



“En mä mikää nössö oo...” - Nuoren itsetuntemuksen ja seksuaalisuuden tukeminen toiminnallisilla menetelmillä Joustavan perusopetuksen poikaryhmässä

Kaukiainen, Noora

Rahikainen, Minna

“En mä mikää nössö oo..” - Nuoren itsetuntemuksen ja seksuaalisuuden tukeminen toiminnallisilla menetelmillä Joustavan perusopetuksen poikaryhmässä

Kaukiainen, Noora
Rahikainen, Minna
Sosiaalialan ko, sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2013

Laurea-ammattikorkeakoulu
Tikkurila
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tiivistelmä

Kaukiainen, Noora

Rahikainen, Minna

“En mä mikää nössö oo..” - Nuoren itsetuntemuksen ja seksuaalisuuden tukeminen toiminnallisilla menetelmillä Joustavan perusopetuksen poikaryhmässä

Vuosi 2013

Sivumäärä 104

Toiminnallisen opinnäytetyön aiheena oli nuoren itsetuntemuksen ja seksuaalisuuden tukeminen toiminnallisilla menetelmillä. Työ toteutettiin vantaalaisen peruskoulun joustavan perusopetuksen luokassa eli JOPO-luokassa. Kyseiselle luokalle kaivattiin toiminnallisen ryhmän ohjaajaa terveystieteiden teemojen äärelle. Ohjattavaan ryhmään kuului yhdeksän 9. luokkalaista poikaa. Toiminnallisia ohjauksia ryhmälle järjestettiin seitsemän, ja toiminta toteutettiin helmi-huhtikuun aikana vuonna 2013. Opinnäytetyön päätavoitteena oli tukea ohjattavan ryhmän nuorten itsetuntemusta sekä seksuaalisuutta. Opinnäytetyön toisena tavoitteena oli, että sen tekijät oppisivat suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toiminnallista prosessia. Jokaiselle toiminnalliselle ohjaukselle oli asetettu omat tavoitteensa kuten antaa mahdollisuus kokeilla erilaisia keinoja itseilmaisuun. Nämä ohjauksien omat tavoitteet tukivat päätavoitteiden saavuttamista. Arviointikeinoja tavoitteiden saavuttamiseksi olivat nuorilta saatu suullinen ja kirjallinen palaute, ohjauskertoilla läsnä olleen luokanopettajan havainnot sekä toiminnan lopuksi antama kirjallinen palaute. Opinnäytetyön tekijät arvioivat myös itse tavoitteiden toteutumista tekemiensä ohjauspäiväkirjan perusteella. Ohjauspäiväkirja sisälsi tekijöiden omia havaintoja ja oman oppimisen arviointia.

Opinnäytetyön tietoperusta tukee toiminnallisten ohjauksien sisältöä. Tietyissä asioissa on otettu poikanäkökulma, sillä ohjattava ryhmä koostui pojista. Tietoperustassa on myös tuotu esille poikia mietityttäviä asioita seksuaalisuuteen liittyen. Työssä kuvataan minuuden ja identiteetin kehitystä, itsetuntoa ja itsetuntemusta, nuoruutta yleisesti sekä nuoren seksuaalisuutta. Nuoruus on herkkä ikävaihe, jolloin nuoren identiteetti kehittyy samalla, kun oma kehonkuva muuttuu vieraaksi. Nuori ei enää tunnekaan itseään samalla tavalla kuin ennen ja hänelle tulee tarve vahvistaa itsetuntemustaan tutustumalla itseensä ja uusia asioita kokeilemalla luoden samalla pohjaa kehittyvälle identiteetilleen. Identiteetin rakentumisen kannalta nuoren on tärkeä saada mahdollisuus pohtia omia voimavarojaan ja ominaisuuksiaan.

Opinnäytetyön suunnittelu aloitettiin syksyllä 2012, mutta ajatus aiheesta heräsi jo saman vuoden helmikuussa. Opinnäytetyön työelämän yhteistyökumppani sekä kohderyhmä varmistuivat marraskuussa 2012. Ohjaukset aloitettiin vuoden 2013 helmikuussa ja viimeinen pidettiin huhtikuussa. Ohjauksissa käytettiin toiminnallisia menetelmiä kuten draamaa, kuvallista ilmaisua, musiikkia, liikettä ja keuhollisuutta. Toiminnallisten menetelmien kautta nuori voi tutustua itseensä ja oppia ymmärtämään sellaisia tunteita, joihin sanat eivät riittäisi sekä kuuntelemaan kehonsa kieltä. Nuorten opettaja kertoi palautteessaan, että hänen mielestään nuoret saivat toiminnan kautta muun muassa uusia näkökulmia, ja että keskustelut jatkuivat toiminnan ulkopuolellakin. Nuorten palautteiden kautta ilmeni, että vastaavanlainen toiminta olisi tervetullutta koulussa useamminkin. Tekijät olivat itsekin tyytyväisiä opinnäytetyöhön, sillä se käsitteli tärkeää ja ajankohtaista aihetta. Toiminta tarjosi nuorille uusia kokemuksia ja he pääsivät ilmaisemaan itseään uusilla tavoilla. Nuoret saivat mahdollisuuden pysähtyä tutkimaan omia näkökulmiaan ja sitä, millaisia he ovat. Tätä kautta voimme päätellä, että opinnäytetyön tavoitteet saavutettiin.

Asiasanat: nuoruus, itsetuntemus, itsetunto, seksuaalisuus, toiminnalliset menetelmät

Laurea University of Applied Sciences
Tikkurila
Degree Programme in Social Services

Abstract

Noora Kaukiainen

Minna Rahikainen

“I am not a wimp of that kind..” - Supporting the self-knowledge and sexuality of teenagers through activity-based methods in a JOPO class

Year 2013

Pages

104

The subject of this activity-based bachelors thesis was supporting the self-knowledge and sexuality of teenagers through activity-based methods. The work was conducted in a primary school JOPO-class of flexible learning in Vantaa. For the class in question there was a need for an activity-based instructor for themes concerning health education. The class consisted of nine ninth-grade school boys. There were a total of seven activity-based sessions which were conducted from February to April in 2013. The main goal of the thesis was to support the self-knowledge and sexuality of the teenagers in the group. Another goal for the thesis was that the writers would learn to plan, conduct and evaluate an activity-based process. There was a set a certain subgoals set for each individual activity session like to give them an opportunity to experiment with different kinds of methods of self-expression. Together these subgoals aimed to help achieving the overall goal of the project. Spoken and written feedback from the teenagers and also the feedback from the teacher of the teenagers, who was also attending the sessions, was used to evaluate whether the goals were achieved or not. The writers of this thesis also evaluated the accomplishment of the goals by using their own notes about the activity sessions.

The theory part of the thesis supports the content of the activity sessions. Since the whole group consisted of boys, in some questions the point of view of boys has been taken into consideration. In the theory part some aspects of sexuality that rise questions in the minds of the boys have been discussed. In the thesis the aspects of selfhood and the development of identity, self-esteem and self-knowledge, youth in general and also the sexuality of the teenagers have been opened up. Youth is a fragile period when the identity of the teenagers is developing and their body is changing at the same time. The teenagers do not know themselves as well as they used to and they develop a need to strengthen their self-knowledge by getting to know themselves and by trying out new things as they create a basis for their developing identity. When it comes to the development of the identity, it is essential that the teenagers are given a possibility to ponder their own strengths and attributes.

The planning of this thesis was started in the autumn of 2012. However the idea of a subject arose already in February of the same year. The contact person in the work life and the target group of the thesis were found by November 2012. The sessions were started in February 2013 and the last one was held in April. In the activity sessions methods like drama, pictorial expression, music and motion of the body were used. Through the activity-based methods the teenagers can get to know themselves and learn to understand feelings that can not be expressed with words. With these methods they also learn to listen to their own bodies. The teacher of the students told us in his feedback that through the instructional sessions the teenagers had developed new perspectives to the subjects concerned. Also the discussion about the subjects had carried on outside of the actual sessions. Through the feedback from the teenagers it was made clear that a similar kind of activity would be welcome to their teaching more frequently. The writers of this thesis were also satisfied as the thesis concerned an important and current subject. The activity offered the teenagers new experiences and they got to express themselves in new ways. The teenagers had a chance to stop and explore their own point of views and the essence of who they are. We can make a conclusion that the goals of our thesis were met.

Keywords: youth, self-esteem, self-knowledge, sexuality, creative methods

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Nuoruus.....	8
	2.1 Minuus ja identiteetti	9
	2.2 Itsetunto ja itsetuntemus.....	10
	2.3 Pojasta mieheksi	11
	2.4 Poikien fyysinen kehitys	13
	2.5 Seksuaalisuus.....	14
	2.6 Nuoret ja syrjäytyminen	17
3	Toiminnallinen opinnäytetyö	18
	3.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tavoitteiden arviointikeinot	18
	3.2 Opinnäytetyön aikataulu.....	22
	3.3 Ohjattavan ryhmän kuvaus	23
	3.4 Toiminnalliset menetelmät.....	24
4	Toiminnalliset ohjaukset	25
	4.1 1. Ohjaukset: Tutustuminen ja virittäytyminen tulevaan toimintaan.....	26
	4.2 2. Ohjaukset: Itseilmaisu ja vuorovaikutus	29
	4.3 3. Ohjaukset: Musiikin käyttö tunteiden ilmaisussa ja tunnistamisessa	33
	4.4 4. Ohjaukset: Seksuaalisuus	36
	4.5 5. Ohjaukset: Palautteen anto, vuorovaikutus, omat ominaisuudet, median vaikutus.....	48
	4.6 6. Ohjaukset: Improvisaatiot ja roolien ottaminen, seksuaalinen väkivalta	52
	4.7 7. Ohjaukset: Itsetuntemus, palautteen anto	57
	4.8 Pohdintaa poikaryhmän ohjaamisesta	65
5	Tavoitteiden saavuttamisen arviointi	67
6	Pohdinta.....	72
	Lähteet	77
	Kuvat	79
	Kuviot	80
	Taulukot	81
	Liitteet.....	82

1 Johdanto

Nuoruus on herkkä ikävaihe, jonka aikana nuori on monen muutoksen kohteena. Lapsuudenai-
kaiset käsitykset itsestä ja maailmasta alkavat tuntua vierailta ja nuori on ymmällään vahvois-
ta tunnekuohuista, joita hän ei aina itsekään oikein ymmärrä. Nuoren on vaikeampaa ilmaista
itseään, kun niin moni ennen niin tuttu asia tuntuu hämmentävältä ja vieraalta. Samaan ai-
kaan nuoren keho muuttuu ja se ei tunnu omalta. Nuorella herää kysymys: ”kuka minä olen?”.
Ennen itsensä varmaksi ja ketteräksi tuntenut nuori voikin yhtäkkiä olla epävarma ja kömpelö.
Nuoren itsetuntemus ei olekaan enää hyvä, ja silloin hänelle tulee tarve vahvistaa sitä it-
seensä tutustumalla ja rajoja kokeilemalla. Nuori alkaa rakentaa identiteettiään. (Aalberg &
Siimes, 2007; Martikainen, 2007.) On tärkeää, että nuorta tuetaan hänen itsetuntemuksensa
kasvussa ja identiteettinsä rakentumisessa. Vaikka nuorella onkin tarve itsenäistyä ja irtautua
vanhemmistaan ja aikuisten holhouksesta, nuori ei ole vielä aikuinen, vaan hän on vielä kyp-
symätön ja osittain lapsi (Aalberg & Siimes, 2007).

Yhteiskunnallinen huolestuttava näkökulma nuoruuteen on syrjäytyminen. Peruskoulun loput-
tua nuori ei välttämättä pääsekään jatkokoulutukseen eikä työelämään koulutuksen puutteen
vuoksi ja syrjäytyy. Elinkeinoelämän Valtuuskunta EVA:n analyysin ”Hukassa - Keitä ovat syr-
jäytyneet nuoret?” (2012) mukaan syrjäytyneitä nuoria oli vuonna 2010 yhteensä noin 51 300.
Nuoret miehet ovat suuremmassa vaarassa syrjäytyä, ja heitä syrjäytyneistä on yli 60 prosent-
tia. (EVA, 2012.) Nuorten miesten tukemiseen tulisikin panostaa. Nuoriin miehiin kohdistuu
paljon paineita ja odotuksia, ja niistä johtuvat suorituspaineeet voivat kasvaa niin suuriksi,
etteivät nuoret miehet koe voivansa saavuttaa niitä. Tämä voi lamaannuttaa nuoren. Itsetun-
temuksen vahvistaminen ja omien voimavarojen löytäminen voivat auttaa nuoria löytämään
oma paikkansa yhteiskunnassa ja edesauttaa hakeutumaan jatkokoulutukseen tai työelämään.
Hallituksen merkittävimpiä syrjäytymisiä ehkäiseviä toimia on nuorten yhteiskuntatakuuoh-
jelma. Sen tavoitteena on taata jokaiselle alle 25-vuotiaalle nuorelle ja alle 30-vuotiaalle vas-
tavalmistuneelle työ-, harjoittelu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikka viimeistään kol-
men kuukauden kuluttua työttömäksi joutumisesta. Kuitenkin sosiaali- ja terveysministeri
Paula Risikko toteaa puhuessaan Etelä-Pohjanmaan Nuorisoseuran 130 - vuotisjuhlissa, että
pelkästään työ- tai koulutuspaikan takaaminen ei auta suurinta osaa syrjäytyneistä nuorista,
koska heillä on muita vakavia ongelmia sekä vaikeuksia elämänhallinnassa. Syrjäytymisen on-
gelmat näkyvätkin nuorilla usein masentuneisuutena, päivärytmin puuttumisena, yksinäisyy-
tenä sekä elämänhallinnan heikentymisenä. Hänen mukaansa palvelujen räätälöinnin, moti-
voinnin ja kannustuksen lisäksi ennen kaikkea nuorta pitäisi auttaa löytämään oman elämänsä
tarkoitus, oppia hallitsemaan arkea sekä harjoittelemaan vuorokausirytmää. (Nuorisotakuu,
2012.)

Opinnäytetyössämme halusimme toiminnallisia menetelmiä käyttäen järjestää ohjattua toimintaa sellaiselle ryhmälle, jolle olisi hyötyä mielenkiinnonkohteisiimme eli mielenterveyteen ja seksuaalisuuteen liittyvien teemojen käsittelystä. Saimme tiedon, että erään Vantaalaisen peruskoulun joustavan perusopetuksen poikaloukan oppilaille kaivattiin toiminnallisen ryhmän järjestäjää terveystieteiden teemojen äärelle. Luokan terveystieteen tunneilla käymät aiheet vastasivat hyvin teemoja, joita halusimme opinnäytetyössämme käsitellä. Saimme vapauden valita itse terveystieteiden oppikirjasta meitä eniten kiinnostavat aiheet, joihin tulisimme työssämme pureutumaan. Päätimme ottaa toimintakerroillemme teemoiksi itsetuntemuksen, identiteetin, minäkuvan, itseilmaisun ja sillä ne ovat nuorille hyödyllisiä ja tärkeitä aiheita, ja ne vastasivat omia toiveitamme opinnäytetyömme aiheeksi. Halusimme järjestää toimintaa, jolla tavoitellaan nuoren itsetuntemuksen ja seksuaalisen kasvun tukemista. Ohjattavan ryhmämme luokanopettaja toimi opinnäytetyömme ajan työelämän yhteistyönä ja hänen kanssaan neuvottelimme ohjauksen sisällöstä ja ohjaukseen liittyvistä asioista kuten innostamisesta ja ryhmän kasassa pidosta. Opinnäytetyömme oli osa Laurea ammattikorkeakoulun Luotain-hanketta. Sen tavoitteena on tutkia ja kehittää osallistavia luovia ja taiteenkaltaisia menetelmiä hyvinvointia edistävässä työssä ja ihmisen osallisuuden vahvistamisessa.

Opinnäytetyömme päätavoitteina oli tukea ryhmämme nuorten itsetuntemusta sekä syventää heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta tukien näin heidän seksuaalisuuden kasvuaan. Oma henkilökohtaisena tavoitteenamme oli oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toiminnallinen ohjausprosessi. Menetelminä ryhmäohjauksessa käytimme toiminnallisia eli luovia menetelmiä kuten kuvallista ilmaisua, draamaa, musiikkia sekä liikettä ja kehollisuutta. Näihin menetelmiin olemme syventyneet opinnoissamme ja siksi halusimme hyödyntää niitä opinnäytetyössämme. Luovat menetelmät esimerkiksi tunteiden ilmaisukeinona voivat auttaa ymmärtämään niitäkin tunteita, joihin sanat eivät riittäisi (Ahonen, 1997: 68-71). Näiden menetelmien käyttö sopii hyvin nuorten ryhmän ohjaamiseen, sillä ne toimivat nuorilla sopivan etäisyyden pitäjänä asioihin, jotka tuntuvat vielä kovin henkilökohtaisilta ja aroilta. Myös nuorten taideprojekteja tukevan Myrsky hankkeen tavoitteena on tarjota nuorille mahdollisuus etsiä taiteen avulla omaa identiteettiään, kasvattaa itseluottamustaan ja saada syviä yhteisöllisyyden kokemuksia. Suomen lasten ja nuorten säätiön koordinoima Myrsky-hanke tukee nuorten taideprojekteja, joissa käytetään luovia menetelmiä. Sen mukaan luovia menetelmiä käyttämällä voidaan mahdollistaa nuorille voimaannuttavia kokemuksia. (Myrsky-hanke.) Halusimme opinnäytetyöllämme myös lisätä nuorten ymmärrystä seksuaalisuudesta. Tällä hetkellä puhutaan paljon seksuaalikasvatuksen tärkeydestä ja sisällöstä kouluissa. Esimerkiksi Selkenevää -hankkeella oli tavoitteena tehdä näkyväksi niitä asioita, jotka vaikuttavat nuorten seksuaalisen identiteetin selkiytymiseen ja siihen, että nuori tuntee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä sekä tehdä oikeaan tietoon perustuen onnistuneita valintoja seksuaaliterveytensä kannalta. (Selkenevää 2012.)

Opinnäytetyömme alkaa teoreettisella osuudella, joka tukee työmme tavoitteita ja toiminnallista osuutta. Teoriaosuudessa on opinnäytetyömme kannalta olennaista tietoa minäkuvasta, identiteetistä, itsetunnosta ja itsetuntemuksesta nuoruuden näkökulmasta. Koska saimme ohjattavaksemme poikaryhmän, meidän oli syytä tarkastella tiettyjä asioita poikanäkökulmasta, jotta poikien erityisyys saataisiin huomioon otettua toiminnassamme. Halusimme myös lisätä teoriaan hieman tietoa nuorten syrjäytymisestä, sillä syrjäytymisen ehkäisy on yksi tavoite joustavalle perusopetukselle, jonka luokkaan ohjattava ryhmämme kuuluu. Itsetuntemuksen tukeminen on myös osaltaan syrjäytymistä ehkäisevää toimintaa. Tämän jälkeen kuvailemme työmme lähtökohtia eli tavoitteita, arviointikeinoja ja aikataulua. Lisäksi kerromme, mitä joustava perusopetus pitää sisällään, ja avaamme toiminnallisia menetelmiä. Tätä seuraa työmme viimeinen eli toiminnallisten ohjauskertojen sisällöt tavoitteiden ja arvioinnit. Lisäksi lopussa on pohdintaa, joka on herännyt opinnäytetyöprosessimme aikana.

2 Nuoruus

Nuoruus on aikuisuuden jälkeen seuraavaksi pisin kehitysvaihe ihmisen elämässä. Ei kuitenkaan ole yhtenäistä käsitystä siitä, mitkä ikävuodet nuoruus pitää sisällään, ja usein nuoruudeksi mielletäänkin ikävuodet 10-22. Nykyisen käsityksen mukaan nuoruus voidaan katsoa myös ulottuvan 25. ikävuoteen asti, sillä aikuistumisen katsotaan vievän enemmän aikaa nykyään kuin esimerkiksi 50-luvulla. (Vuorinen 1998: 201.) Dunderfelt (2011) katsoo nuoruuteen kuuluvaksi ikäkauden, joka sijoittuu välille 12-20. Hän jakaa nuoruuden kolmeen vaiheeseen, joita ovat nuoruusiän varhais-, keski- ja loppuvaihe. (2011: 84-85.) Myös Vuorinen tunnistaa nämä nuoruuden vaiheet, mutta Dunderfeltin nuoruuden vaiheista puuttuu Vuorisen esittelemä esinuoruuden vaihe, joka sijoittuu ikien 10-12 väliin. Silloin puberteetti valmistaa lasta nuoruuteen, ja haasteena on vanhojen vuorovaikutustapojen ja mielikuvien sopimattomuus uusiin havaintoihin, joita anatomisesti ja fysiologisesti muuttuva keho tuo minän tarkasteltavaksi. Varsinaisesti kysymys ei ole nuoruusiästä ennen kuin puberteetti on alkanut. (Vuorinen 1998: 202.)

Nuoruuden varhaisvaihe sijoittuu Dunderfeltin (2011) mukaan 12-15 ja Vuorisen (1998) mukaan 12-14 vuoden ikään. Tällöin nuoren kehossa tapahtuu paljon muutoksia, ja keho voi alkaa tuntua vieraalta. Tärkeimpänä haasteena on vanhemmista irtautuminen ja uusien ihmissuhteiden luominen. Tämä tarkoittaa kapinointia vanhempia vastaan, ja uusien roolien kokeilua ikätovereiden kanssa. (Dunderfelt 2011: 84-85; Vuorinen 1998: 202.)

Niin sanottu varsinainen nuoruus eli nuoruuden keskivaihe sijoittuu ikien 15-18 välille Dunderfeltin (2011) ja ikien 14-16 välille Vuorisen (1998) mukaan. Tällöin Dunderfeltin mukaan tärkeimpänä haasteena on identiteetin rakentaminen ja minäkokemuksen selkiinnyttäminen.

Olellaista on tässä vaiheessa myös omien rajojen testaaminen. Samaan aikaan nuoren ihmisuhteet muuttuvat syvemmiksi ja nuori voi kokea ihastumisen tunteen. (Dunderfelt 2011: 84-85.) Ystävyyssuhteilla onkin tärkeä osa nuoren identiteetin kehitystä ajatellen, sillä ihminen luo identiteettinsä usein tutussa ryhmässä, omiensa seurassa (Kemppinen, Rouvinen-Kemppinen 1998: 198-215). Vuorisenkin (1998) mukaan tärkeintä tässä ikävaiheessa ovat intensiiviset ystävyyssuhteet, jotka ovat identiteetin kehittymisen lisäksi nuoren tukena vanhemmista itsenäistyessä. Kapinointi ja ärtyneisyys ovat olellaisia asioita varsinaisen nuoruuden vaiheessa. (Vuorinen 1998: 202.) Vaikka nuori kapinoikin vanhempiaan kohtaan usein voimakkaasti, nuoruus on juuri sitä aikaa, kun nuori tarvitsee vanhemmiltaan tukea, huolenpitoa, ohjausta ja rajoja (Kemppinen, Rouvinen-Kemppinen 1998: 198-215).

Dunderfelt (2011) sijoittaa nuoruusiän loppuvaiheen ikävuosiin 18-20, jotka sijoittuvat täysi-ikäisyyteen. Vuorinen (1998) puolestaan mieltää nuoruusiän loppuvaiheen eli myöhäisnuoruuden alkavan jo 16 ikävuodesta ja päättyvän 20-22-vuotiaana. Vuorinen katsoo tähän vaiheeseen kuuluvaksi tasaantumisen ja tunne-elämän vakiintumisen. Samalla nuoren itsearvostus vahvistuu. Nuori alkaa myös saada omaa seksuaalisuuttaan haltuun. (Vuorinen 1998: 202.) Myös Dunderfeltin mukaan tähän vaiheeseen nuoruutta sijoittuu tietynlainen seestyminen. Nuori aloittaa usein tässä vaiheessa itsenäistä elämää, ja kohdistaa tarkkailunsa omaan asemaansa suhteessa muuhun maailmaan. Ideologinen kriisi onkin yksi tärkeä osa tässä vaiheessa nuoruutta. (Dunderfelt 2011: 84-85.)

2.1 Minuus ja identiteetti

”On helppo tunnistaa erilaisist ominaisuuksist millanen on. Mut kenen näkökulmast pitäis sanoo? Jonku mielest mä voin olla jotai mitä en mun mielest oo tai toisin päi.” (Nuori antamassaan loppupalautteessa.)

Ihmisen minuus on ollut yksi psykologian ja sosiaalipsykologian tutkituimpia alueita. Näiden tutkimusten myötä on kehitelty useita minäteorioita ja sitä kautta myös ihmisen minuutta kuvailevia termejä on lukuisia. Teoriasta riippuen puhutaan siis minästä, minuudesta, minäkäsityksestä, minäkuvasta tai identiteetistä. Minuudella tarkoitetaan minän tulkintaa omasta itsestään eli minäkäsitystä. Minäkäsitys taas rakentuu useista minäkuvista. Tällaisia minäkuvia ovat esimerkiksi ihmisen käsitys omasta ulkomuodostaan, älykkyydestään tai sosiaalisuudestaan. Identiteetti - käsitteellä tarkoitetaan minuuden ja yksilöllisyyden suhteellisen pysyvää kokemusta ja käsitystä itsestään. (Himberg & Jauhiainen 1998: 17-25.)

Nuoruudessa muun muassa kehonkuvan nopea muuttuminen, erilaiset tunnekuohut ja ystävyyssuhteiden muutokset muovaavat nuoren minuutta. Nuorelle tulee identiteettikriisi, joka mahdollistaa sen, että nuori kasvaa omaksi itsekseen. Vuorisen (1998) mukaan identiteetin muodostuminen on nuoruusikää kokoava kehitystehtävä. Nuoren fyysiset, kognitiiviset, emo-

tionaaliset ja sosiaaliset muutokset vaativat uusia ajattelu- ja toimintatapoja, sillä aiemmat kuvat eivät enää vastaakaan aiemmin totuttuun minuuteen. (1998: 206.) Nuoruudessa on yleistä, että oma minä määritellään sen perusteella, mihin ryhmään tai porukkaan kuuluu. Nuori voi mieltää olevansa esimerkiksi ”skeittari” tai lukiolainen. Nuoren mielenkiinnonkohteiden, mielipiteiden ja harrastusten tiuha vaihtumistahti selittyy oman identiteetin etsimisellä kokeiluiden kautta. Näin nuori pyrkii kirkastamaan omaa käsitystään siitä, kuka oikeastaan on. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2013.)

Identiteetikriisille on ominaista, että nuori ikään kuin kadottaa oman minän eli identiteettinsä tilapäisesti tehdessään siirtymää lapsuudesta nuoruuteen. Lapsuudessa opitut käsitykset itsestä ja omista tuntemuksista eivät enää tunnu omilta, eikä nuori tunnista omia tunteitaan samalla tavalla kuin ennen. Nuoren ajatuksista on vaikeampi saada kiinni, mikä voi turhauttaa nuorta ja johtaa epämääräisiin ja jäsentämättömiin tunneryöppyihin, jotka ovat identiteetikriisille ominaisia. Silloin tunneryöpyt ottavat jalansijaa järjelliseltä ajattelulta. (Kemppinen, Rouvinen-Kemppinen 1998: 198-215.) Haasteelliseksi identiteetin kehityksen usein tekee omien toiveiden ja odotusten sekä ympäristöstä tulevien vaatimusten yhtensovittaminen. Nuori voi kokea, että on mahdotonta kasvaa omaksi itsekseen, jos joutuu jatkuvasti täyttämään oman perheen, kaverien tai yhteiskunnan taholta tulevia vaatimuksia. Paineita voi aiheuttaa myös mediassa vallitseva ihannekuva nuoruudesta, johon kuuluu hyvä ulkonäkö, urheilullisuus, suosittuna oleminen ja koulussa menestyminen. Nämä ulkopuolelta vaikuttavat paineet voivat saada nuoren ahdistumaan, ja nuori voi kokea riittämättömyyden tunnetta. Identiteetin muodostumiseen tarvitaan sosiaalisia suhteita, ja vaikka ne voivat osaltaan aiheuttaa nuorelle paineita, ne toimivat myös peilinä ja samaistumispintana, mikä on ensiarvoisen tärkeää. Nuori pohtii erilaisia roolejaan ja tunnustelee, mikä tuntuisi eniten omalta, ja olisiko näitä rooleja mahdollista yhdistää. (Martikainen, 2007: 9-11, 166.)

Vaikka identiteetikriisiin voi liittyä rankkoja ja negatiivisia piirteitä, identiteetin rakentaminen on itsessään ainoastaan terve ja hyvä asia. Kun identiteetikriisi ratkaistaan, nuorelle tulee kokemus, että hän tietää kuka on. Tämä johtaa myös siihen, että nuori tunnistaa omat tunteensa, ja oppii käsittelemään niitä sekä jäsentelemään ajatuksiaan mielekkäämmin. Jos nuori ei kykene selvittämään identiteetikriisiään, tunteet ja ajatukset jäävät ristiriitaisiksi. Siksi olisi tärkeää, että nuorta yritetään ymmärtää tämän tärkeän vaiheen läpikäymisessä. (Kemppinen, Rouvinen-Kemppinen 1998: 198-215.)

2.2 Itsetunto ja itsetuntemus

”Vaikee kehuu itteensä jos muut ei oookkaa samaa mieltä.” (Nuori antamassaan loppupalautteessa.)

Minäkäsitykseen ja identiteettiin liittyy läheisesti ihmisen itsetunto ja itsetuntemus. Kun minäkäsitys vastaa kysymykseen ”millainen minä koen olevani?”, itsetunto vastaa kysymykseen ”kuinka hyvä tai huono olen?”. Itsetuntoon vaikuttavat itse hankitut kokemukset, ominaisuudet ja taidot, kokemukset ihmissuhteista, toisilta saatu palaute sekä itsetuntemus. Itsetuntemus puolestaan tarkoittaa tietoista toimintaa ja oppimista, kehittymistä ja oivaltamista. Itsetuntemus on itsensä ymmärtämistä, ja se auttaa näkemään sekä yhteyksiä että syitä ja seurauksia itsen ja muun maailman välillä. Se auttaa myös huomioimaan itseä ja muita. (Vahvistamo 2013.)

Hyvä itsetunto mahdollistaa oman elämän arvostuksen, kyvyn arvostaa muita, itsenäisyyden oman elämän ratkaisuissa, riippumattomuuden muiden mielipiteistä sekä kyvyn sietää epäonnistumisia ja pettymyksiä. Itsetuntoon kuuluu itsearvostuksen lisäksi itseluottamus eli se, miten nuori uskoo selviytyvänsä haasteista ja ongelmista. (TerveMinä 2010.) Ympäristöllä on suuri vaikutus itsetunnon vahvistumiseen. Nuorelle on tärkeää saada positiivista ja kannustavaa palautetta omasta itsestään ja suorituksistaan. Pelkkä positiivinen palaute ei kuitenkaan riitä, vaan tärkeintä on nuoren oma tulkinta positiivisesta palautteesta ja sen oikeellisuudesta. (Himberg & Jauhiainen 1998: 17-25.)

Itsetunto heijastuu kaikessa ihmisen toiminnassa ja sitä voi vahvistaa itsetutkiskelun eli itsetuntemuksen vahvistamisen kautta. Tunnistamalla persoonallisuutensa heikot ja vahvat alueet ja niistä keskustelemalla nuori voi oppia tuntemaan itsensä paremmin ja näin vahvistaa itsetuntoa. (Himberg & Jauhiainen 1998: 17-25.) Itsetuntemuksen taso ei ole suoraan yhteydessä siihen, onko nuorella hyvä vai huono itsetunto, vaan nuorella, jolla on hyvä itsetuntemus, voi olla joko hyvä tai huono itsetunto. Itsetuntemusta kehittämällä voidaan vaikuttaa positiivisesti itsetuntoon. (Vahvistamo 2013.) Itsetuntemuksen kasvua tukemalla nuorta voi auttaa näkemään omat hyvät ja kehittämistä kaipaavat puolet realistisesti. Nuoruuden tunnekuohut ja identiteettikriisi saavat helpotusta, kun nuori oppii ymmärtämään ja arvostamaan itseään ja tuntemuksiaan. Nämä asiat auttavat tuntemaan oman itsen ja omat tunteet, sekä pikkuhiljaa rakentamaan omaa kestäväää identiteettiä.

2.3 Pojasta mieheksi

Pojasta mieheksi kasvaminen on pitkä prosessi. Oman identiteetin löytämiseksi poika yrittää suhteuttaa omia ja muiden asettamia vaateita yhteen. Miehisyyteen on usein liitetty seuraavia kovia piirteitä: loogisuus, päättäväisyys, aktiivisuus, yksilöllisyyden korostaminen, kovuus ja yhteys fyysiseen maailmaan. Nuoren pojan voikin olla vaikea uskaltaa toteuttaa feminiinisiä eli niin sanottuja pehmeitä piirteitä, joihin kuuluu muun muassa herkkyyys, pehmeys ja luovuus. Aikoinaan itsestäänselvyytenä on pidetty, että pojat ovat taipuvaisia väkivaltaan. (Apter, Cacciatore, Korteniemi-Poikela, Ryyänen, A., Ryyänen, J. 2009: 40-43, 297-301.) Ei siis

ole ihme, jos poikia hämmentää. Heiltä odotetaan hyviä ihmissuhdetaitoja muun muassa seurustelukumppanin taholta, mutta kuitenkin samaan aikaan heidän pitäisi olla kovia ja 'miehiä miehiä'.

Aikuisiksi pikkuhiljaa kasvamisen yksi edellytys on, että nuori oppii näkemään itsensä aktiivisena toimijana muiden joukossa osana suurempaa systeemiä sen sijaan, että olisi vain passiivinen kokija. Tämä tapahtuu, kun nuori on osa jotain porukkaa tai yhteisöä, kuten harrastuksissa ollaan. Nuori huomaa, että hänen tekemisillään on merkitystä ja että hänellä on mahdollista vaikuttaa ympäröivään maailmaan. Nuorelle tulee tärkeämmäksi ikätovereiden antama palaute ja kaveripiirin mielipiteet. (Palmqvist 2007: 14-16.) Turusen (2005) mukaan tähän liittyy nuoren herkistyminen sosiaaliselle todellisuudelle, mikä tarkoittaa häpeän vähittäistä heräämistä. Häpeän herääminen valpastuttaa nuorta tarkkailemaan ympäristöään ja sen asettamia vaatimuksia. Torjutuksi ja häväistyksi tuleminen pelottaa nuorta, mikä luo tarvetta mukautua vaateisiin. (Turunen 2005: 113-120.) Nuori siis huomaa, että lapsuudenaikaiset ihanteet ja täydelliseksi kokemansa henkilöt ja asiat eivät olekaan sellaisia, kuin hän oli luullut. Hän oppii ymmärtämään, että hän itse voi vaikuttaa asioihin ja alkaa ymmärtää, että ihmisillä ja elämällä on rajoitteita, ja sitä kautta oppii itse toimimaan aktiivisena tekijänä. Nuori ei kuitenkaan vielä pärjää yksin, vaan hakee tukea ikätovereiltaan, sillä he toimivat tukena itsenäistymisen aikana.

Nuoren psyykkiseen kehitykseen kuuluu taantumusvaiheita. Nuori ottaakin kehityksessään kaksi askelta eteenpäin ja sitten yhden taaksepäin. Yksi taantumisen piirteitä on lapsenomaisen piirteiden korostuminen. Tähän liittyy ristiriitainen suhtautuminen vanhempiin, kun nuori ensin ottaa korostetusti heihin välimatkaa ja yhtäkkiä kaipaakin vanhempien psyykkistä ja fyysistä läheisyyttä pian sen jälkeen. Myös huonojen tapojen ja itsepäisyyden piirteitä alkaa näkyä nuoren käytöksessä. Nuori saattaa esimerkiksi muuttua epäsiistiksi. Myös puheen köyhtyminen on yksi nuoruuden taantumisen piirteistä. Lauserakenteiden lyheneminen, sanavaraston supistuminen ja kiro sanojen käytön lisääminen on normaalia nuoren kehityksen taantumaan kuuluvia asioita. Nuori voi taantua myös koulussa, mikä näkyy keskittymisvaikeuksina sekä koulumotivaation ja -menestyksen heikkenemisenä. (Aalberg & Siimes 2007: 74.)

Huttusen (2007) mukaan nuoren kehitystä voi haitata ja vaurioittaa monet tekijät. Ensimmäisenä hän mainitsee kodin ulkopuolisten sosiaalisten suhteiden puuttumisen. Aikuisten ja vanhempien tuen puute, vastuuton nuorelle periksi antaminenkin, välinpitämättömyys nuorta kohtaan ja kohtuuttomat vaatimukset voivat koitua haitaksi nuoren kehitykselle, sillä nuori ei vielä itse selviydy elämän haasteista omalla harkintakyvyllään. Toisaalta myös se, että vanhemmat sitovat nuorta liikaa eivätkä anna hänelle minkäänlaisia mahdollisuuksia olla itse vastuullinen, tekee nuoren kehitykselle ja kasvulle karhunpalveluksen. Aikuisiksi kasvaminen ja kehittyminen vaatii kykyä kantaa itse vastuuta, mikä nuoren on opittava. Nuori irrottautuu

vastuuta opetellessaan vanhemmistaan, mikä mahdollistaa nuoren ottamaan oman itsenäisen elämänsä haltuun. Tätä irrottautumista helpottaa, että nuori ensin hyväksyy itsensä kokonaisuudessaan. (Huttunen 2007: 168.) Turunen (2005) mainitsee, että vanhempien ja muiden aikuisten hallitsemasta vallasta, johon liittyy myös nuoren puolesta vastuunottaminen, irtautuminen saa voimaa nuorella heräävästä vihasta. Viha on itsenäistä voimaa, joka on tarpeen, kun valtaa ja vastuuta jaetaan uudestaan. (Turunen 2005: 120-123.) Vaikka nuoren kehitykselle ja identiteetille onkin tärkeää saada vahvistusta ikäovereihin ja ympäristöön samaistumalla, on sen varjopuolena myös negatiivisten käsitysten omaksuminen. Esimerkiksi ulkonäköön liittyvien minäkäsitysten muuttaminen myöhemmin voi olla vaikeaa. Vaikka ympäristöllä onkin vaikutusta nuoren kasvuun, voi nuori myös omilla valinnoillaan vaikuttaa omaan kehitykseensä ja kasvuunsa aikuiseksi. Aikuiseksi kypsyminen onkin sitä, kun nuori vihdoinkin hyväksyy oman itsensä sellaisena kuin on. (Palmqvist 2007: 14-16.)

Nuoruus on aikaa, jolloin unelmia muodostuu. Nuori pohtii, millaista elämä tulee aikuisena olemaan. Millainen tulevaisuuden koti ja työ tulevat olemaan? Hän miettii, millainen tulisi olla, jotta omat unelmat voisivat toteutua. Olisikin tärkeää, että identiteetin rakentuessa nuoren ihanneidentiteetti olisi sopivan realistinen todelliseen minään nähden, jotta nuori voisi tavoitella sitä. (Huttunen 2007: 168.)

