

Toimittanut  
Soile Huuromonen



# OPIKELUVALMENNUKSEN KEHITTÄMINEN

Palveluntuottajien näkökulma

Kuntoutusta kehittämässä 20 | 2020

## Kirjoittajat

Tiivistelmä ja johdanto, Kela:

Soile Huuromonen, VTM, projektipäällikkö 22.11.2017–31.12.2020

etunimi.sukunimi@kela.fi

Luku 2, Avire Oy:

Marjo Lintilä, psykologi

Tanja Siltala, sosionomi (AMK)

etunimi.sukunimi@kipula.fi

Luku 3, KK-Verve Oy:

Susanna Kerman, sosionomi (AMK), ammatillinen kuntoutusohjaaja, työnohjaaja

Arja Kirjavainen, YTM, AMO

Päivi Mäkisalo-Kauhanen, toimintaterapeutti (AMK), ammatillinen kuntoutusohjaaja, neuropsykiatrisen valmentaja

etunimi.sukunimi@verve.fi

Luku 4, Villen Verstas Oy:

Maria Lepola, psykiatrisen sh (AMK), perhe-terapeutti

Timo Saari, sosionomi (AMK), työnohjaaja

Ville Salonen, psykiatrisen sh, perhe- ja psykoterapeutti, työnohjaaja (STO-ry)

etunimi.sukunimi@villenverstas.com

Yhteenveto, Kela:

Soile Huuromonen, VTM, projektipäällikkö 22.11.2017–31.12.2020

etunimi.sukunimi@kela.fi

<https://www.kela.fi>

ISBN 978-952-284-101-8

ISSN 2489-849X

URI <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020112492777>

Helsinki 2020

# Sisältö

|  |    |
|--|----|
| Tiivistelmä .....  | 5  |
| 1 Johdanto.....  | 6  |
| 1.1 Projektin tavoitteet ja toteutus .....                                 | 7  |
| 1.2 Projektin toteutukseen osallistuneet.....                              | 8  |
| 1.3 Opiskeluvalmennuksen tavoitteet.....                                   | 8  |
| 1.4 Opiskeluvalmennuksen rakenne ja kesto.....                             | 9  |
| 1.5 Opiskelijoiden ohjautuminen.....                                       | 10 |
| 1.6 Lyhytterapeuttiset menetelmät.....                                     | 10 |
| 1.6.1 Kognitiivis-analyttinen menetelmä (KAT).....                         | 11 |
| 1.6.2 Ratkaisukeskeinen menetelmä (RATKES).....                            | 11 |
| 1.7 Kehittämistyön menetelmät ja työskentelytavat.....                     | 12 |
| Lähteet.....   | 13 |
| 2 Kiiipula-Aviren kokemuksia kehittämistyöstä.....                         | 14 |
| 2.1 Opiskeluvalmennuksen toteutuminen.....                                 | 14 |
| 2.1.1 Nuorista saatu esitieto.....   | 15 |
| 2.1.2 Kohderyhmä.....  | 16 |
| 2.1.3 Opiskeluvalmennuksen hyödyt.....                                     | 16 |
| 2.1.4 Toimivat toimintatavat opiskeluvalmennuksessa.....                   | 20 |
| 2.2 Opiskeluvalmentajien koulutus ja tarvittava osaaminen.....             | 22 |
| 2.3 KAT-menetelmän hyödyntäminen opiskeluvalmennuksessa.....               | 23 |
| 2.4 Opiskeluvalmennus-palvelun mallintaminen.....                          | 26 |
| 2.4.1 Ohjautuminen.....  | 26 |
| 2.4.2 Opiskeluvalmennuksen kesto, tapaamiskerrat ja toteuttamispaikat..... | 26 |
| 2.4.3 Opiskeluvalmennuksen teemat ja käytettävät menetelmät.....           | 28 |
| 2.4.4 Yhteistyö eri tahojen kanssa.....                                    | 29 |
| 2.5 Johtopäätökset.....  | 30 |
| Lähteet.....   | 33 |
| 3 KK-Verven kokemuksia kehittämistyöstä.....                               | 34 |
| 3.1 Opiskeluvalmennuksen toteutuminen.....                                 | 36 |
| 3.2 Opiskeluvalmennuksen onnistumiseen vaikuttaneet tekijät.....           | 39 |

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 3.3   | Toimivat käytänteet oppilaitoksen kanssa tehtävässä yhteistyössä.....     | 39 |
| 3.4   | KAT-menetelmän hyödyntäminen opiskelijoiden tukemisessa.....              | 40 |
| 3.5   | Kokemukset kehittämistyöstä.....  | 41 |
| 3.6   | Opiskeluvalmennuksen mallintaminen.....                                   | 42 |
| 3.6.1 | Opiskeluvalmennuksen kesto ja rakenne.....                                | 42 |
| 3.6.2 | Henkilöstö.....   | 43 |
| 3.6.3 | Opiskeluvalmennuksen teemat ja ydinkysymykset.....                        | 43 |
| 3.6.4 | Työmenetelmät eri vaiheissa.....  | 46 |
| 3.7   | Johtopäätökset.....   | 47 |
|       | Lähteet.....  | 49 |
| 4     | Villen Verstaan kokemuksia kehittämistyöstä.....                          | 50 |
| 4.1   | Kokemuksia opiskeluvalmennuksen toteutumisesta.....                       | 51 |
| 4.1.1 | Asiakkaiden ohjautuminen.....   | 53 |
| 4.1.2 | Kokemuksia verkostotyöstä.....  | 54 |
| 4.1.3 | Opiskeluvalmennusmallin toimivuus.....                                    | 54 |
| 4.1.4 | Asiakkaiden tapaamisista opittua.....                                     | 55 |
| 4.2   | Ratkaisukeskeisen menetelmän hyödyntäminen opiskelijoiden tukemisessa.... | 56 |
| 4.3   | Opiskeluvalmennuksen mallintaminen.....                                   | 57 |
| 4.4   | Johtopäätökset.....   | 60 |
| 5     | Yhteenveto.....   | 61 |
|       | Liiteluettelo.....  | 65 |

## Tiivistelmä

Kelan Opiskeluvalmennus-projektissa kehitettiin vuosina 2016–2020 kuntoutusta tukemaan opiskelijoiden opintojen etenemistä. Uudenlaista kuntoutusta kokeiltiin ammatillisissa oppilaitoksissa opiskeleville 16–29-vuotiaille Kuopion ja Tampereen alueilla. Opiskeluvalmennuksen tavoitteena oli vahvistaa opiskelijan opiskelukykyä sekä ehkäistä opintojen keskeyttämistä. Projekti toteutettiin Kelan harkinnanvaraisen kuntoutuksen varoilla.

Julkaisu perustuu projektin kuntoutuspalveluita toteuttaneiden ja kehittäneiden palveluntuottajien havaintoihin ja kokemuksiin. Kehittämistyön aikana saatiin paljon arvokasta tietoa asiakkailta, palveluntuottajilta, oppilaitoksilta sekä opiskeluhuollosta. Lisäksi tässä julkaisussa kuvataan lyhyesti projektin taustaa sekä kuntoutuksen sisältöä. Pääpaino on palveluntuottajien kirjoittamissa teksteissä, joissa he kertovat kokemuksistaan opiskeluvalmennuksen kehittämisessä sekä toteuttamisessa. Kuntoutussäätiön toteuttaman arviointitutkimuksen tulokset julkaistaan erillisessä raportissa. Myös projektissa kokeilluista lyhytterapeuttisista menetelmistä tehdään oma julkaisu.

Projektissa kokeiltiin kognitiivis-analyttisen (KAT) ja ratkaisukeskeisen lyhytterapian (RATKES) menetelmiä opiskelukyvyyn tukemisessa. Kuntoutusinterventiot toteutuivat 6–9 kuukauden aikana ja sisälsivät 12–15 tapaamista. Kokeilussa tarjottiin kuntoutusta 69 opiskelijalle.

**Avainsanat:** Kela, kuntoutus, kuntoutuspalvelut, opiskeluvalmennus, nuoret (ikäryhmät), opiskelijat, palveluntuottajat, kehittäminen, projekti

# 1 Johdanto

*Soile Huumonen*

Opiskeluvalmennus-projekti pohjautui Kelan harkinnanvaraisen kuntoutuksen varojen käyttöä koskevaan suunnitelmaan, jossa kuntoutuksen kehittämisen yhdeksi painopistealueeksi määriteltiin nuorten syrjäytymisen ehkäisy. Taustana projektin suunnittelussa oli yhteiskunnallinen keskustelu koulupudokkaista ja nuorten ajautumisesta niin sanotuiksi NEET-nuoriksi eli vailla koulutusta, työpaikkaa tai harjoittelupaikkaa oleviksi (*Not in Employment, Education or Training*). Tutkimusten mukaan NEET-nuorten tiedetään olevan suuressa syrjäytymisvaarassa. Etenkin perusasteen jälkeisen tutkinnon puuttuminen on todettu suureksi riskiksi syrjäytymiselle (esim. Myrskylä 2012).

Opiskelijoiden tuen tarve havaittiin Kelan kuntoutusetuuksien ja opintotukietuuden ratkaisutyössä ja samanlaista viestiä saatiin myös oppilaitoksista. Asia nousi esille myös projektia varten tehdyssä selvityksessä, jossa haastateltiin opiskelijoita ja oppilaitosten edustajia. Lisäksi projektin suunnitteluvaiheessa kuultiin opetushallituksen asiantuntijoita.

Vuonna 2016 käynnistyneessä Opiskeluvalmennus-projektissa kehitettiin yksilöllistä ja avomuotoista, lyhytterapeuttisiin menetelmiin perustuvaa, kuntoutusta tueksi asiakkaan opintojen etenemisen vaikeuksiin. Opiskeluvalmennus suunniteltiin varhaisen vaiheen tueksi, erotuksena ennaltaehkäisevistä opiskelijoiden palveluista, joita on esimerkiksi terveydenhuollossa ja opiskeluhuollon kokonaisuudessa. Tilastokeskuksen koulutustilaston (esim. Tilastokeskus 2020) mukaan ammatillisissa opinnoissa opiskelevilla on eniten opintoihin kiinnittymisen haastetta ja keskeyttämisvaara on suurin, joten opiskeluvalmennusta päätettiin tarjota kokeiluvaiheessa ammatillisissa oppilaitoksissa tutkintoa opiskeleville nuorille. Kokeiluun päätettiin ottaa mukaan yhteensä 80 ammatillista tutkintoa suorittavaa 16–29-vuotiaista opiskelijaa, jotka opiskelevat Tampereen tai Kuopion alueella ja joiden opinnot ovat viivästyneet tai ovat vaarassa viivästyä. Taloudellisena tukimuotona heillä oli opintotuki tai nuoren kuntoutusraha tai heille oli myönnetty koulutus Kelan ammatillisena kuntoutuksena.

Projektissa kokeiltiin kognitiivis-analyttisestä terapiasta (KAT) johdettua lyhytterapeuttista työtettä sekä ratkaisukeskeistä menetelmää (RATKES). Projektissa kokeillun kuntoutuspalvelun koettua hyötyä,

toimivuutta ja soveltuvuutta arvioi Kuntoutussäätiö. Tutkimusaineisto koostuu asiakkailta, oppilaitoksista, palveluntuottajilta ja Kelan ratkaisuasiantuntijoilta kerätystä tiedosta. Arviointitutkimuksen tulokset julkaistaan erillisenä raporttina.

Tässä loppuraportissa kuvataan projektin toteutusta palveluntuottajien näkökulmasta, pääpaino on heidän asiantuntemuksessaan ja kokemuksissaan. Projektin toteutumisesta haluamme lämpimästi kiittää opiskeluvalmennukseen osallistuneita nuoria, kuntoutuksen palveluntuottajia, mukana olleita ammatillisia oppilaitoksia ja näiden opiskeluhuolloissa työskenteleviä ammattilaisia, suunnitteluun osallistuneita asiantuntijoita, KAT- ja RATKES-menetelmän kouluttajia ja koulutuksellisia työnohjaajia, tutkijoita sekä Kelassa toimineita projekti- ja ohjausryhmän jäseniä. Lisäksi haluamme kiittää Kelan ratkaisuasiantuntijoita sekä monia muita asiantuntijoita, joiden puoleen olemme saaneet kääntyä opiskeluvalmennusta kehittäessä.

## 1.1 Projektin tavoitteet ja toteutus

Kelassa haluttiin helpottaa ja nopeuttaa opiskelijoiden pääsemistä kuntoutukseen. Tästä lähtökohdasta Opiskeluvalmennus-projektissa kokeiltiin uusia tapoja kuntoutukseen hakeutumiseen. Ensimmäinen projektissa kokeiltiin ensimmäistä kertaa kuntoutuksen suullista hakemista Kelassa. Projektissa haluttiin selvittää, miten suullisessa hakemisessa ratkaisuasiantuntijan tekemä haastattelu tuottaa tietoa kuntoutuksen pohjaksi, tavanomaisesti kuntoutushakemukseen liitettävän B-lääkärintausannon sijaan. Nuoren ei tarvinnut täyttää lomakkeita hakeakseen opiskeluvalmennukseen eikä hankkia lisäselvityksiä toimintakyvystään.

Toiseksi opintojensa keskeyttämisvaarassa olevien nuorten löytämiseksi kokeilussa selvitettiin asiakkaiden poimimista Kelan kuntoutuksen, kuntoutusrahan, nuoren kuntoutusrahan sekä opintotuen ratkaisutyöstä. Kehittämiskohteena oli myös Kelan ratkaisutyössä tehtävä yhteistyö eri etuuksia hoitavien ratkaisuasiantuntijoiden välillä ja heidän toimintatapojensa, osaamisensa ja roolinsa kehittäminen opiskeluiden etenemisen seurannassa sekä puhelinhaastattelujen toteuttamisessa. Kolmanneksi projektissa kokeiltiin kahden lyhytterapeuttisen työotteen soveltamista, kognitiivis-analyttisestä terapiasta (KAT) johdettua lyhytterapeuttista työotetta sekä ratkaisukeskeistä menetelmää (RATKES).

## 1.2 Projektin toteutukseen osallistuneet

Opiskeluvalmennus-projektin rahoituksesta, suunnittelusta, koordinoinnista sekä kuntoutuksen toteutuksen ja kehittämisen ohjauksesta vastasi Kela. Projektin toimintaa koordinoi projektipäällikkö sekä projektiryhmä. Projektissa työskentelivät siihen nimetyt ratkaisuasiantuntijat Kelan itäisessä ja keskisessä vakuutuspiirissä. He haastattelivat kuntoutukseen hakevat asiakkaat, tekivät heille kuntoutuspäätökset ja tekivät yhteistyötä kuntoutuksen palveluntuottajien kanssa. Projektipäällikkönä toimivat liris Pelkonen 1.8.2016–31.8.2017 sekä Johanna Rouvinen 1.9.–21.11.2017, jonka jälkeen projektipäällikkönä toimi Soile Huuemonen 22.11.2017–31.12.2020. Projektin toimintaa valvoi ja linjasi ohjausryhmä.

Kuntoutuspalveluita tuottivat Kuopion alueella KK-Verve Oy, Tampereen seudulla Avire Oy (tässä julkaisussa jatkossa Kiipula-Avire), Villen Verstas Oy ja maaliskuuhun 2019 asti Merikratos Oy. Kuntoutuksen kehittämiseen osallistui myös Tampereen ja Kuopion alueiden ammatillisten oppilaitosten ja opiskeluhuoltojen työntekijöitä sekä KAT-menetelmän asiantuntijat Shortum Oy:stä ja RATKES-menetelmän asiantuntijat Step by Step Oy:stä.

Projektissa kokeiltiin näitä kahta lyhytterapeutista menetelmää, ja valinta menetelmien välillä tehtiin arpomalla: KAT-menetelmää käyttäviksi valikoituivat Kiipula-Avire ja KK-Verve sekä RATKES-menetelmää Villen Verstas ja Merikratos. Opiskeluvalmentajat saivat projektissa koulutuksen käyttämäänsä lyhytterapeutiseen menetelmään. Menetelmäkoulutukset toteutettiin ennen asiakastyön aloittamista. Tämän lisäksi heidän työnantajansa ostivat menetelmään liittyvää koulutuksellista työnohjausta asiakastyön ja osaamisen kehittämisen tueksi kokeilun aikana. Työnohjausta oli varattu 10 kertaa ja kuntoutuksen palveluntuottajat valitsivat itse, miten ja milloin koulutuksellinen työnohjaus toteutetaan.

## 1.3 Opiskeluvalmennuksen tavoitteet

Kelan kuntoutuksen tavoitteena on tukea asiakkaiden työ-, opiskelu- ja toimintakykyä. Opiskelukykyä tukemalla ja edistämällä voidaan vaikuttaa opiskelijan opintojen etenemiseen, osaamiseen ja työllistymiseen. Opiskeluvalmennus-projektissa opiskelijan opiskelukyvyn vahvistamisen teoreettisena lähtökohdana oli Työterveyslaitoksen ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön luoma dynaaminen opiskelukykymalli (Kunttu 2011).



Opiskeluvalmennuksen tavoitteina olivat opiskelijan opiskelukyvyyn vahvistaminen ja tukeminen ja opintojen keskeytymisen ehkäiseminen sekä opiskelijan omien voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen sekä niiden hyödyntäminen opiskelussa. Opiskeluvalmennuksen avulla edistettiin opiskelijan mahdollisuuksia jatkaa ja suunnitella opintojaan sekä saada valmiuksia työelämään suuntautumiseen opintojen jälkeen. Opiskelijaa tuettiin opiskeluvalmennuksen avulla siten, että

- tunnistettiin ne opiskelukyvyyn osa-alueet, jotka heikentävät opintoihin sitoutumista tai opintojen eteenpäin viemistä
- harjoitettiin ja tuettiin opiskelukyvyyn alentuneita osa-alueita yksilöllisen kuntoutussuunnitelman mukaisesti
- autettiin opiskelijaa saavuttamaan hänen tarvitsemansa erityistuki oppilaitoksesta sekä mahdollinen hoito- ja kuntoutus opiskelijahuollon kautta
- tuettiin opiskelijaa, oppilaitoksen vastuopettajaa tai vastuuhenkilöä ja opiskelijan läheisiä jakamaan tietoa opiskelujen etenemisen haasteista sekä hyödyntämään valmennuksessa toimivaksi havaittuja keinoja ja opiskelijan voimavaroja.

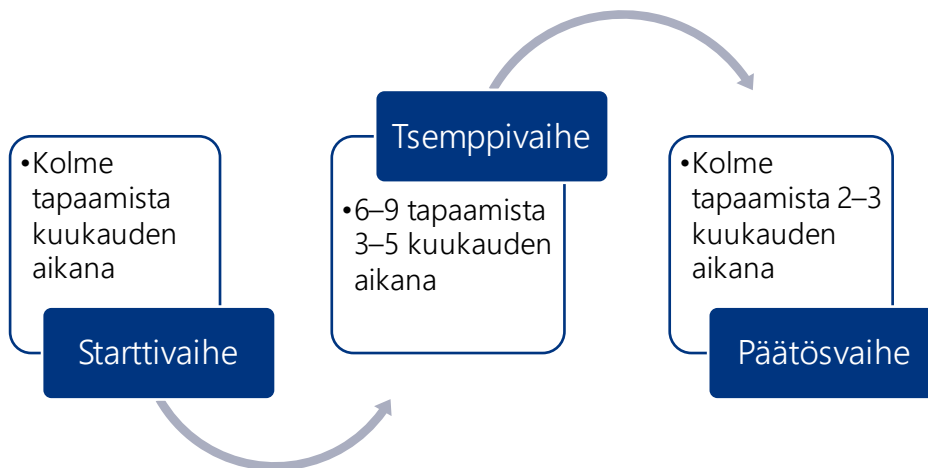
Opiskelijan yksilölliset tavoitteet vaikuttivat valmennustapaamisten sisältöön ja käytettäviin työmenetelmiin. Opiskeluvalmentajan tehtävänä oli auttaa opiskelijaa asettamaan tavoitteita, purkamaan esteitä niiden toteutumisen tieltä ja toimimaan tavoitteiden saavuttamiseksi.

## 1.4 Opiskeluvalmennuksen rakenne ja kesto

Opiskeluvalmennus oli avomuotoista kuntoutusta, jota toteutettiin yksilöllisinä valmennuskertoina joko kasvokkain tai etävalmennuksena. Projektin kokeilussa opiskeluvalmennusta tarjottiin 69 opiskelijalle Tampereen ja Kuopion alueiden ammatillisissa oppilaitoksissa 1.3.2018–30.3.2020. Opiskeluvalmennukseen ohjattiin opiskelijoita 15.1.2018–30.6.2019.

Opiskeluvalmennus koostui startti-, tsemppi- ja päätösvaiheesta, kuten kuviossa (s. 10) kerrotaan. Opiskeluvalmennuksen kesto oli 6–9 kuukautta ja tapaamisia oli 12–15. Kuntoutuksen kesto ja tapaamisten määrä vaihtelivat opiskelijan tarpeiden mukaan.

**Kuvio.** Opiskeluvalmennuksen rakenne.



## 1.5 Opiskelijoiden ohjautuminen

Opiskelijat ohjautuivat opiskeluvalmennukseen aluksi Kelan opintotuen ja kuntoutusrahan sekä kuntoutuksen ratkaisutyöstä, jossa opintojensa keskeyttämisvaarassa oleville opiskelijoille tarjottiin mahdollisuutta osallistua siihen. Kuntoutusrahaa saaneet opiskelijat olivat oikeutettuja hakemaan itse opiskeluvalmennukseen. Kun kuntoutuspäätösten tekeminen aloitettiin, havaittiin, että asiakkaita ei ohjautunut kuntoutuspalveluun, kuten projektin suunnitteluvaiheessa oli oletettu. Lisäksi oppilaitokset antoivat palautetta, että nuoren kuntoutusrahan saajia on paljon ja myös he olisivat tällaisen kuntoutuksen tarpeessa.

Tämän vuoksi Kela teki muutoksia asiakasohjaukseen heti projektin alussa. Lisäksi kohderyhmään lisättiin nuoren kuntoutusrahaa saavat opiskelijat. Projektin loppuajan asiakkaita ohjasivat kokeiluun myös Tampereen ja Kuopion alueiden ammatilliset oppilaitokset ja näiden opiskeluhuollot.

## 1.6 Lyhytterapeuttiset menetelmät

Projektissa arvioitiin kognitiivis-analyttisen (KAT) ja ratkaisukeskeisen (RATKES) menetelmän hyödyntämistä henkilökohtaisessa, valmennustyyppisessä kuntoutusinterventiossa, jonka tavoitteena oli opiskelijoiden opiskelukyvyn tukeminen. Kuntoutuspalvelujen toteuttajat kehittivät Kelan kehittämissuunni-

telman raameissa opiskeluvalmennuspalvelua, käyttäen joko KAT- tai RATKES-menetelmää. Kela koordinoi ja ohjasi kehittämistyötä. Tarkemmin näiden menetelmien soveltamiseen opiskeluvalmennuksessa voi tutustua niistä kertovassa julkaisussa (Uusitalo-Arola ym. 2020).

