



Työrauhaa rakentamassa

PULINAPAJA 2007-2011
Nuorten ehkäisevän
kriisityön -hanke

SUOMEN
MIELEN-
TERVEYS-
SEURA



**Työrauhaa
rakentamassa**

PULINAPAJA 2007-2011

Nuorten ehkäisevän kriisityön -hanke



SUOMEN
MIELEN-
TERVEYS-
SEURA

SISÄLLYSLUETTELO

1. Johdanto	3
2. Kuvattuihin interventioihin liittyvät käsitteet	6
2.1 Työrauha	6
2.2 Kiusaaminen	10
2.3 Luokkainterventio Pulinapaja-hankkeessa	13
3. Työrauha luokassa	15
4. 7. luokan tyttöjen ryhmätapaamiset	20
5. Työrauhan ja opiskelumotivaation tukeminen yläkoulun aikana	27
6. Luokkailmapiiri-työskentely	36
7. Erilainen oppilas	44
8. Työrauha ja kiusaamisongelma	47
9. Oppilaan itsemurha	51
10. 7. luokan oma päivä	53
Liitteet	59
Lähteet	72

Suomen Mielenterveysseura,
PULINAPAJA 2007-2011, Nuorten ehkäisevän kriisiityön -hanke
Maistraatinportti 4 A, 00240 Helsinki

Oulun seudun Mielenterveysseuran projektivastaava **Taija Rintamäki**
Päijät-Hämeen Mielenterveysseuran vs. vastaava projektityöntekijä **Minna Turunen**
Suomen Mielenterveysseuran projektipäällikkö **Kirsi Luomanperä**

Taitto: Mainostoimisto Visuviestintä Oy, Taina Ståhl
Kuvat: Katri Pintamo-Kenttälä (kuvat eivät liity tekstissä esiteltyihin luokkainterventioihin)
Piirros: Ville Rätty
Paino: Suomen Kehyspaino Oy, 2011

1.

JOHDANTO

SUOMEN MIELENTERVEYSSEURAN Nuorten ehkäisevän kriisiityön hanke (Pulinapaja 2007–2011) on neljän paikallisen kriisikeskuksen yhteinen nuorten parissa toteutettava ehkäisevän työn kehittämishanke. Lahden, Mikkelin, Rauman ja Oulun kriisikeskukset ovat löytäneet hanketyössä kumppaneikseen 11 pilottikoulua, joista yksi on lukio ja muut ovat yläkouluja. Hankkeen tavoitteena on ollut kehittää kriisikeskusten toimintaa nuorten parissa ja löytää yhteistyössä koulun toimijoiden kanssa pilottikouluille uusia tapoja tukea nuoren tervettä kasvua ja hyvinvointia.

Nuori elää 7.–9. luokilla keskellä merkittävää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista muutosvaihetta. Se verottaa voimavaroja, joita hän voisi muutoin suunnata koulunkäyntiin. Monet muutkin seikat voivat heikentää nuoren keskittymiskykyä opintoihin. Tällaisia ovat muun muassa perheen sisäiset ongelmat, kuten vanhemman päihde- tai mielenterveysongelmat, muu vakava sairaus perheessä, vanhempien jatkuvat riidat, kodin kireä ilmapiiri, riitaisa avioero tai perheen taloudelliset ongelmat. Myös erilaiset sairaudet tai liian vähäinen lepo ja uni vähentävät oppilaan kykyä keskittyä ja ottaa toiminnassaan toisia oppilaita tai opettajaa huomioon.



Kaikki koulussa esiintyvä levottomuus ei kuitenkaan selity nuoreen tai nuoruuteen liittyvillä seikoilla. Luokan ilmapiiriin ja työrauhaan vaikuttavat myös ryhmäkoot, työaikajärjestelyt, tilaratkaisut, koulun toimintakulttuuriin kuuluvat järjestyssäännöt, vanhempien asenteet sekä opettajan vireystila ja ammattitaito ryhmän ohjaajana.

YKSINÄISYYS JA KIUSATUKSI JOUTUMINEN koulussa lisäävät riskiä, että nuori kokee koulu-uupumusta tai masennusta. Nämä asiat saattavat heikentää yksilön hyvinvointia vielä aikuisiälläkin. Koulun aikuisilta saatu riittävä tuki, opettajien oikeudenmukainen toiminta ja rajoista kiinni pitäminen puolestaan tukevat nuoren tervettä kasvua ja ehkäisevät koulu-uupumusta.

Nuoruudessa kokemus kuulumisesta omaan vertaisryhmään on erittäin tärkeä, koska silloin otetaan etäisyyttä kodista ja vanhemmista. Siihen prosessiin nuori tarvitsee tuekseen toisia nuoria. On tärkeää, että jokainen oppilas voi kokea kuuluvansa omaan luokkaansa ja olevansa siellä hyväksytyt omana itsenään. Jokaisella nuorella pitäisi lisäksi olla vähintään yksi ystävä, jonka kanssa hän voi jakaa ajatuksensa, ilonsa ja surunsa.

Pulinapaja-hankkeen aikana yhteistyössä koulujen kanssa kehittyi työmalli, jonka tarkoitus on puuttua luokassa vallitseviin työskentelyolosuhteisiin. Tätä työmallia on kutsuttu luokkainterventioksi. Aloite luokkainterventioihin on tullut useimmiten luokanvalvojalta, jonka kanssa hanketyöntekijät ovat suunnitelleet, valmistelleet ja toteuttaneet niitä. Mukana suunnittelussa ja toteutuksessa on ollut myös muita opettajia sekä oppilashuollon jäseniä.

TAVALLISIMMIN TARVE LUOKKAINVENTIOON on syntynyt yleisestä levottomuudesta luokassa, joka on tullut esiin useiden opettajien sekä usein myös oppilaiden kokemana. Interventioiden avulla on käsitelty myös joitain kiusaamistapauksia. Kouluilla on kiusaamistapausten käsittelyyn välineitä myös KiVa-ohjelman ja Vaakamallin® kautta. KiVa-ohjelma on käytössä noin 2 500 koulussa, ja se tarjoaa kouluille toimintamallin sekä koulutusta siitä, miten kiusaamiseen tulee puuttua ja miten rakentaa ryhmä, jossa kiusaamista ei ole.

Pulinapaja-hankkeen aikana yhteistyö on kahden hankepaikkakunnan muutamilla pilottikouluilla painottunut toimintaan kokonaisten luokkien kanssa. Yhdellä paikkakunnalla pilottikouluissa on lisäksi järjestetty koko 7. luokan ajan kestäväää ryhmäytystä, oppitunti kerran kuukaudessa. Toiminnan lähtökohtana on ollut ajatus, että yksittäisen oppilaan levottomuus voi kertoa ongelmista ryhmän toimintakulttuurissa, ja siten on mielekästä myös etsiä ratkaisua ongelmaan yhdessä ryhmän kanssa. Kahdella hankepaikkakunnalla osa pilottikouluista toivoi hankkeen asettavan yhdeksi tavoitteekseen koulun yhteisöllisyyden kasvattamisen. Muutamissa luokissa yhteistyöhön on kutsuttu mukaan myös nuorten vanhempia, ja siten tuettu myös kodin ja koulun yhteistyötä.

Koulut kehittävät omaa toimintaansa jatkuvasti. Parhaillaan on käynnissä muun muassa Oppilas- ja opiskelijahuollon laatu ja palvelurakenne -hanke, joka jatkuu vuoden 2011 loppuun. Tässä oppaassa esitellään koulussa toimiville työntekijöille muutama esimerkki hankkeen aikana toteutetuista interventioista. Toivomme, että esimerkit innostavat erilaisten pulmatilanteiden käsittelyyn ja ratkomiseen yhdessä koko luokan ja myös oppilaiden vanhempien kanssa. Kiusaamisen ehkäiseminen ja kouluhyvinvoinnin rakentaminen vaativat pitkäjänteistä työskentelyä ja ainakin useimpien koulun aikuisten sekä nuorten ja heidän vanhempiensa aktiivista osallistumista yhteistyöhön.

LISÄÄ VINKKEJÄ, VÄLINEITÄ, TIETOA JA LINKKEJÄ

löytyy netistä, kirjallisuudesta sekä jakamalla ideoita ja kokemuksia toisten nuorten parissa toimivien kanssa.

Esimerkkiosoitteita:

- www.oph.fi
- www.mll.fi
- www.thl.fi
- <http://ktl.jyu.fi/ktl/kouluhyvinvointi>
- www.kiva.fi

2.

KUVATTUIHIN INTERVENTIOIHIN LIITTYVÄT KÄSITTEET

Pulinapaja-hankkeen ja pilottikoulujen yhteistyönä toteutetut interventiot on tehty luokissa, joissa on esiintynyt kiusaamista ja muita työrauhaa häiritseviä ilmiöitä. Aluksi tuomme esille sen viitekehyksen, jonka pohjalta hanketyöntekijät ovat tarkastelleet työrauhaa ja kiusaamista.

2.1 TYÖRAUHA

LUOKAN TYÖRAUHA MÄÄRITELLÄÄN (Hirsjärvi, 1985) luokassa vallitseviksi rauhallisiksi oloiksi ja häiriintymättömyyden tilaksi. Kun nuoria on pyydetty kuvaamaan oman luokkansa kehittämistä kaipaavia kohteita, he ovat nimenneet sellaisiksi rauhattomuuden, hälinän ja kovaäänisyyden. Timo Saloviita (2007, 19) toteaa, että työrauha on mielletty hiljaisuuden synonyymiksi. Tämä luonnollisesti asettaa odotuksia myös luokkatyöskentelylle. Työskentelyn odotetaan tapahtuvan hiljaisuuden ja liikkumattomuuden vallitessa. Hyvä työrauha ei kuitenkaan edellytä rikkumatonta hiljaisuutta. Saloviidan (2007, 20) mukaan työrauha tulisikin nähdä laajemmin kuin häiriöiden puuttumisena.

Tämä näkyy usein myös niissä luokissa, joissa on toteutettu luokkainterventio työrauhan saavuttamiseksi. Opettajan ja oppilaiden näkemykset työrauhasta

ovat erilaiset. Opettajat kokevat työrauhaongelmina keskustelun tai toiminnan, joka ei liity lainkaan oppitunnin kulkuun. Tällaisia ovat esimerkiksi tarpeeton kynän teroittaminen, myöhästely, tavaroiden unohtelu, viivytys kirjojen esille ottamisessa sekä se, että oppilas ei osallistu varsinaisen tunnin toimintaan, vaan tekee jotain muuta (Vahvaselkä & Vahvaselkä-Paukkonen, 2004). Vaikka osaa oppilaistakin edellä mainittu käytös häiritsee, he eivät miellä sitä työrauhaongelmaksi.

Pulinapaja-hankkeen aikana saadun kokemuksen mukaan oppilaiden näyttää olevan melko vaikeaa ymmärtää työrauha-sanana merkitystä. Perinteisen hälinän lisäksi työrauhaongelmia aiheuttavat erilaiset sosiaalisen median muodot, jotka ovat koulussa jatkuvasti läsnä, jos niiden käytöstä ei ole selkeitä pelisääntöjä. Luokan työrauha kärsii myös siitä, jos opettaja joutuu toistuvasti pyytämään oppilasta kiinnittämään huomiota opetukseen.

Luokan työrauhaan vaikuttavat monet eri tekijät. Opetushallituksen julkaisussa *Työrauha tavaksi* (2009) on työrauhahäiriöiden syyt jaoteltu seuraavasti:

OPPILAASEEN LIITTYVÄT TEKIJÄT

- koulu- ja minä-käsitykset
- kouluviihtyvyys
- kouluselviytyminen

OPETTAJAAN LIITTYVÄT TEKIJÄT, ESIMERKIKSI

- puutteelliset neuvottelu- ja viestintätaidot
- oppilaiden puutteellinen tuntemus
- sijaisten suuri määrä

MUUT KOULUUN LIITTYVÄT TEKIJÄT, ESIMERKIKSI

- opetusryhmien koko ja heterogeenisuus
- huonot työaikajärjestelyt tai tilaratkaisut
- järjestyssäännöt, joiden noudattamista ei yhtenäisesti valvota

— KOULUN ULKOPUOLISET TEKIJÄT, ESIMERKIKSI

- koulun arvostus yhteiskunnassa
- koulua koskevien ongelmien käsittely mediassa
- vanhempien asenteet koulua kohtaan

Luokkien työrauhaongelmaa on tarkasteltu tutkimuksissa myös käyttäytymisen näkökulmasta. Levin ja Nolan (2007, 24) määrittelevät työrauhaongelman käyttäytymiseksi, joka

1. häiritsee opettamista
2. loukkaa toisen oikeutta opiskella
3. aiheuttaa psykologista tai fyysistä uhkaa
4. tuhoaa ympäristöä.

PULINAPAJA-HANKKEEN KOHTAAMAT TYÖRAUHAONGELMAT liittyvät kolmeen ensimmäiseen käyttäytymismalliin. Ryhmätyksissä ja luokkainterventioissa oppilaat ovat nimenneet yleisimmiksi työrauhaongelmiksi levottomuuden, kovaäänisyyden, asiattoman kommentoinnin ja toisen oppilaan tavaroihin koskemisen.

Oppilaista lähtevät työrauhaongelmat ovat niitä, joista on käyty keskustelua myös julkisesti. Saloviita (2007, 23) toteaa, että myös opettajasta voi muotoutua työrauhaongelma, jos opettaja ei puutu tehokkaasti luokassa esiintyviin häiriöihin tai kun häiriön korjaaminen häiritsee luokan työskentelyä liiallisesti. Opettajalähtöisten työrauhaongelmien havaitseminen ja niihin puuttuminen on kuitenkin huomattavasti vaikeampaa kuin puuttuminen oppilaslähtöisiin työrauhaongelmiin.

