

Hyvinvoiva nuori

PANEELIKESKUSTELUT

Millaista nuoren koululaisen ja opiskelijan elämä on? Uuvuttavatko opinnot? Nuoren tulisi voida ihmetellä ja olla kesken kuormittumatta liikaa opinnoistaan. Voisivatko koulujen ja oppilaitosten ammattilaiset tukea nuorten hyvinvointia enemmän? Millaisia tekoja se tarkoittaisi?

Vastauksia voidaan löytää monialaisessa dialogissa nuorten ja aikuisten kesken. Osaamiskeskus Nuoska - nuorisotyö kouluissa ja oppilaitoksissa koosti ohjeita koulu- ja oppilaitoskohtaisten hyvinvointikeskustelujen järjestämiseen.

Hyvinvoiva nuori

PANEELIKESKUSTELUT

Dialogisia paneelikeskusteluja voidaan toteuttaa osana koulujen ja oppilaitosten hyvinvointitehtävää. Tällöin nuorisotyöntekijä tai muu ammattilainen kokoaa oppilaita/opiskelijoita, henkilökuntaa sekä kunnan päättäjiä ja asiantuntijoita keskustelemaan nuorten hyvinvoinnista ja sitä tukevista teoista.

Säännöllisesti toistettuina hyvinvointipaneelit syventävät ymmärrystä ja luottamusta nuorten ja aikuisten välillä. Ne voidaan opinnollistaa. Tarkoituksena on lisätä mielipiteiden ilmaisua ja harjoitella kunnioittavaa keskustelukulttuuria. Nuoret oppivat hyvinvointitaitoja ja yhdessä sovitaan konkreettisista hyvinvointiteoista.

**Osaamiskeskus Nuoska
järjesti
valtakunnallisen
Hyvinvoiva lukiolainen
-paneelikeskustelun
keväällä 2023, josta
julkaistiin tallenne:**

bit.ly/hyvinvoivalukio

Hyvinvoiva nuori

PANEELIKESKUSTELUJEN VALMISTELU



1

Kootkaa suunnitteluryhmä, johon kuuluu myös oppilas- tai opiskelijakunnan edustajia. Valitkaa vastuhenkilö koordinoimaan järjestelyjä.

2

Esitelkää idea rehtorille sopien keskustelujen toteutuksesta.

3

Nimetkää keskusteltavaksi 3-5 nuorille tärkeää teemaa. Pyytäkää hyvinvointiteemoihin liittyviä kysymyksiä nuorilta etukäteen anonyymillä palautekanavalla tai oppitunneilla.

4

Keskustelkaa opettajien ja opinto-ohjaajien kanssa paneeliin osallistumisen sisällyttämisestä keskustelun teemoihin sopiviin oppiaineisiin.

5

Kootkaa paneelin keskusteluryhmä. Kutsukaa panelisteiksi nuoria ja saman verran eri alojen ammattilaisia ja päättäjiä suunnitteluryhmän ulkopuolelta (yhteensä 5-8 hlö). Valitkaa keskustelunohjaaja.

6

Kutsukaa panelistit. Nuorten kutsut on hyvä esittää henkilökohtaisesti antaen paljon harkinta-aikaa ja varautuen esittämään kutsua useamman kerran.

Hyvinvoiva nuori

PANEELIKESKUSTELUN VALMISTELU



7

Valitkaa kirjuri kirjaamaan keskustelun pääkohdat ja konkreettiset hyvinvointiteot. Jos kirjuria ei valita, tehtävä jää keskustelunohjaajalle.

8

Päätäkää yleisön kutsumisesta. Sopisiko tilaisuus vanhempainillaksi? Kutsukaa yleisö ja tiedottakaa tapahtumasta.

9

Suunnitelkaa keskustelun rakenne ja ajankäyttö niin, että kunkin teeman käsittelylle on riittävästi aikaa.

10

Päätäkää paneelin toistettavuudelle säännöllinen rytmi, esimerkiksi kerran lukukauden alussa ja sovittujen asioiden toteutumisen tarkastelu sen lopussa.

11

Seuratkaa yhdessä, miten keskustelun ideat ja hyvinvointiteot toteutuivat. Sopikaa, kenelle ja miten keskustelussa esiin tulevista asioista tiedotetaan.

Hyvinvoiva nuori

ESIMERKKEJÄ KESKUSTELUN TEEMOISTA

Mitä on hyvinvointi?

Nuorilähtöisyys- mitä se on ja toteutuuko
koulussamme?

