



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Ihana Minä -työpajat

Tyttöjen voimaantumisen tukeminen luovan toiminnan kautta

Pulkki, Pauliina

2015 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu
Tikkurila

Ihana Minä -työpajat
Tyttöjen voimaantumisen tukeminen luovan toiminnan
kautta

Pauliina Pulkki
Sosiaaliala
Opinnäytetyö
Marraskuu, 2015

Pauliina Pulkki

Ihana Minä -työpajat
Tyttöjen voimaantumisen tukeminen luovan toiminnan kautta

Vuosi 2015 Sivumäärä 52

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus oli tuottaa tietoa tyttöjen voimaantumisen tukemisesta luovien menetelmien avulla. Toiminnallinen tavoitteeni oli suunnitella ja toteuttaa luovista menetelmistä rakentuva työpajakokonaisuus, joka edesauttaa toimintaan osallistuvien tyttöjen voimaantumiskokemusta. Toiminta toteutettiin kulttuuri- ja sukupuolisensitiivistä tyttötyötä 11-28 -vuotiaille nuorille naisille tuottavalla Vantaan Nicehearts ry:n Tyttöjen Tialla syksyllä 2015. Tutkimusaineisto koostuu tutkijan havainnoinnista, ryhmähaastatteluista sekä kirjallisesta palautteesta.

Opinnäytetyöni teoreettinen osuus käsittelee voimaantumista, tyttötyötä ja luovien menetelmien mahdollisuuksia. Toiminta rakentuu viidestä kuvataidetta ja draamaa hyödyntävästä työpajasta, joiden sisältö on suunniteltu ja toteutettu voimaantumiskokemuksen teoriaan nojaten. Toiminnallinen osuus on pyritty kuvaamaan mahdollisimman elävästi ja tarkasti, jotta lukijalle välittyisi työpajojen kokemusmaailma. Lopuksi arvioin tuotettua tutkimusaineistoa voimaantumisteorian valossa.

Kerätyt havainnot osoittivat, että työpajojen harjoitteet onnistuivat aktivoimaan nuoria ja synnyttämään voimaantumiseen viittaavia kokemuksia. Teemat herättivät osallistujissa elämänsä nykytilan ja tulevaisuuden pohdintaa tuottaen voimaantumiselle ominaista positiivisuutta ja uskoa omiin kykyihin. Palauteaineiston perusteella työpajat koettiin mielekkäinä, motivoivina ja kannustavina. Nuoret kokivatkin, että työpajojen luoma ilmapiiri rohkaisi heitä itseilmaisuuksiin, joka muissa olosuhteissa olisi jäänyt toteuttamatta.

Asiasanat: voimaantuminen, tyttötyö, nuoret, luovat toiminnot, sukupuolisensitiivisyys, toiminnallinen

Pauliina Pulkki

Lovely me -workshops
Empowering young girls through creative methods

Year	2015	Pages	52
------	------	-------	----

The purpose of this functional thesis was to provide information about increasing the empowerment experience in young females by utilizing creative methods. The functional goal was to design and produce art workshops that would support the experience of empowerment among the participants. The workshops were conducted at Vantaa Nicehearts Girl's House in fall 2015. Vantaa Girls House is an organization that produces culture and gender-sensitive recreation for young females. The research material consists of the researcher's subjective observations, group interviews and written feedback from the participants.

The theoretical part of this thesis investigates the empowerment, girl work and possibilities of creative methods. The project was implemented through five art and drama based workshops that were designed and put into action based on the theory of empowerment experience. The workshops are described as vividly and in as much detail as possible, in order to deliver all experiences to the reader. Lastly, the collected research material from the workshops is discussed in light of the empowerment theory.

The collected observations showed that the workshop exercises managed to activate the girls and also brought up the experiences of empowerment. The workshop themes evoked discussions about life and the future, positivity and increased self-assurance - elements that are considered as parts of empowerment. The feedback from the girls proved that the workshops were experienced as enjoyable, motivating and supportive. The atmosphere encouraged the girls to express themselves in a way that is not always present in other circumstances.

Keywords: Empowerment, girl work, youth, gender sensitivity, creative methods, functional

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tavoitteet.....	6
3	Voimaantuminen	7
3.1	Voimaantumisen osaprosessit.....	9
3.1.1	Päämäärät	10
3.1.2	Kykyuskomukset	11
3.1.3	Kontekstiuskomukset	11
3.1.4	Emootiot	12
3.2	Nuorten voimaantuminen	13
4	Tyttötyö	14
5	Luovat menetelmät.....	16
6	Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden aikataulu ja sisältö	18
7	Tutkimusaineiston keruu	20
7.1	Voimaantumisen arvioinnin vaikeus	20
7.2	Oma havainnointi päiväkirjan avulla	21
7.3	Palautekaavakkeet ja ryhmäkeskustelut.....	22
8	Tutkimusetiikka	24
9	Ihana Minä -työpajat	26
9.1	1. työpaja: Unelmien aarrekartta.....	27
9.2	2. työpaja: Kukkaseppelelekrunut	28
9.3	3. työpaja: Voimakivet	31
9.4	4. työpaja: Minä puuna	34
9.5	5. työpaja: Ilmapallot.....	36
9.6	Viimeisen kerran palautekaavakkeen vastaukset	39
10	Analyysi	40
10.1	Oma sijoittumiseni.....	41
10.2	Turvallinen ja arvostava ympäristö	42
10.3	Tulevaisuuden hahmottelu ja tavoitteiden asettelu	44
10.4	Minäkuva ja onnistumisen kokemus	45
10.5	Yhteenveto: Tapahtuiko voimaantumista?	46
11	Lopuksi	47
	Lähteet.....	50
	Kuvat	53
	Liitteet	54

1 Johdanto

Ihana minä -työpajat ovat opinnäytetyöprojektini kautta syntynyt viiden kerran toimintakokonaisuus, jonka toteutin syksyllä 2015 Vantaan Nicehearts ry:n Tyttöjen Tilalla. Työpajat koivat yhteen voimaantumisteorian, tyttötyön arvomaailman, luovien menetelmien mahdollisuudet ja oman taiteellisen osaamiseni. Tavoitteenani oli tutkia miten tyttöjen voimaantumiskokemusta on mahdollista edesauttaa ja tukea toimimalla heidän kanssaan luovia menetelmiä hyödyntäen.

Opinnäytetyöni teoreettinen osuus käsittelee voimaantumista, sen monimuotoista määritelmää ja rakentumista erityisesti nuoren ihmisen näkökulmasta. Lisäksi kuvailen taiteellisen toiminnan merkitystä ja käyttökelpoisuutta sosionomin työkentällä, sekä avaan hieman tyttötyön erityisyyttä. Toiminnallinen osuus rakentuu luovia menetelmiä sisältävistä työpajoista jotka on suunniteltu voimaantumista edesauttavia osatekijöitä tukeviksi kokonaisuuksiksi. Työpajojen kuvallisen ilmaisun ja draaman menetelmät ovat kirjava yhdistelmä opiskeluaikana opittuja harjoituksia, lapsuusajan harrastuksiani, omaa mielikuvitusta ja soveltamista. Pää tavoitteeni koko toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa oli valjastaa luovat menetelmät siten että tuottaisin osallistuville tytöille mieluisia, kauniita kokemuksia joiden kautta he voisivat peilata omaa ainutlaatuisuuttaan ja erityisyyttään. Pyrin kuvailemaan työpajojen tapahtumia ja niissä syntyneitä tunnelmia nojaten omaan havaintopäiväkirjaani, tytöiltä saatuihin kirjallisiin palautteisiin ja äänitettyihin loppukeskusteluihin. Lopuksi arvioin voimaantumisen teorian valossa miten opinnäytetyön toiminnallinen osuus, luomani taiteelliset menetelmät, ovat tukeneet tätä sisäisen kokemuksen syntyä työpajoihin osallistuneiden tyttöjen kohdalla.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön luominen oli minulle henkilökohtainen ja hyvin tärkeä projekti. Työelämäkontaktini Vantaan Nicehearts ry edustaa monia minulle tärkeitä arvoja sosiaalialan työkentällä ja olen iloinen että sain toteuttaa toiminnan heidän tyttötyönsä parissa. Luovien toimintojen jakaminen ja kehittäminen muiden sosiaalialan ammattilaisten kanssa on mielestäni tärkeää, joten Ihana minä -työpajojen pohjalta syntynyt opaskirjanen Vantaan Tyttöjen Tilalle viimeisteli koko opinnäytetyöprosessini.

2 Opinnäytetyön tavoitteet

Pyrin toiminnallisessa opinnäytetyössäni perehtymään voimaantumiskokemuksen rakentumiseen ja siihen, miten luovien menetelmien avulla on mahdollista tukea nuorten tyttöjen voimaantumista. Tyttöjen voimaantumisen tukeminen on näin koko opinnäytetyöni ”sydän”, se jonka kautta määritän toimintani onnistumista. Tätä voimaantumisen kokemusta tukeakseni, toiminnallinen tavoitteeni oli suunnitella viiden kerran luovien menetelmien työpajakokonai-

suus. Työpajojen sisäiset tavoitteet määrittelin voimaantumisen käsitteen ympärille rakennettujen teorioiden avulla, lähestyen kokemusta erityisesti yksilönäkökulmasta. Toiminta koostui erilaisista kuvataiteen ja draamallisen ilmaisun harjoituksista. Toiminnan kautta pyrin tukemaan osallistujien itsetuntemusta, omien taitojen arvostusta ja itsensä hyväksymistä, tarjoamaan onnistumisen kokemuksia sekä mahdollisuuden hahmotella omaa tulevaisuuttaan. Opinnäytetyöni työelämäkontakti oli Vantaan Tyttöjen Tila, joten toiminnan suunnittelussa otettiin huomioon tyttötyön arvomaailma.

Tavoitteeni oli siis suunnitella ja toteuttaa voimaantumista edesauttavat toimintakerrat sekä arvioida tuottivatko nämä osallistujille haluttuja kokemuksia. Toiminnan onnistumista pyrin arvioimaan oman havainnoinnin, ryhmähaastattelun ja osallistujilta saadun kirjallisen palautteen kautta. Oma havainnointini tapahtui päiväkirjan avulla johon kirjasin sekä toiminnan aikana että sen jälkeen huomioitani työpajakertojen toteutumisesta. Pyrkimyksenäni oli löytää osallistuvien tyttöjen puheista ja sanattomasta viestinnästä tietoa millaisena he toiminnan kokevat. Jokaisen työpajan päättävä ryhmähaastattelu taas tarjosi minulle tietoa siitä millaisia ajatuksia valitut teemat ja työskentelymateriaalit ovat osallistujissa herättäneet. Pyrin havainnointini ja saatujen vastausten pohjalta arvioimaan tuottiko toiminta elementtejä joista voimaantumiskokemus rakentuu. Toteutetun toiminnan lisäksi halusin tuottaa Vantaan Tyttöjen Tilalle ohjekirjasen työpajojen sisällöstä, jotta harjoituksia voisi toteuttaa tulevaisuudessa uusien ryhmien kanssa. Ohjekirjasen kansilehti on opinnäytetyöni liitteenä (Liite 3).

Omana henkilökohtaisena oppimistavoitteenani oli kehittää omia toiminnan suunnittelu- ja ohjaustaitojani siten että ne palvelevat mahdollisimman tehokkaasti tyttöjen voimaantumisen kokemuksia. Tämä tavoite kulki opinnäytetyön varsinaisen fokuksen rinnalla joten oman ohjaamiseni arviointi jää kirjallisessa työssä vähemmälle. Pyrin kuitenkin toiminnan kuvailussa ja analysoinnissa refleктоimaan omaa osallistumistani ja merkitystäni työpajojen kululle.

3 Voimaantuminen

Voimaantumisen, ”empowering”, käsite esiintyy sosiaalialan kirjallisuudessa usein (Esim. Räsänen 2002; Mäntysaari, Pohjola & Pösö 2009; Fitzsimons 2011; Lankinen 2011; Adams 2003; Näkki & Sayed 2015). Yhdistellessäni mielessäni eri lähteistä koottuja viittauksia sanan merkityksestä, sain hahmoteltua sen tarkoittavan kokemusta jossa ihminen tuntee itsensä kykeneväksi vaikuttamaan omaan elämäänsä. Termin englannin kielinen vastine ”empowerment” määritellään Oxford Dictionaryssa kahdella tavalla: Ensimmäiseksi jonkin henkilön vaikutusvaltana tai voimavarana saavuttaa jotakin, ja toiseksi prosessina jossa ihminen kasvaa vahvemmaksi ja itsevarmemmaksi, erityisesti kontrolloidakseen omaa elämäänsä ja puolustaakseen henkilökohtaisia oikeuksiaan. (Oxford Dictionary 2015.)

Vuonna 1990 julkaistussa teoksessa tutkijat Kenneth W. Thomas ja Betty A. Velthouse kuvaavat voimaantumista ihmisen sisällä tapahtuvana psykologisena prosessina, jossa keskeistä on yksilön oma osallistuminen. Rappaport (1987, 130) taas on kuvannut empowermenttia yhteisöllisestä näkökulmasta: valtautumista joka voi tapahtua omassa yhteisössä, koulussa, seurakunnassa tai naapurustossa. Voimautumisen kokemusta voidaan näin käsitellä sekä yksilön että yhteisön näkökulmasta. Kuokkanen ja Leino-Kilpi (2000) kirjoittavat artikkelissaan että vaikka empowerment -käsitettä käytetään myös hoitotieteiden kirjallisuudessa, sen sisältöä ei ole kuitenkaan tarkemmin määritelty. He tähdentävätkin että vaikei käsitteelle löytyisi yhtä määritelmää, on jokaisen tutkijan kuitenkin itse selvennettävä miten empowerment -termiä haluaa kulloisessakin kontekstissa käyttää (Kuokkanen & Leino-Kilpi 2000). Suomen kielessä eri tieteenalojen tutkijat ovat antaneet empowerment -termille sellaisia vastineita kuin valtuuttaminen, valtuutus, mahdollistaminen, tilaisuus ja mahdollisuus johonkin, täysivaltaisuus, kyky vaikuttaa omaan elämään, voimantunnon kasvu, voimistaminen, valtauttaminen, valtautuminen, toimintakykyisyyden lisääminen sekä henkinen vahvistuminen. (Siitonen 1999, 83.)

Voimautumiskokemusta hoitoalalla tutkinut Kuokkanen on vuonna 2003 julkaistussa väitöskirjassaan kuvaillut valtaistunutta (empowered) sairaanhoitajaa ja eriteltyt asioita jotka edistävät tai vähentävät valtaistumista. Väitöskirjassa nousevat esille käsitteet rohkeudesta, itsetietoisuudesta, avarakatseisuudesta, pätevydestä, persoonallisesta vallasta ja vastuusta, tulevaisuuteen orientoitumisesta, luovuudesta ja innokkuudesta. (Kuokkanen 2003, 34-36). Myös sosiaalityön alalla empowerment nähdään prosessina, jossa ihminen kokee että hänellä on vaikutusvaltaa omaan elämäänsä. Käsitettä on tälläkin alalla määritelty ja pyritty toteuttamaan yksilöiden, yhteisöjen, organisaatioiden sekä yhteiskunnallisella tasolla. (Kuronen 2004, 279). Miina Savolainen (2008) kuvaa voimautumisen merkitsevän ihmisestä itsestään lähtevän, sisäisen voimantunteen kasvamista. Toista ei voi siis voimauttaa, mutta dialogisen vuorovaikutuksen kautta toisen voimautumista on mahdollista edistää (Savolainen 2008, 196). Tällaisesta menetelmästä esimerkkinä juuri Savolaisen kehittämä voimauttavan valokuvan menetelmä. Voimautuminen ei siis ole pysyvä tila vaan siihen liittyy prosessinomainen kokemus. Tuossa prosessissa tavoitellaan tilaa jossa ihminen kokee uskaltavansa ja osaavansa tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä, sekä tulevansa hyväksytyksi ja arvostetuksi yhteisössään.

Käytän omassa opinnäytetyössäni ilmaisua ”voimaantuminen”, jolla pyrin kuvaamaan tätä prosessinkaltaista, ihmisen sisäistä kokemusta. Lähestyn tätä kokemusta juuri yksilön näkökulmasta, tarkastellen sen rakentumista erilaisista osaprosesseista. Käytän näiden osaprosessien määrittelyn taustalla erityisesti voimaantumista tutkineen Juha Siitosen teoriaa.

Siitonen on julkaissut vuonna 1999 väitöskirjan aiheesta Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Siitosen teorian mukaan ihminen on aktiivinen, luova ja vapaa toimija, joka asettaa itselleen alati uusia päämääriä. Voimaantumisen sanotaan olevan henkilökohtainen prosessi - tosin siihen vaikuttavat aiemminkin mainitut toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaali-

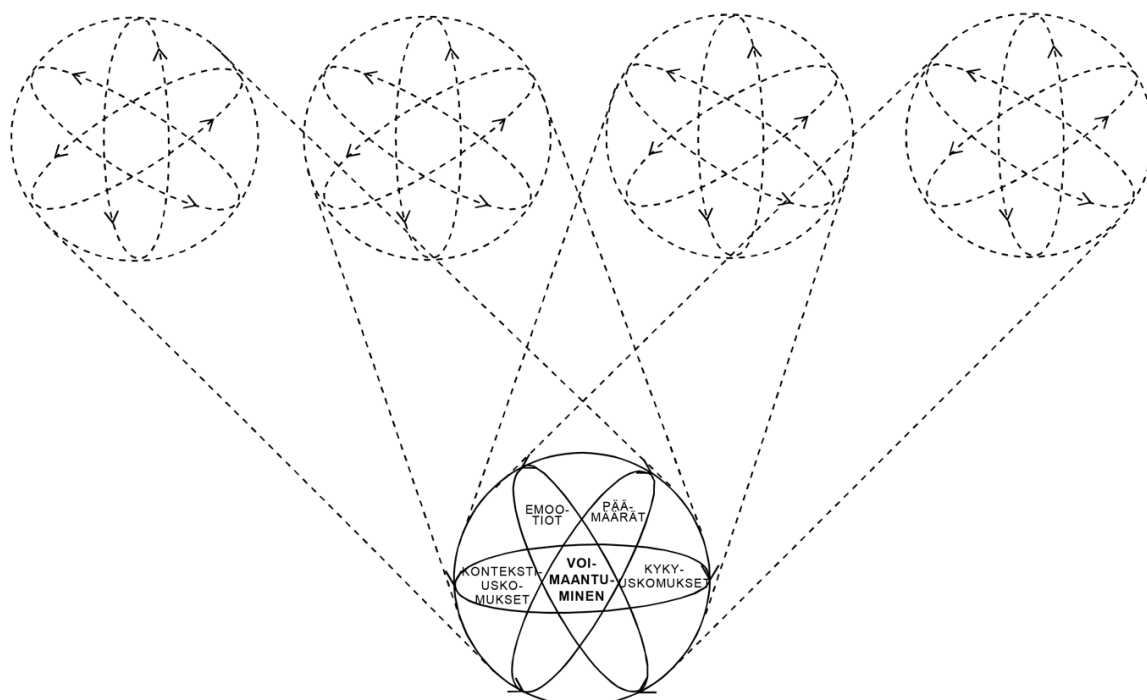
set rakenteet. Voimaantuminen on vahvasti yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien asettamiseen sekä luottamukseen omiin mahdollisuuksiinsa, näkemykseen itsestään ja tehokkuudestaan. Erilaisilla hienovaraisilla ratkaisuilla voidaan yrittää tukea ihmisen voimaantumista, kuitenkin voimaa ei voi antaa toiselle eikä toisen voimaantumisesta voi päättää kukaan muu kuin hän itse. (Siitonen 1999, 117-118.)