Luokkainterventioiden keskusteluissa on ilmennyt, että oppilaiden on usein vaikea havaita ja tunnistaa työrauhaongelmien syy, oli kyse sitten oppilaasta tai opettajasta lähtöisin olevasta työrauhaongelmasta. Oppilaat eivät esimerkiksi aina hahmota sitä, että he itsekin omalla käytöksellään vaikuttavat luokan työrauhaan.

Vaikuttaa siltä, että nuorten on vaikea tiedostaa yksilöiden erilaisia, opiskeluympäristöä koskevia odotuksia. Eri ihmiset kokevat erilaisen ympäristön itselleen parhaana työskentely-ympäristönä. Esimerkiksi kokeisiin valmistautuessaan joku

kaipaa täydellistä hiljaisuutta ja omaa rauhaa. Toinen puolestaan pystyy keskittymään parhaiten, jos kuuntelee samalla musiikkia. Kolmas tekee mielellään montaa asiaa yhtä aikaa. Luokassa kaikki eivät voi toimia itselleen luontaisella tavalla. On pakko tehdä kompromisseja ja sopia yhteiset pelisäännöt eri tilanteisiin, joita koulupäivän aikana on. Esimerkiksi ryhmätöiden aikana keskustelu on oleellinen osa työskentelyä, mutta ryhmien töitä purettaessa vain yksi kerrallaan voi olla äänessä. Aikuisen tehtävä on ottaa vastuu yhteisten pelisääntöjen luomisesta luokassa tai ryhmässä ja tarvittaessa asettaa toiminnalle rajat, silloin kun ryhmä ei siihen itse kykene.

Työrauhaan vaikuttaa myös luokan ilmapiiri. Negatiivinen ilmapiiri vähentää kaikkien viihtyisyyttä silloinkin, kun siihen ei liity yksittäisten nuorten kiusaamista tai muita työrauhaa heikentäviä tekijöitä. Negatiivinen asennoituminen leviää helposti oppilaiden keskuudessa. Luokassa on hyvä keskustella siitä, että jokainen vaikuttaa omalla käyttäytymisellään luokan hyvän tunnelman luomiseen, joko sitä rakentaen tai murtaen.

Lewis (2001) on tutkinut oppilaiden vastuun merkitystä työrauhan ylläpitämisessä. Tutkimuksen tuloksissa merkittävää oli, että oppilaiden todettiin kantavan vastuuta työrauhaan liittyen paremmin silloin, kun he olivat itse voineet vaikuttaa luokan pelisääntöjen sisältöön, työrauhaan liittyvistä asioista oli käyty keskustelua ja yhteisön toimintakulttuuri oli hyvää käytöstä palkitseva. Hankkeen aikana toteutetuissa luokkainterventioissa on lähdetty liikkeelle tästä ajattelutavasta. Luokkainterventioihin on sen vuoksi sisällytetty esimerkiksi tapaamisia, joissa opettaja, oppilaat ja heidän vanhempansa ovat yhdessä rakentaneet pelisääntöjä luokan työrauhan takaamiseksi. Hyödylliseksi on käytännössä koettu myös se, että oppilaat ovat itse saaneet olla mukana sopimassa häiriökäyttäytymisestä aiheutuvista seuraamuksista.

KUINKA YLEISIÄ LUOKISSA ESIINTYVÄT TYÖRAUHAONGELMAT OVAT? Saloviita toteaa, vuonna 2005 Turussa tehdyn oppilaskyselyn mukaan 20–36 % yläkoululaisista pitävän työrauhaa luokassaan huonona. Pulinapaja-hankkeen luokkailmapiirikyselyn 335 vastaajasta työrauhaa piti luokassaan huonona peräti 159 oppilasta. Työrauhaa heikentäviksi tekijöiksi oppilaat nimesivät yleisen rauhattomuuden ja melun sekä toisen tavaroiden ottamisen.

2.2 KIUSAAMINEN

KIUSAAMISELLA TARKOITETAAN toiseen henkilöön kohdistuvaa henkistä, fyysistä tai sosiaalista väkivaltaa. Kiusaaminen on tarkoituksellisesti toista vahingoittavaa. Yleisimmin käytetyssä kiusaamisen määritelmässä kiusaaminen nähdään toistuvasti samaan henkilöön kohdistuvana toimintana. (Salmivalli, 1998.)

Kaikki kiusaaminen ei näytä mahtuvan edellä esitetyn määritelmän piiriin. Kertaluonteinen nolaaminen voi olla nuorelle traumaattinen kokemus. Samoin on yksittäisen väkivaltaisen hyökkäyksen kohteeksi joutumisen kohdalla. Pulinapaja-hankkeen aikana on törmätty myös ilmiöön, jossa luokassa on kiusaaja, mutta kiusaaminen ei kohdistukaan aina samaan henkilöön. Kiusaajan uhriksi voivat tällöin yhtä hyvin joutua kiusaajan lähimmät kaverit. Nykyisin koulukavereiden välinen kiusaaminen voi lisäksi tapahtua tai jatkua netissä tai puhelimen välityksellä.

Koulukiusaaminen tai kouluväkivalta on noussut kouluterveystutkimuksen ansiosta esille, ja sitä ja sen ehkäisyä ovat Suomessa tutkineet muun muassa Hamarus Jyväskylän ja Salmivalli Turun yliopistossa. Turun yliopiston tutkimuksen pohjalta on luotu KiVa Koulu -ohjelma ja -koulutus, jossa oli syksyn 2011 jälkeen mukana 2 500 koulua. Jyväskylän tutkimusten pohjalta on rakennettu Vaakamalli®. Edellä mainitut tutkimukset osoittavat, että kiusaamisen ehkäiseminen vaatii kaikkien koulun toimijoiden, aikuisten ja nuorten aktiivista ja pitkäjänteistä toimintaa.

Kiusaaminen on tytöillä ja pojilla erilaista. Tytöt käyttävät poikia useimmin henkistä väkivaltaa ja puhuvat ilkeyksiä selän takana tai sulkevat kiusatut ryhmän ulkopuolelle. Kiusaaminen on usein niin näkymätöntä, että opettajakin huomaa sen vain harvoin. Poikien keskuudessa kiusaaminen on usein aggressiivisempaa, ja se voi olla myös fyysistä väkivaltaa. Ei pidä kuitenkaan unohtaa, että osa tytöistäkin on väkivaltaisia.

KIUSAAMISTA KÄSITELTÄESSÄ ON MUISTETTAVA, että kukin nuori kokee asiat omalla tavallaan. Tilanne, joka toisesta voi olla harmitonta hauskanpitoa, voi toisesta tuntua jopa väkivallalta. Nuorten välisessä ”nujuamisessa” on tavallista, että hallitsevassa asemassa oleva nuori kokee touhun harmittomana painina eikä ymmärrä, että

toinen osapuoli voi kokea tilanteen kiusaamisena. Sama kokemus liittyy usein nuorten keskinäiseen ”läpän heittoon”.

Kiusaamista käsittelevissä luokkainterventioissa on tullut lähes aina esiin ”läppä”. ”Läppää” heittävät nuoret ikään kuin mitätöivät lausutun ivan tai pilkan sanomalla: ”Sehän oli vain läppää.” ”Läpän” kohteena olevat nuoret vastaavasti kokevat, että sen avulla kiusaamisesta johtuva mielipaha tehdään epäoikeutetuksi. Samat nuoret, jotka eivät hyväksy kiusaamista, voivat pitää ”läppää” hyvänä huumorina. Nykyajan huumori näyttää tekevän kiusaamisesta hyväksytyä tai jopa ”coolia”, kun sen vain osaa naamioida ”läpäksi”.

Koulussa, jossa noudatetaan hyviä käytöstapoja, ei jää niin paljon tilaa toisten loukkaamiselle kuin koulussa, jossa kielenkäyttöön ja käytöstapoihin ei puututa. Hyvään käytökseen liittyy myös se, että osaa erottaa suoran puheen ja loukkaavan puheen. Hyvät sosiaaliset taidot eivät tarkoita sanavalmiutta tai äänekkyyttä, vaan taitoa ottaa toisten tunteet huomioon sekä toista kunnioittavaa ja kohteliasta käytöstä ja puhetapaa.

SUORAPUHEISUUDEN JA HIENTUNTEISUUDEN HÄILYVÄÄN RAJAAN on luokkainterventioiden kiusaamistapauksissa ja myös työrauhaongelmissa puututtu usein. Suorapuheisuudessa unohdetaan usein hienotunteisuus. Nuoret ovat periaatteessa kyllä sitä mieltä, että suorapuheisuus edellyttää hienotunteisuutta, mutta nuorten keskinäisessä valtarakenteessa voi kuitenkin joskus saavuttaa korkean aseman suorastaan julmalla suorapuheisuudella.

Koulussa tarvitaan yhteiset ja ääneen lausutut pelisäännöt sopivasta kielenkäytöstä ja käytöksestä. Kotona voidaan joissain asioissa joustaa enemmän ja antaa erilaisia vapauksia eri-ikäisille. Koulussa tulee olla samat toiminta- ja käyttäytymissäännöt kaikille. Lisäksi koulu yhteisössä tulee pystyä toimimaan näiden sovittujen pelisääntöjen mukaisesti koko ajan opettajasta, oppilaasta tai luokasta riippumatta. Nuorten on vaikeampaa hahmottaa sääntöjä ja toimia niiden mukaan, jos ne vaihtelevat opettajan, päivän tai tilanteen mukaan.

Kouluterveystutkimuksen mukaan peruskoulun 8.–9. luokilla lähes 9 % pojista ja 6 % tytöistä ilmoittaa joutuneensa koulu yhteisössään kiusaamisen tai kouluväki-

vallan kohteeksi viikoittain. Kiusaaja on useimmiten luokkatoveri, mutta joskus myös opettaja. Tällöin on kyseessä useimmiten huumorin varjolla harrastettua piikittelyä tai vihjailuja, joka kohdistuu joko kiusattuun tai hänen perheeseensä ja nolaa hänet ryhmän edessä.

Huumori on iloinen asia, joka parhaimmillaan yhdistää ryhmää ja vahvistaa sen yhteishenkeä. Tilannekomiikka on usein huumorin paras lähde, ja jokaisen olisi hyvä oppia nauramaan omille kömmähdyksilleen. Aikuisten olisi kuitenkin tärkeää olla valppaana, jottei ketään oppilasta tai opettajaa oteta jatkuvasti yhteisten vitsien kohteeksi. On huono tapa rakentaa ryhmän me-henkeä jonkun yhteisön jäsenen pilkkaamisella, on sitten kyseessä nuorten tai aikuisten ryhmä.

Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) on teettänyt nuorille koulukiusaamista kartoittavia kyselyitä, ja niiden mukaan kiusaamisesta kertominen koulun aikuiselle voi jopa hankaloittaa nuoren tilannetta koulussa. Se lieneekin yksi syy, miksi osa nuorista ei kerro kellekään aikuiselle kiusaamisesta. Kyselyn mukaan enemmän apua oli asian kertomisesta kotona, omalle vanhemmalle. Helpointa kiusaamisesta puhuminen nuorten mielestä oli kuitenkin kaverille.

Kiusaamista tapahtuu kaikissa ikäluokissa. Nuoruus on kuitenkin erittäin herkkä vaihe joutua toisten pilkanteon kohteeksi tai suljetuksi ulos omasta vertaisryhmästään, sillä nuori vasta rakentaa omaa identiteettiään. Esimerkiksi ulkonäköön, persoonaan tai seksuaalisuuteen kohdistuva pilkka voi haavoittaa nuoren minäkuvaa ja viedä hänen itseluottamuksensa pitkäksi aikaa. Nuorella ei ole aikuisen elämäkokemusta, jonka tuella hän voisi todeta, että ihmiset käyttäytyvät toisinaan tyhmästi ja ilkeästi, mutta minun ei tarvitse ottaa sitä itseeni. Nuorelle oman ikäryhmän hyväksyntä on erityisen tärkeää, koska se auttaa häntä pikkuhiljaa itsenäistymään kodin vaikutuspiiristä. Vuorovaikutustaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen opettelu koulussa rakentaa luokkayhteisöistä toimivampia ja siten myös ehkäisee kiusaamista ja yksittäisten oppilaiden jäämistä ryhmän ulkopuolelle.

KIUSAAMISILMIÖN JA IHMISEN PSYKKISEN JA FYYSISEN hyvinvoinnin yhteyttä on tutkittu vähän. Tuoreen Oulussa tehdyn väitöstutkimuksen mukaan niillä näyttäisi olevan yhteys. Tutkimuksessaan Anu-Helmi Luukkonen (2010) toteaa, että kiusaajilla,

kiusatuilla ja kiusaaja-kiusatuilla tytöillä ja pojilla on suurentunut riski vakaviin mielenterveydenhäiriöihin. Tytöillä, niin kiusaajilla kuin kiusatuilla, havaittiin kohonnut itsemurhayrityksen riski. Lisäksi kiusaajilla ja kiusaaja-kiusatuilla todettiin kohonnut riski päihde- ja käytöshäiriöihin. Pojilla kiusatuksi joutuminen oli yhteydessä myös fyysisiin sairauksiin, kuten astmaan, allergiaan ja epilepsiaan. Tutkimus osoitti myös kiusaamisen ja tupakoinnin välisen yhteyden sekä kiusaamisen ja väkivaltarikoksien yhteyden. Kiusaamisella voi olla kauaskantoisia seuraamuksia. Lasten ja nuorten kiusaamiseen puuttuminen, ennaltaehkäisevästi tai varhaisessa vaiheessa, on panostus tulevaisuuden aikuisiin.

