



This is a self-archived – parallel-published version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details. When using please cite the original.

AUTHOR	Likitalo Susanna, Ollikkala Hanna, Laaksonen Camilla
TITLE	Well@School-verkkokurssilla apua mielenterveyden edistämiseen peruskoulussa
YEAR	2023
VERSION	Publisher's PDF
CITATION	Likitalo Susanna, Ollikkala Hanna, Laaksonen Camilla. 2023. Well@School-verkkokurssilla apua mielenterveyden edistämiseen peruskoulussa. <i>Terveystieteiden tutkimus</i> , 56(5), 30-31.

**SUSANNA LIKITALO**TtM, kättilö, terveydenhoitaja, projektitutkija
Hoitotieteen laitos, Turun yliopisto**HANNA OLLIKKALA**TtM, terveydenhoitaja, lehtori
Turun ammattikorkeakoulu**CAMILLA LAAKSONEN**TtT, terveydenhoitaja, koulutus- ja tutkimuspäällikkö
Turun ammattikorkeakoulu

Well@School- verkkokurssilla

apua mielenterveyden edistämiseen peruskoulussa

Lasten ja nuorten mielenterveyden lisääntyneet haasteet aiheuttavat huolta niin Suomessa kuin kansainvälisestikin.

Taloudellisen yhteistyön ja kehityksen järjestö OECD:n (Organisation and Economic Co-operation and Development) mukaan mielenterveyden häiriöt ovat maailmanlaajuisesti yksi suurimmista ja nopeimmin kasvavista sairausryhmistä. Yksi lasten ja nuorten mielenterveyteen vaikuttavista tekijöistä on ollut myös COVID-19-pandemian aikaiset rajoitustoimet, joiden on arvioitu lyhyen aikavälin vaikutusten lisäksi aiheuttavan myös pitkäaikaisia vaikutuksia lasten ja nuorten hyvinvointiin.

Suomessa lasten ja nuorten hyvinvointia tuetaan muun muassa kouluterveydenhuollolla, jonka tavoitteena on tarjota kaikille kouluikäisille tasavertaisia palveluja asuinpaikasta riippumatta. Koulu ja kouluterveydenhuolto tavoittavat lähes kaikki maan lapset ja nuoret, mikä tekee kouluympäristöstä mielenterveyden edistämisen kannalta yhden keskeisimmistä ympäristöistä.

Vaikka kouluterveydenhoitajat tunnistavat keskeisen roolinsa lasten ja nuorten mielenterveyden edistämässä, ovat terveydenhoitajat kokeneet tarvitsevansa lisäkoulutusta ja työkaluja aiheeseen liittyen. Viiden Euroopan maan (Suomi, Liettua, Slovenia, Bulgaria ja Kreikka) yhteistyönä toteutettu Well@School-hanke (2020–2023) on osaltaan tuottanut apua näihin haasteisiin.

Kirjallisuuskatsaus ja haastattelut verkkokurssin taustalla

Well@School-hankkeen keskeinen tavoite on ollut tukea opettajien, terveydenhoitajien ja muiden koulussa toimivien ammattilaisten osaamista mielenterveyden edistämässä peruskouluympäristössä. Tavoitteen saavuttamiseksi Well@School-hankkeessa on yhteistyössä koulujen henkilökunnan kanssa kehitetty kaikille avoin verkkokurssi. Kurssi on erityisesti suunnattu kouluissa toimiville ammattilaisille,

mutta sitä voivat käyttää myös muut lasten ja nuorten kanssa työskentelevät sekä sosi- ja terveysalan opiskelijat.

Ennen verkkokurssin kehittämistä hankkeessa toteutettiin kirjallisuuskatsaus sekä fokusryhmähaastatteluja koulujen henkilökunnalle.

Ennen verkkokurssin kehittämistä hankkeessa toteutettiin kirjallisuuskatsaus sekä fokusryhmähaastatteluja koulujen henkilökunnalle. Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli tunnistaa mielenterveyden edistämiseen liittyviä digitaalisia menetelmiä (interventio), joita peruskouluissa oli toteutettu. Katsaukseen valittiin mukaan- ja poissulkukriteerien perusteella yhteensä kuusi tutkimusta, joista kolmessa in-



Turun ammattikorkeakoulu

terventio kohdistui oppilaisiin ja kolmessa opettajiin. Katsauksen avulla tutkimuksista koottiin tietoa interventioiden sisällöstä, kestosta, tuloksista sekä mittareista, joilla interventioiden vaikuttavuutta oli mitattu.

Kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan kouluympäristössä toteutetut mielenterveyden edistämiseen liittyvät menetelmät olivat sisällöllisesti varsin erilaisia. Esimerkiksi opettajiin kohdistuvat interventiot sisälsivät vaihtelevasti muun muassa verkkosimulaatioita, opetusvideoita, keskustelualueita sekä verkossa toteutettuja konferensseja. Oppilaille suunnatuissa interventioissa puolestaan hyödynnettiin esimerkiksi pelillisyyttä. Vaikka aiheesta on tehty vasta vähän tutkimusta, on digitaalisilla mielenterveyden edistämistä tukevilla interventioilla saavutettu lupaavia tuloksia. Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusten mukaan interaktiivisuutta sisältävät interventiot lisäsivät opettajien mielenterveyden edistämiseen liittyvää osaamista perinteisiin opetusmenetelmiin verrattuna.

Kirjallisuuskatsauksen jälkeen toteutettujen fokusryhmähaastatteluiden avulla pyrittiin tunnistamaan ja kuvaamaan keskeisiä osaamisalueita, joita mielenterveyden edistäminen kouluympäristössä

edellyttää. Lisäksi pyrittiin tunnistamaan tehokkaiksi koettuja menetelmiä mielenterveyden edistämiseen kouluissa. Haastatteluihin osallistui opettajia, kouluterveydenhoitajia, psykologeja sekä sosiaalityöntekijöitä ja ne toteutettiin kaikissa Well@School-hankkeen osallistujamaissa. Kirjallisuuskatsauksen tavoin myös ryhmähaastatteluiden perusteella digitaaliset työkalut ja verkkomateriaalit koettiin tehokkaiksi menetelmiksi. Mielenterveyden tukemiseen vaadittavat osaamisalueet liittyivät haastatteluiden mukaan kouluikäisen lapsen kehitykseen ja mielenterveyteen, taitoon kohdata mielenterveyteen liittyviä asioita sekä ammattilaisten näemyksiin omasta roolistaan terveyden edistäjänä.

Verkkokurssista saa kurssitodistuksen

Kirjallisuuskatsauksen ja ryhmähaastattelujen tuloksia hyödynnettiin Well@School-verkkokurssin suunnittelussa ja toteuttamisessa. Verkkokurssin opiskelukielenä on englanti ja sen laajuus on viisi opintopistettä. Kurssi on rakennettu Moodle-alustalle ja se on mahdollista suorittaa itsenäisesti ajasta ja paikasta riippumatta.

Verkkokurssin sisältö on jaettu viiteen osaan, joilla jokaisella on oma teemansa (taulukko 1) ja niihin liittyvät oppimistehtävänsä. Osa kunkin teeman oppimistehtävistä on vapaaehtoisia, osa pakollisia. Pakolliset oppimistehtävät tehtyään osallistujan on mahdollista tallentaa itselleen Well@School -kurssitodistus. ■

➤ Lähdeluettelon voi pyytää toimituksesta.

	TEEMA
Osa 1	Kouluikäisen mielenterveys ja mielenterveyteen vaikuttavat tekijät
Osa 2	Kouluikäisen tavallisimmat mielenterveysongelmat
Osa 3	Ihmissuhdetaidot kouluikäisen mielenterveyden edistämässä
Osa 4	Mielenterveyden edistäminen koulu yhteisössä
Osa 5	Digitaaliset menetelmät kouluikäisten mielenterveyden edistämiseen

Taulukko 1. Well@School-verkkokurssin sisältö

Verkkokurssi on vapaasti ladattavissa

Well@School-verkkokurssi on vapaasti ladattavissa ja opiskeltavissa. Kurssin voi myös halutessaan ladata omalle tietokoneelle ja hyödyntää kurssissa olevia materiaaleja omien tarpeiden mukaan. Verkkokurssi ja sen materiaalit eivät ole tarkoitettu kaupalliseen käyttöön (Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License).



QR-koodi verkkokurssiin