3.1 Voimaantumisen osaprosessit

Siitonen on eritellyt voimaantumisen kokemuksen rakenteen erilaisten osaprosessien kautta. Vaikka voimaantuminen tapahtuu ihmisen sisällä, on se selkeästi sidoksissa moniin ympäristön tekijöihin. Esimerkiksi ihmisen kokemukset hyväksytyksi tulemisesta tai vapaudesta toteuttaa itseään ovat liitoksissa hänen toimintaympäristöönsä. Selventämällä voimaantumisen osaprosesseja Siitonen pyrkii tekemään näkyväksi niiden keskinäiset yhteydet ja vaikutukset toisiinsa. (Siitonen 1999, 118.)

Neljäksi osaprosessiksi nimetään motivaatiokäsitykseen liittyvät osatekijät: Päämäärät, kyky- ja kontekstiuskomukset, sekä emootiot. Näiden osaprosessien rakennetta ja vaikutusta toisiinsa Siitonen on pyrkinyt havainnollistamaan niin kutsutussa "atomikaaviossa" (Kuva 1).

PÄÄMÄÄRÄT	KYKYUSKOMUKSET	KONTEKSTIUSKOMUKSET	EMOOTIOT
<ul style="list-style-type: none"> * Toivotut tulevaisuuden tilat - henkilökohtaisten päämäärien asettaminen - halu ymmärtämiseen - halu menestyä - osallistuminen yhteisten päämäärien asettamiseen <ul style="list-style-type: none"> * Vapaus - valinnanvapaus - vapaaehtoisuus - itsemäärääminen - autonomisuus <ul style="list-style-type: none"> * Arvot 	<ul style="list-style-type: none"> * Minäkäsitys - minäkuva - itsetunto - identiteetti <ul style="list-style-type: none"> * Itseluottamus, itsearvostus * Tehokkuususkomukset ja itsesäätely * Vastuu 	<ul style="list-style-type: none"> * Hyväksyntä - tervetulleeksi kokeminen <ul style="list-style-type: none"> * Arvostus, luottamus ja kunnioitus * Ilmapiiri - turvallisuus - avoimuus - ennakkoluulottomuus - rohkaiseminen - tukeminen <ul style="list-style-type: none"> * Toimintavapaus - oma kontrolli <ul style="list-style-type: none"> * Autenttisuus * Yhteistoiminta, kollegiaalisuus ja tasa-arvoisuus 	<ul style="list-style-type: none"> * Säätelvä ja energisoiva toiminta * Positiivinen lataus - innostuneisuus * Toiveikkuus * Onnistuminen ja epäonnistuminen * Eettisyys - ihmisen äänen kuunteleminen



Kuva 1: Voimaantumiseen vaikuttavat premissit (Siitonen 1999, 158).

3.1.1 Päämäärät

Päämäärien kategoriolla tarkoitetaan sitä että ihminen pyrkii elämässään aina kohti jotakin päämäärää. Näin ollen päämäärien asettaminen itselleen ja niiden tavoittelemisen on merkittävä motivoija ihmisen elämässä ja saa hänet pyrkimään eteenpäin. Voimaantumisen kannalta nämä tulevaisuuden tavoitteet ovat merkittäviä. Päämäärien käsitteellä on vielä kolme alakategoriaa: tulevaisuuden tilat, vapaus ja arvot. Ensimmäisellä tarkoitetaan juuri ihmisen mahdollisuuksia asettaa itselleen tulevaisuuden päämääriä ja välitavoitteita. Asettaessaan itse omat päämääränsä ihminen on motivoitunut pyrkimään näitä kohti, saavuttaessaan tavoitteensa ihmisen onnistumisentunne kasvaa. Näin voimaantumisen ja päämäärillä on kes-

kinäinen suhde. (Siitonen 1999, 119-120). Vapaudella halutaan alleviivata ihmisestä itsestään nousevien valintojen ja päämäärien merkityksellisyyttä ja arvojen käsitteellä ihmisten käsitteitä itsenäisyydestä, turvallisuudesta, kunnioituksesta ja vastuusta (Siitonen 1999, 124, 128).

3.1.2 Kykyuskomukset

Kykyuskomukset tarkoittavat yksilön uskomuksia itsestään ja omasta kykenevyydestään saavuttaa asettamiensa tavoitteita ja päämääriä. Kykyuskomusten kategoriaan luokitellaan voimaantumisen kannalta merkityksellisiksi osatekijöiksi minäkäsitys, itseluottamus ja -arvostus, tehokkuususkomukset ja itsesäätely sekä vastuu. (Siitonen 1999, 129 - 130.)

Minäkäsityksellä tarkoitetaan ihmisen kokonaisnäkemyttä itsestään: identiteettiä, itsetuntoa ja minäkuvaa. Se miten ihminen määrittelee itsensä, on yhteydessä siihen millaisia odotuksia hänellä on tulevaisuuden suhteen ja miten hän arvioi omat voimavaransa suhteessa näihin odotuksiin. Uskomuksia omista voimavaroista voidaan tukea asettamalla ihmisille haasteita jotka ovat sopivan vaativia mutta saavutettavissa, jolloin näistä selviytyminen kasvattaa heidän itseluottamustaan. (Siitonen 1999, 131.)

Itseluottamuksen käsite menee osittain päällekkäin itsearvostuksen ja -tunnon kanssa. Näitä kaikkia tukee turvallinen toimintaympäristö jossa ihminen kokee että hän on hyväksytty ja arvostettu. Näin tuntiessaan ihminen uskaltaa helpommin ottaa riskejä ja jälleen onnistuessaan saa lisää itseluottamusta ja positiivista palautetta ympäristöltään. Tässä prosessissa sisäinen voimantunne, eli voimaantuminen, kasvaa. (Siitonen 1999, 137.)

Tehokkuususkomuksilla tarkoitetaan käsitystä omista kyvyistä joiden perusteella hän arvioi onnistumistaan ja sitoutumistaan tuleviin haasteisiin. Itsesäätelyn käsite liittyy jälleen vapauden kokemukseen, siihen että ihminen voi omien havaintojensa ja arvioidensa perusteella luoda päämääränsä ja tapansa tavoitella niitä. Positiivinen asennoituminen ja sisäisen voimantunteen kasvu edellyttävät että ihminen pystyy itse suunnittelemaan tulevaa toimintaansa, omien kykyjensä puitteissa. Tähän vapauden kokemukseen liittyy olennaisesti myös vastuu käsite. Vastuu itsestä ja omista valinnoista on yhteydessä itsearvostukseen ja voimaantumiseen. Koska voimaantuminen on sekä henkilökohtainen että sosiaalinen prosessi, tähän kuuluu myös vastuu yhteisen hyvinvoinnin edistämisestä - ja jälleen voimaantumista tukevan ilmapiirin luomisesta. (Siitonen 1999, 139-142.)

3.1.3 Kontekstiuskomukset

Kontekstiuskomuksilla tarkoitetaan ihmisen arvioita siitä, millainen ympäristö hänen toiminnallaan on. Jo aiemmin todettiin että ympäristön vastaanottavaisuus ja hyväksyvä ilmapiiri tukevat ihmisen riskinottoa ja minäkäsitystä. Ilmapiirin lisäksi kontekstiuskomuksiin kuu-

luu ihmisen kokemukset siitä hyväksytäänkö hänet omana itsenään, kokeeko hän arvostusta, kunnioitusta ja tasa-arvoista kohtelua muiden taholta ja luotetaanko häneen. Tässäkin kategoriassa nousee yhdeksi osatekijäksi kokemus toimintavapaudesta, mahdollisuuksista tavoitella itselleen tärkeäksi kokemia päämääriä. Siitosen mukaan oman kontrollin tunne vaikuttaa vastuun ottamiseen, luottamuksen rakentumiseen, uskomuksiin omista kyvyistä selvitä mahdollisesti vaikeistakin tilanteista ja käsitykseen kontekstin muiden ihmisten tuesta päämäärien tavoittelussa. (Siitonen 1999, 148). Mikäli toiminnan konteksti ei tunnu kannustavalta ja luottamukselliselta, ihminen saattaa hylätä tiettyyn päämäärään pyrkimisen. Turvallisessa ympäristössä ihmisen voimavarat vapautuvat uusien tavoitteiden asettamiseen. (Siitonen 1999, 143.)

3.1.4 Emootiot

Siitosen voimaantumisteorian viimeinen osaprosessi on emootiot -kategoria, jolla tarkoitetaan niitä tuntemuksia joiden perusteella ihminen tekee arvioita omista onnistumismahdollisuuksistaan. Katteoria on pilkottu vielä viiteen alakategoriaan: Säätelävä ja energisoiva toiminta, positiivinen lataus, toiveikkaus, onnistuminen ja epäonnistuminen sekä eettisyys. (Siitonen 1999, 151-152.)

Ensimmäinen osaprosessi, säätelävä ja energisoiva toiminta merkitsee ihmisen kykyä arvioida omien emootioiden perusteella muiden ihmisten emootioita. Emootioiden antaman tiedon ja vihjeiden perusteella ihminen tulkitsee ympäristönsä turvallisuutta, toimintavapautta, hyväksyntää ja tukea. Toisen osaprosessin, positiivisen latauksen, muodostuminen osoittaa että yksilö on arvioinut ympäristönsä emootioiden perusteella voimaantumisen mahdollistavaksi. (Siitonen 1999, 151-152.)

Kolmas osaprosessi eli toiveikkaus, merkitsee optimistista asennetta elämään. Toiveikkaus vaikuttaa positiivisesti vuorovaikutukseen muiden kanssa ja näin ollen edesauttaa voimaantumista sekä yksilön että yhteisön tasolla. Optimistinen elämänasenne vapauttaa energiaa, motivoi, antaa voimaa pyrkiä kohti päämääriä sekä tukee itsetunnon ja positiivisten kykyuskomusten kasvua. Toiveikkaus on siten voimaantumista merkitsevästi tukeva ja motivoiva tekijä. (Siitonen 1999 153-154.)

Siitosen mukaan onnistuminen ja epäonnistuminen ovat erittäin arvokkaita kokemuksia. Onnistumisen kokemukset liittyvät läheisesti arvostuksen, luottamuksen ja ilmapiirin rakentumiseen. Nämä ovat yhteydessä minäkuvan, tehokkuususkomusten, itsetunnon ja itsearvostuksen kehittymiseen. (Siitonen 1999, 154.) Siitonen kirjoittaa myös yhteydestä eettisyyden ja voimaantumisen välillä. Oman vastuun ja eettisten arvojen pohtimisen on havaittu olevan osana voimaantumisen prosessin syntyä. Voimaantumisen ominaista on oman elämän hallinta ja samanlaisen hallinnan salliminen muille. Vastuullisuus ja omantunnon kuunteleminen tukevat

voimaantumista ja toisaalta sisäisen voimantunteen synty on havaittu heijastuvan jälleen vastuullisuutena ja eettisyytenä. (Siitonen 1999, 156-157.)

3.2 Nuorten voimaantuminen

Koska voimaantumisen käsite on moniulotteinen ja laaja, päädyin rajaamaan sen tutkimisen erityisesti yksilölliseen, ihmisen sisäiseen, kokemukseen. Yksilöprosessina voimaantuminen merkitsee sitä että tämän motivaatiossa, tunteissa, kognitiivisissa prosesseissa ja uskossa omaan kykenevyyteen tapahtuu muutoksia (Järvinen 2007, 69). Yksilö toimii kuitenkin sosiaalisessa ympäristössä ja vuorovaikutuksesta saatu palaute vaikuttaa käsityksiin omasta minästä ja mahdollisuuksista. Näin voimaantumista ei täysin voi erottaa yksilölliseksi prosessiksi vaan sitä on tutkittava myös sosiaalisena ilmiönä. Minun tuli pohtia myös omaa rooliani voimaantumista tukevan toiminnan suunnittelijana ja ohjaajana, osana kontekstiuskomusten alakategoriaa. Opinnäytetyöprosessini alussa halusin nostaa erityisesti päämäärien ja kykyuskomusten -osatekijät tarkastelun alaiseksi. Halusin rakentaa työpajoissa toteutettavat harjoitukset siten että ne edesauttaisivat mahdollisimman paljon tyttöjen minäkuvan rakentumista, vahvistaisivat itsetuntoa, loisivat uskoa omiin kykyihin ja nostaisivat esiin toiveikkautta tulevaisuuden suhteen. Huomasin kuitenkin että voimaantumisen osaprosessit toimivat dynaamisesti yhdessä ja yksittäisten tekijöiden tutkiminen antaisi kokemuksesta kovin yksipuolisen kuvan. Näin myös emootioita tulisi pohtia toiminnan osana.

Opinnäytetyöni toteutettiin nuorten tyttöjen parissa, joten luonnollisesti minun oli perehdyttävä myös siihen, miten juuri nuorten voimaantumiskokemus rakentuu. Halusin ymmärtää sen, millainen oma roolini aikuisena toiminnan keskiössä olisi. Aiheesta ovat kirjoittaneet muun muassa Cargo, Grams, Ottoson, Ward & Green artikkelissaan *Empowerment as Fostering Positive Youth Development and Citizenship* (2003). He osoittivat tutkimuksen kautta että nuorten voimaantuminen edellytti aikuisen ja nuoren välistä aitoa ja lämmintä kumppanuussuhdetta, jossa nuoren annetaan ottaa aktiivinen, oma-aloitteinen toimijan rooli. Tutkimuksessa nuoren voimaantumisosprosessi jaetaan kahteen osa-alueeseen; aikuisten luomiin puitteisiin ja nuoren omaan aktiivisuuteen. Aikuisen tehtävä on luoda avoin, luotettava, kunnioittava ja kannustava ilmapiiri jossa nuori saa toimia. Lisäksi aikuisen tulee huolehtia toiminnan tilasta ja resursseista, sekä antaa palautetta ja ohjausta jonka pohjalta nuori oppii millä taidoilla ja tiedoilla voi omaan elämäänsä vaikuttaa. Nuorilta puuttuu monenlaisia ryhmässä työskentelyyn ja päätösten tekemiseen liittyviä taitoja, jolloin läsnä oleva aikuinen voi luontevasti toimia näiden opettajana luomalla uusia ryhmätilanteita ja ohjaamalla esimerkiksi palautteen kautta nuoria toimimaan yhdessä. Tarkoitus ei ole siis tehdä päätöksiä ja valintoja nuorten puolesta vaan kannustaa, opastaa ja tukea heitä. Ohjaajan on osattava aistia milloin nuorten työskentelyyn tarvitsee puuttua ja milloin on parempi seurata sivusta, jolloin nuorilla on mahdollisuus myös oppia omista virheistään. Virheidenkin jälkeen positiivisen ja kannustavan palautteen merkitys on ensisijaisen tärkeää, sillä tämän kautta nuori peilaa ja arvioi mahdollisuuksiaan onnis-

tua seuraavien ”haasteiden” kohdatessa. Haasteet ovatkin yksi tärkeä tekijä nuorten voimaantumisessa, sillä ne tarjoavat nuorelle työväliseen kokeilla osaamistaan, oppia uusia taitoja ja käyttää resurssejaan. (Cargo ym. 2003, 71-73.)

Erityisesti tyttöjen voimaantumisesta ovat kirjoittaneet Miina Savolainen (2008) ja Mari Lankinen (2011). Savolainen on kehittänyt voimauttavan valokuvan menetelmän ja toteuttanut tätä kymmenen Hyvösen lastenkodissa asuneen nuoren naisen kanssa (Savolainen 2011). Lankinen on julkaissut oppaan tyttöjen parissa toimiville sosiaalialan ammattilaisille: Voimaneidot - opas tyttöjen oman voiman haltuunoton ja aggression hallinnan tukemiseen. Kirja esittelee voimaa ja naiseutta käsittelevän teoriaosion, tyttöryhmän mallin harjoituksineen sekä ohjaajanoppaan. Myös Lankinen käsittelee voimaantumista yksilöllisenä prosessina Siitosen teoriaan nojaten, joten Voimaneidot -kirja oli yksi inspiraation lähde suunnitellessani harjoituksia. Molemmat kirjoittajat tuovat esille ohjaajan vastuun olla tytöille läsnä ja kuunnella heitä (Savolainen 2008, 149; Lankinen 2011, 10). Ohjaaja auttaa nuorta näkemään omat hyvät puolensa ja ymmärtämään että vaikeista elämäkokemuksista huolimatta hän ansaitsee hyviä asioita. Uskaltaessaan olla aidosti läsnä tyttöjen kanssa, ohjaaja voi tarjota ainutlaatuisen naisten ja tyttöjen vuorovaikutuskokemuksen, ja näin tukea voimaantumista. (Lankinen 2011, 10.)

Aikuisen rooli on siis merkittävä, sillä turvallinen ympäristö ja kannustus auttavat nuorta onnistumaan erilaisissa tilanteissa. Onnistuessaan nuoren itseluottamus ja usko omiin taitoihin kasvavat ja tämä taas edesauttaa voimaantumisen kokemusta. Omissa työpajoissani minä toiminnan ohjaajana olin siis vastuussa turvallisen ilmapiirin luomisesta, siitä että jokainen tulisi kuulluksi, nähdyksi, arvostetuksi ja kannustetuksi. Minun oli osattava antaa tyttöjen toimia rauhassa harjoitusten aikana, ja olla puuttumatta mikäli joku teki harjoituksen jonkin osa-alueen ”väärin”. Keskusteluissa pystyin kysymysten ja ehdotusten kautta tukemaan työpajaan osallistuvien tyttöjen omaa ajattelu- ja päättelykykyä. Pystyin myös omalla keskittymiselläni tuottamaan heille kokemuksen että heidän mielipiteitään arvostettiin ja kuunneltiin. Minun oli ehdottomasti myös suunniteltava harjoitukset sen verran haastaviksi että niissä oli mahdollista onnistua, muttei kuitenkaan niin helpoiksi etteivät ne olisi tarjonneet osallistujille uuden taidon oppimista. Luovien menetelmien toteuttaminen ei siis yksinään riittäisi vaan minun tuli todella pohtia mitä haluan harjoituksilla tavoitella tyttöjen kohdalla.

4 Tyttötyö

Suomessa erityisesti tytöille suunnatun nuorisotyön tarve nousi vahvasti esille 1990-luvulla. Nuorisotalojen asiakkaista valtaosa oli poikia, jolloin havaittiin että tytöt kaipaavat juuri heille suunnattua tilaa ja toimintaa. Ensimmäisiä tyttötyöhön tarkoitettuja hankkeita oli esimerkiksi Setlementtiliikkeen nuorisotyön Upea minä -hanke joka käynnistyi vuonna 1998. Tämän

seurauksena syntyi ensimmäinen Tyttöjen Talo Suomeen vuonna 1999. Tyttötyö sisältää monia erilaisia muotoja kahvila- ja olohuonetoiminnasta määrätyn teeman ympärille koottuihin tyttöjen vuorovaikutus- ja kasvuryhmiin. Työn tavoitteena on auttaa erityisen tuen tarpeessa olevia tyttöjä löytämään omia voimavarojaan. (Suomen Setlementtiliitto ry 2012, 6-10.)

Tyttöjen vertaisryhmät ovat tärkeä osa nuorisotyötä. Ryhmissä nuori voi harjoitella vuorovaikutusta, ilmaista itseään ja peilata kokemuksiaan toisiin. Tyttöjen ryhmätoimintaa on pitkään järjestetty esimerkiksi seurakuntien ja urheiluseurojen kautta, sekä koulumaailmassa liikunta- ja käsityötunneilla (Lankinen 2011, 50). Tytöille suunnatuilla ryhmillä pyritään tarjoamaan vertaistukea naiseksi kasvussa ja itsenäisyyden harjoittelussa. Tällä hetkellä Suomessa toimii seitsemän setlementtiliiton Tyttöjen Taloa ja näiden lisäksi Setlementtiliikkeen ulkopuolisia Tyttöjen Tiloja mm. Lahdessa, Torniossa ja Vantaalla, joista jälkimmäiseen oma opinnäyte-työni sijoittuu.

