

Hyvinvointineuvojan koulutusohjelma

Osa 1

TUNTISUUNNITELMAT



1.1. Pedagogiset periaatteet

Oppimistulokset

Tämän osan suoritettuaan osallistujat ovat kehittäneet taitojaan seuraavista aiheista:

TIEDOT:

Perustiedot koulutustekniikoista

Perustiedot oppimistyyleistä

Perustiedot pedagogisista menetelmistä ja lähteistä

TAIDOT:

Tunnistavat menestyvät kouluttajan ominaisuudet

Suorittavat yhteisön tarpeita koskevia analyysejä räätälöidäkseen koulutusta koulutettavien ominaisuuksiin sopiviksi

Hyödyntävät koulutustekniikoita – interaktiivista, induktiivista ja tutkivaa – oppijakeskeisen ympäristön luomiseen

Valitsevat pedagogiset menetelmät ja resurssit koulutuksen tueksi

VASTUU JA AUTONOMIA:

Tunnistavat koulutettavien aiemman tiedon merkityksen oppimisprosessissa

Sovittavat koulutustekniikat eri oppimistyyliin

1.1. Pedagogiset periaatteet

Lähiopetus 4 h

Aihe	Kesto	Sisältö ¹	Tarvikkeet	Toteutusmenetelmä
Jäänmurtaja/tiimirakennusharjoitus "Osio 1.1. Pedagogiset periaatteet"	30 min	1. Aloita tunti tiimirakennusharjoituksella. "Nimeni tarina" harjoituksen avulla voit saada yleistä tietoa osallistujista ja siitä, kuinka ryhmä on vuorovaikutuksessa keskenään. 2. Kerro koulutuksen ja osan tavoitteista. 3. Näytä osallistujille "ON-CALL Pedagogia - video. Osio 1.1. Pedagogiset periaatteet". Tauota esitystä eri teemojen välillä kysyäksesi osallistujien aiempaa tietämystä aiheesta.	Moniste "Nimeni tarina -harjoitus" Video "ON-CALL Pedagogia – video. Osio 1.1. Pedagogiset periaatteet". [4/5 min] Tietokone Internet	Esitys Tiimirakennusharjoitus
1.1.1. Menestyksekkään hyvinvointineuvojan ominaisuudet	1h00	1. Aloita harjoitus aivoriihiharjoituksella, pohjautuen tähän kysymykseen: "Millaisia pedagogisia ominaisuuksia hyvinvointineuvojalla tulee olla?". Varmista, että: • kommentit ovat lyhyitä; • vain yhden henkilön tulisi puhua kerrallaan; • etteivät osallistujat kommentoi toisten osallistujien ideoita; • kaikkien ideat tulevat huomioituksi. Kirjoita ideat taululle. 2. Jaa ryhmä pareiksi ja jokaisen parin tulee etsiä internetistä mahdollisia vastauksia aivoriihiharjoituksen kysymykseen. Varmista, että osallistujat käyttävät luotettavia lähteitä.	Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Tietokone Internet Kynät ja paperia Tarvittaessa: - Projektori - Kopiot monisteesta	Aivoriihiharjoitus Tutkimus Ryhmäkeskustelu/-tehtävä

		Tarvittaessa voit valmistella etukäteen listan hyvistä lähteistä/linkeistä. 2.1. Osallistujien tulee kirjoittaa paperille tutkimuksensa tulokset, eli tärkeimmät pedagogiset ominaisuudet, joita hyvinvointineuvojalla tulee olla. 2.2. Pyydä pareja valitsemaan tärkeimmät ominaispiirteet listalta. 2.3. Kun kaikki parit ovat saaneet tehtävän valmiiksi, pyydä pareja valitsemaan henkilön, joka kertoo löydöksistä. 3. Kun kaikki parit ovat esitelleet työnsä tulokset, keskustelkaa aivoriihiharjoituksessa esille tulleista ideoista ja tutkimuksissa esille tulleista löydöksistä. Käytä seuraavia kysymyksiä keskustelussa: • Oliko aivoriihiharjoituksessa ja tutkimuksissa esille tulleissa tuloksissa monia merkittäviä eroavaisuuksia? Jos kyllä, pohtikaa miksi. • Ovatko hyvinvointivalmentajan tehtävät yksinkertaisempia tai monimutkaisempia kuin ajattelit tehtävän alussa? • Tuntuuko sinusta, että sinulla on osaamista, joita tarvitaan hyvinvointineuvojana toimimisessa? Miksi/miksi ei? 7. Harjoituksen päätteeksi, vertaile osallistujien erilaisia vastauksia hyvinvointivalmentajan tarvitsemista ominaisuuksista. Voit toteuttaa sen heijastamalla listan projektorilla seinälle tai tulostamalla monisteet osallistujille.		
--	--	--	--	--

