



HUMANISTINEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Kartoitus asuntolassa asuvien nuorten vapaa-  
ajanvietosta ja sen kehittäminen**

Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntola

*Salla Kuru*

Järjestö- ja nuorisotyönkoulutusohjelma (210 op)

11 / 2015

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Koulutusohjelman nimi

### TIIVISTELMÄ

<b>Työn tekijä</b> Salla Kuru	<b>Sivumäärä</b> 38 ja 7 liitesivua
<b>Työn nimi</b> Kartoitus asuntolassa asuvien nuorten vapaa-ajanvietosta ja sen kehittäminen	
<b>Ohjaava opettaja</b> Regina Pesonen ja Pirkko Salo	
<b>Työn tilaaja</b> Ammattiopisto Lappia, Muonion yksikkö / Kyllikki Kurki	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Opinnäytetyö on tehty tilaustyönä Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolaan. Selvityksen tarkoituksena oli tutkia, miten asuntolassa asuvat nuoret viettävät vapaa-aikaansa sekä pyrkiä kehittämään sitä.</p> <p>Selvityksessä on käytetty kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Selvitystyössä apuna on käytetty webropol-palvelua, jolla lähetettiin kyselyt yhdeksälletoista Muonion yksikön asuntolassa asuvalle opiskelijalle. Vastauksia sain viisitoista kappaletta. Ammattiopiston Lappian, Muonion yksikön rehtori sekä vapaa-ajan ohjaaja ovat olleet suurena apuna opinnäytetyön edistyessä.</p> <p>Selvitys tuotti tietoa Muoniossa sijaitsevaan asuntolaan, mutta on myös hyödynnettävissä muissa asuntoloissa. Lisäksi kehittämisideat ovat helposti sovellettavissa muihin muihin asuntoloihin, mutta myös muille nuorten kanssa toimiville tahoille.</p>	
<b>Asiasanat</b> asuntola, vapaa-aika, nuoret	

# HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Name of the Degree Programme

### ABSTRACT

<b>Author</b> Salla Kuru	<b>Number of Pages</b> 38 and 7
<b>Title</b> Developing youths freetime and activities in dormitory	
<b>Supervisor</b> Regina Pesonen and Pirkko Salo	
<b>Subscriber</b> Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikkö / Kyllikki Kurki	
<b>Abstract</b> <p>This thesis has been done by order for the dormitory of Technical College of Lappia, Muonio. The meaning of this report was to research how youth in dorms spend their freetime and to develop activities in dormitory. The report was made as a qualitative research, and it has been carried out with a webropol-service. Straw polls were sent to nineteen students living in the dormitory. From nineteen straw polls I got fifteen answers. Technical College of Lappia, principal of the Muonio unit and the leisure activities instructor has been great help during this research. The research produced information specially for the dormitory in Muonio but is also useful in other dormitories and quarters working with youth.</p>	
<b>Keywords</b> dormitory, youths, free time	

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 NUOREN ELÄMÄ SIIRRYTTÄESSÄ PERUSOPETUKSESTA TOISEN ASTEEN OPINTOIHIIN	6
2.1 Siirtyminen nuoruudesta aikuisuuteen	6
2.2 Ammattiopisto Lappia, Muonion yksikkö sekä asuntolatoiminta	9
2.3 Sosiaalinen vahvistaminen ja yhteisöllisyys	12
3 VAPAA-AIKA	14
3.1 Kaveripiiri	14
3.2 Liikunnan merkitys	16
3.3 Internet ja pelaaminen	18
4 TULOSTEN ESITTELYÄ	20
4.1 Kysely	20
4.2 Asuntolassa eläminen	23
4.3 Turvallisuus	26
5 KEHITTÄMINEN	29
5.1 Nuorten toiveet	29
5.2 Kehitysideoita	30
6 POHDINTA	33
LÄHTEET	36
LIITTEET	39

## 1 JOHDANTO

Itseä henkilökohtaisesti kiinnosti tehdä opinnäytetyö Muonion kunnan sisällä, olen itse kotoisin sieltä, pienestä pohjoisessa sijaitsevasta kylästä. Tein opinnäytetyönäni selvitystä asuntolassa elävien nuorten vapaa-ajan vietosta ja siitä, miten sitä voisi Muonion yksikössä kehittää. Idea syntyi keskustellessani ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön rehtorin kanssa. Tiedän, ettei vapaaajalle ole järjestetty paljoa erilaisia virikkeitä tai mahdollisuuksia harrastaa ohjautusti erilaisia lajeja. Tästä syystä kehittämistyö vapaa-ajan suhteen on mielenkiintoista ja tiedän sille olevan tarvetta. Lisäksi minua kiinnostaa monet asuntolassa elämiseen liittyvät seikat, kuten esimerkiksi miltä tuntuu, kun samassa huoneessa asuu joku toinen. Tärkeää on myös selvittää mahdollisen kiusaamisen esiintyminen, sillä on kyse kuitenkin tietynlaisesta kommuunista, jossa on lähes välttämätön tulla toimeen toisten kanssa.

Lisäksi on mielenkiintoista tutkia, kuinka asiat ovat muuttuneet vuosien varrella. Minulla on kuitenkin jo tietoa siitä, millaista asuntola elämä on, sillä niin monet tuttuni ovat kyseisessä asuntolassa asuneet. Teen siis selvitystä siitä, millaista vapaa-aika asuntolassa on tällä hetkellä, sekä mitä nuoret kaipaavat vapaaajalleen. Selvitystyötä tein lähettämieni kyselyiden perusteella. Selvitykseni tuotti tärkeää tietoa erityisesti Muoniossa sijaitsevan asuntolan ja koulun henkilökunnalle, mutta myös muille eri tahoille, jotka työskentelevät nuorten parissa oppilasasuntolassa ja vapaa-ajalla.

Opinnäytetyön suhteen tärkeänä osana oli myös laaja-alainen tietopohja, johon olen kerännyt tietoa nuoren elämässä tapahtuvien tunnetilojen sekä muiden elämään vaikuttavien tekijöiden merkitystä, kuten erilaiset kriisit tai fyysinen, psyykinen, sosiaalinen sekä henkinen kasvu. Nuoren elämään kuuluu olennaisena myös vapaa-ajalla vietetty aika, esimerkiksi kavereiden kanssa ja siihen olennaisena liittyy kaveripiirin merkitys. Keskustelussa henkilökunnan kanssa, kävi ilmi huoli nuorten viettämisestä ajasta pelien parissa, jota tutkin myös selvityksessä.

Näihin kaikkiin edellä mainittuihin asioihin kiinnitin opinnäytetyössä huomiota. Näillä asioilla on laaja-alainen merkitys nuoren vapaa-ajan aktivoinnissa, ystävyyssuhteiden solmimisessa, sekä arjenhallinnassa. Kokonaisvaltaisesti nämä ovat todella tärkeitä tekijöitä nuoren hyvinvoinnin kannalta.

Toivon, että opinnäytetyöstäni on hyötyä myös muille asuntoloille ja sitä voidaan käyttää hyödyksi niiden vapaa-aika toiminnan kehittämiseksi. Asuntoloiden lisäksi opinnäytetyötä on mahdollista hyödyntää erilaisissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa, joissa nuorten kanssa ollaan tekemisissä, lähinnä kehitysideoita, joita tuli vapaa-ajan suhteen. Näiden lisäksi opinnäytetyöni keskeisenä osana on nuoren elämänvaihe siirryttäessä peruskoulusta toisen asteen opintoihin. Toivon, että tulevaisuudessa ainakin Muonion yksikön oppilasasuntolan vapaaajalle saadaan kehitettyä jotain uutta, mihin saadaan myös nuoret mukaan, se että tapahtuuko se tänä vuonna vai myöhemmin, jää nähtäväksi.

Selvitystyöni teen kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen menetelmän. Valitsin laadullisen tutkimuksen, koska tarkoituksena on edistää mahdollisuuksia vaikuttaa vapaa-ajan viettoon myös tulevaisuudessa, sinne laadullinen tutkimus painottuu. Selvitystyöni tarkoituksena on parantaa tutkittavaa kohdetta, Ammatitopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolaa ja siellä asuvien nuorten vapaa-ajan viettoa. Laadullisen tutkimuksen menetelmistä valitsin opinnäytetyöhöni mielestäni sopivimman, kyselyn. Asuessani kaukana kunnasta, johon tutkimuskohteeni kohdistuu, mahdollisuudet ovat hieman rajalliset, koin kyselyn tuottavimmaksi tavaksi (Pitkäranta 2014, 9).

## 2 NUOREN ELÄMÄ SIIRRYTTÄESSÄ PERUSOPETUKSESTA TOISEN ASTEEN OPINTOIHIN

### 2.1 Siirtyminen nuoruudesta aikuisuuteen

Nuoruus on siirtymävaihe lapsuudesta aikuisuuteen, nykyään ajatellaan sen voivan kestää jopa pari vuosikymmentä. Nuorena tapahtuu monia muutoksia,

näitä ovat fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen sekä henkinen kehitys. Biologisesti ajateltuna nuori päättää lapsuuden murrosikään, jolloin kehossa tapahtuu eri muutoksia. Sosiaalisesti nuori alkaa hakea itsenäisyyttään vanhemmista ja valmistautuu jättämään kotinsa. Sukupuolirooli muodostuu, jolloin nuori muodostaa suhteen useimmiten vastakkaiseen sukupuoleen. Sen lisäksi nuori hankkii koulutuksen ja ensimmäisen työn. (Salmela-Aro & Nurmi 2005, 54-56).

Fyysiset muutokset käynnistävät puberteetin. Nuorilla muutokset ovat selvästi aikaistuneet. Hormonieritys käynnistää kasvupyrähdyksen ja tyttö alkaa muuttua naiseksi, sekä poika mieheksi. Yksilöllisesti vaihtelu on suurta, mutta tytöt kehittyvät keskimäärin poikia aiemmin. Nopeat fyysiset muutokset omassa kehossa muuttaa lapsen kehon aikuisen kehoksi, joka aiheuttaa hämmennystä ja ylpeyttä samaan aikaan nuorena. Vaatteiden avulla on mahdollista peittää, mutta myös paljastaa muutoksia. Vaatteiden avulla on myös mahdollista liittyä tiettyyn joukkoon, tai se voi olla toisista nuorista erottava tekijä. (Hietala, Kaltainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 41-42.)

Fyysiset muutokset ovat edellytyksenä sille, että nuori alkaa kehittyä psyykkisesti sekä psykososiaalisesti. Kehon ja mielen välillä on yhteys. Aivot kehittyvät merkittävästi noin 25. ikävuoteen asti. Pitkäjännitteisyyteen ja suunnitelmallisuuden tarvittavat alueet kasvavat aivoissa. Aikuisen harkintakyky kehittyä vähitellen. On mahdollista, että kehityksen aikana toimintakyky heikentyy tilapäisesti. Tämä on havaittavissa pojilla useammin kuin tytöillä. Verbaalisesti nuoret miehet tuntuvat rajoittuneilta joissain kehityksen vaiheissa. Ajattelu muuttuu nuorella. Abstrakti ajattelun, hahmottaminen kokonaisuuksista sekä päättelykyvyn kehittyminen aikuisen tasolla kehittyä jokaisella yksilölliseen tahtiin. Nuoret ovat usein hyvinkin kiinnostuneita ylläluonnollisista asioista ja kokemuksista, vaikka eivät enää usko lapsen tavoin satuihin. Nuoruusiässä mielialanvaihtelut ovat tavallisia. Tunteet voimistuvat, mutta samaan aikaan niiden hallitsemisen keinot ovat muutoksessa. Nuoren on mahdollista turvautua vanhempien tai muiden läsnä olevien aikuisten apuun sekä lohdutukseen. Kehitystehtävää kuitenkin kuuluu harjoitella sietämään vaikeita tilanteita ja selviämään niistä itse tai ikätovereiden avulla. Nuori siis tarvitsee samalla aikuisten, mutta myös ystävien apua nuoruuden psyykkisten kehitystehtävien toteutumisessa. (mt., 42-43.)