### 1.6.1 Kognitiivis-analyttinen menetelmä (KAT)

Eräs KATin ideoista on nostaa esiin asiakkaan toimintaa ohjaavat linjat. KAT-työskentelyssä rauhoitetaan ongelman äärelle, sen sijaan, että pyrittäisiin pikaisesti löytämään nopeita ratkaisuja. Tavoitteena on, että asiakas voimaantuu käyttämään olemassa olevia resurssejaan, selkiintyneen tilanneymmärryksensä kautta. Asiakas saa uusia näkökulmia ja työkaluja tilanteidensa käsittelyyn. (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 28, 58, 66.)

Opiskeluvalmennuksessa KAT-menetelmää käytettiin muun muassa aikarajallisuutta hyödyntäen eli työskentelyä kohdennettiin oleellisiin ja mahdollisiin asioihin. Työskentely rakennettiin tapausjäsentelylle, jossa käytettiin hyväksi karttatyöskentelyä eli mäppäystä. Karttatyöskentelyä käytettiin opiskelijan tilanteen jäsentämisessä ja työstämisessä, liittyen nuoruusiän, varhaisaikuisuuden ja elämänmuutosten kehityksellisiin haasteisiin sekä opiskelun ongelmiin ja näihin haasteisiin liittyviin ongelmallisiin toimintatapoihin. Opiskelijan tilanteen kuvaaminen fokusoi opiskeluvalmentajan työskentelyä ja työskentelyn tavoitteita. Olennaista oli hyvän yhteistyösuhteen rakentaminen ja toimivan verkostotyön periaatteet. (Pelkonen ym. 2017.)

KATissa keskeinen käsite on ilmiongelma, joka tarkoittaa sitä asiaa, jonka asiakas itse esittää ongelmakseen. Ilmiongelman taustalla on sitä tuottavia ja ylläpitäviä tekijöitä, joita jäsentämällä niitä voidaan tuoda näkyviin. Karttatyöskentelyn avulla pyritäänkin laajentamaan asiakkaan näkökulmaa. Karttatyöskentely eli mäppäys tarkoittaa sitä, että asiakas ja työntekijä yhdessä työstävät visuaalista jäsenystä asiakkaan tilanteesta. Tavoitteena on kartan avulla tuoda näkyväksi se, miten asiakas pyrkii välttämään psyykkistä kipua. Psyykkisen kivun välttäminen saa aikaan sen, että asiakas ylläpitää ongelmiaan. (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 37, 65–66.)

### 1.6.2 Ratkaisukeskeinen menetelmä (RATKES)

RATKESissa kartoitetaan aluksi asiakkaan tavoitteita ja toiveita tulevaisuudesta ja etsitään keinoja niiden mahdollistamiseksi pienin välitavoittein. RATKESissa keskitytään nykyhetkeen ja tulevaisuuteen. Työs-

kentelyssä haetaan nykyhetken toiveikkuutta ja toimintakykyä ja ymmärretään sen avulla, uudella tavalla, omia henkilökohtaisia kokemuksia. Opiskeluvalmennuksessa huomioitiin erityisesti opiskelijan edistymisen aktiivinen havainnointi ja siitä positiivisen palautteen antaminen. (Uusitalo-Arola ym. 2020.)

Opiskeluvalmennuksen ratkaisukeskeisessä työskentelyssä oleellista oli yhteisen kielialueen muodostaminen asiakkaan kanssa, tavoitteistaminen, asiakkaan taitojen esille nostaminen ja hyödyntäminen, positiivisten poikkeusten kartoittaminen ja niiden käyttäminen, ratkaisukeskeisen verkostokartan rakentaminen sekä ratkaisukeskeiset tehtäväsiannot ja harjoitukset arjen tukena. (Pelkonen ym. 2017.)

Työkaluina opiskeluvalmennuksessa käytettiin ratkaisukeskeisiä kysymystekniikoita, joita ovat esimerkiksi ihmekysymykset, uudelleenmäärittelyt ja näkökulman vaihtamiset, poikkeuskysymykset, asteikkokysymykset sekä selviytymiskysymykset. Työtapavalinnat tehtiin yhdessä asiakkaan kanssa asiakkaan elämäntilanteen, GAS-menetelmän tavoitemahdollisuuksien, opiskelukyvyyn sekä laaditun strukturoidun kuntoutusjakson tarpeet huomioiden. Esimerkiksi positiivisten poikkeusten miettiminen tarkoittaa sitä, että työntekijä ja asiakas pohtivat yhdessä, miten ja milloin asiakas on onnistunut jossain haastavassa asiassa ja miten niitä taitoja voisi hyödyntää nykyisissä haasteissa. (Uusitalo-Arola ym. 2020.)

## 1.7 Kehittämistyön menetelmät ja työskentelytavat

Kuntoutuspalvelua kehitettiin yhdessä Opiskeluvalmennus-projektissa dialogisesti. Projektin yhteistyön aloittamiseksi Kela järjesti kolme tilaisuutta, joihin osallistuivat palveluntuottajat, ammatillisten oppilaitosten ja opiskeluhuoltojen edustajat sekä projektiin nimetyt ratkaisuasiantuntijat. Lisäksi projektipäällikkö järjesti infotilaisuudet marraskuussa 2018 Tampereella ja tammikuussa 2019 Kuopiossa. Infotilaisuuksiin osallistuivat kunkin alueen projektiin nimetyt Kelan ratkaisuasiantuntijat, kuntoutuksen palveluntuottajat sekä ammatillisten oppilaitosten ja opiskeluhuoltojen edustajat. Palveluntuottajia rohkaistiin markkinoimaan palvelua itsenäisesti Tampereen ja Kuopion alueiden ammatillisissa oppilaitoksissa.

Projektin osallistujat käyttivät tiedonvälitys- ja keskustelualustana Moodlessa toimivaa Kelan verkkokoulua. Projektipäällikkö tiedotti pääasiassa Kelan verkkokoulun kautta ja lisäksi uutiskirjeillä, etenkin Tampereen ja Kuopion alueiden ammatillisten oppilaitosten ja opiskeluhuoltojen edustajille. Kelan projekti-

ryhmä järjesti kehittämisteemoja käsitteleviä työkokouksia projektin aikana viisi kertaa. Osallistujat valmistautuivat etukäteen annettujen kehittämisteemojen mukaisesti työpaja-tyyppisiin työkokouksiin. Kehittämisteemoina työkokouksissa olivat projektin aikana muun muassa

- opiskelijoiden motivoiminen
- opiskeluvalmennuksen tavoitteiden asettaminen
- oppilaitosyhteistyö ja sen kehittäminen
- verkostoneuvottelut opiskeluvalmennuksessa
- opiskelijan minäpystyvyys ja itseohjautuvuustaidot ja näiden tukeminen opiskeluvalmentajana
- kuntoutuksen välitehtävät: miten kuntoutusta voidaan viedä opiskelijan arkeen välitehtävien avulla
- opiskeluvalmentajien ja oppilaitoksen roolit
- opiskeluvalmennuksen mallintaminen
- palveluprosessin kriittiset kohdat.

Työkokouksiin osallistuivat palveluntuottajien lisäksi Kuntoutussäätiön tutkijat, KAT- ja RATKES-menetelmien asiantuntijat sekä edustajia Kuopion ja Tampereen alueiden ammatillisista oppilaitoksista ja opiskeluhuollosta. Lisäksi projektiryhmä järjesti palveluntuottajien työn tueksi etäkokouksina kaksi lyhyempää työkokousta. Tietoa palveluntuottajien kehittämistyöstä kertyi myös heidän tuottamistaan väli- ja loppuraporteista Kelalle.

## Lähteet

Kanninen K, Uusitalo-Arola L. Lyhytterapeuttinen työote. Jyväskylä: PS-kustannus, 2015.

Kunttu K. [Opiskelukyky](#). Julkaisussa: Kunttu K, Komulainen A, Makkonen K, Pynnönen P, toim. [Opiskelijaterveys](#). Helsinki: Duodecim, 2011. Päivitetty 28.3.2019. Viitattu 5.6.2020.

Myrskylä P. Hukassa. Keitä ovat syrjäytyneet nuoret? Helsinki: EVA analyysi 19, 2012.

Pelkonen I, Pajunen M, Rouvinen J ym. [Opiskeluvalmennuspalvelun kehittämissuunnitelma](#). Helsinki: Kela, 2017. Päivitetty 24.7.2018. Viitattu 5.6.2020.

Tilastokeskus. [Koulutuksen keskeytti 5,4, prosenttia opiskelijoista](#). Helsinki: Tilastokeskus, SVT, 2020. Viitattu 4.6.2020.

Uusitalo-Arola L, Salmi L, Kanninen K. Lyhytterapiat opiskeluvalmennuksessa. Kognitiivis-analyttisen ja ratkaisukeskeisen terapian soveltaminen. Helsinki: Kela, 2020. Käsikirjoitus.

## 2 Kiipula-Aviren kokemuksia kehittämistyöstä

*Marjo Lintilä ja Tanja Siltala*

Projektissa toteutettiin opiskeluvalmentajien työparityöskentelyn periaatetta. Kiipula-Aviren työpari hyödynsi toistensa asiantuntijuutta, kokemusta ja osaamista asiakastyössä. Kiipula-Aviren työntekijät tekivät yhteistyötä esimerkiksi

- Kelan ratkaisuasiantuntijoiden, projektipäällikön sekä muun kehittämistyöryhmän kanssa
- Kuntoutussäätiön tutkijoiden kanssa
- KAT-kouluttajan ja koulutuksellisen työnohjaajan kanssa
- kuopiolaisen KK-Verven opiskeluvalmentajien kanssa, sillä heillä oli käytössään sama kognitiivis-analyttinen lyhytterapiamenetelmä (KAT)
- kaikkien muidenkin palveluntuottajien kesken, heitä tavattiin useita kertoja projektin aikana.

Opiskeluvalmentajilla oli myös WhatsApp-ryhmä, joka mahdollisti matalan kynnyksen yhteydenpidon ja tuen saamisen. Lisäksi projektin aikana tehtiin yhteistyötä ammatillisissa oppilaitoksissa

- opettajien
- erityisopettajien
- kuraattorien
- psykologien
- terveydenhoitajien ja
- opinto-ohjaajien kanssa.

Yhteistyötä tehtiin oppilaitosten kanssa paitsi opiskelijoiden valmennusprosesseissa, myös markkinointi- ja kehittämisfokuksella. Myös monenlainen muu nuoren verkosto oli mukana nuoren valmennusprosesseissa, esimerkiksi nuoren läheiset, sosiaalipalvelut, psykiatrian poliklinikka, tuetun asumisen palvelut, etsivä nuorisotyö, nuorten kuntouttavat palvelut ja kolmannen sektorin toimijat.

### 2.1 Opiskeluvalmennuksen toteutuminen

Kiipula-Avireen tuli Kelasta 23 kuntoutuspäätöstä opiskeluvalmennukseen. Kuntoutuksen aloitti 19 opiskelijaa. Aloittaneista viiden opiskelijan valmennus keskeytyi melko alkuvaiheessa. Keskeytysten taustalla

oli muun muassa se, että opiskeltava ala oli nuoren terveydentilalle soveltumaton ja hänet ohjattiin ammatillisen kuntoutuksen tarpeen kartoitukseen. Neljällä nuorista oli ongelmia sitoutua tai motivoitua valmennukseen ja opintoihin. Heillä oli kokonaisvaltaisesti erilaisia elämänhallinnan haasteita. Lisäksi kahden nuoren valmennus keskeytyi aivan valmennuksen loppuvaiheessa, heillä käymättä jäi vain kaksi tapaamista. Myös koronavirusepidemia vaikutti kokeilun toteuttamiseen, ja epidemian vuoksi neljän nuoren opiskelvalmennus keskeytyi valmennuksen päätösvaiheessa maaliskuussa 2020, jonka vuoksi toteutumatta jäi yksi tai kaksi päätösvaiheen tapaamista. Yhteenvetona 19:sta startanneesta valmennuksesta 14 toteutui niin, että valmennuskertoja oli 10–15.

Nuorilla oli Kiipula-Aviren kokemuksen mukaan opiskelvalmennusta aloittaessaan vaihtelevasti tietoa siitä, minkälaisesta palvelusta on kysymys. Useimmiten he tiesivät käyntimäärät ja sen, että tavoitteena on tukea opinnoissa edistymistä. Tärkein esitieto nuorille olisi se, että opiskelvalmennuksessa yhdessä pohditaan opiskelua ja opiskelukykyä häittäviä asioita. Sen jälkeen nuori saa itse luoda tavoitteen opiskelvalmennukselle. On hyvä, että nuori käsittää opiskelvalmennuksen olevan kiinteässä yhteydessä opintoihin, ja että sitä toteutetaan yhteistyössä oppilaitoksen kanssa. Nuorta voisi tukea jo kuntoutuksen hakiessa pohtimaan, kuka oppilaitoksesta olisi hänen valmennusprosessissaan yhteyshenkilönä.

### 2.1.1 Nuorista saatu esitieto

Kelan ratkaisuasiantuntijan tekemän haastattelun yhteenveto kuntoutuspäätöksen mukana antoi alustavan käsityksen nuoren tilanteesta. Kuitenkaan haastattelun merkitys ei ollut kovin painava kuntoutuksen kokonaisprosessia ajatellen. Haastattelussa esiin tulleet asiat eivät juuri ohjanneet opiskelvalmennuksen kulkua tai sisältöä, sillä nuori jäseni tilannettaan ja tavoitettaan valmentajan kanssa. On selvää, että esimerkiksi lääkärinlausunto B tuo valmentajalle varmuutta hahmottaa nuoren kokonaistilannetta, ja siitä saatu lisätieto terveydentilasta on hyödyllistä. Kuitenkin projektista saadun kokemuksemme mukaan lähtötietojen vähyyys ei vaikuta siihen, miten hyödylliseksi valmennusprosessi muotoutuu nuorelle.

Tärkeämpää on se, että nuori kokee tulleen kuulluksi, ymmärretyksi, ja että valmennuksessa työstehtään niitä asioita, jotka nuori kokee juuri sillä hetkellä ajankohtaiseksi. Myös Kanninen ja Uusitalo-Arola (2015, 13) toteavat, että lyhytterapeuttisen työskentelyn tavoitteena ei ole kaikkien ongelmien tai oireiden poistuminen, vaan elämänlaadun koheneminen. Ideana on, että kaikkea ei tarvitse yrittää muuttaa, vaan tehdään rajatusti jonkun, juuri tällä hetkellä tärkeänä olevan, asian eteen töitä niin, että siinä opittu taito tai keino voisi olla sovellettavissa jatkossakin arjessa.

Painotamme kokemustemme pohjalta, että nuoren kanssa tiiviimmin työskentelevät tahot tekevät ensiarvioisen tärkeää työtä palveluun ohjautumisessa. Oppilaitosten kanssa tehdyssä yhteistyössä on esille tullut heidän vahva näkemyksensä siitä, että oppilaitoksen tekemän valvontailmoituksen myötä ohjaus opiskeluvalmennukseen tapahtui liian myöhäisessä vaiheessa. Ihanteellista olisi, jos opiskeluvalmentajat olisivat saatavilla oppilaitoksissa ja esivalintaa voisi tehdä yhteistyössä oppilaitosten ja Kelan kanssa. Tämä lienee käytännössä haastava toteuttaa, koska oppilaitoksia ja palveluntuottajia olisi jatkossa monia.

### 2.1.2 Kohderyhmä

Opiskeluvalmennuksen kohderyhmänä oli projektissa ammatillisissa oppilaitoksissa perustutkintoa suorittavat opiskelijat Kuopion ja Tampereen alueilla. Tärkeä kriteeri oli nuoren oma halu valmennukseen; tilanteensa tarkasteluun ja valmius lähteä työskentelemään sen edistämiseksi. Valmennus vaatii sitoutumista. Projektin kehittämissuunnitelmassa (Pelkonen ym. 2017, 5) todetaan, että opiskeluvalmennuksen tarkoituksena on tukea opiskelijoiden opiskelukykyä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Kuitenkin Kiipula-Aviren kokemuksen mukaan suurin osa nuorista ohjautui valmennukseen, kun heidän tilanteensa oli jo pitkittynyt tai opinnoista oli jääty paljon jälkeen.

Mielestämme opiskeluvalmennuksesta voivat hyötyä sellaiset opiskelijat, joilla opiskelukyky on heikentynyt, joiden opinnot ovat vaarassa viivästyä tai keskeytyä, joilla on taustalla muita keskeytyneitä opintoja tai joilla terveydentila heikentää opiskelukykyä. Opiskeluvalmennus sopii erityisesti opiskelijoille, jotka keskeytysten jälkeen palaavat opintoihinsa. Myös väliaikaisen keskeytyksen aikainen opiskeluvalmennus voisi tukea nuorta hyvin. Oppilaitokset ovat havainneet, että keskeytyksen jälkeisessä paluussa opintoihin on paljon nuorta jännittäviä ja haastavia kohtia, esimerkiksi arjen sujuvuudessa, aikataulujen hallinnassa, vuorokausirytmien vakiinnuttamisessa ja sosiaalisissa tilanteissa. Havaintojemme perusteella ammatilliseen koulutukseen valmentavassa koulutuksessa eli VALMA-koulutuksessa opiskelevat nuoret hyötyisivät merkittävästi opiskeluvalmennuksesta, ja laajentaisimme palvelun myös heille.

### 2.1.3 Opiskeluvalmennuksen hyödyt

Suurin osa opiskeluvalmennukseen osallistuneista hyötyi siitä havaintojemme mukaan merkittävästi. Alla esimerkkejä hyödyistä, joita opiskelijat ovat valmennuksesta saaneet näkemyksemme mukaan:



### Esimerkki 1

Opiskelija sai tukea ja ohjausta oikea-aikaisempiin palveluihin, esimerkiksi VALMA-koulutukseen. Nuori ei tuntenut opiskelemaansa alaa oikeaksi tai hänen opiskelukykyensä ei ollut pitkän tauon jälkeen riittävä perustutkinto-opintoihin eikä kevennettyä lukujärjestystä pystytty oppilaitokselta järjestämään nuoren tarvitsemalla tasolla. Nuori koki tulevaisuuden suunnitelmien selkiintyneen ja motivaation kasvaneen niihin sitoutumiseen.

### Esimerkki 2

Nuorella oli kohtuuttoman kovia vaatimuksia itseään kohtaan ja itsekritiikkiä, joka oli nostanut muun muassa kynnystä aloittaa tehtäviä. Nuoren kanssa käsiteltiin vaativuutta KAT-menetelmän karttajäsenyyksen eli mäppäyksen avulla. Hänen kanssaan käytiin läpi jämäkkyyttä ja avun pyytämistä. Tärkeänä kulmakivenä oli oman suhtautumistavan muutos avun pyytämiseen, jossa tapahtuikin muutosta positiiviseen suuntaan.

### Esimerkki 3

Nuorella oli käsitys itsestään omien sanojensa mukaan "100 % huono ja epäonnistuja". Tätä uskomusta tarkasteltiin yhdessä nuoren kanssa mäppäyksen avulla: valmennuksessa kyseenalaistettiin ja haastettiin nuorta etsimään perusteluita puolesta ja vastaan. Nuori koki, että hänen negatiivinen käsityksensä horjui hieman, hän arvioi tason laskeneen 97 prosenttiin. Hän koki sen merkittävänä muutoksena itselleen, näin lyhyessä ajassa.

### Esimerkki 4

Nuorella oli paljon luottamuspulaa auttavia, ohjaavia ja tukevia tahoja kohtaan. Hänen asenteensa oli, että mikään ei kuitenkaan auta. Valmennuksen ohjaussuhteessa tarkasteltiin, mitä tapahtui, mikä luottamusta herätti ja mitkä asiat luottamukseen vaikuttivat. Nuori koki, että hänen luottamuksensa kasvoi ja hän sai onnistumisen kokemuksia luottamuksellisen suhteen rakentumisesta.

### Esimerkki 5

Selvisi, että nuoren terveydentila ei sopinut hänen opiskelemaansa alaan. Hän ohjautui opiskeluvalmennuksen kautta lääkäriin arvioon ja uuden, terveydentilalleen soveltuvamman alan selvittelyihin.

## Esimerkki 6

Nuori löysi rauhoittumisen keinoja stressaavien opiskelutehtävien tekemisessä sekä opiskelua tukevia rutiineja ja opiskelurytmin tasaannuttamista. Hänen oma suhtautumisensa tehtävien tekoon muuttui rauhallisemmaksi ja hallinnan tunne lisääntyi.

## Esimerkki 7

Nuori rakensi ammatillisen suunnitelmansa oikea-aikaisemmaksi ja tarkoituksenmukaisemmaksi ja hän siirtyi VALMA-koulutukseen. Nuorelle osoittautui tärkeäksi opiskeluvalmennuksesta saatu sairausloman aikainen tuki ja VALMA-koulutuksen suunnittelu ennen sen alkamista, yhteistyössä opettajien ja opinto-ohjaajan kanssa.

## Esimerkki 8

Nuori oppi jonkin verran pysäyttämään katastrofijattelua, joka oli hänelle hyvin automaattinen ajatusketju. Opiskeluvalmennuksen jälkeen kauhuskenaariot eri tilanteissa eivät tulleet hänen mieleensä enää niin automaattisina ja voimakkaina.

## Esimerkki 9

Nuori pelkäsi virheiden tekemistä ja virheet nostattivat hänessä voimakkaan puolustusreaktion. Hän oppi pikkuhiljaa suhtautumaan virheiden tekemiseen uudella tavalla.

## Esimerkki 10

Nuori oppi tunnistamaan itseään koskevia uskomuksiaan, kuten esimerkiksi "epäonnistun kaikessa". Kotehtävinä hänellä oli muun muassa itsemyötätuntoharjoituksia. Verkostotapaamisessa selvisi, että opiskelija oli opinnoissaan rauhallisempi, ja uskalsi pyytää enemmän apua. Koululla huomattiin myös myönteinen muutos nuoren suhtautumisessa virheisiin.

## Esimerkki 11

Nuorella oli opinnoissaan keskittymisen haasteita. Hänellä oli pelkoa siitä, että hän ei ymmärrä ja tippuu kärryiltä. Näissä tilanteissa hän ahdistui hyvin voimakkaasti. Valmennuksessa keskeistä oli luoda keinoja opiskelutehtävien purkamiseksi ja niihin kiinni pääsemiseksi. Karttatyöskentelyn avulla tunnistettiin näitä

totuttuja ajattelu- ja suhtautumismalleja sekä etsittiin vaihtoehtoisia tilalle. Valmennuksen myötä nuorelle hahmottui oman suhtautumistavan merkitys ja syntymekanismit. Nuori tunnisti eri puolia itsestään, myös sen puolen, joka on rauhoittava ja jota voi hyödyntää tällaisissa hankalissa paikoissa. Hän tunnisti katastrofitulkintoja ja alisuoriutumista, välttääkseen niin sanottuja pahoja tunnepohjaisia paikkoja, kuten häpeää. Hänen kanssaan koottiin kannustavia ja rohkaisevia ajatuksia paperille, ja niitä nuori hyödynsi koulussa vaikeissa tilanteissa.

