



”Miksi sä jäät kotiin?”

Keinoja koulunkäynnin tukemiseen

Mira Halkola

Elisa Uitto

Opinnäytetyö, AMK

Joulukuu 2021

Terveys- ja hyvinvointialat

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK)

Halkola Mira & Uitto Elisa

”Miksi sä jäät kotiin?”. Keinoja koulunkäynnin tukemiseen

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Joulukuu 2021, 38

Terveys- ja hyvinvointialat. Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

Tiivistelmä

2020 toteutettiin selvitys nuorten kouluakäymättömyydestä Suomessa. Kyselyyn vastanneet toivat esille yhtenevän mielipiteen kouluakäymättömyyden lisääntymisestä. Merkittävimpinä syinä esiintyi psyykkiset oireet sekä sosiaalisten tilanteiden luoma ahdistuneisuus kouluympäristössä. Kouluakäymättömyydellä on havaittu olevan merkittäviä vaikutuksia nuorten hyvinvoinnin ja toimintakyvyn kannalta (Määttä, Pelkonen, Lehtisare & Määttä 2020, 70, 87.) Näin ollen kouluakäymättömyys koskettaa toimintaterapiaa merkittäväällä tavalla.

Koulunkäynnin haasteista toteutettiin kartoitus kahdelle yläkoulun opettajille. Tarkoituksena oli selvittää nuorten koulunkäynnin haasteita mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden näkökulmista. Kartoitus toteutettiin hyödyntäen teemahaastattelua aineistonkeruumenetelmänä. Teemahaastattelusta saatu aineisto analysoitiin käyttämällä aineistopohjaista analyysia. Aineistosta toistuvana teemana esille nousi kouluakäymättömyys. Kouluakäymättömyydestä ja siihen liittyvistä tekijöistä toteutettiin tiedonhaku hyödyntäen CINAHL, Taylor and Francis sekä SAGE Journal tietokantoja.

Tiedonhaun pohjalta luotiin tuotos ”Miksi sä jäät kotiin?” - sähköinen esite. Tuotoksen taustalla vaikutti toimintaterapian Person-Environment- Occupation-Performance (PEOP)- malli sekä lähdekirjallisuus. Tuotokseen sisällytettiin käytännön interventiokeinoja, joilla on mahdollista tukea koulunkäyntiä ja edistää koulu-myönteisyyttä. Valitut interventiokeinot kohdentuivat koulumotivaatioon, nuoren haastavan olon helpottamiseen sekä nuoren sanallistamisen tukemiseen pohdittaessa syitä nuoren kouluakäymättömyydelle.

Tuotoksen sisältöä ja toteutusta arvioitiin palautekyselyllä. Palautekysely toteutettiin teemahaastatteluun osallistuneille opettajille. Kyselystä saadut vastaukset osoittivat toimintaterapiaan pohjautuvien interventioiden olevan helposti käyttöönotettavia koulunkäynnin tukemisessa.

Avainsanat (asiasanat)

Toimintaterapia, mielenterveys, sosiaalinen osallisuus, koulunkäynti, kouluakäymättömyys, nuoret, Person-Environment- Occupation- Performance- malli

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

-

Halkola Mira & Uitto Elisa

“Why are you staying at home?”. Ways to support school attendance

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, December 2021, 38

Health and Welfare. Degree Program in Occupational Therapy. Bachelor's thesis.

Permission for web publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

In 2020 research was implemented on school absenteeism in Finland. The responders to the inquiry brought up a converged opinion that school absenteeism had increased. Most relevant reasons for this were psychological symptoms and anxiety concerning social participation in school environment. School absenteeism has some significant impacts on adolescents' wellbeing and occupational performance. (Määttä, Pelkonen, Lehtisare & Määttä 2020, 70, 87.) Therefore, school absenteeism impacts occupational therapy in a remarkable way.

A survey was conducted for two lower secondary school teachers with an intent to clarify the difficulties in school attendance from the mental health social participation point of view. The survey was executed by using a theme interview as a collection method. The material from the theme interview was analyzed by utilizing data-driven content analysis. From the material the recurring theme was school absenteeism. From school absenteeism and its factors an information retrieval was made by utilizing CINAHL, Taylor and Francis and SAGE Journal databases.

Based on the information retrieval the product “Why are you staying at home?” online brochure was made. In the background of the product impacted an occupational therapy Person-Environment-Occupation-Performance (PEOP)- model and source literature. The product included practical interventions which can work as ways to support school attendance advocate school positivity. The interventions were targeted to boost adolescents' school motivation, to relieve adolescents' emotional difficulties and to support adolescent's verbalization, when considering reasons for school absenteeism.

The product's contents and implementations were evaluated with a questionnaire. The questionnaire was executed for the teacher that had participated in the theme interview. The answers from the questionnaire proved that occupational therapy- based interventions can be easily introduced in supporting school attendance.

Keywords/tags (subjects)

Occupational therapy, mental health, social participation, adolescents, school attendance, school refusal, Person- Environment- Occupation- Performance- model

Miscellaneous (Confidential information)

-

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Kehittämiskohteen ja tavoitteiden alustava nimeäminen	4
2.1	Kehittämistyön tarkoitus.....	4
2.2	Kehittämistyön tavoite.....	6
3	Aiheeseen syventyminen teoriassa sekä käytännössä	6
4	Aiheen rajaaminen ja tuotoksen täsmentäminen	7
5	Teoriapohjan kokoaminen	10
5.1	Nuorten mielenterveyden haasteet.....	10
5.2	Nuorten sosiaalisen osallisuuden haasteet.....	11
6	Toimintaterapia ja nuoret	12
6.1	Nuorten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden edistäminen toimintaterapiassa	12
6.2	Toimintaterapia ja kouluympäristö.....	13
6.3	PEOP- malli	14
7	Lähestymistavan sekä käytettävien menetelmien suunnittelu	16
7.1	Tiedonhaku.....	16
7.2	Koulunkäyntikyky ja sen haasteet	18
7.3	Kouluakäymättömyys.....	19
7.4	Kouluakäymättömyyden riskitekijät	21
7.5	Kouluakäymättömyyden interventiokeinojen kartoitus.....	22
7.6	Menetelmien suunnittelu	24
8	Menetelmät	24
8.1	8x8- menetelmä	25
8.2	(3+) ja miten? - tekniikka.....	27
9	Kehitystehtävän toteutus ja julkaisu	29
9.1	Toteutus	30
9.2	Tuotos.....	30
10	Toteutetun prosessin ja tuotoksen tarkastelu	31
11	Pohdinta	32
	Lähteet	36
	Liitteet	39
	Liite 1. Saatekirje	39
	Liite 2. Teemahaastattelun runko	41
	Liite 3. Palautelomake	43

Liite 4. Tuotos	44
-----------------------	----

Kuviot

Kuvio 1 Tutkimuskysymykset ja käytetyt menetelmät	4
Kuvio 2 Kehittämisprosessi Ojasaloa mukailleen.....	6
Kuvio 3 Esimerkki aineistolähtöisestä analyysistä	8
Kuvio 4 Aineiston analyysin tulos.....	9
Kuvio 5 PEOP-malli	15
Kuvio 6 Käytetyt hakutermit	17
Kuvio 7 Poissulku- ja sisäänottokriteerit.....	17
Kuvio 8 Tiedonhaussa käytetyt artikkelit.....	18
Kuvio 9 Opiskelu- ja koulunkäytikyvyn asteet mukailleen Palmu ym.....	19
Kuvio 10 8x8- menetelmän 1 vaihe.....	25
Kuvio 11 8x8- menetelmän 2 vaihe (1/2).....	26
Kuvio 12 8x8- menetelmän 2 vaihe (2/2).....	26
Kuvio 13 Esimerkki (+3) ja miten? - tekniikan käytöstä	27
Kuvio 14 Toteutukseen valikoituneet interventiokeinot	28
Kuvio 15 Interventiokeinojen lähteet ja PEOP-malli.....	29

1 Johdanto

Mielenterveyden haasteet näkyvät monin tavoin nuoruuden eri vaiheissa. Varhaisnuoruudessa esiintyy perinteisesti tarkkaavaisuus- ja käytöshäiriöitä. Myöhemmin lisääntyvät mieliala-, päihde- sekä ahdistuneisuushäiriöt. (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 170.) Gökmen (2018) kertoo Perkisonin ym. havainneen tutkimuksissaan syrjäytymisen olevan yhdistettävissä useisiin tunne-elämän haasteisiin. Lisäksi tuloksissa esille tuli sosiaalisen osallisuuden haasteiden vaikutukset nuorten mielenterveyteen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Gökmen 2018, 973.) Tämä opinnäytetyö pyrkii tarkastelemaan näiden haasteiden vaikutuksia nuoren koulunkäyntiin ja siinä esiintyviin haasteisiin.

Opinnäytetyön aihe rajautui aineistonkeruun ja teorian tiedon myötä koulukäymättömyyteen mielenterveyden sekä sosiaalisen osallisuuden näkökulmista. Opinnäytetyö toteutui tutkimuksellisenä kehittämistyönä, yhteistyössä kahden pienluokan opettajan kanssa. Opettajien kokemuksia kartoitettiin teemahaastattelua hyödyntäen. Opettajien kokemukset toimivat tärkeänä pohjana kehittämistyölle, mahdollistaen teorian tiedon yhdistämisen käytännön opetustyöhön. Kehittämistyössä toteutetut tutkimukset ovat havainnollistaneet, muutosten toteuttamisen käytännössä haastavaksi, jos uusi tieto opitaan vain nimellisesti. Asiantuntijuuden kehitys perustuu suurissa määrin aiempien kokemusten reflektointiin ja tietoisuuteen omista toimintatavoista. (Ikonen, Virtanen & Fadjukoff 2007, 173–174.)

Vuonna 2020 toteutettiin selvitys, jossa käsiteltiin kouluikäymättömyyttä Suomessa. Selvitys toteutui kyselynä nuorten kouluympäristössä työskenteleville ammattilaisille. Kyselyssä ammattilaiset toivat esille lisääntyneen kouluikäymättömyyden sekä siihen liittyviä taustatekijöitä. Merkityksellisimpiä taustatekijöitä olivat muun muassa nuorten psyykinen oireilu sekä sosiaalisten tilanteiden luoma ahdistuneisuus. (Määttä, Pelkonen, Lehtisare & Määttä 2020, 81, 87.) Toimintaterapiassa voidaan toteuttaa taitoharjoittelua näihin haasteisiin liittyen (Salmela ja Kuitu 2016). Tässä opinnäytetyössä pyritään hyödyntämään toimintaterapian tuomia näkökulmia ja osaamista nuorten kouluympäristössä. Tavoitteena on tuottaa opettajille konkreettisia keinoja koava tuotos oppilaiden koulunkäynnin tukemiseksi. Tuotoksena syntyi ”Miksi sä jäät kotiin?” Keinoja koulunkäynnin tukemiseen- sähköinen esite.

2 Kehittämiskohteen ja tavoitteiden alustava nimeäminen

Tutkimuksellisessa kehittämistyössä tavoitellaan uusien käytäntöjen luomista tai aiempien päivittämistä, käytännössä havaittujen tarpeiden pohjalta. Tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa työelämään. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä hyödynnetään useita menetelmiä. Kehittämistyöprosessin aikana kootaan järjestelmällisesti tietoa sekä käytännön, että teorian pohjalta. (Ojasalo 2015, 18.) Kehittämistehtävä koostui kahdesta vaiheesta, joissa vastattiin alla oleviin tutkimuskysymyksiin eri menetelmiä hyödyntäen. Nämä tutkimuskysymykset sekä käytetyt menetelmät (Kuvio 1) ovat avattuina alla olevassa kuviossa.

Sisäänotto- ja poissulkukriteerit	
Tutkimuskysymys	Käytetty menetelmä
Miten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden haasteet vaikuttavat nuorten koulunkäyntiin?	Teemahaastattelu opettajille
Millaisilla keinoilla voidaan tukea ja edistää nuorten koulunkäyntiä?	8x8-menetelmä, (+3)-miten? menetelmä, palautekysely

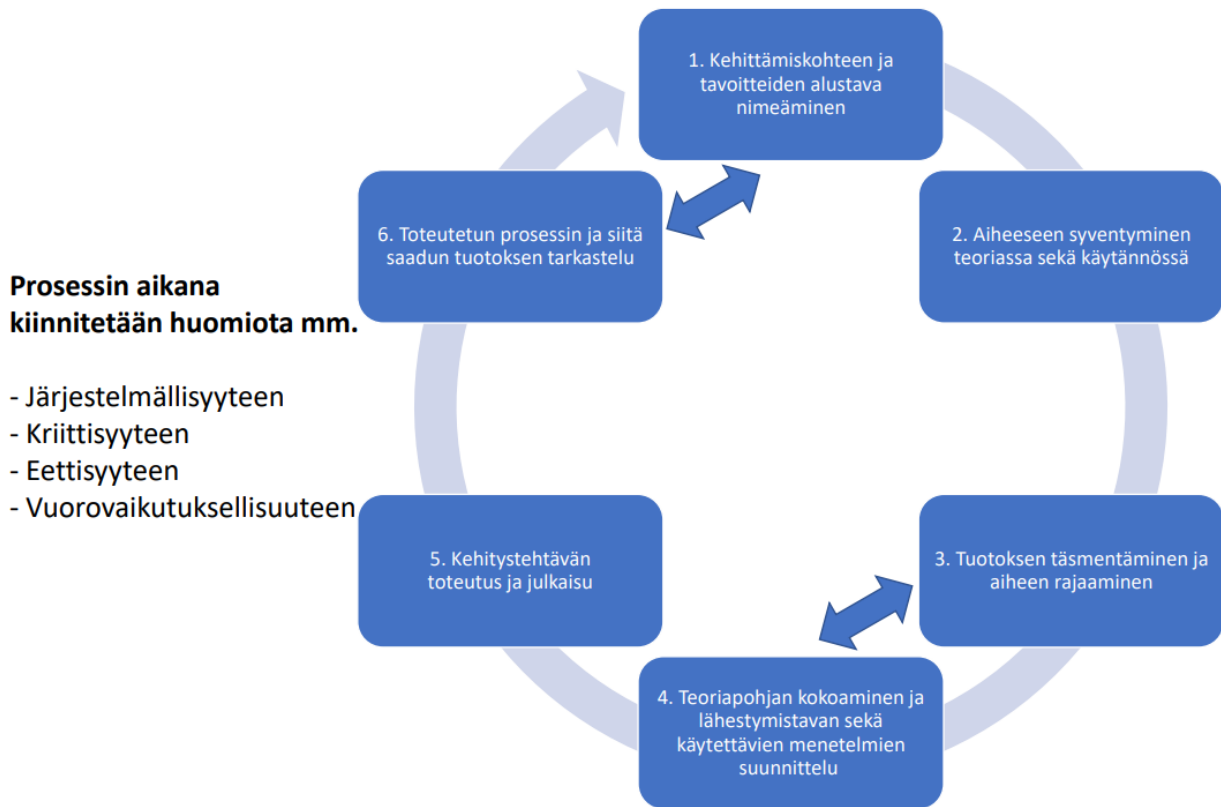
Kuvio 1 Tutkimuskysymykset ja käytetyt menetelmät

2.1 Kehittämistyön tarkoitus

Kehittämistyöt syntyvät erilaisissa tilanteissa. Kehittämistyön taustalla voi olla halu muuttaa toimintatapoja tai halu luoda uusia käytäntöjä. (Ojasalo 2015, 19.) Tämä kehittämisprosessi alkoi tarpeen havaitsemisesta. Pitkään jatkuneen koronapandemian myötä heräsi kiinnostus nuorten hyvinvoinnista sosiaalisen osallisuuden ja mielenterveyden näkökulmista. Tällä hetkellä koronapandemian vaikutuksia nuorten hyvinvointiin on tutkittu vasta vähän. Itsenäisyyden juhlavuoden lastensäätiö (Itla) Owl Group Oy teetti selvityksen, jonka mukaan koronakriisillä oli runsaasti vaikutuksia nuorten arkeen ja hyvinvointiin (Wennberg, Luukkonen & Haila 2020, 8).

Odotettavaa on, että koronakriisillä tulee olemaan vaikutuksia myös nuorten mielenterveyteen ja psyykkisten oireiden pahenemiseen. Korona-ajan etäopetus aiheutti haasteita, joiden seurauksena eriarvoisuus nousi esille nuorten parissa. Näin ollen korostui monialaisen yhteistyön tarve. Lasten ja nuorten hyvinvointia olisi mahdollista tukea koulun henkilökunnan sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten yhteistyöllä. (Valtioneuvoston julkaisuja 2020, 20–22.) Kevään 2021 kouluissa toteutetun kouluterveyskyselyn ensimmäiset tulokset osoittivat 8- ja 9- luokkalaisten ahdistuneisuuden ja yksinäisyyden tunteiden kasvaneen (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2021). Näistä tekijöistä johtuen, kehittämistyössä pureudutaan yläkouluikäisten koulunkäynnin haasteisiin mielenterveyden ja osallisuuden näkökulmista.

Kehittämistyö itsessään alkoi yhteydenotolla eräiden pienluokkien opettajiin. Opettajille ehdotettiin yhteistyötä kehittämistyön muodossa. Tälle ehdotukselle saatiin myönteinen vastaanotto. Seuraavaksi haettiin tutkimuslupa toimeksiantajan kunnan kasvatus- ja opetuspalveluilta. Tutkimuslupa aiheelle myönnettiin (12.4.2021). Varsinainen kehittämisprosessi alkoi, tutkimusluvan hyväksymisen jälkeen. (Ojasalo 2015, 19.) Alla olevassa kuviossa (Kuvio 2) näkyy kehittämistyöprosessin vaiheet. Vaiheiden sisällöt avataan tarkemmin opinnäytetyön myöhemmissä luvuissa.



Kuvio 2 Kehittämisprosessi Ojasaloa mukailten (Ojasalo 2015, 24)

2.2 Kehittämistyön tavoite

Kehittämistyössä tavoitteena on toimintaterapeutista osaamista hyödyntäen esitellä erään koulun kahdelle yläkoulun opettajalle käytännön keinoja koulunkäyntiin liittyen. Näillä keinoilla voidaan tukea koulunkäyntiä sekä edistää koulumyönteisyyttä. Varsinaisena tuotoksena toimii sähköisessä muodossa oleva esite, johon on koottu keinoehdotukset sekä teoriapohjaa.

Kehittämistyön tuotoksella annetaan keinoja nuoren koulumotivaatioon, haastavan olon helpottamiseen sekä sanallistamisen tukemiseen, kun pohditaan syitä nuoren koulua käymättömyydelle.

3 Aiheeseen syventyminen teoriassa sekä käytännössä

Alustava tietoperusta luotiin ennen opettajille toteutettua teemahaastattelua. Nuorten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden haasteisiin tutustuttiin kirjallisuuden kautta. Aiheen ajankohtaisuudesta tehtiin myös selvitys tutustumalla erilaisiin kyselyihin aiheesta. Hankittu teoria toimi tietopohjana, jonka avulla oli mahdollista hahmottaa kehittämistyössä esiintyvien käsitteiden suhteet toisiinsa. (Ojasalo 2015, 25.) Tietoperusta avataan tarkemmin tulevissa luvuissa.

Alustavan tietopohjan luominen oli teemahaastattelun kannalta tärkeää, sillä se mahdollisti haastattelurungon luomisen. Luotua tietopohjaa täydennettiin opettajien teemahaastattelulla sekä myöhemmin toteutetulla tiedonhaulla koulukäynnin haasteisiin liittyen. Haastattelu sopi aineistonkeruumenetelmäksi, koska tarkoituksena oli saada lisätietoa nuorten koulunkäynnin haasteista sosiaalisen osallisuuden ja mielenterveyden näkökulmista. Haastattelu mahdollisti myös tarkentavien kysymyksien esittämisen (Kananen 2015, 142). Opettajien haastattelu toi työelämän näkökulmia ja kokemuksia, jotka yhdistettynä teoriaan mahdollistivat vahvan tietoperustan luomisen.

Teemahaastattelun toteutuksessa tuli huomioida tiedonhaun eettisyys. Ennen teemahaastattelua tuli tutkimusluvan lisäksi pyytää osallistuvilta opettajilta kirjallinen suostumus haastatteluun. Kirjallisen suostumuslomakkeen lisäksi luotiin saatekirje (Liite 1), jonka yhteydessä avasimme aineiston käyttötarkoituksen sekä salassapitovelvollisuuden. Tarkempi aineistohallintasuunnitelma laadittiin DMP Tuuli-työkalun avulla. (Vilkkä 2021, 80–82.) Opettajien osallistuminen oli vapaaehtoista. Toteutuksessa huomioitiin osallistuvien opettajien hyvinvointi ja tietojen luottamuksellisuus. Tämä tarkoitti, että osallistujien kertomaa tietoa ei jaettu kehittämistyön ulkopuolella, eikä sitä käytetty muuhun, kuin missä tutkimuksessa oli tarkoituksenmukaista. (Tuomi 2007, 145–146.)