1.1.2. Kuinka suorittaa tarveanalyysi terveyslukutaitoon liittyen?	1h00	1. Esittele termi "Terveyslukutaito/terveysosaaminen" videon avulla. Vaihtoehtoisesti voit esittää, jonkun toisen videon, jos se on tilanteeseen sopivampi. 1.1. Videoesityksen tueksi suunnitelkaa osallistujien kanssa miellekartta. Tämän harjoituksen avulla osallistujat muistavat olennaiset tiedot käsitteestä. Opetelkaa tekniikat käyttö vieressä olevien kahden linkin avulla. 2. Selitä "Terveyslukutaidon kategoriat" (käsikirja, sivu 6) käyttämällä monistetta "Terveyslukutaidon lyhyt arviointi - English (SAHL-E)": 2.1. Ennen SAHL-E tutkimuksen esittelyä, varmista, että osallistujat osaavat englantia tai käytössä on hyvä suomennos. SAHL-E tutkimus on alun perin saatavilla englanniksi ja espanjaksi². 2.2. Jaa monisteet "Terveyslukutaidon lyhyt arviointi / Short Assessment of Health Literacy-English (SAHL-E)". 2.3. Jokaisen osallistujan tulee vastata kyselyyn henkilökohtaisesti. Anna heille 15 min aikaa täyttää se. 2.4. Kun osallistujat ovat saaneet kyselyn valmiiksi, näytä heille ratkaisut. Jos osallistujat haluavat, he voivat kertoa vastaukset ensiksi. Monisteeseen ei saa tehdä korjauksia.	Video 1 [1:03 min]"What is Health Literacy"³ Video 2 [1:35 min] "What is Health Literacy?"⁴ Linkki 1 miellekartan suunnittelu⁵ Linkki 2 miellekartan suunnittelu⁶ Tietokone Internet Projektori Kyniä Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Monisteet "Terveyslukutaidon lyhyt arviointi / Short Assessment of Health Literacy-English (SAHL-E)". Link to the Health Literacy Measurement Tools⁷.	Videoesitys Miellekartan suunnittelu Itsearviointiharjoitus
--	------	---	---	--

² "Health Literacy Measurement Tools" sivun ohjeiden mukaan "näiden sivujen suora käännös toiselle kielelle ei ehkä anna kelvollista arviota terveysosaamisesta uudella kielellä. Ota yhteyttä AHRQ:n viestintätoimistoon saadaksesi luvan ja ota yhteyttä tekniseen asiantuntijaan ennen käännöksen aloittamista." [linkki toiminut 18.02.2020].

³ Lähde <https://www.youtube.com/watch?v=7pAuCqepSEs>

⁴ Lähde <https://www.youtube.com/watch?v=VKodtW01RIY>

⁵ Lähde <https://www.otis.edu/library/concept-mapping>

⁶ Lähde <https://creately.com/blog/diagrams/ultimate-concept-map-tutorial/>

⁷ Lähde <https://www.ahrq.gov/health-literacy/quality-resources/tools/literacy/index.html>

		2.5. Kun olet antanut oikeat vastaukset, kerää ja säilytä täytetyt itsearviointimonistheet. Ne auttavat sinua tunnistaman osallistujien terveystietoa koskevat tarpeet ja valitsemaan ryhmälle sopivat ON-CALL resurssit. 2.6. Tee yhteenveto taululle terveyslukutaidon kategorioiden keskeisistä sisällöistä ja sosiaalisista piirteistä, jotka vaikuttavat huonomman terveysosaamiseen liittyviin riskeihin.		
1.1.3. Oppimistyyli	45 min	1. Ennen kun selität oppimistyyliä tarkemmin, kysy osallistujilta aiheesta. Saadaksesi heidät pohtimaan kysymystä ” Kuinka opin” hyödynnä muita kysymyksiä kuten: • "Muistatko, mikä oli sinun suosikki aineesi koulussa? Kuinka opiskelit aineen kokeisiin?"; • "Mitä teitte kouluaikoina, oppiaksenne eri aiheita? • Nykyään, kun opiskelet jotain uutta, oletko tietoinen siitä, kuinka opit sen? Jos kyllä, millälailla opit? 1.1. Tee muistiinpanoja vastauksista, jotka vastaavat tunnistettuja oppimistapoja. Voit käyttää näitä muistiinpanoja kertoessasi aiheesta. 2. Seuraavaksi osallistujat tekevät itsearviointiharjoituksen, jossa he tutustuvat heille ominaisiin oppimistyyliihin. Käytä esimerkkitestejä tai voit etsiä netistä muita itsearviointitestejä.	Tietokone Internet Projektori Kyniä ja paperia Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Testi 1⁸ "What's Your Learning Style?" Testi 2⁹ "What's your Learning Style?"	Itsearviointi

⁸ Lähde <http://www.educationplanner.org/students/self-assessments/learning-styles.shtml>

⁹ Lähde <https://sites.rowan.edu/student-success/tutoring/whats-your-learning-style.html>