2.4 Poikien fyysinen kehitys

Nuoren pojan elämässä tapahtuu paljon 12-14 vuoden iässä. Psykkisen kehityksen muutokset taantumakohtineen, koulumenestyksen huonontuminen, fyysiset muutokset ja finniä ilmentyminen kasvoihin hämmentävät nuorta suuresti. Nuoren fyysinen kehitys on usein tunne-elämää edellä. Poikien murrosikä alkaa keskimäärin 12,2 vuoden iässä, jolloin poika on 6.luokalla. Usein murrosikä etenee pojilla yleisen kaavan mukaan tietyssä järjestyksessä, vaikkakin jokaisen murrosikä on yksilöllinen. Murrosiän katsotaan alkavan kivesten kasvun alkamisesta. Kivesten kasvun alkamisen jälkeen alkaa ilmestyä häpykarvoitusta, mitä seuraa peniksen kasvu. Suunnilleen 13,5 vuoden iässä nuorelle tulee finnejä ja äänenmurros muuttaa äänen. Nuori alkaa myös saada spontaaneja siemensyöksyjä ja hänelle tulee tarve itsetyydytykseen, joka päättyy siemensyöksyyn. Kainalokarvoitus kasvaa noin 14-vuotiaasta, jolloin myös nuoren pituuskasvu on nopeimmillaan. Kun murrosikä lähenee loppuaan, karvoitus etenee häpyalueelta napaa kohti sekä usein myös vatsalle ja rintaan. Karvoituksen noustessa napaan ja parrankasvun alkaessa murrosikä on päättynyt. Kuitenkin karvoitus voi lisääntyä vielä 25-vuotiaaksi asti. (Aalberg & Siimes 2007: 35-47.)

Aalberg ja Siimes (2007) toteavat, että nuorta hämmentää muun muassa peniksen koko ja väärään aikaan tapahtuvat erektiot. Peniksen kasvuaika on yksilöllistä, ja se voi saavuttaa lopullisen mittansa jopa yhdessä vuodessa, ja kasvaa kuukaudessa jopa sentin erektiostilasta

mitattuna. Tämä voi tuntua nuoresta hämmäntävältä, eikä nuorella ole välttämättä ketään, kenen kanssa asiasta voisi keskustella, joten nuori jää usein yksin asian kanssa. Hallitsemattomat erektiotilat sitovat nuoren mielen penikseen, eikä asiaa helpota huoli sen koosta ja muodosta. Nuori uskoo usein, että muilla on isompi penis, ja alkaa helposti kuvitella, että jos hänen peniksensä olisi isompi, niin kaikki hänen ongelmansa ratkeaisivat. (Aalberg & Siimes 2007: 35-47.) Apter ym. (2009) toteavatkin, että muutokset tapahtuvat niin pian, ettei niihin osaa varautua. Eräänä päivänä kiveksiin on kasvanut karvaa, ja kummallisia seksuaalisia mielikuvia alkaa muodostua ajatuksiin. Erektio yllättää tilanteessa kuin tilanteessa. Nuori voi kokea oman kehonsa vieraana, mutta ajan kanssa uusi kroppa alkaa tuntua omalta. (Apter ym. 2009: 51-52.) Oman uuden fyysisen ulkomuodon hyväksyminen osaksi omaa minuutta ja identiteettiä kuuluu olennaisesti aikuiseksi kypsyymiseen. Toisinaan nuoret miehet haluaisivat olla lihaksikkaampia ja osa haluaisi muutaman kilon pois, mutta pääsääntöisesti nuoret miehet ovat tyytyväisiä omaan ulkonäkönsä. Kuitenkin usein tiedostamattomastikin nuori vertailee itseään muihin nuoriin ja perheenjäseniinsä. (Palmqvist 2007: 15.) Usein poika epäilee, onko hänen kehonsa normaali, kuten seuraavista nuorten esittämistä kysymyksistä ja ajatuksista ilmenee:

“Olen 14-vuotias poika ja jäänyt kerran luokalle. Hävettää, kun olen muita seksuaalisesti vuoden edellä eli pallini ovat kehittyneemmät kuin luokkakavereillani.” (Suomela, 2009: 30.)

“moi oon 15-vuotias poika, mua hävettää et mul on aika pieni penis mul on leivos 5-6cm ja erektios 10cm, en uskolla sen takia harrastaa seksiä tyttöystävän kanssa :(ja en oo ite huomannut peniksen kasvavan ollenkaa viime kaks vuodet.” (Sexpo säätö, 2013.)

“Mikä on ikäiseni miehen normaali peniksen pituus?” Kysyjä on 16-vuotias. (Apter ym. 2009: 82.)

2.5 Seksuaalisuus

Jokainen nuori kehittyy omaa tahtiaan, joten kovin vedenpitäviä arvauksia ei voi nuoren iän perusteella tehdä hänen seksuaalisen kehityksensä tasosta. Siinä missä yksi nuori vasta uskaltuu kertoamaan kavereilleen ihastuksestaan, toinen jo tutustuu omaan ja toisen kehoon intiimisti ja luottamuksella. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2010: 62-134.) Nuoren psyykinen ja fyysinen kehitys kulkevat käsi kädessä nuoren seksuaalisuuden kehityksen kanssa. Nuoruuden keskivaiheilla 15-18-vuotiaana nuoren kehityshaasteina ja -tehtävinä onkin identiteetin kriisiin liittyviä asioita: samaistuminen ja ihastumiset, minäkokemuksen selkiennyttäminen, omien rajojen kokeilu sekä syvällisten ihmissuhteiden harjoittelu (Dunderfelt, 2011: 84-85). Nuoruusiän seksuaalisuuden kehitys mahdollistaa kyvyn sitoutua ja saavuttaa läheisyyttä. Nuori saa myös kyvyn ottaa toinen ihminen huomioon paremmin, sekä kyvyn rakastua ja ra-

kastaa. (Bildjuschkin & Malmberg 2002: 42.) Kasvatavat halut ja rakastumisen tuntemukset haastavat nuorta pohtimaan omaa itseään syvällisemmin (Dunderfelt 2011: 89).

Syvältä sisimmästä nousevat halun ja seksuaalisuuden yllykkeet ovat toki jo lapsuudesta asti vaikuttaneita voimia, mutta nuoruudessa nämä asiat nousevat vasta tietoisuuteen ja nuoren täytyy oppia ottamaan niistä vastuu (Dunderfelt 2011: 89). Nuori poika pohtii, onko seksuaalisuutta tapana näyttää, ja jos on niin miten. Hän pohtii myös, kokevatko muutkin samanlaisia asioita. Lapsuuden tuttu suorasukaisuus ei tule enää kuuloonkaan: lapsena tytöltä oli uskaltanut suoraan pyytää, että hän näyttäisi, miltä alapää näyttää. Nyt tämä seksuaalisuuden outo ja kihelmöivä puoli saa pojan ujostelemaan ja häpeilemään. Tämä herkkä ja haavoittuva vaihe on nuorelle tärkeä, jotta hän esimerkiksi saisi otettua selvää seksuaalisuudesta ennen seksin harrastamiseen ryhtymistä. Tiedonsaanti on tärkeää, jotta erilaiset stereotypiat eivät vaikuttaisi herkässä iässä oleviin nuoriin niin voimakkaasti. Nuorilta miehiltä helposti odotetaan erilaisia asioita, kuten että he olisivat aina valmiita seksiin. Tällaiset seksuaalisuuteen liittyvät myytit voivat aiheuttaa ongelmia ajan kanssa. (Apter ym. 2009: 35-37, 40-43, 297-301.) Nuoruudessa seksuaalisuuteen liittyvän uteliaisuuden, kehoon tutustumisen, tietojen kokoamisen ja läheisyyden opettelemisen lisäksi mukana ovat herkkä yksityisyyden ja keskeneräisyyden kokemus, nopeasti muuttuva ja haavoittuva kehonkuva sekä hitaasti voimistuva rohkaistuminen ja halu hankkia jaetun seksuaalisuuden kokemuksia (Apter, Väisälä & Kaimola, 2006: 205). Kaikki ei olekaan enää niin mutkatonta, kun nuoruuden herkistymisen aikana hormonit vaikuttavat sekä mieleen että kehoon. Asiat ja ihmiset eivät olekaan enää niin yksinkertaisia: ennen tytöt ovat olleet tyttöjä ja pojat poikia. Nyt jo pelkästään poikana tai ylipäänsä ihmisenä oleminen tuntuu mutkikkaalta. (Apter ym., 2009: 35.)

Nuoria mietityttää muun muassa kehoon, seurusteluun, seksiin ja seksuaali-identiteettiin liittyvät kysymykset. Bildjuschkinin ja Malmbergin (2002) mukaan nuorten poikien tavallisia huolenaiheita ovat sukupuolielinten ”vääränlaisuus” ja taitamattomuus seksissä (2002: 78). Nuoret saavatkin tietoa seksuaalisuudesta kotoa usein liian myöhään. Koulun merkitys pojan tiedonlähteenä on suuri etenkin silloin, kun seksuaalisuutta käsitellään nimenomaan poikien näkökulmasta. Toisin kuin tytöille, nimenomaan pojille suunnattua mediaa tai terveydenhuollon palveluita ei juurikaan ole. Vaikka Suomessa nuorten tietotaso seksuaalisuuteen liittyen onkin hyvä, pojat tietävät siitä vähemmän kuin tytöt. Tytöt osaavat jopa kertoa pojan murrosiästä paremmin kuin pojat itse. Pojilla onkin paljon puhuttavaa ja kysyttävää. (Cacciatore & Koiso-Kanttila, 2010: 170-179.) Vastauksia kysymyksiinsä pojat hakevat useista eri lähteistä, esimerkiksi lehdistä, videoista, videoista, pornosivuilta ja kavereilta (Apter ym., 2009: 9), mutta myös esimerkiksi internetissä olevilta palstoilta.

Nuoria pohdituttaa kovasti myös oma seksuaalinen suuntautuminen, joka on iso osa identiteettiä. Moni liittyy ulkoisen olemuksen ja käyttäytymisen suoraan seksuaaliseen suuntautu-

miseen. Toiset nuoret ja myös aikuiset odottavat nuorilta pojilta erilaista käytöstä kuin tytöiltä. Tytöille sallitaan helpommin poikamaisia piirteitä kuin pojille tyttömäisiä piirteitä liittyen esimerkiksi pukeutumiseen ja tunneilmaisuun, joiden perusteella tehdään helposti arvauksia, kummasta sukupuolesta poika on kiinnostunut. (Apter ym. 2009: 33-34.) Pojille olisi tärkeää kertoa, että ihminen voi olla hetero-, bi- tai homoseksuaali, ja se on aivan samantekevää, mikä oma suuntautuminen on (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010: 173). Ne nuoret, jotka eivät ole kiinnostuneita vastakkaisesta sukupuolesta, joutuvat herkästi niin sanotun parantamisen kohteiksi. ”Ei-heterot” lapset ja nuoret eivät voi ilmaista tunteitaan siinä missä heterot ikätoverinsa. He kokevat helposti häpeää tunteistaan. (Vilkkä 2010: 63-65.) Nuoret pohtivat paljon muun muassa homoseksuaalisuutta, kuten alla olevissa esimerkeissä havainnollistetaan:

”Olen 17-vuotias poika ja olen seurustellut noin vuoden muutaman vuoden vanhemman tytön kanssa. Suhde on ollut varsin intohimoinen ja suurimmilta riidoilta on välttytty. Viimeaikoina olen kuitenkin alkanut ajattelemaan myös poikia seksuaalisesti, koen erityisesti naisen rooliin asettautumisen varsin kiihottavaksi. Olen myös pukeutunut naisten vaatteisiin ja olen nauttinut siitä. Kysynkin, että ovatko tällaiset tuntemukset normaaleja ja kannattaisiko näistä kertoa jollekkin?” (Sexpo, 2013.)

”Minua ärsyttää todella paljon yksi asia, olen 14 vuotias poika ja minulla on ystävä joka sanoo että ihminen itse päättää jos hän on homo tai biseksuaalinen, olemme väittäneet tästä asiasta ja melkein kaikki muut kaverini ovat samaa mieltä kuin minä, että sitä ei itse voi päättää. Eihän sitä voi itse päättää?” (Sexpo, 2013.)

”mitä tehdä kun muut pojat flirttailevat minulle... Olen poika 13v.” (Sexpo, 2013.)

”Olen 15-vuotias homopoika enkä tiedä pitäisikö asiasta kertoa mutsille vai ei, asia vaivaa mieltäni ja haluaisin päästä ns. paineesta eroon, olen kertonut asiasta vain parhaille kavereilleni (likkoja) jotka hyväksyivät minut sellaisena kuin olen. AUTA” (Sexpo, 2013.)

Aikuinen voi tukea nuorta hänen seksuaalisessa kehityksessään antamalla ajankohtaista ja asiallista tietoa. Kun nuoren kanssa puhutaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista, aikuiset puhuvat nuorten mielestä helposti asian vierestä. *”Nuoria ei kiinnosta klamydia, vaan se tilanne, missä klamydian voisi saada.”* Aikuisen tulisi myös olla tietoinen nuoren kehityksestä, jotta hän osaisi tukea nuorta sopivalla tavalla ja tarpeen vaatiessa myös asettaa turvallisia rajoja. (Bildjuschkin & Malmberg 2002: 4, 7, 42-45.) Kuitenkin keskustelut nuoren kanssa voivat tuntua hankalilta, sillä nuorella on ensimmäisiä suuria salaisuuksia, ja hän pyrkii pitämään yksityisyydestään kiinni. Siten nuori suojaa aikuistuvaa identiteettiään. Nuoren pojan lisääntymiskyvystä, halusta ja ehkäisystä tulee puhua arvostaen, sillä usein pojat joutuvat kuulemaan, että *”pojat haluavat vain sitä yhtä”*. Seksuaalisuudesta tulisi puhua herkkänä asiana, johon kuuluu muutakin kuin mekaaninen suoritus. (Cacciatore & Koiso-Kanttila, 2010: 162-175.)

2.6 Nuoret ja syrjäytyminen

Suurin osa nuorista voi paremmin kuin koskaan, mutta ne nuoret, jotka voivat huonosti, voivat todella huonosti ja ovat vaarassa syrjäytyä (Aalberg & Siimes 2007: 137-141; Myrsky hanke 2013). Syrjäytymisestä puhuttaessa usein korostetaan sen prosessiluonnetta. Nuorten syrjäytymistä tutkittaessa on prosessinomaisuus nähty siten, että ongelmat kotona ja koulussa ovat syrjäytymisen ensimmäistä tasoa. Seuraavana tasona on epäonnistuminen koulussa ja koulun keskeyttäminen. Kehityskulku johtaa kolmannella tasolla heikkoon työmarkkina-asemaan, josta edetään taloudellisiin ongelmiin ja riippuvuuteen hyvinvointivaltiosta. Neljännen ja viimeisen tason muodostavat elämänhallinnan ongelmat, toisin sanoen päihde- ja mielenterveysongelmat ja rikollisuus. (Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen -työryhmä.) Syrjäytymisessä kyse on siitä, että ongelmat kasautuvat ja muodostuu itseään ruokkiva huono-osaisuuden kehä. Joka vuosi 7% pojista ja 2% tytöistä on vaarassa syrjäytyä, sillä he eivät saa opiskelupaikkaa tai pääse kiinni työelämään. (Aalberg & Siimes 2007: 137-141.)

Syrjäytymiselle voivat altistaa ongelmat kotona, jatkuva muuttaminen, koulunvaihto, väkivalta ja hyväksikäyttö sekä päihteiden käyttö ja rikollisuus. Nuoret ovat vaarassa syrjäytyä murrosiän puolivälissä olevan erityisen herkän kehitysvaiheen, johon kuuluu muun muassa normaali sosiaalinen taantumavaihe, aikana. Esimerkiksi läheisen kaveriporukan kritisointi voi johtaa siihen, että nuori irtaantuu porukastaan ja mahdollisesti jättää solmimatta uusia läheisiä ystävyyssuhteita. Tämä voi puolestaan johtaa sosiaalisiin ongelmiin. Aalberg ja Siimes (2007) pohtivat, voisiko suureen syrjäytymismäärään löytyä syy myös koululaitoksista. Nuoret kärsivät koulujen luokattomuudesta, sillä luokattomuus voi johtaa kaveriporukoiden pieneneeseen tai kavereiden puuttumiseen kokonaan. Pojat ovat suuremmassa riskissä syrjäytyä kuin tytöt. Aiemmin luokalle jätettiin helpommin kuin nykyään. Huono koulumenestys voi olla merkki nuoruusiän taantumavaiheesta, ja silloin nuorelle voisi olla hyvä jäädä luokalle, jotta hän saisi muut nuoret kehityksessään ja koulutaidoissaan kiinni. Jos nuori päästetään eteenmään luokka-asteita eteenpäin vaikkei hän olisi siihen kehitykseensä nähden valmis, voi se edesauttaa nuoren ulkopuolelle jäämistä ja syrjäytymistä. (Aalberg & Siimes 2007: 137-141.)

Nuoruus on syrjäytymisen ehkäisemiseksi parasta aikaa, sillä nuoruudessa usein määräytyy elämän suunta ja osittain se, millaiseksi aikuiseksi kasvaa (Myrsky hanke). Nuoren tulevaisuuden mahdollisuudet tulisi syrjäytymisen ehkäisemiseksi turvata. Syrjäytymistä voidaan ehkäistä kiinnittämällä huomiota olemassa oleviin riskitekijöihin sekä jo havaittuihin ongelmiin. Jo varhain voidaan puuttua oppimisesta tai poikkeavuudesta johtuviin epäonnistumisen tunteisiin ja näiden johtamaan itsetunnon heikkenemiseen. Nämä tunteet voivat johtaa välttämiskäytökseen, jossa nuori välttelee tietoisesti esimerkiksi koulussa olevia tilanteita, joissa kokee olevansa huono tai riittämätön. Nuori, jolla on huono itsetunto, voi myös mieluummin luovuttaa kuin kohdata epäonnistumisia. Myös sosiaaliset ongelmat ovat mahdollisia. (Syrjäytymisen

ehkäisy ja vähentäminen -työryhmä.) Syrjäytymistä voisi ehkäistä myös yhteiskunnallisesti järjestämällä esimerkiksi perheitä tukevia ja tietoa jakavia ”esimurrosikäisten vanhempien neuvoloita” tai puuttumalla koulujärjestelmän puutteisiin. Peruskouluissa nuorten kehitysvaiheiden sekä tyttöjen ja poikien kehityksen erojen huomioiminen voisi myös toimia ennaltaehkäisevänä keinona. (Aalberg & Siimes 2007: 137-141.)

3 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyömme jakautui kokonaisuudessaan toiminnalliseen ja kirjalliseen osuuteen. Toiminnallinen osuus sisälsi ohjauksetojen suunnittelun ja niihin valmistautumisen, ohjauksetojen toteuttamisen sekä niiden dokumentoinnin kuvallisesti ja kirjallisesti. Näiden lisäksi toiminnalliseen osuuteen kuului työelämän yhteyshenkilömme eli ryhmämme luokanopettajan ja opinnäytetyötutorimme kanssa käytyjä keskusteluja ja tapaamisia. Seuraavassa kappaleessa kuvailemme toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteita, menetelmiä ja arviointikeinoja (Taulukko 1). Tämän jälkeen opinnäytetyön aikataulua ja etenemistä havainnollistamme kuvion avulla (Kuvio 1). Tätä seuraa opinnäytetyön kohderyhmän kuvaus, johon sisältyy oman ryhmämme kuvauksen lisäksi yleisesti tietoa joustavasta perusopetuksesta. Opinnäytetyömme toiminnallisen kuvauksen lopussa kuvailemme toiminnallisia menetelmiä ja niiden käyttöä ryhmän ohjauksessa.

3.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tavoitteiden arviointikeinot

”Hyvä ohjaaja on sellanen, joka lähtee mukaa, olis mukana niis harjotuksis.” Nuori antamassaan loppupalautteessa.

”Meidän näkökulmasta olis hyvä ettei ohjaajat sais pidetty aina koko porukkaa kasassa. niin pystys vaa olla ja relaa, mut varmaan ohjaajien ja ryhmän kannalta hyvä että ohjaajat saa pidetty porukan kasassa.” Nuori antamassaan loppupalautteessa.

Toiminnallisen opinnäytetyömme ensimmäisenä tavoitteena oli tukea ohjattavan ryhmämme nuorten itsetuntemusta. Kun nuori oppii tunnistamaan oman persoonallisuutensa heikkoudet ja vahvuudet, hänen itsetuntonsa voi vahvistua. Hyvä itsetunto on tärkeässä asemassa oman elämän arvostuksen ja itsenäisten päätösten teon kannalta. Se mahdollistaa myös nuoren riippumattomuuden muiden mielipiteistä, mutta myös toisten arvostuksen. Nuori myös sietää paremmin epäonnistumisia ja pettymyksiä, kun hänen itsetuntonsa on hyvä. (Himberg & Jauhiainen 1998: 17-25.)

Toisena tavoitteenamme oli tukea seksuaalista kasvua antamalla nuorille mahdollisuus syventää ymmärrystään seksuaalisuudesta. Seksuaalisuuteen liittyvät asiat mietityttävät nuoria paljon. Nuori pohtii paljon omaa seksuaalista suuntautumistaan, joka on iso osa rakentumassa olevaa identiteettiä. Toiset nuoret ja aikuiset odottavat pojilta vain miehisyyteen liittyviä

piirteitä, kun taas tytöille sallitaan helpommin molempiin sukupuoliin liitettyjä piirteitä. Näiden piirteiden, kuten tunneilmaisun ja pukeutumisen perusteella tehdään helposti arvauksia seksuaalisesta suuntautumisesta. (Apter ym. 2009.) Kun nuorille pääsevät tarkastelemaan seksuaalisuuteen liittyviä asioita erilaisista näkökulmista neutraalisti ja suvaitsevasti, voivat he ymmärtää ja hyväksyä paremmin itsessään ja muissa olevia ominaisuuksia. Myös murrosiässä tapahtuvien henkisten ja fyysisten muutosten tietäminen ja ymmärtäminen auttaa nuorta hyväksymään erilaisuutta.

Itsetuntemuksen ja seksuaalisuuden tukemisessa käytimme hyödyksi toiminnallisia menetelmiä. Hyödynsimme kuvallisen ilmaisun, musiikin, draaman, liikkeen ja kehollisuuden harjoituksia. Tällaisten toiminnallisten eli luovien menetelmien käyttö voi mahdollistaa sellaisten asioiden pohtimisen, joille on muutoin vaikea keksiä sanoja tai muotoa. Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi ajatukset, tunteet ja mielikuvat. Luovien menetelmien ominaisuuksia onkin, että niiden kautta voi tukea itsetuntemuksen kasvua, aktiivista roolia omassa elämässään sekä sosiaalista kasvua. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2012.) Lisäksi toiminnallinen tapa työskennellä on joustavalle perusopetukselle ominaista, joten toiminnallisten menetelmien käyttö ohjauksissamme oli luontevaa. Toiminnallisten menetelmien avulla nuoret saivat uusia keinoja ilmaista itseään ja käsitellä vaikealtakin tuntuvia asioita. Harjoitteiden avulla nuori voi oppia ymmärtämään itseään ja toisiaan paremmin ja ehkä löytämään itsestään uusia puolia.

Nuoriin liittyvien tavoitteidemme täyttymistä arvioimme keräämällä nuorilta palautetta sekä paikalla olleelta opettajalta havaintoja. Nuoret olivat tärkeimmässä roolissa palautteenantajina, sillä he olivat toimintakerroilla itse toimijoina ja kokijoina. Tämän vuoksi käytimme monta erilaista tapaa kerätä heiltä palautetta, ja näin pyrimme saamaan mahdollisimman kattavan arvion tavoitteidemme saavuttamisesta. Pyysimme nuorilta muun muassa kirjallista palautetta, jonka keräsimme lähes jokaisen toimintakerran jälkeen. Suunnittelimme kysymykset kyseisen ohjaukserän teeman ja tavoitteiden perusteella (Taulukko 2). Saimme nuorilta suullista palautetta spontaanisti toimintakertojen aikana sekä ohjatusti keskustellen. Käytimme ohjaukserroilla myös janoja palautteen saamiseen. Ryhmäpaineen minimoimiseksi palautetta keräsimme myös niin sanotusti raadin muodossa ”samaa mieltä” ja ”eri mieltä” -äänestyslappuja käyttäen. Parin ohjaukserän jälkeen myös pyysimme nuoria kuvia apuna käyttäen tai parilla sanalla kertomaan, missä tunnelmissa he lähtevät kotiin. Koko toiminnan loputtua kävimme yksittäin jokaisen nuoren kanssa keskustelun, jonka kautta saimme palautetta toiminnasta kokonaisuudessaan, ohjaajuudestamme ja tietoa siitä, täyttyikö tavoitteemme itsetuntemuksen ja seksuaalisen kasvun tukemiseen liittyen. Olimme hieman mietti-neet keskustelun runkoa etukäteen, mutta keskustelu eteni jokaisen nuoren kohdalla omalla tavallaan.

Arvioimme itsetuntemukseen ja seksuaalisuuden kasvuun liittyvien tavoitteidemme saavuttamista myös omien havaintojemme perusteella. Pidimme ohjauspäiväkirjaa, johon kirjasimme omia havaintojamme ja niiden pohjalta tehtyjä tulkintojamme kuluneesta kerrasta, toiminnan meissä herättämää yleistä pohdintaa. Samaan ohjauspäiväkirjaan kirjasimme nuorten sanomia kommentteja ja nuorissa heränneitä oivalluksia. Ohjauspäiväkirjamme toimi lisäksi meidän omaan oppimiseemme liittyvien tavoitteiden arvioinnin välineenä eli se oli myös oppimispäiväkirjanamme. Laitoimme siihen muistiin myös omia onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksiaamme sekä ideoita tuleville ohjauskerroille.

Kolmantena tavoitteenamme oli oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toiminnallinen ohjausprosessi. Pidimme tärkeänä, että ohjauksien suunnittelussa otettiin huomioon erityisesti aikataulu ja ohjauskertojen sisältö. Tämän vuoksi teimme jokaiselle ohjauskerralle yksityiskohtaisen suunnitelman, johon merkitsimme harjoitusten keston, sisällön, materiaalit ja tavoitteet. Halusimme, että ohjauskerrat olivat mahdollisimman johdonmukaisia ja harjoitukset linkittyivät toisiinsa, mutta että ohjauskerrat olisivat myös tarkoituksenmukaisia opinnäytetyömme tavoitteisiin nähden. Tavoitteiden arvioinnin vuoksi annoimmekin jokaiselle ohjauskerralle omat tavoitteensa (Taulukko 2), jotka täyttyessään toteuttaisivat myös koko työmme tavoitteita. Ohjausten toteutuksessa tärkeänä pidimme, että ohjausten aikana pystyimme joustamaan aiemmin suunnitellusta ohjausrungosta (Liitteet 3-9). Mielestämme oli tärkeää ottaa huomioon ryhmän sen hetkiset tarpeet ja tarttua siihen, mitä ryhmässä tapahtui, ja muokata ohjauksia sen mukaan.

Ohjausten toteutuksessa pidimme tärkeänä suunnitelmista joustamisen lisäksi muun muassa sitä, että innostimme nuoria osallistumaan toimintaan sekä luomaan luottamuksen ryhmän sisälle. Mielestämme näyttämällä oma innokkuutemme ja kiinnostuksemme aiheeseen voi edesauttaa sitä, että myös nuoret innostuvat ja heidän olisi helpompi osallistua toimintaan. Luottamusta voi lähteä rakentamaan tekemällä heti alussa yhdessä nuorten kanssa sopimuksen yhteisistä pelisäännöistä, joita kaikki sitoutuvat noudattamaan. Mielestämme luottamus vaatii toteutuakseen myös rajoja eikä se toteudu kaaoksessa. Luottamuksen saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi oli tärkeää, ettei nuorten suorituksia arvioitu, ja heille korostettiin sitä, että ei ole oikeita tai vääriä tapoja ajatella ja toteuttaa harjoituksia. Pidimme tärkeänä, että nuorten sanomisia ja ilmaisua ei rajoitettu liikaa. Ahosen (1997) mukaan turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen luovaa ryhmää ohjatessa on tärkeää. Tähän liittyy myös sen hyväksyminen ja mahdollistaminen, että jokaisella on oma tahtinsa ja omat ehtonsa edetä prosessissa. Tämä tarkoittaa sitä, että ketään ei tule painostaa eikä pakottaa tekemään mitään. Tärkeintä ei olekaan tulokset vaan itse prosessi. (Ahonen 2007: 106.)

Ohjaajuuden arvioinnissa mielestämme tärkeää oli hahmottaa, mitkä olivat ne kysymykset, joiden avulla ohjausprosessia oli mahdollista kartoittaa ja arvioida. Kun kävimme yhdessä ref-

lektiokeskustelua jokaisen toimintakerran päätyttyä, sivusimme seuraavia asioita: harjoitusten valinta ja toimivuus, onnistumiset ja epäonnistumiset, mitä voisimme tehdä toisin, aikataulutus, tavoitteiden täytyminen, ohjaajien välinen yhteistyö sekä nuorien innostamisessa onnistuminen. Nämä havaintomme ja itsearviomme kirjoitimme ohjauspäiväkirjaan, ja käytimme niitä hyödyksi seuraavaa ohjauskertaa suunnitellessamme. Arvioidessamme valitsemiemme harjoitusten toimivuutta kiinnitimme huomiota siihen, mitä havaitsimme nuorissa sekä osasimme mielestämme muokata harjoituksia tilanteeseen sopivaksi. Jos nuoret olivat innostuneita ja keskittyneitä harjoituksen aikana, pystyi mielestämme päättelemään harjoituksen olleen onnistunut.

Toimintakerroilla oli myös paikalla työelämän yhteyshenkilömme eli kyseisen luokan opettaja. Hän keskusteli kanssamme jokaisen ohjauskerran jälkeen ja kertoi muutamalla lauseella havainnoistaan liittyen nuoriin ja tehtyihin harjoituksiin. Hän antoi myös palautetta toimintakerroista yleisesti. Koko toiminnan loputtua hän antoi meille kirjallisen palautteen, jossa hän arvioi toimintakertojemme sisältöä, tavoitteidemme täyttymistä nuoriin liittyen sekä meidän ohjaajuuttamme.

Tavoitteet	Käytetyt menetelmät	Arviointikeinot
1. Tukea itsetuntemusta 2. Tukea seksuaalista kasvua	Toiminnalliset menetelmät: Draama, liike, kuvallinen ilmaisu, musiikki, keskustelu, improvisaatioharjoitukset, videomateriaali	<ul style="list-style-type: none"> ○ Omat ja paikalla olleen opettajan havainnot ○ Nuorilta kerätty kirjallinen ja suullinen palaute ○ Janat ○ Paikalla olleen opettajan kirjallinen palaute ○ Yksilökeskustelut nuorten kanssa koko toiminnan loputtua ○ Ohjauspäiväkirja ○ Jokaisella ohjauskerralla oma tavoitteensa
3. Oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toiminnallinen ohjausprosessi	Yksityiskohtaisen ohjausrunгон käyttö, toiminnalliset menetelmät, ohjauspäiväkirja	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ohjauspäiväkirja ○ Reflektiokeskustelut ○ Itsearviointi ○ Omat ja paikalla olleen opettajan havainnot ○ Nuorilta saatu suullinen palaute ○ Paikalla olleen opettajan kirjallinen ja suullinen palaute ○ Yksilökeskustelut koko toiminnan loputtua ○ Apukysymykset ○ Jokaisella ohjauskerralla oma tavoitteensa

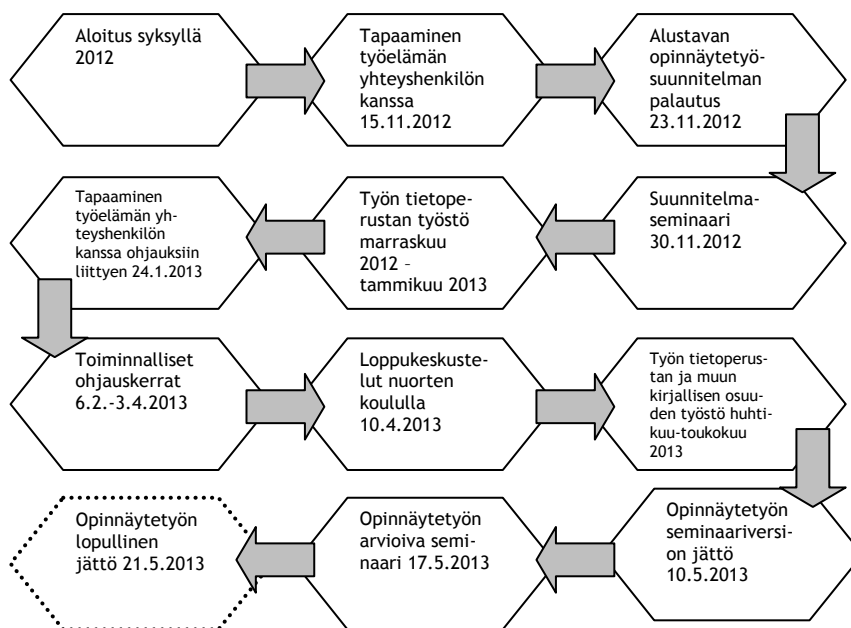
Taulukko 1: Tavoitteet, menetelmät ja arviointikeinot

3.2 Opinnäytetyön aikataulu

Aloitimme opinnäytetyömme ideoimisen syksyllä 2012, mutta ajatus aiheesta, joka liittäisi molempien mielenkiinnonkohteet eli mielenterveyden edistämisen ja ihmisen seksuaalisuuden tukemisen, heräsi jo saman vuoden helmikuussa. Tapasimme työelämän yhteyshenkilön eli luokan opettajan ensimmäisen kerran marraskuussa, jolloin kuulostelimme, millaisia toiveita ja tarpeita heillä oli toimintaan liittyen. Työn tietoperustaan tutustumisen ja teorian kirjoittamisen aloitimme samassa kuussa, ja kuun loppupuolella esittelimme alustavan opinnäytetyösuunnitelmamme seminaarissa. Loppuvuosi oli molemmille kiireistä aikaa ja vasta tammikuun puolessa välissä pääsimme kunnolla työstämään opinnäytetyötämme. Hioimme vielä palauttamaamme opinnäytetyösuunnitelmaa, ja uuden suunnitelman palautimme tammikuun lopussa. Tarkensimme korjattuun suunnitelmaan opinnäytetyömme tavoitteita sekä muokkasimme tietoperustaa niin, että se palvelisi paremmin työlle asetettuja tavoitteita sekä tulevien ohjauksetojen sisältöä.

Opinnäytetyömme toiminnalliset ohjaukset aloitimme vuoden 2013 helmikuussa ja viimeinen ohjaukset oli huhtikuussa. Ennen ohjauksetojen aloittamista tapasimme luokan opettajan uudemman kerran, jolloin avasimme hänelle tekemäämme alustavaa ohjauksetojen runkoa. Ohjauksetoja oli yhteensä seitsemän. Viisi ohjauksetoista kesti 1,5 tuntia ja ne alkoivat aina klo 12:30. Kaksi ohjauksetoista oli pitempiä ja ne kestivät 3 tuntia. Pidempien ohjauksetojen välissä pidettiin ruokatauko, sillä ne alkoivat aamulla klo 10:15 ja loppuivat klo 14. Itse toimintakertoihin kului yhteensä 13,5 tuntia, mutta tähän määrään ei kuulu toimintaksetojen suunnitteluun, materiaalien hankkimiseen sekä raportointiin käytetty aika. Ohjauksetojen suunnittelujen lisäksi kokoustimme työelämän yhteyshenkilömme ja opinnäytetyöohjauksetojen kanssa. Toiminnallisen osuuden päätyttyä tapasimme nuoret vielä kerran heidän koulullaan ja kävimme heidän kanssaan lyhyen palautekeskustelun kuluneesta toiminnasta. Valitettavasti kaksi nuorista oli poissa koulusta kyseisenä päivänä.

Aloitimme uudestaan opinnäytetyömme kirjallisen osuuden työstön huhtikuussa 2013 ohjauksetojemme päätyttyä. Olimme kuitenkin koko ajan tuottaneet kirjallista materiaalia pitäen toiminnallisista kerroista ohjauksetpäiväkirjaa. Jätimme opinnäytetyömme seminaariversion toukokuun puolivälissä, ja viikko sen jälkeen esittelimme työmme arvioivassa seminaarissa. Lopullisen työn jätimme arvioitavaksi 24.5.2013.



Kuvio 1: Opinnäytetyön aikataulu

3.3 Ohjattavan ryhmän kuvaus

Koska ohjattava ryhmämme käy joustavan perusopetuksen luokkaa, halusimme työssämme esitellä, mitä joustava perusopetus pitää sisällään. Joustava perusopetus eli JOPO-hanke käynnistettiin vuonna 2006 opetusministeriön toimesta. Kunnille myönnettiin määrärahaa, jotta ne voisivat kehittää koulupudokkaiden aktivointiin tähtäävää toimintaa perusopetuksessa ja toisen asteen nivelvaiheessa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2013). Joustavan perusopetuksen tarkoituksena on tukea sellaisia oppilaita, jotka ovat vaarassa jäädä ilman päästötodistusta ja toisen asteen opiskelupaikkaa. Joustava perusopetus on toiminnallinen ja työelämäpainotteinen tapa suorittaa peruskoulun kahdeksas ja yhdeksäs luokka. Tavoitteena on ollut kehittää sellaisia toimintatapoja ja opetusmenetelmiä jotka ovat yksilöllisiä ja oppilaiden erilaiset tarpeet huomioivia (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2013). JOPO-ryhmiin voivat hakeutua hankkeessa mukana olevien kuntien peruskoulujen oppilaat. Oppilaita saatetaan myös ohjata ryhmiin jos heidän nähdään hyötyvän sen tarjoamasta toimintamallista. Tavoitteena on vakiinnuttaa JOPO-toiminta opiskeluvaihtoehdoksi mahdollisimman monessa kunnassa. (Opetushallitus 2013.)

JOPO-ryhmissä opetus toteutetaan noin kymmeneen oppilaan ryhmissä. Kouluissa toiminnasta vastaa JOPO-ryhmän opettaja yhdessä nuorisotyöntekijän tai sosiaalityöntekijän sekä muiden aikuisten kanssa. Toiminnassa korostuu moniammatillisen yhteistyön tärkeys, koska mukana ovat peruskoulujen lisäksi kuntien nuoriso-, sosiaali- ja terveystoimi sekä ammatilliset oppilaitokset, lukiot ja mahdolliset nuorten työpajat. Oppilaan perheen kanssa tehdään myös tiivistä

yhteistyötä, jotta voidaan hahmottaa oppilaan kokonaistilanne ja löytää oppilaalle parhaiten sopivat työmuodot. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2013.)

JOPO - ryhmässä jokaiselle oppilaalle laaditaan oppimissuunnitelma tai tarvittaessa henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma eli HOJKS. HOJKS tulee laatia jokaiselle erityisopetukseen otetulle tai siirretylle oppilaalle. Opetus toteutetaan lähiopetuksena koululuilla sekä työssä oppimisen kautta erilaisilla työpaikoilla. Näiden lisäksi oppimisympäristöinä käytetään muun muassa leirikouluja ja luontoa yleensä. Oppilaanohjaus on myös tärkeä osa toimintaa. Sillä pyritään tukemaan oppilaiden jatko-opiskeluihin hakeutumista. (Opetushallitus 2013.) Turvaamalla oppilaiden koulutuspaikkoihin tai työelämään hakeutumista, pyritään ehkäisemään väliinputoamista, joka on yksi askel syrjäytymiseen.