4 Aiheen rajaaminen ja tuotoksen täsmentäminen

Aineistonkeruu toteutui teemahaastatteluna. Teemahaastattelu valikoitui aineistonkeruumenetelmäksi, koska tavoitteena oli selvittää opettajien kokemusta ja mielipiteitä laajoista aiheista. (Kananen 2015, 148.) Haastattelu oli muodoltaan teemahaastattelu, joten varsinaisia kysymyksiä ei ollut tarvetta laatia. Sen sijaan haastattelussa päätettiin teemat, joiden pohjalta haastattelun etene- mistä ja kysymyksiä johdateltiin. Haastattelun toteutus tapahtui ryhmämuotoisena, sillä se oli aika- taulullisista syistä kannattavampaa. Lisäksi se tuki teemahaastatteluun kuuluvaa haastattelijan ja haastateltavan molemmin puolista vuorovaikutusta (Kananen 2015, 148). Teemahaastattelun runko (Liite 2) on nähtävissä tämän opinnäytetyön liitteissä.

Haastattelutilanteessa toinen oli paikan päällä opettajien kanssa ja toinen etäyhteydellä. Haastattelu kesti kaiken kaikkiaan noin 40 minuuttia ja se äänitettiin puhelimen ääninauhuriin. Äänite tallennettiin JAMKin tietojärjestelmään henkilökohtaisten salasanojen taakse. Haastattelu kirjattiin

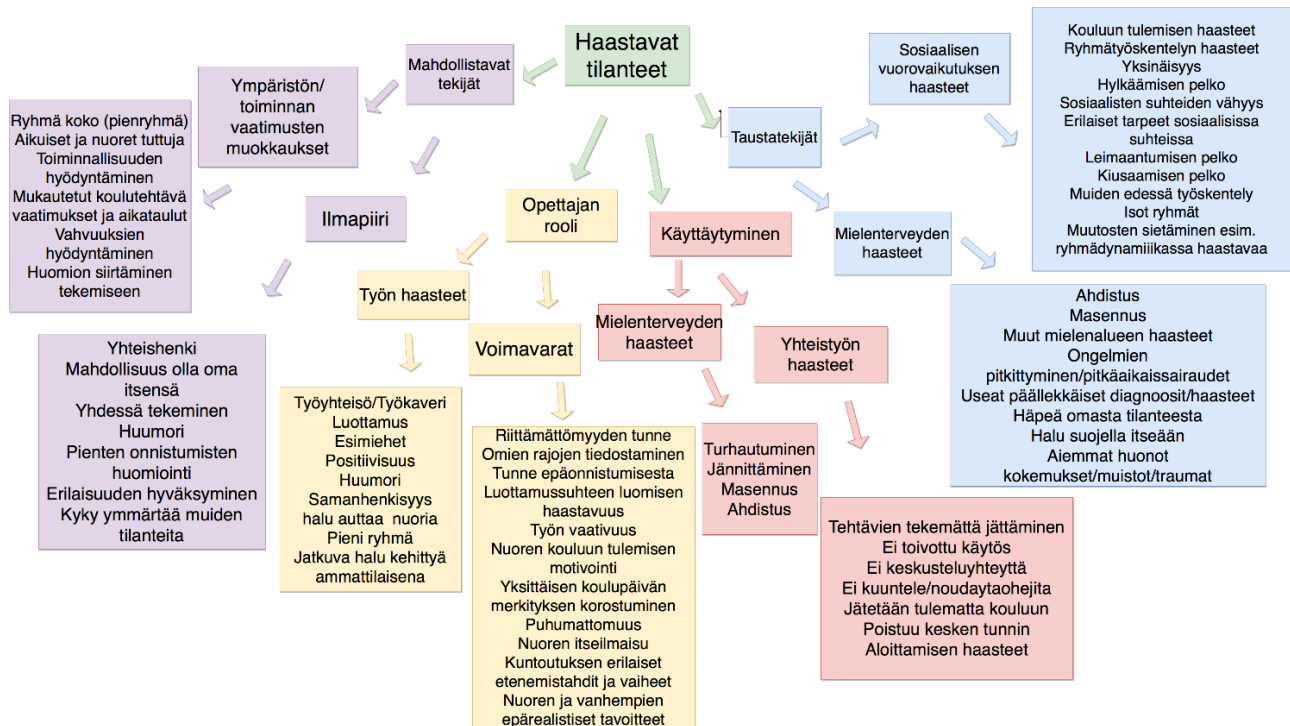
ylös niin, että vain kehittämistyön tekijöillä oli pääsy aineistoon. Käytetty puhelin on vain kehittämistyön tekijän käytössä ja puhelimeen pääsy vaatii salasanan. Äänite poistettiin, kun siitä saatu aineisto oli saatu litteroitua. Litteroinnilla tarkoitetaan tässä yhteydessä tehdyn äänitteen kirjaimista sanalliseen muotoon. (Kananen 2015, 160.) Litteroitua aineistoa muodostui kahdeksan sivun verran (fontti 12 ja riviväli 1,15). Teemahaastattelun keskustelu pyrittiin kopiomaan ylös sanatar-kasti. Tämän takia äänitemateriaaliin palattiin useaan kertaan. Näin varmistettiin, että äänitteestä oli kirjattu kaikki tarvittava tieto. Saatu aineisto analysoitiin tämän jälkeen hyödyntäen aineisto-pohjaista analyysia. (Kananen 2015, 171).

Määrällisesti aineisto pysyi maltillisena ja se pystyttiin hallitsemaan lukemalla. (Kananen 2015, 162). Aineiston analysointi alkoi litteroidun aineiston läpi lukemisella. Aineisto luettiin läpi useaan kertaan, jonka jälkeen aineistoa tiivistettiin. Tiivistäminen varmisti, että täytesanat eivät peitä kehittämistyön kannalta oleellista tietoa. (Kananen 2015, 163.) Tämä oli kannattavaa, sillä haastateltavat käyttivät runsaasti puhekieleen kuuluvia täytesanoja, mitkä osaltaan hidastivat aineiston analysointia. Tiivistämisen jälkeen aloitettiin luokittelu. Aineiston luokittelussa hyödynnettiin värikoodeja, haastattelussa ilmenneiden aiheiden mukaan. Alustavan luokittelun jälkeen aineisto pilkottiin ja ryhmiteltiin erilaisten toistuvien teemojen alle. Lukumäärien sijaan tärkeämpää oli teemoista saatava sisällöllinen tieto (Vilka 2021, 104). Alla olevassa kuviossa näkyy esimerkki aineistolähtöisestä analyysistä (Kuvio 3).

Esimerkki aineistolähtöisestä analyysistä		
Raakateksti		Pelkistetty teksti
<i>”Että täytyyhän mun jotenki tavallaan. Siitä koulupäivästä tulee niinku niin arvokas, että kun hän on täällä niin kaikella mitä mä sanon tai teen tai jätän sanomatta tai tekemättä on niin suuri merkitys”</i>		Koulupäivästä tulee niin arvokas, että kaikella mitä sanon, teen, jätän sanomatta tai tekemättä on merkitys
Taso 1	Taso 2	Taso 3
Yksittäisen koulupäivän merkitys	Työn haasteet	Opettajien rooli

Kuvio 3 Esimerkki aineistolähtöisestä analyysistä

Teemahaastattelun pääteemaksi muodostui haastavat tilanteet. Pääluokiksi muodostui käyttäytyminen, taustatekijät, koulunkäyntiä mahdollistavat tekijät sekä opettajan rooli. Jokainen pääluokka jaettiin vielä kahteen tarkennettuun teemaan. Kokosimme haastattelussa nousseita aiheita tarkennettujen teemojen alle. Teemoittelun jälkeen hyödynnettiin tyyppittelyn kaltaista lähestymistapaa, jossa etsimme teemoissa toistuvaa tai teemoja yhdistävää tekijää. Aineiston analyysin tulos (Kuvio 4) näkyy alla olevassa kuviossa.



Kuvio 4 Aineiston analyysin tulos

Useamman teeman alta nousi esiin kouluun tulemisen ja koulunkäynnin haasteet. Kyseinen haaste korostui myös opettajien puheessa. Opettajat kommentoivat kouluakymättömyyttä muun muassa seuraavilla tavoilla:

“mä pystyn vaikuttamaan, jos ne on paikan päällä, mutta sitten kun ne ei oo tällä nii, miten minä vaikutan häneen niin, että hän tulis.”

“Että täytyyhän mun jotenki tavallaan. Siitä koulupäivästä tulee niinku niin arvokas, että kun hän on täällä niin kaikella mitä mä sanon tai teen tai jätän sanomatta tai tekemättä on niin suuri merkitys, että toivottavasti mä en pilaa sitä päivää niin, että se jättää huomenna tulematta.”

“Tietyllä tapaa se luo sellasen hirvittävän varovaisuuden, että mitä mä teen, ettei se vaan huomenna jättäydy kotio se oppilas. Et jotenki se, että mitä työkaluja meillä olis siihen, että oppilas saadaan käymään koulua ja mikä siellä on niinku se juuri syy”

*“Niinku teet tätä työtä täydellä sydämellä ja yrität kaiken parhaas niin sehän kolah-
taa, että okei, vaikka mitä mä teen niin se ei niinku usko. Miten mä saan sen luotta-
muksen siihen oppilaaseen, että se ymmärtää et mä oon ihan tosissani sen kanssa ja,
että tuu nyt vaan tänne ja luota muhun ja ota se tuki vastaan.”*

Koulunkäynnin haasteista oli helposti löydettävissä sosiaalisen osallisuuden näkökulma. Teema-
haastattelu tuotti myös tietoa erilaisista nuorten mielenterveyden haasteista. Tämän pohjalta
ei kuitenkaan voitu tehdä olettamusta mielenterveyden haasteiden ja kouluikämyttömyyden yh-
teydestä toisiinsa. Tämän takia tuli toteuttaa tiedonhakua kouluikämyttömyyteen ja sen taustate-
kijöihin liittyen.

5 Teoriapohjan kokoaminen

Teoriapohjan kokoaminen alkoi tiedon keräämisellä liittyen yleisimpiin nuorten mielenterveyden
sekä sosiaalisen osallisuuden haasteisiin. Erityistä huomioita kiinnitettiin kouluympäristöön vaikut-
taviin tekijöihin. Lisäksi tutustuttiin tarkemmin nuorille toteutettavaan toimintaterapiaan näistä
näkökulmista. Samassa yhteydessä valittiin myös kehittämistyön taustalle toimintaterapiamalli,
joka näkyi kehittämistuotoksen taustalla. Malliksi valikoitui Person- Environment- Occupation- Per-
formance (PEOP)-malli. Teoriapohjaa avataan tarkemmin tulevissa luvuissa. Lisäksi kouluikämyttö-
myyden sekä yleisiin koulunkäynnin haasteisiin tutustuttiin teoriassa. Tämä teoria liitettiin osaksi tie-
donhakua kouluikämyttömyyteen liittyen, jotta kehittämistyö etenisi loogisessa järjestyksessä.

5.1 Nuorten mielenterveyden haasteet

Mielenterveyshäiriöiden esiintyvyys kasvaa nuoruudessa. Tähän vaikuttaa suurelta osin esimer-
kiksi masennustilojen sekä syömis- ja päihdehäiriöiden yleistymisen. Nuorilla saattaa usein esiin-
tyä päällekkäisiä psykiatrisia diagnooseja. Tälle monihäiriöisyydelle löytyy useita taustatekijöitä.
Häiriö saattaa olla esimerkiksi oireiltaan niin moninainen, että se täyttää usean diagnoosin vaati-
mat kriteerit. Yksittäinen häiriö voi myös toimia altistavana tekijänä tai niissä voi esiintyä samoja
riskitekijöitä. Lasten- ja nuorten mielenterveydenpalveluiden käytössä on tapahtunut kasvua, joka

on osaltaan kuormittanut palvelujärjestelmää. Psykiatristen diagnoosien määrässä on myös havaittu kasvua. Näistä johtuen lasten ja nuorten mielenterveyden haasteiden määrä on herättänyt murhetta. (Soudander & Marttunen 2016, 118–119.)

Tehtyjen seurantutkimusten pohjalta on havaittu, että psyykkisten oireiden pysyvyys on merkittävä lapsuusiästä aina varhaisaikuisuuteen. Tämän lisäksi tutkimukset ovat tuoneet esille, että lapsuus- tai nuoruusiässä sairastuminen ahdistuneisuushäiriöön lisää sairastumisriskiä aikuisuudessa ahdistuneisuushäiriöön sekä masennukseen ja päihdehäiriöihin. Myös nuorena puhjenneet masennusoireet ovat tutkimuksissa näkyneet haasteiden jatkumisena myös aikuisiässä. LAPSET-tutkimuksessa toteutettiin seuranta varhaisaikuisuuteen, joka sisälsi lapsen, huoltajan sekä opettajien arviot. Tutkimuksessa havaittiin opettajien arvioilla olleen merkittävä yhteys. Myös lasten tekemät omat arviot ennakoivat 18-vuotiaana havaittua itsetuhoisuutta sekä masennusoireita. Nuoren psyykkisen hyvinvoinnin seurannassa onkin ensisijaisen tärkeää huomioida nuoren oma kokemus. (Soudander & Marttunen 2016, 122–123.)

5.2 Nuorten sosiaalisen osallisuuden haasteet

Sosiaalinen osallisuus mahdollistaa lapselle tai nuorelle kokemuksen yhteenkuuluvuuden tunteesta sekä samaistumisen tunteesta muiden ihmisten kanssa. Sosiaalinen osallisuus, johon kuuluu vaihtelevat mielenkiinnon kohteet, johtaa tyytyväiseen kokemukseen omasta elämästä. (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 342.) Nuorille on myös erityisen tärkeää pystyä osallistumaan kouluympäristössä vertaisten parissa. Sosiaalisen osallisuus näyttäytyy erityisen tärkeänä nuorten koulumenestyksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. (Scanlon, Del Toro & Wang 2020, 1005 Viitattu lähteeseen Wang ym. 2019.)

Sosiaalinen osallisuus on laaja käsite, joka sisältää useita näkökulmia ja lähestymistapoja. Sosiaalinen osallisuus käsitetään arvoksi sekä keinoksi muun muassa ehkäistä syrjäytymistä ja edistää yhdenvertaisuutta. Merkittävää on huomioida osallisuuden ja osallistumisen ero. Osallistuminen saattaa olla osa kokemusta sosiaalisesta osallisuudesta. Se saattaa myös toimia keinona sosiaalisen osallisuuden edistämiseksi. (Leemann, Kuusio & Hämäläinen 2015, 1–5.)

Sosiaalisen osallisuuteen vaikuttaa negatiivisesti muun muassa nuorilla esiintyvät sosiaalisiin tilanteisiin liittyvä ahdistuneisuus, intensiivinen pelko tai levottomuus, joka on yhdistettävissä muiden tarkastelun alla olemiseen sosiaalisissa tilanteissa. (Scanlon ym. 2020, 1005 Viitattu lähteeseen American Psychiatric Association 2013.) Sosiaalisen osallistumisen haasteilla taas ajatellaan olevan vaikutuksia nuoren opilliseen suoriutumiseen. Tästä ei ole vielä virallisia tutkimuksia tehty, mutta tutkijat ovat selvittäneet ahdistuksen ja stressin roolia sosiaalisessa osallisuudessa. Psykkisellä stressillä, osallisuudella ja saavutuksilla/suorituksilla on todettu olevan yhteyksiä. Psykkisen stressin on havaittu vaikuttavan negatiivisesti osallisuuteen koulussa, johtaen näin opillisesti huonompiin tuloksiin. (Scanlon ym. 2020, 1008 Viitattu lähteeseen Roeser 2002.)

6 Toimintaterapia ja nuoret

Toimintaterapiassa hyödynnetään terapeutista päättelyä. Terapeutin päättelyn taustalla vaikuttavat erilaiset toimintakeskeiset mallit ja viitekehykset. Nämä mallit tukevat toimintaterapeuttia huomioimaan lapsen oman kokemuksen suoriutumisesta sekä tavoitteista. Tekemiensä havaintojen pohjalta toimintaterapeutti suunnittelee asiakaskeskeisen intervention, jossa huomioidaan samanaikaisesti tavoitteen merkityksellisyys sekä tuetaan lasta ja perhettä. (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 19.) Toimintaterapiassa merkityksellistä on yhteistyö lapsen tai nuoren lähiverkoston kanssa (Salmela & Kuitu 2016, 589).

6.1 Nuorten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden edistäminen toimintaterapiassa

Nuorilla psyykinen oireilu saattaa tulla esille haasteena ilmaista omia mielipiteitä tai haluja. Se voi johtaa päivittäisissä toiminnoissa havaittaviin haasteisiin. Jokapäiväisessä elämässä nämä haasteet voivat ilmetä muun muassa koulunkäynnin haasteina tai haasteena luoda sosiaalisia suhteita vertaisiin. (Salmela ja Kuitu 2016, 589–590.) Toimintaterapiassa lasten ja nuorten mielenterveyttä halutaan tukea toiminnan avulla. Sillä pyritään myös vaikuttamaan positiivisesti lapsen ja nuoren kehityksen eri vaiheisiin. (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 729.) Toimintaterapiassa nuoren on mahdollista etsiä terapeutin kanssa keinoja, joilla voidaan tukea arjen osallistumista (Danner & Kippola-Pääkkönen 2016, 582).

Nuorten toimintaterapiassa toimintaterapeutin työnkuvaan sisältyy taitojen sekä valmiuksien arviointia ja toimintakyvyn edistämistä. Lasten ja nuorten kanssa toteutetussa toimintaterapiassa

taustalla vaikuttaa usein kehitykselliset, oppimis- ja sosiokulttuuriset, voimavarakeskeiset toiminnan teoriat. (Danner & Kippola-Pääkkönen 2016, 582.) Toimintaterapeutin osaaminen käsittää sisälleen yksilö- ja ympäristötekijöiden huomioinnin sekä toimintaan kuuluvien osa-alueiden tarkastelun. Mielenterveyden näkökulmasta tämä tarkoittaa yksilön taitojen edistämistä ja esimerkiksi sairauteen liittyvän stigman vähentämistä. Toimintaterapia voi usein olla siltana erilaisten palveluiden ja jokapäiväisen elämän välillä. Usein mielenterveyspalvelut jäävät vajaaksi vuorovaikutuksesta ja tukevasta kohtaamisesta. Toimintaterapeutti voi lisätä asiakkaan hyvinvointia tukemalla häntä sosiaalisten suhteiden muodostamisessa. (Bryant, Fieldhouse & Banningan 2014, 20.)

Aiemmin mainittujen lisäksi toimintaterapiassa avainasemassa on myös nuoren kanssa yhteistyössä toteutettu tavoitteiden asettelu. Tässä tavoitteen asettelussa pyritään löytämään nuoren oman kokemuksen pohjalta hänelle merkittävät tavoitteet. Tavoitteiden asettelussa tulee huomioida tavoitteiden konkreettisuus ja saavutettavuus. (Salmela ja Kuitu 2016, 583.) Asetetut tavoitteet ohjaavat merkittävästi interventioiden valintoja (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 345). Toiminnat motivoivat ja luovat nuorelle matalan kynnyksen tuoda omat mielipiteet ja ajatukset esille. Toimintojen valinnassa hyödynnetään nuoren yksilöllisiä vahvuuksia ja mielenkiinnon kohteita. Tällä varmistetaan, että toiminnot ovat nuorta motivoivia ja oleellisia tämän kuntoutumisen kannalta. (Salmela ja Kuitu 2016, 583.)

6.2 Toimintaterapia ja kouluympäristö

Toimintaterapeutti tukee lapsen tai nuoren opiskelijan roolia, toiminnasta suoriutumisen näkökulmasta. Tämä tarkoittaa lapsen tai nuoren itsenäisyyden tukemista liittyen erilaisiin odotuksiin, jotka liittyvät opiskeluun. Tähän kuuluu myös kouluympäristöön liittyvän sosiaalisen osallisuuden tukeminen. Toimintaterapeutit voivat muun muassa tukea lapsen tai nuoren sosiaalista osallisuutta kouluympäristössä sekä tunteidensäätelyä liittyen osallistumiseen luokkatyöskentelyyn. (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 99.) Sosiaalistaitojen haasteet, vaikuttavat nuoren kykyyn osallistua ja sitoutua koulun eri toimintoihin (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 380).

Kouluympäristössä toimintaterapia keskittyy mahdollistamaan osallisuutta koulupäivän aikana tapahtuvissa toiminnoissa. Osallisuuden arjen rooleissa ja toiminnoissa on todettu olevan hyödyllisiä kasvun, kehityksen sekä hyvinvoinnin kannalta. Tämän vuoksi toimintaterapeuttien rooli on merkittävä kouluympäristöissä. Parhaillaan kouluissa tapahtuva toimintaterapia on yhteistyötä

koulunhenkilökunnan sekä huoltajien kanssa. Toimintaterapian tarkoituksena on tarjota toiminnallisia strategioita, jotka edistävät suoriutumista sekä osallisuutta. (Kaelin, Ray-Kaeser, Moiola, Cornelia & Santinelli 2019, 2.)

