



Anu Jokinen

Liisa Rentola

Seija Eskola

# Psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan opetus ja ohjaus ammatillisessa oppilaitoksessa

OPAS OPETTAJILLE JA OPISKELIJAHUOLLON TYÖNTEKIJÖILLE



Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus

# Sisällysluettelo

<b>1. JOHDANTO</b>	3
<b>2. MILLOIN PSYYKKISTÄ TUKEA TARVITAAN?</b>	3
<b>3. MITEN OPISKELIJAN PSYYKKISEN TUEN TARPEET ILMENEVÄT?</b>	4
<b>4. MITEN AMMATILISESSA OPPILAITOKSESSA VOIDAAN TUKEA OPISKELIJAA?</b>	6
<b>5. MISTÄ APUA OPPILAITOKSEN ULKOPUOLELTA?</b>	12
<b>6. YHTEENVETO – PSYYKKISTÄ TUKEA TARVITSEVAN OPISKELIJAN OHJAUS JA OPETUS</b>	14
<b>7. LINKKEJÄ JA LISÄTIETOA</b>	14

# 1. Johdanto

---

Psyykkisen hyvinvoinnin ja mielenterveyden ongelmat ovat yksi yleisimmistä opiskelijoiden erityisen tuen tarpeen perusteista ammatillisessa koulutuksessa. Arvioiden mukaan n. 15-20% ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista tarvitsee tukea jaksamiseen ja mielenterveyteen liittyvissä kysymyksissä. Tämän oppaan tarkoituksena on antaa ammatillisten oppilaitosten opettajille ja opiskelijahuollon henkilöstölle tietoa ja vinkkejä psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan tunnistamiseen ja tukemiseen työssään.

Opas on koottu ”Mielenterveyskuntoutuja opiskelijana” – koulutuksen materiaalin pohjalta, jonka Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus toteutti yhteistyössä Mielenterveyden keskusliiton kanssa. Materiaalin työstämisessä on ollut apuna Keski-Uudenmaan ammattiopiston ja Seurakuntaopiston opettajia ja opiskelijahuollon edustajia. Hankkeen rahoittajana toimi Opetushallitus.

# 2. Milloin psyykkistä tukea tarvitaan?

---

*Psyykkisten oireiden tunnistaminen ja havaitseminen varhaisessa vaiheessa on tärkeää ennaltaehkäisevää työtä.*

*Kehityskriiseihin ja elämäntilanteeseen liittyvät ongelmat*

---

Monet opiskelijat kokevat opiskeluaikanaan psyykkistä tuen tarvetta, jonka vaikutus on usein ohimenevää. Eri ikäkaudet luovat omat paineensa ja haasteensa ihmisen kasvuun ja kehitykseen. Nuori voi tarvita tukea kehitysvaiheeseen liittyvien haasteiden läpikäymisessä kuten itsenäistymisessä, ammatinvalinnassa ja parisuhteessa. Aikuisille erityishaasteita voivat luoda esim. taloudelliset ongelmat, avioero, sairastuminen ja läheisen kuolema. Ammatillisen koulutuksen aloittaminen ja työelämään siirtyminen voivat jo sinänsä aiheuttaa tuen tarvetta. Monet opiskelijan elämäntilanteeseen liittyvät ongelmat heijastuvat myös opiskeluun.

Kehitykseen ja elämäntilanteeseen liittyvät vaikeudet voivat näkyä mm. väsymyksenä, keskittymisen vaikeutena, masennuksena, ahdistuneisuutena, eristäytyneisyytenä, sopeutumishäiriöinä, poissaoloina ja muina elämänhallinnan ongelmina.

*Opiskelu vaikeudet ja erityiset oppimisvaikeudet*

---

Taustalla voivat olla myös opiskeluun liittyvät vaikeudet. Erityiset oppimisvaikeudet kuten lukivaikeus tai keskittymisen, tarkkaavaisuuden ja toiminnanohjauksen ongelmat voivat näkyä myös psyykkisinä oireina. Aikaisemmat kokemukset alisuo-

riutumisesta tai epäonnistumisesta oppimistilanteissa näkyvät usein käyttäytymisen pulmina. Tyypillisiä ovat epäonnistumisten välttäminen, poissaolot, käyttäytymishäiriöt, keskittymisvaikeudet, vetäytyminen ja motivaatio-ongelmat. Myös opiskelijaryhmä esim. kiusaaminen ryhmässä tai muut opetuksen olosuhteet voivat aiheuttaa psyykkistä oireilua. Käyttäytymisen ongelmana voi näkyä myös se, että valittu koulutusala ei ehkä olekaan kiinnostava tai soveltuva opiskelijalle.

