön kyky toimia menestyksellisesti tärkeinä pitämissään rooleissa ja ympäristöissä, jotka hän on itse valinnut. (Koskisu 2004, 18-19).

Suunnitelmallisuuden ja tavoitteellisuuden periaatteet eivät toteudu Koskisuun mukaan (2004, 19-20) suomalaisessa mielenterveystyössä, eivätkä kaikki kuntoutujat tiedä, onko heille tehty kuntoutussuunnitelmia. Suunnitelmat tulisi tehdä yhdessä kuntoutujan kanssa ja kuntoutustyöntekijän tulisi tukea kuntoutujaa löytämään tavoitteet ja keinot oman työskentelynsä avulla, eikä ennakkorajauksien, oletuksien tai tulkintojen avulla.

Mielenterveydellisistä syistä aiheutuvien sairauslomien ja varhaisen eläkkeelle jäämisen määrä on kasvanut Suomessa ja lisännyt kuntoutuksen tarvetta. Kuntoutuksen sairauskäsityksen laajenemisella tarkoitetaan sitä, että yhä useammat erilaiset häiriöt tai tilat (esim. mielialahäiriöt, pitkittyneet elämänkriisit, työkyvyn menettämisen uhka tai työuupumus) katsotaan kuntoutuksen perustaksi. Kuntoutukseen aiemmin alun perin skitsofreniaa sairastaville luotu olemassa oleva erityispalvelujärjestelmä päivä-, toiminta- ja työkeskuksineen sekä asumispalveluineen joutuu kohtaamaan ja ottamaan vastaan yhä erilaisemmista häiriöistä kärsiviä ihmisiä. (Koskisu 2004, 33).

Ovatko työntekijät saaneet riittävästi koulutusta kuntoutuksen piirissä tapahtuneita muutoksia varten? Vai kohdellaanko kaikkia kuntoutujia entisten käytänteiden mukaisesti? Ohjataanko esimerkiksi opiskelemaan? Mielenterveyden keskusliitossa Mika Vuorela teki selvityksen mielenterveystoimistojen toiminnasta. Sen mukaan opintoihin ohjaus oli vähäistä.

1.5. Ammatillinen kuntoutus

Opintoihin valmentava ja kuntouttava koulutus pyritään oppilaitoksessamme (IJKK) saamaan kuntoutuvalle opiskelijalle osana hänen ammatillista kuntoutustaan, jolloin kuntoutusneuvoja ja ryhmän vastuukouluttaja ohjaavat opiskelijaa hakemaan esimerkiksi Kelalta koulutuksen ammatillisena kuntoutuksena.

Sosiaali- ja terveysministeriön mukaan ammatillisen kuntoutuksen tarkoituksena on parantaa tai ylläpitää kuntoutujan työkykyä ja ansiomahdollisuuksia. Ammatillinen kuntoutus voi olla ammatinvalinnanohjausta, kuntoutustukimusta, työ- ja koulutuskokeiluja, työhönvalmennusta, ammatillista ja muuta koulutusta, työvoimaneuvontaa ja työhönsijoitusta, elinkeinotukea sekä työhön tai opiskeluun liittyvät apuvälineitä ja työolosuhteiden järjestelytukea (www.stm.fi Tiedote 28.7.2005).

Ammatillista kuntoutusta järjestävät työvoimaviranomaiset, Kansaneläkelaitos, tapaturma- ja liikennevakuutus, työeläkevakuutus sekä ammatilliset oppilaitokset. Kuntoutuksen aikainen toimeentuloturva suuruus ja ehdot vaihtelevat (www.stm.fi) Mielenterveyden keskusliitto informoi omilla kotisivuillaan kuntoutujia seuraavasti (www.mtkl.fi):

Ammatillista kuntoutusta voi hakea lähinnä omasta työeläkelaitoksesta, työvoimatoimistosta ja Kelasta. Kaikilla näillä tahoilla on käytössään samat kuntoutusmenetelmät.

Kuntoutukseen hakevan kannalta taloudellisesti paras vaihtoehto on oma työeläkelaitos. Yleensä työeläkelaitokset eivät kuntouta useita vuosia työelämästä poissa olleita, mutta poikkeuksiakin tehdään. Työvoimahallinto kuntouttaa lähinnä työttömiä, työttömyysuhan alaisia ja ammattia vaihtavia, Kela puolestaan vaikeavammaisia sekä henkilöitä, joiden "työ- ja ansiokyky on vamman tai sairauden vuoksi oleellisesti heikentynyt".

Vammaisuus ja vajaakuntoisuus arvioidaan aina yksilöllisesti. Tällöin otetaan huomioon henkilön työn ja toimintakyvyn asettamat vaatimukset, hänen elämäntilanteensa, kuntoutusmotivaatio, edellytykset kuntoutua sekä käytettävissä olevat kuntoutusmahdollisuudet. Tuoreet lääketieteelliset tiedot ja tutkimustulokset ovat tarpeen toiminta- ja työkykyä alentavien seikkojen arvioimiseksi.

Kelan järjestämä vajaakuntoisten ammatillinen kuntoutus sisältää mm.

- kuntoutustarvetta ja -mahdollisuuksia selvittäviä tutkimuksia
- työ- ja koulutuskokeiluja
- työlinikassa tai vastaavassa laitoksessa tai erityisestä syystä henkilökohtaisena palveluna annettavaa työhön valmennusta
- perus-, jatko- ja uudelleen koulutusta, joka mahdollistaa sairauden, vian tai vamman rajoitukset huomioon ottaen sopivan ammatin tai työn (myös tällaisen koulutuksen suorittamiseksi välttämätön yleissivistävä koulutus ja valmennus kuuluvat kuntoutukseen)
- vaikeavammaiselle työhön tai opiskeluun tarpeellisia apuvälineitä
- avustusta tai korotonta lainaa elinkeinon tai ammatinharjoittamisen tukemiseksi työvälineiden ja työkoneiden hankkimista varten ja oman yrityksen perustamista ja muuttamista varten.

KELA (kansaneläkelaitos) järjestää ja korvaa ammatillista kuntoutusta vajaakuntoiselle, jonka työkyvyn ja ansiomahdollisuuksien arvioidaan sairauden tai vamman vuoksi olennaisesti heikentyneen tai jolle sairaus, vika tai vamma todennäköisesti aiheuttaa uhkan tulla työkyvyttömäksi (www.kela.fi):

Tarkoituksenmukaisella ammatillisella kuntoutuksella pyritään säilyttämään tai parantamaan työ- ja ansiokykyä. Tavoitteena on edistää hakijan selviytymistä työelämässä tai tukea työelämään pääsyä tai sinne paluuta.

Kela järjestää ammatillisena kuntoutuksena:

- kuntoutustarvetta ja -mahdollisuuksia selvittäviä tutkimuksia
- työ- ja koulutuskokeiluja
- ammatillista koulutusta
- ammatillisen koulutuksen vuoksi välttämätöntä yleissivistävää koulutusta
- työhönvalmennusta
- työkykyä ylläpitävää ja parantavaa valmennusta (Tyk)
- ammatillisia kuntoutuskursseja
- elinkeinotukea yritystoimintaan
- vaikeavammaisille teknisesti vaativia apuvälineitä työhön ja opiskeluun sekä muuta opiskelun tai työn takia välttämätöntä kuntoutusta.

Jos ammatillista kuntoutusta järjestää työeläkelaitos tai työhallinto, ei samaan kuntoutukseen ole mahdollista saada tukea Kelan kuntoutuksena. Työelämässä olevien

ja pidempään työskennelleiden (n. 5 vuotta) vajaakuntoisten ammatillisen kuntoutuksen ensisijaisena järjestäjätahona ovat työeläkelaitokset.

Näin siis ohjeistavat Kansaneläkelaitos ja Mielenterveyden keskusliitto. On muistettava, että jokainen hakemus käsitellään yksilöllisesti. Kuntoutuspäätös riippuu sekä lähettävän lääkärin lausunnosta että Kelan asiantuntijalääkäristä.

1.6. Psyykinen trauma

Psyykinen trauma on määritelty voimakkaaksi tapahtumaksi ihmisen elämässä, johon yksilö ei pysty tarkoituksenmukaisella tavalla vastaamaan ja jolla on voimakas, äkillinen ja pitkään jatkuva vaikutus yksilön elämään. Traumalle on ominaista äärimmäisen voimakkaiden ärsykkeiden tulva, joka ylittää yksilön sietokyvyn. (Saari 2000, 15-17).

Jotta määritelmä tulisi konkreettisemmaksi, kokosin tilastokeskuksen tilastoja, joiden avulla asiat tulevat lähemmäksi arkeamme.

Äkillisten traumaattisten tapahtumien määrä Suomessa vuonna 2003:

kaikki rikokset	758 088
rikoslakirikokset	535 896
pahoinpitelyrikokset	28 676
raiskaukset	568
ryöstörikokset	2 000
rattijuopumukset	24 691
tapot, murhat, surmat	101
liikennerikkomukset	203 937
onnettomuuksissa loukkaantuneita	8 313
onnettomuuksissa kuolleita	6 277

Lähde: Tilastokeskuksen liikennetilastot. Tietoja myös [StatFin-tilastopalvelusta](http://statfin.stat.fi) Internetissä osoitteessa statfin.stat.fi

Tilastokeskuksen mukaan itsemurhien määrä on jatkuvasti vähentynyt. Itsemurhia tehtiin vuonna 2003 ennätysellisen vähän. Viime vuonna itsemurhan teki 687 työikäistä miestä ja 210 naista sekä eläkeiässä 171 henkilöä. Nuoria, alle 20-vuotiaita, oli itsemurhan tehneistä 52, joista valtaosa eli 41 oli miehiä.

Halusin koota edellä olevat tilastot esimerkiksi siitä, miten paljon kaikkea tapahtuu ympärillämme. Jos lisäämme em. lukuihin tilastoissa olevan yksilön läheisten määrän, traumatisoituneiden henkilöiden lukumäärät nousevat niin suuriksi, että myös koulumaailmassa tulisi tiedostaa traumojen merkitys opiskelijoiden mielenterveydelle ja opintojen edistymiselle. Kaikki henkilöt eivät koe traumoja samalla tavalla ja monet selviytyvät eteenpäin arjessaan. Liian monet saavat niistä kuitenkin pitkäkestoisia psyykkisiä vaurioita. Traumoja eivät todellakaan pelkästään suuret, koko valtiota tai maapallon koskevat tapahtumat, vaan myös lähellä olevat ja arjessa tapahtuvat kipeät asiat.

Pitkissä psykoterapioissa on saatu näkökulma siihen, miten laajalti, syvästi ja monimuotoisesti käsittelemättömät traumat vaikuttavat ihmiselämään, pahimmillaan myös seuraavaan ja sitä seuraavaan sukupolveen. Useimmat niistä jäävät piiloon pienien sanomalehtiotsikoiden tai kuolinilmoitusten alle: liikenneonnettomuus, työtapaturma, tulipalo, perheväkivalta, raiskaus ja muut rikokset, pedofilia, inesti. osassa traumoja salaaminen ja häpeä kuuluu oleellisesti traumatisoivan kokemuksen luonteeseen ja tuottaa psyykkistä lisätaakkaa (Haaramo – Palonen 2002, 7-9).

Minulle itselleni oli aikamoinen järkytys kuulla Helsingin traumaterapiakeskuksen järjestämässä Dissosiaatiokoulutuksessa Anne Suokas-Cunliffen kertovan, että henkilöllä saattaa olla takanaan seitsemän (=7) erilaista diagnoosia, ennen kuin todetaan, että hänellä onkin dissosiaatiohäiriö. Em. asiahan tarkoittaa, että hän on kenties myös joutunut käyttämään seitsemään erilaiseen sairauteen määrättyjä lääkkeitä, ennen kuin löytyy oikea diagnoosi. Entäs turhien lääkkeiden sivuvaikutukset! Salli Saaren mukaan (2000, 148) dissosiaatio liittyy psyykkiseen sokkiin, jolloin koetaan, että tapahtuma ei tapahdu itselle. Tällaista kokemusta on vaikea käsitellä psyykkisesti, koska sitä ei koeta omaksi. Keho kuitenkin muistaa tapahtuneen, joten jos tapahtuma jää kokonaan käsittelemättä, kehon muistin vaikutukset ilmenevät myöhemmin käsittämättöminä reaktioina ja tunteina.

Anne Suokas-Cunliffen mukaan (2002,) traumaattisten tapahtumien vaikutuksesta yksilöön on tiedetty jo sata vuotta. Hän kuvailee asiaa näin kirjassa *Matkalla eheäksi ja eläväksi*:

Ylivoimainen traumaattinen tilanne vaikuttaa yksilöön monella eri tasolla. Se muuttaa yksilön aivotoimintaa, integraatiokykyä, muistia ja kehon toimintaa. Traumaattinen kokemus on myös sellaisten laaja-alaisten somaattisten oireiden taustalla, jolle ei löydy lääketieteellistä selitystä.

Onnistuneen traumaattisen tilanteen käsittelyn jälkeen mielikuvat prosessoituvat ja vakava tilanne muuttuu tapahtumaksi muiden tapahtumien joukossa. Jos tilanne on liian stressaava, traumaattiset tunkeutuvat mielikuvat voivat alkaa elää omaa elämäänsä prosessoitumatta ja yksilö joutuu käyttämään suuren osa voimavaroistaan selvitäkseen pelottavien mieleen tunkeutuvien traumamuistojensa kanssa – erityisesti näin käy lapsuudessaan voimakkaasti traumatisoituneille.

Jos lapsi joutuu sietämättömän kauhun tilaan, josta ei ole ulospääsyä (esim. perheväkivalta, insesti), hän voi siirtyä itsensä ulkopuolelle ja kokea, että tapahtuma ei todellakaan tapahtunutkaan hänelle, vaan jollekin toiselle. Dissosiaatio on häiriö ajatusten, tunteiden ja muistojen integraatiossa, jolloin traumaan liittyvät tunteet ja muistot on eristetty tietoisuudesta. Oireet voivat olla monenlaisia ja niitä on vaikea tunnistaa.

Siis lapsuudessa dissosiaatio on selviytymiskeino liian vaikeissa tilanteissa. Aikuisella dissosiaatio voi viedä toimintakyvyn, joten olisi erittäin tärkeää saada dissosioiva aikuinen hakemaan apua itselleen traumoihin erikoistuneelta hoitohenkilöstöltä.

2. ERILAINEN KOULUTIE

2.1. Mielenterveyskuntoutujan muistelmia koulutieltään

Mielenterveyden keskusliiton hallituksen nykyinen varapuheenjohtaja Leena Raitanen on kuvaillut mielenterveyskuntoutujien kokemuksia hyvin koskettavalla tavalla. Hänen runojensa äärelle kannattaa pysähtyä ja peilata niitä itse kunkin omaan rooliinsa – joko opettajana, erityisopettajana tai lähimmäisenä. Esimerkiksi runossaan *Pieni tyttö* hän kuvailee pienen koululaisen kokemuksia hänen siirryttyä pienestä koulusta suuren kaupungin kouluun seuraavasti:

Pieni tyttö

*koulurakennuksen kolmannessa kerroksessa
keskellä vierasta kaupunkia
eksyksiin joutumassa*

Sisältä päin vielä pienempi kuin ulkoa.

*Ja maailma rajattoman suurena
silmien sisäpuolella avaruuksiin asti autiona.*

*Opettajat kopsuttelevat korkokengissään
hiukset tyylikkäästi muodin pinnalla
ulkopuolella tytön ja avaruuden.*

*Eksynyt on kadotettu
mennyt, eikä osaa takaisin
jäänyt, eikä kukaan tule hakemaan.*

*Taululla murtolukuja, desimaaleja
äksää ja yytä potenssiin.*

Viisaiden aikuisten älyä.

*Preesensejä, imperfektejä, pluskvamperfektejä.
Verbaalia lahjakkuutta.*

*Hirvittävän paljon tietoa
opittavaksi, muistettavaksi.*

*Pieni tyttö odotti halaajaa
hiusten silittäjää
itkun vastaanottavaa olkapäätä.*

Hän oli menettänyt kotinsa ja isänsä.

Mutta opettajat eivät osanneet lukea oppilaidensa sydämiä

Pieni tyttö jäi pieneksi.

*Kukaan ei huomannut.
(Raitanen 2001)*

Pienellä työllä elämässään jo kaksi isoa traumaa – kodin ja isän menetys – kun ne jätettiin hoitamatta, koulu ja opettajat saivat aikaan seuraavan suuren trauman. Yksinjääminen vieraan kaupungin suuressa koulussa. Olisiko joku voinut tehdä jotakin? Pysähtyä kuuntelemaan?

Kuinka paljon em. runossa mainittuja tyttöjä kulkee koulutietään ilman, että kukaan huomaa heidän taakkaansa? Tai kuinka moni tyttö tai poika ottaa häirikön roolin ja toivoo, että joku sitä kautta huomaa hänen pahan olonsa. Ei uskalla pyytää apua. Tai joku hiljenee omaan maailmaansa, pakenee mielikuvitusmatkoihinsa ja eristäytyy toisista kenties saadakseen vuosien kuluttua diagnoosin skitsofrenia?

2.2. Nuori koululainen - yksinkö?

Yhteiskunnassamme on aina ollut nuoria, joilla menee hyvin ja jotka pärjäävät. On myös nuoria, jotka joutuvat selviytymään ilman aikuisten tukea. Toimittaja Aino Su-

hola vieraili oppilaitoksessamme kertomassa työstään ja ihmisenä olemisesta. Hän kertoi kansanedustajan työtehtävissään kuulleensa nuorten vankien elämäntarinoita. Aino Suhola oli kysynyt nuorilta vangeilta, miksi kaljakassista tuli heidän suojelusenkelinsä jo 10-vuotiaana. Nuoret miehet olivat vastanneet, että heillä ei ollut ketään, joka olisi välittänyt tai kysynyt, mitä sulle kuuluu. Siis Ei ketään. Voisiko sanoa ”heitteille jätetyt nuoret”, joilla ainoa välittävä omainen on todella ollut viranomainen?

Yksinjäämisen teema tulee esille myös mielenterveyskuntoutujien valmentavassa ja kuntouttavassa koulutuksessa. Kipeitä yksinjäämisiä, kiusaamis- tai hyväksikäyttökertomuksia. Lähellä olleilla aikuisilla on ollut erilaisista syistä voimat vähissä tai omia mielenterveys- tai päihdeongelmia tai niitä läheisiä aikuisia ei ole ollut. Pieni koululainen on saanut selviytyä yksin tai jopa huolehtinut niistä läheisistä aikuisista tai sisaruksistaan. Jossain vaiheessa kuormaa on tullut liikaa ja koululainen on itse sairastunut. Joskus sairastuminen on tapahtunut pikkuhiljaa, jolloin lähellä olevat eivät ole osanneet tukea riittävästi tai ohjata hoitoon ajoissa.

Nuoren ihmisen opintien katkeaminen vie lähes aina voimia sekä nuorelta itseltään että hänen läheisiltään. Saattaa olla, että nuori on lähipiirissään ensimmäinen, joka ei jaksa suorittaa opintojaan tai ei suoriudu työssään, vaan sairastuu. Vielä nykyään mielenterveysongelmat ovat niin kipeitä asioita, ettei niihin monikaan rohkene hakea apua riittävän ajoissa.