Vuonna 2009 JOPO- ryhmiä oli yhteensä noin 100 ja niissä opiskeli 953 oppilasta (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2013). Opetushallituksen (2013) mukaan aikaisemmat vuodet ovat näyttäneet sen, että JOPO- ryhmistä on ollut hyötyä ja ne ovat lisänneet oppilaitten opiskelumotiivaatiota ja tavoitteellisuutta. Joustava perusopetus on edesauttanut sitä, että nuoret ovat saaneet päättötodistuksen ja heidän jatko-opintojen suunnittelu on edistynyt. Nuoret ovat myös pitäneet työpaikkaopiskelusta ja sen on huomattu vahvistaneen työelämään suuntautumista. Tällainen yksilöllisiin tarpeisiin ja toiminnallisuuteen perustuva opetus on myös vahvistanut oppilaiden elämänhallintaa ja parantaneet sosiaalisia taitoja ja sitä kautta myös lisänneet kykyä vastaanottaa elämän mukanaan tuomia muita haasteita. (Opetushallitus 2013.) Suomessa on paljon syrjäytymisvaarassa olevia nuoria, jotka kokevat normaalin perusopetuksen ongelmalliseksi. Joustava perusopetus tavoittaa myös ne nuoret, jotka eivät muutoin saisi päättötodistusta normaalin koulumuodon kautta. Syrjäytymisen ehkäisyssä JOPO-opetusmuodolla onkin tärkeä rooli tavoittaa nuori ennen mahdollista syrjäytymistä. (Yle uutiset 2013.)

3.4 Toiminnalliset menetelmät

”Mieleenpainuvana asiana jäi mieleen se maalausjuttu. Ei maalata paljoo, joskus ala-asteella oon maalannu.” Nuori antamassaan loppupalautteessa.

Olemme käyttäneet opinnäytetyössämme asiayhteydestä riippuen ohjauksissa käyttämillemme menetelmille termiä joko toiminnalliset menetelmät tai luovat menetelmät. Näitä menetelmiä ovat esimerkiksi kuvallinen ilmaisu (piirustus, maalaus ja muovailu), musiikki (aktiivinen kuuntelu, laulaminen ja soittaminen), liikunta ja tanssi, draamalliset menetelmät (rooliharjoitukset, dramatisointi ja leikilliset tehtävät), kirjallisuus (tarinoiden, runojen, elämäkertojen, kokemuksien kirjoittaminen ja lukeminen) sekä valokuvaus ja videointi. Luovien menetelmien tunnusmerkkejä ovat muun muassa luotto ihmisen oppimiskykyyn ja vuorovaikutuksen helpottaminen. (Salo-Chydenius, 2010.) Myrsky-hankkeessa käytetään luovia, taidelähtöisiä

menetelmiä tukeessa nuorten tärkeää ja herkkää ikävaihetta sekä kehittyvää identiteettiä. Hanke perustelee luovien menetelmien käyttöä Känkästä mukaillen niin, että nuoren pärjäämistä kaikilla elämänalueilla voi kehittää luovien menetelmien kautta, sillä niiden avulla voi ilmaista tunteitaan vapaammin sekä löytää uusia voimavaroja. Luovien menetelmien kautta on myös mahdollista löytää uudenlaisia tapoja olla kosketuksissa itseen ja ympäristöön. (Myrsky hanke, 2013.) Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi tunteet. Kaikille tunteille ja tuntemuksille ei aina löydy sanoja eikä ymmärrystä ja niiden ilmaiseminen voi tuntua mahdottomalta. Luovien ja taiteellisten menetelmien avulla voi oppia ymmärtämään tällaisia tunteita ja saattamaan niitä näkyvämpään muotoon. Näin voi tapahtua esimerkiksi ilmaisemalla kehollaan, minkälaisen musiikin herättämän tunteen on havainnut. Kehon liikkeen sisältämän tunteen voi ilmaista maalaamalla kuvan. Tämän kuvan voi säveltää musiikiksi tai kehitellä siitä runon. (Ahonen 1997: 68-71.) Tällä tavalla tunnetta on päästy ilmaisemaan monin erilaisin tavoin, ja tunnekin voi tuntua lähestyttävämmältä tai konkreettisemmalta. Ominaista luovalle työskentelylle on mahdollisuus lisätä omaa itsetuntemustaan, aktiivista suhdetta omaan elämäänsä sekä sosiaalista kasvuaan ja oppimistaan (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2012).

Jokainen on luova ja jokaiselle löytyy oma tapansa tuoda sitä esille. Luovuus ja taide sanoina ja menetelminä menettävätkin vaikeaa erityisyytään siten, että niitä pidetään myös yhtenä hyvinvoinnin ulottuvuutena. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2012.) Ahonen (1997) uskoo, että kaikki ihmiset ovat luovia, jos heille vain annetaan siihen mahdollisuus:

”Jokainen joka saa kynästä jäljen paperille, osaa piirtää, ja jokainen joka saa soittimesta irti edes yhden äänen, osaa soittaa. Henkilö, joka voi liikuttaa kehoaan, osaa myös liikkua luovasti. Mutta vain jo haluaa ja uskaltaa. Taiteen tekeminen on usein kiinni juuri haluamisesta. Ihminen tekee yleensä asioita, joita pitää tärkeänä. Uskaltaminen on myös tärkeää. Täytyy ylittää oman kriittisyyden muuri ja heittäytyä kritiikittömän luovuuden vietäväksi. Usein ihminen pelkää naurunalaiseksi joutumista, eikä siksi uskalla eläytyä. Moni pelkää naurunalaiseksi joutumista jopa omissa silmissään eikä siksi uskalla elää.” (Ahonen 1997: 14-19.)

Ohjaajan onkin hyvä painottaa luovia menetelmiä käytettäessä, että ei ole yhtä ainoaa oikeaa tapaa toimia ja toteuttaa itseään, vaan kaikenlainen oivaltaminen ja toteuttaminen ovat oikein.

4 Toiminnalliset ohjaukset

Aloitamme ohjaukset kuvauksilla, joissa käymme läpi jokaisesta ohjauksesta tekemämme havainnot. Niiden avulla pohdimme tehtyjen harjoitusten toimivuutta ja omaa ohjaajuuttamme. Sekä meidän että läsnä olleen opettajan havaintojen sekä nuorilta saadun palautteen avulla arvioimme myös tavoitteidemme saavuttamista. Suunnittelimme ohjaukset niin, että joillain kerroilla keskitymme enemmän itsetuntemukseen ja joillain kerroilla seksu-

aalisuuteen. Olimme asettaneet jokaiselle toimintakerralle niin sanotut pienemmät tavoitteet joita havainnollistamme seuraavalla taulukolla (Taulukko 2). Jokaisen toimintakerran alustavat ohjausrungot ovat työn liitteinä (Liitteet 3-9). Toimintakertojen kuvausten jälkeen teemme yhteenvedon ja arvion opinnäytetyömme tavoitteiden täyttymisestä. Tässä hyödynsimme ryhmän opettajalta saamamme palautetta, sekä nuorten kanssa käytyjä loppukeskusteluja.

	Tavoitteet ohjauskerroille
1. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> tutustua ryhmään, ja että ryhmä saisi tutustua meihin toiminnan tavoitteisiin ja menetelmiin tutustuminen tuleviin kertoihin virittäytyminen
2. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> tehdä sellaisia harjoituksia, joissa keskitytään itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukemiseen
3. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> käyttää enemmän musiikkia menetelmänä tunteiden ilmaisu ja tunnistaminen musiikin sekä kehollisen ja kuvallisen ilmaisun kautta
4. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> käsitellä seksuaalisuutta toiminnallisia menetelmiä apuna käyttäen
5. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> harjoitella uudenlaista tapaa antaa palautetta ja vuorovaikuttaa omien ominaisuuksien pohtiminen pohtia median vaikutusta ihanteisiin
6. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> harjoitella improvisaatiota ja erilaisten roolien ottamista herätellä keskustelua seksuaalisesta väkivallasta
7. Ohjauskerta	<ul style="list-style-type: none"> itsetuntemusta tukevien harjoitusten tekeminen omien arvojen pohtiminen harjoitella uudenlaista tapaa antaa palautetta

Taulukko 2: Ohjauskertojen tavoitteet

4.1 1. Ohjauskerta: Tutustuminen ja virittäytyminen tulevaan toimintaan

Ensimmäisen toimintakerran tärkeimpänä tavoitteenamme oli tutustua ryhmään, ja että ryhmä saisi tutustua meihin. Yhtenä tavoitteenamme ensimmäiselle kerralle oli myös, että ryhmä voisi virittäytyä tulevaan ja saisi hieman käsitystä, mitä tulevat kerrat tulevat sisältämään. Jotta päätavoitteenamme eli itsetunnon, itseilmaisun ja seksuaalisuuden tukeminen olisi mahdollista, nuorten piti voida tutustua meihin ja toiminnalliseen työtapaan. Mielestämme tutustumisen tulisi tapahtua sellaisten harjoitusten kautta, ettei niihin osallistuminen vaatisi liikaa. Uskoimme, että kun nuoret saisivat ensin tutustua rauhassa meihin sekä toimintaan, edesauttaisi se sitä, että he uskaltaisivat lähteä paremmin mukaan tuleviin harjoituksiin, joissa harjoittelisimme itseilmaisua monin eri tavoin tai tekisimme harjoituksia, jotka käsittelevät omaa itseä tai seksuaalisuutta. Valitsimme ensimmäiselle ohjauskerralle sellaisia harjoituksia, joihin olisi mahdollisimman matala kynnys lähteä mukaan. Pyrimme siihen, että harjoitukset tehtiin pääosin ryhmänä eikä kenenkään tarvinnut olla ja toimia muiden edessä yksin.

Alussa neuvottelimme nuorten kanssa yhteisen kirjallisen sopimuksen liittyen tuleviin toimintakertoihin. Siinä sovimme muun muassa, ettei kenenkään harjoituksissa tekemiä tai sanomia asioita arvostella tai haukuta, ja jokaiselle annetaan mahdollisuus kertoa oma mielipide. Sovimme myös, ettei toisten päälle puhuta eikä toimintakerroilla riehuta tai häiritä muutoin toisten keskittymistä. Yhdessä sovimme myös, että jos joku rikkoo sopimusta toistuvasti ja joudumme kolmesti huomauttamaan samasta asiasta, niin kyseinen nuori poistetaan tilasta tietyksi hetkeksi. Meistä oli tärkeää, että nuoret olivat yhdessä luomassa sopimusta, koska silloin he myös luultavammin sitoutuisivat siihen helpommin. Pyrimme siihen, ettemme itse antaneet sopimukseen suoraan yhtään kohtaa, vaan erilaisten kysymysten avulla saimme heidät itse löytämään sopimukseen myös niitä asioita, joita me ohjaajina pidimme ryhmän kannalta tärkeänä. Yksi tällaisista kysymyksistä oli muun muassa: ”Mitä mieltä olette - onko mukavaa, että kun puhutte jotain, niin muut ei kuuntele ja puhuvat teidän päälle?”

Tämän kerran alussa saimme tietää, että meillä on kahdeksan sijaan seitsemän toimintakerhoa johtuen luokan talviretkestä. Tämä hieman hämmensi meitä, koska pelkäsimme, ehdimmekö käydä kaikki haluamamme teemat läpi. Sovimme, että kaksi ohjauskerroistamme on pidempiä eli puolentoista tunnin sijaan kyseiset kerrat kestivät 3 tuntia. Lisäksi ryhmän kokoon tuli muutos: kymmenen sijaan ryhmäläisiä olisikin yhdeksän. Tälle ensimmäiselle kerralle nuoria pääsi paikalle kahdeksan yhden ollessa matkoilla.

Kerroimme alussa nuorille, mistä tulemme ja mitä tulemme tekemään. Kerroimme lyhyesti luovista menetelmistä, ja että aiomme ottaa ohjauskerroillemme sellaisia harjoituksia, joiden kautta tavoitteenamme on tukea heidän itsetuntemustaan ja itseilmaisuaan sekä käsitellä toiminnallisella tavalla joitain samoja teemoja, joita he ovat terveystieteen tunneilla aiemmin käsitelleet kuten seksuaalisuus. Luovista menetelmistä kerrottaessamme halusimme painottaa, ettei kenenkään täydy osata soittaa, piirtää tai esiintyä, eli osallistuminen ja tekeminen ovat keskiössä, eikä niinkään niiden kautta syntynyt mahdollinen tuotos.

Tutustumisen aloitimme niin, että erilaisia janoja apuna käyttäen opettelimme nuorien nimiä. Ensin nuorten tuli asettua sanattomasti riviin siinä järjestyksessä, missä kuussa he ovat syntyneet. Tämän jälkeen rivi muodostettiin kengännumeron mukaan, ja sitten he asettuivat kuvitellulle Suomen kartalle sille kohtaan, missä ovat syntyneet. Jokaisen janan jälkeen pidimme pienen purun, jossa nuoret kertoivat nimensä ja esimerkiksi syntymäkuukautensa. Nuoret hassuttelivat kertomalla alkuun keksittyjä nimiä, mutta lopulta kuitenkin kertoivat oikeat nimensäkin. Ryhmäläisillä oli alkuun vaikeuksia malttaa kommunikoida ilman sanoja, mutta he onnistuivat nopeasti saamaan aikaiseksi rivin näyttämällä nokkelasti sormilla numeroita tai vertailemalla jalkojaan. Teimme kengänkokoharjoituksessa sellaisen havainnon, että ryhmän pienijalkaisin vaikutti punastelevalta ja hänen olemuksensa oli nolosteleva. Toisten nuorten kommentit hänen jalkansa pienuudesta vielä näyttivät tehostavan hänen nolostumistaan. Mie-

timme onko hyvä käyttää nuorilla pojilla tällaista harjoitusta, jossa vertaillaan kokoa, koska usein nuoret pojat saattavat ajatella sen tietynlaisena paremmuusjärjestyksenä. He saattavat ajatella, että pojan on parempi olla isokokoisempi ja isojalkaisempi kuin hentorakenteinen ja pienijalkainen.

Tutustumisleikkien jälkeen nuoret pääsivät kokeilemaan ensimmäisen kerran improvisaatiota pantomiimiharjoituksen kautta. Harjoituksessa nuoret näyttivät ringissä jokainen vuorollaan jonkin aamutoimistaan pantomiimina. Ensimmäiselle kierroksella liike tehtiin normaalisti, seuraavalla todella pienesti, sitten todella suuresti äänen kera ja viimeisellä kierroksella, niin että kaikki tekivät jokaisen liikkeen samaan aikaan ja mahdollisimman nopeasti. Useat nuoret valitsivat aamutoimekseen tupakanpolton tai nuuskan laittamisen huuleen. Vaikka tupakanpolto ja nuuskan käyttäminen ovat koulun sääntöjen vastaisia, emme halunneet tässä harjoituksessa puuttua siihen, vaan teimme harjoituksen ottamalla myös ne liikkeet mukaan. Pohdimme, että nuoret saattoivat haluta testata meidän reaktiotamme valitsemalla asioita, jotka mielletään paheksuttaviksi. Emme kuitenkaan antaneet niiden hämmentää meitä emmekä myöskään paheksuneet niitä. Uskomme, että se vaikutti myös osaltaan siihen, että harjoitus sujui hyvin ja jokainen nuori oli jokaisella kierroksella aktiivisesti mukana. He naureskelivat toistensa keksimille liikkeille ja jokainen oli mukana toistamassa niitä. Huomasimme, että tämänkaltaisen harjoitus, jossa olemme ringissä ja joku näyttää ensin jonkin liikkeen, ja muut toistavat sen perässä, sopivat tälle ryhmälle. Siinä jokainen tulee nähdyksi, mutta huomio ei kiinnity liiaksi yhden suoritukseen, koska kaikki muutkin osallistujat tekevät saman asian heti perässä. Juuri sen vuoksi tällainen improvisaatio harjoitus sopii hyvin myös ensimmäiselle kerralle, koska siinä toimitaan pääosin ryhmänä, eikä siihen osallistumiseen ole liian suuri kynnys.

Tällä kerralla teimme harjoituksen, jossa ideana oli, että aina toista palloa heitettäessä lausuttaisiin jonkin ruuan nimi ja taas toista palloa heitettäessä jonkin kaupungin nimi. Kun yritetään muistaa, kuka heitti pallon ja kenelle pallo pitäisi heittää, nimien lausuminen saattaa helpottaa tuon järjestyksen muistamista. Nuoret lähtivät harjoitukseen ensin hyvin mukaan, mutta turhautuivat nopeasti, kun harjoitus ei ottanut sujuakseen. Kun nuoret eivät muistaneet, kuka oli heittänyt pallon kenelle, heidän keskittymisensä herpaantui ja he alkoivat viskellä palloja toisiansa kohti yhä voimakkaammin. Nuoret alkoivat heitellä palloja toisiaan päin niin, että ne osuivat myös toisia kasvoihin. Pysäytimme tilanteen ja jouduimme laittamaan yhden nuoren jäähyille. Pohdimme hetken ryhmän kanssa, miksi harjoitus ei toiminut. Joku nuorista kommentoi, että ei vaan jaksaa enää keskittyä. Saimme huomata, ettei tämänkaltaisen samaan aikaan energiatasoa nostattava sekä keskittymistä ja tarkkaavaisuutta vaativa harjoitus ole välttämättä tälle ryhmälle paras mahdollinen. Ryhmässä oli useita, joilla oli keskittymisvaikeutta tai ylivilkkautta ja tällaiset harjoitukset voivat turhauttaa, mikä voi ilmentyä sillä, että koko harjoitus menee pelleilyksi. Pohdimme kuitenkin, että vaikka tällainen

harjoitus oli nuorille vaikea, niin oli kuitenkin hyvä, että he pääsivät myös tällaista kokeilemaan ja ehkä myös haastamaan itseään. Mietimme, että myös esineen valinnalla olisi ehkä voinut vaikuttaa energiatasoon, sillä pallo liitetään useasti urheiluun ja sitä heitetään helposti liian kovaa. Varsinkin, kun kyseessä ovat nuoret pojat, voi olla iso juttu näyttää, kuinka kovaa osaa palloa heittää.

Koimme, että saavutimme kyseiselle kerralle asettamamme tavoitteet. Tutustumisleikkien kautta opimme hieman tuntemaan nuoria ja muistamaan heidän nimiään. Samoin tällä kerralla nuorille tuli tutuiksi meidän nimemme sekä heille selvisi, minkälaisia asioita toiminta tulisi sisältämään. Nuorien innokkuudesta päätellen onnistuimme virittämään heitä tämän kaltaiseen toimintaan. Meille tuli sellainen olo nuorten innostuneisuudesta, että heistä oli kiva olla mukana, ja että he tulevat seuraavallekin kerralle mielellään.

4.2 2. Ohjaukerta: Itseilmaisu ja vuorovaikutus

Toisen toimintakerran tavoitteena oli tehdä sellaisia harjoituksia, joissa keskitytään itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukemiseen. Nuoria oli tällä kerralla paikalla kuusi. Tämän kerran aloitimme istumalla rinkiin ja puhuimme edellisestä kerrasta ja yleisesti kuulumisista. Nuori, jonka edellisellä kerralla laitoimme jäähyllä, mainitsi muistavansa edelliskerrasta sen, että hänet ”hädettiin”, kun taas muut nuoret nostivat edellisestä kerrasta esille käytyjä harjoituksia. Osa nuorista kertoi, mitä heidän viikonloppuunsa oli kuulunut. He mainitsivat muun muassa jotkin yksittäiset bileet, alkoholinjuomisen ja tupakanpolton. Uskomme, että nuoret halusivat testata meitä, sillä paremmin heihin tutustuttuamme ja juteltuamme, saimme huomata, että nuoret eivät olleetkaan ihan niin meneviä kuin heidän aiemmat puheensa antoivat ymmärtää. Heidän kertomansa mukaan he viettivätkin vielä paljon viikonloppuisin aikaa kotona pelaten, sen sijaan, että olisivat olleet kaupungilla juomassa. Nuoret osallistuivat keskusteluun oma-aloitteisesti, emmekä joutuneet suuremmin johdattelemaan keskustelua apukysymyksillä tai vuoronannoilla. Nuoret olivat keskustelevaisia ja rauhallisia, ja meidän mielestämme keskustelu tuntui luontevalta.



Kuva 1: Alkukeskustelu

Aloitimme aktiivisella rentoutumisharjoituksella, jossa kehonosia jännitettiin järjestyksessä alhaalta ylöspäin aloittaen nilkoista ja päätyne kasvoihin. Nuoret lähtivät tähän harjoitukseen melko aktiivisesti mukaan, melkein kaikki tekivät jokaisen kehonosan. Vaikeimmalta vaikutti kasvojen jännittäminen avaamalla suu ammolleen, sillä vaikka näytimme mallia, nuoret eivät tehneet perässä. Mietimme, pelkäsivätkö he näyttävänsä noloilta kasvoja jännittäessään, ja siksi jättivät tekemättä. Myös rikkinäinen puhelin ilmeellä - harjoituksessa, jossa ensimmäinen näyttää takanaan olevalle ilmeen, ja sitten tämä takana ollut näyttää mahdollisimman samanlaisen ilmeen itsestään seuraavalle, kunnes ilme palautuu ensimmäiselle, huomasimme saman vaikeuden käyttää pelkkää ilmettä. Moni nuori otti ilmeeseen mukaan koko kehon, ja lopulta ilme jäi melkein kokonaan pois, kun nuoret keskittyivät näyttämään eleen kehollaan. Keräsimme ohjauksen jälkeen nuorilta kirjallisen palautteen, josta kävi ilmi, etteivät nuoret pitäneet kyseistä harjoitusta mieluisana. Mietimme, johtuiko tämä juuri siitä, että monille nuorista tuntui olevan vaikeaa ilmaista itseään pelkästään kasvoja käyttäen. Jäimme näiden harjoitusten jälkeen miettimään, voisimmeko jatkossa yrittää rohkaista heitä enemmän juuri kasvojen käyttämiseen. Päätimme ottaa seuraavalle kerralle jonkinlaisen harjoituksen, jossa ei saa käyttää muita kuin ilmeitä. Ryhmäläisillemme tuntuisi olevan havaintomme perusteella helpompaa käyttää kehoaan enemmän kuin ilmeitä, joten sen takia ajattelimme, että heille voisi olla hyödyksi harjoitella sanatonta ja ilman kehonkieltä tapahtuvaa ilmaisua.

Seuraavana harjoituksena oli sosiaalinen kävely, jossa ohjaaja sanoo ensin jonkin numeron, jonka kokoisiin ryhmiin osallistujat asettuvat. Näissä ryhmissä sitten muodostetaan ohjaajan seuraavaksi sanomia ryhmämuodostelmia, kuten ”olla kuin pullot korissa” ja ”teinit kaupungilla”. Nuoret muodostivat ryhmät nopeasti, ja jokaisessa ryhmässä oli usein yksi, joka ohjeisti sanomalla mihin kohtaan ja miten muut asettuvat. Harjoitusten aikana kuului paljon naurua. Nuoria tuntui huvittavan suuresti jotkut ryhmämuodostelmat kuten ”japanilaiset

turistit Helsingin keskustassa”. Emme alkuohjeistuksen jälkeen joutuneet rohkaisemaan nuoria toimimaan, vaan he olivat alusta lähtien innokkaasti mukana harjoituksessa. Tästä päättelimme, että nauttivat harjoituksesta. Huomasimme, että kun nuoret olivat jakautuneina kahteen ryhmään, toinen ryhmä tuntui jäävän usein nopeamman varjoon. Tällä tarkoitamme sitä, että toinen ryhmistä saattoi odottaa nopeamman suoritusta ja toistaa sen lähes samanlaisena. Pohdimme, pelkäsikö toinen ryhmä tekevänsä muodostelman väärin tai huonosti, ja mieluummin turvautuivat kopioimaan toisen ryhmän suorituksen. Uskomme, että tässä oli kyse ryhmäpaineesta. Huomasimme, että ryhmän aktiivisimmat nuoret hakeutuivat helposti samaan ryhmään, joka tässä harjoituksessa oli nopeammin ja ensin toimiva ryhmä. Jatkossa ryhmäharjoituksissa yritimme katsoa, että jokaisessa ryhmässä olisi ainakin yksi näistä enemmän aktiivisista nuorista, koska he innostivat muita omalla toimeliaisuudellaan. Kaikista parhaiten harjoitus toimi, kun kaikki olivat yhtenä ryhmänä. Toimivuudella tarkoitamme sitä, että nuoret uskaltautuivat heittäytyä ja osallistua sen sijaan, että olisivat jääneet sivuun. Kun kaikki olivat yhtenä ryhmänä, ei myöskään syntynyt vertailua siitä, kuka tekee paremmin ja oikein.

Kuulun niihin ihmisiin - harjoituksessa jokainen nuori sanoi itsestään jonkin väittämän, joka alkoi sanoilla ”Kuulun niihin ihmisiin”...ja jatkui esimerkiksi näin, että ”...ovat käyneet Amerikassa tai ovat sitä mieltä, että mopo on parempi kuin skootteri”. Jos joku tunnisti itsensä kyseisestä väittämästä, hän astui eteen ja vaihtoi toisen ringissä olevan kanssa paikkaa. Harjoitus lähti sujuvasti käyntiin. Sen aikana kuului paljon naurua, ja nuorista tuntui olevan hauskaa sanoa jotain, mistä tiesi, ettei kukaan muu ollut ennen tehnyt, mutta oli myös silloin, kun tiesi, että kaikki ovat tehneet tämän. Alkuun olimme suunnitelleet menevämmä harjoitusta vain yhden kierroksen niin, että jokainen nuori sanoo yhden asian. Venytimme harjoitusta useampaan kierrokseen nuorten toiveesta. Jokainen nuori otti vuoronsa spontaanisti toisten kannustamana, ja he huolehtivat siitä, että jokainen pääsi vuoroon tasapuolisesti kysymällä toisiltaan ”ootko sä jo päässy sanoo? Sano säki viel.” Nuorilta saatu kirjallinen palaute vahvasti havaintomme oikeiksi, sillä palautteen perusteella heistä kaikki olivat kokeneet harjoituksen mieluisana. Tässä harjoituksessa nuoret pääsivät ilmaisemaan itseään ja omia mielipiteitään sanallisesti ja fyysisesti paikkaa vaihtamalla, mahdollisuuden jakaa haluamiansa asioita, sekä samaistua toisiinsa. Huomasimme, että nuorille oli tärkeää päästä jakamaan itsestään jotain, ja että he saivat kokemuksen samankaltaisuudesta. Heille oli tärkeää myös saada kokea olevansa ainutlaatuinen sellaisten väittämien kautta, jotka pätevät vain omaan itseen. Identiteetti muodostuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Nuori rakentaa omaa minäkuvaa peilaten ja samaistuen muihin. Nuorelle on tärkeää kuulua johonkin ja usein oma minä määritellään sen mukaan mihin ryhmään kuuluu.

Uutisenlukutehtävässä pareille jaettiin valmiit aiheet, joista he tekivät uutisen. Toinen pareista luki keksimäänsä uutista siansaksaksi, ja toinen hänen eleitään ja äänensävyjään tulkiten tulkkasi toisen puhuman siansaksan suomenkieliseksi. Muut nuoret toimivat yleisönä.

Jouduimme tarkentamaan ohjeistusta pari kertaa, ja nuoret lähtivät hitaasti toimeen. Parit sopivat, kumpi olisi uutistenlukija ja kumpi tulkki, ja he joutuivat tekemään kompromisseja keskenään, sillä suurin osa halusi olla tulkin roolissa. Yksi pareista halusi tehdä niin, että kummatkin saivat kokeilla kumpaakin roolia. Kun parit tulivat esiintymään, uutistenlukijat käyttivät vain kehoaan ilmaisuun jättäen siansaksan pois. Rohkaisimme nuoria käyttämään apuna myös ääniä ja sanoja, joilla ei ole mitään merkitystä, mutta nuoret pitäytyivät sanattomassa pantomiimissa, ja lopulta vain yksi pari käytti esityksessään siansaksaa. Huomasimme, että siansaksan puhuminen oli osalle yllättävän vaikeaa. Nuoret ottivat mieluummin tulkin roolin, jonka olimme ajatelleet olevan vaikeampi ja siksi epämieluisampi ottaa. Ajattelimme, että siansaksan puhuminen ei aiheuttaisi suorituspaineita, mutta luulemme, että nuoret ottivat liian järjellä tehtävän eivätkä siksi uskaltaneet heittäytyä. Ohjaajina olisimme voineet antaa itse esimerkin. Se olisi saattanut helpottaa siansaksan puhumista. Toisaalta onko siansaksan puhuminen tämän ikäisille liian lapsellisen tuntuista? Puhuminen ja ilmeily olivat jälleen vaikean oloisia suurimmalle osalle, ja he turvautuivat mieluiten kehollisuuteen ja mykkään pantomiimiin. Annoimme heille siihen mahdollisuuden, vaikka välillä kannustimme heitä ja muistutimme, että nyt olisi tarkoitus tulkata puhetta. Tehtävässä haimme sitä, että puhuttaessa ilmeistä ja äänenpainoista voi tehdä johtopäätöksiä, vaikka ei ymmärtäisikään puhuttua kieltä. Pohdimme, onko hyvä tehdä tällaisia puheharjoituksia vai ottaa käyttöön sellaisia menetelmiä, jotka ovat heille ominaisia.

Huomasimme, että parista harjoituksesta tuli suunnitelmista poiketen kilpailumaisia, kuten sosiaalisessa kävelyssä sekä sanaparien muodostuksessa. Nuorille kilpailu on ominaista ja ehkä nimenomaan tämän ikäisille pojille se on luonteva tapa toimia. Hyvässä hengessä muodostettu kilpailuasetelma voi toimia innostavana tekijänä. Kilpailun huonona puolena tosin voi olla, että se voi nostaa kynnystä osallistua ja se voi myös lannistaa. Emme voi kuitenkaan pelätä kilpailuasetelmaa, jos nuorille on luontaista ajatella harjoitukset kilpailumaisiksi. Se, miten me voimme toimia, on, että emme omalla toiminnallamme ja kommentaillamme ruoki lisää kilpailuhenkisyttä vaan huomioimme kaikkien suoritukset tasapuolisesti, emmekä laita niitä paremmuusjärjestykseen.

Monessa harjoituksessa nuoret pääsivät kokeilemaan erilaisia tapoja ilmaista itseään ja olla vuorovaikutuksessa. Harjoituksissa he saivat käyttää kasvojen ilmeitä, eleitä ja ääntä. Antamalla heille näissä harjoituksissa tilaisuuden kokeilla erilaisia vuorovaikutus- ja ilmaisutyyylejä tuomitsematta tai arvioimatta heidän suoritustaan, koimme että onnistuimme tämänkertaisessa tavoitteessamme tukea nuorten itseilmaisua ja vuorovaikutusta.

Mikä oli mieluisinta tänään? Laita hymynaama sen kohdalle
 Jos en tykännyt jostain, mitä se oli? Laita surunaama sen kohdalle

- > Ollaan kuin...
- > Rikkinäinen puhelin ilmeellä ☹️
- > Kuulun niihin ihmisiin...
- > Käsi olalle (kenellä on saman värinen vaate)
- > Sanaparit
- > Espanjalainen kauppa
- > Uutiset/runo siansaksaksi
- Rentoutus 😊

Mikä oli helppoa/vaikeaa?

Helppoa: käsiohjelma

Vaikeaa: —

Mitä haluaisin tehdä ensi kerralla?

vohtoutus

Kuva 2: Yhden nuoren antama kirjallinen palaute toisesta ohjaukerrasta

4.3 3. Ohjaukerta: Musiikin käyttö tunteiden ilmaisussa ja tunnistamisessa

Tämän toimintakerran yhtenä tavoitteena oli, että voisimme käyttää enemmän musiikkia menetelmänä toiminnassamme. Itsetuntemukseen liittyy läheisesti tunteet ja niiden tunnistaminen, joten toiseksi tavoitteeksemme asetimme sen, että harjoituksissa käsiteltäisiin tunteita. Valitsimmekin harjoituksia, joissa mahdollistetaan tunteiden ilmaisu ja tunnistaminen musiikin sekä kehollisen ja kuvallisen ilmaisun kautta.

Tälle kerralle paikalle saapui kuusi nuorta, joista kaksi ei ollut edellisellä kerralla. Alussa meillä oli harjoitus, jossa nuoria pyydettiin liikkumaan musiikin tahdissa ja kehonkielellään näyttämään, minkälainen tunnelma musiikista heidän mielestään välittyy. Musiikin alkaessa nuoret hakeutuivat toistensa lähelle ja he kävelivät yhtenä joukkona huoneessa. Yritimme kannustaa heitä liikkumaan enemmän erillään ja kuuntelemaan, mikä tunne kussakin musiikissa voisi olla. Pari nuorta alkoi elehtiä enemmän musiikin tahdissa, mutta muut edelleen kävelivät hitaasti yhtenä rykelmänä. Pohdimme, onko tällainen tilassa liikkuminen ryhmällemme liian vapaamuotoinen harjoitus, koska siinä nuorten täytyi itse keksiä, miten liikkua ja se saattoi aiheuttaa liian suuren paineen siitä, että pitäisi osata tai keksiä jotain erityisen hienoa liikehdintää. Nuoria ehkä pelotti muiden arvostelu ja joku saattoi pelätä, ettei osaa tarpeeksi hyvin tai on huonompi kuin muut. Uskoimme, että nuorten olisi helpompi

liikkua seuraten mallia jostain toisesta, jolloin huomio kiinnittyisi kaveriin, eikä enää ehtisi murehtia, katsovatko muut. Annoimme uuden ohjeistuksen, että tilassa liikutaankin parin kanssa musiikin tahdissa peilaten toista. Tämä onnistuikin paljon paremmin, ja jokainen pari osallistui harjoitukseen omalla tyylillään. Osa pareista liikkui peilikuvan tavoin samanaikaisesti, kun taas osa halusi suorittaa harjoituksen niin, että ensin toinen teki jonkun liikkeen ja sen loputtua toinen toisti sen. Lopussa kerätyistä palautteista kävikin ilmi, että vain yksi nuorista oli pitänyt harjoituksesta.

Seuraavaksi ilmealiaksessa nuoret kokeilivat erilaisten tunnetilojen ilmaisemista pelkästään ilmeiden välityksellä. Jaoimme jokaiselle parille muutamia tunnetiloja, joita he vuorotellen parin kanssa ilmeillä esittivät ja yrittivät arvata, mikä tunne oli kyseessä. Nuoret joutuivat odottamaan paperilappujen jakamista, sillä me emme olleet ennen toimintakerran alkamista ehtineet järjestellä lappuja, joten niiden jakaminen hidasta ja hieman hankalaa. Tämä säheltämisen aikana nuoret menivät istumaan sohville ja alkoivat jutella keskenään. Koska nuoret olivat jo joutuneet odottamaan jonkin aikaa, hätäilimme ja suunnitelmista poiketen jaoimme laput samaan aikaan ohjeistuksen kanssa. Tilanteesta tuli meidän näkökulmastamme hieman kaoottinen, sillä nuoret eivät lappuja jaettaessa enää malttaneet kuunnella ohjeistusta. Osa pareista aloitti harjoituksen, kun taas osaa piti ohjeistaa uudestaan. Pyysimme, että jo aloittaneet parit odottaisivat hetken, mutta he olivat jo hyvässä vauhdissa. Tämän vuoksi menimme yksittäin ohjeistamaan niitä pareja, jotka eivät olleet kuulleet ohjeistusta. Osa pareista jätti vaikeiksi kokemiensa tunnetilojen esittämisen väliin. Jotkut nuorista auttoivat pariaan sanallisesti, vaikka ohjeistimme, että sanoja ei tässä harjoituksessa tulisi käyttää. Kuljimme lisäohjeistamassa nuoria ja yritimme auttaa heitä ilmeiden keksimisessä, jos joku ei millään keksinyt miten tunnetilan voisi esittää. Harjoituksen loppuksi kysyimme nuorilta, olivatko jotkin tunnetilat erityisen vaikeita ilmaista pelkästään ilmeillä. He mainitsivat, että ihastunut ja ujoa oli kaikkein vaikein esittää ja arvata. Nuorten antamassa kirjallisessa palautteessa nuoret kommentoivatkin harjoitusta vaikeaksi. Kuitenkin suurin osa heistä myös ilmoitti pitäneensä harjoituksesta, ja tämä hieman hämmensi meitä kaiken oman säheltämisemme jälkeen.

Musiikkimaalaus - harjoituksessa soitimme nuorille neljä erityyppistä musiikkikappaletta. Ohjeistuksena oli, että nuoret maalaisivat paperille kunkin musiikista mieleen nousseita asioita, kuten tunnetiloja. Nuoret maalasivat istuen rauhallisesti omilla paikoillaan keskittyen maalaamiseen, eikä kappaleiden aikana kuulunut puhetta juuri ollenkaan. Nuoret intoutuivat tehtävästä ja annoimme heille lisää aikaa kappaleiden loputtua, sillä monella oli maalaus vielä kesken. Harjoituksen loppupuolella osa alkoi maalata omaa ihoaan, kun olivat saaneet työnsä valmiiksi. Emme halunneet liian tiukasti puuttua tähän, sillä he olivat tehneet omat työnsä valmiiksi ja osaa piti vielä odotella. Harjoituksen loppuksi kävimme läpi nuorten tekemät maalaukset niin, että jokainen sai kertoa omista tuotoksistaan. Osa nuorista kertoi työstään, että heidän mielestään musiikki oli jonkinlaista tai siinä tapahtui jotain, minkä vuoksi he tekivät

sellaisen työn minkä tekivät. Toiset puolestaan kertoivat, että he eivät ajatelleet sen pitemmälle, millaista musiikki on, vaan maalasivat sen fiiliksen mukaan, mikä heillä sattui siitä tulemaan. Luokan opettaja kommentoi, tämän kerran lopuksi:

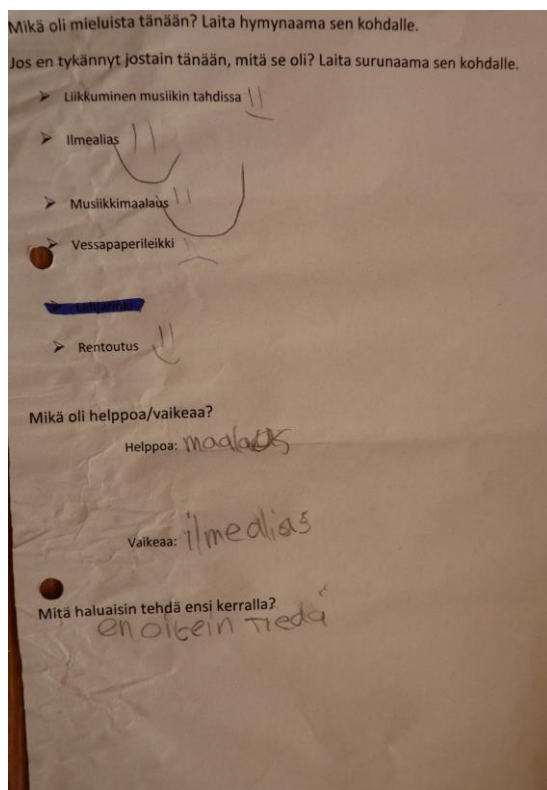
”Tuo ihon maalaaminenhan kuvaa hauskesti sitä, että vaikka nuoret ajoittain on niin isoja ja aikuisia, niin kuitenkin tällaisen tilaisuuden tullen vielä lapsenmielisyys nostaa päätään ja se on hyvä juttu.”