#### Esimerkki 12

Nuori sai onnistumisen kokemuksia tilanteista, joissa on aiemmin mennyt paniikkiin. Opiskeluvalmennuksen jälkeen hän pystyi pysymään rauhallisena.

#### Esimerkki 13

Nuorella oli vahva uskomus siitä, että hän ei pysty heräämään ajoissa ja vihaa koulua. Hänen kanssaan tarkasteltiin harjoituksena vastakkaisia ajatuksia. Harjoituksen avulla nuori havahtui uskomustensa mustavalkoisuudesta ja kyseenalaisti niiden paikkaansa pitävyyttä ja perusteita. Nuori koki hyödyllisenä sen, että valmentaja on haastanut häntä kyseenalaistamaan omia vahvoja uskomuksiaan.

#### Esimerkki 14

Nuori koki oman tuentarpeensa huonona asiana. Työstämisen kohteena oli hänen oma suhtautumistensa tilanteeseensa. Monella nuorella tapahtui juuri tässä asiassa positiivista muutosta.

Vaikka osalla valmennus keskeytyi, opiskelija saattoi hyötyä jo toteutuneesta valmennuksesta, jos keskeytys toteutui suunnitellusti ja hallitusti. Opiskeluvalmennuksen keskeyttänyt opiskelija saattoi siirtyä esimerkiksi VALMA-koulutukseen, muihin opintoihin tai kuntouttaviin palveluihin. Mielestämme kuitenkin seuraavissa tilanteissa opiskeluvalmennuksen hyöty jäi vähäiseksi tai valmennuksen oikea-aikaisuudessa tai sopivuudessa oli epäselvyyttä:

- Opiskelijan kokonaiselämäntilanne oli kaoottinen. Opiskeluvalmennus oli palveluohjauksellista tilanteen selvittelyä. Nuori hyötyi ohjauksesta esimerkiksi palveluihin ja etuuksiin, mutta näkemysmme mukaan on vielä arvioitava, onko se opiskeluvalmennuksen ydintehtävä?

- Nuorella oli neurologisen kehityksen erityisvaikeuksia. Hän oli ollut perusopetuksessa yksilöllistetyin tavoittein erityisopetuksen piirissä. Hän hyötyi opiskeluvalmennuksessa visuaalisesta tilanteensa jäsentelystä, mutta tunnepohjainen työskentely oli hänelle haastavaa. Hän kaipasi selvästi keskustelukumppania. Hän ei vaikuttanut motivoituvan sisäisesti tavoitteestaan, vaan tavoite vaikutti ulkoapäin syntyneeltä. Tavoitetta tarkasteltiin useasti hänen kanssaan, mutta hän pidättäytyi tavoitteessaan, vaikka käytännön ja käyttäytymisen tasolla hänessä ei näyttänyt tapahtuvan muutosta ja aktiivisia eleitä tavoitteen edistämiseksi. Nuori pääsi tavoitteessaan eteenpäin, mutta siihen isompana asiana vaikutti hänen paremmaksi kokemaansa luokkaan pääseminen ja omaan asuntoon muuttaminen.
- Nuorella oli kokonaisvaltaisesti erilaisia elämänhallinnan ongelmia, kuten rahapelaamista, arki- ja vuorokausirytmien hallitsemattomuutta. Hänellä oli opiskeluissaan paljon sairauspoissaoloja. Hänen tapaamisiaan peruuntui paljon. Tärkeintä hänen kannaltaan oli hoidon tehostaminen ja muiden arjen toimintakykyä tukevien palvelujen löytyminen. Opiskeluvalmentaja teki verkostotyötä psykiatrisen poliklinikan ja sosiaalitoimen kanssa. Nuori ohjattiin hakemaan Kelan NUOTTI-valmennukseen. Edelleen opiskeluvalmennuksen päätyttyä nuoren tilanne oli kaoottinen ja valmentajalle jäi huoli nuoren asioista ja hyvinvoinnista.
- Nuorella oli paljon elämänhallinnassa ja motivaatiossa haasteita eikä hän sitoutunut opiskeluun. Valmennuksessa tehtiin tiivistä yhteistyötä opettajan kanssa. Nuorella oli paljon käyttäytymisen haasteita, ja valmennuksen sisältö oli osin kasvatuksellista. Hänen kanssaan keskusteltiin vuorovaikutuksesta ja asioiden ilmaisutavoista. Opintojen etenemisen kannalta valmennuksesta ei ollut nuorelle suurta hyötyä, mutta kuitenkin nuorta kuultiin ja rohkaistiin oman mielipiteensä ja näkemystensä esille tuonnissa. Opiskeluvalmentaja antoi hänelle positiivista palautetta hänen vuorovaikutustaidoistaan valmennusprosessissa.

#### 2.1.4 Toimivat toimintatavat opiskeluvalmennuksessa

Alkuvaiheessa tapaamisten tärkeänä tehtävänä oli saada nuori kiinnostumaan ja motivoitumaan omaan kuntoutumisprosessiinsa. Siinä pidämme tärkeänä opiskeluvalmentajan aitoa kiinnostusta nuorta kohtaan sekä pyrkimystä löytää nuorelle merkitykselliset muutoksen kohteet ja pyrkimykset. Tapaamiskertojen alussa havaitsimme hyväksi tavaksi kysyä nuorelta: "Minkä ajattelet tässä olevan tärkeintä sinulle, minkä asian kanssa haluat työskennellä?"

Valmennuksessa keskeistä oli tavoitteellinen työskentely. Kokemuksemme mukaan palveluun sitoutuminen on haastavampaa, jos tavoite tai työskentelyn kohde jää epämääräiseksi tai avoimeksi. Syy, miksi tapaamisia ylipäättään toteutetaan pitäisi olla kirkkaana mielessä sekä opiskeluvalmentajalla että nuorella. Tilanteen jäsentelyyn, hahmottamiseen ja rajaamiseen saattoi joskus mennä lähes koko valmennusprosessi, mutta siinäkin tapauksessa sen ääneen toteaminen ja sanoittaminen luovat struktuuria ja jäsenystä opiskeluvalmennukseen.

Opiskeluvalmennuksessa tavoitetyöskentelyn pitää tukea asiakasta. Kokemuksemme mukaan valmennusprosessissa GAS-tavoitetyöskentelyä ei voi väkisin toteuttaa, jos nuori ei ole siihen vielä valmis, hänen tavoitteensa ei ole kirkastunut. Joskus asioiden selvittely ja myös terveydenhoito menevät kiireellisempinä edelle. Opiskeluvalmennuksen sisällöstä ja tavoitteesta kuitenkin keskustellaan nuoren kanssa, vaikka niitä ei olisikaan kirjattu GAS-lomakkeelle. Hyvä ohjenuora tavoitteen asettelulle on, että siinä pitää näkyä käyttäytymisen muutos. Aluksi tavoitteenasettelu voi jäädä pintapuoliseksi, ja tavoitteeseen onkin hyvä palata kuntoutusprosessin aikana. Oppilaitoksen tavoitteet eivät aina ole samat kuin nuoren omat päämäärät. Opiskeluvalmennus voi toimia välimaastossa sopeuttajana. Eräs nuori arvioi valmennuksen loputtua saavuttaneensa selvästi odottamaansa matalamman tavoitetason, mutta hyötyneensä opiskeluvalmennuksesta kuitenkin merkittävästi. Hän oli huolissaan siitä, että Kelassa ajatellaan valmennuksen epäonnistuneen tai olleen hyödytön saavuttamattoman tavoitetason vuoksi.

Toimivaksi työskentelytavaksi on osoittautunut lyhytterapeuttiselle työotteelle ominainen orientaatio; aiheen rajaus, myös yksittäisellä tapaamiskerralla. Hyvä keino oli esimerkiksi kysyä ”minkä kanssa haluaisit tänään työskennellä? Mikä mielestäsi olisi hyödyllistä työskentelyä ja keskustelua tänään? Mikä tuntuu sinulle ajankohtaiselta ja tärkeältä nyt?”

Toimivaa opiskeluvalmennuksessa oli mielestämme myös mahdollisuus jalkautua nuoren arjen ympäristöihin. Siitä saatiin nuorilta hyvää palautetta. Osa nuorista toivoi tapaamisia palveluntuottajan tiloissa, mutta suurin osa muualla, esimerkiksi kahvilassa.

Opiskeluvalmennuksessa koimme tärkeäksi verkostotyön, etenkin oppilaitosten kanssa. Pyysimme kaikkien verkostotyöhön nuorelta kirjallisen suostumuksen. Nuoria tuettiin hahmottamaan verkostotyön tavoitteita ja merkityksiä oman tilanteensa edistämässä ja tavoitteensa saavuttamisessa. Monen nuoren kohdalla otettiin oppilaitokseen yhteyttä matalalla kynnyksellä.

Nuorta kannustettiin kertomaan verkostotapaamisissa ajatuksiaan, toiveitaan ja suunnitelmiaan. Opiskeluvalmentajan rooli oli nostaa nuoren asioita esille, mutta kuitenkin niin, että vältettiin nuoren suulla puhumista. Usein opiskeluvalmentaja koki olevansa myös nuoren puolustaja. Jatkosuunnitelmien laatiminen ja tulevaisuuteen liittyvän huolijattelun lieventäminen osoittautui myös merkittäväksi osaksi opiskeluvalmennuksen prosessia. Nuorelle valmennuksen loppuminen oli usein "yllätys", vaikka siihen oli yhdessä valmistauduttu ja siitä oli keskusteltu. Mielestämme selkeän jatkosuunnitelman auki puhuminen, ja kuntoutuspalautteeseen kirjaaminen, oli hyvä toimintatapa tämänkaltaisessa prosessissa, jossa ideana on nimenomaan jatkuvuuden näkökulma. Jatkosuunnitelmaan kirjattiin myös sellaisia työkaluja, joita nuorella on valmennusprosessin myötä käytössään.

## 2.2 Opiskeluvalmentajien koulutus ja tarvittava osaaminen

Kiipula-Aviren kokemusten mukaan opiskeluvalmentajilla tulisi olla sosiaali- ja terveystieteiden korkeakoulututkinto, kokemusta nuorten kanssa toimimisesta ja lisäksi nuorten palvelujen ja muun muassa oppilaitosten tuen muotojen tuntemista. Ammatillisen kuntoutuksen tai muun työllistymisen tuen tuntemus osoittautui tärkeäksi. Projektissa nuoria ohjattiin esimerkiksi Kelan ammatillisen kuntoutuksen palveluihin, kuten ammatilliseen kuntoutus selvitykseen, NUOTTI-valmennukseen, TEAKiin ja Taito-kurssille. Nuorten kanssa kartoitettiin myös muuta kuntouttavaa toimintaa, kuten esimerkiksi Tampereella Messin Kohtaamispaikka tai kulttuuripaja Virta. Opiskeluvalmennus on jalkautuva palvelu, joten valmentajalta vaaditaan valmiutta työskentelyyn erilaisissa ympäristöissä.

Opiskeluvalmennuksen tyypisessä työskentelyssä mielestämme tärkeää on valmentajan aito kiinnostus nuorta kohtaan sekä kyky asettautua aidosti läsnä olevaan vuorovaikutussuhteeseen valmennuksessa. Kyky reflektoida, tutkivaan työotteeseen on opiskeluvalmennuksen kulmakivi. Opiskeluvalmennus vaatii valmentajalta pitkäjänteisyyttä, sillä tapaamisia saattaa peruuntua ja siirtyä lukuisia kertoja. Valmennuksessa tapahtuvat toteutumatta jäävät tapaamiset tai katkokset ovat hyvää työmaata valmennuksen sisällöksi. Nuori myös kokemuksemme mukaan usein yrittää parhaansa, mutta terveydentila tai elämänhallinta tuo haasteita, jotka näkyvät sitoutumisessa tai vastuullisuudessa.

## 2.3 KAT-menetelmän hyödyntäminen opiskeluvalmennuksessa

KAT-menetelmän koulutus antoi kokemuksemme mukaan perusvalmiudet työskennellä lyhytterapeuttisella työotteella opiskeluvalmentajina. Teoreettisen taustan tarkastelu oli välttämätöntä menetelmän ja sen taustalla olevan ajattelun ja teorian sisäistämisen kannalta. Koulutuspäivien aikana teimme useita käytännön harjoituksia, jotka koimme erityisen hyvinä. Lisäksi koulutuksellinen työnohjaus oli merkittävä tuki työotteen haltuunotolle.

Koulutus toteutui talven 2017–2018 aikana, ja ensimmäiset valmennusprosessit alkoivat vasta kesällä 2018. Koulutuksen tulisi ehdottomasti olla lähempänä todellisten valmennuskertojen alkamista ja toteutumista. Koulutus olisi hyödyllistä samanaikaisesti valmennuksen kanssa. Toisaalta koulutuksellinen työnohjaus palvelee hyvin menetelmän käyttämisen reflektoinnin ja siinä kehittymisen tarkoitusta. Koulutuksesta olisi hyvä saada koulutusmateriaalia, johon palata. Käytännön harjoitusten ja kotitehtävien tekeminen palvelisi menetelmän haltuun saamisessa koulutuksen aikana tehokkaammin. Koulutuksellinen työnohjaus oli ehdottoman tärkeä työkalu lyhytterapeuttisen työotteen sisäinajossa ja sisäistämisessä sekä käyttöönoton juurruttamisessa. Lyhytterapeuttinen työskentelyä vaatii valmentajalta kykyä reflektoida omaa toimintaansa, asettumistaan valmennukseen ja omia työskentelyn tapojaan, ja työnohjaus oli tässä erinomainen tuki.

Käymämme koulutus ja sen taustalla oleva teoria keskittyi terapeuttisten taitojen hyödyntämiseen lyhyessä ja rajatussa työskentelyikkunassa. Lyhytterapeuttisessa työskentelyssä olennaista on tilanteen jäsenitys, työskentelyn rakenne ja aktiivisuus. Lyhyt aikajänne haastaa työntekijää realistiseen toiveikkuteen muutoksen suhteen. On siedettävä keskeneräisyyttä, sillä lyhyessä työskentelyssä harvoin tulee valmiiksi. Kuitenkin pienikin muutos voi olla tärkeä ja nostaa asiakkaan elämänlaatua. Asioita ei pyritäkään saamaan valmiiksi, vaan työskentelyn tavoitteena on, että asiakas hahmottaa tilanteensa selkeämmin ja saa välineitä sen käsittelemiseen. (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 27, 58.)

KAT-menetelmässä leimallisin työskentelyn väline on työntekijän mielessä kehittyvän ymmärryksen jakaminen ja havainnointi, esimerkiksi kartan kautta. Tavoitteena on saada asiakas havaitsemaan toiminnan taustalla vaikuttavia malleja. Kun molemmat yhdessä luovat ymmärrystä asiakkaan tilanteesta, se sitouttaa molemmat yhteistyöhön tilanteen edistämiseksi (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 63.)

Opiskeluvalmennuksessa on mielestämme mielekästä hyödyntää nuoren lähikehityksen vyöhykettä, joka tarkoittaa sitä, etteivät tavoitteet ole liian korkealla tai liian matalalla. Liian korkeat tavoitteet tai vaikeaksi koetut haasteet eivät motivoi. (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 61.) Opiskeluvalmennuksessa nuori koki usein asiat liian suurina tai haastavina, jolloin oma toimijuus katosi. Opiskeluvalmennuksen eräänä sisäänrakennettuna tavoitteena onkin ollut näiden tilanteiden tunnistaminen ja jäsentäminen sekä hallittavuuden kokemuksen lisääntyminen.

Lähikehityksen vyöhykkeen hahmottumisen myötä tarkastellaan myös opiskelijan suhtautumista avun ja tuen vastaanottamiseen. Esimerkiksi usein arkisen pärjäämisen sijaan parempi taito on etsiä itselleen apua ja ottaa sitä vastaan. Olennaista on, että opiskelija miettii, mikä häntä apua saatuaan auttoi ja miten hän voisi tätä tietoa jatkossa hyödyntää. Suhtautuminen avun vastaanottamiseen on tärkeää. Tarkoitus ei ole lisätä avuttomuuden tunnetta, vaan oivaltaa, että kaikessa ei tarvitse pärjätä itse.

Kokemuksemme mukaan toimiva työskentelytapa oli KAT-menetelmän mukainen aktiivinen kuuntelu, ydinsanoja ylös kirjatun. Se toi näkyväksi sitä, mitä nuori sanoittaa ja tuottaa ja auttoi varmistamaan, että opiskeluvalmentaja ymmärsi ja kuuli, mitä nuori kertoo. Sen avulla oli mielekästä palauttaa asioita mieleen ja tarkistaa opiskeluvalmennuksen suuntaa. Alussa aktiivisessa kuuntelussa syntyneet paperit kulkiivat valmennuksessa mukana ja niihin palattiin tarpeen mukaan.

Usein tapaamisissa pyrittiin nostamaan vuorovaikutuksen vireystilaa, esimerkiksi nuoren onnistumisia, keinoja tai vahvuuksia alleviivaamalla. Erään nuoren kanssa tunnistettiin, että hänellä luovuttamisen ja olosuhteiden tai ihmisten syytteleminen taustalla saattoi olla liiallista vaativuutta itseään kohtaan. Minäpystyvyyden tunnetta kannateltiin esimerkiksi niin, että tapaamisten lopuksi keskusteltiin, mikä oli nuoren mielestä tärkeää, mitä haluaa ottaa mukaan ja mihin kiinnittää seuraavina päivinä huomiota. Nuoren aloitteisiin ja pieniinkin vuorovaikutussignaaleihin pyrittiin reagoimaan ja pitämään niitä tärkeinä.

Opiskeluvalmennuksen alussa koimme, että saattoi olla, että ongelma tuntui joskus opiskelijasta erottamattomalta osalta häntä itseään. Tilanteen neutraalin havainnoimisen kautta ongelmasta tehdään kohde, jota tarkastellaan, ja tähän asiakasta haastetaan. Ongelmasta pyritään erottautumaan ja tarkastelemaan sitä etäisyyden päästä. Asiakkaasta tulee havainnoiva subjekti, jolla on mahdollisuus tarkastella erilaisia toimintatapoja ja keinoja ongelman ratkaisuun, sen kanssa elämiseen tai siihen suhtautumiseen. (Kanninen ja Uusitalo-Arola 2015, 60.)



Myös tavoitejanatyöskentely ratkaisukeskeisen työotteen kentältä oli monelle nuorelle toimiva työkalu. Sitä käytettiin tavoitteen hahmottamiseen, konkretisoimiseen ja keinojen löytämiseen. Sen pohjalta oli helpompi selventää GAS-menetelmän asteikkoa. Usein nuoren kanssa tehtiin ensin KAT-jäsennystä ja tilanteen hahmottamisen ja jäsentämisen jälkeen siirryttiin tavoitejanan avulla käytännön toiminnan muuttamiseen. Valmennuksen loppuvaiheessa kerrattiin opiskelijan kanssa valmennusprosessia, mitä on tehty, minkä parissa työskenneltä, mitä on opittu ja mitä neuvoksi itselle jatkoon. Jatkosuunnitelmia tehtiin ja keskusteltiin myös siitä, mikä jäi ehkä kesken. Toimiva kysymys on ollut; minkä neuvon antaisit itsellesi tulevaan? Mielestämme KAT-menetelmän lopetuskirjeet olivat hyvä kiteyttämisen työkalu.

KAT-menetelmä toimii havaintojemme perusteella parhaiten silloin, kun nuorella on valmiuksia reflektoida tilannettaan, opinnot joko sujuvat pääosin melko hyvin tai valmennuksen aika ei mene käytännön asioiden ohjaukseen, selvittelyyn tai palveluohjaustyypiseen työskentelyyn. Niiden nuorten kanssa, jotka tarvitsivat runsaasti tällaista selvitystyötä, voitiin vähemmän hyödyntää lyhytterapeuttisen työskentelyn menetelmiä. Menetelmästä oli eniten hyötyä sellaisten nuorten kanssa, joilla opinnot sujuivat mutkattomammin, joilla ei ollut alan vaihtoja ja opintojen keskeytyksen suoraa uhkaa.

Tavoitteen muodostaminen alkuvaiheessa ei aina ollut mahdollista, jos tapaamisia peruuntui ja oli akuuttimpia asioita, tilanne rönsyää tai aika jää kesken. Kaikkien kanssa karttatyöskentelystä ei juuri ollut hyötyä tai siihen ei päästy. Esimerkkinä tästä nuori, jonka tavoitteena oli opiskelumotivaation kohottaminen. Hän ei tarttunut työskentelyssä juuri pintaa syvemmälle. Ongelmakseen hän koki vuorokausirytmien, ja sekin oli ympäristön tuottama ongelma, hän ei itse kokenut sitä ongelmakseen. Kuitenkin hän sitoutui valmennukseen, joten valmentajalle tuli tunne, että nuori selvästi saa valmennuksesta jotakin.

KAT-työmenetelmä auttoi jäsentämään opiskelijan tilannetta yhdessä opiskelijan kanssa. Ilman menetelmäkoulutusta opiskeluvalmennus olisi ollut toisen tyyppistä. Kuunnella kyllä osataan, ohjata ja tukeakin, mutta opiskelijan ajattelumalleihin, suojaaviin toimintatapoihin tai vaihtoehtoisiin tukeviin toimintamalleihin huomion kiinnittämisen näkökulma tuli KAT-koulutuksen myötä. Lähes kaikkien nuorten kanssa heidän tilannettaan jäseneltiin karttatyöskentelyn tai tilannejäsentelyn avulla. Kokemuksemme mukaan se auttoi usein nuorta hahmottamaan ydinongelmaa ja toisaalta huomaamaan jo opittuja, hyviä toimintatapoja ja vahvistamaan niitä.

## 2.4 Opiskeluvalmennus-palvelun mallintaminen

Kiipula-Avire on luonut opiskeluvalmennuspalvelun toteuttamisesta projektissa mallin, jossa kuvaamme ehdotustamme palvelun toteuttamiseksi, pohjautuen projektin aikana saamaamme asiakastyön kokemukseen. Mallinnukset luotiin sekä palveluprosessista (ks. liite 1) että sen sisältämistä teemoista (ks. liite 2) ja käytettävistä menetelmistä (ks. liite 3).

### 2.4.1 Ohjautuminen

Kiipula-Aviren kokemusten mukaan on tärkeää, että opiskelijat voivat ohjautua palveluun eri väylien kautta ja myös ilman lääkärinlausuntoa. Tärkeimmäksi väyläksi palveluun osoittautui ohjautuminen oppilaitoksen kautta, koska siellä on paras ja ajankohtaisin tieto tukea tarvitsevistä opiskelijoista. Nähdäksemme ohjaus voi tulla myös Kelan aloitteesta, kun huomataan tarve opiskeluvalmennukselle, esimerkiksi jos henkilö saa kuntoutusrahaa, hänellä on useita keskeytyneitä opintoja tai pitkiä sairauslomia.