Nuori tutkii itseään ja miettii, kelpaako hän ja hyväksyvätkö toiset hänet sellaisena, kun hän on. Ulkonäkö voi aiheuttaa nuorelle ahdistuneisuutta, erityisesti pienet yksityiskohdat, jotka häntä häiritsevät ja hän kokee ne vääränlaisiksi. Samaan aikaan melatoniin säätelee elimistössä vuorokausirytmää. Melatoniinin erityis muuttuu nuoruusiässä, joka aiheuttaa sen, että monista nuorista tulee niin sanottuja iltavirkkuja. Kyse ei kuitenkaan ole unettomuudesta, koska moni nuori nukkuu aamusta pidempään. Osaksi syynä tässä on erilaiset laitteet, jotka viivästyttävät nuorten nukkumaanmenoa. Näiden asioiden lisäksi nuori kehittyy henkisesti, mikä tarkoittaa sitä, että nuori alkaa pohtia arvomaailmoja ja tutustumaan maailmankatsomuksellisiin asioihin. Näiden lisäksi nuoren on työstettävä lapsuudessa ja perheessä syntyneitä käsityksiä, esimerkiksi moraaliin, arvoihin, ihanteisiin ja elämän päämääriin liittyen. Nuoren on pystyttävä itse luomaan käsityksensä asioihin ja mahdollisuuksia arvioida omia kehittyviä arvoja suhteessa aikuisiin, ikätovereihin ja yhteiskuntaan. (mt., 43-44.) Nämä ovat asioita, jonka vuoksi asuntolassa on hyvä olla asuntolanvalvoja, joka tarkkailee nuorten nukkumaanmenoa ja puuttuu tarpeen vaatiessa erilaisiin nukkumaanmenoa viivytttäviin tekijöihin, kuten vierailijoihin ja valvoo hiljaisuutta koskevia sääntöjä.

Nuoren elämässä tapahtuu paljon muutoksia peruskoulun jälkeen. On aika valita, jatkaako nuori opiskelua lukiossa vai valitseeko mahdollisuuden lukea itselensä ammatin. Mahdollisuutena on myös kaksoistutkinto, jolloin ammatin lisäksi saa suoritettua myös lukion oppimäärän. Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikössä näiden mahdollisuuksien lisäksi mahdollista valita opintoihinsa hiihtovalmennusta, joka vie paljon aikaa myös opiskelusta, joten se vaatii sitoutumista ja joustamista niin oppilaalta kuin oppilaitokselta. Peruskoulun ja toisen asteen opintojen välisestä ajasta puhuttaessa kuullaan monesti nivelvaiheesta.

”Nuoren elämän merkittävä siirtymävaihe on siirtyminen toisen asteen opiskeluun yläkoulun jälkeen, kun oppivelvollisuus on suoritettu. Tämä siirtymävaihe ei kuitenkaan ole lain suojaama. Viranomaisista juuri kukaan ei ole vastuussa tästä vaiheesta, vaan vastuu on nuorella ja hänen huoltajillaan. Siksi tämä siirtymä on hyvin haasteellinen, ja viime aikoina on voinut olla keskustelua, miten tätä siirtymää voisi tukea paremmin” (Pulkinen & Kanervio 2014, 151).

Sen lisäksi, että nuori valitsee koulutusalaansa, on edessä mahdollisesti muutto pois kotoa, esimerkiksi oppilasasuntolaan. Pienissä kunnissa mahdollisuudet kouluttautua on rajalliset, jonka vuoksi myös Muonion yksikköön tulee paljon lähikunnasta nuoria. Toiset voivat kadehtia nuoria, jotka muuttavat pois kotoaan aikaisin kouluttautumisen vuoksi. Todellisuudessa muutos voi olla raju, kun nuori muuttaa pois kotoaan valmiilta ruuilta sekä puhtailta vaatteilta. (Jarasto & Siervo 1999, 56.) Nuori tulee silloin kohtaamaan koulun henkilökunnan, uudet ryhmäläiset, uuden oppimisympäristön. Lisäksi asuntolassa on erilaisia ihmisiä erilaisissa rooleissa, kuten muut asukkaat ja asutolan henkilökunta. Muutos on siis kokonaisuudessa suuri. Koulun henkilökunnan ja muiden nuoren elämässä mukana olevien on siis tuettava nuorta aikuiseksi kasvamisen kynnyksellä. Tämän vuoksi asuntolassa asuvaa nuorta on hyvä tukea arkielämässä ja valinnoissa. Nuoren valintoihin kuuluu oleellisena osana mm. oman vapaa-ajan viettäminen.

## 2.2 Ammattiopisto Lappia, Muonion yksikkö sekä asuntolatoiminta

Ammattiopisto Lappia tarjoaa monia erilaisia koulutusmahdollisuuksia nuorelle, Muonion yksikössä näistä on tarjolla kuusi eri perustutkintoa, joihin nuori voi hakea. Hyvinvointialalta, sosiaali- ja terveysala, joka on vasta muutaman vuoden sisällä tullut Muonion koulutustarjontaan. Pääosin Muonion yksikkö kouluttaa lähihoitajia. Palvelualalla on mahdollista opiskella hotelli-, ravintola- ja catering alaa, jotka antavat monipuoliset valmiudet ravintolan keittiö- ja salitoimintoihin. Tekniikan alan perustutkintoja löytyy Muonion yksiköstä kaikista eniten, näitä ovat autoala, rakennusala, sähkö- ja automaatiotekniikka. Kaikki edellä mainitut perustutkinnot kestävät kolme vuotta, jotka sisältävät 180 osaamispistettä, joista ammatillisia tutkinnon osia on 135 osaamispistettä, yhteisiä tutkinnon osia 35 osaamispistettä sekä vapaasti valittavia tutkinnon osia 10 osaamispistettä.

Ammattiopisto Lappian toimipaikoista Muonion yksikkö on varmasti yksi pienimmistä, toisen opiskelijan mielestä se on etu, kun taas toinen kokee tilanteen haittanaan. Olen itse suorittanut samoissa tiloissa lukion oppimäärän muutama vuosi sitten. Vuonna 2015 opiskelijoita on lukiossa 47 sekä ammattiopiston puolella nuoria 70 sekä aikuisia 80. Yhteensä yksikössä on siis tällä hetkellä 197 opiskelijaa. Itse aikoinaan koin pienen yhteisön hyvin positiivisena, sillä ongelmien tullessa oli mahdollista kysyä neuvoa keneltä tahansa ja apu oli saatavilla. Pienessä yksikössä on helpompi kiinnittää huomiota opiskelijaan yksilönä ja vastata tarpeisiin paremmin. Oppimisvaikeuksista kärsivän on helpompi kysyä tehtävästä uudelleen, oppilas voi myös pyytää tarpeen vaatiessa tukiopetusta. Oppilaiden vähäinen määrä helpottaa myös kouluun sisälle pääsemistä ja opettajien avulla yhteistyössä myös tutkinnon suorittamisen loppuun asti. Toiset voivat kokea pienen kouluyhteisön haittana, sekä paineet suoriutumisen suhteen, sillä opettajilla on muistissa, miten sisarukset tai mahdollisesti jopa vanhempasi ovat koulun suorittaneet. Näiden lisäksi pienessä kunnassa henkilökohtaisista asioista tiedetään enemmän, toinen voi kokea sen ahdistavana ja haitallisena. Voi myös olla, että opettajan tietäessä voi olla helpompi, kun tietää esimerkiksi vaikeista elämäntilanteista.

Ammattiopisto Lappia tarjoaa Muonion yksikössä opiskeleville nuorille mahdollisuuden asua asuntolassa opiskelujen aikana. Asuntola on kokonaisuudeltaan rivitaloasunnon mallinen, asumismuoto on soluasunto, jossa on kahden hengen huoneet ja niiden lisäksi yhteiset wc- ja suihkutilat, keittiö sekä olohuone. Lisäksi asuntolassa on yhteisessä käytössä saunatilat, joissa on mahdollista sauna sopimuksen mukaan. Asuntolapaikka myönnetään pääsääntöisesti pitkän matkan tulevalle opiskelijalle, mutta esimerkiksi naapuripaikkakuntien nuorien kohdalla on sovittu käytännöstä, että pääosin he menevät viikonlopuksi omiin koiteihinsa. Kaikkea Muonion yksikön sekä siihen kuuluvan asuntolan toimintaa rajoittaa ja säätelee samat lait ja säännöt, kuin muiden toisen asteen oppilaitosten. Esimerkiksi laki 630/1998 ammatillisesta koulutuksesta sekä lukiolaki 629/1998 (Opetushallitus, 2015).

Muonion yksikön asuntola on siitä erilainen, koska asuntolassa on havaittavissa kaksi erilaista joukkoa. Toiseen kuuluu niin sanotusti hiihtäjät sekä toiseen joukkoon opiskelijat, jotka asuvat asuntolassa, koska ovat tulleet suorittamaan tut-

kintoa Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikköön. Hiihtäjät poikkeavat siinä suhteessa, että heillä on sekä aamuisin treenit, mutta myös vapaa-ajalla vieteään aikaan kesällä lenkipoluilla ja rullasuksien päällä ja talvella ladulla ja lenkkeillen. Heidän päivärytminsä voi olla tasaisempi kuin muilla. Lisäksi heillä on hieman rajoituksia vapaa-ajan suhteen, muistan ainakin aikana, jolloin itse opiskelin Muoniossa, hiihtäjiä kehoitettiin pysymään poissa esimerkiksi salibandy peleistä, sillä laji on riskialtis. Esimerkiksi nilkan nyrjähtäessä treenaamiseen tulee tauko ja tavoitteisiin pääsy on haastavampaa.

Nuoren on tärkeä säilyttää päivärytminsä, sillä jokainen ihminen tarvitsee vuorokaudessa tarpeeksi lepoa. Riittävä lepo toimii pohjana opiskelun onnistumiselle, johon kuuluu koulussa oppituntien lisäksi myös kotona tehtävät kotitehtävät, tentteihin lukemiset ja muut. Lisäksi vuorokaudessa on jätettävä tilaa sosiaalisuudelle. On tärkeää, että nuori pystyisi jakamaan vapaa-ajalla pelaamisen, harrastukset, perheen kanssa vietetyn ajan, sekä kavereiden kanssa viettämänsä ajan tasapuolisesti. (Jouhi 2014, 42.)

Asuntolaan muuttavalla nuorella voi olla haastavaa säilyttää päivärytminsä. Haastavaa siitä voi tehdä esimerkiksi huonekaverin poikkeava päivärytmi tai muiden asuntolassa asuvien kanssa vietetty aika, digipelien pelaaminen tai monet muut seikat. Aluksi voi vaivata hieman koti-ikävä ja jännitys kaikkea uutta kohtaan, nämä asiat ovat kuitenkin yleensä ohimeneviä. Tilanteiden pitkittyessä nuorelle on tarjottava jonkinlaista tukea. Itse olen huomannut vuosien myötä, että päivärytmin säilyttämisellä on todella suuri merkitys nuoren elämään ja jaksamiseen. Valvottuani yhden yön on jo monen päivän rytmi pilalla, eikä jaksaminenkaan ole täysin samaa luokkaa kuin normaalisti nukutun yön jälkeen.

Turvatakseen kaiken edellä mainituista asuntolassa on hyvä olla ohjaaja/valvoja, kuka huolehtii nuorista, näin on myös Muonion yksikössä. Omalla tavalla asuntolan ohjaajan työtä hankaloittaa se, että naapurikunnista tulevat nuoret lähtevät asuntolasta pois viikonlopuksi, jos toisin ei ole sovittu. Viikonlopun aikana rytmi voi kääntyä syystä tai toisesta pääläelleen ja tuottaa alkuvii-kosta jälleen haastavuutta saada normaalista arkirytmistä kiinni.

### 2.3 Sosiaalinen vahvistaminen ja yhteisöllisyys

Sosiaalinen vahvistaminen on ennaltaehkäisevää työtä, sen tarkoituksena on parantaa nuorten arki- ja työvalmiuksia, jolla pyritään nuorisotyöttömyyden vähentämiseen. Ennen kaikkea sosiaalinen vahvistaminen on prosessi, jolla pyritään nuorten arjenhallinnan kautta elämäntilanteen parantamiseen asteittain. (Suomen nuorisokeskusyhdistys, 2015.) Ennaltaehkäisevää työtä on mahdollista tehdä koululla, mutta myös asuntolassa ohjaajan roolissa, neuvomalla nuoria päivän askareissa ja asioiden hoitamisessa, kuten kelassa tai muissa virastoissa tapahtuvat asioinnit.

