

Alice Honkaniemi & Mira Salonen

NUOREN OSALLISTAMINEN SYRJÄYTYMISEN  
EHKÄISEMISEKSI RYHMÄTOIMINNAN KEINAIN

Hoitotyön koulutusohjelma

2021



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

# NUOREN OSALLISTAMINEN SYRJÄYTYMISEN EHKÄISEMISEKSI RYHMÄTOIMINNAN KEINAIN

Honkiniemi, Alice ja Salonen, Mira  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Tammikuu 2021  
Sivumäärä: 49  
Liitteitä: 7

Asiasanat: yläkouluikäinen nuori, osallisuus, osallistaminen, syrjäytyminen, ryhmä, ryhmätoiminta, ryhmäohjaus

---

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli yläkouluikäisen nuoren osallistaminen ryhmätoiminnan keinoin. Tavoitteenamme oli tarjota yläkouluikäiselle nuorelle mielekästä vapaa-ajan toimintaa osallisuuden edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Nuorten kiinnostusta herättämällä voidaan lisätä nuorten osallisuuden kokemusta ja parhaimmillaan ehkäistä nuorten syrjäytymistä vapaa-ajan toiminnan avulla.

Ryhmätoiminnan ja ryhmäohjauksen toteuttamisen teoreettisena viitekehyksenä ja arvioinnin välineenä käytimme Tuckmanin kehittämää viiden vaiheen mallia, jossa ryhmän kehittymisen kulku etenee muodostumisvaiheesta kuohuntavaiheen kautta yhdenmukaisuusvaiheen, hedelmällisen yhteistyön ja toimivan yhteisöllisyyden vaiheeseen ja lopetusvaiheeseen. Teorian tarkoituksena oli antaa tukea ja vahvistusta ryhmäohjaajan roolillemme ryhmän vaihtuvissa kehitysvaiheissa.

Työn tilaajana oli Euran kunta. Ryhmään valittiin kymmenen nuorta (N=10), joista seitsemän (n=7) osallistui ryhmätoimintaan loppuun asti. Ryhmätoimintaa järjestettiin viisi kertaa viiden viikon ajan. Nuorten toiveet ryhmätoiminnan teemoista kerättiin kyselylomakkeen avulla. Teema-alueiksi valikoitui levyraati, hohtokeilaus, kynsienlaitto ja kampaukset, tilataide ja kokkailu sekä elokuvat.

Ryhmätoiminnan ja ryhmäohjauksen onnistumista ja mielekkyyttä arvioitiin keräämällä nuorilta (n=7) palautetta sekä suullisesti, että kirjallisen palautelomakkeen avulla. Palaute oli positiivista. Nuoret antoivat palautetta lyhyesti. Palautteen perusteella nuoret kokivat ryhmätoiminnan mielekkääksi. Nuoret olivat aktiivisia, ja innostuneisuus näkyi tekemiseen uppoutumisena. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön perusteella voidaan todeta, että nuoret tarvitsevat vapaa-aikaansa ohjattua toimintaa, yksilöllistä huomiointia ja houkuttelua. Nuoret tarvitsevat joukkoon kuulumisen tunnetta. Nuorten osallistaminen on tärkeää väliinpuotoamisen ja syrjäytymisen ehkäisyä.

## SOCIAL INCLUSION OF A YOUTH IN PREVENTING EXCLUSION BY WAY OF GROUP ACTIVITIES

Honkiniemi, Alice ja Salonen, Mira  
Satakunta University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing and Health Care  
January 2021  
Number of pages: 49  
Appendices: 7

Key words: youth, young people, participation, inclusion, exclusion, group, group activities, group guidance

---

The purpose of this practice-based thesis was to prevent social exclusion of a youth by way of group activities. Our mission included creating reasonable leisure activities for students of the upper comprehensive school to improve experience of social inclusion of the youth. Participating students by way of group activities aims in preventing social exclusion. Improving the experience of social inclusion and preventing social exclusion by way of a group activities can be done by arousing interest of the youth.

A conceptual framework in organizing these group activities was Tuckman's theory about five stages of team development. This model suggests that forming a group includes forming, storming, norming, performing and adjourning stages. The purpose of using this theory was to endorse our role in group guidance in these changing developmental phases.

The subscriber of this practice-based thesis was the municipality of Eura. The group size was originally ten participants (N=10) but seven participants (n=7) at the end of all group activities. Group activity was organized five times during a five-week period. Wishes of the youth about the themes of group activities were collected by having a survey. Themes partially chosen by the youth included music-based activities, glow bowling, beauty activities, cooking and installation art and movies.

The success and reasonableness of the group activities were evaluated by collecting verbally and written feedback from the youth. The feedback was mainly positive. The feedback was sententious but still gave an impression about achieved complacency. The youth were active, and enthusiasm was visible during the activities. This project confirms that the youth need supervised leisure activities, personal recognition and an invitation. Social inclusion of the youth is essential in preventing social exclusion.

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 PROJEKTIN KESKEISET KÄSITTEET .....	6
2.1 Yläkouluikäinen nuori.....	6
2.2 Syrjäytyminen .....	7
2.3 Osallisuus ja osallistaminen .....	9
3 RYHMÄTOIMINTA OSALLISTAMISEN MENETELMÄNÄ.....	11
3.1 Ryhmän kehitysvaiheet .....	12
3.2 Ryhmäohjaus.....	15
4 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA.....	16
5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ .....	19
6 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE .....	20
7 PROJEKTIN YHTEISTYÖTAHOT .....	21
8 PROJEKTIN SUUNNITELMA.....	21
8.1 Projektin aikataulu .....	23
8.2 Arviointisuunnitelma.....	23
8.3 Resurssit ja riskit.....	24
9 PROJEKTIN TOTEUTUS.....	25
9.1 Nuorten yksilötapaaminen .....	25
9.2 Ryhmätoiminnan teemat .....	27
9.2.1 Levyraati .....	27
9.2.2 Hohtokeilaus .....	30
9.2.3 Kynsien hoito ja kampaukset .....	31
9.2.4 Kokkailu ja tilataide .....	32
9.2.5 Elokuva .....	33
9.3 Lopputapaaminen.....	34
10 PROJEKTIN ARVIOINTI.....	35
11 POHDINTA .....	43
LÄHTEET.....	48
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Nuorten syrjäytymisvaarasta puhutaan paljon. Nuorista vain pieni joukko on syrjäytyneitä tai syrjäytymisvaarassa, mutta sosiaalisen ja taloudellisen kestävyuden kannalta merkitys on hyvin suuri. Vuonna 2010 syrjäytyneitä 15–29-vuotiaita nuoria oli joidenkin laskelmien mukaan jopa 50 000. Se tarkoittaa noin viittä prosenttia kaikista tämän ikäisistä nuorista. (Sitran www-sivut 2018.) Lukumäärä on mielestämme surullisen suuri. Näemme nuorten ikäluokan erityisen tärkeänä kohderyhmänä. Haluamme olla opinnäytetyömme kautta mukana projektissa, jonka avulla meillä on mahdollisuuksia pyrkiä vaikuttamaan nuoren syrjäytymisen ehkäisemiseen.

Yläkouluikäinen nuori elää herkkää elämänvaihetta. Monia asioita tapahtuu samanaikaisesti. Murrosiän tuomat fyysiset muutokset ja muuttunut ulkonäkö saattavat hämentää ja aiheuttaa epävarmuutta nuorelle. Kehossa heräilevät seksuaalisuuden tunteukset ovat nekin uusia ja ihmeellisiä. Samaan aikaan vielä henkisellä tasolla tunne-elämässä myllertää ja mieli saattaa ailahtella laidasta toiseen. (Väestöliiton www-sivut 2018.) Kaiken lisäksi nuoren pitäisi hahmottaa jo sekin, mikä hänestä tulee isona – mitä hän aikoo tehdä peruskoulun jälkeen. Yläkouluikäinen elää haastavaa aikaa. Hän tarvitsee ymmärrystä ja hienotunteista lähestymistä, tukea ja ohjausta.

Tämän toiminnallisen eli projektiluontoisen opinnäytetyön lähtökohtana on käytännön työelämästä saatu toimeksianto kehittää yläkouluikäisille nuorille ryhmämuotoista toimintaa, joka tähtää osallisuuden kokemuksen vahvistamiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen. Valitsimme itsellemme erityisesti nuorten kohderyhmään sijoittuvan projektin, sillä kummallakin on vain vähän aiempaa kokemusta nuorten kanssa toimimisesta ja koemme hyötyvämmme tästä projektista ammatillisesti eniten.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on yläkouluikäisen nuoren osallistaminen ryhmätöiden keinoin. Tavoitteenamme on tarjota yläkouluikäiselle nuorelle mielekästä vapaa-ajan toimintaa osallisuuden edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi.

Nuoren kiinnostusta herättämällä ja toimintaan mukaan ottamalla voidaan parhaimmillaan lisätä nuoren osallisuuden tunnetta ja ehkäistä nuoren syrjäytymistä (Suomen Mielenterveysseura 2016, 5-6). Henkilökohtaisena tavoitteenamme on saada lisää valmiuksia ja kokemusta ryhmätoiminnan järjestäjinä ja ohjaajina toimimiseen.

## 2 PROJEKTIN KESKEISET KÄSITTEET

### 2.1 Yläkouluikäinen nuori

Nuoruusikä alkaa noin 12-vuotiaana ja se päättyy noin 22-vuotiaana aikuisen persoonallisuuden eheytymiseen. Nuoruusikä voidaan jaotella kolmeen eri vaiheeseen: varhaisnuoruuteen (11-15 v), jolloin suhde omaan kehoon muuttuu, keskinuoruuteen (16-18 v), jolloin suhde vanhempiin muuttuu ja myöhäisnuoruuteen (18-22 v), jolloin aikuinen identiteetti on muodostunut. (Hietala ym. 2010, 40-41.) Opinnäytetyössämme nuorella tarkoitetaan yläkouluikäistä nuorta.

Varhaisnuoruudessa muutoksia tapahtuu sekä suhteessa omaan kehoon, ystäviin, että vanhempiin. Nuorella saattaa olla keskittymisvaikeuksia ja hän voi olla levoton ja rauhaton. Nuori alkaa irtautua esimerkiksi vanhemmistaan, erityisesti äidistä, ja se saattaa lisätä nuoren aggressiivista käyttäytymistä. Aggressiivisen käyttäytymisen tavoitteena on usein halu päästä irti vanhemmista. Nuoren halu ottaa oma aikansa ja elämänsä omiin käsiin lisääntyy. Ystäviä käytetään yleensä apuvälineinä vanhemmista irtautumiseen. Nuori voimistaa itsetuntoaan ja minä- ihannettaan etsimällä ihmisiä, joita hän voi idealisoida ja ihailla. Nuori tarkastelee itseään peilaamalla itseään ystäviinsä. Nuorelle on myös tärkeää, että hän on suosittu ja hyväksytty saman ikäisten nuorten keskuudessa. Samaan aikaan muuttunut keho, seksuaaliset mielikuvat ja tunteet aiheuttavat nuoressa pelkoa kontrollin menettämisestä. Minäkuva on tässä vaiheessa nuorella usein heikko. (Lehtoranta & Reinola 2007, 9.)

Varhaisnuoruudessa nuoren ajattelutaidot kehittyvät huomattavasti. Muutoksista olenaisiin on se, miten nuori suhtautuu tulevaisuuteen. Kun ajattelutaidot kehittyvät, niin

nuori kykenee rakentamaan laajempaa ideologiaa ja maailmankuvaa. Ajattelutaidon myötä myös suunnittelu- ja päätöksentekotaidot kehittyvät ja nuori pystyy ymmärtämään paremmin toisten ihmisten näkökulmaa asioihin. (Nurmi ym. 2014, 142 - 147.) Keskinuoruudessa nuorelle keskeistä on oman sisäisen maailman työstäminen. Nuori muokkaa edelleen suhdetta vanhempiinsa, heidän asenteisiinsa ja arvoihinsa ja pyrkii vapautumaan heistä. Tämä johtaa yleensä kriiseihin nuoren elämässä ja se, miten nuori tässä onnistuu, näkyy myös nuoren tulevaisuudessa. Nuori tekee niin sanottua surutyötä luopuessaan aikaisemmasta riippuvuussuhteestaan vanhempiinsa. Nuoren surutyössä on samankaltaisia piirteitä kuin aikuisen menettäessä rakkaan henkilön. Nuoren suru muistuttaa aikuisen surua, mutta tunne saattaa olla epämääräinen. Myöhemmässä elämässä nuoren on helpompi selviytyä menetyksistä, jos hän kykenee hallitsemaan surutyön. Nuoren tekee surulliseksi se, että hylkää kuvitelmat itsensä ja vanhempiensa kaikkivoipaisuudesta, mutta samalla nuori kokee vapauttavana jättää lapsuuden maailmansa ja seistä omilla jaloillaan. Surutyö on auttanut nuorta siirtymään lapsuudesta aikuisuuteen. Masennus ja suru kuuluvat nuoren normaaliin kehitykseen ja ne ovat ylimenevä vaihe. (Lehtoranta & Reinola 2007, 10.)

Keskinuoruudessa nuori alkaa luoda uudenlaisia suhteita ystäviinsä. Näihin uusiin ystävyys-suhteisiin saattaa kuulua rakastumiskokemuksia. Rakastuminen saattaa olla tunteena niin voimakas, että se saattaa vaikuttaa negatiivisesti koulu- tai työsuorituksiin. Elämän tarkoitukseen ja nuoren omaan minään liittyvät kysymykset ovat merkittäviä asioita, joita nuori pyrkii muotoilemaan aiempaa määrätietoisemmin. Nuoren harrastukset, kokemukset, taidot ja kyvyt kehittyvät ja niitä kokeillaan. Nuorella on paljon intoa kokeilla erilaisia asioita, mutta yleensä nuorelle luonteenomaista on, että kokeilut ovat lyhytaikaisia. Nuoren itsetunto ja mielenkiinnon kohteet saattavat vaihdella aika ajoin suuresti, mikä näkyy esimerkiksi ammatillisten kiinnostusten ja suunnitelmien vaihtelussa. (Lehtoranta & Reinola 2007, 11.)

## 2.2 Syrjäytyminen

Syrjäytymisellä tarkoitetaan yleisesti huono-osaisuuden kasautumista niin, että ihminen ei erilaisten elämänhallinnan ongelmien, puutteellisen koulutuksen ja

työttömyyden takia pysty osallistumaan yhteiskunnan toimintaan. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2019b.)

Sosiaalisen tuen puute on merkittävä riskitekijä nuorten syrjäytymiselle, pitkäaikaiselle masennukselle ja ongelmien syvenemiselle. Nuorella voi olla turvallisia aikuisia verkostossaan, mutta saman ikäisten, samankaltaisessa tilanteessa olevien nuorten seura ja tuki uupuu. Tunne kuulumisesta joukkoon vahvistaa ja lisää luottamusta ja rohkaisee tavoittelemaan aktiivisemmin sosiaalisempaa elämää. Nuoren kiinnostusta herättämällä ja toimintaan mukaan ottamalla voidaan parhaimmillaan lisätä nuoren osallisuuden tunnetta ja ehkäistä nuoren syrjäytymistä. (Suomen Mielenterveysseura 2016, 5-6.)

Suurin osa suomalaisista nuorista voi hyvin, mutta samalla nuorten vastakohtaisuus korostuu: osalla nuorista menee paremmin kuin koskaan ja osa syrjäytyy. Kun nuori syrjäytyy, hän tavanomaisesti erkaantuu myös nuoruuskehityksestä, eikä pääse siihen enää myöhemmin takaisin, vaikka esimerkiksi muuttaisi elintapojaan viiden vuoden kuluttua. Tällöin kehityksestä jää jotain merkittävää toteutumatta. Tapahtuipa syrjäytyminen mistä syystä tahansa, saattaa syrjäytynyt nuori ajautua helposti sellaiseen sosiaaliseen elämään, joka johtaa nuoren uusiin vaikeuksiin. Tästä syntyy helposti kierre, joka ruokkii itseään. Syrjäytyminen voi alkaa helposti murrosiän puolivälissä tapahtuvassa normaalissa psykososiaalisessa taantumassa, joka on erityisen herkkä kehitysvaihe. Se aiheuttaa monenlaisia kustannuksia yhteiskunnalle ja vaikuttaa nuorena syrjäytyneiden yksilöiden koko elämään, ja myöhemmin heidän jälkeläistensä ja perheitensä elämään. (Aalberg & Siimes 2007, 137.)

Nuoren syrjäytymiselle altistavia tai siltä suojaavia vaikutuksia saattaa olla nuoren omien vanhempien asenteilla ja toimilla. Vanhempien asenne saattaa siirtyä sukupolvesta toiseen. Perheen arvot, esimerkiksi perheväkivallan, seksuaalisen hyväksikäytön, rikollisuuden ja päihteiden käytön hyväksyminen saattavat altistaa nuorta syrjäytymiselle, ja siksi vanhempien omat päätökset voivat vaikuttaa nuoreen monella tasolla. Nuoren turvattomuutta lisäävät parisuhdeongelmat, avioero, pitkäaikaiset sairaudet, toistuvat asunnonvaihdot ja sitä seuraavat koulunvaihdot. Vähäpätöiseltä tuntuva muutos erityisesti murrosiän keskivaiheilla tapahtuvassa taantumassa saattaa käynnistää syrjäytymiseen johtavan kierteen. Herkässä vaiheessa oleva nuori saattaa

vaihtaa kavereitaan esimerkiksi siksi, että vanhemmat aliarvioivat tai väheksyvät tuttua kaveriporukkaa. Yleensä tämä muutos johtaa uusiin sosiaalisiin ongelmiin. (Aalberg & Siimes 2007, 138.)