Vantaan Nicehearts ry on vuonna 2001 perustettu tyttö- ja naistoimintaa tuottava yhdistys. Yhdistyksen tavoitteita ovat tyttöjen ja naisten hyvinvoinnin ja osallisuuden lisääminen, sekä kotoutumisen ja integraation edistäminen yhteiskunnassa. Toiminnalla pyritään muodostamaan naisten keskinäisiä verkostoja ja luomaan raamit erikulttuuristen ja -ikäisten naisten kohtaamiselle arjessa. Yhdistys pyrkii myös parantamaan naisten yrittäjyyden ja työllisyyden yleisiä edellytyksiä niin alueellisella, valtakunnallisella kuin kansainväliselläkin tasolla. (Nicehearts ry 2015.)

Vantaan Tyttöjen Tila on osa Vantaan Nicehearts ry:n kulttuuri- ja sukupuolisensitiivistä tyttötyö -kehittämiprojektia joka toteutuu vuosina 2013-2015. Yhdistys on Vantaan ensimmäinen kulttuuri- ja sukupuolisensitiivistä tyttötyötä suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti toteuttava toimija. Työtä tehdään yhteistyössä esimerkiksi kaupungin sosiaalitoimen, neuvoloiden, perusopetuksen, seurakuntien ja muiden järjestöjen kanssa. Toiminta luokitellaan sekä ennaltaehkäiseväksi että korjaavaksi nuorisotyöksi, ja sillä tavoitellaan niitä 10-28 -vuotiaita tyttöjä ja nuoria naisia jotka eivät käytä nuorisotaloja tai muita nuorille suunnattuja kunnallisia vapaa-ajan palveluita. (Nicehearts ry 2015.) Sukupuolisensitiivisyydellä tarkoitetaan sitä että työssä huomioidaan sukupuolen erilaiset vaikutukset ja tunnustetaan moninaisia tapoja olla tyttö. Sukupuolisensitiivinen työote pyrkii purkamaan, avaamaan ja laajentamaan sukupuolirooleja sekä sukupuolittuneita käyttäytymismalleja. Kulttuurisensitiivisyys tyttötyössä taas tarkoittaa sitä ettei kulttuurin ajatella merkitsevän vain etnisyyttä, vaan se kattaa monet erilaiset olemisen tavat. Näihin olemisen tapoihin vaikuttavat esimerkiksi nuorisokulttuurit, elämäntavat, seksuaalinen suuntautuminen ja yhteiskunnallinen osallistuminen. Tällaiset erilaiset kulttuurin muodot ovat osatekijöitä tyttöjen identiteetin muotoutumisessa. (Suomen Setlementtiliitto ry 2015.)

Nicehearts ry:n tyttötyö koostuu erilaisista ryhmistä jotka rakentuvat esimerkiksi tanssin, kädentaitojen tai jonkin teeman ympärille. Tämän lisäksi Tyttöjen Tilalla on maanantaista keskiviikkoon avointa toimintaa eri ikäryhmille, jonne voi saapua oman aikataulunsa mukaisesti ja osallistua haluamaansa ohjattuun toimintaan ilman sitoutumisvelvoitteita. Tilalla voi käydä syömässä välipalaa, tekemässä läksyjä tai vaihtamassa kuulumisia muiden tyttöjen ja ohjaajien kanssa. Avoimet illat ovat maksutonta, matalan kynnyksen toimintaa jonka ydinajatuksena on tarjota paikka jossa jokainen tyttö voi kokea tulleen kohdatuksi omana itsenään. Ohjaajien läsnäolo on vahva tekijä Tyttöjen Tilan toiminnassa ja he osallistuvat aktiivisesti tyttöjen kanssa vuorovaikutukseen. Ohjaajat ottavat huomioon tyttöjen toiveet avoimien iltojen toiminnan suunnittelun suhteen ja perustavat tarpeen tullen myös suljettuja ryhmiä vuorovaikutuksesta nousseiden teemojen ympärille. Tyttöjen Tilalla on myös nuorille äideille suunnattu oma suljettu ryhmänsä sekä avointa kahvilatoimintaa. (Nicehearts ry 2015.)

Tein opiskelujeni viimeisen harjoittelun Vantaan Tyttöjen Tilalla, jonka avulla pääsin jo ennen opinnäytetyöni alkamista hyvin sisälle yhdistyksen arvomaailmaan ja toimintaan. Osallistuin viikoittain pidettäviin avoimiin iltoihin seurustelemalla tyttöjen kanssa ja vetämällä heille erilaisia ohjattuja harjoituksia. Tämä toimi edukseni myös siten että pääsin tutustumaan tilalla käyviin tyttöihin, enkä ollut heille vieras ohjaaja työpajojen käynnistyttyä. Näin minun oli mahdollista jo harjoitteluni aikana tehdä tytöille tutuksi tapani toimia ja ohjata, sekä kertoa tulevasta opinnäytetyöstäni.

5 Luovat menetelmät

Voimaantumista käsittelevässä luvussa (2) otettiin esille käsitys ihmisestä luovana olentona (Siitonen 1999, 117). Luovien toimintojen opiskelijana minulle oli luonnollista valita opinnäytetyöhöni toteutukseen erilaisia taidelähtöisiä menetelmiä joiden kautta pystyisin tukemaan tyttöjen voimaantumisen kokemuksia. ”Luovat menetelmät” on ikään kuin valtava sateenvarjotermi kaikelle musiikilliselle, kuvalliselle ja keholliselle toiminnalle jonka avulla pyritään tukemaan yksilön itsensä ilmaisua, tunteiden käsittelyä ja tulevaisuuden suunnittelua. Toiminnan taustalla on usko taiteen ja luovuuden merkityksestä ihmisen elämässä, ja erityisesti siitä että itse luova työskentelyprosessi on tulosta oleellisempi (Nietosvuori 2008, 136). Luovien toimintojen avulla yksilö pystyy ilmaisemaan asioita ja tunteita joihin sanat eivät riitä. Näin luovuus toimii itsehoidollisena välineenä pitääkseen yllä mielen tasapainoa. Se tarjoaa myös välineen jolla tutkia omia tunteitaan ja parantaa itsetuntemustaan. (Ahonen 1994, 19-20.) Sosionomin näkökulmasta luovat toiminnot antavat menetelminä monia mahdollisuuksia syventää toimintaa asiakkaiden parissa, kommunikoida heidän kanssaan tekemisen kautta ja myös tuoda uusia ulottuvuuksia työyhteisön ilmapiiriin. Luovan tekemisen kautta työntekijällekin avautuu uudenlaiset tavat olla yhteisöllisessä vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa, ja kehittää omaa ammatillista persoonaansa. (Nietosvuori 2008, 136).

Erkkilä (2003) on tutkinut luovien toimintojen merkitystä lapsen surutyössä. Hän nojaa kirjoituksessaan hahmoterapeutti Josef Zinkerin (1977) toteamukseen, ”Luovuus ja luova toiminta on vastaavanlainen perustarve kuin hengittäminen, ja taiteen tekeminen on keino konkretisoida tarpeemme elämisen laajemmille ja syvemmille alueille.” Erityisesti lasten kanssa toimimassa on huomioitava ettei heidän sanallinen kehityksensä ole aikuisen verrattavalla tasolla, eikä puhe ilmaisukeinona yksin riitä surun ja ahdistuksen käsittelyyn. Luovalla toiminnalla pyritäänkin terapeutisessa yhteydessä näiden voimakkaiden tunteiden purkamiseen. (Erkkilä 2003, 24-25.)

Tutkija Hanna-Liisa ”Assi” Liikanen on tutkinut taide- ja kulttuuritoiminnan merkitystä laitosten arjessa, ja julkaissut aiheesta vuonna 2003 väitöskirjan: Taide kohtaa elämän - Arts in Hospital -hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Liikasen mukaan taide- ja kulttuuritoiminta vaikuttavat ainakin seuraavilla tavoilla ihmisen hyvinvointiin: Taiteelliset kokemukset itsessään rikastuttavat elämysmaailmaa, virkistävät aisteja ja tyydyttävät inhimillisiä tarpeita. Näiden lisäksi taiteella ja kulttuuritoiminnalla on todettu yhteys hyvään terveyteen, työkykyyn ja elämänhallintaan. Taiteellinen harrastaminen voi toimia myös yhteisöllisyyden edistäjänä luoden verkostoja ihmisten välille. Laitoksissa elävät ihmiset nauttivat taiteesta ympäristössään jolloin miellyttävä elinympäristö taas virkistää mieltä ja edesauttaa kuntoutumisessa. (Liikanen 2003, 151-152.)

Taidelähtöisistä menetelmistä lastensuojelun maailmassa on kirjoittanut muun muassa Känkänen (2006, 2013) ja todennut että menetelmät tarjoavat työntekijöille mahdollisuuden ymmärtää lapsia ja nuoria syvemmällä tasolla (Känkänen 2013, 111). Taide toimii kommunikaation ja vuorovaikutuksen vahvistajana etenkin silloin kun kieli ei pysty luontevasti ilmaisemaan omia tunteita tai ympäröivää maailmaa. Känkänen kirjoittaa että taiteen avulla ihminen voi tutkia omaa sisintään: eritellä, purkaa ja liittyä yhteen niitä aistihavaintoja ja kokemuksia, joita ympäristöstään saa. Taidelähtöisten menetelmien avulla haetaan vaihtoehtoisia tapoja olla kosketuksissa omaan ympäristöönsä ja itseensä. (Känkänen 2013, 68.)

Luovia menetelmiä on siis perusteltua käyttää apuvälineenä tyttöjen voimaantumisen tukemisessa. Tässä luvussa esiteltyjen teorioiden valossa jo pelkkä taiteellinen työskentely itsessään tuottaisi osallistujille positiivisia kokemuksia. Aistien virkistyminen ja taidekokemus sellaisenaan rikastuttaisivat tyttöjen elämysmaailmaa, ja taide toimisi heille symbolisena välineenä oman elämän tarkasteluun. Monet valitsemani harjoitukset rakentuivat kuvallisen ilmaisun menetelmien varaan. Tämä valinta tuntui luonnolliselta sillä olen itse harrastanut lapsuudesta saakka maalaamista, valokuvausta, käsitöitä ja erilaisia kuvan tekemisen sekatekniikoita. Kuvataiteen kautta tytöillä olisi mahdollisuus tuoda esille tunteita, vaikeita asioita ja persoonansa sellaisia puolia joita ei välttämättä ole mahdollista sanoittaa. Pohdin erilaisia tapoja tehdä omakuva jonka kautta nuori voisi kokea sekä ohjaajan että ryhmän hyväksyvän katseen ja arvostuksen. Omakuvan parissa työskentelyn kautta toivoin edistävänä myös nuoren itsensä

hyväksymistä. Mietin erityisesti Miina Savolaisen kirjoittamaa lausetta kirjassa *Maailman ihain tyttö*: ”Omakuvan hyväksyminen on itsen hyväksymisen metafora” (Savolainen 2008, 178). Kirjaimellisen omakuvan tekemisen sijaan päädyin valitsemaan minä puuna -harjoituksen ja oman tulevaisuuden visualisoimisen unelmien aarrekartta -harjoituksen kautta. Minä puuna -harjoituksen kautta halusin nostaa hyväksymisen teemaa esille; sitä miten tärkeää on hyväksyä itsensä, mutta myös muut. Puu itsensä symbolina mahdollisti oman persoonan tarkastelun ulkopuolelta ja tätä kautta myös itseensä kohdistuvan rakastavamman katseen. Yhdistellen näin minulle tuttuja luovia harjoituksia voimaantumisen teoriaan, aloin muodostaa ensimmäistä versiota opinnäytetyöni toiminnallisesta osuudesta.

6 Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden aikataulu ja sisältö

Opinnäytetyöni toiminnallinen osuus toteutettiin Vantaan Tyttöjen Tilan kanssa 24.8. - 1.9.2015 järjestettävien Ihana Minä -työpajojen muodossa. Työskentely tapahtui Vantaan Ni-ceheartsin tiloissa. Toiminnallinen osuus muodostui viitenä kertana järjestetyistä työpajoista joissa harjoiteltiin erilaisia itsensä ilmaisun ja taiteen tekemisen tekniikoita. Alkuperäisen suunnitelman mukaan toiminta piti toteuttaa kesäleirin muodossa 8.6. - 10.6.2015 mutta koska leirille ei löytynyt osallistujia, muokkasin sisältöä työpajatoiminnan muotoon. Aiemmassa suunnitelmassa jokainen leiripäivä sisälsi yhden pääteeman jonka ympärille olin suunnitellut useamman toiminnallisen harjoituksen. Ideana oli että leiri olisi prosessi johon sitoudutaan ja jokaiselle kerralle osallistutaan. Koska leirin toteuttaminen ei onnistunut, sisältöä piti muokata ja päädyin hajauttamaan sisällön viiteen työpajaan siten että yksittäiseen pajaan pystyisi osallistumaan milloin tahansa. Tämä oli tärkeää siksi, että Tyttöjen Tilalla käyvillä tytöillä on paljon muitakin harrastuksia ja koulutöitä, eikä ollut realistista odottaa heidän pääsevän osallistumaan jokaiselle kerralle.

Työpajoihin valitsemani kuvallisen ilmaisun muodot valitsin sen perusteella mitkä parhaiten soveltuivat voimaantumisteorioiden osatekijöiden tarkasteluun. Näiden lisäksi menetelmien valintoihin vaikutti se millaisia materiaaleja oli helposti saatavilla, sillä halusin näyttää tytöille ettei taiteellinen työskentely aina edellytä ostamaan suuria määriä erilaisia välineitä. Seuraavasta kaaviosta (Kuva 2) käy ilmi miten valitsemani harjoitukset liittyvät yhteen voimaantumisen osatekijöiden kanssa:

Työpajan ajankohta ja teoreettinen tausta	Tavoite	Harjoitus
<p>1. Työpaja 24.8.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tulevaisuuden tilat • Omien päämäärien asettaminen • Vapaus <p>2. Työpaja 25.8.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Minäkäsitys • Itseluottamus • Tehokkuususkomukset <p>3. Työpaja 26.8.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Minäkäsitys • itseluottamus • tehokkuususkomukset <p>4. Työpaja 31.8.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontekstiuskomukset • Minäkäsitys • Itseluottamus • Tehokkuususkomukset 	<p>Tulevaisuuden pohtiminen, haaveet, toiveet, omat päämäärät</p> <p>Itsetunnon vahvistaminen, omien kykyjen ja vahvuuksien määrittely, itsensä arvos-taminen</p> <p>Itsetunnon vahvistaminen, omien kykyjen ja vahvuuksien määrittely, oman vaikutusvallan ja vastuun määrittely</p> <p>Turvallinen, kunnioitava ympäristö, yhdessä tehtävät harjoitukset, itsensä ja toisten hyväksyminen, oman identiteetin pohtiminen, mielipi-</p>	<p>Unelmien aarrekartta</p> <p>Kukkaseppelelekrunut Arvostuskruunajaiset</p> <p>Voimakivet/Haavekivet Ajatteluharjoitukset</p> <p>Erilaisuuden pohtiminen, mielipidejana, Minä puuna -harjoitus</p>

<p>5. Työpaja 1.9.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Päämäärät • Kykysukkomukset 	<p>teiden ilmaiseminen</p> <p>Omien tulevaisuuden-toiveiden visualisointi, huolista irtipäättäminen, usko itseensä ja omiin kykyihin, oman vaikutusvallan ja vastuun määrittely</p>	<p>Ilmapallotaidetta, murheista irtautuminen, haaveiden vapauttaminen</p>
---	---	---

Kuva 2: Ihana minä -työpajojen suunnitelma

7 Tutkimusaineiston keruu

Toiminnallisissa opinnäytetöissä tiedon keräämisen tavat ovat samanlaisia kuin tutkimuksellissakin töissä (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57). Laajemmassa kontekstissa toiminnallinen opinnäytetyöni sijoittuu lähestymistavaltaan laadullisen tutkimuksen piiriin, koska tavoitteenani oli onnistuneen toiminnan toteuttamisen lisäksi voimaantumisen ilmiön ymmärtäminen. Laadullinen tutkimus pyrkii tuottamaan tietoa asioihin liitetystä merkityksistä, konsepteista, määritelmistä, mielikuvista, metaforista, symboleista ja kuvauksista (Berg 2001, 3). Laadullisen tutkimuksen tiedonkeruutapoja ovat usein erilaiset lomake- ja teemahaastattelut yksilöille tai ryhmille (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57). Laadulliset tutkimukset sisältävät usein myös muita dokumentoinnin menetelmiä, kuten havainnointia, valokuvausta, tekstin analysointia ja sosiometriä (Berg 2001, 3). Olin avoin kaikenlaisille aineistonkeruumenetelmille, mutta aiempiin opinnäytetöihin tutustumalla ja oman opinnäytetyöohjaajani avustuksella onnistuin valitsemaan itselleni sopivimmat välineet aineiston keräämistä varten.

7.1 Voimaantumisen arvioinnin vaikeus

Voimaantumista käsittelevässä luvussa (3) erittelin seikkoja jotka yhdessä muodostavat ihmiselle kokemuksen ”voiman tunteen lisääntymisestä”. Näitä osatekijöitä minun tuli siis tuottaa työpajojeni avulla osallistuville tytöille. Mietin pitkään miten toisen henkilön sisäistä kokemusta olisi mahdollista arvioida, varsinkin kun toiminta saattaisi tuottaa kokemuksia joiden vaikutukset voisi nähdä vasta pitemmän ajan kuluttua. En voinut myöskään esittää tytöille suoraa kysymystä: ”voimaannuitko?”. Siitosen mukaan voimaantumisen ominaisuudet ilmenevät ihmisissä eri tavoin. Voimaantumiskokemuksen mittaamista tekee vaikeaksi myös se että ympäristö, ajankohta ja kokemuksen voimakkuusaste vaihtelevat yksilötasolla (Siitonen 1999,

93). Voimaantumisen arvioinnin haasteista on kirjoittanut myös Järvinen (2009). Artikkelissa nimetään yksilötason voimaantumisen tutkimisen suurimmaksi haasteeksi juuri kokemuksen intiimin olemuksen. Tämän lisäksi, vaikka henkilö itse kokisi olevansa voimaantunut, hänellä ei välttämättä ole mitään konkreettista väittämänsä tueksi. Toisaalta, vaikeivät yksilön käsitkset omista taidoista olisivatkaan realistisia, kokemus kyvykkyydestä vaikuttaa myönteisellä tavalla yksilön suorituksiin. (Järvinen 2009, 11.)

Palasin jälleen voimaantumisen osaprosessien luokse. Olin käyttänyt niitä perustana suunnitelllessani luovia harjoituksia ja laatinut tavoitetaulukon jonka avulla voisin pohtia miten kuskakin työpajassa saavutettiin voimaantumisen kokemusta rakentavia osasia. Näitä osasia ovat esimerkiksi tulevaisuuteen suuntautuva ajattelu, hyväksytyksi ja arvostetuksi tuleminen, valinnanvapaus, itseluottamus, innostuneisuus, yhteistoiminta sekä onnistumisen ja epäonnistumisen kokemukset. Tarkastelemalla miten nämä teemat nousivat esille tyttöjen puheissa ja kirjallisissa palautteissa, minun oli mahdollista saada käsitys siitä, tuottivatko työpajat voimaantumisen kokemuksia.

