



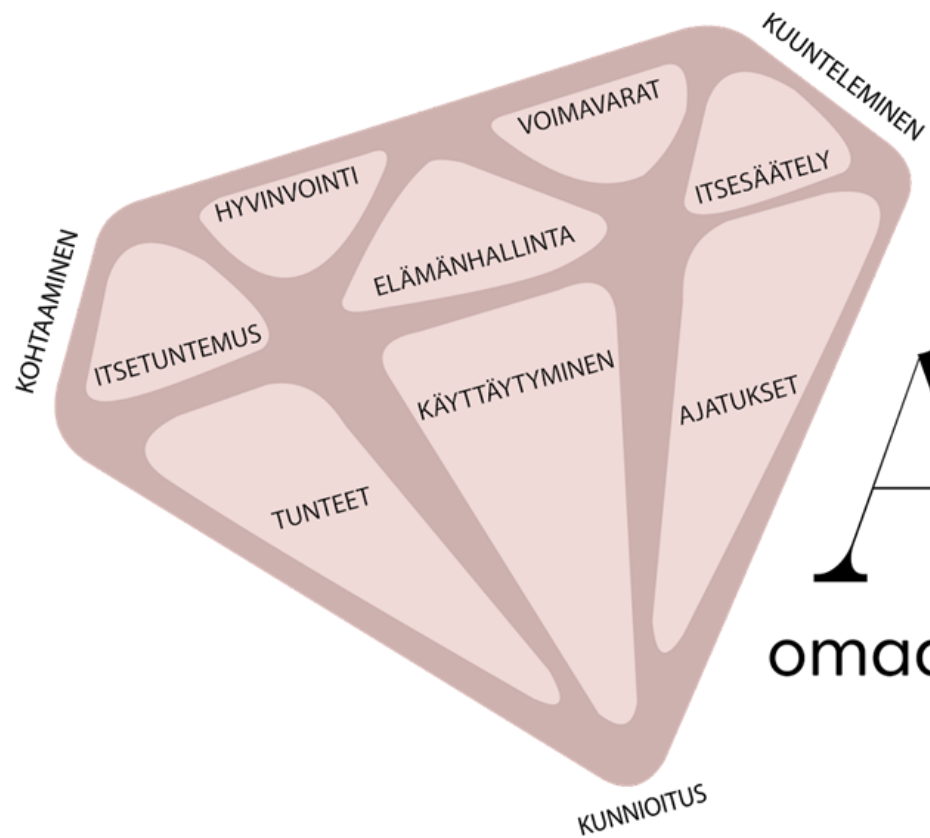
SIRIA

Ratkaisukeskeinen työote psyykkisesti oireilevan oppilaan kohtaamisessa,

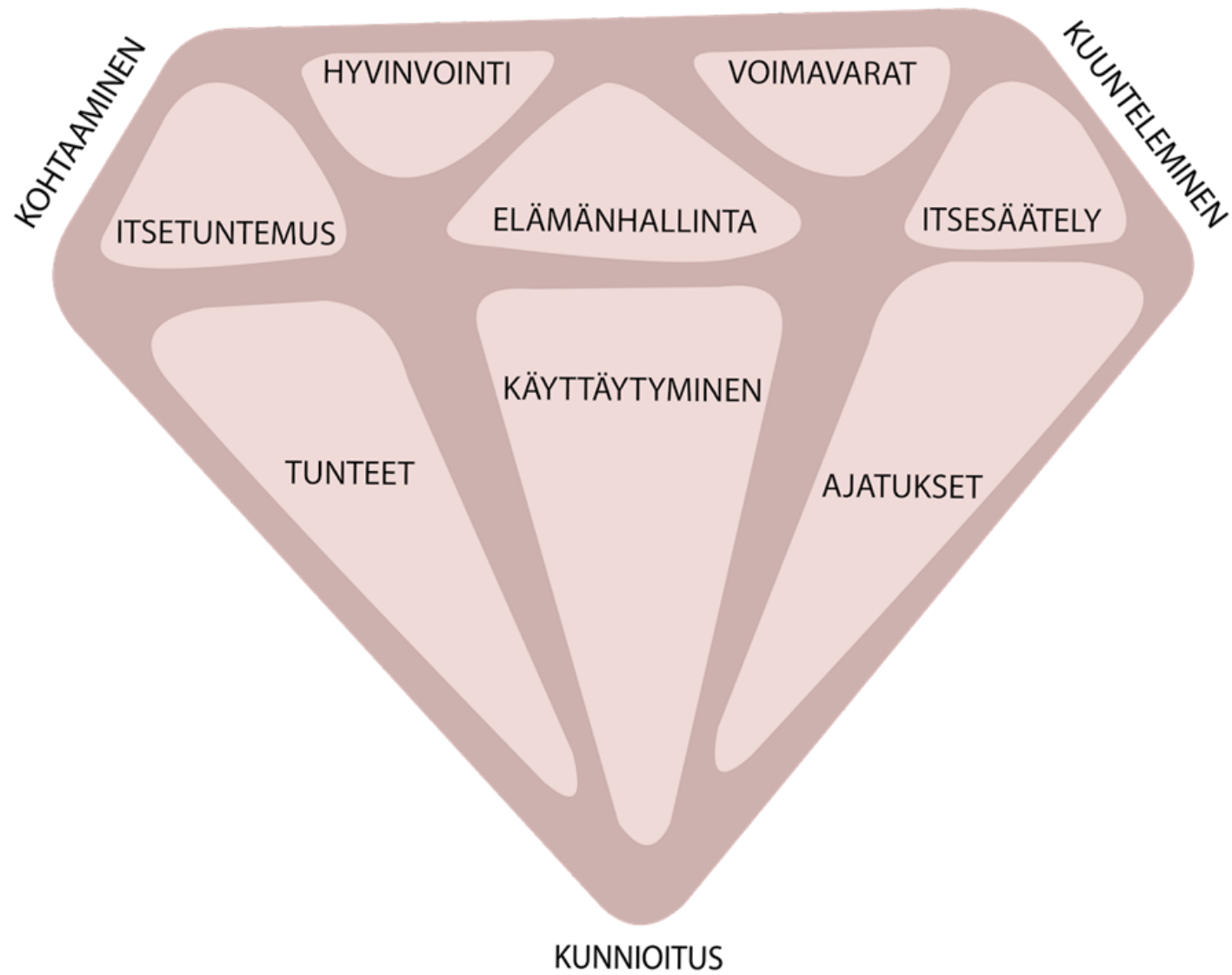
“AstElla omaa polkua -malli”, (5 op)



VOIMAUTTAVA PSYKKINEN HYVINVOINTI



AstElla®
omaa polkua



Perusopetuksen arvoperusta

Oppilaan ainutlaatuisuus ja oikeus hyvään opetukseen

”Perusopetus perustuu käsitykseen lapsuuden itseisarvoisesta merkityksestä. Jokainen oppilas on ainutlaatuinen ja arvokas juuri sellaisena kuin hän on. Jokaisella on oikeus kasvaa täyteen mittaansa ihmisenä ja yhteiskunnan jäsenenä. **Tässä oppilas tarvitsee kannustusta ja yksilöllistä tukea sekä kokemusta siitä, että kouluyhteisössä häntä kuunnellaan ja arvostetaan ja että hänen oppimisestaan ja hyvinvoinnista välitetään.** Yhtä tärkeä on kokemus osallisuudesta ja siitä, että voi yhdessä toisten kanssa rakentaa yhteisönsä toimintaa ja hyvinvointia.