Vanhempien, koulun ja yhteiskunnan toimesta voidaan vaikuttaa nuoren syrjäytymiseen. Vanhempien tulisi tietää miten ihminen kehittyy nuoruudessa fyysisesti, psyykkisesti, henkisesti, seksuaalisesti ja sosiaalisesti. Nämä asiat tietämällä he voivat valmistautua paremmin lastensa murrosikään ja nuoruuteen. Lapsen murrosiän alkaessa vanhempien tulisi tietää, mikä heidän tehtävänsä on silloin. Tällaiseen toimintaan olisi yhteiskunnan taloudellisesti kannattavaa panostaa. Parin kriittisen kasvuvuoden aikana tulisi peruskoulussa ottaa huomioon nuoren normaalin kehityksen eri vaiheet sekä poikien ja tyttöjen erilaiset tarpeet. (Aalberg & Siimes 2007, 141.)

### 2.3 Osallisuus ja osallistaminen

Osallisuus muodostuu mahdollisuuksista ilmaista mielipiteensä ja vaikuttaa näihin asioihin, sekä oikeudesta saada tietoa itseä koskevista suunnitelmista, päätöksistä, ratkaisuista, toimenpiteistä ja niiden perusteluista. Keskinäinen vuorovaikutus on olennaista, koska ei ole mahdollista vaikuttaa asioihin, jos ei pääse mukaan asioiden käsittelyyn eikä saa niistä tietoa. Osallistuminen on toimintaa, jossa osallisuus usein havainnollistuu. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2019a.)

Osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksilla on vahva yhteys ihmisten kokemaan hyvinvointiin ja jaksamiseen. Osallisuus liittyy yhteiskuntaan ja yhteisöön kuulumisen tunteeseen ja tunteeseen omasta merkityksellisyydestä yhteisön jäsenenä. Merkityksellisyyttä tuo tunne siitä, että omia mielipiteitä kuunnellaan ja niillä on vaikutusta yhteisön arjessa. Osallisuus tukee nuorten arjen taitoja ja itseohjautuvuutta sekä lisää kiinnittymistä esimerkiksi koulu yhteisöön. Osallisuus lisää motivaatiota. (Pesonen, Nurmi & Hannukkala 2018, 25.)

Nuorten omin näkökulmien huomioiminen on erityisen tärkeää. Nuorten osallisuuden vahvistaminen on mahdotonta, jos heiltä itseltään ei kysytä, mikä heidän mielestään on elämässä tärkeää ja miten he itse kokevat oman elämänsä. Ohjaajalta osallisuuden

toteutumisen tukeminen edellyttää herkkyyttä kuunnella ja tunnistaa nuorten huolia ja tarpeita. On myös välttämätöntä, että nuoret kohdataan aidosti omassa yhteisössään ja tämän tulisi olla niin perhe- kuin koulu yhteisönkin arjessa ohjaava periaate. (Lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveystieteillä 2013, 18.)

Lainsäädännöllä on suojattu erittäin vahvasti lapsen oikeus osallisuuteen kaikissa häntä koskevissa asioissa. Lapsilla tarkoitetaan kaikkia alle 18 - vuotiaita kansalaisia. Kansainvälisessä YK:n Lapsen oikeuksien yleissopimuksen 12. artiklassa sanotaan, että osallisuus on yksi kaikkea viranomaistoimintaa läpäisevä perusoikeus ja siksi se on perusta kansalliselle lainsäädännölle. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2019a.)

Porras- tai tikapuumalleilla kuvataan usein osallisuutta. Alhaisimmilla portaita yksilöllä on mahdollisuuksia vaikuttaa vain vähän tai ei lainkaan ja mitä ylemmäs portaita kiivetään, sitä enemmän vaikuttamisen mahdollisuuksia on. Lähtökohtana on myös se, että yksilön osallisuus kasvaa samassa suhteessa. Lapsen oma kokemus siitä, että hän on voinut olla mukana vaikuttamassa häntä koskevissa asioissa, on kuitenkin ratkaisevin. Osallisuuden toteutumisesta ei voida puhua, jos lapselle ei synny kokemusta siitä, että hänelle tärkeät asiat ovat kuultu ja niillä on merkitystä. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2019a.)

Käytännössä osallisuus rakentuu erilaisista osioista, joissa keskinäiset suhteet voivat vaihdella ja lapsen kokema osallisuuden tunne voi muuttua niiden mukana. Ensimmäisenä tekijänä osallisuuden rakentumiselle on se, että lapsi saa mahdollisuuden itse valita osallistuuko johonkin toimintaan vai ei. Yksi osallisuuden muodoista voi olla osallistumisesta kieltäytyminen ja lapsella tulee olla mahdollisuus valita myös tämä vaihtoehto. Toinen tekijä on, että lapsi saa mahdollisimman paljon oikeaa tietoa toiminnasta, siihen osallistuvista tahoista tai henkilöistä, omasta roolista ja omista oikeuksista. Kolmantena tekijänä on lapsen mahdollisuus vaikuttaa toimintaan. Osallisuuden rakentumisen neljäntenä tekijänä on lapsen mahdollisuus ilmaista itseään, ajatuksiaan ja mielipiteitään. Lapselle tulee antaa tilaa ja aikaa tuoda esille omia ajatuksiaan ja mielipiteitään. Viidentenä tekijänä on antaa lapselle mahdollisuus saada tukea ja apua itsensä ilmaisuun. Kuudentena tekijänä on lapsen mahdollisuus itsenäisiin päätöksiin häntä koskevassa asiassa. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2019a.)

Osallistaminen voidaan jakaa kolmeen eri perusoletukseen: demokratian- ja avoimuuden perusoletukseen, sekä prosessiin. Demokratian perusoletus sisältää ajatuksen, että yksilöt ja yhteisöt ovat tekijöitä ja liikkeelle lähdetään ihmisen omasta tarpeesta, ihmisen itsensä toimesta ja kehitysideoista. Avoimuus on toinen perusoletus, jonka tavoitteena on erilaisten ihmisten toimintaan aktivoiminen. Kolmantena peruseriaatteena on prosessi, mikä tarkoittaa osallistamisen olevan jatkuvassa muutoksessa, ja että se kehittyy koko ajan. Osallistamista ajatellaan vuoropuheluna eri toimijoiden kesken ja siten toiminta on jatkuvassa muutoksessa. Osallistamisen prosessi on myös jokaiselle mukana olijalle jatkuva kasvuprosessi. (Auvinen & Liikka 2015, 5-7.)

### 3 RYHMÄTOIMINTA OSALLISTAMISEN MENETELMÄNÄ

Ryhmällä tarkoitetaan yleensä jotakin tiettyä, rajattua ihmisjoukkoa, joka on koossa ryhmässä tapahtuvan toiminnan toteuttamista varten. Ryhmätoiminnassa on keskeistä paitsi toiminta ja siitä oppiminen, niin myös ryhmän jäsenenä oleminen. Ryhmän jäsenten henkilökohtaisten tavoitteiden pohjalta ryhmällä tulee olla yhteinen päämäärä. Ryhmässä kaikki jäsenet huomioidaan, joten ryhmän tulee toimia vuorovaikutteisesti. (Kivelä & Lempinen 2009, 28; Ståhlberg 2019, 17-18.)

Jokaisella ryhmällä on oma toiminnan tarkoitukseen liittyvä tehtävänsä. Ryhmällä on aina myös tunnetavoite, joka pitää ryhmän koossa. Ryhmätoiminnalla on positiivisia vaikutuksia. Ryhmätoiminnan kautta osallistujat voivat saada parhaimmillaan elämyksellisiä yhdessä tekemisen kokemuksia, turvallisia onnistumisia ja epäonnistumisia, mahdollisuuksia osaamisen ja vahvuuden kokemiseen ja saada tukea muilta ryhmäläisiltä ja ohjaajilta. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 15; Kivelä & Lempinen 2009, 29.)

Ihmiset toimivat monenlaisissa ryhmissä, joita voidaan jaotella ja nimetä eri tavoin ryhmän rakenteen ja toiminnan tarkoituksen mukaan. Ryhmät voivat olla yli kymmenen hengen suurryhmiä, tai pienryhmiä, joissa on kahdesta kymmeneen jäsentä. Avoimessa ryhmässä ei ole selkeää alkua tai loppua, vaan ryhmä jatkuu säännöllisesti ja osallistujat vaihtuvat. Suljetussa ryhmässä osallistujat ja kokoontumiset on määritelty

etukäteen. Ryhmään ei oteta uusia osallistujia, vaikka joku ryhmäläinen lopettaisi ryhmän kesken. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 17.)

Ryhmät voivat olla erilaisia harrasteryhmiä tai toiminnallisia ryhmiä, joissa keskitytään konkreettisen toimintaan ja pohditaan yhdessä saatuja kokemuksia. Keskustelu- ja vertaisryhmään osallistuvilla on jokin samankaltainen kokemus, elämäntilanne tai muu yhdistävä asia, johon pyritään saamaan tukea kohtaamalla samassa tilanteessa olevia vertaisia. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 18.)

Yksilötasolla ryhmätoiminta voidaan kokea terapeuttiseksi, kuntouttavaksi ja voimaannuttavaksi. Ryhmässä toimiminen tuo sisältöä elämään. Ryhmä voi virkistää, rentouttaa, olla pakopaikka, tarjota hyväksymistä sekä virikkeitä ja kannustusta. Toiminnallisuus voi luoda puitteet ryhmän yhdessäololle ja mahdollistaa luontevan läsnäolon ja vuorovaikutuksen ryhmän jäsenten välille. Tekeminen ja toiminta voivat vahvistaa ryhmähenkeä, lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sitä kautta ryhmän jäsenten välille syntyy heitä yhdistäviä kokemuksia. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 16; Näkki, Sayed & Helminen 2015, 123-125.)

Hyvinvointia uhkaavien tekijöiden kasaantumiseen ja syrjäytymiskehitykseen liittyy usein osattomuus ohjatusta ryhmätoiminnasta. Kuulumattomuus mihinkään ryhmään voi edistää pahoinvointia ja lisätä yksinäisyyden ja osattomuuden tunteita. Ryhmätoiminnalla voidaan tähdätä elämänhallintaa suojaavien tekijöiden tunnistamiseen, mahdollisimman varhaiseen tukemiseen ja elämänhallinnan riskitekijöitä ehkäisevään vaikuttamiseen. (Kivelä & Lempinen 2009, 29.)

### 3.1 Ryhmän kehitysvaiheet

Jokainen ryhmä käy läpi erilaisia vaiheita olemassaolonsa aikana. Ryhmän ajallisia eli kronologisia vaiheita kutsutaan ryhmän kehitysvaiheiksi. Näitä vaiheita on nimetty ja jaoteltu eri tavoin. Yksi käytetyimpiä kehitysteorioita on tunnetun ryhmädynamiikan tutkija Bruce W. Tuckmanin 1960-luvulla käyttäytymistieteellisestä näkökulmasta kehittämä viiden vaiheen malli (The Five Stage Model), jonka mukaisesti ryhmä kehityksessään etenee. Viiden vaiheen mallissa on muodostumisvaihe (forming),

kuohuntavaihe (storming), yhdenmukaisuusvaihe (norming), hedelmällisen yhteistyön ja toimivan yhteisöllisyyden vaihe (performing) ja lopetusvaihe (adjourning). (Smith 2005; Tuckman 1965, 384–399.)

Kun uusi ryhmä kokoontuu ensimmäistä kertaa, ryhmä alkaa muodostua eli ryhmäytyä (forming). Uudessa ryhmässä puhutaan ja toimitaan varovaisesti ja ollaan etäisiä. Ryhmän jäsenet alkavat selvittää ryhmänsä tehtäviä, sääntöjä ja toimintatapoja. Vallitsevaa ilmapiiriä tunnustellaan. Ryhmäläiset tarkkailevat, millaisia ihmisiä ryhmässä on, miten he toimivat ja millaisia rooleja heillä on, ja samalla etsivät omaa rooliaan ja asemaansa ryhmässä. Ryhmäläiset tukeutuvat ryhmän ohjaajaan ja ovat hänestä riippuvaisia. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 24; Smith 2005.)

Kuohuntavaiheessa (storming) ryhmän jäsenten persoonallisuuden piirteet nousevat esille. Ryhmän jäsenet alkavat kommentoida toisten esittämiä ajatuksia ja ilmaista rohkeammin eriäviä mielipiteitään. Ryhmän jäsenten välisistä ristiriidoista voi puhjeta kiihkeitäkin väittelyitä ja konflikteja. Ryhmässä saattaa puhjeta myös yleistä kyseenalaistamista ja kapinointia ryhmätoimintaa kohtaan. Kriitikki voi kohdistua ryhmän ohjaajaan, ryhmän tehtävään, ulkoisiin olosuhteisiin tai yleensä ryhmässä olemiseen. Välienselvittelyt ja konfliktit ovat normaaleja ja terveellisiä vaiheita ryhmässä. Ristiriitojen käsitteleminen heti tuoreeltaan puhdistavat ilmaa ja parantavat ryhmän toimintaa. Yhteiset päämäärät alkavat selkiintyä. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 25; Smith 2005.)

Yhdenmukaisuusvaiheessa (norming) ryhmän jäsenet ovat taas innostuneita ja aktiivisia. He ovat hyväksyneet ja omaksuneet ryhmän tavoitteet, toimintatavat sekä oman roolinsa ryhmässä. Tässä vaiheessa ryhmän viestintäkin taas sujuu. Ryhmän jäsenten välillä vallitsee yhteisymmärrys ja kunnioitus, ristiriitoja vältetään ja pyritään joustavuuteen ja kompromisseihin. Ilmassa on yhteenkuuluvuuden tunnetta ja me-henkeä, jonka seurauksena ryhmän jäsenet venyvät yhteisen edun nimissä. Ryhmän energia suuntautuu tavoitteiden toteuttamiseen. Ryhmässä muodostuneet roolit toimivat joustavasti ja jäsenten erilaisuutta pidetään rikkautena, jota osataan hyödyntää. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 26; Smith 2005.)

Hedelmällisen yhteistyön ja toimivan yhteisöllisyyden vaiheessa (performing) vallitsee vapautunut ilmapiiri ja vuorovaikutus on intensiivistä. Ryhmä alkaa toimia tehokkaasti hyödyntäen jäsentensä erilaista osaamista ja luovuutta. Ryhmän jäsenet hyväksyvät ja ymmärtävät toisiaan, mutta sietävät myös erimielisyyttä ja konflikteja. Ryhmä on hyvin tehtäväorientoitunut ja se synnyttää tulosta. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 25-26; Smith 2005.)

Lopetusvaiheessa (adjourning) ryhmän sisällä voi esiintyä voimakkaita tunteita, kun ryhmätoiminta päättyy ja on aika luopua ja erota. Tarpeiden ja tavoitteiden suuntaisesti toimineen turvallisen ryhmän lakkaaminen voi herättää ryhmän jäsenissä voimakkaita surun, ahdistuksen ja haikeuden tunteita. Toisaalta ryhmän päättyminen voi jonkun mielestä olla helpottavaa. Ryhmässä tulee olla tilaa kaikenlaisten tunteiden ilmaisuun. Ryhmätoiminnan päättyessä eroahdistusta voivat helpottaa yhteisten jatkotapaamisten suunnittelu. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 26; Smith 2005.)

Ryhmien kehittymisen prosessi on aina ainutlaatuinen. Eri kehitysvaiheiden kestot voivat vaihdella ja välillä pysähdytään johonkin tasoon. Ryhmän kehitysvaiheet eivät mene aina järjestyksessä, vaan ne voivat kulkea myös takaperin, jolloin ryhmä saattaa palata edelliseen kehitysvaiheeseen sen jo aiemmin ohitettuaan. Voi myös olla, että hyvin ristiriitainen ryhmä ei välttämättä koskaan saavuta täysin toimivan yhteisöllisyyden tasoa. Yhtä ryhmää ei voi suoraan verrata toisiin, vaan ryhmän toimintaa on hyödyllisintä arvioida ensisijaisesti sen oman toiminnan perusteella. (Kivelä & Lempinen 2009, 33; Smith 2005.)

Ryhmä tarvitsee eri vaiheissa erilaista ohjaamista. Joissain vaiheissa ryhmä on helppo ja tuottaa onnistumisen iloa. Toisissa vaiheissa ryhmä kuormittaa ja saattaa turhauttaa. Eri vaiheille tyypillisten piirteiden tunnistaminen auttaa ohjaajaa ymmärtämään ryhmää. Se antaa tukea ohjaustyölle ryhmätoiminnan edetessä. Mitä paremmin ymmärtää ryhmän kehitystä ja sen vaiheita, sitä paremmin voi johtaa ryhmää ja tehdä työskentelystä helpompaa sekä ryhmäohjaajalle itselleen että ryhmän jäsenille. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 24; Ryhmäilmiö 2015, 24.)

Kaikki ryhmät kehittyvät ja rakentuvat erilaisten vaiheiden kautta. Joissain ryhmän kehityksen vaiheissa ryhmä toimii hyvin, mutta esimerkiksi ns. kuohuntavaiheessa

riitoja ja ongelmia voi olla yhtenä. Ryhmän ohjaajan on hyvä tiedostaa, että haastavakaan ryhmä ei ole kokonaan huono tai vaikea, vaan kaikki ryhmät käyvät läpi samoja kehitysvaiheita. Ryhmät kehittyvät eri tahtiin: toiset kypsyvät hitaammin, toiset nopeammin. (Ryhmäilmiö 2015, 24.)

### 3.2 Ryhmäohjaus

Ryhmäohjaus on prosessi, joka kulkee tietyn ennalta suunnitellun aikataulun mukaan kohti etukäteen mietittyjä teemoja. Ryhmäohjaus on kulkemista ryhmäläisten rinnalla ja hienovaraista ryhmän ohjailemista kohti tavoitteita. Huolellisesti suunniteltuna ja toteutettuna ryhmäohjaus on parhaimmillaan voimavaraistava ja motivoiva rupeama, jossa ryhmä itsessään toimii ohjauksen voimavarana. (Ståhlberg 2019, 17.)

