

# Mielihyvin duunissa

## Mielihyvin duunissa

**PAEK 20.9.2024**

Kirsi Purhonen, TAMK

Kosti Nivalainen, TAMK



**Euroopan unionin  
rahoittama**

NextGenerationEU



# Mielihyvin duunissa –hanke

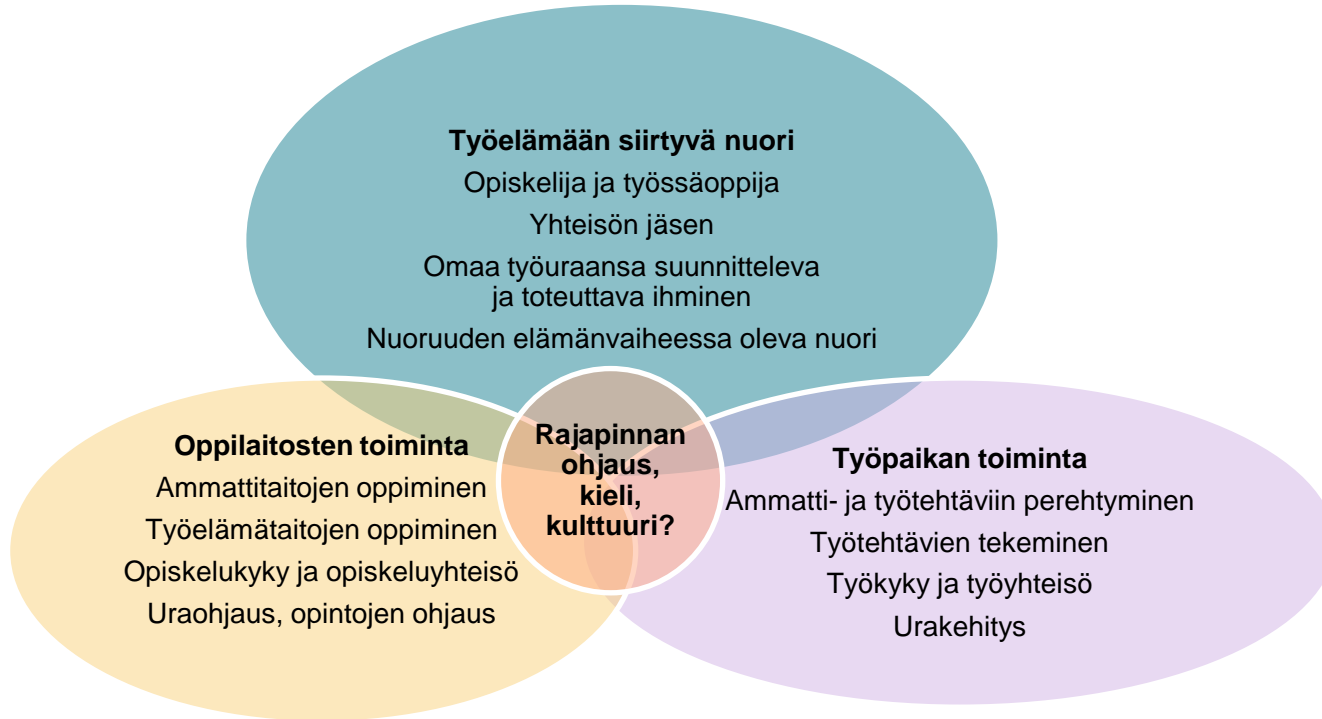
*"Kehitämme sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväää työelämää yhdessä nuorten kanssa"*

## TAUSTAA

- Palvelu- ja sote-alojen työvoimapula >< merkittävät, nuoria työllistävät alat
- Nuorten työssäjaksaminen ja työelämän epävarmuus (32%:a nuorista pitää työelämää liian raskaana)
- Lisääntyneet nuorten sairauspoissaolojen voimakas lisääntyminen
- Nuorten kielteiset työelämäkokemukset ja kuormittuneisuus
- Mielenveysongelmien ja oppimisvaikeuksien syys-seuraussuhde
- Mielenveysosaaminen oli opettajien tärkein osaamistarve OPH ennakoitiraportissa 2023

# Mielihyvin duunissa

Yhteinen päämäärä – erilainen kieli, kulttuuri ja lähestymistapa



# Mielihyvin duunissa –hanke

*"Kehitämme sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväää työelämää yhdessä nuorten kanssa"*

## Työpaikat



Työpaikkojen rekrytoijat,  
perehdyttäjät,  
työterveyshuolto,  
esihenkilöt

## Työelämään siirtyvät nuoret



Ammatillisen koulun  
opiskelijat,  
nonformaaleissa  
oppimisympäristöissä ja  
työssä olevat nuoret

## Oppilaitokset



Ammatilliset opettajat,  
opettajaopiskelijat,  
opettajakouluttajat,  
oppilaitoksen johtajat ja  
esihenkilöt