Opintojen keskeytymiseen nuori saattaa antaa muita selityksiä – ei kiinnostusta, ei ole minunalani tms. Taustalla saattaa kuitenkin olla vanhojen traumojen myötä nousseita painajaisia, tunnistamatta jääneitä oppimisvaikeuksia tai ryhmätilanteissa esille tulevia paniikkikohtauksia tms. Tai sitten nuori on saattanut oireilla kauemmin, eikä jaksa olla isoissa ryhmissä, vaan alkaa eristäytyä. Tai pikkuhiljaa hiipinyt masennus vie kaiken energian – ei jaksa lähteä kämpästä ulos. Tai on jäänyt riippuvuuskoukuun – kuka mihinkin – ja se vie voimat. Koulunkäynti tai opiskelu tuntuu turhalta. Kun tilanne jatkuu, eikä kukaan kysele perään, oireet pahenee. Ellei oppilaitoksessa ole riittävästi opiskelijahuoltohenkilöstöä, tällaisessa tilanteessa nuori saattaa jäädä pois koulusta ja keskeyttää opintonsa, eikä kukaan ole ohjaamassa häntä esimerkiksi psykiatriseen hoitoon.

Olisi erittäin tärkeää, että nuorella olisi joku pysyvä hoitokontakti tai tukihenkilö, jonka kanssa hän voisi vaikeita asioitaan käsitellä. Pirkko Turpeinen korostaa kirjassaan (2004) hoidon jatkuvuuden merkitystä. Kun nuori kertoo elämäntarinansa, siihen liittyvät ihmiset, asiat ja vaikeudet, on tuo tarina ainutkertainen aarre. Jos nuoren saama apu on sellaista, että nuori joutuu kertomaan tarinansa – joka on prosessi – yhä uudelleen aina eri ihmisille, hän saattaa sulkeutua. Tarina muuttuu vähitellen ikään kuin mekaaniseksi tavaraksi, jonka nuori antaa yhä pelkistetympänä ja lyhennetympänä tuotteena sitä haluaville. Nuori lakkaa tarjoamasta ”tarvitsevaa itseään” ja suostuu tuon ”tarinatavaran” kantajaksi.

Suurin osa peruskoulun jälkeisen koulutuksen opiskelijoista on juuri aikuistumassa olevia nuoria. Nuorisoasteen ammatillinen koulutus päättyy yleensä samaan aikaan kuin on ajankohtainen siirtymä nuoruudesta aikuisuuteen, yksi elämänkaaren tärkeimmistä siirtymistä. Nuori siirtyy aikuisen rooliin astumalla työelämään, itsenäistymällä fyysisesti, psyykkisesti ja taloudellisesti sekä ottamalla entistä selkeämmin vastuuta omasta elämästä (Mänty 2003, 74). Jos tässä itsenäistymisvaiheessa ilmenee rankkoja mielenterveysongelmia, nuori tarvitsee ehdottomasti aikuisten apua.

3. TRAUMAT TAAKKOINA KOULUTIELLÄ

3.1. Psyykkiset traumat ja sairastuminen oppilaan kriisinä

Jokainen erämaavaelluksella ollut tietää, että reppuun kannattaa pakata vain välttämättömät tavarat. Kaikki turha on jätettävä pois. Viimeistään erämaassa huomaa, mikä kaikki olikaan tarpeetonta ja mikä todella tarpeellista. Samanlaista turhaa painolastia voimme kantaa elämässämme. Vedämme negatiivisten tunteiden kivirekeä perässämme, kunnes eräänä päivänä jokainen asia tuntuu painostavan raskaalta. Tunnetaakka voi olla peräisin myös itsestämme. Mitä ankarampia olemme itsellemme, sitä helpommin meille kerääntyy syytöksiä niskaamme (Dunderfelt 2002, 136-137).

Oiva Ikosen ja Pirkko Holopaisen mukaan (2001, 27) jokaisen yksilön tulee kokea kuuluvansa lähiyhteisönsä, kotiin, kouluun ja vertaisryhmäänsä. Sosiaalinen hyvinvointi on heidän mukaansa tärkein oppimisen voimavara.

Entäs jos em. hyvinvointia ei ole? Eräs henkilö kertoi äitinsä hylänneen hänet jo kohdussa. Kun hän syntyi, hänelle löytyi kuitenkin sijaiskoti. Hän kertoi matkaneensa postimerkki otsassa uuteen kotiinsa. Vielä aikuisena hän tunnistaa, että varhainen hylkäämiskokemus sai hänessä aikaan ns. kiltin ihmisen syndrooman ts. täytyy olla uudelle äidille kiltti, koska hän antoi kodin. Toinen kipeä asia oli vuosikymmenien ajan pelko siitä, että tulee uudelleen hylätyksi. Voiko koulu eheyttää oppilasta, joka traumatisoitunut jo varhain?

*...Koska on niin kuolemanväsynyt
Lähes kaiken jo läpikäynyt
Kun ei ole voimia käskeä
keuhkojaan hengittämään
sydäntään pumppaamaan verta*

*Vaikka aivot eivät jaksakaan ottaa sitä vastaan
Ja laittaa takaisin kiertoon*

*Kun on niin kuolemanväsynyt
(Vainikainen 2003, 82)*

Varhaistenkin vaikeuksien keskellä eläneistä monet nuoret selviytyvät kohtalaisen hyvin elämässään eteenpäin. Toisilta voimavarat loppuvat, akku tyhjenee ja ilmaantuu jonkinlaisia ulospäinkin näkyviä oireita. Esimerkiksi kouluissa monet oppilaat säilyttävät ystävyys-suhteitaan, mutta joskus ympärilläolevat ihmettelevät, kummas-televat tai kääntävät selkänsä nuorelle ja hänen oireilleen.

Minäidentiteetti vaikuttaa osaltaan nuoren selviytymiseen. Antero Toskalan mukaan (2001, 363) ihmisen persoonallinen identiteetti koostuu minää koskevista uskomuksista, muistoista ja ajatusprosesseista. Minäidentiteetti sisältää piirteet ja asenteet, jotka yksilö kokee omikseen ja jotka ovat hänen välittömässä tietoisuudessaan. Itsekunnioitus sisältää sen, mitä tunteita yksilö voi sisällyttää itseensä, kuinka näitä tunteita nimetään ja kontrolloidaan ja missä tilanteissa näitä tunteita voidaan ilmaista. Ihmisen suhde omaan itseensä vaikuttaa voimakkaimmin hänen elämänsä laatuun ja kykyyn selviytyä erilaisista haasteista ja kriiseistä.

Merja Laitinen on haastatellut (2002, 63-76) ihmisiä, jotka ovat joutuneet kohtaamaan lapsuudessaan julmuutta, pelkoa, ahdistusta ja epätoivoa seksuaalisen hyväksikäytön muodossa. Näiden ihmisten perheissä vanhemmat eivät ole aina kyen-

neet erottamaan omaa hyvinvointiaan lapsen hyvinvoinnista. Hyväksikäytetty lapsi ei voi elää enää lapsen elämää ja hän tuntee olevansa erilainen kuin muut. Lasta ei kunnioiteta, vaan hänen täytyy ansaita arvostus tekemällä, toimimalla ja tyydyttämällä muiden tarpeet. Perhe ei annakaan lapselle turvaa ja suojaa, vaan riistää häntä. Lapsen on mahdoton tietää, että asiat voisivat olla toisin.

Kirjassaan *Murtuneet siivet* kuvailee Anneli Mäki-Opas (1999,74) kriisien vaikutusta seuraavasti: ”*Jokainen kriisi, josta lapsi tai nuori ei ole löytänyt tietä ulospäin, jää painolastiksi 'matkalaukkuun' koko hänen elämänsä ajaksi. Sen sijaan jokainen ratkaistu kriisi opettaa uusia tapoja kohdata vaikeuksia. Jos emme tue lapsia ja nuoria erityisesti heidän vaikeuksissaan ja salli heidän myös epäonnistua, murramme heiltä siivet. Murtunein siivin ei jaksa eteenpäin. Auttajiksi haetaan silloin alkoholi ja huumet. Lopuksi ainoaksi auttajaksi pahaan oloon tulee itsemurha. Jotain on pahasti vialla, kun vuosittain kymmeniä lapsia ja nuoria tekee itsemurhan. Niistä ei juuri puhuta, koska ne ovat arka asia.*”

3.2. Traumaattisten kokemusten seurauksia

Erilaiset elämäkokemukset jäävät mieleen erilaisina tunteina. Anneli Mäki-Opas (1999, 107) toteaa, että tunteet pitäisi myös pystyä käsittelemään. Esimerkiksi epäoikeudenmukaisuuden mukanaan tuoma viha pitäisi tuoda esille ajoissa. Vihan esiin nostaminen ja käsitteleminen on monesta syystä tärkeää juuri nuoria autettaessa, koska vihan alta paljastuu monia muita tunteita, kuten pelkoa, pettymystä, hylätyksi tulemista, turvattomuutta, epävarmuutta, kateutta, mustasukkaisuutta, avuttomuutta tai väärinkohdelluksi tai tulkituksi tulemista.

Ellei tunteita uskalla kohdata tai purkaa turvallisesti, voi tulla taakkoja lisää.

Kun joku henkilö Seikkulan ja Haarakankaan mukaan (1999, 68)

joutuu elämäntilanteessaan umpikujaan, hän saattaa vastata tähän esimerkiksi psykoottisilla oireilla. Tämän umpikujan taustalla voi olla jokin koettu trauma, esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö, onnettomuuden uhrina oleminen yms. Psykoottiset kokemukset muistuttavat usein flashback-kokemuksia. Jotkin kokemukset varastoituvat ruumiin muistiin äänettömäksi kauhuksi ja ne kertautuvat sitten uudessa stressitilanteessa.

Psykoottinen nuori ajautuu Turpeisen mukaan (2004, 47) ratkaisemaan ylivoimaisiksi kasvaneet mielessä koetut ristiriidat rikkomalla mielen siihenastisen rakenteen sekä syy- ja seuraussuhteet. Psykoosia edeltävässä vaiheessa nuori on syvän ahdistuksen vallassa. Mielen sisälle muodostuneet eri suuntiin vetävät yllykkeet ovat tulleet ylivoimaisiksi hallita. Nuorella ei ole tiedossaan keinoja, joilla hän saisi nuo ristiriitaiset yllykkeet hallintaansa. Lapsuuden ajan turvattomuuden, kyvyttömyyden ja avuttomuuden tunteet ovat suuremmat kuin aikuistuvan henkilön luottavaisuus, hyvä käsitys itsestä ja tieto asioiden suhteellisuudesta. Ainoa keino hallita sietämättömyyttä ahdistusta on mielen sisäisten asioiden logiikan, entisten syy- ja seuraussuhteiden rikkominen.

Asioiden logiikan tiedostamaton, ikään kuin automaattisena viimeisenä puolustuskeinona tapahtuva rikkoutuminen lievittää ahdistuksen tunnetta ja usein poistaa sen. Juuri tuo syy- ja seuraussuhteiden rikkoutuminen muuttaa nuorta myös ulkopuolisten silmissä. Ulkopuolisille hänen puheensa, tekonsa, ilmeensä ja eleensä saattavat kuitenkin tuntua käsittämättömiltä. Tällöin on kyseessä äärimmäinen, erinomaista hoitotaitoa ja herkkyyttä vaativa hätätila. (Turpeinen 2004, 47).

Psyykkisillä traumailla on taipumus pilata ihmisen elämä aiheuttamalla virheellisiä ja epätarkoituksenmukaisia valintoja ja elämänratkaisuja. Psyykkiset traumat ovat kuin sisäisiä näkymättömiä kahleita, jotka estävät toimivat, terveet valinnat ja ratkaisut sekä pakottavat yhä uudestaan valitsemaan epätarkoituksenmukaisella tavalla. (Saari 2000, 95). Miten nuori voi selviytyä tällaisen tilanteen keskellä esimerkiksi opinnoissaan eteenpäin? Koko opiskeluaika on täynnä erilaisia valintoja, jotka usein täytyy kyetä tekemään nopeastikin.

Psyykkiset traumat vaikuttavat myös minäkuvaan monin tavoin. Ne saavat ihmisen ajattelemaan, että hän on huono, eikä hänestä ole mihinkään. Tämä tulee esille esimerkiksi esiintymisjännityksenä, jännittämisenä suoritusilanteissa ja täydellisyyteen pyrkimyksenä. Trauman seurauksena myös minäkuvaan liittyy vakuuttuminen omasta pahuudesta. Tällöin taustalla saattaa olla hylätyksi tulemisen kokemuksia, fyysistä tai psyykkistä väkivaltaa. Toisaalta seurauksena voi olla joillakin avuttomuuden tunne, oman kontrollin ja hallinnan puuttuminen. Avuttomuuden tunteeseen liittyy ajatus, että ei pysty kontrolloimaan, mitä tapahtuu, eikä pysty vaikuttamaan ta-

pahtumien kulkuun. Tällainen liittyy usein onnettomuus- ja väkivaltatilanteisiin ja on monien paniikkioireiden taustalla. Trauma saattaa tuottaa myös turvattomuutta, joihin voi liittyä fobioita. Jos minäkuvaa säätelee pelon kuvastama turvattomuus, se tietenkin vaikuttaa jokapäiväiseen elämään ja sen ratkaisuihin. Usein on mahdotonta muuttaa käsitystä itsestä purkamatta menneisyydestä siihen vaikuttavia traumaattisia kokemuksia. (Saari 2000, 316-318).

Inestin kokeneen lapsen kohdalla paha koteloituu pieneen ihmisruumiiseen ja tiivistyy hädän sekä avuttomuuden kokemiseksi, jolle lapsi ei löydä sanoja. Paha asettuu kehoon, voi tuntua möykkynä vatsassa tai tiiliskivinä hartioilla. Se vain on, sitä ei saa pois, vaikka kuinka haluaisi. Paha on kuin virus, jota lapsi pelkää levittävänsä ympäristöönsä. Epäluottamus toisiin ihmisiin, itseinho ja jopa viha vaikeuttavat arkea ja sosiaalisia suhteita. Luottamuksen rakentaminen itseän, muihin ihmisiin ja ympäröivään yhteiskuntaan vaatii paljon. Monet tuovat vasta aikuisiällä julki lapsuutensa traumaattiset kokemukset. Aina heitä ei edes uskota, koska perheen kulissit ovat saattaneet olla lujat. Tällöinkään ihmiset eivät saa kokemustaan pois, vaan heille tulee lisätaakkaa siitä, ettei heitä kuunnella. (Laitinen 2002, 74-78).

”Yritin kertoa opettajalle siitä. Hän sitten kysy, että mitäs mulla asiaa ja mää sanoin, että kun mulla on hirveen vaikeeta kotona. Niin hän lopetti heti sen keskustelun ja sano, et kaikillahan on tuossa iässä vaikeeta. Hän niinku ohitti sen, eikä niiku antanu kertoa yhtään mitään” (Laitinen 2002, 78)

Kun nuoren ihmisen voimat ovat lopussa ja päivät tuntuvat kulkevan ohitse niin, ettei niistä tunnu saavan otetta, saattaa noidankehä kiristyä edelleen. Olon huononemista voi aistia passiivisuutena, vieraantumisena, voimattomuutena, ahdistuksena ja epäluottamuksena itseä ja koko elämää kohtaan. Tämä tulee esiin lauseina ”ei mitään väliä, aivan sama” –tyylillä. Tällöin jää usein huomaamatta ja täysin kuulematta nuoren aiempiin todellisiin traumakokemuksiin pohjaava nykyhetkessä konkreettinen, sisäinen hätä. (Vainikainen 2003, 89).

Siis mitä kaikkea seurauksia traumailla voi olla nuoren ihmisen opinpolkuun? Pelot? Kahu? Turvattomuus? Itseluottamuksen puute? Pako todellisuudesta? Viha itseään kohtaan? Epäluottamus? Avuttomuuden tunne vai hällä väliä –asenne? Miten nuori rakentaa lyhyen tai pitemmän aikavälin tavoitteita opinnoilleen, pohtii tai valitsee työssäoppimisjaksojaan tai reflektoi opintojaan portfolioonsa, jos jotakin trau-

moja on taustalla joka päivä läsnä? Millaista apua hänelle on eri oppilaitoksissa tarjolla?

3.3. Tilanteen pitkittyessä

Joskus trauma jää elämään esimerkiksi uniin ja tulee esiin toistuvina painajaisina. Saattaa olla, että yö toisensa perään trauman kokenut herää hiestä märkänä kauhuissaan, eikä uskalla enää nukahtaa. Päivällä painajaiset eivät tule esille, joten hänen vuorokausirytmisi saattaa tällöin keikahtaa opiskelijan arjen kannalta nurinpäin.

Joskus trauma tulee psykoottisina oireina esille. Jaana Haapasalo esitteli keväällä 2001 JAMK:ssa luennollaan traumamallin, jossa oli useita mielenkiintoisia kohtia. Esimerkiksi uudelleenkokemiseen liittyivät psykoottiset harhat – äänet tai näyt. Isän syyttävä ääni kaikuu aivoissa tms. Kammottavia painajaisia saatetaan nähdä vielä aikuisena. Tunnetasolla jää vaikuttamaan ahdistuneisuus ja viha. Välttämiskäyttäytymiseen kuuluvat myös päihdeongelmat ja persoonallisuushäiriöt sekä täydellinen muistamattomuus. Turtumisesta hän mainitsi esimerkkinä pahoinpidellyn lapsen, joka ei kykene itkemään, eikä nauramaan, tunteet kuolevat. Aktiivaatiotason muutoksiin kuuluivat myös unihäiriöt.

Hyypän mukaan (1997, 190) jatkuva yliaktivaatio, ylivire, jännittyneisyys, keskittymiskyvyn puuttuminen ja unihäiriöt ovat tyypillisiä oireita trauman jälkireaktioon sairastuneella. Masentuneisuus seuraa jonkin ajan kuluttua, kun henkiset voimavarat uupuvat yliaktivaatiossa.

Traumatisoituminen muuttaa suhdetta itseän ja toisiin ihmisiin (Vainikainen 2003, 77). Epärealistiset häpeän ja syyllisyyden tunteet sekä kyvyttömyys luottaa keheneeseen tekevät sekä elämisen että kokemuksista kertomisen vaikeaksi. Usein nuori ajattelee, että on pakko kestää ja selviytyä yksin.

”Takana on rikkiäinen perhe, hyväksikäyttö, kaikenlainen selkäänpuukotus vuosien varrella, enkä ole päässyt niistä yli, olen usein surullinen, jopa masentunut. Tuijottelen ikkunasta ulos, en juuri puhu ihmisille, joita en tunne. Vuosi sitten aloin muistelemään lapsuudessa tapahtunutta hyväksikäyttöä. Se laukaisi kai jonkinlaisen myöhästyneen sokkireaktion. Sitä ennen olin avoin, sosiaalinen ja iloinen. Nyt olen arka ja eristäytynyt. Eläminen pelottaa. En halua puhua kenellekään ja siksi kukaan ei tiedä, mitä käyn läpi...”
(Vainikainen 2003, 77)

3.4. Hoitoakin tarvitaan ajoittain

Silloin kun voimavarat ovat lopussa, seuraa myös hankaluuksia selviytyä omassa arjessa. Nuorella ihmisellä oma arki saattaa muutenkin olla vasta itsenäisen asumisen ja elämisen opettelua. Sairastuminen saattaa tuoda lisää ongelmia opiskelijan arkeen. Jos on lääkitystä, jaksako silloin herätä aamuisin? Jaksako huolehtia itsestään, asumisestaan ja hoitaa päivittäiset tai viikoittaiset asiansa ajallaan? Puhe-
linlaskut? Vuokrat? Ruoka? Pyykit? Entäs opiskelu, jos arjessa ongelmia?

