

# ***Apua, miten jatko-opinnoista selvittäään?***

*Monen nuoren mieleen hiipii pelko ja ahdistus, kun tuttu yläkoulu tai lukio loppuu ja pitäisi miettiä mitä tekee sen jälkeen. Sama huoli on varmasti nuoren perheellä ja lähipiirillä, vaikka he eivät huolta toisi esiin ja stressaisi nuorta haastavassa tilanteessa lisää. Mitä voimme tehdä? Miten voimme tukea toisiamme? Mistä haemme apua, jos tarvitaan tukitoimia ja apuvälineitä opintojen sujumiseksi?*

*Peruskoulussa vastuu näistä asioista on tai pitäisi olla koululla. Peruskoulun loputtua perheen ja nuoren pitäisi itse selvittää byrokratian ja palveluiden viidakosta kaikki ne asiat, joita tarvitaan hakiessa jatko-opintoihin. Opinto-ohjaajilla ei välttämättä ole asioista tarvittavaa tietämystä. Näiden asioiden selvittämistä ei voi jättää viime tippaan, vaan selvittäminen on aloitettava viimeistään peruskoulun viimeisellä luokalla.*

*Valitettavan monen opiskelija opintopolku tyssää opiskelussa tulleisiin haasteisiin ja vastoinkäymisiin, aikaisempiin epäonnistumisiin, huonoon itsetuntoon, toisten ymmärtämättömyyteen, väärinkäsityksiin, jopa kiusaamiseen ja eristäytymiseen. Apua ei haeta tai ei haluta, jopa yritetään selvittää omin voimin viimeiseen asti. Se on noloa, en halua erottua, haluan olla kuin muut, salaan jopa erityisyyteni. Muista, että sinussa ei ole mitään vikaa. On rohkeutta pyytää apua ja kertoa omista haasteista. Jokaisella meistä on asioita, joita emme osaa tai hallitse. Silloin pyydämme apua sellaiselta, joka asian hallitsee.*

*Monesti unohdetaan nuorten erityistaidot, hyvät puolet ja osaaminen. Oikeiden tukitoimien, positiivisen kannustuksen ja tukemisen kautta nuori pystyy opiskelemaan hyvällä menestyksellä saavuttaen oman paikkansa yhteiskunnassa ja mahdollisesti pystyy työllistymään haluamalleen alalle. Heillä on mahdollisuus menestyä haasteista huolimatta.*

*Tärkeintä on saada nuori itse ymmärtämään, että tukitoimien ja apuvälineiden hakeminen opintojen tueksi ei ole huono juttu. Kyse on asioista, joilla on suuri merkitys mahdollisten vastoinkäymisten ja haasteiden ennakointiin. Ole rohkea ja hae kaikkia mahdollisia tukitoimia, vaikka et ehkä niitä tarvitsekaan.*

*Ensimmäisenä pyydä kaikilta mahdollisilta kanssasi toimivilta (terapeutit, opettajat, erityisopettajat, opinto-ohjaajat, lääkärit, terveydenhoitaja, perhe) lausunnot erityisestä tuestasi ja arjen haasteista. Lausuntojen on oltava selkeillä esimerkeillä kirjattuna, miten haasteet ja tuen tarve ilmenevät arjessa, sinussa itsessäsi ja eri toiminnoissa.*

*Ammattilaisten lausunnoissa tulee myös olla, mistä tukitoimista hyödyt. Esimerkiksi tietokone ja erityisohjelmat opintojen apuna, erilaiset apuvälineet, henkilökohtainen avustaja muistin ja liikkumisen tukena. Näiden lausuntojen lisäksi kirjoita yksin tai yhdessä läheisen luotetun ihmisen kanssa, totuudenmukainen kuvaus siitä, miltä sinusta itsestäsi tuntuu opiskelu haasteineen, sekä normaali arki ja sen haasteet.*