2.3 LUOKKAINTERVENTIO PULINAPAJA-HANKKEESSA

Luokkainterventio Pulinapaja-hankkeen työmuotona syntyi yhteistyössä pilottikoulujen kanssa. Pulinapaja-hankkeen toiminta miellettiin kouluissa aluksi yksilötyöhön painottuvaksi toiminnaksi, jonka yhtenä toimintamuotona olivat teematunnit nuoruuteen ja mielen hyvinvointiin liittyvistä aiheista. Opettajat ottivat toisinaan yhteyttä hankkeen työntekijöihin myös tilanteissa, joissa oppilaalla tai oppilaillla oli selkeästi paha olla. Keskusteluissa päädyttiin pohtimaan koko luokan tilannetta, luokassa vallitsevaa toimintakulttuuria ja sen vaikutusta yksittäiseen nuoreen. Näissä keskusteluissa opettajat kutsuivat hankkeen työntekijät työpareikseen parantamaan luokan ilmapiiriä. Tätä toimintamuotoa kutsuttiin hankkeessa luokkainterventioksi.

Luokkainterventio käynnistyi yleisimmin luokanvalvojan, jonkun muun opettajan tai oppilashuoltoryhmän jäsenen aloitteesta. Interventioita toteutettiin luokille, joiden työrauhaongelmiin useat eri opettajat olivat kiinnittäneet huomiota tai jossa esiintyi kiusaamista, johon ei koulun käytännöllä ollut onnistuttu puuttumaan. Luokkainterventiolla on pyritty tukemaan luokkailmapiirin kehittymistä siten, että jokaisella olisi luokassa hyvä olla.

Luokkainterventiot on koettu kouluilla tarpeellisiksi. Työrauhaongelmiin puuttumiseen on ollut saatavilla melko vähän materiaalia, eikä koulun sisältä ole välttämättä löytynyt opettajalle työparia. Lisäksi aineenopettajat saattavat kokea

epävarmuutta puuttua luokkien työrauhaongelmiin muutoin kuin keskustelemalla yksittäisen oppilaan kanssa. Myös kiusaamiseen puuttumiseen toivottiin uusia keinoja. KiVa Koulu -ohjelmasta huolimatta kiusaamisen käsitteleminen luokissa koettiin edelleen vaikeaksi.

Luokkainterventiot eivät sisällä mitään sellaista toimintaa, jota koulun henkilökunta ei kykenisi toteuttamaan. Luokanvalvojan työparina olisivat voineet olla Pulinapaja-hankkeen työntekijöiden tilalla esimerkiksi koulukuraattori, -psykologi, -terveydenhoitaja tai erityisopettaja. Miksi työpariksi sitten valikoitui Pulinapaja-hankkeen työntekijä? Yksi syistä lienee se, että hankkeen työntekijät olivat luokan ja koulun ulkopuolisia toimijoita, joiden on ollut helpompaa tarkastella luokkaa ulkoapäin. Näin yhteistyöhön on kenties saatu joitain uusia näkökulmia ja niissä interventioissa, joissa käytettiin nuorten haastatteluja, nuorten oli mahdollisesti helpompi kertoa omia ajatuksiaan hankkeen työntekijälle, koska tämä ei osallistu hänen koulunkäyntinsä arviointiin. Tärkein tekijä liittyyneen kuitenkin aikaan, jota opettajilla on opettamisen ulkopuolella käytössään varsin vähän. Toivomme, että tässä oppaassa esitettävät esimerkit rohkaisevat ja kannustavat koulujen henkilökuntaa puuttumaan luokan ilmapiiriin myöskin toiminnallisin keinoin. Työpareja tähän yhteistyöhön voi ilman hankkeita löytyä koulun ulkopuolelta, esimerkiksi kunnan, seurakunnan tai järjestön nuorisotyöntekijöistä.



TYÖRAUHA LUOKASSA

Luokanvalvoja otti yhteyttä Pulinapaja-hankkeen työntekijään, koska useimmat koulun opettajista kokivat, että luokan kanssa työskentely oli haastavaa. Työrauhaongelmien vuoksi myös oppilaiden oppimistulokset näyttivät kärsivän.

Yhteistyössä koulun työntekijöiden kanssa laadittiin työskentelymalli luokan työrauhan ja luokan ilmapiirin parantamiseksi. Työskentelyyn kuuluivat kyselynä toteutettu alkukartoitus, kaksoistunti luokan tilanteesta ja pelisäännöistä, yhteistyöilta luokan oppilaille ja heidän huoltajilleen sekä kokoava tunti vanhempainillan jälkeen.

TYÖSKENTELYN KUVAUS:

ALKUKARTOITUS

- Työrauhaa ja luokan ilmapiiriä kartoittava kysely (liite 1)
 - Kyselyä käytettiin pohjana pelisääntöjä käsittelevällä tunnilla ja oppilaiden ja vanhempien yhteistyöillassa

KAKSOISTUNTI PELISÄÄNNÖISTÄ

- Tunnilla näytettiin oppilaille tulokset luokkahenkeä ja työrauhaa koskevasta kyselystä ja keskusteltiin siitä, millaisia ajatuksia tulokset herättävät.
- Aloitettiin työrauhasuunnitelman työstäminen luokan kanssa.

TYÖRAUHASUUNNITELMAN LAATIMINEN

- Jokainen kirjoittaa lapuille yhdestä kolmeen asiaa:
 - "Mikä luokassamme sujuu hyvin?"
 - "Mikä luokkamme osalta huolestuttaa?"
- Kootaan laput taululle "Mikä sujuu"- ja "Mistä huoli"-otsikoiden alle.
- Tarkastellaan oppilaiden tekemiä kirjauksia ja lisätään keskustelussa esiin nousevat mahdolliset uudet asiat.
- Valitaan huolet, joihin etsitään ratkaisua.
- Jaetaan luokka ryhmiin. Jokainen ryhmä pohtii ratkaisuehdotusta johonkin tai joihinkin huoliin.
- Kirjataan kunkin ryhmän ratkaisuehdotukset ylös ja kerrotaan ne luokalle.
 - Huomioidaan myös se, kuka voi vaikuttaa asiaan ja kenen vastuulla kunkin ratkaisun toteuttaminen on.
- Neuvotellaan eri ratkaisuvaihtoehdoista sekä tarvittaessa äänestetään siitä, mihin ratkaisuihin sitoudutaan, ja kirjataan ne.
- Luokka jaetaan kahteen tai kolmeen ryhmään pohtimaan seuraamuksia, joita tulee, jos yhdessä päätetyistä asioista ei pidetä kiinni. Lopuksi suunnitellaan, miten pelisääntöjen noudattamista seurataan.
- Tuloksista kootaan luokalle työrauhasuunnitelma, jonka käsittelyä jatketaan yhteistyöillassa vanhempien kanssa.
 - Jos yhteistyöilltaa ei järjestetä, luokan työrauhasuunnitelma lähetetään koteihin ja annetaan tiedoksi myös koulun muille opettajille.

YHTEISTYÖILTA OPPILAIKEN JA VANHEMPIEN KANSSA

- Esittäydettiin sekä kerrottiin työskentelyn taustat ja idea.
- Käytiin läpi kyselystä saadut tulokset. (Liite 1)
- Esiteltiin oppilaiden tekemä työrahasuunnitelma vanhemmille.

- **Ryhmissä työskentely:**

- Jakaudutaan ryhmiin (opettaja tehnyt jaon valmiiksi) kaikissa ryhmissä vanhempia ja nuoria (ei mielellään saman perheen jäseniä samaan ryhmään)
- Rasteille. Yhden rastin pituus 15 min. Välissä on luokkatilan ja tehtävän vaihto.

Rasti 1: Oppilaiden pelisäännöt

- Ryhmät pohtivat kysymystä:
 - Mitä oppilaat tekevät, jotta työrauha ja opiskelutulokset luokassa paranevat?
- Kootaan konkreettisia pelisääntöjä ja kirjataan ne paperille.

Rasti 2: Aikuisten pelisäännöt (opettajat ja vanhemmat)

Ryhmät pohtivat kysymyksiä:

- Mitä aikuiset tekevät?
- Mitä vanhemmat tekevät, jotta työrauha ja opiskelutulokset luokassa paranevat?
- Mitä opettajat tekevät, jotta työrauha ja opiskelutulokset luokassa paranevat?
- Ryhmät kokoavat konkreettisia pelisääntöjä ja kirjaavat ne paperille.

- Yhteinen keskustelu sekä pelisääntöjen esittely.
- Yhdessä rakennetut pelisäännöt kirjataan ja lähetetään jokaisen oppilaan kotiin sekä annetaan tiedoksi luokkaa opettaville opettajille.

KOKOAVA OPPITUNTI

- Oppilaille pidettiin yksi tunti vanhempainillan jälkeen.
- Tunnilla keskusteltiin oppilaiden kanssa siitä, millaisia ajatuksia kysely, tunnit ja yhteistoimintailta herättivät. Tunnilla käytiin läpi kootut pelisäännöt ja niistä nousevat ajatukset.

Luokan kanssa sovittiin tunneilla ja vanhempainillassa yhteiset, toimintaa jatkossa ohjaavat pelisäännöt. Oppilaat sitoutuivat niihin ja erityisesti vanhempien osallistuminen työskentelyyn tuki luokanvalvojan työtä.

Luokka määritteli itse haasteikseen työrauhan ja yhteishengen.

Oppilaat ehdottivat työrauhaan liittyviksi pelisäännöiksi muun muassa:

- ei lähde mukaan hälinään
- ei tule myöhässä
- ei pölise tunneilla
 - Ehdotusten työstämistä voi jatkaa niin, että ne eivät ala kieltosanaalla, vaan kuvaavat toivottua toimintaa.

Oppilaiden ehdotuksia yhteishengen parantamiseen:

- enemmän erilaisia ryhmiä ryhmätöissä
- kaikki yrittävät tulla toimeen keskenään
- enemmän luokan yhteisiä juttuja

Vanhempien ja oppilaiden kesken sovittiin yhteisesti muun muassa, että jokainen huolehtii itsestään ja omasta käyttäytymisestään, koska toisen käytökseen on vaikea vaikuttaa ja muutos lähtee aina omasta itsestä.

Yhteistyöillassa keskusteltiin myös siitä, miten voisi kannustaa oppilasta tai omaa lastaan. Tärkeänä nähtiin sekä opettajan että vanhemman

rooli ja erityisesti huomioitiin yhteydenpidon merkitys heidän välillään. Vanhemmat keräsivät illan aikana yhteystietolistan yhteydenpidon turvaamiseksi. On tärkeää, että nuoret tietävät opettajien ja vanhempien olevan samalla puolella ja yhdessä heidän tukenaan. Vanhempien mukaan saaminen työrauhatyöskentelyyn on vahvistanut oppilaiden motivaatiota noudattaa sovittua linjaa. Vanhemmat puolestaan ovat selvästi kiinnostuneempia koulupäivän sujumuudesta ja kyselevät asioista lapsiltaan.



4.

7. LUOKAN TYTTÖJEN RYHMÄTAPAAMISET

Oppilashuoltoryhmä pyysi työskentelyä luokan tyttöjen kanssa. Tytöt olivat käyneet usein puhumassa yhdessä ja erikseen siitä, etteivät tule toimeen keskenään tai ettei heillä ole ketään kaveria luokassa.

Yhteistyössä koulun henkilökunnan kanssa laadittiin toimintasuunnitelma. Suunnitelmaksi tuli järjestää tytöille kaksi ryhmätapaamista, joissa teemoina olivat tutustuminen ja ryhmäytyminen. Tavoitteeksi asetettiin se, että tytöt tulisivat keskenään toimeen niin hyvin, että yhdessä työskentely olisi mahdollista. Näin kenenkään tytöistä ei tarvitsisi olla esimerkiksi koulusta pois sen vuoksi, että paras ystävä ei ole koulussa.

TYÖSKENTELYN KUVAUS:

1. TAPAAMINEN (45 min)

- Ensimmäisessä tapaamisessa keskityttiin toiminnallisiin harjoitteisiin, joiden avulla tyttöjen oli helpompi tutustua toisiinsa.
- Esittäytyminen ja toiminnan tavoitteista keskustelu.

- Kerro lemmikistäsi tai eläimestä, josta pidät?
 - Millainen on huoneesi?
 - Millaisesta musiikista pidät?
 - Mikä on suosikkielokuvasi?
 - Kirjallisuus tai kirja, josta pidät.
 - Millaisesta ruuasta pidät?
- (Ryhmä toimimaan! – kirja Harj. 10 s. 24.)*

- **Keskustelu: Miltä toiminta tuntui ja miten se jatkuu?**

2. TAPAAMINEN (2 x 45 min)

- Toisella tapaamiskerralla keskityttiin erityisesti harjoitteisiin, joissa tytöt pääsevät mahdollisimman paljon työskentelemään keskenään.

• Ostoskori harjoitus

- Ohjaaja kertoo ostoksilla käymisestä kuvitteellisen tarinan ja jokainen kirjoittaa paperille valitsemansa ostokset. Jokaiselta osastolta tehdään tarinan edetessä yksi ostos. Ostoslistat kerrotaan tarinan jälkeen pareille.
- Parinjako toteutetaan esimerkiksi (lapuilla lukevien tai kuvien) yhteensopivien asioiden avulla.
(kynä – penaali, polkupyörä – pyöräilykypärä jne.)

Tarina:

Kiertelet kaupassa eri osastoilla. Saat ottaa jokaiselta osastolta mukaasi yhden sinua kuvaavan asian. Kirjaa valintasi lapulle.

Ensimmäisenä eteesi tulee hedelmäosasto. Mikä hedelmä kuvaa sinua tai miellyttää sinua värin, muodon, tuoksun tai maun perusteella? Kirjaa lapulle valintasi. Seuraavana saavut vihannesosastolle, jossa valikoima on hyvin laaja. Valitse myös täältä mieleisesi ja kirjaa se ylös.