		2.1. Harjoituksen jälkeen, anna kunkin osallistujan esitellä oman testinsä tulokset. 2.2. Tee yhteenveto aiheesta, ja vertaa alun keskustelun muistiinpanoja ja osallistujien itsearviointin tuloksia keskenään. 3. Kirjoita taululle keskeiset oppimistyyliä ja korosta, että ihmisen älykkyys johtuu erilaisten ja monimutkaisempien oppimistapojen yhdistelmästä.	Testi 3¹⁰ "Approach to Learning: Self-assessment" Testi 4¹¹ "VAK Learning Styles" Testi 5¹² "Learning Style Self-Assessment" Testi 6¹³ "The VARK Questionnaire"	
1.1.4. Koulutustekniikat	45 min	1. Jaa osallistujat kolmeen ryhmään ja anna kullekin ryhmälle yksi koulutustekniikka – Interaktiivinen, induktiivinen, tutkiva - sivut 8 - 11). 2. Selitä harjoituksen vaiheet: 2.1. Jokaiselle ryhmälle esitellään sille annetun koulutustekniikan ominaispiirteet. Voit kertoa ne suullisesti tai vaihtoehtoisesti voit laatia etukäteen monisteen, jossa nämä asiat tulevat esille. 2.2. Tämän jälkeen jokaisen ryhmän tulee etsiä internetistä lisää kyseisestä koulutustekniikasta. 2.3. Tämän jälkeen jokainen ryhmä laatii lyhyen esityksen oman koulutustekniikan ominaispiirteistä ja esittää työn koko ryhmälle. Ryhmän tulee pyrkiä tunnistamaan tilanne, johon tekniikka sopii, ottaen huomioon: • Oppimistavoitteet; • Kuka on opiskelija; • Koulutuksen kesto;	Tietokone Internet Kyniä ja paperia Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Vapaaehtoinen: Kopiot 3 monisteesta (kouluttajat tulee laatia): "Koulutustekniikka 1 – Interaktiivinen"; "Koulutustekniikka 2 – Induktiivinen"; "Koulutustekniikka 3 – Tutkiva".	Ryhmätyöskentely ja esitys

¹⁰ Lähde <https://learningcommons.ubc.ca/tutoring-studying/selfassessment/>

¹¹ Lähde <https://www.businessballs.com/self-awareness/vak-learning-styles-self-test/>

¹² Lähde https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/Learning_Styles_Self_Assessment.pdf

¹³ Lähde <https://vark-learn.com/the-vark-questionnaire/>

		• Koulutuspaikka/tilanne; • Tarvittavat resurssit. 2.4. Jokaisen ryhmän tulee valita 1-2 hlöä, jotka esittelevät työn! 2.5. Tee muistiinpanoja esitysten aikana ja jokaisen esityksen jälkeen kommentoi, korjaa tai lisää mahdollisesti puuttuvaa informaatiota. 3. Lopuksi kysy osallistujilta mikä koulutustekniikoista on heille sopivin. Tämä auttaa sinua valitsemaan ryhmälle sopivan koulutustekniikan		
Yhteensä	04h00			

1.1. Pedagogiset periaatteet

Itsenäinen opiskelu 5 h

Aihe	Sisältö	Development	Resurssit ja materiaalit	Toteutusmenetelmä
Osio 1.1. Pedagogiset periaatteet	1h00	1. Lue seuraavat artikkelit • Artikkelit 1 - "Pedagogy" • Artikkelit 2 - "The Adult Learning Theory" 1.1. Voit myös tutkia muita verkkoartikkeleita aiheeseen "pedagogiset periaatteet" liittyen. 1.2. Kun olet lukenut artikkelit, kirjoita niistä kappale, jossa on yhteenveto kustakin artikkelista, jossa selvität omin sanoin: - "pedagogian" määritelmän; - "andragogia" määritelmän. 2. Seuraavaksi aloitat tekemään omaa kirjallisuusluetteloa: 2.1. Tutki verkossa kolmea artikkelia aiheesta "terveyspedagogiikan periaatteet". 2.2. Tee lukemistasi/löytämistäsi artikkeleista ja verkkosivuista listaus. Tätä varten voit käyttää selaimen "kirjanmerkkejä", Excel- tai Word-tiedostoa tai muistikirjaa tietojen keräämisen ja järjestämiseen. 2.3. Tästä eteenpäin jokaisen aiheen lopussa sinun on lisättävä tähän luetteloon lisää artikkeleita ja verkkosivustoja. Tästä lähdeluettelosta tulee sinun oma kirjallisuusluettelosi, joka tukee työtäsi Hyvinvointineuvojana.	Linkki artikkeliin "Pedagogy" ¹⁴ Linkki artikkeliin "The Adult Learning Theory" ¹⁵ Tietokone Internet Muistiinpanovälineet	Lukeminen Tutkiminen verkossa

¹⁴ Artikkelit: <https://www.britannica.com/science/pedagogy>

¹⁵ Artikkelit: <https://elearningindustry.com/the-adult-learning-theory-andragogy-of-malcolm-knowles>