*Mihin kaikkeen tarvitset apua ja ohjausta? Mitkä asiat tuntuvat vaikealle tehdä tai hoitaa? Mitkä tai mikä auttaa niissä tilanteissa ja haasteissa? Mihin tarvitset haettavaa apuvälinettä ja/tai miksi opintojen aloitusvaiheessa henkilökohtainen avustaja on juuri sinulle tärkeä tuki uudessa tilanteessa. Mitä hänen tehtäviinsä kuuluu ja mihin kaikkeen tarvitset tai saatat tarvita häntä. Mistä haetaan henkilökohtaista avustajaa tai erilaisia apuvälineitä. Ei tarvitse olla ”vaikeasti vammainen”, vaan voit olla As-nuori, jolla on aistiyliherkkyyksiä, kasvosokeus ja haasteita sosiaalisissa tilanteissa, isoissa ihmisjoukoissa ja koetilanteissa.*

*Ota hyvissä ajoin selvää eri tukimuodoista, mitä tarvitset niiden hakemiseen ja mistä niitä haet. Tee hakemukset hyvissä ajoin ja tarkistuta Kelalla, että ne sisältävät kaiken tarvittavan. Voit täydentää lausunnoilla hakemusta myöhemmin. Aloita lausuntojen hankkiminen ajoissa!*

## **Kela**

*Kelan erilaisten tukien viidakko on vaikea selvittää, siihen tarvitsee apua ja kirjatut muistiinpanot ja/tai asioinnin nauhoittaminen toimivat hyvin muistin tukena. Älä jätä asioita pelkän muistisi varaan. Ota mukaan luotettava henkilö, joka on muistin apuna ja tukena Kelalla asioidessa. Varaudu hyvissä ajoin käynteihin, kirjaa muistilapulle, mitä asioita haluat kysyä hakemuksiin liittyen. Tyhmiä kysymyksiä ei ole.*

*Nuoren kuntoutusraha on monille tuntematon käsite. Tätä tukea tulisi hakea heti 16–19-vuotiaana. Jos tunnet, että Kelan sivuilla olevat perusteet*

täyttävät, niin hae tukea rohkeasti. Jos tuesta tulee kielteinen päätös, hae sitä heti uudestaan ja peruste tuen tarve paremmin. Pyydä apua, jos hakeminen on työlästä.

Liitä hakemukseen mukaan kaikki lausunnot koulusta, erityisopettajalta, terapeuteilta, lääkäreiltä, perheeltä. Niissä tulee ilmetä erityistuen tarpeet, miten haasteet ja tuen tarve ilmenee opinnoissa ja arjessa. Mitä tukitoimia tarvitset ja mistä hyödyt (henkilökohtainen avustaja, tietokone, apuvälineet, erillinen tenttitila, lisäaika kokeeseen, selkokieli, muistiinpanojen saaminen etukäteen ym.). Muista, että voit hakea myös vammaistukea, jos tuen myöntämisen perusteet täyttyvät. Tämä tuki haetaan myös erikseen.

[http://www.kela.fi/kuntoutusraha\\_nuoren-kuntoutusraha](http://www.kela.fi/kuntoutusraha_nuoren-kuntoutusraha)

*Tähän linkki, miten haet nuoren kuntoutusrahaa (Kelan sivuilla oli sähköinen häiriö) Löytyy edellisen linkin sivuan alakulmasta!*

<http://www.kela.fi/opintotukiaika-tukiajan-pidennys>

[http://www.kela.fi/tyoikaisille\\_apuvalineet](http://www.kela.fi/tyoikaisille_apuvalineet)

[http://www.kela.fi/apuvalineet\\_nain-haet](http://www.kela.fi/apuvalineet_nain-haet)

<http://www.kela.fi/vammaistuki-aikuiselle?inheritRedirect=true>

<http://www.kela.fi/vammaisten-tulkkauspalvelut>

[http://www.kela.fi/documents/10180/1547996/Kela\\_Esite\\_OPI-koulutus\\_4S\\_A5\\_1111\\_WEB.pdf/cca16cf8](http://www.kela.fi/documents/10180/1547996/Kela_Esite_OPI-koulutus_4S_A5_1111_WEB.pdf/cca16cf8)