Seuraavaksi saavut leipäosastolle, jossa on hurmaava vastaleivotun leivän tuoksu. Kiertele ja katsele valikoimia. Mitä valitsetkaan täältä? Juustohyllyt suorastaan notkuvat erimerkkisiä, -tuoksuisia, -värisiä ja -maalaisia juustolaatuja. Mikä niistä miellyttää sinua eniten? Liha- ja kalatiskillä on hieman ruuhkaa, joten sinulla on hyvää aikaa miettiä valintaasi. Otatko lihaa vai kalaa? Haluatko savustettua, grillattua, raakaa, maustamatonta vai marinoitua? Kirjaa valintasi muistiin. Ruokatuotteet on nyt hankittu ja saavut vaateosastolle. Minkä tekstiilin valitset mukaasi täältä? Kierrät kassoille lehtihyllyn kautta. Millaisen lehden ostat mukaasi? Vielä on aikaa yhdelle heräteostokselle, tee se ja suuntaa sen jälkeen kassoille. Kotona voit tarkastella valintojasi ja perustella niitä parillesi.

(Ryhmä toimimaan! – kirja Harj. 18 s. 27.)

• **Mikä sinä olisit?**

- Jaetaan parit esim. ”värilappujen” avulla.
- Parit kertovat vuorotellen toiselleen vastaukset ohjaajan esittämiin kysymyksiin ”Mikä sinä olisit, jos olisit...”

- eläin	- väri
- kaupunki	- kukka
- oppiaine	- huonekalu
- automerkki	- musiikkityyli
- puu	- ruoka
- marja	- vaatekappale
- hedelmä	- meikki

• **Toisen kuunteleminen ja ohjeiden vastaanottaminen**

- Jaetaan parit esimerkiksi lappujen avulla, joissa on kukkien, hedelmien, puiden, juuresten ja marjojen kuvia, kaksi kutakin laatua.
- Istutaan parin kanssa selät vastakkain, toinen kertoo kuvasta ja toinen yrittää kerrotun perusteella piirtää kuvaa paperille.
- Tarvikkeet: valmiita kuvia, A4-papereita, tusseja/kyniä.

- **Luottamusharjoitus**

- Valitaan parit esimerkiksi muodostamalla aluksi jono pikkurillin pituuden mukaan ja sitten jonossa jako viiteen (jos ryhmässä on kymmenen henkeä).
- Toinen parista on sokea (hänelle voidaan laittaa liina silmille) ja toinen parista on näkevä, mutta mykkä. Näkevän parin tehtävänä on kuljettaa sokeaa paria rauhallisesti ympäri huonetta. Leikkijöitä kannattaa muistuttaa hiljaa olemisesta ja hyvästä käsiotteesta. Kuljettajan tulee ohjata pariaan rauhallisesti ja turvallisesti muihin törmäämättä. Heidän on oltava luottamuksen arvoisia, jotta pari voi harjoitella luottamista! Jos kuljettajat hoitavat tehtävänsä hyvin, leikkiä voi jatkaa niin, että kuljettajat vaihtavat sokeaa kuljetettavaansa äänettömästi katseilla kommunikoiden. Ketään kuljetettavaa ei saa jättää pitkäksi aikaa odottelemaan yksin, koska se tekee olon helposti turvattomaksi. Sopivan ajan jälkeen parit vaihtavat rooleja ja kuljettajista tulee sokeita ja sokeista kuljettajia.
- Silloin, kun leikkijät tuntevat toisensa hyvin, leikin voi lopettaa siihen, että sokeat yrittävät kasvoja ja hiuksia tunnustelemalla arvata, kuka heitä on viimeisenä kuljettanut.
- Leikin jälkeen on hyvä keskustella, millaisia tunteita heräsi, kun oli sokean roolissa. Entä millaista oli kuljettaa paria? Kumpi oli mieleisempi rooli ja miksi?

- **Selkään kirjoittaminen**

- Jaetaan parit esim. narujen avulla. Ohjaajalla on kädessään sopiva määrä narunpätkiä, ja kukin osallistuja tarttuu yhteen narunpäähän. Sen jälkeen katsotaan, keistä tuli pari.
- Parit istuvat niin, että toinen istuu selin pariinsa, jolloin toinen voi kirjoittaa toisen selkään. Ohjaaja jakaa pareille sanoja, joita he kirjoittavat selkään sormella ja toinen arvailee.

- **Peili**

- Jaetaan parit esim. valitsemalla pariksi ryhmästä se, jonka syntymäpäivä on lähinnä omaa syntymäpäivää.
- Parit päättävät ensin keskenään, kumpi on peili ja kumpi peiliin katsoja. Sen jälkeen toinen ilveilee ja liikuttelee itseään ja peili kopioi ilmeet ja liikkeet. Aluksi ollaan paikallaan ja sitten voidaan lähteä hitaasti liikkumaan alueella.
- Roolit vaihdetaan ohjaajan pyynnöstä.

- **Loppurinki**

- Istutaan ringissä lattialla tai tuoleille, ja jokainen sanoo vuorollaan omat ajatuksensa työskentelystä.

Tapaamisia ja aikaa niihin olisi kaivattu enemmän. Työskentely aloitettiin niin myöhään keväällä, että tapaamisia oli mahdotonta järjestää useampia. Tärkeänä kuitenkin nähtiin nopea puuttuminen tilanteeseen. Moni tytöistä oli siirtymässä muuton tai muun syyn vuoksi uusiin kouluihin ja tästä syystä haluttiin tukea tyttöjen kykyä tutustua ja tulla toimeen uusien ihmisten kanssa.

Aluksi tytöt eivät ollenkaan ymmärtäneet tapaamisten tarkoitusta. Onneksi joukossa oli myös heitä, jotka heti kokivat toiminnan hyödylliseksi ja jopa hauskaksi. He saivat vedettyä myös epäilevämmät tytöt mukaan toimintaan. Harjoitteiksi valittiin sellaisia, joita voi tehdä ryhmässä, joka ei ole ennestään tuttu ja turvallinen. Tarkoitus oli neuvoa tyttöjä nimenomaan tutustumaan ja tulemaan toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Tytöt kertoivat antamassaan palautteessa, että tapaamisista oli ollut heille hyötyä.



5.

TYÖRAUHAN JA OPISKELUMOTIVAATION TUKEMINEN YLÄKOULUN AIKANA

Luokanvalvoja otti yhteyttä 7. luokan työrauhaongelmien vuoksi. Luokka oli oppitunneilla hyvin levoton ja selvästi muita rinnakkaisluokkia haasteellisempi opettaa.

Kahdeksannella luokalla työrauha oli selvästi edellistä vuotta parempi, mutta oppilaiden opiskelumotivaatio ja oppimistulokset kaipaivat kohennusta. Yhdeksännellä haluttiin vielä motivoida oppilaita viimeiseen peruskouluvuoteen ja suunnata katseita myös tulevaisuuteen.

Yhteistyössä koulun ammattilaisten kanssa laadittiin aluksi työskentelysuunnitelma 7. luokalle. Toimintaa jatkettiin koko yläkoulun ajan. Työskentelyn tarkoituksena oli motivoida oppilaita, tukea heitä koulunkäynnissä ja opiskelussa. Työskentelyyn kuului teematunteja, yksilökeskusteluja kaikilla luokka-asteilla sekä vanhempainiltoja.

TYÖSKENTELYN KUVAUS:

1. TYÖSKENTELYKERTA (45 min/oppitunti)

- Käsiteltiin luokanvalvojan esittämää huolta luokasta.
- Kerättiin oppilailta kirjallisesti ajatuksia omasta koulunkäynnistä (Liite 3).

2. TYÖSKENTELYKERTA (45 min/toinen oppitunti)

- Käytiin läpi edellisellä tunnilla tehdyn kyselyn yhteenveto.
- Käynnistettiin yhteisten pelisääntöjen rakentaminen.

• Pelisäännöt työskentely osa 1

- Jaetaan luokka neljään ryhmään. Jokaiselle ryhmälle annetaan kyselyn pohjalta oma aihe. Ryhmä tarkastelee aihetta seuraavien kysymysten kautta:
 - Mitä minun tarvitsee tehdä, jotta nämä asiat sujuisivat paremmin?
 - Miten vaikutan siihen, että nämä asiat sujuvat paremmin?
 - Mietitään konkreettisia ja heti toteutettavissa olevia keinoja.
- Ryhmät kirjaavat ajatuksensa paperille, ja lopuksi tuotokset esitellään koko luokalle.
- Työskentelyä jatketaan seuraavalla tunnilla.

3. TYÖSKENTELYKERTA (vanhempainilta)

- Alkuasetelma luokassa: pulpetit sivussa, tuolit ympyrässä.
- Esittäytyminen ja alkuinfo (n. 5–10 min).
Vanhemmille kerrottiin illan kulku ja aikataulu.

• Reflektiomenetelmä:

- Aluksi luokanvalvoja ja muut koulun edustajat keskustelevat seuraavista aiheista (n. 10–15 min):
 - Mikä luokassa sujuu hyvin?
 - Mikä luokassa on myönteistä?
 - Mistä koulun aikuisilla on huoli tämän luokan kohdalla?
- Muutetaan ongelmat toiveiksi ja tavoitteiksi.
- Vanhemmat kuuntelevat, mutta eivät osallistu keskusteluun.
- Seuraavaksi vanhemmat vaihtavat ajatuksia kuulemastaan (n. 10–15 min).

- Joku vetäjistä voi tehdä keskustelusta muistiinpanoja tarpeen mukaan.
- Yhteiskeskustelu (n. 45–60 min):
 - Mietitään yhdessä keinoja tavoitetilan ja muutoksen aikaansaamiseksi.
 - Sovitaan yhdessä tilanteen seurannasta ja arvioinnista.

4. TYÖSKENTELYKERTA (45 min/kolmas oppitunti)

- Jatkettiin pelisääntötyöskentelyä. Tavoitteena oli rakentaa pelisäännöt, joita kaikki luokassa noudattavat.

- Pelisääntötyöskentelyä, osa 2

- Aluksi kerrotaan luokalle vanhempainillan kuulumiset ja keskusteltiin siitä, miten luokassa on mennyt.
- Ryhmien aiemmin ideoimat pelisäännöt käydään läpi ja mietitään, mitkä niistä tulisi valita yhteisiksi pelisäännöiksi
- Säännöistä äänestetään.
Äänestys voi tapahtua esimerkiksi liikkumalla:
ikkunaseinällä = **samaa mieltä** / toisella seinällä = **eri mieltä**

- Valitaan lopulliset säännöt.
- Luokan säännöt jaetaan tiedoksi oppilaiden koteihin ja opettajille.

5. TYÖSKENTELYKERTA

(luokan oppilaiden yksilökeskustelut 7. luokalla)

- Keskustelujen teemana ovat kaverisuhteet ja luokan työrauha ja ilmapiiri.
- Yksilökeskustelurunko:
 - Millainen tilanne luokassa on nyt?
 - Mikä on sinun oma roolisi luokassa?
 - Onko luokassa kaikilla kaveri? Onko sinulla kaveri tai kavereita luokassa?
 - Ilmeneekö sinun mielestäsi luokassa kiusaamista? Millaista? Kuka kiusaa ja ketä kiusataan? Mitä sinä voisit tehdä, ettei kiusaamista enää tapahtuisi?
 - Miten sinun kohdallasi toteutuvat yhteisesti sovitut pelisäännöt?
 - Oletko tyytyväinen omaan koulunkäyntiisi? Mikä sujuu hyvin? Missä olisi parannettavaa?
 - Onko sinulla toiveita/ajatuksia/ideoita siitä, miten me aikuiset voisimme tukea sinun hyvinvointiasi ja koulunkäyntiäsi?

6. TYÖSKENTELYKERTA (45 min/neljäs tunti)

• Tulevaisuusmuistelua 7. luokalla

- **Oppilaille kerrotaan aluksi visio:**
 - Nyt on 8. luokan kevätjuhlapäivä. Mietit kulunutta kouluvuotta ja toteat, että asiat ovat nyt kohdallasi hyvin.
- **Annettuun visioon liittyen oppilaat pohtivat seuraavia kysymyksiä**
 - Mitkä asiat ovat sinun kannaltasi hyvin? Millä tavalla?
 - Mitä sinä teit myönteisen kehityksen aikaansaamiseksi?
 - Mistä tai keneltä sait tukea? Millaista tukea sait?
- **Vastaukset kirjataan muistiin ja käydään läpi.**

Muutama esimerkki oppilaiden vastauksista:

- *”On hyvä todistus. Luokalle on tullut uusia oppilaita ja niistä on tullut kavereita. Kesätyöpaikka on tiedossa. Erityisesti englantia ja musiikki on menneet hyvin. Liikunnan numero on parempi.”*
- *”Tuli hyvä todistus. Tuntui, että aika oli mennyt nopeasti. Koulussa oli kivaa. Luokassa oli hyviä kavereita. Luokassa oli parempi henki kuin seiskalla. En kiusannut seiskaluokkalaista.”*
- *”Mä oon saanut hyvät numerot saksasta ja matikasta. Ja liikka on kans mennyt hyvin. Kouluvuosi on mennyt nopeasti, kun on ollut kavereita ja kivaa. Opettajien kanssa on mennyt ihan hyvin. Ei ole ollut mitään ongelmia tai ei ole tullut erimielisyyksiä.”*
- *”Lopettelin sen myöhästelyn, luin kokeisiin paremmin ja lopetin liiallisen pölisemisen. Tukea sain äidiltä ja kavereilta. Äiti herätti minut aamulla.”*
- *”Mä luin kokeisiin ja tein läksyt ja sitten mä sain tukea luokkakaverilta ja äitiltä ja opettajalta ja kuraattorilta. Kuljin luokkakaverin kanssa niin en myöhästynyt. Äiti pakotti mut lukemaan kokeisiin. Tehtiin kasillakin pelisäännöt.”*
- *”Luin kokeisiin. Sain suvulta ja omalta perheeltä tukea. Sellaista kivaa tukea.”*
- *”Harjoittelin enemmän kokeisiin. Perhe ja kaverit kannustivat: ”lue kokeisiin” ja kavereiden kanssa on voinut lukea kokeisiin.”*

7. TYÖSKENTELYKERTA (vanhempainilta 8. luokan alussa)

- Vanhempainillan pohjana käytettiin oppilaiden tulevaisuuden muistelua, joka tehtiin oppilaiden kanssa 7. luokalla. Vanhemmille esiteltiin oppilaiden vastaukset, ja sen jälkeen vanhemmat pääsivät muistelemaan tulevaisuutta.
- Vastaukset kirjattiin muistiin.
- Kysymykset vanhemmille olivat:
 - Mitä sinä vanhempana teit lapsesi hyvän kehityksen aikaansaamiseksi?
 - Mitä vanhemmat tekivät yhdessä/yhteistyössä koulun kanssa?