Nuoren elämässä tapahtuu paljon siirryttäessä peruskoulutuksen jälkeen toisen asteen opintoihin, sen lisäksi että tulee uusi oppimisympäristö, uudet opiskelukaverit ja huonekaverit, tapahtuu nuoren elämässä muitakin muutoksia. Aletaan olla siinä iässä, että ystävät ottavat suurta roolia ja tulevat entistä tärkeimmiksi, eikä vanhempien merkitys ole enää niin suuri. Nuoren sosiaalinen kehitys näkyy voimakkaasti tässä suhteessa. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009.) Lisäksi nuoren tunnepuolella alkaa ajatukset muuttua sekä kehitykseen kuuluvat normaalit kriisit, kuten kehityskriisit sekä elämäntilannekriisit. Kehityskriisit ovat luonnollisia muutosvaiheita nuoren elämässä. Murrosiässä haasteita tuovat irtautuminen vanhemmista, seksuaali-identiteetin löytäminen sekä perheenulko-puolisen luottamuksellisen ihmissuhteen löytäminen. Nämä voivat olla nuorelle rankkoja, mutta kuitenkin välttämättömiä kehittyessä aikuisuuteen. Jokainen nuori on yksilö, joten kaikki kokevat kriisit yksilöllisesti. Yleensä kuitenkin näistä päästään yli perheestä sekä kavereilta saadun tuen avulla. (Hietala ym. 2010, 115.)

On siis tärkeää, että nuori saa vierelleen ystäviä. Muualta muuttanut nuori saattaa aluksi tuntea olonsa yksinäiseksi uudella paikkakunnalla vieraiden ihmisten joukossa, joten on hyvä tutustuttaa asuntolassa asuvia nuoria toisilleen erilaisilla keinoilla. Tutustuminen oma-aloitteisesti voi olla toiselle luontevaa, mutta toinen voi tuntea olonsa hyvinkin ahdistuneeksi ja tutustumisen toisiin nuoriin ylitysepääsemättömän vaikeana. Sosiaalinen vahvistaminen, niin yksilön näkökulmasta, mutta myös asuntolan yhteisöllisyyden luomisen kannalta on tärkeä nuo-

ren elämänvaiheessa, jolloin hän on muuttanut pois kotoa ja kohtaa paljon uutta.

Asuntolassa järjestetään asuntolailtoja, joihin toivotaan mahdollisimman monen nuoren osallistuvan. Asuntolailtoja pidetään kolme kertaa lukuvuodessa, yleensä tilana käytetään nuorisotalo Tippalaa. Iltojen tarkoituksena on käydä läpi yhteisiä asioita sekä mahdollisesti myös järjestää erilaisia kilpailuja ryhmätöiden muodossa. Esimerkiksi asuntolan solujen nimet sekä asuntolan nimi ovat näiden ryhmätöiden tuotoksia. Vuoden ensimmäisessä asuntolaillassa on määrätty jokaiseen soluun oma ”johtaja”, joka valvoo yleistä siisteyttä ja asioiden sujumista. Asuntolailtaan sisältyy myös ruokailu. Asuntolailtojen lisäksi ohjaaja järjestää elokuvailtoja, jolloin halukkaiden kanssa mennään Olokselle, Polar Centerille katsomaan elokuvaa. (Huttunen, 2015).

Asuntolailtojen tarkoitusta voidaan katsoa sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta, tavoitteena on synnyttää aitoa yhteisöllisyyttä. ”Innostaminen on ihmisten herkistämistä ja johdattamista yhteen. Se on sellaista kokemusten aikaansaamista, että ihmiset niiden vahvistamina uskaltavat vähitellen ilmaista itseään persoonallisesti yhä paremmin. Samalla vahvistetaan sellaisia yhteisöön kuulumisen tunteita, jotka saavat ihmiset toimimaan yhdessä yhteisten tavoitteiden suuntaan.” (Kurki 2005, 335.) Iltojen tarkoituksena on saada nuoria toimimaan yhdessä, mutta myös samalla tutustumaan keskenään.

Asuntolassa asuvia nuoria voidaan pitää yhteisönä, jolle on tärkeää tehdä erilaisia asioita yhdessä ja tutustua toisiinsa. Aito yhteisö ei synny itsestään, vaan pohjakeseen vaatii kasvun prosessin (Kurki 2005, 341). Yhteisöllisyyden tarjotaan ratkaisuksi lähes kaikkiin ongelmiin yhteiskunnassa, väkivallan kitkemisestä vanhemmuuden taitojen oppimiseen. Yhteisöllisyydellä tarkoitetaan kuulumista johonkin, liittymistä muihin ihmisiin, jolloin on mahdollista tuntee luottamusta, turvallisuutta sekä rutiinia arkipäivän toimintoihin. Yhteisöllisyyden käsitteeseen kuuluu myös jonkinlainen kontrolli, yhteisen vastuun kantaminen ja toisista huolehtiminen. Uhka erilaisuuden kokemisesta voi myös aiheuttaa yhteisöllisyyden kokemusta. Tällaisessa tilanteessa ulkopuoliset, toisin ajattelevat ihmiset eivät ole myönteisiä voimavaroja, vaan muiden vastustaminen tuo onnistumisen kokemuksia. Pahimmassa tapauksessa tällainen yhteisö voi tuoda esille väkival-

taista käyttäytymistä ja ihannointia väkivaltaista käyttäytymistä kohtaan. (Hietala ym. 2010, 52)

On paljon opiskelijoita, niin nuoria kuin aikuisia, jotka pärjäävät loistavasti. Samalla kuitenkin tietoisuuteen tulee jatkuvasti lisää nuoria, joilla valmiudet selviytyä opiskelun arjesta ovat lähtökohtaisesti heikommät. Tällaisissa tilanteissa tarvitaan lisää tukitoimia. (Lundbom, Herranen 2011, 7) Muonion yksikön asuntolassa asuvien nuorten osalla on ihanteellinen tilanne siinä suhteessa, että nuoret käyvät koulua säännöllisesti. On yksittäisiä päiviä, jolloin nuori ei syystä tai toisesta ole kouluun mennyt. (Kurki, 2015.) On hyvä, että Muonion yksikössä ei ole ongelmia poissaolojen suhteen. Poissaoloihin on syytä puuttua heti, sillä ennakoivien toimenpiteet auttavat useimmiten nuorta selviytymään koulunkäynnistä. Varhainen puuttuminen auttaa nuorta pysymään luokkalaisten kanssa samassa tahdissa. Jo aiemmin mainitsin, kuinka itse koin pienen kouluyhteisön hyväksi, sillä esimerkiksi lukuisat poissaolot huomattiin ajoissa ja niihin pystyttiin puuttumaan. Nuoren ollessa poissa koulusta ei aina ole kyse lintsaamisesta tai laiskuudesta, kyseessä voi olla myös nuoren psyykkinen huono olo. (Hietala ym. 2010, 66-67.)

### 3 VAPAA-AIKA

#### 3.1 Kaveripiiri

Olen jo aiemmin maininnut kaveripiirin merkityksestä nuoren elämässä. Nuorella kaverit alkavat nousta entistä tärkeimmiksi ja heidän kanssaan vietetään enemmän aikaa, kun taas samalla vanhempien merkitys nuorten elämässä muuttuu. Nuori ei koe enää vanhemmistaan riippuvuutta, kun todellisuudessa vanhempien rooli ja merkitys nuoren elämässä on tärkeä. Nuorella voi olla eri kaverit harrastuksissa, koulussa tai kotipihalla, mutta kaikki ovat tärkeitä nuorelle omalla tavallaan. Ystävyysuhteissa kehittyy myös paljon oleellisia taitoja tulevaa elämää ajatellen. Nuori saa esimerkiksi mahdollisuuden hakea itselleen sopivaa tasapainoa läheisyyden ja erillisyyden välillä. Lisäksi nuori kokeilee,

kuinka oma itsensä hän pystyy olemaan kavereiden kanssa tai kuinka paljon antaa kavereiden sanella käyttäytymistään, jopa arvoja ja ajatuksia. Samalla nuori oppii huomaamaan, ettei asiat ole niin mustavalkoisia, jokaisessa on hyviä ja huonoja puolia, silti on mahdollista olla ystäviä ja samalla kykenee hyväksymään erilaisuutta. (Jarasto ym. 1999, 90.) Sosiaaliset suhteet toimivat nuorelle useimmiten myönteisenä voimavarana.

Kavereiden merkitys on kyseenalainen, jos kaveriporukka painostaa jäseniään ei-toivottuun, jopa lainvastaiseen toimintaan. Nuoren on silti vaikea kieltäytyä, kun kaverit painostavat. Terve omanarvontunto kuitenkin auttaa, ja sen omaava nuori jättää tekemättä asioita, jotka ovat haitallisia. Nuori peilaa itseään toisiin nuoriin, miettii mitä muut ajattelevat hänestä. Myönteinen palaute on tärkeää, kun taas kielteinen voi pahimmillaan vaikuttaa nuoren kielteiseen tapaan ajatella itsestään, jolloin nuoren kehittyvä itsetunto saattaa kärsiä.

Muistan itse myös hyvin sen, kuinka tärkeässä roolissa kaverit olivat lukioaikoina, jolloin minua ei paljoa kotona näkynytään. Ajanvietto kavereiden kanssa, niin hyvässä kuin pahassa meni kaiken muun edelle. Omasta mielestäni pienen kunnan, kuten Muonion etuja on se, että piirit ovat pienet ja iästä riippumatta ihmiset voivat viettää keskenään aikaa ilman suurempaa ihmettelyä. Lisäksi positiivisia puolia on se, että nuorten taustoista tiedetään jonkin verran, kuten esimerkiksi päihteiden ja muiden käytöstä, jolloin on mahdollista miettiä, ketä haluaa ystäviksi vierelleen.

Kunnassa on nuorisotalo, Tippala joka on auki tiistaisin, torstaisin sekä perjantaisin. Yläikäraja nuorisotalolle on kahdeksantoista vuotta. Normaalien aukioloaikojen lisäksi järjestetään myös yötön yö tapahtumia, jolloin valvotaan pelaten ja elokuvia katsellen. Nuorisotalon alakerrassa on bänditilat, joissa on mahdollista käydä soittamassa joko bändin kanssa tai itsekseen, yhteisillä soittimilla. (Lanuti 2015.) Soittimilla on kaikkien mahdollista soittaa, kunhan vuoroista sovi-taan. Bändin perustaminen vaatii nuorilta jonkin verran oma-aloitteisuutta ja myöhemmin yhteistyökykyä, että homma toimii ilman ohjattua toimintaa. Nuorisotalo Tippala on paikka, jossa on mahdollista tutustua muihin kunnassa asuviin nuoriin tai mennä esimerkiksi omalla kaveriporukalla viettämään aikaa erilaisten aktiviteettien pariin. Nuorisotalolta löytyy mm. biljardipöytä, TV ja pelikonsoleita.

Mielestäni nuorisotalo Tippalan kokonaisuus on hyvä pieneen Muonion kokoiseen kylään, tarjolla on kuitenkin paikka, minne nuori voi mennä ja kokea kuuluvansa johonkin porukkaan. Lisäksi on hienoa, että alakertaan on luotu bänditilat, joissa on mahdollista ilmaista itseään luovalla puolella. Muistan, kuinka tärkeänä itse koin nuorempana mahdollisuuden mennä nuorisotalo Tippalaan muiden nuorten kanssa viettämään aikaa, sekä tutustumaan muilta paikkakunnalta tulleisiin oppilaisiin. Pienessä kylässä kun ei paljoa mahdollisuuksia ollut silloin, eikä ole vielä tänäkään päivänä. Tällöin nuorisotalon olemassa olon tärkeys vahvistuu, se on monelle nuorelle paikka, jonne mennä viettämään iltaa ja sinne ovat kaikki yhtä tervetulleita.

### 3.2 Liikunnan merkitys

Liikunta edistää hyvinvointia monella tapaa, sillä on myönteisiä vaikutuksia nuoren kasvuun, oppimiseen, kehitykseen, terveyteen ja näin ollen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Liikuntasuosittelun mukaan nuoren tulisi liikkua monipuolisesti 1-2 tuntia päivässä. Tutkimusten mukaan yli puolet nuorista ei liiku riittävästi terveytensä kannalta, sillä nuorena luodaan pohja elinikäiselle liikunnan harrastamiselle sekä terveille elintavoille. Liikunnalla on myös keskeinen merkitys sosiaalisten suhteiden luomisessa, erilaiset ryhmäliikunnat muodostavat suhteita toisiin nuoriin. Lisäksi liikunnalla on merkitystä ilon ja innostuksen lähteenä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2015.)

Nuoret ovat yksi väestöryhmä, jonka toivotaan katsovan terveelliseen tulevaisuuteen. Tilastolliset tulokset osoittavat, että nuoret liikkuvat toivottua vähemmän. Viimeistään yläkouluiässä nuorena aloitetulla liikunnalla on tapana hiipua. Mukaan tulee kavereiden kanssa vietetty aika ja liikunnan tilalle muut virikkeet. Yhteiskunnallisella tasolla katsottuna liikunta edistää kansanterveyttä. Ihmisen liikkuesssa elämä on tervettä ja terve elämä koetaan hyväksi. Laskelmien mukaan jokainen veroeuro joka kohdistetaan liikunnan edistämiseen tuottaa itsensä tulevaisuudessa moninkertaisena takaisin, vähentyneinä terveydenhuollon kuluina. (Rannikko & Harinen 2013, 6.)