*Psyykkiset häiriöt,  
mielenterveyson-  
gelmat*

Jos psyykkiset oireet muodostuvat pitkäaikaisiksi tai voimakkaiksi, ne saattavat haitata opiskelua. Mielenterveysongelmiin liittyy suuri määrä erilaisia oireita, joiden laatu, vakavuus ja kesto vaihtelevat. Psyykkiset ongelmat voivat aiheuttaa muutoksia ajattelussa, toiminnassa ja tunnereagoinnissa. Oireet riippuvat häiriön laadusta. Tavallisimmat psyykkiset häiriöt ovat mielialahäiriöt, ahdistuneisuushäiriöt, päihteiden käyttöön liittyvät häiriöt, psykoottiset häiriöt ja persoonallisuuden häiriöt. Usein vaikeudet ovat myös kasautuvia eli esim. masentuneella voi olla myös päihdeongelmia. On tärkeää muistaa, että psyykinen häiriö ei ole pysyvä asia, vaan muuttuu elämäntilanteiden mukaan.

## 3 ■ Miten opiskelijan psyykkisen tuen tarpeet ilmenevät?

*Psyykkiset ongelmat  
opetus- ja ohjaustilanteissa  
sekä työssäoppimisessä*

Psyykkiset ongelmat ja häiriöt voivat näkyä ohjaus- ja opetustilanteissa seuraavilla alueilla

- Tunne-elämä: itsetunnon ongelmat, tunteiden hallinnan ja ilmaisun vaikeudet
- Kommunikaatio: poikkeavuus puheessa, eleissä, ilmeissä
- Kognitiiviset taidot: keskittymisen ja tarkkaavaisuuden ongelmat, aloitekyvyn, motivaation, ajattelun, muistin ja päättelykyvyn vaikeudet, oppimisen hidastuminen, välinpitämättömyys opiskelua kohtaan
- Sosiaaliset taidot: vetäytyminen, häiritsevä ja epäasiallinen käyttäytyminen
- Arkielämän hallinta: myöhästymiset ja poissaolot, saamattomuus arkipäivän askareiden suorittamisessa, ulkoinen olemus, päihteiden käyttö

Työssäoppimisen jaksoilla psyykkiset ongelmat näkyvät esim. jännittämisenä, ahdistuksena tai sitoutumisen puutteena (mm. poissaolot).

<b>Psyykinen tuen tarve voi näkyä opetuksessa, kun opiskelija on</b>
<b>Yliaktiivinen tai levoton</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Kovaääninen, pyörii paikallaan, ei keskity, ei kuuntele eikä noudata ohjeita, altis houkutuksille</li></ul>
<b>Hyökkäävästi käyttäytyvä</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pelottelu, uhoaminen, suuttuminen, hyökkäävä opettajaa kohtaan</li></ul>
<b>Vetäytyvä ja luoksepääsemätön</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hiljainen, eristäytyvä, elää omissa maailmoissaan, vastailee niukasti tai ei ollenkaan, vihainen</li></ul>
<b>Masentunut</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hiljainen, iloton, alemmuudentuntoinen, välttelee muita, ei tule mukaan ryhmän tunnelmiin</li></ul>
<b>Harhainen, todellisuudentaju hämärtynyt</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Epäluuloinen, hajanainen, kuulee ääniä, tulkitsee asioita väärin</li></ul>
<b>Täydellisyyteen pyrkivä</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pyrkii tekemään kaiken liian täydellisesti ja uupuu</li></ul>
<b>Epäsäännöllinen</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Toistuvasti luvattomia ja ilmoittamattomia poissaoloja, jatkuvia myöhästymisiä</li></ul>
<b>Tokkurainen</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Lääkkeet, alkoholi, huumeet, poissaoleva, keskittymiskyvytön, krapulainen</li></ul>
<b>Aikavaras</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Tunneilla mielellään koko ajan äänessä</li></ul>
<b>Epäsiisti</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Jatkuvasti huonosti hygieniastaan ja ulkoasustaan huolehtiva</li></ul>
<b>Tarrautuva</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Haluaa jäädä jatkuvasti asioimaan tunnin jälkeen opettajan kanssa, varmistelee asioita</li></ul>
<b>Ylikriittinen</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Arvioi / arvostelee jatkuvasti opetuksen sisältöjä, henkilökunnan ja opiskelijatoveriensa toimintaa</li></ul>

Psyykelääkkeillä voi olla myönteisten vaikutusten lisäksi myös haittavaikutuksia oppimis- ja toimintakykyyn. Ne saattavat aiheuttaa väsymystä ja tokkuraisuutta, joka puolestaan voi heikentää keskittymiskykyä ja muistia.