Muutama esimerkki vanhempien vastauksista:

- *“Kahdeksalta netti kiinni joka ilta. Rauhoittumisaika. Kymmeneltä valot pois tai viimeistään puoli yksitoista.”*
- *“Yrittää kannustaa ja sanoa samat asiat aina uudestaan, pakko jankuttaa.”*
- *“Kysyä ainakin onko läksyt tehty ja kannustaa, jos hyviä numeroita on tullut.”*
- *“Läksyjä kysellään ja tarkastetaan, että ne on tehty.”*
- *“Tulevia opiskelupaikkoja on katseltu yhdessä.”*
- *“Olla läsnä ja olla kärsivällinen. Jos on aihetta pieneenkin positiiviseen palautteeseen, niin antaa sitä.”*

8. TYÖSKENTELYKERTA (oppilaiden yksilökeskustelut 8. luokalla)

- Keskustelu käytiin samalla pohjalla kuin 7. luokalla

9. TYÖSKENTELYKERTA (45 min/kuudes tunti)

- Tunnin teemana oli opiskelu ja tulevaisuus.
- Oppilaat täyttivät Opiskeluni nyt -lomakkeen (Liite 4) ja Ammattitavoitteeni-lomakkeen (Liite 5).
- Keskusteltiin kyselyiden teemoista.

10. TYÖSKENTELYKERTA (9. luokalla kysely oppilaille opiskelusta ja tulevaisuuden suunnitelmista)

- Oppilaat täyttivät 9. luokan oppilaiden haastattelulomakkeen (Liite 6).

11. TYÖSKENTELYKERTA (oppilaiden yksilökeskustelut)

- Jokaisen oppilaan kanssa käydään henkilökohtainen keskustelu, jonka pohjana käytetään aiemmin tunnilla täytettyä haastattelulomaketta (Liite 6).

Luokan haasteet ovat muuttuneet jokaisen lukuvuoden aikana. Seitsemännellä luokalla alkaneessa pelisääntötyöskentelyssä oppilaat nostivat oman luokkansa kehittämiskohteiksi läksyt, kokeet, työrauhan ja myöhästymiset. Työskentelykerroilla ryhmät miettivät, miten jokainen voi itse vaikuttaa siihen, että nämä asiat sujuvat paremmin. Tarkoitus oli rakentaa konkreettisia pelisääntöjä ja löytää toteutettavissa olevia keinoja. Työskentelyn tuloksena luokalle rakennettiin yhdessä toimivat pelisäännöt.

Muutamia esimerkkejä oppilaiden kokoamista pelisäännöistä:

LÄKSYT

- *Teen läksyt rauhassa ja en kiirehdi.*
- *Keskityn hyvin läksyihin.*
- *Pyydän apua, jos en osaa.*
- *Merkaan läksyt muistiin, jotta olen varma, mitä tuli läksyksi.*
- *En tee läksyjä liian rauhattomassa paikassa.*

KOKEET

- *Luen kokeisiin.*
- *Luen kappaleet ja katson kuvat.*
- *Katson myös vihon.*

MYÖHÄSTYMISET

- *Tulen kouluun aikaisemmin.*
- *Käytän herätyskelloa.*
- *Nukun hyvin yöllä.*
- *En lintsa.*

TYÖRAUHA

- *En tule myöhässä kouluun → se häiritsee myös muita.*
- *En rummuttele ja kolistele tunnilla.*
- *En mene tunnin aikana vessaan.*
- *En tee tunnilla tahallisia "äänitehosteita".*
- *En puhu opettajan puheen päälle.*

Alun perin ajatus luokan kanssa työskentelyyn nousi siitä, että luokanvalvojalta oli huoli oppilaiden luvattomista poissaoloista, myöhästelyistä, koulualueelta poistumisista, kiusaamisesta, oppituntien levottomuudesta ja välinpitämättömyydestä koulunkäyntiä kohtaan. Tavoitteena oli puuttua erityisesti näihin asioihin. Pitkäjänteinen työskentely ja erityisesti luokanvalvojan ja koulun aktiivisuus auttoivat siinä, että luokassa tapahtui muutosta. Myöhästelyt saatiin pääosin kuriin, työrauha luokassa parani ja luvattomat poissaolot vähenivät.

Yhdeksännellä luokalla haluttiin painottaa työskentelyssä motivointia viimeisen peruskouluvuoden opiskeluun ja tukea nuoria tulevaisuuden suunnittelussa. Yhdeksännen luokan yksilökeskusteluissa näki hienosti oppilaissa yläasteen aikana tapahtuneen kasvun ja muutoksen. Työntekijän näkökulmasta koko työskentelyn huippukohta olikin viimeinen yksilökeskustelu, jossa oli mahdollisuus antaa valtaosalle luokan oppilaisista aidosti ja rehellisesti positiivista palautetta heidän toiminnassaan ja koulunkäynnissään tapahtuneesta muutoksesta.





LUOKKAILMAPIIRI-TYÖSKENTELY

Luokanvalvoja otti yhteyttä luokan ilmapiiriin vuoksi. Luokan oppilailla oli keskenään riitoja ja niiden selvittely vei usein paljon aikaa oppitunneilta.

Yhteistyössä luokanvalvojan kanssa laadittiin työskentelysuunnitelma luokkailmapiiriin selvittämiseksi. Työskentely käynnistettiin luokkailmapiiriä kartoittavalla kyselyllä. Luokalle pidettiin yhteisvanhempainilta ja koko luokalle toiminnallinen aamupäivä.

TYÖSKENTELYN KUVAUS:

- Työskentely aloitettiin samaan tapaan, kuten kohdassa 3. Työrauha luokassa (s. 15)
 - Luokkailmapiirikysely
 - Yhteistoimintailta oppilaille ja vanhemmille
- Yhteistoiminnallinen aamupäivä oppilaille
 - Aamupäivän aiheina olivat luokan yhteishenki, luokkailmapiiri, yhdessä toimiminen, työrauha luokassa.
- Esittäytyminen ja päivän tavoite

- **Millainen minä olen? (10 min)**

- Laatikossa on erilaisia luonteenpiirteitä tai yksilön ominaisuutta kuvaavia sanoja (esimerkiksi vilkas, rauhallinen, temperamenttinen, liikunnallinen, ystävällinen, harkitseva, pohdiskeleva, reipas, iloinen, innokas, nopea, ketterä).
- Jokainen nostaa laatikosta silmät kiinni itselleen neljä sanaa.
- Tämän jälkeen ohjaaja kehottaa oppilaita lähtemään kiertelemään ja vaihtamaan lappuja sellaisiksi, että jokaisella olisi kädessä neljä lappua, jotka kuvaavat häntä itseään parhaiten.
- Kun kaikki ovat tyytyväisiä tai kun aika loppuu, ohjaaja pyytää oppilaita ottamaan vierestään itselleen parin ja vaihtamaan laput parinsa kanssa. Sitten jokainen pari esittelee toisensa sanomalla tämän nimen sekä lukemalla ne ominaisuudet (tai kaksi niistä), jotka pari on itselleen kerännyt.

- **Postikortit: (15 min)**

- Valitse kortti, joka kertoo tuntemuksistasi tänä syksynä, kun aloitat koulun tässä luokassa ja tässä koulussa.
- Kortit esitellään ja tuntemukset kerrotaan vuorotellen. Korttien ei tarvitse esittää tunnetiloja, vaan kortissa voi olla jokin kuva, jossa on omaa ajatusta tai tunnetta kuvaava asia tai väri. Kyse on mielikuvista.

- **Kenet valitsisin? (10–15 min)**

- Ohjaaja kysyy erilaisia kysymyksiä. Oppilas menee sen luo, johon vastaus hänen mielestään sopii ja laittaa käden hänen olkapäälleen. Kaikki valitsevat jonkun, jonka olkapäälle asettavat kätensä.
 - Kenet olet tuntenut tästä joukosta pisimpään?
 - Kenen kanssa perustaisit nakkikioskin?
 - Kenet valitsisit luokan uintijoukkueeseen?
 - Kuka on kohtelias?
 - Keneltä kysyisit apua matikanläksyihin?
 - Keneltä lainaisit lyijykynää?
 - Kuka kertoo hyviä vitsejä?
 - Kenet ottaisit mukaasi vaatekauppaan?
 - Kuka voisi kutoa sinulle kaulahuivin?
 - Kenen kanssa perustaisit mopokorjaamon?
 - Kenelle voisit kertoa salaisuuden?
 - Kenellä on kiva hymy?
 - Kenellä on taito olla hiljaa?
 - Kenet ottaisit manageriksesi?
 - Kenen laittamaa ruokaa haluaisit syödä?
 - Kuka auttaisi sinua uuden tietokonepelin opettelussa?
 - Kuka osaa olla kaikkien kaveri?
 - Keneltä pyytäisit vinkkiä uuden levyn ostamiseen?
 - Kenen uskoisin voivan auttaa minua lemmikkini hoidossa?
 - Kuka luo luokkaan yhteishenkeä?
 - Kuka ei puhu pahaa toisista selän takana?
 - Kenen kanssa lukisit historian kokeeseen?
 - Keneen haluaisit tutustua vielä paremmin?
- Keskustellaan, oliko helppoa/vaikeaa tehdä valintoja? Perustuivatko valinnat tietoon vai olettamukseen?

- **Mielipidejana (5 min)**

➤ Oikealla = **täysin samaa mieltä**, vasemmalla = **täysin eri mieltä**

VÄITTÄMIÄ:

- Minusta on mukava käydä koulussa.
- Erilaisuus on rikkaus ja hyödyimme siitä luokkatyöskentelyssä.
- Luokassamme on hyvä ilmapiiri.
- Olen itse tehnyt paljon töitä, jotta luokassamme kaikilla olisi hyvä olla.
- Määrittelen ihmistä hänen ulkonäön ja pukeutumisen perusteella.
- Pystyn pitämään kiinni omista mielipiteistäni omassa luokassa.
- Erilaisuus on pelottavaa.
- Nuorten on helppo valita oma tyyliinsä.
- Minä hyväksyn toisten erilaisuuden.
- Olen ihana.

- **Ajatuksia erilaisuudesta (25 min)**

- Jokainen täyttää lapun, jossa kysytään erilaisuuteen liittyviä kysymyksiä (Liite 7).
- Sen jälkeen keskustellaan vastauksista ryhmissä: Missä asioissa ajateltiin samalla tavalla? Missä taas eri tavalla? Perustellaan oma mielipide toisille ryhmän jäsenille.
- Ryhmät kirjaavat jokaiseen kohtaan muutaman yhteisen ajatuksen, jonka jokainen ryhmän jäsen voi allekirjoittaa.
- Ryhmät esittelevät yhteiset mielipiteensä.
Keskustellaan seuraavista asioista:
 - Oliko helppo olla omaa/eri mieltä?
 - Oliko helppo kunnioittaa toisen erilaista mielipidettä?
 - Saiko jokainen ryhmässä mielipiteensä kuuluviin?

- **Onko täällä ketään, joka... (10 min)**
 - Laita ryhmän jäsenet istumaan tuoleille suureen ringiin ja seiso itse ringin keskellä ilman tuolia.
 - Kerro, että aiot kysyä. Esimerkiksi: "Onko täällä ketään, jolla on jalassaan mustat sukat?" Kaikkien, joilla on jalassaan mustat sukat, täytyy nousta tuolistaan ja etsiä itselleen uusia vapaa tuoli. Samalla sinä yrität ottaa itsellesi yhden vapautuvista tuoleista. Joku toinen ryhmän jäsen jää siten keskelle ringiä, ilman tuolia.
 - Huom. Paikkaa vaihtava ei voi palata samalle tuolille, josta lähti liikkeelle.

- **Ominaisuuskortit (20 min)**
 - Valitse kortti: Millainen olet? Millainen haluaisit olla? Minkä piirteen, josta olisi hyötyä luokkailmapiirin kannalta/viihtyvyyden kannalta, haluaisit itsellesi?
 - Jokainen oppilas kertoo valitsemastaan kortista vuorollaan.

- **Toisen kuunteleminen, ohjeiden vastaanottaminen (15 min)**
 - Jaetaan parit.
 - Istutaan selät vastakkain, toinen kertoo kuvasta ja toinen yrittää kerrotun perusteella piirtää kuvaa.
 - Tarvikkeet: valmiita kuvia, A4, tusseja/kyniä.