1.1.1. Menestyksekkään hyvinvointineuvojan ominaisuudet	1h00	1. Lähiopetuskerralla käydyn keskustelun pohjalta: 1.1. Listaa lähiopetuskerralla käsitellyt hyvinvointineuvojan ominaisuudet. 1.2. Täydennä tarvittaessa listaa "Pedagogia" – käsikirjan avulla (sivut 5-6) 1.3. Kirjoita jokaisen ominaisuuden kohdalle pidätkö sitä: • välttämättömänä – ominaisuuksina, joita hyvinvointineuvojalla todella tulee olla • toivottavana – ominaisuuksia, joita sinulla mielestäsi ei ole, ja joita sinun on kehitettävä. 2. Täydennä Kirjallisuusluetteloasi. 2.1. Tutki verkossa ja lue kolme artikkelia aiheesta "hyvinvointineuvojan ominaisuudet". Voit korvata sanan ominaisuudet sanalla osaaminen. 2.2. Lisää artikkelit/ verkkosivut kirjallisuusluetteloosi.	Muistiinpanovälineet Tietokone Internet	Itsearviointiharjoitus Tutkiminen verkossa
1.1.2. Kuinka suorittaa tarveanalyysi terveyslukutaitoon liittyen?	1h00	1. On tärkeää, että olet tietoinen omasta terveysosaamisen tasostasi, ennen kuin aloitat toisten ohjaamisen: 1.1. Kirjoita muistiinpanoihisi vastaukset seuraaviin kysymyksiin: • Kuinka varmasti osaat itse täyttää lääketieteellisiä lomakkeita? • Kuinka usein joku auttaa sinua lukemaan lääketieteellistä materiaalia? • Kuinka usein sinulla on ongelmia oppia sairauteesi liittyviä asioita, kirjallisten tietojen ymmärtämisen vaikeuksien vuoksi?	Muistiinpanovälineet Tietokone Internet	Itsearviointiharjoitus Tutkiminen verkossa Kriittinen lukeminen

		1.2. Jos tarvitse usein apua edellisiin kysymyksiin liittyen, se tarkoittaa, että sinun tulee kehittää terveysosaamistasi. 2. Lue: • Artikkel "Measuring health literacy" • Artikkel "Health Literacy Tool Shed". 2.1. Listaa kirjallisuusluetteloosi yksi työkaluista, jota voisit käyttää ja soveltaa työssäsi hyvinvointineuvojana. Tee lyhyt kuvaus sen eduista ja haitoista.	Linkki "Measuring health literacy" article"¹⁶ Linkki "Health Literacy Tool Shed"¹⁷	
1.1.3. Oppimistyyli 1.1.4. Koulutustekniikat	2h00	1. Toista lähiopetuskerralla suorittamasi itsearviointi oppimistyyliin liittyen. 2. Harjoitusten tulosten pohjalta suunnittele opetuskerta oman oppimistyyliin pohjalta. Esimerkiksi, jos oppimistyyli on visuaalinen, suunnittele opetuskerta enimmäkseen visuaalisten resurssien avulla. Ota huomioon seuraavat asiat suunnittelussa: • Opetuskerran terveysaihe; • Kohderyhmä (ketä koulutetaan?); • Koulutustavoitteet; • Koulutuksen kesto; • Käytettävät resurssit;	Linkit itsearviointiharjoitukseen: Testi 1¹⁸ "What's Your Learning Style?" Testi 2¹⁹ "What's your Learning Style?" Testi 3²⁰ "Approach to Learning: Self-assessment" Testi 4²¹ "VAK Learning Styles" Testi 5²² "Learning Style Self-Assessment" Testi 6²³ "The VARK Questionnaire"	Suunnitteluharjoitus Tutkiminen verkossa Kriittinen lukeminen

¹⁶ Lähde <http://healthliteracycentre.eu/measuring-health-literacy/>

¹⁷ Lähde <http://healthliteracy.bu.edu/>

¹⁸ Lähde <http://www.educationplanner.org/students/self-assessments/learning-styles.shtml>

¹⁹ Lähde <https://sites.rowan.edu/student-success/tutoring/whats-your-learning-style.html>

²⁰ Lähde <https://learningcommons.ubc.ca/tutoring-studying/selfassessment/>

²¹ Lähde <https://www.businessballs.com/self-awareness/vak-learning-styles-self-test/>

²² Lähde https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/Learning_Styles_Self_Assessment.pdf

²³ Lähde <https://vark-learn.com/the-vark-questionnaire/>

		• Koulutustekniikat – muista “Pedagogia” - käsikirjassa (sivut 8-11) mainitut ja valitse koulutuksen kannalta sopivin. • Toteutus – kuvaile tärkeimmät vaiheet, jotka suorittaisit opetuskerran aikana. 3. Lisää luettavaa koulutustekniikoista: “The Most Effective Training Techniques” artikkeli.	Linkki artikkeliin “The Most Effective Training Techniques” article²⁴	
Yhteensä	5h00			