Ryhmäohjauksessa keskeistä on ryhmäläisten omien ajatusten esilletuominen, kokemusten jakaminen ja vertaistuki. Hyvä ohjaus toteutuu kunnioittavassa, rakentavassa kohtaamisessa ja dialogisessa vuorovaikutuksessa. Ryhmäohjaajan tehtävänä on huolehtia ryhmän toimivuudesta, sisällöstä ja toiminnan rakenteista. Selkeästi määritellyt tehtävät ja tavoitteet helpottavat ryhmän toimintaa sekä arviointia. Keskeisiä ryhmän piirteitä ovat avoimuus, yhteenkuuluvuus ja turvallinen, luottavainen ilmapiiri, ja niiden ylläpitämisessä ryhmäohjaaja on avainasemassa. Ratkaisevaa on ryhmäohjaajan aktiivinen rooli ryhmätoiminnan eteenpäin viejänä ja ryhmäprosessin kannattelijana. (Suomen Mielenterveysseura 2016, 8; Ståhlberg 2019, 30; Vehviläinen 2014, 12.)

Suomen Mielenterveysseuran Ryhmästä enemmän -käsikirjassa luetellaan ryhmäohjaajan tärkeimmiksi ominaisuuksiksi empaattinen eläytyminen, avoimuus ja aitous, luottamus ryhmään, ryhmän jäsenten tasavertainen kunnioittaminen sekä huumorintaju ja välittömyys. Lisäksi ryhmäohjaajalta toivotaan taitoa käsitellä vaikeita asioita, kykyä tehdä havaintoja ja käytännönläheistä realistisuutta. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 59-62.)

Ryhmäohjaajan taitoja ovat myös reaktiotaidot, vuorovaikutustaidot ja toimintataidot. Reaktiotaidot ovat aktiivinen kuuntelu, selventäminen, ryhmässä heränneiden ajatusten kokoaminen ja tiedon jakaminen. Vuorovaikutustaitoihin liittyvät olennaisesti

ohjaajan omat viestintätaidot. Taitava viestijä osa oikealla tavalla esittää ajatuksensa ryhmäläisille, ilmaista ymmärrystä ja motivoida heitä omalla viestinnällään. Toimintataidoilla tarkoitetaan taitoja, joilla ryhmäohjaaja rohkaisee osallistujia ilmaisemaan itseään ja auttaa heitä jakamaan tuntojaan, sekä olemalla mallina ryhmässä, asettamalla tavoitteita ja sitouttamalla osallistujia niihin. (Ståhlberg 2019, 29.)

Jokaisella ryhmäohjaajalla on työvälineenä oma persoonansa, jolla on omat vahvuutensa ja heikkoutensa sekä tapansa toimia. Ryhmäohjaajaksi ei synnytä, vaan siihen kasvetaan. Jokainen ryhmä on ainutlaatuinen ja kasvattaa ryhmäohjaajaa omalla tavallaan. Ryhmää ohjaamalla tarjoutuu arvokkaita kokemuksia ja taitoja, joita ei saa muuta kautta. (Vehviläinen 2014, 7.)

Ryhmän ohjaaminen vaatii ohjaajalta uskoa omiin ohjaajan taitoihin ja luottamusta siihen, että niillä taidoilla voi ohjata erilaisia ryhmiä haastavistakin tilanteista eteenpäin. Tärkeää on luottaa herkipäähän ja vahvimpaan työvälineeseensä, omaan ohjaajaidentiteettiin. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 58; Ståhlberg 2019, 31-32.)

Ryhmäohjaajia voi olla ryhmässä enemmän kuin yksi riippuen esimerkiksi ryhmän koosta ja toiminnan vaativuudesta. Pariohjaus on toimiva muoto etenkin silloin, kun ohjaajat tuntevat toisensa ja heillä on samanlainen käsitys ryhmän tavoitteista ja ohjauksesta. On tärkeää, että ryhmäohjaajat osaavat lukea toisiaan. Parhaimmillaan toisesta ohjaajasta saa tiukassa paikassa apua ja tukea, jolloin toiminta etenee kitkattomasti eteenpäin kohti ryhmän tavoitteita. Pariohjaus mahdollistaa myös yhteisen reflektoinnin ja toiminnan arvioinnin. Haastavissa tilanteissa parityöskentely on myös ohjaajien turvallisuutta lisäävä asia. (Ståhlberg 2019, 64-65; Suomen Mielenterveysseura 2016, 7.)

#### 4 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA

Etsimme aikaisempia tutkimuksia Theseuksesta ja Thesiksestä. Hakusanoina käytimme nuori, syrjäytyminen, ryhmätoiminta, osallisuus ja osallistaminen. Löytyneistä

tutkimuksista mukaan valittiin kolme tutkimusta, joista kaksi oli opinnäytetöitä ja yksi pro gradu -tutkielma (Liite 1). Ahlqvistin ja Perttusen opinnäytetyössä “Nuorten kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä yhteisöllisyyden kokemukseen koulussa” tarkoituksena oli haastatella yläkoululaisia nuoria ja heidän kokemuksiaan koulun ryhmätoiminnasta ja sen merkitystä yhteisöllisyyden kokemukseen koulussa. He keräsivät yläkoululaisilta nuorilta ajatuksia siitä, kuinka koulun ryhmätoimintaa voisi kehittää. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 11.)

Tutkimusmenetelmänä he käyttivät opinnäytetyössään laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina, johon osallistui kahdeksan nuorta. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 13.) Aineiston he analysoivat aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käyttäen. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 17.) Ahlqvistin ja Perttusen opinnäytetyön keskeisiksi teemoiksi nousivat aikuisten merkitys nuorelle, ryhmätoiminnan vaikutus nuoren koulunkäynnille, toimivan ryhmän tunnuspiirteet, ilmapiiiri ja yhteisöllisyys ryhmässä ja koulussa. Heidän haastatteluistaan kävi ilmi, että koulun aikuisilla on suuri merkitys nuorten koulunkäyntiin. Nuoret olivat myös kertooneet, että ohjaajan kiinnostus ja ymmärrys nuorta kohtaan helpottavat kohtaamista aikuisen kanssa. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 18.) Kehitysehdotuksina nuoret olivat tuoneet esille erilaisten koulunkäyntiin kannustavien ja tukea antavien ryhmien ylläpitämisen myös jatkossa sekä niiden lisäämisen eri luokka-asteille. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 26.)

Ahlqvistin ja Perttusen opinnäytetyön tulokset osoittavat, että nuoret kokivat merkittävänä ryhmässä tapahtuvan toiminnan ja ohjaajien antaman tuen. Nuoret olivat kokeineet, että kouluun meneminen helpottui ja keskittymiskyky parantui ja näiden kautta nuoret olivat pystyneet parantamaan kouluarvosanoja. He olivat oppineet kuuntelemaan myös muita ryhmänjäseniä. Edellä mainitut asiat olivat vaikuttaneet nuoriin niin, että heidän koulu yhteisöönkuulumisen tunteensa olivat vahvistuneet. (Ahlqvist & Perttunen 2016, (18-25.)

Ala-Karvian ja Österlundin opinnäytetyössä “Nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen ja yhteisöllisyyden tukeminen” tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa viisi toiminnallista ryhmätapaamista nuorille, jotka olivat yksinäisiä, syrjäytyneitä tai vaarassa syrjäytyä. Heidän ryhmäänsä valittiin kuusi 16–18 - vuotiasta nuorta. Ryhmätapaamisten

tavoitteena oli vahvistaa nuorten sosiaalisia verkkoja sekä tukea heidän yhteisöllisyytään ja osallisuutta ryhmätoiminnan avulla. (Ala-Karvia & Österlund 2014, 24.)

Ala-Karvia ja Österlund arvioivat työskentelyään monista eri näkökulmista. He täyttivät tapaamisten jälkeen omia oppimispäiväkirjoja, joista oli helpompi huomata mahdolliset puutteet, parannusideat seuraaville kerroille ja onnistumiset. Tapaamisiin osallistuneilta nuorilta he keräsivät mielipiteitä ja kokemuksia jokaisen kokoontumiskerran jälkeen nimettömillä kirjallisilla palautekyselylomakkeilla. He saivat myös jonkin verran ammatillista palautetta suunnittelusta sekä toteutuksesta nuorten vastaanoton työntekijöiltä. (Ala-Karvia & Österlund 2014, 34.)

Ala-Karvia ja Österlund saavuttivat projektinsa tavoitteet hyvin. He onnistuivat tukemaan nuorten yhteisöllisyyttä toimimalla yhdessä ja ryhmä pysyi koossa loppuun asti. Nuorten syrjäytymisen ehkäisyä heidän oli vaikea arvioida, koska he eivät toteuttaneet jatkoseurantaa. Nuoret olivat sitä mieltä, että ryhmätoiminta oli mukavaa ja rentoa yhdessäoloa, sekä kokonaisuutena hauska kokemus. Ilmapiiri ryhmässä oli turvallinen ja luottamuksellinen. Ryhmän avulla nuoret saivat rohkeutta kokeilla erilaisia aktiviteetteja vapaa-ajallakin. (Ala-Karvia & Österlund 2014, 36.)

Humppilan pro-gradu -tutkielmassa “Et miten ihmiset nykyään näkee mut, millasena ihmisenä ne näkee mut”, hän tarkastelee viiden 13 - 17 -vuotiaan nuoren osallisuuden merkitystä nuorten näkökulmasta haastatteluiden avulla. Kaikki nuoret, joita Humppila oli haastatellut, olivat osallistuneet osallisuuden lisäämiseen suunniteltuun Your Move -kampanjaan. Humppila oli käyttänyt tutkimuksessaan tulkitsevaa fenomenologista analyysia ja hänen pro gradu -tutkielmassa oli kysymys siitä, kuinka nuori ymmärtää ja kokee osallisuuden. (Humppila 2017, 25.)

Humppilan tutkimuksen mukaan osallisuuskokemukset ovat lähtökohtaisesti tärkeitä, mutta moninaisia. Tutkimustulosten mukaan nuorten mielestä osallistuminen ja sitä kautta osallisuus on mahdollista, jos osallistujalla on motivaatiota eli halua “tehdä jotain ryhmässä”. Merkittäväksi osallisuuden mahdollistumiseen koettiin myös toiset ihmiset. Nuorten näkemyksen mukaan osallisena ei voi olla, ellei itse osallistu. Usein tarvitaan joku, joka kysyy, pyytää, rohkaisee ja ottaa mukaan osallistumaan. (Humppila 2017, 35.)

Tutkimuksen mukaan osallisuus on positiivisesti latautunut tunne, johon kuuluu vahvasti kiinnostus toimintaan eli sosiaalinen kuulumisen tunne. Hyvän olon lähteiksi nuoret kuvailevat mielekkään tekemisen ja asioihin vaikuttamisen. Itseisarvona ei pidetty itse toimintaa vaan sitä, että osallistuu johonkin itselle merkitykselliseen toimintaan. Nuorten mielestä hyvältä tuntuu se, että saa äänensä kuuluviin ja pystyy vaikuttamaan asioihin, jotka koskettavat ja ovat itselle tärkeitä. Oleellinen osa osallisuuden tunnetta on kuulumisen tunne ja se on myös nuorelle oleellinen ei ulkopuolisuuden kokemus. Nuorten mielestä on toivottavaa olla hyväksytyt ikäistensä joukkoon, mutta samalla myös sosiaalisesti hyväksytympi rooli on olla sisällä kuin jäädä asioiden ulkopuolelle. Nuorten mielestä heidän osallisuuden määritelmänsä vastapari on ulkopuolisuuden käsite ja tunne ulkopuolisuudesta ja tunteeseen liittyvä vahva negatiivinen sävy. Ulkopuoliseksi jättäminen voi olla myös yksi kiusaamisen muoto. (Humppila 2017, 38-39.)

Humppilan tutkimuksen mukaan aikuisen rooli nuoren osallisuuden kokemukselle on tärkeä. Nuoren osallistumiseen ja sitä myötä osallisuuden kokemukseen positiivisesti vaikuttavia tekijöitä eivät ainoastaan ole toimintaan mukaan pyytäminen tai ehdottaminen, vaan myös nuorelle annettava tila ja kiinnostavat ja positiiviset esimerkit ovat tärkeitä. Ohjaaja voi omalla toiminnallaan myös estää nuoren osallisuuden kokemuksia. Nuoret kaipasivat myös ohjausta. (Humppila 2017, 43.)

## 5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallisessa eli projektiluonteisessa opinnäytetyössä tavoitellaan tietyn käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Se voi olla ammatilliseen käytäntöön suunnattu opas tai ohjeistus, kuten perehdyttämisopas tai turvallisuusohjeistus. Se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen valitulle kohderyhmälle. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9-10.)

Projekti on tehtäväkokonaisuus, jolla on selkeä alkamis- ja päättymisajankohta eli elinkaari. Elinkaarensa aikana projekti jakautuu ideasta suunnitteluvaiheen kautta

toteutukseen ja edelleen projektin arviointiin ja toimintojen loppuun saattamiseen. Kullakin vaiheella on tyypilliset ongelmansa ja toimintamallinsa. Projektin vaiheille on tyypillistä, että ne limittyvät toistensa kanssa. (Lahtinen 2018; Ruuska 2012, 22-23.)

Osa toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamisesta on tehdä siitä selvitys. Lopullinen tuotos toiminnallisessa opinnäytetyössä on aina konkreettinen tuote, kuten esimerkiksi tietopaketti, portfolio, kirja, ohjeistus tai tapahtuman järjestäminen. Raportoinnissa on siksi käsiteltävä myös sitä, millaisia keinoja on käytetty konkreettisen tuotoksen saavuttamiseksi. (Vilka & Airaksinen 2003, 51.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä on tutkiva ja kehittävä ote. Toiminnallisen opinnäytetyön tutkivan otteen pitää erottua opinnäytetyössä. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki tekeminen on pohjattu teoriaan. Tärkeää on, että toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Vilka & Airaksinen 2003, 51-56.)

## 6 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyömme tarkoituksena on euralaisen yläkouluikäisen nuoren osallistaminen ryhmätoiminnan keinoin.

Tavoitteenamme on tarjota yläkouluikäiselle nuorelle mielekästä vapaa-ajan toimintaa osallisuuden edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Henkilökohtaisena tavoitteenamme on saada lisää valmiuksia ja kokemusta ryhmätoiminnan järjestäjinä ja ohjaajina toimimiseen.

## 7 PROJEKTIN YHTEISTYÖTAHOT

Opinnäytetyömme tilaajana oli Euran kunta. Euran yhteiskoulussa opiskelee noin 400 yläkouluikäistä oppilasta. Kouluterveydenhoitajan työn tukena moniammatillisessa työryhmässä työskentelee psykiatrinen sairaanhoitaja, joka toimi opinnäytetyömme yhteyshenkilönä. Hänen vastuualueenaan Euran kunnan perusturvapalveluissa ovat nuorten kohderyhmälle annettavat mielenterveyspalvelut. (Euran kunnan www-sivut 2018.) Euran yhteiskoulussa yhteyshenkilönämme oli vararehtori, joka avusti ja ohjasi projektimme käytännön järjestelyitä koulun osalta. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus toimitettiin hyväksyttäväksi kunnan perusturvajohtajalle.

Opinnäytetyömme oli mukana osana TUKEE! -hanketta, jonka tavoitteena on nuorten aktivointi ja uusien ratkaisujen tuottaminen nuorten arjessa pärjäämiseen. Hankkeessa keskeisenä ideana on, että nuoret itse osallistuvat toisten nuorten tukemiseen ja heille suunnattujen palvelujen kehittämiseen ja käynnistämiseen. (TUKEE! -hankkeen www-sivut 2020.)

## 8 PROJEKTIN SUUNNITELMA

Esitietona tulevasta projektista meillä oli se, että työn tilaaja haluaa yläkouluikäisille nuorille kohdistettua vapaa-ajan toimintaa, joka tukisi syrjäytymisen ehkäisemistä ja lisäisi nuorten osallisuutta. Lähdimme 5.6.2018 Euran sote -keskukseen tapaamaan projektimme yhteyshenkilöä. Yhteyshenkilömme kanssa käydyssä keskustelussa nousi esille se, kuinka tärkeää olisi kehittää nuorten vapaa-aikaan sellaista mielekästä ja innostavaa toimintaa, johon nuoret voisivat suunnata energiaansa ja saada jotain järkevää tekemistä, eivätkä ajautuisi vain kylille kuljeskelemaan, ja toisaalta, jotta nuoret saataisiin kotoa liikkeelle. Tapaaminen selkeytti tulevaa projektiamme kohtaan asetettuja odotuksia ja helpotti meitä käynnistämään projektin valmistelun. Samalla ymmärsimme, että meille annettiin melko vapaat kädet ryhmätoiminnan käytännön järjestämiselle.

Projektimme suunnitelmaksi muotoutui ryhmätoiminnan järjestäminen yläkouluikäisille nuorille siten, että ryhmä kokoontuu kerran viikossa koulupäivän päätteeksi, ja ryhmätoimintaa toteutetaan prosessinomaisesti viisi kertaa, ja yhden toimintakerran kesto on noin kaksi tuntia. Ryhmään osallistuvat nuoret valikoituivat psykiatrisen sairaanhoitajan omasta asiakaskunnasta, ja alustavaksi ryhmätoiminnan osallistujamääräksi suunniteltiin 7-10 nuorta.

Projektin onnistumiseksi ryhmätoimintaan on valittava oikea määrä osallistujia. Ryhmän suositeltava osallistujamäärä on 6-10 osallistujaa. Pieni ryhmä on haavoittuvainen mahdollisten poissaolojen tai keskeytysten vuoksi. Jotta keskeytyksistä johtuva riski voidaan minimoida, on ryhmäkoko arvioitava tarkasti. Pieni ryhmä voi kuitenkin palvella osallistujia paremmin, koska heille jää enemmän aikaa ja tilaa ryhmässä. Kynnys puhumiseen madaltuu usein pienemmissä ryhmissä. (Suomen Mielenterveysseura 2016, 10; Ståhlberg 2019, 61-62.)