Jossain vaiheessa voi tulla tilanne, että on lähdeittävä joko päivystykseen tai sairaalaan. Ensikertalaiselle esimerkiksi psykiatrinen osastohoito voi olla niin uusi ja pelottava asia, että itseluottamus romahtaa. Mielessä pyörii kysymyksiä – *onko minusta enää mihinkään. Ketkä kaikki tästä saavat kuulla? Jatkanko enää koskaan opintojani?* Tähän väliin tarvitaan usein kuntoutusta. Valmentavaa ja kuntouttavaa koulutusta tai jotakin muuta, missä itseluottamusta pikkuhiljaa keräillään takaisin.

Onko mielenterveysongelmainen nuori opiskelija, potilas vai mielenterveyskuntoutuja? Miten ympäristö häneen suhtautuu? Miten hän itse arvostaa itseänsä? Mistä hän saa apua tai tukea itselleen? Mielenterveyden Keskusliiton julkaisussa (MTKL 10/2001) korostetaan, että koulutuksen kehittämisen näkökulmasta on kouluttajille ensiarvoisen tärkeää saada tietoa mielenterveysongelman luonteesta. Millaisesta mielenterveysongelmasta kunkin opiskelijan kohdalla on kyse ja miten kyseinen ongelma rajaa arjessa selviytymistä? Arjesta selviytyminen on opiskelusta selviytymisen edellytys.

Esimerkiksi masennukseen liittyy monenlaisia asioita, jotka kouluttajien olisi hyvä tuntea, ettei tulisi turhia väärinymmärryksiä. Irma Karilan mukaan (2001, 60-61) masennuksessa itseen liittyvät kielteiset skeemat ovat muita skeemoja tärkeämpiä. Oma avuttomuutta ("olen huono ja avuton") ja ei-rakastettavuutta ("olen arvoton, kukaan ei pidä minusta") koskevat sisällöt ovat tyypillisiä masennustilassa. Usein näihin perusolottuvuuksiin liittyy ehdollisia sääntöjä ("jos teen niin kuin toiset pyytää, olen pidetty"), pakottavia ohjeita ("oltava AINA toisten käytössä, oltava paras") tai kompensatiokeinoja (näyteltävä mukavaa tai varmistettava, ettei tule virheitä).

4. ERITYISTÄ TUKEA JA OHJAUSTA

4.1. Oireilua vai tuen tarvetta - tarvitaanko erityisopetusta?

Milloin kuntoutujan / opiskelijan voimavarat ovat riittävät opintojen jatkamiseen? Erittäin vaikea kysymys, koska jokaisen kuntoutujan / opiskelijan tilanne on yksilöllinen. Kaikista tärkein asia lienee opiskelijan oma motivaatio opintojen aloittamiseen tai jatkamiseen, koska oma motivaatio tuo tullessaan riittävästi itseluottamusta ja rohkeutta ponnistella eteenpäin. Opiskelussa tarvitaan monenlaisia taitoja. Riittävän hyvä itsetunto on mielestäni tärkeimpiä asioita tänä päivänä, jotta mielenterveysongelmistaan kuntoutuva henkilö rohkenee hakeutua jatko-opintoihin. Jos nuori on sairastanut pitempään, hän ei välttämättä ole tarvinnut sairastaessaan tai sairauslomallaan niitä taitoja, joita opiskelussa tarvitsee.

Ahdistus, masennus ja epätoivo ovat tyypillisiä reaktioita psyykkiseen sairastumiseen. Oma jaksamattomuus ja huonovointisuus masentavat. Masennus johtaa helposti epätoivoon. Mielenterveysongelmista saattaa myös seurata monia menetyksiä, todellisia ja kuviteltuja, pitkäaikaisia, pysyviä tai väliaikaisia. Sairastuminen sinänsä on jo terveyden menettämistä. Mielenterveysongelmista saattaa myös seurata muutoksia ihmissuhteissa, yksinäisyyttä, sosiaalisten ympäristöjen ja toimintamahdollisuuksien vähenemistä. Hän saattaa kokea olevansa riippa läheisilleen. Elämän kannalta merkitykselliset roolit (esimerkiksi työntekijä, opiskelija, ystävä, puoliso) katoavat tai perustavalla tavalla muuttuvat. Luopuminen ja suru koskevat myös asioita, joita ei ole vielä saanutkaan Varsinkin nuoruudessaan sairastuneet eivät kenties ole ehtineet hankkia ammattia tai koulutusta, perhettä tai itsenäistä elämää. Nämä tavallisen elämän haaveet voivat tuntua sairastumisen jälkeen täysin saavuttamattomilta ja niistä luopuminen hyvin tuskalliselta. (Koskisuu 61-63, 2003). Vaatii todella paljon voimia, jotta kaikkien em. muutosten keskellä jaksaa paneutua omaan kuntoutumiseensa. Aikamoinen harppaus on esimerkiksi hypätä suoriutuvan opiskelijan roolista kuntoutujaksi, mikäli on joutunut keskeyttämään opintonsa sairauden vuoksi.

Pitkäaikaiset mielenterveysongelmat tai niihin liittyvä lääkehoito saattavat heikentää yksilön hahmottamis-, muistamis- ja oppimiskykyä, joten opiskelussa tulee ottaa huomioon kunkin yksilölliset oppimisedellytykset, persoonalliset tarpeet ja koko elä-

mäntilanne. Esimerkiksi skitsofreniaa pitkään sairastaneella kyky hahmottaa kuultua ja nähtyä voi olla psyykkiseen sairauteen liittyvien oireiden vuoksi heikentynyt. Tällöin opetus tulisi sovittaa riittävän selkeäksi.

Tarpeeksi pienien välitavoitteiden asettaminen, niistä suoriutuminen ja asteittainen eteneminen antaa kuntoutuvalla opiskelijalle onnistumisen kokemuksia ja vahvistaa motivaatiota jatkaa edelleen kohti ammattitutkintoa. Usein HOJKS (=henkilökohtainen opiskelun järjestämistä koskeva suunnitelma) auttaa kokoamaan kunkin opiskelijan vahvuudet ja tuen tarpeen sekä myös räätälöimään sopivan etenemisvauhdin. Monessa koulussa on ainakin teoriassa mahdollista tehdä tehtäviä eri ryhmien aikatauluihin sovitettuna, jos joku oppilaitoksesta ottaa kokonaisvastuun opiskelijan tilanteesta. Jos aikataulua räätälöidään, saatetaan samalla jo ennaltaehkäistä mahdolliset uupumisen vuoksi tulevat sairauslomat.

Mikäli opiskelija on vasta toipumassa psykoosistaan, saattavat Kampmanin mukaan (2001, 1381-1382) hänen oireensa ilmaantua kesken koulutuksen uudelleen. Esimerkiksi jos opiskelijan oireina ovat olleet harhaluulot, hän saattaa kuvitella, että ulkopuoliset seuraavat hänen elämäänsä. Tai harhaluuloihin voi liittyä toisten puhetta, eleitä tai ilmeitä koskevia väärintulkintoja, jotka nuori saattaa osaksi "harhaluulojärjestelmäänsä". Joillakin oireet voivat ilmetä välillä hajanaisena puheena, ajatushäiriöinä, katatonisena käyttäytymisenä (esim. kiihtymystila, jähmettyneet asennot tai täydellinen motorinen lamaantuminen). Puheilmaisuuksia saattaa olla niukkaa tai tunnelmaisun vaikeudet voivat näkyä kasvojen ilmeettömyytenä, hidastuneena puheena tai katsekontaktin välttelyinä. Aloitekyvyn häiriintyminen voi johtaa suoritustason laskuun, mikä voi tulla esiin työssä, opiskelussa tai päivittäisissä arkiaskareissa. Aloitetut työt jäävät kesken ilman ulkoista syytä. Tämä oireilu saatetaan virheellisesti tulkita laiskuudeksi. Jos em. oireet häiritsevät opiskelijan itsensä tai muun opiskeluryhmän arkea, täytyy neuvotella hoitavan lääkärin kanssa tehostetusta hoidosta. Oma hoitava lääkäri ottaa myös vastuun opiskelijan koulukuntoisuudesta. Ensin aina palaveri opiskelijan itsensä kanssa, koska monet kuntoutujat tunnistavat ns. varomerkkinsä voinnin heikentyessä.

Oireita tutkaillessa olisi tärkeää muistaa nuorena sairastuneen henkilön itseluottamuksen puute ja sen mukanaan tuomat vaikeudet. Kesken oman aikuistumisen on tullut ihan uudenlaisia vaikeuksia omaan arkeen. Siis ettei mene asiat sekaisin ja

luulla sairauden oireiksi sellaista, mikä johtuu muuttuneesta elämäntilanteesta tai niistä asioista, joista on joutunut sairauden myötä luopumaan. Siis tarvitaanko erityisopetusta tai erityistä tukea ja ohjausta opiskelijoiden tueksi? Miten opiskelija, jonka voimavarat ja itseluottamus ovat vähentyneet sairastumisen myötä, voi selviytyä ns. normaaliryhmissä opinnoistaan? Monilla aloilla on paljon tiimi- tai ryhmätyötä. Useimpiin kuuluu monta työssäoppimisjaksoa. Opiskelu saattaa olla paikasta ja aiheesta toiseen siirtymistä, nopeita muutoksia aikatauluissa tai sisällöissä. Onko kukaan tutkinut esimerkiksi opintojen keskeyttämisen syitä tarkemmin? Löytyykö sieltä joukosta opiskelijoita, jotka ovatkin keskeyttäneet ns. terveydellisistä syistä?

Opiskelijan kunnioitus on ensiarvoisen tärkeää. Ei kukaan huvikseen oireile tai käytädy massasta poikkeavasti. Oppilaitoksissa täytyy olla valmiuksia ja taitoja ohjata erilaisia opiskelijoita heidän muuttuvissa elämäntilanteissaan. Jos jo hakuvaiheessa ilmenee tuen tarve, täytyy tehdä yhdessä opiskelijan kanssa suunnitelma koko luku-kaudeksi, eikä niin, että katsotaan ensin, miten käy. Jyväskylän ammattiopiston sosiaali- ja terveystieteiden opinto-ohjaajana toimineen Ritva Maneliuksen mukaan (2004, 47) jokainen opiskelija ansaitsee tulla kohdelluksi niin, että hänen tulostaan ollaan hyvillään ja ollaan valmiita panostamaan siihen, että opiskelu alkaa sujuvasti ja turvallisesti.

Jos em. Ritva Maneliuksen kommenttia opiskelijoiden vastaanottamisesta ja kohtelusta sovellettaisiin kaikille opiskelijoille riippumatta heidän tuen tarpeestaan, tarvittaisiinko vähemmän ns. korjaavaa erityisopetusta? Jokainen tuntisi olonsa kotoisaksi? Ammatillisella puolella ollaan Maija Hirvosen mukaan (2005, 24) siirtymässä yksilöpedagogisesta viitekehiksestä ekologiseen. 1990-luvulla erityisopetuksen käytännöt on haluttu nostaa yhteisötasolle. Korjaavan erityisopetuksen mallista on siirrytty yhteisötasolle, jolloin erityisopettajan työ on kehittymässä samanaikaisopetuksen ja konsultaation suuntaan. Näin siis Maija Hirvosen mukaan jo 1990-luvulta. Mikä on arki tällä hetkellä oppilaitoksissa?

4.2. Tunnistetaanko opiskelijan tuen tarve - yhteistyötä verkostossa

Jos oppilas on ahdistunut, pelokas, masentunut, vetäytyvä, yksinäinen, kiusattu tai kiusaaja tai jos hänellä on oppimisvaikeuksia, hän tarvitsee apua (Talaskivi 2000, 139).

Edelleen tarvitaan yksilöllistä ohjausta, vaikka esimerkiksi kaikenlainen sekä koulutajien että opiskelijoiden asenteisiin vaikuttaminen on todella tärkeää, jotta erityistä tukea tarvitsevan opiskelijan ei tarvitseisi kokea itseään muita huonommaksi.

Mikäli opiskelija rohkenee kertoa vaikeuksistaan ja hänellä on jo olemassa hoitokontakti, täytyy opiskelijalta pyytää kirjallinen lupa yhteistyötä varten. Heti opintojen alkuvaiheessa kannattaa aloittaa yhteistyö opiskelijan verkoston kanssa. Opiskelija saa konkreettisesti tukea ja kokee, ettei opiskelu-urakka ole vain hänellä itsellään, vaan että hänellä on apua ja tukea saatavana.

Aina opiskelijat eivät halua kertoa vaikeuksistaan esimerkiksi leimautumisen pelossa. Joskus käy niin, ettei vaikeuksista kerrota vielä opintojen keskeydyttyäkään. Oppilaitoksessamme oli tammikuussa 2006 verkostopalaveri, jossa oli hoito- ja kuntoutuspuolen toimijoita sekä myös koulutuspuolen työntekijöitä. Joku hoitopuolen työntekijöistä kysyi, ilmoitetaanko ammatilliset opintonsa keskeyttäneistä minnekään vai jäävätkö he yksin selviytymään. Ammatillisella puolella ainakin yhdessä nuorisopuolen oppilaitoksessa on käytäntö, että opintonsa keskeyttävän oppilaan tulee käydä joko opinto-ohjaajan tai koulukuraattorin luona keskustelemassa.

Olisiko syytä ohjata apua tarvitseva nuori esimerkiksi psykiatriselle puolelle saamaan tukea ja apua? Esimerkiksi joku oppilas ilmoittaa kuraattorille tai opolle, että ko. ala ei olekaan hänen omansa, ja hän keskeyttää opintonsa. Tutkitaanko asiaa tarkemmin? Harva nuori oppilas on niin rohkea, että kertoo koulussaan tarvitsevan sa apua mielenterveydellisiin ongelmiinsa. Silloin kun on kyse nuoresta, joka ensimmäistä kertaa oireilee, tunnistaako hän edes itse, että on kyse mielenterveysongelmista? *Vai onko hänellä vain tylsä olo? Mikään ei kiinnosta? Koulu on tylsää. Aikuisuus ei kiinnosta.*

4.3. Oppimisen taitoja ja tukea arkeen

4.3.1. Oppimisen taidot ja uskomukset

Jo vuonna 1995 Taru Kivi kirjoitti (1995, 116), että yhteiskuntamme palvoo yksilöä. Yhteiskuntamme antaa yksilöille suuremman vallan kuin koskaan ennen; vallan muuttaa itseään ja kehittää ajattelutapojaan. Tämä on itsehallinnan aikakausi. Ihmisen itseys on paisunut niin mahtavaksi, että yksilön avuttomuutta pidetään hoitoa vaativana tilana.

Entäs jos yksilö tarvitseekin apua tai tukea opintoihinsa? Miten toimii koulu em. kuvatussa yhteiskunnassa? Onko sielläkin yksilöllisyys vallannut tilaa itselleen? Huomataanko yksilö tai hänen hätänsä? Monessa koulussa on vaihtuvat ryhmät ja jaksolukujärjestykset. Oppilaitokset saattavat olla suuria tai tilat ovat eri paikoissa. Opettajista on osa sivutoimisia. Kuka ottaa ajoissa kiinni ne opiskelijat, jotka eniten apua tarvitsevat?

Oppimisen taitoja olisi tarpeen harjoitella jo perusopetuksessa. Esimerkiksi uskomukset eli yleistyksiset ja tosiasioilta tuntuvat käsitykset itsestä (esim. ”minä oppijana”), muista ihmisistä(”voinko luottaa toisiin ihmisiin”) tai asioiden syistä (”kokeissa epäonnistuminen johtui tyhmydestäni”), seurauksista ja merkityksistä muokkaavat myös sitä, mihin oppijan huomio kiintyy ja mihin ei (Kivi 1995, 91).

Uskomukset syntyvät kokemuksista esimerkiksi pettymys yhden ihmisen suhteen voi saada aikaan uskomuksen (”ihmisiin ei voi luottaa”). Lisäksi uskomuksilla on itseään vahvistava luonne. Kun uskomus on syntynyt, havainnot ohjautuvat kuin luonnostaan huomaamaan sellaisia asioita, jotka tukevat uskomusta tai tulkitsemaan asioita uskomusta vahvistavalla tavalla. Tällaiset tulkinnat syntyvät usein salamannopeasti lähes itsestään (Kivi 1995, 91-92). Niinpä olisi erityisen tärkeää tarkkailla oppilaiden uskomuksia itsestään ja oppimisestaan jo perusopetuksessa. Jos kielteiset uskomukset juuttuvat opiskelijan mieleen, hän saattaa luovuttaa, lakkaa yrittämästä ja kenties ohjautuu myöhemmin erityistä tukea tarvitsevana erityisopetukseen.

Jyväskylässä tehdyn tutkimuksen mukaan peruskoululaisista reilu 70 % koki pärjäävänsä koulussa vähintään tyydyttävästi. Kielteisistä tunteista oppilaat kokivat eniten hermostuneisuutta. Levottomiksi itsensä arvioi lähes 30 % oppilaasta ja 20 % oppilasta tunsi itsensä yksinäiseksi, masentuneeksi tai onnettomaksi (Kuorelahti ym. 2004, 27). Koulussa oli huoli väliinputoajista ja resurssipulan vuoksi ilman tarvitsemaansa palvelua jää-

vistä oppilaista yleisopetuksen luokan ei nähty palvelevan erityisoppilaan tarpeita. Vaikeimmat ja haastavimmat oppilaat saavat helpommin apua kuin ne oppilaat, joilla vaikeudet eivät ole luokkaympäristössä niin näkyviä. Kolmasosassa henkilöstön vastauksia oltiin huolissaan hiljaisten, heikkojen (mukautettujen) ja lukivaikeuksien kanssa kamppailevien oppilaiden opetuksesta. Vaikka muutamissa vastauksissa erityisluokkia ja erityiskouluja kaivattiin takaisin ratkaisemaan koulun lisääntyneitä ongelmia, niin valtaosa mielipiteistä kertoi kuitenkin koulujen halusta ratkaista itse omat ongelmansa (Kuorelahti ym. 2004, 25).

4.3.2. Tukea kuntoutujan / opiskelijan arjen asioihin

Ammatillisella puolella on nähty (Manelius 2004, 34), että ongelmat, jotka aiheuttavat vaikeuksia opinnoissa, voivat aiheuttaa niitä elämässä yleensäkin. Siis arkielämän taidot, erityisesti raha-asiat ja yhteisön jäsenenä toimiminen. Opiskelijan tulisi myös kantaa vastuuta opintojensa sujumisesta opiskelusuunnitelman mukaisesti, jonka vuoksi opiskelijaa ohjataan seuraamaan opintojensa etenemistä, merkitsemään suorituksensa opintokorttiinsa ja toimimaan muutenkin suunnitelmallisesti ja itseohjautuvasti.