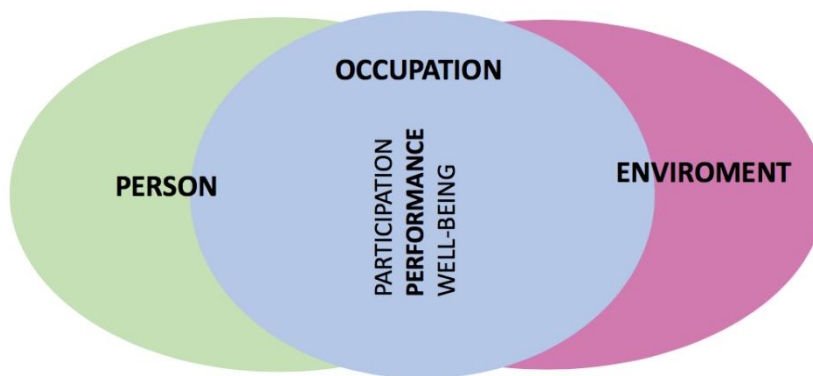
Tämä osallisuus sisältää monia liikkuvia osia, jotka ovat kytköksissä oppilaaseen, toimintaan sekä ympäristöön. Oppilaiden toiminnallisilla ja terveydellisillä haasteilla on suora vaikutus oppilaiden osallisuuteen kouluympäristössä. Sosiaalista osallisuutta tarkasteltaessa voidaan huomata, että toiminnan fyysiset, kognitiiviset ja sosiaaliset vaatimukset ovat usein haasteina. Näiden pohjalta on mahdollista tehdä huomioita siitä, kuinka ympäristö ja toiminta itsessään vaikuttavat tilanteisiin henkilön oman kyvykkyyden lisäksi. Tämä on tärkeä näkökulma sillä, jos henkilöön kohdistuvia tekijöitä ei voida muuttaa, tulisi interventioita kohdentaa ympäristötekijöihin tai tehtyyn toimintaan itseensä. (Bonnard & Anaby 2015, 189–190.)

Fernander ym. toteuttivat raportin, jossa tarkasteltiin toimintaterapian tuomia mahdollisuuksia kouluympäristössä mielenterveyden, ennaltaehkäisyn ja edistämisen näkökulmasta. Toteutuksessa hyödynnettiin monialaista yhteistyötä. Tällä monialaisuudella oli pyrkimys vaikuttaa lasten ja nuorten saamaan hoitoon, jotta se olisi mahdollisimman kattavaa ja vaikuttavaa. Raportti toi esille myös, että toimintaterapia alana poikkeaa usein ammattialoille asetetuista normeista. Se toimii usein muiden alojen rajapinnoilla yhteistyössä perheen, koulunhenkilökunnan sekä nuoren välillä edistäen mielenterveydettä ja hyvinvointia. (Fernandes, Dourado, Cid, Fernanda, Speranza, Guerrero 2019, 460.)

6.3 PEOP- malli

The Person–Environment–Occupation–Performance (PEOP) –malli (Christiansen - Baum - Bass-Haugen 2015) on toimintakeskeinen toimintaterapian käytännön työn tueksi luotu malli, jossa toiminnallisen suoriutuminen, osallistumisen ja hyvinvoinnin ei ajatella koostuvan yksinomaan toiminnasta, tekemisestä tai roolista suoriutumisesta. Sen sijaan toiminnallinen suoriutuminen, osallisuus ja hyvinvointi syntyy yksilön, ympäristön ja toiminnan aktiivisessa vuorovaikutuksessa (kuvio 5). (Christiansen, Baum & Bass 2015, 52–54.) PEOP-mallia hyödynnettiin tarjottavien interventioiden valinnassa sekä varsinaisen tuotoksen pohjana. Näin pystyimme varmistamaan, että toimintaterapian näkökulma oli selkeästi esillä tuotoksen sisällössä.

PEOP-malli auttaa muodostamaan yhteyttä erilaisten näkökulmien kuten biolääketieteellisen ja sosiokulttuurisen välille. Mallin mukaan ympäristö ja yksilötekijöillä voi olla rajoittava tai mahdollistava vaikutus yksilön toimintaan, tehtäviin sekä rooleihin. Malli kehitettiin alkujaan toimintaterapeuttien käytännön tueksi, jotta yksilön- ja ympäristön rajoitteita sekä mahdollisuuksia olisi helpompi havaita ja nimetä. Interventioiden toteutus ja tavoitteiden asettaminen tapahtuu yhteistyössä asiakkaan kanssa. (Christiansen ym. 2015, 49–51)



Kuvio 5 PEOP-malli (Christiansen, Baum & Bass 2015)

Mallissa ympäristö jaetaan erilaisiin tekijöihin, jotka ovat sosiaaliset tekijät, kulttuuriset tekijät, koulutus ja yhteiskunnallinen päätöksenteko, sosiaalinen tuki ja pääoma, fyysinen ja luonnon ympäristö sekä avustava teknologia. Yksilön ominaisuudet käsittävät sisälleen erilaiset valmiudet ja taidot. Nämä voidaan jaotella fyysiseen, psyykkiseen, kognitiiviseen toimintakykyyn sekä sensomotoriikkaan. Näiden lisäksi yksilöön vaikuttaa PEOP-mallin mukaan tämän hengellisyys, jonka kuvataan muodostuvan henkilön uskomuksista, arvoista, motivaatiosta sekä asenteista. Toiminta käsitteen sisälle, mallissa ajatellaan kuuluvan toimintojen tekeminen (activities), tehtävät (tasks) sekä roolit (roles). (Christiansen ym. 2015, 53–54.)

Tuotoksen sisällön ideoinnissa käytettiin 8 x 8 –tekniikka, joka on avattu tarkemmin opinnäytetyön myöhemmässä luvussa. Tässä tekniikassa hyödynnettiin myös PEOP-mallia. Valitut ensimmäiset kahdeksan keinoa valittiin mallin interventiolähestymistapojen mukaisesti. Näitä lähestymistapoja

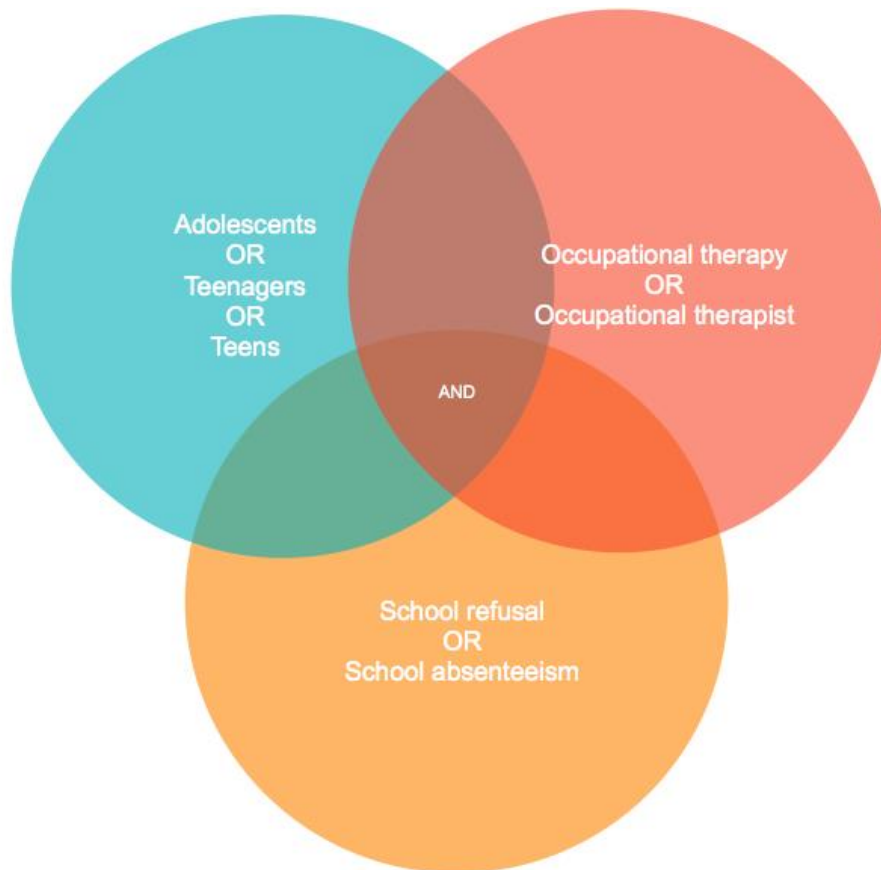
on konsultointi (consult), uuden luominen- edistäminen (create-promote), kouluttaminen (education), ennaltaehkäisy (prevention), vahvistaminen- ennalleen palauttaminen (establish-restore), puolesta puhuminen (advocate), ylläpitäminen (maintain- habilitate) ja muokkaaminen- kompensatio (modify-kompensate). Interventiolähestymistapojen hyödyntäminen oli helposti toteutavissa, sillä PEOP-mallissa interventiolähestymistapoja on kahdeksan. (Christiansen ym. 2015, 68.) Tämän lisäksi PEOP-mallia hyödynnettiin lopullisessa tuotoksessa kouluakymättömyyden näkökulmasta Case- esimerkin avulla. Tällä pyrittiin varmistamaan toimintaterapian näkökulman erottuminen opinnäytetyössä ja tuotoksessa.

7 Lähestymistavan sekä käytettävien menetelmien suunnittelu

Tässä kappaleessa avataan kehittämistyön tiedonhaku ja sen tulokset. Lisäksi kappaleessa tullaan nimeämään kehittämistyön tuotoksen ideoinnissa käytettävät menetelmät.

7.1 Tiedonhaku

Tiedonhaun toteutus tapahtui syksyllä 2021. Alussa tutustuttiin kouluakymättömyyteen sekä sen mahdollisiin taustatekijöihin. Varsinainen tiedonhaku oli mahdollista aloittaa, kun saatiin vahvistus, että sosiaalisen osallisuuden ja mielenterveyden haasteilla on yhteys kouluakymättömyyteen. Tiedonhaun ensimmäinen vaihe oli käytettävien hakutermin valinta. Englanninkielisten hakutermin hyödyntäminen vaikutti parhaimmalta vaihtoehdolta, jotta saatu materiaali oli mahdollisimman laaja. Hakutermit koulunkäynnin haasteisiin löydettiin kouluakymättömyyttä käsittelevän kirjallisuuden avulla. Lisäksi käytettävänä hakutermeinä toimi toimintaterapiaan sekä asiakasryhmään eli nuoriin liitettävät hakusanat. Käytetyt hakutermit (Kuvio 6) näkyvät alla olevassa kuviossa.



Kuvio 6 Käytetyt hakutermit

Ennen hakutermien käyttöä, tuli määritellä sulku- ja sisäänottokriteerit. Nämä ohjasivat kehittämistyössä käytettävien tutkimusartikkelien valintaa. Poissulku- ja sisäänottokriteerit (Kuvio 7) ovat avattuina tarkemmin alla olevassa kuviossa.

Sisäänotto- ja poissulkukriteerit		
Lane 1	Sisäänotto	Poissulku
Julkaisuvuosi	2010 jälkeen julkaistut	Ennen 2010 julkaistut
Ikäryhmä	Nuoret	Muut kuin nuoret
Saatavissa	Koko teksti saatavilla opiskelijatunnuksilla	Maksullisuus
Diagnoosit	Muut diagnoosit paitsi mielenterveyteen liittyvät	Mielenterveys diagnoosit

Kuvio 7 Poissulku- ja sisäänottokriteerit

Seuraavaksi siirryttiin sähköisten tietokantojen valintaan. Tietokannoiksi valikoitui SAGE Journal, CINAHL ja Taylor and Francis. Käytetyt termit toivat erillisesti paljon tuloksia, mutta termien yhdessä käyttäminen poisti runsaasti aineisto. Taylor & Francis tietokannasta hakusanoilla löytyi 17 artikkelia, joista otsikon perusteella poissuljettiin 16. CINAHL-tietokannasta hakusanoilla artikkeleja löytyi 85, joista 77 artikkelia poissuljettiin. SAGE Journalista artikkeleja kertyi 57, joista otsikoinnin avulla tehdyn poissulun jälkeen jäljelle jäi seitsemän. Otsikoiden lukemisen jälkeen siirryttiin lukemaan jäljelle jääneiden tutkimusten abstraktit. Abstraktien perusteella poissuljettiin yksi artikkeli Taylor ja Francis tietokannasta, kaksi SAGE Journalista sekä kolme CINAHL:ista. Jäljelle jääneitä artikkeleja oli abstraktien luvun jälkeen seitsemän. Näitä artikkeleja hyödynnettiin kehittämistyössä sekä varsinaisen tuotoksen teossa. Artikkelit (Kuvio 8) ovat listattu alla olevaan kuvioon.

Artikkeli	Vuosi	Tekijät	Tutkimusasetelma
Exploring different types of school refusers through latent profile analysis and school-related stress associations	2021	González, C., Sanmartín, R., Vicent, M. & García-Fernández, J. M.	Latentti luokka-analyysi
Towards a comprehensive assessment of school absenteeism: development and initial validation of the inventory of school	2019	Knollmann, M., Reissner, V., Hebebrand, J.	Faktorianalyysi
Fostering student engagement in schools: International best practices.	2017	Liem, G A. & Chong, W H.	Hyvät käytänteet
Outcome of a Multi-modal CBT-based Treatment Program for Chronic School Refusal.	2021	Strömbeck, J., Palmér, R., Sundberg Lax, I., Fäldt, J., Karlberg, M. & Bergström, M.	Ennen- ja jälkeen asetelma sisältäen lisämittauksen 6kk seurannassa
Absenteeism and the new 10 % ruling in Norway: A case study.	2019	Thomas, P. & Hennem, Q	Tapaustudkimus
Risk Factors for School Absenteeism and Dropout: A Meta-Analytic Review.	2019	Gubbels, J. Van Der Put, C E Assink, M.	Meta-analyysi
Short term effects of inpatient cognitive behavioral treatment of adolescents with anxious-depressed school absenteeism: an observational study.	2010	Walter, D. Hautmann, C. Rizk S. Petermann, M. Minkus, J. Sinzig, J. Lehmkuhl, G. & Doepfner, M.	Havaintotutkimus

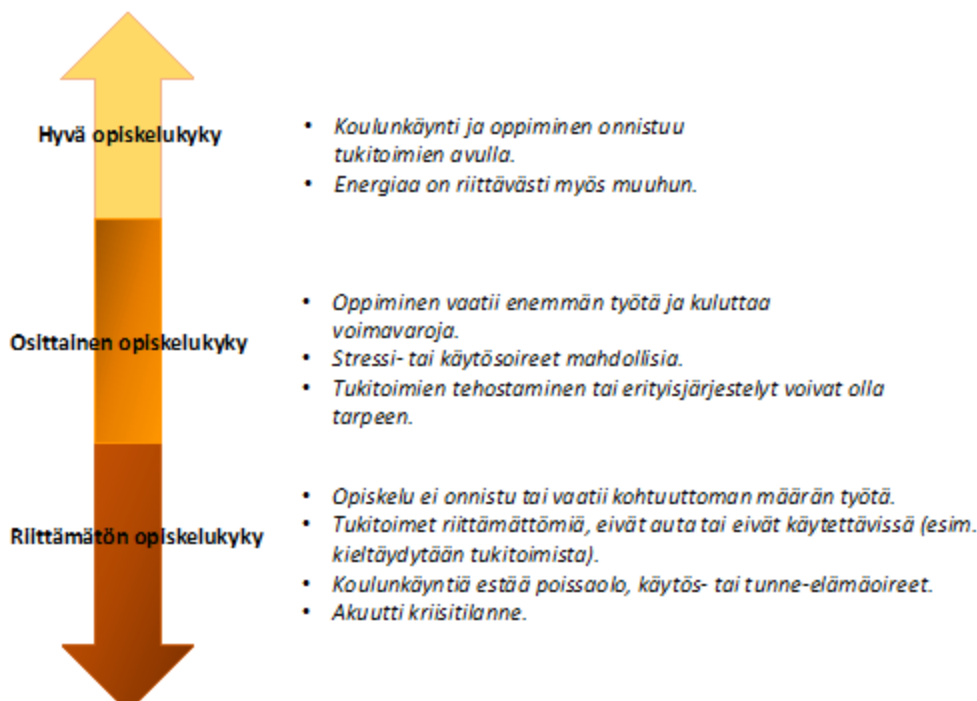
Kuvio 8 Tiedonhaussa käytetyt artikkelit

7.2 Koulunkäytikyky ja sen haasteet

Koulunkäytikyvyllä (Kuvio 9) tarkoitetaan yleisesti kykyä osallistua koulussa tarjottavaan opetukseen sekä kykyyn sitoutua koulun sääntöihin sekä toimintatapoihin. Koulunkäytikyky ei liity varsinaisesti yksilön ominaisuuksiin, vaan on sen sijaan jokapäiväisestä koulunkäynnistä suoriutumista. Koulunkäytikykyä voidaan verrastaa esimerkiksi työkykyyn. Sen taustalla on useita erilaisia

tekijöitä. (Puustjärvi 2020, 54 viitattu lähteeseen Puustjärvi & Luoma 2019.) Näitä ovat muun muassa opiskelu- ja toimintakyky, terveys, opetuksen järjestämiseen liittyvät tekijät, oppimisympäristö, luokka/ryhmä, opettaja sekä oppilaan koti- ja elämäntilanne (Puustjärvi 2020, 54 viitattu lähteeseen Sulander & Romppanen 2007).

Puhuttaessa koulunkäyntikyvyn puutteesta, tarkoitetaan sillä useimmiten arjen tilanteita, missä oppilaalla ilmenee haasteita opiskelukyvyyssä tai oppimisessa, kouluun liittyvissä toiminnoissa, koulusääntöjen noudattamisessa tai kouluun tulemisessa sekä koulussa pysymisessä. Nämä erilaiset haasteet koulunkäynnissä saattavat usein sitoutua toisiinsa johtaen jopa syrjäytymiseen. Koulunkäyntikyvyssä arjen toimintojen sujuvuuden merkitys korostuu. (Puustjärvi 2020, 55–56.)



Kuvio 9 Opiskelu- ja koulunkäyntikyvyn asteet mukailten Palmu ym. (Palmu ym. 2020, 60)

7.3 Kouluakäymättömyys

Kouluakäymättömyydelle on haastava esittää yksittäistä määritelmää, sillä se käsittää sisälleen useita tekijöitä. Silti koulunkäyntiin liittyviä haasteita on mahdollista tarkastella esimerkiksi taustalla oleviin syihin nojaten. Taustalla olevat syyt voidaan jakaa seuraavalla tavalla: Koulusta kieltäytyminen (school refusal), muut luvattomat poissaolot, kuten lintsaminen (truancy), oppilaasta

riippumattomat syyt, joiden vuoksi nuori vetäyty koulusta (school withdrawal) sekä kouluympäristön vuoksi syrjäytettyihin (school exclusion). (Palmu, Sergejeff & Puustjärvi 2020, 9; viitattu lähteeseen Heyne ym. 2019.) Tämän lisäksi kouluakäymättömyyteen voidaan liittää toistuvan poissaolonkäsite (absenteeism). (Kearney 2008, 5–6.)

Koulusta kieltäytyminen (school refusal) aiheuttaa stressiä nuoren, hänen perheensä ja koulun arkeen. Pidempään jatkuessaan koulukäymättömyys muodostuu toimintatavaksi, jota on haastava muuttaa. Toisin, kuin lintsamisessa (truancy) koulusta kieltäytyvillä on taustalla yleisesti syy, kuten ahdistuneisuus. Koulusta kieltäytyvä lapsi tai nuori saattaa päästä aamuisin jopa koulun pihalle, jonka jälkeen hän saattaa muuttua ahdistuneeksi, itkuseksi tai vihaiseksi. Koulusta kieltäytyvä nuori ei peittele kouluakäymättömyyttään vaan tuo esille halun osallistua, mutta ei koe pystyvänsä siihen. Koulusta kieltäytyvien oppilaiden huoltajat tuovat esille mielialaoireita, ruokahalun muutoksia, uniongelmia ja haluttomuutta koulutehtävien suorittamisessa, jotka usein voimistuvat sunnuntai iltaisin. (Garfi 2018, 1–3.) Valituissa artikkeleissa (school absenteeism) ja (school refusal) käsitteissä esiintyy huomattavasti päällekkäisyyksiä ja tästä syystä kehittämissä käytetään molemmista sanoista suomennosta kouluakäymättömyys.

Vuonna 2020 toteutettiin selvitys kouluakäymättömyydestä Suomessa. Selvityksessä toteutettiin kysely. Toteutettuun kyselyyn vastauksia saatiin yhteensä 456 ammattilaiselta, jotka tekevät työtä nuorten parissa. Vastajat koostuivat erilaisista ammattiryhmistä, joista suurimman muodostivat rehtorit sekä erityisopettajat. (Määttä, Pelkonen, Lehtisare & Määttä 2020, 70.) Virallisia tilastoja koulua käymättömistä nuorista ei ole, mutta kyselyssä vastajat saivat tehdä oman koulun oppilaistaan arvion. Arvion pohjalta luotiin suhdeluku, jota käytettiin arvioimaan kouluakäymättömien nuorten määrä Suomessa. (Määttä ym. 2020, 73–74.)

Kyselyyn vastanneilla oli eri käsityksiä koulua käymättömien nuorten määrästä, kuitenkin kyselyyn vastanneilla oli yhtenevä mielipide siitä, että kouluakäymättömyys on lisääntynyt. Vastanneista 75,2 % oli tätä mieltä ja vain 2,4 % koki ongelman vähentyneen. Kyselyssä vastajat kokivat yhteisesti kouluakäymättömyyden olevan vakava haaste ainakin jossakin määrin. (Määttä ym. 2020, 81.) Ammattilaisia pyydettiin myös kertomaan mahdollisia taustatekijöitä, joilla koulua käymättömyyttä voitaisiin selittää. Tässä osiossa selvityksen tueksi kehitettiin 21-kysymystä sisältävä mit-

tari, jota kyselyssä hyödynnettiin. Merkittävimpinä syinä esiintyi psyykkiset oireet sekä koulunkäyntiin liittyvä vähäinen kiinnostus. Yksittäisinä merkityksellisinä syinä näyttäytyivät vastaajien mukaan vuorokausirytmien haasteet ja sosiaalisten tilanteiden luoma ahdistus kouluympäristössä. (Määttä ym. 2020, 87.)