Jokaisella oppilaalla on oikeus hyvään opetukseen ja onnistumiseen koulutyössä. Oppiessaan oppilas rakentaa identiteettiään, ihmiskäsitystään, maailmankuvaansa ja -katsomustaan sekä paikkaansa maailmassa. Samalla hän luo suhdetta itseensä, toisiin ihmisiin, yhteiskuntaan, luontoon ja eri kulttuureihin. Oppimisesta syrjäytyminen merkitsee sivistyksellisten oikeuksien toteutumatta jäämistä ja on uhka terveelle kasvulle ja kehitykselle. Perusopetus luo edellytyksiä elinikäiselle oppimiselle, joka on erottamaton osa hyvän elämän rakentamista.”

Opetushallitus, Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014

Kohtaamiamme oppilaan psyykkisen oireilun muotoja ja taustasyitä

- Itsemurhayrityksiä
- Viiltelyä
- Lääkkeiden yliannostusta
- Pedofiliaa
- Voimakkaita nepsy-piirteitä
- Sosiaalista kyvyttömyyttä
- Masennus
- Ahdistus
- Paniikkihäiriö
- Voimakas maailmanlopun pelko
- Voimakkaita psykofyysisiä oireita
- Vaikea identiteettikriisi
- Anoreksia, bulimia
- Harhaisuus

MIKÄ IHMEEN RATKAISUKESKEINEN TYÖOTE?



- Ratkaisukeskeinen lähestymistapa on kehitetty "ongelmakeskeisen" lähestymistavan vastakohtaksi. Ongelmien ja niiden syiden etsimisen sijaan päähuomio suunnataan toiveisiin, onnistumisiin, voimavaroihin ja jo tapahtuneen edistymisen syihin.

- Ongelmat muutetaan tavoitteiksi:

Mitä halutaan saada – ei mistä halutaan eroon

Minne päin halutaan mennä - ei mistä halutaan poispäin

Minkä alkamista – ei minkä loppumista

Mitä tulee ongelman tilalle?

Tavoitteet realistisia!



- Myönteisyys, luovuus, leikillisuus ja huumori keskustelussa ja ajattelussa
- Monimutkaiset ongelmat eivät tarvitse monimutkaisia ratkaisuja
- Ihmiset osaavat itse parhaiten asettaa tavoitteensa
- Ihmisellä on voimaa ja resursseja ratkaista ongelmiaan
- Kyse ei ole omien ratkaisujen tarjoamisesta keskustelukumppanille, vaan keskustelukumppanin omien tavoitteiden ja näkökulmien hakemisesta.
- Kaikki asiat eivät aina ole ratkaistavissa, aina on kuitenkin löydettävissä tavoitteita, päämääriä sekä voimavaroja, joilla voi päästä hankaluuksista eteenpäin tai kestää niitä paremmin.
- Avoimet kysymykset: Mitä? Milloin? Mikä? Missä? Miten? Kuka?

Ratkaisukeskeisesti toimivan (ammattilaisen) roolit:

- Kuuntelijan ja ymmärtäjän rooli:

Tavoitteena on tilanteen kartoittaminen, empatian osoittaminen, aktiivinen kuuntelu, yhdessä tutkiminen.

- Luotaajan rooli:

Auttaa oppilasta kirkastamaan hänen omaa tavoitettaan esim. Luotaaja auttaa tekemään pieniä välitavoitteita, niin että suurempi tavoite saavutetaan. Televaisuuteen keskittyminen.

- Aktivoija:

Uuden ajattelun saattaminen käytännön toimintaan, ajatteluun tai tunteiden säätelyyn.

Ratkaisukeskeisen ohjausprosessin vaiheet:



- 1. Liittyminen**
- 2. Tavoitteen kirkastaminen**
- 3. Pystyvyyssuskon ja motivaation kasvattaminen**
- 4. Oivalluttaminen ja muutosten konkretisointi**
- 5. Prosessin yhteenveto ja opitun soveltaminen käytäntöön**

Mikä ratkaisukeskeisessä ohjauksessa vaikuttaa?