Arjen ongelmien kartoittamisen avuksi mielenterveyskuntoutujille on kehitelty Invalidiliiton PAAVO -projektissa palvelutarpeen itsearviointimenetelmä, jossa on omat osiot vammais-, mielenterveys- ja vanhuspalvelun käyttäjille. Se on Invalidiliiton koordinoima verkostohanke 2003 - 2006, joka toteutetaan Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksella. Palveluiden järjestämisen perustana on ihmisen oikeus asianmukaiseen palveluun ja tukeen. Vaikeasti vammaisten henkilöiden tulisi saada tarpeitaan vastaavia ja heidän itsemääräämisoikeuttaan kunnioittavia palveluita (www.invalidiliitto.fi).

Paavo - itsearviointimenetelmän avulla esimerkiksi mielenterveyspalveluja käyttävä henkilö voi tarkastella nykyisen palvelujärjestelmänsä tarkoituksenmukaisuutta. Hän voi arvioida, vastaavatko nykyiset palvelut hänen avuntarpeeseensa ja todentaa ja perustella mahdollisia muutos- tai lisäpalvelujen tarvettaan. Menetelmän lähtökohtana on, että palvelujen tarvitsija on oman palvelutarpeensa asiantuntija.

Itsearviointimenetelmä käsittää kotona ja kodin ulkopuolella eteen tulevat tilanteet, joissa mielenterveyskuntoutuja voi tarvita toisen ihmisen apua. Lisäksi menetelmän avulla hän voi tarkentaa palvelutarpeen erityispiirteitä ja palvelujen kokonaisuutta. Palvelujärjestelmistä on lomakkeeseen mukaan otettu vammaispalvelut ja kuntoutuspalvelut (www.invalidiliitto.fi). Monet lomakkeissa esillä olevat asiat voivat olla esteenä mielenterveysongelmista kärsivän opiskelijan arjessa. Elleivät arjen asiat suju, vaikea tilanne vie voimia opiskelulta tai jopa aiheuttaa opintojen keskeytyksen. Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksen Jyväskylän toimipisteen opiskelijoita on osallistunut Paavo –menetelmän mielenterveysosion kehittämiseen useissa palaverissa. Olemme myös Jyväskylän toimipisteen Me kuntoutujat –koulutuksessa käyttäneet tarvittaessa PAAVOa opiskelijan tukipalveluiden kartoittamiseen.

Liisi Aro (2004, 28) pohtii myös koulun arkea ja toteaa oppimisen arkea käsittelevässä kehittämistehtävässään, että koulussa pitäisi kaikkien saada opetusta riittävän yksilöllisesti. Suurilla opetusryhmillä em. tehtävä on opettajalle liian vaativa, aika ei riitä. Lisäksi tavoitteet ovat korkeat ja pitäisi opettaa erityislahjakkaita, ns. normaalja, käytöshäiriöisiä ja mielenterveysongelmista kärsiviä samanaikaisesti ja eriyttäen. Yhtälö on mahdoton ”tavalliselle” opettajalle ainakin pitkällä aikavälillä.

Liisi Aro (2003, 29) jatkaa edelleen:

Siirtymä oppilaitoksesta toiselle asteelle on kriittinen ja erityisesti HOJKS oppilaat tarvitsevat saattaen hoitoa. Keskeyttäminen ammatillisissa opinnoissa on suurinta opintojen alkuvaiheessa. Pitkään meni, ennen kuin ylioppilailla oleva oppilashuollon tarve nähtiin, vaikka tilanne on heillä jopa pahempi kuin peruskoulupohjaisilla monessa mielessä. Lukion jälkeen oppilaan elämässä on voinut tapahtua monta asiaa, jotka eivät ole vaikuttaneet aiemmin opiskeluun, mutta ovat este ammattiopintojen sujumiselle (esim. huumeet, raiskaukset, onnettomuudet, mielenterveysongelmat jne).

4.4. Erityisopetuksen monenlaisia mahdollisuuksia

4.4.1. Ohjeita ja suosituksia

Laki ammatillisesta koulutuksesta (N:o 630/1998, §5) määrittelee monenlaisia tavoitteita:

Koulutuksen tavoitteena on lisäksi tukea opiskelijoiden kehitystä hyväksi ja tasapainoisiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi sekä antaa opiske-

lijoille jatko-opintojen, harrastusten sekä persoonallisuuden monipuolisen kehittämisen kannalta tarpeellisia tietoja ja taitoja sekä tukea elinikäistä oppimista.

Vammaisille järjestettävän ammatillisen peruskoulutuksen tavoitteena on lisäksi yhteistyössä kuntoutuspalvelujen tuottajien kanssa edistää opiskelijan kokonaiskuntoutusta.

Ammatillisen koulutuksen lainsäädännössä ei tarkenneta erityisopetuksen käsitettä. Opetusneuvos Kaija Miettisen mukaan (2003, 97) erityisopetus on aina yksilöllistä opiskelijan vahvuuksiin perustuvaa opetusta, ja se on jokaisella opiskelijalla erilaista. Siinä paneudutaan syvällisesti yksittäisen opiskelijan oppimisprosessiin ja oppimisympäristöjen järjestämiseen, niin että se tukee oppimista.

Erityisopetus voi olla opiskelua pienryhmissä, yksilöllistä oppimisen ohjausta, samanaikaisopetusta, koulunkäyntiavustajan läsnäoloa, erilaisia opetusmenetelmiä ja oppimistaitoja harjaannuttavien ohjelmien käyttämistä (esim. Feuersteinmenetelmä), yksilöllisten opiskelupolkujen luomista, elämönhallintataitojen opiskelua, apuvälineiden hankintaa ja kehittämistä tai jatkuvaa opiskelijan yksilöllistä huomioimista. Siis erityisopetus on erityisen hyvää, opiskelijan yksilölliset tarpeet huomioivaa opetusta, luovaa suhtautumista ja paneutumista opiskelijan oppimisen tukemiseen. (Miettinen 2003, 97). Tällöin inklusion avulla opiskelijat mahdollisuksiensa mukaan integroidaan koulutuksen avulla yhteiskunnan eri tehtäviin.

Opetushallituksen ohje antaa todella paljon mahdollisuuksia! Entäs käytännössä? Kuinka monessa oppilaitoksessa niitä on luovasti kehitelty eteenpäin opiskelijoiden tilannetta kohentaen? Vai jätetäänkö ns. haasteelliset opiskelijat valitsematta? Ei tule rasitetta tilastoihin, jos opiskelija keskeyttää opintonsa, kun ei oteta häntä ollenkaan sisään? Vai otetaanko opiskelijaksi, annetaan yksilöllistä tukea tarvittaessa, jotta opiskelija saa ammattitutkintonsa valmiiksi?

4.4.2. Erityisopetuksen mahdollisuuksia

Ammatillista koulutusta ei juurikaan ole mielenterveyskuntoutujille erikseen, vaan itse kukin opiskelija vallitsee ammatillisen koulutuksensa vuosittaisen koulutustarjonnan mukaan. Osa opiskelijoista rohkenee hakea jatko-opintoihin ns. HOJKS:lla, osa sinnittelee tavallisena opiskelijana, jolloin ei leimautumisen pelon vuoksi rohkene hakea tukea ja ohjausta itselleen jo heti opintojen alussa.

Ritva Maneliuksen mukaan (2004, 46-47) erityisopetus on osa opetusta ja sen kehittäminen on mielletävä osaksi opetuksen kehittämistä. Ammatillisissa oppilaitoksissa on pitkään ollut jatkokoulutuksen opinto-ohjaukseen saaneita opettajia, mutta harvassa oppilaitoksessa on erityisopettajan virkoja, eikä kaikissa oppilaitoksissa ole vielä koulutuksen saaneita ammatillisia erityisopettajakaan. Kun tilanne on tämä, ovat opinto-ohjaajat joutuneet usein kantamaan päävastuun erityistä tukea ja ohjausta tarvitsevien opiskelijoiden huomioonottamisesta. Heidän tehtäväkenttäänsä ja asiantuntemuksensaakin ulottuu yleensä kuitenkin vain ohjauksellisten palveluiden antamiseen, ei erityisopetukseen.

Edelleen Maneliuksen mukaan (2004,) opiskelijoiden yksilölliset tarpeet tulisi ottaa huomioon aina, koska on suurta yksilöllistä vaihtelua opiskelijoiden kyvyssä omaksumaa tietoa, aiemmissa opiskelu- ja työhistorioissa, perhetilanteissa, sosiaalisissa taustoissa, terveydentilassa ja iässä. Sen vuoksi opiskelijoita ei saa kohdella massana, vaan tilanteita tulisi tasoittaa opetusta eriyttämällä ja antamalla tukea tarvitseville opetusta enemmän ja tehokkaammin. Se, miten em. tapahtuu oppilaitoksen arjessa, on oppilaitoksen erityisopetuksen keskeinen kysymys. Esimerkiksi opiskeluajan pidentäminen jo tulovaiheessa 3½ vuoteen tai neljään vuoteen on parempi vaihtoehto kuin se, että ensin opiskelija yrittää ja ”kompastuu” opinnoissaan.

Erityisopetusta voidaan antaa myös pienryhmässä, jolloin voidaan kehittää opiskelijoiden sosiaalista ja emotionaalista tasapainoa, myönteistä minäkäsitystä, yhteistyötaitoja, erilaisia työskentelytapoja ja oppimistyyliä. Pienryhmäopetus ei ole erityisopetuksen yksinoikeus, vaan myös yleisissä ammattioppilaitoksissa tapahtuvaa toimintaa tarvittaessa (Jussila 2004, 13).

Myös opetusneuvos Kaija Miettinen muistutti luennollaan joulukuussa 2005 Jyväskylän ammattiopistolla, että pienryhmiä ei ole kielletty, eikä lakkautettu. Niitä voidaan edelleen tarvittaessa käyttää.

Joskus opiskeluajan pidentämisestä on apua erityistä tukea tarvitsevalle opiskelijalle. Pelkästään opiskeluajan pidentäminen ei auta opiskelijaa, joka tarvitsee tukea ja ohjausta oppimiseen. Taru Kivi kirjoittaa (1995, 104), että oppimisen ytimessä näyttää oppijan kannalta olevan aktiivinen oman toiminnan ymmärtäminen ja sääntely,

tieto metakognitiosta. Metakognitiiviset taidot ovat tietoisia menettelytapojen valintoja. Kyseessä on omaa oppimista ohjaava, arvioiva ja korjaava toiminta. Metakognitiota käytetään myös silloin, kun yksilö tietoisesti säätelee, tarkkailee ja ohjaa omaa toimintaansa erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Kun puhutaan oppimaan oppimisesta, tarkoitetaan juuri kognitiivisten taitojen oppimista. Siis opiskelijan tietoisuutta siitä, mitkä tiedot ja taidot ovat hyödyllisiä tai hyödyttömiä jonkin tehtävän suorittamisen asioiden ymmärtämisen tai ongelman ratkaisemisen kannalta.

Jos opiskelija tarvitsee opintojensa tueksi erityisopetusta, olisi tarpeellista muistaa Taru Kiven (1995, 92-93) ohje mielenmuutoksen merkityksestä. Hänen mukaansa yksinomaan asenteiden ja uskomusten muuttumisella voisi olla olennainen merkitys oppimisen edistämisessä. Omien kielteisten käsitysten kumoaminen väittämällä vastaan on elämäntaito, jonka jokainen voi oppia. Siis optimistinen elämänasenne on opittavissa ja opetettavissa. Ellei perusopetuksessa tai jo lapsena kotona, niin sitten erityisopetuksessa.

Erityisopetuksen kehittämiseen on käynnistetty erilaisia projekteja vuosien varrella. Jyväskylän ammattiopistossa (JAO) on meneillään EQUAL-hankkeen osaprojekti *Erityistä tukea tarvitsevien nuorten koulutus- ja uraohjauksen kehittäminen*, jonka toteuttamisaika on 1.11.2004-31.12.2006. Tässä projektissa on tavoitteena *Jyväskylän ammattiopiston erityisopetuksen järjestelmän ja -verkoston kehittäminen sekä henkilöstön erityisopetusosaamisen lisääminen*. Tavoitteena on myös kehittää erityisen tuen tarpeessa oleville opiskelijoille henkilökohtaisia ohjauspalveluita, luoda joustavia opiskeluväyliä ja torjua syrjäytymistä työelämään ja jatko-opintoihin. Erilaisille oppijoille pyritään kehittämään tasavertaiset mahdollisuudet osoittaa ammatillista osaamistaan.

Tällä projektilla saadaan toivottavasti asioita eteenpäin myös mielenterveyskuntoutujien näkökulmasta. Entäs miten muissa oppilaitoksissa? Aikuispuolella? Ammatti- korkeakouluissa? Yliopistoissa? Yliopistoissa on oma vapautensa opiskeluaikojen suhteen, mutta kuka siellä tukena, jos joku opiskelija ei jaksakaan osallistua luennoille tai käydä tenteissä?

4.4.3. Integraatio avuksi

Integraatiosta puhutaan paljon ja sitä pidetään tasa-arvoisen ammatillisen koulutuksen mahdollistajana. Siis, että erityistä tukea tarvitseva opiskelija voi hakeutua haluamalleen alalle, eikä pelkästään perinteisille palvelualueille. Kuitenkin Tarja Mänty toteaa (2003, 83), että integraatio nähtiin hänen väitöskirjatutkimuksensa mukaan hyvänä ratkaisuna *persoonallisuudeltaan vahvalle ja omatoimiselle* opiskelijalle. Edelleen hän jatkaa, että integraatoratkaisu on aina yksilöllinen, mahdolliset edut ja haitat on punnittava suhteessa kyseessä olevaan yksilöön ja hänen elämäntilanteeseensa. Mielestäni voidaan kysyä ihan perustellusti, kuinka moni mielenterveyskuntoutuja on persoonallisuudeltaan vahva ja omatoiminen?

Eräänä integroidun erityisopetuksen toteuttamisen suurimpina esteinä pitää Pekka Laakkonen (2005, 33-36) opettajien välisen yhteistyön puutetta. Luokkamuotoinen opetus on perinteisesti ollut yksinäistä työtä, jolloin toisen opettajan mukaantulo saatetaan kokea hankalaksi ja tietenkin kahden opettajan työpanoksen hyödyntäminen vaatii paljon suunnittelua. Pekka Laakkonen korostaa hyvien kokemustensa perusteella integroitua opetusta, koska ammatillisen erityisopetuksen toteuttaminen integroidusti edistää jokaisen yksilön täysimääräistä osallistumista yhteisöön yhdenvertaisena ja tasa-arvoisena. Toisaalta hän toteaa, että on myös opiskelijoita, jotka erityistä tarvitsevat niin voimakkaita opiskelun tukitoimia, ettei niitä käytössä olevin integroidun opetuksen menetelmin pystytä toteuttamaan. Hänen mukaansa siis yksi ammatillisen erityisopetuksen suurimmista haasteista on huolehtia siitä, että opetusta jatkossakin toteutetaan mahdollisimman monimuotoisena. Tähän tarvitaan kaikkien panosta ja moniammatillista yhteistyötä.

4.4.4. Moniammatillisuutta tarvitaan

Eija Patrikainen (2003, 32-33) toteaa raportissaan, että koulutus tarjoaa mielenterveyskuntoutujalle sosiaalistumisen, arkielämän rytmittymisen, mielekkään tekemisen ja eväät itsenäisempään elämään. Edelleen hän toteaa, että mielenterveystyö on vaativaa työtä, johon perehtyminen on kuntoutujan kanssa työskentelevälle välttämätöntä. Opiskelijalla on lisäksi usein heikko itsearvostus ja opettajilla on suuri vastuu kuntoutujan sosiaalistumisessa. Parhaimmillaan mielenterveyskuntoutujan am-

matillinen koulutus on hänen mukaansa moniammatillista yhteistyötä siihen erikoistuneessa ammatillisessa oppilaitoksessa.

Jo vuonna 2000 ilmestyneessä opettajan käsikirjassa 101 kouluongelmaa esitellään Ortonin koulussa käytettyä systeemistä lähestymistapaa. Ortonin koulu oli erikoistunut koulunsa keskeyttäneiden oppilaiden auttamiseen. Perinteisesti on ajateltu, että oppilaassa on syy silloin, kun hänen koulunkäyntinsä ei suju. Systeemisessä lähestymistavassa tarkastellaan kuitenkin kaikkia niitä yhteyksiä ja osasysteemejä, jotka kuuluvat oppilaan elämään ja niiden heijastusvaikutuksia koulutyöhön. Esimerkiksi koulun käytännöt ja niiden muuttaminen jne? Syyllistäminen ja leimaaminen estävät näkemästä uusia luovia mahdollisuuksia vaikeassa tilanteessa. Jos syyllistetään, menetetään toivo ja ”vaikeaa oppilasta” aletaan pyöritellä kuin kuumaa perunaa, jolloin on vaarana tiedostettu tai tiedostamaton halu ”päästä hänestä eroon”. Siis lähdetäänkin miettimään muutoksen mahdollisuuksia. Esimerkiksi oppilaan muuttamisessa kaikki toiminta (esim. tukiopetus, oppilaan kuunteleminen, elämänhallinta, harrastuksiin ohjaaminen, terapeuttiset kontaktit) tähtää siihen, että hänen voimavaroinsa saadaan käyttöön. (Talaskivi 2000, 137-138).

Mielenterveyspotilaille suunnattua kuntoutusta järjestävät monet tahot. Kuntoutuspalvelujen ongelmana on usein se, että näitä palveluja järjestävien eri tahojen yhteistoiminta on puutteellista. Lisäksi niiden toiminnan tavoitteet voivat painottua eri tavoin. Sairaalalla ja oma suunnitelmansa, avohoidolla omansa, työvoimatoimistolla ja Kelalla samoin ihan omanlaisensa. Sen vuoksi verkostopalaverit olisivat erittäin tärkeitä ja kuntoutujan itsensä tulisi olla niissä läsnä. (Koskisuus 2003, 132).

5. ERILAISIA KÄYTÄNTEITÄ JA SUUNNITELMIA

5.1. Arkea ja kehittämisideoita sosiaali- ja terveysalalla

Ammatillisella puolella koulutusalat ovat esimerkiksi työtehtäviltään hyvin erilaisia (palvelualat, kulttuuri, tekniikka ja liikenne, kauppa ja hallinto, maatalous, sosiaali- ja terveysala). Tarkastelen tässä lähinnä sosiaali- ja terveysalaa Ritva Maneliuksen kehittämistehtävään pohjautuen. Jyväskylän ammattiopistossahan on kehittämis-hanke meneillään koko nuorisoasteen koulutuksen osalta, joten uudistuksia on tu- lossa Anneli Muurosen vetämän kehittämisprojektin myötä.

Ritva Maneliuksen mukaan (2004, 28) ammattiopiston koulutusalat ovat psyykkisessä kuormittavuudessaan keskenään erilaisia. Sosiaali- ja terveystalalla opintojen alkuvaiheessa käsitellään esimerkiksi kasvuun ja kehitykseen liittyviä teemoja ongelmiseen. Tällöin opiskelijalta voidaan edellyttää toimimista tukena toiselle ihmiselle samoissa ongelmissa, joiden parissa hän itsekin saattaa kamppailla (oma aikuistuminen ja itsenäistyminen, elämäntilanteen tai perheeseen liittyvät vaikeudet).