Hyvinvointia tukeva ravitsemus/liikunta

Koulutehtävien määrä ja laatu/kokonaiskuormitus

Vapaa-aika ja palautuminen suhteessa kotitehtäviin

Koulun säännöt ja toimintatavat

Muut koulutyöhön liittyvät kysymykset

Yhteisöllisyys ja ryhmä-/luokkahenki

Päihteet

Vuorovaikutus ja sosiaaliset suhteet

Nuorten osallisuus ja vaikutusmahdollisuudet

Koulun tilat

Koulumatkat

Muut ajankohtaiset ilmiöt ja haasteet

Hyvinvoiva nuori

ESIMERKKI KESKUSTELUN RAKENTEESTA



Kokonaiskesto 1,5-2 tuntia

- 1** Keskustelunohjaajan esittely turvallisemman tilan periaatteista.
- 2** Panelistien esittäytyminen.
- 3** Keskustelunohjaajan alustus teemoihin: artikkeli, video, otteita uutisotsikoista, oma koulukokemus.

**Kesto yht.
15-20 min.**

- 4** Keskustelunohjaajan kysymykset ja keskustelu.
- 5** Yleisön kommentit ja kysymykset.
- 6** Loppupuheenvuoro, jossa keskustelunohjaaja/kirjuri tiivistää pääkohdat ja kertoo sovituista hyvinvointiteoista. Päätetään, miten ja milloin niiden toteutumista seurataan.

**Kesto yht.
75-105 min.**

Hyvinvoiva nuori

PANEELIKESKUSTELUN TOTEUTUS

Keskustelunohjaaja muistuttaa turvallisemman tilan periaatteista:
<https://www.ykliitto.fi/turvallinen-tila>.

Keskustelunohjaaja esittelee aiheen, huolehtii puheenvuorojen tasaisesta jakautumisesta sekä yleisön osallistamisesta.

Jokaisella on oikeus edustaa itseään ja ilmaista mielipiteitään. Keskustelunohjaaja huolehtii kunnioittavasta ilmapiiristä ja voi tarvittaessa keskeyttää puheenvuoron tai paneelin.

Keskustelunohjaaja kertoo, viedäänkö keskustelun pääkohdat osaksi yhteisöllisen opiskeluhuoltoryhmän työtä.

Nuorelle annetaan kunkin teeman ensimmäinen ja viimeinen vastausvuoro sen lisäksi, että heitä kannustetaan osallistumaan koko ajan. Runsasta keskustelua herättäville aiheille annetaan aikaa, vaikka osa kysymyksistä jäisi käsittelemättä.

Keskustelunohjaaja seuraa ajankulua huolehtien aikataulussa pysymisestä. Kun aikaa on jäljellä 10–15 minuuttia, hän pyytää jokaiselta viimeisen kommentin niin, että tilaisuus voidaan päättää rauhallisesti. Lopussa keskustelunohjaaja tai kirjuri esittää koonnin pääkohdista sekä ideat konkreettisista hyvinvointiteoista.

Keskustelunohjaaja vastaa siitä, että sovitaan seuraava tapaaminen, jossa tarkastellaan sovittujen hyvinvointitekojen toteutumista.

Hyvinvoiva nuori

KESKUSTELUNOHJAAJAN HUONEENTAULU



Pyri ratkaisukeskeisyyteen ohjaten keskustelua konkreettisiin tekoihin.



Haasta keskustelijoita ilmaisemaan mielipiteitään ja ohjaa keskustelua asioihin, joihin voidaan vaikuttaa.



Innostu uusista näkökulmista ja kannusta pohtivaan dialogiin. Muuta vastausjärjestystä ja kannusta hiljaisia kertomaan lisää tai kohdista kysymyksiä heille.



Käännä provosoivat kommentit rakentavaksi osaksi keskustelua. Pohdi etukäteen, miten vastaat provosointiin, jos sitä esiintyy.



