

Vertaisohjaajien koulutus nuuska-aiheisen oppitunnin ohjaamiseen

Tämän materiaalin tarkoituksena on ohjata EHYT ry:n Nikotiinihankkeessa kehitetyn vertaisvaikuttamismallin toteuttamista. Mallia on pilotoitu yläkouluissa, mutta mallia on mahdollista soveltaa myös esim. harrastustoiminnassa. Tässä dokumentissa kuvataan vertaisohjaajien koulutuksen kulku. Koulutukseen on syytä varata aikaa 2 x 45min (välitunnilla tai ilman). Vertaisohjaajat ovat vapaaehtoisia 8. tai 9. luokkalaisia oppilaita, jotka ohjaavat yhdelle tai useammalle seitsemännelle luokalle nuuskaan liittyvän oppitunnin. Vapaaehtoiset voivat olla keitä vain, mutta tukioppilastoiminta antaa vertaisohjauksen järjestämiselle hyvät puitteet. Oppitunnilla seitsemäsluokkalaiset kiertävät kolme pisteittä, joita jokaista ohjaa vähintään yksi vertaisohjaaja. Mikäli ohjaajia on enemmän, voivat he ohjata yhtä pistettä myös pareittain.

Alkuvalmistelut

Luokkaan laitettu valmiiksi 3 tai 6 pistettä (riippuen ohjaajien määrästä), jossa oppilaat myöhemmin harjoittelevat työskentelypisteen ohjaamista.

Tarvittavat tarvikkeet valmiina:

- lappu NUUSKA
- "Mitä nuuska on?" -diat tulostettuna, yksi/pari
- työskentelypisteiden materiaalit tulostettuna (tarvittaessa x2)
- palautelomakkeet & kynät

Projektorilla heijastettu slide, jossa Tervetuloa- toivotus, koulutuksen nimi ja koulutuksen idea.

Dia 1



1) Aloitus (10 min.)

Kouluttajan ja osallistujien esittely: Kouluttaja esittelee itsensä ja kertoo koulutuksen aiheen ja idean. Tämän jälkeen koulukseen osallistujat esittelevät itsensä.

Diat 2-3

VERTAISOHJAUS

Vertaisohjaajat:

- Tietävät nuuskasta ja nikotiinista enemmän kuin nuoret keskimäärin.
- Vertaisohjaus tarkoittaa samassa elämäntilanteessa olevien vertaisten vastavuoroista kokemusten vaihtoa sekä vuorovaikutteista kommunikointia.
- Vertaisohjaus on yhdessä tekemistä. Opittavan asian merkitys ymmärretään mahdollisesti helpommin vertaisen kertomuksen kautta.



KOULUTUKSEN IDEA

- Tänään teidät koulutetaan vertaisohjaajiksi
- Pääsette ohjaamaan nuuskaan liittyvät oppitunnit seitsemäsluokkalaisten kanssa.
- Vertaisohjaamisen ideana on keskustella tänään opittavista asioista nuorempien oppilaiden kanssa.
- Palkkioksi saatte Open Badge –merkin, jota voi hyödyntää esim. kesätyön haussa.



Osallistujien esittelykiertos:

Dia 4

Kerro oma nimesi ja täydennä **yksi** A-kohdan ja **yksi** B-kohdan lause haluamallasi tavalla.



A-kohdan lauseet

- Tulen iloiseksi, kun...
- Minulle tärkeää on...
- Suurin haaveeni on...

B-kohdan lauseet

- Tulen koulutukseen, koska...
- Odotan koulutukselta...
- Haluan toimia vertaisohjaajana, koska...

Heijastetaan taululle dia (4), jossa ohjeet: Kerro oma nimesi ja täydennä yksi A-kohdan ja yksi B-kohdan lause haluamallasi tavalla.

2) Oppitunnin rakenteen läpikäynti ja huomioitavaa ohjaamisessa 10 min.

