
Koululaisten toimintakyvyssä tikittää aikapommi

– ei jätetä
opettajia
yksin!



NYKYTILA:

Mitä tarkoitetaan rajoittuneella toimintakyvyllä?

Toimintakyvyn rajoitteella tarkoitetaan jonkinlaista fyysistä tai muuten lapsen toimintaa rajoittavaa tekijää millä tahansa päivittäisten toimintojen alueella – itsestä huolehtimisen, leikin, koulun ja vapaa-ajan toiminnoissa. Tällainen voi olla esimerkiksi ylipaino, jokin vamma, tai vaikkapa keskittymiskyvyn ja ajanhallinnan ongelmat, jotka hankaloittavat lapsen tai nuoren arkea. Käytännössä toimintakyvyn este voi ilmetä esimerkiksi yleisenä jaksamattomuutena, rauhattomuutena, motivaation puutteena liikkumiseen, käsin kirjoittamisen työläytenä, vaikeutena kantaa kouluvälineitä tai liikkua koulumatkat omatoimisesti tai yhteisiin peleihin osallistumisen vaikeutena välitunneilla. Toisinaan taas lapsen toimintakyvyn ongelmat eivät näy voimakkaasti arjessa heti, vaan aiheuttavat isompia haasteita vasta myöhemmällä iällä. Toimintakyvyn ongelmien hoito on kuitenkin helpointa ja järkevintä jo alakouluikässä, jolloin tuetaan parhaiten lapsen käsitystä itsestä osaavana toimijana. Tämän kaiken seurauksena on terve ja toimintakykyinen aikuinen.

Miksi toimintakyvystä on tärkeää puhua?

Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus osallistua elämän jokapäiväisiin tilanteisiin, kuten koulunkäyntiin. Mitä varhaisemmin pystymme puuttumaan ongelmiin, sitä helpompaa toimintakyvyn rajoitteita on helpompi estää ja ratkoa. Tällä on suora vaikutus paitsi mielekkään arjen kokemukseen myös siihen, miten paljon toimintakyvyn rajoitukset vaikuttavat muuhun ympäristöön, kuten muuhun koululuokkaan ja sitä kautta opettajan työhön.

Mitä tiedämme nykytilasta?

Lapset ja nuoret liikkuvat yhä vähemmän ja arjen toiminnat yksipuolistuvat. Tuki- ja liikuntaelinoireet ovat lisääntyneet, ja ajanhallintaan liittyviä ongelmia esiintyy myös jonkin verran jo nyt. Lapsena koetut, mihin tahansa toiminnan osa-alueeseen liittyvät rajoitteet, ennustavat myöhemmässä elämässä erilaisia ongelmia. Tutkimusten* perusteella tiedämme esimerkiksi sen, että:

- Tuki- ja liikuntaelinoireita on jo **8-25 %** koululaisista.
- Myöhästelyitä on vähintään viikoittain reilulla **10 %**:lla 8.- ja 9. luokkalaisista ja lukiolaisista. Ammatillisissa oppilaitoksissa sama luku ylittää jo **15 %**.
- Terveysten kannalta liian vähän liikkuvia koululaisia ja opiskelijoita on **10-40 %**.
- Fyysinen toimintakyky on alentunut n. **30 %** 5- ja 8-luokkalaisista.

* Lähteet: Kouluterveyskysely 2017, LIITU 2019, Move! 2018



POIMINTOJA TUTKIMUKSESTA:

Suomen Fysioterapeutit ry, Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry ja Suomen Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry toteuttivat kyselyn yhteistyössä opettajien ammattiliitto OAJ:n seitsemän paikallis- ja alayhdistyksen kanssa. Kyselyssä kartoitettiin opettajien kokemuksia siitä, miten toimintakyvyn rajoitukset näkyvät koulujen arjessa. Vastaajista lähes **65%** oli toiminut opettajana yli 10 vuotta.

Vastaajista...

98% oli huolissaan oppilaidensa keskittymiskyvyn ongelmista.

80% oli huolissaan oppilaidensa ongelmista sosiaalisissa suhteissa

yli **70%** arvioi, että oppilaiden fyysisen toimintakyvyn heikkous näkyy työssä melko paljon tai paljon.

yli **60%** oli havainnut koululaisilla ajankäytön ongelmia, kuten myöhästelyä.

68% katsoi, että koulussa oli melko paljon tai paljon tarvetta fysioterapeutille, joka voisi luoda oppilaille yksilöllisiä harjoitusohjelmia ja tukea heitä fyysisen toimintakyvyn ylläpidossa.

85% arvioi hyötывnsä siitä, että koulun arjessa olisi mukana toimintaterapeutti, joka voisi tukea esimerkiksi kirjoitustaidon ja osallisuuden edistämisessä.

n. **50%** vastanneista koki, että oppilaat tarvitsivat paljon tukea keholisten toimintojen kanssa.



RATKAISU ON MONIALAINEN YHTEISTYÖ – EI OPETTAJIEN LISÄKUORMITUS

Jo nyt osassa suomalaisia kaupunkeja on käytössä malleja, joissa kouluissa tehdään monialaista yhteistyötä. Käytännössä esimerkiksi Espoon kaupungilla toimintaterapeutti toimii mukana koulun arjessa tukien oppilaita kirjoitustaidossa ja osallisuudessa oppitunneilla. Riihimäellä taas yläkouluilla toimii oma fysioterapeutti, joka ohjaa pienryhmiä, toimii opettajan tukena ja tekee koululaisille yksilöllisiä harjoitusohjelmia.

On paljon, mitä paikallistasolla voidaan tehdä, mutta ainakin seuraavat **kolme** asiaa pitäisi saada kuntoon:

1 Oppilas saa kokemuksen itsestään osaavana, pystyvänä toimijana. Yhdenkään koululaisen ei pitäisi kokea olevansa huono tai kärsiä turhista kivuista. Varhaisen kuntoutuksen palvelut pitäisi saada myös kouluikäisille. Meidän aikuisten pitää pystyä luomaan jokaiselle lapselle ja nuorelle sellaiset olosuhteet, joissa oppiminen on mahdollista. Se on jokaisen koululaisen oikeus. Toimintaterapia- ja fysioterapiapalvelujen tuominen kouluun, lisää oppilaiden tasa-arvoisuutta ja madaltaa kynnystä varhaiseen tukeen.

2 Uudistetaan järjestelmä – moniammatillisen avunsaannin on oltava helppoa. Nykyjärjestelmä, jossa erityistä tukea tarvitsevan oppilaan pitää jonottaa terveydenhuoltoon saadakseen apua oppimisen ja koulunkäynnin haasteisiin, ei ole järkevä. Terveydenhuollon moniammatilliset palvelut ovat usein irrallaan koululaisen arjesta, se ei ole lapsen tai nuoren etu. Tuen pitää olla helposti saatavaa, osa kouluarkea, koulun toimintakulttuuria ja luokan toimintakäytäntöjä. Ratkaiseva apu on usein pieniä asioita arjessa.

3 Tarjotaan lapselle apua siinä, missä hän kokee sitä tarvitsevansa. Lapset itse ovat toivoneet esimerkiksi liikuntatuntien mukauttamista itselleen sopivaksi, apuvälineitä ajankäytön hallintaan, tukea ystävyys-suhteisiin sekä tiedon jakamista lapsen vammasta ja sen vaikutuksista koulunkäyntiin. Oikein mitoitettu moniammatillinen tuki kouluympäristössä siirtää painopisteen ennaltaehkäisevään toimintaan.