Oppilaitoksessa opettaja arvioi yhteistyössä opiskelijan ja opiskelijahuollon edustajien kanssa opiskelijan tuen tarvetta. Ongelmien laadun, voimakkuuden, toistuvuuden, määrän ja keston kartoitus auttaa selvittämään, millaista tukea opiskelija tarvitsee opiskelun eri vaiheissa ja tarvitaanko oppilaitoksen ulkopuolisia tukitoimia. Pulmallinen tilanne on silloin, jos opiskelija itse ei koe tarvitsevansa apua. Opiskelijalla tulee olla mahdollisuus kasvaa, kehittyä ja voida hyvin, vaikka hänellä olisikin diagnosoitu mielenterveyden häiriö.

*Opiskelun oikea-aikaisuus*

Tuen tarvetta mietittäessä on tärkeää myös arvioida millaisessa vaiheessa opiskelijan psyykkinen kuntoutuminen on. Joskus opiskelija on hakeutunut liian aikaisin koulutukseen, jolloin sairausloma voi olla tarpeen myöhemmän opiskelun onnistumiseksi.

## 4. Miten ammatillisessa oppilaitoksessa voidaan tukea opiskelijaa?

*Tärkeää on tukea itsetuntoa ja itseluottamusta, mahdollistaa osaamista ja kykeneväisyyttä sekä vahvistaa toiveikkuutta.*

Ammatillisessa oppilaitoksessa keskeiset tukimuodot ovat:

- Oppimisympäristön muokkaus ja ryhmytymisen tuki – mielenterveyttä tukeva oppimisympäristö
- Psyykkisen tuen tarpeen tunnistaminen ja varhainen puuttuminen
- Yksilöllinen ohjaus ja tuki (hojks, hops) sekä yksilölliset opetusjärjestelyt
- Opetusmenetelmät ja -järjestelyt sekä työssäoppimisen tuki
- Opiskelijahuollon palvelut
- Yhteistyökäytännöt oppilaitoksen sisällä (tiedonkulku, yhteisöllisyys)
- Yhteistyö oppilaitoksen ulkopuolisten tahojen kanssa esim. vanhemmat, hoitavat tahot, työelämä

*Mielenterveyttä tukeva oppimisympäristö*

Tärkeää on pyrkiä luomaan sekä opiskelijaryhmään että oppilaitostasolle mielenterveyttä ja psyykkistä hyvinvointia tukeva oppimisympäristö. Oppimisympäristössä oleellista on

- Opiskelijoiden yksilöllinen kohtaaminen
- Luottamus, avoimuus
- Itsearvostuksen tukeminen, rohkaisu, kannustus
- Arkinen läsnäolo, keskustelu, kuuntelu

- Turvallisuus, selkeys, ennakoitavuus
- Opiskelijaryhmän ryhmäytymisen tukeminen (orientaatio, pelisäännöt, projekti ym.)
- Palaute, osaamisen korostaminen
- Yhteistyö opiskelijan verkoston kanssa

## TUEN TARPEEN TUNNISTAMINEN

*Tuen tarpeen tunnistaminen: havainnointia, keskustelua, huolen puheeksi ottamista sekä yhteistyötä*

On tärkeää, että ongelmiin puututaan varhain, jotta opiskelijan ongelmat eivät kasaantuisi ja opiskeluissa eteneminen vaarantuisi. Opettajat ja opiskelijahuollon henkilöstö arvioivat, milloin tilanteeseen tulee puuttua ja milloin tulee hakea apua luokkahuoneen ulkopuolelta.

Tuen ja avun tarpeen kartoituksen apuna voi käyttää Stakesin varhaisen puuttumisen mallia, jossa jäsennetään työntekijän kokemaa huolta tilanteesta. Pienenkin huolen voi ottaa puheeksi ja selvittää (poissaolot, epäasiallinen käytös ym.). Suurensa huolesta on kyse välttämättömästä ulkopuolisen avun hakemisesta.