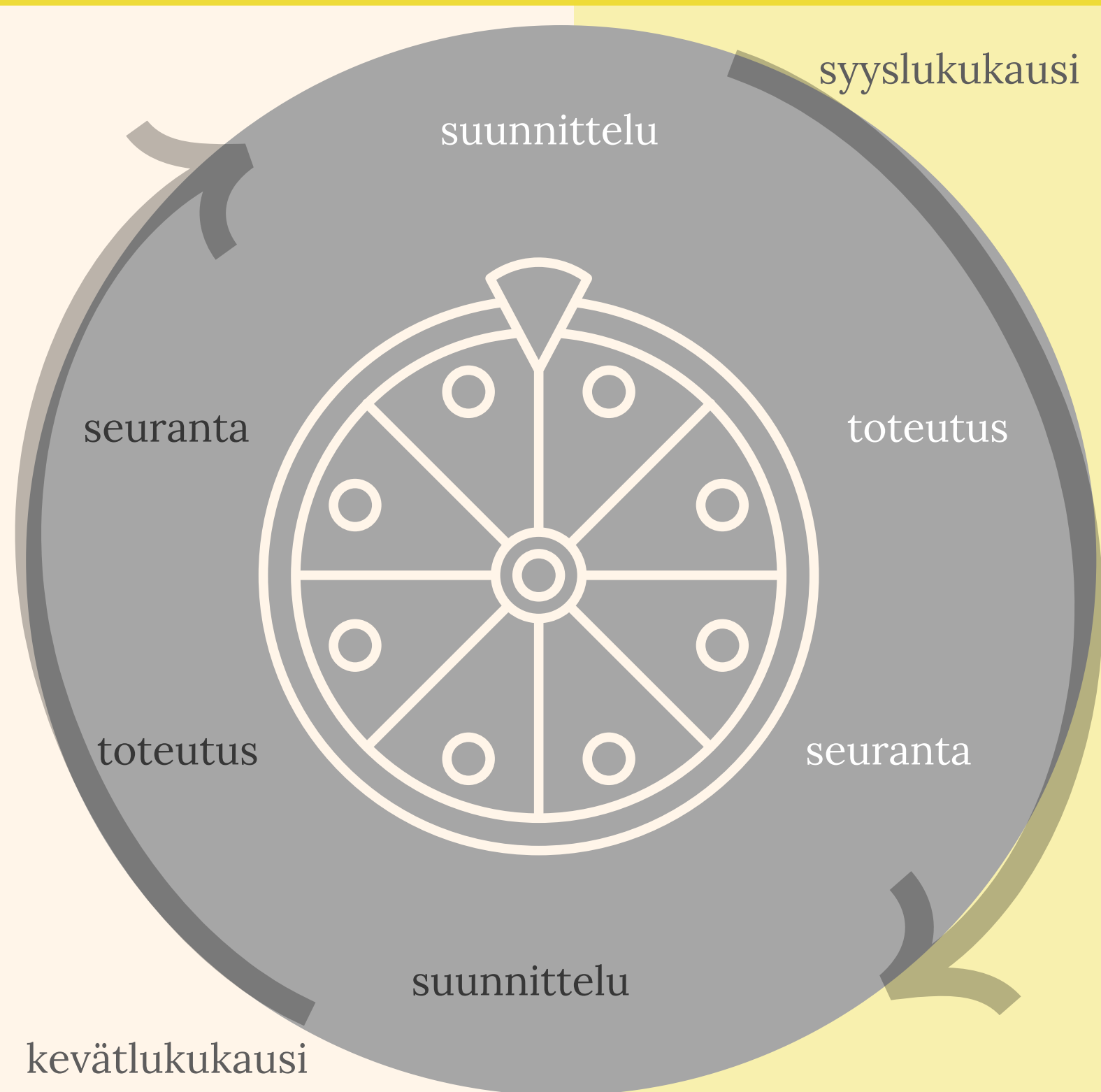
Suunnittele, miten ja milloin osallistat yleisöä. Voit hyödyntää digitaalisia apuväleitä (Kahoot, Mentimeter) tai pitäytyä keskustelussa.



Tutustu turvallisemman tilan periaatteisiin etukäteen esitelläksesi ne paneelikeskustelun alussa.

Hyvinvoiva nuori

ESIMERKKI KESKUSTELUJEN LUKUVUOSIRYTMISTÄ



Paneelikeskusteluista tulee vaikuttavia hyvinvointirakenteita toistojen ja seurannan kautta.

Hyvinvoiva nuori

VINKKEJÄ PANEELIKESKUSTELUJEN VAKIINNUTTAMISEKSI

Opinnollistaminen. Tarkastelkaa opetussuunnitelmaa opettajien ja opinto-ohjaajien kanssa. Mihin oppiaineeseen ja opintojaksolle keskustelu sopii osatoteutukseksi?

Oppilas- ja opiskelijakuntatoiminta. Miten säännöllisten hyvinvointipaneelien suunnittelusta ja toteutuksesta voisi tulla osa oppilas- ja opiskelijakuntatoimintaa? Keskustele nuorten kanssa.

Yhteisöllinen opiskeluhoolto. Säännöllisillä hyvinvointipaneeleilla voidaan tukea yhteisöllistä opiskeluhooltotyötä, mikä kannattaa huomioida jo ensimmäistä keskustelua suunniteltaessa.

Omat muistiinpanot

Hyvinvoiva nuori

PAIKALLISKEKUSTELUN AIKATAULU JA TOIMIJAT

Suunnittelu: - - - - -

Toteutus : - - - - -

Seuranta: - - - - -



Päivastuussa oleva koordinaattori:

Suunnitteluryhmän jäsenet:

Muut muistiinpanot:

Hyvinvoiva nuori

PAIKALLISKESKUSTELUN JÄRJESTÄMINEN

Käsiteltävät teemat:

- 1 - - - - -
- 2 - - - - -
- 3 - - - - -
- 4 - - - - -
- 5 - - - - -

Keskustelunohjaaja:

Panelistit:

Muut muistiinpanot: