

**VANHEMPAINILTA 13.9.2021**

# Syksyn kuulumisia

Syksy on käynnistynyt  
rauhallisesti

Koulussamme työskentelee

- 480 oppilasta (seiskoja 159, kaseja 173, ysejä 148)
- 40 opettajaa ja 15 koulun muuta henkilökuntaa.

Uusi koulukiinteistö valmistuu  
hyvää vauhtia

- Muutto alkaa 15.12.
- Kevätlukukausi käynnistyy uudessa koulutalossa

# Opiskeluhoolto koko yhteisön asialla

- **Yhteisöllinen opiskeluhoolto** vastaa koko kouluyhteisön hyvinvoinnin rakentamisesta.
- **Yksilökohtainen opiskeluhoolto** huolehtii yksittäisen oppilaan hyvinvoinnista.
- Kaupungin **opiskeluhoollon ohjausryhmä** ohjaa toimintaa ylätasolla.
- **Koulun opiskeluhooltoryhmä** huolehtii asioista meidän koulussa.
  - rehtori
  - apulaisrehtori
  - oppilaanohjaajat
  - erityisopettaja
  - koulukuraattori
  - koulupsykologi
  - kouluterveydenhoitaja
  - nuorisotyöntekijä
  - kouluyhteisöohjaaja
  - + oppilaita ja huoltajia

# Koulun opiskeluhuollon tavoitteita

- Hyvinvoiva yhteisö, yhdessä toimivat luokat ja toisten ihmisten arvostaminen on taustalla kaikessa koulun toiminnassa.
- Kouluviihtyvyyden lisääminen vähentää koulupoissaoloja ja vaikuttaa positiivisesti oppimistuloksiin.
- Hyvinvointi ja empatiakyky vähentää koulukiusaamista.
- Uutena keskiönä on huomion kiinnittäminen tunne- ja vuorovaikutustaitoihin myös yläkoulussa.

# Kiusaamiseen puuttuminen

- Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja siihen puuttuminen on koko yhteisön työtä.
- Koulukiusaaminen on erittäin monimuotoista ja sitä voi tapahtua monissa tilanteissa.
  - Aina kiusaaminen ei edes liity kouluun.
- Käymme oppilaiden kanssa säännöllisesti läpi kiusaamiseen liittyviä asioita ja järjestämme lukuvuosittain koko koululle kaksi kyselyä kiusaamisesta.
- Jotta voimme puuttua, meidän täytyy saada tietää.
- Koulukiusaamisen selvittelyn aloittaa meillä aina luokanvalvoja, tarvittaessa mukaan tulee opiskeluhuollon henkilöstöä.
  - Selvitämme asioita ensisijaisesti oppilaiden kanssa.
  - Tiedotamme aina huoltajia.
  - Tarvittaessa pyydämme myös vanhempia osallistumaan selvittelyyn.

# Puuttumisen vaiheet

## TIETO KIUSAAMISESTA

- TIETO VOI TULLA OPPILAALTA, KOULUN AIKUISELTA TAI HUOLTAJALTA

## LUOKANVALVOJA OTTAÄ TAPAUKSEN KÄSITTELYYN

- SELVITTELYT KAIKKIEN OSAPUOLTEN KANSSA JA TARVITTAESSA YHDESSÄ.

## SOPIMUS

- VIIMEISTÄÄN SOPIMUKSEN JÄLKEEN OLLAAN YHTEYDESSÄ KAIKKIEN OSAPUOLTEN HUOLTAJIIN.

## SEURANTA

- MIKÄLI KIUSAAMINEN JATKUU, OPISELUHUOLTORYHMÄN JÄSENET JATKAVAT SELVITTELYÄ JA VANHEMMAT OTETAAN MUKAAN

# Poissaolojen seuranta

- **Koulu on nuoren työpaikka.**
- Sairauspoissaolot tulee ilmoittaa Wilmassa mielellään heti aamulla.
- Loma-anomukset tehdään Wilmassa. Oppilas kysyy tehtävät opettajilta etukäteen ja huolehtii opiskelusta loman ajalta.
- Luokanvalvoja seuraa poissaoloja.

# Jos poissaoloja kertyy paljon

## ○ Noudatamme Nokian kaupungin yhteistä poissaolomallia

<https://www.nokiankaupunki.fi/wp-content/uploads/2021/06/Poissaoloihin-puuttumisen-malli-Nokia-21-22.pdf>

- Jos poissaoloista herää huoli, opettaja on velvoitettu keskustelemaan oppilaan kanssa asiasta ja olemaan yhteydessä huoltajaan.
- Jos poissaoloja on **yli 30 tuntia**, asiasta tiedotetaan opiskeluhuollon henkilökuntaa ja voidaan pitää palaveri huoltajan ja oppilaan kanssa.
- Jos poissaoloja on **yli 50 tuntia**, aletaan selvittää tarkemmin poissaoloihin johtaneita syitä ja tarvittavia tukitoimia.
- Jos poissaoloja on **yli 70 tuntia**, tarkistetaan tuen riittävyys ja tehdään lastensuojeluilmoitus. Vahva tuki koulunkäyntiin.





