

Hyvinvoinnin ja läsnäolon vahvistaminen kouluarjessa

- Toimiva perusarki on oppilaan hyvinvoinnin perusta ja koostuu eri asioista. Tärkeitä asioita ovat oppilaan
 - säännöllinen arkirytm
 - psyykkinen ja fyysinen hyvinvointi
 - toimivat ihmissuhteet
- Kouluarjen myönteiset kohtaamiset ja ryhmään kuulumisen tunne vahvistavat oppilaan koululäsnäoloa ja ennalta ehkäisevät poissaoloja. Yhteisöllinen toimintakulttuuri on oppilasta suojaava tekijä. Kouluarjessa läsnäoloa vahvistavat
 - turvallinen ilmapiiri
 - pedagogiset ja sosiaalisia suhteita kannattelevat ratkaisut, jota tukevat oppilaan osallisuutta
 - laadukas koulunkäynnin yleinen tuki ja oppimisen esteiden purkaminen
 - hyvinvoinnin säännöllinen seuranta tietoon perustuen (esim. poissaolot, Wilma-merkinnät, oppimisen edistyminen)

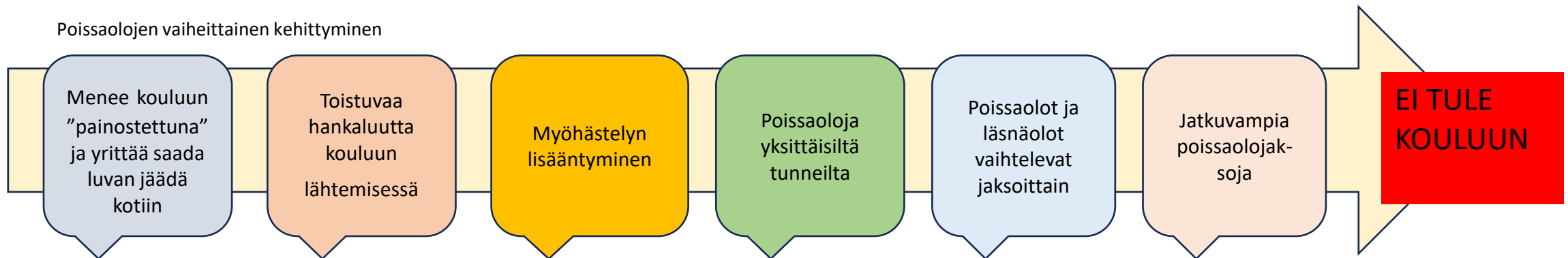
Lisätietoa: Mielenterveyden käsi -juliste - MIELI ry, Tietoa kohderyhmittäin | Mielenterveystalo.fi

Poissaolojen seuranta

- Opettaja seuraa oppilaan poissaoloja, tuntimerkintöjä ja oppimisen edistymistä osana hyvinvoinnin seurantaa.
- Poissaoloja seuraamalla voidaan tunnistaa myös ryhmätasoisia ilmiöitä ja tilanteita, jotka voivat lisätä tai ennaltaehkäistä poissaoloja.
- Mikäli opettaja ottaa yhteyttä, yhteydenoton tarkoituksena on kuulla, miltä oppilaan koulunkäynti näyttää huoltajan näkökulmasta. Syytä huoleen ei siis välttämättä ole, vaan kyse on varhaisesta puheeksi ottamisesta ja yhteisestä tilannearvion tekemisestä oppilaan oppimiseen ja hyvinvointiin liittyen.
- Huolta herättäviin ja luvattomiin poissaoloihin puututaan viipymättä. Myös selvittämättömistä poissaoloista on huolehdittava yhteistyössä kodin ja koulun välillä. Varhaiset koulunkäynnin haasteet saattavat näyttäytyä aluksi yksittäisinä poissaolotunteina tai esiintyä tiettyinä päivinä.
- Poissaolomäärien tunti- ja prosenttirajat ovat suuntaa-antavia. Jokaisen oppilaan tilanne on aina arvioitava kokonaisuutena. Suunnitelmallisella poissaolojen seurannalla ja puheeksi ottamisella varmistetaan yhteisen tilannearvion tekeminen oppilaan oppimiseen ja hyvinvointiin liittyen

Poissaolojen taustalla olevat syyt ja vaiheittainen kehittyminen

- Poissaolojen taustalla saattaa olla erilaisia syitä. Oppilaan koululäsnäolon seuraaminen on keino havainnoida mahdollisia muutoksia oppilaan tilanteessa.
- Joskus poissaolot saattavat kehittyä huomaamatta ja vaiheittain. Tästä syystä kaikkien poissaolojen seuraaminen ja tarkastelu on tärkeää. Poissaolojen vaiheittainen kehittyminen