Vessapaperileikissä jokaisen piti ottaa itselleen sen verran paperia, kuin tulisivat tarvitsemaan loppupäivänä. Kun kaikki olivat ottaneet haluamansa määrän, kerrottiin, että nyt jokainen saa kertoa itsestään yhtä monta positiivista asiaa, kuin vessapaperipaloja on ottanut. Pari ensimmäistä nuorta ottivat paperia reippaasti, mutta seuraavia alkoi epäilyttää leikin tarkoitus, joten he ottivat paperia varovaisesti vain yhden kaksi. Kun nuorille selvisi, että heidän täytyy nyt kertoa itsestään yhtä monta hyvää asiaa, niin jotkut yrittivät naureskellen piilotella papereitaan. Itsestä hyvien puolien keksiminen tuntui melkein kaikista nuorista vaikealta, mutta jokainen heistä keksi itsestään ainakin yhden positiivisen asian. Oli ilahduttavaa, että paikalla ollut opettaja hoksasi kertoa jokaisen nuoren kohdalla vähintään yhden hänen mielestään positiivisen asian tästä nuoresta. Tämä madalsi kynnystä siihen, että myös nuoret alkoivat auttaa toisiaan ja keksimään toisistaan hyviä asioita.

Tällä toimintakerralla oli normaalia enemmän hälinää ja tuntui, että nuorilla oli vaikeuksia keskittyä joihinkin harjoituksiin. Edellisen kerran ja tämän kerran välissä oli ollut yksi ylimääräinen viikko oppilaiden loman takia, eli edellisestä tapaamisesta oli kaksi viikkoa. Lisäksi paikalle tuli luokan opettajan mukana erityisopettajaksi erikoistuva henkilö ilman ennakkovaroitusta. Nämä asiat saattoivat olla osasyinä nuorten levottomuuteen ja siihen, että heitä tuntui olevan tavallista vaikeampi saada innostumaan harjoituksista. Myös me itse olimme normaalia vähemmän valmistautuneita ohjaukseen, mikä näkyi esimerkiksi ilmealiaksessa. Tämä alkoi meille opetuksen siitä, että on tärkeää, että valmistaudumme jokaiseen toimintakertaan hyvin ja kaikki materiaali olisi valmiina ja helposti saatavissa. Meidän olisi pitänyt yrittää pitää ohjat käsissä hyväksymällä oma virheemme, eikä luovuttaa ja paniikoida. Koska lappujen kanssa oli ongelmia, ja nuoret olivat jo joutuneet odottamaan niin pitkään, meille tuli tarve jakaa laput heti eikä odotuttaa enempää heitä. Se oli kuitenkin virhe, sillä jos jotain menee pieleen, niin ei pidä hätäntyä vaan pitää pystyä pysäyttämään tilanne, ja etenkin pysähtymään myös itse. Nuoret eivät välttämättä huomanneet odotusta, vaikka meistä se oli merkittävä asia harjoituksen kannalta.

Tämän kerran jälkeen huomasimme, ettei laatimamme palautekysely oikein palvellutkaan sitä tarkoitusta, että meidän pitäisi pystyä niiden kautta arvioimaan opinnäytetyöllemme asetettuja tavoitetta liittyen itsetuntemukseen, itseilmaisuuksiin sekä seksuaalisuuteen. Palautekyselyssä kysyimme mikä nuorista oli ohjauskerroilla mieluisinta tai mistä ei tykännyt ja minkä nuoret kokivat helpoksi tai vaikeaksi. Pohdimme, että meidän pitäisi kehittää uusi

pohja palautekyselylle. Sen hetkinen palautelappu ei antanut meille tarpeeksi tietoa ja sen täyttämiseen ei kovin moni nuori tuntunut paneutuvan. Tarvitsimme kysymyksiä, jotka antaisivat meidän opinnäytetyömme kannalta tärkeää tietoa.



Kuva 3: Nuoren antama kirjallinen palaute kolmannesta ohjauskerrasta. Yliviivattu harjoitus jäi toiminnasta pois.

4.4 4. Ohjauskerta: Seksuaalisuus

Neljännän ohjauskerran tavoitteenamme oli käsitellä seksuaalisuutta toiminnallisia menetelmiä apuna käyttäen. Tällä kerralla hyödynsimme osassa harjoituksista Selkenevää-hankkeen tuottamaa materiaalipakettia, joka oli kehitetty toisen asteen oppilaitoksiin seksuaaliterveyden- ja hyvinvoinnin edistämisen vapaavalinnaista kurssikokonaisuutta varten. Selkenevää -hankkeen tavoitteena oli tehdä näkyväksi niitä asioita, jotka vaikuttavat nuorten seksuaalisen identiteetin selkiytymiseen ja siihen, että nuori tuntee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä sekä tehdä oikeaan tietoon perustuen onnistuneita valintoja seksuaaliterveytensä kannalta. (Selkenevää, 2012.) Emme kuitenkaan käyttäneet Selkenevää-hankeen harjoituksia suoraan vaan muokkasimme niitä enemmän tälle ryhmälle sopivaksi.

Tällä kerralla paikalla oli kuusi nuorta. Luokanopettajan mukana tuli tällä kerralla kaksi erityisopettajaksi erikoistuvaa opettajaa seuraamaan ohjauskertaa. Aloituskäytännössä juttelimme viimekerrasta. Edellisellä kerralla paikalla olleet nuoret muistivat edellisestä kerrasta eri asioita. Kolme heistä mainitsi musiikkimaalauksen, yksi muisti rentoutuksen ja yksi harjoituksen, jossa peilattiin toisen liikkumista. Koska musiikkimaalaus oli jäänyt heidän useamman mieleen, kysyimme vielä heiltä oliko kyseinen työskentely tapa heille tuttu. Kukaan nuorista ei omien sanojensa mukaan ollut sitä aiemmin kokeillut. Tämä oli meidän mielestä hyvä asia, koska olimme onnistuneet antamaan heille uudenlaisen kokemuksen eli tehdä maalaamalla näkyväksi musiikin heissä herättämiä ajatuksia ja mahdollisesti tunteitakin.

Neljäs ohjauskerta oli kolmen tunnin pituinen ja se pidettiin meidän koulumme tiloissa. Olimme musiikkiluokassa, jossa ei ollut kuin tuoleja ja muutama pöytä, ja paljon soittimia. Pelkäsimme, että soittimet kuten rummut ja sähköurut, houkuttaisivat nuoria kokeilemaan niitä. Nuoret eivät kuitenkaan luvatta kajooneet soittimiin, koska ihan alussa kerroimme nuorille, että soittimet ovat meidän vastuullamme eikä niihin saa luvatta koskea. Kerroimme samalla, että niitä saa kuitenkin ohjatusti kokeilla jos haluaa ja että yhdessä harjoituksessa tulisimme käyttämään bongorumpuja. Kukaan nuorista ei kuitenkaan halunnut kokeilla soittimia. Tilassa oli jokaiselle oma tuoli eli jokaisella oli oma selkeä paikkansa istua. Asetimme tuolit rinkiin, jossa jokainen näki toisensa. Istuimme itse samassa ringissä. Aiemmin käyttämässämme tilassa sohvalla oli aseteltu riviin yhdelle seinälle, ja niillä istuessaan nuoret eivät oikeastaan nähneet muita kuin vieressään istuvat. Tuolloin myös itse istuimme heidän edessään tuoleilla, ja tästä johtuen meille tuli sellainen tunne, että olimme hieman irrallaan ryhmästä. Tämän vuoksi emme juuri nuorisotilalla olleet antaneet nuorten istua sohvalla, vaan harjoitukset tehtiin melkein aina seisaalleen, jotta pystyimme tekemään ne ringissä. Oli siis mukavaa vaihtelua, että tällä kerralla pystyimme tekemään harjoituksia myös istuen. Sohvilla nuoret myös usein istuivat tai makoilivat niin, että joko käsillä tai jaloilla hieman tönivät toisiaan. Oli siis hyvä, että tämänkertaisessa tilassa heitä varten oli omat tuolit, jotka olimme tarkoituksella asettelleet niin, etteivät nuoret ole ihan vierivieressä toistensa kanssa. Tämä rauhoitti tilannetta. Nuoria selkeästi alkuun hämmensi, että istutaan tuoleissa ringissä toinen toisiaan vasten. Yhdellä heistä tuli vaikutelma, että oltaisiin AA-kerhon kokoontumisessa. Kysyimme, hämmäntääkö heitä tämä ja keskustelimme asiasta hetken. Kerroimme, että käytämme omassa opiskelussa paljon ringissä istumista juuri siksi, että siinä jokainen näkee toisensa ja pystyy sitä kautta olemaan paremmin vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Tämän kertominen tuntui helpottavan nuorten hämmennystä, eikä kerralla enää uudelleen rinkiin mentäessä kuulunut hämmästelyä miksi näin istumme.

Aloitimme päivään virittäytymisen rumpurinki - harjoituksen kautta. Tässä harjoituksessa istuimme ringissä ja jokaisella oli itse valitsemaansa bongorumpu edessään. Aloitimme harjoituksen niin, että toinen meistä ohjaajista rummutti bongorummulla lyhyen pätkän, joka

lähti ikään kuin viestinä eteenpäin. Seuraava ringissä toisti rummutuksen niin kuin sen oli kuullut, ja hänestä seuraava taas toisti edellisen tekemän rummutuksen. Näin tehtiin niin monta kertaa, että jokainen oli saanut olla ensimmäisenä eli se joka keksii rummutuksen. Tämän jälkeen teimme saman harjoituksen niin, että kaikki toistivat yhden tekemän rummutuksen samaan aikaan. Viimeiseksi kokeilimme, että soitamme alkuun kaikki samaa rytmiä yhdessä. Tämän jälkeen jokainen ringissä teki vuorollaan pienen rummutussoolon samalla kuin muut pitivät alussa sovittua rytmiä yllä. Rumpuharjoitus lähti hyvin liikkeelle ja nuoret kuuntelivat tarkkaavaisesti toisiaan ja yrittivät toistaa rummutukset mahdollisimman samalla tavalla. Viimeisellä kierroksella nuoret kokivat ehkä oman soolon tekemisen liian vaikeaksi. Pari nuorista tuntui lamaantuneen oman vuoronsa kohdalla, ja he miettivät pitkään ennen kuin uskalsivat rummuttaa. Yksi nuorista ei olisi halunnut millään tehdä omaa sooloaan, mutta häntä rohkaistettuamme, pamautti hän kerran rumpua, johon totesimme, että sekin riittää hyvin. Jännitys näkyi mielestämme myös niin, että osasta näytti olevan vaikealta pitää yllä rytmiä odottaessaan omaa vuoroaan tehdä soolo. Mietimme jälkikäteen, että olisimme voineet käyttää harjoituksessa jotain muuta termiä kuin soolo. Sanana se liitetään ehkä liikaa esiintymiseen tai esitykseen, voi luoda sen takia suorituspaineita. Olisimme voineet ennen kyseistä kierrosta avata, että käytämme sanaa soolo tarkoittamassa sitä, että jokainen tekee vuorollaan jotain vapaavalinnaista rummutusta. Olisimme voineet vielä tarkentaa, ettei tuon rummutuksen tarvitse olla pitkä tai monimutkainen, vaan ihan yksinkertainen rummutus riittää, niin kuin aiemmillaakin kierroksilla.



Kuva 4: Rumpurinki

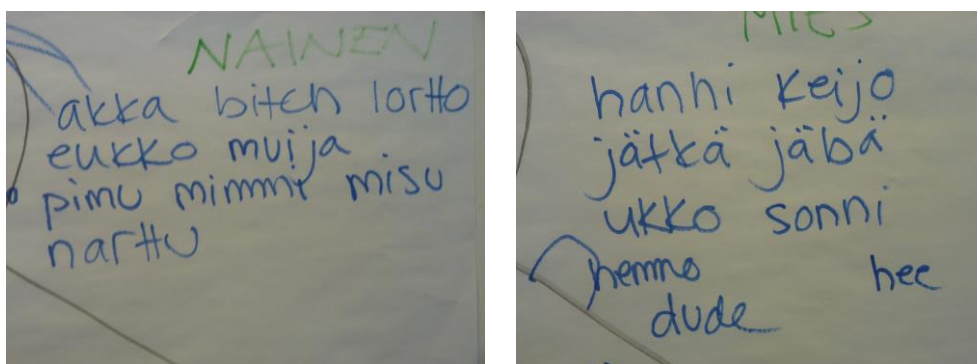
Seksuaalisuus teeman käsittelyn aloitimme harjoituksella, jossa olimme piirtäneet kahdelle fläppipaperille samanlaiset ihmisen hahmot. Fläppipaperit laitoimme tilan seinälle vierekkäin. Aloitimme harjoituksen kysymällä kumpi hahmoista olisi nuorten mielestä mies ja kumpi nainen. Nuoret kommentoivat tähän että ”*nehän on ihan samanlaiset*”. Vastasimme, että niin

on tässä vaiheessa vielä tarkoituskin ja nuoret itse saavat päättää kumpi on kumpi. Kun nuoret olivat päättäneet hahmojen sukupuolen, aloimme kyseiltä heiltä synonyymeja samalle mies eli millä muilla nimillä miestä voisi kutsua. Nuoret keksivät miehelle nimityksiä kuten ”Keijo”, ”Jätkä” ja ”Jäbä” ja naiselle ”Lortto”, ”Akka” ja ”Muija”. Kun nuorilta tuntui ideat loppuneen, myös sivusta seuranneet opettajat antoivat jotain ehdotuksia kuten ”Pimu”, ”Mimmi” ja ”Hemmo”. Nuoria tuntui naurattavan opettajien ehdotukset ja he kommentoivatkin niitä näin:

“Ei tollasii käytetä enää!”

“Toi on vanha.”

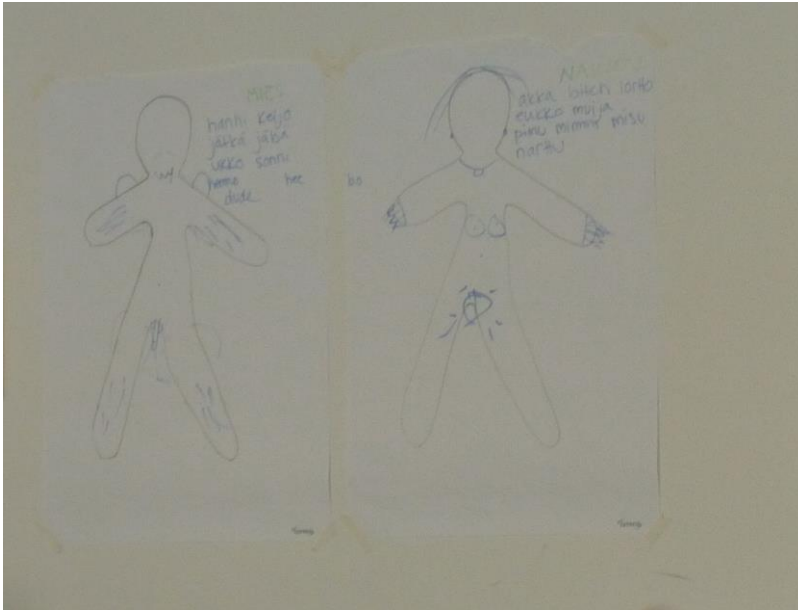
“Vitsi, milt 80-luvulta noi teidän nimitykset on?”



Kuva 5: Nuorten keksimät synonyymit naiselle ja miehelle

Nimien keksimisen jälkeen kysyimme nuorilta, pitäisikö heidän ulkomuodossaan olla jotain eroavaisuuksia, jotta voitaisiin puhua miehestä ja naisesta. Pyysimme nuoria tulemaan vuorollaan piirtämään jonkin fyysisen ominaisuuden joko miehelle tai naiselle. Ensin kukaan nuorista ei meinannut tulla eteen piirtämään, mutta kun ensimmäinen kävi aloittamassa, niin muutkin intoutuivat. Nuoret tulivat ensimmäisen vapaaehtoisin jälkeen jokainen vuorollaan oma-aloitteisesti piirtämään sukupuolten ominaisuuksia eikä meidän tarvinnut pyytää ketään erikseen. Aina ominaisuutta piirtäessään nuoret usein halusivat myös sanallisesti kertoa, mitä aikovat piirtää. He keskittyivät ensin pelkästään miehen piirtämiseen. Ensiksi miehelle piirrettiin lihakset. Tämän jälkeen piirrettiin kainalokarvat, säärakarvat, käsikarvat, viikset ja parta. Sitten yksi heistä piirsi naiselle pitkät hiukset ja tämän jälkeen muutkin alkoivat piirtää naisen fyysisiä ominaisuuksia. Sitten naiselle piirrettiin sormiin kynnet, jotka saivat seuraavan piirtäjän toimesta vielä kynsien pidennykset, joiden päälle tuli vielä pidennysten pidennykset. Sitten nainen sai korvakorut, kaulakorun ja kaulakoruun riipuksen. Tämän jälkeen kyselimme, puuttuuko heidän mielestään mieheltä ja naiselta vielä jotain oleellista. Tähän nuoret kommentoivat: “Eihän niitä osaa piirtää!” Rohkaisevien sanojen jälkeen yksi heistä uskaltautui

piirtämään miehelle peniksen. Tämän jälkeen nainen sai rinnat ja pimpsan. Viimeisenä yksi nuorista tuli viimeistelemään hahmot piirtämällä heille navat.



Kuva 6: Nuorten piirtämät mies ja nainen

Kun fläppipapereille piirretyt mies ja nainen olivat nuorten mielestä valmiita, esitimme kysymyksiä liittyen heidän piirtämiinsä sukupuoliisiin ominaisuuksiin. Esittämiemme kysymysten perässä on nuorten antamia vastauksia.

Saako nainen olla karvainen? - *“Jos on kauheet jalkakarvat ni ei ne enää oo naisii.”* *“Karvaset jalat naisil - sitä näkee salil. Mut ei ne oo enää naisii.”*

Saako mies ajella jalkakarvansa ja kainalokarvat? - *“Joo, kyl saa.”*

Voiko ainoastaan nainen käyttää korviksia? - *“Joo, kyl miehelki saa olla.”*

Voiko mies käyttää kaulakorua? - *“Ei, se on vaa homoille ja naisille.”*

Saako nainen olla tosi treenattu tai lihaksikas? - *“Ei saa.”*

Voiko naisella olla viikset? - *“Joo, kyl niilki on.”*

Pitääkö naisilla olla aina pitkät hiukset? - *“Ei. Tai siis niinku joo.. Mut miehil ei saa olla pitki.”*

Kysymysten jälkeen yksi nuori intoutui pohtimaan, millaista olisi viettää päivä naisena:

“Jos saisin olla päivän muijana, vetäisin pään täytee. Ku muijat kestää huonommin viinaa, ni haluisin testaa. Sit kokeilisin, onks sil kool välillä, ja sit menisin nukkuu.”

Kävimme vielä heidän kanssaan yhteisesti keskustelemalla läpi kysymyksiä, jotka liittyivät miehiin ja naisiin. Nuorten piti vastata harjoitukseen valitsemalla, kumpaan väittämä sopii parhaiten, mieheen vai naiseen. Tällä harjoituksella halusimme muun muassa tehdä näkyväksi ja herätellä pohtimaan miehuuteen ja naiseuteen usein liitettäviä olettamuksia. Seuraavassa käymme läpi kysymykset ja niiden perässä nuorten vastauksia. Sulkeisiin olemme laittaneet tarkentavia kysymyksiä joita teimme. Jos kysymykseen vastasi useampi nuori, on sanan nuori perään laitettu numero. Numero ei kuitenkaan tarkoita sitä, että vain kaksi tai kolme samaa nuorta olisi vastannut kaikissa kysymyksissä.

1. "Kuka tiskaa?" - Nuori: *"Nainen! Kuulemma mies saa vähemmän seksii jos se tiskaa."*
2. "Kuka kikattaa?" - Nuori 1: *"Nainen"* Nuori 2: *"Kyl mieski voi. Riippuu mil taval."*
3. "Kuka syö makkaraa?" - Nuori: *"Kumpiki! "*
4. "Kumpi on karvaisempi?" - Nuori: *"Nainen! Ei vaa ku mies on."*
5. "Talo palaa. Kumpi soittaa 112?" - Nuori: *"Nainen."* ("Mitä mies tekee?") - Nuori: *"Se hakee kaljat turvaa. Tärkeimmät jutut."*
6. "Koira kuolee. Kumpi itkee?" - Nuori: *"Nainen. Tai ei välttämättä. Tai riippuu kumman koira se oli."*
7. "Kumpi hakeutuu helpommin hoitoon kun sattuu?" - Nuori: *"Nainen."*
8. "Kumpi hoitaa kukkia?" - Nuori: *"Nainen! Tai no.. riippuu vähän kukista!"*
9. "Kumpi lyö?" - Nuori 1: *"Nainen. Tai no kumpiki."* ("Mitä mieltä olette jos nainen lyö? Onko se sallitumpaa?")- Nuori 2: *"Ei, molemmat on väärin."*
10. "Kumpaa uskotaan autokaupassa?" - Nuori: *"Miestä."*
11. "Kumpi rakastuu ja rakastaa?" - Nuori: *"Nainen."* ("Ai, eiks miehet rakasta?") - Nuori : *"No ei!"*
12. "Kumpi kaipaa enemmän hellyyttä?" - Nuori 1: *"Nainen."* ("Eiks mies kaipaa ollenkaa hellyyttä?") - Nuori 2: *"Molemmat."* Nuori 3: *"Emmä tiiä ku emmä oo ollu nainen et miten paljon naiset kaipaa hellyyttä!"*

Siirryimme tietovisaan. Nuoret jaettiin kahteen ryhmään ja ryhmät erilleen istumaan pöytien ääreen. Jaoimme kummallekin ryhmälle omat vastauspaperinsa ja kerroimme, että tulemme näyttämään PowerPointiltä kysymyksiä, joihin heidän ryhmän tulisi keksiä vastaukset. Kysymysten lisäksi tulisi myös sanoja, joille pitäisi keksiä synonyymeja. Tarkensimme jo alussa, että vastauksiin ei useimmiten haeta oikeita tai vääriä vastauksia, vaan nyt saa luvan kanssa heittää, mitä mieleen pälkähtää. Kun aloitimme tietovisan, pari nuorta huuteli toisilleen erilaisia vastausvaihtoehtoja yli ryhmärajojen, eivätkä he keskittyneet oman ryhmänsä kanssa työskentelemiseen. Pari nuorta yritti hakea vastauksia tietovisaan kännykällä. Tarkensimme,

että pointtina on yhdessä ryhmän kanssa keksiä vastausvaihtoehtoja. Jouduimme puuttumaan huuteluun ja puhelimenkäyttöön tietovisan aikana useaan otteeseen. Huomasimme myös, että kummassakin ryhmässä oli nuoria, jotka jäivät kokonaan sivuun toisten päättäessä vastauksista ja kommunikoidessa vastauksista toisen ryhmän huutelijoiden kanssa.



Kuva 7: Tietovisan tunnelmia

Pohdimme, että pöytien asettelulla olisi voinut olla rauhoittava vaikutelma. Asetelma olisi voinut olla sellainen, että molemmat ryhmät katsoisivat eteenpäin PowerPointia kohti, niin heillä ei olisi ollut toiseen ryhmään katsekontaktia. Tietovisassa toinen pöydistä oli epähuomiossa jäänyt sivuttain PowerPointiin nähden, ja näin katsekontakti toiseen ryhmään oli lähes välttämätön. Ryhmien välille syntyi tilanne, jossa toisen ryhmän jäsen huuteli toiselle ryhmälle, kuinka paljon synonyymejä he ovat jo ehtineet keksiä. Tästä toinen ryhmä tuntui menevän lukkoon ja ikään kuin jo valmiiksi luovuttavan, eikä enää yrittänyt keksiä lisää synonyymejä kyseiseen kohtaan. Parityöskentelynä tietovisa olisi myös voinut olla toimivampi, niin useampi olisi oikeasti päässyt osallistumaan ja keskittynyt paremmin.



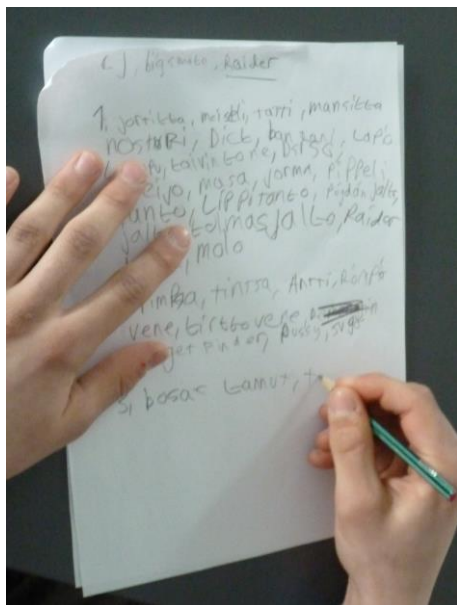
Kuva 8: Pöytien asettelu tietovisassa

Jälkikäteen ajateltuna meidän olisi ohjaajina ehkä ollut parasta puuttua häiriköintiin enemmän, ja tässä tilanteessa pitää hieman tiukempaa kuria kuin pidimme. Koska näytimme kysymykset PowerPointin kautta ja vastaukset tuli kirjoittaa paperille, pohdimme tulimme koemaiseksi liian koemaisen tilanteen. Tämä olisi voinut johtaa siihen, että nuoret ajattelivat että vastausten olisi pitänyt olla oikein ja näin aiheuttaa suorituspainetta. Siksi oli ehkä myös hyvä, että tilaa huutelullekin oli. Emme halunneet, että tilanne on liian koulumainen, mutta nuorille saattoi tulla kuitenkin sellainen olo. Olisiko tietovisan voinut toteuttaa enemmän keskustelemalla eikä kirjallisesti?

Ruokataun jälkeen jaoimme jokaiselle pienet suklaapatukat kiitokseksi tietovisaan osallistumisesta ja kävimme vastaukset rennolla otteella yhdessä koko porukalla. Emme keskittyneet tarkastelemaan, mitä kummallakin ryhmällä meni oikein tai väärin, vaan kävimme kaikki kysymykset läpi oikeiden vastausten kanssa. Nuorten toiveesta luimme kummankin ryhmän jokaisen synonyymisanalistan läpi. Synonyymisanalistan läpikäyminen nauratti nuoria kovasti. Jos emme ymmärtäneet joitain heidän kirjoittamia sanoja ja kun kysyimme nuorilta, mitä esimerkiksi ph tarkoittaa, niin he vastasivat, että se on erään pornosivuston nimi. Tietovisan läpikäyminen synnytti myös keskustelua esimerkiksi pornosta, vanhusten välisestä seksistä ja abortista.

Tietovisassa nuoret olivat keksineet eniten synonyymeja miehen sukupuolielimelle. Kummaltakin ryhmältä löytyivät esimerkiksi *“meisseli”* *“jorma”* *“kyrpä”*. Naisen sukupuolielimelle he löysivät jo vähemmän synonyymeja. *“Römpsiä”* ja *“kirkkovene”* löytyivät kummaltakin ryhmältä. Rinnoille ja pepulle ryhmien oli yllättävän vaikea keksiä toisia nimityksiä, mutta kummaltakin ryhmältä tuli ainakin yksi eli *“tissit”* ja *“perse”*. Samoin suutelu ja porno tuottivat vaikeuksia. Suutelulle toinen ryhmä ei keksinyt mitään muuta

termiä ja toiselta ryhmältä tuli “nuoleminen”. Yhdyntäen synonyymeja ryhmien mielestä olivat mm. “seksi” ja “pullien leipominen”. Itsetyydykselle ryhmien oli taas hiukan helpompi löytää samaa tarkoittavia sanoja. Kummaltakin ryhmältä löytyi ainakin “runkkaus”. Kondomille kummatkin ryhmät keksivät synonyymit “kortsu” ja “kumi”.



Kuva 9: Toisen ryhmän synonyymejä tietovisassa

Tietovisassa oli myös tehtävä, jossa piti antaa määritelmiä sanoille. Sanalle seksuaalisuus kumpikaan ryhmä ei keksinyt mitään selitystä ja pysähdyimme purussa tähän hetkeksi sen verran, että kerroimme seksuaalisuuden määritelmän ja kerroimme sen myös käsittävän todella paljon asioita. Abortin kumpikin ryhmä oli selittänyt “raskauden keskeyttäminen” ja toinen ryhmä oli tähän vielä laittanut että “oma päätös”. Tästä keskustelimme ja nuorten mielestä abortti on jokaisen oma päätös ja on hyväksyttävää esimerkiksi silloin kun tulee raiskatuksi tai jos ei ole edellytyksiä huolehtia lapsesta.

“Sillon saa tehdä abortin jos on raiskattu. Tai jos on liian nuori, eikä pysty huolehtii siitä. Jos ei halua tai voi huolehtii siitä, ni ei sitä kannata sit ottaa siihen.”

Tämän jälkeen heidän piti selittää mitä tarkoittaa porno. Toinen ryhmä oli vastannut lyhyesti “aikuisviihde”, kun taas toinen ryhmä oli luetellut pornoon liitettäviä termejä kuten “milf”. Seuraavaksi visassa kysyttiin mitä kaikkea on seksin harrastaminen. Tätä helpotimme hieman antamalla lisäohjeistusta, että he voivat luetella kaikkea, mitä seksiin liittyy tai esimerkiksi erilaisia asentoja. Toiselle ryhmälle tuli mieleen “nainen” ja “mies”, kun taas toinen ryhmä luetteli asentoja kuten “doggystyle” ja “lähetysaarnaaja”. Immenkalvolle kumpikaan ryhmä ei osannut keksiä selitystä. Seuraavaksi visassa kysyttiin mikä on esinahan tehtävä. Toinen

ryhmä oli sitä mieltä, että vastaus olisi *“että sen voi poistaa neekereiltä”*, toinen ryhmä mietti tätä jo hiukan pidemmälle ja vastasi *“cover, warm up, puhdistaa”*. Tämän jälkeen pyysimme heitä luettelemaan erilaisia seksitauteja, ja niistä kumpikin ryhmä muisti ainakin *“hiv”*:in.

Tietovisan jälkeen ennen ruokataukoa halusimme, että nuoret hetken aikaa rauhoittuisivat hiljaa itsekseen lattialle asetetuilla patjoilla. Kaksi nuorta pyrki rentoutuksen ajan jatkuvasti keskustelemaan toistensa kanssa. Puheensorina kuitenkin hieman rauhoittui hetkeksi, kun kerroimme heille, että heillä on 45 minuutin tauko rentoutuksen jälkeen, joten heillä olisi silloin hyvin aikaa jutteluun. Nuoret olivat ihmeissään niin pitkästä tauosta. Huomasimme myös, että tämä ryhmä on hyvä pistää rentoutuessa makuulle, sillä istuessaan he helposti herkeävät keskustelemaan. Mietimme myös, että olisi hyvä, että nuoret laittaisivat silmät kiinni rentoutuessaan, sillä silmät kiinni oleminen mahdollistaisi nuorten keskittymisen paremmin itseensä ja rentoutumiseen. Tietenkin annoimme nuorille valinnanvapauden päättää tästä itse, emmekä määränneet heitä laittamaan silmät kiinni.

Ruuan jälkeen ennen tietovisan purkoa katsoimme RFSU:n Kartalla seksistä videosta hieman yli puolet. Siinä oli joitain samoja asioita, joita olimme tietovisassa kysyneet ja se oli tarkoituskin. Sitä kautta he saivat vastauksen, jos joku oli jäänyt mietityttämään. Videolla oli myös sukupuolielinten esittely, keskustelua ekasta kerrasta, vanhempien odotuksista ja reaktioista nuoren murrosikään, itsetyydytyksestä, erilaisista tavoista harrastaa seksiä. Videon jälkeen yksi nuorista sanoi: *“Saanko kysyä yhen asian. Olin luullut että me enemmän tehään semmosta leikkiä mitä aikasemminkin on ollut, eikä terveystasvatusta tai tällast.”* Vastasimme, että *”jokainen kerta on erilainen. Tällä kertaa halusimme ottaa näitä seksuaalisuuteen liittyviä asioita. Me ei kuitenkaan haluta valistaa, vaan halutaan herätellä teitä ajattelemaan näitä asioita.”*

Tietovisan purun jälkeen teimme leikin nimeltä kuuma tuoli. Purku oli selvästi rentouttanut tunnelmaa, ja nuoret olivat selvästi läsnä aiheessa heränneiden keskusteluiden perusteella. Kuuma tuoli - harjoituksessa istuimme ringissä tuoleilla, ja me sanoimme väittämiä sukupuoleen liittyen, ja jos nuoret olivat samaa mieltä, heidän tuli nousta ylös ja vaihtaa keskenään istumapaikkaa. Jokainen nuori vaihtoi harjoituksen aikana useamman kerran paikkaa, ja he joskus kommentoivat väittämää noustessaan ylös. Kuumassa tuolissa meillä oli seuraavia väittämiä. Väittämiä perässä kerromme nuorten sanattomat kannanotot eli kuinka moni liikkui kunkin väittämän kohdalla.

1. Naiset tekevät enemmän kotitöitä kotona. (kukaan ei liikkunut)
2. Moni asia on elämässä sidoksissa siihen, onko tyttö vai poika? (kaikki liikkuvat)
3. Naiset miettivät enemmän ulkonäkönsä kuin miehet. (kaikki liikkuvat)

4. Miehet eivät ole yhtä tunteellisia kuin naiset. (moni liikkui)
5. Naiset eivät halua yhtä paljon seksiä kuin miehet. (kukaan ei liikkunut)
6. Pojilla on parempi itsetunto kuin tytöillä. (kaikki liikkuvat)
7. Haluaisin olla joskus päivän toista sukupuolta. (kaksi liikkuvat)
8. Seksi ja rakkaus kuuluvat yhteen. (kaikki liikkuvat)
9. Naiset ja miehet haluavat seksistä samoja asioita. (puolet liikkuvat)
10. Porno on hyvää seksivalistusta. (kaksi liikkui)
11. Seksikkäisiin vaatteisiin saa pukeutua kuka tahansa. (melkein kaikki liikkuvat)
12. Miehen pitää osata kuin luonnostaan seksitaidot. (kukaan ei liikkunut)
13. Jos alkaa suudella tai hyväillä toista, on suostuttava seksiin loppuun asti. (kukaan ei liikkunut)
14. Toisen haluttomuutta seksiin ei välttämättä huomaa. (kaksi liikkui)

Pohdimme harjoituksen jälkeen, olisiko meidän pitänyt pyytää nuoria perustelemaan kannanottonsa jokaisen väittämän jälkeen. Emme kuitenkaan halunneet, että mahdollinen paine siitä, että kannanotto joudutaan perustelemaan, vaikuttaisi nuorten liikkumiseen ja kannan näyttämiseen. Halusimme, että he uskaltaisivat paremmin näyttää oman mielipiteensä. Pohdimme kuitenkin, tuliko kaikkien mielipide kuitenkaan siitä huolimatta esille, sillä ryhmäpaineen takia osa nuorista saattoi kokea velvollisuutta liikkua, kun kaikki muut liikkuvat.

Kuumatuoliharjoituksen jälkeen näytimme nuorille lyhen videopätkön nimeltä "Stand up. Don't stand for homophobic bullying." Video oli kannanotto homoseksuaalisuudesta johtuvaa kiusaamista vastaan. Ennen kuin kerkesimme kysyä mitään videon jälkeen, nuoret heittivät, että "*homovastaisimmat ihmiset on yleensä ite homoja. Salkkareistki se Lari.*" Tartuimme tähän ja aloimme keskustelemaan videosta. Keskustelumme eteni seuraavalla tavalla:

Mikä videon tarkoitus oli? - "*Et ei saa kiusata homoja.*"

Mitä tarkoittaa homofobia? - "*Homopelko.*"

Onko homoissa jotain pelottavaa? - "*On se pelottavaa, et jos ne tulee jokenki lähentelee tai jotai.*" "*Mä en vaa pysty ymmärtää, et joku voi pitää toisest kundista. Must se on vaa outoo. En voi käsittää, miten joku voi tykätä.*"

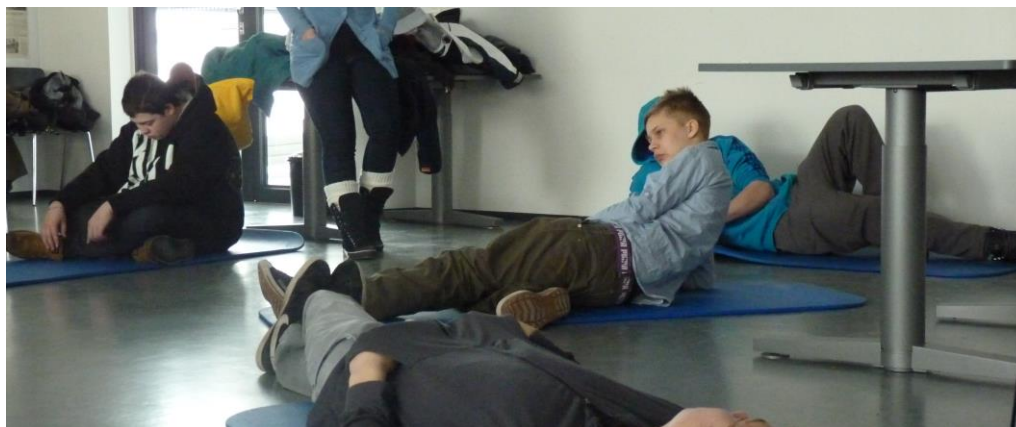
Totesimme, että noin saa tuntea, mutta pitää kuitenkin yrittää suvaita, ja antaa toisten olla sellaisia kuin ovat. Kysyimme, näkyykö homous päällepäin. - "*Ei välttämättä. Niinku salkkareis se Lari.*"

Tiesittekö, että vaikka onkin hetero, niin voi ihastua toiseen poikaan? Tai jos on homo, niin voikin ihastua naiseen? Rakastuminen ei välttämättä katso, mitä

sukupuolta on. Sitä voi rakastua toiseen henkilöön niin, että sillä sukupuolella ei olekaan väliä. - *“Niinku salkkareis Kalle! Sehä panee sitä Katariinaa vaik se on homo. Se ihastu siihen.”*

Miltä tuntuisi, jos joku poika ihastuisi ja tulisi sanoo, että olet kiva? - *“Kuhan nyt ei lääpi.”*

Emme keränneet nuorilta tällä kertaa kirjallista palautetta, sillä toimintakerta oli niin pitkä, että emme loppurentoutuksen jälkeen halunneet kuormittaa heitä enempää kirjallisella pohdinnalla. Kävimme kuitenkin lyhyen palautekesustelun ringissä, jossa pyysimme jokaista nuorta kertomaan lyhyesti mielipiteensä tästä toimintakerrasta. Ohjeistuksena oli, että nuori sai sanoa joko missä tunnelmissa poistuu tai mikä jäi mieleen kyseiseltä kerralta. Saimme muun muassa tällaisia vastauksia: *”Perus”*, *”iha jees”*, *”iha ok”*, *”rentoutus”* ja *”tää loppu”*. Olimme päättäneet, että keräämme tarkempaa palautetta tästä kerrasta ensi kerran alussa jollain tavalla.



Kuva 10: Rentoutus patjoilla

Meitä hämmensi, että luokanopettajan kanssa meidän ohjauskertaamme seuraamassa oli kaksi ulkopuolista henkilöä. Erityisopettajien läsnäolo ohjauskerroilla tuli meille yllätyksenä, koska ennen ohjausten aloittamista olimme keskustelleet opettajan kanssa ulkopuolisten läsnäolosta ja jääneet siihen ymmärrykseen, ettei ulkopuolisia ohjauskerroilla olisi paikalla. Mietimme, vaikuttiko heidän läsnäolonsa nuorten olemiseen? Olisivatko nuoret kehdanneet sanoa jotain vielä enemmän? Pohdimme myös, vaikuttiko heidän läsnäolonsa meidän omaan ohjaamiseen? Erityisesti meitä hämmensi, että vierailijat vaikuttivat tarkkailevan ja kirjoittavan jotakin muistiin. Meille jäi epäselväksi, miksi he tarkalleen ottaen olivat mukana kerralla ja mitä he kirjasivat sen aikana paperille ylös. Tiedustelimme tätä jälkikäteen opettajalta ja saimme vastauksen, että muistiinpanot eivät liittyneet meidän ohjaukseen. Meidän mielestämme olisi ollut hyvä selvittää sekä meidän että nuorten kanssa, mikä vierailijoiden rooli kerroilla on, ja mitä he tarkkailevat ja miksi. Meillä oli tällä kerralla aiempaa asiapitoisempi ja pidempi toimintakerta, meistä tuntui hieman kiusalliselta, että samassa tilassa oli niin monta kasvatusalan ammattilaista seuraamassa ohjauskertaamme. Keskustelimme myöhem-

min opettajan kanssa ja pyysimme, että tästä lähtien toimintakerroille ei tulisi seuraamaan ulkopuolisia henkilöitä, jotta saisimme parhaan mahdollisen kontaktin nuoriin. Nuoria ja meidän omaa oppimistamme ajatellen ohjauksetojen "rauhoittaminen" voisi olla paikallaan.

