

Asiantuntijatukea matalalla kynnyksellä – Oppimiskahvilat ja chat apuna monenlaisissa oppimisen pulmissa

Kuntoutussäätiön Oppimisen tuen keskuksessa tarjotaan matalan kynnyksen tukea nuorille ja aikuisille oppimisen vaikeuksiin sekä niihin liittyviin mielenterveyden pulmiin. Oppimiskahvilat ja [Oppimisvaikeus.fi](https://www.opinimiskahvila.fi) -sivuston chat ovat avoimia kohtaamispaikkoja, joissa asiantuntijatukea on tarjolla mahdollisimman vaivattomasti - ilman diagnoosi- tai lausuntovaatimuksia ja maksuttomasti.

Oppimisen taidot ovat tärkeitä monissa tilanteissa. Esimerkiksi sujuvaa lukemisen, kirjoittamisen ja keskittymisen hallintaa edellytetään usein nopeatahtisessa opiskelu- ja työelämässä. Oppimisen ongelmat saattavat kuitenkin jäädä tunnistamatta ja moni nuori ja aikuinen sinnittelee vaikeuksien kanssa yksin.

Oppimisen tuen keskuksen kahvila- ja chat -toiminta on suunnattu kaikille, jotka tarvitsevat tukea ja keinoja oppimisen pulmiin: Olipa kyseessä esimerkiksi opiskelutekniikka-vinkkejä kaipaava, oppimistilanteissa ahdistusta ja jännitystä kokeva tai työelämässä tarkkaavuusvaikeuksien kanssa kamppaileva henkilö – kaikki ovat tervetulleita mukaan. Sekä oppimiskahvilassa että chatissa päivystää asiantuntija, joka on perehtynyt oppimisvaikeuksiin ja niihin liittyviin mielenterveyden pulmiin.

Oppimisvaikeudet voivat johtua monesta syystä. Kehityksellisten oppimisvaikeuksien, kuten lukivaikeuden, taustalla on synnynnäinen tai hyvin varhain lapsuudessa ilmennyt aivojen kehityksen poikkeavuus. Oppiminen voi häiriintyä myös esimerkiksi muista aivoperäisistä syistä, kuten aivovamman seurauksena. Lisäksi mielenterveydeliset syyt, kuten masennus ja työuupumus, voivat vaikeuttaa oppimista.

Apua ja neuvoja tarvitaan monenlaisiin pulmiin ja tilanteisiin

Oppimiskahvila on avoin keskustelupiiri, jossa voi käydä vaikka vain piipahtamassa tai jäädä pidemmäksi aikaa juttelemaan. Alussa on usein lyhyt alustus jostakin oppimiseen liittyvästä teemasta, mutta pääsääntöisesti aiheet määräytyvät osallistujien toiveiden mukaan.

Keskusteluja on käyty esimerkiksi muistin ja tarkkaavuuden toiminnasta, erilaisista oppimisen tekniikoista ja -strategioista sekä psyykkisen hyvinvoinnin vaikutuksesta oppimiseen. Oppimiskahviloita järjestetään säännöllisin väliajoin – usein Kuntoutussäätiön tiloissa, mutta toisinaan kahvilat jalkautetaan esimerkiksi oppilaitoksiin ja järjestöihin.

Myös [Oppimisvaikeus.fi](https://www.opinimiskahvila.fi) -sivuston chatissa on keskusteltu oppimiseen liittyvistä teemoista hyvin vaihtelevin aihein ja monenlaisista näkökulmista. Osallistujat ovat kaivanneet esimerkiksi tietoa lukemista ja vieraan kielen oppimista helpottavista apuvälineistä ja oppimisvaikeuksien arviointi- ja kuntoutuspalveluihin hakeutumisesta sekä tukea oppimistilanteisiin liittyvään turhautumiseen.

Osallistujina ovat olleet niin oppimisvaikeuksia kokevat, kuin niiden parissa työskentelevätkin. Chat mahdollistaa tuen tarjoamisen myös henkilöille, jotka asuvat etäällä tukipalveluista. Keskustelut käydään nimet-

tömästi kahden kesken asiantuntijan kanssa. Ensi vuonna käynnistetään myös ryhmämuotoinen chat-toiminta, jossa osallistujat pääsevät jakamaan kokemuksia toistensa kanssa.

Matalan kynnyksen tukea tulisi olla enemmän saatavilla

Palveluihin hakeutumisen vaikeus, pitkät odotusajat ja epäselvyys tukea tarjoavista tahoista – nämä saattavat olla tuttuja kokemuksia monelle oppimisvaikeuksia kokevalle.

Nuorten ja aikuisten oppimisvaikeuksiin suunnatuille matalan kynnyksen tukipalveluille on yhteiskunnallinen tarve, sillä hoitamatta jääneet ongelmat usein kasaantuvat aiheuttaen pitkäaikaisia seurauksia. Aikuisille suunnattua tukea oppimisvaikeuksiin ei juurikaan ole ja palvelujen saatavuudessa on suurta vaihtelua esimerkiksi paikkakunnittain.

Oppimisen tuen keskuksen keskeisenä tavoitteena on lisätä sellaisten henkilöiden toimintakykyä sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksia, joilla on oppimisvaikeuksia tai oppimisvaikeuksia ja niihin liittyviä mielenterveyden ongelmia. Kun tukea saadaan mahdollisimman pian sekä helposti ja vaivattomasti, ongelmien kärjistyminen voidaan välttää.

Myös oppimiskahvilat jatkuvat ensi vuonna vaihtuvien teemoin. Aikataulut päivittyvät Oppimisen tuen keskuksen ja Oppimisvaikeus.fi -sivustoille.

Lisätietoja: www.oppimisvaikeus.fi.



Elina Naamanka on tutkijapsykologi ja toimii Kuntoutussäätiössä Oppimisen tuen keskuksessa.



Oppimisen tuen keskuksessa tuotetaan ja jaetaan tietoa nuorten ja aikuisten oppimisvaikeuksista sekä niitä helpottavista tukikeinoista. Lisäksi tutkitaan ja kehitetään näihin ongelmiin liittyviä tunnistamisen ja tuen malleja.

Tukipalvelujen osalta Oppimisen tuen keskuksessa keskitytään erityisesti nuorten ja aikuisten oppimisvaikeuksien ja niihin liittyvien mielenterveyden pulmien lyhytkestoiseen yksilö- ja ryhmämuotoiseen kuntoutukseen. Asiantuntijapalveluihin sisältyvät myös muun muassa koulutus- ja luennointipalvelut, neuropsykologinen arviointi ja konsultointi.

Lisätietoja: www.kuntoutussaatio.fi/oppimisentuki

Oppimisvaikeus.fi -sivusto kertoo nuorten ja aikuisten oppimisvaikeuksista sekä niihin liittyvistä mielenterveyden ongelmista luotettavasti ja puolueettomasti ja auttaa löytämään ratkaisuja oppimisvaikeuksien kanssa selviytymiseen. Sivulla esitellään myös Kuntoutussäätiön kehittämistoimintaa ja tuotteita.

Tulevat chatit:

Kevään 2020 yksilöchatit keskiviikkoisin klo 14-16: 5.2., 18.3., 22.4. ja 27.5.

Kevään 2020 ryhmächatit keskiviikkoisin klo 15-16: 4.3., 8.4. ja 6.5.