7.4 Kouluakäymättömyyden riskitekijät

Knollmann, Reissner & Hebebrand (2019) artikkelissa käsiteltiin kouluakäymättömyyttä mittaavan arviointimenetelmän kehittämistä. Artikkelissa tuodaan esille havainto siitä, miten koulusta kieltäytyvillä oppilailla esiintyy vertaisia enemmän muun muassa masennusta, eroahdistusta, syrjäytymistä sekä kiusaamista. (Knollmann ym. 2019, 400 Viitattu lähteeseen Egger ym. 2003.) Kouluakäymättömyyden riskitekijöitä tarkastelivat myös Gubbels, Van Der Put & Assinkin (2019). Heidän toteuttaman meta-analyysin tuloksista selvisi, että kouluakäymättömyyteen ja koulusta poisjättäytymiseen vaikuttaa useat samat riskitekijät. Näitä olivat muun muassa päihteiden käyttö, syrjäytyminen, negatiivinen suhtautuminen kouluun sekä koulun ja oppilaan vanhemman välinen vähäinen vuorovaikutus. Pysyvän koulusta jättäytymisen riskitekijöiksi kuvattiin luokalle jääminen, alhainen älykkyydosamäärä tai oppimisvaikeudet sekä alhaiset akateemiset saavutukset. (Gubbels ym. 2019, 1657.)

Kouluakäymättömyyden riskitekijöitä tutkittiin myös González, Sanmartín & García-Fernánde (2021) artikkelissa. Tässä artikkelissa pyrittiin yksilötekijöiden lisäksi tuomaan esille kontekstuaalitekijöiden vaikutusta. Näitä tekijöitä oli esimerkiksi vuorovaikutus opettajan tai vertaisten kanssa. (González ym. 2021, 2 Viitattu lähteeseen Kim D 2020.) Tutkimuksessa tavoitteena oli vahvistaa koulunkäynnin haasteiden riskitekijöiden tutkimisen asiaankuuluvuutta sosioekonomisesta näkökulmasta. (González ym. 2021, 2.) Artikkelin kuvaili kouluympäristöä yhdeksi tärkeimmistä kehityksellistä konteksteista sekä älyllisen kehityksen ja psykososiaalisen hyvinvoinnin kannalta. Artikkelissa kerrottiin, että koulussa koetut kokemukset vaikuttavat osaltaan jokaiseen kehitykselliseen osa-alueeseen. Näillä negatiivisilla kokemuksilla havaittiin yhteyksiä pidempiaikaisiin koulupoissaoloihin ja sitä kautta akateemisiin saavutuksiin sekä sosioemotionaalisiin lopputuloksiin. Vähentäen näin koulutuksellista ja sosiaalista sitoutumista. (González ym. 2021, 11 Viitattu lähteeseen Gottfried 2014.) Artikkelissa hyödynnettiin myös useita vanhempien näkökulmia ja havaintoja. Näiden pohjalta koulunkäynnin haasteisiin ja koulusta kieltäytymiseen voitiin liittää myös

esimerkiksi opettajien välinen kommunikaatio, akateemiset vaatimukset, äänekäs ja epäorgani-soitu oppimisympäristö, ystävyyssuhteet sekä opettajilta saatu ohjaus ja emotionaalinen tuki. (González 2021, 11 Viitattu lähteeseen Havik ym. 2014.)

González ym. (2021) toteuttivat tutkimustaan nimeämällä stressiä aiheuttavia tekijöitä kouluym-päristössä sekä niiden suhteita erilaisiin kouluakäymättömyyden profiileihin. Tekijöiden nimeämi-sen kautta oli mahdollista tunnistaa kouluakäymättömyyden riskitekijöitä. Kerätty aineisto saatiin School Refusal Assessment Scale-Revised (SRAS-R) sekä School Situation Survey (SSS) kyselyiden avulla. Yleisesti positiiviset ja tilastollisesti merkitykselliset korrelaatiot tunnistettiin kouluakäymät-tömyyteen liittyvään käytökseen ja kouluun liitettäviin lähteisiin sekä stressin ilmenemiseen. Ver-tailemalla profiileja löydettiin suurin vaikutuksen koko. (González ym. 2021, 9–11.) Kuitenkin tutki-mus sisälsi rajoitteita. Yksi esimerkki rajoitteista oli, että käytetyt menetelmät olivat kaikki muodoltaan itsearvioitavia. Artikkelissa todettiin, että tulevaisuudessa tutkimukseen tulisi sisällyt-tää kattavampi aineistonkeruuprosessi sisältäen erityyppisiä tietolähteitä. Näitä voisivat olla esi-merkiksi haastattelut ja käytöksen havainnointi. Lisäksi aineistonkeruuseen olisi hyvä osallistaa opettajat sekä vanhemmat. Artikkelissa ehdotetaan hyödynnettäväksi myös muiden arviointime-netelmien käyttöä kuten Inventory of School Attendance Problems (ISAP). Menetelmää olisi mah-dollista hyödyntää koulusta kieltäytymisen varhaisessa seulonnassa, sillä se on kohdennettu oppi-laille, joilla ei vielä ole laajoja poissaoloja. (González ym. 2021, 12 Viitattu lähteeseen Knollmanym 2019.)

7.5 Kouluakäymättömyyden interventiokeinojen kartoitus

Aikaisen tunnistamisen tarpeesta ja interventioiden aikaisesta toteuttamisesta kerrottiin Thomas ja Hennem (2019) toteuttamassa tapaustutkimuksessa. Tutkimuksen tarkastelussa oli koulukäy-mättömyys sekä Norjassa tapahtunut uusi 10 % poissaoloihin liittyvä sääntö. Artikkelissa Thomas ja Hennem (2019) kertoivat Askeland ym. (2015) todenneen tutkijoiden huomioivan 15 % tai suu-remman määrän olevan kroonistunutta koulunkäynnin haastetta, jolloin tarve aikaiselle tunnistami-selle ja interventiolle korostuu. (Thomas, Hennem 2019, 3.) González ym (2021) mainitsivat ar-tikkelissaan joitain tekijöitä, joilla koulunkäyntiin liittyvää stressiä ja kouluakäymättömyyttä olisi mahdollistaa vähentää. Näitä olivat muun muassa kouluilmapiirin parantaminen, oppilaiden tyyty-väisyyden huomiointi kouluun liittyvissä tekijöissä, oppilaiden päätöksenteon edistäminen ja yksi-

öllistettyjen tuokioiden suunnittelu (González ym. 2021, 11 Viitattu lähteisiin Bacon & Kearney 2020 sekä Daily ym. 2020.) Walter, Hautmann, Rizk, Petermann, Minkus, Sinzig, Lehmkühl & Doepfner (2010) tutkimuksessa tarkastelussa oli kognitiivis- behavioristisen hoidon lyhytaikaisvaikutukset kouluakäymättömyyden hoidossa nuorilla, joilla oli ahdistuneisuudesta ja masentuneisuudesta johtuvaa oireilua. Interventioissa hyödynnettiin muun muassa taitojen harjoittelua. Tämä tapahtui esimerkiksi harjoittelemalla sosiaalisia taitoja tai koulutehtävien tekemistä. Tutkimuksessa huomattiin hoidon vähentäneen kouluakäymättömyyttä sekä mielenterveysongelmia. (Walter ym. 2010, 839–841.)

Kouluakäymättömyyden hoitomenetelmiä esittelivät myös Strömbeck, Palmér, Sundberg Lax, Fältdt, Karlberg & Bergström (2021). He toivat esille, että kouluakäymättömyydellä (school refusal) voi olla useita negatiivisia seurauksia, mutta tarjolla on myös useita tehokkaita hoitomenetelmiä. Toteutetussa tapaustutkimuksessa arvioitiin interventiota kouluakäymättömyyden (school refusal) hoidossa. Interventiokeinona toimi Kognitiivis-behavioraaliseen terapia malliin (CBT) pohjautuva Hemmasittare-malli. (Strömbeck ym. 2021, 1–2.) Tämä malli on multimodaalinen ja manuaaliin perustuva hoito-ohjelma, joka on suunniteltu lisäämään koulussa läsnäoloa sekä vähentämään ahdistusta, masennusta ja muita psyykkisiä oireita (Strömbeck ym. 2021, 4 Viitattu lähteisiin Friberg ym. 2015 & Magelungen 2017.) Hemmasittare-malli yhdistää erilaisia hoito elementtejä eri asteilla. Näitä ovat yksilö, vanhempi ja koulu. Malli sisälsi yksilölliset komponentit nuorille. Nämä komponentit muodostuivat taitojen harjoittelusta, sosiaalisten taitojen harjoittelusta, asteittain etenevästä lähestymistavasta, käyttäytymisen aktivoinnista sekä ongelmanratkaisun tukemisesta. Perheelle malli tarjosi säännöllisiä tapaamisia vanhempien kanssa, keskittyen seuraaviin: säännöt, sopimukset päivittäiset rutiinit, psykoedukaatio ja konfliktitilanteiden vähentämisen strategiat. Hemmasittare-mallissa henkilökunta tapaa myös opettajat ja muun koulunhenkilökunnan, jolloin kuvataan oppilaan spesifit tarpeet ja haasteet. Tarkoituksena on tarjota tukea pedagogiikan sekä sosiaalisen ympäristön muokkaamiseen, jotta se palvelisi nuoren tarpeita. (Strömbeck, ym. 2021, 3–4.)

Tuloksellisesti tutkimus tarkasteli muun muassa ahdistuneisuus-, masennus-, tunne- ja käytösoireita sekä elämänlaatua. Mittauksia tapahtui ennen interventiota, intervention jälkeen sekä seurantaan. Tuloksissa havaittiin kouluissa läsnäolojen lisääntymistä intervention jälkeen sekä myöhemmin toteutetussa seurannassa. Kokonaan poissaolevien oppilaiden määrän havaittiin myös

laskeneen. Interventioiden toteuttamisen jälkeen sekä myöhemmässä seurannassa ahdistuneisuus- ja masennusoireiden määrän huomattiin pienentyneen sekä nuorien, että heidän vanhempiensa parissa. (Strömbeck ym. 2021, 7–10.) Tutkimuksen mukaan Hemmasittare- malli vaikuttaa lupaavalta mallilta koulukäymättömyyden hoidossa. Se rakentuu kirjallisuuteen CBT-perustuvista malleista, joiden tehokkuus koulukäymättömyyden hoidossa on osoitettu. Kuitenkin mallin vaikuttavuuden arvioimiseksi tarvitaan lisätutkimuksia. (Strömbeck 2021, 10–11.)

Artikkeleissa tuodaan esille, että koulunkäynnin haasteet saattavat olla tulos koetusta stressistä tai ahdistuksesta (González ym. 2021, 2). Artikkelissa kerrotaan erinäisistä taustatekijöistä, joilla saattaa olla negatiivisia vaikutuksia nuoren koulunkäyntiin. Lisäksi niissä tuodaan esille toimintaterapian näkökulmasta tärkeää tietoa vaikuttavista ympäristötekijöistä. Esillä oli myös erilaisia interventiokeinoja, kuten esimerkiksi taitojen harjoittelu.

7.6 Menetelmien suunnittelu

Varsinaisen tuotoksen tekeminen käsitti sisälleen luovan ongelmanratkaisuprosessin. Tämä prosessi muodostui haasteiden havaitsemisesta, haasteisiin liittyvien tekijöiden nimeämisestä, tavoitteiden asettelusta sekä ideoimisesta. Lisäksi prosessissa valittiin mahdolliset toimintatavat, jonka jälkeen niitä arvioitiin vielä ennen lopullisen ratkaisun tekoa. Viimeisessä vaiheessa tapahtui käytännön toteutus. Lisäksi työssä tuli perehtyä tarkasti valittuihin menetelmiin menetelmäkirjallisuuden avulla, jotta tämä prosessi oli mahdollinen. (Ojasalo, Moilanen & Ritakoski 2015, 159.) Tuotoksessa hyödynnettiin kahta kehittämistyömenetelmää. Nämä menetelmät avataan tarkemmin seuraavassa kappaleessa.

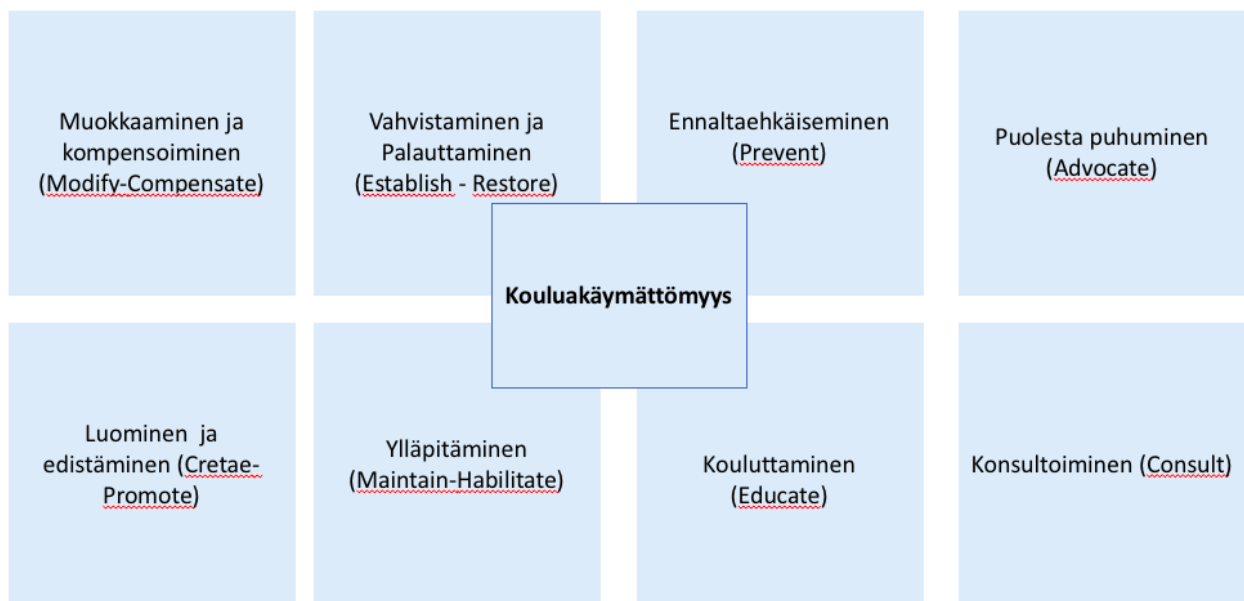
8 Menetelmät

Käytetyt menetelmät ovat muodoltaan yhteisöllisiä ideointimenetelmiä. Ideoinnissa haluttiin korostaa yksittäisten ideoiden hyviä puolia, pyrkien välttämään negatiivisia ennakko-olettamuksia. Käytettäväksi menetelmiksi valikoitui 8x8- menetelmä ja (3+) ja miten? - tekniikka (Ojasalo ym. 2015, 158–159).

8.1 8x8- menetelmä

Interventiokeinoja ideoitiin hyödyntäen 8x8- menetelmää. 8x8- menetelmä muistuttaa ajatuskarttaa, ollen kuitenkin helpommin hallittava. Toteutus tapahtui seuraavasti: alussa teemahaastattelussa noussut haaste kirjoitettiin keskelle tyhjää A4 kokoista paperia. Tämän paperin ympärille aseteltiin kahdeksan paperia, joille toteutettiin menetelmän ensimmäinen vaihe. (Kuvio 10) Tässä vaiheessa nimesimme haasteen ympärille kahdeksan eri interventiokeinoa hyödyntäen PEOP-mallia. Nämä interventiokeinot toimivat menetelmässä uusina aloituspisteinä, joihin menetelmän nimen mukaisesti ideoitiin jälleen kahdeksan erilaista toteutustapaa. (Kuviot 11 & 12) (Ojasalo ym. 2015, 163.)

8x8- menetelmän avulla pystyttiin koostamaan laaja kirjo erilaisia keinoja, joilla olisi mahdollista tarjota tukea koulunkäynnin haasteisiin. Koska menetelmä tuotti paljon ideoita, tuli työssä toteuttaa rajaus ja arvioida ideoitujen keinojen käytettävyyttä.



Kuvio 10 8x8- menetelmän 1 vaihe

Poissaolojen Seuranta + Tarkkailu esim. Tuleeko poissaoloja tietyltä tunnilta enemmän.	Jokaisen koulupäivän "läpikäynti" n.5min, (jotta esim. Ahdistusta aiheuttaneet tekijät ei kasaudu)	Vahvuuspurkki:Opettajat kirjoittavat joka aamu 1 positiivisen vahvuuden Jokaisesta oppilaasta	Sosiaalientaitojen harjottelua esim. Elämäni biisi tehtävän avulla	Elokuvan hyödyntäminen tunnitetaidoissa(Esim Inside Out-Mielen sopukoissa)	Kartoitetaan Turvallisuuden-Tunnetta lisäävät tekijät
Nimetön kahoot kysely/ fiilispurkkiin	Ennalta-ehkäiseminen	Vapaa-ajan harrastuskokeilut	Tunnekorttien käyttö	Vahvistaminen ja Palauttaminen	Breathing board
Koulunkäyntikykymittari ja sen käyttäminen	Lisätään kouluun kiinnostusta, esitellään mm. Ura/koulupolkuja	Positiivisuus Purkki/voimavarapurkki	Itselle merkityksellisen esineen tai valokuvan tuominen	Tunteiden kirjoittaminen tarina/runomuotoon/maalaminen	Rentoutusharjoitteet + hengitysharjoitteet, mindfulness
"normalisoidaan" ahdistusta puhumalla siitä arjessa yhdessä	Yksilöllinen kohtaaminen ja sen merkityksen esille tuominen	Vanhemmuiden tukeminen kertomalla nuoruuteen kuuluvista vaiheista	Listaus: "hyvistä Materiaaleista".	Esitellään muutoksen nelikenttämalli ja esimerkki sen hyödyntämisestä	Kouluikämyötömyys kyselyiden hyödyntäminen
Oppilaiden osallistamista päätösten tekemisessä	Puolesta puhuminen	Oppilaiden tunteiden sanoittaminen konfliktitilanteissa	TT:n osaamisen hyödyntäminen oppilasluolossa	Konsultointi	Nuorille tehtäväviikko joka on koostettu materiaaleista
Haluan/tarvitse kirjja	Tietopaketti Opettajille+ vanhemmille koulunkäyntikyvystä+ haasteista, hyödyntäen PEOP-mallia	Lyhyt tietopaketti nuoren mieliala- ja sosiaalisen osallisuuden oreiluista	TT:n konkreettinen "konsultointi"käynti, jossa esim. Keskustellaan Toimijuudesta/toimintakyvystä	Erialaisten harjoitteiden ohjaaminen esim. Omat rajani/asiat joita voin Hallita/joita en voi hallita	TT:n osaamisen hyödyntäminen esim Opetussuunnitelman muokkaamisessa

Kuvio 11 8x8- menetelmän 2 vaihe (1/2)

Koulupäivien lyhentäminen	Mahdollisuus etäopetukseen tarvittaessa	Koulupäivän alkaminen aamulla myöhemmin	Tavoitepäiväkirja	Hyödynnetään arjessa tunnemitaria	Tunnepäiväkirja
Tehtävämäärien Muokkaaminen	Muokkaaminen Ja Kompensoiminen	Pienryhmäopetus	Erialaisten harjoitteiden käytännön kokeilu/harjoittelu	Ylläpitäminen	Oppilaan mielenkiinnon kohteiden huomiointi tehtävissä
Oppiaineiden yhdistäminen	Mahdollisuus poistua luokasta, jos on ahdistava olo	Koetilanteiden mukauttaminen	Tavoitteiden säännöllinen päivittäminen	Motivaatiomittarin käyttö	Itsepalvelu sovellukset
Huomion siirtäminen (käytännössä esim. luokan muokkaaminen)	Goal ladderin käyttö	Edistymisen tiekartan käyttö	Opettajien kuormittavat ja voimaa antavat tekijät kartoitetaan + Miten tukea omaa hyvinvointia	Vielä/Nyt-taulun hyödyntäminen	Tuodaan esille toiminnan, yksilön ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen merkitys
Ahdistuksen hallintakeinojen kokeilu/ harjoittelu (kylmä vesi)	Luominen ja Edistäminen	My hopes and dreams	Esitellään SMART Tekniikka ja esimerkki + tavoitteen merkitys	Kouluttaminen	My not to do lista
Yhteinen projekti/ teos luokan kesken	Positiivisen palautteen harjoittelu esimerkin avulla	Jäävuori/tulivuori	Motivoiva haastattelu menetelmä opettajille koulutuksena	Kawa-mallin avulla toimintakyvyn kartoitus	Tunnetaitojen ohjaaminen & opettaminen opettajille/ vanhemmille

Kuvio 12 8x8- menetelmän 2 vaihe (2/2)

8.2 (3+) ja miten? - tekniikka

Esitteeseen valikoituneet keinot valittiin hyödyntäen (3+) ja miten? - tekniikkaa. (Kuvio 13) Tässä tekniikassa pyritään löytämään ensisijaisesti kolme positiivista näkökulmaa kustakin ehdotuksesta. Positiivisten näkökulmien nimeämisen jälkeen siirrytään menetelmässä pohtimaan keinojen mahdollisia vajavaisuuksia. Tämä toteutetaan tarkastelemalla keinoja kehittävällä otteella hyödyntäen "miten" kysymystä. (Ojasalo ym. 2015, 159.) Alla olevassa kuviossa on esimerkki (+3) ja miten? - tekniikan käytöstä.