Monet nuoret ja lahjakkaat urheilijat valitsevat vähemmän uhrauksia vaativan elämänpolun. Nuoret panostavat varmempaan ja vakaampaan tulevaisuuteen valitsemalla opinnot ja työelämän tavoitteellisen urheilun sijasta. Vapaa-ajalle ja ihmissuhteille jää myös enemmän aikaa. (Piispa 2013, 14) Valinta on kuitenkin mielestäni ymmärrettävä, on kuitenkin kyse tulevaisuudesta ja ratkaisu valita opinnot ja työelämä on turvallisempaa. Tosin silloin valinta sulkee pois mahdollisuudet menestyä huippu-urheilijana.

Muoniossa harrastusmahdollisuudet eivät ole laajat, kun vertailukohteeksi otetaan esimerkiksi kaupungit. Kunnan nuorisotoimi järjestää joitakin harrastuksia ja niille ohjaajia, mutta pääsääntöinen painopiste on kuitenkin nuoremmille harrastajille. On kuitenkin mahdollista saada varattua liikuntahallilta vuoroja, jos haluaa harrastaa omatoimisesti. Esimerkiksi sulkapallon pelaamiseen on mahdollisuus lainata myöskin yhteisiä välineitä. Toisaalta verrattuna kaupunkeihin esimerkiksi kuntosalien käyttö on halvempaa ja tulokset ovat kuitenkin samat. Kaupungissa harrastusten kustannukset ovat melko suuret, eikä kaikilla ole varaa maksaa lapsensa harrastuksia.

Erilaiset ryhmäliikunnat mahdollistavat nuorten keskenään tapahtuvan tutustumisen. Heikki Tervola kuvaa opinnäytetyössään mielestäni hyvin sitä, mitä joukkuelajien merkitys nuoren elämässä on parhaimmillaan.

”Olen huomannut, että palloilu- ja erityisesti joukkuelajit yhdistävät erilaisia ihmisiä heidän iästä tai taustoista riippumatta. Joukkuelajien voima on se, että pelit keräävät samasta lajista ja asioista kiinnostuneet ihmiset yhteen toteuttamaan samaa, yhdessä asettamaansa päämäärää. Tämän tavoitteen toteuttamiseksi joukkueen jäsenten henkilökiemiat ja keskeiset suhteet, sekä ryhmädynamiikka nousevat avainasemaan. Jokaisen ryhmän jäsenen täytyy tietää oma paikkansa ja roolinsa joukkueessa tai ryhmässä, jotta kaikki voivat antaa parhaansa tavoitteen toteuttamisessa.” (Tervola 2014, 11.)

### 3.3 Internet ja pelaaminen

Nuoret elävät erilaisten tietoteknisten välineiden avulla jatkuvasti sekä virtuaali- että aktiivimaailmassa. Erilaisten koneiden ja laitteiden parissa vietetään yhä enemmän aikaa, ja niistä on muodostunut kiinteä osa arkea. Onko tämä kehityksen suunta hyvä tai paha, sitä on mahdoton sanoa. Ehkä se on vähän molempia. Monen nuoren aika kuluu jo enemmän koneen ääressä kuin toisten kanssa kasvokkain seurustellessa. Myös yhteinen tekeminen on siirtynyt enemmän virtuaalimaailmaan. Piholla ja muilla yhteisillä paikoilla aiemmin tapahtuneen touhuamisen tilalle on tullut persoonaton laite. (Jouhi 2014, 121.)

Internet sovelluksineen on oppimisympäristönä ainutlaatuinen, nopea tiedonetsintäpaikka. Sähköposti on halpa sekä nopea yhteydenpitotapa. Tämän lisäksi käytettävissä on yhteydenpitämiseen monia erilaisia sovelluksia, kuten whatsapp, jossa on mahdollista lähettää viesti ilmaiseksi toiselle. Viesti menee heti perille ja vastaanottaja saa siitä ilmoituksen puhelimeensa, tähän tarvitaan ainoastaan internet yhteys. Oppimisen lisäksi internet on nuorilla käytössä viihtymisen sekä ajanvieton merkeissä. Netissä on mahdollista luoda itsestään persoona, sekä se on nuorille oikeasti olemassa oleva paikka.

Nuorista suurin osa viettää päivittäin tunteja tietokoneella, pelaten surffaamalla sekä katsomalla imuroituja elokuvia. Jonkin verran nuoret katsovat lempiohjelmiään TV:stä, mutta myös niitä seurataan netissä. Nuoret kuuntelevat ladattua musiikkia MP3:lta sekä lähettävät tekstareita ja puhuvat puhelimesta. Nuoren oma elämä, sosiaaliset kontaktit ja kohtaamiset tapahtuvat enemmän tai vähemmän jonkin välineen avulla. Asiat ovat muuttuneet vuosien varrella, joten nykyään nuoren arki on toisenlainen kuin aikaisempien sukupolvien. (Hietala ym. 2010, 24.)

Nettiriippuvuudesta puhutaan silloin, kun netti vie nuoren ajan, energian ja mahdollisesti rahat. Netissä oleminen muuttuu pakonomaiseksi ja hallitsemat-

tomaksi, tämä näkyy muille elämänalueilla. Riippuvaisella onnen tunne liittyy siihen, kun pääsee koneelle ja siinä olemiselle. Puhutaan niin sanotusti nettihumaltumiseen. Koneella vietetään aikaa enemmän ja enemmän, eikä mikään tunnu riittävän. Lisäksi koneelle pääsemisen estyminen aiheuttaa vieroitusoireita. (Hietala ym. 2010, 53-54.)

Taloustutkimus Oy:n vuoden 2014 tekemän tutkimuksesta selviää digipelaamisesta koituvia ongelmia. Tutkimuksessa haastateltiin tuhatta henkilöä, jotka olivat iältään 15 vuotta täyttäneitä, suomalaisia. Vastaajista 40 prosenttia arvioi, että mahdollisesti digipelaaminen on aiheuttanut haittoja jollekin läheiselle, kun taas itselle on kokenut haittaa olevan 19 prosenttia vastaajista. Päivittäin pelaavilla haittoja oli kokenut yli neljännes, 26 prosenttia. (mtv 2014.)

Suurin osa nuorista pelaa tietokonepelejä ainakin muutamia tunteja viikossa. Nuorille, joilla se jää muutamaan tuntiin viikossa pelaaminen on mukavaa ajankulua, rentoutumista sekä sosiaalista kanssakäymistä muiden nuorten kanssa. Paljon pelaava nuori taas käyttää pelaamiseen monia tunteja päivittäin. Paljon pelaavan nuoren kohdalla riskit liittyvät elämän kapeutumiseen, sillä pelaamisen parissa vietetty aika on pois jostakin muualta. Riskipelaamisen on todettu olevan yhteydessä heikkoon itsehallintaan, aggressiivisuuteen sekä levottomuuteen. Väkivaltapeliin kiehtovuus voi olla yhteydessä nuoren kokemaan väkivallan ihannointiin, joka voi aiheuttaa kyvyttömyyttä olla empaattinen muita kohtaan.

Tietokoneella vietetyt tunnit näkyvät yleensä väsymyksenä koulussa. Ensisijainen kontrolli tämän asian suhteen on nuorten kotona ja niillä aikuisilla, jotka ovat nuorta lähimpinä ilta- ja yöaikaan. Asuntolassa asuvan nuoren kohdalla kyseessä on siis asuntolanohjaaja, joka viettää aikaa nuorten parissa sekä seuraa heidän elämäänsä iltaisin, esimerkiksi tekemällä tarkastuksia iltaisin soluihin. Kaikki pelaamisen muodot, kuten rahapeliin pelaaminen, hallittu pelaaminen, riskipelaaminen, ongelmapelaaminen ja peliriippuvuus voi olla näkyvissä jo koulussa. Rahapelaamisesta nuori hakee elämyksiä ja tunnekokemuksia, jännitystä ja mahdollisesti voiton osuessa toiveiden toteutumisesta. Pelistä muodostunut riippuvuus ja ongelmapelaamisessa voi olla kyse itsetunto-ongelmista tai

kyvyttömyydestä kohdata omia ongelmia tai mielenterveysongelmista. (Hietala ym. 2010, 24-26.)

## 4 TULOSTEN ESITTELYÄ

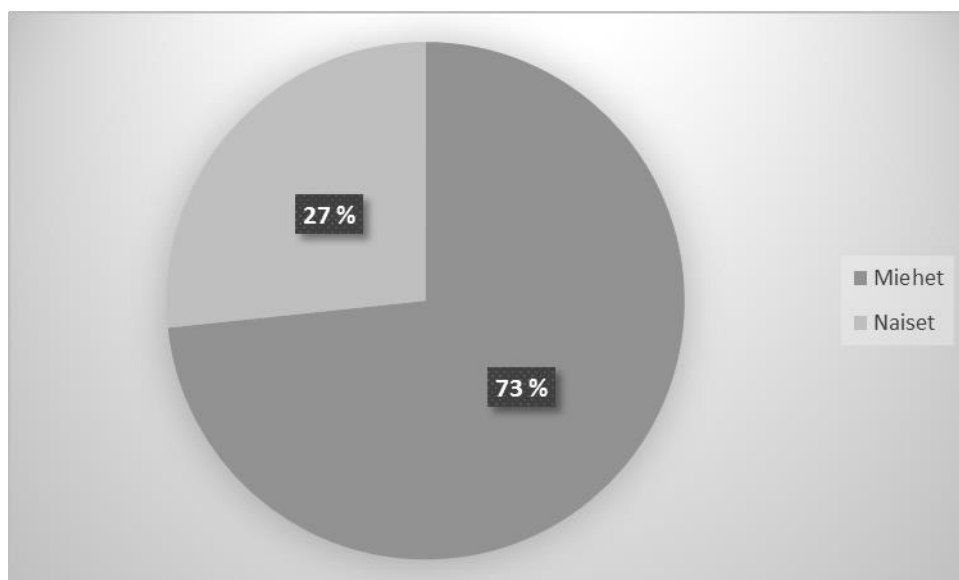
### 4.1 Kysely

Tein kyselyn yhteistyössä Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön rehtorin sekä asuntola- ja vapaa-aikaohjaajan kanssa. Kysely lähetettiin yhdeksälletoista yksikössä opiskelevalle nuorelle, jotka asuvat asuntolassa. ”Kysely on aineiston keräämisen tapa, jossa kysymysten muoto on standardoitu eli vakioitu. Vakiointi tarkoittaa, että kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään samat asiat, samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. Kyselyssä vastaaja itse lukee kysymyksen ja vastaa siihen. Kyselylomaketta käytetään, kun havaintoyksikkönä on henkilö ja häntä koskevat asiat esimerkiksi mielipiteet, asenteet, ominaisuudet, tai käyttäytyminen.” (Vilkkä 2007, 28.)