On tärkeää, että nuori voi hakeutua opiskeluvalmennukseen myös itse, esimerkiksi ottamalla Kelaan yhteyttä puhelimitse tai oma-asioinnin kautta tai esimerkiksi sähköisen haastattelun tai kyselyn kautta. Näihin voisi olla linkki Kelan nettisivuilla. Ehdotamme, että Kela opiskeluvalmennusta myöntäessään pyytäisi opiskelijalta tietoa oppilaitoksen edustajasta, yhteystiedot, sekä luvan olla yhteydessä oppilaitokseen.

### 2.4.2 Opiskeluvalmennuksen kesto, tapaamiskerrat ja toteuttamispaikat

Kokeilusta saatujen kokemusten perusteella havaitsimme, että monella nuorella olisi ollut tarve pitkäkestoisempaan kuntoutukseen kuin kokeilun yhdeksän kuukautta. Kokemuksemme perusteella olisi hyvä, jos palvelun kesto olisi nuoren tarpeen mukaan joustavasti 6–12 kuukautta. Toisilla nuorilla tarve voi olla lyhytaikaisempaa, esimerkiksi opintojen loppuvaiheessa. Havaintojemme mukaan käyntikerran keston on hyvä olla tunti, koska kokeilun 45 minuuttia osoittautui usein liian lyhyeksi tapaamisajaksi. Kokeilussa verkostotapaamisissa oli mahdollista käyttää tapaamiseen 90 minuuttia ja pidempiä tapaamisaikoja olisi jatkossakin hyvä olla mahdollista toteuttaa. Verkostotapaamiset tosin ovat useimmiten olleet kestoltaan noin tunnin mittaisia, joskus lyhyempiäkin. Valmennuskertoja on hyvä olla 10–20 nuoren tarpeesta riippuen.

Olemme kuvanneet opiskeluvalmennuksen malliamme liitteessä 1. Mallissa jaamme valmennuksen startti-, tsemppi- ja päätösvaiheeseen, kuten se oli kokeilussakin jaettu. Mielestämme vaihtelyä kannattaa hyödyntää valmennuksen työvälineenä, koska se tehostaa valmennusta ja auttaa nuorta sitoutumaan paremmin siihen.

Starttivaihe kestää kolme valmennuskertaa, sisältäen työparitapaamisen, verkostotapaamisen oppilaitoksen edustajan kanssa, tilanteen jäsenystä ja karttatyöskentelyä, tavoitetyöskentelyä ja sen alustavaa hahmottamista ja nimeämistä, työkirjan käyttöönottoa valmennuksen välineenä. Mielestämme yhteinen työparitapaaminen sopii esimerkiksi starttivaiheen päätökseen, kolmannelle tapaamiselle. Kuitenkin valmennuksessa on hyvä säilyä joustavuus niin, että opiskeluvalmentaja tai työpari voivat yhdessä joustavasti nuoren kanssa arvioida muun muassa työparitapaamisen ajankohtaa.

Kokemustemme perusteella kannatamme sitä, että palveluntuottaja ottaa yhteyttä asiakkaaseen viimeistään viiden arkipäivän kuluessa kuntoutuspäätöksen saapumisesta. Alkuvaiheen tapaamiset tulisi olla mahdollisimman tiiviisti, ensimmäisen kuukauden aikana, jotta työskentely käynnistyy ja luottamusuhde valmentajan ja opiskelijan välillä syntyy. Liian pitkät tauot alkuvaiheessa saattavat heikentää palveluun orientoitumista ja sitoutumista nuorilla.

Tsemppivaihe kestää nuoren tarpeen mukaisesti 5–15 valmennuskertaa. Tsemppivaiheessa työskennellään nuoren tavoitteen suuntaisesti ja sitä edistäen lyhytterapeuttista työtettä hyödyntäen. Työkirjaa käytetään aktiivisesti valmennuksen välineenä, samoin erilaisia nuoren tavoitetta ja opiskelukykyisyyttä edistäviä kotitehtäviä. Tsemppivaiheeseen sisältyy verkostotyötä oppilaitosten tai nuoren elämän toimijoiden tai molempien kanssa tarpeen mukaan. Valmentaja pitää sovitusti nuoren tarpeen mukaan nuoreen yhteyttä myös valmennustapaamiskertojen välillä.

Päätösvaihe kestää kaksi tapaamiskertaa, joista toinen tapaaminen toteutuu oppilaitoksella ja mukana on mahdollinen muu verkosto. Päätösvaiheessa arvioidaan opiskeluvalmennuksen tavoitteen saavuttamista ja tarkastellaan kuntoutusprosessia, koettuja hyötyjä ja opittuja asioita. Nuoren kanssa pohditaan niitä toimivia toimintatapoja, joita hän voi hyödyntää jatkossa opiskelu- ja toimintakykynsä edistämisessä ja ylläpitämisessä. Viimeisellä tapaamisella laaditaan päätöskirjeet, joissa näitä asioita kiteytetään lyhyesti. Opiskeluvalmentaja kirjoittaa nuorelle, ja nuori puolestaan valmentajalle. Lopuksi kirjelmät luetaan ääneen. Päätösvaiheessa jatkosuunnitelmien laatiminen ja kirjaaminen ovat tärkeitä. Päätösvaiheessa sovitaan myös seurannan ajankohdista ja tavasta.

Ehdotamme opiskeluvalmennukseen seurantavaihetta. Seurantavaihe toteutetaan kaksi kertaa: kolmen kuukauden ja kuuden kuukauden päästä päätöstapaamisesta. Se voidaan toteuttaa tapaamisina, puhe-  
limitse tai etäkuntoutuksena.

Ehdotamme mallinnuksessamme (ks. liite 1), että valmennustapaamiset voidaan toteuttaa nuoren arjen toimintaympäristöissä, jos se on tarpeen tai ne voidaan toteuttaa palveluntuottajan tiloissa, mikäli nuori sitä toivoo. Tapaamispaikkoja voivat olla esimerkiksi nuoren koti, kahvilat, kirjastot, oppilaitosten tilat. Tapaamispaikassa ensiarvoisen tärkeää on kuitenkin huomioida salassapitovelvollisuus.

### 2.4.3 Opiskeluvalmennuksen teemat ja käytettävät menetelmät

Kokemuksemme perusteella Kelan Opiskeluvalmennuksen kehittämissuunnitelmassa (Pelkonen ym. 2017, 24–25) kootut teemat opiskeluvalmennuksen sisällöiksi ovat toteutuneet hyvin ja ovat toimivia näin ollen jatkossakin. Olemme avanneet teemoja liitteessä 2 ja menetelmiä liitteessä 3. Kokemuksemme mukaan muita esille tulleita tärkeitä teemoja valmennuksessa ovat olleet ahdistuksen ja stressin hallinnan taidot, rauhoittumis- ja rentoutuskeinojen lisääntyminen, motivaation ylläpito, opiskelurutiinien luominen, aloite-  
kyvyn lisääntyminen ja omien suhtautumistapojen sekä ajattelu- ja toimintamallien tarkastelu.

Tärkeimpinä työkaluina opiskeluvalmennuksessa koemme yhteisen ymmärryksen löytymistä tukevat menetelmät, kuten aktiivisen kuuntelun ja mäppäyksen tai tapausjäsennyksen. Ne toimivat pohjana ja työkaluina läpi kuntoutuksen. Tärkeää valmentajana on havainnoida ja tuoda esille, myös visuaalisesti, kuulemaansa ja näkemäänsä. Mäppäyksen tuloksena kuvataan karttamuodossa opiskelijan hankalaksi kokemaa tilannetta ja tunteita, suojaavia toimintatapoja, vaaran paikkoja, todellisia tavoitteita ja uusia, rakentavampia, kohti tavoitetta meneviä toimintatapoja. Karttaa hyödynnetään ja työstetään tarpeen mukaan koko valmennusprosessin ajan. Kartta on työkalu, jonka tavoitteena on hahmottaa ja löytää keinoja pärjätä hankalien tilanteiden ja tunteiden kanssa jatkossa paremmin ja näin myötävaikuttaa opiskelukykyisyyteen. Taustalla on halu löytää nuorelle itselleen tärkeä muutoksen kohde ja työskentelyn tavoite. Tärkeä opiskeluvalmennuksen työkalu on tavoitteiden ylös kirjaaminen, jossa työkaluna toimii GAS-lomake.

Suosittellemme, että jo alkuvaiheessa opiskeluvalmennusta otetaan käyttöön opiskeluvalmentajan ja opiskelijan yhteinen työkirja. Se on aktiivisesti mukana työskentelyn tukena koko valmennuksen ajan. Työkirjaan merkitään tapaamiset, niiden sisältö lyhyesti, valmennuksen tavoitteet, kotitehtävät, niiden eteneminen ja muuta tärkeää, jota nuori ja valmentaja haluavat merkitä muistiin sekä yhteisesti sovittuja

asioita. Työkirjaa täyttää pääosin nuori itse, mutta valmentaja ohjaa ja tukee siinä. Myös mäppäys tai tapausjäsenitys näkyy työkirjassa. Työkirja auttaa jäsentämään, strukturoimaan ja tekemään visuaaliseksi opiskeluvalmennusprosessia. Työkirja saa olla nuoren näköinen ja luovasti toteutettu. Työkirja jää nuorelle itselleen valmennusprosessin päätyttyä.

Kotitehtävät ovat mielestämme tärkeä osa opiskeluvalmennusta. Niiden tavoitteena on tukea nuoren tilanteen edistymistä valmennuskertojen välillä. Nuori voi itse nimetä kotitehtävänsä. Siinä apuna voi olla esimerkiksi kysymykset, kuten "mikä asia edistäisi toivomaasi muutosta lähipäivinä" ja "minkä pienen asian haluat muistaa tai ottaa harjoitteluun ennen seuraavaa tapaamistamme". Kotitehtävien on syytä olla tarpeeksi pieniä ja saavutettavissa olevia sekä nuoresta lähteviä. Opiskeluvalmennuksessa myös muu yhteydenpito valmennuskertojen välillä osoittautui joidenkin nuorten kohdalla tärkeäksi.

Oppilaitosyhteistyö sekä muu tarvittava verkostotyö ovat tärkeitä opiskeluvalmennuksessa. Lähtökohdina ovat aina nuoren tarpeet. Nuorta kannustetaan ja rohkaistaan aktiiviseen toimijuuteen oman arkinsa, opintojensa ja hyvinvointista kannalta tärkeiden verkostojen kanssa toimimiseen. Hyvä käytäntö verkostoneuvottelussa on mielestämme, nuoren luvalla ja hänen kanssaan ennalta sopien, kuntoutustavoitteiden ja KAT-menetelmän karttajäsenyyksen esille tuominen. Kartan ja tavoitteiden avulla voidaan mielestämme luoda verkostokeskusteluun yhteistä ymmärrystä nuoren tilanteesta.

Opiskeluvalmennuksessa tavoitteena on löytää, laajentaa ja vahvistaa pärjäämisen keinoja ja voimavaroja tulevaisuutta varten. Tärkeä menetelmä onkin valjastaa käyttöön sitä, mitä opiskelija on valmennuksen aikana oppinut ja mitä tavoitteita tulevaisuuteen hän haluaa oppimansa perusteella asettaa. Tässä hyödyllinen menetelmä on "neuvo itselle tulevaisuuteen": mitä olen oppinut, miten neuvoisin itseäni jatkossa toimimaan, mitä haluaisin jatkossa vielä saavuttaa? Tämän näkyväksi tekeminen on tärkeä osa opiskeluvalmennusprosessin lopputyöskentelyä.

#### 2.4.4 Yhteistyö eri tahojen kanssa

Mallinnuksessa liitteessä 1 kuvaamme, miten verkostotyötä toteutetaan oppilaitoksessa sekä valmennuksen aloitusvaiheessa että päätös vaiheessa. Verkostotyö voi osin tapahtua tarpeen mukaan myös puhelimitse tai sähköpostitse. Oppilaitoksella on hyvä olla tieto siitä, että nuori on opiskeluvalmennuksessa ja heillä on tarpeen olla myös opiskeluvalmentajan yhteystiedot. Kokemuksemme perusteella tapaamisesta oppilaitoksella jo valmennuksen aloitusvaiheessa on paljon hyötyä nuoren kokonaistilanteen

hahmottumisessa ja työskentelyn kohteen ja tavoitteen muodostumisessa sekä rajaamisessa. Lisäksi verkostotyötä tehdään myös muutoin valmennusprosessin edetessä.

Verkostoyhteistyötä tehdään nuoren tarpeiden mukaisesti myös muiden nuoren elämässä mukana olevien toimijoiden kanssa. Nuorta rohkaistaan ja kannustetaan yhteistyöhön näiden tahojen kanssa sekä havainnoimaan hänelle yhteistyön hyötyjä ja mahdollisuuksia. Tällaisia yhteistyötahoja voi oppilaitosten ja opiskeluterveydenhuollon lisäksi olla muu perus- ja erikoissairaanhoidon, sosiaalityön, nuorisotyön, etsivän nuorisotyön, harrastustoimijain, terapian toteuttajien, perheenjäsenien tai mitkään tahansa muut nuoren elämässä mukana olevat toimijat.

Sairauslomien aikainen tuki osoittautui merkitykselliseksi opiskeluvalmennuksessa eikä opiskeluvalmennuksen tulisi keskeytyä automaattisesti sairauslomalla. Tilannetta arvioidaan yhdessä opiskelijan, mutta tarvittaessa myös oppilaitoksen ja Kelan kanssa. Sairauslomien aikana on tarpeen kartoittaa muun muassa muuta sairauslomien aikaista tukea, esimerkiksi arjen toimintakyvyn ja kotoa lähtemisen helpottamiseksi. Lisäksi koimme, että on usein tarpeellista, että opiskeluvalmentaja tekee verkostotyötä hoitotahojen ja oppilaitosten kanssa, jotta nuori saisi tarvittavaa tukea opintoihinsa.

## 2.5 Johtopäätökset

Opiskeluvalmennuksella on mahdollista tarjota opiskelijalle yksilöllistä, oppilaitoksen ulkopuolista tukea opinnoissa etenemiseen silloin, kun opiskelukyky on syystä tai toisesta heikentynyt ja opintojen eteneminen vaarantunut. Kelan NUOTTI-valmennus tarjoaa tukea tilanteeseen opintoja ennen tai mikäli opinnot ovat täysin keskeytyneet. OPI-kuntoutus sen sijaan tarjoaa ryhmämuotoista kuntoutusta silloin, kun masennus- ja ahdistusoireet heikentävät opiskelukykyä.

Nähdäksemme opiskeluvalmennus tarjoaa intensiivistä ja yksilöllistä, matalankynnyksen jalkautuvaa tukea nuorille eikä vastaavaa palvelua tällä hetkellä yhteiskunnassamme ole. Yksilökohtaisen opiskeluhoillon tehtävänä on edistää opiskelijan hyvinvointia, tarjota tukea ja ohjausta, mutta opiskeluvalmennus tarjoaa mahdollisuuden tiiviiseen ja tarvittaessa melko pitkäkestoiseen työskentelyyn, nuoren kokonaisvaltainen hyvinvointi ja henkilökohtainen tavoite edellä. Oppilaitoksen tuki rajautuu oppilaitoksen sisään, kun taas opiskeluvalmennus ylittää sen ulkopuolellekin nuoren elämään.

Oppilaitoksen tarjoama tuki ei ole jalkautuvaa eikä kovin paljoa käytännön ja arjen- sekä elämänhallinnan asioita konkreettisesti tukevaa. Opiskeluvalmennuksessa on mahdollista päästä askel eteenpäin oppilaitoksen neuvovasta tai kontrolloivasta otteesta. Psykiatrinen hoitokaan ei yletä käytännön asioiden tukemiseen. Nuorilla käytännön asioiden hoitamisessa on paljon tuen tarvetta, kun oma toiminta- ja aloitekyky on heikentynyt eikä rooli oman elämän asioiden hoitamisessa ole vielä löytynyt. Esimerkkinä tästä tilanne, jossa nuoren päätösverkostotapaamisessa psykiatrian poliklinikalla todettiin tarve sosiaalityöntekijän tuelle. Nuori sai sosiaalityöntekijän yhteystiedot. Siinä vaiheessa jo opiskeluvalmentaja arveli, että nuori ei soita itsenäisesti sosiaalityöntekijälle, vaikka nuoren toivotaankin olevan itse oman elämänsä aktiivinen toimija. Opiskeluvalmentajan arvaus osui oikeaan, nuori ei ollut rohjennut itse soittaa sosiaalityöntekijälle. Viimeisellä tapaamisella nuori otti tuetusti tapaamisen aikana sosiaalityöhön yhteyttä. Nuorelle on tärkeää saada onnistumisen kokemuksia asioidensa hoitamisessa, mutta niitä ei saavuteta vain neuvomalla nuorta "soita sinne, hoida tuo, täytä tämä lomake". Nämä ovat juuri niitä asioita, joita nuorilta jää itsenäisesti usein hoitamatta.

Nuorta on hyvä valmentaa aikuiselämän taitoihin, omaan aktiivisuuteen ja vastuun ottoon omasta elämästään. Todellisuus oli kuitenkin usein se, että tuen tarve heillä on juuri siitä syystä, että näitä taitoja ei vielä ole tai niiden kanssa on pulmaa. Opiskeluvalmennus voi tarjota parhaimmillaan hyvän mahdollisuuden päästä tutkimaan näitä toimintatapoja itsessä, ja saada rakentavampia malleja tilalle itselleen.

Moni nuori koki epävarmuutta, epäselvyyttä ja struktuurin puutetta opinnoissaan, liittyen niiden suoritustapoihin, tavoitteisiin ja sisältöihin. Opiskeluvalmennusta tarvittiin myös näiden asioiden selvittelyyn nuoren tueksi. Oppilaitoksilla ei näyttäisi mielestämme olevan tähän riittävää resurssia. Oletus opiskelijoiden itseohjautuvuudesta on ammatillisissa opinnoissa kasvanut, mutta opiskelijoiden valmiudet siihen näyttävät aikaisempaa heikompina. Opiskeluvalmennus voi tukea vastuunottokykyyn ja itseohjautuvuustaitojen kehittymiseen. Haasteena on kuitenkin tasapainoilu sen äärellä, mikä on optimaalinen määrä kannattelevaa rakennetta, ja missä kohtaa sitä voi olla liikaa. Aina jää se osa nuorista, joiden säie kouluun on hyvin ohut, ja joiden tuen tarve on valtavaa.

Monet opiskelijat toivat esille kokemuksensa siitä, että he eivät tule ymmärretyksi tai riittävästi tuetuksi oppilaitoksen tai opettajien taholta, esimerkiksi opiskeluun liittyvien haasteidensa tai terveydentilansa osalta. Myös Kelan kehittämissuunnitelmassa (Pelkonen ym. 2017, 6) todetaan, että opettajat tarvitsevat tietoa siitä, miten huomioida esimerkiksi opiskelijan sairaus tai vamma opiskelussa, ja opiskeluvalmennus voi toimia tässä tiedon välittäjänä ja linkkinä opiskelijan ja opettajan välillä. Tämä toteutui useamman

kerran opiskeluvalmennuksissa. Yhteisissä verkostotapaamisissa opettajalle selvisi laajempi kuva opiskelijan kokonaistilanteesta ja opiskelukykyyän vaikuttavista tekijöistä. Toisaalta opiskeluvalmentajille muodostui verkostotapaamisissa selkeämpi kuva opintojen tilanteesta ja opiskelijalle tarjotuista tukimuodoista.

Opiskeluvalmennuksen erääksi tehtäväksi muotoutui vakuuttaa nuori siitä, että hän ei putoa systeemistä, vaikka opinnot päättyisivätkin. Valmistumisen liittyen nuoret saattavat kokea ahdistusta ja epävarmuutta. Palveluohjaus sisälsi eri vaihtoehtojen läpikäyntiä, esimerkiksi juuri opintojen päättymisen tai keskeytymisen tilanteessa, mikä vähensi nuorten ahdistusta.

Opiskeluvalmentajan rooli muodostui niin sanotuksi vara-aikuiseksi. Oppilaitoksilla on usein neuvova ja kontrolloiva asema nuoren elämässä, ja niillä on omat opinnolliset ja etenemiseen liittyvät tavoitteensa. Opiskeluvalmentaja asettuu enemmän nuoren asemaan neutraalilta pohjalta. Opiskeluvalmennuksessa ei anneta suoraan ratkaisuja tai neuvota mitä pitää tehdä. Valmentaja toimi myös nuoren puolestapuhujana. Joskus tuen tai ymmärryksen saaminen ei ollut yksinkertaista, esimerkiksi opettajien taholta, jotka tunsivat nuoren tilannetta hyvin vähän.

Opiskeluvalmennuksen tarve on kipeimmillään heillä, jotka ovat heikosti motivoituneita ja sitoutuneita opiskeluihin, joilla on terveydentilan, elämänhallinnan tai kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin haasteita ja joiden opiskelukyky näyttäytyy heikkona. Se näkyi kokemuksemme perusteella myös opiskeluvalmennukseen sitoutumisen haasteina. Opiskeluvalmentajan olisi hyvä nähdä ilmiongelman, tässä tapauksessa opiskeluvalmennukseen sitoutumattomuuden tai käyntien peruuntumisten, taakse. Hänen pitäisi sinnikkäästi kiinnostua tarttumaan näihin ilmiöihin ja nostamaan ne nuoren kanssa lempeästi esille. Opiskeluvalmennuksen potentiaali on juuri siinä, että se tarjoaa mahdollisuuden tutkia näitä ajattelu-, käyttäytymis- ja suhtautumistapoja ja hakea niihin vaihtoehtoja ja uusia malleja KAT-orientaation mukaisesti.

Nuorta ei voi painostaa valmennuksessa jatkamiseen. Jos hän ei näytä motivoituvan tai ottavan vastaan tarjolla olevaa tukea, ei tuki ehkä ole vielä oikea-aikaista. Kokemuksemme perusteella sinnikkyys opiskeluvalmentajilta tuotti tulosta. Nuori on kokenut, että hänestä ollaan kiinnostuneita ja hän pääsee jollakin tavalla eteenpäin, saaden esimerkiksi palveluohjausta kohti oikea-aikaisempia palveluja. Tällaisia ovat olleet esimerkiksi terveydentilan selvittelyt, VALMA-koulutus sekä hoidon tai muun kuntoutuksen tehostaminen.



Opiskeluvalmennus-projektin aikana olemme pohtineet sitä, kuinka ennaltaehkäisevästä palvelusta siinä on kysymys. Usein opiskeluvalmennus oli suorastaan kaaoksen hallintaa ja akuuttien asioiden hoitamista. Yleisesti elämän- ja arjenhallinnan haasteet olivat melko isossa roolissa opiskeluvalmennuksessa mukana olleiden nuorten elämässä. Usein nuori olisi tarvinnut tukea jo hyvin paljon varhaisemmassa vaiheessa. Joskus opiskelijan elämäntilanne ja opiskelukyky näyttäytyivät riittämättöminä, vaikka kuntoutuksen tukea olisi ollut tarjolla. Tällöin nuoren etu on se, että hän ohjautuisi tarkoituksenmukaisempien palvelujen piiriin. Oppilaitoksen näkökulmasta ennaltaehkäisevä palvelu olisi mielestämme sellainen, joka mahdollistuu, kun ensimmäiset merkit opiskelukykyisyyden heikentymisestä ovat nähtävissä. Toisesta näkökulmasta ennaltaehkäisevää on syrjäytymisen ehkäisy, opintoihin kurominen ja takaisin liimautuminen pala palalta, kun opinnot ovat jo pitkittyneet.