(+3)- miten menetelmän käyttö	
<p>Interventiokeino:</p> <p>"Huolihetki"- jokaisen koulupäivän läpikäynti (5-10min), jotta mieltä kuormittavat asiat eivät kasaannu.</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>+ Pystytään ennaltaehkäisemään uusien ja suurempien haasteiden syntyä. + Ei vaadi erillisiä materiaaleja</p> <p style="text-align: center;">Miten?</p> <p>Miten mahdollista toteuttaa kaikille? Miten pidetään huoli, että nuori ei koe "erottuvansa" joukosta, jos keinoa hyödynnetään hänen kanssaan?</p>	<p>Interventiokeino:</p> <p>Nuorille koostettu tehtävä- vihko, joka sisältää materiaaleja mm. tunnesäätelyyn, motivaatioon, ahdistuksen hallintaan ja opiskelutaitoihin.</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>+ Nuoret saivat materiaalin omaan käyttöönsä. +Voisi lisätä nuoren kiinnostusta tarkkailemaan omia tunteitaan. + Voisi tuoda nuorelle tunteen, että hän ei ole yksin haasteiden kanssa.</p> <p style="text-align: center;">Miten?</p> <p>Miten toteutetaan? Miten saadaan tarvittavat resurssit? Miten valitaan tehtävät, jotta saadaan mahdollisimman suuri hyöty? Miten tuetaan nuorta, mikäli hän tarvitsee tukea ja ohjausta tehtävien tekemisessä?</p>

Kuvio 13 Esimerkki (+3) ja miten? - tekniikan käytöstä

(+3) ja miten? – tekniikan avulla tuotokseen valikoitui PEOP-mallin mukaisesti ennaltaehkäisyyn, kouluttamiseen, luomiseen ja edistämiseen sekä vahvistamiseen ja palauttamiseen liitettäviä keinoja. Keinojen valintaan vaikutti keinojen käytettävyys, sovellettavuus kouluympäristöön, tarvittavat materiaalit sekä mahdolliset lisäkoulutukset. (3+) ja miten? - tekniikan avulla poissuljimme

mm. Lisäkoulutuksia tai runsaasti aikaa vieviä interventiokeinoja. Näiden lisäksi tuotoksen ulkopuolelle jäi kompensatiokeinot, sillä suurin osa ideoiduista kompensatiokeinoista oli jo käytössä tuotokseen osallistuvien opettajien luokissa.

Kehittämistyöhön valikoitui kuviossa (Kuvio 14) näkyvät ideat, (3+) ja miten? - tekniikkaa hyödyntäen. Kuvion keinot ovat 8x8- menetelmän interventiokeinojen värien mukaiset. Suurin osa valikoituneista keinoista kuuluu luomisen ja edistämisen osa-alueeseen.

Interventio kohdentuu	Interventiokeino
Tunteiden sanoittamisen harjoittelu	Tunnemittari
Oman mielipiteen ilmaisemisen harjoittelu	Kahoot ja fiilispurkki
Omienrajojen ilmaisemisen harjoittelu	En tee listani
Ahdistuksen hallintakeinojen harjoittelu	Kylmän käyttö, hengitystähti, huomion siirtäminen
Ahdistuksen ennaltaehkäisy	Huolihetki
Nykyisen toiminnan seurauksien tarkastelu	Muutoksen nelikenttä
Pystyvyyden tunteen vahvistaminen	Vielä/nyt taulu
Motivaation tukeminen ja tavoitteen asettaminen	SMART- tekniikka ja tavoitteentaulu
Positiivisen palautteen harjoittelu esimerkin avulla	Opettajan esimerkki
Sosiaalisten vuorovaikutustaitojen tukeminen yhteisen toiminnan avulla	Yhteinen projekti, esim. maalaus

Kuvio 14 Toteutukseen valikoituneet interventiokeinot

Useat tiedonhaun artikkelit tuovat esille kouluakäymättömyyden taustatekijöiden selvittämisen tärkeyttä. Tätä näkökulmaa vahvistaa myös kouluakäymättömyyttä käsittelevä kirjallisuus, joka tuo esille, että ammattilaisten on tärkeää selvittää syy, joka on kouluakäymättömyyden taustalla. Kirjallisuudessa tuodaan esille nuoren kokemien tunteiden ja pelkojen huomioiminen sekä kokeminen kuulluksi tulemisesta. Myös varhaisen puuttumisen tärkeys nousi esille. (Garfi 2018, 34–36.) Sosiaalisen osallisuuden näkökulman kannalta sosiaalisten taitojen merkitys korostui. Lisäksi Sosiaalisilla taidoilla on huomattava vaikutus lapsen itsetuntoon. (Clifford O’Brien & Kuhaneck 2020,

339.) Toimintaterapeutit tukevat lapsia, joilla on haasteita sosiaalisissa taidoissa sekä heikko sosiaalinen osallisuus. Toimintaterapeuttien koulutukseen kuuluu hyvä tietämys sosiaalisesta, kognitiivisesta, sensorisesta sekä käyttäytymisen kehityksestä. Motivoidakseen nuorta, toimintaterapeutti hyödyntää asiakaskeskeistä lähestymistapaa. Sosiaalisen osallisuuden tukemiseen kohdentuva interventio voi keskittyä sosiaaliseen sitoutumiseen tai sosiaalisiin taitoihin, jotta opittujen taitojen myötä lapsen tai nuoren olisi helpompi sitoutua sosiaalisesti. (Clifford O'Brien & Kuhaneck 2020, 344–345.)

Tuotokseen valikoituneet interventiokeinot ovat lähteen mukaisia tai niiden kehittämisessä on hyödynnetty sekä lähdeä, että toiminnan analyysia. Alla olevaan kuvioon (Kuvio 15) on koottu lähteet ja interventiokeinot. 8x8- menetelmässä käytetty PEOP- mallin mukainen lähestymistapa on kirjattu taulukkoon sulkujen sisälle.

Lähde	Interventiokeino & PEOP- malli
Brodsky, B. B., Brodsky, B. S., Stanley, B. B. & Stanley, B. (2013). Dialectical Behavior Therapy Primer: How DBT Can Inform Clinical Practice	Huomion siirtäminen muualle aistien avulla (kouluttaminen), kylmän käyttö (luominen ja edistäminen), muutoksen nelikenttä (konsultointi) En tee listani (kouluttaminen)
O'Brien, J. C. & Kuhaneck, H. (2020). Case-Smith's occupational therapy for children and adolescents	Tavoitteeni taulu (kouluttaminen)
Friberg, P., Karlber, M., Sunberg, L., Palmer, R. 2020. Kohti koulu Hemmasittare- malli kouluakäymättömien tukena . Valterin julkaisusarja	Tunnemittari (ylläpitäminen), opettajan esimerkki positiivisesta palautteesta (luominen ja edistäminen)
Määttä, S., Sergejeff, J., Puustjärvi, A., Virtanen, T., Pilbacka-Rönkä, T. Granroth-Nalkki, T. Ojala, T., Puusaari, A-K & Palmu, I. 2020. Takaisin kouluun – kouluakäymättömille . Valterin julkaisusarja	Huolihetki (ennaltaehkäiseminen), Yhteinen projekti (luominen ja edistäminen), Vielä/nyt taulu (luominen ja edistäminen)
Garfi, J. 2018. Overcoming School Refusal: a Practical Guide for Teachers, Counsellors, Caseworkers and Parents	Hengitystähti (vahvistaminen ja palauttaminen),
Liem, G A. & Chong, W H. 2017. Fostering student engagement in schools: International best practices	Fiilisipurkki (ennaltaehkäiseminen), kahoot (ennaltaehkäiseminen)
Bovend'Eerd, T. J., Botell, R. E. & Wade, D. T. 2009. Writing SMART rehabilitation goals and achieving goal attainment scaling: A practical guide	SMART- tekniikka (kouluttaminen)

Kuvio 15 Interventiokeinojen lähteet ja PEOP-malli

9 Kehitystehtävän toteutus ja julkaisu

Seuraavissa luvussa avataan varsinaisen tuotoksen toteuttamisen sekä julkaisun. Tuotoksesta saatu palaute tullaan avaamaan myöhemmissä luvuissa.

9.1 Toteutus

8x8- menetelmän ja (3+) miten? - tekniikan hyödyntämisen jälkeen alkoi varsinaisen tuotoksen tekeminen. Tuotos oli aluksi tarkoitus toteuttaa Sway-pohjalla, mutta pian huomattiin Sway- pohjan tuomat haasteet. Pohjaa oli hankala käsitellä ja kuvatiedostojen liittäminen oli kömpelöä. Tuotoksen kannalta oli ehdottoman tärkeää, että kuvia pystyttiin liittämään niiden alkuperäisessä koossa, jotta niiden tulostaminen materiaalina olisi käytännössä mahdollista. Erityisen tärkeää oli, että tuotos pystyy esimerkin lisäksi tarjoamaan helposti hyödynnettäviä käytännön materiaaleja. Tämän takia alkuperäistä suunnitelmaa muutettiin. Swayn sijaan tuotos toteutettiin Powerpointin avulla. Powerpoint mahdollisti, että tuotosta voitiin tehdä JAMKin salasanojen takana ja työ oli mahdollista toteuttaa yhtäaikaisesti verkossa parityönä. Opettajille lähetettävän version lataimme pdf-muotoon. Pdf muodossa Powerpointista saatiin esite, joka on mahdollista myös tulostaa paperiversioksi. Tuotoksen mukana lähetettiin kysely, jonka avulla opettajien on mahdollista antaa palaute sekä kehittämissuhteita tuotokseen liittyen.

Tuotoksen teoriaosuudessa hyödynnettiin kirjallisuutta sekä tiedonhaun kautta saatuja lähteitä. Teoriaosuudessa kerrattiin lyhyesti koulunkäyntikyky sekä mahdolliset koulunkäynnin haasteet. Näiden lisäksi avattiin lyhyesti PEOP-malli. Teoriaosuus koostettiin Powerpointiin ja siihen lisättiin ilmaisenkuvapankki Pixabayn kautta visuaalista ilmettä. Teoriaosuuden jälkeen tuotoksessa käsiteltiin PEOP-mallia hyödyntäen Case- esimerkkiä. Luomisessa hyödynnettiin lähdekirjallisuutta. Kirjallisuudesta poimittiin kouluikäikäymättömien nuorten yleisimpiä haasteita. Lisäksi hyödynnettiin opinnoista saatua osaamista sekä omaa luovuutta. Näin muodostettiin tarinallisessa muodossa oleva Case- esimerkki. Tuotoksessa esiintyvät interventiokeinot esiteltiin Case- esimerkkiä hyödyntäen. Tulostettavien materiaalien toteutuksessa käytettiin graafisen suunnittelun verkkosivu Canvaa. Materiaalit on toteutettu itse. Tuotos tuli toimeksiantajan käyttöön. Lisäksi se julkaistaan osana opinnäytetyötä.

9.2 Tuotos

Opinnäytetyön tuotos on sähköisessä muodossa oleva esite. Esitykseen on koottu keinoja, joilla opettajat pystyvät tukemaan oppilaiden koulunkäyntiä ja koulumyönteisyyttä. Tuotoksen taustalla vaikuttaa toimintaterapiassa käytettävä PEOP-malli. Tuotoksessa haluttiin korostaa ympäristön,

toiminnan ja yksilön välistä vuorovaikutusta. Tämän takia tuotokseen päätettiin luoda Case- esimerkki, jonka toimintakykyä tarkasteltiin PEOP- mallin teorian tietoon nojaten. Opettajille annettavassa tuotoksessa pyrittiin huomioimaan, ettei heillä ole hallussaan toimintaterapeutin tietopohjaa ja näin ollen esimerkiksi ympäristön, toiminnan ja yksilön tarkempi pilkkominen eri tekijöiden kautta ei ollut merkityksellistä. Sen sijaan tuotoksessa oppilaan tilanne tuotiin esille tiiviissä ja tarinamaisessa muodossa. PEOP-mallin ja sen käyttö päädyttiin avaamaan tarkemmin sen sijaan kehittämistyöraportissa. Tämän lisäksi tuotoksen koko olisi tarkemman jaottelun myötä muuttunut käytännön työelämän kannalta liian pitkäksi. Tämä pituus olisi taas saattanut vaikuttaa tuotoksen käytettävyyteen.

Lopullinen tuotos sisältää useamman interventiokeinoon, jotka kaikki täyttävät seuraavat ominaisuudet: Ne ovat helposti käyttöönotettavia, eivät vaadi lisäkoulutautumista ja ovat ajallisesti mahdollisia toteuttaa kouluympäristössä. Lisäksi interventiokeinoissa vaadittavat materiaalit ovat saatavissa kouluympäristössä tai vaihtoehtoisesti tuotoksesta itsestään. Valikoituneet interventiokeinot ovat voimavaralähtöisiä ja pyrkivät edistämään nuoren osallisuutta.

10 Toteutetun prosessin ja tuotoksen tarkastelu

Kehittämistyö päättyy, kun sen onnistumisesta on toteutettu arviointi. Työn aikana toteutetaan myös jatkuvaa toiminnan tarkastelua ja arviointia, mutta tällöin tarkoituksena on johdattaa prosessia eteenpäin. Loppuarvio sen sijaan käsittelee kehittämistyön tavoitteen saavuttamista. (Ojasalo 2015, 47.) Käytännössä kehittämistyön tavoitteiden saavuttamista tarkasteltiin itsearviointin sekä opettajille toteutetun palautekyselyn avulla. Palautekysely luotiin Webropol-järjestelmän avulla. Palautekyselyssä haluttiin saada opettajilta mahdollisimman konkreettista palautetta, mahdollisimman monesta näkökulmasta.

Arvioinnissa kiinnitetään tavallisesti huomiota kehittämistyön seuraaviin tekijöihin: työn määrä, tapahtunut prosessi sekä tuloksena syntynyt tuotos. Lisäksi arvioinnissa tulisi tarkastella näiden tekijöiden yhteyksiä toisiinsa. Tarkastelua voidaan toteuttaa useilla menetelmillä, kuten havainnoinnalla, kyselyllä tai haastattelemalla. (Ojasalo 2015, 48.) Kehittämistyön onnistumista arvioitiin kyselyn avulla. Kyselyyn sisältyi 12 kysymystä, joista kolme oli monivalintoja ja loput avoimia kysymyksiä. Kyselyssä oli kysymyksiä prosessin eri vaiheisiin liittyen. Kyselyn runko löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 3).

Palautekyselystä saatu palaute oli positiivista. Toimeksiantajan mukaan teemahaastattelu tilanne oli rento, jolloin omia kokemuksia pystyi kertomaan vapautuneesti ja aidosti. Toimeksiantajan mukaan tuotos on selkeä ja käytännönläheistä luettavaa. Toimeksiantaja toi ilmi, että tuotoksen alussa esitelty koulunkäyntikyvyn määritelmä oli hyödyllinen. Lisäksi toimeksiantaja toi esille kokemuksen siitä, että tuotos ei jäänyt vain teoriapohjalle, vaan se tarjosi helposti sovellettavia käytännön materiaaleja hektiseen koulu maailmaan. Lisäksi toimeksiantaja koki ennaltaehkäisevän näkökulman erittäin tärkeäksi.

Kehitysehdotuksena toimeksiantaja toi ilmi tärkeän näkökulman, joka sisälsi oman toiminnan muokkaamisen. Toimeksiantaja toi esille, että tuotoksessa olisi voinut tuoda esille, miten opettaja voi muokata omaa toimintaansa siten, että hän pystyy tulkitsemaan ja ohjaamaan nuorta tuotoksessa esiintyvien keinojen avulla. Tämä näkökulma on hyödyllinen tulevaisuuden jatkokehittämistä ajatellen.

11 Pohdinta

Voimme todeta kehittämistyön osoittaneen, että koulunkäynnin haasteita sekä kouluakäymättömyyttä on mahdollista tarkastella hyödyntäen toimintaterapian mallia (PEOP). Kehittämistyö avasi meille tarkemmin kouluakäymättömyyden käsitettä. Meidät yllätti erityisesti kouluakäymättömyyden käsitteen moninaiset taustasyyt. Taustalla olevia syitä saattoi olla koulusta kieltäytyminen, muut luvattomat poissaolot, kuten lintsaaminen, oppilaasta riippumattomat syyt, joiden vuoksi nuori vetäytyy koulusta sekä kouluympäristön vuoksi syrjäytetyt. (Palmu, Sergejeff & Puustjärvi 2020, 9; viitattu lähteeseen Heyne ym. 2019.)

Kehittämistyö toi esille toimintaterapian työkentän laajuutta sekä toiminnallisuuden ja tavoitteellisuuden tärkeyttä nuorten kuntoutumisessa. Salmela ja Kuitu (2019) toivat esille nuorten kanssa yhdessä asetettujen tavoitteiden merkityksellisyyden. (Salmela ja Kuitu 2016, 583.) Toimintaterapeutin ammattitaidon hyödyntäminen tapahtuu mahdollistamalla osallisuutta koulupäivän aikana tapahtuvissa toiminnoissa. Toimintaterapeutilla on merkittävä rooli kouluympäristöissä, sillä arjen osallisuuden on todettu olevan hyödyllistä kasvun, kehityksen sekä hyvinvoinnin kannalta. (Kaelin, Ray-Kaeser, Moioli, Cornelia & Santinelli 2019, 2.) Tästä syystä kehittämistyössä oli odotettavissa, että toimintaterapeutista osaamista hyödyntävät interventiokeinot ovat tuotavissa osaksi kouluakäymättömien nuorten parissa työskentelyä.

Kehittämistyön prosessissa ja menetelmien valinnassa pyrimme huomioimaan tutkimuskysymykset. Mielestämme valinnat olivat onnistuneet. Menetelmien valinnoissa ja käytössä pyrimme huomioimaan eettiset näkökulmat. Kehittämistyössä hyödynnettyjen aineistojen määrä pysyi pienenä, kuitenkin käytettävän aineiston laajuus määritellään aina tutkimuskohtaisesti. (Vilka 2021, 138.) Lisäämällä haastateltavien määrää, olisimme saaneet enemmän näkökulmia ja aineistoa, mutta emme kokeneet tätä tarpeelliseksi. Yleistettävyyden arvioinnissa pohdimme määrän riittävyyttä, mutta koimme, että toteuttamamme rajaukset mahdollistivat tarvittavan tiedon saamisen pienemmälläkin aineistolla. (Vilka 2021, 136.) Näin ollen toteuttamamme teemahaastattelu yhdistettynä teoriaan tuotti tarpeeksi aineistoa kehittämistyömme kannalta

Ajallisista syistä, päädyimme hyödyntämään aineistonkeruussa yhteishaastattelua opettajien kanssa. Tämän valinnan vuoksi meidän tuli huomioida eettinen herkkyys myös menetelmien käytössä. Valinta vastuutti meitä varmistamaan, että molemmat opettajista kokivat saaneensa tuoda ajatuksensa esille tasaveroisesti. Meillä oli myös vastuu tarvittaessa ohjata haastattelun kulkua uusiin teemoihin. Lisäksi pyrimme kehittämistyössä minimoimaan useimmiten esiintyvän haitan, joka on osallistujan kokema tarpeeton vaiva. Pyrimme kiinnittämään tähän erityistä huomiota haastattelutilanteessa ja palautekyselyn luomisessa. Tavoitteenamme oli minimoida osallistuvien opettajien kokema ylimääräinen työmäärä. (Vilka 2021, 85–86.)

Pätevyyttä arvioidessa voidaan havainnoida tutkimukseen osallistuneiden joukkoa ja valinnan onnistumista, tehdyn työn kannalta. (Vilka 2021, 138.) Tässä kehittämistyössä osallistuneiden joukon valinta oli onnistunut, sillä heiltä saatiin arvokasta tietoa työelämän käytännön kokemuksista, joka oli vaivattomasti yhdistettävissä löydettyyn teoriatietoon.

Asetimme tavoitteeksi toimintaterapeutin osaamisen hyödyntämisen esitellen erään koulun kahdelle yläkoulun opettajalle käytännön keinoja, joilla voidaan tukea koulunkäyntiä sekä edistää koulumyönteisyyttä. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä toimitettiin: ”Miten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden haasteet vaikuttavat nuoren koulunkäyntiin?” sekä ”Millaisilla keinoilla voidaan tukea ja edistää nuorten koulunkäyntiä?”. Näihin tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset kehittämistyöprosessin aikana. Lisäksi opinnäytetyössä onnistuttiin vastamaan kehittämistyön tavoitteeseen. Kehittämistyön tuotoksena syntyi ”Miksi sä jäät kotiin?” esite, joka hyödynsi toimintaterapeutin osaamista monin tavoin. Toimintaterapeutin näkökulmaa tuotiin esille muun muassa

PEOP- mallin avulla. PEOP-mallin käyttö oli tarkoituksenmukaista, sillä myös löytämämme tutkimukset tukivat näkökulmaa, että yksilötekijöiden lisäksi nuoren koulunkäyntiin vaikuttaa myös muut tekijät.