*Huoli puheeksi*

	<b>Pieni huoli</b>	<b>Huolen harmaa vyöhyke</b>	<b>Suuri huoli</b>
<b>Työntekijän kokema huoli</b>	Huoli tai ihmettely käynyt mielessä	Huoli kasvaa tai on tuntuva	Huoli suuri tai jatkuva/ opiskelija vaarassa
<b>Työntekijän omat mahdollisuudet</b>	Luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä	Luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee	Omat keinot loppumassa
<b>Lisävoimavarojen tarve</b>	Ajatuksia lisävoimien tarpeesta	Toivomus lisävoimavaroista ja tilanteen selvittelystä	Lisävoimavaroja saatava heti

Huolen puheeksi ottamisen periaatteita ovat mm.

- Juttele opiskelijan kanssa "olen huomannut...onko syytä huoleen" > anna opiskelijalle tilaisuus puhua
- Ole rehellinen siitä, mitä näet tai aavistat
- Ole ystävällinen, aidosti huolissasi ja kerro, että haluat auttaa
- Anna opiskelijalle tilaa, aikaa, mutta myös rajat
- Etene pienin askelin ja kannustaen toivottuun suuntaan
- Totea ääneen ainakin yksi onnistuminen
- Luota opiskelijan kykyyn löytää itse ratkaisuja
- Tee sopimuksia

Luokan/ oppilaitoksen ulkopuolista apua tarvitaan ainakin silloin, kun

- Opiskelija ilmaisee itse avuntarpeen
- Psykkinen oire (esim. masennus) jatkunut pitkään
- Mielialan voimakas lasku (elämänhalu kadonnut, alavireisyys)
- Mielialan voimakas nousu (kiihottunut, levoton, epärealistinen)
- Opiskelija eristäytyy
- Opiskelija sekava ja realiteetintaju häiriintynyt
- Opiskelijalla on runsaasti poissaoloja, opinnot eivät edisty
- Opiskelija valittaa erilaisia psykosomaattisia oireita (vatsakipua, päänsärkyä)
- Opiskelija on voimakkaan apaattinen ja välinpitämätön
- Opiskelija on itsetuhoinen (uhkailee suorasti tai epäsuorasti kuolemalla)

## **OHJAUS JA OPETUS**

### *Opetus- menetelmät*

---

Opettaja voi tukea opiskelijaa monin tavoin ohjaus- ja opetustilanteissa. Yksilölliset tai yhteistoiminnalliset opetusmenetelmät, työvaltainen opiskelu ja yksilöllinen ohjaus voivat auttaa jo monia opiskelijoita. Stressaavissa tilanteissa kuten esiintymiset, arviointitilanteet ja näytöt, opiskelija voi tarvita erityistä tukea ja vaihtoehtoja.

### *Työssäoppimisen tuki*

---

Siirtymävaiheet ja uudet tilanteet voivat olla haastavia. Työssäoppimisessa opiskelija voi tarvita tukea sopivan työpaikan löytämisessä, työyhteisöön sopeutumisessa, uusien tehtävien oppimisessa ja elämönhallinnassa. Yhteistyö opettajan, opiskelijan ja työpaikkaohjaajan välillä on tärkeää. Opiskelija voi tarvita tukea myös työelämään siirtymisessä ja työllistymisessä.



Opiskelun säännöllisyys ja päivärytmin löytäminen voi olla monin tavoin haaste opiskelijalle. Selkeä poissaolojen ja karttuvien opintojen seuranta helpottavat opintojen etenemistä ja mahdollistavat varhaisen puuttumisen. Opettaja voi myös auttaa opiskelijaa luomalla hänen kanssaan toimivia arjen käytäntöjä. Opiskelija voi tarvita tukea päivärytmin löytämiseen, itsestä huolehtimiseen, harrastusten ja ystävyysuhteiden luomiseen. Tarvittaessa opiskelijahuollon henkilöstö voi auttaa näissä tilanteissa.