²⁴ Lähde <https://simplifytraining.com/article/most-effective-training-techniques/>

1.2. Kommunikointi tekniikat

Oppimistulokset

Tämän osan suoritettuaan osallistujat ovat kehittäneet taitojaan seuraavista aiheista:

TIEDOT:

Perustiedot viestinnän teoriasta

Perustiedot viestintätekniikoista

Perustiedot kulttuurienvälisestä viestinnästä

TAIDOT:

Motivoivat yksilöitä osallistumisen mahdollistamiseksi

Käyttävät tekniikoita, jotka edistävät koulutettavien vuorovaikutteisuutta

Edistävät selkeää ja yksiselitteistä viestintää

Omaksuvat viestintätyylin, joka varmistaa sisällön toimimisen kulttuurierot huomioiden

VASTUU JA AUTONOMIA:

Luovat tukevia ja yhteistyöhön osallistavia oppimisympäristöjä

Tunnistavat kulttuurierot ja mukauttavat viestinnän se mukaisesti

1.2. Kommunikaatiotekniikat

Lähiopetus 4 h

Aihe	Kesto	Sisältö	Resurssit ja materiaalit	Toteutusmenetelmä
1.2.1. Kommunikaatioteorian periaatteet	1h00	1. Aloita energisointiharjoituksella "Blindfold rope square": 1.1. Lue harjoituksen ohjeet monisteesta. 1.2. Tarkkaile harjoituksen aikana osallistujien käyttäytymistä. 1.3. Harjoituksen jälkeen ja liittääksesi harjoituksen aiheeseen "Kommunikaatioteorian periaatteet – suullisen viestinnän osatekijät" (käsikirja - sivu 12), kysy osallistujilta seuraavat kysymykset: - Miltä tuntui tehdä harjoitus silmät sidottuina? - Oliko kouluttajan (viestin välittäjän) antaman ohjeet (viestit) selkeät? - Kuinka kommunikointi tapahtui osallistujien (viestin vastaanottajien) välillä? - Mikä oli tämän harjoituksen konteksti? - Mitä kommunikointikoodia käytettiin?? - Mitä kanavaa käytettiin kommunikoinnissa? 1.4. Selitä suullisen viestinnän kuusi tekijää ja tiivistä ne taululle.	"Blindfold rope square" harjoitus²⁵ 10 metrin köysi Kaikille osallistujille siteet silmille Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Kyniä ja paperia	Energisointiharjoitus Ryhmäharjoitus Aiheen teoriaan perehtyminen
1.2.2. Kulttuurienvälinen kommunikaatio	1h30min	1. Selitä osallistujille erilaisia kulttuurisia käytäntöjä/käsityksiä/ odotuksia eri maissa, noudattaen käsikirjan tietoja kohdassa "1.2.2. Kulttuurienvälinen kommunikaatio" (sivut 13-14).	Tietokone	Aiheen teoriaan perehtyminen

²⁵ Lähde <https://www.freshtracks.co.uk/pdf%20files/freeblindfoldropesquare.pdf>

		2. Näytä video "Madison's Collective Culture Code- Episode 1". Etsi lisäesimerkkejä näytettäväksi osallistujille ja yritä kuvata niitä kuvilla tai videoilla. Nämä esimerkit voivat olla esimerkiksi jonottamisesta, kiittämisestä, istumapaikan antamisesta julkisissa kulkuvälineissä jne. 3. Ryhmäkeskustelu: pyydä osallistujia esittämään esimerkkejä kulttuurienvälisistä kokemuksistaan ja siitä kuinka he selvittivät mahdolliset esille tulleet kommunikointiongelmia. Tee muistiinpanoja taululle, korosta kuinka tilanne ratkaistiin/ olisi voitu ratkaista. 4. Päätä suositusten antamiseen käsikirjasta	Internet Video 1 [4:36 min]: "Madison's Collective Culture Code- Episode 1"²⁶ Valkotaulu/fläppitaulu ja tussit Kynät ja paperia	Ryhmäkeskustelu
1.2.3. Kommunikaatiotekniikoita a terveysaiheisiin liittyen – parhaat käytännöt	1h30min	1. Seuraava harjoitus auttaa osallistujia ymmärtämään erilaisia viestintätekniikoita, joita voidaan käyttää terveysosaamista käsittelevien aiheiden toteuttamiseen: 1.1. Valmista ennen oppituntia kaksi sarjaa kortteja: • yksi sarja viestintätekniikoiden tunnistamiseen. Jokaisessa kortissa on oltava vain yksi tekniikka. • toinen sarja käsittelee terveyteen liittyviä aiheita. Jokaisessa kortissa on oltava vain yksi aihe. Yritä käyttää eri paperivärejä kussakin korttisarjassa, jolloin osallistujat näkevät helposti niiden erot. 1.2. Jaa osallistujat 4 hengen ryhmiin. 1.3. Jaa jokaiselle ryhmälle terveysaiheinen kortti.	Värikynät ja paperia/kortit	Aiheen teoriaan perehtyminen