Toiminnalliselle opinnäytetyölle ominaiseen tapaan olin ohjaajana jatkuvassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kohderyhmän kanssa. Käyttökelpoinen väline työpajojen toteutumisen kuvailuun oli näin oman havainnointipäiväkirjan pitäminen toiminnan aikana. Halusin kuitenkin tuoda tutkimusmateriaalissani mahdollisimman paljon esille tyttöjen omaa ääntä ja heidän subjektiivisia kokemuksiaan jotta minulla olisi mahdollisuus löytää noita voimaantumiseen viittaavia sanoja. Valitsin havainnoinnin tueksi ryhmähaastattelun ja kirjallisen palautteen. Näiden aineistonkeruumenetelmien avulla minulle kertyi omien havaintojeni lisäksi paljon dokumentoitua tutkimusmateriaalia jota sain rauhassa analysoida työpajakertojen jälkeen.

7.2 Oma havainnointi päiväkirjan avulla

Yksi aineistonkeruumenetelmästäni oli havainnointi. Tutkin muita toiminnallisia opinnäytetöitä ja tämä päiväkirjan muodossa toteutettu työväline tuntui sopivalta omaani. Havainnoinnilla tarkoitetaan tutkimusaineiston keräämistä ja uusien havaintojen tuottamisen tapaa. Koko olemassaolomme rakentuu havainnoinnista, sillä teemme jatkuvasti niin sanottua arkihavainnointia ympäristöstämme, kulttuuristamme ja yhteiskunnastamme. Tällainen havainnointi tapahtuu usein omien tarpeidemme, mielenkiintojemme ja aiempien kokemustemme kautta joten se sisältää myös havainnointi- ja tulkintavirheitä. Tutkimuksessa tehtävä havainnointi eroaa arkihavainnoinnista siten että se on suunnitelmallisempaa, järjestelmällisempää ja eritellympää. (Vilka 2006, 6-8.)

Omaan havaintopäiväkirjaani tein jokaista työpajaa varten suunnitelman pajan kulusta. Suunnittelin tähän virittäytymisen, luovan työskentelytavan, loppukeskustelun raamit ja erityisesti

kysymykset joita aion tytöille jokaisena kertana esittää. Täytin havainnointipäiväkirjaani osaksi toiminnan aikana, osaksi heti työpajojen jälkeen junassa matkustaessani kotiin. Kirjasin toiminnan aikana huomioita siitä miten tytöt reagoivat päivän teemaan, lähtivätkö he harjoitukseen mukaan innokkaasti vai eivät, halusivatko he kertoa ääneen muille ryhmäläisille tuntemuksistaan, millaista puhetta he tuottivat toiminnan aikana ja miten he keskittyivät harjoitukseen. Halusin tarkastella myös sitä miten tytöt käyttäytyivät toisiaan kohtaan työpajoissa. Havainnoinnin kohteena ei ollut vain tyttöjen puhe, vaan myös heidän ilmeensä, kehonkielensä ja sanaton viestintä tilanteissa. Aktiivisen havainnoinnin avulla minun oli myös toiminnan keskiössä mahdollista tarttua tilanteisiin jossa joku tytöistä tarvitsisi erityistä huomiota tai kannustusta.

7.3 Palautekaavakkeet ja ryhmäkeskustelut

Jokaisen ohjatun työpajan lopussa tavoitteeni oli jakaa tytöille pieni palautelappunen jossa on erilaisia tuntemuksia kuvaavia sanoja. Sanojen tarkoitus oli toimia tukena ohjatulle keskustelulle ja tarjota minulle niin sanottua nimetöntä palautetta. Ajatus oli jakaa palautelappuset tytöille ennen purkukeskustelun aloittamista jolloin he voisivat halutessaan ympäröidä tuntemuksia kuvaavat sanat keskustelun aikana tai ennen tätä. Alla suunnitelma lappusen ulkomuodosta:



Kuva 3 Palautelappunen

Tavoitteeni oli päättää jokainen työpaja loppukeskusteluun, niin sanottuun ryhmähaastatteluun, jotka nauhoitin myöhempää tarkastelua varten. Keskustelun avulla halusin kerätä tyttöjen mielipiteitä heidän onnistumisestaan työpajan aikana, päivän teeman merkityksellisyydestä ja siitä, onko toiminta herättänyt heissä tunteita ja ajatuksia. Ohjatussa loppukeskustelussa esitin muun muassa seuraavia kysymyksiä:

1. Mitä mieltä olit päivän teemasta? Onko tärkeä, mielenkiintoinen, tylsä tms.?
2. Miltä harjoituksen X tekeminen tuntui?
3. Mitä mieltä olit tänään käytetyistä materiaaleista?
4. Onnistuitko tänään mielestäsi?
5. Heräsikö tänään joitakin uusia ajatuksia?
6. Mitä opit tänään?

Viimeisenä työpajakertana jaoin tytöille vielä toisenlaisen palautelapun jonka he saivat palauttaa nimettömänä. Palautelappuun olin kerännyt seuraavat kysymykset:

1. Kuinka moneen työpajaan osallistuit?
2. Mitä mieltä olet työpajoissa tehdyistä harjoituksista? Oliko joku suosikko, jokin josta et pitänyt ollenkaan?
3. Millainen olo sinulla oli työpajojen jälkeen?
4. Herättivätkö ne uusia ajatuksia tai tunteita? Jos kyllä, millaisia?
5. Haluaisitko lisää tällaisia työpajoja ja harjoituksia?
6. Olisiko jotakin voinut tehdä toisin? Jäikö jokin teema puuttumaan?
7. Sana vapaa:



Kuva 4 Havainnointipäiväkirja ja viimeisen kerran palautelappuja

8 Tutkimusetiikka

Sosionomin ammatilliseen työskentelyyn kuuluu kyky tarkastella ja arvioida omaa työtään eettisestä näkökulmasta. Tätä kutsutaan oman työnsä eettiseksi refletoinniksi, ja halusin tuoda sen vahvasti osaksi opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden suunnittelua ja toteutusta.

Toiminnallista osuutta hahmotellessani ensimmäisenä nousi esille ns. sosiaalinen vastuu tutkittavista ja tutkimustuloksista. Tärkeää oli kohdella molempia kunnioittavasti ja rehellisesti. Työpajoissa pureuduttiin henkilökohtaisiin, herkkiin aiheisiin kuten itsetunto, hyväksyntä ja arvostus, joten olin tutkijana velvollinen huolehtimaan tutkittavien hyvinvoinnista. Sosiaalialan ammattilaisena päämääräni on edistää hyvinvointia, ei käyttää luovia menetelmiä yksilöä hajottavasti. Olin siis toimintaa suunnitellessani ja toteuttaessani velvollinen huolehtimaan siitä että kunkin teeman herättämät ajatukset ja tunteet puretaan yhdessä. Minun tuli myös tarjota osallistuville nuorille mahdollisuus kahdenkeskiseen keskusteluun ja syvempään teemojen purkuun.

Hyvä tutkimuskäytäntö edellyttää että tutkittavilta saadaan heidän osallistumisestaan vapaaehtoinen suostumus. Suostumusta ennen tutkija on velvollinen kertomaan tutkittavalle kaikki oleellinen tieto siitä mitä tutkimuksen kuluessa tulee tapahtumaan, ja pidettävä huolta siitä että tutkittava ymmärtää saadun tiedon. (Hirsijärvi, 2004, 26-27). Näin olin velvollinen tiedottamaan tytöille opinnäytetyöstäni, haastatteluista ja töiden kuvaamisesta etukäteen. Koska kyseessä olivat alaikäiset, tarvitsin kirjalliset haastatteluluvat heidän vanhemmiltaan.

Toimitin haastattelulupahakemuksen huoltajille osoitetun kirjeen mukana (Liite 1). Kirjeessä kerroin opinnäytetyöstäni ja välitin heille omat yhteystietoni. Halusin näin tarjota huoltajille mahdollisuuden olla yhteydessä minuun lisäkysymysten johdosta. Yksi tytöistä oli täysi-ikäinen joten hän täytti lupakaavakkeen paikanpäällä. Hänen kanssaan kävimme kahdenkesken läpi opinnäytetyötäni, aineistonkeruumenetelmiä ja tutkittavien anonymiteettiä. Joidenkin tyttöjen vanhempien kanssa sovimme haastattelusta ensin puhelimitse ja lupalappu palautettiin seuraavana päivänä. Yhden tytön kohdalla jouduin kyselemään useamman kerran haastattelusuostumuksen perään sillä hän unohti palauttaa sen. Koin että moni nuorten vanhemmista oli tyytyväinen saadessaan puhua kanssani puhelimesta eikä opinnäytetyöni ollut edustettuna vain paperin muodossa. Painotin myös tytöille että kertovat kotonaan että minulle voi soittaa mikäli heidän vanhempiaan mietityttää jokin työpajoissani.

Vantaan Nicehearts ry:n Tyttötyön työntekijöiden kanssa olimme keskustelleet moneen otteeseen opinnäytetyöstäni. Olin esitellyt heille ideoitani työpajojen suhteen ja saanut ohjeita haastattelupien hakemista varten. Sovimme myös että annan opinnäytetyöni heille luettavaksi ennen lopullisen työn jättöä. Kävimme työpajojen sisältöä läpi Tyttötyön projektipäällikön ja projektityöntekijöiden kanssa, ja hain tutkimusluvan Vantaan Nicehearts ry:n toiminnanjohtajalta.

Tutkijan tutkimuseettisiin käytäntöihin kuuluu käsitellä saamiaan tutkimustietoja luottamuksellisesti ja dokumentoida vastaukset siten että tutkittavien anonymiteetti säilyy. (Ketola & Lahti 2014, 36). Käytännössä tämä tarkoittaa sitä että tutkimuksesta nousevat vastaukset ja toiminnallisen osuuden aikana tuotetut työt tulee esittää lopullisessa opinnäytetyössä niin etteivät vastaajat ole näistä tunnistettavissa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Minun tuli huomioida tutkittavien tietosuoja myös käsitellessäni ja säilyttäessäni haastattelutuloksia tai kuvamateriaalia töistä. Kaikki kirjalliset palautteet täytettiin nimettömänä, mutta esimerkiksi äänitetyissä haastatteluissa käytimme usein toisistamme nimiä. Minun tuli siis huolehtia että kaikki tutkimusmateriaali säilytettiin asianmukaisesti, ja jättää sellaiset työt kuvaamatta joissa luki tyttöjen oma tai sukulaisen nimi.

Tutkijan velvollisuuksiin kuuluu myös välttää omien mielipiteidensä vaikuttamista tutkittavien vastauksiin (Ketola & Lahti 2014, 36). Tämän vuoksi oli tärkeää että purin ja erittelin omat käsitykseni ja uskomukseni voimaantumiskokemuksesta ennen osallistujien vastausten analysointia. Koska olin tyttöjen kanssa vahvasti vuorovaikutuksessa työpajojen aikana, oli minun huomioitava mielipiteisiin vaikuttaminen jo toiminnan aikana: havaintoja tehdessäni olin velvollinen kirjaamaan ja reagoimaan myös negatiiviseen palautteeseen. Vaikka minua toiminnan kehittäjänä saattaisikin harmittaa tuleva kritiikki, olin velvollinen ottamaan sen osaksi tutkimusaineistoani. Pohdin etukäteen että ääneen kritisointi saattaisi tuntua vaikealta, joten olisi tärkeää rohkaista tyttöjä jättämään nimettömästi kirjallista palautetta kriittisessäkin

mielessä. Sosionomiopiskelijana halusin korostaa toiminnassa vapaaehtoisuutta, dialogisuutta ja omaa tasa-arvoisuuttani tyttöjen kanssa. Vaikka tytöillä ei ollut mahdollisuutta vaikuttaa työpajojen toiminnan sisältöön, osallistuminen oli vapaaehtoista. Koin tärkeäksi että he saivat tilanteen mukaan kieltäytyä osallistumasta harjoituksiin tai näyttämästä töitään muille ryhmäläisille. Tämän toteutin kertomalla jokaisen harjoituksen alkaessa, ettei mitään ole ”pakko” tehdä, vaan tytöt saivat halutessaan myös seurata sivusta muiden toimintaa. Tavoitteeni oli huolehtia että ryhmätoiminnassamme jokainen tulee kuulluksi ja nähdyksi, sekä uskaltaa ilmaista mielipiteensä. Halusin myös tyttöjen harjoittelevan positiivisen palautteen antamista ja vastaanottamista jolloin ryhmä itsessään loisi suvaitsevaa ja rohkaisevaa ilmapiiriä toiminnalle. Pyrkimykseni oli että kokemuksia voitaisiin jakaa kunnioittavassa ilmapiirissä jolloin tämä tukee myös tyttöjen keskinäisiä kaveruussuhteita ja ryhmätyötaitoja.

9 Ihana Minä -työpajat

Kuten aiemmin mainitsin, toiminta oli alun perin tarkoitus toteuttaa Vantaan Tyttöjen Tilan kesäleirinä kesäkuussa 2015. Olin suunnitellut toiminnan kolme päivää kestäväksi, intensiiviseksi päiväleiriksi jonka lopuksi pitäisin osallistujille yksilöhaastattelun kartoittaakseni heidän kokemuksiaan. Noin kahta viikkoa ennen varsinaisen leirin alkua moni kiinnostuneista tytöistä kuitenkin ilmoitti ettei pääsekään osallistumaan muiden leirien, matkojen tai kesäsuunnitelmien vuoksi. Olin varautunut jossakin määrin tähän mahdollisuuteen ja päädyimme yhdessä Vantaan Tyttöjen Tilan henkilökunnan kanssa että toiminta siirretään syksyyn. Koulujen ja muiden harrastusten alettua päiväleirin pitäminen ei olisi onnistunut, joten päädyin muuttamaan toiminnan iltapäivisin toteutettaviksi työpajoiksi. Muokkasin työpajoista selkeitä yhden kerran kokonaisuuksia, jolloin yksittäiselle kerralle osallistuminen oli mahdollista. Valitsin jokaiselle kerralle oman teeman: unelmat, itsensä arvostaminen, omat kyvyt, hyväksyminen ja tulevaisuus. Suunnittelin toiminnan siten että jokainen kerta rakentui teemaan virittäytymisellä, ohjatulla luovalla työskentelyllä ja purkukeskustelulla.

Pidimme Tyttöjen Tilan henkilökunnan kanssa tiistaina 18.8.2015 Syysstartti -tapahtuman jossa tiedotamme järjestämistäni työpajoista sekä tilan syksyn aikataulusta. Ihana minä -työpajojen aikana ei tilalla järjestetty muuta toimintaa, vaan ikäsuositusten mukaan jaetut avoimet illat eri-ikäisille tytöille alkoivat vasta näiden jälkeen. Pitämällä työpajat erillään avoimista illoista pyrimme viestittämään sitä että Ihana minä -työpajoihin olivat tervetulleita kaikki 10-28 -vuotiaat. Työpajoja mainostettiin syysstartin lisäksi Vantaan Tyttöjen Tilan Facebook ja Instagram -sivuilla ja lähetin itse Instagramin välityksellä tutuille tytöille kutsut työpajoihini. Tässä vaiheessa suurena etuna toimi se että olin tehnyt viimeisimmän harjoitteluni Vantaan Tyttöjen Tilalla keväällä 2015 jolloin sekä työyhteisö että osa tilalla käyvistä tytöistä olivat minulle ennestään tuttuja.

9.1 1. työpaja: Unelmien aarrekartta

Ensimmäisen työpajan teema oli unelmat, niiden pohtiminen, visualisointi ja sen miettiminen, miten ne olisi mahdollista saavuttaa. Paikalle saapui kolme tyttöä joiden kanssa aloitimme syömällä välipalaa ja vaihtamalla kuulumisia. Itse työskentely alkoi siten että keräännymme pöydän äärelle johon olin levittänyt monta kymmentä erilaista kuvakorttia. Olen itse askarrellut lähes sadan kuvan kuvakorttikokoelman jota käytän useasti ohjatessani virittäytymis- tai purkuharjoituksia. Pyysin tyttöjä valitsemaan kortteja jotka kuvaavat heidän unelmiaan, toiveitaan ja haaveitaan. Rohkaisin heitä valitsemaan myös kuvia joista heidän ei välttämättä tarvitsisi kertoa mitään, mutta voisivat itsekseen pohtia unelmaansa. Jokainen heistä valitsi 3-7 korttia. Valinnan jälkeen pyysin tyttöjä näyttämään kortteja muille ja kertomaan niistä sen verran kuin haluavat. Ilokseni jokainen kertoi avoimesti unelmistaan ja toiveistaan, ja osallistujat esittivät toisilleen tarkentavia kysymyksiä. Tyttöjen puheista nousi esille esimerkiksi oma koti, perheen perustaminen, maailman ympäri matkustaminen, vapautuminen vanhempien määräysvallasta sekä kuuluisaksi tuleminen.

Virittäytymisen jälkeen siirryimme istumaan pitkän pöydän ääreen ja pyysin jokaista valitsemaan A4 -kokoisen tai isomman kartongin mieleisessään värissä. Kartongien lisäksi olin levittänyt pöydälle ison kasan aikakauslehtiä, saksia, erilaisia tusseja, kirjainleimasimet, liima-aikeja ja tarroja. Pyysin tyttöjä pitämään mielessään äsken pohtimansa unelmat ja luomaan tyhjälle kartongille niistä oman aarre- /inspiraatiokarttansa käyttäen apunaan lehtien kuvia ja muuta materiaalia. Harjoitus oli kaikille osallistuvilla tytöille tuttu, joten he eivät tarvitseet sen tarkempaa ohjeistusta. Laitoin taustalle soimaan musiikkia ja siirryin seuraamaan toimintaa.

Oikeanlaisten kuvien löytäminen lehdistä tuotti aluksi tytöille haasteita. Heillä oli selkeät viisiot siitä mitä tavaroita he halusivat aarrekarttaansa liittää. Lehtiä selaillessaan he keskustelivat paljon siitä, mitä kenelläkin kaverilla on; kännykän, hajuvesien ja laukkujen merkit olivat pitkään puheissa. Havaitsin kuitenkin että jonkin ajan päästä itse tuotteiden merkit jäivät keskustelusta pois ja painotus siirtyi tulevaisuuden opiskeluihin, työmaailmaan sekä ihmissuhteisiin. Myös minulta kysyttiin miten päädyin opiskelemaan sosionomiksi ja mikä halusin olla ”isona”. Puheissa nousi esiin itsenäistyminen, oma koti ja sen sisustaminen mieleisekseen, omien päätösten tekeminen sekä riippumattomuus vanhemmista.

Vähän ennen aarrekartan parissa työskentelyn lopettamista, yksi tytöistä joutui lähtemään kotiin. Pyysin häntä nopeasti täyttämään palautelappusen ja kyselin millainen olo hänelle toiminnasta jäi. Hänen lähdettyään jäljelle jääneet tytöt lopettelivat oman työnsä ja pyysin heitä kertomaan niistä. Puheissa nousi esille vahvasti omat valinnat opiskelupaikan ja ammatin suhteen, hyvät ihmissuhteet, rakkaus, perheen perustaminen, matkustelu ja myös materi-

aalinen puoli elämässä. Tytöt painottivat että raha yksinään ei riitä, mutta se mahdollistaa matkustelun ja mukavat tavarat itselleen. Puheissa nousi esille myös esikuvat ja idolit, halu luoda jotakin uutta ja omaa.