Tutkimuksessa on käytetty menetelminä sekä kvantitatiivista eli määrällistä sekä kvalitatiivista eli laadullista, tarkoituksena on saada tietoa mistä on hyötyä mahdollisimman monelle ihmisille. Selvityksen tekovaiheessa laadullinen tutkimus oli keskeisessä roolissa, sillä kohderyhmänä oli tietyt nuoret sekä haastattelun muotona oli avoimia kysymyksiä. Tuloksien analysoinnin kohdalla käytin määrällisen tutkimuksen menetelmiä, esimerkiksi selkeytin asioita kuvioiden avulla. Tämän opinnäytetyön tarkoitus, johon selvitys keskeisesti liittyy, on tarkoitus tuottaa tietoa Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön lisäksi myös kaikille muille asuntolassa työskenteleville ja antaa mahdollisuuden soveltaa tuloksia myös erilaisissa tilanteissa. (Pitkäranta, 2014.) Kyselyn tarkoituksena oli tehdä selvitys siitä, miten nuori viettää vapaa-aikaansa ja minkälaista toimintaa he kaipaavat vapaa-ajalleen. Lisäksi tein selvitystä siitä, tuntevatko nuoret olonsa turvalliseksi asuntolassa tai esiintyykö heidän keskuudessaan kiusaamista, sekä puututaanko siihen. Perustietoja kyselin sen vuoksi, että saan selvil-

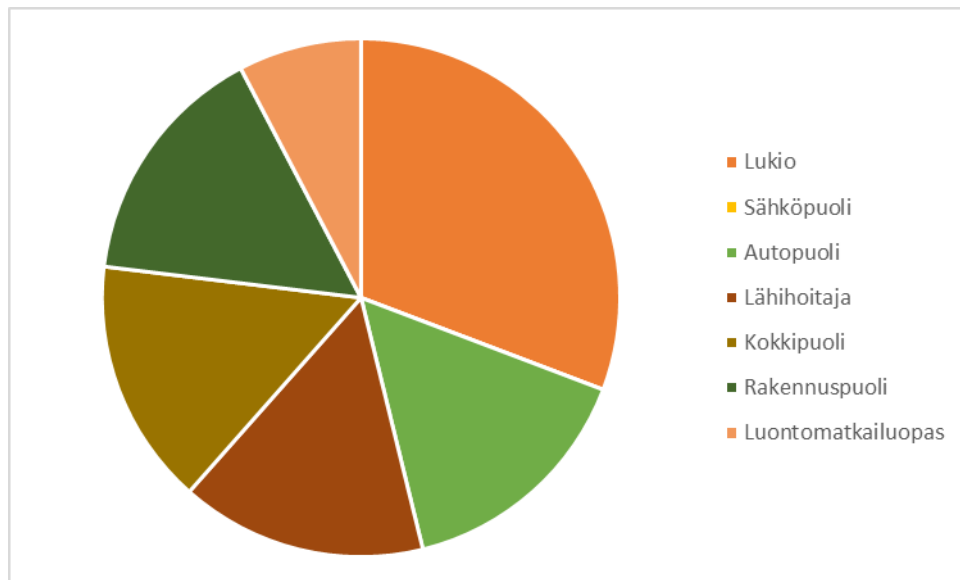
le hieman taustatietoja, onko nuorten ikäjakauma kuinka suuri sekä kuinka suuri ero on tyttöjen ja poikien määrässä.

Kysely tuotettiin webropol-palvelun avulla ja lähetettiin sähköpostin kautta henkilökohtainen linkki yhdeksälletoista Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikössä opiskelevalle ja asuntolassa asuvalle nuorelle. Lisäksi kysely käännettiin englannin kielelle yhteistyössä vapaa-ajanohjaajan kanssa, sillä asuntolassa asuu muutamia opiskelijoita, jotka ovat ulkomaalaisia. Vastauksia sain yhteensä viisitoista kappaletta, joista neljätoista oli vastattu suomenkieliseen kyselyyn sekä yksi englannin kielellä. Enemmistö selvitykseen vastanneista oli miespuolisia, joita vastaajista oli yksitoista kappaletta, kun taas naispuolisia oli vastaajista ainoastaan neljä kappaletta.

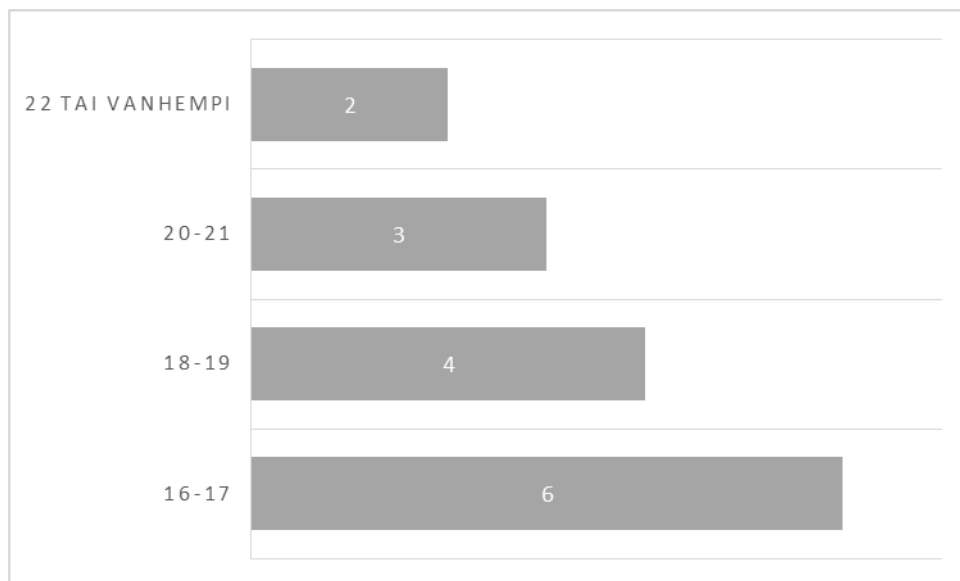


Kuvio 1. Selvitykseen vastanneiden sukupuolijakauma

Sukupuolen lisäksi selvityksen alussa kysyin nuorilta, minkä ikäisiä he ovat, sekä mitä koulutusala he käyvät Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikössä. Selvitykseen vastanneet olivat jakautuneet sopivasti eri koulutuslinjoille, jolloin vastaukset ovat kerätty tasaisesti kaikilta koulutuslinjoilta.



Kuvio 2. Selvitykseen vastanneiden koulutusalat



Kuvio 3. Selvitykseen vastanneiden ikäjakauma

Selvitykseen vastanneista enemmistö jakautui 16- 17 vuotiaiden ikäryhmään. Vanhempia opiskelijoita asuu myös asuntolassa, kuten ikäjakaumasta on huomattavissa.

## 4.2 Asuntolassa eläminen

Asuntolassa eläminen voi tuoda monelle nuorelle erilaisia haasteita elämään. Mahdollisesti aiemmin on ollut itsellään käytössä kokonainen huone, kun taas asuntolaan muuttaessa on mahdollista, että huone on jaettava toisen oppilaan kanssa. Lisäksi koti-ikävä voi aluksi vaivata toisia, kun taas toisille on luonnollista ja tuntuu hyvältä muuttaa pois kotoa. Asuntolan säännöt voivat poiketa niistä, mitä kotona on ollut, eikä välttämättä tunnut mieluisalta palata sovittuun kellonaikaan tai pyytää vieraita lähtemään sovittuna aikana. Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolan sääntöjen kohta kolme käsittelee vierailijoita. Ulkopuolisten vieraiden on poistuttava asuntolalta ilta yhdeksään mennessä. Toisessa solussa vierailevien on palattava omiin soluihinsa ilta kymmeneen mennessä. Vierailijoiden majoittaminen omassa solussa on kiellettyä. Asuntolan säännöt koskevat myös vierailijoita. (Asuntolan säännöt, 2015)

Kysyin selvityksessäni, kuinka monta vuotta opiskelijat ovat asuneet asuntolassa. Suurin osa selvitykseen vastanneista oli asuntolassa ensimmäistä vuotta, heitä oli yksitoista kappaletta. Kolme selvitykseen vastanneista kertoi asuvansa asuntolassa toista vuotta ja ainoastaan yksi vastanneista asui kolmatta vuotta asuntolassa.

Toinen ihminen nauttii hiljaisuudesta ja rauhallisuudesta, kun taas toinen kokee olonsa turvattomaksi yksin. Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolassa on mahdollista, että nuori saa huoneeseensa huonekaverin. Lukion oppimäärää suorittava opiskelija kuitenkin saa huoneen omaan käyttöönsä, jolla pyritään takaamaan opiskelurauha (Kurki, 2015.) Tekemässäni selvityksessä kysyin opiskelijoilta huonejärjestelyistä. Yksi selvitykseni kysymyksistä oli avoin kohta ”Jos sinulla on huonekaveri, onko hän muuttanut tilannetta huonompaan tai parempaan suuntaan, miten?” Tässä muutama suora lainaus, joita vastauksissa sain.

*”Parempaan, katsomme elokuvia yhdessä ja käymme hyviä keskusteluja”  
(Poika, 20v.)*

*”Parempaan päin. Noudattaa asuntolan sääntöjä hiljaisuudesta” (Poika, 17v)*

*”Ei muuttunut” (Poika, 17v)*

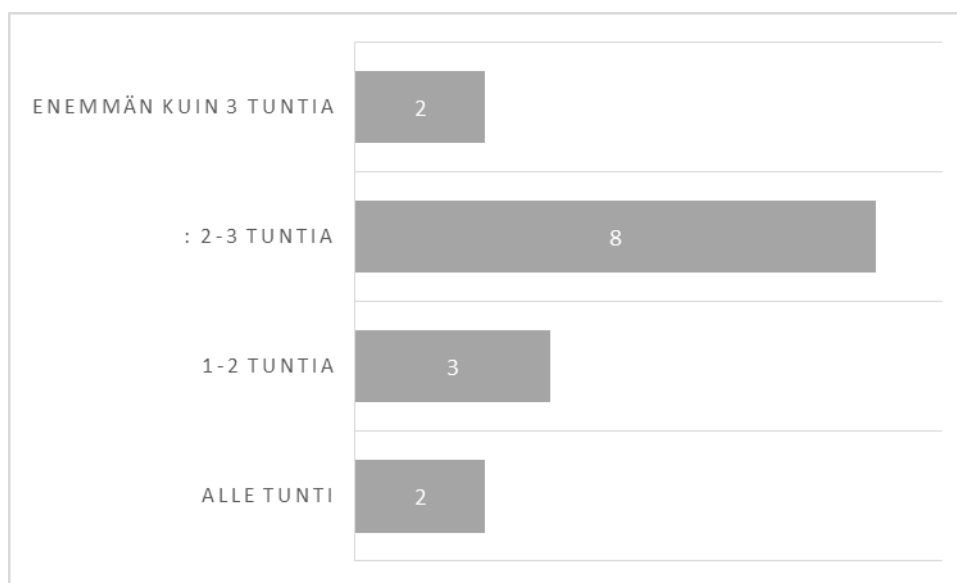
Selvitykseen vastanneista oli selvästi huomattavissa kaksi eri näkökulmaa. Tilanne ei ollut muuttunut mitenkään, huonekaverin kanssa tai ilman tai vaihtoehtoisesti nuori koki positiivisena ja menneen parempaan suuntaan saadessaan huonekaverin. Yksikään selvitykseen vastanneista ei kokenut, että huonekaveri olisi ajanut huonompaan tai negatiiviseen suuntaan elämäänsä. Huonekaverilla voi olla merkittäviä vaikutuksia nuoren opiskeluun ja hyvinvointiin. Esimerkiksi hiljaisuutta rikkova nuori ei tee ainoastaan haittaa itsellensä vaan myös huonekaveri joutuu tilanteessa sijaiskärsijäksi. Toisaalta taas ujon ja hiljaisen on kommunikoidava asioista huonekaverinsa kanssa ja saada hänestä arvokkaan ystävän opiskeluajoille.

Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolaan on tehty säännöt, jotka jaetaan kirjallisena kaikille asuntolaan muuttaville nuorille. Asuntolan sääntöjen kohta kaksi käsittelee työ- sekä yörauhaa. Kohdassa asuntolaa verrataan kodiksi, viitaten kotirauhaan ja sitä rikkoviin säädöksiin. Hiljaisuus asuntolassa alkaa kello yksitoista illalla, toisen oppilaan sitä rikkoessa on asiasta ilmoitettava asuntolanhoitajalle tai muulle henkilökunnalle. Kohta viisi säännöistä käsittelee yhteisten tilojen käyttöä. Yhteisistä tiloista on poistuttava ilta kymmeneen mennessä. Lisäksi kohdassa sääntökohta, joka käsittelee siisteyttä. Yhteiset tilat on pidettävä siisteinä. Jokainen solu siistitään torstaisin, solussa asuvien opiskelijoiden toimesta, (Asuntolan säännöt, 2015.)

Sääntöjen noudattamisen lisäksi ongelmia alkuun voi tuoda ymmärrys siitä, ettei kukaan siivoa nuoren jälkiä, tai ruoka ei ole valmiina odottamassa. Pyykkien peseminen ja muun perus siisteyden ylläpitäminen voi tuoda aluksi hankaluuksia, myös myöhemmällä iällä. Kaikki viisitoista selvitykseen vastannutta koki, että on sisäistänyt asuntolan säännöt ja rajoitukset, sekä noudattaa niitä. Viidestätoista kyselyyn vastanneista neljätoista oli sitä mieltä, että he eivät kaipaa minkäänlaista ohjeistusta tai valvontaa, kun taas yksi vastanneista oli toivonut

”paikkojen siistinä pitämisen suhteen, silleen kohtuudella” (mies, 22v). Ammat-  
tiopisto Lappian, Muonion yksikön ravintolakokki opiskelijat olivat juuri tehneet  
opintoihinsa kuuluvana projektina siivoamiseen liittyvät ohjeet, jotka laminoitiin  
ja kiinnitettiin asuntolassa jokaisen solun seinälle. Lisäksi rehtorilla on tarkoitus  
käydä välissä katsomassa, että solut ovat pysyneet siistinä. (Kurki, 2015.)