²⁶ Lähde <https://www.youtube.com/watch?v=X97k7Gz5jvg>

		1.4. Jaa jokaiselle ryhmälle kortti, jossa on kommunikaatiotekniikka. Voit antaa enemmän kuin yhden kortin, mutta saman verran kaikille ryhmille. 1.5. Jokaisen ryhmän tulee valmistella lyhyt esitys (noin 5 min mittainen) heille osoitetusta terveysaiheesta käyttämällä kortissa tai korteissa ilmoitettua viestintätekniikkaa. 1.6. Anna ryhmille aikaa valmistella esitystä, tutkia verkossa aihetta lisää ja etsiä vinkkejä kommunikointitekniikoista. 1.7. Muistuta, että osallistujien tulisi käyttää esityksessään myös muuta koukutuksen aikana saatua tietoa. 1.8. Esitysten jälkeen, päättää opetuskerta seuraaviin kysymyksiin: • vaikeudet, joita heillä oli harjoituksen aikana; • kunkin tekniikan negatiiviset ja/tai positiiviset puolet 2. Kirjoita taululle ne tekniikat, joita ryhmät kokivat parhaimpina.	Tietokone Internet Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit	Roolipeli
Yhteensä:	4h00			

1.2. Kommunikaatiotekniikat

Itsenäinen opiskelu 5 h

Aihe	Kesto	Sisältö	Resurssit ja tarvikkeet	Toteutusmenetelmät						
1.2.1. Kommunikaatioteorian periaatteet	1h30m	1. Muistele suullisen viestinnän kuutta tekijää, jotka esiteltiin lähiopetuskerran aikana (käsikirja – sivu 12). 2. “Communication Quiz” sivusto: 2.1. Vastaa seuraavaan kyselyyn “Communication Quiz” (katso linkki), jotta ymmärrät kuinka hyvät viestintätaitosi ovat. 2.2. Tarkista tulokset. 2.3. Lue tulosten alla oleva “Yksityiskohtainen tulkinta / Detailed interpretation” -osa. Kun luet artikkelia, tee muistiinpanoja esitetystä sisällöstä, jotka liittyvät lähiopetuksen aikana läpikäytyihin sisältöihin. 2.4 Tutustu tämän verkkosivuston työkalupakkiosioon. Suurin osa artikkeleista liittyy osion 1 aiheisiin (johtamistaidot, tiiminhallinta, ongelmanratkaisu, oppimistyyli jne.). 3. Lisää kirjallisuusluetteloosi aiheeseen liittyviä artikkeleita, jotka koit itsellesi hyödyllisinä.	Tietokone Internet Muistiinpanovälineet Linkki “Communication Quiz”²⁷	Itsearviointiharjoitus Tutkiminen verkossa Kriittinen lukeminen						
1.2.2. Kulttuurienvälinen kommunikaatio	1h30m	1. KWL -harjoituksen avulla rakennat ja luot korrelaatiota sen välillä mitä tiedät (K), mitä haluat tietää (W) ja mitä olet oppinut (L) kulttuurienvälisestä viestinnästä: 1.1. Tee muistiinpanoihisi tai word-tiedostoon seuraavanlainen taulukko: <table><tr><td>K</td><td>W</td><td>L</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	K	W	L				Tietokone Internet Muistiinpanovälineet	KWL -harjoitus Kriittinen lukeminen Pohdintaa Tutkiminen verkossa
K	W	L								

²⁷ Lähde: https://www.mindtools.com/pages/article/newCS_99.htm

		1.2. Sarakkeeseen “K”, listaa enintään viisi lausetta siitä, mitä tiedät kulttuurienvälisestä kommunikaatiosta. 1.3. Sarakkeeseen “W”, listaa mitä haluaisit tietää enemmän kulttuurienvälisestä kommunikaatiosta. 1.4. Katso video “Unbelievable Shocking Cultural Norms Around the World – Fact Point”. 1.5. Lue artikkeli “7 principles of intercultural communication”. 1.6. Sarakkeeseen “L” kirjoita mitä olet oppinut tästä aiheesta. 2. Kirjallisuusluettelo: 2.1. Tutki verkossa enintään kolmea artikkelia aiheesta “kulttuurienvälinen kommunikaatio” ja lisää ne kirjallisuusluetteloosi. 3. Tässä esimerkki aiheesta. Tee artikkelista muistiinpanoja käsitteistä, joita voit tutkia kuten “kulttuuri”, “kulttuurienvälinen viestintä” jne. Tässä artikkelissa on joukko harjoituksia, joiden tarkoituksena on parantaa kulttuurien välistä viestintää.	Video 2 [6:51 min]: “Unbelievable Shocking Cultural Norms from Around The World - Fact Point”²⁸ Linkki “7 principles of intercultural communication”²⁹ Linkki “25 Activities for Improving Cross-Cultural Communication” article³⁰	
1.2.3. Kommunikaatiotekniikoita ja terveysaiheisiin liittyen – parhaat käytännöt	2h00	1. Muistele lähiopetuskerran sisältöä aiheesta (käsikirja– sivut 14-15). 2. Lue artikkeli “Person Centered Therapy Techniques”. 2.1. Tutki verkossa kahta tai useampaa artikkelia aiheeseen liittyen. 2.2. Lue artikkelit ja vertaa niiden tietoa keskenään.	Linkki “Person Centered Therapy Techniques” article.³¹	Kriittinen lukeminen Tutkiminen verkossa Pohdintaa Itsearviointi