Opiskeluvalmennuksen parempi nimi mielestämme olisi opiskelijavalmennus. Valmennuksen kohteena ei niinkään ole opiskelu, vaan nuori asettautuu valmennusprosessissa tarkastelemaan itseään, opiskelukykyisyyttään, voimavarojaan, ajatuksiaan, toimintamallejaan ja selviytymiskeinojaan, ja kehittämään niitä. Valmentajan tehtävä on toimia tässä prosessissa tukena, sitä ohjaten ja siihen kannustaen ja rohkaisten. Olemme pohtineet myös elämäntaitovalmennus-nimeä, koska usein kyse on ollut pitkälti siitäkin.

Opiskeluvalmennuksessa useat nuoret tunnistivat karttatyöskentelyn avulla vaativia ja kriittisiä ajatuksiaan. Niitä purkamalla ja normalisoimalla he oppivat hyväksymään niitä ja löytämään vaihtoehtoisia suhtautumistapoja. Usein paras opiskelukyvyn edistäjä oli opiskelijan omien ajatusten työstäminen, esimerkiksi juuri kriittisyyden vähentäminen itseään kohtaan, suhtautumistavan muutos avun pyytämiseen tai onnistumisten havainnointi. Usein opintoja haittaavat opiskelijan omat ajatukset, uskomukset, käsitykset itsestä oppijana tai suhteessa muihin, muiden suhtautumisessa ja asemoitumisessa itsen. Tähän KAT-orientoitunut työskentely tarjoaa erinomaisen työkalun.

## Lähteet

Kanninen K, Uusitalo-Arola L. Lyhytterapeuttinen työote. Jyväskylä: PS-kustannus, 2015.

Pelkonen I, Pajunen M, Rouvinen J ym. [Opiskeluvalmennuspalvelun kehittämissuunnitelma](#). Helsinki: Kela, 2017.

Päivitetty 24.7.2018. Viitattu 5.6.2020.

### 3 KK-Verven kokemuksia kehittämistyöstä

*Susanna Kerman, Arja Kirjavainen ja Päivi Mäkisalo-Kauhanen*

KK-Verven kokemusten mukaan opiskeluvalmentaja vastasi henkilökohtaisten valmennettavien prosessista, ja hänen ydinroolinaan oli toimia opiskelijan kanssa vastavuoroisessa yhteistyösuhteessa. Opiskeluvalmentajan tehtävänä oli tukea opiskelijan opiskelukykyä, opiskelutaitoja ja -motivaatiota sekä yleisiä opiskeluvalmiuksia ja voimavaroja. Opiskelijan minäpystyvyyttä tuettiin itseohjautuvuutta, ongelmanratkaisutaitoja ja elämänhallintataitoja vahvistamalla.

Opiskeluvalmentajina toimimme kokemustemme mukaan ennako-odotusten vastaisesti myös niin sanotusti kontrolloijina. Opiskeluvalmentajan yhteydenpito tai pelkästään läsnäolo sai opiskelijassa aikaan aktiivista toimintaa. Työskentelimme yhdessä työparina. Pohdimme muun muassa opiskeluvalmennuksen toteuttamiseen liittyviä menetelmiä, tukikeinoja, toimivia käytäntöjä sekä laadimme tarvittaessa suunnitelmia opiskelijoiden tukemiseksi. Molemmat opiskeluvalmentajat osallistuivat kaikkien opiskelijoiden tapaamiseen starttivaiheen aikana sekä tarpeen mukaan verkostoneuvotteluihin.

Osallistuimme projektin sisäiseen verkostotyöhön

- Kelan projektiryhmän
- Kelan vakuutuspiirin ratkaisuasiantuntijoiden sekä
- muiden projektissa toimivien palveluntuottajien opiskeluvalmentajien kanssa.

Olimme yhteydessä Kelan ratkaisuasiantuntijoiden kanssa niissä tilanteissa, kun opiskelijaa oli vaikeaa tavoittaa, valmennusprosessi ei edennyt tai oli uhkana, että se keskeytyy. Lisäksi olimme yhteydessä Kelaan, kun opiskeluvalmennukselle oli tarpeellista hakea jatkoaikaa tai opiskelijoiden toimeentuloasioissa oli kysyttävää. Teimme Kelan projektiryhmän kanssa yhteistyötä kehittämistyöhön sekä työkokouksiin liittyvissä asioissa.

Kuntoutussäätiön tutkijoiden kanssa yhteistyö toteutui tutkimushaastatteluihin liittyvissä asioissa. Teimme yhteistyötä myös muiden opiskeluvalmentajien kanssa ja osallistuimme säännöllisesti työnohjaukseen. Työnohjaus syvensi KAT-menetelmän käyttöä ja lisäsi näkemystä valmennuksen toteutukseen ja siihen liittyviin haasteisiin.

Teimme verkostotyötä oppilaitosten asiantuntijoiden kanssa. Oppilaitoksissa yhteyshenkilöinä toimivat pääsääntöisesti opinto-ohjaajat tai kuraattorit. Savon ammatti- ja aikuisopistolla opiskeluhuollon koordinaattori toimi koulutuksen järjestäjätasolla yhdyshenkilönä.

Verkostopalaveriihin osallistui yleensä se henkilö, joka oli opiskelijalle läheisin. Opiskelijoiden asioissa teimme yhteistyötä

- opinto-ohjaajien
- ryhmänohjaajien
- erityisopettajien
- kuraattoreiden
- psykologien sekä
- erityisopettajien kanssa.

Lisäksi yhteistyötä toteutui opiskelijoiden vanhempien, hoitotahon sekä nuorisotyön toimijoiden kanssa.

Oppilaitosten ja oppilashuollon edustajiin olimme yhteydessä opiskelijan tarpeiden ja tilanteen mukaan. Jos opiskelijalla oli opiskeluun liittyviä huolia, esimerkiksi epäselvyyttä opintosuorituksista, käytännöistä tai opintojen sisällöistä, olimme yhteydessä oppilaitokseen ja sovimme tapaamisen opinto-ohjaajan tai ryhmänohjaajan kanssa. Loppuvaiheen verkostopalaverissa käytiin läpi valmennusprosessissa esille tulleita asioita sekä opintojen etenemistä ja jatkosuunnitelmaa.

Suurimmassa osassa valmennusprosesseja toteutui oppilaitospalavereja sekä valmennuksen alku- että loppuvaiheessa. Jokaisen opiskelijan kohdalla toteutui vähintään yksi oppilaitospalaveri. Haastaviksi muodostuivat sellaiset tilanteet, joissa opiskelija ei tullut paikalle sovittuun oppilaitospalaveriin.

Olimme mukana myös Savon ammattiopiston koolle kutsumassa asiantuntijaverkossa. Asiantuntijaverkoston kuuluvat oppilaitoksen oppilashuollon edustajat, kolmannen sektorin nuorisoalan toimijoita, oppilaitoksen projektityöntekijöitä, etsivän nuorisotyön työntekijöitä sekä päihdepalvelusäätien edustaja. Oppilaitosten edustajat toivat projektin aikana esille, että olisivat toivoneet yhteistyötä jo projektin suunnitteluvaiheessa. Oppilaitosten edustajat olisivat halunneet vaikuttaa valmennuspalveluun ohjautumisen käytäntöihin sekä kohderyhmän kriteereihin.

### 3.1 Opiskeluvalmennuksen toteutuminen

Havaintojemme mukaan etukäteisinformaatio palvelusta olisi vaatinut tarkennusta opiskeluvalmentajien roolin avaamiseen, painottuen opiskelukykyyn ja muuhun toimintakykyyn. Joillekin opiskelijoille ja yhteistyötahoille oli syntynyt käsitys, että opiskeluvalmentajat ovat opetusalan, opiskelumenetelmien ja opiskelutekniikoiden asiantuntijoita. Valmennuspäätösten saamisessa oli viivettä projektin alkuvaiheessa. Opiskelijoita alkoi ohjautua palveluun enemmän vasta tammikuussa 2019 Kelalla toteutuneen, oppilaitoksille suunnatun informaatiotilaisuuden jälkeen. Kaiken kaikkiaan KK-Vervelle ohjautui 20 opiskelijaa opiskeluvalmennukseen.

KK-Verven kokemusten perusteella oppilaitosten kautta ohjautuminen on tarkoituksenmukaisinta myös jatkoa ajatellen. Oppilaitosten on helpoin tunnistaa opiskelijoiden tuen tarpeet, informoida opiskelijaa palvelusta ja motivoida ottamaan tukea vastaan. Oppilaitosten kautta ohjautuneet opiskelijat olivat sitoutuneempia valmennukseen. Tähän vaikuttavana tekijänä oli oppilaitoksella läpikäyty tuen tarve ja ennakoivaltimet opiskeluvalmennusta varten.

Opiskeluvalmennus-projektin aikana palveluun ohjautui enemmän niitä nuoria, joilla oli selkeästi voimakkaamman tuen tarve. Oppilaitosten resursseilla ei ole mahdollista tarjota riittävää tukea sellaisille opiskelijoille, joilla on laajempaa elämänhallinnan vaikeutta. Kevyen tuen tarpeessa olevat opiskelijat saavat kokemuksemme mukaan riittävästi tukea oppilaitoksilta. Oppilaitokset keskittyvät konkreettisemmin opintosuorituksiin liittyviin haasteisiin ja pyrkivät sekä haluavat itse auttaa vähäisemmän tuen tarpeessa olevia opiskelijoita. Opiskeluvalmennuksen tarve näyttäytyi enemmän niiden opiskelijoiden kohdalla, joilla on laajemmat toimintakyvyn tai elämänhallinnan ongelmat.

Saamamme palautteen mukaan opiskelijat hyötyivät toteutuneesta valmennuksesta. Opiskeluvalmennuksen konkreettisina hyötyinä nuoret kokivat seuraavat asiat:

- opintosuoritusten tekeminen
- apukeinojen löytäminen
- taitojen karttuminen
- oivallusten saaminen
- poissaolojen väheneminen
- uniongelmiin väheneminen

- opiskelumotivaation löytyminen
- oman tilanteen hahmottaminen
- itsensä hyväksymisen paraneminen
- stressin väheneminen
- elämänhallinnan paraneminen
- jatkosuunnitelman rakentuminen
- vuorovaikutustaitojen paraneminen
- tukitoimien saaminen oppilaitokselta.

Esimerkkejä opiskelijoiden palautteista opiskeluvalmennuksesta:

#### Esimerkki 1

Opiskelija sai tehtyä opiskeluvalmennuksen aikana opintosuorituksia eteenpäin ja löysi apukeinoja, taitoja ja oivalluksia, jotka edistivät hänen opiskeluaan. Valmennusprosessin kuluessa hänen poissaolonsa sekä nukkumisongelmansa vähenivät ja hän sai suoritettua opintonsa loppuun. Opiskeluvalmennus auttoi löytämään motivaatiota opiskeluun.

#### Esimerkki 2

Opiskelija koki opiskeluvalmennuksen aikana opinnoista puhumisen oppilaitoksen ulkopuolisen henkilön kanssa auttaneen. Opiskeluvalmennuksen alussa toteutettiin KAT-menetelmän karttatyöskentelyä. Hän koki, että se auttoi häntä hahmottamaan tilanteensa paremmin, kartan avulla opiskelija näki, miten asiat olivat kytköksissä toisiinsa. Opiskelija koki myös valmennustapaamisten välillä toteutuneen yhteydenpidon WhatsApp-viestittelyn muodossa hyödyllisenä.

#### Esimerkki 3

Opiskelija koki opiskeluvalmennuksen auttaneen häntä ryhdistäytymään opintojensa suhteen. Hän toivoi, että valmentajan tuki auttaisi varmistamaan koulunkäyntiä. Hän koki hyödyllisenä sen, että tukena toimii sama henkilö, jota tapaa pidemmän aikaa ja joka tiedustelee kuulumisia ja välittää.

#### Esimerkki 4

Opiskelijan suhtautuminen omaan tekemiseensä muuttui opiskeluvalmennuksen aikana armollisemmaksi ja hän oivalsi, että tehtäviä voi tehdä vähän kerrassaan. Apukeinoksi löytyi selkeä tauottaminen ja viikkolukujärjestyksen suunnittelu ja käyttöönotto. Hän oppi itsekuria ja omien rajojensa kuuntelua.

#### Esimerkki 5

Opiskelija koki oppilaitoksen kanssa toteutuneiden verkostotapaamisten auttaneen häntä opiskelusuunnitelman tarkentamisessa. Etenkin ne auttoivat opintojen rakenteen ja aikataulun selventämisessä, joka vähensi epäselvyyttä ja paransi opiskelijan oman työn organisointia ja suunnittelua. Konkreettisia edistymisiä opiskeluvalmennuksessa olivat rästikurssien loppuun saattaminen, kurssien kiinni kurominen suhteessa tutkinnon kokonaisuakatauluun ja ADHD-piirteiden tarkentaminen.

#### Esimerkki 6

Opiskelija koki, että hän edistyi opiskeluvalmennuksen avulla itsensä hyväksymisessä. Hän arvioi saaneensa opiskeluvalmentajalta tukea opiskeluun ja muihin elämän asioihin. Häntä kuunneltiin ja autettiin ongelmassa, jotka olivat haitanneet opiskelua. Hän koki, että oli löytänyt hyvän suunnan jatkon kannalta ja hän oli löytänyt myös lisää kavereita. Opiskelija oivalsi valmennuksen aikana, että ongelmiin löytyy apua, kun niistä uskaltaa puhua. Apukeinoja jaksamiseen löytyi myös opiskelusuunnitelman keventämisen kautta. Opiskelija koki, että opiskeluvalmennuksen päättyminen harmitti häntä. Hän piti hyvänä asiana sitä, ettei hän joutunut yksin murehtimaan kouluasioitaan, vaan oli joku, jonka kanssa puhua niistä ja miettiä mitä ongelmallisille asioille voi tehdä.

#### Esimerkki 7

Opiskelija koki opiskeluvalmennuksen antaneen turvaa ja vakautta opiskeluun. Vaikeimpina hetkinä hän pohti opintojensa keskeyttämistä, mutta asioiden läpi käyminen auttoi häntä. Opiskelija oppi jakamaan kotitöiden tekemisen pienempiin osiin ja sai sitä kautta konkreettista apua jaksamiseen. Hän koki valmennuksen auttaneen myös itseluottamuksen vahvistamisessa. Opiskelija koki, että stressi väheni valmennuksen aikana ja hänellä oli rauhallisempi mieli jatkaa opintoja. Keskeytymisen uhka väistyi ja opiskelija kertoi, että hän osaa jatkossa pyytää apua ongelmiinsa, kun tietää mistä saa tukea.

### 3.2 Opiskeluvalmennuksen onnistumiseen vaikuttaneet tekijät

Kertyneiden kokemusten perusteella arvioimme, että opiskelijan oma motivaatio ja halu ottaa apua vastaan olivat tärkeimpiä edellytyksiä opiskeluvalmennuksen onnistumiselle. Lisäksi opiskelijan toimintakyvyn tuli olla riittävä, että hänellä oli perusedellytykset opiskella. Mielestämme avainasioita onnistuneelle työskentelylle olivat opiskelijan avoimuus kertoa hankaluuksistaan sekä kipukohdistaan ja aktiivinen pohtiminen hänelle sopivista apukeinoista.

Opiskelijan ja opiskeluvalmentajan keskinäisessä työskentelyssä vaikuttavin ja tärkein edellytys yhteistyölle on havaintojemme mukaan vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin toimiminen. Valmentajat toimivat aktiivisina kuuntelijoina ja tukivat opiskelijan omaa toimijuutta, valmiiden neuvojen tai ratkaisujen sijaan. Keskeistä oli myös opiskelijan voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen ja niiden hyödyntäminen.

KAT-menetelmään perustuvan karttatyöskentelyn avulla hahmottuivat opiskeluvalmennuksen kannalta olennaisimmat haasteet, taustasyyt ja tavoitteet. Opiskelijoiden verkostojen toimijoilta saatiin positiivista palautetta opiskeluvalmennuksen aikana laaditusta kartasta. Karttaan kootut asiat selvensivät opiskelijan toimintaa ja käyttäytymistä, konkretisoivat opintoihin liittyviä haasteita ja tavoitteita sekä auttoivat oppilaitoksen edustajia löytämään apukeinoja opintojen tueksi.

### 3.3 Toimivat käytänteet oppilaitoksen kanssa tehtävässä yhteistyössä

Kertyneen kokemuksemme perusteella opiskelijan kanssa on hyvä keskustella heti kuntoutuksen alussa siitä, että verkostotyö oppilaitoksen kanssa on oleellinen osa opiskeluvalmennusta ja on opiskelijan etu, että yhteistyö saadaan toimivaksi myös valmennuksen jälkeen. Yhteistyön edellytykset riippuvat muun muassa opiskelijan problematiikasta, hänen aikaisemmista kokemuksistaan ja valmiuksistaan käsitellä omaa tilannettaan. Joidenkin opiskelijoiden kohdalla oppilaitosyhteistyö ei ollut yhtä merkittävässä asemassa opintojen etenemisen kannalta. Opiskelijan ongelmat liittyivät tuolloin enemmän muuhun toimintakykyyn tai elämäntilanteeseen.

Koimme, että joidenkin opiskelijoiden kanssa oli haasteita suunnitella yhteistyötä oppilaitoksen kanssa. Opiskelijan negatiiviset kokemukset, esimerkiksi kommunikointivaikkeudet opettajien kanssa aiheuttivat ahdistusta ja esteitä lähteä purkamaan tilannetta. Onnistuneesta yhteistyöstä on esimerkkinä palaveri,

johon osallistuivat opiskelija, oppilaitoksesta ryhmänohjaaja ja opinto-ohjaaja sekä opiskelijan vanhemmat ja opiskeluvalmentaja. Palaverissa avattiin opiskelijan haasteita karttatyöskentelyn avulla, joka edisti yhteisen ymmärryksen muodostumista kokonaistilanteesta. Sen kautta löytyi konkreettinen suunnitelma tuen tarpeesta ja keinoista rakentaa opiskelijalle sopiva struktuuri ja aikataulu.

### 3.4 KAT-menetelmän hyödyntäminen opiskelijoiden tukemisessa

Opiskeluvalmennus-projektissa KK-Verven opiskeluvalmentajien työskentely pohjautui kognitiivis-analyttiseen lyhytterapeuttiseen työotteeseen (KAT). KAT pohjautuu siihen, että yksilön historia ja aikaisemmat kokemukset vaikuttavat hänen käyttäytymiseensä siten, että käyttäytymismallit toistuvat usein samankaltaisissa tilanteissa. KAT-menetelmän tavoitteena on, että itseymmärryksen avulla pyritään vahvistamaan yksilön toimijuutta omassa elämässään sekä autetaan hahmottamaan syvällisemmin yksilön motivaatiota ja arvoja. Työskentelylle määritellään rajattu kohde siten, että konkreettisten tulosten saavuttaminen on mahdollista prosessin aikana. (Kanninen ja Uusitalo-Arola, 2015.)

Opiskeluvalmentajat osallistuivat menetelmäkoulutukseen projektin alussa, ennen varsinaisen valmennustyön alkamista. Koimme, että menetelmäkoulutuksen antama tuki auttoi jäsentämään opiskeluvalmennuksen toteuttamista konkreettisesti. Alkuvaiheen, keskivaiheen ja loppuvaiheen jaksotus ohjasi selkeästi työskentelyä. Teemojen ja työmenetelmien koulutus, koulutuksellinen työnohjaus ja teemojen ja työmenetelmien käyttäminen mahdollistivat syvällisempää otetta opiskeluvalmennuksessa.

Koulutus ohjasi valmentajan toimintaa muun muassa opiskelijan kohtaamiseen, luottamuksen ja yhteistyösuhteen luomiseen, ongelmien hahmottamiseen, tavoitteiden luomiseen, tuen tarpeen hahmottamiseen sekä yhteisen työskentelyn jäsentämiseen. Menetelmäkoulutuksen aikana esille tulleita harjoituksia ja välitehtäviä käytettiin valmennuksessa soveltuvin osin siinä määrin kuin ne kunkin opiskelijan tilanteeseen tuntuivat sopivan. Osa tehtäväharjoituksista osoittautui liian vaativiksi, kaikkien opiskelijoiden valmiudet eivät olleet riittäviä muun muassa toiminnallisiin harjoituksiin.

Käytimme opiskeluvalmennuksen starttivaiheessa karttatyöskentelyä perustyökaluna. Koimme sen erittäin hyödyllisenä opiskelijoiden tilanteen hahmottamisessa sekä tavoitteiden asettamisessa. Karttatyöskentelyn avulla saimme parhaiten avattua opiskelijan keskeisiä pulmia. Tämä oli selkeästi hyödyksi sekä valmentajalle, opiskelijalle itselleen sekä oppilaitokselle. Kartan avulla hahmottui myös valmennuksen



kannalta olennaisimmat haasteet, taustasyyt ja tavoitteet. Kartta antoi ns. luvan ottaa puheeksi asioita, joita muuten ei helposti ottaisi. Tämä madalsi kynnystä vuorovaikutukselle. Kartta visualisoi tilannetta ja auttoi tuomaan paremmin esille kipeät ja pelottavat asiat. Myös opiskeluvalmentajien sijaistamisessa kartta nopeutti asioihin ja työskentelyyn kiinni pääsemistä. Kartan avulla epäselvät asiat saivat nimen ja syy-seuraussuhde hahmottui paremmin, sen avulla saatiin esille sellaisia opiskelijan haitallisia ja epätarkeituisenmukaisia toimintatapoja, joiden taakse kykykapasiteetti peittyi. Tällöin puhutaan niin sanotuista suojaavista toimintatavoista, joista seuraa se, että opinnoista suoriutuminen vaikeutuu.

Kokemuksemme mukaan opiskelukyvyn heikentyneiden osa-alueiden haltuunotto tapahtui parhaiten tavoitteita asettamalla. Opiskelija ja opiskeluvalmentaja tutkailivat yhdessä, mihin opiskelija eniten tarvitsi tukea, mitkä olivat opiskelijan odotukset ja mikä toimintatapa opiskelijaa parhaiten auttaisi. Tavoitteiden asettamisen tukena käytimme RATKES-menetelmän janatyöskentelyä, koska opiskelijoiden oli vaikea hahmottaa GAS-menetelmän perusidea. Janatyöskentely auttoi rakentamaan viisiportaista asteikkoa GAS-tavoitetasojen määrittämiseksi.