Koulun ja tehtävien tekemisen jälkeen opiskelijalle jää kuitenkin aikaa myös va-  
paaseen toimintaan. Kysyin selvityksessä nuorilta, miten he mieluiten viettävät  
vapaa-aikansa. Vastauksista on havaittavissa kaksi asiaa, joita nuoret tekevät  
mieluiten vapaa-ajallaan, pelaaminen ja liikunnan harrastaminen erilaisissa  
muodoissa. Näiden lisäksi vastauksista selvisi, että osa viettää mielellään ai-  
kaansa luonnossa liikkeessään sekä kavereiden kanssa viettämällä aikaa, eri-  
laisissa muodoissa. Kysyin myös selvityksessä, kuinka paljon nuoret viettävät  
ruutuaikaa, päivittäin. Alla olevasta kaaviosta selviää, kuinka monta tuntia ja  
kuinka moni nuori viettää ruutuaikaa päivittäin.



Kuvio 4. Selvitykseen vastanneiden nuorten viettämä ruutuaika päivittäin

Lisäksi kysyin selvityksessäni, tietävätkö nuoret koulun tarjoamia mahdollisuuksia vapaa-ajan viettoon. Viidestätoista vastaajasta viisi nuorta vastasi, että he eivät tiedä mitä koululla on tarjottavana vapaa-ajalle. Vastaajista kymmenen osasi kertoa, millaisia mahdollisuuksia koulu tarjoaa vapaa-ajalle, näistä kerrottiin mm. salibandy vuorot, punttisalin käyttö, elokuvaillat sekä nuorisotilat. Selvi-

tykseen vastanneista kolmasosa nuorista ei tiennyt tai osannut nimetä vapaa-ajalle tarjottuja aktiviteettejä, joten tiedottaminen voisi olla yksi mahdollisuus edistää nuorten aktiivisuutta vapaa-ajalla. Jatkokysymyksenä selvityksessäni oli, että osallistuvatko nuoret koulun tarjoamiin vapaa-ajan toimintoihin. Kyselyyn vastanneista seitsemän kertoi käyvänsä, näistä suosituimmat olivat salibandy vuorot sekä elokuva-illat, joita järjestetään.

Salibandy vuorot ovat kaikin puolin nuorelle hyvä vaihtoehto, koska ne vaikuttavat moneen asiaan. Osallistuessaan nuori saa liikuntaa, mutta myös sen lisäksi nuori tuntee kuuluvansa yhteisöön. Tässä tapauksessa yhteisö on joukkue.

#### 4.3 Turvallisuus

Turvallisuus on laaja käsite ja se voi nostaa ajatuksia eri ihmisille eri tavalla. Tässä opinnäytetyössä tarkoitan kuitenkin turvallisuudella sitä, ettei kenenkään oppilasasuntolassa asuvan nuoren tarvitse pelätä, että häntä satutettaisiin fyysisesti tai psyykkisesti. Näillä tarkoitan esimerkiksi kiusaamista tai uhkaavia tilanteita, kuten toisen nuoren mielentilan tai muun seikan aiheuttamia ongelmia. Ammatillisen peruskoulutuksen lain 28§ mukaan opiskelijalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (asetus ammatillisesta koulutuksesta 787/2014).

Selvityksen tuloksia läpikäydessä tuli hyvin esille se, että Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolassa asuvat nuoret kokevat elämänsä asuntolassa turvalliseksi, eivätkä näe turvallisuuden tai muiden asioiden suhteen tarvetta parantamiseen. Minun mielestäni tämä on kuitenkin asia, jolla on suuri merkitys nuoren koulunkäynnin kannalta ja on hyvä, ettei selvitykseen vastanneet nuoret kokeneet turvattomuuden tunnetta. Jos oloaan ei tunne turvalliseksi voi olla haastavaa esimerkiksi saada iltaisin unenpäästä kiinni.

Kiusaaminen on ollut paljon esillä viime aikoina, niin sosiaalisessa mediassa kuin ihan arkipäivässä kouluissa. Kiusaaminen on vakavaa, ja siihen on puututtava havaittaessa. Jokainen kokee kiusaamisen eri tavoin. Periaatteessa kuka tahansa voi joutua kiusaamisen kohteeksi. Tutkimukset ovat kuitenkin osoitta-

neet, että on muutamia seikkoja, jotka voivat altistaa kohteeksi joutumiseksi, näitä ovat esimerkiksi poikkeava ruumiinrakenne, kuten ylipaino. Lisäksi motorinen kömpelyys, vähäinen seurallisuus, sekä oppimisvaikeuksista kärsivällä lapsella on todettu muita suurempi riski joutua kiusatuksi. (KivaKoulu 2015.) Turvallisuutta asuntolan kaltaisessa yhteisössä tuo myös se, ettei kukaan koe kiusaamista.

Vaikka arkikielen sanalla ”kiusaaminen” viitataan usein kiusoitteeluun tai hännäämiseen, pieneen kiusantekoon, termillä on psykologisessa kielenkäytössä toinen merkitys. Kiusaamisella tarkoitetaan yhteen ja samaan henkilöön toistuvasti kohdistuvaa tahallisen vihamielistä käyttäytymistä – oikeastaan minkä tahansa harmin, haitan tai pahan mielen tarkoituksellista aiheuttamista. Toistuvuuden lisäksi kiusaamiselle on ominaista osapuolten epätasaväkisyys: kiusaaja on jollain lailla kiusattua vahvempi. Tämä epätasaväkisyys voi perustua ikään, fyysiseen voimaan, asemaan ryhmässä, tukijoukkoihin (kiusaajia on monta, kun taas kiusattu on yksin) tai joihinkin muihin ominaisuuksiin tai resursseihin. Olennaista on, että kiusaajalla on valtaa tai voimaa, jonka avulla hän saa yliotteen kiusatusta. Kiusaaminen on vallan tai voiman väärinkäyttöä. (Salmivalli 2003, 12.)

Kiusaamisella on monia muotoja. Moni nuori kokee itsensä yksinäiseksi ja heillä voi olla vuosien ajalta kokemuksia siitä, että on jäänyt syrjään luokkayhteisöstä, vaikka on siirtynyt luokalta toiselle. Nuoresta ulkopuolisuus voi tuntua kiusaamiselta. Se on syrjään jättämistä, ilmehtimistä, elehtimistä, puhumattomuutta, sanoilla satuttamista ja joissain tapauksissa myös kiinnikäymistä. Kiusaamista on muuallakin kuin koulussa, kuten netissä tai harrastusporukoissa. Nettikiusaaminen on yleistä, vaikka siitä ei yleensä aikuiselle kerrota. Netin erilaiset virtuaalilyhteisöt tarjoavat paljon mahdollisuuksia kiusaamiselle, joka voi olla vakavaakin. Kiusaaminen voi olla esimerkiksi valokuvien muuntamista ja manipulointia, juoruja ja perättömiä puheita on mahdollista laittaa erilaisille foorumeille ja kiusattavaa nuorta voidaan pilkata vaatteiden, ihonvärin, seurustelukumppanin tai perheenjäsenten takia. Internetissä kiusaamisen kynnyks on matala, koska kiusaaja ja kiusattu eivät tarvitse kohdata toisiaan kasvotusten ja kiusaajan on mahdollista esiintyä myös anonyyminä. Nettiin leviävä materiaali voi olla erityi-

sen vahingoittavaa, sillä kirjoitettuja tekstejä tai valokuvia on mahdoton saada kokonaan pois. Puhelimella on nykyään mahdollista ottaa myös niin sanottuja valokuvakaappauksia, mikä tarkoittaa puhelimella otettua kuvaa omasta näkymästä.

Henkilökohtaisesti itseä on kiinnostanut internetin palvelu ask.fm. Sovelluksessa on mahdollista perustaa oma profiili tai toimia anonyyminä. Tarkoituksena on, että kysellään toisilta asioita, joihin halutaan vastauksia. Olen seurannut sivusta vuosia tätä palvelua, kiinnostuneena tuntemieni nuorten sivustoista. Nuoren on mahdollista päättää, mihin kysymyksiin vastaa. Vastatessa kysymys sekä vastaus tulee kaikkien näkyviin. Sovellukseen on mahdollista ladata myös kuvia. Olen huomannut, että nuoret vastaavat todella henkilökohtaisiin kysymyksiin palvelussa. Avoimesti kysymykset ja niihin liittyvät vastaukset koskevat muun muassa nuoren seksielämää tai muita henkilökohtaisia asioita. Olen hämmentyneenä katsonut, kuinka moniin kysymyksiin nuoret vastaavat sekä kuinka paljastavia kuvia he lataavat. Olen keskustellut palvelusta muutamien nuorten kanssa ja on käynyt ilmi, etteivät he ole tajunneet kuinka näkyvä profiili on ja kuinka helposti se on löydettävissä. Ask.fm sovelluksessa esiintyy paljon kiusaamista, joko nuoren omalla sivustolla on haukuttu tai jollain tavalla haluttu nolata kyseinen nuori, mutta näiden lisäksi erilaiset kysymykset ”mp siitä henkilöstä” eli on kysytty mielipidettä jostain henkilöstä julkisesti eikä vastaukset ole olleet imartelevia.

Internetissä on valvojia erilaisilla foorumeilla, kuten esimerkiksi nuorisotyöntekijöitä, joita on helppo lähestyä profiilien avulla. Yhteistyössä toimii myös virtuaalisen lähipoliisiryhmän kanssa. Tämä mahdollistaa nopean puuttumisen niin kiusaamiseen, mutta myös kaikenlaiseen rikolliseen toimintaan verkossa. Tavoitteena on luoda käsitys netinkäyttäjälle, että internetissä pätevät samat säännöt verkossa kuin muuallakin yhteiskunnassa. Näistä esimerkkeinä sananvapaus, kunnianloukkaus sekä laitton uhkaus. (Hietala ym. 2010, 47-50.)

Tekemästäni selvityksestä käy ilmi, että ainoastaan yksi asuntolassa asuvista nuorista on joskus joutunut kiusaamisen kohteeksi, mutta asiasta ei ole kerrottu eteenpäin. Muut vastanneista koki, ettei asuntolassa ole kiusaamista tai he eivät tiedä tapauksia. Selvityksen avoimista kohdista yhdessä kysyin ” Jos olet

joutunut kiusaamisen kohteeksi tai tiedät, että toista oppilasta kiusataan, onko asiasta kerrottu eteenpäin, kenelle?” Tässä muutamia suoria lainauksia vastauksista, joita sain:

*”En tiedä että kukaan olisi joutunut kiusaamisen kohteeksi” (tyttö, 20v.)*

*”Ei ole kiusaamista” (poika, 16v.)*

Kiusaamisesta ja siihen liittyvistä toimenpiteistä selvitykseen vastanneet nuoret olivat kaikki samaa mieltä. He kokivat, ettei kiusaamista ole tai he eivät ainakaan tiedä tapauksia, että toista oppilasta kiusattaisiin. Asiasta ei ole keskusteltu tai kerrottu eteenpäin, sillä siihen ei ole ollut heidän mielestään tarvetta.

## 5 KEHITTÄMINEN

### 5.1 Nuorten toiveet

Opinnäytetyön tarkoitus oli tehdä selvitys Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolan nuorten vapaa-ajan viettämisestä tällä hetkellä, mutta lisäksi tarkoituksena on kehittää sitä nuorten toiveiden mukaiseksi. Kyselyssä kysyin nuorilta, millaisia toiveita heillä olisi vapaa-ajalla järjestettävän toiminnan suhteen vai ovatko he tyytyväisiä tällä hetkellä järjestettäviin aktiviteetteihin. Teettämässäni selvityksessä kohta kahdeksantoista oli kysymys ”Millaista toimintaa kaipaisit vapaa-ajallesi?” Tässä muutama suora lainaus, joita selvityksessä sain.

*”Asuntolatovereiden kanssa olisi vaikkapa kiva maalata tavoilla joita en itse pysty toteuttamaan, esim. suurehkoille vanerilevyille tai tauluille eri tekniikoin. Niillä voisi vaikka korvata solussa olevat taulut. Tai esim. graffiittimaalaus ulkona.” (tyttö, 21v.)*

*”Enemmän asuntolailtoja (joissa tarjolla ilmaista ruokaa).” (tyttö, 21v.)*

*”Talvella olisi aivan mahtavaa jos voisi järjestää kyydit Olokselle ja saada vähintään alennusta laskettelusta (tai ilmaiseksi)” (tyttö, 21v).*

*”Liikuntaa enemmän” (poika, 17v).*

*”Lisää ulkopelejä” (poika, 17v).*

Nuorten vastauksista nousi selvästi kaksi asiaa muita enemmän esille, joita he kaipaivat vapaa-ajalleen. Toinen näistä oli liikunta, erilaisissa muodoissa, kuten erilaiset ulkopelit, laskettelu ja muut yhteiset ryhmäliikunnat ja muut. Sen lisäksi nuorten ehdotuksista nousi esille luovan ilmaisuuden puoli. Erilaisia maalauksen tapoja, sekä erilaisten välineiden käyttö niiden tuottamisessa oli yksi nuorten mielenkiinnon kohteista. Lisäksi muutamat vastaukset koskivat ruokaa ja sen valmistusta, kuten esimerkiksi grillausta oli toivottu. Osa vastanneista koki, ettei tarvitse vapaa-ajalleen mitään aktiviteettiä lisäksi.