Opiskelijan motivaatiota ja sitoutumista opintoihin voi tukea mm. seuraavin keinoin

- Opintojen tavoitteet työstetään yhdessä (mitä hyötyä ja merkitystä)
- Tuetaan opiskelijaa omien tavoitteiden löytämiseen
- Edetään pienin tavoittein, askel kerrallaan ja pienten onnistumisten kautta
- Varmistetaan onnistumisen todennäköisyys ja luodaan kyvykkyyden kokemuksia
- Monipuolistetaan opetusmenetelmiä
- Tuetaan ryhmäytymistä

Opetusjärjestelyllisin keinoin kuten ajan ja opiskeluympäristön muokkauksella voidaan helpottaa opintoja. Opiskelijan opiskeluaikaa voidaan pidentää tai tehdä erityisjärjestelyjä opiskelupäivän pituudelle. Ryhmän kokoa voidaan mahdollisuuksien mukaan muokata tai yksilöohjausta lisätä. Myös työpaikalla tapahtuvaa oppimista voidaan joko lisätä tai yksilöllisesti vähentää tai sijoitella toisin.

Tärkeätä on tunnistaa ja huomioida myös opiskeluun liittyvät erityisvaikeudet kuten lukivaikeudet tai tarkkaavaisuuden ja toiminnan ohjauksen ongelmat.

Opiskelijalle tulee laatia henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma, HOJKS silloin, kun erityisjärjestelyjä ja tukea tarvitaan paljon (opetussuunnitelmaperusteinen koulutus). Tämä takaa suunnitelmallisen tuen ja riittävät resurssit sen toteuttamiselle. Aikuiskoulutuksessa tukitoimet kirjataan valmistavan koulutuksen ja näyttötutkintojen henkilökohtaistamissuunnitelmiin.

## **OHJAUKSEN PERIAATTEITA JA MENETELMIÄ**

### **ERI PSYKKISISSÄ HÄIRIÖISSÄ**

Tärkeä on muistaa, että opettaja on oman alansa ammattilainen ja toimii opetustilanteessa niissä rajoissa. Koulun tehtävänä on vastata ammatillisesta opetuksesta ja yhteistyössä muiden tahojen kanssa toteuttaa ammatillista kuntoutusta, mutta psyykkisen sairauden hoito tapahtuu oppilaitoksen ulkopuolisissa asiantuntijayksiköissä.

Seuraavassa taulukossa on kuvattu ohjauksen keskeisiä menetelmiä psyykkisen häiriön mukaan. Kuitenkin jokainen opiskelija on yksilö ja menetelmät on mietittävä opiskelijakohtaisesti.

Psyykkisen häiriö	Miten näkyy	Ohjatessa tärkeää
Mielialahäiriöt Masennus Mania Kaksisuuntainen mielialahäiriö	<p>Masennus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unettomuus väsymys</li> <li>• aloittekyvyttömyys tehtävät jäävät tekemättä</li> <li>• hidastuneisuus ajankäyttö</li> <li>• keskittymis- ja muistivaikeudet</li> <li>• sosiaalinen vetäytyminen</li> <li>• mielenkiinnon menettäminen, apatia</li> <li>• huonontunut stressinsietokyky</li> </ul> <p>Maniaan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• keskittymisvaikeudet</li> <li>• lyhytjänteisyys turhautuu ja levoton</li> <li>• impulsiivisuus asiat vaihtuvat nopeasti</li> <li>• harkintakyvyn pettäminen</li> <li>• omien voimavarojen yliarvioiminen</li> </ul>	<p>Masennus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pienet onnistumiset tärkeitä</li> <li>• rohkaise, kannusta</li> <li>• anna aikaa</li> <li>• luo turvalliset rajat</li> <li>• selkeät tavoitteet</li> <li>• mahdollista onnistumisen kokemukset</li> </ul> <p>Mania</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stressitilanteiden välttäminen</li> <li>• hallitut ja turvalliset tilanteet/rajat</li> <li>• varhainen oireiden tunnistaminen</li> <li>• stressitaso alhaalla</li> </ul>
Ahdistuneisuus ja pakko-oireiset häiriöt Sos. tilanteiden pelko Paniikkihäiriö Ahdistuneisuushäiriö	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ahdistuneisuus ja pelkoreaktiot</li> <li>• fyysiset oireet; sydäntuntemuksia, hengitysvaikeuksia, pahoinvointia, suun kuivumista, hikoilua ja vapinaa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• voimavarakeskeisyys</li> <li>• oiretiedostus</li> <li>• selkeät realiteetit</li> <li>• rauhallisuus ja suunnitelmallisuus</li> <li>• asteittain eteneminen</li> </ul>
Päihteiden käyttöön liittyvät häiriöt Alkoholi Huumeet Sekakäyttö	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tokkuraisuus ja väsymys</li> <li>• mielialanmuutokset</li> <li>• vieroitusoireet</li> <li>• sekavuustilat</li> <li>• koulunkäynnin epäsäännöllisyys</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tunnista ja puutu varhain</li> <li>• selkeät rajat ja säännöt</li> <li>• rauhallisuus ja turvallisuus</li> <li>• voimavarakeskeisyys</li> </ul>