Ryhmätoimintaa suositellaan toteutettavaksi säännöllisten tapaamisten prosessina. Jatkotapaaminen pidetään 1-3 kuukauden tauon jälkeen. Mikäli ryhmän päättymisen jälkeen jollakin osallistujalla on selvä jatkotuen tarve, ohjataan hänet sopivan tuen pariin. Ryhmätoiminnan sisältö ja käsiteltävät aiheet räätälöidään osallistujien tuen tarpeiden, elämäntilanteiden ja toiveiden pohjalta, jotta ne hyödyttäisivät mahdollisimman hyvin ryhmään osallistuvia. (Suomen Mielenterveysseura 2016, 3, 11.)

On tärkeää suunnitella huolella ryhmätoiminnan kokonaisrakenne ja jokaisen yksittäisen tapaamiskerran aiheet. Suunnitelmaa tehdessä on koko ajan pidettävä mielessä, kenelle ryhmä on tarkoitettu, mitkä ovat sen tavoitteet ja mitä ryhmän toiminnalla halutaan saada aikaan. Suunnitteluvaiheessa ohjaaja paneutuu myös toteutustapoihin ja aikatauluun. Huolella etukäteen suunniteltu ohjaustoiminta näkyy ohjaajan omassa toiminnassa varmuutena ja selkeytenä. (Ståhlberg 2019, 53.)

Projektin suunnitteluvaiheessa tarvitaan teoretietoa olemassa olevasta ilmiöstä (Kananen 2010, 74). Ryhdyimme ideoimaan tulevaa ryhmätoimintaa tekemällä alustavaa kartoitusta nuorille sopivista toiminnan mahdollisuuksista. Lähtökohtana oli, että rajoitamme toiminnan Euran kunnan alueelle, jotta kaikilla ryhmäläisillä olisi mahdollisuus päästä sujuvasti paikalle. Ajatuksenamme oli myös se, että mahdollisen nuorta

kiinnostavan harrastuksen jatkuminen ryhmätoiminnan päättymisen jälkeen ei kaatuisi aikakaan liian pitkiin välimatkoihin tai hankaliin kulkuyhteyksiin.

Teimme tutustumiskäynnin Euran urheilutalolle selvittääksemme, millaiset tilat ja millaista toiminnallista tarjontaa siellä olisi mahdollista toteuttaa. Urheilutalolla on uimahalli, keilahalli, kuntosali ja muita erilaisia liikuntatiloja. Soitimme myös Euran Sport-Centeriin, jossa harrastevaihtoehtona on erilaisia mailapelejä ja biljardia. Kävimme tutustumassa myös Euran nuorisotalon tiloihin. Euran yhteiskoulun tilat, kuten liikuntasali ja luokkahuoneet ovat käytössämme ryhmätoiminnan toteuttamiseksi. Samoin Euran seurakunnan tiloja on mahdollista saada käyttöön. Näiden tietojen pohjalta laadimme suunnitelman ryhmätoiminnan teemoista.

## 8.1 Projektin aikataulu

Ryhmätoiminnan käynnistyminen ajoitettiin niin, että se voisi jatkua säännöllisesti kerran viikossa viiden viikon ajan. Aloitimme ryhmätoiminnan heti koululaisten syysloman jälkeen 31.10. jatkuen 30.11. asti. Tätä edeltävästi 8.10. toteutimme nuorten yksilötapaamiset ja mielipidekyselyt, joiden pohjalta ryhmätoiminnan tulevat teemat tarkentuivat. Lopputapaaminen toteutettiin kahden kuukauden kuluttua viimeisen ryhmätoiminnan päättymisestä.

## 8.2 Arviointisuunnitelma

Arviointia tulee tehdä koko projektin ajan. Tulee arvioida, saavutetaanko projektin tavoitteet ja onnistummeko minimoimaan riskit. Onko teorettinen viitekehys riittävän kuvaava, onko lähdetietoja riittävästi ja ovatko ne luotettavia. Jotta arviointi ei jäisi subjektiiviseksi, on hyvä kerätä palautetta tavoitteiden saavuttamisen arviointiin oman arvioinnin tueksi kohderyhmältä. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 154-157.) Ryhmätoiminnan onnistumista ja mielekkyyttä aiomme arvioida ryhmän jäseniltä kerättävän kirjallisen palautekyselyn avulla ryhmätoiminnan viimeisellä kerralla. Jokaisen tapaamiskerran päätteeksi pyydämme ryhmäläisiltä suullista palautetta ryhmätoiminnasta.

Projektissa teoriaan perehtyminen ja sen sisäistäminen on edellytys hyvälle toteutukselle (Vilkka & Airaksinen 2003, 51-56). Jokainen ryhmä käy läpi erilaisia vaiheita olemassaolonsa aikana. Käytämme ryhmätoiminnan arvioimisen välineenä Tuckmanin kehitysteoriaa, jonka avulla seuraamme ryhmän kehittymisen kulkua viiden vaiheen mallin mukaan. (Smith 2005; Tuckman 1965, 384–399.) Teorian tarkoituksena on antaa tukea ja vahvistusta ryhmäohjaajan roolillemme ryhmän vaihtuvissa kehitysvaiheissa.

Koska opinnäytetyöprosessi on pitkälle ajanjaksolle sijoittuva kokonaisuus, on tärkeää tehdä muistiinpanoja koko projektin ajan (Vilkka & Airaksinen 2003, 19-20). Jokaisen tapaamiskerran päätteeksi kokoamme omia ajatuksiamme päiväkirjaan ja teemme muistiinpanoja ryhmätoiminnan toteutumisesta ja onnistumisesta ja kehittämisen tarpeista.

### 8.3 Resurssit ja riskit

Minkä tahansa projektin onnistuminen riippuu paitsi projektista itsestään myös ulkoisista tekijöistä. Periaatteena pitäisi olla, ettei suunnitelma sisällä sellaisia merkittäviä riskejä, joiden toteutuminen on todennäköistä. (Silfverberg 1996, 58.) Projektin huolellisella valmistelulla, kuten toimintatilojen ennakkovaraamisella ja ryhmäteemojen suunnittelulla ja esivalmisteluilla pyrimme minimoimaan toimintaa vaikeuttavia tekijöitä.

Riskinä ryhmätoiminnan järjestämisessä on se, että saadaanko yläkouluikäiset nuoret osallistumaan projektiin. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, eikä osallistuminen ole pakollista. Jotta mahdollisimman moni nuori saataisiin osallistumaan ryhmätoimintaan, annamme nuorten itse vaikuttaa ryhmätoiminnan sisältöön toteuttamalla heidän omia toiveitaan ja sitä kautta ryhmätoiminnan tulisi olla nuorille mielekästä. Ryhmätoimintaan osallistuminen on nuorelle maksutonta, jolloin taloudellinen tilanne ei ole esteenä toimintaan osallistumiselle.

Resurssit määritellään sen perusteella, millaista toimintaa projektissa aiotaan tehdä ja mitä tuotoksia sillä pyritään aikaansaamaan. Resurssien vähäisyys voi muodostua

rajoittavaksi tekijäksi, jolloin projektin sisältöä pitää kokonaisuudessaan muuttaa. (Silfverberg 1996, 56.) TUKEE! -hankkeen kautta saamme projektimme toteuttamiseen tarvittavan määrärahan. Rahoituksen avulla saamme enemmän mahdollisuuksia ryhmätoiminnan käytännön toteuttamiseen.

## 9 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projektin toteuttaminen käynnistyi lokakuussa 2018. Yhteistyössä vararehtorin kanssa sovitimme ryhmään osallistuvien nuorten tapaamispäivän koululle siten, että se parhaiten sopisi nuorten lukujärjestykseen. Samalla kartoitettiin nuorten lukujärjestyksistä sellainen viikontapaaminen, mikä parhaiten sopisi ryhmätoiminnan toteuttamiseen.

Laadimme tiedotteen nuorille ja heidän huoltajilleen alkavasta ryhmätoiminnasta, ja ensimmäisen tapaamisen ajankohdasta (Liite 2). Lisäksi laadimme huoltajille osoitetut lomakkeet, joilla he myöntävät suostumuksena siihen, että oma nuori saa osallistua oppimisyhteistyöprojektiimme ja siihen sisältyvään ryhmätoimintaan (Liite 3). Kävimme viemässä tiedotteet ja lomakkeet koululle kaksi viikkoa ennen yksilötapaamispäivää, ja yhteyshenkilömme toimitti ne ryhmään valikoiduille nuorille.

### 9.1 Nuorten yksilötapaaminen

Maanantaina 8. lokakuuta menimme tapaamaan tulevan ryhmämme nuoria Euran yhteiskoululle. Yksilötapaamiset toteutettiin koulupäivän aikana. Saimme käyttöömmekoululta rauhallisen luokkatilan tapaamisten toteuttamiseksi. Viikkoa ennen yksilötapaamispäivää olimme saaneet sähköpostitse koulun yhteyshenkilöltä tarkan tapaamisaikataulun, johon oli sovitusti varattu 30 minuuttia yhtä nuorta kohden. Samassa sähköpostissa meille selvisi myös se, että ryhmäämme on osallistumassa kymmenen nuorta, jotka kaikki ovat tyttöjä.

Sisällön räätälöinti ryhmään osallistuvien tarpeiden ja toiveiden pohjalta vaikuttaa myönteisesti ryhmätoiminnan käynnistymiseen. Jo toiminnan suunnitteluvaiheessa

lähdetään liikkeelle henkilökohtaiselta tasolta. Ryhmätoimintaan osallistuvien nuorten osallistaminen sisällön suunnitteluun sitouttaa heitä ryhmään ja varmistaa ryhmästä saatavaa tukea ja hyötyä nuorelle. (Suomen mielenterveysseura 2016, 5-6.) Lähtökohtanamme oli se, että nuoret osallistetaan alkavaan toimintaan alusta asti siten, että he pääsevät itse vaikuttamaan tulevan ryhmätoiminnan sisältöön antamiemme raamien sisällä.

Yksi tapa kerätä aineistoa on kysely. Tiedonkeruumenetelmänä käytettävä kyselylomake on väline, jolla aineisto kerätään kohderyhmältä, eli niiltä, jotka kuuluvat ilmiön piiriin. Lomake koostuu kysymyksistä, joilla halutaan kerätä yksityiskohtaista tietoa ilmiöstä. Kyse voi olla jonkin asian tai ilmiön kartoittamisesta, tutkimisesta tai toimintamallin kehittämisestä. Lomakkeiden avulla voidaan kerätä tietoa esimerkiksi tosiasiasta, tiedoista ja mielipiteistä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 196-197; Kananen 2010, 74-75.)

Laadimme nuorten tapaamisen tueksi lyhyen mielipidekyselyn, jonka nuori sai täyttää tapaamisen lopuksi (Liite 4). Kyselyn avulla pystyimme paremmin kartoittamaan nuoria kiinnostavia toiminnan aiheita. Olimme keränneet lomakkeeseen erilaisia liikuntaa, kulttuuriin, taiteeseen ja käden taitoihin liittyviä harrastevaihtoehtoja. Koska tietoomme tuli, että kaikki ryhmään osallistuvat nuoret ovat tyttöjä, lisäsimme mielipidekyselyn harrastevalikoimaan muutamia tytöille sopivia teemoja. Kyselylomake sisälsi strukturoituja kysymyksiä valmiine vastausvaihtoehtoineen siten, että nuori pisteytti kiinnostavuuden mukaan jokaisen harrastevaihtoehdon Likertin asteikolla yhdestä viiteen (ei yhtään mielekäs – erittäin mielekäs). Likertin asteikot ovat tavallisimmin 5–7 portaisia ja vaihtoehdot muodostavat nousevan tai laskevan skaalan (Hirsjärvi ym. 2009, 198-200).

Ensimmäinen yksilötapaaminen oli klo 9. Ensimmäinen nuori ei kuitenkaan ilmestynyt paikalle, mutta seuraava nuori tuli ajallaan, ja hän kertoi edellisen nuoren olevan poissa koulusta. Aloitimme tapaamisen esittelemällä itsemme ja kertomalla opinnäytetyöprojektistämme, sen tarkoituksesta ja tavoitteista. Puhuimme myös ryhmätoiminnan luottamuksellisuudesta ja siitä, että jokainen osallistuja on ryhmässä nimettömänä, eikä kenenkään henkilöllisyys tule opinnäytetyön missään vaiheessa esille.

Tämän jälkeen nuori sai esitellä itsensä, ja kertoa halutessaan jotain itsestään. Nuoret saivat viimeisiksi täyttääkseen laatimamme mielipidekyselyn mielekkäistä harrastuksista. Kerroimme, että kyselyn tulosten pohjalta laadimme teemat ryhmätoimintaan, ja että jaamme sitten tiedotteen teemoista ja aikatauluista jokaiselle osallistujalle. Kaksi nuorta ei päässyt osallistumaan yksilötapaamiseen. Koulun yhteyshenkilömme toimi mielipidekyselyn välittäjänä poissaolleille, jotta kaikkien ryhmään valikoitujen nuorten mielipide tulee huomioiduksi eri teemojen pisteiden laskennassa.

Yksilötapaamisten jälkeen meille jäi kolme viikkoa aikaa suunnitella ryhmätoiminnan kokonaisuus, varata tarvittavat tilat ja välineet ryhmätoiminnan toteuttamista varten. Laadimme nuorille tiedotteen tulevasta ryhmätoiminnan teemoista ja aikatauluista ja toimitimme ne nuorille koulun yhteyshenkilömme välityksellä (Liite 5).

## 9.2 Ryhmätoiminnan teemat

Mielipidekyselyn tulosten perusteella nuorilla oli hyvin samankaltaiset toiveet ryhmätoiminnan teemoista. Tämä oli hyvä lähtökohta, koska samankaltaiset toiveet helpottavat nuorten samaistumista ryhmän jäseneksi ja lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta (Suomen mielenterveysseura 2016, 6). Pisteiden laskemisen jälkeen totesimme, että seitsemän erilaista teemaa erottuivat joukosta ja nousivat selvästi nuorten suosikeiksi. Koska toimintakertoja oli suunniteltu järjestettävän viisi kertaa ja teemoista seitsemän nousi suosikeiksi, teimme päätöksen yhdistää kahteen teemapäivään kahden eri aihealueen yhdistelmät. Näin toimimalla pystyisimme parhaiten vastaamaan nuorten toiveisiin ja tarjoamaan nuorille sellaiset ryhmätoiminnan aiheet, mitkä heissä itsessään eniten herättivät kiinnostusta, ja toiminta olisi mahdollisimman hyvin nuorten omista toiveista lähtevää ja mielekästä. Teemoiksi valikoitui levyraati, hohtokeilaus, kynsien hoito ja kampaukset, elokuvat sekä kokkailu ja tilataide.

### 9.2.1 Levyraati

Ryhmätoiminta pääsi käynnistymään heti koululaisten syyslomaviikon jälkeisellä viikolla. Ensimmäinen toimintakerta toteutettiin koululla. Olimme varanneet sieltä luokkatilan ja yhteyshenkilömme tuli ohjaamaan meidät oikeaan luokkaan ja avaamaan

oven. Olimme varanneet puoli tuntia aikaa tehdä käytännön järjestelyt valmiiksi luokassa alkavaa levyraatia varten. Laitoimme pulpetit puoliympyrän muotoon, jotta kaikki ryhmäläiset näkisivät toisensa ja vuorovaikutus olisi näin ollen helpompaa. Myös me ohjaajat istuimme nuorten kanssa puoliympyrässä. Toinen meistä huolehti levyraadin käytännön tehtävistä, kuten musiikin soittamisesta ja pisteiden laskusta. Mukaan koululle olimme ottaneet Bluetooth-kaiuttimen, jolla saatiin älypuhelimien kautta aikaan hyvä äänentoisto luokahuoneeseen. Pisteidenlasku tehtiin luokan isolle liitutaululle kaikkien nähtäväksi ja tarkistettavaksi.

Koska valtaosa nuorista tuli ryhmään suoraan koulupäivän päätyttyä ja mahdollisesti nälkäisinä, niin olimme varautuneet tilanteeseen tuomalla mukanaamme hieman välipalaa; keksejä, hapankorppuja, tuorejuustoja, banaaneja, mandariineja ja mehua. Laitoimme tarjottavat kauniisti esille luokan takaseinustalle, josta jokaisen oli niitä helppo noutaa.

Menimme sovitusti ryhmäläisiä vastaan koulun pääovelle, mistä siirryimme yhdessä luokkaan. Ryhmän kymmenestä nuoresta kahdeksan saapui paikalle. Yksi oli kipeänä ja toinen oli ilmoittanut osallistuvansa vasta seuraavalla kerralla. Nuoret tapasivat toisensa ryhmässä nyt ensimmäistä kertaa. Kaikki eivät tunteneet toisiaan entuudestaan. Muutamat heistä olivat samalta luokalta, osa rinnakkaisluokilta ja yksi nuori tuli toisesta koulusta.

Aloitimme toiminnan kertomalla ensin itsestämme. Ryhmän alkuvaiheessa ryhmäohjaaja rohkaisee ryhmän jäseniä tutustumaan toisiinsa. Tutustuminen voidaan aloittaa perinteisellä esittelykierroksella. Ryhmäohjaaja voi tukea alkujännitystä esittelemällä ensin itsensä. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 63-65.)

Kävimme läpi tulevaa ryhmätoimintaa ja siihen valikoituneita nuorten valitsemia teemoja. Lisäksi ehdotimme, että perustaisimme ryhmänsisäisen WhatsApp-ryhmän, jotta yhteydenpitoimme helpottuisi ja mahdollinen tiedottaminen molemmin puolin olisi sujuvaa. Ehdotus sopi kaikille, ja pari nuorta aloittivatkin heti vapaaehtoisesti hoitamaan asiaa keräten kaikilta puhelinnumerot.