Päätimme toiminnan istumalla yhdessä sohvalla ja keskustelemalla päivän teemasta. Esitin tytöille kysymyksiä jotka olin suunnitellut loppukeskustelussa kysyväni. Tytöt vastasivat pitäneensä teemasta ja harjoituksesta, ja että oman kuvakollaasin tekeminen on ”aika inspiroivaa” (Nuori 2). Kysyessäni heidän senhetkistä oloaan, en saanut vastaukseksi muuta kuin ”ihan hyvä”, mutta esittäessäni kysymyksen ”mitä opit tänään?” yksi tytöistä vastasi:

”mä mietin tätä et pienestä kiinni. Et se oikeesti on totta, et monet jutut elämässä on niinku niin pienestä kiinni. Mä en oo ennen ajatellu tätä kauheesti mut nyt kun mä löysin tän tekstin niin näinhän se on.” (Nuori 1)

Tähän toinen tyttö vastasi:

”ja mä tajuan että mun täytyy vaan pitää niinku niist unelmist kiinni, eikä välittää mitä muut sanoo. Et mä vielä saan sen kaiken jos mä sillee niinku jaksan uskoa.” (Nuori 2)

Palautelappusista tytöt olivat ympyröineet seuraavat sanat: Onnellinen, rohkea, vapaa, innostunut ja arvostettu.



Kuva 5 Unelmien aarrekartta -työpajan tuotoksia

9.2 2. työpaja: Kukkaseppelekuunut

Kukkaseppele kruunut -työpajan idea nousi esille jo harjoitteluni aikana Vantaan Tyttöjen Tilalla. Avoimissa illoissa tytöt pyysivät monesti minua tekemään heille erilaisia lettikampauksia ja keskustelimme mm. kukkaseppeleiden ja erilaisten hiuspantojen tekemisestä. Minulle henkilökohtaisesti oli todella tärkeää lapsuudessa oppia tekemään voikukkakruunu ja Juhannuksena erilaisista kukista juhannusseppele. Halusin jakaa tätä taitoa eteenpäin tytöille, sillä hienoja kruunuja on mahdollista valmistaa kaikista tarjolla olevista kasveista. Harjoitus ei näin vaadi materiaalien ostamista joka taas tuki ideaani luoda taidetta tarjolla olevista materiaaleista. Alkuperäisen suunnitelman mukaan kesäkuussa olisi ollut paljon voikukkaa tarjolla jotka ovat ihanteellisin rakennusmateriaali sepeleitä varten, mutta koska elokuun lopulla niitä oli vaikea löytää, idea vaati muokkausta. Päädyin keräämään tytöille valtavan määrän erilaisia heiniä, lehtiä ja kukkia joita kasvaa ojissa ja tienpientareilla, ja näiden lisäksi kruunun rakennusmateriaaliksi toin ohutta rautalankaa ja perinteistä juuttinarua. Työpajan teemana oli itsensä ja omien kykyjensä arvostaminen.

Tällä kerralla osallistujia oli 7 tyttöä. Aloitimme vaihtamalla kuulumisia ja siirryimme seuraavaksi kuvakorttipöydän ääreen. Edellisenä kertana osallistuneet tytöt pyysivät erikseen, että voimmehan aloittaa jälleen kuvakorteilla, sillä olivat kokeneet sen mukavaksi tavaksi kertoa omista tuntemuksistaan. Pyysin tyttöjä sulkemaan silmät ja rauhoittumaan hetken aikaa. Kehotin heitä pohtimaan millaisia he ovat ihmisinä, millaisia kykyjä ja hyviä puolia heillä on. Pyysin tyttöjä avaamaan silmät ja valitsemaan vähintään kaksi kuvakorttia jotka kuvaavat jotakin heidän hienoa ominaisuuttaan. Tässä vaiheessa jotkin osallistuvat tytöt sanoivat etteivät keksi mitään piirrettä itsestään, mutta kannustettuani heitä pohtimaan teemaa, he valitsivat kortteja. Huomasin myös että tytöt jotka olivat ennestään tuttuja keskenään, ehdottivat erilaisia kortteja toisilleen. Pyysin tyttöjä näyttämään vuorotellen oman korttinsa ja kertomaan niistä jotakin mikäli kokivat haluavansa. Osalle tytöistä ääneen puhuminen muiden edessä oli jännittävää, enkä halunnut painostaa heitä tähän. Ryhmän sisällä tytöt kannustivat toisiaan näyttämään korttinsa ja kertomaan niistä jotakin. Puheissa nousi esille hyvinkin erilaisia hyviä piirteitä: eläinrakkaus, urheilullisuus, musikaalisuus, kyky haaveilla ja olla omassa maailmassaan, iloisuus, monipuolisuus, hauskuus, kunnianhimo, kiltteys ja seikkailunhalu.

Kierroksen jälkeen pyysin tyttöjä ottamaan kuvat mukaan omalle paikalleen ja siirryimme askartelupöydän ääreen istumaan. Olin levittänyt kukkien lisäksi pöydälle muut materiaalit valmiiksi. Pyysin tyttöjä pitämään mielessään omat ihanat piirteensä ja pohtimaan niitä samalla kun työskentelemme kukkakruunujen parissa. Ohjeistin heitä ensin tekemään kruunun raamit jonka jälkeen laitoimme taas taustalle musiikkia ja he saivat työskennellä itsenäisesti. Havaitsin että useampaa tyttöä huoletti se etteivät kruunut tule säilymään kun kukat kuihtuvat. Myös kukkien kiinnittäminen kruunuun tuotti haasteita ja turhautumista joissakin osallistujissa. Tytöt halusivat liittää kruunuihinsa myös erilaisia nauhoja ja rusetteja joita löysin Tyttöjen Tilan askartelutarvikkeista. Kruunujen valmistuttua järjestimme kruunajaiset, jonka

tarkoituksena oli sanoa ääneen omia hyviä puoliaan ja kruunata itsensä omalla kukkaseppeleellään. Sovimme tyttöjen kanssa yhdessä että jokainen sanoo ensin oman nimensä, sitten jonkin hyvän piirteensä ja asetettuaan sepeleen päähänsä, tämän jälkeen muut taputtavat. Ensimmäisen kruunauksen aikana päädyimme myös siihen että muut sanovat vuorossa olevalle henkilölle tästä hyviä asioita. Olin varautunut siihen että ääneen puhuminen ja itsensä arvostaminen muiden edessä tuottaisi vaikeuksia, mutta tytöt olivat erittäin innokkaita kruunamaan itsensä. Olin myös iloinen siitä miten paljon he kannustivat toisiaan ja halusivat esimerkiksi erään hiljaisemman tytön kohdalla sanoa hänen puolestaan ryhmän edessä ne hyvät puolet joita hän ei itse halunnut lausua ääneen.

Kruunajaisten jälkeen kokoontuimme jälleen sohville istumaan ja jaoin palautelaput tytöille. Keskustelimme hetken päivän teemasta ja tytöt kertoivat sen olleen vaikea, koska itseään ei ole helppo kehua tai arvostaa.

”siit tulee niinku heti sellanen et vähäns toi on itserakas kun se kehuu itteään.” (Nuori 5)

”on helpompi aina sanoo muista ku itestään.” (Nuori 2)

Kysyin onko kuitenkin tärkeää ajoittain myös pohtia omia hyviä puoliaan, johon tytöt vastasivat että on, ja että liian usein tulee kritisoitua itseään arvostamisen sijaan. Kukkaseppeleharjoituksena sai kiitosta mutta suurin osa koki kukkien ja kasvien olevan vaikea työväline. Kysyessäni tuntemuksista, moni nosti esille nälän ja väsymyksen jonka olinkin jo huomannut työpajan aikana. Kysyessäni mitä tytöt olivat oppineet, osa sanoi että nyt ainakin osaa tehdä kukkaseppeleen, osa sanoi oppineensa uusia hyviä puolia itsestään. Nimettöminä palautetuissa palautelapuista tytöt olivat ympäröineet seuraavat sanat: onnellinen, arvostettu, luova, innostunut, rohkea, ihana, kaunis, ahdistunut, mukava. ”Tämä kerta oli” -kenttään tytöt olivat kirjoittaneet mm.:

”kivaa ☺”

”nämä kerrat olivat kivoja”

”ihastuttava”

”mukava, antoisa, väsytti paljon”



Kuva 6 Kukkaseppelekreunuja

9.3 3. työpaja: Voimakivet

Kolmannen työpajan teemana oli sisäinen voimantunne. Valitsin materiaaliksi kivet, sillä kivi symboloi monelle jotakin vahvaa ja kestäväää. Kauniita kiviä on myös mahdollista löytää monesta paikasta: rannoilta, tien vierustoilta, sorakuopista jne. Tällä tavoin halusin jälleen innostaa tyttöjä kiinnittämään enemmän huomiota ympäristöönsä, miten kaikkialta voi löytää materiaalia luovaan toimintaan eikä se välttämättä aina edellytä uuden ostamista. Alkuperäisen suunnitelman mukaan olisimme yhdessä tyttöjen kanssa tehneet kävelyretken jonka aikana kukin valitsee ulkona itselleen mieluisia kiviä, mutta aikarajoituksen vuoksi olin käynyt itse keräämässä heille erilaisia luonnonkiviä. Näiden lisäksi toin valkoisia, sisustuksessa käytettäviä koristekiviä mukani. Muiksi työvälineiksi olin valinnut koristelua varten erilaisia tusseja jotka tarttuvat kiven pintaan.

Olin tällä kertaa varautunut tyttöjen nälkäisyyteen ja hankkinut Tyttöjen Tilan avustuksella paikalle runsaamman välipalan ja juotavaa. Paikalle saapui jälleen seitsemän tyttöä. Aloitimme työpajan syömällä ja vaihtamalla päivän kuulumisia. Tämän jälkeen keräänyimme jälleen kuvakorttien luokse ja pyysin tyttöjä pohtimaan jotakin haastavaa tai pelottavaa tilannetta. Pyysin valitsemaan kortteja jotka kuvaavat tuollaisia asioita ja tilanteita, jonka jälkeen jokainen sai kertoa sen verran kuin kokisi sopivaksi. Lähes kaikki tytöt halusivat kertoa jotakin, ja ne jotka eivät halunneet puhua ääneen, halusivat kuitenkin näyttää kuvansa muille. Tytöt nostivat esille yksin jäämisen, rakkaan ihmisen menettämisen, riidat läheisten kans-

sa, ahdistuksen, sen ettei tule hyväksytyksi, ettei maailmassa oikeasti ole taikaa ja magiaa, pieneen tilaan jumiin jäämisen, ettei saavuta unelmiaan ja että vanhemmat kontrolloivat liikaa. Keskustelun aikana tytöt kuuntelivat hyvin tarkasti toistensa kertomuksia ja kommentoivat toisilleen kokevansa samoin. Tämän jälkeen pyysin tyttöjä sulkemaan silmänsä ja hengittämään syvään. Olin suunnitellut etukäteen ohjatun ajatteluharjoituksen jonka aikana nousimme haastavista ja pelottavista tilanteista kuvitteellista mäkeä ylös. Nousun aikana matkalle oli ripoteltu kiviä joissa lukee meille tärkeitä asioita jotka saavat jaksamaan jatkaa nousua tuota mäkeä ylös. Kehotin tyttöjä katsomaan mitä nuo voimaa luovat asiat ovat, olisivatko ne perhe, rakkaus, musiikki, oma taiteellisuus, ystävät, jokin unelma tai haave jne. Ohjeistin tyttöjä keskittymään syvästi niihin asioihin jotka auttavat heitä vaikeiden tilanteiden keskellä ja muistamaan ne kunnes saavumme mäen huipulle. Mäen huipulla avaamme silmämme ja luomme katseemme jälleen kortteihin. Pyysin tyttöjä nappaamaan mukaansa kortteja jotka kuvaavat niitä heille ajatteluharjoituksen mukana nousseita voimaa tuovia asioita ja siirtymään toisen pöydän äärelle. Ohjeistin seuraavaksi valitsemaan itselleen mielekkäitä kiviä ja vangitsemaan niihin tekstin tai piirroksen muodossa nämä eteenpäin vievät asiat. Olin asettellut esille muutamia itse tekemiäni kiviä joista tytöt halusivat minun kertovan. Kerroin että ideana on ottaa valmiit kivet kotiin ja sijoittaa ne paikalle jossa näemme ne joka päivä, jolloin muistamme meille voimaa antavat asiat. Työskentely tapahtui tällä kertaa selvästi hiljaisemmissa tunnelmissa kuin aiempina päivinä. Havaitsin että osa tytöistä ei halunnut jutella toisten kanssa asioista joita kiviin kirjoittivat tai piirsivät. Moni tytöistä halusi ottaa vielä lisää kiviä työstettäväksi, ja suurimmalla osalla heistä olikin 5-6 ”voimakiveä”. Kyselin tytöiltä kuinka moni heistä haluaisi kertoa kivistään koko ryhmälle ja koska kukaan ei halunnut, sovimme että jokainen tulee valmiiden töiden kanssa kertomaan minulle henkilökohtaisesti näistä. Sain myös jokaiselta luvan kuvata heidän työnsä ja liittää sen osaksi opinnäytetyötäni. Kahdenkeskisen keskustelujen aikana annoin tyttöjen vapaasti kertoa omista voimakivistään ja keskityin itse kuuntelemaan millaisia asioita he nostavat esille. Monet mainitsivat perheen ja ystävien merkitsevän eniten, ja että ihmissuhteista haluaa aina pitää huolta. Osa nosti esille musiikillisuutensa tai taiteellisuutensa joka auttaa jaksamaan, jonka kautta voi ilmaista itseään ja tuntemuksiaan. Muita kiviin kirjoitettuja ja piirrettyjä asioita olivat eläimet, rakkaus, liikunta, Joulukuu, oma koti, vapaus, uskonto, haaveilu ja nauru.

Töiden valmistuttua keräännymme jälleen palautelappusten kanssa keskustelemaan päivän tunnelmista. Meillä oli kulunut työskentelyyn lähes 3 tuntia, joten tytöt alkoivat taas olla väsyneitä ja keskustelu hypähteli aiheesta toiseen. Voima teemana oli tyttöjen mukaan helppo ja kiva, harjoitukset ”jännittäviä” ja ”kivoja”. He kertoivat että peloista puhuminen tuntui aluksi vaikealta mutta koska moni kertoi omistaan niin avoimesti, toisetkin tytöt kokivat uskaltavansa jakaa tuntemuksiaan. Yksi tytöistä mainitsi että ajatusten sanoittaminen on vaikeinta. Kaksi tyttöä sanoi että asioiden piirtäminen kiviin oli työskentelyssä vaikeinta. Materiaaleina kivet ja tussit saivat paljon kiitosta ja tytöt keskustelivat keskenään mistä kaikkialta

voisivat löytää sopivia kiviä jatkaakseen voimakivien luomista myöhemmin. Monet tytöistä olivat halunneet tehdä minulle oman voimakiven jonka sain mukaan kotiini. Kysyessäni heränneistä ajatuksista sain muun muassa seuraavanlaiset vastaukset:

”mä mietin sitä et onneks mulla on musiikki, et mä en tiedä mitä mä tekisin jos mä en vois kuunnella musaa kotona.” (Nuori 2)

”mä haluan tehdä näitä lisää et nä on mun sängyn vieressä ja et mä nään nä niinku joka aamu.” (Nuori 5)

Kaikki tytöt vastasivat onnistuneensa toiminnassaan omasta mielestään, mutta kysymys ”minä opit tänään?” jäi vastaamatta sillä tytöt alkoivat keskustella keskenään ruuan liiallisesta kulu-
tuksesta enkä onnistunut enää vetämään keskustelua takaisin aiheeseen. Lopettelimme ker-
ran kuitenkin hyvällä mielellä ja palautelapuista tytöt olivat ympäröineet seuraavat sanat:
Onnellinen, ihana, rohkea, luova, vapaa ja innostunut.

Tämä kerta oli: -kohtaan oli kirjoitettu mm.:

”tosi, tosi kiva”

”kiva”

”ihana! Ainakin Pauliina! T: ? ☺ ”



Kuva 7 Voimakiviä

9.4 4. työpaja: Minä puuna

Neljännän työpajan teemana oli hyväksyminen, niin itsensä kuin toistenkin. Paikalle saapui 4 tyttöä ja tunnelma oli jo välipalan aikana levoton. Olin suunnitellut virittäytymisen alkavan siten että tytöt pohtivat yhdessä mitä erilaisia tapoja on olla erilainen, ja kirjoittavat niitä paperille ylös. Tytöt väittelivät pitkään siitä kuka joutuisi kirjoittamaan asiat ylös sillä kukaan heistä ei halunnut toimia kirjurina. Saatuaan tämän sovittua, toistin tehtävänannon ja annoin ajaksi noin kymmenen - viisitoista minuuttia jonka jälkeen puhuisimme teemasta lisää. Tytöt kirjoittivat paperille mm. ulkonäkö, uskonto, luonne, koko ja luonne. Pyysin heitä kertomaan kirjoittamista asioista ja esille nousi keskustelun kautta myös ikä, asenteet sekä kulttuuri. Tämän jälkeen ohjeistin osallistujia kuvittelemaan keskelle huonetta pitkän janan, jonka toisessa päässä olisi ”täysin samaa mieltä” -piste ja toisessa päässä ”täysin eri mieltä” -piste.

Sovimme että keskellä janaa on ”en tiedä” ja mille tahansa kohtaa janaa voi asettua sen mukaan kuinka paljon samaa tai eri mieltä on. Olin kirjoittanut valmiiksi 10 erilaista väittämään toisten ja itsensä hyväksymisestä ja erilaisuudesta, joihin olin suunnitellut pyytäväni tyttöjä ottamaan kantaa janan avulla. Osallistujat olivat kuitenkin erittäin väsyneitä ja levottomia, emmekä päässeet aloittamaan janatyöskentelyä koska väitteen lukeminen keskeytyi nauramisen tai juttelun takia. Huomasin että ohjaajana pyrin viimeiseen asti välttämään kieltämistä jolloin en puuttunut osallistujien levottomaan hihittelyyn ja keskenään puhumiseen vaan odotin että he itse lopettaisivat tämän ja keskittyisivät. Tämän vuoksi menetimme aikaa valtavasti ja huomasin että yksi tytöistä turhautui selvästi sekä muiden osallistujien käytökseen, että siihen etten minä ohjaajana puutu käytökseen. Onnistuimme käymään lävitse pari väittämää muiden hyväksymisestä, joiden aikana tytöt esittivät hienoja mielipiteitä siitä miten erilaistenkin ihmisten ystävä on hyvä olla, tai ainakin tulla toimeen näiden kanssa koulussa. Muutaman väittämän jälkeen osallistujat pyysivät että voisimme jo aloittaa pöydän ääressä työskentelyn koska eivät jaksakaan keskittyä, suostuin tähän sillä aikaa oli kulunut niin paljon.

Minä puuna -harjoituksen idea on piirtää paperille omia käsiään apuna käyttäen puu jonka oksat kuvaavat omia piirteitä jotka haluaa ympäröivän maailman hyväksyvän. Oksille voi kirjoittaa tai piirtää nämä asiat samalla kun pohtii mikä itsessään on ainutlaatuista ja ”erilaista”, sellaista jonka haluaa muiden hyväksyvän. Juuret kuvaavat niitä ihmisiä ja paikkoja joissa kokee olevansa ”aito” ja hyväksyty omana itsenään, ja jotka ovat jossakin määrin vaikuttaneet oman persoonan muokkautumiseen. Puiden valmistuttua ne on tarkoitus kerätä yhteen suureksi metsäksi jossa erilaiset puut elävät keskenään sovussa.

Työskentelyn aikana tytöt olivat edelleen kovin levottomia ja kokivat että oksiin oli vaikea keksiä asioita jotka itsessään olivat tärkeitä. Erytisesti kaksi tytöistä koki keskittymisen hankalana ja vaelteli pitkin huonetta tai leikki kännykällään. Huomasin että muuta kahta tyttöä tämä ärsytti ja he pyysivät toisia pariin otteeseen olemaan hiljaa. Pohdin jälkepäin että tässä tilanteessa minun ohjaajana olisi pitänyt taata toisille työrauha ja keskustella tyttöjen kanssa mikä levottomuutta aiheuttaa.

Puiden valmistuttua kyselin tytöiltä millaisia asioita he olivat oksiin kirjoittaneet. Tällaisiksi mainittiin oma etninen tausta, se ettei osaa kaikkia asioita ja luonne. Moni osallistujista oli nimennyt puiden juuriksi oman perheensä jäseniä ja lähimpiä ystäviään. Myös minut ohjaajana oli kirjoitettu kahteen teokseen. Yleisen levottomuuden vuoksi päätin jättää palautelaput tällä kertaa väliin ja puida vain lyhyesti kyseisen työpajan tuntemuksia. Tytön myönsivät olleensa väsyneitä ja että keskittyminen ei onnistunut tällä kertaa ollenkaan. He vastasivat kuitenkin alkaneensa miettiä erilaisuutta ja sitä miten koulussa on hyvä olla toistenlaisten ihmisten kanssa tekemisissä. Myös puuharjoitus sai erityiskiitokset kahdelta osallistujalta. Kolme tyttöä kertoi pitäneensä janaharjoituksesta koska se helpottaa keskustelun aloittamista. Yksi

tyttö myönsi ettei pidä harjoituksesta koska koki vaikeaksi päättää lyhyessä ajassa mitä mieltä on väittämästä. Pohdin että jatkossa minun ohjaajana olisi hyvä painottaa ohjeistuksessa sitä ettei mielipiteen tule olla loppuun asti päätelty vaan toimia enemmänkin ensimmäisen tuntemuksen mukaan. Tämän jälkeen keskustelun kautta jokainen voisi pohtia tarkemmin mitä mieltä väittämästä on. Kysyessäni mitä tytöt olivat oppineet päivän aikana, he vastasivat oppineensa ettei kannata nauraa liikaa ja että pitää nukkua enemmän. Sovimme yhdessä että päätämme työpajan ja kaikki lähtevät lepäämään kotiin. Huolimatta harjoitusten takkuisesta etenemisestä, tunnelma oli päivän päätteeksi hyväntuulinen.



Kuva 8 Yksi Minä puuna -työpajan tuotoksista

9.5 5. työpaja: Ilmapallot

Ilmapallotaiteen työpajan idea syntyi lukiessani rentoutusharjoituksista joissa päästetään irti henkilökohtaisista murheista ja vapautetaan energiaa omien haaveiden tavoittelemiseen. Pohdin miten tämän voisi toteuttaa symbolisesti jonkin taidetoiminnan kautta ja sain ajatuksen ilmapallojen vapauttamisesta taivaalle. Kerroin tästä ideasta Tyttöjen Tilan henkilökunnalle ja heidän mielestään se oli erittäin hyvä tapa päättää työpajat. Hankittuani heliumkaa-

sun ja ilmapallot, pohdin mitä erityisesti haluan harjoituksella tavoitella. Päädyin murheista irtautumisen ja haaveiden vapauttamisen lisäksi tuomaan työpajaan vielä maailmanlaajuisemman elementin; mitä hyvää kukin vapauttaisi maailmaan? Halusin suunnata tyttöjen katsetta omasta elämästään myös globaalimpaan suuntaan, pohtimaan niitä asioita joita maailmassa voisi parantaa. Ilmapalloja voisi siis olla jokaisella osallistujalla vähintään kolme kappaletta: yksi murheille, yksi haaveille ja yksi hyvälle asioille jotka lähetetään koko maailmalle. Ilmapalloihin olisi mahdollista kirjoittaa ja piirtää samoilla tusseilla joita käytettiin voimakivien koristeluun joten lisämateriaalia ei tarvitsisi sen enempää hankkia.

Viimeiselle työpajakerralle saapui viisi tyttöä. Aloitimme päivän keskustelemalla edellisestä kerrasta ja siitä miten voisimme välttää tänään levottoman nauramisen ja keskittymisongelmat. Kaksi tyttöä kertoivat tuntevansa olonsa levänneeksi ja lupasivat jättää kännykät laukkuihinsa toiminnan ajaksi. Yksi tytöistä pyysi anteeksi toiselta koska oli häirinnyt tämän työskentelyä puuharjoituksessa.

Kokoonnuimme hyvällä mielellä jälleen kuvakorttien luokse. Pyysin tyttöjä tutkimaan kortteja ja valitsemaan niistä sellaisia jotka kuvaavat heidän henkilökohtaisia, vilsimpiäkin unelmiin. Rohkaisin heitä leikkimään ajatuksella ja painotin ettei kaikista korteista olisi pakko kertoa muulle ryhmälle, vaan ne voivat toimia oman työskentelyn virittäjänä. Ensimmäisten työpajakertojen ujous oli selvästi vähentynyt ja tytöt kertoivat avoimesti valitsemistaan korteista. Haaveiksi nimettiin kymmeniä asioita, muun muassa lentämään oppiminen, kuuluisaksi tuleminen, oma hevonen, laulukilpailun voittaminen, koulussa menestyminen, poikaystävä, kirjan kirjoittaminen, rikkaus, rajaton määrä suklaata, lemmikkieläimet, oma koti, matkustelu, kitaran soittaminen, taikominen, vapaus ja paljon ystäviä. Keskustellessamme haaveista moni tyttö yhtyi toisten toiveisiin ja kertoi haluavansa samaa. Kaikkien kerrottua ajatuksensa, pyysin tyttöjä vielä valitsemaan kortteja jotka kuvaavat jotakin heidän henkilökohtaista murhettaan tai sitä mikä on huonosti koko maailmassa. Osa tytöistä nappasi heti pari korttia käteensä, osa mietti pitempään. Kehotin tyttöjä asettamaan kortit yhteen paikkaan pöydän reunalle samalla kun kertoisivat niistä sen mitä haluavat. Henkilökohtaisiksi murheiksi mainittiin aiemmissakin työpajoissa tulleita asioita: yksin jääminen, erakoituminen, riidat ystävien kanssa, läheisen menettäminen, unohdetuksi tuleminen ja ilkeät ihmiset. Koko maailmaa koskettaviksi asioiksi nimettiin kiusaaminen, eläinten huono kohtelu, väkivalta, negatiiviset ihmiset, köyhyys ja että kaikilla ei ole tarpeeksi ravintoa. Kokosimme ”murhekortit” yhteen jonka jälkeen ohjeistin tyttöjä pohtimaan keskenään miten nuo maailmassa huonosti olevat asiat voisi muuttaa. Kysyin heiltä, mitä hyvää he haluaisivat lähettää muille ihmisille ympäri maailmaa. Sanoin että keskustelua helpottaakseen voisi käyttää jälleen kortteja ja asetella niitä murheiden ympärille ”taistelemaan” näitä vastaan. Tytöt innostuivat ideasta ja keräsivät paljon kortteja jokaisen murhekortin ympärille. Seurasin keskustelua sivusta ja havaitsin että jokaista huolta vastaan löydettiin voimakeinoja. Tytöt keskustelivat keskenään siitä miten

voisivat auttaa yksinäisiä ihmisiä ottamalla heidät mukaan leikkeihin tai ryhmitöihin, miten eläimille voi olla kiltti, miten puuttua kiusaamiseen, olla heittävä ruokaa roskiin, puhumalla toisille nätisti ja pitämällä huolta läheisistään. Keskustelun tyrehdyttyä ohjeistin tyttöjä valitsemaan kukin kolme ilmapalloa jotka olin täyttänyt heliumilla ennen työpajan alkua. Tytöt arpoivat keskenään pallojen värejä mutta lopulta kaikki saivat valittua kolme palloa. Pyysin heitä jälleen siirtymään pöydän äärelle ja kerroin mitä ilmapalloilla tehtäisiin. Ohjeistin että yhteen palloon he voisivat kirjoittaa tai piirtää kaikki ne murheet jotka heitä painavat, sillä päästäisimme irti kaikista niistä pallon vapauduttua ulkoilmaan. Toiseen palloon ohjasin kirjoittamaan kaikki ne oman elämän haaveet joista aiemmin keskustelimme ja kolmanteen palloon sen kaiken hyvän mitä haluaisivat maailmaan lähettää. Tytöt lähtivät vauhdilla työskentelemään ilmapallojen kanssa.

Osa keskittyi selvästi enemmän pallon koristeluun ja visuaaliseen ilmeeseen, kun taas jotkut osallistujat kirjoittivat konkreettisia sanoja ja jopa lauseita niihin. Työskentelyn aikana kaksi tytöistä keskusteli että haluavat aikuisina tehdä työkseen jotakin joka auttaa köyhien maiden ihmisiä. Yksi tytöistä pyysi minua tekemään ainakin yhden pallon, sillä he halusivat tietää mitä hyvää itse lähettäisin maailmaan. Oma palloni poksasti rikki käyttäessäni liian teräväkärkistä tussia, mutta tytöt keksivät sitoa pallon riekaleet kiinni yhteen heidän ilmapallonsa naruun, jolloin kirjoittamani hyvät asiat pääsisivät silti matkalle.

Valmiista palloista haluttiin ottaa paljon kuvia ja tunnelma oli jännittynyt kun lähdimme ulos niitä vapauttamaan. Keräännymme Tyttöjen Tilan edessä sijaitsevalle parkkipaikalle rinkiin. Jokainen piteli omia pallojaan ja pyysin tyttöjä kertaamaan mitä palloihin olikaan kirjoitettu. Kertasin vielä että vapauttaessamme pallot, päästäisimme irti murheistamme, vapauttaisimme haaveemme ja lähettäisimme hyviä asioita koko maailmalle. Sovimme että minä ohjaajana lasken kolmeen jolloin vapautamme pallot yhtä aikaa. Monet tytöistä ottivat kuvia palloista niiden noustessa ilmaan, osa taputti ja hurrasi. Tämän jälkeen seisoi pitkästi pihalla katsellen pallojen katoamista kaukaisuuteen. Yksi tytöistä sanoi:

”ihanan vapautunut olo”. (Nuori 2)

Nousimme portaita takaisin sisälle Tyttöjen Tilaan ja keräännymme sohville istumaan. Kyselin tytöiltä aiempaan tapaan heidän tuntemuksiaan ja ajatuksiaan. He mainitsivat olonsa olevan rauhallinen, hyvä ja vapaa. Yksi kertoi alkaneensa ajatella miten voisi auttaa muita ihmisiä. Toinen tyttö vastasi tähän haluavansa taas tehdä jotakin eläinten hyväksi. Kysyin auttoiko murheiden kirjoittaminen ilmapalloon ja sen päästäminen vapaaksi, johon tytöt nyökkäilivät vastaukseksi. Yksi tytöistä sanoi:

”tän harjotuksen vois tehdä niinku useammin tai niinku moneen kertaan.”
(Nuori 5)

Tytöt kertoivat ilmapallojen olevan mukava materiaali koska niitä pääsee harvoin koristelemaan. Pyysin tyttöjä vielä ottamaan itselleen mieluisan paikan jossa saisi olla rauhassa. Jaoin heille palautekyselyn ja halukkaat saivat ottaa myös palautelappusen jonka olimme aiemmilla kerroilla täyttäneet. Palautelappusesta oli ympyröity sanat: onnellinen, vapaa, ihana, luova, hassutteleva ja innostunut. Tytöt palauttivat Ihana minä -työpajoja koskevat palautekaavakkeet ja kiitin heitä innokkaasta osallistumisesta. Päätimme kerran vielä ryhmähalaukseen ja jaoin tytöille yhteystietoni vielä mikäli heille tulisi tarvetta ottaa yhteyttä.



Kuva 9 Ilmapallojen vapautus. Ensimmäisessä kuvassa kaikki ilmapallot kerättynä yhteen.

9.6 Viimeisen kerran palautekaavakkeen vastaukset

Viisi tyttöä osallistui viimeiseen Ihana minä -työpajaan jossa jaoin aiemmin esitellyn palautekaavakkeen. Jokainen heistä sai palauttaa sen nimettömänä. Seuraavaksi kokoan yhteen kaavakkeista saatuja vastauksia. Kaikki vastaukset sellaisenaan on nähtävissä myös liitteessä 2.

Viimeisenä kertana tytöt olivat ehtineet jo osallistua 3-4 työpajaan. Kaikki työpajat saivat kiitosta, mutta lempiharjoituksiksi mainittiin ilmapallotaide, aarrekartta ja voimakivet. Kukkaseppelekrunusta yksi tyttö kertoi ettei pitänyt. Vastaukset tukivat omia havaintojani tyttöjen toiminnasta työpajojen aikana. Kukkaseppelekrunu oli tekniikaltaan haastavin ja materiaaleiltaan vierain, ja työpajan aikana moni oli osoittanut turhautumista. Ilmapallotaiteen ja voimakivien työpajoissa taas tytöt saivat käyttää tuttua, jokapäiväistä, kynää työväliseenään vaikka työskentelyn alusta olikin vieraampi.

Olin työpajakertojen lopuksi saanut tytöiltä palautelappuset joista he olivat ympäröineet tunteita kuvaavia sanoja. Palautekaavakkeessa halusin tyttöjen kuitenkin itse kertovan olostaan ilman tukisanoja. Kysymykseen ”Millainen olo sinulla oli työpajojen jälkeen?” sain vastauksiksi sanoja kiva, mukava, ihana, rauhallinen, vapaa, mahtava ja hyvä. Olin tyytyväinen että tytöt olivat kokeneet pajat näin miellyttäväiksi. Pohdin loppukeskustelujenkin toimineen erinomaisena purkuna raskaammistakin teemoista irtautumiseen sillä jokainen oli lähtenyt työpajoista hyvissä tunnelmissa.

Jo kysymyspaperia laatiessani pohdin että neljäs kysymys, ”Herättivätkö ne uusia ajatuksia tai tuntemuksia? Jos kyllä, millaisia?” saattaisi olla tytöille haastava. Pelkäsin että moni kokisi kysymyksen liian vaikeana ja jättäisi vastaamatta tähän. Kahdessa paperissa olikin vastauksena odottamani ”en tiedä”. Ilokseni kuitenkin kaksi osallistujaa kertoi että työpajat olivat herättäneet positiivisia ajatuksia ja opettaneet arvostamaan itseään. Yksi kertoi että ne olivat herättäneet intohimon taiteeseen. Erityisesti tästä olin iloinen sillä olimme keskustelleet monen työpajan aikana siitä että itse tekeminen on tärkeää, ei niinkään se millaisen lopputuloksen saa aikaan. Kaikki tytöt olivat myös vastanneet toivovansa lisää samankaltaisia työpajoja.

Tytöt eivät kokeneet että mitään olisi voinut tehdä toisin työpajoissa, mutta yhdessä paperissa nimettiin rakkaus -teeman puuttuneen työpajoista. Pohdin että tällä viitattiin erityisesti romanttiseen rakkauteen ja seurusteluun, sillä välittäminen ja rakkaus yleisesti olivat olleet työpajoissa mukana. Erityisesti teini-ikäisenä rakkaus on kiinnostava aihe joten se olisi hyvin voinut olla yhden työpajan teema. Tätä olisi voinut käsitellä niin itsensä rakastamisen kuin rakkauden osoittamisenkin kannalta.

Vapaan sanan kohtaan tytöt olivat kirjoittaneet minulle kiitoksia ja pyysivät lisää työpajoja. Moneen paperiin oli myös piirretty sydämiä. Tyttöjen välitön tapa osoittaa pitäneensä toiminnasta ja minun tavastani ohjata, olivat ehdottomasti yksi mieltälämmittävimpiä kokemuksia ohjaajuudessa. Kahteen paperiin oli tekstin lisäksi piirretty kuvia ilmapalloista, puista ja kivistä.

10 Analyysi

Työpajojen toteuttamisen jälkeen kuvaan astui tapahtumien analysointi. Minun oli palautettava mieleeni uudelleen mitä kaikkea toiminnalla halusin tavoitella. Vaikka olin kurinalaisesti kirjoittanut jokaisen työpajan aikana ja jälkeen omaa havaintopäiväkirjaani, oli minun nyt otettava siihen etäisyyttä ja etsittävä asioiden kuvailun taustalta sitä isompaa teemaa: onnistuinko tukemaan tyttöjen voimaantumista tämän taiteellisen toiminnan kautta? Kysymystä ei missään vaiheessa esitetty suoraan tytöille, joten tehtävänäni oli tarkastella ja pohtia löydänkö tutkimusmateriaalini keskeltä lausahduksia tai sanoja jotka voisivat viestiä voimaantumisi-

sesta. Pilkkooessani jälleen voimaantumisen valtavaa käsitettä osasiin, tyypittelin itselleni teemoja: miten onnistuin ohjaajana luomaan toiminnalle turvallisen ja arvostavan ympäristön, tulivatko kaikki kuulluiksi ja nähdyksi, esiintyikö tyttöjen puheessa tulevaisuuteen suuntautuvaa ajattelua ja tavoitteiden asettelua, muuttuivatko heidän minäkäsityksensä tai kykyuskomuksensa työpajojen aikana. Näiden pienempien aihealueiden kautta minun oli helpompi tarttua sekä havaintopäiväkirjaani, kirjallisiin palautteisiin että äänitettyihin haastatteluihin. Päätin tutkia jokaista työpajakertaa omana kokonaisuutenaan aloittaen omasta havainnoinnistani päätyen loppukeskusteluun ja kirjallisen palautteen aukikirjoittamiseen. Omista havainnoistani olenkin kirjoittanut jo työpajojen toteutumista käsittelevässä luvussa (9), sekä liittänyt kunkin toimintakerran loppuun palautelappuseen ympäröidyt sanat ja vapaan tekstin kohdat. Tämä tuntui luonnolliselta koska samalla sain ikään kuin elää työpajat uudelleen, niiden kuvailu sujui mutkattomasti ja sain toivottavasti vangittua opinnäytetyöhöni ne tunnelmat joissa työpajat toteutettiin. Samalla pääsin ”ulkopuolelta” tarkastelemaan tavoitteideni toteutumista ja arvioimaan omaakin panostani. Tarkoitukseni oli lopuksi vielä koota yhteen työpajoista saatu palaute ja pohtia sitä voimaantumisteorian valossa.

Nuurilta saatu palaute on usein suorasukaista mutta vähäsanaista jolloin tutkimusmateriaali tuntuu suppealta - näin koin itse eritellessäni omaa kuvailuani ja tyttöjen vastauksia. Haastattelujen tallenteita kuunnellessani huomasin toki miten paljon muuta jutustelua loppukeskusteluissamme esiintyi, mutta itse kysymyksien esittämisen jälkeen tytöt vastailivat hyvin napakasti. Tämä helpotti analyysin tekoa sillä vastaukset olivat tarkkoja eikä aikaa huvennut pitkien haastattelujen ja kirjoitusten läpikäymiseen. Minulla ikään kuin oli valmiiksi tiiviit kokonaisuudet joita tutkia. Tässä mielessä koin valitsemieni aineistonkeruumenetelmien toimivan erinomaisesti.