- Ole yhteydessä kouluun, jos havaitset haasteita koulunkäynnissä

Poissaolojen ensimerkit

- **Jos koulukäynti ja poissaolot mietityttävät, ole yhteydessä opettajaan.** Tarvittaessa voit ottaa myös yhteyttä kouluterveydenhoitajaan, kuraattoriin tai koulupsykologiin.
- **Poissaolot saattavat kehittyä vaiheittain ja ensimerkit näkyvät usein ensin kotona. Ensimerkkejä voivat olla esim.**
- vaikeudet lähteä aamuisin kouluun, toistuva viivyttely, myöhästymisten lisääntyminen
- lisääntyneet psykosomaattiset oireet, esim. vatsakipu, pahoinvointi, päänsärky
- lisääntynyt ärtyneisyys tai hankalasti sanoitettavat tunteet ahdistuneisuudesta
- toistuvat pyynnöt jäädä kotiin
- muutokset kaverisuhteissa, erityisesti koulussa
- lisääntyneet huolen tuntemukset ja sosiaalisten tilanteiden välttely

Tue lapsen ja nuoren kouluun lähtemistä

- Älä selvitä luvalliseksi sellaista poissaoloa, jonka syystä et ole varma, vaan ota asia puheeksi kouluhenkilöstön kanssa.
- Pysy vanhempana ystävällisenä, mutta jämäkkänä: koulunkäynti on oppilaan velvollisuus.
- Pidä kiinni arkirytmistä ja rutiineista, vaikka lapsi tai nuori ei lähtisi kouluun: aamuherätys, ruokailuajat, koulutehtävien ja -läksyjien teko päivän aikana. Tarkista, että asiat tulevat tehdyiksi.
- Tunnista kotiin jäämistä edesauttavia asioita ja pyri vähentämään niitä: esim. saako lapsi tai nuori nukkua pidempään tai pelata kotona ollessaan? Jääkö lapsi tai nuori kotiin saadakseen vanhemman täyden huomion?
- Vahvista lapsen ja nuoren uskoa itseensä ja siihen, että hän pystyy kohtaamaan hankalia tunteita. Ole tukena: kerro, että voitte ratkoa tilannetta sekä yhdessä että koulun kanssa. Tunteiden ja haasteiden välttely ei ratkaise asiaa, vaan tilanne pääsee pitkittymään ja muuttuu vaikeammin ratkaistavaksi.

Oppilaalle – älä jää yksin pohtimaan!

- Opettaja seuraa poissaoloja ja muita Wilma-merkintöjä osana hyvinvointia ja oppimistasi. Muutokset koulunkäynnissä voivat kertoa siitä, että tilanteestasi olisi hyvä jutella yhdessä.
- Jos koulunkäynti mietityttää, älä jää pohtimaan asiaa yksin! Kerro vanhemmalle, kaverille, opettajalle tai muulle koulussa työskentelevälle aikuiselle ajatuksistasi. Aikuinen voi kuunnella ja auttaa. Myös kaverin kanssa voi yhdessä mennä juttelemaan aikuiselle.
- Koulussa on opettajan lisäksi monia aikuisia, joille puhua. esim. terveydenhoitaja, kuraattori, koulupsykologi tai nuorisotyöntekijä ovat niitä tahoja, joiden kanssa voit jutella mielelläsi olevista asioista.
- Joskus asiat mietityttävät: tärkeintä on puhua niistä ääneen. Kaikki ajatukset arvokkaita- yhdessä jutellen moni asia ratkeaa

Poissaolotilanteita ratkotaan yhteistyöllä ja oppilaan tilannetta yksilöllisesti pohtimalla

- Tutkimuksissa 10 % poissaoloa pidetään tilanteena, joissa poissaolot voivat olla riski oppimiselle ja hyvinvoinnille ja yli 20% poissaoloissa riskit kasvavat edelleen. Varhaisella puheeksi ottamisella ja keskustelulla halutaan ennaltaehkäistä poissaoloja ja mahdollistaa tarvittaessa tuen saaminen tilanteeseen mahdollisimman ajoissa.
- Yhtä ja samanlaista ratkaisua poissaoloihin ei ole olemassa. Jokaisen oppilaan tilanne on aina omanlaisensa ja ratkaisut mietittävä yksilöllisesti. Keskeistä on oppilaan kokonaistilanteen kartoittaminen, taustasyiden selvittäminen sekä seurannasta ja vastusta sopiminen monialaisessa asiantuntijaryhmässä.
- Säännöllinen yhteydenpito oppilaan, huoltajien ja muiden toimijoiden kesken on ratkaisevan tärkeää oppilaan tilanteen tukemiseksi. Poissaolotilanteissa nimetään vastuuaikuinen, joka toimii linkkinä eri toimijoiden välillä ja pitää yhteyttä oppilaaseen säännöllisesti.