Alkuinfon jälkeen jokainen ryhmässä oleva sai esitellä itsensä ja kertoa vapaasti itsestään. Melko lyhytsanaisesti nuoret itsensä esittelivät, lähinnä nimen ja koululuokan kertoivat. Muutama nuori rohkaistui kertomaan hieman enemmän itsestään, perheestään tai harrastuksestaan. Jokainen askarteli itselleen lisäksi nimikyltin, jotta nimien muistaminen helpottuisi ja tultaisiin tutuiksi.

Olimme pyytäneet nuorille etukäteen annetussa tiedotteessa, että he miettivät jo kotona valmiiksi sellaisen kappaleen, minkä haluavat levyraadissa soitettavaksi ja mahdollisia perusteluja ja taustoja sille, miksi juuri se kappale on haluttu valita. Levyraati koki aluksi käynnistysvaikeuden, kun kukaan nuorista ei halunnut soittaa ensimmäisenä valitsemaansa kappaletta. Me ohjaajat olimme itsekin valinneet omat kappaleemme soitettavaksi. Tilanteen helpottamiseksi teimme levyraadin avauksen soittamalla ensimmäisenä itse valitsemamme kappaleen perusteluiden kera. Kun ensimmäinen kappale oli soitettu, niin myös nuoret rohkaistuivat tuomaan omat kappaleensa soitettavaksi.

Nuoret olivat pääosin hyvin valmistautuneet teemaan ja miettineet oman kappaleensa etukäteen ja perusteluitakin valinnalle olivat hyvin pohtineet. Nuorten aktiivisuus ja osallistuminen oli vaihtelevaa, kaikilla ei omaa kappaletta ollut ja kaikki eivät halunneet kommentoida toisten valitsemia kappaleita, mutta pisteitä kuitenkin kaikki antoivat.

Perustelut kappalevalinnoille jäivät monien nuorten osalta aika suppeiksi. Suosituin perustelu oli, että ”tää biisi on vaan niin hyvä” ja ”tää on mun lemppari”. Parilla nuorella oli valitsemaansa kappaleeseen perusteluna jokin muisto tilanteesta, jossa nuori oli kuullut valitun kappaleen ensimmäistä kertaa. Osalla nuorista olisi ollut useampiakkin kappaletta soitettavaksi. Kahdella nuorella ei ollut mitään kappaletta etukäteen mietittynä. Toinen heistä keksi kuitenkin soitettavan kappaleen levyraadin aikana, toinen ei halunnut nimetä mitään kappaletta levyraatiin.

Soitetut kappaleet arvioitiin asteikolla 4-10. Pisteitä antaessaan kaikilla oli omalla vuorollaan mahdollisuus antaa suullista arviointia kappaleesta ja perustella antamaansa pistemäärää. Perustelut jäivät melko pintapuolisiksi. Suosittuja perusteluita oli, että ”biisissä on hyvä tai tarttuva soundi”, tai ”hyvät sanat”. Levyraadin päätyttyä laskettiin

pisteet ja julistettiin Popedan Pitkä kuuma kesä voittajaksi ja laitoimme voittokappaleen soimaan.

Lopuksi tiedustelimme nuorilta suullisesti, miltä ensimmäinen toimintapäivä on heidän mielestään vaikuttanut, oliko vastannut ennakko-odotuksia ja olisiko jotain voinut tehdä toisin. Toiminnan päätyttyä kevyt puheensorina täytti luokan. Muutamat nuoret halusivat jäädä auttamaan meitä luokan siivouksessa ja järjestämisessä ja samalla juttelivat kanssamme niitä näitä.

### 9.2.2 Hohtokeilaus

Toiseksi ryhmätoimintakerraksi olimme varanneet Euran urheilutalolta keilausvuoron hohtokeilausta varten. Nuorista seitsemän saapui paikalle. Tiedustelimme nuorilta, onko heillä havaintoja kolmesta puuttuvasta nuoresta, joita ei nyt paikalla näkynyt. Paikalle saapuneet nuoret ilmoittivat olevansa aika varmoja siitä, että nämä kolme puuttuvaa nuorta eivät aio enää osallistua järjestämäämme ryhmätoimintaan.

Ennen keilausvuoromme alkua kokoonnuimme uimahallin kahvilaan. Meillä oli hetki aikaa jutustella ja vaihtaa kuulumisia nuorten kanssa. Huomasimme, että isompi jännitys oli hieman hälventynyt ja keskustelu oli jo luontevampaa. Samalla suunnitelimme yhdessä nuorten kanssa tulevaa kokkailuteemaa. Kyselimme nuorten mielipiteitä siitä, millaista syötävää he haluaisivat silloin valmistaa. Nuoret ratkaisivat asian nopeasti päättäen harvinaisen yksimielisesti, että tehdään pizzaa ja leivotaan jälkiruokaksi mutakakkua. Oli hauska havaita, kuinka nuoret lähes yhtä aikaa kaivoivat puhelimia taskuistaan ja alkoivat googlettaa mutakakun reseptejä ja vertailla niitä yhdessä. Mieleisen reseptiversion löydettyään nuoret jakoivat sen WhatsApp -ryhmäämme, jotta me ohjaajat osaamme hankkia tarvittavat raaka-aineet ja tarvikkeet kokkailupäivää varten. Kirjasimme ylös myös nuorten toiveet pizzan täytteistä.

Siirryimme keilahalliin. Olimme varanneet ryhmän käyttöön kaikki kuusi rataa, jolloin itsemme mukaan lukien jokaiselle radalle tulisi kaksi keilaajaa. Nyt kun ryhmästä kolme nuorta puuttui, niin tilaa oli väljemmin. Nuoria oli nyt pariton määrä. Seurasimme mielenkiinnolla parien muodostumista, ja olimme varautuneet olemaan

mahdollisesti yksin jäävän nuoren parina. Nuorista kolme halusivat samalle radalle, ja loput neljä muotoutuivat sujuvasti pareiksi, eikä yksinjäämisen uhkaa syntynyt. Olimme varanneet keilaukseen aikaa tunnin ja se tuntui menevän keilatessa todella nopeasti.

Meillä ohjaajilla oli nyt huoli tulevasta kokkailuteemasta. Tuli hieman yllätyksenä, että nuoret todellakin haluavat kokkailla pidemmän kaavan mukaan sekä pääruuan että jälkiruuan. Ja koska esimerkiksi pizzan täytteistä syntyi hyvin erilaisia toiveita, niin oli selvää, että pizzoja pitää leipoa monta erilaista. Olimme varanneet Euran nuorisotalon tilat kokkailuun. Nuorisotalolla on kuitenkin rajoittuneet leipomismahdollisuudet ja -välineet, ja yhden uunin varassa aikataulumme pettäisi. Vaihtoehtoiksi jäi kokkailun supistaminen pienimuotoisemmaksi tai sopivampien tilojen löytäminen laajempaa kokkailua varten. Aloimme viipymättä selvittämään, olisiko esimerkiksi yhteiskoulun kotitalouden luokkaa mahdollista saada käyttöön.

### 9.2.3 Kynsien hoito ja kampaukset

Kolmas ryhmätoimintakerta järjestettiin Euran yhteiskoululla, josta olimme saaneet luokan käyttöömmek. Tämän kertaisia teemojamme olivat kampaukset ja kynsienhoito. Kynsien laittoa ja hoitoa varten olimme hankkineet erivärisiä kynsilakkoja, kynsitarroja ja kynsienhoitotarvikkeita. Hiusten laittoa varten meillä oli mukana kirjastosta lainattuja kampauskirjoja. Olimme myös tulostaneet muutamia peruskampauksien malleja ja ohjeita, joita nuoret voivat toiminnan päätteeksi ottaa halutessaan mukaan kotiin. Olimme varanneet erilaisten kampausten tekoa varten hiuslenkkejä, pinnejä, hiuslakkaa ja muita muotoilutuotteita, suoristusrautoja ja föönin. Olimme varanneet myös pientä välipalaa ryhmäläisille.

Edelliskerran tapaan seitsemän nuorista saapui paikalle. Saimme varmistuksen siihen, että kolmea puuttuvaa nuorta emme ryhmässämme tulisi enää näkemään. Kahdessa tunnissa nuoret tekivät toisilleen upeita kampauksia ja kauniita kynsiä ja lähtivät hienoina kotiin. Meidän ohjaajien tehtäväksi jäi olla tarvittaessa avustamassa käytännön järjestelyissä ja pitää yllä ja tukea sosiaalista kanssakäymistä nuorten kanssa.

Ryhmätoiminnan loppupuolella keräsimme nuorilta samalla suullista palautetta ryhmätoiminnasta.

#### 9.2.4 Kokkailu ja tilataide

Neljännelle ryhmätoimintakerralle olimme yhdistäneet kaksi eri teemaa, kokkailun ja tilataiteen. Tätä kertaa varten olimme varanneet etukäteen Kauttuan nuorisotalon tilat, mutta saadessamme tiedon, että koulun kotitalousluokassa on vapaita ajankohtia kokkailulle, niin peruimme nuorisotalon varauksen. Nopean varaustarpeen vuoksi tämä edellytti ennalta suunnitellun aikataulun muuttamista siten, että vaihdoimme kahden eri ryhmätoimintapäivän teemoja keskenään, jotta kotitalousluokka olisi vapaana. Koska olimme perustaneet ryhmänsisäisen WhatsApp -ryhmän, niin ryhmän tiedottaminen teeman ja toteutuspaikan muutoksesta onnistui sujuvasti.

Koulun kotitalousluokassa oli erinomaiset puitteet leipomiselle. Luokassa oli neljä pientä täysvarustettua keittiötä. Ryhmän koko oli vakiintunut seitsemään nuoreen, ja he jakautuivat kolmeen ryhmään. Nuoret saivat itse muodostaa ryhmänsä. Ryhmien jako sujui sopuisasti ja kaikille löytyi paikka ryhmissä. Kahteen ryhmään tuli kolme nuorta ja kolmanteen kaksi. Me ohjaajat olimme neljännessä keittiössä, josta jaoimme leivontaraaka-aineita ja ohjasimme pienryhmiä. Koska tilat olivat leipomiselle hyvät, niin jokainen pienryhmä sai leipoa oman yhteisen mutakakun, ja jokainen sai leipoa oman pizzan omilla mieleisillä täytteillä. Koska ryhmäläiset suoriutuivat lähes itsenäisesti ruuanvalmistuksesta, niin ohjaajillekin jäi aikaa leipoa omat pizzansa.

Samana toimintakertana toteutimme tilataidetta. Olimme hankkineet kaksi isoa kartonkipahvia, joihin ryhmäläisten oli tarkoituksena taiteilla yhdessä kaksi erilaista taulua. Toisen taulun aiheena oli ”mikä tekee minut onnelliseksi”, ja toisen taulun aiheena ”mistä tulen surulliseksi”. Olimme varanneet askarteluun värikyniä, tusseja ja sormivärejä, tarroja sekä ison pinon aikakauslehtiä, joista sai halutessaan leikata kuvia ja tekstejä tauluihin. Jokainen ryhmäläinen sai tehdä tauluja omaan tahtiinsa ruuanvalmistuksen odotusajoilla ja leipomisen päätteeksi. Teimme havainnon, että kaikki nuoret askartelivat vain sitä taulua, jossa oli onnellisuus -aihe. He liimailivat siihen lehti-leikkeitä, joissa oli iloisia perhekuvia ja monia eläimiä, sekä valmiita tekstejä. He

käyttivät myös tusseja tauluun piirtämiseen. Surullisuus-aiheinen taulu jäi kokonaan tyhjäksi.

Tilataiteen tuotoksen pohjalta pohdimme ryhmässä, mikä omassa arjessa ja itsessä kantaa ja tukee jaksamista ja hyvinvointia, ja mitkä tekijät taas kuluttavat niitä. Surullisuutta koskevia aiheita nuoret eivät suullisestikaan tuoneet esiin, vaan keskustelimme yhdessä onnellisuutta lisäävistä asioista. Tilataiteen pohjalta onnellisuutta lisäävinä tekijöinä nousi nuorilta esille oma perhe, lemmikit ja ystävät, hyvä ruoka ja harrastukset, kuten ratsastus.

Lopuksi ryhmäläiset siivosivat omat keittiönsä ja kattoivat yhdessä pöydän ja pääsimme nauttimaan leipomuksista vatsan täydeltä. Ohjaajatkin saivat maistiaisia nuorten leipomista mutakakuista. Jäljelle jääneet leipomukset nuoret saivat pakata mukaansa kotiin viemiseksi. Tiedustelimme nuorten mielipidettä vielä siitä, mitä tehdään taululla, jonka nuoret askartelivat. Nuoret pohtivat, olisiko sen paikka jossain tiloissa koulun seinällä, vai annetaanko se jollekin lahjaksi. Nuorten ehdotus siitä, että taulu toimitettaisiin kunnan psykiatriselle sairaanhoitajalle, oli kaikkien mielestä paras ajatus. Lupasimme kehystää taulun ja toimittaa sen perille.

### 9.2.5 Elokuva

Viimeisenä teemana ryhmätoiminnassa oli elokuva. Olimme alun perin suunnitelleet, että järjestelisimme koulun luokkatilaan mukavan paikan, jossa voisi pehmeiden patjojen ja isojen tynnyjen seassa katsoa nuorten valitsemaa elokuvaa ja napostella popcornia ja karkkia. Edellisellä ryhmätoimintakerralla olimme kuulleet pientä kritiikkiä elokuvan toteuttamissuunnitelmasta. Nuorten mielestä koulun tiloissa elokuvan katsominen olisi tylsää, koska koulun televisiot ovat pieniä, ja koska kaikki leffat on jo nähty. Nuoria kiinnosti elokuvateatterissa pyörivät ensi-illat. Koska projektiimme varattua määrärahaa oli vielä jäljellä, teimme ratkaisun tarjota nuorille elokuvan paikallisessa elokuvateatterissa. Ajattelimme, että aktiivisesta ja hyvin sujuneesta ryhmätoiminnasta on aihetta palkita nuoria viimeisellä ryhmätoimintakerralla menemällä elokuvaan.

Tämä suunnitelman muutos otettiin ryhmässä iloisina vastaan. WhatsApp -ryhmän kautta toteutimme äänestyksen, jossa oli ehdolla kolme elokuvissa pyörivää elokuvaa. Äänestyksen perusteella elokuvaksi valittiin Ihmeotukset. Muutimme vielä ryhmätoimintapäivän toteuttamisen keskiviikkopäivään alkuperäisen perjantain sijaan, koska monelle nuorelle oli tullut este päästä perjantaina paikalle. Elokuvateatteriin saapui kuuden nuoren ryhmä. Jo vakiintuneesta seitsemän nuoren ryhmästä yksi oli estynyt pääsemästä paikalle, ja hän ilmoitti siitä meille WhatsApp -ryhmän kautta.

Elokuvan jälkeen keskustelimme yhdessä elokuvan erilaisista juonenkäänteistä ja kohtauksista. Yksi nuorista oli nähnyt jo kertaalleen saman elokuvan, mutta kertoi elokuvan olevan sellainen, minkä voi katsoa monta kertaa. Ennen nuorten lähtöä jaoimme kaikille palautelomakkeet, jossa nuoret saivat arvioida ja antaa palautetta ryhmätoiminnasta kuluneiden viiden viikon ajalta. Itse annoimme nuorille suulliset kiitokset ryhmätoimintaan osallistumisesta sekä positiivista palautetta toiminnan onnistumisesta, hyvästä ryhmähengestä ja nuorten aktiivisuudesta.

### 9.3 Lopputapaaminen

Ryhmätoiminnan päättymisen jälkeen teimme viimeisen käynnin koululle kahden kuukauden tauon jälkeen tavataksemme ryhmäläiset vielä kerran. Koska koimme, että viimeisellä ryhmätoimintakerralla elokuvateatterissa nuorille jäi liian vähän aikaa palautelomakkeen täyttämiseen ja palaute jäi aika suppeaksi, niin mukaanamme meillä oli vielä yhden palautelomakkeen, joissa toivoimme vielä tarkennettua palautetta ryhmätoimintaprojektista.

Sovimme tapaamisen koululle nuorten koulupäivän päätteeksi WhatsApp -ryhmän kautta. Paikalle tuli 5 nuorta. Mukaanamme veimme nuorille nähtäväksi heidän askar-telemansa tilataidetaulun nyt kehystettynä. Myös pientä naposteltavaa laitoimme tarjolle. Nuoret täyttivät palautelomakkeet ja vaihdoimme avoimesti kuulumisia. Kiitimme nuoria aktiivisesta ja innokkaasta osallistumisesta ryhmätoimintaan ja toivomme nuorille hyvää jatkoa halausten kera. Tapaamisen päättyttyä veimme tilataidetaulun terveyskeskukseen psykiatriselle sairaanhoitajalle. Oli aika poistaa käytöstä ryhmäläisten kanssa yhteinen WhatsApp -ryhmä.

## 10 PROJEKTIN ARVIOINTI

Ryhmätoimintaan osallistuviin nuoriin tutustuminen alkoi yksilötapaamisilla. Nuorten ensimmäinen kohtaaminen oli meistä jännittävää. Tuntui, että olemme vain tilanteen armoilla, koska emme voineet tietää ennakoon, millä tuulella nuoret ovat ja millainen on nuorten kiinnostuksen ja motivaation taso alkavaa projektia kohtaan. Projekti oli nuorille vapaaehtoista, mutta kuitenkin kunnan psykiatrisen sairaanhoitajan suosittelemaa.

Jännitystä ei vähentänyt se, että heti ensimmäinen nuori jäi saapumatta tapaamiseen. Ehdimme jo pohtia syitä siihen. Onko tapaamisaikataulut varmasti saavuttaneet nuoret? Olemmeko varmasti oikeassa luokassa? Eikö projektimme vain kiinnosta nuoria? Seuraavan nuoren saapuminen ajallaan hälvensi epäilyjämme hänen kerrottuaan, että ensimmäinen tulija oli sairaana poissa koulusta, eikä siksi päässyt paikalle.