Dia 5

VERTAISTUNTI AIHEESTA NUUSKA



Kohderyhmä: 7. luokkalaiset
Kokonaiskesto: 45 minuuttia

Tavoitteet:

- Nuorten kriittinen suhtautuminen nuuskaa kohtaan lisääntyy
- Nuuskasta ja sen ympärillä olevista kysymyksistä käydään keskustelua teidän omalla kielellänne

Kerrotaan ohjaajille, että tunti järjestetään seitsemäsluokkalaisille ja se kestää 45 minuuttia.

Tunnin tavoitteena on lisätä nuorten kriittistä suhtautumista nuuskaa kohtaan ajatuksia herättävän keskustelun kautta. Keskustelu käydään nuorilta nuorille, heidän omalla kielellään. Tarkoitus ei ole vain opettaa asioita nuoremmille, vaan ohjata yhteistä keskustelua.

Dia 6 Työskentely tunnilla

TYÖSKENTELY TUNNILLA



- 7. luokan oppilaat käyvät tunnin aikana läpi kolme työskentelypistettä:
 - 1) Nuuskateollisuuden taktiikat
 - 2) Nuuska & Ympäristö
 - 3) Nuuskaan liittyvä lainsäädäntö
- Jokainen vertainen vastaa yhdestä työskentelypisteestä.
- Ensimmäisen pisteen alussa kaikki ohjaajat käyvät läpi pienen faktaosion, joten se kestää 3 min. muita pisteitä pidempään. Muut pisteet 10 min. sisältäen vaihdon.
- Viimeisen eli kolmannen ryhmän kanssa täytetään palautelomake (noin 5 minuuttia)

Ohjaajille kerrotaan tunnin rakenne sekä käsiteltävät aiheet. Oppilaat käyvät tunnin aikana läpi kolme työskentelypistettä, joista jokaista ohjaa yksi tai useampi ohjaaja. Pisteiden aiheet ovat:

- 1) Nuuskateollisuuden taktiikat
- 2) Ympäristöasiat
- 3) Lakiasiat

Kouluttaja kertoo lyhyesti, mitä kussakin pisteessä tehdään. (Kts. materiaali

”vertaisvaikuttamistunti”). Kun ensimmäinen ryhmä tulee pisteelle, kaikki ohjaajat käyvät läpi pienen faktaosion, joka kestää 3 min. Tämän jälkeen siirrytään varsinaiseen aiheeseen. Aihetta käsitellään n. 10 min. ajan. Tämän jälkeen oppilaat vaihtavat ryhmää. Vaihdon jälkeen faktaosiota ei tarvitse enää käydä läpi uudestaan, vaan siirrytään suoraan pisteen aiheeseen. Viimeisen eli kolmannen ryhmän kanssa täytetään lopuksi palautelomake, johon varataan aikaa noin 5 minuuttia.

Dia 7 aikataulu

AIKATAULU



• Jokainen ohjaaja (tai ohjaajapari) ohjaa **kaksi** oppituntia. (väh. 3 ohjaajaa/tunti)

Ajankohdat:

Torstai 28.11

klo 9:00 – 9:45 (7B)

Klo 12:35 – 13:20 (7C)

Klo 14:00 -14:45 (7A)

Maanantai 2.12

Klo 9:00 -9:45 (7D)

Aikataulua suunniteltaessa tulee huomioida vertaisohjaajien määrä ja se, kuinka paljon aikaa heillä on mahdollista käyttää vertaisohjaamiseen. Yksi vertaisohjaaja voi olla mukana yhdellä tai useammalla tunnilla. Kuitenkin yhden oppitunnin järjestämiseen tarvitaan aina vähintään kolme ohjaajaa. Sovitaan kuka ohjaa milläkin tunnilla. Alla olevassa esimerkkitaulukossa on sovittu kuuden ohjaajan kanssa oppituntien ohjaamisesta niin, että jokainen ohjaaja osallistuu kahdelle oppitunnilla. Esimerkin mukaisesti vertaistunti järjestetään neljälle seitsemännelle luokalle.