Opinnäytetyöstä sovittiin annettavaksi kopio yhteistyökoulun kunnan opetus- ja kasvatustoimelle. Myös haastatteluun osallistuneet opettajat tulevat saamaan kopion tuotoksesta. Meidän tuli koko kehittämistyöprosessin ajan pitää mielessä kehittämistyön organisaation eettiset käytännöt sekä varmistaa oman tiedonhankinnan eettisyys (Ojasalo ym. 2015, 49.) Julkaistavasta opinnäytetyöstä poistettiin kaikki mahdolliset tunnistetiedot, jotta opettajien tietosuoja säilyi. Tämän lisäksi meidän tuli kiinnittää tarkasti huomiota omaan kirjoittamiseen sekä tallentamistapoihin. Tuotos, äänitteet, kirjallinen materiaali tuli aina olla JAMKin henkilökohtaisten salasanojen takana.

Koko kehittämistyön ajan pyrimme kiinnittämään erityistä huomioita käytettyihin lähteisiin. Aina ennen lähteen sisällyttämistä meidän tuli pohtia lähteen laatua, sillä lähteillä oli suora vaikutus kirjoittamamme kehittämistyön luotettavuuteen sekä käytettävyyteen. Lähteitä valitessamme tarkastelimme muun muassa julkaisun ajankohtaisuutta, teoksen tekijää sekä onko teksti vertaisarvioitu. Verkkolähteiden käytössä pyrimme myös huomioimaan tekstin käytön luvallisuuden. Eli kaikki hyödyntämämme materiaali on hankittu ammattikorkeakouluopiskelijatunnuksien avulla. (Vilka 2021, 83–84.) Yksi esille noussut eettinen kysymys oli se, miten erilaiset käsitteet ja niiden määritelmät ymmärretään. Pohdimme esimerkiksi, onko meidän käsityksemme osallisuudesta yhtenevä luokan opettajien kanssa ja, jos ei ole niin onko tällä mahdollisesti, millaisia vaikutuksia kehittämistyön kannalta. Näiden pohdintojen myötä koimme erityisen tärkeäksi mm. teemahaastattelussa varmistaa, että meillä oli yhtenevät käsitykset teemoihin liittyen. (Vilka 2021, 102.)

Opinnäytetyöprosessi sisälsi lukuisia Teams-palavereita, joilla varmistimme yhteisen näkemyksen työn etenemisestä. Lisäksi meidän tuli varmistaa, että työelämän toimeksiantaja oli samaa mieltä. Kehittämistyöprosessin aikana laitimamme ajanhallintasuunnitelma muutti muotoaan useasti. Jälkikäteen tarkasteltuna meidän olisi ollut hyödyllistä laatia vielä yksityiskohtaisempi aikataulusuunnitelma sekä olla tiukempia aikataulun noudattamisen suhteen.

Kehittämistyön aikana opettajat toivat ilmi kokemaansa riittämättömyyden tunnetta. Liem & Chong (2017) kuvaavat oppilaiden sitoutumisen hyviä käytänteitä maailmalla. Kuvauksesta käy ilmi, että oppilaiden heikko osallistuminen ja motivaation puute vaikuttavaa negatiivisesti koulun resursseihin. Opettajan näkökulmasta tarkasteltuna, tällä on negatiivisia vaikutuksia opettajan työskentelyn tehokkuuteen sekä pätevyyden kokemukseen ja henkiseen hyvinvointiin. (Liem & Chong 2017, 122–123) Myös Valterin julkaisun Takaisin Kouluun luvuissa käsitellään opettajien työssä jaksamista. Julkaisussa tuodaan esille opettajien työn vaativuus. Tämä vaativuus lisää suunnitteluun kuluvaan aikaan. Työ saattaa tuoda esille myös turhautumisen tunteita. (Pillbacka-Rönkä, Palmu & Ojala 2020, 78.) Näin ollen nousi mahdollisuus uuteen kehittämistyöhön, jossa voitaisiin kartoittaa opettajien työssä jaksamista. Valterin julkaisussa mainitaan esimerkiksi, miten tärkeää on pystyä irrottautumaan työstä vapaa-ajalle sekä työpäivän aikana (Pillbacka-Rönkä, Palmu & Ojala 2020, 78). Tämä voisi olla esimerkki osa-alueesta, jota voitaisiin mahdollisesti tulevaisuuden kehittämistöissä käsitellä. Lisäksi voitaisiin tuoda esille erilaisia toimintaterapeuttisia keinoja, joilla opettajien työssä pystyvyyden tunnetta voitaisiin tukea. Tähän haasteeseen ei kuitenkaan tämän kehittämistyön puitteissa ollut mahdollista vastata. Lisäksi pohdimme tuotoksemme jatkokehittämistä nuorille suunnatun tehtävävihkon muodossa. Vihko voisi sisältää erilaisia tehtäviä liittyen esimerkiksi taitojen harjoitteluun.

Lähteet

- Bovend'Eerdt, T. J., Botell, R. E. & Wade, D. T. 2009. Writing SMART rehabilitation goals and achieving goal attainment scaling: A practical guide. *Clinical rehabilitation*, 23, 4, 352-361. <https://Metropolia.finna.fi> ProQuest.
- Brodsky, B. B., Brodsky, B. S., Stanley, B. B. & Stanley, B. 2013. *Dialectical Behavior Therapy Primer: How DBT Can Inform Clinical Practice*. John Wiley & Sons, Incorporated. Ebook Central.
- Bryant, W., Fieldhouse, J., Bannigan, K. 2014. *Creek's Occupational Therapy and Mental Health* 5th edition. Churchill Livingstone, Elsevier.
- Christiansen, C., Baum, C. & Bass, J. 2015. *Occupational Therapy Performance, Participation and Well-being* 4th edition. Slack Incorporated.
- Danner, P. & Kippola-Pääkkönen, A. 2016. Toimintaterapian pääperiaatteita Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K., Sourander, A., Aalberg, V. 2016. *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*, Kustannus Oy Duodecim. E-kirja
- Fernandes, S., Dourado, A., Cid, B., Fernanda, M., Speranza, M. & Guerrero, C. 2019. Intersectoriality in the field of child and adolescent mental health: proposal of occupational therapy in the school context. *Brazilian Journal of Occupational Therapy / Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 27, 2, 454–461. Viitattu 10.10.2021. <https://metropolia.finna.fi>, CINAHL.
- Friberg, P., Karlber, M., Sunberg, L. & Palmer, R. 2020. Kohti koulua Hemmasittare-malli koulukäymättömien tukena. *Valterin julkaisusarja*, 3. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. GranoOy.
- Garfi, J. 2018. *Overcoming School Refusal: a Practical Guide for Teachers, Counsellors, Caseworkers and Parents*. Australian Academic Press. EbookCentral.
- González, C., Sanmartín, R., Vicent, M. & García-Fernández, J. M. 2021. Exploring different types of school refusers through latent profile analysis and school-related stress associations. *Science progress* (1916), 104, 3, 1-18. Viitattu 22.10.2021. SAGE Journal.
- Gubbels, J. Van Der Put, C E & Assink, M. 2019. Risk Factors for School Absenteeism and Dropout: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 1637–1667. Viitattu 11.10.2021. <https://metropolia.finna.fi>, CINAHL.
- Gökmen, A. 2018. School-Based Social Exclusion, Affective Wellbeing and Mental Health Problems in Adolescents: A Study Mediator and Moderator Role of Academic Self-Regulation. *Child Indicators Research*; Dordrecht 11,3. Viitattu 7.11.2021. <https://janet.finna.fi/>, ProQuest.
- Ikonen, O., Virtanen, P. & Fadjukoff, P. (2007). *Erlainen oppija: Yhteiseen kouluun: kokemuksia yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden kehittämisestä*. PS-kustannus.
- Kaelin, V., Ray-Kaesler, S. Moiola, S., Cornelia, K., Santienelli, L. 2019. *Occupational Therapy Practice in Mainstream Schools: Results from an Online Survey in Switzerland*. *Occupational Therapy International*. Vol. 2019. Viitattu 31.5.2021. <https://janet.finna.fi>. ProQuest.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Suomen Yliopistonpaino Oy. Juvenes Print.

Knollmann, M., Reissner, V., & Hebebrand, J. 2019. Towards a comprehensive assessment of school absenteeism: development and initial validation of the inventory of school attendance problems. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 28. 3, 399–414. Viitattu 12.10.2021 <https://metropolia.finna.fi>, CINAHL.

Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa; Lapsistrategian koronatyöryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta. 2020. Valtioneuvoston julkaisuja, 21, 17–19. Viitattu 11.9.2021. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162318/VN_2020_21.pdf?sequence=7&isAllowed=y.

Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 14.9.2021.

Liem, G A. & Chong, W H. 2017. Fostering student engagement in schools: International best practices. *School Psychology International*. 32, 2, 121–130. Viitattu 12.10. <https://janet.finna.fi/>, Sage Journals.

Määttä, S., Pelkonen, J., Lehtisare, S., Määttä, M. 2020. Kouluakäymättömyys Suomessa Vaativan erityisen tuen VIP-Verkoston tilannekartoitus. Raportit ja selvitykset 2020:9. Viitattu 5.10.2021

O'Brien, J. C. & Kuhaneck, H. 2020. Case-Smith's occupational therapy for children and adolescents. Eighth edition. Elsevier.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritakoski, J. 2015. Kehittämistyön menetelmät uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro Oy. E-kirja. Ellibs Library.

Palmu, I. & Sergejeff, J. Puustjärvi, A. Koulunkäynnin ongelmat. 2020. Teoksessa Määttä, S., Sergejeff, J., Puustjärvi, A., Virtanen, T., Pilbacka-Rönkä, T. Granroth-Nalkki, T. Ojala, T., Puusaari, A-K & Palmu, I. 2020. Takaisin kouluun– kouluakäymättömille. Valterin julkaisusarja, 4. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Grano Oy.

Peruskoulun 8.- ja 9.-luokkalaisten ahdistuneisuus ja yksinäisyys lisääntyivät merkittävästi korona-aikana. 2021. THL:n verkkosivuilta. Viitattu 10.9.2021. <https://thl.fi/fi/-/peruskoulun-8.-ja-9.-luokkalaisten-ahdistuneisuus-ja-yksinaisyys-lisaantyvivat-merkittavasti-korona-aikana>.

Pilbacka-Rönkä, T., Palmu, I. & Ojala, T. 2020 Teoksessa Määttä, S., Sergejeff, J., Puustjärvi, A., Virtanen, T., Pilbacka-Rönkä, T. Granroth-Nalkki, T. Ojala, T., Puusaari, A-K & Palmu, I. 2020. Takaisin kouluun– kouluakäymättömille. Valterin julkaisusarja, 4. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Grano Oy.

Puustjärvi, A. 2020. Koulunkäyntikyky. Teoksessa Määttä, S., Sergejeff, J., Puustjärvi, A., Virtanen, T., Pilbacka-Rönkä, T. Granroth-Nalkki, T. Ojala, T., Puusaari, A-K & Palmu, I. 2020. Takaisin kouluun– kouluakäymättömille. Valterin julkaisusarja, 4. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Grano Oy.

Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M., Mäkelä, J E. 2015. Stressin säätely, Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. PS kustannus. Jyväskylä.

Salmela, K. & Kuitu, M. 2016. Toimintaterapian käytännön sovellukset nuorten hoidossa Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanne, E., Marttunen, M., Puura, K., Sourander, A., Aalberg, V. 2016. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria, Kustannus Oy Duodecim. E-kirja

Scanlon, C. L., Del Toro, J. & Wang, M. 2020. Socially Anxious Science Achievers: The Roles of Peer Social Support and Social Engagement in the Relation Between Adolescents' Social Anxiety and Science Achievement. *Journal of youth and adolescence*, 49(5), 1005–1016. Viitattu 15.9.2021. <https://janet.finna.fi>. ProQuest.

Sourander, A. & Marttunen, M. 2016. Lasten ja nuorten mielenterveyden häiriöiden epidemiologia Teoksessa. Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanne, E., Marttunen, M., Puura, K., Sourander, A., Aalberg, V. 2016. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria, Kustannus Oy Duodecim. E-kirja

Strömbeck, J., Palmér, R., Sundberg Lax, I., Fäldt, J., Karlberg, M. & Bergström, M. 2021. Outcome of a Multi-modal CBT-based Treatment Program for Chronic School Refusal. *Global pediatric health*, 8,1-13. Viitattu 24.10.2021. <https://Janet.finna.fi> SAGE Journal.

Thomas, P. & Hennum, Q. 2019. Absenteeism and the new 10 % ruling in Norway: A case study. *Power and Education* 2020, 12,1,1–22. Viitattu 9.10.2021. <https://janet.finna.fi/>, Sage Journals.
Tuomi, J. 2007. Tutki ja lue Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Vilkkä, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. PS-kustannus. E-kirja. Ellibslibrary

Vilkkä, H. 2021. Tutki ja kehitä. 5., päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Ellibs library.

Walter, D. Hautmann, C. Rizk, S. Petermann, M. Minkus, J. Sinzig, J. Lehmkuhl, G. & Doepfner, M. 2010. Short term effects of inpatient cognitive behavioral treatment of adolescents with anxious-depressed school absenteeism: an observational study. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 19, 835–844. Viitattu 9.10.2021. <https://janet.finna.fi/>, CINAHL.

Wennberg, M., Luukkonen, T. & Haila, K. 2020. Sosiaalihuollon ja lasten- suojelun kantokyky koronakriisin aikana. Haastavat tekijät ja uudet ratkaisukeinot kriisistä selviämiseksi. Itlan raportit ja selvitykset 2020:1. Helsinki: Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö.

Liitteet

Liite 1. Saatekirje

HYVÄ VASTAANOTTAJA

Opiskelemme Jyväskylän ammattikorkeakoulussa toimintaterapian tutkinto-ohjelmassa. Teemme opinnäytetyönä tutkimuksellisen kehittämistyön yläkouluikäisten mielenterveyden ja sosiaalisen osallisuuden haasteiden selvittämisestä ja toimintaterapiaan pohjautuvien keinojen tarjoamisesta. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luokissa koettuja haasteita ja tarjota niihin uusia toiminnallisia tapoja oppilaiden sekä opettajien käyttöön. Tavoitteena on hyödyntää toimintaterapeutin asiantuntemusta nuorten arkiympäristössä (koulussa). Konkreettinen tuotos tulee olemaan sähköinen ja se tulee sisältämään 2 valittua haastetta, jotka pohjautuvat toteutettavaan haastatteluun. Näihin haasteisiin tulemme esitteessä tarjoamaan interventiokeino ehdotuksia, joita voitte hyödyntää nuorten parissa. Tähän opinnäytetyöhön on haettu ja saatu tutkimuslupa kaupungin kasvatus- ja opetuspalveluilta.

Osana tätä opinnäytetyötä toteutamme haastattelun. Vastauksianne hyödynnetään vain tämän opinnäytetyön teossa. Teillä on myös mahdollisuus pyytää ohjeistusta tai esittää lisäkysymyksiä koskien opinnäytetyötä. Voitte myös halutessanne jättää vastamaatta kysymyksiin. Käsittelemme annettuja tietoja luottamuksellisesti ja tunnistetietonne pysyvät salassa.

Tämän saatekirjeen ohessa on suostumuslomake haastatteluun sekä haastattelussa esitettävät teemat.

Opinnäytetyön ohjaajana toimii Jyväskylän ammattikorkeakoulusta.

Sähköposti:

Suostumus kyselyyn liittyen AMK-opinnäytetyöhön

Olen saanut tiedon opinnäytetyön sisällöstä ja sen tavoitteista. Olen saanut tiedon kyselyn toteuttamisesta sekä sen sisällöstä. Minulle on kerrottu, mihin vastauksiani käytetään ja minulle on annettu mahdollisuus esittää lisäkysymyksiä opinnäytetyöstä. Lopullisessa opinnäyttyessä ei mainita minun henkilötietojani, mutta annan luvan hyödyntää kertomiani kokemuksiani niin, että mahdolliset tunnistetiedot pysyvät salassa. Kertomaani hyödynnetään vain tämän opinnäytetyön teossa, eikä niitä luovuteta ulkopuolisille.

Tiedän, että osallistumiseni kyselyyn on vapaaehtoista. Voin halutessani olla vastaamatta joihinkin kysymyksiin tai peruuttaa osallistumiseni.

Paikka ja päivämäärä

Suostun tutkimuskyselyyn

_____ Henkilön nimi

Suostumuksen vastaanottaja

Opinnäytetyön tekijöiden nimet

Ystävällisin terveisin

Puh. S-posti.

Annan luvan hyödyntää kokemuksiani opinnäytetyössä.

Kyllä, annan luvan.

Ei, en anna lupaa.

Liite 2. Teemahaastattelun runko

Teemahaastattelun runko

Taustatiedot:

Yrityksen nimi:

Toimiala:

Henkilöstö:

Opetus- ja kasvatus ala

Opettajat

Teemahaastattelun toteutus:

Haastattelija:

Ajankohta:

6.10.2021

Haastattelun kesto:

Haastateltavat henkilöt:

Arvioitu aika noin 30–40 minuuttia

2 opettajaa

Teemat:

Pääteemat:

Pääteema 1 Nuorten mielenterveys ja sen haasteet

Pääteema 2. Nuorten sosiaalinen osallisuus ja sen haasteet

Tarkempi teemajaottelu:

Teema 1 Nuorten kokema ahdistuneisuus

Teema 2 Nuorten kokema masennus

Teema 3 Luokan ryhmähenki

Teema 4 Syrjäytyminen

Teema 5 Kiusaaminen

Teema 6 Itsetunto ja omakuva

Teema 7 Muut.

Liite 3. Palautelomake

Palautelomake

1. Millaiseksi koit yhteistyön opiskelijoiden kanssa opinnäytetyönaikana?
2. Millaiseksi koit sinulle kohdistuneen työmäärän?
3. Haluaisitko vielä lisätä jotain opinnäytetyöntoteutukseen/tuotokseen liittyen?
4. Millaiseksi koit teemahaastattelu tilanteen? 5. Pystyitkö ilmaisemaan mielipiteesi teemahaastelussa?
6. Vastasiko tehty tuotos opinnäytetyössä asetettua haastetta?
7. Oliko tuotoksessa esiintyvä teoretieto helposti ymmärrettävissä?
8. Jäikö jotain epäselväksi?
9. Oliko tuotos jäsennelty selkeästi?
 - Kyllä
 - Ei
10. Oliko tuotoksessa esitellyt keinot käyttöön otettavissa?
 - Kyllä
 - Ei
 - Osittain
11. Millaiseksi koit tuotoksen ulkoasun?
12. Onko sinulla kehitysehdotuksia tuotokseen liittyen?

Liite 4. Tuotos

*"Miksi sä jääät kotiin?"
Keinoja koulunkäynnin tukemiseen*

Sisältö

- Tuotoksen tiedot, tekijät ja taustat
- Teoriapohja
- Case oppilaan tarkastelu PEOP-mallin mukaan
- Interventiokeinojen esittely Case oppilaan avulla
- Tulostettavat materiaalit
- Lähteet



Tuotoksen tiedot, tekijät ja taustat

Tämä tuotos on opinnäytetyönä toteutetun kehittämistyön tulos.

Toteutus tapahtui yhteistyössä kahden pienluokan opettajan kanssa.

Tuotos pyrkii tuomaan keinoja nuoren koulunkäynnissä esiintyviin haasteisiin.

Tuotos pyrkii antamaan keinoja;

Nuoren koulumotivaatioon, nuoren haastavan olon helpottamiseen sekä nuoren sanallistamisen tukemiseen, kun pohditaan syitä nuoren koulua käymättömyydelle

Tuotoksen tekijät:

Toimintaterapeuttipiskelijät Mira Halkola ja Elisa Uitto
Jyväskylän Ammattikorkeakoulu



Koulunkäyntikyky

Tarkoitetaan yleistä kykyä osallistua koulussa tarjottavaan opetukseen sekä kykyyn sitoutua koulun sääntöihin ja toimintatapoihin.

Ei liity varsinaisesti yksilön ominaisuuksiin, vaan on jokapäiväisestä koulunkäynnistä suoriutumista.



- Koulunkäynti ja oppiminen onnistuu tukitoimien avulla.
- Energiaa on riittävästi myös muuhun.
- Oppiminen vaatii enemmän työtä ja kuluttaa voimavaroja.
- Stressi- tai käyttöoireet mahdollisia.
- Tukitoimien tehostaminen tai erityisjärjestelyt voivat olla tarpeen.
- Opiskelu ei onnistu tai vaatii kohtuuttoman määrän työtä.
- Tukitoimet riittämättömiä, eivät auta tai eivät käytettävissä (esim. kieltäydytään tukitoimista).
- Koulunkäyntiä estää poissaolo, käytös- tai tunne-elämäoireet.
- Akuutti kriisitilanne.

Koulunkäynnin haasteet

Koulunkäyntikyvyn puutteella tarkoitetaan useimmiten arjen tilanteita, missä oppilaalla ilmenee haasteita opiskelukyvyyssä tai oppimisessa, kouluun liittyvässä toiminnoissa, koulun sääntöjen noudattamisessa tai kouluun tulemisessa sekä koulussa pysymisessä.

Nämä erilaiset haasteet koulunkäynnissä voivat kasaantueksaan johtaa jopa syrjäytymiseen. Koulunkäyntikyvyssä arjen toimintojen sujuvuuden merkitys korostuu.