**Kynnys poissaolemiseen  
kannattaa pitää korkealla.**

**Varhainen puuttuminen  
poissaoloihin auttaa.**

**Kun koulu ja huoltajat ovat  
samalla asialla, se tuottaa  
parasta tulosta.**

# **Vanhemman tuki nuoren kouluarjessa**

Koulukuraattori Sari Arosarka



# Vanhemman tuki käytännössä

- Vanhemman ensisijainen tehtävä on huolehtia siitä, että nuori saa riittävästi unta, ruokaa ja liikuntaa.
- Vanhemman tärkeä tehtävä on myös huolehtia siitä, että nuori käy koulua (nousee ajoissa ylös aamulla, syö aamiaista ja lähtee ajallaan kouluun).
- Vanhemman on hyvä tukea nuoren koulunkäyntiä ohjaamalla tätä ottamaan itse vastuuta koulustaan.

# Tarkista onko opiskelun perusedellytykset on kunnossa...

- Nukkuuko nuori tarpeeksi? (ei ole pelkästään huoneessa ovi kiinni, vaan myös nukkuu).
- Viekö tietokoneella tai puhelimella oleminen yöunia?
- Syökö nuori tarpeeksi ja säännöllisesti?
- Onko nuorella kotona työ- ja leporauha?
- Ulkoileeko nuori tarpeeksi?
- Onko nuorella vapaa-aikaa ja mieleistä tekemistä koulutyön vastapainoksi?

# Vanhemman tuki käytännössä jatkuu...

- Kun opiskelun perusedellytykset ovat kunnossa, vanhemman on hyvä tukea nuorta olemalla kiinnostunut tämän koulunkäynnistä.

## Keskustele nuoresi kanssa, voit kysyä esim...

- Miten nuori suhtautuu yleisesti koulunkäyntiin? (esim. kouluarvosana-asteikolla 4-10).
- Mistä koulussa pitää?
- Mistä koulussa ei pidä? Miksi ei pidä?
- Onko nuorella kavereita koulussa?
- Onko nuorella ilmennyt haasteita koulussa?
- Miten voit tänään?

## Pohdittavaa vanhemmille...

Mitä odotat nuoresi  
koulumenestyksestä?

Mitkä ovat nuoresi vahvuuksia?

Missä nuoresi tarvitsee tukea?

Mikä sinulle vanhempana on  
tärkeää nuoresi koulunkäynnissä?

# Asiaa mielenterveydestä

Psykiatrinen sairaanhoitaja Päivi Rahkonen



# Mielenterveydestä

- Käytetään monia eri käsitteitä
- Voimme puhua esimerkiksi mielen hyvinvoinnista ja psyykkisestä hyvinvoinnista
- Mielen hyvinvoinnilla tai psyykkisellä hyvinvoinnilla tarkoitetaan ihmisen omakohtaista kokemusta omasta hyvinvoinnista ja mielen tasapainosta

# Nuoruus

- On oleellinen kehitysvaihe myöhemmän terveyden, elintapojen sekä **mielenterveyden häiriöiden** näkökulmasta.
- Nuorista ainakin joka viidellä on jokin mielenterveyshäiriö ja se on myös koululaisten yleisin terveysongelma.
- Yleisimmät nuorten mielenterveyshäiriöt ovat mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöt.

# Syytä huoleen on jos...

- Nuori eristäytyy
- Koulu ei suju
- Toimintakyky heikkenee

# Tunnistaminen ajoissa tärkeää!

- Monesti mielenterveydenhäiriöt tulevat ilmi vasta, kun ne jo haittaavat merkittävässä määrin toimintakykyä.
- → Tästä syystä olisikin erittäin tärkeää, että jo varhaisessa vaiheessa niitä pystyttäisiin tunnistamaan.
- Tunnista ongelma, auta tai tarvittaessa pyydä apua mahdollisimman pian!

**Mielenterveydenhäiriöiden  
ehkäisyssä tärkeää myös...**

Vahvistaa/lisätä  
sellaisia asioita, jotka  
suojaavat lapsia ja  
nuoria kyseisiltä  
häiriöiltä!

# Suojaavat tekijät vahvistavat mielensterveyttä

## Sisäisiä suojaavia tekijöitä

- **Vanhemman/vanhempien tuki!**
- Ystävät
- Hyvä itsetunto
- Hyväksytyksi tulemisen tunne
- Turvallinen elinympäristö
- Jokin kyky tai taito jota nuori arvostaa

## Ulkoisia suojaavia tekijöitä

- Kouluyhteisön tuki
- Koulutusmahdollisuudet
- Lähellä olevat ja helposti lähestyttävät yhteiskunnan auttamisjärjestelmät

**Pidetään huolta itsestä  
ja muista!**

**KIITOS!**

Lähteet:

- Mannerheimin lastensuojeluliitto:  
Vanhempi nuoren koulunkäynnin  
tukena
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos:  
nuorten mielenterveyshäiriöt
- Mieli.fi
- Kouluikäisten  
mielenterveysongelmien tuki ja  
hoito perustason palveluissa:  
opas tutkimiseen, hoitoon ja  
vaikuttavien menetelmien  
käyttöön