²⁸ Lähde <https://www.youtube.com/watch?v=YlsWtHx1L9s>

²⁹ Lähde https://www.the-centre.co.uk/blog/post/7_principles_of_intercultural_communication_by_the_equality_academy

³⁰ Lähde <https://www.mobt3ath.com/uplode/book/book-56008.pdf>

³¹ Lähde <https://www.theraplatform.com/blog/338/person-centered-therapy-techniques>

		2.3. Tee lista ominaisuuksista yksilökeskeisen viestintätekniikoiden ominaisuuksista, joita sinun tulee harjoitella. 2.4. Etsi artikkeleita, verkkotyökaluja, tai muita resursseja, jotka voivat auttaa kommunikaatiosi kehittämisessä. Tässä myös lukemissuosituksia aiheesta. Artikkelit on suunnattu lääkäreille, mutta voit poimia siitä tärkeätä tietoa aiheesta ja mukautta sen hyvinvointineuvoja työhön. 3. Tee tutkimus seuraavista aiheista: • Selkeä, yksinkertainen kieli • “chunk and check” menetelmä. • “teach back” menetelmä 3.1. Muista lisätä uudet artikkelit kirjallisuusluetteloon.	Linkki “Best Practice” for Patient-Centered Communication: A Narrative Review article.³² Ehdotettujen aiheiden tutkimiseen: Linkki: Plain Language Medical Dictionary.³³ Linkki “Health Literacy and Communication Techniques article”.³⁴ Linkki “Teach-Back Technique article”.³⁵	
Yhteensä:	5h00			

³² Lähde <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3771166/>

³³ Lähde <https://www.lib.umich.edu/taubman-health-sciences-library/plain-language-medical-dictionary>

³⁴ Lähde <https://rcpsg.ac.uk/college/this-is-what-we-stand-for/policy/consent/health-literacy-and-communication-techniques>

³⁵ Lähde <https://www.merckconnect.com/static/pdf/TeachBack.pdf>

1.3. Sosiaalinen herkkätunteisuus

Oppimistulokset

Tämän osan suoritettuaan osallistujat ovat kehittäneet taitojaan seuraavista aiheista:

TIEDOT:

Perustiedot sosiaalisista taidoista

Perustiedot sosiaalisista käytännöistä

Perustiedot konfliktien ehkäisemisestä ja ratkaisemisesta

TAIDOT:

Näkevät sosiaalisten taitojen yhteyden käyttäytymisen syihin ja seurauksiin

Mukauttavat koulutuskäytäntöjä paikallisen yhteisön sosiaalisiin periaatteisiin

Selittävät koulutettavien roolin merkityksen perheiden, yhteisön ja työelämässä sosiaalisen muutoksen luomiseksi

Tutustuvat koulutettavien sosiaaliseen identiteettiin taiteen avulla luodakseen luottamusta

Soveltavat ryhmänhallintatekniikoita konfliktien välttämiseksi

VASTUU JA AUTONOMIA:

Arvioivat miten sosiaalinen konteksti liittyy yksilön toimintaan

Edistävät terveysosaamista keskeisenä keinona yhteisöjen terveyden parantamisessa

Valitsevat sopivat taidemuodot edistämään koulutettavien sitoutumista ja yhteistyötä