<http://www.kela.fi/opi-kurssi>

## **Vammaispalvelu**

Vammaispalveluista on mahdollista hakea henkilökohtaista avustajaa myös opintoihin. Avun tarvitsija voi olla yliopiston aloittava ADHD tai autismin kirjon nuori, jolla on haasteita ympäristön hahmottamisessa, ihmisten tunnistamisessa, luentojen seuraamisessa, paikkojen löytämisessä, ruokailuun ja luentosaleihin menemisessä, jonottamisessa, auditiivisen puolen ja muistin ongelmia. Hän tarvitsee avustajan päivittäisiin toimiin opintojen ensimmäisenä vuonna tai koko opintojen ajan. Monien asioiden

harjoittelu, uuden omaksuminen ja muuttuvat tilanteet voivat olla yksin kaaosta. Hyvän avustajan tuki on kallisarvoinen. Avustajaa tulee hakea tarvittavien lausuntojen ja omien perusteluiden kanssa. Tuo ilmi, miksi tarvitset avustajaa ja mihin kaikkeen tarvitset apua opinnoissa. Avustaja ei tee puolesta, vaan toimii muistin tukena ja auttaa eri tilanteissa toimimisessa. Henkilökohtaisen avustajan merkitys jatko-opintojen ensimmäisenä vuonna on suuri. Muutos aikaisempien kouluvuosien opiskeluun on merkittävä, nuori on vastuussa omista opinnoistaan ja haaste on monille liikaa.

Tukea myöntäessä tulee miettiä tuntimäärä tarkkaan. Jos tuen tarve on oppilaitokseen saapumisesta sieltä lähtemiseen, niin se kannattaa myös hakea koko tarvittavalle ajalle. Huomioikaa myös kirjastokäynnit, opinto-ohjaus ja muut opiskelupaikan omat tukimuodot. Esteettömyys on paljon laajempi käsite ja se tulee huomioida entistä paremmin opinnoissa. Jo opintoihin hakiessa on selvitettävä eri oppilaitosten tukimuodot ja niihin hakeminen. Jos osallistut pääsykokeisiin, niin tukitoimia tulee hakea kunkin oppilaitoksen omien käytänteiden mukaan hyvissä ajoin.

[http://www.oph.fi/download/163833\\_esteettomasti\\_toisen\\_asteen\\_opintoihin.pdf](http://www.oph.fi/download/163833_esteettomasti_toisen_asteen_opintoihin.pdf)

<https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/henkilokohtainen-apu>

[http://www.jhl.fi/portal/fi/tyoelama/ammattialatoiminta/henkilokohtaiset\\_avustajat/](http://www.jhl.fi/portal/fi/tyoelama/ammattialatoiminta/henkilokohtaiset_avustajat/)

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380>

## **Tukilinja**

Tukilinjan tavoitteena on tukea erilaisten toimintarajoitteisten ihmisten koulutusta, ammatillista kuntoutumista, sekä sijoittautumista työelämään tai muuhun toimintaan.

Heidän myöntämä tuki on ensisijaisesti tarkoitettu kaikenikäisille vähävaraisille tai vammasta aiheutuvien kulujen vuoksi syrjäytymisuhan alaisille, Suomessa asuville yksityishenkilöille. Tukea kannattaa hakea, vaikka vanhemmat olisivat töissä. Eniten painotetaan tuen tarvetta ja merkitystä hakijan kohdalla.

Tuen eri muotoja on paljon. Tuen hakemista mietittäessä kannattaa tutustua kunnolla myönnettyihin apurahoihin, mihin voi apurahaa hakea ja hakuohjeisiin. Tukea voi saada esimerkiksi opintoihin kannettavan tietokoneen, apuvälineitä, erityisohjelmistoja, harrastusvälineistöä, urheiluun ym.

<http://www.tukilinja.fi/apurahat/>

<http://www.tukilinja.fi/apurahat/tatatuemme/>

<http://www.tukilinja.fi/apurahat/hakuohjeet/>

<http://www.tukilinja.fi/apurahat/naintuki/>

<http://www.tukilinja.fi/ota-yhteytta/>

<http://www.tukilinja.fi/apurahat/myonnetyt-apurahat/>

Jos tuen hakeminen on vaikeaa tai olet epävarma jostain asiasta, niin ole rohkeasti yhteydessä Tukilinjan tukikoordinaattori Kirsi Tuoviseen ja IT-koordinaattoriin Timo Kähköseen. Heiltä saat apua kiperiinkin kysymyksiin.