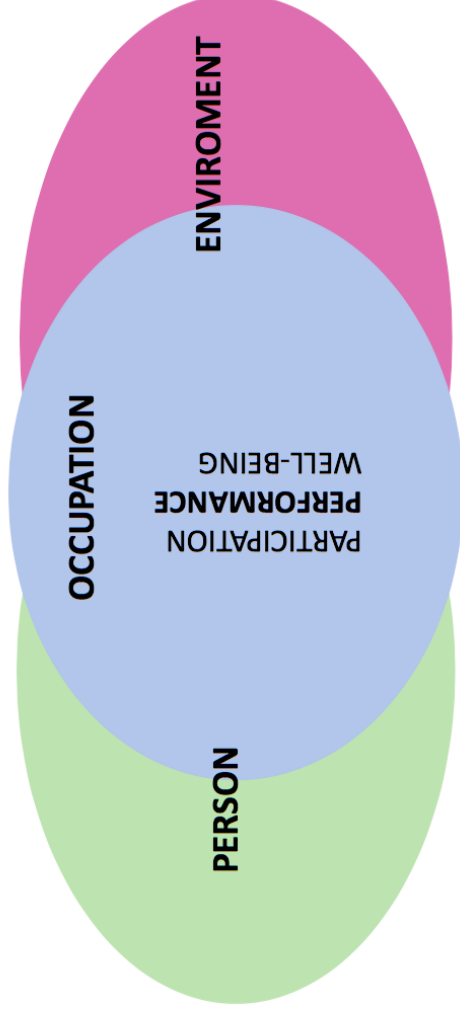
Kouluakäymättömyyden riskitekijöihin kuuluu esimerkiksi negatiivinen suhtautuminen kouluun, päihteiden käyttö, syrjäytyminen, ongelmat asioiden sisäistämässä sekä vähäinen oppilaan vanhemman ja koulun välinen vuorovaikutus

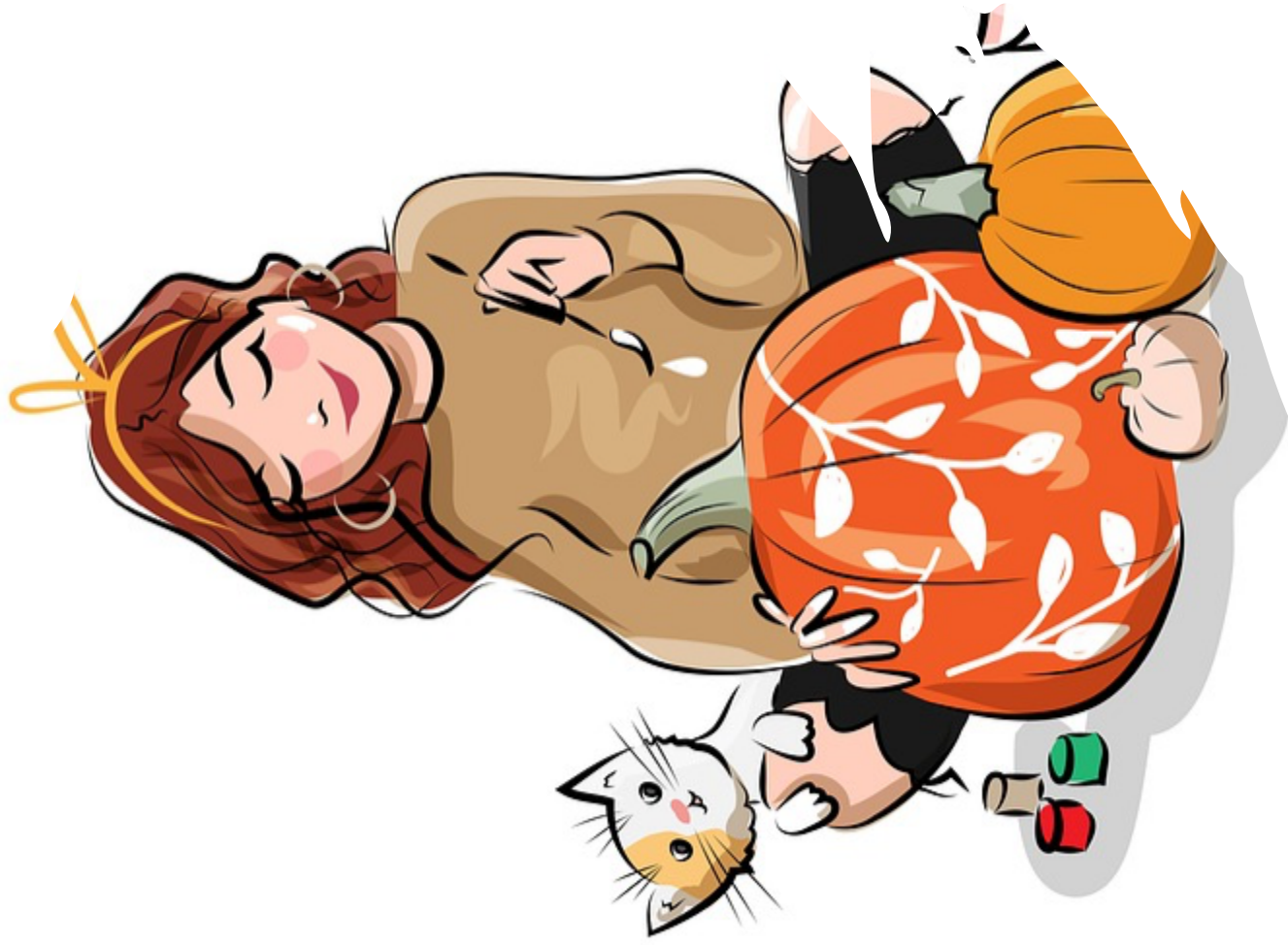


PEOP-Malli

The Person–Environment–Occupation–Performance (PEOP) –malli (Christiansen - Baum - Bass-Haugen 2015) on toimintakeskeinen toimintaterapian käytännön työn tueksi luotu malli. Mallissa ajatellaan, että hyvinvointi, suoriutuminen ja osallistuminen syntyy yksilön, ympäristön ja toiminnan aktiivisessa vuorovaikutuksessa.

PEOP-malli ohjaa muodostamaan erilaisten näkökulmien kuten biolääketieteellisen ja sosiokulttuurisen yhteyttä toisiinsa. Mallissa tuodaan esille ympäristön ja yksilötekijöiden rajoittavat tai mahdollistavat vaikutukset yksilön toimintaan, tehtäviin sekä rooleihin. Tulemme hyödyntämään PEOP-mallia tuotoksessa esiintyvän case oppilaan taustalla.





Case- esimerkki PEOP- mallin mukaan

Aada on 14 vuotias. Hän on kahdeksannella luokalla.

Menneisyys; Seitsemännellä luokalla, hänellä oli paljon poissaoloja koulusta. Poissaolojen seurauksena häneltä jäi useita opintosuorituksia tekemättä.

Nykyisyys; Tällä hetkellä Aada on pienryhmäopetuksessa, jossa hän suorittaa opintoja yksilöllisen opetussuunnitelman mukaisesti (7 ja 8 luokkien suoritukset).

Tulevaisuus ; Hänen haaveammattinsa on sairaanhoitaja. Hän pohtii parhaillaan millaisen opintopolun hän valitsee.

Case- esimerkki

PEOP- mallia hyödyntäen

Kiinnostuksen kohteet; Aada on kiinnostunut luovista toiminnoista, erityisesti piirtämisestä ja pianonsoitosta

Tavoitteet; Aadan tavoitteena on suorittaa opinnot niin, että hän pääsee siirtymään yhdeksännelle luokalle muiden luokkalaistensa kanssa. Tämän lisäksi hänellä on tavoitteena aloittaa uudelleen hänen vanha harrastuksensa (tanssi).

Tarpeet; Koulussa Aada kokee ajoittain haastavaksi osallistua luokassa ryhmittöihin. Tämän lisäksi Aadalla on haasteita kouluun tulemisessa sekä koulutehtävien tekemisessä.



Yksilö

Koulupäivän aikana Aadalla on haasteita keskittyä etenkin matematiikan tunnilla, kun tehdään laajoja pitkiä tehtäviä. Erityisesti uuden tehtävän aloittaminen on hänelle haastavaa. Myös ympärillä olevien luokkatoverien puhe ja luokan kirikkaat valot häiritsevät Aadaa. Kotitaloudentunnilla Aada varmistele reseptiä useaan kertaan ja saattaa jumiutua reseptin yhteen vaiheeseen. Aada kokee liikuntatunnit erityisin ahdistaviksi ja on sen takia usein poissa kyseisiltä tunneilta.

Aada valvoo usein myöhään ja tämän takia hän on usein myöhässä koulusta aamuisin. Myöhästymisen vuoksi Aadalta jää aamupala usein syömättä. Aadalla on läheiset suhteet äitiin ja sisaruksiin. Aada arvostaa perhettään. Aadalle on tärkeää saada toteuttaa itseään luovien toimintojen avulla. Aada kokee myös kierrättämisen todella tärkeäksi ja muistuttaa äitiään usein siitä.



Toiminta

Aadalle tärkeitä rooleja ovat mm. koululainen, kavერი/ystävä, tytär, sisar

Aadan tavalliseen arkipäivään kuuluu koulun tunneille osallistuminen, läksyjen tekeminen ja musiikin kuuntelu. Lisäksi Aadan tulee aamuisin pestä hampaat ja harjata hiukset.



Ympäristö

Aada on suomenruotsalainen. Hän asuu omakotitalossa äidin ja kolmen sisaruksen kanssa. Aada puhuu heidän kanssaan suomenkieltä. Isän kanssa Aada puhuu ruotsinkieltä.

Kouluun Aada kulkee aina bussilla, sillä he asuvat 12 kilometrin päässä koulusta. Lisäksi Aada käyttää bussia joka tiistai, käydessään psykiatrisen sairaanhoitajan vastaanotolla. Aadan on tarkoitus jatkaa sairaanhoitajan kanssa viikottaisia tapaamisia, kunnes Aadalle haetusta psykoterapiasta tulee päätös.

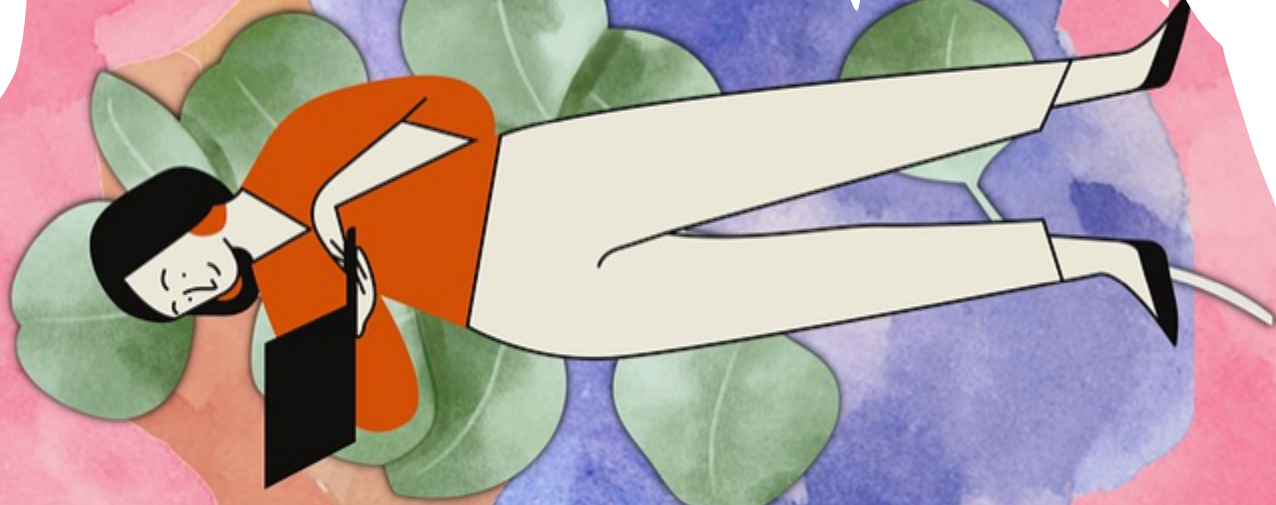
Aada asuu tällä hetkellä kotona, joten hänen ei tarvitse huolehtia taloudellisesti itsestään. Kuitenkin Aadaa mietityttää tuleva yhteishaku ja mahdollinen opiskelupaikka toisessa kaupungissa. Hän on esimerkiksi keskustellut äidinsä kanssa asunnon oman hankkimisesta.

Aada jännittää sosiaalisia tilanteita ja kokee uusien ihmisten tapaamisen ahdistavaksi. Aadalla on pari läheistä ystävää, joiden kanssa hän viettää aikaa. Kuitenkin Aada usein omissa oloissaan. Sosiaalisten tilanteiden haasteiden vuoksi Aada ja hänen opettajansa ovat sopineet, että Aada voi toteuttaa liikuntatunnin suoritukset kotona ja kuvata nämä opettajalle.

Aadan nykyisen tilanteenkartoitus

Aadan tilannekartoituksessa opettajat hyödynsivät Valterin kohti koulua julkaisua. Julkaisu käsittelee kouluakäymättömyyden tueksi luotua Hemmasittare- mallia.

Hyödynnettyjä materiaaleja oli mm. Kartoituksen kyselylomake, elämänkaari ja lomake vahvisteiden kartoittamiseen.



Eniten toimintaa rajoittavat haasteet

Aadan ja hänen lähipiirinsä havaitsemissa haasteita kartoitettiin. Tämän jälkeen **Aadaa pyydettiin kertomaan, mihin haasteisiin eniten toivoisi muutosta.**

Näiden haasteiden pohjalta Aada valitsi tavoitteet;

Tunneille tuleminen (erityisesti aamulla) olisi helpompaa.

Olisi helpompi sanoa oma mielipide tai miltä tuntuu tai jos ei esim. halua osallistua johonkin.

Saisi koulutehtävät itsenäisesti tehtyä ilman, että joku vahtii.

Saisi enemmän varmuutta vuorovaikutustilanteisiin luokkalaisten kanssa.



Interventiokeinot

Haaste;

Helpompi sanoa oma mielipide tai miltä tuntuu tai jos ei esim. halua osallistua johonkin.

Aadan oma kuvailu;

”Kaikki vaan ahdistaa ja ei sitä saa sanotuksi”

”Väiillä haluisin sanoa, et en pysty osallistuu mut en uskalla”

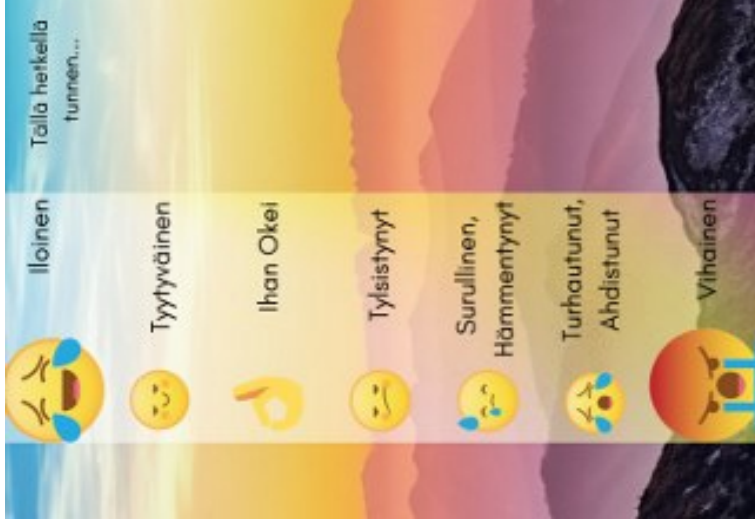
Keinot;

Harjoitellaan tunteiden sanoittamista. (Tunnemittari)

Harjoitellaan oman mielipiteen ilmaisua. (Kahoot/fiilis-purkki nimettömänä)

Harjoitellaan omien rajojen ilmaisua. (Minun- en tee listani)

Tunnemittari



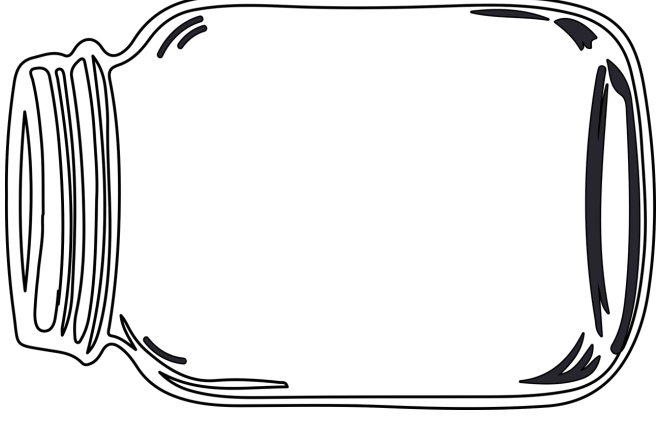
Aada voi hyödyntää tunnemittaria ilmaisemaan sen hetkistä tunne koulussa ja kotona.

Minun en tee- listani



Aada pystyy kertomaan omista rajoistaan luovalla tavalla. Samalla listan tekeminen tukee Aadaa tarkkailemaan omaa jaksamista ja asioita, jotka kuormittaa.

Filis/olotila nimettömänä Kahoot/purkin avulla



Aada voi kertoa mielipiteensä/olotilansa nimettömänä ja harjoitella näin Sanoittamista ja omien mielipiteiden ilmaisua ilman ympäristön luomia paineita.

Interventiokeinot

Haaste:

Tunneille tuleminen (erityisesti aamulla) olisi helpompaa.

Aadan oma kuvailu:

”Siis aamusin vaan kaikki ahdistaa”

”Ei vaan oo motivaatiota tulla sinne matikan tunnille aamusin”

Keinot;

Harjoitellaan ahdistuksenhallintakeinoja, joita voi käyttää koulussa. (kylmän käyttö, ”hengitys”-tähti, huomion siirtäminen aistien avulla)

Ennaltaehkäistään ahdistuksen kasaantumista pitämällä koulupäivän jälkeen 5-10min ”huolihetki”.

Mietitään nykyisen toimintatavan (kotiin jäämisen) seurauksia muutoksen nelikentän avulla.

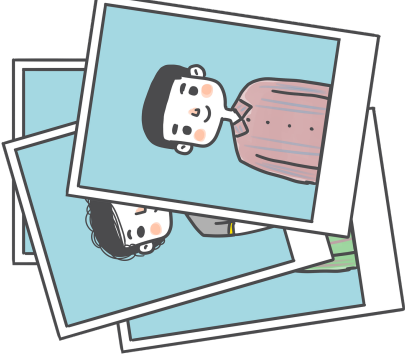


Kylmän käyttö



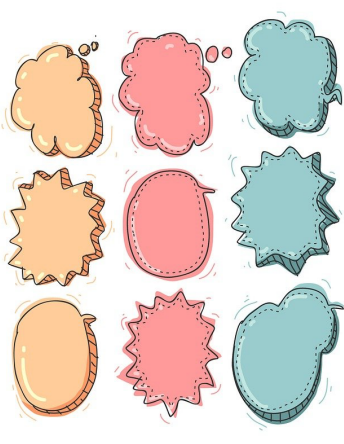
Kun Aada ahdistaa niin paljon, että siitä ei pysty puhumaan Aada voi mennä hakemaan esim. kylmäpakkauksen tai jos hän haluaa olla hieman syrjemmässä, hän voi esim. Käydä vessassa roiskimassa kylmää vettä kasvoilleensa. Ranteen tai niskan alueelle.

Huomion siirtäminen aistien avulla



Luokka ympäristöön voisi asetella esim. Valokuvia tai, vaikka erilaisia punaisia pisteitä. Vaikean olon tullessa Aada voi siirtää huomionsa näiden katseluun tai vaikka laskea niiden määrää.

Päivän fiilisten läpikäynti



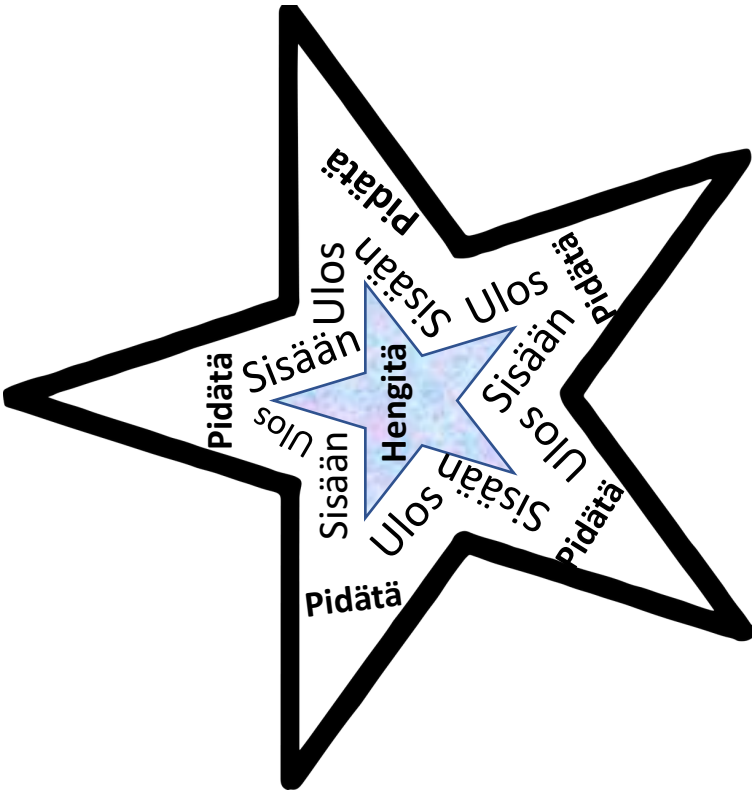
Opettaja käy Aadan kanssa koulupäivän lopussa 5-10 min ”huolihetken”, jossa Aada voi kertoa, jos koulupäivän aikana on tapahtunut jotain. Tällä pyritään ehkäisemään, että mieltä kuormittavat asiat ei kasaannu.