## 5.2 Kehitysideoita

Selvitykseen vastanneet nuoret halusivat samanlaisia asioita vapaa-ajaltaan. Keskeisinä näistä nousi esille liikunta eri muodoissa, sekä yhteinen ajanvietto muiden asuntolassa asuvien nuorten kanssa. Vastauksia tuli toisilta hieman heikommin, kun taas toisilla tuntui olevan ideoita hieman enemmänkin. Liikunta, jota toivottiin enemmän, on helppo kehittää monella tavoin. Asuntolassa on eri solut ja niissä eri nuoret. Jokaisella solulla on oma johtaja, joten ajattelisin, että solujen yhteishengen parantaminen ei ole haitaksi, vaikka se koettaisiin jo tällä hetkellä hyväksi.

Ulkopelit nousivat esille selvitystä tehdessä, ja niiden kehittäminen on mielestäni helppoa ja ei vaadi paljoa resursseja. Koululla on käytettävissä erilaisia materiaaleja, kuten palloja ja muita välineitä. Eräänä kehityksen kohteena voisikin mielestäni ottaa, että jokainen solu vuorollaan suunnittelisi esimerkiksi yhden kerran pelit, mitä voisi pelata ja ottaisi vastuun välineiden hankkimisesta ja illan

toteutumisesta. Ulkopelejä voisi siten pelata, vaikka kerran viikossa yhden illan ajan tai esimerkiksi jokaisella parillisella viikolla, riippuen kumpi nuorista tuntuu miellyttävältä ajatukselta. Asuntolan valvoja voisi olla mukana riippuen siitä, miten hänen omaan aikatauluunsa käy. Paikkoja, missä voi toimintaa harjoittaa on monia, yhtenäiskoulun pihalla sijaitseva liikuntakenttä on esimerkiksi hyvä tähän tarkoitukseen. Asuntolan piha on riittävä myös mahdollistaa toimintaa.

Yhtenä kehitysideana tuli myös toive, että talvella olisi mahdollista järjestää kyyditykset Olokselle rinteeseen, sekä saada mahdollisesti alennusta tai mikä parempi, jopa ilmaiseksi lippu. Juttelin ehdotuksesta Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön rehtorin kanssa, resurssien vuoksi tämä idea on vielä tois-  
taiseksi unohdettava. Kuitenkin asuntolalta kulkee hiihtovalmennuksessa olevat nuoret hiihtämässä Oloksen laduilla, jolloin on mahdollista miettiä yhteiskyytejä, jos halukkaita rinteeseen menijöitä löytyy. Yhtenä vaihtoehtona näen myös sen, että asuntolassa asuvat nuoret voisivat itse ottaa yhteyttä Oloksen hissipäälliköön ja kysyä olisiko mahdollista jollain tavalla tukea, esimerkiksi pientä työpanosta vastaan.

Lisäksi selvitykseen vastanneet nuoret ehdottivat erilaisia luovia tapoja ilmaista itseään, kuten maalaaminen. Ajatus, että maalatuilla tauluilla voitaisiin korvata tällä hetkellä asuntolan soluissa olevat taulut, oli mielestäni erittäin hieno. Tällä tavalla solussa asuvien nuorten oma kädenjälki saataisiin näkyviin myös yhteisiin tiloihin. Maalaus voisi esimerkiksi toimia tietynlaisena muistona, kun opiskelut ja asuminen asuntolassa on ohi, jolloin opiskelija saisi lähtiessään mukaan maalaamansa taulun. Graffiitti maalaus voi olla hieman hankala tuottaa Muonion kunnassa mihinkään, mutta senkään suhteen en heittäisi toivoa menemään. Kunnasta on mahdollista selvittää, että olisiko jotain paikkaa, jonne olisi mahdollista kokeilla graffiitti maalausta.

Resurssit ovat pienet, eikä rahoitusta juurikaan ole, kuitenkin löytyy monia paikkoja, joista rahoitusta on mahdollista hakea. Ammattiopisto Lappian ja yhtenäiskoulun tiivis yhteistyö mahdollistaa varmasti monia erilaisia kokeiluja, kun vain huomataan nostaa esille ja ruveta kehittämään. Kuvaamataidon opettajalta on esimerkiksi mahdollista kysyä tiloja taulujen maalaamiseen tai jopa välineitä.

Lisäksi sen mitä kuvaamataidon opettajaa tiedän niin hän voi hyvinkin innostua projektista ja auttaa nuoria toteuttamaan sen.

Koulun resurssit huomioon ottaen nuorilla on mahdollisuus itse vaikuttaa moniin asioihin, selvitykseen vastanneiden nuorten ajatuksista nousi ehdotuksia ruuan suhteen, toivottiin niin ilmaista ruokaa, kuin grillausta. Erityisesti nuoret, jotka eivät lähde viikonlopuksi kotia voisivat suunnitella itse yhteistä ruuanlaittoa. Esimerkiksi jokainen solussa asuva nuori voisi vuorotellen kokkailla yhteisesti kaikille, mahdollisesti alkuruuasta jälkiruokaan tai pelkästään pääruuan, miten itse tykkää. Jokainen voisi omalla vuorollaan maksaa ruuat tai voitaisiin sopia yhteinen budjetti, mitä on käytettävissä yhteen ruokailuun, johon jokainen antaisi saman verran rahaa. Yksin kokkaaminen voi tuntua toiselle nuorelle haastavalta, jolloin on mahdollista miettiä erilaisia teemoja eri viikoille, kuten texmex tai kiinalainen ruoka. Koko solu osallistuisi yhdessä ruuanlaittoon, sekä kustannuksiin. Jokaisessa solussa on varmasti erilaisia nuoria ja erilaisia taitoja, joita olisi hyvä hyödyntää. Vaihtoehtoisesti voisin myös ehdottaa, että solut vierailisivat toistensa luona ruokailemassa viikonloppuisin, jolloin kustannukset on hyvä jakaa kaikkien kesken.

Edellä mainitut ehdotukset olisi hyvä käydä läpi esimerkiksi asuntolaillassa, jolloin mahdollisimman moni nuori olisi kuulemassa. Lisäksi olisi hyvä antaa hie-man vastuuta solussa ”johtavalle pomolle” joka voisi ottaa tehtäväkseen kerätä oman solun asukkaat yhteen ja pohtimaan sitä, miltä esimerkiksi viikonlopun ruokailu kiinnostaa ja miten nuoret kokevat mielekkääksi sen tehdä. Ulkopeli ajatus on mielestäni todella hyödyllinen, se edistää koko asuntolan yhteishenkeä, kun toimitaan yhdessä aktiviteettien parissa. Samalla nuoret pääsevät näyttämään omia taitojaan ja opettamaan niitä muille, toinen osaa potkaista hyvin palloa, kun taas toinen tietää mielekkään leikin tai pelin, jonka avulla porukka saadaan mukaan.

Nuorilta tulleiden ideoiden lisäksi olisi hyvä kiinnittää huomiota tiedotukseen. Selvityksestä kävi ilmi, ettei selvitykseen vastanneista kolmasosa tiennyt koulun tarjoamista vapaa-ajan toiminnoista. Näiden lisäksi seitsemän vastanneista kertoi, ettei ole osallistunut näihin. Esimerkiksi markkinointia salibandyvuorojen ja

nuorisotalo Tippalan suhteen voisi hieman miettiä, yhteistyössä nuorisotoimen kanssa.

## 6 POHDINTA

Opinnäytetyöhöni löytyi helposti tietoperustaa ja materiaaleja, kirjallisuutta ja nettilähteitä, joita oli helppo hyödyntää. Haastavaksi kuitenkin koin sen, miten rajaan selvitykseen kysymykset, jotka määräävät opinnäytetyön tietopohjan rajaamista myös. Työ on kokonaisuudessaan niin laaja, että oli haastava saada ajatus pysymään tekstissä, ja etten laita joukkoon mitään ylimääräistä. Kirjoittaminen vei paljon aikaa, oma kritiikki tekstin suhteen sekä turhautumisen tunne, taukoa saattoi välissä tulla jopa kuukausi, jolloin kirjoittamisen aloittaminen uudelleen oli haastavampaa ja aikaa vei tuotetun tekstin lukeminen uudelleen. Koululle kirjoitetut esseet ovat tyyliltään niin erilaisia ja ensimmäinen opinnäytetyö tuntui todella haastavalta, sillä epävarmuus siitä, kirjoitanko oikeasta asiasta tai tulkitseanko asioita oikein, oli takaraivossani koko työn ajan.

Kyselyn osalta suunnitelma toimi ja vastaukset tulivat onnistuneesti. Kysely lähetettiin yhdeksälletoista Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikössä opiskelevalle ja oppilasasuntolassa asuvalle nuorelle, vastauksia sain kaiken kaikkiaan viisitoista. Aikaisempia opinnäytetöitä aiheesta en löytänyt kovinkaan monta, ja löytämissäni opinnäytetöissä oli hieman erilainen pääajatus. Mielestäni opinnäytetyö sopii hyvin ammattialalle, sillä kyseessä on kuitenkin nuoret ja vapaa-aika, mikä on suuri osa koulutuksen teemaa.

Selvityksen kohdalla olisin toivonut, että vastaukset olisivat olleet kattavampia. Ideoita kehittämisen suhteen nyt juuri tullut. Jos tekisin opinnäytetyön uudelleen, mieltäisin erilaisia vaihtoehtoja vastausten ja tietojen keräämisen suhteen. Tässä tilanteessa webropolin kautta lähetetty kysely ei antanut opiskelijoista paljoakaan irti, ja osaan vastauksista oppilaat jättivät vastaamatta. Sen lisäksi olisin miettinyt selvityksen kysymysten asettelua ja muotoa uudelleen. Kattavan

tietopohjan perustella kuitenkin sain opinnäytetyöstä jonkin verran irti, vaikka vapaa-ajan kehittämisen suhteen asioita täytyi itse miettiä ja suunnitella.

Kyselyiden lähettämisen lisäksi olisi ollut hyödyllistä esimerkiksi suulliset haastattelut, joiden avulla opiskelijoista olisi ehkä voinut saada hieman enemmän irti. Lisäksi olisi ollut hyvä, jos opinnäytetyön ohella olisi voinut tehdä nuorten kanssa jotain konkreettista. Sen avulla olisi voinut olla helpompi saada heiltä tietoa siitä, millaista toimintaa he olisivat halunneet tai mahdollisesti eri kokeiluiden myötä huomanneet, mikä on heille mielekästä.

Opinnäytetyön tekemistä ajateltuna tutkimusmenetelmän valinta vaikeutti todella paljon koko prosessia. Tuntui turhauttavalta varsinkin ensimmäisten vastausten aikana, jolloin kehitysideoita ei juurikaan tullut, sekä kaikki avoimet kohdat jätettiin tyhjiksi. Jos aloittaisin opinnäytetyön tekemisen nyt uudelleen, miettsin tutkimusmenetelmää tarkemmin, todennäköisesti valitsisin haastattelut.

Mielekästä tutkimustyöstä teki se, että opinnäytetyö oli tilaustyö, joten tiesin lopputuloksella olevan merkitystä. Lisäksi se, että sain sen tehdä juuri Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön oppilajasuntolaan teki siitä mieluista, koska paikka on tuttu jo entuudestaan, omilta opiskelua ajoilta. Apua ja neuvoa sain tarpeen vaatiessa opinnäytetyön ohjaajan lisäksi Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön rehtorilta, rehtorin kanssa yhdessä muokkasimme tekemäni kyselyn molempia osapuolia miellyttäväksi kokonaisuudeksi.