Ritva Manelius on omassa kehittämistehtävässään (2004, 17-18) käsitellyt Jyväskylän ammattiopiston sosiaali- ja terveystalalla oppilaitoksen opinto-ohjauksen ja erityisopetuksen arkea. Hänen mukaansa opintojen keskeyttämis- ja oppilaitoksesta eroamisprosentit ovat aika korkeita (n. 10 %). Perimmäiset syyt liittyvät hänen mukaansa usein sosiaalisiin kysymyksiin, opiskelijoiden elämäntilanteisiin, taloudellisiin vaikeuksiin, yleisiin kypsymättömyyteen tai päihde- ja mielenterveysongelmiin. Opinto-ohjaaja kohtaa näitä ongelmia hänen mukaansa usein, koska ne ovat voineet olla osatekijöinä jo opiskelijoiden hakeutumisessa oppilaitokseen. Kyseiset ongelmat ovat monisyisiä, yhteisöllisiä ja yksilöllisiä, joten oppilaitoksen keinot ratkaista niitä tai estää opiskelun lopettaminen ovat usein rajalliset.

Joskus arkea ja yhteistyötä saattaa hankaloittaa se, että työtilat ja opetustilat sijaitsevat eri paikoissa. Entäs halutaanko profiloitua erityisopetukseen? Voisiko oppilaitos olla myös erityistä tukea ja ohjausta tarvitsevia varten? Halutaanko laajentaa koulutustarjontaa ja kehittää erityisopetusta ja muita tukimuotoja? Jos oppilaitos on hyvinvointia tuottava oppilaitos ja edustamansa ammattialan (=sosiaali- ja terveystala) näköinen, sen intresseihin tulisi kuulua opiskelumahdollisuuksien tarjoaminen hyvin erilaisille ihmisille. (Manelius 2004, 24-25).

Sosiaali- ja terveystala vetää erilaisia opiskelijoita puoleensa, koska se vaikuttaa tarjoavan vastauksia tai tukea nuorten arkeen ja heidän oman elämän ongelmatilanteisiin. Siis alalle valikoituu opiskelijoita, jotka tarvitsevat tukea ja ohjausta opiskelusaan ja muussa elämässä. Osa tuen tarpeessa olevista on opiskelemassa sen vuoksi, kun ” ei ole muutenkaan paikkaa missä olla, kun siellä ovat ne ainoat kaverit tai ilmainen lämmin ruoka”. Opiskeluihin sitoutumista ei aina em. syistä tapahdu (Manelius 2004, 20).

Sosiaali- ja terveystalouden oppilaitoksen opiskelijoista on Maneliuksen mukaan (2004, 35) paikallisten mielenterveyspalveluiden asiakaskunnassa runsaasti, mikä sinänsä ei ole huono asia. Enemmän vaikuttaa opiskelijan kokonaistilanne ja se, mistä hänen hoitoon hakeutumisessa on kysymys. Useimmiten on kyse masennuksesta. Sosiaali- ja terveystaloudella opiskelu voi nostaa muita aloja selvemmin ongelmat esiin ja vaatii niihin puuttumista. Oppilaitoksen tulisi hänen mukaansa lisätä yhteistyötä mielenterveyspalveluita tarjoaviin tahoihin Jyväskylän seudulla.

Oppilaitoksella on monenlaisia mahdollisuuksia tukea esimerkiksi masentuneen opiskelijan opiskelua: hänelle voidaan tehdä kevyempi opetussuunnitelma, järjestää mahdollisuus tukiopeutukseen tai säännöllisiin tapaamisiin erityisopettajan, kuraattorin, terveydenhoitajan, opinto-ohjaajan tai luokanvalvojan kanssa. Opetuksessa tulee aina ottaa huomioon myös masennukseen liittyvät vaikeudet. Esimerkiksi vaikka opiskelija terveenä ollessaan suoriutuisi opinnoistaan kiitettävästi, hän voi sairastuaan psyykkisen toimintakyvyn alenemisen vuoksi tarvita samoja tukitoimenpiteitä kuin oppimisvaikeuksista kärsivä luokkatoverinsa (Manelius 2004, 31). Liian usein katsellaan aiempia koulutodistuksia ja tällöin odotukset opintojen etenemisestä eivät pohjautu nykyhetkeen. Myös päinvastoin saattaa käydä: joku opiskelija ei ole jaksanut panostaa koulunkäyntiinsä yläasteella, mutta aikuisempana keskittyminen ja suoriutuminen ovat eri tasolla.

Joillekin opiskelijoille saattaa tuottaa vaikeuksia opetussuunnitelmaan tutustuminen, lukujärjestyksen hahmottaminen ja omien opintojen suunnittelu. Nykyään oppilaitoksilla saattaa olla myös yhteisiä valinnaisten opintojen tarjottimia, joiden kurssit saattavat olla useammassa eri oppilaitoksessa. Esimerkiksi näiden syiden vuoksi Ritva Manelius korostaa (2004, 31) strukturoidumman työjärjestyksen ja selkeämmän opiskelusuunnitelman mahdollisuutta yksinkertaisine ohjeineen. Lisäksi opinnoissa tulisi edetä pienin askelin ja pala palalta – ei koko moduli tai koulutusohjelma kerrallaan. Tällöin opiskelija paremmin huomaa myös saavuttamansa tulokset ja onnistumiset,

Lähihoitajien opintoihin kuuluu isompina kokonaisuuksina kasvun tukemista, hoitoa ja huolenpitoa sekä kuntoutusta. Joskus työjärjestykset laaditaan siten, että opiskelija saattaa joutua opiskelemaan ensin kuntoutuksen modulin työssäoppimisjaksoon ja vasta sen jälkeen hoitotyön. Opetussuunnitelmaan ko. asiat on suunniteltu

eri järjestykseen, joten esimerkiksi tällaisissa erityisissä muutosvaiheissa opiskelijat tarvitsevat paljon tukea.

Jyväskylän ammattiopistossa on erityisopetusta järjestetty erityisryhmissä ja integroidusti ns. normaaliryhmissä. Erityisryhmiä on ollut Teknisessä oppilaitoksessa sekä Palvelualojen oppilaitoksessa. Erityisryhmissä toteutettavaa erityisopetusta on ko. aloilla pidetty onnistuneena ratkaisuna selkeytensä ja riittävän kysynnän vuoksi. Kehityssuunta on kuitenkin pois erityisryhmistä. Ongelmia on ilmennyt silloin kun erityistä tukea tarvitsevia on integroitu, mutta samalla ei ole huolehdittu riittävästä ohjaus- ja tukiresursseista (Manelius 2004, 18).

Muita erityisopetuksen järjestelyjä on ollut mm. yhteistyötä Tekevän ja Kuhankosken erityisammattioppilaitoksen kanssa. Olisi kuitenkin tarvetta erilaisiin nivelvaiheen järjestelyihin entistä enemmän. Niinpä esimerkiksi ammattiopiston oman valmentavan koulutuksen järjestämiselle on monien asiantuntijoiden mielestä perustelut olemassa. (Manelius 2004, 19).

Opinto-ohjaajana ollessaan Ritva Manelius on huomannut (2004, 31), että tarvittaisiin ammatillista erityisopettajaa koordinoimaan kokonaisuutta, samanaikaisopettajaa varmistamaan tavoitteisiin pääsy ja muuta oppilashuoltohenkilöstön tukea takaamaan riittävä tuki yksilöllisesti etenevän opiskelun nivelvaiheissa.

5.2. Tunnetukea opiskelijoille

Jouko Tervonen on käsitellyt omassa kehittämishankkeessaan (Tervonen 2005, 2) POKE:n (= Pohjoisen Keski-Suomen Oppimiskeskus) erityisopetussuunnitelmaa. Hänen työnsä tavoitteena oli lisätä POKE:n opettajakunnan valmiuksia kohdata ja ohjata opiskelijoita, joilla on ongelmia käyttäytymisen ja tunnealueen osalta. Hänen mielestään jokaisen opettajan tunnekokemisen ja häiriökäyttäytymisen ennaltaehkäisemisen taidot kehittyisivät omaa työskentelyä refleктоimalla ja yhteisiä kokemuksia jakamalla.

Käyttäytymishäiriöisten lisäksi apua tarvitsevat myös Tervosen mukaan (2005, 6-7) tunnehäiriöiset. Kuitenkin oman itsensä kanssa konfliktissa olevina he eivät tuo avuntarvettaan ilmi yhtä äänekkäästi kuin sosiaalisesti sopeutumattomat ja saattavat

jäädä vaille sitä yksilöllistä tukea, jota he tunne-elämältään tasapainoisiksi kasvaessaan tarvitsisivat. Ongelmallista tämä on siitä syystä, että monet vanhemmat ja opettajatkaan eivät ole riittävästi selvillä tunne-elämältään häiriintyneiden nuorten ongelmista. Usein tästä seuraa se, että kasvua tukevat toiminnot kohdistetaan ensisijaisesti ympäristön kanssa ristiriidassa oleviin nuoriin, koska he tuovat avuntarpeensa näkyvimmin esille.

Tunnetukeminen voidaan nähdä osana oppilaitoksen kriisisuunnitelmia. Jo olleissa suunnitelmissa on ollut toimintamalleja masentuneen, itsetuhoisen tai psykoottisen opiskelijan tunnistamiseksi ja auttamiseksi. Vain harvoissa kriisisuunnitelmissa on ollut oppilaitosyhteisön ilmapiiriä ja yhteistoimintaa rakentavia toimintamalleja (Peltonen & Säävälä 2001, 197).

Tunnepuolen asioiden huomioiminen kuulostaa hyvältä. Mielestäni tunteet kuitenkin kuuluvat opiskelijoiden arkeen, eivätkä pelkästään kriisitilanteisiin, joten kouluttajilla pitäisi olla valmiuksia reagoida opiskelijoiden muuttuviin tilanteisiin ihan omilla tunteillaan tai sitten ohjata opiskelijaa kuraattorille tai opinto-ohjaajalle.

5.3. Tukitoimia ja yhteistyötä

Anja Jussila tunnistaa (2004, 27) omasta oppilaitoksestaan PAO:sta (= Pohjois-Pohjanmaan ammattioppilaitos) pienen joukon opiskelijoita, jotka tarvitsevat tiiviitä ohjaus- ja tukitoimia opintojensa tueksi. Näiden opiskelijoiden yksilölliset tavoitteet omalle elämälleen ovat hukassa, eivätkä omat voimavarat joko sairauden tai elämäntilanteesta johtuvista syistä ole riittävät motivaation löytymiseen. Nykyäänkin kaikkein tärkein ja samalla kaikkein vaikein tehtävä nuoren kasvattamisessa on auttaa häntä elämän merkityksen löytämisessä.

Keväällä 2004 oli kokeiluna PAO:ssa yhden opintoviikon mittainen opiskelutekniikan kurssi niille opiskelijoille, joiden opiskelut olivat vaarassa keskeytyä. Tavoitteena oli kehittää opiskelijoiden valmiuksia itsenäiseen elämään, tukea myönteistä kehitystä ja vahvistaa itsetuntoa ja arjessa jaksamisen taitoja. Kunkin opiskelijan yksilölliset tavoitteet, voimavarat ja elämäntilanne huomioitiin. Keskeiset sisällöt olivat itsetuntemus, vuorovaikutustaidot ja selviytymistaidot. Yhteistyötä tehtiin Merikosken koulutuskeskuksen kanssa. (Jussila 2004, 27-28).

PAO ja Merikosken koulutuskeskus ovat myös tehneet yhteistyötä opiskelijavaihtoina ilman rahaliikennettä. Paljon yksilöllistä tukea tarvitsevan opiskelijan on tulevaisuudessa mahdollista siirtyä Merikosken koulutuskeskukseen joko lyhyemmälle tukijaksolle tai pysyvästi opiskelemaan pienempään ryhmään. Vastaavasti Merikoskelta voi siirtyä opiskelijoita yleisen ammattikoulun puolelle (PAO) niin halutessaan. Tästä on tarkoitus saada pysyvä käytäntö. Lisäksi PAO:ssa on aloitettu v. 2004 pienryhmäopetus ruotsin kielen, englannin kielen ja matematiikan opetuksessa, jota siis tarjotaan erityisopetuksena erityistä tukea tarvitseville opiskelijoille (HOJKS - opiskelijoille). Myös tällaiset pienryhmät on tarkoitus saada pysyviksi toiminnoiksi. (Jussila 2004, 30-31).

6. OPETTAJAN TYÖNKUVAN MUUTTUMINEN

Oppilaitoksen tulee olla peili ja pienoismalli yhteiskunnasta ja ohjata opiskelijoita toimimaan sen prosesseissa. Kouluille ja opettajan työlle asetetaan tänä päivänä monenlaisia haasteita. Elämme aikaa, jossa kasvatustavat ja uskomukset muuttuvat aikaisempaa nopeammin ja monet erilaiset ryhmät ja ajatuskannat tulevat samanaikaisesti näkyville. Opetuksen eriyttäminen on ollut haasteena jo kauemmin. Suuria haasteita asettavat monet muutokset kuten esim. oppimisympäristöjen voimakas laajeneminen, sähköisten viestimien tehostuminen ja median vaikutuksen kasvu, työttömyys ja syrjäytymisen ehkäiseminen, nuorten yhteiskunnallisen tilanteen ymmärtäminen, yksilöllisten koulutustarpeiden korostuminen, koulun avaaminen ympäristöönsä, perherakenteiden moninaistuminen ja kotien tukeminen kasvatuskysymyksissä, rasismi ja väkivaltakulttuurin voimistuminen, koulunvastaisen alakulttuurin kohtaaminen sekä maantieteellisten alueiden eriarvoistuminen. (Aaltola 2005, 20-21 ja Luukkainen 2005, 144).

Opettajan työn muuttumisen taustalla on Ritva Maneliuksen mielestä opiskelijoiden yksilöllinen huomioonottaminen ja pyrkimys opetuksen joustavaan toteuttamiseen. Oman aineen opettamisesta on siirrytty kokonaisvaltaisempaan ammatillisen kasvun tukemiseen. Tämä on seurausta sekä opiskelijoihin että oppimiseen liittyvistä teki-
jöistä. Opettaja ei voi enää "rauhassa" opettaa omassa koulussa ja luokassa välittämättä kokonaisuudesta. Lisäksi opiskelijat oireilevat suomalaisen yhteiskunnan sosiaalisia ongelmia, länsimaisen elämäntavan epäkohtia ja koko maailman ekolo-

gista ja taloudellista tuskaa. Opettajat ovat vaativamman tehtävän edessä kuin aiemmin. (Manelius 2004, 20).

Opettajalla tulisi olla kyky, taito ja halu ymmärtää, analysoida yhteiskuntaa ja sietää muutosta, kykyä elää muutospaineiden keskellä sekä halua ja voimaa vaikuttaa aktiivisesti muutospaineiden suuntaan. Oppiva ihminen joutuu yhä enemmän luomaan itse ja rakentamaan totuutensa, maailmankuvansa ja ihmiskäsityksensä yleensä hyvin sirpaleisen ja asenteellisen tiedon pohjalla. Ongelmista ja kehittämistarpeista tulee oppilaitokselle ja opettajalle yhä nopeammin kasvava haasteiden viidakko. Koulun ja opettajan tehtävänä on toimia yhteiskunnallisena muutosvoimana, kriittisenä tiedostajana ja uusien käytäntöjen etsijänä. (Luukkainen 2005, 145-146).

Aaltola esittää (2005, 21) Hannu Simolan tiivistelmän opettajuutta koskevista ideologisista korostuksista: *toiveiden ja arjen kaksoissidoksessa kamppailevalle opettajalle esitetään vaatimukset: rakasta muutosta, kestä kaaosta, kehitä itseäsi ja kokeile rajojasi – ja tee tämä kaikki yhteistoiminnallisesti.*

Syvällinen oppiminen ja kasvu tarvitsevat kuitenkin aikaa, jota opettajan tulisi varata ja puolustaa sekä oppilailleen että itselleen. Riittävä viipyminen asioiden, ihmisten sekä erilaisten näkemysten ja perustelujen parissa on tärkeää (Aaltola 2005, 27-28). Miten tämä ajan riittävyys on huomioitu nykyisissä koulun työjärjestyksissä? Entäs ammatillisella puolella? Esimerkiksi lähihoitajien opetussuunnitelma sisältää koko ihmisen elämän vauvasta vaariin monine versioineen – pohdiskeluihin ei jää aikaa juuri missään oppiaineessa. Miten opettaja sietää arjessaan sen, että lähes kaikki jää aina kesken? Yksilöllistä opetusta ei monessakaan oppilaitoksessa voi antaa.

Opettaja oli aikaisemmin lähinnä tiedonjakaja. Koska tänä päivänä tietoa on saatavilla paljon ja asiat muuttuvat nopeasti, korostuu toisenlainen rooli opettajan työssä. Aaltola kuvailee artikkelissaan (2005, 30-35) vanhaa ja hyvää Sokrateen mallia, joka on dialogia opettajan ja opiskelijan välillä. Kysymyksillä on tavoitteena saada esille niitä tietoja, joita opiskelijalla jo oli, mutta joita hän ei tiennyt itsellään olevan. Hän pohtii myös eettisyyttä, joka tarkoittaa sitoutumista ja vastuun kantamista, auttamista ja toisten ihmisten ja kaiken elämän kunnioittamista. Miten tämä otetaan huomioon silloin, kun kasvatetaan opiskelijoista itseohjautuvia ja itseään toteuttavia?

Luukkaisen mukaan (2005, 154-163) tarvitaan opettajia, jotka ottavat huomioon ajankohtaiset tapahtumat oppilaan henkilökohtaiselta tasolta aina globaalille tasolle. Opettajien tulee olla vuorovaikutuksessa moniin tahoihin kuten esimerkiksi sosiaalityöntekijöihin, perheneuvolaan, toisiin oppilaitoksiin, elinkeino- ja työelämään, kulttuurin edustajiin, vanhempiin. Opettajuus on siis jatkossa sekä aktiivista ajassa elämistä että tulevaisuushakuista suunnan näyttämistä oppijan ja yhteisen hyvän parhaaksi. Kansankynttilän roolista 1960-luvulta on kuljettu asiantuntijan ja reflektoivan tutkijan sekä yhteiskunnallisen vaikuttajan roolien kautta eettisesti näkemykselliseen ja aktiiviseen yhteiskunnan kehittäjän rooliin.

Opettajan työ on ihmissuhdetyötä, jossa opettaja käyttää omaa persoonaansa työvälineenä. Työ sisältää paljon tunneperäistä rasitetta ja lisäksi opettaja joutuu tuntemaan työssään ajoittain myös turhautuneisuutta. Kyky iloita pienistäkin saavutuksista sekä luottamus oppijoiden kykyyn ja haluun ponnistella erilaisten oppimistehtäviensä parissa antaa eväitä opettajan työhön. Hyvään opettajuuteen kuuluu myös omasta itsestä huolehtiminen. Hyvä ihmissuhdeverkosto, perhe ja ystävät ovat Kaarina Määtän mukaan (2005, 216-218) maailman paras henkivakuutus. Lisäksi hänen mukaansa hyvän opettajan tulee olla esikuva vaikeissakin elämäntilanteissa sekä uskoa ja pyrkiä paremman kasvuympäristön ja maailman rakentamiseen.