Psykoottiset häiriöt Skitsofrenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ahdistuneisuus</li> <li>• keskittymiskyvyttömyys</li> <li>• mielialavaihtelut</li> <li>• tahtoelämän muutokset (apaattisuus)</li> <li>• aistiharhat (erityisesti kuuloharhat)</li> <li>• fyysiset oireet (unihäiriöt)</li> <li>• puheen ja käyttäytymisen hajanaisuus</li> <li>• tunteiden latistuminen</li> <li>• tahdottomuus ja kvyttömyys tuntea mielihyvää</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stressitaso alhaalla</li> <li>• rauhalliset ja turvalliset tilanteet</li> <li>• häiriötekijöiden minimointi</li> <li>• asioiden pilkkominen osiin</li> <li>• vuorovaikutustilanteiden harjoittelu</li> <li>• opiskelijakeskeisyys</li> <li>• rohkaisu ja kannustaminen</li> <li>• alkuun saattaminen tärkeää</li> <li>• oiretietoisuus</li> </ul>
Persoonallisuuden häiriöt	Persoonallisuuden piirteitä tai käyttäytymistä, jotka aiheuttavat haittaa ja/tai kärsimystä henkilölle itselleen ja/tai ympäristölle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• selkeät rajat ja säännöt</li> <li>• rauhallisuus ja turvallisuus</li> <li>• voimavarakeskeisyys</li> </ul>

## YHTEISTYÖ OPISKELIJAN TUKENA

Luokkahuoneen ulkopuolinen tuki on erityisen tärkeää, kun opiskelija oireilee psyykkisesti. Opiskelijahuoltoryhmä ja opiskelijahuollon yksittäiset työntekijät: terveydenhoitaja, kuraattori, opinto-ohjaaja, erityisopettaja ja koulupsykologi tukevat opiskelijaa. Tarvittaessa he toimivat linkkinä hoitavaan tahoon ja ohjaavat opiskelijaa hakemaan apua oppilaitoksen ulkopuolisilta tahoilta. He toimivat myös opettajien tukena ongelmallisissa tilanteissa.

### Opiskelijahuolto

Opetushallituksen määräyksen mukaan opiskelijahuollon tehtävänä on mm. luoda turvallinen ja terveellinen opiskeluympäristö, edistää oppilaitosyhteisön hyvinvointia ja viihtyisyyttä, tukea opiskelijaa, säilyttää oppilaitosyhteisön toimintakyky uhkaavissa tilanteissa sekä turvata opiskelijan mahdollisuus saada opiskelijahuollon palveluita opiskelupaikkakunnallaan (OPH 27.8.2004 M28/011/2004).

Oppilaitosten tehtävänä on laatia osaksi opetussuunnitelmaa

- Ohjeet oppilaitosyhteisön toimintaan liittyvistä asioista ja niiden hoitamisesta
  - Ennaltaehkäisevät toimintaohjeet tupakan, alkoholin ja huumeiden käytöstä
  - Kiusaamisesta, väkivallasta ja häirinnästä sekä käyttäytymishäiriöistä
  - Kriisitilanteissa toimimisesta kuten tapaturmat, onnettomuudet ja kuolemantapaukset
- Ohjeet kodin ja oppilaitoksen välisestä yhteistyöstä

Suunnitelmat laaditaan yhteistyössä oppilaitoksen sijaintikunnan sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaisten kanssa. Tällöin sovitaan myös opiskelijaterveydenhuollon ja psykososiaalisen tuen asiantuntijapalveluiden järjestämisestä kunnassa.

*Yhteistyö vanhempien kanssa*

---

Erityisesti alaikäisen opiskelijan kohdalla yhteistyö vanhempien kanssa on oleellisin tärkeää. Yhteiset pelisäännöt koulun ja kodin välillä helpottavat ja tukevat nuoren kehitystä.

## 5 Mistä apua oppilaitoksen ulkopuolelta?

---

*Terveyskeskus*

---

Kunnan terveyskeskus on ensisijainen paikka apua haettaessa. Terveystoiminta toimii jokaisessa oppilaitoksessa. Terveyskeskuslääkärille voi varata ajan akuuttilanteessa. Terveyskeskuspsykologi voi tarjota lyhytaikaista tukea psyykkisissä ongelmissa. Terveyskeskusten psykiatrinen avohoito voi toimia myös hoitavana ja kuntouttavana tahona.