1. Positiivinen, toista arvostava, luottamuksellinen vuorovaikutus.
2. Aivotutkimusten hyödyntäminen. Nykyhetkeen ja tulevaisuuteen fokusointi muuttaa aivoja muodostamalla uusia yhteyksiä hermosolujen välille. Tästä syntyy uudenlaista ajattelua ja se mahdollistaa uuden oppimisen. Tutkimusten mukaan neuvominen ja käskyttäminen eivät toimi samalla lailla kuin epäsuorat vaikuttamisen tavat.



3. Positiivinen psykologia; mm. hyvinvointi, vahvuudet, tunneäly, sinnikkyys, selviytyminen, onnellisuus, luovuus, psyykinen terveys

4. Rakennetaan myönteisiä tunteita; toiveikkuuden ylläpitäminen, onnistumiset, luonteen vahvuudet, merkityksellisyyden kokeminen. Myönteiset tunteet kumoavat kielteiset tunteet.

5. Pystyvyysodotukset. Ohjattavalla on tunne, että hänellä on taidot ja keinot muuttaa omaa käyttäytymistään.

6. Oikea aikaiset ja tarkoituksenmukaiset menetelmät. Menetelmiä ei käytetä niiden itsensä vuoksi.

Menetelmien tarkoitus on aina pyrkiä saamaan ohjattavassa hänen itsensä toivomia muutoksia tai

oivalluksia





SIRIA

Lasten ja nuorten psyykinen oireilu ja sen tunnistaminen koulussa



NUORTEN MIELENTERVEYSHÄIRIÖIDEN YLEISYYS

	YLEISYYS %	SUKUPUOLIJAKAUMA
Jokin mielenterveyshäiriö	20-25	N > M
Mielialahäiriöt	10-15	N > M
Ahdistuneisuushäiriöt	5-15	N > M
Päihdehäiriöt	5-15	N < M
Käytöshäiriö	5-15	N < M
Tarkkaavaisuushäiriö	2-5	N < M
Syömishäiriöt	3-6	N > M
Ei-affektiiviset psykoosit	1-2	N = M

Lähde: Marttunen, Mauri & Kaltiala-Heino Riittakerttu. Nuorisopsykiatria. (2011) Teoksessa Lönnqvist, Jouko – Henriksson, Markus – Marttunen, Mauri – Partonen, Timo. (toim.) Psykiatria. 9.uudistettu painos. Kustannus Oy Duodecim, Keuruu 2011.

Mikä on normaalia murrosikää? Miten toimin kun huoli herää?

Minkälainen on nuoren ystäväpiiri ja sen vaikutus nuoreen?

Ensin on syytä vain kuunnella ja käydä nuoren mielentilaa ja oireita rauhallisesti läpi.

Ole hienovarainen

Kehittykö nuori koko ajan eteenpäin, vaikka välillä tulisikin suvantovaiheita?

Mikä on nuoren toimintakyky eri asioissa?

Onko elämäntilannetta, oireiden vakavuutta ja kestoa arvioitu kokonaisvaltaisesti ja hankittu tietoa monelta eri taholta?

Ota nuori vakavasti, älä vähättele hänen oireitaan

Onko nuoren elinoloja arvioitu? Tukeeko kasvuympäristö hänen tervettä kehitystään? Erityisesti nuoren perhetilanne, vanhempien huolenpito, jaksaminen, mahdolliset mielenterveys- tai muut ongelmat vaikuttavat suuresti nuoren elämään ja kehitykseen.

Joskus tarvitaan järeämpää apua



“ Jos et pysty tekemään sitä
hyvää mitä tahtoisit,
tee se hyvä minkä voit” .