4.5 5. Ohjauksetojen: Palautteen anto, vuorovaikutus, omat ominaisuudet, median vaikutus

Tällä kerralla nuoria oli paikalla kahdeksan. Tavoitteenamme viidennelle ohjauksetojalle oli harjoitella uudenlaista tapaa antaa palautetta ja vuorovaikuttaa sekä pohtia omia ominaisuuksia ja median vaikutusta ihanteisiin.

Aloitimme toimintakerrojan keräämällä nuorilta palautetta jokaisesta edelliskerran harjoituksesta janoja apunakäyttäen. Kirjoitimme neljälle paperille väittämät "tuttua juttua", "tässä oli jotain uutta", "tätä lisää" ja "tämä oli turhaa", jotka asetimme eri kohtiin tilan lattialle. Nuorten tuli asettua tilassa sen lapun kohdalle, mitä mieltä he kyseisestä edelliskerran harjoituksesta olivat mieltä. Kun olimme ohjeistaneet nuoria palautteen antamisessa, luettelimme edellisen kerran tehtäviä järjestyksessä. Nuoret istuivat ohjeistuksen ajan sohvalla, ja kun tuli aika liikkua oman mielipiteen sisältävän lapun luo, yksi nuorista siirsi jalallaan lähimmän lapun, jossa luki "tämä oli turhaa" lähelle sohva, ja kaikki asettivat jalkansa sen läheisyyteen tai muuton ilmoittivat olevansa lapun tekstin kanssa samaa mieltä. Nuoret eivät liikkuneet, vaikka kyseenalaistimme heidän pysyvän ja yhtenevän mielipiteensä. Otimme "tämä oli turhaa" lapun pois, ja totesimme, että kun keräämme palautetta, sitä olisi myös reilua antaa tosissaan. Tämän jälkeen nuoret kysyivät, saavatko hakea omaa mielipidettä kuvaavan lapun lähemmäs sohvia, jotta voisivat istua palautteenannon ajan, mutta kielsimme tämän ja kehoitimme nuoria nousemaan ylös sohvilta, kun ajatuksena oli muutenkin saada heitä hieman heille. Kaikki muut nuoret lukuun ottamatta yhtä menivät "tuttua juttua" lapun luo koko palautteenannon loppuajaksi. Yksi nuori oli lopun aikaa "tässä oli jotain uutta" lapun kohdalla.

Olimme aiemmin harkinneet tänään toteuttamaamme janaa palautteenantomenetelmänä. Olimme hieman epäilleet, että tämä ei olisi ryhmällemme paras tapa antaa palautetta, ja jouduimmekin toteamaan, että tällaisenaan se ei ole toimiva, vaan tarvitsisi muokkausta toimiakseen. Tänään janapalautteen kautta saamamme tieto oli kuitenkin ristiriidassa edellisellä kerralla saamiemme havaintojen kanssa. Nuoret olivat edellisellä kerralla käyneet hyviä keskusteluja ja olleet innokkaasti mukana toiminnassa, joten meidän oli vaikea uskoa, että kaikki olisi heidän mielestään ollut turhaa ja tuttua. Pohdimme, että voisimme kokeilla ensikerralla vielä tätä palautteenantotapaa, mutta hieman muokattuna. Suunnittelimme, että nykyisten lappujen tilalla olisivat sellaiset laput, joiden vastausvaihtoehdot olisivat sellaisia, että nuoret joutuisivat perustelemaan kantansa.

Tällä kerralla nuoret tekivät kuvakollaasitehtävän, johon he olivat pyynnöstämme valmistautuneet tuomalla etukäteen toimintakerrojan jonkinlaisen kuvan ihmisestä. Kuvakollaasitehtävä

oli nuorita saadun palautteen mukaan kaikille paitsi yhdelle nuorelle uusi juttu. Siirryimme tilasta, jossa normaalisti olemme toiminnan pitäneet, sivuhuoneeseen, jossa oli tuolit ja pöytä, jonka ympärille kaikki mahtuivat. Pöydälle olimme kasanneet aikakauslehtiä ja saksia. Nuoret leikkasivat lehdistä miehen ja naisen kuvia. Kuvan henkilöt saivat olla nuoria tai vanhoja, ihan minkälaisia tahansa. Nuoret vitsailivat löytämistään kuvista ja jokainen löysi itselleen vähintään kolme kuvaa. Yksi nuorista ei noudattanut pyyntöämme toimia annettujen ohjeiden mukaan, ja hän sanoi olevansa jo valmis. Hän oli aiemminkin tällä toimintakerralla ollut kovasti vastaan tehtävänantojamme muun muassa ääneen mitätöiden ohjeitamme ja vastahakoisesti sohvalta nousten. Muistutimme, että yksi kuva ei riitä, vaan niitä tarvitaan tehtävän toteuttamiseen useampi. Tämän jälkeen nuori leikkasi lehdestä suorakaiteen muotoisen palan, joka muodostui kymmenistä pienistä kasvokuvista. Kun olimme sanoneet nuorelle jo muutaman kerran, että kuvien tulisi olla yksittäisiä, eikä hän noudattanut kehotuksiamme, jouduimme muistuttamaan häntä siitä, että jatkuvan tuntuinen vastaansanomien ei ole mukavaa kenestäkään ja se voi lisäksi vaikuttaa muuhun ryhmään. Muistutimme myös säännöistä, joiden mukaan saamme laittaa nuoren jäähylle opettajan luo jos mukana oleminen ei onnistu. Tämän jälkeen nuori oli selvästi enemmän mukana toiminnassa, emmekä juuri joutuneet puuttumaan hänen toimintaansa enää.



Kuva 11: Kuvakollaasi-harjoitus

Kun jokainen nuori oli leikannut vähintään kolme kuvaa, pyysimme heitä asettelemaan kuvat pöydälle yksi kerrallaan sellaiselle paikalle, mikä tuntui oikealta. Ohjeistimme, että nuoret voisivat miettiä, kuinka lähelle tai kauas he haluavat laittaa omat kuvansa suhteessa muiden kuviin. Kuvien lajittelun pitäisi tapahtua sanattomasti. Kuitenkin kuvakollaasitehtävän aikana kuului paljon naurua ja tehtävän innoittamaa puhetta, joten päätimme, että puhetta saa harjoituksen aikana kuulua. Nuoret pohtivat, millaisia ryhmiä heidän leikkelemänsä ihmiset voisivat muodostaa. Ryhmissä oli nuorten mukaan vierivieressä pukumiehiä, joiden vaatteet vähe-

nivät kuva kuvalta, ”epäselviä hihhuleita”, kauniita naisia ja homoseksuaaleja. Kysyimme nuorilta, näkyykö homous ulospäin. Tähän yksi nuorista vastasi:

“Joo, pukeutumises. Ihmiset ilmaisee tai korostaa seksuaalisuuttaan pukeutumisella. Ei se näy välttämät muuten.”



Kuva 12: Nuorten asettelemat kuvat kollaasissa

Ominaisuusvaihtokauppa oli harjoitus, jossa jokaiselle nuorelle jaettiin viisi lappua, joissa luki erilaisia ominaisuuksia kuten musikaalinen. Kun laput oli jaettu, nuorten tuli käydä ominaisuuslapuista vaihtokauppaa niin, että jokaisella oli koko ajan kädessään viisi ominaisuuskorttia. Jos nuoret halusivat, ja tarvetta vielä oli, pidimme varavaihtoehtoa, että ominaisuuskortteja voisi vaihtaa myös ominaisuuspankista eli voisimme antaa jonkin verran lisää ominaisuuskortteja vaihtokaupattavaksi. Kun nuorille oli jaettu ominaisuuskortit, he alkoivat pian vaihdella niitä keskenään. Jotkut nuorista olivat pian valmiita ja he odottivat, että loputkin nuoret saisivat vaihtokaupat tehtyä. Kahdelle nuorelle tuli kiistaa lapusta, jossa luki ”puuhapete”, jonka kummatkin olisivat halunneet. Emme tieneet, kummalla lappu oli oikeasti ollut ensin, joten meidän oli vaikea puuttua asiaan. Nuoret kinastelivat lapusta lopulta niin, että muut nuoret kuuntelivat heidän sanasotaansa huvittuneina, osa pikku hiljaa kyllästymisen merkkejä näyttäen. Nuoret eivät kehotuksistamme huolimatta saaneet kiistaansa sovittua ja lopulta totesimme heille, että olemme täällä niin pitkään, että ollaan valmiita. Näin käyttimme ryhmäpainetta apunamme ja muut nuoret kehottivat kinastelevia ryhdistäytymään. Jotta saisimme nuorten kinastelun lopetettua, otimme ”puuhapete”-lapun pelistä kokonaan pois. Kuitenkin nuoret saivat sovittua, kumpi lapun saisi ja suostuimme antamaan sen takaisin.

Kun vaihtokauppa oli saatu tehtyä, nuoret kertoivat muille, mitä ominaisuuksia olivat saaneet. Samalla osa nuorista halusi varmistaa, että ymmärsivät korteissa lukeneet ominaisuudet. *“Mitä tarkoittaa spontaani?”* Yksi nuorista sai ominaisuuskortin, jossa luki ”haaveilija.” Hän kommentoi, että hänellä ei ole mitään haaveita. Toinen kysyi, eikö hän koskaan haaveile lomasta tai uudesta pelistä. Tätä hetken pohdittuaan ”haaveilija” kortin saanut nuori totesi: *”Sithä me kaikki ollaa haaveilijoita!”* Seuraavalla kerralla kerätyn palautteen perusteella neljälle nuorista ominaisuusvaihtokaupassa oli jotain uutta, ja kaksi piti sitä haastavana. Yhden harjoitus sai miettimään.

Tällä toimintakerralla jouduimme alun palautteenannon sujuttua kehnosti painottamaan palautteen antamisen ja saamisen tärkeyttä sekä toiminnan mielekkyyden että meidän opinnäytetyömme arvioinnin kannalta. Haasteena oli tällä kertaa palautteen saamisen lisäksi nuorien innostaminen. He eivät jaksaneet millään pysyä pystyssä ja harjoitusten aikana moni hakeutui sohville, joilta jouduimme houkuttelemaan heitä ylös. Tila on monine sohvineen haaste! Nuorten opettajan kommentoi tämän kerran loputtua toimintaamme näin, mikä tuntui hyvältä tämän päivän haasteiden jälkeen:

“Tää teiän toiminta on uudelleenryhmäyttänyt nuoria. Nuoret ovat enemmän fokusoituneita tähän toimintaan. Johdonmukaiset ohjaukset ja johdonmukaiset harjoitukset.”

Mistä tykkäsin/en tykännyt tänään? Ympyröi.

Kuvakollaasi Kyllä Ei

Perustele minkä takia tykkäsit/minkä takia et tykännyt? ("En tiedä" ei riitä!)

Oli ihana hahmos

Miten tarkkaan katson.. Kyllä Ei

Perustele minkä takia tykkäsit/minkä takia et tykännyt? ("En tiedä" ei riitä!)

Koska pöytä oli vastassa

Muunnut äänet Kyllä Ei

Perustele minkä takia tykkäsit/minkä takia et tykännyt? ("En tiedä" ei riitä!)

X

Ominaisuuksien vaihtokauppa Kyllä Ei

Perustele minkä takia tykkäsit/minkä takia et tykännyt? ("En tiedä" ei riitä!)

Koska se oli Paula Peten kappi

Rentoutus Kyllä Ei

Perustele minkä takia tykkäsit/minkä takia et tykännyt? ("En tiedä" ei riitä!)

X

Kuvakollaasi herätti minut ajattelemaan, millaisen kuvan media antaa miehistä ja naisista. Kyllä Ei

Media vaikuttaa omiin käsityksiini ulkonäöstä. Kyllä Ei

Kuvakollaasi harjoitus sai minut suhtautumaan kriittisesti median antamaan kuvaan ihmisistä. Kyllä Ei

Jos kyllä, tämä on minulle hyödyllistä. Kyllä Ei

Kiinnitin huomiota muiden ulkonäköön. Kyllä Ei

Minulle on merkitystä sillä, millaisena muut minut näkevät. Kyllä Ei

Toinen on helppo tunnistaa ilman että näen hänet. Kyllä Ei

Sillä ihmisestä
Löysin helposti itseäni kuvaavia ominaisuuksia. Kyllä Ei

On tärkeää tuntea itsensä ja tunnistaa omat hyvät puolensa. Kyllä Ei

On tärkeä tietää, missä on hyvä. Kyllä Ei

Minulle on hyödyllistä pohtia, millainen olen. Kyllä Ei

Rentoutuminen on minulle tärkeää. Kyllä Ei

Rentoutuminen auttaa minua jaksamaan paremmin. Kyllä Ei

Rentoutuminen auttaa minua keskittymään. Kyllä Ei

Rentoutuminen on minulle... helppoa vaikeaa.

> Miksi? on helppo ottaa rennosti

Opin jotain uutta tänään itsestäni. Kyllä Ei

Tein jotain sellaista tänään, mitä en ole aiemmin tehnyt. Kyllä Ei

> Mitä? Tai kuvakollaasi

Kuva 13: Nuoren antama kirjallinen palaute viidennestä ohjaukerrasta

4.6 6. Ohjaukerta: Improvisaatiot ja roolien ottaminen, seksuaalinen väkivalta

Kuudennen toimintakerran tavoitteenamme oli harjoitella improvisaatiota ja erilaisten roolien ottamista sekä herätellä keskustelua seksuaalisesta väkivallasta. Nuoria saapui toimintakerralle kahdeksan. Aloitimme toiminnan tekemällä sosiometrisiä janoja. Ensimmäisessä janassa kysyimme, millä tavalla kevät vaikuttaa nuoriin. Janan ääripäinä olivat, että keväällä on paljon vaikutusta ja toisena ääripäänä, että keväällä ei ole mitään vaikutusta. Jos nuori oli sitä mieltä, että kevät vaikutti häneen, hän siirtyi janalla niin lähelle tai kauas sen ääripäitä kuin miltä tuntui. Kysyimme nuorilta myös päivän fiiliksen. Ne nuoret, jotka olivat siinä päässä janaa, missä energiaa ja intoa riitti, istuvat lattialla, mutta ne nuoret, jotka ilmoittivat janan avulla olevansa väsyneitä, seisoivat. Jotkut nuoret kiinnittivät tähän huomiota ja kommentoivat asetelmaa huvittuneina ääneen. Kysyimme toisenmuotoisen asettumisharjoituksen avulla palautetta edellisestä kerrasta. Kirjoitimme palautteen vastausvaihtoehdot erillisille papereille, ja asettelimme ne tilan lattialle kauas toisistaan. Ideana oli, että kun luettelimme yksi kerrallaan edelliskerran harjoituksia, nuori asettuu sen paperin kohdalle, mitä mieltä hän oli kyseisestä harjoituksesta. Vaihtoehdoiksi annoimme ”opin/tein jotain uutta”, ”tämä oli haas-

tavaa”, ”tämä pisti miettimään”. Harjoituksen avulla tulleissa vastauksissa oli tällä kertaa edelliseen kertaan verrattuna enemmän hajontaa, ja nuoret vaihtoivat paikkoja harjoituksen aikana. Koko harjoituksen aikana nuoret liikkuivat hitaasti janalla ja hakeutuivat keskustelua herätellessämme sohville istumaan. Jouduimme monta kertaa pyytämään heitä takaisin janalle.



Kuva 14: ”Tein jotain uutta.” Nuoret antavat palautetta edellisestä kerrasta asettuen mieli-
piettään vastaavan paperin kohdalle

Jotta nuoret piristyisivät, otimme heille jo entuudestaan tutun Lämmen nopein - pelin, jossa keskellä olija valitsee yhden kehällä seisovan, ja jos tämä ehtii kyykistyä suojaan, hänen vieressään seisovat joutuvat pikaiseen kaksintaisteluun, jossa häviöjä putoaa. Leikin heikkoutena oli, että ensimmäisinä pelistä pudonneet joutuivat odottamaan kierroksen loppuun. Nuoret menivät sohville odottamaan ja lopulta kaikki paitsi kaksi lopputaisteluun jäänyttä istuivat sohvilla. Kun harjoituksen päätyttyä yritimme siirtyä seuraavaan, nuoret eivät nousseet sohvilta vaan väsyneen oloisina jäivät istumaan paikoilleen. Kannustimme heitä nousemaan ylös, jotta voisivat piristyä.

Jaoimme ryhmän kahtia, ja aloitimme harjoituksen, jossa näytimme nuorille papereilla erilaisia kuvioita, joita heidän tuli ryhmänä muodostaa. Molemmat ryhmät tarttuivat aluksi nopeasti toimeen. Nuoret nauroivat harjoituksen aikana, ja he vaikuttivatkin pitävän harjoituksesta. Harjoituksesta tuli hieman kilpailumainen, sillä toinen ryhmä oli huomattavasti toista nopeampi ja nuoret vitsailivat keskenään omasta paremmuudestaan ja nopeudestaan. Harjoituksen loppuvaiheessa hitaampi ryhmä alkoi odottaa, että nopeammat tekevät ensin ja vasta sen jälkeen suunnittelemaan omaa kuviotaan.

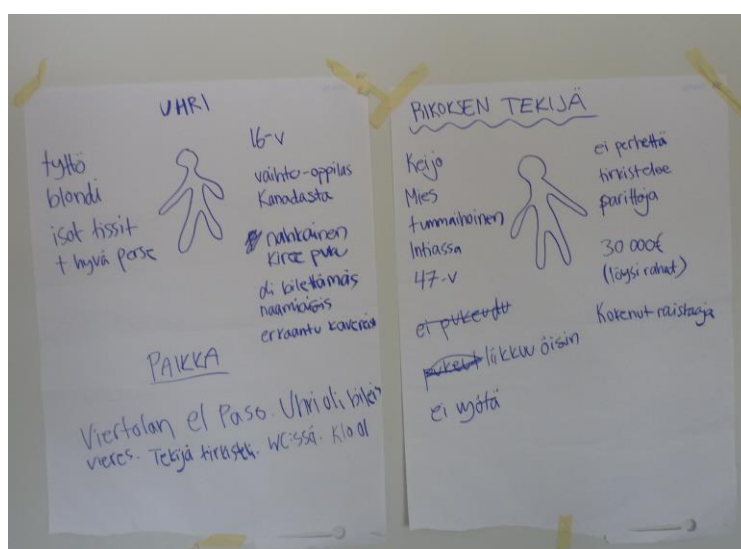


Kuva 15: Nuorten muodostamia kuvioita paperille piirrettyjen mallien mukaan

Jotta saisimme muodostettua nuorista mahdollisimman sattumanvaraisesti pareja, jaoimme nuorille rooliparilaput. Kaikista nuorista aina kahdella oli samat laput keskenään. Nuorten tuli löytää toisensa eläytymällä saamaansa rooliin (esimerkiksi vanhus ja kehonrakentaja) ja rooli-hahmoaan esittämällä etsiä samassa roolissa oleva. Roolihahmo sai puhua, mutta hän ei saanut paljastaa kuka tai mikä on. Laput saatuaan nuoret jäivät paikoilleen seisomaan ja osa meni sohvalle istumaan. Yritimme kannustaa heitä edes pienimuotoisesti rooliinsa eläytymällä etsimään parit itselleen, mutta vain pari nuorta alkoi toimia roolinsa mukaan lähtien ohjeistuksen mukaan tiedustelemaan muilta kiertoteitse, keitä he mahtavat olla. Lähes kaikki muut paljastivat roolinsa heti sanomalla sen ääneen. Ajattelimme, että nuoret eivät välttämättä pitäneet harjoituksesta, tai he saattoivat vain muuten olla väsyneitä. Pohdimme myös, voisivatko nuoret myös testata meitä, sillä harjoituksen aikana nuorten opettaja oli kokonaan poissa tilasta. Nuoret sanoivat normaalia enemmän vastaan, ja he kävivät sohville istumaan tavallista hanakammin. Kun tämän kerran jälkeen keräsimme palautelaput, että tulkintamme harjoituksesta osoittautuivat ainakin osittain vääriksi. Seitsemästä nuoresta neljä ilmaisi pitäneensä harjoituksesta juuri siksi, että ei pitänyt tehdä mitään ihmeellistä, se oli helppoa ja hauskaa.

Päätimme harjoituksen, sillä se ei toiminut lainkaan kyseisellä hetkellä. Kun huomasimme, että nuoret eivät suostuneet nousta sohvilta ylös poistuaksemme viereiseen huoneeseen toista harjoitusta varten, ehdotimme, että istuisimme siinä hetken ja juttelisimme hieman siitä, mitä ryhmässä tällä hetkellä tapahtuu. Istuimme nuorten luo ja kysyimme, onko jotain sattunut, kun tuntuu, että nuoret olisivat kovin vastahakoisia. Nuoret kommentoivat, että he haluaisivat mieluummin istua ja rentoutua. Pääasiassa nuoret kertoivat olevansa ”vain väsyneitä”. Kerroimme, että seuraavassa harjoituksessa istutaan ja ollaan aloillaan. Tämä sopi nuorille, ja he nousivat ja siirryimme toiseen huoneeseen.

”Tarina seksuaalisesta väkivallasta”-harjoitusta varten nuoret istuivat kahden fläppipaperille piirretyn samannäköisen hahmon eteen. Kerroimme heille, että toinen ihmisistä on raiskauksen uhri ja toinen raiskaaja. Nuoret saivat valita kumpi on kumpi. Kyselimme nuorilta, minkälainen uhri ja raiskaaja ovat, heidän ikänsä ja sukupuolensa, mitkä heidän nimensä ovat ja missä he asuvat. Nuoret saivat heitellä haluamiansa yksityiskohtia, jotka me kirjasimme ylös. Seuraavaksi nuoret saivat keksiä rikoksen tapahtumapaikan ja ajan, ja kirjasimme nämäkin yksityiskohdat ylös. Alussa moni nuorista ehdotti tilanteeseen ja henkilöihin yksityiskohtia, mutta jossain vaiheessa kaksi tällä toimintakerralla levottomimmin käyttäytyvää nuorta alkoivat olla enemmän äänessä. Lopulta muut nuoret eivät enää sanoneet omia ehdotuksiaan. Emme huomanneet puuttua tilanteeseen ja pari vaienneista nuorista kommentoivatkin: Nuori1: ”Mikä idea täs on?” Nuori2: ”Tästä tuli nyt noiden tarina, ei meidän muiden.” Koska tehtävä oli onnistunut täyttämään tarkoituksensa eli herättelemään nuoria teeman äärelle, kiitimme nuoria tarinasta ja siirryimme seuraavaan tehtävään, jonka jälkeen aioimme palata vielä tämän tehtävän purkuun.



Kuva 16: Nuorten keksimä tarina seksuaalisesta väkivallasta

Nuoret jaettiin pareihin, jotka saivat yhteiseksi tehtäväkseen täyttää raiskauksista kertovien uutisten yksityiskohtia, kuten uhrin ja rikoksen tekijän ikä ja sukupuoli. Osan pareista kävi niin, että lopulta vain toinen suoritti tehtävää yksin toisen odotellessa hiljaa vieressä. Kun jokainen pari oli saanut uutisensa valmiiksi, kaikki parit lukivat uutiset ääneen vapaaehtoisesti. Edellisen tehtävän loppupuolella äänessä olleet kaksi nuorta olivat tehneet tehtävän täyten siihen sisäpiirivitsejään. Kun he lukivat tekstinsä ääneen, yllätyimme, kun he eivät saaneetkaan muun ryhmän tukea ja naurua, kuten yleensä. Hauskuuttajat vakavoituivat hieman ja pyrkivät lukemaan tekstinsä loput asiallisempaan sävyyn. Yksi nuorista kommentoi: *“Et-tekste ny voi ees hetken tehä kunnol?”*

Näiden kahden raiskaukseen liittyvän harjoituksen jälkeen purimme tehtävät nuorten kanssa. Luimme alkuperäiset uutiset läpi, ja usein kävikin niin, että nuoret olivat arvanneet raiskaajan ja uhrin sukupuolen väärin. Nuoret pohtivat ääneen, miten voi raiskata miehen. Yksi nuori kommentoi myöhemmin, että hänelle oli uusi juttu se, että nainen voi raiskata miehen.

Toimintakerran loppuun otimme jatkolauseharjoituksen. Harjoitus eteni niin, että yhdellä nuorella kerrallaan on kädessään kynä ja paperi. Nuoren tuli kirjoittaa yksi lause paperiin ja kääntää aikaisempi piiloon ennen kuin antaa kaverille paperin. Jokaisen nuoren piti kirjoittajotain. Nuoret neuvoivat toisiaan, mihin kohtaan paperia tulisi kirjoittaa. Lopuksi pyysimme vapaaehtoista nuorta lukemaan nuorten yhdessä tekemän tarinan ääneen. Se meni näin:

“Olipa kerran... neekeri joka oli kiinassa ja raiskasi siellä Pentin* jolla oli thunder huulessa joka sai aikaan jöpötyksen. Sen jälkeen hän meni kauppaan ja hän lauloi 'on keijolla on keijolla melkonen mania, fyffeä massia. kolkytätönnia ja myöskin tyhnyä' ja niin loppui ruususemme elämänä raiskattuna.” (*Pentin nimi vaihdettu)

Toimintakerran jälkeen pohdimme ääneen, että tälle meidän energiselle poikaryhmällemme mieluisin toimintatapa tuntuisi olevan keskustelu. Ihmettelimme, kun stereotypiat siitä, että nuoria kündeja ei kiinnosta jutella vaan ennemminkin toimia, tuntuu olevan tässä ryhmässä täysin pääläellään, mikä oli tosin ihastuttava piirre. Nuoret nauttivat keskusteluista paljon. He pysyivät usein enemmän paikoillaan olemista ja keskusteluja, ja niitä pyrimme heidän kanssaan pitämäänkin.

Tällä kerralla ryhmässä oli paljon kapinointia ja nuoret vaikuttivat passiivisilta ja väsyneiltä. Ryhmässä oli myös pari nuorta, joiden asenne tuntui erityisesti tällä kerralla vaikuttavan muiden nuorten toimintaan. Pohdimme, että ensikerralla olisi hyvä puhua siitä, mikä nuoria väsyttää niin kovasti. Pohdimme, miten ihmeessä saisimme nuoret hereille väsymyksen tilasta? Entä mikä auttaisi heitä jaksamaan? Saimme nuorilta tämän kerran lopussa palautetta, että harjoitukset ovat turhia, mutta emme kuitenkaan saaneet minkäänlaisia perusteluja. Halusimme tietää, mikä heidän mielestään ei olisi turhaa?

Opettajan suulliset havainnot ja palaute tästä toimintakerrasta:

”Kaksi villimpää nuorta ruokkivat käyttäytymisellään toisiaan, mutta hyvä että heillä on välillä vielä lupa olla tollasia lapsiakin. Toiset kaksi nuorta ovat toiminnan aikana puhjenneet kukkaan. Raiskausjutuissa varmasti monella jyräsi päässä, että voiko näinkin päin olla (että nainen raiskaa miehen). Hyvin huomaan, miten toisen nuoren antama suora palaute toisen käytöksestä vaikuttaa positiivisesti ja rauhoittavasti. (Yksi nuorista oli sanonut päällepuhuvulle nuorelle ”etkö sä oikeesti osaa olla 5 minuuttia hiljaa?” ja toinen oli vaientunut.) Ryhmittely tehtävissä oli ok ja harjoitteet hyvät. Yhdellä nuorista (joka oli usein vastahakoinen harjoituksissa) on hyviä ja huonoja päiviä, todella tärkeää, et hän joutuu vähän avata itseensä, kun sille se on todella vaikeeta. Kahdenkesken kun keskustelee, niin menee paremmin, mutta kun sillä on kaveri tai kaks mukana ni on helpompi esittää roolia. Kulunut päivä vaikuttaa tämän kertaiseen kertaan. Nyt oli kokeet ja niiden tarkastus alla.”

Mistä tykkäsit/et tykännyt tänään? Ympyröi.

Lännen nopein Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)

Ihmiskuviot Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)

Roolliparit Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)
oli ihana hiva juttu

Kuvaus raiskauksesta Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)
ihana shairaa

Raiskaukseen liittyvät uutiset Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)
oli jees

Jatkotarina Kyllä Ei
Perustele minkä takia tykkäsit/et tykännyt. ("En tiedä" ei riitä.)
oli ihan hauska dialogipitäny juttu

➤ Lännen nopein –leikki sai minut piristymään Kyllä Ei

➤ Nopea tempoinen leikki on hyvä tapa aloittaa toiminta Kyllä Ei
Miksi? *koska silloin jengi innostuu*

➤ Minun on helppo toimia ryhmässä Kyllä Ei

➤ Minulle on tärkeää, että saan vaikuttaa ryhmässä tehtäviin päätöksiin Kyllä Ei

➤ Minusta on hyvä osata asettua toisen asemaan/rooliin Kyllä Ei
Miksi? *idk*


➤ Improvisointia/heittäytymistä on tärkeää opetella Kyllä Ei

➤ Olen aiemmin keskustellut raiskaukseen/sekuaaliseen väkivaltaan liittyvistä asioista. Kyllä Ei

Missä/kenen kanssa? *poliisin kanssa*
NO EI LABALL

➤ Tämän päiväiset harjoitukset koskien raiskausta herättivät minut ajattelemaan uudella/toisella tapaa raiskauksista Kyllä Ei

➤ Sain vaikuttaa yhteisessä jatkotarinnassa tarinan kulkuun toivomallani tavalla Kyllä Ei

 Kiitos! t. Noora ja Minna

Kuva 17: Nuoren antama kirjallinen palaute kuudennesta ohjauskerrasta

4.7 7. Ohjauskerta: Itsetuntemus, palautteen anto

Seitsemännellä eli viimeisellä ohjauskerralla keskityimme itsetuntemuksen tukemiseen sekä omiin arvoihin. Tämä kerta oli toinen kahdesta pitkästä päivästä. Lisäksi harjoittelimme uudenlaista tapaa antaa palautetta raadin muodossa. Toiminta järjestettiin koulullamme Tikkurilassa musiikin luokassa. Kahdeksan nuorta tuli paikalle.

Näimme tarpeelliseksi alussa palata nuorten kanssa ensimmäisellä kerralla tekemäämme sopimukseen siitä, miten ohjauskerroilla kukin osapuoli lupaa käyttäytyä ja toimia. Nuoret kuuntelivat, kun kertasimme sääntöjä toisten päälle puhumisesta ja kännyköiden käytöstä, mistä olimme joutuneet huomauttamaan lähes jokaisella toimintakerralla pari kertaa. Puhe-
limet pysyivät koko viimeisen toimintakerran ajan kokonaan poissa. Muistutimme myös, että häiritsemiseksi luetaan myös, jos on aktiivisesti passiivinen eikä osallistu kunnolla toimintaan. Sanoimme nuorille, että koska he toivoivat viimeksi enemmän keskusteluja, niin tällä viimeisellä kerralla meillä olisi paljon keskustelutuokioita. Nuoret ilmaisivat tyytyväisyyttään muun muassa sanoilla ”hyvä” ja ”jes”.



Kuva 18: Alkukeskustelukurinki

Viimeisen kerran ensimmäinen harjoitus oli ”Nimi-rap”. Harjoitusta varten nuoret jaettiin kahteen ryhmään. Halusimme taas hieman sekoittaa ryhmää, emmekä antaneet heidän itse muodostaa ryhmiä vaan ryhmät muodostettiin ottamalla luku kahteen. Harjoituksessa nuoret keksivät jokaisesta omaan ryhmään kuuluvasta yhden riimin, joka kuvaa tätä ja näistä riimeistä he yhdistivät rap-laulun. Lauluja sai säestää käyttämällä soittimia, jotka olimme asettaneet takapöydälle esille. Toisen ryhmän jäsenet lähtivät heti ohjeet kuultuaan kokeilemaan soittimia. Osa soittimista oli heille täysin uusia ja he kyselivätkin niitä kokeillessaan, että mikä kyseinen soitin oli tai miten sitä kuului soittaa. Toinen ryhmistä puolestaan lähti heti työstämään laulunsa sanoituksia paperille. Heistä vain yksi kävi tutustumassa soittimiin ja haki sieltä ryhmänsä laulua varten bongorummun. Jälkimmäinen ryhmä sai nopeasti riiminsä valmiiksi ja näytti siltä, että heistä jokainen osallistui niiden keksimiseen. Toinen ryhmä ei olisi millään malttanut lopettaa soittimiin tutustumista ja aloittaa sanoitusten työstämistä. Heille vaikutti olevan vaikeampaa riimien keksiminen ja heidän ryhmässään suurimman osan sanoituksista keksi yksi nuorista itsenäisesti. Kun ryhmien sanoitukset olivat valmiit, niin ryhmät esittivät laulunsa koko ryhmälle. Annoimme heille vapauden päättää miten rakentavat esityksen, ja kummassakin ryhmässä esitys hoidettiin niin, että yksi lauloi ja yksi säesti. Toinen ryhmistä halusi esitykseensä taustalle tietokoneelta soitetun ”rap-beatin”. Saimme sellaisen

kuvan, että nuorista oli mukava tehdä tätä harjoitusta ja varsinkin laulujen esittäminen oli heille tärkeää. Nuorten pyynnöstä esitykset toistettiin ja ennen niitä kuului esimerkiksi parista suusta kommentit: *”Olkaa ny hiljaa, et päästäs alottaa.”* ja *” Hei, vetäkää toi viel uudetaan”*. Vaikka toinen ryhmistä ei intoutunut sanoitusten suhteen, vaan keskittyivät soittimiin, niin täytyi kuitenkin harjoitukselle asettamamme tavoite itsensä ilmaisusta musiikin kautta.



Kuva 19: Nimirap

Viimeisellä kerralla pidimme arvohuutokaupan, jossa nuoria pyydettiin kirjoittamaan erillisille lapuille itselleen tärkeitä tai tavoittelemisen arvoisia asioita. Itsetuntemuksen kannalta on mielestämme tärkeää päästä pohtimaan, millaisia asioita pitää omassa elämässä tärkeänä tai mistä unelmoi. Nuoret kirjoittivat lapuille pääosin konkreettisia juttuja, kuten erilaisia pelejä ja autoja, ja muun muassa kaiken osaava opaskoira, lottovoitto, orja ja bmx-pyörä. Nuorille jaettiin kymmenen kappaletta tuhannen euron arvoista kartonkista seteliä. Jokainen antoi kirjoittamansa arvokkaat asiat meille, ja me pistimme niistä huutokaupan pystyyn. Jokaisen tuli ostaa ainakin yksi arvo. Nuoret saivat korottaa maksimissaan tuhannella eurolla kerrallaan. Seuraavalla kierroksella sai myydä takaisin ostamiensa arvoja, jos halusikin ostaa jonkin arvon mihin rahat ei ensimmäisellä kierroksella riittäneet. Tässä vaihtokaupassa arvon takaisinmyyjä menetti yhden tuhannen euron setelin. Nuoret olivat heti harjoituksen alussa innokkaina mukana. Nuoret odottivat, että heidän itse laittamansa arvot tulivat kaupattavaksi, mutta innostuivat myös toisten laittamista arvoista. Osa huudoista huudettiin, koska tiedettiin että toinenkin haluaa kyseisen asian. Se oli mielestämme positiivinen juttu, sillä hyväntahtoinen vitsailu toi lisää ryhmähenkeä. Joistain huutokaupattavista arvoista tuli huutokauppasota, josta nuoret olivat valmiita antamaan kaikki setelinsä. Innokkaimmat ostajat saattoivat vaatia kaverilta lainaan seteleitä, jotta saisivat ostettua sen, mitä halusivat. Tällaisia olivat esimerkiksi palveluskoira ja eräs peli. Koska nuoret ostivat ja myivät takaisin jatkuvasti arvoja, päätimme pitää harjoitusta yllä suunniteltua pitempään. Jouduimme muokkaamaan arvohuutokaupan alkuperäistä ohjetta ryhmällemme sopivammaksi. Teimme rahayksiköistä yksinkertaisempia (ainoastaan 1000€ seteleitä ilman pienempiä tai suurempia yksiköitä) ja laajensimme

arvot tarkoittamaan myös ylipäättään elämän tärkeitä asioita. Kehotimme nuoria säästämään ostamansa asiat, sillä tulisimme käyttämään niitä jatkossa. Lopussa päätimmekin kerätä ne seuraavan tehtävän paperin kanssa samaan aikaan välttääksemme lappujen sekoittelun tai toisen lapun anastamisen.



Kuva 20: Arvohuutokaupan neuvotteluja

Arvohuutokaupan jälkeen ennen ruokailua nuoret saivat lappusen nimeltä Omakuva jatkolausein. Paperissa oli kysymyksiä, jotka kartoittivat hieman sitä, minkälaisena muut näkevät nuoren, ketä nuori ihailee suuresti, mitä nuori uskoo olevansa tulevaisuudessa, ja minkälaisia tärkeitä päätöksiä nuori on elämänsä aikana jo tehnyt. Alustimme harjoituksen kertomalla, että lappuja tullaan vielä käyttämään ruokailun jälkeisessä harjoituksessa, minkä takia niihin pitäisi laittaa jotain, missä on oikeasti ajatusta. Mainitsimme, että tarkistamme nuorten täyttämät paperit pintapuolisesti, jotta niiden sisältö olisi riittävä seuraavaa tehtävää ajatellen. Mutta painotimme vielä, ettei nuorten tarvitse kertoa tai esitellä muulle ryhmälle kirjoittamiensa asioita. Nuoret täyttivät paperia hiljaisuudessa ja itsenäisesti. Nuoret antoivat ruokailun ajaksi paperit meille talteen, ja jaoimme ne takaisin ruokailun jälkeen seuraavaa tehtävää varten.

Otteita Omakuva jatkolauseilla tehtävästä:

Ystävät pitävät minua seuraavanlaisena...

*“pyöräilijänä” “keharina” “kaverina” “hyvänä ystävänä” “kaverina” “kivana”
“hauskana” “hauskana” “nörttinä” “snuskungenina” “pentti köyri” “kaverina”
“hyvänä tyyppinä” “anteliaana” “ystävänä” “kohteliaana”*

Jos voisin toteuttaa yhden toiveeni, toivoisin että...

“muuttaisin ulkomaille ja ottaisin tatuoinnin” “voittaisin lotossa” “että oisin miljonääri” “että olisin rikas” “saisin suuren lottovoiton” “hyvä netti” “voittaisin lotossa” “uuden koiran”

Kolme tärkeintä päätöstä, jotka olen tehnyt elämässäni (sanoimme että yksikin riittää)...

