



# KAVERUUDEN PUOLESTA

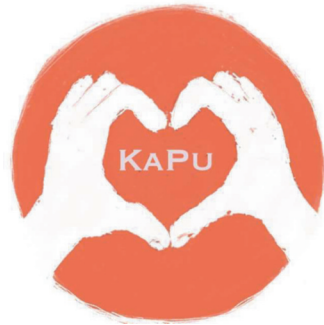
Hyvinvointioppimisella luodaan  
yhteisöllistä kouluviihtyvyyttä

Tuuta Heikkinen, Terhi Mattila, Veera Nieminen, Jenni Saarela & Taina Vaismaa  
Kuvitus: Liina Länsiluoto









## KAVERUUDEN PUOLESTA

Hyvinvointioppimisella luodaan  
yhteisöllistä kouluviihtyvyyttä

“Huolehdimme yhdessä, että kaikilla on hyvä olla.”

*Hei, täällä minä olen,  
tässä peilikuvassa,  
ja näissä sisällä  
soivissa sanoissa.*

*Saanko olla mukana  
kulkea rinnalla,  
tulla osaksi  
ja muille näkyväksi?*

*Yhteisellä matkalla  
on lupa olla kuin on.  
Olla yhtä ja erilaista.*

*Silloin sydän uskaltaa:  
Hei, täällä minä olen!  
Minäkin olen tärkeä!*

©2021 Tuuta Heikkinen, Terhi Mattila, Veera Nieminen,  
Jenni Saarela & Taina Vaismaa

Kuvitus: Liina Länsiluoto  
Taitto: Sanna Huhtonen Design

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi  
Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

ISBN 978-952-80-4784-1

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty ilman kirjantekijöiden lupaa. Liitteiden kopiointi on sallittu muutoin paitsi kaupallisiin tarkoituksiin.

## Sydämellinen kiitos

Avustajille: Peppi, Jesse, Jasper, Leena, Silva, Rafael, Vieno, Aaron, Eedla, Edvin, Neea ja Iida.

Arvokkaasta kannuksesta ja mahdollistamisesta Marja Hänninen-Helinille, tuesta ja avustuksesta Lapsen Aika Säätiölle, vuosien 2018-2019 keskusteluista ja tapaamisista Tiina Haapsalolle, innostavasta yhteistyöstä Liina Länsiluodolle ja Sanna Huhtoselle sekä rakkaudesta ja joustamisesta perheillemme.



# SISÄLTÖ

<b>1 Kaveruuden Puolesta -toimintamalli yhteisöllistä kouluviihtyvyyttä rakentamassa</b>	<b>4</b>
Kaveruuden Puolesta -toimintamalli saa alkunsa	5
Kaveruuden Puolesta -toimintamalli pähkinänkuoressa	7
Kaveruuden Puolesta -sanasto	8
<b>2 Kaveruuden Puolesta -toimintamallin teoreettinen viitekehys</b>	<b>9</b>
KaPu-toimintaa positiivisen pedagogiikan hengessä	9
KaPu-toimintaa kannattelevat teemat kohtaaminen, kuunteleminen ja hyväntahtoisuus luovat turvallisuuden tunnetta	11
<b>3 Kaveruuden Puolesta – hyvinvointioppiminen osana kouluyhteisön arkea</b>	<b>16</b>
Hyvinvointia lisääviä käytänteitä luokan arkeen	17
Tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia lukuvuoden jokaiselle viikolle	19
Helppokäyttöisiä tietoisuustaitoharjoituksia lukuvuoden jokaiselle kuukaudelle	28
Vuosikello rytmittää koko koulun arkea ja hyvinvointityötä	32
Vuosikello KaPu-aikuisen silmin	36
<b>4 Ristiriitatilanteiden ratkaiseminen yhteisöllisessä KaPu-toimintamallissa</b>	<b>39</b>
Kaikkien oppilaiden osallistaminen riitatilanteiden ratkaisemiseen	40
KaPu-oppilassoittelijoiden rooli koulun arjessa	40
Opettajan tehtävät ristiriitatilanteen selvittelyssä	42
KaPu-aikuiset auttavat tilanteen ratkaisemisessa	42
KaPu-oppilassoittelijoiden hakeminen ja valinta	45
KaPu-oppilassoittelijoiden koulutus	47
<b>5 Kohti yhteisöllistä kouluviihtyvyyttä - opetussuunnitelman viitoittama toimintakulttuuri todeksi Kaveruuden Puolesta -mallin avulla</b>	<b>51</b>
<b>6 Pohdintaa</b>	<b>55</b>
<b>Kurkistus kirjantekijöihin</b>	<b>59</b>
<b>KaPu-toimintamallin taustalla vaikuttavaa kirjallisuutta sekä muuta suositeltavaa materiaalia</b>	<b>60</b>

# LIITTEET

- 1 Oppilassovittelijoiden lomake
- 2 Sovintokeskustelu 1 - keskustelu kiusatun kanssa
- 3 Sovintokeskustelu 2 - keskustelu kiusaamiseen osallistuneiden kanssa
- 4 Sovintokeskustelu 3 - keskustelu kiusatun ja kiusaajan välillä
- 5 Sovintokeskustelu 4 - seurantakeskustelu
- 6 Yhteenveto sovintokeskustelujen jälkeen
- 7 Vuosiyhteenveto
- 8 Tunnekortit
- 9 Tilannekortit
- 10 KaPu-sarjakuva
- 11 Wanted KaPu-aikuisia
- 12 100 Hyvää tekoa -passi
- 13 Todistus KaPu-oppilassovittelijalle
- 14 KaPu-logo