10.1 Oma sijoittumiseni

Koska olin itse ollut ja vaikuttanut toteutetun toiminnan keskiössä, tuli minun ennen analyysiin ryhtymistä eritellä omia ajatuksiani ja maailmankatsomustani. Tällä tavoin seuraisin myös hyviä tutkimuseettisiä käytäntöjä sekä pyrkisin tutkimaan aineistoa ilman että omat mielipiteeni ja asenteeni vaikuttavat analyysiin. Uskon itse vahvasti luovien toimintojen ja luovan tekemisen voimaan, joten tulosten arvioiminen kriittisesti oli jossain määrin hankalaa. Näin tulokset sen uskomuksen kautta että kaikenlainen taiteen tekeminen parantaa ihmisen hyvinvointia, mutta minun oli otettava huomioon myös se etteivät työpajoihin osallistuneet tytöt välttämättä kokeneet näin. Heille käsillä tekeminen ja kuvallinen ilmaisu värittyvät helposti koulumaailman ”osaamisen” ja ”arvioinnin” kautta. Oman aikaansaannoksen vertaaminen muiden tuotoksiin saattaa lannistaa nuorta, varsinkin jos ohjaaja ei anna tasapuolisesti huomiota ja arvostusta kaikkien töille. Tätä töiden arvottamista halusin itse purkaa sillä että jokaisen työpajan aikana painotin miten jokainen osallistuja teki työtä ”itselleen”. Halusin

myös tuoda toiminnan aikana esille sitä ajatusta että työskentely itsessään on tärkeämpää kuin se kuinka hieno tai käyttökelpoinen tuotoksesta tulee.

Toiminnan suunnittelijana olin tietysti jossakin määrin ”rakastunut” omiin työpajoihini ja negatiivisen palautteen vastaanottaminen tuntui haastavalta. Sen myöntäminen, ettei jokin harjoitus toimikaan siten kuin ajattelin, on turhauttavaa ja stressaavaa. Menetelmän kehittäminen tai muokkaaminen parempaan suuntaan on myös haastavaa, sillä osallistujilta ei välttämättä saa selkeää vastausta siihen, *mikä* tai *miksi* jokin ei toiminut. Minun oli näin osattava tutkia avoimesti myös niitä kohtia työpajoissa, jotka eivät menneet suunnitelmien mukaan, eikä keskittyä ainoastaan onnistumisiin.

10.2 Turvallinen ja arvostava ympäristö

Kontekstiuskomuksista kirjoitin luvussa 3.1.3. Näiden mukaan ihminen arvioi sitä, kuinka vastaanottavainen ja hyväksyvä ilmapiiri hänen toiminnallaan on. Ihmisen on tärkeää kokea tulevana arvostetuksi ja kunnioitetuksi, sillä nämä kokemukset vaikuttavat hänen arvioonsa siitä kannattaako toimintaan ryhtyä (Siitonen 1999, 148). Toiminnan suunnittelijana ja ohjaajana olin päävastuussa sellaisen ympäristön luomisesta jossa tytöillä olisi miellyttävä toimia ja ilmaista itseään. Halusin että tunnelma työpajoissa olisi lämmin ja hyväksyvä. Minun oli myös huolehdittava siitä että jokainen osallistuja tuli nähdyksi ja kuulluksi niin työskentelyn kuin loppukeskustelujenkin aikana. Toisaalta halusin tehdä työpajoista paikan jossa on vapaus valita osallistuuko toimintaan vai ei, sillä en halunnut pakottaa tyttöjä kertomaan ääneen mitään sellaista jonka kokevat epämiellyttäväksi. Voimaantumisen kannalta tyttöjen oli hyvä kokea että saavat itse määrittää miten paljon toimintaan osallistuvat. Pohdin sitä, kuinka sanallisen kannustuksen ja rohkaisun lisäksi myös oma keskittymiseni toisen puheeseen ja töiden katseluun toimisi arvostavana elementtinä. Olin lukenut ja ihailnut jo opiskelujeni alkuvaiheessa Miina Savolaisen Maailman ihanin tyttö -teosta, ja halusin tavoitella omassa toiminnassani hänen kuvaamaansa tapaa olla toimijan peili. Savolainen kirjoittaa että hänen piti tyttöjä kuvaavessaan kuunnella näitä aisteillaan ja ymmärtää mitä hän tarvitsee kokeakseen itsensä hyväksytyksi (Savolainen 2008, 149). Juuri tämänkaltaista kokonaisvaltaista, arvostavaa läsnäoloa halusin ohjaajana tavoitella.

Etuna luottavaisen ympäristön luomiselle toimi se että lähes kaikki työpajoihin osallistuneet tytöt tunsivat minut ennestään. Olin yli kaksi kuukautta kestäneen harjoitteluni aikana ehtinyt tutustua Tyttöjen Tilalla käyviin nuoriin ja tehdä heidän kanssaan erilaisia toiminnallisia harjoituksia. Tytöt siis tunsivat minut ja tapani toimia, joka varmasti innosti osallistumaan työpajoihin ja madalsi kynnystä heittäytyä luomisprosessiin. Kaikkea kunniaa en voi kuitenkaan ottaa itselleni, sillä tytöt vuorovaikuttivat vahvasti keskenään ja näin tukivat toinen

toistaan työpajojen aikana. Turvallisen ja arvostavan ympäristön tuottamisessa osatekijöinä olivat siis yhtä paljon minä kuin työpajoihin osallistuneet tytötkin.

Saamani palautteen pohjalta päättelin luoneeni jossakin määrin tytöille sellaisen kokemuksen, että he voivat vapaasti ilmaista itseään työpajojen aikana. Huomasin myös tyttöjen käytöksestä että nämä puhuivat toistensa töistä ja toisilleen hyvin lempeästi ja arvostavasti.

”Eka mä aattelin et tää koko seppelä on ihan pilalla mut sit ***** ja ***** kehui tätä niin paljon et mä aattelin et kyl se onki sit ihan ok.”

(Nuori 2 Kukkaseppele-työpajassa)

”Tytöt auttavat ja kehuvat toisiaan.”

(Oma havaintopäiväkirja 25.8.)

”Virittäytyminen: -- Nuori 2 ja Nuori 6 kannustavat Nuori 5 kertomaan kortteista. Nuori 6: ’viimeksi sua jännitti mutta sun juttu oli parhain!’”

(Oma havaintopäiväkirja 26.8.)

”Lämmin tunnelma. Nuori 2 Nuori 5:lle: ’sulla on ihania asioita tossa positii-visuuspallossa’” (Oma havaintopäiväkirja 1.9.)

”Eka mua hävetti sanoo niit unelmia ääneen mut sit kaikki kannusti niin mä uskalsinki.” (Nuori 4 Ilmapallotyöpajassa)

Erityisesti kahden osallistujan kohdalla huomasin miten paljon muiden tyttöjen kannustus antoi heille rohkeutta kertoa alkuvirittäytymisessä valitsemistaan kuvakorteista. Viimeisellä kerralla toinen ujommista tytöistä jopa uskalsi olla kolmas joka kertoo unelmistaan, tuota ennen hän oli aina halunnut jättää puheenvuoronsa viimeiseksi. Käydessäni läpi omia havaintojani, huomasin myös että jokaisen työpajakerran kohdalla oli kirjannut tyttöjen kehuneen toistensa töitä. Tämän lisäksi tytöt halusivat näyttää erityisesti minulle luomuksiaan. Voimakivien ja minä puuna -työpajoissa kysyttiin useaan otteeseen: ”koska sä tuut kattoo mun työtä?”. Uskon tämän vuoksi onnistuneeni luomaan tavoittelemani arvostavan läsnäolon työpajojen aikana. Tyttöjen viihtymisestä työpajoissa kertoo myös se että he osallistuivat useammin kuin kerran ja kirjasivat palautteisiin toivovansa lisää samankaltaisia pajoja. Työpajojen aikana oli tullut myös tavaksi ottaa lopuksi meistä yhdessä ryhmäkuvia tyttöjen puhelimilla, sillä tytöt halusivat itselleen muistoja päivistä.

10.3 Tulevaisuuden hahmottelu ja tavoitteiden asettelu

Siitosen mukaan voimaantumiseen liittyy kyky ja halu asettaa itselleen tulevaisuuden päämääriä ja tavoitteita (Siitonen 1999, 119). Unelmien aarrekartta -harjoituksessa pohdittiin omia toiveita ja haaveita niin lähitulevaisuuden kuin myöhemmänkin elämäntilanteen kautta. Tytöt saivat kuvien avulla koota itselleen kollaasin johon hahmottelevat omien mieltymystensä mukaisesti asioita joita toivovat omassa elämässään saavuttavansa. Työpajan aikana tyttöjen puheissa nousi esille niin materiaaliset hankinnat kuin tulevaisuuden ammattikin. He pohivat konkreettisesti paikkoja joissa opiskella, uusien taitojen oppimista, millaisia ominaisuuksia elämäkumppaniltaan toivovat ja myös itsensä kehittymistä ihmisenä.

”Nuori 2: maita jonne haluaa matkustaa ja kieliä joita haluaa oppia. Muiden kulttuurien ymmärtäminen, päättää itse omasta elämästä ja seikkailla.”
(Oma havaintopäiväkirja 24.8.2015)

”Keskustelevat että voivat ymmärtää omia äitejään sitten kun saavat itse lapsia.”
(Oma havaintopäiväkirja 24.8.2015)

Myös ilmapallotaiteen työpajassa tytöt saivat vapauttaa omia unelmiaan ja pohtia niiden merkitystä omassa elämässä. Tällöin he pohtivat myös itseään suhteessa muuhun maailmaan, ja sitä miten omalla käytöksellä tai valinnoilla voi tehdä hyvää. Tyttöjen puheissa nousivat esille jälleen uusien taitojen oppiminen, materiaaliset asiat joita hankkia, kokemukset elämässä ja myös miten voisivat olla avuksi muille ihmisille. Pohdinnat konkreettisista asioista joita kukin heistä voisi elämässään tehdä jotta ”maailma olisi parempi paikka elää”, viittaa siihen että he kokivat pystyvänsä vaikuttamaan omaan ja muiden elämään.

”Paljon keskustelua ihmisistä joilla ei ole ruokaa ja kotia. Nuori 5 kertoo että haluaa lähteä Afrikkaan auttamaan joskus. Kahta tyttöä huolettaa eläinten kohdeltu, puhuvat kasvissyönnistä ja löytöeläimien pelastamisesta. - - -

Kolme tyttöä puhuu kiusaamisesta koulussa, toisten puolustaminen välitunnilla, ystävällisyydestä. - - -

Yksi tytöistä sanoo että kiusaaminen on pahinta maailmassa, että ei ikinä voisi kiusata ketään koska tietää miten pahalta se tuntuu.”

(Oma havaintopäiväkirja 1.9.)

Tämän liitin mielessäni heti voimaantumisteorian kykyuskomukset -kategoriaan (Luku 3.1.2.) joka merkitsi muun muassa oman toiminnan suunnittelua ja siihen sitoutumista, sekä vastuuta omasta ja yhteisestä hyvinvoinnista. Minä puuna -harjoituksen yhteydessä käsitelimme itsensä ja muiden hyväksymistä, joka liittyy myös yhteisestä hyvinvoinnista huolehtimiseen. Vaikka tuo työpaja ei onnistunut suunnitelmien mukaan, tytöt kuitenkin puhuivat janatyöskentelyn aikana siitä, miten voivat omalla käytöksellään toimia positiivisena esimerkkinä muille koulussa. Siitonen liittää päämäärien asetteluun myös käsityksen vapaudesta, jolla halutaan painottaa sitä että valintojen tulisi nousta ihmisestä itsestään (Siitonen 1999, 124). Sekä unelmien aarrekartta että ilmapallotaiteen -työpajojen aikana tytöt saivat itse määritellä toiveitaan ja haaveitaan, jolloin vapaus asetella ja ilmaista omia päämääriään toteutui.

10.4 Minäkuva ja onnistumisen kokemus

Kukkaseppeleiden ja voimakivien työpajoissa keskityttiin paljon henkilökohtaisiin ominaisuuksiin, itseluottamukseen ja -arvostukseen. Siitosen voimaantumisteorian kykyuskomukset osakategoriassa kuvataan ihmisen minäkuvan merkitsevän hänen kokonaisnäkemyksiään itsestään. Tähän kuuluu hänen käsityksensä omista voimavaroistaan ja ominaisuuksistaan, jotka taas ovat suoraan liitoksissa hänen itseluottamuksensa kanssa. Näiden kautta ihminen arvioi onko hänen mahdollista saavuttaa haluamiaan päämääriä. Ympäristöllä on jälleen vaikutuksensa tähän, sillä mikäli toiminnan miljöö ei vaikuta kannustavalta ja luottamukselliselta, ihminen saattaa hylätä päämäärään pyrkimisen. (Siitonen 1999, 139-142, 148). Kukkaseppeleiden työpajassa pyysin tyttöjä pohtimaan omia hyviä piirteitään ja valmistamaan itselleen kruunun näiden symboliksi. Voimakivien työpajassa ideana oli pohtia mitä vahvoja puolia itsessä ja ympäristössä on jotka tukevat jokapäiväisessä elämässä. Molemmissa työpajoissa jokainen tyttö onnistui nimeämään omia hyviä ominaisuuksiaan ja oman maailman tukipilareita asioiden tai ihmisten muodossa. Hyväksyntää omassa elämässä käsiteltiin myös minä puuna -harjoituksessa, kun tytöt nimesivät puunsa juuriin ihmisiä joiden seurassa kokevat olevansa oma itsensä. Halusin toiminnalla suunnata tyttöjen katsetta heidän oman persoonansa arvostukseen ja siihen miten tärkeää on kokea tullessa hyväksytyksi ja kannustetuksi perheen, ystävien sekä itsensä taholta. Havaittiin että työpajoissa tytöt pohtivat monipuolisesti omia persooniaan ja elämäänsä. He uskalsivat tuoda julki muulle ryhmälle omia erityispiirteitään ja suhtautuivat kannustavasti toisiinsa. Kirjallisesti saadun palautteen kautta tytöt olivat kuvailleet oloaan muun muassa sanoilla: ihana, arvostettu, rohkea ja innostunut.

Onnistumisen kokemukseen sain osaksi suoria vastauksia loppukeskustelujen aikana. Tytöt kertoivat tunteneensa onnistuneensa harjoituksissa vaikka osa työskentelymateriaaleista oli vieraampia. Osa suhtautui kriittisesti tekemiinsä töihin, mutta monissa työpajoissa tytöt kehuivat toistensa tuotoksia. Pohdin olisiko itse onnistunut tarjoamaan heille sopivasti haastetta

työskentelytapojen muodossa. Päädyin siihen että itse taiteellinen työskentely ei välttämättä opettanut heille uusia kykyjä, sillä käyttämäni tekniikat olivat suurimmaksi osaksi heille tuttuja. Toiminnan taustalla pohditut teemat sen sijaan saivat virittäytymisharjoitusten ja loppukeskustelujen aikana palautetta että olivat ”liian vaikeita” joidenkin tyttöjen mielestä. Toisaalta olin tyytyväinen onnistuessani haastamaan heitä ajattelemaan vaikeitakin asioita, toisaalta pohdin olisinko ohjaajana voinut tarjota paremman alkulämmittelyn ja esimerkkejä. Jossakin määrin onnistumisen kokemuksi kuitenkin tapahtui tyttöjen kohdalla, sillä kaikki kokivat kerrat mieluiseksi ja toivoivat lisää samankaltaisia pajoja.

10.5 Yhteenveto: Tapahtuiko voimaantumista?

Opinnäytetyöni tavoite oli tutkia miten tyttöjen voimaantumista on mahdollista tukea luovien toimintojen avulla. Luoviksi menetelmiksi valitsin erityisesti kuvataiteeseen nojaavia harjoituksia. Käsittelin voimaantumista yksilöllisenä prosessina joka tapahtuu sosiaalisessa kontekstissa. Voimaantuminen rakentuu Siitosen (1999) teorian mukaan siitä että yksilö asettaa itse itselleen henkilökohtaisia päämääriä elämässään, pohtii tulevaisuuttaan, määrittelee omia voimavarojaan suhteessa tulevaisuuden haaveisiinsa, kokee vastuuta valinnoistaan ja arvostusta ja hyväksyntää ympäristöltään, hänellä on elämänmyönteinen asenne sekä saa onnistumisen kokemuksia. Ihana minä -työpajoissa pyrin edesauttamaan kaikkia näitä osa-alueita suunnittelemalla toiminnan huolellisesti teoriaa silmälläpitäen.

Jo työpajojen toteutusvaiheessa koin että tavoitin toiminnan aikana asetettuja päämääriä. Tytöiltä saatu välitön palaute: innokkuus, positiivinen mieli, halaukset, toisten kannustus, hymyt ja kiitokset kertoivat minulle että jotakin on saavutettu. Kuten edeltävissä kappaleissa kuvailin, tytöt puhuivat avoimesti tulevaisuudestaan, tavoitteistaan, omista hyvistä ominaisuuksistaan, toisten ihmisten huomioimisesta, hyväksytyksi tulemisesta sekä omista mahdollisuuksistaan elämässä - asioista jotka rakentavat voimaantumista. Vaikka minun on mahdotonta tietää mitä tyttöjen mielen sisällä liikkui, tai vaikuttivatko harjoitukset pitemmällä tähtäimellä heidän elämäänsä, noiden ilmaisujen kautta koin tukeneeni jossakin määrin tuota sisäisen voimaantumisen kasvua. Minä ohjaajana olin velvollinen tarjoamaan tytöille turvallisen toimintaympäristön ja huolehtimaan siitä että kaikkien tunteille ja ajatuksille annetaan tilaa. Olin myös vastuussa siitä että teemaan virittäytyään riittävästi, sillä ilman tätä pelkkä luova toiminta olisi pintapuolista ”askartelua” vailla mielessä tapahtuvaa prosessia. Pelkkä kukkaseppeleen rakentaminen ei olisi tukenut voimaantumista, ellei työpaja olisi alkanut virittäytymisellä ja kukkaseppeleen symbolisella käytöllä omien hyvien puolien julkituomiseen. Luovien menetelmien avulla on siis mahdollista tukea voimaantumista, mikäli toiminta on riittävän hyvin suunniteltu voimaantumisen osaprosessit perustanaan, ja ohjaaja huolehtii että toiminnan taustalla vaikuttava filosofia tulee osallistujille selkeäksi.

Keräämäni havaintomateriaalin, sanallisen ja kirjallisen palautteen pohjalta voin sanoa että Ihana Minä -työpajat aktivoivat tyttöjä ilmaisemaan itseään. Työpajojen teemat herättivät osallistujissa avointa elämänsä nykytilan ja tulevaisuuden pohdintaa vaihtelevista näkökulmista, tuottaen voimaantumisen ominaista positiivisuutta ja kasvanutta uskoa omiin kykyihin. Mahdollisuus ilmentää kokemuksiaan ja haaveitaan toiminnallisten harjoitteiden kautta auttoi tyttöjä muodostamaan konkreettisia mielikuvia siitä, kuinka he kokevat oman persoonansa ja millaiseksi he haluavat kehittyä. Työpajojen ilmapiiri koettiin vapaaksi ja kannustavaksi, joka mahdollisti entistä rohkeamman haaveilun. Tytöt visualisoivat tulevaisuuttaan, asettelivat tavoitteita, tarkastelivat omia vahvuuksiaan sekä loivat itse arvostavaa ilmapiiriä ympärilleen. Ilmaisun vapauden avulla nuoret kykenivät irrottautumaan rajoittavista oletuksista ja kyseenalaistamaan tavoitteidensa toteutumista hankaloittavia tekijöitä. Nämä ilmiöt tukevat oletusta että työpajojen harjoitteet onnistuivat aktivoimaan nuoria ja synnyttämään vapaan itseilmaisun kautta voimaantumiseen viittaavia kokemuksia. Tytöt myös ilmaisivat palautelappusissa kaipaavansa lisää samankaltaisia työpajoja. Tämän perusteella oletan että vastaavanlaisille toiminnallisille menetelmille on oma paikkansa tyttötyön maailmassa. Oikein ohjattuina ne soveltuvat juuri yksilöllisen voimaantumisen tukemiseen.