Opiskeluvalmennuksen päätösvaihetta varten laadimme kysymyslomakkeen KAT-menetelmään perustuvan kirjeen kirjoittamisen tueksi. Kaikilla opiskelijoilla ei ollut valmiutta kirjoittaa avointa kirjettä, joten laadimme tarkentavia kysymyksiä, esimerkiksi asetetuista tavoitteista, työskentelyn sujumisesta, muutoksista, oivalluksista, ennakoinnista tulevissa haasteissa sekä valmennukseen liittyvistä tunteista ja ajatuksista. Tämä palveli myös opiskeluvalmentajia siinä, että saimme opiskelijoilta konkreettisempaa palautetta opiskeluvalmennuksen hyödyistä. Joidenkin nuorten kanssa oli joskus vaikeaa päästä ongelmien ytimeen ja syvemmällä oleviin syihin ja taustoihin. Kaikkien nuorten kohdalla menetelmien käyttö ei ole toiminut samalla tavalla. Osa valmennuksesta oli enemmän käytännön ohjaamista eri palveluihin ja opiskelijoiden asioiden eteenpäin saattamista.

### 3.5 Kokemukset kehittämistyöstä

Kokemuksemme mukaan kehittämistyö edellytti projektin aikana toteutuneen valmennustyön reflektointia ja sen jäsentämistä. Se oli haastavaa, mutta myös palkitsevaa. Saimme kehittämistyöhön tukea ja ohjausta työkokouksissa, oppimisympäristö Moodlen kautta sekä koulutuksellisessa työnohjauksessa. Projektin työkokouksissa oli tilaisuus tavata muita opiskeluvalmentajia ja jakaa kokemuksia opiskeluvalmennuksen toteuttamisesta.

Mielestämme opiskeluvalmennuksen kehittäminen oli mielenkiintoinen projekti. Omasta näkökulmastamme valmennustyö oli koko projektin ydin, se oli kiinnostavaa ja toi inspiroivan lisän muuhun kuntoutustyöhön. Opiskeluvalmentajan työssä oli samankaltaisia elementtejä kuin työkokemuksemme mukaisessa ammatillisen kuntoutuksen työssä. Erityisesti projektissa toteutuneen KAT-menetelmäkoulutuksen kautta saimme käyttöömmä työskentelyä syventäviä menetelmiä.

Loppuraportin tekeminen julkaisuineen ja mallinnuksineen oli vaativaa ja vei paljon aikaa. Loppuraportin kirjoittamiselle olisimme tarvinneet enemmän kirjoitusaikaa, koska valmennuksia päättyi samaan aikaan raportin kirjoittamisen kanssa. Lisäksi koronapandemian seurauksena tulleet muutokset toivat lisähaasteita loppuraportin laatimisen aikataulussa. Koimme hyvänä, että raportin kirjoittamiselle oli selkeästi varattu resursseja projektin puolesta, mutta ohjeistusta loppuraportin laatimista varten olisimme toivoneet saavamme huomattavan paljon aikaisemmin, esimerkiksi viimeisessä työkokouksessa. Tällöin olisi ollut mahdollista suunnitella ajankäyttöä muun työn ohessa paremmin ja olisi ollut tiedossa muun muassa ulkopuolisten resurssien käyttömahdollisuus.

## 3.6 Opiskeluvalmennuksen mallintaminen

Olemme laatineet mallinnuksen Opiskeluvalmennus-projektista saamiemme kokemustemme perusteella, ja kerromme, miten opiskeluvalmennus olisi havaintojemme mukaan tarkoituksenmukaista toteuttaa. Mallinnusta on kuvattu myös liitteissä 4–8.

### 3.6.1 Opiskeluvalmennuksen kesto ja rakenne

- Palvelun kokonaiskesto on 12–15 kuukautta: nuorilla on tarve pidempikestoiselle tuelle ja opiskelun alkuvaihe on erityisen kriittinen.
- Tapaamiskertojen määrä, 12–20, jakautuu seuraavasti: starttivaiheessa 3+1 tapaamista, jotka toteutuvat 1–2 kuukauden aikana. Starttivaihetta seuraavassa tsemppivaiheessa on 5–13 tapaamista, jotka toteutuvat 10–11 kuukauden aikana. Lopuksi on päätösvaihe, jossa on kolme tapaamista, jotka toteutuvat 1–2 kuukauden aikana.
- Tapaamisten kesto: aloitushaastattelu ja verkostopalaverit 90 minuuttia, muut yksilötapaamiset 60 minuuttia.
- Seuranta 3 tai 6 kuukauden kuluttua, myös jos asiakkaan kuntoutus on keskeytynyt.

### 3.6.2 Henkilöstö

Kokemuksemme mukaan opiskeluvalmentajilla tulisi olla sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto tai sosiaalialan ylempi korkeakoulututkinto. Työkokemusta opiskeluvalmentajalla pitäisi olla vähintään kaksi vuotta, ohjaus-, valmennus-, neuvontatehtävistä, ensisijaisesti sosiaali- ja terveysalalta tai TE-palveluista. Näemme hyödyllisenä, jos henkilöllä on ammatillisen kuntoutuksen työkokemusta. Työntekijällä on oltava työkokemusta työstä 16–29-vuotiaiden parissa ja hänellä on oltava tietoa alueellisista nuorten palveluista. Opiskeluvalmennusta on mielestämme hyvä toteuttaa työparityöskentelynä, jolloin työparilla on yhteistä pohdintaa säännöllisesti ja nimetty varahenkilö poissaolojen varalle.

### 3.6.3 Opiskeluvalmennuksen teemat ja ydinkysymykset

#### Starttivaihe

KK-Verven projektista saamien havaintojen pohjalta starttivaiheessa opiskeluvalmentaja pyrkii luomaan vastavuoroisen yhteistyösuhteen ja luottamuksen opiskelijan kanssa. Starttivaiheessa mielestämme on tavoitteena selvittää, pystyykö opiskelija tarkastelemaan tilannettaan useammasta näkökulmasta, onko hänellä rohkeutta liikkua epämukavuusalueella, onko muutoksen suuntia näkyvissä ja onko hänellä voimavaroja, motivaatiota ja tarpeellista tukea päästä eteenpäin.

Menetelminä voidaan kokemuksemme perusteella käyttää tapausjäsenystä eli karttatyöskentelyä, asteikkokysymyksiä sekä GAS-menetelmää. Karttatyöskentelyn tavoitteena on eritellä ongelmia ja niiden taustoja sekä tarkentaa, minkä asioiden kanssa työskennellään opiskeluvalmennuksen aikana. Asteikkokysymyksiä käytetään GAS-menetelmän tavoitteiden pohtimisen apuna. GAS-tavoitteiden avulla voidaan määritellä eri tasoisia muutostavoitteita, esimerkiksi käyttäytymisen, suhtautumisen, opiskeluvaikeuksien ja itseymmärryksen tasojen muutoksia tarkastellen. Opiskelijan kanssa sovitaan, miten työskentelyssä edetään ja miten edistymistä seurataan.

Starttivaiheessa on mielestämme oleellista kartoittaa opiskelijan tilanteen kannalta tärkeimmät henkilöt ja verkostoyhteistyön toteuttamista suunnitellaan. Sitä suosittelemme tekemään heti opiskeluvalmennuksen alkuvaiheessa. Verkostoyhteistyötä toteutetaan oppilaitoksen edustajien kanssa, silloin kun opiskelijan haasteet liittyvät opiskelutaitoihin, opetustoimintaan tai opiskeluympäristöön. Jos opiskelijan vaikeudet liittyvät voimavaroihin tai opiskelukykyyn, pyritään yhteistyötä tekemään opiskeluhuollon toimijoiden kanssa.

Opiskelijan kokonaistilanteen kartoitetaan starttivaiheessa:

- opiskeluvalmennukseen ohjannut taho
- opiskelijan ikä, asuinpaikka, elämäntilanne, opiskeluala, opiskelun vaihe, toimintakyky, sosiaalinen verkosto, vuorokausirytmii
- opiskeluun liittyvät haasteet ja esteet
- opiskeluun liittyvät voimavarat, vahvuudet, tavoitteet ja tuen tarve
- opiskelutaidot, -motivaatio ja -ympäristö
- oppilaitoksen taholla oleelliset yhteyshenkilöt, oppilaitoksen tukimahdollisuudet
- muut yhteistyötahot.

KAT-menetelmän mukaisesti jäsennetään opiskelijan tilannetta ja työkaluna toimii myös karttatyöskentely:

- ilmiongelman nimeäminen ja sen taustat
- suojaavat toimintatavat
- stressaavien tilanteiden tunnistaminen
- tulevaisuuden toiveet.

Opiskeluvalmennuksen tavoitteet laaditaan GAS-menetelmän mukaisesti, tavoitteiden on oltava

- konkreettisia
- realistisia
- merkityksellisiä
- mitattavia
- saavutettavia.

Starttivaiheessa tehdään verkostotyötä oppilaitoksen kanssa. Opiskelijan opintotilanne tarkistetaan. Verkostotyössä lisätään yhteisymmärrystä ja suunnitellaan yhteistyön keinoja.

## Tsemppivaihe

Tsemppivaihe räätälöidään opiskelijan tarpeiden mukaan. Näemme, että tsemppivaiheessa tavoitteena on opiskelijan itseymmärryksen syventäminen, sietokyvyn lisääminen sekä esteiden tutkiminen ja purkaminen. Tsemppivaiheessa haetaan asioiden realisoitua, jotta opiskelija kykenee näkemään, että kaikista asioista löytyy sekä hyvät että huonot puolet. Työskentelyssä käytetään viittä periaatetta:

1. räätälöinti: samoja keinoja ei voida käyttää kaikkien opiskelijoiden kohdalla
2. havainnoiva ote: käytetään niin sanottua lintuperspektiiviä eli opiskelija tutkii itseään ulkopuolelta ja opiskeluvalmentaja mallintaa ulkopuolelta katsomista
3. jäsentävä ote: koetetaan saada asioita oikeaan hahmoon
4. kokemuksellisuus ja tunnetyöskentely: rajojen hakeminen, edellytys on, että asiat koskettavat tunnetasolla
5. oivallusten käyttöön siirtäminen: jos asioita ei saada siirrettyä käytäntöön arjessa, muutosta ei saada aikaan.

Tsemppivaiheessa opiskelijaa ohjataan tekemään hänen tilanteeseensa sopivia kotitehtäviä. Niiden avulla hän muun muassa tarkastelee ja havainnoi omaa käyttäytymistään ja pyrkii muuttamaan sitä. Kotitehtävät tehostavat rajallista työskentelyaikaa.

Opiskelijan opiskelukykyä tuetaan, ensin arvioidaan ensin opiskelijan tuen tarve. Sen jälkeen opiskelijaa ohjataan ja neuvotaan hänen tarpeidensa mukaisesti erilaisiin tukipalveluihin, kuten terveydenhoitoon ja kuntoutukseen. Häntä neuvotaan myös sosiaaliseen toimintaan ja harrastuksien pariin sekä arjenhallintataidoissa, kuten unirytmiiin, ravintoon ja liikkumiseen liittyvissä asioissa. Opiskelijan minäpystyvyyttä vahvistetaan ja tuetaan muun muassa harjoittelemalla itseohjautuvuutta, motivaation säätelyä, ongelmanratkaisu- ja elämänhallintataitoja sekä omien voimavarojen löytämistä. Opiskelija tekee koti- ja välitehtäviä. Tsemppivaiheessa tehdään tarpeen mukaan verkostotyötä oppilaitoksen sekä muiden verkostojen kanssa.

## Päätösvaihe

Päätösvaiheessa on kokemuksemme pohjalta oleellista kerrata toteutunutta valmennusprosessia, sitä mitä saatiin aikaan ja mikä jäi vielä kesken sekä käydään läpi jatkosuunnitelmia. Päätösvaiheessa arvioi-

daan tavoitteiden saavuttamista ja tuen tarvetta opiskeluiden etenemisen suhteen jatkossa. Opiskeluvalmennuksen aikana ei voida odottaa ongelmien poistumista kokonaan, vaan tavoitteena on uudenlainen suhde ongelmiin sekä niiden taustoihin. Työskentelyssä pyritään siihen, että opiskelija pystyy jatkossa valmistautumaan uusiin haasteisiin. Verkostoyhteistyötä oppilaitoksen kanssa tehdään tässä vaiheessa jatkosuunnitelman osalta. Lopussa käydään läpi toteutunutta valmennusprosessia palautekeskustelujen tai KAT-menetelmän mukaisten kirjeiden avulla. Kirjeissä kuvataan toteutunutta prosessia, opittuja asioita, tulevaisuuden haasteita sekä toimivia selviytymis- ja tukikeinoja. Lopussa sovitaan tulevista seurantatapaamisista.

### Valmennuskertojen toteutusympäristö ja toteuttamistavat

KK-Verven kokemusten mukaan opiskeluvalmennuksen tapaamisia voidaan toteuttaa palveluntuottajan tiloissa tai opiskelijan toimintaympäristössä, esimerkiksi oppilaitoksella, kotona tai kahvilassa. Näemme myös etäkuntoutuksen mahdollisena, siihen soveltuvilla menetelmillä.

### Yhteistyö eri tahojen kanssa

Opiskeluvalmennuksen aikana opiskelija tapaa yhdessä opiskeluvalmentajan kanssa muita hänelle merkityksellisiä toimijoita tarpeen mukaan. Tällaisia muita toimijoita ovat oppilaitokset, hoitotahot, opiskelijan vanhemmat, nuorisotyön toimijat.

### 3.6.4 Työmenetelmät eri vaiheissa

Starttivaiheeseen kuuluvat

- alkuhaastattelu
- karttatyöskentely (KAT-menetelmä)
- tavoitteiden laatiminen (GAS-menetelmä, jänatyöskentely RATKES-menetelmän avulla)
- työparin tapaaminen starttivaiheen aikana
- yksi oppilaitospalaveri.

Tsemppivaiheen menetelmät ovat

- karttatyöskentelyn syventäminen (KAT-menetelmä)
- toiminnalliset harjoitukset

- koti- ja välitehtävät
- GAS-menetelmän mukaisten tavoitteiden väliarviointi
- verkostotyö tarvittaessa
- palveluohjaus tuen saamiseksi.

Päätösvaiheen työmenetelmiä ovat

- yksi oppilaitospalaveri
- kirjeiden tai palautteiden laatiminen
- palautekeskustelu
- KAT-menetelmän mukaisen karttatyöskentelyn päättäminen
- GAS-menetelmän mukaisten tavoitteiden arviointi
- jatkosuunnitelman laatiminen
- seurantavaiheen tavoitteiden asettaminen.

Opiskeluvalmennuksen seurantavaiheessa seurataan jatkosuunnitelman ja tavoitteiden toteutumista. Asiakasta ohjataan ja neuvotaan tarvittaessa palveluihin.

### 3.7 Johtopäätökset

Opiskeluvalmennuspalvelulle on havaintojemme perusteella suuri tarve. Sen tulisi jatkossa olla Kelan järjestämää kuntoutusta. Oppilaitoksista tuli palveluntuottajalle yhteydenottoja vielä senkin jälkeenkin, kun valmennuspäätösten tekeminen oli projektissa loppunut.

Opiskeluvalmennus olisi hyvä pitää matalan kynnyksen palveluna. Valintamenettelyn ja aloitushaastattelun osalta pohdimme, mikä voisi olla toimivin vaihtoehto toteuttaa se: Kelan ratkaisuasiantuntija haastattelee, palveluntuottaja tekee ennakkoon haastattelun vai se, että aloitushaastattelu tehdään yhdessä oppilaitoksen kanssa. Kelan haastattelulomakkeen pohjalta tietoa täytyy joka tapauksessa tarkentaa opiskeluvalmennuksen alkaessa. Havaintojemme perusteella opiskelijalle saattaa olla turhauttavaa, kun samoja asioita kysytään kahteen kertaan.

Opiskeluvalmentajan tekemä ennakkohaastattelu voisi mielestämme luoda jo yhteistyösuhdetta opiskelijaan ja sitouttaa häntä opiskeluvalmennukseen. Ennakkohaastattelussa voisi myös pohtia kuntoutuksen tavoitteita ja opiskelijan tuen tarvetta. Hakulomake olisi hyvä olla joka tapauksessa yhtenä mahdollisuutena hakeutua palveluun, jos opiskelija omasta aloitteestaan haluaa hakeutua palveluun. Mietimme myös, mikä olisi hyvä tapa seuloa tuen tarpeessa olevia opiskelijoita. Tämä vaatisi jonkin verran opiskeluvalmentajien, oppilaitosten ja Kelan yhteistyötä ennen toimeksiantoa. Pohdittiin myös säännöllisten yhteistyöpalaverien järjestämistä valmentajien, oppilaitosten ja Kelan edustajien kesken opiskelijoiden seulomiseksi palveluun. Palveluntuottajan kannalta tämä on ongelmallinen asia siksi, että kaikki työ pitäisi olla laskutettavaa työtä.

Koimme yhteydenoton opiskelijaan ennen palvelun aloittamista haasteelliseksi, koska opiskelijoita oli vaikea tavoittaa soittamalla. Monen opiskelijan tapaamiset toteutuivat harvemmin kuin oli suunniteltu, koska tapaamisia peruuntui niin usein. Monella opiskelijalla oli vaikeuksia muistaa tapaamista ja he pyysivät, että opiskeluvalmentaja muistuttaa heitä tapaamisen ajankohdasta.

Opiskeluvalmennuksen ensimmäinen tapaaminen olisi mielestämme hyvä toteuttaa mahdollisimman nopeasti kuntoutuspäätöksen saavuttua palveluntuottajalle. Koemme, että starttivaiheen tapaamiset on hyvä sopia mahdollisimman tiiviillä aikataululla. Näin varmistetaan paremmin opiskelijan sitoutuminen palveluun. Olemme pohtineet, että starttivaiheen ensimmäinen tapaaminen voisi toteutua pelkästään nuoren oman opiskeluvalmentajan toimesta. Työparin tapaaminen toteutuisi myöhemmässä vaiheessa tilanteen ja tarpeen mukaan. Tavoitteena olisi ensimmäisellä kerralla rauhoittaa tapaaminen tutustumiselle ja välttää liiallisia jännitystekijöitä. Jousto helpottaisi aikataulun suunnittelua, etenkin, kun tapaamisia peruuntui kokemustemme mukaan huomattavan paljon.

Opiskeluvalmentajan roolina oli toimia tukihenkilönä ja rinnallakulkijana liittyen opiskelukykyyn tai muihin toimintakykyyn sekä arkeen. Monella opiskelijalla oli tarve keskustella aikuisen ihmisen kanssa esimerkiksi opintoihin, arkeen, itsenäistymiseen, sosiaalisiin suhteisiin, rahan käyttöön ja toimeentuloon liittyen. Opiskelijoilla ei välttämättä ollut ketään, kenen puoleen kääntyä näissä asioissa. Tämä tuli esille erityisesti iältään nuorimpien opiskelijoiden kohdalla. Ohjasimme opiskeluvalmennuksen aikana opiskelijoita tutustumaan esimerkiksi Nyyti ry:n ja Oivamielen nettisivuihin, jotka sisältävät ohjeita, neuvoja ja käytännön harjoituksia elämänhallinnan tueksi. Työnohjauksen yhteydessä keskustelimme valmennettaville omien nettisivujen perustamisesta, josta opiskelijat löytäisivät keskitetysti tietoa.



Verkostotyön haasteeksi muodostui usein opiskelijan poisjääminen sovitusta palaverista ja opiskelijan vaikea tavoittaminen. Myös oppilaitoksen edustajia oli haasteellista tavoittaa ja saada sovittua yhteistä aikaa, joka pitkitti opiskelijan asioiden etenemistä. Sovittuja aikoja sekä opiskelijoiden että verkostojen kanssa peruuntui kaiken kaikkiaan huomattava määrä.

Kokemuksen perusteella opiskeluvalmennuksen kesto näyttäytyi huomattavan lyhyenä suhteessa opiskelijoiden tuen tarpeeseen. Opiskeluvalmentajien kokemuksen ja opiskelijoilta saadun palautteen perusteella jatkossa palvelun tulisi olla pidempikestoinen. Opiskelijat kokivat, että opiskeluvalmentajan kanssa tutustumiseen menee aikaa, ennen kuin pääsee syvällisemmin paneutumaan itse prosessiin ja ongelmiin. Opiskelijoiden ongelmiin ei ole löydettävissä nopeita ratkaisuja, vaan ongelmien ollessa monisyisiä tukea tarvitaan pidemmällä aikavälillä. Pidempi valmennusprosessi mahdollistaisi valmennuksen tavoitteiden juurruttamisen ja ylläpitämisen. Pysyvämmät muutokset toimintakyvyssä ja toimintatavoissa vaativat pitkäjänteisempää prosessia ja aikaa muutosten siirtymiseen osaksi opiskelijan arkea.

Olemme todenneet projektin aikana, että KAT-menetelmään perustuva karttatyöskentely on erinomainen työväline opiskelijoiden tilannetta hahmotettaessa. Menetelmä toimi pohjana opiskeluvalmennukselle ja kannatteli prosessia eteenpäin. Saimme hyviä kokemuksia karttatyöskentelystä, jopa niiden opiskelijoiden kohdalla, jotka eivät ensin osanneet sanoa, miksi heidän opintonsa ovat vaikeutuneet ja mikä on heidän ilmiongelmansa. Suosittelemme, että KAT-menetelmään perustuva karttatyöskentely tulisi sisällyttää palveluun.

## Lähteet

Kanninen K, Uusitalo-Arola L. Lyhytterapeuttinen työote. Jyväskylä: PS-kustannus, 2015.

## 4 Villen Verstaan kokemuksia kehittämistyöstä

*Maria Lepola, Timo Saari ja Ville Salonen*

Villen Verstaalla työskenneltiin yhteistyössä koko projektiryhmän kanssa. Suunnittelimme yhteistyöpalaverin miltei joka viikolle opiskeluvalmennuksen ollessa käynnissä. Samanaikaisesti pidimme tiiviisti yhteyttä sähköpostein sekä puhelimitse. Yhteistyö syntyi luonnollisesti, koska työskentelimme samoissa tiloissa. Projektin erilaiset haasteet, esimerkiksi asiakkaiden kontaktoinnissa, tiivistivät toimintaamme entisestään. Mietimme yhdessä asiakkaiden tavoittamista eri keinoin sekä pohdimme kehitysideoita.

Ratkaisukeskeisten menetelmien käytössä summasimme usein kokemuksiamme. Tässä oli tukena myös säännöllinen koulutuksellinen työnohjaus. Kelan projektiin nimettyihin ratkaisuasiantuntijoihin pidimme alun kankeuden jälkeen yhteyttä enemmän. Yhteistyön käynnistyttyä paremmin vaihdoimme rohkeasti ajatuksia valmennukseen valittavista opiskelijoista. Samalla olimme tietoisia, kuinka monta valmennettavaa oli tulossa asiakkaaksi. Esimerkiksi ratkaisuasiantuntijan tapa ilmoittaa tulevasta asiakkaasta salattulla sähköpostilla oli erinomainen. Opiskeluvalmennukseen tulevan asiakkaan kontaktoinnissa tulleiden haasteiden myötä olimme usein yhteyksissä ratkaisuasiantuntijaan. Kelan työntekijän tuesta oli yleensä apua ja opiskelijaan saatiin yhteys. Asiakkaan jäädessä esimerkiksi sairauslomalle, oli kuntoutuksen jatkamista pohdittava yhdessä uudelleen, samoin kuin muissa tilanteissa, joissa opiskeluvalmennus oli vaarassa pitkittyä. Yhteydenpito sisälsi aina yhteistä pohdintaa valmennusprosesseista.