“Opettajat ovat avainasemassa oppilaan ongelmien havaitsemisessa, tuen antamisessa ja tarvittaessa hoitoon ohjaamisessa. Opettajan ja oppilaan suhde on merkittävä osa psyykkisesti oireilevan oppilaan hyvinvoinnin tukemista.”
(Helin 2016)

Psyykkisesti oireilevan oppilaan tuki koulussa

OPETTAJA: opetuksen eriyttäminen, luokan ilmapiiristä huolehtiminen, oppilaan tarpeiden, temperamentin ja haasteiden huomaaminen, tuen hakeminen oppilaalle ja oppilaan arjen tukeminen yhdessä verkoston kanssa sovituin keinoin

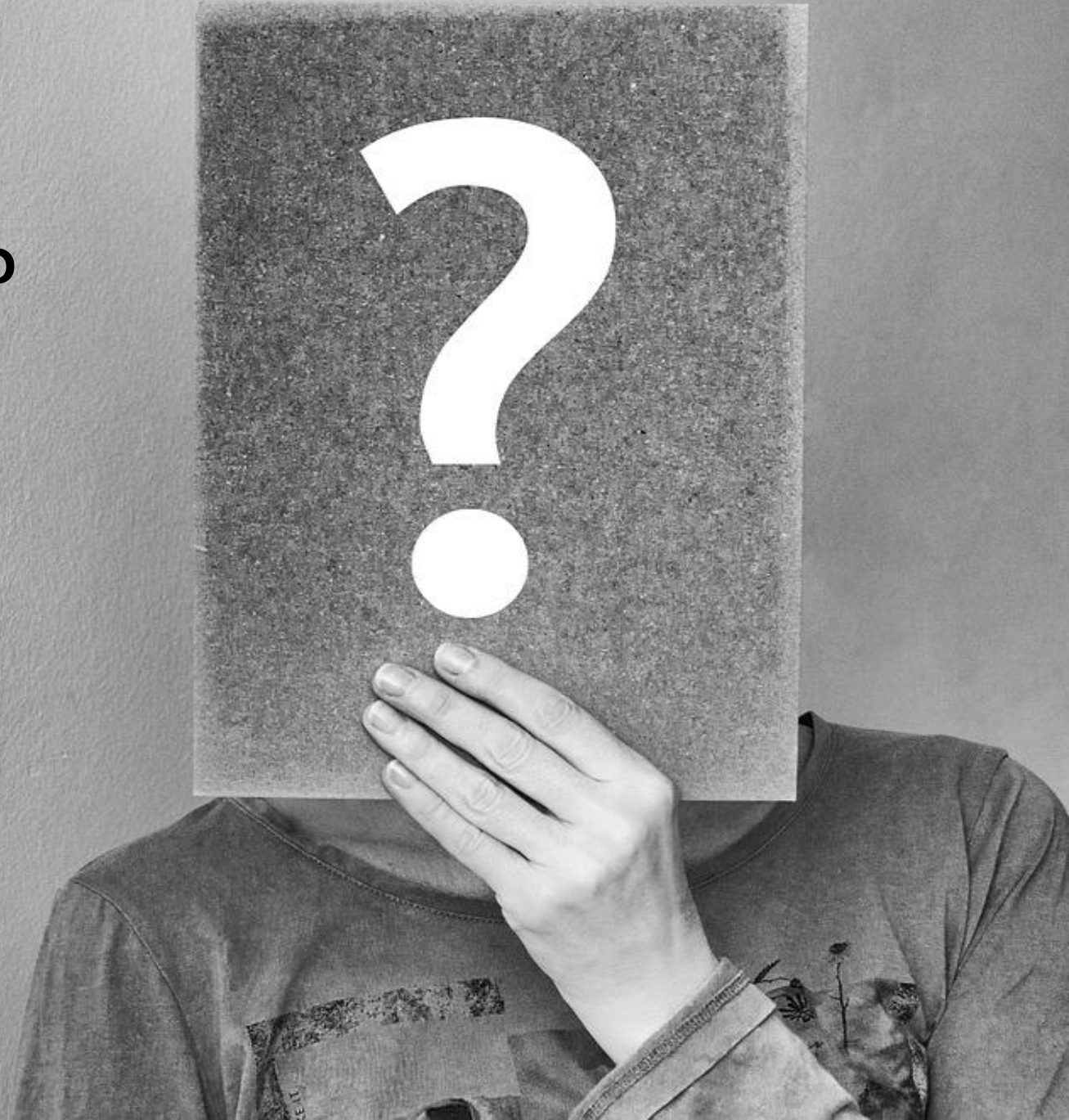
ERITYISOPETUS: Opettajan tuki opetusjärjestelyissä, oppilaan tuen tarpeen huomioiminen ja toteuttaminen tilanteessa, jossa oppilas ei pysty osallistumaan opetukseen muun ryhmän mukana