*Sosiaalitoimi*

---

Päihteisiin ja elämäntilanteeseen liittyvissä ongelmissa apua löytyy mm. kunnan sosiaalitoimesta. Sosiaalitoimen palveluita ovat mm.

- sosiaalityö
- A-klinikka
- mielenterveys- ja päihdetyö: esim. mielenterveys- ja päihdetyön yksikkö
- asumispalvelut
- perheneuvola
- perhesosiaalityö, lastensuojelu

*Erikoissairaanhoito*

---

Pitkäaikainen tuki, terapia ja hoito toteutetaan useimmiten erikoissairaanhoidossa (esim. HUS). Kunnissa toimivat avohuollon psykiatriset poliklinikat, kuntoutuskeskukset ja nuorisopsykiatrian poliklinikat. Sairaalahoidon toteutetaan keskussairaaloissa ja psykiatrisissa sairaaloissa.

*Nuorisotoimi*

---

Nuorisotoimen erityisnuorisotyö ja päihdetyö ovat alle 18-vuotiaiden kohdalla hyvä tukimuoto. Keski-Uudellamaalla toimii mm. Keski-Uudenmaan päihdepysäkki (Järvenpää, Kerava) ja Tuusulan nuorisotasema

*Seurakunta*

---

Lisäksi seurakunnilla on monia palveluita, joita psyykkistä tukea tarvitsevat nuoret ja aikuiset voivat hyödyntää. Näitä ovat mm. nuorisotyö ja erityisnuorisotyö, perheneuvonta, opiskelijapalvelut, diakoniatyö ja palveleva puhelin.

*Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus*

---

Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus toteuttaa oppilaitosten henkilöstölle koulutusta ja konsultaatiota. Lisäksi IJKK tarjoaa opiskelijoille psyykkisen tuen tarpeen arviointeja psykologipalveluina.

Lisätietoja saa edellä mainituista toimipaikoista, joista voi kysyä tarkempia toimintaohjeita tilanteeseen.

## 6 Yhteenveto – psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan ohjaus ja opetus



## 7 Linkejä ja lisätietoa

Potilas- ja omaisyhdistykset tarjoavat tietoa ja tukea sairastuneille ja heidän läheisilleen. Yhdistykset antavat myös konsultaatioapua psyykkisen tuen tarpeessa olevien opiskelijoiden parissa työskenteleville ammattilaisille.

### MIELENTERVEYDEN KESKUSLIITTO

Malmin kauppatie 26, 00700 Helsinki  
puh. (09) 351 600, faksi (09) 351 4364  
[www.mtkl.fi/jarjesto](http://www.mtkl.fi/jarjesto)

### SUOMEN MIELENTERVEYSSEURA

Maistraatinportti 4 A 00240 Helsinki  
vaihe (09) 615 516 faksi (09) 6155 1770  
sähköposti: [etunimi.sukunimi@mielenterveysseura.fi](mailto:etunimi.sukunimi@mielenterveysseura.fi)  
[www.mielenterveysseura.fi](http://www.mielenterveysseura.fi)

## **OMAISET MIELENTERVEYSTYÖN TUKENA KESKUSLIITTO RY**

Radiokatu 20 00240 Helsinki  
puh/faksi: (09) 726 1181  
keskusliitto@omaisten.org

<http://www.apua.info/>  
<http://www.nyyti.fi/>  
<http://www.infopankki.fi/fi-FI/mielenterveysongelmat/>

### **A-KLINIKKASÄÄTIÖ**

A-klinikoita, nuorisoasemat, katkaisuhoidoasemat, kuntoutuskeskukset, tukiasuntotoiminta ja Järvenpään sosiaalisairaala  
Paasivuorenkatu 2 A, 00530 Helsinki  
Puh. (09) 6220 290 ja fax (09) 175 276  
E-mail: [etunimi.sukunimi@a-klinikka.fi](mailto:etunimi.sukunimi@a-klinikka.fi)  
<http://www.a-klinikka.fi/>

<http://www.paihdelinkki.fi>  
<http://www2.stakes.fi/neuvoa-antavat/hoitopaikat/hoitopaikat.htm>  
<http://www.irtihuumeistary.fi>

