

# HYVINVOINTIMATRIISI - työkalu kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseen

*”Huomioidaan Liikkuva Amis -toiminta ja työkykypassin käyttö sekä kansanopistoympäristön kokonaisvaltaisuus opiskelijan hyvinvoinnin tukena.”*

## Käyttötarkoituksia

- Kartoittaa hyvinvoinnin toteutumista oppilaitoksessa
- Avata eri rooleja ja niiden merkityksiä hyvinvoinnin toteuttamisessa
- Toimia välineenä keskustelun avaamiselle
- Hyödyntää opetuksen ja ohjauksen työkaluna
- Lisätä toiminnallisuuden kautta yhteisöllisyyttä oppilaitoksessa
- Edistää Liikkuva Amis ja Työkykypassi -työkalun käyttöä oppilaitoksessa
- Auttaa löytämään kehittämiskohteita hyvinvoinnin edistämiseksi
- Toimia oppilaitoksen johtamisen ja tiimien kehittämistyökaluna

## Työkalun käyttö

Vaihe 1: Valitaan käyttötarkoitus työkalulle

Vaihe 2: Valitaan tarkastelun alla oleva hyvinvoinnin aihe (Liite 1 Hyvinvointiaihe)

Vaihe 3: Valitaan työkalun käyttäjät

Vaihe 4: Valitaan apukysymykset (Liite 2 Apukysymykset)

Vaihe 5: Päätetään, mistä roolista osallistujat tarkastelevat aihetta (Liite 3 Rooli)

*Vaiheet 1–5 voidaan tehdä myös eri järjestyksessä ja niiden valintaan kannattaa käyttää riittävästi aikaa.*

Vaihe 6: Matriisia työstetään osallistujien sopimalla tavalla (Liite 4)

Vaihe 7: Kootun matriisin tarkastelu (Liite 4)

Vaihe 8: Sovitaan mahdolliset jatkotoimenpiteet työkalun käytön jälkeen (Liite 5)

Liite 1 Hyvinvointiaihe

- Uni ja lepo
- Ravinto
- Liikunta
- Harrastukset
- Yhteisöllisyys
- Ergonomia
- Joku muu yhteisesti sovittu aihe

Aiheet voi nostaa esiin oppilaitoksessa kyselyistä, palautteesta, työelämästä, oppilaitoksen strategiasta, oppitunnilla esiin tulleesta aiheesta tai toimintaympäristön muutoksesta.

## Liite 2 Apukysymyksiä

- Miten tämä asia on nyt oppilaitoksessa?
  - Millainen on yleinen suhtautuminen asiaan?
  - Mikä aiheuttaa huolta tässä asiassa?
  - Mitä sääntöjä tai ohjeistuksia tähän liittyy?
  - Mitä ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä tehdään?
  - Miten fyysinen ympäristö tukee toimintaa?
  - Miten hyvä toiminta huomioidaan tai palkitaan?
  - Minkälaisia toimenpiteitä tehdään toiminnan parantamiseksi?
  - Mitä toimenpiteitä oppilaitoksessa pitäisi tehdä toiminnan parantamiseksi
- 
- Mitä minä voin tehdä asian hyväksi?
  - Miten asia näyttäytyy minulle roolissani?
  - Mikä on minun vastuuni?
  - Mikä minulle aiheuttaa huolta tässä asiassa?
  - Mikä on minun?

Omavalintaiset kysymykset

Liite 3 Rooli

- Opiskelija
- Tutor-opiskelija
- Opiskelijakunnan hallituksen jäsen
- Opettaja
- Erityisopettaja
- HOKS-ohjaaja
- Koulutusjohtaja
- Vararehtori
- Rehtori

- Asuntolatyöntekijä
- Kuraattori
- Terveystyöntekijä
- Psykologi
- Opinto-ohjaaja
- Nuorisotyöntekijä
- Poliisi
- Siistijä
- Ruokapalvelutyöntekijä
- Kiinteistöhoitaja
- Viestintävastaava
- Työelämäedustaja

Joku muu rooli

## Liite 4 Matriisin käyttö

Matriisia työstetään osallistujien sopimalla tavalla yhdessä tai erikseen.

### **Työskentelytapoja**

- matriisia yhteiskirjoitetaan samanaikaisesti tai eriaikaisesti (esim. Google Docs)
- jokainen työstää matriisia itsekseen ja työstetyt matriisit kootaan sovitusti yhteen
- matriisia käytetään keskustelupohjana joko kirjaten tai ilman kirjausta
- matriisia voidaan työstää omasta roolista tai ottamalla jonkun muun roolin ("roolileikki")
- jos osallistujia on useita samassa roolissa (esim. opiskelijat), he voivat työstää aiheita/kysymyksiä yhdessä

### **Käytön tarkastelu**

Keskustellaan, päästiinkö työkalulla sovittuun päämäärään ja mitä uusia näkökulmia työskentely toi esiin.

### **Jatkotoimenpiteet**

Sovitaan mahdollisista kehittämiskohteista ja jatkotoimenpiteistä

Valitaan hyvinvointiaihe, roolit toimintaympäristössä ja ohjaavat apukysymykset - Työversio 18.3.22

AIHE	ROOLI 1	ROOLI 2	ROOLI 3	ROOLI 4	ROOLI 5	VAPAA VALINTA
APUKYSYMYS 1						
APUKYSYMYS 2						
APUKYSYMYS 3						
APUKYSYMYS 4						
APUKYSYMYS 5						
VAPAA VALINTA						