Muutoksen nelikenttä



Aada voi toteuttaa nelikentän esim. yhdessä Opettajan kanssa. Tarkoituksena on auttaa Aada pohtimaan kouluikäymmättömyyden hyviä ja huonoja puolia. Näin voidaan tukea Aadaa löytämään häntä motivoivia tekijöitä kouluun tulemisessa.

Keskity hengitykseen hyödyntäen ”hengitystähteä”



Koska Aada nauttii luovista toiminnoista. Aadan voisi tehdä opettajan kanssa yhdessä ylläolevan mallin mukaan ”hengitys” tähden, jota Aada voisi käyttää, kun hänen tarvitsee rauhoittaa itseään tai jos hän kokee, että on hankala keskittyä.

Interventiokeinot

Haaste:

Saisi koulutehtävät tehtyä itsenäisesti ilman, että joku vahtii.

Aadan oma kuvailu:

”No kun saisi vaan aikaseksi alotettua”

”Siis kun tuntuu, vaan etten mä osaa mitään”

Keinot:

Pystyvyyden tunteen vahvistaminen Vielä/Nyt-taululla

Motivaation tukemiseen ja itselle merkityksellisen

tavoitteen asetteluun SMART-tekniikan ja

Tavoitteeni-taulun avulla.



Nyt / Vielä - taulu



Aada voi toteuttaa yhdessä opettajan Vielä/Nyt- taulun. Taulun avulla pyritään tukemaan Aadan pystyvyyden tunnetta. Aada kirjaa taulun asioita, joihin ei VIELÄ pysty. Taulun toisella puolella on Nyt-sana. Tälle puolelle Aada saa kirjata asioita, joihin NYT pystyy.

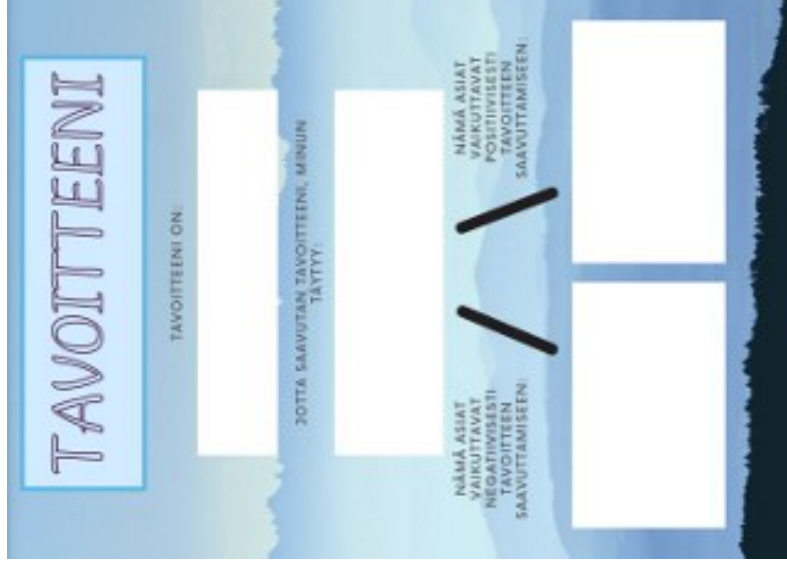
SMART-tekniiikka



Aada voi yhteistyössä opettajan kanssa asettaa

Itselleen lyhyen aikavälin tai pidemmän aikavälin tavoitteita hyödyntäen SMART-tekniiikka. SMART tekniiikka ohjaa tavoitteenasettelussa niin, että tavoite on mahdollisimman **konkreettinen, mitattavissa, toteutettavissa, merkityksellinen**

Tavoitteeni- Lomake



Aada voi pohtia itse/tai yhdessä opettajan kanssa sitä, mitkä tekijät vaikuttavat tavoitteen saavuttamiseen: Positiiviset & Negatiiviset

Lomakkeen täyttämisen myötä Aadan on helpompi ennakoida tavoitteen saavuttamiseen vaikuttavia tekijöitä

Interventiokeinot

Haaste: Saisi enemmän varmuutta vuorovaikutustilanteisiin luokkalaisten kanssa.

Aadan oma kuvailu:

”En mä osaa puhua niille mun luokkalaisille”

”Ei ne varmaan edes halua tutustua.”

Keinot:

Positiivisen palautteen antamisen harjoittelu esimerkin avulla; Opettajat kertovat jokaisesta oppilaasta yhden positiivisen palautteen kuluneelta viikolta. Seuraavalla viikolla oppilaat kertovat yhdestä luokkalaisesta positiivisen palautteen.

Yhteishengen tukeminen ja yhdessä tekeminen: luokan yhteinen projekti(esim. maalaus) johon kaikki osallistuvat omalla tavallaan.

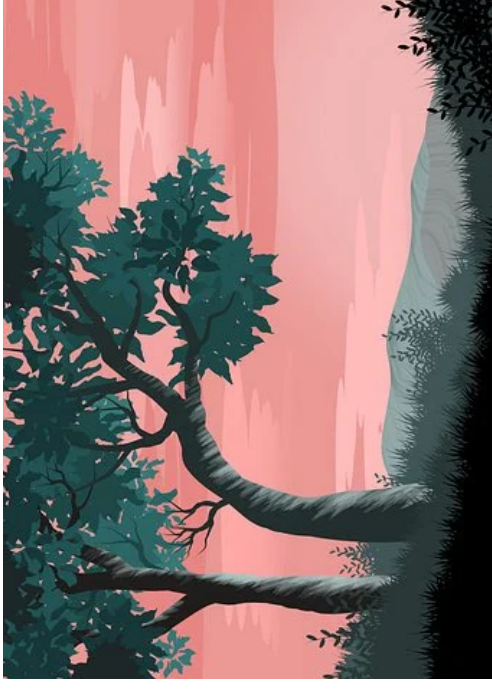


Positiivisen palautteen antaminen esimerkin avulla



Aadan opettaja kertoo jokaisesta oppilaasta yhden positiivisen palautteen perjantaina viimeisellä tunnilla (esim. onnistumisen tai nähdyn vahvuuden) kuluneelta viikolta. Seuraavalla viikolla opettaja pyytää Aadaa ja hänen luokkalaisten kertomaan toisistaan yhden positiivisen palautteen hänen esimerkkinsä mukaisesti.

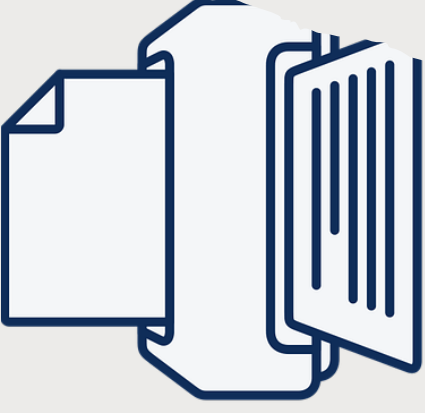
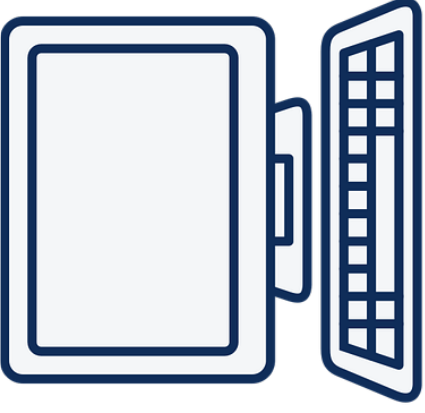
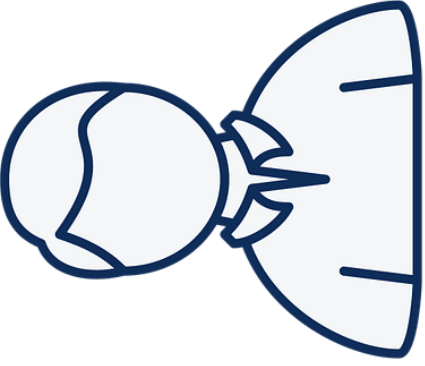
Luokan yhteinen projekti



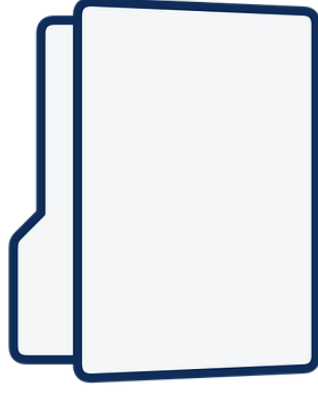
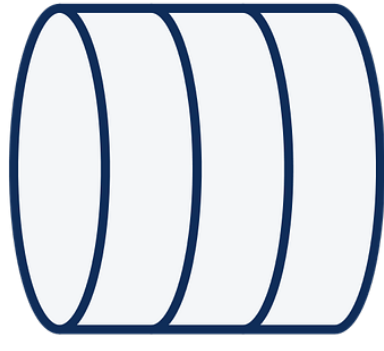
Aadan luokka tekee yhteisen “taideprojektin”, johon jokainen luokkalainen osallistuu. Tämä voi olla vaikka “tämä on meidän luokkamme”- seinä.

Tuotoksen teossa hyödynnettiin seuraavia lähteitä

- Bovend'Eerd, T. J., Botell, R. E. & Wade, D. T. 2009. Writing SMART rehabilitation goals and achieving goal attainment scaling: A practical guide. *Clinical rehabilitation*, 23, 4, 352-361. <https://metropolia.finna.fi/ProQuest>.
- Brodsky, B. B., Brodsky, B. S., Stanley, B. B. & Stanley, B. 2013. *Dialectical Behavior Therapy Primer: How DBT Can Inform Clinical Practice*. John Wiley & Sons, Incorporated.
- Christiansen, C., Baum, C., Bass, J. 2015. *Occupational Therapy Performance, Participation and Well-being* 4th edition. Slack Incorporated.
- Cullins, A. 5 Teach Your Child "The Power of Yet". *Effective Ways to Help Your Perfectionist Child*. Viitattu 10.10. 2021. <https://biglifejournal.com/blogs/blog/perfectionist-child>.
- Friberg, P., Karlber, M., Sunberg, L., Palmer, R. 2020. Kohti koulua Hemmasittare-malli kouluikäymättömien tukena. *Valterin julkaisusarja*, 3. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Grano Oy.
- Garfi, J. 2018. *Overcoming School Refusal: a Practical Guide for Teachers, Counsellors, Caseworkers and Parents*. Australian Academic Press. EbookCentral.
- Gubbels, J. Van Der Put, C.E. Assink, M. 2019. Risk Factors for School Absenteeism and Dropout: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 1637- 1667. Viitattu 21.9.2021. <https://metropolia.finna.fi/CINAHL>.
- Hautala, T. Hämäläinen, T. Mäkelä, L. & Rusi-Pyykkönen, M. 2016. *Toiminnan Voi-maa: Toimintaterapia käytännössä*. 3-4. p. Keuruu: Otava.
- Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K., Sourander, A., Aalberg, V. 2016. *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*, Kustannus Oy Duodecim. E-kirja.
- Le Cunff, A-L. N.d. Not-todo list: a concisious way to break bad habits. Viitattu 12.10.2021. <https://nesslabs.com/not-to-do-list>.
- Määttä, S., Sergejeff, J., Puustjärvi, A., Virtanen, T., Pilbacka-Rönkä, T. Granroth-Nalkki, T. Ojala, T., Puusaari, A-K., Palmu, I. 2020. Takaisin kouluun – kouluikäymättömille. *Valterin julkaisusarja*, 4. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Grano Oy.
- O'Brien, J. C. & Kuhaneck, H. 2020. *Case-Smith's occupational therapy for children and adolescents*. Eighth edition. Elsevier.
- PATHS Program LLC. 2020. *Printable: Starfish Breathing Calm Down Activity*. Viitattu 11.10.2021. <https://blog.pathsprogram.com/blog/free-printable-starfish-breathing-calm-down-activity>
- Tuotoksessa hyödynnetyt kuvat ovat ilmaiskuvapankki Pixabaysta: <https://pixabay.com/fi/>.
- Tuoksessa nähtävät materiaalit ovat tuotoksen tekijöiden luomia ja niissä on hyödynnety lähteitä sekä Canva-verkkosivua: <https://www.canva.com/fi-fi/>.

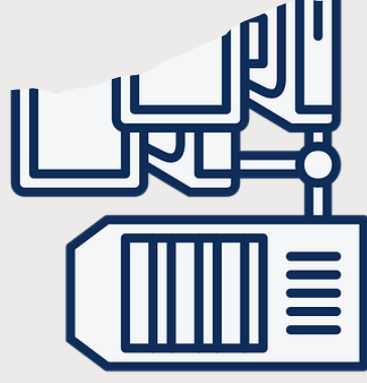
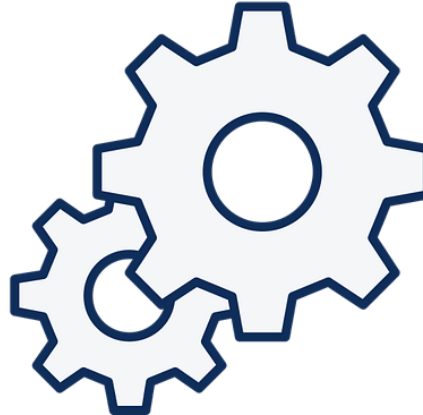


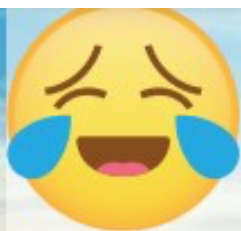
Materiaalit tulostusversioina



Sisältäen;

- Tunnemittari
- Minun en tee- listani
- Muutoksen nelikenttä
- ”Hengitys” tähteni
- Tavoitteeni- lomake
- SMART- tavoitelomake
- Vielä/Nyt- taulupohja





Iloinen

Tällä hetkellä
tunnen...



Tyytyväinen



Ihan Okei



Tylsistynyt



Surullinen,
Hämmäntynyt

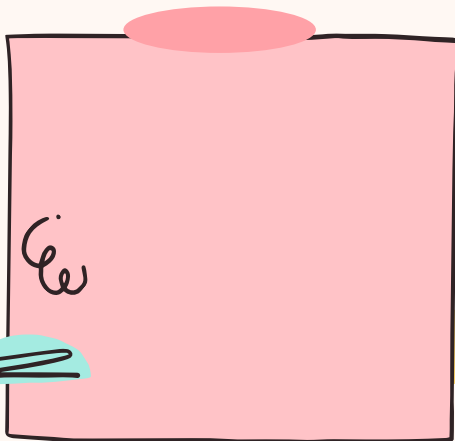
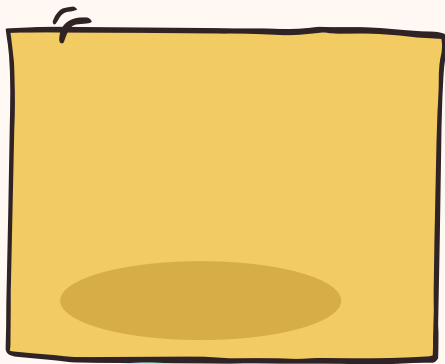
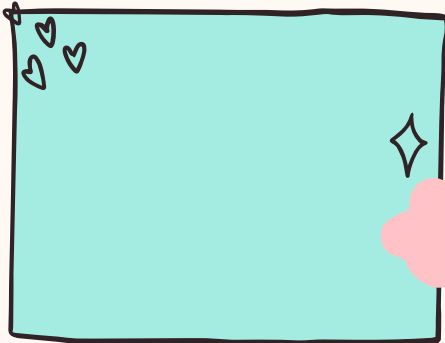
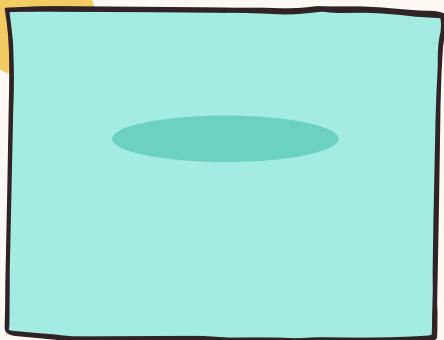
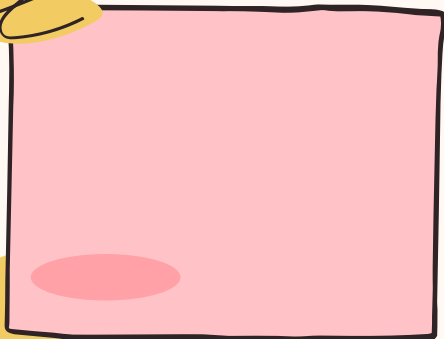


Turhautunut,
Ahdistunut



Vihainen

MINUN EN TEE LISTANI



MUUTOKSEN NELIKENTTÄ

HAITAT

Haitat nykyisessä toimintatavassani

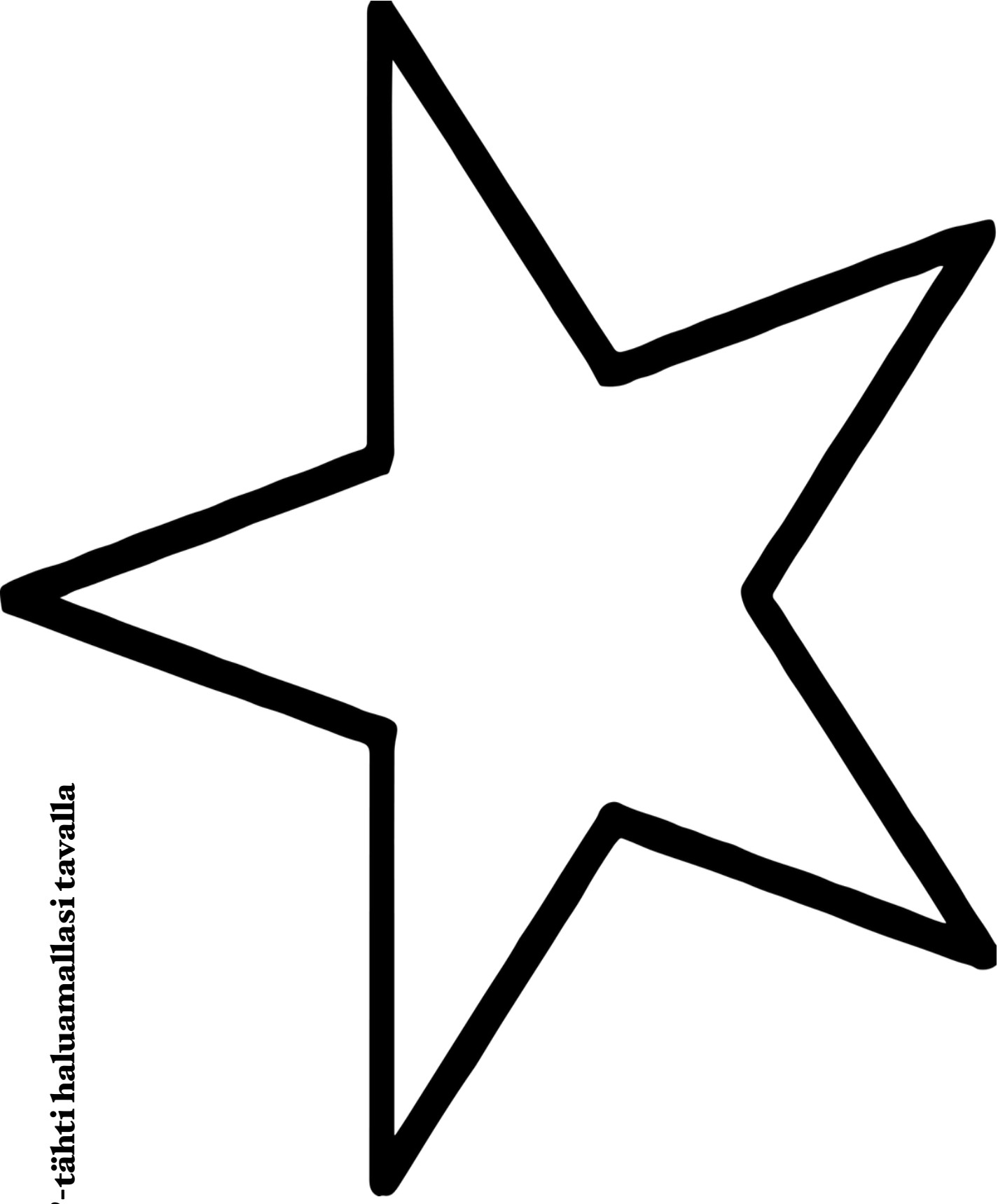
EDUT

Edut nykyisessä toimintatavassani

Haitat vaihtoehtoisessa tavassa toimia

Edut vaihtoehtoisessa tavassa toimia

Toteuta ”hengitys”-tähti haluamallasi tavalla



TAVOITTEENI

TAVOITTEENI ON:

JOTTA SAAVUTAN TAVOITTEENI, MINUN
TÄYTYY:

NÄMÄ ASIAT
VAIKUTTAVAT
NEGATIIVISESTI
TAVOITTEEN
SAAVUTTAMISEEN:



NÄMÄ ASIAT
VAIKUTTAVAT
POSITIIVISESTI
TAVOITTEEN
SAAVUTTAMISEEN:



S

Specific (konkreettinen)

M

Measurable (mitattavissa)

A

Achievable (toteutettavissa)

R

Relevant (merkityksellinen)

T

Time-bounded (ajallinen)