”Erityisopetuksessa ja psykiatristen toimipisteiden kouluissa opettajan työskentely on mahdotonta, ellei hän ensin solmi tunnesiteisiin sitoutuvaa yhteyttä oppilaisiin. Vasta tuon tunnekontaktin ja ”sillan” avulla voi opettaminen ylipäänsä olla mahdollista” Näin kirjoittaa Pirkko Turpeinen (2004, 30) kirjassaan Ahdingossa luova lapsi ja nuori. Edelleen hän jatkaa, että tavallisen koulun tavallisessa luokassa opettajalla ei useinkaan ole käsitystä, minkälaisen ihmisten kanssa hän on tekemisissä. Oppilaila on erilaisia perhetilanteita, keskinäisiä suhteita ja oppiminen etenee erilailla eri oppijoilla. Tunnistaako opettaja erilaisuuksia arjessaan isoja ryhmiä opettaessaan?

Opettajan ammattitaitoon kuuluu myös emotionaalinen ammattitaito. Se ei ole vain yksilöiden tunteitten käsittämistä ja hyväksymistä osana työtoimintaa. Siihen kuuluu myös ja erityisesti yhteisöllisten tunteitten havaitseminen sekä kyky työskennellä yhdessä muiden kanssa siten, että voidaan vapautua yhteisöllisten tunteitten aikaansaamista latauksista ja toiminnallisista väistöistä (Ihanainen 1995). Tunteitten

peruslaatu on prosessuaalisuus tai virtaavuus ja siitä seuraava hallitsemattomuus. Tunteita ei siis voi hallita, mutta niiden kanssa voi elää levollisesti.

Eryitystä tukea tarvitsevien palvelut kehitettiin aikanaan tukemaan segregatiota, erillispalveluja, koska erilaisuus haluttiin poistaa. Sitä vierastettiin ja pelättiin. Nykyään erityisopetusta tulisi myös kehittää korjaavasta työstä yhteisölliseen, erilaisuuden hyväksymiseen ja asenteiden tarkistamiseen suuntaan (Hirvonen 2005, 22-24). Miten on vuonna 2006? Vieläkö erilaisuutta vierastetaan? Skitsofreniaa? Anoreksiaa? Millaisia saattavat olla joidenkin opettajien ennakkoluulot tai asenteet? Entäs opiskelijoiden?

Ammatillisen erityisopettajan muuttuvaan työnkuvaan on perehtynyt Maija Hirvonen, jonka tutkimuksen mukaan (2002, 30-35) myös erityisopettajan työnkuva on muutosten edessä. Hänen tutkimukseensa osallistuneiden opettajien palautteiden mukaan erityistä tukea vaativia opiskelijoita on paljon. Koulu pitää tärkeimpänä tutkintojen saavuttamista, mutta kaikki eivät saavuta tutkintoa. Myös valmentavan koulutuksen lisääntyvä tarve tuli esille tutkimuksessa. Lähes kaikki vastanneet kertoivat mielen-terveysongelmien yleisyydestä. *”Nuorilla on todellista hätää, turvattomuutta, yksinäisyyttä, erilaisia oppimisvaikeuksia. Paljon mielen-terveysongelmia, jotka heijastuvat erilaisina elämänhallinnan vaikeuksina, jaksamattomuutena.”*

Erytisopettajat haluaisivat Hirvosen mukaan (2002, 37-) painottaa enemmän työssään nykyistä enemmän yksilöllistä työskentelyä yksittäisen opiskelijan kanssa, koska se tuottaa hyviä tuloksia. Moniammatillista yhteistyötä asiantuntijaverkostossa tarvitaan, tukitoimia työssäoppimisen ja työllistymisen ohjaamiseen. He kokivat myös tärkeänä vaikuttamisen työnantajien asenteisiin, jotta nämä ymmärtäisivät, että erityisopiskelijakin pystyy tuomaan oman panoksensa yhteiskunnalle.

Erytisopetukseen tarvitaan uusia malleja sekä samanaikais- ja pienryhmäopetusta, jotta opettajien työnkuvan muutoksiin pystytään vastaamaan. Sekä integraatiota että erityisryhmiä tarvitaan, koska kaikki opiskelijat eivät pysty etenemään integraatiomallissa. Tuloksissa mainittiin myös, että *”jatkoissa on lähdettävä siitä, mitä opiskelija osaa ja mihin hän on motivoitunut ja annetaan hänelle oppimismahdollisuuksia ja ohjausta siinä.”* (Hirvonen 2002, 37-38).

Kaikista yhteiskunnassa tapahtuvista muutoksista huolimatta Anita Kangas korostaa (2003, 75), että opettajalla ei ole mitään perusteita ryhtyä säälimään erityisoppilasta. Opettajasta tulisi sen sijaan näkyä kunnioitus jokaista oppilasta kohtaan, arvostus ihmisenä ja yksilönä sellaisena kuin hän on. Lisäksi tulee pitää perustellusti ja määrätietoisesti kiinni niistä tavoitteista, joihin oppilaan on mahdollisuus pyrkiä. Ellei opinnot etene, täytyy tilanne selvittää yhdessä oppilaan kanssa. Tavoitteista luopuminen tai luovuttaminen saattaa antaa oppilaalle tunteen kokonaisvaltaisesta kyvyttömyydestä.

7. KUNTOUTUVAN OPISKELIJAN TUEN TARVE

Kuntoutuva opiskelija tarvitsee tukea juuri niihin vaikeuksiin, joita hänellä arjessaan on. Mielenterveyskuntoutujia ei ole ”kloonattu”, vaan kukin heistä on yksilö, jolla on yksilölliset vahvuudet, vaikeudet sekä myös yksilöllinen tuen tarve. Paranoidinen, paniikkioireinen, syömishäiriöinen tai masentunut kuntoutuva opiskelija saattaa tarvita tukea ihan eri asioihin. Syömishäiriön kanssa taisteleva opiskelija tietää kalorit ja terveellisen ravinnon merkityksen. Hän hyötyisi koulun ulkopuolisesta turvallisesta terapiasta, jossa kipeitä ja vaikeita asioita voisi työstää ja pikkuhiljaa saada takaisin kadonnutta itseluottamusta. Koulussa hän hyötyisi henkilökohtaisista ohjauskeskusteluista, joissa opiskelun arkea ja sen paineita voisi yhdessä käydä läpi

Jos pakkotoiminnoista kärsivän opiskelijan on vaikea päästä liikkeelle asunnostaan aamuisin, hän saattaa tarvita jonkin aikaa kotikäyntejä tekevän psykiatrisen hoitajan apua ja tukea liikkeelle lähtemiseensä. Koulussa hän voisi hyötyä henkilökohtaisesta lukujärjestyksestään, jossa huomioitaisiin aamutoimiin menevä aika ja räätälöitäisiin hänelle aamutunteja korvaavia tehtäviä. Pelkkä aamutunneilta poissaolojen ja myöhästelyjen laskeminen ei lisää motivaatiota, koska hänen aamunsa saattavat olla todella työläitä.

Paranoidisista oireista kärsivää opiskelijaa saattaa auttaa jo luokkatilanteissa pelkkä työskentelypaikan miettiminen siten, että se tuntuu opiskelijasta itsestään turvalliselle. Arka opiskelija hyötyisi, jos voisi ainakin opintojensa alussa tehdä tenttinsä kirjallisina ja pitää suullisia esitelmiä vasta opintojen myöhemmässä vaiheessa, kun rohkeutta on tullut lisää. Peliongelmainen tarvitsee tukea päästäkseen irti pelaamisestaan, koska jos eurot ovat aina lopussa ja velkaakin kertyy, ei energiaa kenties riitä

opiskelutehtävien tekemiseen ajallaan. Lisäksi esimerkiksi peliriippuvuuden saattaa opiskelija kokea äärimmäisen häpeällisenä ja piilotella sitä kuukausia, ennen kuin rohkenee ottaa asian puheeksi kenenkään kanssa.

Masentunutta on turha patistella reipastumaan, koska hänen voimavaransa ovat vähissä. Enemmän hän hyötyy siitä, että onnistuu oikeissa tehtävissä, joiden avulla itseluottamus kohenee. Kun itseluottamusta tulee lisää, hän rohkenee yrittää vaativampia tehtäviä.

Arki ei ole aina helppoa kenellekään opiskelijalle. Silti olisi tärkeää oppia sietämään myös tavallista arkea. Anita Kankaan mukaan (2003, 79) jokainen meistä haluaa kokea olemisen oikeutusta juuri sellaisena kuin olemme. Paras kannustin, mitä voimme saada, on tulla hyväksytyksi juuri omana itsenämme. Opiskelijan kokemus omasta itsestään on syntynyt pitkällisen prosessin kautta. Nuorempi oppilas ei vielä pysty tietoisesti pohdiskelemaan mennyttä elämäänsä niin kriittisesti, että pystyisi selittämään omaa persoonaansa myös ympäristötekijöiden muokkaamaksi. Paras keino oppilaan itsetunnon ja minäkuvan parantamiseksi on tuottaa uudenlaisia kokemuksia. Systemaattisesti annettu myönteinen ja oikeutettu palaute todellisissa suoritustilanteissa alkaa pikkuhiljaa muovata oppilaan kuvaa paremmasta osaamisesta. (Kangas 2003, 79). Mielestäni em. Anita Kankaan ohje sopii erittäin hyvin myös mielenterveyskuntoutujien tukemiseen.

Joillakin opiskelijoilla saattaa olla erityisiä oppimisvaikeuksia tai vaikeuksia kielellisissä valmiuksissa käsitellä arkielämän tilanteita. Sen vuoksi heille on asiat selitettävä hyvin selkeästi pieninä annoksina esimerkiksi vain päälauseita käyttäen. Epäselvät käsitteet johtavat helposti virhetulkintoihin. Koko ajan olisi opettajan kyettävä kontrolloimaan sitä, puhuuko hän oppilaansa kanssa samaa kieltä. (Kangas 2003, 85).

Ihan erityinen vaikeus voi jollakin opiskelijalla olla äänien kuuleminen. Hänellä saattaa sen vuoksi olla suuria vaikeuksia työskennellä ryhmässä. Hän saattaa vetäytyä, koska hän ei kenties aina kykene erottamaan, milloin hän kuulee ääniä päänsä sisältä, joita muut ryhmäläiset eivät kuule ja milloin joku ryhmäläisistä tai opettaja puhuu hänelle. Katsekontakti äänessä olevaan ryhmäläiseen helpottaa joskus, jolloin hän pystyy lukemaan huulilta puhetta. Usein ääniä kuuleva ei halua kertoa vaikeuk-

sistaan, vaan salaa koko asian ja jää kenties ilman tukea tai tulee väärinymmärrätyksi.

Erityisopettajiksi opiskelevilla opettajilla ilmenee monenlaisia asenteita erityistä tukea tarvitsevia opiskelijoita kohtaan. Dahlquist ym. toteavat (2002, 5), että yksilöllisen oppimisen turvaamiseen yleisessä ammatillisessa koulutuksessa sisältyy monia haasteita. Erityispedagogiikan ammattilaisen on tiedostettava työtään ohjaavat arvot ja käsitykset syvällisesti, koska alaan liittyy paljon eettistä problematiikkaa.

Tarvitaan monipuolista tietoa erityisopetuksesta ja varmasti asenteiden muovautumista sopeutumisessa kohtaamaan erilaisuutta. Erityistä tukea tarvitsevia on turha eristää omaksi pienryhmäkseen, josta puuttuu ns. normaalin opiskelijan malli (Dahlqvist et al 2004, 39). Onko em. kommentissa pysähdytty ajattelemaan asiaa erityistä tukea tarvitsevan opiskelijan kannalta? Miten ns. normaaliryhmässä pärjää esimerkiksi paniikkioireinen, jolla myös on oikeus ammatillisiin opintoihin ja joka myöhemmin saattaa olla ammatissaan loistava työntekijä oireilun vähennyttyä? Muistetaan-ko, että erityisopetus on erityisen hyvää, syvällisesti opiskelijan yksilöllisiin tarpeisiin paneutuvaa opetusta?

Jyväskylän sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksella opetussuunnitelma ja opetusjärjestelyt on toteutettu niin, että HOPS:n tekeminen ainakin periaatteessa on mahdollista. Kehittämisen haasteet ovat Maneliuksen mukaan (2004, 24) osaksi rakenteissa ja osaksi sisällöissä. Ryhmäkoon pienentäminen olisi hyvä keino tehostaa opetusta ja ohjausta, mutta ei kovin todennäköinen kireässä rahatilanteessa. Opiskelijatilanteen seuranta on usein viiveellistä ja tiedonkulku ongelmallista, jolloin yhteys opiskelijaan saatetaan saada ongelmatilanteissa liian myöhään. Opiskelijoiden taustatietoja ja lähtötasoa selvitetään, mutta aina ei tiedetä, miten tätä tietoa voisi hyödyntää.

Mielenterveyden ongelmat horjuttavat usein ammatillisessa opiskelussa ja itsenäisessä selviytymisessä tarvittavia minän peruspilareita. Mielenterveysongelmissa muodostuvat monet omaan itseen ja vuorovaikutussuhteisiin liittyvät ongelmat koulunkäyntiä ja opiskelua haittaaviksi tekijöiksi. Identiteetti- ja itsetunto-ongelmat vaikeuttavat uranvalinnallisten ratkaisujen tekemistä ja opinnoissa selviämistä. Esimerkiksi vakava masennus saattaa lamaannuttaa tavalla, jota terveen ja toimintakykyisen ihmisen on vaikea uskoa ja ymmärtää (mielialan nopeat vaihtelut, keskittymiskyvyttömyys, itsesyytökset, väsyneisyys jne). Ammatillisissa

opinnoissa menestyminen edellyttää myös itsenäistä päätöksentekoa ja tulevaisuussuuntautuneisuutta. (Manelius 2004, 28-29).

Oppimisvaikeuksia tai käyttäytymisongelmia omaavat oppilaat tarvitsevat tavallista enemmän kannustusta ja myönteistä palautetta pienistäkin edistymisistään, jotta motivaatio koulutyöhön säilyisi. Kuitenkin heillä on heikoimmat edellytykset saada kannustusta, eikä se ole helppoa itsearviointinkaan avulla. Näissä tilanteissa on opettajalla keskeinen rooli. Vahvuuksista löytyy myös edellytykset ja keinot selviytyä tulevista ongelmatilanteista. (Kangas 2003, 64-65).

Ritva Manelius on opinto-ohjaajana ollessaan nähnyt monenlaisia tilanteita. Hänen mukaansa mielenterveysongelmien selvittelyssä ja hoitamisessa tarvitaan usein monien eri tahojen yhteistyötä.

Ammatillisessa oppilaitoksessa saattaa olla sellainen tilanne, että kukaan opettajista tai muusta henkilökunnasta ei näe nuorta kokonaisuutena tai riittävän pitkään, jotta näkisi avun tarpeen ja hahmottaisi tarvittavat toimenpiteet. Oirekuvien moninaisuus vaikeuttaa oikean diagnoosin tekemistä ja oikeiden hoitomenetelmien löytymistä. Opiskelija tekee kenties useita epäonnistuneita yrityksiä eri oppilaitoksissa, keskeyttää, eroaa ja oppilaitoksen näkökulmasta ongelma häviää. Usein sama opiskelija on samoine ongelmineen tai vaikeutuneine ongelmineen kuitenkin jossakin toisessa paikassa. Aikaa on tavoitteiden saavuttamisen kannalta mennyt hukkaan ja nuori on koko ajan voinut huonosti. Hän on kenties syrjäytymässä muistakin ikäisilleen tyypillisistä toiminnoista kuin opiskelusta.

Asioihin puuttuminen mahdollisimman varhain vähentää monenlaisia inhimillisiä kärsimyksiä. Hyvin toimivat opiskelijahuollon palvelut ennaltaehkäisevät mielenterveysongelmien syntymistä tai pahenemista. Ne löytävät erityistä tukea ja hoitoa tarvitsevat nuoret ajoissa ja ohjaavat tarpeenmukaisen tuen piiriin. Opiskelijahuollon toiminnoilla ja muilla erityisen tuen ja ohjauksen toiminnoilla voidaan masennuksesta kärsivää opiskelijaa tukea opiskelussaan niin, että hän sairaudestaan huolimatta jaksaa opiskella (Manelius 2004, 30-31).

Siis mielenterveysongelmistaan kuntoutuva opiskelija tarvitsee ennen kaikkea sitä, että hänet hyväksytään opiskeluryhmäänsä omana itsenään. Lisäksi hän tarvitsee runsaasti itseluottamukselleen vahvistusta ja keskustelua omista opinnoista sekä riittävästi henkilökohtaista ohjausta työssäoppimisjaksoille. Jollakin opiskelijalla ei riitä rohkeus osallistua ryhmittöihin, joten voisiko niissä tapauksissa antaa luvan yksilöllisiin suorituksiin ainakin opintojen alkuvaiheessa? Siis kaikkea sellaista tukea, mikä olisi hyödyllistä kenelle tahansa opiskelijalle kohentamaan hänen itsetuntoaan ehkä rankankin sairausvaiheen jälkeen.

Nuori tai vanhempi aikuinen on saattanut sairastumisensa vuoksi joutua keskeyttämään opintonsa (ammattillisella puolella, ammattikorkeakoulussa tai yliopistossa) tai joutunut jäämään monivuotisesta työpaikastaan sairauslomalle ja kenties luopumaan työpaikastaan. Opiskelijan tai työntekijä rooli on vaihtunut ehkä potilaan ja myöhemmin kuntoutujan rooliin. Tai hän on voinut olla oppilaitoksessaan opiskelijan roolissa, mielenterveystoimistossa asiakkaan tai osastolla potilaan roolissa, työpäikällä vastuullisen työntekijän roolissa ja kotona perheen huoltajan roolissa. Siirtyminen roolista toiseen saattaa olla todella uuvuttavaa varsinkin silloin, kun ensimmäistä kertaa elämässään joutuu / pääsee käyttämään mielenterveyspalveluja. Miten säilyä ehyenä eri rooleissa, jos voimavarat ovat vähissä? Toipumisen myötä hänen tulisi rohjeta palata takaisin työntekijän tai opiskelijan rooliin.

On erittäin tärkeää muistaa jokaisen opiskelijan vahvuudet. Niitä on myös jokaisella erityistä tukea tarvitsevalla opiskelijalla. Vahvuudet eivät saisi jäädä piiloon tuen tarpeen alle, vaan ne pitää nostaa esille ja saada myös kuntoutuva opiskelija itse tiedostamaan ja ottamaan käyttöön omat vahvuutensa.