- **Kuuntelemisharjoitus (15 min)**

- Osallistujat istuvat pareittain. Tavoitteena on harjoitella kuuntelemista ja huomata kuuntelemisen merkitys sekä kokea, miltä tuntuu tulla kuulluksi.
 - Osallistujat palauttavat mieleensä viimeisen viikon ajalta jonkin tapahtuman, johon on liittynyt mikä tahansa tunne. Tapahtuma on voinut herättää myönteisiä tai kielteisiä tunteita.
1. Harjoituksen ensimmäisessä vaiheessa toinen pareista kertoo oman tarinansa ja toinen pareista on kuuntelematta tarinaa. (Katselee muualle, peittää korvansa, laulelee itseksensä tms.) Vähän ajan kuluttua osallistujat vaihtavat rooleja. Harjoituksen jälkeen keskustellaan siitä, miltä tuntuu, kun toinen ei kuuntele.
 2. Harjoituksen toisessa vaiheessa osallistujat kertovat samaa tarinaa kuin edellisessä harjoituksessa. Toinen pareista kertoo tarinaa ja toisen tehtävänä on heti sopivan hetken tullessa varastaa tarina ja alkaa puhua päälle. Jonkin ajan kuluttua parit vaihtavat roolia. Tämän osion jälkeen keskustellaan koko luokan kanssa siitä, miltä tuntui, kun oma tarina varastettiin. Tapahtuuko tällaista tosielämässä?
 3. Kolmannessa vaiheessa molemmat pareista kuuntelevat kunnolla toisen tarinan. Tämän jälkeen keskustellaan, miltä tämä tuntui. Mistä tietää, että toinen kuuntelee?

- **Hyvän mielen luokka (15 min)**
 - Harjoitus on luokan yhteinen ryhmätyö.
 - Kirjoittakaa asioita, piirtäkää kuvia tai laatikaa esimerkiksi runo, tarina tai sarjakuva asioista, jotka ovat luokassa hyvin, tuottavat iloa tai antavat voimaa, tai ovat sellaisia, mistä olette luokassanne ylpeitä ja mistä luokassa tulee hyvä mieli.

- **Ainutlaatuinen luokkakaveri (10 min)**
 - Ollaan piirissä, jotta jokainen näkee toisensa.
 - Jokainen sanoo vuorollaan jonkin positiivisen asian tai ominaisuuden luokkakaverista.
 - Kenenkään puheenvuoroa ei saa keskeyttää eikä kommentoida.

- **Yhteenveto yhteistyöstä**
 - Oppilaat istuvat ringissä. Yhteisen aamupäivän loppuksi keskustellaan aamupäivään liittyen seuraavista kysymyksistä:
 - Mitä jäi mieleen?
 - Millainen olo on nyt?
 - Miten jatketaan tästä eteenpäin?

Tämän luokan kohdalla haaste oli siinä, että luokassa oli sellaisia oppilaita, joilla oli paljon vahvoja mielipiteitä. Heidän mielipiteet olivat usein törmäyskurssilla toisten yhtä vahvojen mielipiteiden kanssa. Toisaalta sanavalmius ja keskusteluhaluukkuus toivat työskentelyyn myös paljon mahdollisuuksia.

Tämän luokan toiminta oli ollut hyvää jo ennen luokkainterventiota. Työskentely luokkailmapiirin kehittämiseksi lähti liikkeelle oppilaiden toiveesta. Vanhempainilta järjestettiin, jotta luokan työrauhaan ja luokkahenkeen saataisiin parannusta. Lisäksi haluttiin ennaltaehkäistä ongelmien syntymistä. Luokan sisällä oli muun muassa ollut useita riitoja, jotka olivat häirinneet luokkailmapiiriä. Oppilaat toivat itse vanhempainillassa esille, että luokan sisällä on erilaisia ”kuppikuntia”. Myös joidenkin oppituntien työrauhassa katsottiin olevan ongelmia.

Aamupäivän työskentelyssä oppilaat olivat kaikki innokkaasti mukana. Opettajilta saadun palautteen mukaan luokka oli myös käytännössä kiinnittänyt luokkailmapiiriin huomiota ja selvästi hyötynyt työskentelystä.



ERILAINEN OPPILAS

Luokanvalvoja otti yhteyttä luokassa esiintyvien ristiriitojen vuoksi. Luokan muutamat oppilaat provosoivat yhtä oppilasta ärtymään ja tämän oppilaan käyttäytyminen ja hänelle annetut erivapaudet puolestaan provosoivat luokan muita oppilaita. Muutaman kerran tilanne oli kärjistynyt siten, että ärsytetty oppilas oli käyttäytynyt aggressiivisesti, esim. heittänyt kirjalla toisia. Tilannetta selvitettäessä tuli ilmi, että muiden poikien silmätikuksi joutuneella pojalla oli neurobiologinen keskushermoston kehityshäiriö, Aspergerin oireyhtymä. Luokan muut oppilaat eivät tienneet tämän oppilaan erityisyydestä.

TOIMINNAN KUVAUS

- **Yhteydenotto vanhempiin**

Luokanvalvoja oli yhteydessä oppilaan kotiin ja keskusteli vanhempien kanssa heidän lapsensa tilanteesta. Vanhemmille ehdotettiin, että muille oppilaille kerrottaisiin Aspergerin oireyhtymästä. Tätä perusteltiin sillä, että muiden nuorten on vaikea ymmärtää poikkeavaa käytöstä ja opettajien taholta annettuja erivapauksia, jos he eivät tiedä syitä niihin. Vanhempien annettua suostumuksensa aloitettiin työskentely luokan kanssa.

- **Muille oppilaille kertominen**

Oppilas itse kertoo luokkatovereilleen hänellä olevasta Aspergerin oireyhtymästä. Tunnilla on mukana myös koulun terveydenhoitaja, joka kertoo yleisesti oireyhtymästä. Luokan oppilailla on myös mahdollisuus kysellä aiheesta mieleensä nousevia kysymyksiä terveydenhoitajalta ja oppilaalta itseltään.

- **Pulinapaja-hankkeen työntekijän keskustelu asperger-oppilaan kanssa**

Työntekijä keskustelee oppilaan kanssa hänen koulunkäynnistään ja omasta luokasta. Keskustelun runkona käytetään seuraavia kysymyksiä:

- Miltä luokkayhteisössä oleminen hänestä tuntuu?
- Mitkä ovat hänelle luokassa vaikeita asioita tai tilanteita?
- Mitä muiden oppilaiden tulisi ymmärtää?
- Miten muut voisivat toimia helpottaakseen hänen oloaan luokassa?
- Mitä opettaja voi tehdä helpottaakseen hänen koulunkäyntiään?
- Mitä oppilas itse voisi tehdä helpottaakseen koulunkäyntiään?

Oppilaan kanssa sovitaan, mistä asioista keskustellaan koko luokan kanssa yhteisellä oppitunnilla.

- **Toinen teemaan liittyvä oppitunti**

Tunnin tavoitteena on auttaa luokan oppilaita ymmärtämään asperger-oppilaan tunteita ja ajatuksia.

Muille oppilaille kerrotaan konkreettisia asioita, miten he voisivat toimia paremmin eri tilanteissa. Heille muun muassa kerrotaan, että oppilas ahdistuu, jos toiset oppilaat menevät fyysisesti liian lähelle, ja sovitaan, että oppilaan annetaan olla rauhassa hänen niin toivoessaan. Lisäksi sovitaan, että jos oppilas tuntee hermostuvansa tunnilla, hän voi mennä hetkeksi käytävään rauhoittumaan.

Lisäksi muilla oppilailla on mahdollisuus kysyä ensimmäisen oppitunnin jälkeen heränneitä kysymyksiä asperger-oppilaalta itseltään sekä yleisellä tasolla myös Pulinapaja-hankkeen työntekijältä. Tunnin lopuksi tehdään harjoite, jossa jokainen oppilas joutuu miettimään positiivisia ominaisuuksia luokkatovereistaan.

- **Hieno Hemmo -harjoite**

- Jokainen oppilas piirtää nimellä varustetun kuvan itsestään.
- Tämän jälkeen jokainen oppilas kirjoittaa kuvaan jonkin positiivisen asian kuvan esittämästä henkilöstä.
Kirjoitukset eivät saa olla toisia loukkaavia, ja jokainen ominaisuus saa esiintyä kuvassa vain kerran.
- Oppilaat saavat halutessaan lukea ääneen toisten kirjoittamat kommentit omasta kuvastaan.

Luokkainterventiossa tehdyillä toimenpiteillä tilanne luokassa rauhoittui hyvin nopeasti. Jännitteitä luokassa oli aiheuttanut se, että muut oppilaat eivät kyenneet ymmärtämään yksittäisen oppilaan erilaisuutta. Luokkaa myöhemmin tavatessaan Pulinapaja-hankkeen työntekijät havaitsivat, että luokassa oli hyväksytty asperger-oppilaan erityisyys ja sen asettamat vaatimukset. Lisäksi luokkatoverit olivat huomioivia ja auttavaisia kyseistä oppilasta kohtaan. Intervention jälkeen luokassa vallitsi miellyttävä ilmapiiri ja luokan kanssa oli mukava toimia.



TYÖRAUHA JA KIUSAAMISONGELMA

Luokanvalvoja ja rehtori ottivat yhteyttä koulun yhden 7. luokan tiimoilta. Ongelmana oli luokan eläväisyys, mikä häiritsi luokan työrauhaa. Opettajat olivat luokan kanssa voimattomia, koska luokka ei rauhoittunut seuraamaan opetusta. Lisäksi luokassa oli ulkomaalaistaustainen oppilas, jota kiusattiin. Kyseinen oppilas reagoi kiusaamiseen herkästi itkulla.

TYÖSKENTELYN KUVAUS

- **Luokkailmapiirikysely**
 - Luokalle tehdään luokkailmapiirikysely (Liite 8).
 - Kyselyn tarkoituksena on selvittää, mitkä ovat oppilaiden mielestä ongelmakohtia omassa luokassa.
 - Luokanvalvoja teettää luokkailmapiirikyselyn omalla oppitunnillaan.
- **Oppitunti**
 - Käydään läpi luokkailmapiiri kyselyn tulokset. Keskustellaan kyselyn pohjalta työrauhasta ja kiusaamisesta.

- **Tehdään Lupaus-harjoite.**

- Harjoitteen tarkoituksena on hahmottaa oppilaille, kuinka yksittäinen oppilas voi vaikuttaa luokan ilmapiiriin.
- Aluksi oppilaat kirjoittavat lapulle 1–3 asiaa, joiden toivoisi luokassa muuttuvan. Toiveet luetaan ääneen ja käydään keskustelua siitä, miten näistä toiveista tehdään tavoitteita. Lisäksi pohditaan sitä, kuinka jokainen voi vaikuttaa, jotta luokka saavuttaisi nämä tavoitteet.
- Seuraavaksi jokainen oppilas kirjoittaa muistiin kaksi asiaa, jotka lupaa tehdä luokan työrauhan ja ilmapiirin parantamiseksi. Laput liimataan kartongille ja niistä tehdään luokkahuoneen seinätaulu.
- Tarvikkeet: Kartonkia, kyniä, erimuotoisia Post it -lappuja, liimaa.

- **Oppilaiden haastattelut**

- Luokan jokainen oppilas haastatellaan yksitellen.
- Oppilaiden kanssa käytävissä keskusteluissa painotetaan niiden luottamuksellisuutta. Keskusteluiden idea on, että jokainen luokan oppilas voi saada äänensä kuuluviin.
- Keskustelujen pohjana käytetään kysymyksiä, jotka on laadittu luokkailmapiirikyselyn pohjalta. Kysymykset ovat:
 - Millaiseksi koet luokkailmapiirin?
 - Viihdytkö luokassasi?
 - Mikä tekee luokastasi viihtyisän?
 - Miksi et viihdy luokassasi?
 - Luokassanne esiintyy kiusaamista. Miten kiusaaminen ilmenee?
 - Miten kiusaaminen näyttäytyy sinulle?

- Kuka on luokassanne kiusaamisen kohteena?
 - Mistä kiusaaminen johtuu?
 - Mitä sinä voisit tehdä, että kiusaaminen loppuisi?
 - Mitä koulun aikuiset voisivat tehdä kiusaamisen lopettamiseksi?
- **Keskustelu koulun henkilökunnan kanssa.**
 - Oppilaiden kanssa käytyjen keskustelujen jälkeen opettajat havaivoivat luokkaa muutaman viikon. Tämän jälkeen luokanvalvojan kanssa käydään keskustelua luokan tilanteesta. Kiusaamistilanne näyttää rauhoittuneen. Päätetään, että seuraavan kerran luokkaa tavattaessa keskitytään miettimään sitä, kuinka jokainen meistä voi muuttaa omaa negatiivista ajatteluaan ja näin saada aikaan positiivisia muutoksia luokassa.
 - **Oppitunti luokan kanssa**
 - Tunnin aluksi kysellään luokan kuulumiset. Luokka itse toteaa myös, että kiusaamistilanne on rauhoittunut, mutta työrauhan kanssa heillä on vielä tekemistä. Luokan kanssa keskustellaan siitä, miten ongelmatilanteissa (työrauha ja kiusaaminen) on helpompaa osoittaa sormellaan toisia kuin pohtia omaa käytöstään. Lisäksi puhutaan siitä, kuinka jokaisella meillä on erilainen tyyli työskennellä ja oppia. Keskustelun aluksi oppilaita pyydetään kertomaan, mikä on heidän tapansa tehdä läksyjä ja lukea kokeisiin kotona. Löytyy hyvin erilaisia tyyliä. Toiset haluavat opiskella täydessä hiljaisuudessa, toiset taas katsovat samalla tv:tä tai kuuntelevat musiikkia, jotkut taas pystyvät oppimaan parhaiten vuorovaikutteisessa suhteessa. Keskustellaan siitä, kuinka koulussa jokaisen täytyy tehdä kompromisseja oman oppimistyyliensä kanssa, jotta oppiminen olisi tunnilla kaikille mahdollista. Lisäksi keskustellaan siitä, että tarpeeton kommentointi tunnilla häiritsee opettajan työn tekemistä.

Lopuksi tehdään harjoite (Liite 9), jossa pyritään havainnollistamaan negatiivisen ajattelun muuttamista positiiviseksi.