## **Opiskelupaikat**

Tutustu uuteen oppilaitokseen ja opettajiin, sekä muihin tarpeellisiin ihmisiin hyvissä ajoin, ennen opintojen aloittamista. Oppilaitokset ovat tyhjillään, ihmisillä on aikaa tutustua myös sinuun. Kerro rohkeasti itsestäsi, kysele mieltä askarruttavia asioita. Ota myös selvää, mistä ja keneltä haeta apua tarvittaessa. Voitte myös sopia jo valmiiksi päivät, jolloin vaihdatte kuulumiset ja keskustellette luottamuksella opinnoista ja muusta tärkeästä. Kerro ajoissa mieltä painavista asioista ja hae apua. Asioilla on tapana kasaantua, on parempi ennakoida tilanteita ja oppia tuntemaan omia tuntemuksia. Missä menee oman jaksamisen raja? Tarvitseeko niin pitkälle mennä?

Opintojen edetessä voivat elämäntilanteet, tuen tarve ja muodot muuttua. Tällöin on hyvä tarkistaa ajoissa, tarvitaanko tukitoimia enemmän vai vähennetäänkö. Kevennetäänkö opintoja, tulisiko joitain asioita ja toimintatapoja muuttaa. Jokainen on erilainen oppija, jolloin mikä tuki toimii yhden kohdalla, ei välttämättä toimi toisen kohdalla. Opintojen suunnittelu, erilaisten tilanteiden ennakointi ja niihin varautuminen ajoissa auttavat paremmin niistä selviämiseen.

*Nuoren kuntoutusrahan myönteisen päätöksen voi saada vain kerran. Tuen saamisen edellytyksenä on syksyisin opiskelusuunnitelman teko esimerkiksi HOPS -ohjaajan kanssa. Tämän suunnitelman ja opiskelijan läsnäoloilmoituksen toimitat aina syksyisin Kelaan heti opintojen alkaessa. Keväällä on tärkeää, että toimitat Kelaan opintorekisteri otteen tai muun selvityksen, jossa näkyy opintojen eteneminen lukuvuoden aikana. Tällöin et menetä tukeasi.*

*Jos kesken opintojen tulee vastoinkäymisiä ja et jaksa opiskella. Älä jätä opintoja kesken, vaan ilmoita Kelaan, että olet masentunut, opiskelu on ollut ylivoimaista ym. Toimita heti Kelaan lääkärinlausunto, jossa ilmenee, miksi opinnot eivät etene. Tällöin nuoren kuntoutusraha jää ”lepäämään” ja siirryt Kelan sairaspäivärahalle. Tarvittavan levon ja kuntoutumisen myötä, jaksat taas jatkaa opintoja, niin ilmoita Kelalle, että jatkat. Tämän ansiosta sairaspäiväraha muuttuu taas nuoren kuntoutusrahaksi. Et menetä sitä.*

*Opintojen suorittamiseen voi myös hakea jatkoaikaa, Kelassa tätä ei tuoda tarpeeksi selvästi opiskelijoiden tiedoksi. Tutustu asiaan ja kysy Kelassa, miten toimitaan tukiajan pidennystä haettaessa.*

*Toivottavasti tämän tekstin jälkeen olet tietoisempi asioista, joita voit hakea. Älä luovuta, vaikka saisit kieltäviä päätöksiä. Pyydä apua, jos hakeminen on liian vaikeaa. Olkaa ylpeitä itsestänne ja erityisyydestänne. Te tulette pärjäämään, olkaa rohkeasti oma itsenne.*

*Voimia kaikille toivottaen,*

*Anne-Maarit Palviainen*

*Erityisnuoren sitkeä äiti*

*Pohjois-Karjalan Aksoni ry*

*Yhdistysaktiivi vuodesta 1998*

*Kasvatusalan moniosaaja*