ILO JA  
HYVÄ MIELI



YSTÄVYYS JA  
VÄLITTÄMINEN



ULKOPUOLISUUS  
JA YKSINÄISYYS



SURU



# 1 KAVERUUDEN PUOLESTA -TOIMINTAMALLI YHTEISÖLLISTÄ KOULUVIIHTYVYYTTÄ RAKENTAMASSA

Koulut ovat 2020-luvun alussa Covid-19 -pandemian myötä kohdanneet ilmiöitä, joiden keskellä on kysytty joustavuutta ja luovuutta, eikä koulun perustehtävän toteuttaminen ole ollut aina helppoa. Oppilaiden ja kouluyhteisön hyvinvointi on noussut ennennäkemättömän tärkeään asemaan ja yhteisöllisyyden tarve on suuri. Kaveruuden Puolesta –toimintamalli on omalta osaltaan rakentamassa ja luomassa uudenlaista hyvinvointioppimisen kulttuuria. Sisällöltään Kaveruuden Puolesta eli KaPu -toimintamalli on rakentunut vuoden 2016 opetussuunnitelman perustalle, jossa ihmisenä kasvaminen ja laaja-alaiset osaamisen tavoitteet on nostettu toiminnan keskiöön. Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu auttavat kaikki osaltaan eriarvoistumisen ennaltaehkäisyssä sekä lisäävät moninaisuuden ymmärtämistä ja hyväksymistä.

Koulun tulisi aina olla lasten ja nuorten arjessa turvallinen paikka ja kaikkien koulussa työskentelevien aikuisten tehtävä on varmistaa, että koululaiset voivat turvallisessa ympäristössä ja aikuisen ohjauksessa harjoitella monipuolisesti elämässä tarvittavia taitoja. Sosiaaliset taidot ja tunnetaidot, toisen kohtaaminen ja huomioiminen, kiusaamiseen puuttuminen sekä anteeksipyyttäminen ja -antaminen ovat kaikki harjoiteltavia asioita. Maailmanlaajuinen poikkeustilanne on tuonut myös Suomessa esille sen, miten tärkeä koulun kasvatustavoitteet on; kodin ja koulun toimiva yhteistyö luo pohjan edellä mainittujen tärkeiden elämäntaitojen omaksumiselle.

Koulussa on paljon oppilaita, joten siellä tulee välillä väistämättä eteen tilanteita, joissa osapuolet ovat eri mieltä. Jotta opitaan toisen ihmisen kohtaamista, on myös tärkeää harjoitella vuorovaikutustaitoja ja käydä läpi eteen tulevat riita- ja kiusaamistilanteet. Tällöin lapset saavat valmiuksia siihen, miten asioita voi selvittää. Vähitellen heille kasvaa myös ymmärrys siitä, mikä on oikein ja hyväksyttävää. Oppimisen kautta he saavat taitoja auttaa muita hankalissa tilanteissa ja pystyvät toimimaan aikaisempaa paremmin luokkakaverien, ystävien, läheisten ja myös oman itsensä parhaaksi. Lisäksi he oppivat suhtautumaan toisiin ihmisiin empaattisemmin sekä ymmärtämään erilaisuutta. Varhaisella ja pitkäjänteisellä sosiaalisten taitojen harjoittelulla sekä kiusantekoon, riitoihin ja erimielisyyksiin puuttumisella kyetään usein estämään tilanteiden muuttuminen kiusaamiseksi, jonka tuntomerkkeinä pidetään yleisesti pitkäkestoisuutta ja jatkuvuutta. Kiusaamiseen on aina puuttettava välittömästi, kun se tulee ilmi, ja vakava kiusaaminen vaatii aina kaiken mahdollisen tuen, avun ja jälkihoidon.

Hyvinvoinnin lisäämiseen ja kiusaamisen ennaltaehkäisyyn soveltuu hyvin kouluihin rantautuva positiivinen pedagogiikka. Erityisesti omien vahvuuksien tunnistamisen, hyödyntämisen ja vahvistamisen on katsottu edistävän myönteisiä tunteita, sitoutumista ja ihmissuhteita. Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on opettaa ja luoda hyvinvointia tietojen ja taitojen rinnalle ja näin lisätä

Kaipaatko ideoita hyvinvointioppimiseen tai vinkkejä luokan vuorovaikutuksen vahvistamiseen? Haluaisitko osallistaa oppilaita aktiivisempaan rooliin riitatilanteiden selvittelyssä? Olisiko nyt sopiva aika vahvistaa koko koulun yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia positiivisen pedagogiikan hengessä?

”Huolehdimme yhdessä...

KaPu eli Kaveruuden Puolesta -toimintamalli on Jyväskylästä Keljonkankaan koulusta alkunsa saanut työväline. Siinä luokan ja koulun toiminta pohjaa hyvinvoinnin elementeille, jotka ovat tunne-, tietoisuus- ja vuorovaikutustaitojen säännöllinen harjoittelu, ristiriitatilanteiden selkeä ratkaisukeskeinen sovittelutoiminta, osallisuus sekä yhteisöllisen kouluviihtyvyyden vahvistaminen. KaPu-laivassa ketään ei jätetä yksin, vaan yhdessä matkaten kohdataan vastaan tulevat tuulet, tyrskyt ja tähti-hetket. Oppaasta löytyy hyviä toimintavinkkejä sekä yksittäisen opettajan että koko kouluyhteisön toiminnan tueksi.

...että kaikilla on hyvä olla.”



**KMarket**  
KOTIVÄYLÄ



Liikuntakeskus Klub1

**CIMSON**  
KOULUTUSPALVELUT

Seppälääkärit Oy

**Mikko  
VAISMAA**  
STAND UP KOOMIKKO

Caffitella