1.3. Sosiaalinen herkkätunteisuus

Lähiopetus 4 h

Aihe	Kesto	Sisältö	Resurssit ja tarvikkeet	Toteutusmenetelmät
1.3.1. Sosiaaliset taidot 1.3.2. Sosiaaliset käytännöt 1.3.3. Konfliktien ennaltaehkäisy ja ratkaiseminen	4h00 ³⁶	"Sosiaalinen herkkätunteisuus" osio tiivistää ja yhdistää osan 1 tärkeät aiheet. Seuraavien harjoitusten tavoitteet ovat: - ymmärtää missä määrin osallistujat ovat oppineet hyvinvointineuvojen tarvitsemat pedagogiset periaatteet; - kannustaa osallistujia kehittämään omaa pedagogista osaamista. 1. Tämän osion aikana teette Hyvinvointineuvojan ongelmalähtöisen oppimisen harjoituksen: 1.1. On olemassa useita esimerkkejä ongelmalähtöisestä oppimisen skenaarioista, joita voidaan käyttää luokkaympäristössä. Katso viereisestä sarakkeesta esimerkkejä aiheesta, jotka voit myös näyttää esimerkkeinä osallistujille. 1.2. Luo osallistujien kanssa säännöt vuorovaikutuksesta ryhmätyön aikana. Määrittele ryhmäkoot ja kullekin tehtävälle käytettävissä oleva aika 1.3. Esittele kaikki tehtävät. Jokaisen ryhmän tulee: 1.3.1. Tunnistaa ja määritellä ratkaista ongelma. Tämä voi olla mitä tahansa skenaario, johon he	Tietokone Internet Valkotaulu/Fläppitaulu ja tussit Kynät ja väripaperia (kortit) Kopiot dioista/monisteista	Aiheen teoriaan perehtyminen Ongelmalähtöinen oppiminen (PBL) Roolipeli

³⁶ Ehdotamme, että tämä osio pidetään kolmena istuntona. Kouluttajan on jaettava opetustunnit suunnitelman mukaisesti

³⁷ Etsi tietoa muista ongelmalähtöisen oppimisen skenaarioista: Clearinghouse: <http://www1.udel.edu/pblc/index.html>

³⁸ Lähde https://docs.google.com/document/d/1R6uZMMFWm2eAME_DE2JGC1nNDYVYLLKSZPIRLPS5D4/edit#heading=h.lkthdyq01dy1

³⁹ Lähde https://docs.google.com/document/d/1jqPBhSqzEaicszoGsQ1wfZ26_YwbZBor2IkTE9RYhbK/edit

		saattavat törmätä hyvinvointineuvojana toimimisen aikana. 1.3.2. Ottaa selvää mitä he itse jo tietävät esitetyistä aiheista – miten he suhtautuvat tilanteeseen ottaen huomioon kaikki koulutuksen aikana opitut asiat? 1.3.3. Määritellä mitä heidän tulee vielä oppia ja mistä saada tietoa ja työkaluja ongelman ratkaisemiseksi (käsikirja, oma kirjallisuusluettelon artikkelit, muut lähteet jne.) 1.3.4. Arvioida mahdolliset keinot ratkaista ongelma. 1.3.5. Valita paras tapa ratkaista ongelma. 1.3.6. Esitellä koko ryhmälle työn tulokset roolipelin avulla. 2. Kerro osallistujille, että tuet jokaista ryhmää harjoituksen aikana. Tämän jälkeen he voivat aloittaa harjoituksen. Muistuta ryhmiä ajan kulusta, jos näyttää siltä, että eteneminen on hidasta. 3. Roolipelien jälkeen, jatka niiden arviointia. Anna osallistujille palautetta ja arvioi harjoitus. Harkitse itse- ja vertaisarviointien käyttöä.		
--	--	---	--	--

1.3. Sosiaalinen herkkätunteisuus

Itsenäinen opiskelu 5 h

Aihe	Kesto	Sisältö	Resurssit ja tarvikkeet	Toteutusmenetelmä
1.3.1. Sosiaaliset taidot 1.3.2. Sosiaaliset käytännöt 1.3.3. Konfliktien ennaltaehkäisy ja ratkaiseminen	4h00	1. Kertaa viimeisin osio (käsikirja – sivut 16-20) ja tunnista sinua kiinnostavat pääaihealueet. Esimerkiksi ”aktiivinen kuunteleminen”, ”konfliktien ennaltaehkäisy”, ”positiivinen vahvistaminen” jne. 2. Etsi verkosta artikkeleita, videoita ja muita työkaluja valitsemistasi aiheista. Tee muistiinpanoja ja lisää tärkeimmät lähteet kirjallisuusluettelosi. HUOMAA: Oma kirjallisuusluettelosi on nyt valmis! Sinun on päivitettävä se tarpeidesi mukaan työskennellessäsi hyvinvointineuvojana. Pidä se aiheiden mukaan järjestyksessä.	Tietokone Internet Muistiinpanovälineet	Tutkiminen verkossa
Pohdintaa	1h00	1. Päätä osan 1 opiskelu pohdintaan, jossa mietit oppimismatkaasi. Voit pohtia esimerkiksi seuraavia kysymyksiä (mm.): • Mitkä ovat ensimmäiset ajatukseni tästä projektista? • Mitkä olivat mielenkiintoisimpia asioita/ löydöksiä, joita teit koulutuksen aikana? • Miten sovelnan saamaani tietoa? Jos kaipaavat lisäkysymyksiä, katso seuraava linkki.	Muistiinpanovälineet Linkki: 25 Self-Reflection Questions to Get Students Thinking About Their Learning⁴⁰	Pohdintaa
Yhteensä:	5h00			

⁴⁰ Lähde <https://wabisabilearning.com/blogs/critical-thinking/25-self-reflection-questions>