“ostin pyörän” “jopolle tuleminen” “hain jopoluokalle” “hain jopolle” “jopolle hakeminen” “ostaa mopo” “ostaa mopokortti” “valita jatko-koulutukseni” “prestige hack” “ostin raw” “I didn` t choose the thuglife, thug life choose me.” “jopoluokalle hakeminen” “hakeminen jopolle” “tupakoinnin alottaminen”

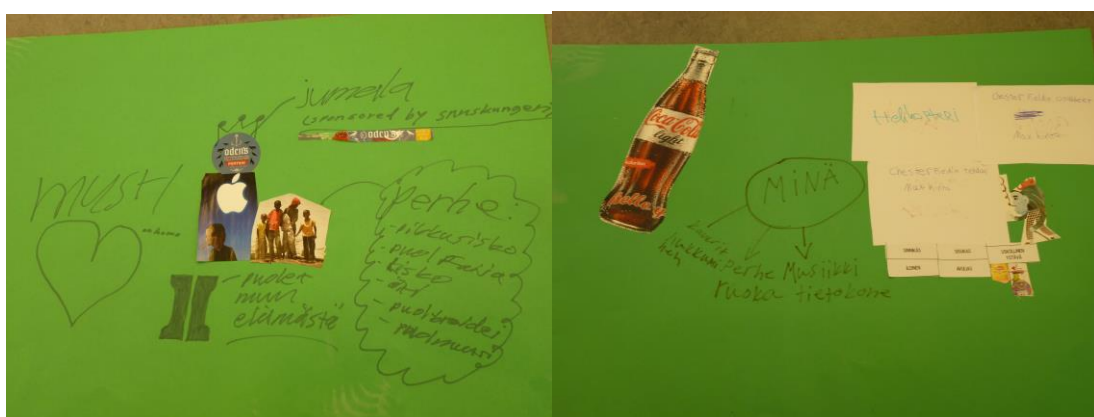
Minun mottoni elämässä:

“en mä mikää nössö oo” “se mitä kännissä tekee siit selvänä vastaa” “mikään ei ole mahdotonta ellei yritä ” “kun joku morkkaa nii pullo korkkaa” “heti kun on vähän enemmän kuin toisilla niin heti joku läski alkaa vinkuu”

Ruokatauon jälkeen teimme nuorten kanssa elämäkartta- harjoituksen. Ajatuksena olisi kirjoittaa tai kuvallisesti ilmaista oma minä kartongille ja sen ympärille haluamallaan tavalla sijoittaa itselleen tärkeitä asioita, omia vahvuuksiaan, unelmiaan, missä on hyvä, oma motto ja niin edelleen. Nuoret saivat itse valita minkä väriselle kartongille karttansa haluaa tehdä. Kartongille liimattaisiin kuvia, joita he ensin leikkaisivat ja repisivät lehdistä. Lisäksi heillä oli käytössään kynät ja tussit. Taustalle laitettaisiin nuorten haluamia kappaleita. Nuoret eivät jaksaneet odottaa koko ohjeistusta ennen kuin olivat jo hakemassa kartonkeja. He vaikuttivat innostuneilta siitä, että väreissä oli monia vaihtoehtoja. Pyysimme heitä kuitenkin malttamaan mielensä, ja nuoret odottivat loppua ohjeistusta. Harjoitusta tehdessään nuoret kysyivät tarkentavia kysymyksiä tehtävään liittyen. Jaoimme aikaisemmasta kerrasta nuorten ominaisuuskaupan ostoksensa takaisin, ja he saivat käyttää myös jatkolauseita. Sanoimme että voivat halutessaan käyttää myös arvohuutokauppa-harjoituksessa ostamia asioita elämäkarttassaan. Palautimme heille myös aikaisemmalla ohjauskerralla mukana olleet ominaisuuskortit, joista he olivat käyneet vaihtokauppaa. Osa nuorista lähti jähmeämmin mukaan, osa katseli mitä toiset tekevät. Jotkut alkoivat leikellä lehtiä ja osa halusi ennemmin piirtää ja kirjoittaa. Nuoret työskentelivät lattialla patjoilla. Jokainen teki omaa työtänsä ja samalla he jutustelivat keskenään. Nuoret tulivat laittamaan tietokoneelta omia toivekappaleitaan. Töiden valmistuttua jokainen sai kertoa omastaan sen verran kuin tuntui hyvältä. Suurin osa nuorista nosti esille työstään kertoessaan perheen ja kaverit. Alussa pari nuorista puhui toisten päälle intoutuessaan jo keskustelemaan omasta työstään. Ennen kuin me ehdimme tarttua tilanteeseen, yksi nuori kommentoi heille, että voisivat yrittää välillä olla hiljaa tai ainakin odottamaan omaa vuoroaan, jotta yksi voisi puhua kerrallaan. Tämä kommentti tehoi heti ja loppukierroksella ei enää toisten päälle puhumista tapahtunut. Tämä osoittaa hyvin sen, kuinka tärkeää nuoruudessa on kuulua johonkin ryhmään ja kuinka suuressa roolissa on juuri vertaisiltaan, saman ikäisiltä samaan ryhmään kuuluvilta saatu palaute. Aikuisten sanomana sama kommentti ei olisi varmaankaan tehonnut yhtä hyvin.



Kuva 21: Elämäkartan tekoa





Kuva 22: Nuorten tekemät elämäkartat

Lopussa keräsimme koko toiminnastamme palautetta raadin muodossa. Muistutimme nuoria, kuinka ensiarvoisen tärkeää meidän heiltä saamansa palaute on. yksi nuorista kysyi: *"Onkse meistä kiinni jos te ette tuu tulevaisuudessa saamaa töitä?"* Vastasimme, että ei sentään, mutta kyse on siitä, että meiltä jää tärkeää tietoa saamatta, ja meidän on vaikea kehittää osaamistamme, jos emme tiedä, mitä voisimme parantaa. Yksi nuorista liittyi keskusteluun ja kysyi toiselta nuorelta: *"Miten ne vois tietää, et tekee jotain väärin jos me aina sanottais niille, et ne tekee oikein, vaikka tekisi ihan päin persettä? Sit ne tekis väärin aina ja ei ikinä oppis, et tekee jotain väärin.. Siks sitä palautetta annetaan, et vois oppii jotain."* Nuoria myös mietitytti *"saattekste huonon arvosanan, jos me ollaa eri mieltä?"*. Täsmensimme kuitenkin, että he voivat rauhallisesti antaa palautetta, sillä se ei ole suoraan verrannollinen meidän työmme arvosanaan.

Esitimme palauteraadissa väittämiä, ja nuoret saivat äänestää, olivatko niiden kanssa samaa vai eri mieltä. Nuorille jaettiin jokaiselle kaksi paperia jossa toisessa luki A ja toisessa B. A-paperia näytettiin silloin kun oltiin väittämän kanssa samaa mieltä ja B-paperia kun oltiin eri mieltä. Idea oli, että jokainen nuori näytti mielipiteensä samaan aikaan. Haimme tällä sitä ettei ryhmäpaine vaikuttaisi vastauksiin vaan vastauksista tulisi ilmi jokaisen oma mielipide. Keskustelimme nuorten kanssa raadin aikana heidän antamistaan vastauksistaan. Ensiksi alla

olevassa raadin kuvauksessa on meidän esittämämme väittämä ja niiden perään sulkuihin laitettuna on nuorilta saatu äänestystulos ja mahdollisesti heidän kommenttejaan.

- I. Toimintakerrat ovat olleet toimivia/olen osallistunut niihin mielelläni. (kaikki samaa mieltä)
- II. Ohjaajat ovat kannustaneet minua osallistumaan. (kaikki samaa mieltä)
- III. Ohjaajat ovat ottaneet huomioon jokaisen ryhmäläisen (puolet samaa ja puolet eri mieltä) Puhuimme siitä, että meille on tärkeää että tiedämme, jos on jotain kriittistä sanottavaa. Näin me voimme oppia. Tästä alkoi keskustelu siitä, miksi on hyvä antaa myös negatiivista palautetta. *“Puuhapete riita, kun en saanu takas sitä mun lappua siks, ku toinen nuori varasti sen. Ei ollut oikeudenmukaista.” “Ei saanut istuu.” “En saanu puhua, vaikka muut sai. Mut heitettii vaa ulos.”*
- IV. Olemme ohjauksien aikana tehneet minulle uusia juttuja. (Kaikki samaa mieltä) *“Kaikkiha nää vähä on.” “Ainaha mä näit leikin mun pikkusisko kaa. No ei vaa, siis kaikki oli uutta.”*
- V. Olen oppinut jotain uutta ohjausten aikana. (5 samaa mieltä, 3 eri mieltä) *“En mä muista kyl. Kyl mä varmaa jotai mut en muista mitä ollaa tehty ni en mä muista mitä uutta oon oppinu.”*
- VI. Ohjaajat antavat tarpeeksi selkeät ohjeet. (7 samaa mieltä, 1 eri mieltä) *“En mä aina oo ymmärtäny. On pitäny kysyy uudestaa. Kai mä sit oon joku vajaa tai jotai.”* Tässä heräsi pieni keskustelu siitä, että on hyvä uskaltaa kysyä uudestaan ohjeita, niin kuin kyseinen nuori onkin useasti tehnyt. Kommentoimme, että aina ei voikaan ymmärtää ja ohjaajien tehtävä onkin kertoa tarpeeksi selkeästi ja tarvittaessa tarkentaa ohjeita jos joku ei ymmärrä.
- VII. Ryhmässä on ollut helppo olla mukana. (Kaikki samaa mieltä)
- VIII. Olen oppinut itsestäni jotain uutta. (1 samaa mieltä, 7 eri mieltä.) *“Opin kehu- maan itseäni.” “Oon varmaa oppinuki, mut en muista mitä.”*
- IX. Olen oppinut jotain uutta liittyen seksuaalisuuteen. En ollut aiemmin puhunut/jotain uusia oivalluksia/näkökulmia. (1 samaa mieltä, 7 eri mieltä.) *“Et nainen voi raiskata miehen.”*
- X. Seksuaalisuutta käsittelevät aiheet ovat olleet mielenkintoisia/tärkeitä (6 samaa mieltä, 2 eri mieltä) *“Tylsii aiheita.” “Raiskaus ei oo mun mielest seksuaalisuuteen liittyvä asia vaa johonki muuhun.”* (jotkut nuoret muistelivat, että eivät ole olleet seksuaalisuuskerralla mukana, mutta muistutimme, että olemme käsitelleet myös seksuaalisuutta muillakin kuin yhdellä kerralla, kuten kerralla jolloin puhuimme raiskauksista.)
- XI. On hyvä, että luokallemme järjestettiin tällaista toimintaa. (4 samaa mieltä, 3 eri mieltä, yksi molempia) *“En mä viel tiiä.”* Keskustelimme tästä, että jos olisi saanut valita ihan mitä tahansa niin mieluummin nuoret olisivat pelanneet, mutta olisivatko mieluummin olleet koulussa vai olleet näillä toimintakerroilla, niin he olisivat mieluummin olleet täällä. *“Turhaa.”* Moni sanoi, että mieluummin käsitelivät asioita tällä tavalla kuin että joutuisivat lukemaan kirjasta.

Viimeisen ohjauskerran halusimme rakentaa niin, että harjoitukset linkittyisivät paremmin toisiinsa, ja edellinen harjoitus auttaisi aina seuraavan harjoituksen tekemisessä. Kaikissa harjoituksissa oli tarkoitus, että niiden kautta nuoret pääsisivät pohtimaan millaisia he ovat,

millaisina muut näkevät heidät, heille tärkeitä asioita ja ihmisiä sekä heidän unelmiaan. Nimirap-harjoituksessa nuoret keksivät jokaista ryhmäläistä kuvaavan riimin. Osa nuorista halusi keksiä itseänsä kuvaavan riimin itse, ja osa nuorista taas halusi muiden keksivän sen heille. Mielestämme kumpikin tapa oli yhtä toimiva ajatellen itsetuntemusta. Kun nuoret keksivät itsestään riimin ja muut hyväksyivät sen, saattoi kyseinen nuori saada ikään kuin hyväksynnän siitä, että muutkin näkevät hänet samalla tavalla. Itsetuntemuksessa on myös tärkeää muilta saatu palaute siitä, millaisena muut näkevät nuoren. Toiselle ei aina ole helppoa kertoa, millaisena häntä pitää, mutta nimirapin kautta tuon palautteen saattoi antaa helpommin ja hauskalla tavalla. Arvohuutokauppa-harjoituksessa nuoret pääsivät pohtimaan ja jakamaan asioita, joita pitävät itselleen tärkeinä. Harjoituksessa nuoret pääsivät arvottamaan nuo asiat ja miettimään, mikä heille on kaikkein arvokkainta ja mistä voisi luopua että sen saisi. Oma kuva jatkolauseilla tehtävässä nuoret pääsivät pohtimaan jälleen millaisia ovat ja mihin ovat menossa. Mielestämme oli hyvä että tämä tehtävä tehtiin itsenäisesti ja niin, ettei nuorten täytynyt jakaa kirjoittamiensa lauseita suullisesti. Mielestämme heidän kirjoittamansa lauseet olivat tekijöidensä näköisiä, eikä niihin ollut vaikuttanut ryhmäpaine. Useissa harjoituksissa nuoret pyrkivät vastaamaan samalla tavalla kuin kaveri, mutta tässä tehtävässä jokaisen vastaukset olivat toisistaan poikkeavia ja erilaisia. Nämä kaikki harjoitukset toimivat pohjustuksena Elämäkartta-harjoitukselle, jossa nuoret pääsivät kuvallisesti kertomaan oman elämänsä tärkeistä asioista, ihmisistä ja unelmista.

4.8 Pohdintaa poikaryhmän ohjaamisesta

”Oli mukava tulla sinne.” Nuori antamassaan loppupalautteessa.

Koska ryhmä, jota ohjasimme, koostui ainoastaan pojista, on syytä tarkastella ryhmän toimintaa ja sen ohjaamista poikanäkökulmasta. Ryhmissä, jotka muodostuvat joko sekä murrosikäisistä pojista että tytöistä tai vain jommasta kummasta, voi olla keskenään eroja murrosiän eritahtisuuden takia. Olemme opinnäytetyömme työstämisen aikana pohtineet, olisiko tämä eritahtisuus sekä poika- ja tyttönäkökulmien sekoittuminen voineet tuoda jotain positiivista lisää ohjauksiimme. Mietimme ehkä jopa stereotyyppisesti, että tyttöjen läsnäolo olisi voinut syventää keskustelujamme tai saada pojat keskittymään eri tavalla. Pohdimme tosin myös, olisiko sekaryhmässä ollut riskinä se, että molempia sukupuolia olisi pelottanut nolatuksi tuleminen arkaluontoisissa harjoituksissa. Olemme kuitenkin tyytyväisiä siihen, että saimme hyvän mahdollisuuden harjoitella poikaryhmän ohjaamista.

Ryhmän sukupuolisesta jakaumasta riippumatta jokaisessa ryhmässä, myös meidän ryhmäsämme jokaisella oli oma roolinsa, sekä ryhmässä oli havaittavissa pienempiä sisäisiä ryhmiä. Ryhmässä oli erotettavissa selkeitä rooleja, jotka tulivat esille esimerkiksi puheenvuorojen käyttämisessä. Puheliat ottivat enemmän tilaa, ja keskustelut etenivät usein heidän ehdoil-

laan, kun taas hiljaisemmat ottivat helposti sivustakatsojan roolin. Äänekkäimmät ja hälinää järjestävät saivat myös helposti enemmän ohjaajilta huomiota osakseen - aikaa kului ryhmän ohjauksessa harjoitusten ohjeistamisen lisäksi tietenkin myös järjestyksen ylläpitämiseen. Omassa ohjauksessamme pyrimme luonnostaan pitämään kontaktin myös hiljaisempiin ja vetäytyvämpiin nuoriin rohkaisemalla ja kannustamalla heitä sekä pitämällä yllä keskustelukontaktia. Vaikka ryhmässä oli erotettavissa ryhmittymiä kuten äänekkäämmät ja hiljaiset, nuoret kävivät kuitenkin keskustelua myös yli omien sisäisten ryhmärajojensa. Tolonen (2002) on tehnyt havainnon, että poikien näyttäisikin olevan helpompaa elää rinnakkain ja ylittää ryhmärajoja kuin tyttöjen (2002: 116).

Usein aiheen vierestä huutelua tuli päihteistä, maahanmuuttajista, urheilusta, tietokonepeleistä sekä toisista ryhmän pojista. Toisinaan nuoret ottivat toisistaan fyysisesti mittaa hypäämällä toistensa selkään, heittämällä tyynyllä tai yllättämällä toinen pamauttaen lautasoitin korvien juuressa. Meille tuli mieleen, että tietynlainen huutelu ja mahdollinen kehuskelu voisi olla tietynlaista itsensä kelpaavaksi todistelua. Tolosella (2002) oli samanlainen havainto tutkiessaan poikien ja tyttöjen välisiä suhteita. Hän toteaa, että pojille olisi tärkeää tuoda miehuuttaan esiin korostamalla ruumiillista toimintakykyään suhteessa urheilusuoritukseen, itsensä puolustamiseen ja naiseen. Myös tietämys ja kokemus aikuisten jutuista kuten päihteistä koetaan poikien keskuudessa tärkeäksi asiaksi. Tyttöryhmille puolestaan ominaista on ulkonäön ja pukeutumisen perusteella määritellä henkilöön liittyviä ominaisuuksia. (2002: 185-188.)

Pojille asetetaan paljon paineita monesta suunnasta. Kulttuuri ja yhteiskunta luovat pojille paineita siitä, millainen on hyvä poika tai mies. Jakaako 'oikea mies' tunteitaan miesporukalla? Tietääkö 'oikea mies' kaiken vastakkaisesta sukupuolesta? Voiko homo olla 'tosi mies'? Pojat kohtaavat koviakin rooliristiriitoja, jos ryhmässä odotetaan syvällistä ja herkkää otetta, kun taas kaveriporukassa on voitu tottua 'kovan pojan' rooliin. Niemistö (1998) kuvaa Kellermanin rooliristiriiteteoriaa niin, että rooliristiriidat syntyvät henkilön omien roolien, hänelle annettujen roolien, muiden odotusten ja toisten henkilöiden roolien kohtaamattomuudesta (Niemistö, 1998: 102-103). Nuorille voi olla hämmentävää ja pelottavaakin, että luovia menetelmiä käytettäessä saattaa esimerkiksi löytää itsestään uudenlaisen puolen, mistä ei ollut aikaisemmin tietoinen. Joissain harjoituksissa voi joutua ilmaisemaan itseään sellaisella tavalla, ettei nuori pystykään enää säilyttämään sitä roolia, jota hän on aiemmin halunnut ryhmässä toteuttaa. Omien arvojen ja henkilökohtaisten tunteiden jakaminen porukassa, jossa on tottunut olemaan "kovis" tai jossa on onnistunut tekemään selvän henkilökohtaisen rajan siihen, miten paljon on aikomassa jakaa asioitaan, voi olla suuren kynnyksen takana. Apter ym. (2009) toteavatkin, että nuoren miehen saattaa olla vaikea tuoda itsessään esiin feminiiniseksi miellettyjä piirteitä, kuten herkkyyttä, luovuus ja tunteisiin pohjautuvuus. Samaan aikaan nuorta voi ahdistaa maskuliiniseksi luetellut piirteet, kuten kovuus, yksilöllisyyden korostami-

nen ja yhteys fyysiseen maailmaan. He kiteyttävät, että tasapainon löytäminen feminiinisten ja maskuliinisten piirteiden kautta tapahtuu itseään kuuntelemalla. Tätä kuulemista voi harjoitella tehtävien ja harjoitusten kautta. (Apter ym. 2009: 40-43, 297-301.) Itsetuntemusta ja itsetietoisuutta harjoittelemalla nuori voi löytää itsestään piirteitä, joista ei ole aiemmin ollut tietoinen tai ei ole antanut niille lupaa.

Tuckmanin ryhmäteoria mukaan ryhmät käyvät läpi viisi vaihetta: muodostus-, kuohunta-, ja sopimisvaiheen, hyvin toimivan ryhmän vaiheen sekä lopettamisen vaiheen (Kopakkala, 2011: 48-51.) Meidän ryhmämme tuntui etenevän vaiheissaan verkkaisesti, sillä toimintamme oli vain kerran viikossa ja joidenkin kertojen välissä oli kaksi viikkoa loman tai leirin osuessa toimintakerroille kohdalle. Tämän lisäksi suunnilleen puoliväliin kaikille toimintakerroillemme nuoria tuli paikalle 5 tai 6. Jollain nuorella saattoi siis olla useiden viikkojen tauko toimintakerrojen välissä. Tämän vuoksi meille tuli sellainen olo, että nuoret olivat itse erivaiheissa suhteessa ryhmään. Toiset tuntuivat olevan enemmän kiinnittyneinä ryhmään ja he uskalsivat mielestämme olla enemmän omana itsenään, kun taas ne jotka olivat olleet enemmän poissa toimintakerroilta, kokivat hankalaksi heittäytyä mukaan, ja tämä näkyi joissain tilanteissa vastahakoisuutena osallistua johonkin harjoitukseen.

5 Tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea ryhmämme nuorten itsetuntemusta ja seksuaalisuutta. Henkilökohtaisena tavoitteenamme oli oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toiminnallinen ohjausprosessi. Arviointiprosessia tuki nuorilta ja toimintakerroilla läsnä olleelta opettajalta saatu palaute, omat havaintomme sekä ohjauspäiväkirjamme. Itsetuntemuksen tukemista arvioidessamme kiinnitimme huomiota, olivatko nuoret tehneet itselleen uusia asioita ja sitä kautta mahdollisesti oppineet uusia asioita itsestään, sekä kysyimme nuorilta myös suoraan, olivatko he oppineet jotakin uutta itsestään. Tärkeänä osana itsetuntemuksen tukemista pidimme myös erilaisten itseilmaisukeinojen harjoittelua, sillä nuoruudessa kehonkuvan ja tuntemusten muututtua nuori ei välttämättä enää osaakaan ilmaista itseään tarkoittamallaan tavalla. Myös nuorten opettajan havaintojen avulla arvioimme nuorten itsetuntemukseen liittyvän tavoitteen saavuttamista. Nuorten seksuaalisuuden tukemista arvioidessamme kiinnitämme huomiota siihen, olemmeko mahdollisesti onnistuneet syventämään heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta. Ymmärrystä voimme olettaa tulleen, jos nuori kertoo jonkin seksuaalisuuteen liittyvän aiheen olleen uusi, tai jollain tavalla herättelevä. Ohjaajuutemme kehitystä arvioimme muun muassa aikataulun, sisällön, joustamisen, innostamisen sekä luottamuksellisen ilmapiirin luomisen kannalta.

Opinnäytetyömme arvioinnissa pidimme erityisen tärkeänä nuorilta saamaamme palautetta. Keräsimme palautetta ohjauskerroista kirjallisesti, suullisesti ja erilaisia janoja käyttäen.

Huomasimme kuitenkin, että palautteen saaminen nuorilta oli haasteellista ja joskus nuorilta saatu palaute oli ristiriidassa keskenään. Voi pohtia, uskalsiko nuori suullisesti kerätyn palautteen aikana antaa kritiikkiä. Kirjallisten palautteiden luotettavuutta puolestaan voi miettiä pohtimalla, jaksoivatko nuoret enää keskittyä palautteenantoon. Nuorten antaessa palautetta niin, että muut nuoret olivat läsnä, palautteenantoon saattoi vaikuttaa ryhmäpaine. Esimerkiksi neljännen ohjauksen loputtua keräämämme suullisen palautteen mukaan nuoret olivat pitäneet toimintakertaa ihan hyvänä, mutta seuraavalla kerralla he ilmaisivat, että kerta oli ollut turha. Kun poistimme palautteenannosta turhaa-vaihtoehdon, nuorten mukaan neljännen kerran harjoitukset olivat kaikki tuttuja. Kuitenkin suullisessa palautteessa yksi nuori mainitsi seksuaalisuusteeman käsittelytavan olleen uusi ja toinen nuori ilmaisi, että toimintakerralla käyttämämme tapa käsitellä seksuaalisuutta oli jollain tasolla parempi, kuin miten aihetta normaalisti on käsitelty:

”Olis ollu helpompi esim seiskalla oppii seksuaalisuus jutut tällä tavalla, kun nyt tehtiin, eikä vaa kirjasta lukemalla. Tällee paljo mielenkiintosempaa.”

Palautteen kerääminen oli myös haasteellista, sillä alussa palautelappujemme kysymykset eivät palvelleet tavoitteidemme täyttymisen arviointia (Kuvat 2 ja 3). Kuitenkin opimme pikkuhiljaa keräämään palautetta kattavammin (Kuvat 13 ja 17), mikä mahdollisti nuorten antamien kirjallisten palautteiden hyödyntämisen työmme arvioinnissa.

Pyrimme myös itse antamaan palautetta nuorille harjoitusten sujumisesta luodaksemme palautteenannolle avointa ilmapiiriä. Jos jokin harjoitus meni meidän mielestämme hyvin ja nuoret mielestämme ylittivät itsensä, kerroimme heille sen. Positiivisella palautteella ja onnistumisen kokemuksilla on myös yhteys itsetunnon vahvistumiseen. Jos jonkin harjoituksen aikana oli tavallista enemmän hälinää, tai harjoitus ei toiminut ryhmällemme, pysäytimme tilanteen jotta voisimme keskustella asiasta. Nuoret saivat kertoa meille, mitä tapahtuu, ja toisaalta pysäytimme tilanteen myös, että voisimme itsekin ilmaista huomaavamme ryhmässä tapahtuvan jotain mielenkiintoista. Himbergin ja Jauhaisen (1998) mukaan toimivassa ryhmässä pystytään ilmaisemaan ajatuksia ja mielipiteitä, mutta puhumaan uskaltaminen vaatii aikaa ja rakentavan ilmapiirin. Antamalla itse palautetta tai tukemalla sallivaa ja hyväksyvää ilmapiiriä ohjaaja voi helpottaa ilmaisemista ryhmässä. Vaikka ohjaaja toivookin kaikkien osallistumista palautteen antoon, hänen tulee myös kertoa hyväksyvänsä myös ryhmän hiljaiset osallistujat sen tasavertaisina jäseninä. Ohjaajan tulee myös selvästi ilmaista, ettei palautteen tarvitse olla hienosti muotoiltua, vaan kielellisesti kömpelöt ilmaisut ovat yhtä arvokkaita. (Himberg & Jauhiainen, 1998: 184.)

Tavoitettamme tukea ryhmämme nuorten itsetuntemusta saavuttamista ryhmän opettaja kommentoi tällä tavalla (Liite 11):

”Olette saaneet toiminnallisten menetelmien kautta nuoria tutkimaan minuuttiaan, identiteettiään, omaa itsetuntemustaan sekä syventämään heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta. -- Heille on tullut uutta näkökulmaa uusien asioiden kohtaamista varten. Monelle on varmaan myös tullut maailmankuvaan uusia sävyjä ja näkemyksiä.”

Nuorten kanssa erikseen käydyissä loppupalautteissa (Liite 10) kaksi nuorista ilmaisi oppineensa itsestään koko toiminnan aikana jotain uutta. Yksi nuorista sanoi, että ei oppinut itsestään mitään uutta. Muut nuoret eivät kommentoineet tähän asiaan mitenkään loppupalauttekeskustelun aikana. Viidennen toimintakerran jälkeen kerätyissä palautteissa yksi nuori sanoi oppineensa jotain uutta itsestään. Yksi nuorista ilmaisi, että alkoi suhtautua kriittisesti median antamaan kuvaan ihmisistä kuvakollaasitehtävän aikana, ja kaksi nuorta kertoi alkaneensa pohtia, millaisen kuvan media antaa miehistä ja naisista. Kuudennella ohjauskerralla käsitellyämme seksuaalista väkivaltaa, kaksi nuorista ilmaisi heränneensä ajattelemaan uudella tavalla seksuaalisesta väkivallasta. Huomaamme siis, että nuorien ajatusmaailmoissa tapahtui muutoksia, ja kaksi nuorta ilmaisi suullisessa palautteessa ja yksi kirjallisessa suoraan oppineensa itsestään jotain. Useassa palautteessa nuoret kertoivat päässeensä kokeilemaan uudenlaisia asioita. Esimerkiksi viidennen ohjauskerran palautteessa seitsemän nuorta kertoi kuvakollaasiharjoituksen olleen uusi kokemus. Neljä nuorista kertoi, että ominaisuusvaihtokauppa oli ollut uusi asia. Alla kaksi nuorten loppupalautteista kerättyä kommenttia liittyen siihen, oppivatko nuoret itsestään jotain uutta:

Nuori1: ”Kyl mä jotain uutta oivalsin, mutten halua jakaa sitä nyt.”

Nuori2: ”Toiminnan aikana tuntu, et vähä oppi itestää jotai uutta. Vaikee kertoa et mitä.”

Jokainen nuori ilmaisi palauttamassaan palautelapussa viidennen ohjauskerran jälkeen, että heidän mielestään on tärkeää tietää, millainen ihminen itse on eli tietää ja tunnistaa omat hyvät puolensa sekä tietää, missä on hyvä. Kuusi nuorta oli sitä mieltä, että on hyvä tietää, mitkä asiat omassa elämässä on tärkeitä. Nuorten opettajan erään toimintakerran jälkeen antaman suullisen palautteen mukaan olemme saavuttaneet tavoitteemme itsetuntemuksen tukemisesta itseilmaisun kautta. Hänen mukaansa keskustellessamme nuorten heittäytymisestä harjoituksiin, kaksi nuorta on *”toiminnan aikana puhjennut kukkaan”*, mistä voi siis päätellä, että osassa nuoria on havaittavissa positiivisia muutoksia. Myös me olimme kiinnittäneet huomiota niihin hetkiin, kun nuorista huomasi heidän olevan osaamisensa rajoilla ja joskus myös ylittämässä itseään. Yksi nuorista kommentoi palautteessaan, että elämäkartta tehtävä oli kiva, mutta vaikea. Kuitenkin nuori teki ajatuksella työtänsä ja sai haluamansa asiat lisättyä siihen.

Nuori: ”On ollu kiva olla mukana ja kokeilla juttui.”

Olimme valinneet harjoituksia erityylyisistä luovista menetelmistä, kuten musiikista ja kuvallisesta ilmaisusta, joiden kautta nuorilla oli mahdollisuus pohtia omaa itseään ja näin vahvistaa itsetuntemustaan. Itseilmaisua tukevia harjoituksia valitsimme ohjauskerroillemme myös sen mukaan, mitkä tuntuivat nuorista hyviltä, mutta myös sen perusteella, mitkä asiat vaikuttivat kaipaavan lisäharjoittelua. Nuorten palautteista saimme varmistuksen, että olimme onnistuneet valitsemaan uusia ja myös toisinaan haastavia harjoituksia, mikä olikin tavoitteenamme.

Olemme saamiemme palautteiden perusteella onnistuneet tukemaan nuorten ymmärrystä seksuaalisuudesta. Palautteiden mukaan nuoret pitivät seksuaalisuutta käsittelevistä toimintakerroista, ja he tulivat niiden aikana käsitelleeksi itselleen uusia asioita, tai tuttuja asioita uusilla tavoilla. Viisi nuorista kertoi viimeisessä palautekeskustelussa, että he eivät olleet aiemmin keskustelleet seksuaalisesta väkivallasta. Kuitenkin samaisen ohjauskerran palautteessa viisi ilmaisi keskustelleensa aiheesta aiemmin, ja ainoastaan kolme nuorista ei kirjallisen palautteen mukaan ollut. Palautteiden ristiriitaisuudesta huolimatta vaikutti kuitenkin siltä, että ainakin osalle nuorista keskustelun aihe oli uusi. Nuorten opettajan mukaan nuoret olivat myös jääneet pohtimaan seksuaalisuusteemoja kouluaikana, eli olemme onnistuneet herättämään nuorissa pohdintaa, mikä on yksi tie seksuaalisen ymmärryksen kasvuun. Jäimme pohtimaan, oliko käsittelemämme aihe kuitenkin ryhmällemme liian rankka, kun aihe oli jäänyt pitkäksi aikaa kytemään ryhmäämme. Harjoitusten jälkeen kävimme nuorten kanssa keskustelua aiheeseen liittyen, mutta jälkikäteen ajateltuna meidän olisi ollut hyvä ottaa harjoitukset viimeistäänkin seuraavalla kerralla nuorten kanssa puheeksi, mitä emme tehneet, ellei jo toimintakerran lopetuksen aikana. Kuitenkin oli hyvä, että luokan opettaja oli jatkanut aiheesta keskustelua nuorten kanssa myöhemmin koulussa. Ehkä on myös hyvä, että nuorien ja opettajan välillä heräsi keskustelua toimintamme aiheista, koska keskustelemalla tärkeistä asioista oppilaidensa kanssa opettaja voi jatkaa nuorten itsetuntemuksen ja seksuaalisen kasvun tukemista toimintamme päätyttyä.

Opettajan kirjallisesta palautteesta: *”–olemme käsitelleet teemoja jälkikäteen useasti. Heille on tullut uutta näkökulmaa uusien asioiden kohtaamista varten. - Varsinkin raiskausteema puhutti poikia jälkikäteen ja se aiheutti keskustelua ja tietysti se, että miehenkin voi raiskata.”*

Meidänkin havaintomme liittyen ryhmämme nuorten seksuaalisen kasvun tukemiseen viittaavat siihen, että olemme onnistuneet tavoitteessamme. Keskustellessamme nuorten kanssa toimintakertojemme aikana seksuaalisuuden teemoista, nuoret puhuivat vastuullisesti ja kypsästi aiheisiin liittyen. Nuoret myös esittivät tarkentavia kysymyksiä ja kohtasivat itselleen uusia asioita, mikä näkyi juuri nuorten kysymyksissä ja yhteisessä oivaltavassa pohdinnassa. Nuoret myös sanoivat ääneen, jos huomasivat puhuvansa uudesta asiasta tai uuden näkökulman kautta.

Henkilökohtainen tavoitteemme eli tällaisen ohjausprosessin suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin oppiminen on toteutunut monenlaisten virheiden kautta. Yksi virheistämme oli palautteiden keruun heikkous, minkä huomasimme varsinaisesti vasta toimintamme puolivälissä. Aikaisempi palautelappumme ei ollut sisällöllisesti meille hyödyllinen (Kuva 2), joten jouduimme miettimään sen sisältämiä kysymyksiä uudestaan. Kokeilimme myös erilaisia tapoja palautteen keruuseen lappujen lisäksi, kuten keskustelua tilanteessa, lappujen luo asettumista kantaa ottaen sekä ennen toiminnasta poistumista sanottavaa fiilis/tunnelma sanaa. Koimme keskustelutilanteet toimivan tuntuiseksi, vaikkakin on mahdotonta sanoa, että kasvokkain keskustelu ei vaikuttaisi annettavaan palautteeseen millään tavalla. Lappujen luo asettuminen puolestaan tuntui tämän ryhmän kanssa haastavalta. Nuorten antamat palautteet olivat joissain kohdin hyvinkin ristiriitaisia joko keskenään tai meidän havaintojemme kanssa, mikä vaikeutti tavoitteidemme täyttymisen arviointia. Viimeisellä ohjauskerrallamme käyttämämme palauteraadin kautta saimme kuitenkin nuorilta monipuolista palautetta, ja käytimme siinä hyödyksi äänestyslappuja, joiden näyttämisen jälkeen kävimme pientä keskustelua. Jaoimme nuorille raadin jälkeen myös kirjallisen palautteen, jossa pyysimme yksinomaan viimeisestä ohjauskerrasta palautetta, ja pyysimme nuoria arvioimaan myös palauteraatia palautteenantomenetelmänä. Jokainen paikalla ollut nuori vastasi saaneensa oikean mielipiteensä sanottua, mikä ilahdutti meitä. Olimme viimein keksineet, miten ryhmältä voisi saada mahdollisimman tarkkaa ja paikkansa pitävää palautetta.

Opinaiheenamme oli myös tarpeeksi kattavan toiminnan raportoinnin tekeminen heti ohjauskertojen jälkeen. Kuten ohjauskertojen kuvauksissa näkyy, olemme saaneet nuorten ääntä ja kommentteja kunnolla kuvauksiin vasta neljännen ohjauskerran jälkeen. Lisäksi yhtenä opinaiheemme oli, että suunnitelmat eivät aina toteudu suunnitellusti. Tämä oli meillä onneksemme jo tiedossa, mutta konkreettisesti tämä asia selkeni viimeistään niinä hetkinä, kun nuoret eivät innostuneetkaan jostain harjoituksista, joiden olimme luulleet olleen varmasti nuoria innostavia. Toiminnan arvioinnista opimme, että havainnot voivat olla hyvinkin paljon ristiriidassa keskenään, kuten roolipariharjoituksen kanssa kävi kuudennella ohjauskerralla, jolloin olimme tulkinneet harjoituksen menneen täysin pieleen, mutta nuorten palautteiden perusteella harjoitus olikin ollut suhteellisen pidetty.

Myös nuorten ja opettajan loppupalautteista ilmenee, että olemme onnistuneet luomaan toimivan toiminnallisen ryhmäprosessin. Yksi nuorista kommentoi, että olimme onnistuneet innostamaan ja rohkaisemaan nuoria osallistumaan toimintaan, mikä oli yhtenä kriteerinämme, joka liittyy toimivaan ohjaukseen. Nuorten opettaja ilmaisi tyytyväisyytensä moniin metodeihin, jotka hallitsemme ja jotka osasimme muovata nimenomaan tälle ryhmälle. Sekin on osa ammattilaisuutta, jota opiskeluaikanaamme ja tämän opinnäytetyön aikana olemme tavoitelleet.

Nuorten palautteista ilmeni, että vaikka suurin osa oli sitä mieltä, että olimme onnistuneet huomioimaan kaikkia tasapuolisesti, yksi nuori ei ollut samaa mieltä. Hän tosin pohti, että oli äänekkäänä itse onnistunut saamaan eniten huomiota. Olemme opinnäytetyöprosessin aikana keskustelleet ohjausparina siitä, kuinka ehdimme ja voimme ottaa huomioon jokaisen nuoren tasapuolisesti ja onko se toisaalta tavoiteltavaakaan. Toisaalta hiljaisemmat nuoret jäivät helposti vähemmälle huomiolle ja joskus jopa taka-alalle jääden äänekkäämpien varjoon harjoituksissa, mihin olisimme mielestämme voineet kiinnittää enemmän huomiota.

Saimme myös yhdeltä nuorelta palautetta, että harjoitusten ohjeet olisivat voineet olla tosi-naan selkeämmät. Tunnistamme itsemme tästä palautteesta, sillä ohjausten aikana teimme parina kertana virheitä, kuten emme valmistautuneet riittävästi alkavaan ohjaukseen, mikä johti helposti kaaosmaiseen tilanteeseen, jossa ohjeita ja materiaaleja jaettiin samanaikaisesti. Loput nuorista oli kuitenkin sitä mieltä, että ohjeet olivat olleet tarpeeksi selkeät. Yksi nuori kommentoi kaoottista tilannetta tällä tavalla:

”Ei häirinny se että välillä teil ohjaajilla oli ohjeet tai materiaalit hukassa.”

Nuorilta saamiemme palautteiden, opettajan antamien havaintojen sekä omien havaintojemme perusteella koemme, että olemme onnistuneet ohjaamaan toimintaa, jonka suunta on tavoitteidemme mukainen, eli toiminta tuki nuorten itsetuntemusta sekä seksuaalisuutta.

6 Pohdinta

”Mun mielestä kannattais olla enemmän tällasta toimintaa.” Nuori antamassaan loppupalautteessa.