Tutkimustyötä tein haastatteluiden avulla. Tutkimusmuodoksi valitsin kvalitatiivisen, eli laadullisen tutkimuksen, jonka tarkoituksena on tuottaa tietoa mistä on hyötyä mahdollisimman monelle ihmisille (Pitkäranta, 2014). Olisin toivonut kyselyyn vastanneilta hieman enemmän aktiivisuutta, jotta opinnäytetyöhön olisi saatu enemmän nuorten näkökulmaa asioihin. Kyselyn avoimet kohdat jäivät pääsääntöisesti tyhjiksi tai niihin ei juurikaan saanut erilaisia näkökulmia. Kuitenkin vastauksia sain riittävästi siihen, että opinnäytetyö oli mahdollista tehdä.

Tarkoituksena oli tehdä kyselyiden lisäksi haastatteluja muutamille nuorille, jolloin kokonaiskuva ja kerätty materiaali olisi ollut laajempi. Olin jo valmistautunut tekemään haastatteluja nuorille ollessani Muoniossa, mutta aikataulutukse-

ni oli huono ja nuoret olivat jo lähteneet viettämään lomaa ollessani paikkakunnalla. Pohdin vaihtoehtoa suorittaa haastattelut puhelimitse, mutta tulin siihen tulokseen, että kyselyn vastaukset ovat riittävät, enkä kokenut enää puhelinhaastatteluita tarpeelliseksi tehdä. Ajatuksena kuitenkin oli, että olisin saanut hieman enemmän nuorista irti kasvokkain keskustellessa, joka ei olisi puhelinhaastatteluilla käynyt toteen.

Opinnäytetyön toteuttaminen kirjoittamisen suhteen tuotti minulle hankaluuksia. Kyseessä on kuitenkin ensimmäinen laaja kokonaisuus tehtävänä, jonka suoritan. Luovuttamien kävi useaan kertaan mielessäni, sillä tuntui, että minulta puuttuu niin sanottu punainen lanka, josta pitää kiinni läpi opinnäytetyön. Lisäksi hankaluuksia tuotti se, ettei materiaalia ollut asuin paikkakuntani tarjonnassa kovinkaan paljoa käytettävissä. Materiaalien suhteen kuitenkin internet auttoi paljon. Verkkojulkaisut ja e-kirjat olivat kovassa käytössä, niiden käyttämisen oppiminen vei vain hieman aikaa.

## LÄHTEET

Aalto, Auli 2010. Yhteiseloja Asuntola- ja vapaa-aikatoiminnan kehittäminen ammatti-instituutissa.

Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö.

Ammattiopisto Lappia 2015. Koulutustarjonta. Viitattu 21.9.2015.

<http://www.lappia.fi/Suomeksi/Nuorten-koulutus/Koulutustarjonta>

Ammattiopisto Lappia, Muonion yksikkö 2015. Asuntolan säännöt.

Harinen, Päivi & Rannikko, Anni (toim.) 2013. Käännös uuteen liikuntakulttuuriin päin. Teoksessa Harinen, Päivi & Rannikko, Anni (toim.) Tässä seison enkä muuta voi?: nuorisotutkijoiden ajatuksia nuorten liikunnasta ja sen kipupisteistä. Nuorisotutkimusseura, Verkkojulkaisuja 65, 5-8

Hietala, Tarja & Kaltiainen, Tiina & Metsärinne, Ulla & Vanhala, Erja 2010. Nuori ja mieli: koulu mielenterveyden tukena. Helsinki: Tammi.

Huttunen, Onni 2015. Sähköpostilla käytyä keskustelua.

Jarasto, Pirkko & Sinervo, Nina 1999. Murrosikäisen ja nuoren maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Jouhi, Kimmo 2014. Nuorisotyön näkökulma. Teoksessa Hamarus, Päivi & Kvernio, Pekka & Landén, Laila & Pulkkinen, Seppo (toim.) Huuto!: Lasten ja nuorten hyvinvoinninpuolesta. Jyväskylä: PS kustannus. 36-47

Kurki, Leena 2005. Sosiokulttuurinen innostaminen yhteisöllisyyden rakentajana. Teoksessa Kiilakoski, Tomi & Tomperi, Tuukka & Vuorikoski, Marjo (toim.) Kenen kasvatust? : kriittinen pedagogiikka ja toisinkasvatuksen mahdollisuus. Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 335-357

KiVakoulu 2015. Mistä kiusaaminen johtuu? Viitattu 24.09.2015.

[http://www.kivakoulu.fi/mista\\_kiusaaminen\\_johtuu](http://www.kivakoulu.fi/mista_kiusaaminen_johtuu)

Kurki, Kyllikki 2015. Keskustelu. Ammattiopisto Lappia, Muonion yksikkö.

Lapin nuorten tieto- ja neuvontapalvelu 2015. Nuorisotalo Tippala. Viitattu 24.09.2015.

<http://www.lanuti.fi/Suomeksi/Valitse-kunta!/Muonio/Nuorisotalo-Tippala>

Lundbom, Pia & Herranen, Jatta 2011. Sosiaalisen vahvistamisen ajankohtaisuus. Teoksessa Lundbom, Pia & Herranen, Jatta(toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Jyväskylä: Bookwell Oy, 4-12

Mtv 2014, Artikkel: ”Peliteollisuuden kannettava vastuuta?” Digipelaaminen haittaa arkea”. Viitattu 24.09.2015.

<http://www.mtv.fi/lifestyle/koti/artikkeli/peliteollisuuden-kannettava-vastuuta-digipelaaminen-haittaa-arkea/4272078>

Nurmiranta, Hanna & Leppämäki, Päivikki & Horppu, Sari 2009, Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Opetushallitus 21.08.1998/ 630. Laki ammatillisesta peruskoulutuksesta. Viitattu 28.10.2015.

[http://www.oph.fi/saadokset\\_ja\\_ohjeet/lainsaadanto/ammattikoulutus](http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/lainsaadanto/ammattikoulutus)

Opetushallitus 21.08.1998/ 629. Lukiolaki. Viitattu 28.10.2015.

[http://www.oph.fi/saadokset\\_ja\\_ohjeet/lainsaadanto/lukio](http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/lainsaadanto/lukio)

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2015. Lasten ja nuorten liikunta. Viitattu 24.09.2015.

[http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/kansalaistoiminta/lapset\\_ja\\_nuoret/?lang=fi](http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/kansalaistoiminta/lapset_ja_nuoret/?lang=fi)

Piispa, Mikko 2013. Huipulle vai hovin vuoksi- mikä 2000 luvun nuoria liikuttaa? teoksessa Harinen, Päivi & Rannikko, Anni (toim.) Tässä seison enkä muuta voi?: nuorisotutkijoiden ajatuksia nuorten liikunnasta ja sen kipupisteistä. Nuorisotutkimusseura, Verkkojulkaisuja 65, 13-16

Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä : työkirja ammattikorkeakouluun. e- Oppi Oy.

Pulkkinen, Seppo & Kanervio, Pekka 2014. Aikuisten elämämaailma. Teoksessa Hamarus, Päivi & Kanervio, Pekka & Landén, Laila & Pulkkinen, Seppo (toim.) Huuto!: Lasten ja nuorten hyvinvoinninpuolesta. Jyväskylä: PS kustannus.154- 165

*Rantakangas, Eija 2009. Peruskoulusta jatko-opintoihin – ohjauksen ja tuen merkitys opintojen nivelvaiheessa opiskelijoiden arvioimana*

*Ammatillisesti suuntautunut kasvatustieteen lisensiaatin tutkimus (40 op)*

*Kasvatustieteiden tiedekunta, Varhaiskasvatuksen yksikkö, Tampereen yliopisto.*

*Salmela-Aro, K. 2005. Koulu-uupumuksesta kärsii Suomessa satatuhatta nuorta. Helsingin sanomat. Vieraskynä 14.11.2015.*

*Salmivalli, Christina 2003. Kiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. Opetus 2000 -sarja. Jyväskylä: PS-Kustannus.*

*Suomennuorisokeskusyhdistys 2015. Kohti parempaa elämänhallintaa. Viitattu 29.09.2015.*

<http://www.snk.fi/fi/toiminta/sosiaalinen+vahvistaminen/>

*Tervola, Heikki 2014. Liikunta sosiaalisena vahvistajana ja sosiaalisten taitojen edistäjänä Lappia ammattiopiston asuntolassa.*

*Humanistisen ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö.*

*Vilka, Hanna 2007. Tutki ja mittaa; määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.*

## LIITTEET

Kysely Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikön asuntolassa asuville nuorille

### Perustietoja

#### 1. Sukupuoli?

- Mies
- Nainen

#### 2. Ikä?

- 16-17
- 18-19
- 20-21
- 22 tai van-  
hempi

#### 3. Mitä opiskelet Ammattiopisto Lappian, Muonion yksikössä?

### Eläminen asuntolassa

#### 4. Monta vuotta olet asunut Ammattiopisto Lappian asuntolassa?

- Ensimmäinen  
vuosi
- Toinen vuosi
- Kolmas vuosi

- Neljäs tai useampi

**5.** Jos olet asunut asuntolassa jo ennen tällä hetkellä menossa olevaa lukuvuotta, onko sinulla huonekaveria?

- On ollut ja on tänäkin lukuvuotena
- Ei ole ollut, mutta on tänä lukuvuotena
- Ei

**6.** Jos sinulle on huonekaveri niin onko hän muuttanut tilannetta huonompaan tai parempaan huoneeseen?

**7.** Oletko tuntenut olosi asuntolassa asuessa turvattomaksi?

- En
- Kyllä, miksi?

**8.** Toivoisitko, että asuntolassa asumisen suhteen olisi enemmän ohjausta tai valvontaa?

- En
- Kyllä, millaista?

**9.** Oletko hyväksynyt ja noudatat asuntolan sääntöjä ja rajoituksia?

- Kyllä
- En ymmärrä sääntöjä, mitä niistä?

**10.** Oletko kokenut tai koetko kiusaamista asuntolassa?

- Minua on kiusattu
- Minua kiusataan

- En
- Tiedän, että siellä kiusataan

**11.** Jos olet joutunut kiusaamisen kohteeksi tai tiedät, että toista oppilasta kiusataan, onko rottu eteenpäin, kenelle ?

Vapaa-aika

**12.** Miten vietät mieluiten vapaa-aikasi?

**13.** Kuinka paljon käytät ruutuaikaa päivittäin?

- Alle tunti
- 1-2 tuntia
- 2-3 tuntia
- enemmän kuin 3 tuntia

**14.** Onko sinulla tiedossa koulun tarjoamia vapaa-ajan toimintoja?

- Ei
- Kyllä, mitä?

**15.** Oletko osallistunut koulun tarjoamiin vapaa-ajan toimintoihin?

- Kyllä
- En

**16.** Jos olet osallistunut koulun tarjoamiin vapaa-ajan toimintoihin, niin mihin niistä ?



**17. Mitä tiloja käytät vapaa-ajallasi?**

- Asuntola (oma solu ja huone)
- Liikuntahallin punttisali
- Liikuntasali
- Asuntolan yhteiset tilat
- Nuorisotalo Tippala
- Jokin muu, mikä?

**18. Millaista toimintaa kaipaisit vapaa-ajallesi?**



**19. Ruusuja ja risuja! (mielipiteitä kyselystä tai muuten, liittyen opinnäytetyöhöni**



Englanninkielinen kysely

**1. Gender? \***

- Female
- Male

**2. Age?**

- 16-17
- 18-19

- 20-21
- 22 or older

3. Which profession are you studying at Lappia's Muonio unit?

Living in dormitory

4. How many years you've been living at Lappia's dormitory?

- First year
- Second year
- Third year
- Fourth year or more

5. If you've been living at dormitory already before current studying year, have you had a roommate?

- Yes, and also at current year
- No, but at this time I have roommate
- No

6. Has your roommate changed your current situation anyway and how?

7. Has your roommate changed your current situation anyway and how?

- No
- Yes, how?

8. Do you wish more supervising and directing in dormitory?

- No
- Yes, how?

**9.** Have you accepted and do you follow the rules and limits in dormitory?

- Yes
- No, i don't understand. What rules it's hard to accept?

**10.** Have you encountered bullying at dormitory personally or in general?

- I've been bullied
- I've been bullied recently
- No
- I know that bullying appears recently

**11.** If you've been bullied or you know someone is being bullied, is the matter informed for

Free time

**12.** How are spending your free time?

**13.** How much are you using screen time in daily basis?

- Under 1 hour
- 1-2 hours
- 2-3 hours
- More than 3 hours

**14.** Do you know any free time possibilities offered by school?

- No
- Yes, what?

**15.** Have you been participating into those?

- Yes
- No

**16.** Which in particular?

**17.** Where do you use your free time?

- Dormitory
- Gym
- Sport hall
- Common room at dormitory
- Tippala
- Other

**18.** What kind of activities are you wishing for free time?

**19.** Free word (any opinions are welcome!)