Pidimme kokouksia myös projektin muiden palveluntuottajien kesken. Haastavissa tilanteissa kokemus toisista valmennettavista toimi hyvänä vertailupohjana. Kutsuimme mukaan myös Kelan nimetyt ratkaisuasiantuntijat kertaalleen. Kokoukset pidettiin Tampereella, joten Kuopion valmentajat osallistuivat Skypen välityksellä.

Kelan projektiryhmään pidimme yhteyttä vähän, lähinnä projektipäällikön kanssa keskusteltiin. Projektin työkokoukset Helsingissä sekä Skype for Business -sovelluksen kautta järjestetyt palaverit toimivat tiedonvälitysvälineenä välillämme. Ratkaisuasiantuntijoiden läsnäolo olisi ollut suotavaa sisäisissä foorumeissa. Kuntoutussäätien tutkijoihin olimme yhteydessä vain haastattelutilanteissa, joissa käsiteltiin kokemuksia projektista sekä selvennettiin ratkaisukeskeisten menetelmien käyttöä valmennuksessa. Oppilaitoksiin olimme yhteydessä ensin markkinoinnin merkeissä. Tapasimme sekä oppilaanohjaajia että kuraattoreja Tredusta ja Valkeakosken ammattiopistosta (VAAO:sta) kolmessa isommassa yhteydessä.

Asiakaspohjan värikkyyden antoi paljon haasteita kehittämiseen. Tästä syystä työmenetelmien vertailu osoittautui aika ajoittain haastavaksi. Myös asiakkaiden pieni määrä toimi rajoittavana elementtinä. Kehittämistyö vaatii prosessin kokonaisvaltaista ymmärtämistä sekä substanssiosaamista valmennuksesta, ratkaisu- ja voimavarakeskeisyyden keskeisimmistä piirteistä. Kehittämistyöhön oli saatavilla tukea, jos sellaista tarvitsi. Verkostoyhteistyötä olisi ollut hyvä kartoittaa ennen projektin alkua. Sen kehittämisestä jäi kuitenkin paljon hyvää kokemusta myös tulevaisuuteen. Tulevaisuudessa vastaavanlaisten Kelan projektien kehittämisessä kannattaisi ottaa mukaan kaikki yhteistyöverkostot jo suunnitteluvaiheessa.

## 4.1 Kokemuksia opiskeluvalmennuksen toteutumisesta

Villen Verstaalle ohjautui projektin aikana yhteensä 23 asiakasta. Heistä kahta ei tavoitettu tai asiakas perui osallistumisensa ennen opiskeluvalmennuksen alkua. Keskeytyneitä valmennuksia tai valmennuksia, jotka eivät koskaan alkaneetkaan, oli yhteensä 12. Keskeytymisen syitä oli monia, melkein yhtä monta kuin keskeyttäneitä. Keskeyttämiset johtuivat esimerkiksi seuraavista syistä:

- asiakkaan terveydentila ei loppujen lopuksi riittänyt opiskeluun
- oppilaitos ilmoitti opiskelu-oikeuden päättymisestä, poissaoloista johtuen
- asiakas itse ei kyennyt enää jatkamaan tai häntä ei enää tavoitettu
- asiakkaan perhetilanne muuttui radikaalisti, jolloin opiskelu ei enää ollut asiakkaan prioriteetti
- opiskeluvalmennukselle ei ollut enää opiskelijan mielestä tarvetta
- asiakas jäi pitkälle sairauslomalle.

Joissain tapauksissa asiakkaan palveluohjaaminen oli osa opiskeluvalmennusta. Tällöin pyrimme ohjaamaan opiskelijan käyttämään olemassa olevaa kouluterveydenhuoltoa. Valmennuksesta hyötyivät sellaiset opiskelijat, joilla oli selkeä tarve, tavoite tai suunnitelma omien opintojensa tai elämänsä suhteen. He työskentelivät ahkerasti itsensä sekä asioittensa kanssa ja ottivat nälkäisinä opiskeluvalmennuksen vastaan. Esimerkkejä erilaisista asiakastapauksista:

### Esimerkki 1

Nuori aikuinen oli päättänyt saada opintonsa päätökseen tavalla tai toisella. Hän tarvitsi paljon omien voimavarojensa uudelleen vahvistamista sekä erilaisia keinoja hallita elämäänsä ja viikoittaisia toimintasuunnitelmia. Hän tarvitsi tukea isompiin päätöksiin elämässään. Näitä hän etsi, sai ja menestyi.

### Esimerkki 2

Nuori aikuinen oli aloittanut opinnot sen enempää opintolinjaa miettimättä. Opintolinja oli hänelle täysin väärä, niin kuin hän jo hetken päästä huomasi. Opiskeluvalmennuksessa vahvistettiin opiskelijan itsetuntemusta, pystyvyydentunnetta, omanarvontunnetta jne. Asiakas voimaantui ottamaan rohkeasti vastuun omasta elämästään luottavaisin mielin. Prosessin tuloksena hän tiesi, kuka oli, mitä halusi ja ennen kaikkea, mitä hän ei halunnut. Hän hakeutui muihin opintoihin.

### Esimerkki 3

Nuori aikuinen ei jaksanut käydä koulussa. Syitä oli useita. Hänen terveydentilansa heittelehti, hänellä ei ollut tavoitteita opiskelun, saati elämänsä suhteen. Hän oli muuten suhteellisen tyytyväinen elämäänsä, vastuut yms. eivät vaan juuri nyt kiinnostaneet häntä. Hän kävi mielellään ja hyvillä mielin opiskeluvalmennuksessa kaikki tapaamiset, 15 kertaa. Hän jäi opintoryhmästään pois ja hakeutui Kelan NUOTTI-valmennukseen.

### Esimerkki 4

Nuorella aikuisella oli vakava mielenterveydenhäiriö ja hän oli usein sairaalomalalla koulusta. Sairaalamajakson jälkeen hän ohjautui suoraan opiskeluvalmennukseen. Hän ei reagoinut erityisemmin valmennusmenetelmiin. Tuki oli hänelle lähinnä käytännön apua.

Yhteenvetona toteamme havaintojemme perusteella, että opiskeluvalmennus toimii hyvin sellaisella asiakkaalla, jolla lähtökohtaisesti on omat tavoitteet. Ne voivat olla mitä tahansa, koska kaikki asiat vaikuttavat toisiinsa. Opiskeluvalmennus voi toimia valmennettavalle alkuaskeleena itsenäiseen elämään, antaen valmiuksia tulevaisuutta varten, aivan kuten esimerkissä kolme. Valmennuksen konkreettiset hyödyt vain näkyvät myöhemmin. Syvemmissä mielenterveydenhaasteissa opiskeluvalmennus ei sen sijaan ole avuksi. Tuki on tällöin viisaampaa hakea muualta.

Opiskeluvalmentajien tutkintovaatimukset olivat projektin kokeilussa kohdallaan, mutta riittävää psykiatrian osaamista ja kokemusta tarvitaan osan asiakkaiden kohdalla. Suurella osalla kuntoutujia oli psykiatrisia diagnooseja. Näiden hahmottaminen vaatii työntekijältä omanlaista ymmärrystä ja tietotaitoa. Ilman lyhytterapeuttista, ratkaisukeskeistä mallia ja menetelmiä, valmennuksen vaikutus jäisi kapeaksi.

#### 4.1.1 Asiakkaiden ohjautuminen

Villen Verstas suosittelee kokemustensa pohjalta, että asiakkaiden ohjautumisvaiheessa olisi hyvä saada selville asiakkaan terveydentila ja diagnoosit, etenkin mielenterveyden haasteiden osalta. Kelan puhelinhaastattelun kysymykset tuntuvat kohtuullisen hyvältä, silti ratkaisuasiantuntijan tekemässä asiakkaan puhelinhaastattelussa ei välttämättä tule kaikki tarpeelliset asiat esille. Toisaalta opiskelija saattaa haastattelussa jättää sanomatta kyseiset haasteet.

Jonkinlaista esivalintaa voisimme havaintojemme perusteella kuitenkin suositella. Kasvokkainen haastattelu on aina puhelinhaastattelua tehokkaampaa, koska kommunikointi on paljon muutakin kuin ääni ja sanat. Puhelinhaastattelua voisi hyvin tehostaa esivalinnalla. Opiskeluvalmentaja voisi mielestämme tutustua asiakkaan tilanteeseen joko ennen tai jälkeen haastattelun. Vasta tämän jälkeen voisi tehdä päätöksen valmennuksen aloittamisesta tai päinvastoin. Muutenkin olisi hyvä, että ensimmäinen valmennustapaaminen järjestettäisiin aina lähettävän tahon kanssa.

Esimerkiksi puhelinhaastattelun jälkeen voisi olla aloitushaastattelu lähettävän tahon luona ja lopullinen päätös opiskeluvalmennuksen aloittamisesta sen jälkeen. Myös asiakkaalla olisi tällöin vielä mahdollisuus miettiä asia uudelleen, jotta aikaa vievältä asiakkaan tavoittelemiselta vältyttäisiin. Uskomme, että asiakkaan motivaatio opiskeluvalmennuksen aloittamiseen olisi tällöin parempi. Yleisesti tietoa asiakkaista on tullut hyvin. Olemme saaneet sen, mitä olemme tarvinneetkin.

Opiskeluvalmennus-projektissa asiakkaiden rekrytointiin olisi tarvittu lisää aikaa. Mielestämme riittävää markkinointia palvelusta opiskelupaikoille tai opiskelijoille ei ollut annettu, kun projekti alkoi. Kokemuksemme mukaan asiakkaiden tietous opiskeluvalmennuksesta vaihteli laajasti. Toiset olivat sisäistäneet kontekstin jo Kelan tekemän puhelinhaastattelun aikana ja olivat voineet pohtia jo muun muassa tavoitteitaan tullessaan ensimmäiselle tapaamisellemme. Useamman asiakkaan kohdalla kuitenkin huomasimme, miten vähän he tiesivät valmennuskertojen kestosta tai tapaamisten määrästä. Tulimme pohtineeksi, olisiko asiakkaiden kanssa hyvä käydä jo haastatteluvaiheessa keskustelua siitä, miten lyhytkestoisesta kuntoutuksesta on kyse. Osalla asiakkaista oli tarve käydä keskustelua elämänsähistoriastaan ja tapaamisten lyhyt kesto sekä opiskeluvalmennuksen käyntikertojen vähyys yllättivät osan asiakkaista. Osa asiakkaista oli täysin orientoitunut vain ja ainoastaan omien kuntoutustavoitteidensa kautta käytävään keskusteluun ja avasivat hyvin vähän muuta elämänsä valmennuksessa.

#### 4.1.2 Kokemuksia verkostotyöstä

Asiakkaat toivoivat yleensä, ettei oppilaitosta tai muitakaan toimijoita yhdistettäisi opiskeluvalmennukseen liikaa. Opiskeluvalmennus antoi tilaisuuden asiakkaalle käsitellä omia asioitaan ilman muita sidosryhmiä. Tämä tuntui toimivan oikein hyvin. Valmennus oli irrallaan sekä koulusta että esimerkiksi vanhemmista, mikä antoi hyvän alustan opiskelijan omalle kasvulle ja eheytymiselle, mahdollisuuden menestyä omiin voimavaroihin luottaen.

Opiskeluvalmennuksessa olimme aina asiakkaan sitä puoltaessa yhteydessä oppilaitoksen lähettävään työntekijään. Järjestimme verkostopalaverin kahteen kertaan, jos asiakas oli samaa mieltä tai tarve vaati. Samoin olimme asiakkaan luvalla myös puhelimitse yhteydessä oppilaitokseen tarpeen mukaan. Yhteistyö oli poikkeuksetta hyvää ja antoisaa, oppilaitoksissa otettiin valmentaja valmennettavineen hyvin vastaan. Käynneillä oli aina hyvä vaste. Saimme suunniteltua sekä päätettyä asioita, jotta opiskelijan opinnot saataisiin etenemään.

Jos asiakkaalla oli tarve terveydenhuoltoon, esimerkiksi psykiatriakontaktin tarve, veimme asian oppilaitoksen oppilashuoltoryhmään. Usein riitti yhteys kuraattoriin. Valmennettavan asiaa käsiteltiin näin asiankuuluvasti kouluterveydenhuollon kautta. Jos asiakkaalla oli erittäin tulehtuneet välit opettajan tai opettajien kanssa, kävimme yhdessä asiakkaan kanssa selvittämässä, kuinka opiskelija voisi jatkaa opiskelua ilman erilaisia lieveilmiöitä tai poissaoloja. Näihinkin oppilaitokset suhtautuivat hyvin ja ammattimaisesti.

#### 4.1.3 Opiskeluvalmennusmallin toimivuus

Opiskeluvalmennuksen kohderyhmä oli kokemustemme perusteella sopiva. Kuitenkin palveluun ohjautuminen pitäisi tehdä entistäkin helpommaksi ja toimivammaksi. Oppilaitoksen opettajat sekä opiskelijat kertoivat, kuinka hankalaa ohjautuminen valmennukseen on.

Palveluun ohjautui ajoittain psyykkisesti niin heikossa kunnossa olevia nuoria, että he eivät kyenneet opiskeluvalmennukseen. Vaihtelevan psyykkisen voinnin vuoksi nämä nuoret ohjautuivat opiskeluvalmennukseen, mutta osa ei ole kyennyt kuitenkaan suorittamaan tätä kuntoutusta loppuun. Osa asiakkaista oli myös kesken opiskeluvalmennuksen pitkäkestoisella sairauslomalla koulusta ja näin on myös valmennus keskeytynyt.

Opiskeluvalmennuksen prosessimalli on toimiva. Palvelun kuitenkin pitäisi olla ajallisesti joustavampi. Opiskeluvalmennuksen prosessin jakaminen kolmeen osaan: startti-, tsemppi- ja päätösvaiheeseen, on kuvaavaa asiakkaalle, hänelle selviää, miten valmennus tapahtuu. Samoin kuin se, missä kohtaa asiakkaan GAS-tavoitteet on hyvä olla laadittuna ja se, koska väliarvioidaan tavoitteita. Tapaamisten määrän pitäisi olla kokemustemme pohjalta olla joustavampi asiakkaan tarpeiden mukaan, samoin tapaamisten keston.

Opiskelijan tarpeisiin vaikuttavat hänen elämäntilanteensa, kykynsä orientoitua valmennukseen sekä muut opiskelijan sen hetkiset avuntarpeet. Verkostoyhteistyötä voisi painottaa opiskelijoille jo haastatteluvaiheessa. Tällöin he alkaisivat orientoitumaan oppilaitosyhteistyöhön jo silloin, ja voisivat pohtia, toivovatko he omaa verkostoaan siihen mukaan. Riittävä orientoituminen olisi tärkeää, koska havaintojemme perusteella opiskeluvalmennuksen starttivaiheessa olisi hyvä pitää jo ensimmäinen verkostotapaaminen. Tämä tapaaminen voisi ohjata koko kuntoutusprosessia alusta loppuun.

Oppilaitosyhteistyö on suurimmalle osalle opiskelijoista tärkeää, koska useimmilla oli poissaoloista, ristiiridoista tai muun ymmärryksen puutteen vuoksi ongelmia juuri oman oppilaitoksensa kanssa. Vain osalla opiskelijoista on ollut pelkästään haastetta opiskelukyvyssä itsessään. Kun ongelma on ollut kyöksissä ympäristöön tai suhteisiin, on tarvittu riittävää yhteistyötä näiden toimijoiden kanssa.

Kohderyhmää on varmasti hankala haarukoida yhden haastattelun perusteella. Mielestämme haastattelussa tulisi olla kohta, missä keskityttäisiin riittävästi puntaroimaan opiskelijan kykyä toimia kuntoutuksessa ja asettaa itselleen tavoitteita. Pohdimme, voisiko GAS-tavoitteiden tavoittelu alkaa jo haastatteluvaiheessa.

Kaikissa opiskelumuodoissa opiskelijalla saattaa olla hankaluuksia löytää ja hyödyntää opiskeluvalmiuksiaan. Yliopisto-opiskelijat ja lukiolaisetkin voisivat mielestämme hyötyä yhtä lailla opiskeluvalmennuksesta. Myös opiskelijan elämäntilanne säätelee opiskelijan tarvetta kuntoutukseen. Aina ei ole kysymys koulupudokkaista, joilla on ollut kautta kouluajan hankaluuksia opiskelujen onnistumisessa.

#### 4.1.4 Asiakkaiden tapaamisista opittua

Villen Verstas hyödynsi opiskeluvalmennuksessa tekstiviestejä tai WhatsApp-viestejä yhteydenpidossa nuorten kanssa. Nämä väliviestit ovat olleet kannustusta varten, mutta tavoitteelliset tapaamiset ja valmennuskerrat ovat tapahtuneet kasvotusten 95-prosenttisesti. Valmennuksen toteuttamispaikoissa oli

eroa jonkin verran. Toisen valmentajan kohdalla suurin osa valmennuskerroista tapahtui opiskelijoiden omassa toimintaympäristössä. Vain osa asiakkaista halusi tapaamiset toimistolla, missä on myös hyvät puolensa. Omassa toimintaympäristössään opiskelijat alkavat tehdä muita asioita ja keskittyminen valmennukseen herpaantuu. Myös menetelmien käyttö on hankalampaa opiskelijan arjen ympäristössä, jossa nämä asiat tuntuivat keinotekoisemmilta kuin toimistotapaamisilla, jossa pystyi hyödyntämään esimerkiksi fläppitaulua. Toimistolla tapaamiset keskittyivät enemmän opiskeluvalmennukseen.

Osa opiskelijoista piti tapaamisia tärkeänä myös muun elämän tukemisessa, ja oma toimintaympäristö antoi tälle tilaa. Tapaamisia järjestettiin opiskelijan kotona, koululla, kahvioissa sekä kävelyillä. Näitä valmennuskertoja oli paljon. Toisen valmentajan kohdalla kaikki valmennukset kahta lukuun ottamatta tapahtuivat Villen Verstaan toimistolla. Opiskelijat tulivat mielellään pois tutuista ympäristöistään. Valmennus ja tuki tuntuivat opiskelijasta ilmeisimmin virallisemmilta tai ammattimaisemmalta toimistolla terapiahuoneineen. Jalkautumista tapahtui ainoastaan verkostopalaverien muodossa. Valmennuksen sisältö oli aina opiskelijakohtaista. Oppilaitoksen henkilökunnasta yleisimmin paikalla verkostossa olivat kuraattorit, psykologit, terveydenhoitajat, lähiopettajat sekä erityisopettajat. Joissain tapauksissa nuori kutsui oman vanhemman tai muun oman luomuverkoston jäsenen paikalle.

## 4.2 Ratkaisukeskeisen menetelmän hyödyntäminen opiskelijoiden tukemisessa

Ratkaisukeskeisen (RATKES) menetelmän koulutus palveli saamiemme kokemusten perusteella hyvin ja kattavasti opiskeluvalmennuksen toteutumisessa. Työmenetelmät olivat laajat, monipuoliset sekä toimivat asiakasryhmää ajatellen. Menetelmiä pystyi käyttämään erittäin elastisesti ja joustavasti työssä. Menetelmät oli poimittu opiskeluvalmennukseen hyvin, ajatellen asiakasryhmää. RATKES tuki opiskelua sekä yksilön voimavaroja.

Jatkossa menetelmäkoulutusta olisi hyvä pidentää ajallisesti, että menetelmien harjoittelua olisi enemmän. Lyhytterapeuttinen koulutus oli mielestämme toimiva ja kattava. Emme näe tarvetta muuttaa tai kehittää sen sisältöä. Koulutuksessa avattiin ensin teorian taustakehys. Sen jälkeen oli helppoa hahmottaa lyhytterapeuttisten menetelmien käyttöä sekä niiden merkitystä. Koulutus mahdollisti laajasti menetelmien harjoittelua käytännön tasolla sekä antoi työntekijänä itsereflektiomahdollisuuksia koulutuksel-



listen työnohjausten kautta. Koulutukselliset työnohjukset auttoivat menetelmien käyttöön oton käsittelyä. Opiskeluvalmennuksen asiakkaiden ohjauksen hidaskäynnin alkua hankaloitti työnohjauksen aloittamista. Koska projektin käynnistyminen kesti noin puoli vuotta, työnohjaus olisi ollut hyvä aloittaa esimerkiksi työmenetelmien kertauksella. Projektiin sisällytetty koulutuksellinen työnohjaus mahdollisti valmentajana kasvamista ja kehittymistä sekä lyhyt terapeuttien menetelmien hyödyntämistä työskentelyssä.

### 4.3 Opiskeluvalmennuksen mallintaminen

Tässä luvussa kerromme siitä, miten olemme projektin kokemusten perusteella mallintaneet opiskeluvalmennusta. Palvelun mallintamista on avattu myös julkaisun liitteissä 9–11. Opiskeluvalmennuksen kestoksi olemme määrittäneet 9 kuukautta ja se jakautuu startti-, tsemppi- ja lopetusvaiheeseen (ks liite 11). Palvelu alkaa siitä, kun opiskelija on ohjautunut opiskeluvalmennukseen. Opiskeluvalmentaja ottaa yhteyttä opiskelijaan ja sopii ensimmäisen tapaamisen. Opiskelijan kanssa keskustellaan ensimmäisellä tapaamisella hänen alustavista opiskeluvalmennustavoitteistaan. Päämääränä on jo tässä vaiheessa karvoittaa, olisiko ensimmäinen verkostopalaveri oppilaitoksen kanssa hyvä järjestää jo starttivaiheessa. Pidämme tätä oleellisena sekä valmennuksen että GAS-tavoitteiden suhteen.

Yhteistyötahoja verkostotyössä voivat olla kaikki opiskelijan kannalta tarpeelliset ja mahdolliset toimijat. Oppilaitoksen sisäiset tahot voivat toimia myös valmennusprosessin ulkopuolella yhteistyössä keskenään ilman, että opiskeluvalmentaja tai edes opiskelija ovat mukana. Opiskelijan prosessi määrittää verkoston osallisuuden järjestyksen. Ensimmäinen yhteydenotto tehdään opiskelijan sen hetkisen tarpeen mukaan. Yhteydenotto tapahtuu myös valmennusprosessin ulkopuolelta. Opiskeluvalmentaja toimii yhteistyöprosessin syyttäjänä, opiskelijan tehtävänä on toteutus. Jokainen toimija toimii verkostoyhteistyössä oman työnsä roolin mukaisesti.

Opiskeluvalmentaja ja opiskelija suunnittelevat yhteistyön toteutusta, esimerkiksi kumman on hyödyllisempää tai toivottavaa olla oppilaitokseen yhteydessä ja keneen. Opiskelija vastaa siitä, ketä verkostotapaamiseen kutsutaan ja mistä asioista siellä keskustellaan. Tämä antaa opiskelijalle itselleen toimijuuden.