Näiden toimenpiteiden avulla luokan tilanne rauhoittui. Luokka on edelleen vilkas, mutta se pystyy myös rauhoittumaan ja tarjoamaan jäsenilleen opiskelurauhan. Lisäksi opettajat kokevat nyt hallitsevansa luokkatilanteita aiempaa paremmin. Kiusaamista luokassa ei enää esiinny. Luokka on kuitenkin konfliktiherkkä, joten sen kanssa on jouduttu käymään keskusteluja erimielisyyksien selvittämiseksi.





OPPILAAN ITSEMURHA

Kyseessä on yläkoulun luokka, jonka eräs oppilas tekee itsemurhan. Oppilas on ollut luokassa hiljainen ja syrjään vetäytyvä, mutta hänellä on kuitenkin ollut muutamia ystäviä. Pulinapaja-hankkeen työntekijä saa tiedon tapahtuneesta sähköisen reissuvihkon välityksellä, jossa tapahtuneesta tiedotetaan opettajille.

- Kaikille oppilaille kerrottiin koulutoverin itsemurhasta seuraavana päivänä. Koulupsykologi, -kuraattori ja -terveydenhoitaja ovat paikalla ja tarjoavat välitöntä keskusteluapua sitä haluaville oppilaille. Itsemurhasta ei viestitetä luokkatovereiden eikä muiden koulun oppilaiden vanhemmille.
- Kaksi päivää itsemurhan jälkeen koulussa järjestetään muistotilaisuus oppilaalle. Muistotilaisuuteen osallistuvat kaikki koulun oppilaat. Sen järjestivät seurakunnan työntekijät. Muistotilaisuuden jälkeen oppilailla oli mahdollisuus käydä keskustelemassa seurakunnan työntekijöiden kanssa. Pulinapaja-hankkeen työntekijät olivat mukana muistotilaisuudessa ja kävivät puhumassa itsemurhan tehneen nuoren luokassa sekä tarjosivat oppilaille mahdollisuutta yksilökeskusteluun.

- Itsemurhan tehneen nuoren luokkatoverit eivät olleet hakeutuneet keskustelemaan koulunhenkilökunnan, seurakunnan tai Pulinapaja-hankkeen työntekijöiden kanssa. Koulun aikuisilla on huoli oppilaan luokkatovereiden hyvinvoinnista, koska keskustelu koulun aikuisten kanssa ei ollut syntynyt. Päädytään ratkaisuun, että jokainen luokan jokainen oppilas käy keskustelemassa Pulinapaja-hankkeen työntekijän kanssa. Tällä halutaan varmistaa, että jokainen nuori on voinut keskustella asiasta jonkun aikuisen kanssa ja että voidaan ohjata lisäapua tarvitsevat avunpiiriin.
- Nuorten kanssa keskustelussa runkona käytetään seuraavia kysymyksiä: Miten sait tietää tapahtumasta? Mitä reaktioita/ajatuksia tieto sinussa herätti? Mitkä reaktiosi/ajatukseti tapahtuneesta ovat tällä hetkellä? Oletko voinut puhua asiasta jonkun kanssa?
- Oppilaan lähimmille ystäville järjestetään tilaisuus, jossa he voivat yhdessä keskustella ystävänsä kuolemasta ja muistella häntä.

Tapahtuma oli kouluuyhteisöä syvästi järkyttävä tapahtuma. Se nosti esiin koulujen kriisisuunnitelmien tärkeyden. Jotta oppilaat ja koulujen henkilökunta saavat asianmukaista ja nopeaa apua kriisitilanteessa, kriisisuunnitelman on syytä olla ajantasainen ja jokaisen tiedossa. Onneksi tässä tapauksessa toimittiin ripeästi ja jokainen oppilas sai mahdollisuuden käydä tapahtunutta läpi aikuisen kanssa.

10.

7. LUOKAN OMA PÄIVÄ

Luokka on Pulinapaja-hankkeen työntekijöille ennestään tuttu luokka. Luokka on ollut mukana koululla järjestettävässä ryhmätyksessä, johon liittyy säännöllisesti pidettäviä toiminnallisia oppitunteja. Luokanvalvoja on ollut mukana näillä tunneilla. Hänen kanssaan on useaan otteeseen käyty keskustelua luokan rauhattomasta tilanteesta ja pienestä ryhmästä, joka pääsääntöisesti aiheuttaa rauhattomuutta. Muutama hiljaisempi oppilas luokassa tuntee jäävänsä luokkayhteisön ulkopuolelle, jopa siinä määrin, että kokee sen kiusaamiseksi. Luokanvalvojan näkökulmasta kyse ei kuitenkaan ole systemaattisesta kiusaamisesta, esim. nälvimisestä tai nimittelystä. Ulkopuolelle jäämisen tunne syntyy siitä, ettei hiljainen oppilas löydä paikkaansa äänekkäiden, sosiaalisessa hierarkiassa korkeassa asemassa olevien oppilaiden joukossa. Nämä oppilaat tiedostavat oman asemansa luokassa ja käyttävät sitä tarvittaessa hyväkseen. Luokka on toisaalta myös hyvin yhtenäinen suhteessa ulkopuolisiin. Luokan kanssa työskenneltäessä näkyy varsin selvästi asetelma ”me nuoret” vastaan ”te aikuiset”.

Luokanvalvojan kanssa on useaan otteeseen keskusteltu siitä, kuinka vaikeaksi opettajat kokevat luokan kanssa työskentelyn. Hänen kanssaan pohditaan myös sitä, kuinka luokan tilanteeseen voitaisiin vaikuttaa. Keskustelujen pohjalta syntyy ajatus luokan oman päivän järjestämisestä. Pulinapaja-hankkeen työntekijä käy keskustelemassa

luokan tilanteesta myös kuraattorin kanssa. Keskustelussa käydään läpi luokan tilannetta, jonka opettajat ja osa oppilaistakin kokevat raskaaksi. Yhdessä suunnitellaan luokan oma päivä, jossa käsitellään kiusaamista ja työrauhaa. Asioiden käsittelyssä pääpaino on toiminnallisuudessa ja keskustelussa. Koko luokan yhteisellä toiminnalla halutaan vahvistaa luokan yhteisöllisyyttä.

- **Päivän aikataulu/runko:**

- 9.30 Lähtö koululta
- 9.45 Saapuminen leirikeskukseen
Esittäytyminen, päivän tarkoitus ja virittäytyminen.
Virittäytymistehtävänä tehdään luokan puu.

- **Luokan puu**

- Jokainen pohtii luokkaansa ja sitä, mitä voimavaroja luokalla on. Kartongille piirrettyyn puuhun liimataan erivärisiä lehtiä, joihin jokaiseen on kirjoitettu yksi voimavara. Harjoituksen tarkoituksena on saada luokan jäsenet pohtimaan luokkaa positiivisesti, kun yleinen ilmapiiri luokassa on varsin negatiivinen.

- **Keskustelu kiusaamisesta**

- | | |
|--------------------------------|-----------------------|
| ➤ Mitä kiusaaminen on? | ➤ Kiusaamisen roolit |
| - Oppilaiden määritelmä | - kiusattu |
| - Virallinen määritelmä | - kiusaaja |
| - Miten ne eroavat toisistaan? | - kiusaajan apuri |
| | - kannustaja |
| | - hiljainen hyväksyjä |
| | - kiusatun puolustaja |

- **Nurkkatehtävä**

➤ Tehtävässä esitetään väittämiä/mielipiteitä kiusaamisesta.

Luokan seinille kiinnitetään numerolaput

1. samaa mieltä
2. eri mieltä
3. en osaa sanoa
4. toisaalta kyllä – toisaalta ei

Oppilaat liikkuvat luokassa sen numerolapun alle, joka ilmaisee oman mielipiteen asiasta. Kun jokainen oppilas on löytänyt oman paikan, keskustellaan väittämistä.

Tehtävässä esitetyt väittämät:

- *Kiusaaminen on hauskaa.*
- *Kiusaaminen on väärin.*
- *Kiusattua pitää auttaa.*
- *On kiusatun oma vika, että häntä kiusataan.*
- *Ei ole minun asiani puuttua kiusaamiseen.*
- *Ei ole paha asia, että nauran mukana, jos jotakuta kiusataan.*
- *On oikein alkaa kaveriksi kiusatulle.*
- *Voin vaikuttaa siihen, onko luokallani kiusaamista.*
- *Toivon, ettei ketään kiusattaisi.*

Viimeisessä väittämässä nuoret joutuvat pohtimaan omaa roolia kiusaamistilanteissa. Väittäjä kuuluu

MINÄ OLEN...

- *kiusaaja*
- *kiusattu*
- *apuri/kannustaja*
- *hiljainen hyväksyjä*
- *kiusatun puolustaja*

- **Kiusaamisen muotoja**

- Oppilaat keksivät kiusaamisen muotoja. Keskustelua:
 - Mitä kiusaamisen muotoja löydettiin? Mikä muoto on pahin?
 - Millä muodolla voi olla vakavimmat seuraukset?
 - Mitä muotoja aikuisen/ulkopuolisen voi olla vaikea havaita?
 - Millaiseen kiusaamiseen on helppo osallistua?
- Kiusaaminen voi olla fyysistä: töniminen, potkiminen, lyöminen ja kivun aiheuttaminen. Tämän muodon havaitseminen voi olla helppoa.
- Kiusaaminen voi olla myös henkistä: nimittely, uhkailu, pakottaminen, syyttely, ivailu, tavaroiden piilottaminen, netti- ja kännykkäkiusaaminen, huomiotta jättäminen ja eristäminen. Tämän kiusaamisen muodon havaitseminen on usein ulkopuoliselle vaikeaa.
- Miksi kiusaaja kiusaa?

- **Kiusatun tarina**

- Luetaan kiusatun tarina. (Helsingin Sanomista)
 - Oppilaat pohtivat hetken pareittain sitä, miltä kiusatusta tuntuu?
 - Keskustellaan.

- **Kiusaamistilanne-harjoite**

- Jaetaan luokka kolmeen osaan. Yksi ryhmä tekee kortteja, joissa kuvataan kiusaamisen tapahtumapaikkaa. Toinen ryhmä tekee kortteja, joissa kuvataan kuka tai ketkä kiusaavat ja keitä muita on paikalla. Kolmas ryhmä tekee kortteja, joissa kuvataan mahdollisimman tarkasti miten, kiusaaminen tapahtuu. (Jokainen ryhmä tekee kortteja 5–6 kpl)
- Kootaan tarina korteista.
- Jokainen ryhmä miettii ratkaisua:
 - Miltä kiusatusta tässä tilanteessa saattoi tuntua?
 - Miten kiusatun kannattaisi tässä tilanteessa toimia? (1 ehdotus/ryhmä)
 - Miten sivusta seuraavat oppilaat voisivat toimia?
 - Miksi kiusaaja kiusaa?

- **Keskustelua ja keinoja kiusaamisen lopettamiseen**

- Tue kiusattua ja osoita kiusatulle välittämistä.
- Kerro kiusaamisesta aikuisille niin kotona kuin koulussa. Jos puhuminen on vaikeaa voit myös kirjoittaa asiasta.
- Kiusaamista ei kannata jäädä seuraamaan sivusta eikä kannustaa hurraamalla tai nauramalla, sillä nämä yleensä ylläpitävät kiusaamista.
- Kehitä ja vahvista tunne-, vuorovaikutus- ja selviytymistaitoja arjessa.
- Jokaisella on vastuu pitää ryhmästä huolta!

11.30–12.00 Ruokailu

12.00–13.00 Työrauha-työskentely

- **Työrauha-arviointi (Liite 10)**

- Tehdään työrauha-arviointi, jossa jokainen antaa toisilleen arvion heidän tuntikäyttäytymisestä. Arviointi tehdään kouluarvosana asteikolla 4–10.
- Jokaiselle oppilaalle lasketaan oma keskiarvo, joka kerrotaan hänelle.
- Tämän lisäksi lasketaan luokan yhteinen keskiarvo, joka esitetään koko luokalle.
- Henkilökohtaisia arvioita ei käydä läpi koko luokan kanssa vaan tarkoitus on, että jokainen saa ajatteleminen aihetta ja alkaa pohdita omaa tuntikäyttäytymistään. Opettaja saa kaikkien arviot.

- **Keskustellaan työrauhasta.**

- **Roolitehtävä**

- Jaetaan luokka viiden hengen ryhmiin.
- Jokainen ryhmäläinen saa lapun, jossa on hänelle rooli (johtaja, sivustaseuraaja, keskeyttäjä, pelle, kaikkietävä, hyvät keskustelutaidot omaava jne.).
- Ryhmä saa keskustelunaiheen. Jokainen osallistuu keskusteluun annetun roolin mukaisesti.
- Keskustellaan siitä, millaista työskentely ryhmässä näiden roolien pohjalta oli. Onnistuiko esim. tehtävän antajan rooli?

13.00 –14.30 Tehtävä mahdollinen (Liite 11)

Tämä on tehtävärata, joka luokan täytyy suorittaa yhdessä ja yhteistyössä saadakseen palkinnon. (Liite 9)

14.30 Lähtö takaisin koululle

LIITE 1

KYSELY OPPILAILLE VERSIO A, TIIVIIMPI

Nimi _____

Kuvaile kahdella sanalla luokkaanne

Valitse seuraaviin kohtiin mielestäsi parhaiten sopiva vaihtoehto (valitse toinen):

	Samaa mieltä	Eri mieltä
Luokassamme on hyvä ilmapiiri	1	2
Luokassamme jokaisen mielipiteitä kuunnellaan	1	2
Luokassamme kunnioitetaan toisia	1	2
Luokassamme jokainen saa työrauhan	1	2
Viihdyn nykyisessä luokassani	1	2

Mikä on sellainen asia, minkä haluaisit **muuttuvan tai kehittyvän** nykyisessä luokassasi?