Luokka ja ajankohta	Nuuskateollisuuden taktiikat	Nuuska & Ympäristö	Lainsäädäntö
ma 27.1 klo 10:15-11:00 (7A)	Oppilas 1	Oppilas 2	Oppilas 3
ti 28.1 klo 12:00-12:45 (7B)	Oppilas 4	Oppilas 5	Oppilas 6
ke 29.1 klo 14:00-14:45 (7C)	Oppilas 1	Oppilas 2	Oppilas 3
to 30.1 klo 13:30-14:15 (7D)	Oppilas 4	Oppilas 5	Oppilas 6

Dia 8 Millainen on hyvä ohjaaja?



Kouluttaja kysyy vertaisohjaajilta; Millainen on hyvä ohjaaja? Koulutettavat vastaavat ja käydään keskustelua. Tämän jälkeen näytetään dia 9.

Dia 9 Huomioitavaa ohjaamisessa

HUOMIOITAVAA OHJAAMISESSA



- Ei ole yhtä oikeaa tapaa ohjata ryhmää.
- On tärkeää olla oma luonnollinen itsensä myös ohjaajana.
- Ohjaajan on tärkeää kuunnella, mitä ryhmäläiset kertovat ja kannustaa keskusteluun.
- Ystävällisyys on tärkeää. Tervehdi ja huomioi kaikki ryhmän jäsenet. Luo katsekontakti kaikkiin, hymyile.
- Puhu selkeästi ja riittävällä äänen voimakkuudella (huomioi muut luokassa olevat ryhmät!)
- Anna positiivista palautetta. Mieti, mistä voit kiittää ryhmää. Esim. "Tässä ryhmässä on loistavaa pohdintaa", "Kiitos hienosta keskustelusta", "Te olette kyllä mukava ryhmä".
- Jos ryhmän ohjaaminen jännittää, auttaa hyvä valmistautuminen.

Kouluttaja käy läpi dian 9. kohta kohdalta.

Diat 10 - 11 Mitä nuuska on?

MITÄ NUUSKA ON?

- Nuuska tehdään samasta tupakkakasvista kuin poltettava tupakka. Se jalostetaan erilaiseen käyttötarkoitukseen eli suussa pidettäväksi. Sen vaikuttavat aineet imeytyvät limakalvon läpi verenkiertoon ja elimistöön.
- Nuuska koostuu jauhetusta tupakasta, johon on lisätty muun muassa vettä, suolaa, makuaineita sekä erilaisia säilöntäaineita ja kosteutta sitovia aineita.
- Nuuska sisältää noin 28 tutkitusti syöpää aiheuttavaa ainetta. Nuuska sisältää muun muassa raskasmetalleja ja viljelyssä käytettävien torjunta-aineiden jäämiä.
- Nuuskalla on haittavaikutuksia etenkin suun alueella sekä sydän- ja verenkiertoelimistössä.



- Nuuskan nikotiinipitoisuudet vaihtelevat 8 milligrammasta 45:een. Suomessa käytetään paljon nuuskaa, jonka nikotiinipitoisuus on 22mg/g.
- Nuuska sisältää erittäin runsaasti nikotiinia.
- Nikotiini aiheuttaa riippuvuutta.
- Nuuskan nikotiini supistaa verisuonia ja heikentää lihasten hapen ja ravinteiden saantia. Nikotiini haittaa siten lihasvoiman ja -massan kasvua.
- Suomessa käytetty nuuska valmistetaan Ruotsissa. Ruotsilla on EU:ssa poikkeusvapaus myydä nuuskaa.



Kouluttaja käy läpi diat, joissa kerrotaan perustiedot nuuskasta. Näin varmistetaan, että vertaisohjaajilla on itsellään perustiedot aiheesta. Ohjaajilta kysytään lopuksi, onko heillä kysyttävää.