Ensitapaamisissa oli ilmassa molemminpuolista jännitystä, mutta yritimme parhaamme mukaan luoda tilanteesta hyväntuulista ja rentoa. Toiset nuoret olivat puhelaita, ja he kertoivat avoimesti esimerkiksi harrastuksistaan, ja he vaikuttivat olevan uteliaan kiinnostuneita tulevaa ryhmätoimintaa kohtaan. Toiset nuoret eivät sanoneet juuri muuta kuin oman etunimensä. Osaan nuorista oli vaikea saada katsekontaktia. Monen nuoren kohdalla vuorovaikutuksen ylläpitäminen oli meidän ohjaajien vastuulla. Jäi tunne, että osalla nuorista oli sellainen asenne, että pitäisi nopeasti vain päästä pois luokasta, ja että heitä ei kiinnosta yhtään koko projekti. Pyrimme silti pitämään yllä positiivista ilmapiiriä, ja näyttämään, että olemme aidosti kiinnostuneita jokaisen nuoren mielipiteistä. Jokainen nuori sai puhua sen verran kuin hänestä itseltään tuntui hyvältä.

Nuorilta saamamme mielipidekyselyn vastaukset mielekkäistä harrasteista antoivat meille tärkeää tietoa, joiden avulla pystyimme suunnittelemaan ryhmätoiminnan teemat juuri tämän kohderyhmän tarpeisiin. Koimme kyselyn toteuttamisen hyväksi menetelmäksi tiedonkeruussa. Aikaa yksilötapaamiseen oli varattuna puoli tuntia yhtä nuorta kohden, ja se riitti hyvin. Todellisuudessa yksilötapaamisen pituudeksi tuli 15-20 minuuttia. Yksilötapaamisten jälkeen koimme pientä epävarmuutta siitä, kuinka

monta osallistujaa saamme tulevaan ryhmätoimintaan. Positiivista oli se, että jokainen tapaamamme nuori täytti mielipidekyselyn, ja sen perusteella ajattelimme, että ainakin jollakin tasolla nuoria ryhmätoiminta kiinnostaa.

*Ensimmäisellä ryhmätoimintakerralla* aiheena oli levyraati. Vaikka olimme asetelleet pulpetit luokassa puoliympyrän malliseksi vuorovaikutuksen tueksi, niin joku nuorista halusi kuitenkin omiin oloihinsa luokan nurkassa olevaan pulpettiin. Emme tehneet asiasta numeroa, vaan annoimme nuorten valita haluamansa istumapaikat. Pidimme tärkeänä sitä, että nuoret ovat joka tapauksessa paikalla, ja kiittelimme ryhmäläisiä siitä.

Itsensä esittelykierroksella nuoret hyvin vaihtelevasti kertoivat itsestään. Oli ymmärrettävää, että tilanne jännitti monia, koska monet nuorista olivat vieraita toisilleen ja he tapasivat toisensa nyt ensimmäistä kertaa. Tunnelmaa vapauttaaksemme esittelimme ensin itsemme, ja pyrimme olemaan rentoja, avoimia ja humoristisiakin. Onnistuimme saamaan hymyä ja hihitystä luokkaan, ja siitä olimme hyvillämme. Oli hyvä ratkaisu aloittaa levyraati itse valitsemallamme kappaleella, sillä se varmasti hieman vähensi nuorten epävarmuutta ja alensi rimaa tuoda omaa kappalettaan kuunneltavaksi.

Tuckmanin kehitysvaiheiden teorian valossa ensimmäinen ryhmätoimintakerta oli selvästi ilmapiiriä tunnustelevaa, ja keskusteleminen oli varovaista ja nuoret lähinnä tarkkailivat muiden ryhmäläisten osallistumista ja kuuntelivat puheenvuoroja. Ryhmän muodostumisvaiheessa (forming) ohjaajan roolin tulee olla selkeä, eikä vastuuta saa jakaa liikaa. Ohjaajalla on tärkeä rooli auttaessaan ryhmää alkuun. Ohjaajan tehtävänä on luoda turvalliset puitteet toiminnalle, jolla epävarmuutta ja epätietoisuutta voidaan vähentää. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 24; Smith 2005.)

Koemme, että selvisimme ohjaajina ensimmäisestä ryhmätoimintakerrasta jännityksestä huolimatta ihan hyvin. Saimme vapautettua tunnelmaa huumorin avulla ja olemalla avoimia ja hyväksyviä. Vältimme jakamasta nuorille liikaa vastuuta ja annoimme nuorten osallistua levyraatiin heidän henkilökohtaisten valmiuksiensa mukaan. Koimme, että oman persoonan käyttäminen työvälineenä tuki ohjaamista (Ståhlberg 2019, 30). Nuorten suullista palautetta ensimmäisestä ryhmätapaamisesta

kysyttäessä oli suurin osa vain hiljaa. Yhden nuoren kommentti oli, että ”ihan jees”, johon osa nuorista yhtyi nyökyttämällä päätään.

Pientä kömpelyyttä meidän ohjaajien taholta tuli esiin levyraadoin pisteiden laskemisessa. Ehkä itseämmekin jännitti sen verran, että laskupää ei meinannut toimia. Koska käytimme liitutaulua pisteiden laskussa, niin nuorten oli helppo tarkistaa ohjaajien laskuvirheitä, ja tilanteesta syntyikin lopulta humoristista tunnelmaa: nuoret olivat parempia matematiikassa.

*Toisella ryhmätoimintakerralla* olimme hohtokeilaamassa. Lähes kaikki ryhmän nuoret olivat käyneet keilaamassa ennenkin, mutta hohtokeilaus oli monelle uusi kokemus. Pystyimme siis tarjoamaan nuorille uuden kokemuksen. Olimme etukäteen varmistaneet saavamme tarvittaessa ohjausta keilaamisen tekniikkaan keilahallin vetäjältä. Ohjausta ei tarvittu, sillä nuoret keskenään ohjasivat ja neuvoivat niitä, joilla oli vähemmän kokemusta lajista. Olimme hyvillämme havaitessamme, miten hyvin ryhmän nuoret tulivat toimeen keskenään ja kuinka sujuvasti keilaamisjoukkueet syntyivät. Ketään ei jätetty ulkopuolelle.

Nuorten keskuudessa oli nähtävissä positiivista kilpailuhenkeä ja iloisia onnistumisen kokemuksia. Kenenkään taitoja ei arvosteltu. Ryhmän nuoret tulivat selvästi jo tutummiksi toisilleen, ja myös ohjaajat haluttiin mukaan kilpailuun. Oli myös hienoa havaita se, kuinka nuoret huomioivat toisiaan, eikä ketään jätetty yksin. Myös me ohjaajat olimme vapautuneempia, ja jännittäminen peittyi itse toimintaan.

Ryhmä oli Tuckmanin kehitysvaiheiden mukaan hypännyt suoraan kolmannelle tasolle, yhdenmukaisuusvaiheeseen (Smith 2005). Nuoret olivat aktiivisia ja itseohjautuvia ja ryhmän jäsenten välillä vallitsi yhteisymmärrys ja joustavuus. Tässä vaiheessa ohjaajien ei tarvitse enää olla dominoivia vaan päinvastoin, ohjaajan tulee vetäytyä ja antaa tilaa muille ryhmän jäsenille (Smith 2005). Annoimme nuorten keilata vapaasti omilla radoillaan, ja kiersimme katsomassa nuorten onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksia ja kehuimme ja kannustimme heidän suorituksiaan.

Lopuksi pyysimme nuorilta suullista palautetta päivän teemasta ja sen onnistumisesta. Nuorten mielestä hohtokeilaus oli mukavaa, ja muutamalle nuorelle uusi positiivinen

kokemus. ”Vois tulla toistekin”, oli yhden nuoren kommentti, ja toinen sanoi, että ”oltais voitu keilata kauemminkin”. Nuorten mielestä oli mukavaa, kun keilaamassa pääsee kilpailemaan. Eniten kaatoja saanut joukkue saikin erityiskehuja. Positiivisena nuoret näkivät myös sen, että myös ohjaajat osallistuivat kilpailuun.

*Kolmannella ryhmätoimintakerralla* nuoret olivat selvästi elementissään päästessään lakkailemaan kynsiä ja tekemään toisilleen kampauksia. Nuorista näkyi, että teema oli heille erittäin mieleinen ja he uppoutuivat tekemiseen. Koska nuoria oli paikalla pariton määrä, niin toinen ohjaajista oli yhden nuoren parina. Toiminta sujui hienosti ja kynsi- ja hiustarvikkeiden runsas valikoima olivat nuorille mieluisia.

Nuoret olivat hyvin aktiivisia ja innostuneita, Tuckmanin kehitysvaiheiden mukaan edelleen yhdenmukaisuusvaiheessa (norming). He olivat löytäneet oman paikkansa ja omaksuneet tavoitteet ja toimintatavan ryhmässä. (Smith 2005). Meidän ohjaajien tehtäväksi jäi antaa tilaa nuorten luovuudelle ja antaa tukea ja neuvoja tarvittaessa.

Teemaa valmistellessamme jouduimme puntaroimaan omia taitojamme kampausten ja kynsien hoidon osaamisestamme. Pohdimme, tarvitsemmeko alan ammattilaista ohjaamaan nuoria tälle toimintakerralle. Ystäväpiirissämme olisi ollut käytettävissä kampaaja tähän teemaan. Tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että omien tyttäriemme äitienä meillä on riittävästi omakohtaista kokemusta kampausten tekemisestä, ja kirjastosta saimme lainattua hyvää havainnoivaa aineistoa hiusten laittamiseen. Nähdessämme nuorten tekemiä kampauksia totesimme, että nuoret olivat niin taitavia, että huolestamme ulkopuolisen ammattilaisen käyttämisen tarpeesta oli turhaa.

Nuorten suullisessa palautteessa saimme kiitosta siitä, että olimme osanneet hankkia ”kaikkii ihaniä kynsitarroja ja glitterii ja just parhaita hiuslakkoja”. Kommentti hymyilytti meitä, sillä tarvikkeostoksille lähtiessämme olimme vielä aika tietämättömiä siitä tarjonnasta, mitä kaikkea juuri kynsien koristelemiseen olemassa on. Osuimme aika onnekkaasti juuri nuorille mieleisiin tarvikkeisiin. Nuorten mielestä ryhmätoiminta oli ”tosi kivaa tekemistä”.

*Neljännellä ryhmätoimintakerralla* teemana oli kokkailua ja tilataidetta. Osoittautui oikein hyväksi ratkaisuksi varata nuorisotalon sijasta kokkailemiseen

tarkoituksenmukaiset tilat koulun kotitalousluokasta. Tilat olivat nuorille jo valmiiksi tutut koulun kotitalouden tunneilta, ja he osasivat käyttää kaikkia kodinkoneita sujuvasti ja löysivät tarvittavat keittiövälineet pikkukeittiöistä helposti, jolloin nuoret saivat keskittyä suoraan itse kokkailemiseen. Seitsemän nuoren jakautuminen kolmeksi ryhmäksi sujui nuorilta hyvässä hengessä omatoimisesti ja nopeasti, ryhmien kokoonpano oli sama kuin jo aiemmin hohtokeilailmassa.

Nuoret olivat lähes kaikki taitavia kokkailijoita. Valtaosa nuorista kertoi leipovansa ja valmistavansa erilaisia ruokia kotona, ja heillä otteet ruuanlaitossa olivatkin selvästi harjaantuneita. Yhdelle nuorelle ruuan valmistaminen oli haastavampaa, mutta hänkin suoriutui hyvin pienryhmän mukana, kun toiset nuoret auttoivat ja ohjasivat häntä. Annoimme nuorille kannustavaa palautetta hyvin toimivasta yhteistyöstä pienryhmissä.

Tuckmanin kehitysteorian mukaan nuoret olivat siirtyneet selvästi hedelmällisen yhteistyön ja toimivan yhteisöllisyyden (performing) vaiheeseen (Smith 2005). Ryhmä toimi tehokkaasti hyödyntäen nuorten erilaista osaamista ja taitoja, ja he jakoivat tehtäviä ryhmän sisällä sujuvasti. Pienissä ryhmissä oltiin hyvin tehtävääorientoituneita ja niissä aikaansaatiin selvää tulosta. Leipomukset olivat onnistuneita ja herkullisia, ja nuoret olivat selvästi ylpeitä aikaansaannoksistaan.

Tilataiteen teema oli yhdistetty samaan kokkailuteeman kanssa. Kokkailujen väliaikoina nuorten tarkoituksena oli askarrella tilatauluja. Onnellisuustaulun ympärillä oli ajoittain ruuhkaa, mutta surullisuustaulua kukaan ei halunnut tehdä. Kysyessämme, eikö kukaan keksi toiseen tauluun askarreltavaa, niin vastauksia nuorilta oli, että ”ei nyt viitti pilata tunnelmaa surullisilla asioilla”, ja että ”onnellinen aihe on paljon mukavampi”.

Me ohjaajat jäimme pohtimaan syitä sille, miksi nuoret eivät tehneet ollenkaan toista tilatauluja. Johtuiko se ryhmän ilmapiiristä? Eikö ryhmän sisällä ollut turvallista tuoda surullisia asioita esiin? Vai oliko aikaa liian vähän, kun yhdistimme kaksi teemaa yhteen, vai eikö nuorilla riittänyt energiaa molempiin teemoihin? Vai oliko vain tosiaan niin, että nuoret eivät halunneet pilata tunnelmaa surullisilla asioilla? Kun nuoret eivät noudattaneet antamiamme ohjeita, vaan askartelivat vain toisen tilatauluista, oli tässä

havaittavissa Tuckmanin kehitysteorian mukaista kuohuntavaihetta (storming), jolloin nuoret kapinoivat annettua tehtävää. (Smith 2005.)

Lopuksi tutkimme yhdessä onnellisuus -taulua ja nuoret esittelivät avoimesti ajatuksiinsa ja perustelivat siihen tekemiään valintoja. Samalla pyysimme ryhmältä suullista palautetta tämän kertaisesta ryhmätoiminnasta. Nuoret antoivat positiivista palautetta ja he olivat hyvin tyytyväisiä toimintaan. He vastasivat vain lyhyesti, että ”mukavaa oli” ja että ”oli kivaa”. Nuorista oli havaittavissa tekemisen iloa ja he selvästi nauttivat ryhmätoiminnasta, tosin surullisuus-aiheinen tilataulu jäi tekemättä.

Ryhmätoiminnan aikana muutamat nuoret alkoivat kritisoimaan seuraavalla viikolla toteutuvaa elokuvateemaa. Heistä ei tuntunut yhtään mukavalta ajatuksena olla tylsässä koululuokassa ja tuijottaa leffaa. Tuckmanin kehitysteorian mukaan ryhmällä oli meneillään kaksi kehitysvaihetta samaan aikaan, koska he olivat osittain nyt myös kuohuntavaiheessa (storming) (Smith 2005). Kritiikistä ei syntynyt isompaa väittelyä, vaan kiitimme palautteesta ja lupasimme selvittää mahdollisia muita vaihtoehtoja. Ryhmäläisten sisällä väittelyä asiasta ei syntynyt, vaan kritiikki kohdistui meidän ohjaajien suunnittelemaan toimintaan. Tässä huomasimme, kuinka tärkeää on ymmärtää ryhmätoiminnan teoriaa ja tunnistaa ryhmän kehitysvaiheita, jolloin pystyimme toteamaan, että kritiikki on normaalia ja ollaan terveessä kehitysvaiheessa. Koimme hyvänä asiana, että ryhmässä uskallettiin tuoda esiin myös negatiivisia asioita ja kertoa avoimesti mielipiteitä, joita saatiin käsitellä heti tuoreeltaan.

*Viidennen ryhmätoimintakerran* teemana oli elokuva. Nuoret saapuivat elokuvateatteriin hyväntuulisina siitä, että heidän mielestään tylsältä tuntunut elokuvan katsominen koululuokassa oli vaihtunut elokuvateatterin uutuuselokuvaan. Kerroimme nuorille, että järjestimme elokuvaliput nuorten palkitsemiseksi aktiivisesta ja hyvin sujuneesta ryhmätoimintaprojektista ja tästä nuoret olivat otettuja. Elokuvan jälkeen nuoret kyselevät, tulemmeko me vielä näkemään, vaikka ryhmätoiminta loppuu. Tieto siitä, että aiomme tulla nuoria tapaamaan myöhemmin vielä kerran, otettiin hyvillä mielin vastaan. Ilmassa oli hieman molemminpuolista haikeutta, olimme kuitenkin kokoontuneet säännöllisesti viiden viikon ajan, ja nyt nuoret harmittelivat sitä, ettei sitten ole taaskaan mitään tekemistä, kun ryhmätoiminta loppuu.

Tuckmanin kehitysteorian mukaisesti nuorten ryhmä eteni kehityksessään lopetusvaiheeseen (adjourning) asti. Säännöllisen toiminnan päätyminen voi aiheuttaa voimakkaita luopumisen tunteita. Meidän ohjaajien tehtäväksi jäi sallia kaikenlaiset tunteet ja tukea ja kuunnella nuorten ajatuksia. (Smith 2005.) Kannustimme nuoria jatkamaan mielekkäitä harrasteita omalla vapaa-ajalla ja säilyttämään ryhmän kautta saatuja kaaverisuhteita.

Suullinen palaute jokaisen ryhmätoiminnan päätteeksi jäi nuorilta aika pintapuoliseksi. Usein toiminnan lopussa nuorilla oli jo kova kiire lähteä, ja heidän ajatuksensa olivat jo muualla. Saimme aina pelkkää positiivista palautetta. Mitään kehitettävää nuoret eivät maininneet. Suullisesti palautetta annettaessa koko ryhmä on kuulemassa toistensa mielipiteet ja palautteet. Mietimme, olisiko kirjallisella lomakkeella kerätty palaute antanut meille enemmän ja yksilöidympää palautetta, myös kehittämisideoita. Kirjallisesti jokainen nuori olisi voinut tuoda esiin anonyymisti mielipiteensä ja arviensa.