DIAK



Mielenterveyden  
keskusliitto



# Nuorten ajatuksia Silta-Valmennuksen Pirkanmaan kehittäjäryhmästä: Kuinka oppilaitokset voisivat tukea nuorten jaksamista

- Riittävästi tukea matalalla kynnyksellä
- Selkeys ja jämäkkyys, ope on pomo
- Mahdollisuus yksilöllisiin ratkaisuihin
- Sosiaalisista suhteista huolehtiminen, yhteisöllisyys
- Hyvinvointia tukevan tiedon jakaminen
- Lepo, tauot
- Henkilöstön osaamisen kehittäminen
- Lemmikkihuone, eläinavusteinen toiminta

# Nuorten terveisiä oppilaitoksille Silta ja Valovalmennusyhdistysten nuorilta

## MOTIVAATIOOTEKIJÄT

- Innostaminen
- Kehittyminen, motivaatiopalkinnot, tsemppaus
- Vertaisoppiminen, sosiaaliset kontaktit
- Ammattialaan kiinnittyminen
- Sopiva kuormittuminen
- Verkko-opetuksen vähentäminen
- Oppimateriaalit ja niiden vaihtelut
- Opettajan läsnäolo ja kohtaamistaidot



# Mielihyvin duunissa- hankkeen kysely ammatillisille opettajaopiskelijoille (15.3.2024, n=15)

- Millaisia mahdollisia opiskelijoiden mielenterveyteen liittyviä tilanteita olet kokenut työssäsi
  - Ahdistuneisuus, masennus ym. Mielenterveyden ongelmiin liittyvät diagnosoitavat oireet, kiusaaminen, heikko itsetunto, epäonnistumisen pelko
- Arvioi tämän hetkinen tietämyksesi mielenterveyteen liittyvistä haasteista opetustyön kannalta
  - Perustietämys on, mutta tietoa tarvitaan enemmän
  - Aihe on tabu
- Miten edistäisit mielen hyvinvointia opetustyössäsi
  - Kohtaaminen, turvallinen ilmapiiri, tukipalveluihin ohjaaminen, positiivinen pedagogiikka

# Mielihyvin duunissa oppilaitoksissa

## NUORTEN ÄÄNI



**Oppilaitosten  
pedagogisen  
johtamisen  
konsultaatio**



**Menetelmiä pilotoivat  
oppilaitokset**

- Mielen hyvinvoinnin huomioiva uraohjauksen malli
- Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaaja
- Menetelmäpankki



**Opettaja-  
korkeakoulujen  
osaamissuosituksien  
opetussuunnitelma-  
työhön**



**Viestintä ja  
vaikuttaminen**

<https://mielihyvinduunissa.fi/>



# Työkaluja mielen hyvinvoinnin osaamisen lisäämiseksi

## Opettajille ja ohjaajille

Mielen hyvinvointia tukevat valmennukset

Lyhytkestoiset harjoitukset

Yksilövalmennus ja ohjauksen työkalut

Itsenäisesti suoritettavat verkkokurssit

Uraohjaus mielen hyvinvointia tukemassa

Mielen hyvinvoinnin pedagogisen osaajan -osaamismerkki

Mielihyvin duunissa  Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

[Materiaalipankki](#)

- Hevari ja Minari -valmennukset (MTKL)
- 5 askelta tasapainoisempaan työelämään™ (VHL Oy)
- Yksilöohjaukseen menetelmiä (Kuntoutussäätiö)
- Zekki (Diak)

**Mielihyvin duunissa**



[Mielen hyvinvoinnin pedagoginen osaajamerkistö](#)



Mielihyvin duunissa  Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

<https://mielihyvinduunissa.fi/materiaalipankki/>

# Osaamissuosituksia opettajakorkeakoulujen ops-työskentelyyn

Minkälaisia asioita/teemoja toivoisit opettajien koulutuksissa huomioitavan liittyen mielen hyvinvoinnin teemoihin



# ”Mielen hyvinvointi on kansalaistaito, jota tulee opettaa ja antaa kaikille mahdollisuus oppia näitä taitoja”

Blogi: [Hyvinvoiva mieli on opeteltavissa oleva kansalaistaito](#)

Kirsi Purhonen, [kirsi.purhonen@tuni.fi](mailto:kirsi.purhonen@tuni.fi), p. 050 5288135

Kosti Nivalainen, [kosti.nivalainen@tuni.fi](mailto:kosti.nivalainen@tuni.fi), p. 040 8395089

Mira Roine, hankejohtaja, [mira.roinen@valo-valmennus.fi](mailto:mira.roinen@valo-valmennus.fi)  
Valovalmennusyhdistys ry

<https://mielihyvinduunissa.fi/>

 Mielihyvin duunissa



Euroopan unionin  
rahoittama

NextGenerationEU