Miten voisit omalla käyttäytymiselläsi vaikuttaa siihen, että luokassanne kaikilla olisi hyvä olla, myös sinulla? Perustele myös, jos mielestäsi mitään ei voi tai tarvitse tehdä.

Haluatko sanoa vielä jotain muuta?

Kiitos vastauksistasi!

LIITE 2

KYSELY OPPILAILLE VERSIO B, laajempi

Nimi _____

Kuvaile kahdella sanalla luokkaanne

Valitse seuraaviin kohtiin mielestäsi parhaiten sopiva vaihtoehto (valitse toinen):

	Samaa mieltä	Eri mieltä
Luokassamme on hyvä ilmapiiri.	1	2
Luokassamme jokaisella on työrauha.	1	2
Luokkani oppilaat tulevat tunneille täsmällisesti.	1	2
Luokkani oppilaat kuuntelevat opetusta oppitunneilla.	1	2
Luokkani oppilaat keskittyvät työhön oppitunneilla.	1	2
Luokkani oppilaat tekevät kotitehtävänsä.	1	2
Jokaisella luokkani oppilaalla on vähintään yksi kaveri.	1	2
Luokassamme jokaisen mielipiteitä kuunnellaan.	1	2
Luokassamme kunnioitetaan toisia.	1	2
Luokassani nauretaan väärille vastauksille.	1	2
Viihdyn nykyisessä luokassani.	1	2
Minulla on koulussa turvallinen olo.	1	2
Minua on kiusattu seiskaluokalla.	1	2

Mikä on sellainen asia, minkä haluaisit **muuttuvan tai kehittyvän** nykyisessä luokassasi?

Miten voisit omalla käyttäytymiselläsi vaikuttaa siihen, että luokassanne kaikilla olisi hyvä olla ja työskennellä, myös sinun? Perustele myös, jos mielestäsi mitään ei voi tai tarvitse tehdä.

Valitse seuraaviin kohtiin mielestäsi parhaiten sopiva vaihtoehto (valitse toinen):

	Samaa mieltä	Eri mieltä
Olen yleensä pirteä ja energinen.	1	2
Huolehdin omasta hyvinvoinnistani.	1	2
Pärjään koulussa toivomallani tavalla.	1	2
Saan tarvittaessa huoliini tukea aikuisilta.	1	2
Minulla on asia/asioita, jotka huolestuttavat minua.	1	2

Haluatko sanoa vielä jotain muuta?

Kiitos vastauksistasi! Kyselyn tulosten koontia käytetään seuraavalla tapaamisella. Kenenkään henkilöllisyys ei selviä vastausten koonnissa.

LIITE 3**OMIA AJATUKSIA KOULUNKÄYNNISTÄ**

Nimi _____

Mihin asioihin olet tyytyväinen koulunkäynnissäsi

Mitä kehitettävää/parannettavaa/muutettavaa sinulla on omassa koulunkäynnissäsi? Mainitse vähintään yksi. Kehittäminen voi liittyä mm. opiskeluun, oppitunneilla ja välitunneilla käyttäytymiseen, läksyjen tekemiseen tai kokeisiin valmistautumiseen.

Koetko saavasi riittävästi tukea koulunkäyntiisi ja opiskeluusi? Millaista tukea saat? Millaista tukea haluaisit?

LIITE 4**OPISKELUNI NYT**

Nimi _____

Millaisia ajatuksia viimeisin todistus sinussa herätti?

Miten asiaa kotona käsiteltiin?

Missä oppiaineissa pärjät mielestäsi hyvin?

Mitkä asiat tähän vaikuttavat? Oma panostuksesi, opetus, aineen mielenkiintoisuus...?

Missä oppiaineissa sinulla olisi mielestäsi parannettavaa?

Miten voisit parantaa?

LIITE 5**AMMATTITAVOITTEENI**

Nimi _____

Mikä on haaveammattisi tai se ammatti, mihin tähtäät?

MITÄ TIEDÄT AMMATISTA:

Mitä ammatissa tehdään? Millaisia työtehtäviä siihen kuuluu?

Mitä taitoja sinulta ammatissa odotetaan?

Mitä ominaisuuksia sinulta ammatissa odotetaan?

Missä ammattiin voi opiskella, millaista opiskelua ammatti vaatii?

Mitä sinun pitäisi tehdä saavuttaaksesi haaveidesi ammatin?

LIITE 6**9. LUOKAN OPPILAIDEN HAASTATTELU:** pääteemana oppilaan oma koulunkäynti

Nimi _____

Millaista sinun koulunkäyntisi on tänä syksynä ollut?

Oletko tyytyväinen omaan koulunkäyntiisi?

Mikä sujuu?

Missä olisi parannettavaa? Mitä voisit tehdä?

Millaisia tavoitteita sinulla on 9.luokalle?

Mitä teet/haluaisit tehdä peruskoulun jälkeen?

Tarvitsetko johonkin tukea/apua?

Haluatko sanoa vielä jotain muuta?

Kiitos!

LIITE 7**OMIA AJATUKSIANI ERILAISUUDESTA**

Nimi _____

Mielestäni erilaisuus tarkoittaa:

Pyrin olemaan samanlainen luokkakavereiden kanssa esim. seuraavissa asioissa:

Pyrin erottumaan luokkakavereistani esim. seuraavilla tavoilla:

Joskus on vaikea toimia toisin kuin muut ryhmässä, koska:

LIITE 8

MINUN LUOKKANI -KYSELY

LUOKKA: _____

Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

1. Kuvaa luokkaanne kahdella adjektiivilla:
2. Kerro hyviä asioita luokastanne:
3. Kerro asioita luokastanne, joita haluaisit muuttaa tai parantaa:
4. Rastita pitääkö väittämä mielestäsi paikkaansa:

	Samaa mieltä	Eri mieltä
Luokassamme vallitsee työrauha.	1	2
Oppilaat ottavat toisensa huomioon.	1	2
Kukaan ei jää ryhmän ulkopuolelle.	1	2
Meillä on hyvä luokkahenki.	1	2
Minulla on ystäviä luokassa.	1	2
Uskallan esittää mielipiteeni ja ajatukseni luokassa.	1	2
Luokassamme esiintyy kiusaamista.	1	2
Kuinka hyvin viihdyt luokassasi? Ympyröi. (4: en viihdy, 10: viihdyn erittäin hyvin)	4	5 6 7 8 9 10

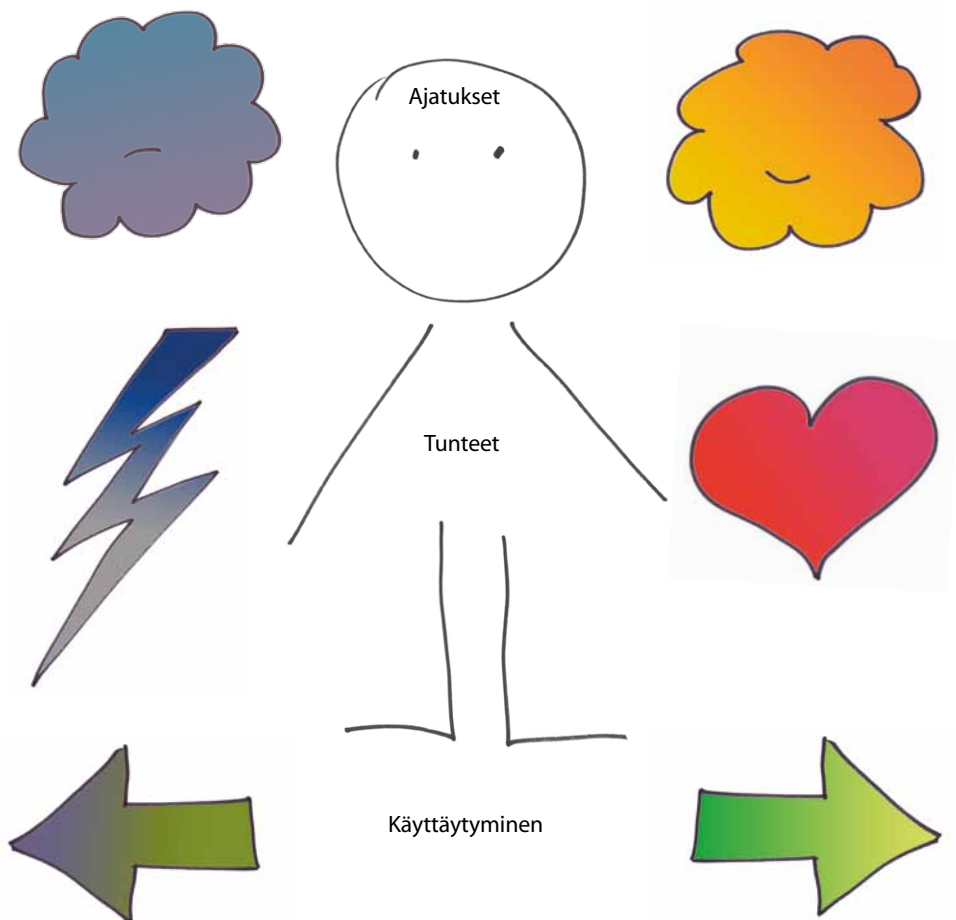
5. Mitä toivot yläkouluajalta? Miten itse voisit vaikuttaa siihen, miten viihdyt koulussa:
6. Millaisia hyviä kokemuksia sinulla on koulusta tältä syksyltä?
7. Sana on vapaa! Voit kommentoida tai kertoa luokastanne, mitä haluat.
Voit myös laittaa ideoita ja toivomuksia Pulinapajan toiminnasta.

Kiitos vastauksestasi!

LIITE 9

NEGATIIVINEN AJATTELU

POSITIIVINEN AJATTELU



LIITE 11

TEHTÄVÄ MAHDOLLINEN

Piilotetaan alueelle viisi rastilappua. Jokaista lappua vastaan saa yhden tehtävän, jotka tehdään enemmän tai vähemmän koko luokan voimin. Kun kaikki tehtävät on suoritettu, saadaan ratkaistavaksi salakirjoitus. Koodin ratkaisu antaa tiedon *Tehtävä mahdollisen* palkinnosta.

- 1) VALOKUVATEHTÄVÄ • Meidän luokka – koko luokka osallistuu
 - 3 x ihmispyramidia – 7 osallistujaa/pyramidi
 - 2 x eläintarhassa tapahtuu – 11 osallistujaa/eläintarha
- 2) NÄYTELMÄ • Koko luokka osallistuu. Näytelmässä on käytettävä seuraavia apusanoja: "olet ihana...", äiti, mandariini, tivoli, työrauha, ystävä, aurinkolasit, lähi-Siwa, hula-hulavanne, mopo, liikavarvas, "ei kiusata ketään"
- 3) "MIINAKENTTÄ" • Tehdään esterata, joka suoritetaan pareittain. Parista toisella on silmät sidottuna ja toinen yrittää ohjata sanallisesti toisen radan läpi. Kävellessään esteeseen rata tulee aloittaa alusta.
- 4) PARIFUTIS • Pelataan jalkapalloa käsikynkässä. Tyttö-poika-parit.
- 5) LAULUESITYS • Luokka valmistaa yhteisen lauluesityksen, joka esitetään päivässä mukana oleville aikuisille.
 - Tehtävä mahdollisen palkinto piilotetaan. Salakirjoitus kertoo vihjeen palkinnon sijainnista. Salakirjoitus voidaan tehdä esim. sanan kirjaimet sekoittamalla tai valitsemalla aakkosjonosta seuraava kirjain.
 - Karkkiaarre on kaapissa.
 - *Rakkikerraak no sapkiasaa.*
 - *Lbslljbbssf po lbbqjttb.*
 - Vihjeen ratkottuaan luokka etsii palkinnon

Lähteet

- Hirsjärvi, S. 1985. Johdatus kasvatustilfilosofiaan. Helsinki: Kirjayhtymä
- Holopainen, P. Järvinen, R. Kuusela, J. Packalen, P. 2009. Työrauha tavaksi. (Opetushallitus) Helsinki: Edita Prima Oy
- Jyväskylän yliopiston www-sivut. <http://ktl.jyu.fi/ktl/kouluhyvinvointi/vaakamalli>
- KiVa Koulu toimenpideohjelman www-sivut. www.kivakoulu.fi
- Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Levin . J. & Nolan J. F. 2007. Principles of classroom management. A professional Decision – Making Model. Fifth Edition. Boston: Allyn and Bacon
- Lewis, R. 2001. Classroom discipline and student responsibility: the students' view. Teaching and Teacher Education 17, 307–319
- Luukkonen, A-H. 2011. Bullying behaviour in relation to psychiatric disorders, suicidality and criminal offences. A study of under-age adolescent inpatients in Northern Finland. Oulun yliopisto. Väitöskirja. <http://herkules.oulu.fi/URN:ISBN:9789514263019>
- Mannerheimin Lastensuojeluliiton www-sivut. <http://www.mll.fi>
- Salmela-Aro, K. 2010. Koulu-uupumuksesta kouluuntoon. Luento. Suomen mielenterveysseuran Nuorten ehkäisevän kriisityön hankkeen (Pulinapaja 2007–2011) Kouluhyvinvointia rakentamassa yhteistyöpäivä hankekoordinaattoreille ja pilottikouluille 2.11.2010
- Salmivalli, C. 1998a. Koulukiusaaminen. Helsinki: Edita
- Saloviita, T. 2007. Työrauha luokkaan. Löydä omat toimintamallisi. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Vahvaselkä, H. & Vahvaselkä-Paukkonen A. 2004. Tapakasvatus ja työrauha peruskoulussa neljän opettajan kokemana. Jyväskylän yliopisto: Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2004956779>



Suomen Mielenterveysseura
Maistraatinportti 4 A
00240 HELSINKI
Puhelin (09) 615 516

SUOMEN
MIELEN-
TERVEYS-
SEURA



www.mielenterveysseura.fi