### **KANSANTERVEYSLAITOS JA TERVEYDEN EDISTÄMISEN KESKUS**

ovat tuottaneet aineistoja mielenterveyshäiriöiden varhaisen tunnistamisen avuksi  
[www.ktl.fi/julkaisut/mielenterveys](http://www.ktl.fi/julkaisut/mielenterveys)

- Nuorten depressio
- Nuorten masennus
- Nuorten itsetuhokäyttytymisen tunnistaminen ja arviointi
- Nuorten päihdehäiriöiden varhainen tunnistaminen
- Nuorten päihdehäiriöt ja muut mielenterveydenhäiriöt
- Nuorten päihdehäiriöiden hoito
- Tarkkaavuus- ja käytöshäiriöt päihdeongelmaisilla nuorilla

### **LÄHTEET**

Heiskanen, T., Salonen, K. ja Sassi, P. 2007. Mielenterveyden ensiapukirja. Suomen mielenterveysseura.

Karvonen, R. Ja Lämsä, A-L. 2007. Saavutettavuus ja mielen terveys. Teoksessa: (Toim.) Eskola, S., Metsola, L., Miettinen, K., Piha, L., Rahikkala, M-L. ja Ruuskanen, U. Kaikille yhteiseen ammatilliseen oppilaitokseen - puheenvuoroja esteettömyydestä ja saavutettavuudesta. Invalidilaiton julkaisuja M.7., 2007.

Kero, S. 2007. Varhainen puuttuminen yhteisöllisenä toimintana - Joukkuehenkeä ja hyviä syöttöjä. Kiipulan ammattiopisto.

Lehtoranta, P. ja Reinola, O. 2007. Haastava nuori ammattiin oppimassa. Kuntoutussäätiö.

Opintie työelämään – näkökulmia mielenterveyskuntoutujien ammatilliseen kuntoutukseen. 2005. MTKL.

Varhainen puuttuminen, Varpu. Stakes. <http://groups.stakes.fi/VERK/FI/Varpu/index.htm>

### **LUENNOT JA LUENTOMATERIAALI**

Invalidilaiton Järvenpään koulutuskeskuksen IJKK:n asiantuntijaluennot  
Jokinen, A., Salminen, A., Eskola, S. Viikman, T., Tarvainen, E., Hokkanen, M., Rentola, L. 2007.

Lindberg, T., apulaisylilääkäri, Järvenpään kuntoutuspoliklinikka, luento 2007.

Mielenterveyden keskusliiton asiantuntijaluennot:  
Parviainen, I-M, Rautakorpi, E., Rinta-Jouppi, J. Yrttiaho, K., Veijalainen, S. ja Vuorela, M. 2007.

# Psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan opetus ja ohjaus ammatillisessa oppilaitoksessa

OPAS OPETTAJILLE JA OPISKELIJAHUOLLON TYÖNTEKIJÖILLE

## Anu Jokinen

Psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan ohjaus ja opetus ammatillisessa oppilaitoksessa -julkaisun tavoitteena on

## Liisa Rentola

antaa opettajille ja opiskelijahuollon edustajille välineitä

## Seija Eskola

tuen tarpeen tunnistamiseen ja tukea tarvitsevan opiskelijan opintojen ohjaamiseen ammatillisissa oppilaitoksissa.

Julkaisussa käsitellään psyykkiset tuen tarpeiden ilmenemistä ja varhaista puuttumista, opetuksen ja ohjauksen keinoja ammatillisessa oppilaitoksessa sekä oppilaitoksen ulkopuolisia tukitoimia.

Julkaisun sisältö on koottu Opetushallituksen rahoittaman Mielenterveyskuntoutuja opiskelijana" -hankkeen aikana. Julkaisun tekemisessä on hyödynnetty koulutusmateriaaleja, joita eri asiantuntijat ovat käyttäneet hankkeeseen liittyvissä koulutuksissa. Materiaalin kehittämistyöhön ovat osallistuneet Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskuksen asiantuntijoiden lisäksi eri tahot kuten Mielenterveyden keskusliitto ja alueen ammatillisten oppilaitosten edustajat.

Invalidiliiton julkaisuja  
0.37, 2008  
ISBN 978-952-5548-22-8  
ISSN 1457-1471



**Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus**

Mannilantie 27 - 29  
04400 Järvenpää  
puh. 09 292 011 (vaihde)  
faksi 09 2920 1270  
[www.ijkk.fi](http://www.ijkk.fi)