Toiminnassa, jonka tavoitteena on tukea nuoren itsetuntemusta ja seksuaalisuutta, on tärkeää ymmärtää, mitä tarkoittaa olla nuori. Nuoruus on herkkää aikaa, jolloin nuoreen kohdistuu vaatimuksia ja odotuksia joka suunnasta, myös hänestä itsestään käsin, ja nuori onkin monen muutoksen edessä. On tärkeää ymmärtää, että vaikka nuori onkin itsenäistymässä ja aikuis-tumassa kovaa vauhtia eikä hän mielellään näyttäisi tietämättömyyttään ja avuntarvettaan, on nuori kuitenkin vielä riippuvainen aikuisista ja kaipaa tukea ja ymmärrystä. Nuorten itse-tuntemuksen ja itsetunnon kehittymistä tulisi tukea mahdollisimman paljon ja monipuolisesti niin kotona kuin koulussa ja harrastuksissakin.

Kun nuoria miehiä verrataan samanikäisiin naisiin, vertaustulokset ovat usein negatiivisävytteisiä: nuorilla miehillä on vähemmän ystäviä, he käyttävät enemmän huumausaineita ja alkoholia, heitä kuolee liikenneonnettomuuksissa enemmän ja heillä on huonompi koulumenestys (Martikainen, 2007: 70). Nuoret miehet ovat myös suuremmassa riskissä syrjäytyä (Aalberg

& Siimes 2007: 137-141). Herääkin kysymys, onko nuorille miehille suunnattuja palveluita tarpeeksi ja saavuttavatko ne kohderyhmänsä? Entä minkälaisia palveluita nuoret miehet tarvitsivat? Pohdimme myös, voisiko nuoria tukea koulussa paremmin, jotta he eivät jäisi ulkopuolelle ja syrjäytyisi?

Seksuaalisuuteen liittyvät asiat ovat nuorille odotetuimpia aiheita, mitä kouluajalla käsitellään. Suuri tiedonjano ja uteliaisuus on vaikea hillitä. Seksuaalisuutta käsitellään kouluissa, koska sillä pyritään opettamaan vastuuta. (Bildjuschkin & Malmberg, 2002: 3). Siksi mielestämme onkin merkittävää, että seksuaalisuuteen liittyvistä asioista tunnutaan yhteistuumiin vaikenevan. Meillä on kokemus omilta kouluajoiltamme, että seksuaalikasvatustunteja oli vain vähäsen ja nekin olivat lyhyitä ja luennonomaisia, eikä niiden aikana juurikaan pyritty herättelemään keskustelua. Peruskoulun jälkeen lukiossa ei puhuttu seksuaalisuudesta ollenkaan, ja ammattikorkeakoulussa sosionomilinjalla meillä on ollut vain yhden syventävän aineen sisällä kaksi muutaman tunnin pituista päivää aiheeseen liittyen. Seksuaalisuus tuntuisi olevan tabu, josta puhutaan kaikkialla, mutta virallisesti siitä vaietaan. Varsin moni on kommentoinut opinnäytetyömme aihetta positiivisella tavalla rohkeana, koska olimme kaksi nuorta naisista pitämässä ryhmää seksuaalisuuden teeman äärellä ryhmälle, johon kuului vain poikia. Kuitenkin mielestämme olisi hyvä, että seksuaalisuudesta puhuminen olisi niin luonnollinen asia, ettei sitä noteerattaisi erikseen. Tämäkin tekemä havaintomme tukee käsitystämme siitä, että seksuaalisuus on vielä yhteiskunnassamme tabu. Seksuaalisuus on kuitenkin oleellinen osa ihmisyyttä, sillä nuoruusiän seksuaalisuuden kehitys mahdollistaa kyvyn sitoutua, saavuttaa läheisyyttä sekä kyvyn rakastua ja rakastaa. Nuori oppii myös empatiaa. (Bildjuschkin & Malmberg, 2002: 42.) Seksuaalisuutta voitaisiin käsitellä kouluissa enemmän, ja käyttää apuna toiminnallisia menetelmiä. Tällä tavalla saataisiin nuori passiivisesta kuuntelijasta aktiiviseksi tiedonkäsittelijäksi, ja samalla voitaisiin haastaa nuoria kohtaamaan omia, muiden nuorten ja aikuisten sekä median mielipiteitä ja ennakkoluuloja.

Halusimme käyttää seksuaalisuutta käsittelevällä ohjaukskerrallamme hyödyksi RFSU:n tekemää Rakkauten lähettiläs -palkinnon saanutta Kartalla seksistä -videota. Siinä nuorille kerrotaan seksistä, itsetyydytyksestä, homoseksuaalisuudesta ja kaikenlaisista seksuaalisuuteen liittyvistä asioista suoraan ja asiallisesti. Kyseisen koulun terveydenkasvatuksen opettaja oli itse sillä kannalla, että video ei ole sopivaa opetusmateriaalia. Puhuimme videosta kuitenkin luokanopettajan kanssa, ja hän oli sitä mieltä, että jos me emme näytä videota nuorille, niin hän näyttää. Päätimme esittää videosta yhden pätkän. Nuoret istuivat hiljaa videon aikana, eikä mitään hälinää tai puhelimen räpellystä tapahtunut sen aikana. Tästä päättelimme, että video oli nuorten mieleen.

Toiminnan eettisyyden kannalta oli tärkeää, että nuorille kerrottiin heti toiminnan alkaessa, että olemme suorittamassa opinnäytetyötämme, mikä edellyttää toiminnan raportoimista.

Pyysimme etukäteen sekä osallistumis- että valokuvausluvat, ja muistutimme, että kuvaamme hetkittäin toimintaa. Kerroimme myös, että liitämme työhömmme yksittäisiä kommentteja, joiden avulla tuomme heidän ääntään työhömmme. Painotimme, että kenenkään nimiä ei mainita eikä selkeitä kasvokuvia tule työhön. Halusimme myös, että toimintamme on läpinäkyvää, millä tarkoitamme sitä, että nuoret tietävät ja ymmärtävät työmmme tavoitteet ja suostuvat niihin.

Koska toimintamme oli osa nuorten koulupäivää, oli heidän pakko osallistua toimintaan. Pohdimme tätä useasti, sillä tämänkaltaisen itsetuntemusta tukeva toiminta vaatii osallistujilta omaa suostumusta ja heittäytymistä, jotta harjoitusten tavoitteet ja tarkoitus voisivat toteutua. Hieman ristiriitaiselta tuntuikin, että nuorten oli osallistuttava toimintaan ja harjoitukseen, vaikka toiminnan luonne oli vapaaehtoisuuteen perustuva. Periaatteessa nuorilla oli käytössä niin sanottu vetäytymisoikeus, jolla tarkoitamme sitä, että jos joku harjoitus olisi ollut sellainen, että nuori ei jostain henkilökohtaisesta syystä mielellään siihen osallistuisi, niin silloin olisi voinut käyttää vetäytymisoikeuttaan ja siirtyä harjoituksen ajaksi sivuun. Tätä oikeutta ei toimintakerroilla käytetty kertaakaan, sillä ne harvat vastalauseet harjoitukseen osallistumisesta juonsivat juurensa toiveista, että sohvilla saisi viettää enemmän aikaa. Pohdimme, olisiko ryhmäprosessi ollut kovinkin erilainen, jos toiminta olisi tapahtunut vapaaajalla ja siihen ei olisi ollut osallistumispakkoa. Toisaalta uskomme tällaisen toiminnan järjestämisen kouluajalla olevan ainoastaan positiivinen asia, sillä vapaa-ajalla tapahtuvaan toimintaan juuri ne nuoret, jotka tällaista toimintaa eniten tarvitsisivat, eivät välttämättä syystä tai toisesta osallistuisi.

Ennen toimintakertojen alkamista ja myös niiden aikana pohdimme, oliko sillä vaikutusta poikaryhmäämmme, että ohjaajina oli kaksi nuorta naista. Mietimme, oliko sillä suurta merkitystä, että meiltä puuttui nuorille pojille tärkeä miesnäkökulma asioista. Jos meillä olisi ollut oma kohtainen kokemus poikana olemisesta, eikä pelkästään opittua tai kuultua tietoa, olisivatko ryhmäämmme nuoret voineet saada meistä jonkinlaista peilauspintaa? Pohdimme, saattoiko nuoria ujoittaa keskustella kanssanne intiimeistä asioista? Toisaalta uskoimme, että tuomallamme naisnäkökulmalla oli myös positiivisia vaikutuksia ryhmään. Ehkä nuorille oli hyvä kokemus, että he saivat olla ryhmässä poikanaolon asiantuntijoita.

Pohdimme, millainen vaikutus toiminnallemme varatulla tilalla oli ohjauskertoihin. Tilan pitkulainen muoto ja siellä olevat sohvut ja pelipöydät loivat haasteita. Tila oli malliltaan pitkä ja kapeahko, ja pyrimme tekemään harjoitukset lähinnä tilan keskiosassa, jossa oli eniten tilaa vapaana. Pitkällä seinällä oli vierekkäin sohvia, ja biljardipöytä rajasi osan tilasta jättäen taakseen syrjäisen nurkkauksen. Sohvat muodostivat pitkän jonon, ja niillä rivissä istuessaan nuoret olivat fyysisesti pitkän välimatkan päässä toisistaan ja meistä, ja se vaikeutti ryhmän ohjaamista. Nuoret menivät tilaan saapuessaan suoraan sohville istumaan ja odotta-

maan toiminnan alkamista, ja joskus tuntui vaikealta houkutella heidät nousemaan harjoitusten pariin. Siksi toisinaan teimme niin, että ohjasimme nuoret suoraan tuoleille tai säkki-tuoleille rinkiin istumaan, mikä helpotti yhdessä olemista ja keskustelua. Tilan pitkulaisuus puolestaan rajoitti tilassa liikkumisen mahdollisuuksia, ja helposti nuoret menivätkin tilan äärireunoille harjoituksissa, joissa tarkoituksena oli kävellä sikin sokin käyttäen koko tilaa hyödyksi. Tällöin yritimme ohjailla nuoria takaisin keskemälle, jotta kontakti heihin säilyisi.

Opinnäytetyömme tavoitteiden saavuttamisen arviointi oli hieman haasteellista. Ei ole minikäänlaista mittaria sille, oimmeko onnistuneet tukemaan nuorten itsetuntemusta ja seksuaalisuuden kasvua. Pystyimme arvioissamme käyttämään tulkintoja ja havaintoja sekä kysyä nuorilta itseltään. Kuitenkin palautetta kerätessämme huomasimme, että nuoret eivät välttämättä enää jaksaneet syventyä palautteen antoon, ja toisinaan nuorilta saamamme palaute oli ristiriidassa toimintakerran aikana saaduista spontaaneista palautteista. Nuorten itsekkin voi olla vaikea arvioida ja tunnistaa oman itsetuntemuksen ja seksuaalisen ymmärryksen kasvua, ja joskus oivalluksia voi saada vasta pitkän ajan kuluttua. Moni nuori kertoi kuitenkin tehneensä ja oppineensa jotain uutta, ja he sanoivat, että tekivät mieluummin toiminnassamme olleita harjoituksia, kuin istuisivat koulun penkillä. Tämän takia meille tuli sellainen olo, että toimintakerrat olivat antaneet nuorille jotain.

Nuorten tukemisesta puhutaan nykyään paljon, ja on olemassa monenlaisia hankkeita liittyen aiheeseen. Valtion talousarviossa on osoitettu kolme miljoonaa euroa hallituksen lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelmalle, joka toimeenpannaan vuosina 2012-2015. Suomen lasten ja nuorten säätiö sai suurimman avustuksen erityisesti kehittääkseen muun muassa Myrsky-hankkeen taideprojekteja. Sukupuoleen, tasa-arvoon, yhdenvertaisuuteen, rasminvastaisuuteen ja kiusaamisen ehkäisyyn liittyvät hankkeet kuuluivat toiseen rahoitettavaan kokonaisuuteen. Tukea myönnettiin myös muun muassa nuorten mediakasvatushankkeille. Pohdimme, millä tavoin nämä tärkeät teemat saataisiin mahdollisimman monen nuoren kuuluviin, eivätkä ne jäisi vain hankkeiden vastuulle. Millä tavoin ja minkälaisin resurssein kouluissa voitaisiin panostaa näiden asioiden käsittelyyn? Entä voisiko nämä teemat jollain tavalla sulauttaa opetussuunnitelmaan pysyvästi? Esimerkiksi itsetuntemusta tukevaa toimintaa voisi järjestää peruskouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa säännöllisesti esimerkiksi oppilaanohjauksen tukena, kun nuoren kanssa pohditaan, mitä nuori haluaa tulevaisuudeltaan.

Nuorten syrjäytymistä ja sen ehkäisyä pohdittiin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen sekä Opetushallituksen järjestämässä seminaarissa, johon paikalle saapuivat muun muassa tasavallan presidentti Sauli Niinistö, terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen pääjohtaja Pekka Puska ja ylijohtaja Marina Erhola sekä opetushallituksen pääjohtaja Aulis Pitkälä. Syrjäytymisen syiksi nostettiin esimerkiksi juurikin elämän nivelkohdat, kuten peruskoulun päättäminen. Syrjäytymisen ehkäisykeinoksi peräänkuulutettiin varhaista, ennaltaehkäisevää ja suunnitelmallista

tukea. Mielestämme olisikin hyvä asia, että kouluissa järjestettäisiin säännöllisesti ja jokaiselle luokalle hetkiä, joissa nuorilla olisi mahdollisuus keskittyä tutkiskelemaan omaa itseä, ihmetellä, kysyä ja oivaltaa. Ryhmässämme olleet nuoret olivat sitä mieltä, että vastaavanlaisia toimintaa voisi järjestää muillekin luokille. Ei riitä, että itsetuntemuksesta luetaan vain kirjoista, vaan nuoria pitää haastaa pohtimaan asioita. Toiminnalliset menetelmät toimivat hyvänä menetelmänä, kun halutaan osallistaa nuoria ja varmistaa, että he saavat tarvitsemaansa tietoa. Näin voidaan välttää tiedon kohtaamattomuus nuorten kanssa. Kun nuoret saavat itse kokea ja pohtia, heillä herää kysymyksiä, joihin kasvattaja voi auttaa etsimään vastauksia. Koulut voisivat olla osana laajempaa moniammatillista yhteistyötä, jossa esimerkiksi syrjäytymisen ehkäisyyn ja nuorten kehitysvaiheiden tukemiseen olisi omat asiantuntijansa ja käytäntöönpanijansa. Näin vältettäisiin opettajien ylityöllistäminen ja saataisiin alan asiantuntijoiden tietoa ja taitoa hyödynnetyksi.

Opinnäytetyöllämme haluaisimme peräänkuuluttaa vastuullisia aikuisia tukemaan myös nuoria kasvamaan vastuullisiksi aikuisiksi. Tämä edellyttää nuoren itsetuntemuksen tukemista kotona ja koulussa, sekä tukea myös ympäröivän yhteiskunnan puolelta. Myös seksuaalisuudesta avoimesti puhuminen ja häpeän minimointi tukisi nuoren kasvua vastuulliseksi aikuiseksi, jolla on lupa olla ylpeä kehostaan ja seksuaalisuudestaan.

Lähteet

- Aalberg, V., Siimes, M. A. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki. Nemo-kustannus.
- Ahonen, H. 1997. Löytöretki itseen. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Apter, D., Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E., Rynnänen, A., Rynnänen, J. 2009. Legopali-koista leopardikalsareihin. Pojan matka mieheksi. Tammi. Kariston Kirjapaino Oy. Hämeenlinna.
- Apter, D., Väisälä, L., Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.
- Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta - ammatillisia kohtaantumisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.
- Bildjuschkin, K., Malmberg, A. 2002. Kerro meille seksistä. Nuoren seksuaalikasvatus. Tampere. Tammi.
- Cacciatore, R., Koiso-Kanttila, S. 2010. Pelastakaa pojat! Porvoo. Minerva Kustannus Oy.
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. 2010. Opas vanhemmille. Portaita pitkin. Lapsen ja nuoren seksuaalisuuden kehittyminen. Juva. WS Bookwell Oy.
- Dunderfelt, Tony. 2011. Elämänkaaripsykologia. WSOYpro Oy.
- Elinkeinoelämän valtuuskunta 2012. Julkaisut. Analyysit. Keitä ovat syrjäytyneet nuoret? Verkkodokumentti. Viitattu 8.5.2013. <http://www.eva.fi/blog/2012/02/01/eva-analyysihukassa-keit%C3%A4-ovat-syrj%C3%A4ytyneet-nuoret/>
- Himberg & Jauhiainen 1998. Suhteita - Minä, me ja muut. Porvoo: WSOY- Kirjapainoyksikkö.
- Huttunen, T. 2007. Kuka kantaa vastuun? Minä, nuori mies. Teoksessa T., Martikainen, L. (toim.), Mikkola, K., Palmqvist, R., Penttinen, L., Rinkinen, T., Räikkä, J. & Tiihonen, A. Oy UNIPress Ab. EU.
- Kemppinen, P., Rouvinen -Kemppinen., K. Vuorovaikutuksen aarrearkku, vinkkejä kasvattajille. Hakapaino OY. Helsinki 1998.
- Korteniemi-Poikela, E., Cacciatore, R. 2010. Opas vanhemmille. Portaita pitkin. Lapsen ja nuoren seksuaalisuuden kehittyminen. Juva: WSOY.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013. Tietokulma. Lapsen kasvu ja kehitys. 15-18-vuotias. Persoonallisuus ja tunne-elämä. Verkkodokumentti. Viitattu 10.5.2013. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/
- Martikainen, L. 2007. Minä, nuori mies. Teoksessa Huttunen, T., Mikkola, K., Palmqvist, R., Penttinen, L., Rinkinen, T., Räikkä, J. & Tiihonen, A. Oy UNIPress Ab. EU.
- Myrsky hanke. Myrsky ohjelma. Taiteen avulla nuori voi tulla siksi mikä on - kasvaa täyteen mittansa. Verkkodokumentti. Viitattu 23.5.2013. www.nuori.fi/filebank/265-Myrsky_ohjelma.pdf
- Niemistö, R. 1998. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Tampere: Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.

- Nuorisotakuu 2012. Ajankohtaista. Uutiset. Ministeri Risikko: Syrjäytynyt nuori tarvitsee muutakin kuin koulutusta tai töitä. Verkkodokumentti. Viitattu 22.5.2013.
http://www.nuorisotakuu.fi/index.phtml?107654_m=108873&s=5050
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2013. Koulutus. Koulupudokkaiden aktivointi / Joustava perusopetus. Verkkodokumentti. Viitattu 10.5.2013.
http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/artikkelit/koulupudokkaiden_aktivointi/index.html
- Opetushallitus, 2013. Hankesivut. Arkisto. Joustava perusopetus. Verkkodokumentti. Viitattu 10.5.2013. http://www.oph.fi/kehittamishankkeet/joustava_perusopetus
- Palmqvist, R. 2007. Oman ulkonäön ja kehonkuvan hyväksyminen osaksi minuutta. Minä, nuori mies. Teoksessa Huttunen, T., Martikainen, L. (toim.), Mikkola, K., Penttinen, L., Rinkinen, T., Räikkä, J. & Tiihonen, A. Oy UNIPress Ab. EU.
- Salo-Chydenius, S. 2010. Päihdelinkki. Tietopankki. Tietoiskut. Toiminnalliset ja luovat menetelmät. Verkkodokumentti. Viitattu 24.11.2012. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/651-toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat>
- Selkenevää! Seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamishanke 2010-2012. Verkkodokumentti. Viitattu 11.5.2013. <http://www.turku.fi/selkenevaa>
- Sexpo säätiö 2013. Nuorille. Nuorten nettineuvonta. Viitattu 7.4.2013.
<http://www.sexpo.fi/nuorille/nuorten-nettineuvonta/>
- Suomela, A. 2009. Sexpo säätiö. Seksi. Kaikki mitä tulee tietää. Ajatuskirjat. Gummerus Kustannus Oy.
- Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen -työryhmä. Helsingin kaupungin hallintokeskus. Turvallisuus- ja valmiusosasto. 30.10.2009. Helsingin kaupungin turvallisuusohjelman alatyöryhmä. Helsinki. Viitattu 23.5.2013.
http://www.hel2.fi/ajankohtaista/Syrjäytymisen_ehkäisy_ja_vähentäminen.pdf
- TerveMinä 2010. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Tukioppilastoiminta. Verkkodokumentti. Viitattu 10.5.2013. <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/26db16fbef6676dca5c3f5b766d276ec/1368197938/application/pdf/13118423/MLL%20tukioppilastoiminta%20-Terve%20min%C3%A4%202010.pdf>
- Terveystieteiden tutkimuskeskus. 2012. Kasvun kumppanit - verkkopalvelu lasten hyvinvointia vahvistamassa. Työn tueksi. Menetelmät. Taidelähtöiset menetelmät. Verkkodokumentti. Viitattu 24.11.2012. http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat
- Tolonen, T. 2002. Ääni, tila ja sukupuolten arkiset järjestykset. Helsinki: Gaudeamus kirja.
- Turunen, K. 2005. Elämän kaari ja kriisit. Jyväskylä: Atena.
- Vahvistamo 2013. Mielenterveysseura. Minä. Itsetuntemus ja itsetunto. Verkkodokumentti. Viitattu 10.5.2013.
http://www.vahvistamo.fi/vahvistamo/mina/itsetunto/itsetuntemus_ja_itsetunto
- Vilka, H. 2010. Sukupuolen ja seksuaalisuuden kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.
- Vuorinen, R. 1998. Minän synty ja kehitys. Porvoo. WSOY - kirjapainoyksikkö.
- Yle uutiset 2013. JOPO-opetus tavoittaa nuoren ennen syrjäytymistä. 1.3.2013. Helsinki.
http://yle.fi/uutiset/jopo-opetus_tavoittaa_nuoren_ennen_syrjaytymista/6518428

Kuvat

Kuva 1: Alkukeskustelu.....	30
Kuva 2: Yhden nuoren antama kirjallinen palaute toisesta ohjauskerrasta	33
Kuva 3: Nuoren antama kirjallinen palaute kolmannesta ohjauskerrasta. Yliviivattu harjoitus jäi toiminnasta pois.	36
Kuva 4: Rumpurinki	38
Kuva 5: Nuorten keksimät synonyymit naiselle ja miehelle	39
Kuva 6: Nuorten piirtämät mies ja nainen	40
Kuva 7: Tietovisan tunnelmia.....	42
Kuva 8: Pöytien asettelu tietovisassa	43
Kuva 9: Toisen ryhmän synonyymejä tietovisassa.....	44
Kuva 10: Rentoutus patjoilla.....	47
Kuva 11: Kuvakollaasi-harjoitus	49
Kuva 12: Nuorten asettelemat kuvat kollaasissa	50
Kuva 13: Nuoren antama kirjallinen palaute viidennestä ohjauskerrasta	52
Kuva 14: ”Tein jotain uutta.” Nuoret antavat palautetta edellisestä kerrasta asettuen mielipiettään vastaavan paperin kohdalle	53
Kuva 15: Nuorten muodostamia kuvioita paperille piirrettyjen mallien mukaan	54
Kuva 16: Nuorten keksimä tarina seksuaalisesta väkivallasta.....	55
Kuva 17: Nuoren antama kirjallinen palaute kuudennesta ohjauskerrasta	57
Kuva 18: Alkukeskustekurinki	58
Kuva 19: Nimirap.....	59
Kuva 20: Arvohuutokaupan neuvotteluja	60
Kuva 21: Elämäkartan tekoa	62
Kuva 22: Nuorten tekemät elämäkartat	63

Kuviot

Kuvio 1: Opinnäytetyön aikataulu.....	23
---------------------------------------	----

Taulukot

Taulukko 1: Tavoitteet, menetelmät ja arviointikeinot	21
Taulukko 2: Ohjaukertojen tavoitteet	26

Liitteet

Liite 1. Lupahakemus rehtorille	83
Liite 2. Lupahakemus oppilaiden vanhemmille	84
Liite 3. Ensimmäisen ohjaukerran alustava ohjausrunko	85
Liite 4. Toisen ohjaukerran alustava ohjausrunko	87
Liite 5. Kolmannen toimintakerran alustava ohjausrunko	89
Liite 6. Neljännen toimintakerran alustava ohjausrunko	92
Liite 7. Viidennen toimintakerran alustava ohjausrunko	94
Liite 8. Kuudennen toimintakerran alustava ohjausrunko	97
Liite 9. Seitsemännen toimintakerran alustava ohjausrunko	99
Liite 10. Nuorten antamat loppupalautteet toiminnasta	102
Liite 11. Nuorten opettajalta saatu kirjallinen loppupalaute.....	104

Liitteet

Liite 1. Lupahakemus rehtorille

Olemme kaksi opinnäytetyötä tekevää Tikkurilan Laurean Sosionomi-opiskelijaa. Tarkoituksenamme on tehdä toiminnallinen opinnäytetyö, joka käsittelee sellaisia teemoja, jotka ovat nuoruudessa pinnalla ja ajankohtaisia kuten identiteetti ja seksuaalisuus. Koulunne opettaja Juha Partanen oli yhteydessä opinnäytetyöohjaajaamme, jolta saimme tiedon, että Jopoluokalla olisi kysyntää toiminnallisen ryhmän järjestäjälle terveystieteiden teemojen äärelle. Saimme vapauden valita itse terveystieteiden oppikirjasta meitä eniten kiinnostavat teemat, joihin tulimme työssämme pureutumaan. Käsiteltäviä teemoja tulisi olemaan ainakin minäkäsitys, itsetunto ja itsetuntemus, identiteetti sekä seksuaalisuus. Olemme syventyneet koulutuksessamme toiminnallisiin menetelmiin ja haluaisimme käyttää niitä opinnäytetyössämme. Toiminnallisia menetelmiä ovat muun muassa draama, kuvallinen ilmaisu, musiikki sekä liike ja tanssi. Pyrimme näiden toiminnallisten menetelmien kautta tukemaan nuorten itsetuntemusta ja minuuden kasvua sekä syventämään heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta. Tavoitteenamme on myös oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan tämänlaisen itsetuntemusta tukevan toiminnallisen ryhmän ohjausprosessia.

Opettajan kanssa olemme sopineet, että pyydämme jokaisen oppilaan huoltajalta kirjallisen suostumuksen oppilaan osallistumisesta toimintaan, sekä luvan käyttää toiminnasta syntyvää materiaalia kirjallisessa työssämme. Pyydämme myös luvan kuvien ottamiseen.

Tällä viestillä pyydämme lupaa toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamiseen [REDACTED] peruskoulun [REDACTED] yhdeksäsluokkalaisten [REDACTED] Jopo-luokalle.

Liitteenä on opinnäytetyömme suunnitelma, josta ilmenee toiminnan tarkempi sisältö sekä luokanopettajan kanssa suunniteltu aikataulu. Toiminnan päättyessä ja saadessamme lopullisen opinnäytetyömme valmiiksi, lähetämme sen halutessanne myös Teille.

Olemme sopineet Teidän, [REDACTED] (luokan opettajan) sekä oman opinnäytetyöohjaajaamme kanssa, että tämän lupahakemuksen lisäksi ei tarvita muita lupahakemuksia, paitsi vanhemmille lähetetyt lupahakemukset, jotta voimme suorittaa toiminnallisen opinnäytetyömme teidän koulunne oppilaille.

Ystävällisin terveisin

Minna Rahikainen ([REDACTED], minna.rahikainen@laurea.fi)

Noora Kaukiainen ([REDACTED], noora.kaukiainen@laurea.fi)

Liite 2. Lupahakemus oppilaiden vanhemmille

Hyvät Jopo-luokan oppilaiden vanhemmat!

Olemme kaksi opinnäytetyötä tekevää Tikkurilan Laurean Sosionomi-opiskelijaa. Tarkoituksenamme on tehdä toiminnallinen opinnäytetyö, joka käsittelee sellaisia teemoja, jotka ovat nuoruudessa pinnalla ja ajankohtaisia. Käsiteltäviä teemoja tulisi olemaan muun muassa minäkäsitys, itsetunto ja itsetuntemus, identiteetti sekä seksuaalisuus. Olemme syventyneet koulutuksessamme toiminnallisiin menetelmiin ja aiomme käyttää niitä opinnäytetyössämme. Toiminnallisia menetelmiä ovat muun muassa draama, kuvallinen ilmaisu, musiikki sekä liike ja kehollisuus. Pyrimme näiden toiminnallisten menetelmien kautta tukemaan nuorten itsetuntemusta ja minuuden kasvua sekä syventämään heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta. Tavoitteenamme on myös oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan tämänlaisen itsetuntemusta tukevan toiminnallisen ryhmän ohjausprosessia.

Opinnäytetyötämme varten tulemme dokumentoimaan toimintakertoja, mutta pidämme kuitenkin huolta, että osallistujien anonymiteetti säilyy. Dokumentoinnilla tarkoitamme toimintakertojen harjoitusten sisällön sanallista kuvausta. Saatamme käyttää työssämme joitakin toimintakerroilla sanottuja yksittäisiä lausahduksia. Mahdollisesti tulemme myös valokuvamaan osan toiminnasta. Valokuvista ketään ei ole tunnistettavissa, paitsi jos olemme saaneet tällä lupahakemuksella siihen erillisen luvan. Toimintakertoja on yhteensä kahdeksan. Ne alkavat 6.2.2013 ja viimeinen kerta on 3.4.2013. Toimintakerrat ovat pääsääntöisesti keskiviikkoisin ja niiden pituus on 1,5h. Kahden toimintakerran pituus on 3h. Alla on tarkemmat aikataulut, joihin kuitenkin voi vielä tulla muutoksia.

6.2. klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
13.2. klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
27.2. klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
4.3. klo 10:15-11:45, 12:30-14:00	Toiminta järjestetään Tikkurilan Laurean tiloissa
13.3. klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
20.3 klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
27.3 klo 12:30-14:00	Toiminta järjestetään koulun läheisellä nuorisotilalla
3.4. klo klo 10:15-11:45, 12:30-14:00	Toiminta järjestetään Tikkurilan Laurean tiloissa
Ystävällisin terveisin	
Minna Rahikainen	
Noora Kaukiainen	

Lapsen nimi:

Huoltajan allekirjoitus:

Lapseni saa osallistua järjestettävään toimintaan

Kyllä Ei

Lastani saa valokuvata opinnäytetyötä varten

Kyllä Ei

Liite 3. Ensimmäisen ohjauksen alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö, ohjeet	Materiaalit	Tavoitteet
Virittäytyminen/ tutustuminen	5	Asetutaan sanattomasti riviin ikäjärjestyksessä (eli minä kuukautena on syntynyt), saa käyttää eleitä/ilmeitä. Kun ollaan rivissä, jokainen vuorollaan kertoo nimensä ja milloin syntynyt. Kun rivi on valmis, kerrotaan oma syntymäaika ja nimi		Nimien opettelu, toiminnan aloittaminen, kontakti toisiin, vuorovaikutus.
Virittäytyminen/ tutustuminen	5	Asetutaan järjestykseen kengännumeron mukaan. Kun rivi on valmis, kerrotaan oma syntymäaika ja nimi.		Nimien opettelu, toiminnan aloittaminen, kontakti toisiin, vuorovaikutus.
Virittäytyminen/ tutustuminen	5	Asettukaa sanattomasti määritellylle Suomen kartalle, sinne missä olette syntyneet/mistä kotoisin. Kerrotaan paikan nimi ja oma nimi.		Nimien opettelu, toiminnan aloittaminen, kontakti toisiin, vuorovaikutus.
Virittäytyminen tutustuminen	10	Asetutaan rinkiin, jossa jokainen vuorollaan näyttää pantomiimina yhden asian jonka on tehnyt tänä aamuna, esim. jonkun aamutoimen (hampaiden pesu, syöminen, kahvin juonti, kouluun kävely, herääminen, pukeminen, peseytyminen). Muut toistavat perässä liikkeen. Seuraavalla kerralla otetaan liikkeeseen ääni mukaan ja muut toistavat perässä. Sitten tehdään sama mahd. pienesti, sitten suuresti ja kaikki putkeen mahd. nopeasti.		Jään rikkominen, heittäytyminen, toisiin keskittyminen, päivän tapahtuminen kertaaminen, kehollisen ilmaisun harjoittelu.
Ryhmän säännöt	15	Pohditaan koko ryhmän voimin pelisäännöt. Jokainen saa ehdottaa. Ohjaajilla on viimeinen sana.		Ryhmän sääntöihin sitoutuminen. Toiminnan helpottaminen.
Virittäytyminen	10	Lännen nopein Seistään piirissä, keskelläolija osoittaa yhtä leikkijöistä huutaen "PAM!". Ammuttu menee kyykkyy, ja hänen vierustoverinsa yrittävät ampuu toisensa mahdollisimman nopeasti: "PAM!". Hitain tai se, joka moka, tippuu pelistä. Keskelläolija voi myös hämätä ja osoittaessaan jotakuta sanookin "Klik!". Jos tähän reagoi selkeästi, tippuu. Kun jäljellä on enää kaksi pelaajaa, otetaan kaksintaisto: Selät vastakkain ja leikinjohtajan lausussa jonkin sanan, otetaan askel eteenpäin, kunnes sanottava sana on (esim.) jokin eläin. Tällöin kaksintaistelijat kääntyvät ja "ampuvat" toisiaan. Nopein voittaa. Mafioso: Keskellä oleva mafiapomo sanoo ampuesaansa myös ammuttavan nimen: "Pum! Ville!" Muutkin sanovat ampuesaansa ammuttavan nimen, tai he häviävät kaksintaiston. Kaksintaiston voittaja pääsee mafiapomoksi keskelle.		Tarkkaavaisuuden harjoittaminen, energiataason nostaminen
Virittäytyminen	15min	Heittorinki. Ollaan ringissä. Kaksi palloa/esinettä, kaksi asiaa (ruoka, kaupunki). Ryhmässä heitetään esinettä aina samassa järjestyksessä	Kaksi heiteltävää esinettä	Energiatason nosto, tarkkaavaisuus, kontakti ryhmäläisiin, ryhmähengen kohentaminen.

		ja jokainen sanoo teemaan kuuluvan sanan esineen saadessaan. Vaikeutetaan ottamalla toinen esine, jota heitetään eri järjestyksessä kuin toista esinettä, mutta senkin kiertorata pysyy samana. Otetaan toisenkin esineen kanssa toisen teeman mukainen sana.		
Virittäytyminen	10	Kontakteja Kävelyä tilassa, ensin kävellään normaalisti katsoen alaspäin, pikkuhiljaa nopeutetaan kävelyä ja lähestytään muita, kiire kasvaa ja aletaan kävellä todella nopeasti muita väistellen ja tuhahtellen mutta ei oteta katsekontaktia. Sitten pikkuhiljaa hidastetaan vauhtia ja aletaan nostaa katsetta ylöspäin, nyökkäillään kun ohitetaan toinen, senjälkeen toista ohittaessa tervehditään toista...sitten alatte mennä kauemmas toisista...liike hidastuu, hidastuu, lopulta pysähtyy..		Rauhoittuminen, kontaktin ottaminen, nopean ja hitaan olemisen tutkiskelu.
Palautteen anto/Oman fiiliksen jakaminen	10	Jaetaan erilaisia smile kuvia, joista he valitsevat fiiliksen/ tunnetilan millä lähtevät kotiin tai että mitä tykkäsivät toimintakerrasta ja harjoituksista. Jokainen esittelee valitsemansa ja saa kertoa vielä sanallisestikin jotain. Saa kertoa mistä tykkäsi tai mistä ei tykännyt, mitä/millaisia harjoituksia lisää.	Lappuja, joissa erilaisia fiilikskuvia	Palautteen antaminen, kannan ottaminen, pysähtyminen, jakaminen
Lopetus		Kerrataan, milloin tavataan seuraavan kerran.		Tulevaan kertaan valmistaminen.