Opiskelija voi olla yhteydessä jokaiseen tarvitsemaansa tahoon ja tässä valmentaja voi kulkea mukana. Kaikki yhteistyö tehdään avoimesti ja läpinäkyvästi yhdessä opiskelijan kanssa. Riippuen opiskelijasta ja

hänen tarpeestaan arvioidaan yhdessä, kenen oppilaitoksesta on hyvä olla mukana verkostossa. Opiskeluvalmentaja tarvitsee tiedon siitä, kuka on se henkilö, ketä opiskelija on tavannut säännöllisesti koululla. Tämä turvaa jatkoon kannalta riittävän ymmärryksen oppilaitokseen opiskelijan sen hetkisestä tilanteesta. Opiskelijan kanssa tehdään yhdessä kutsu puhelimitse, sähköpostitse tai muulla tavalla eri tahoihin. Opiskelijalta varmistetaan, kenen muun hänen lähipiiristään on hyvä olla paikalla. Opiskelijaa kannustetaan kertomaan avoimesti riittävä tieto oppilaitoksen henkilökunnalle, joka takaa hänen riittävän tuen oppilaitoksella.

Nuori tarvitsee riittävästi kannustusta ja puhetta siitä, miksi oppilaitoksen verkoston on hyvä tietää samoista opiskelun esteistä tai sen voimaannuttavista tekijöistä. Nuorella saattaa olla esteitä, miksi hän ei voi tai ei halua kertoa asioistaan oppilaitoksessaan. Näistä esteistä on myös hyvä puhua ja avata niitä. Ratkaisukeskeisessä menetelmässä positiivisia poikkeuksia etsitään haastavista kohdista ja näitä positiivisia poikkeuksia vahvistetaan. Näin voidaan vahvistaa opiskelijan omaa toimijuutta myös tulevaisuudessa. Positiivisten poikkeusten kautta saatiin avattua osa esteistä, joita nuorille oli muotoutunut, jotka ovat muun muassa vaikuttaneet siihen, miksi he eivät ole saaneet apua itse.

Kokemuksemme mukaan yhteistyö oppilaitoksen kanssa olisi hyvä aloittaa jo opiskeluvalmennuksen starttivaiheessa. Silloin opiskelijalle hahmottuisi myös oppilaitoksen näkemys hänen opintojensa etenemisestä ja opiskeluvalmennuksen alussa saadaan yhteinen ymmärrys asiakkaan kanssa valmennuksen tarpeesta. Oppilaitoksen kanssa tehtävää yhteistyön tarvetta hahmotetaan opiskelijan opintojen etenemisen kannalta. Lisäksi pohditaan, miten yhteistyötä tehdään ja toteutetaan oppilaitoksen kanssa.

Oppilaitoksessa tai opiskeluissa syntyneiden ongelmien kirjaaminen ja niistä keskustelu auttoi opiskelijaa huomaamaan, että nämä asiat linkittyvät hänen opintoihinsa. Kirjaamisen tukena käytettiin ratkaisukeskeiseen menetelmään kuuluvaa työkalua, janatyöskentelyä, jossa asiat ja ongelmat kirjattiin ja niitä tarkasteltiin. Opiskeluvalmentajan ja opiskelijan prosessia suhteessa yhteistyöhön oppilaitoksen ja sen toimijoiden kanssa on kuvattu janatyöskentelyn avulla liitteessä 9.

Tapaamisia suunnitellaan etukäteen, mallinsimme oppilaitosyhteistyön (ks. liite 9) seuraavasti:

- Ensimmäinen tapaaminen: auki puhuminen ja asioiden kirjaaminen. Mitkä asiat oppilaitoksessa haittaavat opintojen etenemistä? Milloin ensimmäinen oppilaitostapaaminen olisi hyvä pitää ja ketä siihen kutsutaan?

- Toinen koulupalaveri määräytyy sen mukaan, mitä ensimmäisessä palaverissa käsiteltiin tai päätettiin.
- Viimeistään opiskeluvalmennuksen toisen vaiheen eli tsemppivaiheen lopussa olisi hyvä pitää toinen oppilaitospalaveri. Nuoren kanssa on tarpeen jo opiskeluvalmennuksen alkaessa miettiä, kuka oppilaitoksessa toimii hänen yhdyshenkilönään, jotta oppilaitoksen näkemys opiskeluvalmennuksesta selviää.

Valmentaja ja opiskelija suunnittelevat yhdessä yhteistyön toteutusta (ks. liite 10). Oppilaitoksen kanssa yhteistyötä ei tehdä ilman opiskelijaa. Hän päättää aina viime kädessä, pidetäänkö oppilaitostapaamista ja ketä sinne kutsutaan sekä mitä aiheita tapaamisessa käsitellään. Opiskelijan luvalla voidaan käydä keskusteluja oppilaitoksen henkilökunnan kanssa myös ilman itse opiskelijaa. Kaikki puhuttu kerrotaan läpinäkyvästi ja avoimesti opiskelijalle itselleen.

Liitteessä 11 olemme kuvanneet opiskeluvalmennuksen palvelupolkua. Starttivaiheessa, jossa määritetään opiskelijan valmiuksia opiskeluvalmennukselle, sovitaan prosessin sisällöstä ja tarkastellaan opiskelijan tilannetta asteikkomenetelmän sekä tulevaisuuden muistelu -menetelmän avulla. Opiskeluvalmentaja haastaa opiskelijaa itsereflektioon. Hän motivoi, ylläpitää työskentelysuhdetta sekä kutsuu dialogiin. Valmentajan tehtävänä on koota opiskelijan tuottamia asioita ja tuoda ne yhteiseen tarkasteluun. Opiskelukyky on asia, jota tutkitaan yhdessä opiskelijan kanssa. Opiskelukyky kattaa osa-alueina opiskelijan omat voimavarat, opiskelutaidot, opetuksen ja ohjauksen sekä opiskeluympäristön. Tämän lisäksi opiskelijan kanssa tutkitaan hänen arkeaan, tulevaisuuden näkymiä sekä hänen sosiaalista verkostoaan.

Asteikkomenetelmällä selvitetään opiskelijan omia tavoitteita valmennuksen suhteen. Tulevaisuuden muistelun avulla pohditaan opiskelijan omia tavoitteita asettumalla kuvitteellisesti sellaiseen tilanteeseen, jossa opiskelija toivoo tulevaisuudessa olevansa. Verkostoyhteistyötä kartoitetaan ja suunnitellaan hyödyntäen verkostokarttaa.

Tsemppivaiheessa aloitetaan opiskelijan prosessi tunnistamalla hänen vahvuuksiaan. Tässä voidaan käyttää työkaluna esimerkiksi uudelleen määrittelyä, jolla tavoitellaan negatiivisten asioiden muuttamista voimavaroiksi tai onnistumisen analyysia, jossa etsitään vastaavia tilanteita, joissa opiskelija on onnistunut. Samalla pohditaan asioita, jotka johtivat hänen onnistumiseensa aiemmin. Tämän tarkoitus on vahvistaa hänen minäpystyvyyttään. Tsemppivaiheessa mennään sisälle valmennusprosessiin ja tehdään varsinainen rakentava työ. Riittävää yhteistyöverkosta kartoitetaan tsemppivaiheessa edelleen.

Loppuvaiheessa opiskelijan odotetaan toteuttavan ja ottavan käyttöönsä uudelleen löydettyt voimavaroja sekä opiskeluvalmennuksessa hyvin toimineet menetelmät. Minäpystyvyyden kasvaessa opiskelija käyttää hyväkseen opittuja menetelmiä, mutta edelleen opiskeluvalmentajan tukemana. Opiskeluvalmentajan tehtävänä on tuoda dialogisuutta ja verkoston ääntä opiskelijan toimintaan ja valintoihin. Verkostoyhteistyötä ylläpidetään edelleen lopetusvaiheessa, silloin kun se on ollut olennainen osa valmennusta. Positiivisen psykologian tarkoitus on kannatella opiskelijaa ja tarjota vaihtoehtoisia ajatusmalleja. Opiskelijaa ohjataan jatkopalveluihin tarpeen mukaan.

#### 4.4 Johtopäätökset

Villen Verstaan kokemusten mukaan projektin tuloksissa on nähtävissä, että opiskeluvalmennuksen kaltainen, Kelan yksilöllinen kuntoutus mahdollistaisi opiskelijalle kokonaisvaltaisemman tuen, joka on vahvasti integroitu opiskelijan koulumaailmaan. Tämän tyyppisellä lyhytkestoisella interventiolla voidaan antaa opiskelijalle vahvaa tukea opiskeluun ja muuhun elämään lyhytterapeuttisten menetelmien avulla. Projektin tulosten hyödyntämisessä näemme havaintojemme perusteella isoimpana asiana sen, miten oppilaitokset voisivat hahmottaa opiskelijoiden haasteita. Esimerkiksi elämänhallinnalliset haasteet eivät usein näy oikeassa muodossa: opiskelijat voivat olla motivoituneita, mutta eivät osaa hallita ympäristöään tai toimintaansa suhteessa siihen.

Opiskeluvalmennuksen tyyppinen palvelu on mielestämme tarpeellinen nykyajan opiskelumaailmassa. Valmennus vastaa niihin haasteisiin, joihin opiskeluhuolto oppilaitoksessa ei pysty vastaamaan. Opiskeluvalmennus tarjoaa yksilöllistä kokonaisvaltaista tukea, joka myös tapahtuu opiskelijan omassa toimintaympäristössä. Opiskeluvalmennus ei ole vain opiskelukykyä tukeva palvelu, vaan se vastaa hyvin kattavasti kasvun sekä elämänhallinnan haasteisiin.

## 5 Yhteenveto

*Soile Huumonen*

Kelan Opiskeluvalmennus-projektissa kehitettiin vuosina 2016–2020 yksilöllistä ja avomuotoista, lyhytterapeutisiin menetelmiin perustuvaa kuntoutusta, tavoitteena vahvistaa opiskelijan opiskelukykyä sekä ehkäistä opintojen keskeyttämistä. Kuntoutusta kokeiltiin ammatillisissa oppilaitoksissa opiskeleville 16–29-vuotiaille Kuopion ja Tampereen alueilla. Tässä julkaisussa koottiin yhteen kuntoutuspalveluita toteuttaneiden ja kehittäneiden palveluntuottajien, Kiipula-Aviren, KK-Verven ja Villen Verstaan havainnot. Tähän lukuun on nostettu heidän keskeisiä näkemyksiään opiskeluvalmennuksesta.

Opiskeluvalmennus-projektissa kokeiltiin ensimmäistä kertaa kuntoutuksen suullista hakemista Kelassa. Nuoren ei tarvinnut myöskään hankkia lisäselvityksiä toimintakyvystään. Toiseksi kehittämiskohteena oli Kelan ratkaisutyössä tehtävä yhteistyö eri etuuksia hoitavien ratkaisuasiantuntijoiden välillä ja heidän toimintatapojensa, osaamisensa ja roolinsa kehittäminen opiskeluiden etenemisen seurannassa sekä puhelinhaastattelujen toteuttamisessa. Kolmanneksi projektissa kokeiltiin kahden lyhytterapeutin työotteen soveltamista, kognitiivis-analyttisestä terapiasta (KAT) johdettua lyhytterapeutista työotetta sekä ratkaisukeskeistä menetelmää (RATKES). Kela koordinoi ja ohjasi kehittämistyötä. Kehittämistyön tuloksena palveluntuottajat mallinsivat opiskeluvalmennuksen toteuttamista, saatujen kokemusten pohjalta (ks. liitteet 1–11).

Saamiensa kokemusten pohjalta palveluntuottajat arvioivat, että suullinen hakeminen toimi opiskeluvalmennuksessa. Heidän mielestään Kelan ratkaisuasiantuntijoiden tekemä haastattelun yhteenveto antoi palveluntuottajalle alustavan käsityksen nuoren tilanteesta. Lisäksi yhteistyö asiakasasioissa toimi ratkaisuasiantuntijoiden kanssa hyvin. Yksi palveluntuottajista toivoi, että asiakkaiden ohjautumisvaiheessa olisi hyvä saada tietää enemmän heidän terveydentilastaan ja etenkin mielenterveyden haasteista. Osa toivoikin esivalintaa, esimerkiksi palveluntuottajan ja oppilaitoksen tekemää haastattelua opiskelijalle ennen kuntoutuspäätöksen tekemistä. Toisaalta he pitivät tärkeänä sitä, että opiskelijat voisivat jatkosakin ohjautua opiskeluvalmennukseen joustavasti eri väylien kautta ja ilman lääkärinlausuntoa.

Parhaimpina opiskeluvalmennukseen ohjautumisen väylänä palveluntuottajat pitivät oppilaitoksia ja opiskeluhuoltoa. Heillä on ajantasaisin tieto opiskelijan tuen tarpeista opinnoissaan ja myös mahdollisuus motivoida häntä kuntoutukseen osallistumiseen. Palveluntuottajien havaintojen mukaan tätä kautta ohjautuneet opiskelijat olivat sitoutuneempia opiskeluvalmennukseen.

Suurin osa opiskeluvalmennukseen osallistuneista opiskelijoista hyötyi palveluntuottajien havaintojen mukaan merkittävästi palvelusta. Ammatilliset opinnot vaativat opiskelijalta yhä enemmän itseohjautuvuutta. Niillä opiskelijoilla, joiden opinnot eivät etene suunnitelmien mukaan ja keskeytyminen uhkaa, on monella taustallaan opiskelukykyä heikentäviä elämänhallinnan vaikeuksia tai mielenterveysongelmia. Tällaisia haasteita oppilaitosten on vaikeaa ratkoa ja silloin kuntoutus voi auttaa. Opiskeluvalmennuksessa palveluntuottajat näkivät tärkeäksi opiskelijan olemassa olevien keinojen vahvistamisen ja aktivoinnin.

Palveluntuottajien kokemusten mukaan opiskeluvalmennuksesta voivat hyötyä sellaiset opiskelijat, joilla opiskelukyky on heikentynyt, joiden opinnot ovat vaarassa viivästyä tai keskeytyä, joilla on taustalla muita keskeytyneitä opintoja tai joilla terveydentila heikentää opiskelukykyä. Opiskeluvalmennus sopii palveluntuottajien havaintojen perusteella erityisesti opiskelijoille, jotka keskeytysten jälkeen palaavat opintoihinsa, esimerkiksi sairauspoissaolojen jälkeen. Palveluntuottajien kokemusten perusteella tärkeimpiä edellytyksiä opiskeluvalmennuksen onnistumiselle olivat opiskelijan oma motivaatio ja halu ottaa apua vastaan. Lisäksi opiskelijan toimintakyvyn tuli olla riittävä, että hänellä oli perusedellytykset opiskella.

Palveluntuottajien mukaan opiskelijat hyötyivät opiskeluvalmennuksesta muun muassa tehden enemmän opintosuorituksia, löytämällä apukeinoja päivittäiseen pärjäämiseensä, ollen enemmän läsnä koulussa sekä löytäen opiskelumotivaationsa. Palveluntuottajat kertoivat, että osalla opiskelijoista itsensä hyväksyminen parani, heidän kokemansa stressi väheni, he hahmottivat oman tilanteensa paremmin ja he kokivat elämänhallintansa paremmaksi. He pystyivät tekemään jatkosuunnitelmia itselleen. Osa koki vuorovaikutustaitojensa parantuneen. Osa hyötyi myös siitä, että verkostoneuvottelujen kautta heille järjestyi tukitoimia oppilaitoksesta.

Joillain opiskeluvalmennukseen ohjatuilla nuorilla oli niin vaikeita elämänhallintaan tai terveyteen liittyviä haasteita, että he eivät kyenneet sitoutumaan opiskeluun eivätkä opiskeluvalmennukseen. Palveluntuot-

tajien oli vaikeaa tavoittaa heitä tai he peruivat usein tapaamisia. Usein tällaiset nuoret keskeyttivät valmennuksen, osa ennen kuin se oli alkanutkaan ja osa taas starttivaiheessa. Osalla keskeytys oli hallittua ja he hyötyivät opiskeluvalmennuksen palveluohjauksesta. Tällöin opiskeluvalmennuksen aikana havaittiin esimerkiksi, että nuori hyötyisi muun muassa terveydenhoidon palveluista tai nuori tuli siihen lopputulokseen, että haluaa opiskella jotain muuta alaa tai että hän haluaa siirtyä valmentavaan koulutukseen (VALMA-koulutukseen).

Palveluntuottajat arvioivat projektissa kokeillun kuntoutuspalvelun rakenteen (startti-, tsemppi- ja lopetusvaihe) toimivaksi sekä opiskelijoiden että kuntoutuksen ammattilaisten kannalta. Kaikki myös suosittelivat kokemustensa perusteella opiskeluvalmentajien mahdollisuutta jalkautumiseen nuoren arkiympäristöihin. Myös mahdollisuus etäkuntoutukseen todettiin hyväksi.

Erytymisen toimiviksi palveluntuottajat arvioivat verkostotapaamiset oppilaitoksen kanssa. Palveluntuottajien mukaan opettajat saivat niissä laajemman kuvan opiskelijan kokonaistilanteesta ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä ja opiskelija sai itselleen tarvittavaa tukea oppilaitoksesta. Toisaalta opiskeluvalmentajille muodostui selkeämpi näkemys nuoren opintojen tilanteesta ja oppilaitoksen tarjoamista tukimuodoista. Kaikki palveluntuottajat suosittelivatkin verkostotapaamista oppilaitoksen tai opiskeluhoitoon kanssa opiskeluvalmennuksen aluksi, starttivaiheessa. He korostivat erityisesti, että opiskelija on itse aktiivinen toimija ja että kaikki yhteistyö tehdään avoimesti yhdessä opiskelijan kanssa. Palveluntuottajien mukaan nuori tarvitsee yleensä kannustusta avun pyytämiseen ja puhetta siitä, miksi oppilaitoksen tai muun verkoston on hyvä tietää opiskelun esteistä ja voimaannuttavista tekijöistä.

Osa palveluntuottajista arvioi, että osa nuorista olisi tarvinnut pidempikestoista kuntoutusta ja enemmän tapaamisia. Palveluntuottajat kuvaavat mallinnuksissaan ehdotuksiaan opiskeluvalmennuksen rakenteesta ja siinä käsiteltävistä teemoista (ks. liitteet 1–11). Kaikki palveluntuottajat olivat yksimielisiä siitä, että tapaamisten määrissä ja opiskeluvalmennuksen kestossa pitäisi olla enemmän joustoa, vastaamaan opiskelijan yksilöllisiä tarpeita. Osa palveluntuottajista näki myös seurantatapaamisen kuntoutuspalvelun päättymisen jälkeen tarpeelliseksi.

Projektissa kokeiltiin kahta lyhytterapeuttista menetelmää, KATia ja RATKESia. Menetelmästä riippumatta opiskelijan ja valmentajan keskinäisessä työskentelyssä vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin toimiminen olivat tärkein edellytys yhteistyölle. Opiskeluvalmentajat toimivat aktiivisina kuuntelijoina ja

tukivat opiskelijan omaa toimijuutta. Keskeistä oli opiskelijan voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen ja niiden hyödyntäminen. Palveluntuottajat kommentoivatkin, että lyhytterapeuttiset menetelmät olivat tärkeitä yhteisen ymmärryksen löytymisessä. Palveluntuottajat kokivat menetelmäkoulutukset hyviksi ja arvioivat työnohjauksen tukeneen heidän osaamistaan ja työtään. Molempia menetelmiä arvioitiin myönteisesti. Erityisen myönteisiä arvioita annettiin käytännön työssä hyväksi havaituista työkaluista, kuten KAT-menetelmän karttajäsennyksestä ja aktiivisesta kuuntelusta sekä RATKESin asteikkomenetelmästä sekä positiivisten poikkeusten kautta työskentelystä.

Yhteenvetona voidaan todeta, että opiskeluvalmennuksessa tavoitteena oli löytää, laajentaa ja vahvistaa opiskelijan pärjäämisen keinoja ja voimavaroja tulevaisuutta varten. Opiskeluvalmennuksella tarjottiin opiskelijalle yksilöllistä kuntoutusta opinnoissa etenemiseen. Opiskeluvalmennus erosi nykyisistä Kelan nuorten kuntoutuspalveluista siten, että NUOTTI-valmennus tarjoaa tukea tilanteeseen opintoja ennen tai mikäli opinnot ovat täysin keskeytyneet. OPI-kuntoutus sen sijaan tarjoaa ryhmämuotoista kuntoutusta silloin, kun masennus- ja ahdistusoireet heikentävät opiskelukykyä.

Palveluntuottajien mukaan opiskeluvalmennukselle olisi suuri tarve ja heille tuli yhteydenottoja palvelusta myös kokeilun päätyttyä. Opiskeluvalmennus tarjosi palveluntuottajien mukaan sellaista intensiivistä, tiivistä ja yksilöllistä, matalankynnyksen jalkautuvaa tukea opiskelijoille, jota vastaavaa palvelua ei tällä hetkellä Suomessa ole. Palveluntuottajat näkivät tärkeäksi, että opiskelijat löydettäisiin opiskeluvalmennukseen jo paljon varhaisemmin kuin projektissa tapahtui. Näin voitaisiin kohdentaa kuntoutusta mahdollisimman osuvasti ja oikea-aikaisesti.

Opiskeluvalmennus-projektin kokemuksista saatiin tietoa Kelan päätöksenteon tueksi ja palveluiden jatkokehittämistä varten. Asiakkaan kuntoutustavoitteiden saavuttamiseksi tarvitaan hyvin toimivaa yhteistyötä. Opiskeluvalmennus toimi välittäjänä ja tiedonjakajana oppilaitosten ja esimerkiksi terveydenhuollon ja Kelan välillä. Projektissa mahdollistui asiakkaan palvelupolun yksinkertaistaminen ja kuntoutukseen hakemisen matala kynnyksen.

Yhdistimme Opiskeluvalmennus-projektissa kuntoutuksen tarpeen ja menetelmäosaamisen kehittämisen sekä Kelan ratkaisutyön työtapojen kehittämisen. Lopputuloksena on oppimiskokemus, joka koituu asiakkaan hyväksi. Projektissa käytetyt menetelmät ja kehitetyt mallit ovat sovellettavissa myös muiden kuntoutusmuotojen toteuttamisessa.



## Liiteluettelo

Liitteet ovat [erillisessä tiedostossa](#).

- |          |   |
|----------|---|
| Liite 1  | Opiskeluvalmennusmalli Kiipula-Avire  |
| Liite 2  | Mallinnus 2 - Teemat Kiipula-Avire  |
| Liite 3  | Mallinnus 2 - Menetelmät Kiipula-Avire  |
| Liite 4  | Opiskeluvalmennuksen kesto ja rakenne Verve                                     |
| Liite 5  | Opiskeluvalmennuksen teemat ja ydinkysymykset Verve                             |
| Liite 6  | Käytännön toteutus Verve  |
| Liite 7  | Työmenetelmät Verve   |
| Liite 8  | Prosessin kulku Verve   |
| Liite 9  | Toimivat käytänteet oppilaitoksen kanssa tehtävässä yhteistyössä Villen Verstas |
| Liite 10 | Yhteistyö oppilaitoksen kanssa Villen Verstas                                   |
| Liite 11 | Opiskeluvalmennuksen palvelupolku Villen Verstas                                |