Koko ryhmätoimintaa koskevat kirjalliset palautelomakkeet (Liite 6) saimme täytettynä kuudelta nuorelta. Niiden perusteella nuoret olivat yleisesti hyvin tyytyväisiä järjestämäämme ryhmätoimintaan. Kysymykseen, mikä oli nuorten mielestä helppoa ja kivaa, nuoret olivat vastanneet, että ”porukkaan mukaan pääseminen, tulla juttuun muiden kanssa, yhdessä oleminen ja yhdessä tekeminen.” Tärkeää nuorista oli hyvä ryhmähenki ja se, että kaikki olivat aktiivisia ja että sai viettää aikaa muiden nuorten kanssa. Joku nuorista oli vastannut, että ”ohjaajat on supertyyppejä”.

Palautelomakkeessa kysyttiin lisäksi, mikä oli ärsyttävää ja mikä oli vaikeaa ja turhaa. Nuoret olivat vastanneet, ettei mikään ollut ärsyttävää. Jonkun nuoren mielestä vaikeaa oli valita biisiä levyraatiin. Yhden nuoren mielestä olisi voinut olla enemmän jotain liikuntaa. Negatiivista palautetta tai kehitettävää nuoret antoivat siis hyvin vähän.

Kahden kuukauden kuluttua ryhmätoiminnan päättymisestä kävimme tapaamassa nuoria viimeisen kerran. Viisi nuorta tuli paikalle. Jälleennäkeminen tuntui hyvältä. Nuoret olivat hyvin avoimia ja tuttavallisia meille. He kertoivat meille innokkaasti tulevaisuuden suunnitelmistaan, sillä heidän kohdallaan peruskoulu oli kohta loppumassa ja

yhteishaku uusiin opiskelupaikkoihin oli käynnissä. Melkein kaikilla nuorilla suunnitelmat olivat jo selvät. Pyysimme nuoria täyttämään vielä kerran yhden palautelomakkeen toteutuneesta ryhmätoiminnasta (Liite 7). Olimme laatineet hieman tarkempia kysymyksiä, jotta saisimme nuorilta jo saamaamme palautteeseen vielä tarkennuksia.

Palautelomakkeessa kysyimme nuorilta, oliko ryhmätoiminnasta heille jotain hyötyä. Nuorten mielestä hyöty oli se, että oli jotain toimintaa koulun jälkeen ja yhteistä tekemistä. Yksi nuorista kertoi pystyvänsä ilmaisemaan mielipiteitään rohkeammin. Kysyimme myös, kiinnostuiko kukaan nuorista jostakin ryhmätoiminnan teemasta siinä määrin, että on jatkanut sitä myös vapaa-ajalla. Vastauksena saimme, että teemat olivat kivoja, mutta kovinkaan moni ei ollut jatkanut niitä vapaa-ajallaan. Ainoastaan leipominen ja keilaaminen mainittiin, ja ne olivatkin muutamalle nuorelle tuttua toimintaa jo ennestään.

Kysymykseen, saiko kukaan uusia kavereita, oli moni nuori vastannut, että kaikki olivat tuttuja ennestään. Joku nuorista kertoi saaneensa yhden uuden kaverin. Omaa onnistumistaan ryhmän jäsenenä nuoret arvioivat, että ”ainakin yritin olla ystävällinen”, ja ”toivottavasti olin mukava”, ”olin rehellinen ja osasin käyttäytyä” ja ”olin positiivinen ja energinen”. Kysyessämme palautetta ryhmäohjaajien toiminnasta ja sen kehittämisestä, nuoret antoivat vain positiivista palautetta, eivätkä antaneet mitään kehitettävää toiminnalle. Lomakkeisiin oli piirretty iloisia hymiöitä ja sydämiä. Ohjaajat olivat nuorten mielestä ”mukavia ja iloisia”, ”ammattitaitoisen oloisia”, ”ulospäin suuntautuneita ja positiivisia”.

Tuntui hyvältä kuulla, että nuorten mielipiteet ryhmätoiminnasta olivat niin positiivisia. Olimme onnistuneet luomaan mukavan ja positiivisen ilmapiirin, ja varmasti sillä oli vaikutuksensa siihen, että nuoretkin olivat innostuneita ja positiivisia ryhmässä. Nuorten itsensä valitsemat teemat tukivat ryhmätoimintaan osallistumista.

Vaikka alkuperäisen ryhmätoiminnan aikataulusuunnitelma hieman muuttui matkan varrella, samoin kuin teemat vaihtoivat paikkaa ja tilajärjestelyitäkin jouduimme tekemään toiminnan jo ollessa käynnissä, niin koemme, että kokonaisuus onnistui silti hyvin. WhatsApp-ryhmän kautta muutoksista tiedottaminen oli sujuvaa, se tavoitti nuoret aina nopeasti. Nuoret eivät mielestämme kokeneet muutoksia häiritsevinä. Jokaisen

muutoksen taustalla oli kuitenkin toiminnan kehittäminen ja pyrkimys tarjota nuorille mahdollisimman mielekästä ryhmätoimintaa.

Ryhmäohjaajan tehtävä toistuvana viiden viikon aikavälille sijoitettuna toimintana oli meille molemmille uusi kokemus. On todettava, että ryhmäohjaus yhdessä toisen ohjaajan kanssa helpotti huomattavasti tehtävän sujumista. Varsinkin, kun molemmilla oli samanlainen tyyli ohjaamisessa, niin varmasti vahvistimme toisiamme ja saimme toisiltamme tarvittaessa tukea. Erityisen antoisaa oli se, kun pystyi toisen kanssa pohtimaan ja purkamaan erilaisia tapahtumia ja tilanteita yhdessä, käydä niitä läpi ja tehdä yhdessä jatkuvaa arviointia.

## 11 POHDINTA

Projektin tarkoituksena oli euralaisen yläkouluikäisen nuoren osallistaminen ryhmätoiminnan keinoin. Pidimme vahvasti kiinni siitä ajatuksesta, että kuuntelemme koko projektin ajan herkällä korvalla nuorten omia toiveita ja ajatuksia, ja toteutamme heille ryhmätoimintaa niin, että se on koko ajan mielekästä ja nuorten omista tarpeista lähtevää. Teimme tarvittaessa muutoksia suunnitelmiin, jotta toiminta olisi sujuvaa ja mielekästä, ja jotta kaikki nuoret pysyisivät mukana ryhmässä.

Itsellämme oli ryhmätoiminnan alkaessa huoli siitä, kuinka nuoret jaksavat osallistua ryhmätoimintaan suoraan koulupäivän jälkeen. Päivistä tuli heille tosi pitkiä. Ilmeisesti mielekäs toiminta vaikutti nuoriin motivoivasti ja energiaa riitti hyvin. Voimme olla tyytyväisiä siitä, että kymmenestä nuoresta lopulta seitsemän nuoren joukko jaksoi olla mukana koko projektin ajan.

Ala-Karvia ja Österlund olivat toteuttaneet opinnäytetyönään hyvin samantyyppisen projektin järjestämällä ryhmätoimintaa yksinäisille syrjäytymisriskissä oleville nuorille. Nuoret olivat kokeneet ryhmätoiminnan rennoksi ja mukavaksi yhdessäoloksi. Ohjaajat olivat onnistuneet tukemaan nuorten yhteisöllisyyttä ryhmätoiminnan

keinoin, ja heidän ryhmänsä oli pysynyt koossa loppuun asti. (Ala-Karvia & Österlund 2014, 34.)

Tavoitteenamme oli tarjota yläkouluikäiselle nuorelle mielekästä vapaa-ajan toimintaa osallisuuden edistämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Kiinnostusta herättämällä voidaan parhaimmillaan lisätä nuoren osallisuuden kokemusta ja ehkäistä syrjäytymistä vapaa-ajan toiminnan avulla (Suomen Mielenterveysseura 2016, 5-6). Nuorten asenne ryhmätoimintaa kohtaan vahvistui kerta kerralta. Kohtelimme nuoria arvostavasti ja ymmärtäväisesti ja uskomme, että nuoret kokivat, että projektimme oli olemassa heitä varten ja suunniteltu heidän hyvinvointinsa tukemiseksi. Nuoret saivat kokea itsensä tärkeiksi ja merkityksellisiksi, ja ennen kaikkea he saivat olla osallisena ryhmässä, jossa oli yhteinen tavoite (Pesonen ym. 2018, 25).

Samankaltaisia havaintoja olivat tehneet Ahlqvist & Perttunen opinnäytetyössään “Nuorten kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä yhteisöllisyyden kokeemukseen koulussa” (2016, 18). Haastatteluissa nuoret kertoivat, että ohjaajan kiinnostus ja ymmärrys nuorta kohtaan helpottavat kohtaamista aikuisen kanssa. Ohjaajilta saadun tuen kautta nuoret olivat kokeneet kouluun menemisen helpottuneen ja keskittymiskyvyn parantuneen. Edellä mainitut asiat olivat vaikuttaneet nuoriin niin, että heidän koulu yhteisönsä kuulumisen tunteensa olivat vahvistuneet. (Ahlqvist & Perttunen 2016, 18-25).

Projektin henkilökohtaisena tavoitteenamme oli saada lisää valmiuksia ja kokemusta ryhmätoiminnan järjestäjinä ja ohjaajina toimimiseen. Ryhmätoiminnan teoriaan perehtyessämme löysimme pitkän ja vaativan listan siitä, millainen on hyvä ryhmäohjaaja (Kaukkila & Lehtonen 2008, 59-62; Ståhlberg 2019, 29). Ominaisuuksia tutkiesamme tuli väkisinkin tunne, että ryhmäohjaajan on oltava jonkinlainen yli-ihminen, jotta se täyttäisi kaikki ryhmäohjaajalta vaaditut ominaisuudet. Tuskin kukaan pystyy täyttämään täydellisen ohjaajan kriteerejä, eikä ole tarkoituskaan. Tieto aiheutti meille kuitenkin onnistumisen ja selviytymisen paineita. Käytännön toiminnassa ymmärsimme, että parhaita ohjaajia olemme silloin, kun olemme läsnä omana itsenämme ja ohjaamme ryhmää omalla persoonallamme. Ainakin tämän ryhmän ohjaajina onnistuimme mielestämme hyvin. Samalla saimme lisää valmiuksia ja tärkeää kokemusta

ryhmätoiminnan järjestämisestä ja seuraavalla kerralla vastaavassa tositilanteessa olemme yhden kokemuksen verran rikkaampia.

Projektissa teoriaan perehtyminen ja sen sisäistäminen on edellytys hyvälle toteutukselle (Vilkka & Airaksinen 2003, 51-56). Käyttämämme Tuckmanin teoria on yksi käytetyimpiä ryhmän kehitysvaiheiden malleja, ja se toimi projektissamme hyödyllisenä viitekehystenä (Tuckman 1965, 384–399). Se auttoi meitä ymmärtämään ryhmän kehityskulkua ja antoi tukea ohjaajan roolille ryhmän vaihtuvissa kehitysvaiheissa. Kaikki ryhmät eivät välttämättä koskaan saavuta täysin viidettä tasoa eli toimivan yhteisöllisyyden tasoa. Meidän ryhmämme sen saavutti pienistä ristiriidoista huolimatta.

Projektin onnistumiseen vaikuttaa osaltaan myös ulkoiset tekijät (Silfverberg 1996, 58). Yhteistyö eri toimijoiden kanssa oli hyvin sujuvaa. Koulun yhteyshenkilö oli korvaamattomana apuna hoitaessaan projektin käytännön järjestelyitä koulun osalta. Kunnan psykiatrisen sairaanhoitajan rooli oli myös merkittävä, koska hän valitsi meille ryhmän nuoret omasta asiakaskunnastaan. Häneltä saimme myös hyviä vinkkejä nuoria mahdollisesti kiinnostavista teemoista, joista osaa myös hyödynsimme laatimasamme mielipidekyselyssä. Taloudellisen tuen ryhmätoiminnalle saimme TUKEE-hankkeesta. Ilman rahoitusta ryhmätoiminta olisi ollut huomattavan suppeaa.

Kaikilla nuorilla ei ole harrastuksia, tai aiemmat harrastukset ovat murrosiän myllyryksessä jääneet pois. He eivät koe kuuluvansa mihinkään ryhmään ja kokevat, ettei heillä ole mitään vapaa-ajan roolia. Luottamus omiin kykyihin ja osaamiseen muotoutuu onnistumisten ja positiivisten kokemusten kautta (Suomen Mielenterveysseura 2016, 5-6). Olisi tärkeää, että nuoret saataisiin houkutelua mielekkään toiminnan pariin. Pienemmissäkin kunnissa on olemassa paljon monenlaista tarjontaa ja aktiviteetteja, mutta kuinka saada nuoret niihin osallisiksi? Uteliaisuutta ja kiinnostusta nuorilla riittää, mutta tarpeet ja tarjonta eivät täysin kohtaa.

Humppila (2017, 25) oli tutkinut pro gradu -tutkielmassaan osallisuuden merkitystä nuorten näkökulmasta haastatteluiden avulla. Tutkimuksessa kävi ilmi, että nuoret kokivat, että he tarvitsevat jonkun, joka pyytää ja rohkaisee heitä mukaan osallistumaan. Nuoret kuvasivat mielekkään tekemisen ja asioihin vaikuttamisen olevan hyvän olon lähteitä. (Humppila 2017, 38-39.) Omassa projektissamme oli aistittavissa hyvin

samanlaista tunnetta siitä, kuinka nuoret tarvitsevat ohjausta ja osallistamista. Nuoret olivat ryhmätoiminnan teemoihin osallistuessaan toisaalta hyvin itsenäisiä ja määrätietoisia, mutta toisaalta he tukeutuivat herkästi meihin ohjaajiin jo pienissäkin kysymyksissä. Nuoret ikään kuin hakevat paikkaansa lapsuuden ja aikuisuuden välimaastossa, kokeilevat siipiään elämässä, ja siinä aikuisella, ohjaajalla, opettajalla ja vanhemmalla on merkittävän tärkeä tukijan rooli. Nuoria pitää tsemptata, kannustaa ja kehua!

Projektiimme osallistuneet nuoret toivat selvästi esiin sen, että heillä ei ole vapaa-ajalla ryhmätoiminnan päättymisen jälkeen mitään tekemistä. Projektiimme kaltaiselle ryhmätoiminnalle olisi hyvä saada jatkoa. Jos erilaisia toiminnan tai harrastamisen vaihtoehtoja monipuolisesti tarjoamalla yksikin nuori saadaan innostumaan mistä tahansa uudesta tekemisestä, niin se kannattaa. Meille jäi vahva tunne siitä, että nuoret tarvitsevat vain henkilökohtaista houkuttelua ja yksilöllistä huomiointia enemmän.

Hyvä vaihtoehto voisi olla harrastusten ohjaajien jalkautuminen koululle markkinoimaan ja innostamaan nuoria erilaisten toimintojen pariin. On olemassa edullisia harrastuksia, joihin taloudellinen tilanne ei olisi ylivoimaisena esteenä. On olemassa myös kalliimpia harrastuksia. Nuorten osallistaminen on tärkeää väliinputoamisen ja syrjäytymisen ehkäisyä (Suomen Mielenterveysseura 2016, 5-6). Tämä onkin huomattu monissa kunnissa, ja harrastustoimintaan on voinut saada taloudellista tukea kunnan tai eri järjestöjen kautta. Esimerkiksi Pelastakaa Lapset ry:n Eväitä Elämälle -ohjelma tukee lasten ja nuorten hyvinvointia tarjoamalla taloudellista harrastustukea vähävaraisten perheiden lapsille ja nuorille (Pelastakaa Lapset ry:n www-sivut 2020.) Tällainen toiminta tasa-arvoistaa nuorten osallistumisen mahdollisuuksia.

Saimme nuorilta positiivista palautetta sekä ohjaajina, että toiminnan järjestäjinä. Olimme itsekkin tyytyväisiä lopputulokseen. Olisimme halunneet myös kehitysideoita nuorilta. Ymmärsimme, kuinka tärkeää on toimia ohjaajan roolissa avoimesti omana itsenään ja nuoria kuunnellen.

Voimme todeta, että ryhmätoiminta oli nuorille kivaa ja mielekästä, koska he saivat itse osallistua sen suunnitteluun. Nuoret olivat aktiivisia ja innostuneisuus näkyi tekemiseen uppoutumisena. Nuoret saivat onnistumisen kokemuksia ja luottamusta omaan

osaamiseensa. Nuoret kertoivat jäävänsä kaipaamaan ryhmän kokoontumisia. Projektin kautta voimme todeta, että nuoret kaipaavat vapaa-aikaansa ohjattua toimintaa, yksilöllistä huomiointia ja houkuttelua toiminnan pariin. Nuoret tarvitsevat joukkoon kuulumisen tunnetta.

Valitsimme itsellemme erityisesti nuorten kohderyhmään sijoittuvan projektin, sillä kummallakin oli vain vähän aiempaa kokemusta nuorten kanssa toimimisesta ja koimme hyötyvämmme tästä projektista ammatillisesti eniten. Koemme, että tämän projektin kautta saimme lisää valmiuksia nuorten kohtaamiseen ja heidän kanssaan työskentelyyn. Projekti on tehtäväkokonaisuus, joka jakautuu ideasta suunnitteluvaiheen kautta toteutukseen ja edelleen projektin arviointiin ja toimintojen loppuun saattamiseen (Lahtinen 2018; Ruuska 2012, 22-23). Tämän projektin kautta huomasimme, kuinka paljon ryhmätoiminnan järjestämisen kokonaisuuden hallitsemiseen tarvitaan hyvää suunnittelua, organisointikykyä ja etukäteisvalmisteluja. Samaan aikaan pitää olla valmiutta yllättäviin muutoksiin. Koemme, että olemme kehittyneet ja saaneet lisää osaamista ryhmätoiminnan järjestämisen eri vaiheisiin. Tämä toiminnallinen opinnäytetyö on antanut meille itsevarmuutta ja luottamusta omiin kykyihimme.