Liite 4. Toisen ohjauksen alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Aktiivinen rentoutus	5	Kävellään tilassa. Ohjaaja selostaa rentoutuksen etenemistä. Ensinnä jännitetään käsiä, sitten rentoutetaan. Sitten jalat, kasvot, vatsa jne.		Herätellä ryhmää, saada kroppa liikkeelle, pois istumasta
Virittäytyminen	15	Sosiaalinen kävely Leikkijät kävelevät tilassa sikin sokin, kunnes leikin vetäjä huutaa jonkin numeron. Leikkijät numeron suuruisiin ryhmiin siten, että kussakin ryhmässä on korkeintaan yksi leikkijä yli huudettun määrän. Ohjaaja sitten huutaa miten ryhmän tulisi olla. Kun tehtävä on suoritettu, annetaan lupa jatkaa kävelyä. Ryhmissä ollaan kuin... Pulot korissa, Sardiinit purkissa, Kukkapaska, Kärpäset kärpäspaperissa, Mummit bingossa, Linnut langalla, Madot purkissa, Bussipysäkillä, Kalat akvaariossa, Ruoka-kaupan jonossa, Enot veneessä, Teinit kartalla, Rock-konsertissa, Ruuhkabussissa, Jumiin jääneessä hississä, Japanilaiset turistit Helsingin keskustassa, Halot pinossa, Kalat ilman polkupyörää...	valmiiksi mietittyjä huudeltavia sanoja	Improvisoinnin (heitäytyminen, uskaltaminen, kokeileminen) harjoittaminen, yhteistyön harjoittelu, reagoitavuuden harjoittaminen, toisen tulkitseminen ja "kuunteleminen"
Ilmeharjoitus	10	Rikkinäinen puhelin ilmeellä.		toisen tulkitseminen, sääntöjen merkityksen ymmärtäminen, vuorovaikutus
Tutustuminen, ryhmäytyminen	10	Ollaan ringissä ja jokainen kertoo vuorollaan jonkin asian.. "Kuulun niihin ihmisiin jotka pitävät mämmistä" ja toiset astuvat eteenpäin, jos pitävät ja vaihtavat paikkaa vastakkaisen kanssa.		samaistuminen, liittyminen, tutustuminen, itsestään kertominen, vuoronto ja otto
Sosiometriaa	5	Parin muodostus liittymällä (kenellä saman värinen vaate, kenet tuntenut pisimpään, kuka asuu lähimpänä, kenen kanssa puhunut vähiten tänään.) Laitetaan kösi sen olalle, kehen väittäjä parhaiten sopii.		liittyminen, toisten huomioiminen, sosiaalisten suhteiden hahmottaminen, kontaktin ottaminen, parin muodostus
Improvisaatioharjoitus	15	Sanaparit ja niiden esitys impron oman parin kanssa. (tuli ja palomies, hammasharja ja hammastahna, opettaja ja oppilas, kissa ja koira, tupakka ja sytkäri, jalka ja kenkä, lattia ja moppi, auto ja ratti, poliisi ja rosvo, haarukka ja veitsi) joku voi tulla huutelemaan pareja	valmiiksi mietittyjä sanapareja	sanaton vuorovaikutus, improvisointi, mielikuvituksen käyttö, roolin vaihto, kehon käyttö
Vuorovaikutusharjoitus	15	Espanjalainen kauppa Ryhmästä valitaan yksi kauppiaksi. Muut asettuvat asiakkaiksi jonoon. Keksitään valmiiksi, mitä haluaa ostaa kauppialta. Ostostoive esitellään siansaksaksi elein ja ilmein. Kauppias yrittää arvella, mitä asiakas haluaa ostaa.		vuorovaikutus ja ymmärtäminen ilman yhteistä kieltä, heittäytyminen
Vuorovaikutusharjoitus	10	runonlausunta/ uutiset / tarina / puhe (aihe valmiina) Toinen pareista kertoo siansaksal-	Valmiiksi mietityt ai-	toisen eleiden tulkitseminen, kekseliäi-

		la ja toinen tulkkaa suomeksi. Eleet tärkeitä. Osallistujat voivat ottaa jonkin roolin avukseen heittäytymiseen. Rooleja voisi olla esimerkiksi kuuluisa runonlausuja, uutisankkuri, vieraileva tähti, vieraileva johtaja/hallitsija vieraasta maasta... Toisella pareista on tärkeä tehtävä saada tulkata arvoisaa henkilöä.	heet lapuilla. Esimerkiksi sää, juhla jne.	syyden ja mielikuvituksen käyttö, heittäytyminen
Rentoutus	10	rentoutus musiikilla, minkä väristä musiikki missä se oli...mitä siinä tapahtui..	musiikkia	rentoutus, rauhoittuminen, hiljaisuuden opettelu, paikallaan olo, pysähtyminen
Lopetus	10	Palautteen anto. Jaetaan valmiit palautekyselyt, jotka ryhmäläiset täyttävät.	palautelaput	omia tuntemusten ja kokemusten havainnointi, kannan ottaminen

Liite 5. Kolmannen toimintakerran alustava ohjaustrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Aktiivinen rentoutus	10	Taustalla soi oikein surullinen, oikein iloinen, oikein vihainen, oikein rento/laiska jne musiikki. Ryhmäläiset esittävät sitä tunnetilaa/fiilistä, minkä musiikista saavat/huomaavat. Kun musiikki pysähtyy, jäädään patsaiksi esittämään tunnistamaansa fiilistä. Kun tulee uusi musiikki, lähdetään taas kävelemään/liikkumaan. Voidaan myös kulkea pareittain niin, että toinen liikkuu musiikin mukana fiilistellen, toinen peilaa. Tehdään ylikorostetusti/pienesti. Kaikki tekevät perässä.	Valmiiksi mietityt ja etsityt musiikit. 3kpl	Herätellä ryhmää, saada kroppa liikkeelle, pois istumasta. Tunnetilojen ja kropan herättely. Parin seuraaminen, häneen keskittyminen.
Ilmeharjoitus	10	Ilmealias. Valmiit adjektiivit papereilla. Ollaan pareittain, toinen pareista näyttää ilmeellä adjektiivin ja toinen arvaa mikä tunnetila on kyseessä.	Paperilapuilla adjektiiveja.	tunnetilojen esittäminen ainoastaan ilmeillä, pariin keskittyminen, itseilmaisun harjoittelu
Tunnetilaharjoitus maalausten ja musiikin avulla	30	Musiikkimaalaus. Paperi jaetaan neljään lohkokoon. Neljä eri musiikkia, joiden soidessa maalataan musiikin luoman fiilisen mukaan. Lopuksi kysytään, millaista musiikki oli ja oliko siinä mukana jokin tunnetila. Katsotaan lopuksi muiden tekemiä, tutkitaan oliko samanvärisiä "laatikoita", arvailaan, mikä musiikki/tunnetila oli kyseessä.	musiikkia 4kpl paperia, maaleja, pensseleitä, vesikippoja ja vettä, suojapaperia	heittäytyminen, käsillä tekeminen, keskittymisen harjoittelu, rauhoittuminen, itseilmaisus, jakaminen, tunteiden ilmaisu
Itsetuntemusharjoitus	10	Vessapaperileikki. Ryhmäläisille kerrotaan, että vessapaperi on lopussa, ja nyt jokainen saa ottaa itselleen sen verran paperia, kun tulee tarvitsemaan loppupäivänä. Kun kaikki ovat ottaneet, kerrotaan, että paperia onkin sopivasti, mutta nyt jokainen saa kertoa itsestään yhtä monta positiivista asiaa, kuin vessapaperipaloja on ottanut. Jos vuorossa oleva ei keksi positiivisia asioita, muut voivat auttaa.	vessapaperirulla	omien hyvien puolien tunnistaminen ja myöntöminen, positiivisen palautteen anto ja vastaanottaminen, jakaminen, ryhmäyttyminen, itsetuntemuksen kehittäminen
Ilmaisharjoitus, ryhmäyttäminen	10	Lahjarinki. Jokaiselle jaetaan laput, joissa lukee kussakin yksi asia. Ollaan ringissä. Lahjan antaja lukee lapusta jutun, jonka lahjoittaa vieressään olevalle ja eleillään ja olemuksellaan viestittää, mikä lahja on kyseessä. Esimerkiksi höyhänen voi puhalttaa toiselle, kiven nostaa maasta raskaasti jne. Lahjan saaja kiittää lahjasta ja samalla sanoo, minkä uskoo lahjan olevan. Tärkeintä ei ole, että arvaus osuu oikeaan eikä siihen jumiuta. Lahjan saaja antaa omalla paperillaan lukevan asian seuraavalle jne.	valmiiksi mietityt lahjat paperilapuilla	Heittäytyminen, kehollinen viestintä, lahjan vastaanottaminen ja antaminen, roiden/asioiden todeksi tekeminen kropan liikkeillä, aktivoiva mutta keskittymistä ja rauhoittumista vaativa

Rentoutus	10	Rentoutuslevyn avulla rentoutuminen. Risto Ranta cd Tuuliviiri 11:18 asti	rentoutus CD	rentoutus, rauhoittuminen, hiljaisuuden opettelu, paikallaan olo, pysähtyminen
Lopetus	5	Palaute paperilapuilla.	palautelaput	osaa miettiä kulunutta toimintaa, omia tunteuksia, omia kokemuksia, kannan ottaminen
		PYYDETÄÄN, ETTÄ NUORET SEURAAVAT MEDIAA. Annetaan lapuilla muistutukseksi+pyydetään Juhaa muistuttaaman. Kiinnittävät huomiota, minkälaisen kuvan media antaa nuorista, miehistä, naisista, millainen pitäisi olla, mitä ihannoidaan, mitä vältellään, mikä on hyvää ja mikä huonoa. Voi ottaa leikellä kuvia, tekstejä, sloganeita.	tehtävänantolappuset	

Liite 6. Neljännen toimintakerran alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Viritys	10	Rumpurinki Jokainen vuorollaan lähettää oman rytmin, kaikki toistavat yksi kerrallaan jokaisen rytmin -> menee viestinä eteenpäin. Kaikki tekee yhteistä rytmiä. Jokainen vuorollaan toisten pitäessä rytmiä yllä, tekee oman soolon. (Puolet porukasta tekee omaa taustarytmiä. Toinen puolisko jokainen vuorollaan tekee oman soolon, muut toistavat. Taustarytmiä pitää toinen puolisko koko ajan yllä.)	erilaisia rumpuja	virittäytyminen päivään, herääminen, ryhmäytyminen, rytmittäminen, vuorovaikutuksen ja itseilmaisun harjoittelu rytmin avulla, keskittyminen
Sukupuolirooliharjoitus	20	Piirretyt nainen ja mies Paperilla on valmiiksi piirrettynä identtiset ihmisen siluetit. Aloitetaan keksimällä vastaavia sanoja miehelle ja naiselle (ukko, akka...) Pyydetään nuoria piirtämään tai kirjoittamaan sekä miehen että naisen kuvaan kullekin sukupuolelle kuuluvia ominaisuuksia. Esitetään väittämiä, kuten "Kumpi tiskaa - mies vai nainen?" (pdf kuumat sukupuolet)	flappipaperille piirretyt ihmisahmot (2kpl) tusseja, valmiiksi mietittyjä väittämiä	herättely päivän aiheeseen, sukupuolien ominaisuuksien ja eroavaisuuksien esille tuonti, sukupuoliroolien tutkiminen ja kyseenalaistaminen
Tietovisa	20	Powerpoint esityksen muodossa tietovisa. Ryhmä jaetaan kahtia ja kysymykset heijastetaan valkokankaalle. Tietovisassa on faktakysymyksiä ja sana-assosiaatioita	valmiiksi tehty tietovisa kysymyksineen, ryhmille kyniä ja paperia, taustamusiikkia	tietämyksen testaaminen leikkimielisesti, erilaisien nimitysten ja synonyymien käyttö, ryhmäytyminen
Päivän ensimmäisen osion lopetus	10	Rentoutus /musiikin kuuntelu	rentoutukseen sopivaa musiikkia	rentoutus, rauhoittuminen, hiljaisuuden harjoittelu
		RUOKATAUKO		
Pätkä Kartalla seksistä -videosta	40	Katsotaan osa videosta, minkä jälkeen keskustellaan videon aiheista. Keskustelua tietovisan aiheista kysymys kerrallaan ja vastausten läpikäyntiä. Palkintojen jako.	videomateriaali, tietovisan kysymykset ja vastauslaput, pienet palkinnot	tiedon saanti ja käsittely, keskustelun avaaminen, ryhmähengen luominen
Asenteiden, mielipiteiden, tietämyksen ja kannanoton harjoitus	15	Väittämiä - kuumatuoli sukupuolesta ja seksuaalisesta väkivallasta Istutaan ringissä. Ohjaaja sanoo väittämiä ja jos joku ryhmässä on samaa mieltä väittämän kanssa, hän vaihtaa istumapaikkaa. Saa perustella kantansa. Lopuksi herätellään aiheesta keskustelua.	valmiiksi mietittyjä väittämiä	omien asenteiden ja mielipiteiden tunnistus, aiheiden äärelle herättely, kysymysten ja kriittisen ajattelun herättely, keskustelun avaaminen ryhmässä, ryhmäytyminen

Homofobiaa käsittelevä video	10	Katsotaan homofobiaa käsittelevä video. Keskustellaan aiheesta. don't stand for homophobic bullying https://www.youtube.com/watch?v=Vo0gtaVL-kc	video	omien asenteiden ja mielipiteiden tunnistus, aiheiden äärelle herättely, sukupuolisen suuntautumisen monipuolisuuden ymmärtäminen ja normalisointi, kysymysten ja kriittisen ajattelun herättely, keskustelun avaaminen ryhmässä, ryhmäytys
Lopetus rentoutukseen	10	RentoutusCD:n kuuntelu	RentoutusCD (Risto Ranta)	rentoutus, rauhoittuminen, hiljaisuuden harjoittelu
		PYYDETÄÄN, ETTÄ NUORET SEURAAVAT MEDIAA. Annetaan lapuilla muistutukseksi+pyydetään Juhaa muistuttaaman. Kiinnittävät huomiota, minkälaisen kuvan media antaa nuorista, miehistä, naisista, millainen pitäisi olla, mitä ihannoidaan, mitä vältellään, mikä on hyvää ja mikä huonoa. Voi ottaa leikellä kuvia, tekstejä, sloganeita.	tehtävälappuset	

Liite 7. Viidennen toimintakerran alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Palaute edellisestä kerrasta	15	<p>Janoja edellisestä kerrasta.</p> <p>-neliömuodostelma, valitaan se lappu joka kuvaa parhaiten palautteen kohteena ollutta tehtävää ja mennään kyseisen lapun äärelle seisomaan: tuttua juttua, tässä oli jotain uutta, tätä lisää, tää oli turhaa</p> <p>*rumpurunki *ukko ja akka *tietovisa *kartalla seksistä -video *väittämiä - kuuma tuoli *homofobia video *rentoutus tarinalla</p>	paperilapuilla vastausvaihtoehdot	harjoitella erilaista palautteenantoa
Median ihmiskuva -harjoitus	30	<p>Tehtävässä hyödynnetään edellisellä kerralla pyytämiämme nuorten tuomia kuvia miehistä ja naisista. Niitä leikataan lisää tuomistamme aikakauslehdistä.</p> <p>Näistä lehdistä leikataan tyttöjen ja poikien, miesten ja naisten kuvia, kaiken ikäisten, nuorien, vanhojen... Vähintään kolme kuvaa/hlö.</p> <p>Kuvat laitetaan pöydälle vuorotellen ihan mihin vain kohtaa pöytää. Voi miettiä, haluaako laittaa oman kuvansa jonkun kuvan viereen. Sopiiko lähelle vai kauas? Kun kuvat on laitettu, kuvia voidaan siirrellä jos tuntuu, ettei se kuulu paikalleen. Toimitaan hiljaisuudessa!</p> <p>Kun valmis ohjaajat herättelevät keskustelua kuvakollaasista mm. seuraavin kysymyksiin: *näyttääkö kollaasi nyt siltä miltä haluatte? *ovatko kuvat sellasilla paikoilla että ne tuntuvat hyvältä? *miltä tuntui, kun sitä kuvaa, jonka juuri siirsit, siirrettiin edelleen? *onko täällä pareja? miksi nämä ovat täällä ydessä? onko näissä kuvissa jotain samantaista? voisko tämä kuva olla tuolla? miksi nämä ovat niin kaukana toisistaan? Sitten kuvat sekoitetaan ja ryhmäläiset saavat pohtia, että jos jotkut olisivatkin pareja, niin ketkä sopisivat toisilleen? _Kuka saa kenet? Millä perus-</p>	paljon kuvia ihmisistä, leikeltäviä lehtiä, saksia	stereotyyppisten ulkonäköön liittyvien oletusten tarkkailu, keskustelun avaaminen ryhmässä, ryhmäyttäminen, median kriittinen tarkastelu, kauneusihanteiden tarkastelu, vuorovaikutus kuvakollaasin kautta

		<p>teella? Millaiset asiat toistuvat kuvapareissa? Millaisia pareja puuttuu?</p> <p>Herätellään keskustelua ihmisvartaloista. Median luoma kuva+oma käsitys</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Millainen on sinusta täydellinen vartalo? 2. Millainen on stereotyyppisesti ulkoisilta ominaisuuksiltaan täydellinen nainen ja mies? 3. Kauneuteen liittyy aina stereotyyppioita, mitä hyvää ja huonoa niistä saattaa seurata? 4. Kuka päättää, miltä kehon tulisi näyttää? 5. Ketkä tai mitkä vaikuttavat siihen, miten ajattelet omasta kehostasi? 6. Miten läheisten ihmisten teot tai kommentit ulkonäöstä vaikuttavat kokemukseen omasta kehosta? 		
Muistiharjoitus	10	<p>Miten tarkkaan katson</p> <p>Yksi pari kerrallaan menee muiden eteen selät vastakkain. Parit kuvailevat toisiaan äänne mahdollisimman tarkasti: vaatteet, hiukset, silmät, asusteet... jne. Muut antavat palautetta aina yhden väittämän kohdalla. Parit arvailevat yhden asian kerrallaan vuorotellen.</p> <p>Ensimmäinen pari valitaan vapaaehtoisista. Seuraavan valitsevat ohjaajat.</p> <p>-pisteet todenperäisyydestä, kekseliäisyydestä ja hauskuudesta.</p>		yksityiskohtien muistelu, ryhmäytyminen, virkistäminen, päivän keventäminen
Äänen tunnistamisen harjoitus	10	<p>Muunnetut äänet</p> <p>Yksi poistuu huoneesta. Sovitaan lause, jonka kaikki sanovat vuorollaan ("Lehmä lentää kuuuhun"). Arvaajalta (poistujalta) sidotaan silmät ja muut sanovat vuorotellen kyseisen lauseen muunnetulla äänellä. se kenen äänen arvaaja arvaa ensin joutuu uudeksi arvaajaksi.</p>		ryhmäytyminen, virkistäminen, päivän keventäminen
Itsetuntemusharjoitus	15	<p>Ominaisuuksien vaihtokauppa</p> <p>Jokaiselle jaetaan 5kpl paperilappuja, joissa jokaisessa on eri ominaisuus. Ryhmäläiset saavat käydä vaihtokauppaa ominaisuuksistaan, kunnes omaan käteen jäävät sellaiset ominaisuudet, jotka kuvaavat itseä.</p>	ominaisuuskortteja	omien ominaisuuksien tunnistaminen ja pohtiminen, sopuisan ja kaikkia tyydyttävän vaihtokaupan harjoittaminen, luopumisen ja antamisen harjoittaminen, kompromissien tekeminen, ryhmäytyminen

Rentoutus	10	Rentoutus musiikin avulla	musiikkia	rentoutus, pysäytyminen, rauhoittuminen
Lopetus	10	Palaute	palautelappuset	palautteen anto

Liite 8. Kuudennen toimintakerran alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Viritys, palaute edellisestä kerrasta	10	<p>Janoja:</p> <p>Kevätfiiliskysely Kysytään, kuka ryhmäläisistä tuntee että keväästä ja auringosta saa voimaa ja energiaa tai kenen mielestä niillä ei ole vaikutusta</p> <p>Jana edellisestä kerrasta: *kuvakollaasi *miten tarkkaan katson *ominaisuuksien vaihtokauppa <u>vaihtoehdot:</u> opin/tein jotain uutta tämä oli haastavaa tämä pisti miettimään</p> <p>Mikä on päivän fiilis? energinen/innostunut - masentunut/iloton</p>	paperilapuilla vastausvaihtoehdot edelliskerran palautteeseen	virittäytyminen, ryhmäytyminen, keskustelun avaus, palautteen antaminen, ryhmäläisten energiatason tuominen esille
Virittäytyminen	10	Lännen nopein		Tarkkaavaisuuden harjoittaminen, energiatason nostaminen
Imorovisaatioharjoitus	10	<p>Ryhmä jaetaan kahtia. Ohjaajat näyttävät kuvioita paperilla ja ryhmien on sanattomasti mentävä mahdollisimman nopeasti kuvion muotoiseen asetelmaan. Kummankin ryhmän jäsenten on tehtävä oman ryhmänsä kanssa yhteistyötä, yksilö- tai parisuorituksia ei hyväksytä.</p> <p>kuvioita voi olla esimerkiksi: smaili hymy, suru jne kolmio joku kirjain possun naama saapas pöytä ja tuolit</p>	papereita, joille on piirretty kuvioita	improvisoinnin harjoittaminen, vuorovaikutus ja yhteen hiileen puhallus, kehon käyttö ilmaisun välineenä, ryhmäytyminen, reagoitavuuden harjoitus
Parin muodostus -harjoitus, virittäytyminen	10	<p>Roolipari</p> <p>Jokaiselle jaetaan yksi lappu (kaksi ryhmäläistä saavat saman). Lappuja ei saa näyttää toisille. Esitetään sitä, mitä lappussa lukee. Etsitään ryhmäläisistä sanattomasti se, jolla on sama lappu kuin itsellä.</p> <p>Roolipareja voi olla esimerkiksi: hieno leidi vanhus leipuri naistenmies/playboy kehonrakentaja äiti huumeiden käyttäjä</p>	rooliparilappuja valmiiksi leikattuina	parin muodostus niin, että ryhmä sekoittuu, virittäytyminen, improvisaation harjoittaminen

		<p>viisivuotias munamies (putous) karim (putous) hitler skootteri sammakko pappi opettaja vampyyri spiderman hamsteri malli kovis nörtti</p>		
Tarina ja uutisia seksuaalisesta väkivallasta	30	<p>Seinällä on kaksi identtistä ihmishahmoa: raiskauksen uhri ja raiskaaja. Ryhmäläiset luovat hahmojen profiilin (ikä, sukupuoli, perhe, työ/koulu jne) ja raiskauksen tapahtumaympäristön, jotka ohjaa kirjaa hahmojen ympärille.</p> <p>Tämän jälkeen jaetaan roolipariharjoituksessa muodostuneille raiskauksista kertovia uutisia, joissa on piilotettu tekijän ja uhrin sukupuoli ja etniset taustat. Parit arvailevat ja täyttävät puuttuvat kohdat, ja kun kaikki ovat valmiita uutiset luetaan ääneen. Lopuksi ohjaajat kertovat, miten uutisten piilotetut kohdat oikeasti menivät.</p> <p>Lopuksi käydään keskustelua heränneistä ajatuksista käyttäen apukysymyksiä keskustelun tukena.</p>	flappipaperia, tusseja, kyniä., sensuroidut ja sensuroimattomat uutiset	keskustelun herättely aiheesta, stereotyyppien havainnointi, kriittinen keskustelu, ryhmäytyt
Lopetus	10	<p>Jatkotarina rentoutuksen ohella</p> <p>Jokainen menee omaan rauhalliseen paikkaan huoneessa. Laiteetaan kiertämään paperi, johon jokainen kirjoittaa yhden lauseen tai virkkeen kerrallaan. Aiemmas-ta tekstistä näkee vain edellisen kirjoituksen. Lopuksi vapaaehtoinen ryhmäläinen tai ohjaaja lukee tarinan ääneen.</p>	kynä, paperi	rentoutus, ryhmäytyt
		<p>pyydetään lista biiseistä, joita soitetaan vikalla kerralla. cd/biisin nimi ja kappaleen nimi</p>		

Liite 9. Seitsemännen toimintakerran alustava ohjausrunko

Harjoitus	Aika (n.)	Sisältö	Materiaalit	Tavoitteet
Viritys	15	<p>Nimi-rap</p> <p>-jaetaan ryhmä joko kahteen tai kolmeen riippuen kuinka monta ryhmäläistä on paikalla. Jokaisesta ryhmäläisestä keksitään yksi lause/riimi.</p> <p>-ryhmä saa kynän ja flapin, jolle voivat suunnitella ja kirjoittaa lopullisen tuotoksensa</p> <p>-tuotokset esitetään vuorotellen</p>	flap paperia, kyniä, erilaisia soittimia	ryhmäytyminen, viritys, rytmien käyttö, itseilmaisu
Arvo -harjoitus	20	<p>Arvohuutokauppa</p> <p>Jokainen keksii unelmia, tärkeitä asioita 3kpl. (esim. ystävät, perhe, pelaaminen, hieno auto, lottovoitto, matka, hieno ammatti pomona....) Tämä vaihe tehdään yksin.</p> <p>Laput kerätään, ja jaetaan jokaiselle 10kpl 1000e arvoista paperiseteleitä.</p> <p>se voittaa jolla suurin huuto tai joka nopein. Suurin huuto on 10 000e mutta sitä ei saa huutaa ensin, vaan aloitetaan 1000eurosta ja korotetaan 1000e kerrallaan.</p> <p>Kaikkien tulisi ostaa edes yksi arvo.</p> <p>Seuraavalla kierroksella saa myydä arvojaan pois jos haluaa muuta tilalle. Jos arvon myy takaisin, menettää kaupassa 1000e. (eli 5000e ostoksesta saa 4000e takaisin, mutta jos on ostanut 1000e arvoisen ostoksen, ei menetä takaisinmyynnissä mitään eli saa 1000e takaisin.)</p>	tyhjiä lappuja arvoille, paljon 1000e arvoisia paperiseteleitä, kyniä	komproimissien teko, kärsivällisyys, luopumisen harjoittaminen, asioiden arvon määrittäminen, ryhmäytyminen
Itsetuntemus -harjoitus	10	<p>Ominaisuusjana</p> <p>hiljainen - puhelias järjestelmällinen - spontaani rauhallinen - temperamenttinen tarkka - suurpiirteinen ilmaisurikas - hillitty</p>		Lisäksi voi oppia tavoitteiden asettamista omalle kehitymiselle sekä itseilmaisuun ja muiden kuuntelemista. Itsetuntemusta, muiden tuntemista, erilaisuuden ymmärtämistä ja hyväksymistä. Ymmärrys ihmisyydestä kasvaa; ominaisuudet tai ihmiset eivät ole joko hyviä tai huonoja, vaan että kaikilla ominaisuuksilla on kaksi puolta ja kaikilla ihmisillä sekä vahvuuksia että heikkouksia.
Itsetuntemus -harjoitus	10	<p>Omakuva jatkolauseilla</p> <p>Ryhmäläisille jaetaan paperit, joissa kartoitetaan vastaajan arvoja, ominaisuuksia, vahvuuksia, ihmissuhteita jne. Ryhmäläiset saavat paperit</p>	jatkolausemonisteet	itsetuntemuksen kehittäminen, omien arvojen ja ominaisuuksien kartoittaminen, oman profiilin tarkastelu, kirjallinen ilmaisu, ulkopuolisen tarkkailijan näkökulma

		<p>ja kynän ja he täyttävät keskeneräiset lauseet.</p> <p>Ryhmäläisille kerrotaan, että pape-reita ei tarvitse sellaisenaan kenel-lekään esitellä vaan niitä käytetään apuna seuraavassa tehtävässä.</p>		maan asettuminen
		RUOKATAUKO		
Itsetuntemus -harjoitus	45	<p>Elämäkartta</p> <p>Jaetaan ennen ruokailua täytetyt jatkolausepaperit takaisin.</p> <p>Elämäkartta: Paperin keskelle piir-retään/kirjoitetaan "Minä" ja ym-pärille kartoitetaan tärkeimmät ihmiset jotka kuuluu omaan elä-mään, tärkeitä asioita kuten musiik-ki, harrastukset, unelmat. Missä on hyvä? Mitä elämässä on 10 vuoden kuluttua? Oma motto.</p> <p>Lopussa kerrotaan jotain omasta työstä muille.</p> <p>Toteutustapoja: leikkaa, liimaa, piirrä, kirjoita</p> <p>Taustalla soi ryhmäläisten valitse-mat kappaleet</p>	<p>ominaisuuslaput. lehtiä, eriväri-siä/muotoisia karton-keja (A3), nuorten musiikit, saksia, lii-maa, kyniä (tusseja)</p>	<p>menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden tarkastelu ja konkretisointi positiivises-sa mielessä, omien arvojen pohtiminen, rauhoittuminen, pysähtyminen, kuvallinen ilmaisu, jakaminen, toisten kuuntelu</p>
Itseilmaisu -harjoitus	10	<p>Lahjarinki</p> <p>Seistään ringissä. Jokainen kek-sii/ottaa boksista lapun jossa lukee valmis lahja. Lahjan antaja esittää kehonkielellä, mitä on lahjoittamas-sa vieressä olevalle henkilölle. Esi-merkiksi kivi nostetaan raskaasti, perhonen pitää ottaa kiinni, hiiri vipeltää käsissä jne. Lahjan antaja ei saa paljastaa sanallisesti, mitä antaa. Vastaanottaja kiittää ja esit-tää samalla arvauksensa lahjasta: "Kiitos, onpa hieno kivi!" (Ei hait-taa, jos arvaus ei osu oikeaan, sitä ei lähdetä korjaamaan.)</p>	valmiit lahjat lapuilla	<p>kehollinen ilmaisu, toisen huomioiminen, hyvän vas-taanottaminen ja antami-nen, improvisaatio, mieliku-vituksen käyttö</p>
Palaute koko toiminnasta	10	<p>Palaute koko toiminnasta:</p> <p>Istutaan ringissä. Jokaiselle jaetaan yksi vihreä ja yksi punainen lappu palautteenantoa varten. Ohjaaja sanoo väittämiä, ja jos on samaa mieltä, näytetään vihreää ja jos eri mieltä, näytetään punaista. Laput nostetaan samaan aikaan - näin vältetään ryhmäpaineen vaikutusta. Jokaisen väittämän jälkeen keskus-tellaan pienimuotoisesti väittämästä ja ryhmäläisten mielipiteistä.</p>	<p>vihreitä ja punaisia lappuja</p>	<p>suullisen palautteen anto, keskustelu, perustelemisen harjoittaminen, kuluneen toiminnan arvioiminen, itse-reflektio</p>
Rentoutus	10	<p>rentoutus tarinalla, musiikki taustal-le</p>	<p>rentoutustarina, mu-siikkia</p>	<p>rentoutuminen, rauhoittumi-nen, pysähtyminen</p>
Palaute ku-luneesta	5-10	<p>kirjallinen palaute</p>	<p>palautelappuset</p>	<p>palautteen anto</p>

kerrasta				
----------	--	--	--	--

Liite 10.

Liite 10. Nuorten antamat loppupalautteet toiminnasta

Loppupalautteen keräsimme jokaiselta nuorelta suullisesti yksittäin 10.4.2013. Menimme heidän koulullaan käymään ja pitämään loppupalauttekeskustelut. Palaute käytiin läpi keskustelussa hengessä jokaisen nuoren kanssa. Arvioinnin kohteena olivat toimintakerrat sisältöineen sekä meidän ohjaajuutemme. Kysymykset vaihtelivat jokaisen nuoren kohdalla eli emme kysyneet kaikkea samaa jokaiselta nuorelta vaan valitsimme kysymykset tilanteen ja vastausten mukaan.

Nuori 1: "Ei jääny oikee minkälaine olo koko toiminnast. Aika perus koulujuttui. Kivaa vaihteluu kyl oli. Kiva et jotai toiminnallista. Kivoimpii juttui oli ku istuttii ja kaikki rennot jutut kuten keskustelu varmaa. En oikee tiää pitäiskö tälläst toimintaa olla enemmän meil. Toiminnas oli mulle uusii juttui. Oon sen elämäkarttajutun tehny varmaa joskus eskaris, en muista. Ei olla aiemmin mietitty niit ominaisuuksii ku siin ominaisuusvaihtokaupas mietittii. On se iha järkevää miettii niit ja se on aika helppoo. Uus asia mitä käsiteltii oli seksuaalinen väkivalta.. tai voi olla et sitä on käsitelty, mut ehkä ei. En muista. Tapa miten seksuaalisuutta käsiteltii oli uus. Mul jäi se puuhapete juttu mielee sel-lasen ei-kivana. Ei oikeestaa muit huonoi juttui tuu mielee. Olitte iha hyvii ohjaajii ja iha ok toiminta. Huono toiminta olis sellast et tehtäis huonoi juttui, turha toiminta sellast ettei olis hauskaa eikä kivaa. Toiminnan aikana meiat kaikki on otettu huomioon. Kuri on ollu semiperus -tasol."

Nuori 2:" Oli mukava tulla sinne. Miksei vois olla enemmänkin tämmöstä toimintaa. Tervetullut juttu jos ois ollut ryhmässä mukana myös tyttöjä. Oli mukava osallistuu toimintaan, välillä oli vaan laiska fiilis, joka riippui päivästä. Osa harjotuksista oli tuttuja ja osa uusia. Elämäkarttatehtävä oli tuttu. Mieleenpainuvin juttu oli se oli toisen ryhmän esittämä rappi, mitään ärsyttäviä juttuja ei ollut. Meidän näkökulmasta olis hyvä ettei ohjaajat sais pidetty aina koko porukkaa kasassa, niin pystys vaa olla ja relaa, mut varmaan ohjaajien ja ryhmän kannalta hyvä että ohjaajat saa pidetty porukan kasassa. Mun mielestä piditte sopivasti kurii ettei kukaan hypi seinille. Ei häirinny se että välillä teil ohjaajilla oli ohjeet tai materiaalit hukassa. Mun mielestä kaikki otettiin ryhmässä huomioon. Osittain tietty tuntu että välillä pakotettiin osallistuu ku ois voinu vaa istuu mutta yleensä kyl jakso ja halus osallistuu. Itseänsä kuvaavia ominaisuuksia oli helppo ettii ja kyl mun mielestä jonkin verran tärkeä että osaa miettii millanen on tai missä on hyvä. Ei olla aiemmin koulussa niitä kauheesti mietitty."

Nuori 3. "Jäi jees-fiilis. Olis kivaa jos tällast olis muiski oppiaineis. On ollu kiva osallistuu. Se nimibiisi oli kiva tehä. Se ostojuuttu (huutokauppa) meni pitkävetoiseks. Kesti liikaa. Nopeet harjotukset oli kivoi, keskustelu ei nii ollu. Toiminnallinen tekeminen on ok. Suurin osa harjotuksista oli jotai uutta. Lännen nopein ja elämäkartta oli tuttu. Oon niit tehny joskus kauan sit. Ei olla aiemmin puhuttu seksuaalisest väkivallast. Hyvä ohjaaja on sellanen, joka lähete mukaa, olis mukana niis harjotuksis. Te ohjaajat olitte mukana. Ei täst toiminnast olis haittaa muilleki nuorille. Te otitte kaikki huomioo ja rajat toimi. On ollu kiva olla mukana ja kokeilla juttui. Ei mulle kyl tullu oikeestaa ahaa-elämyksii."

Nuori 4. "Viimeinen kerta oli hauska. Muutki kerrat ollu kivoi. Kiva, ettei oo pitäny olla koulus. Olis ok jos tällast toimintaa olis muiski kurseis. Tää toimis pienille ryhmille. Iha sama olisko meil ollu tyttöiki osallistumassa. Improjutut

on ollu kivoimpii, en oo aiemmi ollu järjestetyis improjutuis. Vanhas koulus oli kyl vähä niit. Ei oo ollu mitää sellasii -1 juttui. Iha jees. On ollu kiva päästä kokeilee. Ei mul oikee oo antaa ohjaajille palautetta. Kuri on ollu tarpeeks kovaa, kaikki ollaa otettu huomioo. Huono ohjaaja olis sellane et olis esimerkiks pakotettu laulaa. Meit ei pakotettu. Ei olla aiemmin puhuttu seksuaalisest väkivallast. Biisin tekeminen eli nimirap oli uutta. Elämäkarttaksi oli uus juttu, ja ominaisuusjutut. On helppo tunnistaa erilaisist ominaisuuksist millanen on. Mut kenen näkökulmast pitäis sanoo? Jonku mielest mä voin olla jotai mitä en mun mielest oo tai toisin päi. Se puuhapetejuttu on jääny elää ja se muistuu toiminnast mieleen.”

Nuori 5: “Iha hyvä fillis. Vois osallistuu uudestaan. Impro jutut kuten se kuviojuttu oli kivoimpia. Ei tuu mitään mieleen mikä ei ollu kivaa. Elämäkartta tehtävä ei ollu ollu tuttu. Se oli musta vaikeeta mutta ihan kiva. Vaikeeta siks ku ei tullu oikee mitää mieleen. Aika paljo oli tuttuikin juttui mitä koulussa joskus aiemmin oli tehnyt. Mutta oli ihan kiva tehdä niitä uudestaan. Seksuaalisesta väkivallasta on joskus aiemmin koulussa puhuttu. Hyvä juttu millä tavalla käsiteltiin seksuaalisuusjuttuja ja se video oli jees. Te olitte kannustavii ja jos ei ymmärtänyt niin sai aina tietää ohjeet uudestaan. Piditte sopivasti kurii, ettekä pakottanu mihkää. Semmonen ois huono ohjaaja jonka mielestä kaikki mitä me tehtäs olis väärin. Mun mielestä kaikki otettiin huomioon.”

Nuori 6. “Iha hyvä olo jääny. Tykkäsin osallistuu, näit kertoi on ollu iha sopiva määrä. Keskustelujutut oli kivoimpii ja ne oli hyvii. En muista et olis aiemmin puhuttu seksuaalisest väkivallast, siit pitäis kai puhuu. Tätä voisi olla joka vuos ja voisi järjestää muilleki. En tiiä, olisko ollu hyvä jos mukana olis ollu tyttöiki. Kaikki on tullu huomioiduiks toiminnas. Kurii on ollu tarpeeks. Rohkaisu on hyvää kannustamista ja ohjaajat on rohkassu meitä osallistuu. Huono ohjaaja on kiree ja se huutaa. Meiän ei oo ollu pakko tehdä. Jotku harjotuksist oli uusii, se elämäkartta oli tuttu. Impro oli ala-asteelt tuttu ja ne on välil kivoi. Omien ominaisuuksien miettiminen on helppoo. Niit ei mietitä koulus. Kyl mä jotai uutta oivalsin, mut en haluu jakaa sitä nyt.”

Nuori 7: “Iha jees fiilis jäi. Eka kerta jäi mieleen ja harmittaa kun mut heitettiin pois. Mieleenpainuvana asiana jäi mieleen se maalausjuttu. Ei maalata paljo, joskus ala-asteella oon maalannu. Impro harjotuksii ei olla tehty, ne oli kivoi. Osa harjotuksista oli tuttujakin mutta ei haitannut. Mun mielestä kannattaisi olla enemmän tämmöistä toiminnallista. Mielummin tämmöstä ku koulus istumista. Elämäkartta uus juttu, se oli helppo tehdä. Vaikee kehuu itseensä jos muut ei oookaa samaa mieltä. Voisi olla enempi semmosii juttui jos muut kertoo et millanen on. Ei oikee oo mitää hyvää eikä huonoo palautetta, välillä tuntu että ohjeet epäselvii. Mun mielestä piditte hyvin kuria, koska se on hyvä ettei saa koko ajan pelleillä. Huomioitte meitä melkee tasapuolisesti, tai ite sain kyllä tarpeeks huomioo mut ehkä ei kaikki. Semmone ohjaaja ois huono jolla ois kaikkee huonoo ohjelmaa ja joka pakottaa osallistuu. Ois ollu jees jos ois ollu myös tyttöjä mukana ryhmässä, ois voinu muuttaa sitä vähä. Toiminnan aikana tuntu että vähä oppi itestää uutta, vaikee kertoo mitä. En muista että seksuaalisesta väkivallasta ois aiemmin puhuttu. Ois ainakin tärkeetä puhuu jos se liittyy meidän ikäsiin. Ois ollu helpompi esim seiskalla oppii seksuaalisuus jutut tällä tavalla kun nyt tehtiin eikä vaa kirjasta lukemalla. Tälle paljo mielenkiintosempaa. Kiitos teille tästä.”

Liite 11. Nuorten opettajalta saatu kirjallinen loppupalaute

JOPO-luokan opettajalta saimme kirjallisen palautteen kaksiosaisena. Ensimmäisen osan saimme 11.4.2013 ja toisen osan palautteesta saimme 16.4.2013 pyytäessämme hieman lisätarkennusta:

(osa1) ”Terveystietoon kuuluvat teemat kuten minäkäsitys, itsetunto ja itsetuntemus, identiteetti sekä seksuaalisuus ovat tärkeitä käsiteltäviä aiheita nuoren kehittymisessä aikuisuuteen.

Käyttämienne toiminnallisia menetelmiä ovat olleet musiikki, liike ja kehoisuus, kuvallinen ilmaisu ja draama. Olette saaneet toiminnallisten menetelmien kautta nuoria tutkimaan minuitaan, identiteettiään, omaa itsetuntemustaan sekä syventämään heidän ymmärrystään seksuaalisuudesta.

Erilaisten metodien käyttäminen on antanut nuorille kykyä käsitellä jopa vaikeita asioita tavalla, jolla heidän ei ole tarvinnut pelätä tietämättömyyttään ja toisaalta he ovat pystyneet tuottamaan sanattomallakin tavalla omia tunteuksiaan.

Nuoret ovat kokeneet tapaamisemme innostaviksi ja olemme käsitelleet teemoja jälkikäteen useasti. Heille on tullut uutta näkökulmaa uusien asioiden kohtaamista varten. Monelle on varmaan myös tullut maailmankuvaan uusia sävyjä ja näkemyksiä.

Tapaamisemme ovat olleet hyvin suunniteltuja ja olette käyttäneet monia erilaisia metodeja käsiteltäviin teemoihin ja lisäksi olette pystyneet saamaan oppilaat kertomaan omia tunteuksiaan. Kontaktinne ovat olleet nuoriin luontevia, huomioon ottavia ja myös innostavia.”

(osa2) ”Pojat osoittivat omalla toiminnallaan ja tekemisellään innostuneisuuttaan. Kaiken kaikkiaan he olivat jokaisella ohjauskerroilla täysillä mukana ja antoivat omat näkemyksensä kuulua tai näkyä.

Jos kysyin heiltä, että millainen oli teidän pitämännen ohjauskerta seuraavana päivänä, niin vastaus oli normaalisti, että ihan ”Jees”, Se tarkoittaa tulkintani mukaan, että ohjauskerta oli ollut ihan mukava ja asiallinen.

Varsinkin raiskaus teema puhutti poikia jälkikäteen ja se aiheutti keskustelua ja tietysti se, että miehenkin voi raiskata.

Mielestäni teillä oli ihan oikea asenne ohjata ja johtaa ohjauskertoja alusta alkaen. Sovitte säännöt poikien kanssa ja teitte ne yhdessä heidän kanssaan ja noudatitte niitä myös. Haastavia tilanteita ei mielestäni teidän ohjauskerroilla ollut kertaakaan.”