8. OPINTOIHIN VALMENTAVA JA KUNTOUTTAVA KOULUTUS

8.1. Valmentava ja kuntouttava koulutus I

Opetushallituksen ohjeiden mukaan (2000, 7-10) valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen tavoitteena on, että opiskelija saa mahdollisimman todenmukaisen kuvan työelämästä, erilaisista ammateista ja koulutuksen vaihtoehtoista, joiden pohjalta hän pystyy arvioimaan omia taitojaan ja mahdollisuuksiaan. Koulutuksen tavoitteena on myös, että opiskelijalla on koulutuksen päätyttyä mahdollisimman hyvät valmiudet itsenäiseen elämään, koulutukseen tai työhön. Koulutuksen tulee myös tukea opiskelijan myönteistä kehitystä ja vahvistaa hänen itsetuntoaan ja elämäntaitojaan. tavoitteena on, että opiskelijan itseluottamus kasvaa ja aloitekyky lisääntyy niin, että hän kykenee itsenäisesti tai opastetusti tekemään päätöksiä opiskeluaan tai elämänsä koskevissa valinnoissa.

Valmentavaan koulutukseen tulee liittyä myös opiskelijan kokonaiskuntoutus. Siihen kuuluu erityisopetuksen ohella toiminnallinen, psyykkinen ja sosiaalinen kuntoutus. Sen avulla tulee ylläpitää ja vahvistaa saavutettua selviytymisen tasoa tai auttaa

löytämään uusia valmiuksia käytännön elämässä selviytymiseen. Kuntoutumisen on oltava prosessi, jonka tavoitteiden tulee perustua opiskelijan omiin edellytyksiin ja tarpeisiin. Kuntoutuminen voi olla jatkuvaa, päivittäiseen arkielämään sisältyvää toimintaa tai kertaluonteista. Sen tavoitteena on, että opiskelija saa valmiuksia löytää kuntoutumismahdollisuuksia omien tarpeidensa mukaan (OPH 2000, 21).

Valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen opetussuunnitelma pohjautuu opetushallituksen vuonna 2000 ilmestyneeseen julkaisuun Vammaisten opiskelijoiden valmentava ja kuntouttava opetus ja ohjaus (OPH 17.3.2000). Kukin koulutusta järjestävä oppilaitos muokkaa oman koulunsa näköisen koulukohtaisen opetussuunnitelman, jossa kuitenkin tulee olla valtakunnallisten perusteiden mukaiset sisällöt (kaikille yhteiset aineet, toiminnalliset perusvalmiudet ja elämänhallinta, opiskelu- ja työelämävalmiudet, ammatillisen koulutuksen ja työelämän tuntemus sekä vapaasti valittavat opinnot).

Valmentavasta ja kuntouttavasta koulutuksesta on olemassa monenlaisia käsityksiä. Minna Hykkönen nostaa omassa opinnäytetyössään (2002, 18) opettajan osuuden esille. ”*Opettajan tulee asettaa sekä lyhyen että pitkän tähtäimen tavoitteet.*” Itse olen työssäni VKK:ssa pyytänyt opiskelijoitani laatimaan omat tavoitteensa jo usean vuoden ajan. Toki olen ollut tukena niitä muokkaamassa silloin, kun opiskelija on tarvinnut tukea.

Satu Veijalainen on haastatellut mielenterveyskuntoutujille suunnatussa valmentavassa ja kuntouttavassa koulutuksessa sekä opiskelijoita että kouluttajia. Hänen mukaansa (2002, 22) valmentavaan ja kuntouttavaan koulutukseen osallistuminen on antanut kuntoutuville opiskelijoille mahdollisuuden vahvistaa eri oppiaineisiin liittyviä tiedollisia ja taitoja sekä kokeilla omaa opiskelukykyä. Mikäli aiemmista opinnoista on kulunut pitempään aikaa, luottamus omiin tiedollisiin taitoihin ja kykyyn oppia uutta voi olla kadoksissa. Opiskelun aikana opiskelijat kokivat saaneensa vahvistusta myös kognitiivisiin taitoihin, kuten ajatteluun, muistiin ja päätöksentekoon. Opiskeluun liittyvät taidot kuten muistiinpanojen tekeminen ja lukutekniikka, olivat myös kehittyneet. (Veijalainen 2002, 22).

Merkittävää on myös opiskeluun liittyvän innostuksen ja motivaation palaaminen. Joillakin kuntoutumassa olevilla opiskelijoilla on vaikeuksia työskennellä ryhmässä,

mikä saattaa ilmetä vetäytymisenä. Valmentavalla ja kuntouttavalla koulutuksella alkanut kouluttautumispolku tulisi jatkua kunkin opiskelijan yksilöllisiin edellytyksiin soveltuvalla vaihtoehdolla. (Veijalainen 2002,22).

8.2. HOJKS

Valmentavassa ja kuntouttavassa koulutuksessa tarvitaan henkilökohtaista opiskelun järjestämistä koskevaa suunnitelmaa (= HOJKS). Opiskelijat tulevat erilaisista lähtökohdista, kuntoutuminen saattaa olla eri vaiheessa, tavoitteet saattavat olla erilaisia jne. Sen vuoksi on tarpeen tehdä myös yksilöllisiä suunnitelmia. Lisäksi sairaus sinällään tai siihen liittyvä lääkitys saattaa aiheuttaa eri opiskelijoille erilaisia vaikeuksia tai haasteita.

Kun oppilaitoksissa vuosittain raportoidaan opiskelijoiden tuen tarve, käytetään erilaisia luokitteluperusteita. Monet spesifit vaikeudet luokitellaan erillisiksi, mutta kaikki mielenterveysongelmat ja päihdeongelmat niputetaan saamaan koodiin. Jos näin tehdään, muistetaanko arjessa opiskelijoiden yksilöllisyys sekä vaikeuksissa että tuen tarpeessa?

Satu Veijalainen kuvaa raportissaan (2002, 48-52) muutamia opetustilanteisiin liittyviä vaikeuksia, joita saattavat olla esimerkiksi keskittymisvaikeudet, poissaolevuus, vaikeus toimia ryhmissä, väsymys, juuttuminen johonkin tehtävään, ahdistuneisuus, aloitekyvyttömyys tai yleisesti oman toiminnan ohjaukseen liittyvät vaikeudet. Saattaa olla siis vaikeuksia aloittaa tehtävät tai saattaa niitä päätökseen.

Joillakin opiskelijoilla saattaa ”juuttumista” tapahtua heidän työskennellessään yksin, mutta he voivat suoriutua samasta tehtävästä opettajan ohjauksessa tai kertovat vastauksensa, ellei kirjoittaminen suju. Tai jotkut tekevät mieluummin tehtävänsä rauhassa kotonaan. Osa opiskelijoista saattaa kuulla ääniä, mikä sinänsä saattaa haitata opetukseen keskittymistä.

Erittäin monella opiskelijalla on sairastumisen myötä itsetunto alentunut. Niinpä eräs opiskelija sanoikin palautteena valmentavan koulutuksen sisällöstä, että on aivan sama, mitä sisältöjä, kunhan tavoitteena on opiskelijan itseluottamuksen ja itsetun-

non kohentaminen. HOJKS:n avulla voidaan räätälöidä kullekin opiskelijalle häntä eniten hyödyntävä opiskeluohjelma valinnaisine opintoineen.

Jokaisen opiskelijan kanssa tehdään siis HOJKS eli henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma, johon kirjataan esimerkiksi opiskelijan omat tavoitteet, suunnitelma, vahvuudet, rajoitteet, tarvittavat tukipalvelut.

Henkilökohtainen suunnitelma perustuu aina opiskelijan yksilöllisiin edellytyksiin ja tarpeisiin. Opiskelijan edistymistä tulee seurata koulutuksen aikana ja henkilökohtaisia tavoitteita ja tukitoimia on muutettava tarpeen mukaan (OPH 2000, 24).

Yksilöllistäminen on analyysia oppilaasta, hänen valmiuksistaan ja edellytyksistään, toimintatavoista, oppimistyylistä ja oppimisympäristöstä (Ikonen & Virtanen 2001, 43).

Valmentavan ja kuntouttavan koulutuksen aikana laaditaan opiskelijalle yksilöllinen, opiskelijan omia tavoitteita tukeva jatkosuunnitelma, jossa huomioidaan ammatilliset, kuntoutukselliset ja asumiseen sekä työtehtäviin liittyvät tavoitteet (OPH 2000, 24).

8.3. Kokemuksia opiskelusta valmentavassa koulutuksessa

Mielenterveyden keskusliitto halusi koota yhteen kokemuksia mielenterveyskuntoutujien opintielämästä. Osallistuimme siihen omalla kirjoituksellamme, jonka kokosimme yhdessä opiskelijoitteni kanssa. (Tuppurainen 2001, 36-39). Opiskelijat olivat oppineet mielestään monenlaisia asioita valmentavassa koulutuksessa. Lisäksi listaan muutamia vuosien varrella kertyneitä lisäkommentteja:

- *koulutuksessa saa olla omana itsenään*
- *sosiaaliset taitoni ovat kohentuneet*
- *HOJKS mahdollistaa monia asioita*
- *henkilökohtainen ohjaus on ollut tarpeellista*
- *yksilönä tulee kuulluksi*
- *saa kokeilla omia voimavarojaan sekä oppilaitoksessa että työpaikoilla*
- *pääsee katsastamaan työpaikkoja, joihin ei ole aiemmin ollut mahdollisuutta mennä*
- *pääsee koulutuskokeiluihin, jotta saa lisäinfoa ennen koulutukseen hakeutumista*
- *sai olla työpaikoilla omana itsenään ilman sairauden leimaa*
- *sai kokeilla työpaikoilla monenlaisia omaan alaan liittyviä tehtäviä*
- *sai aikaa itselleen, kun aiemmin oma aika mennyt toisten huoltamiseen*
- *hienoa löytää itsestään uudelleen taitoja, jotka olleet käyttämättä sairastumisen vuoksi.*

Satu Veijalaisen tekemässä haastattelussa (2002, 37-38) tuli esille, että valmentavaan koulutukseen osallistuminen on vahvistanut opiskelijoiden voimavaroja ja opiskeluun liittyviä taitoja sekä antanut toivoa tulevaisuuteen. Säännöllinen osallistuminen mielekkääseen toimintaan on pitänyt yllä normaalia päivärytmiä sekä tukenut psyykkistä hyvinvointia. Koulutuksen tulee olla opiskelijalähtöistä ja opiskelijalla tulee olla riittävästi tukea sairauden kanssa toimeen tulemiseen.

Pienten, arkipäiväisten asioiden merkitys nousee keskeiseksi opintojen kannalta. Pienetkin huomaavaiset eleet riittävät tuomaan opiskelupäivään mielekkyyden tunteen, mutta yhtä lailla pienten käytännön asioiden sujumattomuus tai ongelmat vuorovaikutussuhteissa voivat aiheuttaa opintojen keskeytymisen uhan. Opiskelijat ovat erityisen herkkiä aistimaan tapaa, miten heihin suhtaudutaan (Veijalainen 2002, 37). Kuntoutuvat opiskelijat myös tarkkailevat erityisesti uusia kouluttajia tai vierailevia tuntiopettajia, miten nämä asennoituvat opiskelijoihin, joilla on tai on ollut mielenterveysongelmia.

9. TOIVEITA KOULUTTAJILLE

9.1. Opiskelijoiden toiveita

Opiskelijat itse ovat todenneet, että jatko-opiskelupaikan löytäminen ei ole helppoa, koska joitakin heistä suuret ryhmät pelottavat. Pienissä ryhmissä opiskeluun voimavarat riittäisivät. Jos hakeutuisi nuorten linjoille, sopeutuisi nuorempien ryhmään? Monelle aikuispuolen linjalle vaaditaan työkokemusta, jota kaikilla kuntoutujilla ei vielä ole. Oppisopimuskoulutus kiinnosti, mutta ehkä eniten mietitytti se, miten kertoa välivuosista työnantajalle. Siis siitä, miksi elämänhistoriassa ei ole ns. ”normaalia opiskelu- ja työhistoriaa, vaan ehkä muutaman vuoden jakso, josta hän ei mielellään kerro enempää. Sairausloma voi olla kipeä asia vuosikausia. (Tuppurainen 2001, 36-37).

”Ammatillisen puolen opinnoissa pitäis järjestää semmosia jutteluhetkiä niinkun täälläki on ollu opettajan kaa, että jutellaan asiat ja miten on menny koulussa, miten on jaksanut ja miltä tuntuu ja niin kuin täällä jutellaan. Että se opettaja ei oo vieras ihminen, ettei vaan olis pelkkä vasuuopettaja, vaan että ois sillai tuttu ja semmonen, että sen kanssa vois

jutella kaikesta. Kun mökin ajattelen niin yläasteella oli se koulukuraattori, mutta se tuntu niin hävettävältä mennä sinne”
(Veijalainen 2002, 35)

Satu Veijalaisen tekemissä haastatteluissa tuli esille opiskelijoiden toiveena, että ammatillisen puolen opetushenkilöstö suhtautuisi mielenterveysongelmiin avoimesti ja luontevasti. Heistä on tärkeää, että he voisivat tuoda jatko-opinnoissaan sairautensa ja sen mukanaan tuomat toimintakyvyn rajoitukset avoimesti esille tutulle opetuspuolen henkilölle. He kokevat tarvitsevansa henkilökohtaista tukea, ohjausta ja aikaa opettajilta. Opiskelijat odottavat myös kunnioittavaa ja arvostavaa suhtautumista heidän tiedollisiin ja taidollisiin valmiuksiin huolimatta taustalla olevista mielenterveyden häiriöistä. Mielenterveyden ongelmat eivät tee heistä älyllisesti vajavaisia, vaikka asioiden prosessointi voi toisinaan vaatia enemmän aikaa. (Veijalainen 2002, 35).

Mielenterveyskuntoutujien opintoihin valmentavassa ja kuntouttavassa opiskelevat opiskelijat kaipaavat myös joustavuutta tuleviin ammatillisiin opintoihinsa. Se voisi tarkoittaa esimerkiksi opiskeluajan pidentämistä, jolloin viikoittaiset työpäivät olisivatkin lyhyempiä opintojen aikana. Opiskelijat pelkäävät myös ammatillisissa opinnoissa tapahtuvaa kilpailua ja sosiaalista eristämistä. He kokevat olevansa ns. normaaliopiskelijasta poikkeavia, jonka vuoksi he ennakoivat erilaisuuden tunteen hankaloittavan tulevia opintoja (Veijalainen 2002, 35-36).

Liisi Aron mukaan (2004, 26) työpaikalla on mahdollisuus yksilölliseen ohjaukseen. Erityistä tukea tarvitsevat ja oppimisessa vaikeuksia kokevien kohdalla korostuu paikan valinta ja henkilökemian toimiminen työpaikkaohjaajan kanssa. Oppilaan ongelmia ei pidä korostaa, eikä tuoda esiin ilman lupaa, mutta tarvittaessa opettaja konsultoi työpaikkaohjaajaa ja on oppilaalle turvallinen tuki työssäoppimisjaksonkin aikana.

9.2. Tukea jatko-opinnoissa

Kuntoutuvat opiskelijat ovat yksilöitä ja heidän opiskelupolkunsa on yksilöllinen. Joku opiskelija ei ollut kertonut mitään valmentavista opinnoistaan ja oli saanut huipputeilla jatko-opiskelupaikan itselleen. Joku toinen on saattanut viedä menses-

sään valmentavassa koulutuksessa kokoamansa portfolion ja esitellä valmentavaa koulutustaan ja työhön tutustumisjaksojaan sen avulla.

On ikävämpiäkin kokemuksia. Joku opiskelija oli kokenut ammatillisessa oppilaitoksessa joutuneensa muun henkilökunnan silmätikuksi, jolloin hänen elämänsä oli seurattu ”suurennuslasilla”. Eräs opiskelija koki tulleen syrjityksi ryhmänsä taholta, oli esiintynyt jopa koulukiusaamista. Lääkkeiden käytöstä tai käyttämättömyydestä saatetaan kysellä liian henkilökohtaisia asioita. Joskus kuntoutustuki oli ollut ihmettelyn aiheena ja oli puhuttu ”eläkeläisestä”.

Ammatilliset opinnot ovat keskeytyneet usein henkilökohtaisen ohjauksen puutteeseen. Joku opiskelija kertoi, että opiskeluvauhti oli hänelle liian nopea. Joskus äänen kuuleminen on keskeyttämisen syynä, koska ne saattavat häiritä keskittymistä. Siis tarvitaan aikaa yksilöllisiin keskusteluihin, jotta opinnot voidaan räätälöidä HOJKS:n avulla voimavaroihin sopivaksi.

Aikuislukio tai yliopisto-opinnot kiehtovat monia kuntoutujia opiskelun aikataulun säätämismahdollisuuden vuoksi. Koulupäivä voisi siis olla lyhyempi kuin ammatillisella puolella. Kuitenkin esimerkiksi koulukiusaamiseen liittyvät muistot saattavat häiritä opiskelua keskeyttämiseen asti. Jotkut opiskelijat ovat kertoneet, että vanha kiusaamismuistoihin liittyvä ahdistus palaa yllättäen ja vie voimat heiltä jo ennen oppituntien alkamista. Jos voimat riittävät mennä oppitunnille, kiusaamisiin kytkeytynyt ahdistus tekee keskittymisen mahdottomaksi.

Mielenterveysongelmien vuoksi opintonsa keskeyttäneet tunnolliset ja lahjakkaat opiskelijat ovat usein erittäin vaativia itselleen. Kun he palaavat jatkamaan opintojaan, he edelleen vaativat itseltään lähes täydellisiä suorituksia. Ammatilliset opinnot sisältävät nykyään niin paljon itsenäisiä ja laajoja etätehtäviä, että niiden tekemisellä saattaa nopeasti uuvuttaa itsensä kokonaan. Esimerkiksi opinnäytetyö tai päättötyö saattaa jäädä kesken. Näissäkin tapauksissa riittävän usein ja ajoissa annettu henkilökohtainen opintojen ohjaus olisi paikallaan, jotta opetussuunnitelmassa ja itsenäisissä tehtävissä annetut ohjeet realisoituisivat.

Joskus opinnot sujuvat hyvin siihen saakka, kun pitäisi lähteä työssäoppimisjaksolle. Jos kuntoutuva opiskelija on sairastunut psyykkisesti kesken opintojensa, hänellä

saattaa olla lisäkuormaa ja vielä enemmän paineita onnistumiseen. Lisäksi hän saattaa pelätä omaan terveydentilaansa liittyviä kysymyksiä. Tällöin tarvitaan huolellista ennakkotyötä sopivan työssäoppimispaikan löytämiseen. Myös työpäivien pituus tulisi mitoittaa opiskelijan voimavarojen mukaan. Toki tutkinnon tavoitteet täytyy tiedostaa, mutta esimerkiksi opiskeluaikaa jatkamalla asiat järjestyvät useimmiten.

Aika paljon opintojen onnistumiseen vaikuttaa se, millainen on opiskelijan itseluottamus hänen lähtiessään valmentavasta koulutuksesta ammatillisiin opintoihin. Jos itseluottamus on riittävän vahva, opiskelija selviytyy, koska hän rohkenee kysyä tarvittaessa apua ja neuvoa toisilta. Hän jopa rohkenee vaihtaa toiveammattinsa vuoksi paikkakuntaa.

10. POHDINTA

Opiskelijoiden erilaisuuden hyväksyminen ja erilaisen tuen tarpeeseen vastaaminen oikea-aikaisesti ovat oppilaitosten arjessa haasteellisia ja vaativia asioita, joita ei voi ohittaa. Kenties tarvitaan täydennyskoulutusta eri alojen opettajille, jotta he osaavat ottaa mielenterveysongelmista kärsivän / kuntoutuvan opiskelijan tasavertaisena oppijana ryhmäänsä koulutettavaksi?