10% poissaolo on tutkitusti hyvinvoinnin ja oppimisen riskitekijä

POISSAOLOT PROSENTTEINA JA TUNTEINA	5% poissaolo	10% poissaolo	20% poissaolo
Eskari			
1-2 luokkalainen	19 h lukukaudessa 38 h lukuvuodessa	38 h lukukaudessa 76 h lukuvuodessa	76 h lukukaudessa 152 h lukuvuodessa
3-4 luokkalainen	22 h lukukaudessa 44 h lukuvuodessa	43 h lukukaudessa 87 h lukuvuodessa	87 h lukukaudessa 175h lukuvuodessa
5-6 luokkalainen	24 h lukukaudessa 48 h lukuvuodessa	48 h lukukaudessa 95 h lukuvuodessa	95h lukukaudessa 190 h lukuvuodessa
7-9 luokkalainen	29 h lukukaudessa 57 h lukuvuodessa	57 h lukukaudessa 114 h lukuvuodessa	114 h lukukaudessa 228 h lukuvuodessa
Lukio			

Kohdennetut varhaiset toimenpiteet, poissaoloja 5–10%

- Monialainen yksilökohtainen opiskelijahuoltoryhmä kootaan tarvittaessa oppilaan tilanteen kokonaisvaltaiseksi kartoittamiseksi ja tarvittavien tukitoimien suunnittelemiseksi huoltajan ja oppilaan suostumuksella. Mukaan voidaan arvioidun tarpeen mukaan kutsua esim. kouluterveydenhoitaja, kuraattori tai koulupsykologi.
- Opiskelijahuoltoryhmässä oppilaan tilannetta kartoitetaan ja ratkotaan yhteisesti keskustellen. Oppilaan omien ajatusten ja näkemysten kuunteleminen on yhteisen työskentelyn lähtökohta. Siksi oppilaan mukana oleminen keskustelutilaisuudessa on erittäin tärkeää.
- Toimintasuunnitelman laatimiseksi
 - sovitaan poissaolojen taustasyiden selvittämisestä erilaisia ja monipuolisia kartoitusvälineitä käyttäen
 - tarkistetaan oppilaan tuen tilanne
 - sovitaan tarkoituksenmukaisista pitkän- ja lyhyen aikavälin tavoitteista koulunkäyntikyvyn vahvistamiseksi
 - sovitaan tilanteen seurannasta ja vastuuhenkilöstä
 - kirjataan asiat muistiin seurannan helpottamiseksi: opettaja kirjaa tapaamisesta muistion, joka voidaan tarvittaessa myös toimittaa huoltajalle.

Vahvat suunnitelmalliset toimenpiteet, poissaoloja yli 20%

- Pitkittyvät ja runsaat poissaolot ovat hyvinvoinnin ja oppimisen riskitekijä. Pitkittyneissä poissaolotilanteissa tarvitaan pitkäjänteistä verkostotyöskentelyä.
- Pedagogiset ratkaisut ja opiskeluhuollollinen tuki suunnitellaan oppilaan koulunkäyntiä tukevaksi kokonaisuudeksi. Palaverissa yhdistyy eri ammattilaisten osaaminen oppilaan kouluun kiinnittymisen vahvistamiseksi ja tukemiseksi oikea-aikaisesti.
- Jos koulun ja opiskeluhuollon tukitoimet eivät riitä, työskentelyä laajennetaan koulun ulkopuolisiin sidosryhmiin (esim. erikoisairaanhoidon palvelut perustasolla, perhepalvelut ja lastensuojelu)
- Haastavissa poissaolotilanteissa koulunkäynnin tueksi tarvitaan usein joustavia opetusjärjestelyitä. Jos monialainen asiantuntijaryhmä on koottu, tulee sitä hyödyntää ajoissa ja suunnitelmallisesti oppilaan koulunkäynnin tukemiseksi.
- Oppilas saattaa tarvita myös joustavia opetusjärjestelyitä koulunkäynnin tueksi. Perusopetuslain ja opetussuunnitelman mukaisia järjestelyitä ovat mm. vuosiluokkiin sitomaton opiskelu (VSOP) sekä erityiset opetusjärjestelyt (POL 18§).
- Pitkittyneissä poissaolotilanteissa tukea vahvistetaan ja puretaan tarpeen mukaan. Keskeistä on tilanteen suunnitelmallinen seuraaminen, toimijoiden yhteydenpito ja yhteistyö oppilaan ja perheen kanssa. Oppilas tarvitsee myös yhteisöllistä tukea ja vahvistamista yksilökohtaisen työskentelyn rinnalla