OPISELUHUOLTO: Psykososiaalisen tilanteen kartoittaminen ja tarvittaessa koulun ulkopuolisen avun piiriin ohjaaminen, matalan kynnyksen tuki oppilaan kasvuun ja kehitykseen liittyvissä pulmissa, opettajan tuki opetusjärjestelyiden pohtimisessa ja oppilaan tuen tarpeen arvioimisessa.

Lähde: Mira Talala: Psyykkisesti oireileva oppilas

Voiko se olla jotain muuta, kuin psyykkistä oireilua?

- ★ Uni
- ★ Ravinto
- ★ Temperamentti
- ★ Korona
- ★ Some
- ★ Varhainen kiintymyssuhde



Kouluterveyskyselyn tuloksia sekä uutisia

Kouluterveyskyselyn tuloksia

https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=600836&mittarit_0=200138&mittarit_1=200345&mittarit_2=199868&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#

Nuorten pahoinvointi on Suomessa jo kriisi – "Liian moni tarvitsee apua juuri nyt" 11.9.2022

<https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/nuorten-pahoinvointi-on-suomessa-jo-kriisi-liian-moni-tarvitsee-apua-juuri-nyt/8509154>

Nuorten chattiin tulvii viestejä, vain joka viidenteen pystytään vastaamaan: "Paha olo on niin moninaista, että jo se on haaste" 10.9.22

<https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/nuorten-chattiin-tulvii-viesteja-vain-joka-viidenteen-pystytaan-vastaamaan-paha-olo-on-niin-moninaista-etta-jo-se-on-haaste/8508440#gs.zfpp88>

MLL: Lasten ja nuorten pahoinvointi on lisääntynyt valtavasti. Viimeisten vuosien aikana MLL:n palveluissa ovat tulleet tutuiksi äärimmäisen huonovointiset ja itsetuhoiset nuoret aikuiset, jotka eivät ole saaneet apua muualta. 11.2.2022

<https://www.medi uutiset.fi/uutiset/ml-lasten-ja-nuorten-pahoinvointi-on-lisaantynyt-valtavasti/c1819a33-82c9-4948-98d6-652a98258ad5>

THL on aloittanut jättiselvityksen nuorten väkivalta- ja huumekuolemista: "Nuorten on helpompi saada päihteitä kuin apua" 4.2.2023

<https://www.iltalehti.fi/kotimaa/a/29a591fc-6985-452b-80a9-ea8fa610e2d8>

Nuoret voivat pahoin ja ongelmat uhkaavat kasaantua – mielenterveystyön perustasolle kaivataan lisää työntekijöitä

<https://yle.fi/a/3-12268587>

Sairaalaopetus Suomessa

Opetusta järjestetään lasten- ja nuorisopsykiatrisissa, neurologisissa, foniatrisissa tai somaattisissa tutkimuksissa tai hoidossa oleville oppilaille

- 25 sairaalaopetusyksikköä
- Yksiköissä opiskelee valtakunnallisesti noin 4 000 oppilasta vuosittain
- Päivätasolla oppilaita on yli 900
- 2/3 oppilaista on avo-opetuksessa, 1/3 osastoilta tulevia oppilaita
- Oppilaista 91,4 prosenttia on lasten- tai nuorisopsykiatrisessa hoidossa
- Syyslukukaudella 2021 sairaalaopetuksen opettajat konsultoivat yli 2 000 esi- ja perusopetusikäisen oppilaan asiaa

Lähde: Sairaalaopetus <https://yle.fi/a/3-12264625>