Opinnäytetyömme isona tavoitteena oli vaikuttaa nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseen. Aivan kuin Ala-Karvia ja Österlund opinnäytetyössään totesivat, syrjäytymisen ehkäisemisen tavoitetta on vaikeaa arvioida, koska projekti kestää tietyn aikajakson, eikä sen jälkeen ole jatkoseurantaa (Ala-Karvia & Österlund 2014, 36). Itsekin koemme, että jotain pidemmän aikavälin seuranta voisi projekteissa olla. Olisi hienoa kuulla, mitä nuorille kuuluu nyt, ja onko järjestämästämme ryhmätoiminnasta ollut heille myöhemmin jotain hyötyä. Ovatko he olleet innostuneita jatkamaan jotain ryhmätoiminnan teemoissa ollutta toimintaa, tai ovatko nuoret aloittaneet ehkä jonkun aivan uuden harrastuksen, sitä emme tiedä. Olemmeko osaltamme pystyneet vaikuttamaan nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseen, jää selvittämättä.

## LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.

Ahlqvist, R. & Perttunen, P. 2016. Nuorten kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä yhteisöllisyyden kokemukseen koulussa. AMK-opinnäytetyö. Laurea ammattikorkeakoulu. Viitattu: 11.11.2019. <https://samk.finna.fi/Record/samk.991199306605968>

Ala-Karvia, S. & Österlund, M. 2014. Nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen ja yhteisöllisyyden tukeminen. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu: 11.11.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201501041021>

Auvinen, A-M. & Liikka, P. 2015. Osallistamisen käsikirja. Hämeenlinna: Suomen eOppimiskeskus ry. Viitattu: 16.6.2020. <https://samk.finna.fi/Record/samk.991235706605968>

Euran kunnan www-sivut. 2018. Viitattu 1.5.2018. <http://www.eura.fi>.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15 uud. p. Helsinki: Tammi.

Humppila, L. 2017. ”Et miten ihmiset nykyään näkee mut, millasena ihmisenä ne näkee mut” -Osallisuuskokemusten merkityksiä nuoren näkökulmasta. Pro-Gradu. Helsingin Yliopisto. Viitattu: 1.6.2020.

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 111. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2008. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Suomen Mielenterveysseura. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoisuustyöhön-hanke. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Kivelä, V. & Lempinen, J. 2009. Arki hallintaan. Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Turku: KOTA -Lasten ja nuorten hyvinvointi ry.

Lahtinen, E. 2018. Toiminnallinen eli projektiluonteinen opinnäytetyö. Luento Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön koulutusohjelmassa 23.4.2018.

Lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveysalalla. 2013. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE julkaisuja 41. Viitattu: 9.6.2018.

Lehtoranta, P. & Reinola, O. 2007. Haastava nuori ammattia oppimassa. Miten toimii nuoruusikäisen kanssa koulussa tai työpaikalla? Kuntoutussäätiö. Helsinki: Yliopistopaino.

- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu: 16.6.2020. <https://samk.finna.fi/Record/samk.991199306605968>
- Näkki, P., Sayed, T. & Helminen, P. 2015. Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita.
- Pelastakaa Lapset ry:n www-sivut. 2020. Viitattu 1.6.2020. <https://www.pelastakaa-lapset.fi/tukea-lapsille-ja-perheille/evaita-elamalle-ohjelma/>
- Pesonen, A., Nurmi, R. & Hannukkala, M. 2018. Hyvän mielen koulu. Käsikirja mielenterveystaitojen vahvistamiseen yläkoulussa. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Ruuska, K. 2012. Pidä projekti hallinnassa. Suunnittelu, menetelmät ja vuorovaikutus. Helsinki: Talentum.
- Ryhmäilmiö. 2015. Ryhmän ohjaajan käsikirja. 2. uud. p. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.
- Silfverberg, P. 1996. Ideasta projektiksi. Projektisuunnittelun käsikirja. Helsinki: Edita.
- Sitran www-sivut. 2018. Viitattu 1.5.2018. <http://www.sitra.fi>
- Suomen Mielenterveysseura 2016. Löydä oma tarinasi. Vertaistukiryhmät nuorille aikuisille. Ryhmäohjaajan opas. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Smith, M. K. 2005. Bruce W. Tuckman – forming, storming, norming and performing in groups, the encyclopaedia of informal education. Viitattu 15.7.2019. [https://www.staff.science.uu.nl/~daeme101/infed.org-Bruce\\_W\\_Tuckman\\_\\_forming\\_storming\\_norming\\_and\\_performing\\_in\\_groups.pdf](https://www.staff.science.uu.nl/~daeme101/infed.org-Bruce_W_Tuckman__forming_storming_norming_and_performing_in_groups.pdf)
- Ståhlberg, L. 2019. Pienryhmäohjaajan opas. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2019a. Lastensuojelun käsikirja. Viitattu: 10.6.2020. <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2019b. Viitattu 1.6.2020. [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/nuorten-syrjaytyminen](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen)
- Tuckman, B. W. 1965. Developmental sequence in small groups. Psychological Bulletin, 63(6), 384–399. Viitattu 15.7.2019. <https://doi.org/10.1037/h0022100>
- TUKEE -hankkeen www-sivut 2020. Viitattu 15.5.2020. <https://www.tukee.fi>
- Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Väestöliiton www-sivut. 2018. Viitattu 1.5.2018. <http://www.vaestoliitto.fi>

## AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Tekijät	Työn nimi	Kohde-ryhmä	Tutkimusmenetelmä	Mitä tutkittu?	Tulokset
Riina Ahlqvist ja Petra Perttunen 2016, Laurea – ammatti korkea-koulu, AMK – opinnäytesyö	Nuorten kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä yhteisöllisyyden kokemukseen koulussa.	Kahdeksan yläkoulu-laista nuorta.	Laadullinen tutkielma, jonka aineisto kerättiin haastattelulla.	Nuorten kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen merkityksestä yhteisöllisyyden kokemukseen koulussa, sekä saada ideoita, kuinka ryhmätoimintaa voisi kehittää.	Ryhmässä tapahtuva toiminta ja ohjaajien antama tuki koettiin merkittävänä. Ryhmätoimintaan osallistumisen myötä nuoret kokivat kouluun tulemisen helpottuneen, keskittymisen parantuneen ja näiden kautta nuoret olivat pystyneet nostamaan kouluarvosanojaan. Lisäksi he olivat oppineet uusia taitoja, kuten muiden ryhmänjäsenten kuuntelemista. Nuorten kehittämis ehdotuksia olivat, erilaisten koulunkäyntiin kannustavien ja tukea

					antavien ryhmien ylläpitämisen myös jatkossa sekä niiden lisäämisen eri luokkasteille.
Ala-Karvia Sofia ja Österlund Minna 2014, Satakunnan ammattikorkeakoulu, AMK-opinnäytesyö	Nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen ja yhteisöllisyyden tukeminen	Porin Perusturvan nuorten vastaanoton asiakkaat, jotka ovat syrjäytyneitä, yksinäisiä tai vaarassa syrjäytyä. Ryhmä koostui kuudesta 16-18-vuotiaasta nuoresta.	Toiminnallinen opinäytetyö.	Järjestettiin viisi toiminnallista ryhmätapaamista. Ryhmätapaamisen tavoitteena oli tukea nuorten yhteisöllisyyttä ja osallisuutta sekä vahvistaa heidän sosiaalisia verkostojaan ryhmätoiminnan avulla.	Nuoret kokivat ryhmätoiminnan mukavaksi ja rennoksi yhdessäoloksi sekä pitivät kokonaisuutta hauskana kokemuksena. Nuoret myös kokivat, että ryhmän ilmapiiri oli turvallinen ja luottamuksellinen.
Humppila Laura 2017, Helsingin yliopisto, pro-gradu tutkielma	”Et miten ihmiset nykyään näkee mut, millaisena ihmisenä ne näkee mut”: Osallisuuskokemusten	Viisi 13-17-vuotiaasta nuorta, jotka olivat osallistuneet Your Move -kampanjaan.	Teoreettis-metodologinen viitekehys on tulkitseva fenomenologinen analyysi IPA	Tutkielmassa tarkastellaan osallisuuden merkityksiä nuorten näkökulmasta haastattelun avulla. Tavoitteena oli	Tutkimuksen mukaan osallisuuskemukset ovat lähtökohtaisesti tärkeitä, mutta moninaisia. Esimerkiksi nuoren itsetuntemus ja itsevarmuus

	merkityksiä nuoren näkökulmasta		(interpretative phenomenological analysis).	valottaa nuorten näkökulmaa osallisuuden merkityksiin.	kasvavat ja sosiaalinen identiteetti kehittyy, vahvistuu ja ilmenee muille. Osallisuuskokemukset sisältävät oppimiskokemuksia esimerkiksi, erilaiset ryhmätöiden, ohjaamisen tai muut yhdessä opetellut taidot kehittyvät ja toimijuus lisääntyy. Osallisuuden merkitys liittyy myös arvostuksen ja itsensä toteuttamisen tarpeiden toteuttamiseen. Tunnetaso on merkittävä osallisuudessa ja ei osallisuuden kokemus voi myös olla haitallista esimerkiksi nuoren kykyyn tehdä asioita tai päätöksiä.
--	---------------------------------	--	---	--	--



## Hyvät huoltajat ja nuori!

Olemme kaksi sairaanhoidon opiskelijaa Satakunnan ammattikorkeakoulusta. Tulemme järjestämään syksyn mittaan euralaisille yläasteikäisille nuorille suunnattua ryhmätoimintaa yhteistyössä Euran kunnan kanssa.

Tämä projekti on osa opinnäytetyötämme. Aloitamme sen tutustumalla nuoriin haastatteleamalla heitä. Tarkoituksemme on selvittää, millainen harrastustoiminta olisi nuorten mielestä mukavaa ja innostavaa. Nuorten omien toiveiden pohjalta laadimme ohjelman tuleviin ryhmätapaamisiin, kokoontumiskertoja tulee olemaan viisi.

Haastattelupäiväksi on valittu maanantai 8. lokakuuta, jolloin tapaamme jokaisen ryhmäläisen yksitellen koululla koulupäivän aikana. Odotamme innolla tapaamisia! 😊

**Nähdään!**

Ystävällisin terveisin

Alice Honkiniemi & Mira Salonen

Hyvät huoltajat!

Opinnäytetyömme tarkoituksena on euralaisen yläkoululaisen nuoren osallistaminen mielekkääseen tekemiseen ryhmätoiminnan keinoin. Tavoitteenamme on osallistaa nuoria mielekkääseen vapaa-ajan toimintaan nuorten omia toiveita kuunnellen. Nuoren kiinnostusta herättämällä voidaan parhaimmillaan ehkäistä nuoren syrjäytymistä vapaa-ajan toiminnan avulla.

Opinnäytetyön tekeminen on moniosainen projekti. Ryhmätoiminnan järjestäminen yläkoulukäisille nuorille on opinnäytetyömme toiminnallinen osa. Kun ryhmätoimintapäivät on pidetty, alamme koostamaan raporttia, jossa arvioimme projektin onnistumista eri näkökulmista.

Koko projektin ajan otamme huomioon, ettei ketään ryhmätoiminnassa mukana olevaa nuorta voida tunnistaa. Opinnäytetyöhömmme loppuvaiheeseen kuuluva raportti laaditaan siis täysin anonyymisti.

Mikäli perheenne nuori saa osallistua ryhmätoimintaan ja opinnäytetyömme toteuttamiseen, pyydämme teitä allekirjoittamaan suostumuksen ja **palauttamaan** sen nuoren mukana meille haastattelupäivänä maanantaina 8.10.2018. Suostumus on edellytys haastattelupäivään osallistumiselle.

Yhteistyöterveisin

sairaanhoitajaopiskelijat Alice Honkiniemi & Mira Salonen

Satakunnan ammattikorkeakoulu

-----

Annan lapselleni \_\_\_\_\_ luvan osallistua ryhmätoimintaan ja sairaanhoitajaopiskelijoiden opinnäytetyöhön.

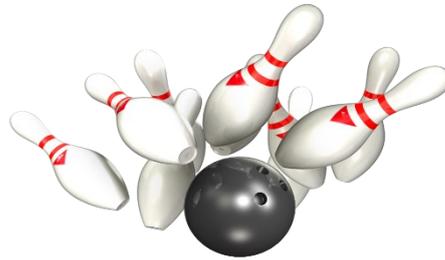
\_\_\_\_\_  
Huoltajan allekirjoitus

## MIELIPIDEKYSELY MIELEKKÄISTÄ HARRASTUKSISTA

Nimi:
Luokka:

Ympyröi jokaisen harrastuksen kohdalta numero, joka vastaa parhaiten mielipidettäsi asian kiinnostavuudesta.

Harrastus	Mielenkiintoisuus					Erittäin mielekäs
	En osaa sanoa	Ei yhtään mielekäs	Ei kovin mielekäs	Ei suuntaan eikä toiseen	Melko mielekäs	
Kuntosali	0	1	2	3	4	5
Hohtokeilaus/Keilaus	0	1	2	3	4	5
Tennis	0	1	2	3	4	5
Sulkapallo	0	1	2	3	4	5
Pickleball	0	1	2	3	4	5
Squash	0	1	2	3	4	5
Pöytätennis	0	1	2	3	4	5
Snooker	0	1	2	3	4	5
Racketball	0	1	2	3	4	5
Sähly	0	1	2	3	4	5
Kokkailu	0	1	2	3	4	5
Biljardi	0	1	2	3	4	5
Koripallo	0	1	2	3	4	5
Lentopallo	0	1	2	3	4	5
Kynsienhoito	0	1	2	3	4	5
Kampaukset	0	1	2	3	4	5
Elokuvat	0	1	2	3	4	5
Tilataide	0	1	2	3	4	5
Oma ehdotus (ei pakollinen):						



Hei ryhmäläiset!

**Olemme laatineet mielipidekyselyn pohjalta seuraavanlaisen suunnitelman ryhmätoiminnalle:**

**Ke 31.10 Klo 15-17 Levyraati Euran yhteiskoululla**

Mietithän valmiiksi kappaleen, jonka haluat soittaa ja voit myös miettiä perustelut kappalevalinnallesi. Olemme teitä vastassa koulun pääovella.

**Ke 7.11 Klo 15-17 Hohtokeilaus Euran urheilutalolla**

Kokoontuminen urheilutalon aulassa. Ennen keilausta meillä on aikaa nauttia jotain pientä purtavaa kahviossa, halutessasi varaa hieman rahaa mukaan. Juomapullon voi ottaa myös mukaan.

**Ke 14.11 Klo 15-17 Kynsienlaittoa ja kampauksia Euran yhteiskoululla**

Oma harja/kampa mukaan. Olemme teitä vastassa koulun pääovella.

**Ke 21.11 Klo 15-17 Elokuva Euran yhteiskoululla**

Mietitään yhdessä etukäteen sopiva elokuva.

**Pe 30.11 Klo 15-17.30 Tilataidetta ja kokkailua Kauttuan nuokkarilla**

Ryhmätapaamisen päätöskerralla tehdään taidetta ja kokkaillaan. Mietitään yhdessä etukäteen mieluista kokkailtavaa. Keräämme teiltä myös palautetta ryhmätoiminnasta.

Mikäli et vielä ole palauttanut huoltajan lupalomaketta, niin muista tuoda se mukana ensimmäiselle kerralle!

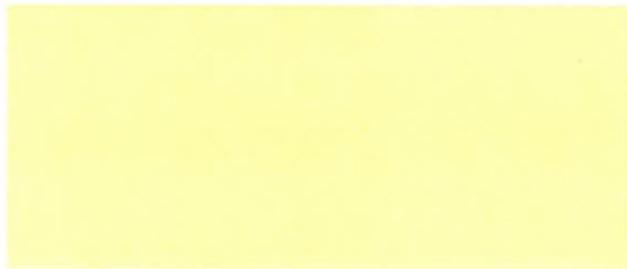
Nähdään, terveisin Mira & Alice

**Palautettasi tarvitaan! Kirjoita alla oleviin laatikoihin mielipiteesi ryhmätoiminnasta, kiitos!**

Minusta oli helppoa ja kivaa:



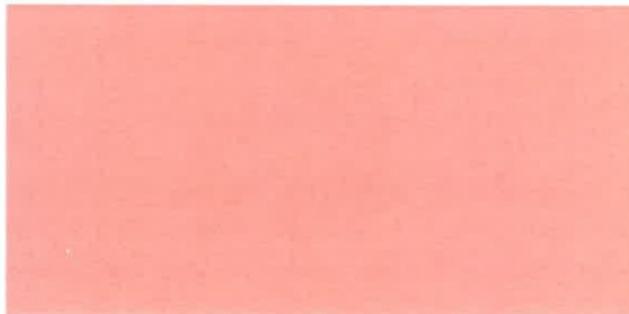
Minusta oli tärkeää:



Minusta oli vaikeata ja turhaa:



Minusta oli ärsyttävää:



*Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma*



**Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020**



**Euroopan unioni**  
Euroopan sosiaalirahasto

## **Loppuarviointi ryhmätoiminnasta**

1. Koitko ryhmätoiminnasta olevan sinulle jotain hyötyä? Ja jos oli, niin mitä?
2. Kiinnostuitko jostain teemasta niin, että olet jatkanut sitä myös vapaa-ajalla?
3. Saitko ryhmätoiminnan kautta uusia kavereita?
4. Mitä palautetta antaisit ryhmänohjaajien toiminnalle? Oliko toiminnassamme jotain kehitettävää?
5. Miten arvioit oman onnistumisesi ryhmän jäsenenä?