3) TEHTÄVÄPISTEIDEN OHJAAMISEN HARJOITTELU

Dia 12

TYÖSKENTELYPISTEIDEN HARJOITTELU



- Päätetään jokaiselle parille oma vastuupiste, jonka ohjaamiseen he perehtyvät
- Jokainen pari tutustuu oman työskentelypisteen materiaaliin ja ohjeistukseen ja valmistautuu vetämään kyseisen pisteen muille koulutettaville.
- Harjoitellaan ohjaamista

Ohjaajat jaetaan pareittain tai pieniin ryhmiin ja jokaiselle parille tai ryhmälle päätetään oma vastuupiste. Mikäli ohjaajia on vain kolme, niin jokainen saa oman vastuupisteensä.

A) 1. PISTEEN NUUSKA TIETOISKUN HARJOITTELU (10 min.)

Tarvikkeet:

- lappu, jossa lukee NUUSKA
- jokaiselle parille tulostettuna "Mitä nuuska on" slidet 1 ja 2

Kouluttaja kertoo, että ensimmäinen piste aloitetaan niin, että vertaisohjaajat näyttävät oppilaille lapun, jossa lukee NUUSKA. Ohjaajat kysyvät, mitä oppilaat tietävät nuuskasta. Tehdään tämä harjoitus koulutuksessa niin, että ohjaajaparit harjoittelevat asian kertomista toisilleen. Toinen opettaa Mitä nuuska on -sliden 1 ja toinen sliden 2.

Lopuksi kouluttaja kysyy, heräsikö tähän liittyen kysymyksiä.

B) TYÖSKENTELYPISTEIDEN HARJOITTELU (50 min.)

8 min. Jokainen pari tutustuu oman työskentelypisteen materiaaliin ja ohjeistukseen ja valmistautuu ohjaamaan kyseisen pisteen muille koulutettaville. Kouluttaja kiertää luokassa ja vastaa mahdollisiin kysymyksiin.

40 min. Ryhmät siirtyvät työskentelypisteisiin. Jokaisella parilla on 10 min. aikaa oman työskentelypisteen ohjaamiseen muille ohjaajille. Kuvitellaan, että ohjattavana on 7. luokkalaisten ryhmä.

Jos ohjaajia on useita, jaetaan ryhmä puoliksi. Esim. 12 ohjaajan ryhmä jaetaan kahteen 6 hengen ryhmään, jossa jokaisella kolmella parilla on eri aihe. Parit harjoittelevat pisteen ohjaamista vetämällä sen näille neljälle henkilölle. Tämä siksi, että kaikki parit pääsevät harjoittelemaan ohjaamista.

4) Palautekeskustelu ohjaamisesta



- Miltä ohjaaminen tuntui?
- Missä ohjaajat onnistuivat hyvin?
- Mitä voisi vielä parantaa?

Ohjaamisen jälkeen käydään 3 minuutin mittainen palautekeskustelu, jossa kouluttaja kysyy ohjaajilta; Miltä ohjaaminen tuntui? Missä ohjaajat onnistuivat hyvin? Mitä voisi vielä parantaa? Tässä nuoret antavat toisilleen rakentavaa palautetta ja voivat tuoda esiin ajatuksiaan ja odotuksiaan tulevaan vertaisvaikuttamistuntiin liittyen.

5) Käytännön asioita ja palaute (10 min.)

Ohjaajille jaetaan ”Ohjeet vertaisohjaustunnille” -moniste. Kouluttaja tai vertaisohjaajat itse merkitsevät monisteeseen vielä kullekin vertaisohjaajalle sovitut ohjausajankohdat. Kun ohjaajat ovat käyneet asiat läpi, kouluttaja kysyy, onko vielä jotain kysyttävää tuleviin oppitunteihin liittyen. (Jos on aikaa, käydään pikainen fiiliskierros, jossa jokainen kertoo, millaisilla fiiliksillä lähtee pitämään tunteja). Kouluttaja kiittää koulutettavia ja pyytää heitä vielä vastaamaan palautelomakkeeseen.