Mielenterveyskuntoutujan kuntoutumiseen ja opiskeluun liittyy monenlaisia asioita ja kysymyksiä, joihin ei aina löydy vastauksia. Millainen on kuntoutuvan opiskelijan ja / tai hänen läheistensä elämäntarina? Saako hän osakseen tukea vai epäluottamusta? Lisäksi itse kunkin oma arki – sujuuko vai ei? Sairastuminen ja siihen liittyvät kokemukset, toipumisvaihe ja kuntoutuminen? Itseluottamuksen hiipuminen vai / ja palautuminen? Uskomukset itsestä ja omista mahdollisuuksista sekä muista ihmisistä, elämästä? Pelko siitä, että sairastuuko uudelleen? Minkä verran voi turvallisesti ottaa stressaavia tilanteita tai opintoja? Mahdollinen lääkitys ja sen sivuvaikutukset, oma terapia tai sen puute? Jos terapia apuna, toimiiko henkilökemiat ja löytyykö luottamus, jotta voi työstää terapiassa kipeitä asioitaan?

Kuntoutumispolut ovat erilaisia. Joku tarvitsee ja hyötyy pitkäaikaisesta terapiasta ja mielenterveystoimiston tuesta tai saattaa tarvita välillä sairaalajaksoja. Joku toinen voi lääkärinsä ohjeiden mukaan vähentää lääkitystään ja ehkä viimein jättää sen

pois. Voi olla myös tilanne, että mielenterveystoimistossa todetaan, ettei käyntejä enää tarvita. Tällöin kuntoutuneella alkaa sopeutuminen ns. tavalliseen arkeen.

Siirtyminen kuntoutujan roolista opiskelijan rooliin? Löytyykö rohkeutta olla omana itsenä ja pyytää tarvittaessa apua ja tukea oppilaitoksessaan tai työpaikalla? Hyväksyäkö sairaus tai sairausjaksot osana omaa elämäntarinaa? Sietää epävarmuutta, kenties joskus monenlaisia kysymyksiä ja katseita, asenteita ja ennakkoluuloja? Kuullostella, tuleeko kohdatuksi ihmisenä vai pelkästään diagnoosina, sekin pelkinä kirjaimina ja numeroina, koodina. Kysellä itseltään, rohkeneeko hakeutua erityistä tukea tarvitseväksi ja pyytää itselleen HOJKS? Rohkeneeko pyytää erilaisia vaihtoehtoja esimerkiksi työssäoppimisjaksolle vain 4pv/vko tai 4h/ päivä silloin kun voimat eivät enempään riitä. Sietääkö itse sitä, ettei jaksakaan ihan "täysillä"?

Mielenterveyskuntoutujan roolin muuttuminen kuntoutujasta opiskelijaksi vaatii paljon rohkeutta ja itseluottamusta. Pelkkä oma itsetunnon koheneminen ei kuitenkaan riitä, vaan tarvitaan myös erityistä tukea tarvitsevan oppilaan hyväksymistä ja yksilöllisyyden kunnioitusta oppilaitoksen henkilökunnalta ja toisilta opiskelijoilta.

Oppilaitoksilla on vastuu myös henkilökuntansa ammattitaidosta. Hyväksytäänkö kaikki erityistä tukea tarvitsevat opiskelijat tasa-arvoisina vai otetaanko mieluummin muita kuin mielenterveysongelmaisia opiskelijoiksi? Ennen kuin suuret linjaukset ja periaatteet ovat osa sujuvaa arkityötä, tarvitaan yhteisiä palaverieja esimerkiksi pidennetyn opiskeluajan järjestämiseksi. Erityistä tukea ja ohjausta tarvitseva opiskelija hakeutuu mielellään oppilaitokseen, jossa ymmärretään, ettei hän kuntoutujana vielä aina jaksakaan ihan täysillä. Toisaalta siellä kuitenkin ymmärretään, että hän ihan oikeasti haluaa ammattitutkinnon ja työpaikan ja on valmis ponnistelemaan voimiensa mukaan tavoitteidensa saavuttamiseksi.

Sujuvan yhteistyön esteenä voi olla monenlaisia syitä. Esimerkiksi ennakkoluulot lääkitystä kohtaan ovat joskus suuria. Eräs koulutusjohtaja oli kysynyt ennakkoluuloisilta työtovereiltaan: "Kuinka moni teistä on lähtenyt tänä aamuna töihin ilman pillereitä?" Jollakin oli verenpainetta, toisella sydänjuttuja jne. Samat työntekijät olivat aiemmin maininneet jotakin psyykenlääkkeistä. Ovatko psyykenlääkkeet sen kummempia juttuja? Auttavat arjessa selviytymistä?

Silloin tällöin esitetään kysymys, miten voi luottaa mielenterveyskuntoutujaan. Tuuleeko hän ajoissa paikalle oppitunnille tai työhön tutustumisjaksolle? Mielestäni tällaiset tilanteet kuten monet muutkin arjen asiat vaativat selkokieleistä neuvottelua opiskelijan ja kouluttajan kesken. Ensin on asiat keskusteltava koulussa ja vasta sitten mennään työpaikalle neuvottelemaan. Toki tarvittaessa aikatauluja voidaan tarkistella kesken työhön tutustumisjakson.

Kun opiskelua suunnitellaan opiskelijan kanssa yhdessä, saadaan usein kokea upeita onnistumisen hetkiä ja nähdä upeita työn tuloksia. Vastoinkäymisetkään eivät pääse lannistamaan, jos niihin jaksetaan asennoitua niin, että elämään kuuluu monenlaisia hetkiä. Aina ei ole juhla opiskelussakaan, kuten ei meidän kenenkään arjessa.

Jos opintojen esteenä on traumaattisia kokemuksia, kannattaa ohjata opiskelija terapiaan ja myös ohjata terapian hakemisessa lomakkeiden täyttämiseen asti. Aina-kin terapian aloitusvaiheessa moni kuntoutuja hyötyisi opiskeluohjelman keventämisestä, koska kipeiden ja vaikeiden asioiden käsittely vie voimia. Tai sitten joku valmentava koulutus tai kevennetty työkokeilu terapian ajaksi? Traummat sinänsä eivät ole este kenenkään opinnoille. Ne voivat muuttua työstämisen kautta vahvuudeksi ja antaa itseluottamusta selviytyä elämän aallokoissa. Halusin ottaa ne tässä työssäni esille, jotta niiden vaikutuksia ei väheksyittäisi.

Mielenterveysongelmistaan kuntoutuvan opiskelijan unelmia omasta toiveammattista täytyy vaalia ja tutkailla perusteellisesti erilaisia vaihtoehtoja niiden toteuttamiseen. Onnistumisen mahdollisuuksia pohdittaessa on hyvä pitää verkostopalavereita, joissa jokainen tulee kuulluksi. Opintojen tueksi kannattaa ottaa rohkeasti uusia näkökulmia asioihin avuksi arkeen. Koska on kyse aikuistuvan nuoren tai aikuisen kuntoutuvan opiskelijan opinnoista, ratkaisut ovat aina opiskelijan itsensä voitava tehdä. Tukitoimia ja erilaisia vaihtoehtoja voi tuki tarjota opiskelijalle pohdittavaksi ja tarpeellista on asioita pohtia yhdessä monelta eri kannalta. Silti opiskelija on päätösvaltainen! Kukapa meistä haluaisi opiskella sen vuoksi, että joku toinen kertoisi meille olevan hyötyä opinnoista, joiden mielekkyyttä itse emme näkisi?

Tarvitaan siis riittävästi yhteisiä keskusteluja opintojen aikana. Moni opiskelija kokee, että jos olisi yksi tuttu ihminen (esim. kuraattori, psykologi, terveydenhoitaja,

erityisopettaja) opintojen aikana, jonka kanssa voisi riittävän usein keskustella, asiat eivät tuntuisi niin ahdistavilta. Yhdessä keskusteltaessa opiskeluun liittyvistä asioista näköalakaan ei kapeutuisi liikaa.

Jos opiskelijan tarvitsema tuki olisi oppilaitoksessa, se olisi lähempänä arkea ja liittyisi opiskeluun. Jos on käytössä vain mielenterveystoimiston tms. palvelut, näkökulma muuttuu hoidoksi ja tavallaan kauemmaksi koulun arjesta. Toki on tilanteita, joissa tarvitaan sekä säännöllisiä hoitapuolen tapaamisia että tukikeskusteluja koulun puolella. Jos mitataan asiaa euroissa, mitataanko myös opintonsa tuen puutteen vuoksi keskeyttäneiden opiskelijoiden kannalta? Muistammeko me kouluttajina omassa arjessamme erilaisissa oppilaitoksissa, että erityisopetus on erityisen hyvää, opiskelijan yksilölliset tarpeet huomioivaa opetusta, luovaa suhtautumista ja paneutumista opiskelijan oppimisen tukemiseen (OPH 2003,97)?

Moni mielenterveyskuntoutuja on ollut jo työelämässä mukana. Sairastumisen myötä saattaa tulla ajankohtaiseksi ammatinvaihto ja uudelleen kouluttautuminen. Joku on saattanut tehdä todella pitkää työviikkoa, jolloin voimavarat ovat hiipuneet ja seurauksena on sairastuminen. On todella tärkeää tukea sairaudestaan kuntoutuvaa takaisin opiskelemaan tai töihin. Kuntoutumisen askeleet ovat jokaisella kuntoutuvalta yksilöllisiä, joten kuntoutumisen polkukin tulee järjestää yksilöllisesti. Monelle opiskelijan tai työntekijän rooliin palaavalle esimerkiksi valmentava ja kuntouttava koulutus on ollut uusi väylä jatko-opintoihin.

LÄHTEET

Aaltola, Juhani 2005. Koulun haasteet ja opettajan työn mieli. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s.19-35.

Aro, Liisi 2004 Oppimisen arki, vaikeuksien voittamista. Kehittämishanke. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu.

Arola, Hilikka 2006. Persoonallisuuspiirteet vaikuttavat masennuksesta kuntoutumiseen. Kelan sanomat 1/2006 s.18

Dahlquist, Eeva & Juntunen, Hilikka-Liisa & Myyryläinen, Jaana 2002 Yksilöllinen oppimisen turvaaminen ammatillisessa koulutuksessa. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu.

Dunderfelt Tony 2002 Seitsemän avainta hyviin henkilökemioihin. Helsinki. Hakapaino.

Haaramo Soili – Palonen Kirsti (toim.) Trauman monet kasvot. Psykkinen trauma sisäisenä kokemuksena. Therapeia-säätiö. Pieksämäki.

Hakala, Juha 2005. Oppimisen edistäminen. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s.37-51.

Hirvonen, Maija 2005 Ammatillisen erityisopettajan työ eilen, tänään, huomenna. Teoksessa Hirvonen Maija – Kaikkonen Leena (toim.) Maisemia matkalta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 52. Ammatillinen opettajakorkeakoulu s. 21—29.

Hirvonen, Maija 2002 ”Syrjäytymistä laidasta laitaan” Ammatillisen erityisopettajan muuttuva työnkuva. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Hykkönen, Minna 2002 Näkökulmia valmentavasta ja kuntouttavasta opetuksesta (valmentava I) Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu.

Ihanainen Pekka 1995 Tunteet ammattitaidon perustana Teoksessa Turpeinen Ritva (toim.) Ammattitutkintojen ja näyttökokeiden teoreettisia perusteita. Opetushallitus. Helsinki.s. 87-98

Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) 2001. Hojks. Erilaisia oppijoita, erilaisia lähestymistapoja. Jyväskylä:Gummerus.

Jahnukainen Markku 2003 HOJKS elämänkaaren eri vaiheissa. Teoksessa Ikonen Oiva- Virtanen Pirkko (toim.) HOJKS II. Yksilölliset opetussuunnitelmat ja opetus. Juva. PS-kustannus s.255-268

Kangas, Anita 2003. Ymmärryksen etsintää oppimisongelmien kohtaamiseen. Chydenius-instituutin tutkimuksia n:o 2. Gummerus. Saarijärvi.

Karila Irma 2001 Masennushäiriöt. Teoksessa Kähkönen Seppo – Karila Irma – Holmberg Nils (toim.) Kognitiivinen psykoterapia. Duodecim. Gummerus. Jyväskylä s. 57-79

Kelan sanomat 1/2006. Kansaneläkelaitos. Keski-Uusimaa. Tuusula.

Kiljala, Satu (toim.) 2001 Mielen terveystuntoutujat opintiellä. Mielen terveyden keskusliitto ry. Printway Oy. Vantaa.

Kuorelahti, Matti, Savolainen, Pirjo, Puro Erika. Jyväskylän opetusviraston julkaisusarja A 9:2004

Kivi Taru 1995 Oppimisen ytimessä. Vantaa. Tummavuoren kirjapaino

Laakkonen Pekka 2005 Ammatillinen erityisopettaja muuttuvassa toimintaympäristössä. Ryhmän opettajasta samanaikaisopettajaksi ja konsultiksi. Teoksessa Hirvonen Maija – Kaikkonen, Leena Maisemia matkalta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 52. Ammatillinen opettajankorkeakoulu s. 30-37

Laitinen Merja 2002 Inestitilanteen ulottuvuuksia. Teoksessa Laitinen, Merja & Hurtig Johanna (toim.) Pahan kosketus. Ihmisyden ja auttamistyön varjojen jäljillä. Keuruu. PS-kustannus s.63-85

Luukkainen, Olli 2005 Yhteiskuntasuuntautunut ja tulevaisuuskeskeinen opettaja. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s. 143-163

Manelius, Ritva 2004 Velvoitteita ja virikkeitä erityisopetuksen suunnitteluun ja toteuttamiseen Jyväskylän ammattiopiston sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksessa. Kehittämishankeraportti. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajankorkeakoulu

Matkalla eheäksi ja eläväksi 2003. Traumaterapiakeskuksen loppuraportti 1999-2002. Traumaterapiakeskus. Kalevan kirjapaino. Oulu

Mattila, Eija 2002 Miten ohjata mielen kuntoutujaa? Yksityinen mielen terveystyön hoito- ja palvelukoti kehittyvänä pienyhteisönä. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 179. Helsinki.

Miettinen Kaija 2003. Arviointi erityisopetuksessa. Teoksessa Kinnunen Elisabet – Halmevuori Tiina (toim.) Opiskelijan arvioinnin opas ammatilliseen koulutukseen. Opetushallitus. Helsinki. s.95-105

Mäki-Opas, Anneli 1999. Murtuneet siivet.

Mäntö Tarja 2003 Koulutus integraation tukena. teoksessa Ladonlahti, Tarja – Pirttimaa, Raija (toim.) Erityispedagogiikka ja aikuisuus. Helsingin yliopiston Tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenian julkaisu. oppimateriaaleja 94. s. 71-108.

Määttä, Kaarina 2005 Pedagoginen rakkaus ja hyvä opettajuus. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s. 205-218.

Niemi, Hannele 2002 Elämä vuoristoradalla. Mielenterveyspotilaan, kuntoutujan ja omaisen opas. Suomen mielenterveysseura. Erikoispaino Oy.

Niemi, Hannele 2005. Opettajan kasvatusvastuu taloudellisten arvojen puristuksessa. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s. 121-141

Patrikainen, Eija 2003 Mielenterveyskuntoutuja ja ammatillinen kuntoutus. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Ammatillinen opettajakorkeakoulu.

Peltonen, H & Säävälä, T 2001. Kehittyvä oppilashuoltotyö kouluyhteisön ja yksilön tukena. Teoksessa Jahnukainen M. (toim.) Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa. Lastensuojelun keskusliitto. Juva. Ws Bookwell Oy.

Raitanen, Leena 2001 Pieni tyttö. Teoksessa Kiljala, Satu (toim.) Mielenterveyskuntoutujat opintiellä. MTKL. Helsinki. s.3

Raitasalo, Raimo – Maaniemi, Kaarlo 2006. Mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat haitat lisääntyneet. Kelan sanomat 1/2006 s.7.

Rasku-Puttonen, Helena 2005. Opettajat, oppilaat ja osallisuus kouluyhteisössä. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s. 95-104

Räsänen, Rauni 2005. Erilaisuus luokassa ja opettajankoulutuksessa –haaste ja rikkaus. Teoksessa Luukkainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-kustannus s.79-94

Talaskivi Anna-Liisa 2000 Minkälaisista syistä nuori keskeyttää koulun? sekä Miten Ortonin koulussa autetaan koulunsa keskeyttäneitä? Teoksessa Ekebon, Ulla-Maija, Helin, Merja – Tulusto, Riitta Satayksi kouluongelmaa. Opettajan käsikirja. Helsinki. Edita.

Tervonen, Jouko 2005 Häiriökäyttäytyminen ja tunnetukeminen. Häiriökäyttäytyminen ja tunnetukeminen Pohjoisen Keski-Suomen Oppimiskeskuksen henkilökunnan ja erityisopetuksen haasteena. Kehittämishanke JAMK

Toskala Antero 2001 Kognitiivis-konstruktivistinen ja kokemuksellinen näkökulma. Teoksessa Kähkönen Seppo – Karila Irma –Holmberg Nils (toim.) Kognitiivinen psykoterapia. Duodecim. Gummerus. Jyväskylä s. 361-373

Tuppurainen, Leena 2001 Kokemuksia Me kuntoutujat –koulutuksesta. Teoksessa Kiljala, Satu (toim.) Mielenterveyskuntoutujat opintiellä. Mielenterveyden keskusliitto ry. Helsinki. s. 38-39.

Turpeinen Pirkko 2004 Ahdingossa luova lapsi ja nuori. Tienviittoja kasvuun. Edita

Vainikainen, Katja 2003. Traumatyötä verkossa. Teoksessa Matkalla ehyeksi ja eläväksi. Traumaterapiakeskus. Kalevan kirjapaino. Oulu. s.69-90.

Veijalainen, Satu 2002. Mielenterveyskuntoutuja opiskelijana. Kokemuksia mielen-
terveyskuntoutujille suunnatusta valmentavasta ja kuntouttavasta koulutuksesta.
Argumentteja 3/2002. Mielenterveyden keskusliitto ry. Helsinki

Väljjarvi, Jouni 2005. Muutoksen kohtaaminen opettajan työssä. Teoksessa Luuk-
kainen, Olli – Valli, Raine (toim.) Kaksitoista teesiä opettajalle. Keuruu: PS-
kustannus s. 105-120

Luennot:

Haapasalo Jaana, psykologian tohtori 2001 (JAMK/ sote)
Miettinen Kaija, opetusneuvos 2005 (JAO)
Suhola Aino, toimittaja 2006 (IJKK, Jyväskylän toimipiste)

Verkkodokumentit:

[Laki ammatillisesta koulutuksesta \(630/1998\) http://www.oph.fi](http://www.oph.fi)

www.ijkk.fi

<http://www.invalidiliitto.fi/portal/fi/invalidiliitto/organisaatio/projektit/paavo-projekti>

<http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/160801114531EH?openDocument>

<http://www.mtkl.fi/kuntoutuminen/kehittamiskeskus/tietopalvelu/1.html>

statfin.stat.fi

www.stm.fi