11 Lopuksi

Ryhtyessäni opinnäytetyöprojektiin, suurimpia tavoitteitani oli luoda jotakin joka kokoisi yhteen kaiken sen mitä opiskelujeni aikana olin ideoinut. Jo ensimmäisten opiskelukuukausien aikana sain ajatuksen projektista jossa luoviin toimintoihin yhdistyisi mahdollisimman paljon ulkoilmassa oloa ja luonnosta saatujen materiaalien käyttöä. Vantaan Tyttöjen Tilan kesäleiri kuulostikin ihanteelliselta raamilta opinnäytetyöni toteuttamiseen ja alkuperäinen toimintasuunnitelma sisälsi suuren osan mielessäni kypsyneistä ideoista. Koska kesäleiri ei onnistunut, jouduin karsimaan osan luontoelementeistä pois ja luomaan lyhyempiä, työpajojen muodossa toteutettavia harjoituskertoja. Tämän onnistuin kuitenkin mielestäni tekemään siten että luonnosta saatavat materiaalit pysyvät osaksi mukana toimintaa. Luovien menetelmien kautta toimiminen oli itsestään selvä valinta minulle, sillä iso osa omasta opiskeluaikastani oli rakentunut niiden varaan. Ideologisesti opinnäytetyöni asettuukin vahvasti kaikenlaisen taiteellisen tekemisen puolelle, ja lähtee liikkeelle oletuksesta että oikein toteutettuina niillä voidaan edistää merkittävästi yksilöiden ja yhteisöiden hyvinvointia.

Taide ja taiteellinen toiminta ovat alkaneet saada isompaa roolia sosiaalialan työkentällä, josta kertovat erilaiset projektit ja hankkeet, tutkimukset, opinnäytetyöt ja väitöskirjat. Näitä materiaaleja olen käyttänyt toimintani teoreettisena pohjana. Kuten aiemmin totesin, pelkkä taiteen tekeminen ei ole opinnäytetyöni tarkoitus, vaan sosionomiksi valmistuvana haluan tuottaa hyvinvointia, tukea ihmisten kasvua ja lisätä onnellisuutta. Voimaantuminen käsitteenä on laaja, mutta pääpiirteittäin merkitsee prosessia jossa ihminen kokee omien kyky-

jensä vahvistuvan, mahdollisuuksiensa lisääntyvän ja olevansa kykeneväinen hallitsemaan omaa elämäänsä. Koen että sosiaalialan ammattilaisena työni tulee pohjautua siihen että tuen, autan ja ohjaan asiakkaitani vuorovaikutuksellisessa suhteessa kohti tilaa jossa hän kokee tuota voimantunteen kasvua. Tämä oli opinnäytetyöni syvin tavoite, jonka koen saavuttaneeni tyttöjen parissa toimiessani.

Opinnäytetyöni toteutettiin Vantaan Tyttöjen Tilalla, joten tyttötyön arvomaailma oli vahvasti osana toimintaani. Tytöt asiakasryhmänä ovat monimuotoinen joukko nuoria ihmisiä joiden persoonat muodostuvat iän, etnisen taustan, arvomaailman, uskonnon, kiinnostuksen kohteiden ja seksuaalisen suuntautumisen kautta. Tyttöjä ei voi siis käsitellä pelkästään heidän sukupuolensa kautta, olettaen tämän määrittävän millaista toimintaa he kaipaavat. Kulttuuri- ja sukupuolisensitiivinen tyttötyö pyrkii tarjoamaan kullekin yksilölle ympäristön olla oman näköisellään tavalla tyttö tai nuori nainen. Itselleni sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus ovat tärkeitä aiheita ja halusin toiminnan suunnittelussa ottaa ne huomioon. Työpajojen harjoituksia luonnostellessani, pohdin useaan otteeseen että harjoitusten tulisi olla sellaisia joita voisin toteuttaa myös poikaryhmän kanssa, eli teemoiltaan ne eivät saisi olla liian ”tyttömäisiä”. Halusin tuoda kulttuuri- ja sukupuolisensitiivisen ilmapiirin työpajoihini, jota tavoittelin erityisesti oman kuvakorttikokoelmani kautta. Kokoelma sisältää kuvia eri kokoisista, ikäisistä, näköisistä ja kulttuurisista ihmisistä, nais- ja miespareista, selkeästi feminiineistä ja maskuliinisista ihmisistä, mutta myös yksilöistä joiden sukupuoli ei välity vahvasti kuvan kautta. Tällaisia kuvia käyttämällä pyrin siihen että mitä moninaisimmat tavat olla juuri omanlaisensa ”tyttö” olisivat edustettuina jo alkuvirittäytymisissä. Tyttönä ja naisena olemiseen liitetään edelleen usein ulkonäkö ja erilaiset ulkonäköä ”edistävät” tekemiset: meikkaaminen, vaatetus, hiusten värjääminen ja kampaukset - tämän tietävät kaikki jotka ovat selailleet esimerkiksi naisille suunnattuja lehtiä. Myös Tyttöjen Tilalla huomasin että kävijöiden puheet ja toiminta pyörivät usein noiden tekemisten ympärillä. Naisohjaajana on helppo ottaa kontaktia nuoriin tyttöihin vetämällä kampaus- ja kynsienlakkaushetkiä sillä ne kiinnostavat suurinta osaa tyttöjen taloilla käyvistä nuorista. Olen itse järjestänyt lettupajan jossa opetin tytöille erilaisia lettejä - samoja joita olen itse oppinut oman sukuni naisilta. Tällaiset hetket tyttöjen kanssa ovat olleet herkkiä vuorovaikutustilanteita joiden kautta olemme keskustelleet vaikeistakin aiheista, mutta tytöille suunnattu toiminta ei saisi olla vain kaunistautumisen ympärille rakennettua. Tämän vuoksi Ihana Minä -työpajojen harjoitukset pyrkivät suuntaamaan osallistujien katseet heidän omaan persoonaansa, henkilökohtaisiin ominaisuuksiinsa ja haaveisiinsa. Suuri osa työskentelystä tapahtui ”minä -lähtökohdasta”, jolla halusin osoittaa tytöille että juuri he yksilöinä ovat ainutlaatuisia ja arvokkaita. Tällaisen arvostavan huomion kohdistaminen itseen toiminnan kautta, antaa tytöille tilaa tarkastella oman persoonansa monimuotoista rakennetta. Jakaessaan omien töidensä symboliikkaa ja merkitysmailmaa ryhmän jäsenille, tytöt saivat näyttää ja tulla nähdyksi juuri tuolla omalla tavallaan olla tyttö. Taiteellisten luomusten ja teemoista heränneen keskustelun kautta, tytöille tar-

joutui mahdollisuus tutkia niitä nais- ja tyttökategorioiden murroskohtia, jotka muuten jäävät mainoskuvien, naistenlehtien kauneusvinkkien ja muotiblogien varjoon. Noilla murroskohdilla tarkoitan juuri sitä että jokaisella nuorella on henkilökohtaiset haaveensa, toiveensa ja luonteenpiirteensä jotka eivät ole liitoksissa sukupuoleen. Tytöille suunnatun toiminnan tuleekin jättää tilaa sille että jokainen pystyy ilmaisemaan persoonaansa ja ”tyttöyttään” omalla tavallaan. Itselleni kaikkein palkitsevinta ja koskettavinta oli nähdä kaikki se määrä erilaisia haaveita, seikkailuja, saavutuksia, luonteenpiirteitä, mielikuvitusta, elämänarvoja ja voiman muotoja, joita tytöissä on.

Minulle, ohjaajana, Ihana minä -työpajojen vetäminen oli valtavan kasvattava ja palkitseva kokemus. Opin erityisesti kiinnittämään huomiota toiminnan suunnitteluun, puheenvuorojen jakoon ja siihen että ohjaajana velvollisuuteni on myös rajata osallistujien käytöstä mikäli se häiritsee toisten työskentelyä. Koen että ohjaajantaitoni kehittyivät näiden intensiivisten työpajojen kautta ja vahvasti erityisesti suhdettani luovien menetelmien käyttämiseen työssä. Kuten aiemmin totesin, luovia menetelmiä käytetään koko ajan enemmän sosiaalialan työkentällä, mutta ne eivät kuitenkaan ole kaikkialla tuttuja. Tämän vuoksi on tärkeää että opinnäytetöitä, projektijulkaisuja ja artikkeleita tuotetaan aiheesta, eikä toiminta ole vain jonkin yhteisön sisällä ”piilossa”. Tätä kautta on mahdollista tavoittaa uusia sosiaalialalla toimivia ammattilaisia ja palveluntuottajia sekä taiteen alan vaikuttajia, ja saada nämä kiinnostumaan menetelmistä. Toivon että omakin opinnäytetyöni tarjoaa ideoita ja inspiraatiota niille ammattilaisille jotka haluavat käyttää luovia menetelmiä osana työtään.

Lähteet

Kirjalliset lähteet:

Adams, R. 2003. Social work and empowerment. New York, USA: Palgrave Macmillan

Ahonen-Eerikäinen, H. (toim.) 1994. Taide psykososiaalisen työn välineenä. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Pieksämäki: Raamattutalo

Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseen. Helsinki: Kirjayhtymä

Berg, BL. 2001. Qualitative Research Method for The Social Sciences. 4. painos. Massachusetts: Allyn & Bacon. Myös verkkojulkaisuna:

http://mthoyibi.files.wordpress.com/2011/05/qualitative-research-methods-for-the-socialsciences__bruce-l-berg-2001.pdf

Cargo, M., Grams, GD., Ottoson, JM., Ward, P., & Green, LW. 2003. Empowerment as Fostering Positive Youth Development and Citizenship . American Journal of Health Behavior, Volume 27 Supplement 1, May, 66-79

Erkkilä, J. 2003. Luovan toiminnan merkitys lapsen surun käsittelyssä. Teoksessa Erkkilä, J., Holmberg, T., Niemelä, S. & Ylönen, H. Surevan lapsen kanssa. Jyväskylä: Tuettu suru - projekti

Fitzsimons, A. 2011. Empowerment and participation in youth work. Exeter, UK: Learning Matters Ltd

Heikkinen, H. & Jyrkämä, J. 1999. Mitä on toimintatutkimus. Teoksessa: Heikkinen, H., Huttunen, R. & Moilanen, P. (toim.) Siinä tutkija, missä tekijä, toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja. Juva: Atena Kustannus

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Järvinen, T. 2007: Empowerment challenge of Non-Governmental Organisations Development Co operation Partnership. Tampere: Tampereen Yliopisto

Järvinen, T. 2009. Voimaantumisen (empowerment) arvioinnin haasteita. Ammattikasvatuksen aikauskirja 1/2009. Helsinki: OKKA-Säätiö

Kenneth WT. & Velthouse, AB. 1990. Cognitive elements of empowerment: an 'interpretive' model of intrinsic task motivation, The Academy of Management Review Vol. 15, No. 4, 666-681

Kiviniemi, K. 2001. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. Ikkunoi-ta tutkimusmetodeihin II, näkökulmia aloittavalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtö-kohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus

Kuokkanen, L. 2003. Nurse Empowerment, A Model of Individual and Environmental Factors. Turun yliopiston julkaisuja. Sarja D osa 558 Medica-Odontologica. Turku, Finland: Painosalama

Kuokkanen, L. & Leino-Kilpi, H. 2000. Power and empowerment in nursing: three theoretical approaches. Journal of Advanced Nursing 31(1), 235-241

Kuronen, M. 2004. Valtaistumista vai voimaantumista - Feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Julkaisussa Kuronen M, Granfelt R., Nyqvist L. & Petrelius P. Sukupuoli ja sosiaalityö. Sosiaalityön 3. vuosikirja. PS kustannus. Jyväskylä: WS Bookwell

Känkänen, P. 2006. Taidelähtöiset työmenetelmät lastensuojelussa. Teoksessa Forsberg H., Ritala-Koskinen A. & Törrönen M. (toim.) Lapset ja sosiaalityö. Kohtaamisia, menetelmiä ja tiedon uudelleenarviointia. Jyväskylä: PS-kustannus

Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa - kohti tilaa ja kokemuksia. Tampere: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltonen J. & Valli R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus

Lankinen, M. 2011. Voimaneidot. Opas tyttöjen oman voiman haltuunoton ja aggression hallinnan tukemiseen. Helsinki: Terapeda

Myös verkkojulkaisuna: Kalliolan nuoret ja settlementtinueorten liitto ry <http://setlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/3afd906f4cf677073881951a60d2066e/1442914227/application/pdf/29698/Voimaneidot,%20nettiin.pdf>

Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän. Arts in Hospital - hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Keuruu: Otavan kirjapaino

Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita Publishing Oy

Nietosvuori, L. 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa: Viinamäki, Leena (toim). 14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasi-antuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja sarja A: raportteja ja tutkimuksia 2/2008. Anjalankoski: Solver Palvelut

Näkki, P. (toim.) & Sayed, T. (toim.) 2015. Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita Publishing

Rappaport, J. 1987. Terms of Empowerment/Exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. American Journal of Community Psychology. Vol 2. No 2. 121-148

Räsänen, J. 2002. Voimaantumisen oikeus ja välttämättömyys, ammatillisen voimaantumisen edellytykset ja käytäntö. Lahti: Päijät-Paino

Savolainen, Miina 2008. Maailman ihanin tyttö. Blink Entertainment Ltd

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulu: Oulu University Press

Myös verkkojulkaisuna: <http://herkules oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>

Suomen Settlementtiliitto ry 2012. Tyttötyön kansio. Helsinki: Suomen Settlementtiliitto ry.

Myös verkkojulkaisuna: <http://www.likka.fi/wp-content/uploads/2014/10/tyttotyönkansio.pdf>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Sähköiset lähteet:

Ketola, A. & Lahti, R. 2014. Ihmistieteellisten tutkimusaineistojen jatkokäyttö ja tietosuojat. Helsingin Yliopiston oikeustieteellisen tiedekunnan julkaisu. Viitattu 21.9.2015.

http://www.helsinki.fi/oikeustiede/tutkimus_ja_julkaisut/julkaisut/forum_iuris/sahkoiset_julkaisut/Ihmistieteellisten_tutkimusaineistojen_jatkokaytto_ja_tietosuoja.pdf

Nicehearts ry 2015. Viitattu 9.5.2015. <http://www.nicehearts.com/yhdistys/>

Nicehearts ry 2015. Viitattu 20.5.2015. <http://www.nicehearts.com/hankkeet/tyttotyö/>

Oxford Dictionary 2015. Viitattu 1.5.2015.

<http://www.oxforddictionaries.com/definition/english/empowerment>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 21.9.2015.

http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1_2.html

Suomen Setlementtiliitto 2015. Viitattu 16.10.2015.

<http://www.setlementti.fi/sukupuolisensitiivisyys/sukupuolisensitiivisyys2/>

Kuvat

Kuva 1: Voimaantumiseen vaikuttavat premissit (Siitonen 1999, 158).....	10
Kuva 2: Ihana minä -työpajojen suunnitelma	20
Kuva 3 Palautelappunen.....	22
Kuva 4 Havainnointipäiväkirja ja viimeisen kerran palautelappuja	24
Kuva 5 Unelmien aarrekartta -työpajan tuotoksia	29
Kuva 6 Kukkaseppelekrunuja	31
Kuva 7 Voimakiviä	34
Kuva 8 Yksi Minä puuna -työpajan tuotoksista	36
Kuva 9 Ilmapallojen vapautus. Ensimmäisessä kuvassa kaikki ilmapallot kerättynä yhteen.	39

Liitteet

Liite 1 Kirje vanhemmille	55
Liite 2 Palautekaavakkeiden vastaukset	57
Liite 3 Ihana Minä -työpajojen opaskirjasen kansilehti.....	60

Liite 1 Kirje vanhemmille

Hei,

Opiskelen Laurea Ammattikorkeakoulussa, Tikkurilassa sosiaalialan perustutkintoa (Sosionomi). Suuntautumisvaihtoehtoni on luovat toiminnot joista olen syventynyt kuvataiteeseen ja draamalliseen ilmaisuun.

Olen tekemässä opinnäytetyötäni aiheesta "Miten tyttöjen voimaantumista voidaan tukea luovien menetelmien avulla". Opinnäytetyöni projektinimi on "Ihana mina -työpajat" ja se toteutetaan taidetyöpajoina yhteistyössä Vantaan Nicehearts ry:n Tyttöjen Tilan kanssa 24.8. - 1.9.2015. Toiminta järjestetään Vantaan Tyttöjen Tilalla (osoite: Unikkotie 2 C, 2.krs).

Työpajoissa on tavoitteena harjoitella itsensä tuntemista ja ilmaisua kuvataiteen ja draaman keinoin. Harjoitusten jälkeen tarkoitukseni on kerätä tytöiltä palautetta ja havaintoja tehdyistä harjoituksista haastattelujen ja oman havainnoinnin kautta. Haastattelut dokumentoidaan äänittämällä myöhempää tarkastelua varten. Tutkimukseen osallistuvia nuoria ei kuvata eikä yksilöiviä tietoja luovuteta kolmansille osapuolille. Leirin aikana valmistettujen teoksien kuvia voidaan käyttää opinnäytetyöni kuvituksena mikäli tekijä antaa tähän luvan.

Sitoudun noudattamaan voimassaolevia tutkimusaineiston säilyttämiseen ja tietosuojalainsäädäntöön (mm. salassapitosäännökset) liittyviä ohjeita.

Pyydän palauttamaan liitteenä olevan lupa-anomuksen lapsenne mukana viimeistään hänen osallistuessaan johonkin työpajoista.

Annan myös mielelläni lisätietoja opinnäytetyöstäni, yhteystietoni:

Pauiina Pulkki

Puh. 040 7516213

sähköposti: pauliina.pulkki@laurea.fi

Ohjaajani on Anne Eskelinen, hänet tavoittaa sähköpostitse osoitteesta

anne.eskelinen@laurea.fi

Annan suostumukseni siihen, että huollettavani

(nimi)

saa osallistua Laurea Ammattikorkeakoulun opiskelijan Pauliina Pulkin opinnäytetyönään tekemään tutkimukseen. Tutkimuksessa kerätään tietoa nuorten kokemuksista ja mielipiteistä 24.8. - 1.9.2015 toteutettavien taidetyöpajojen aikana.

Päivämäärä ja paikka

Huoltajan allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 2 Palautekaavakkeiden vastaukset

Kysymys: Kuinka moneen työpajaan osallistuit?

Vastaukset:

Nuori A: 3

Nuori B: 4

Nuori C: 4

Nuori D: 4

Nuori E: 4

Kysymys: Mitä mieltä olet työpajoissa tehdyistä harjoituksista? Oliko joku suosikki? Jokin josta et pitänyt ollenkaan?

Vastaukset:

Nuori A: ”tykkäsin kaikista”

Nuori B: ”Pidin kaikista eniten ilmapallotaiteesta”

Nuori C: ”kaikki oli tosi kivoja mutta ehkä lemppari oli kivet”

Nuori D: ”kivet, ilmapallotaide”

Nuori E: ”suosikki oli aarrekartta, ilmapallot ja kivet. En pitänyt seppeleestä”

Kysymys: Millainen olo sinulla oli työpajojen jälkeen?

Vastaukset:

Nuori A: ”kiva mukava”

Nuori B: ”ihana. Pauliina on paras”

Nuori C: ”tosi rauhallinen”

Nuori D: ”ihana ja vapaa”

Nuori E: ”mahtava ja hyvä”

Kysymys: Herättivätkö ne uusia ajatuksia tai tuntemuksia? Jos kyllä, millaisia?

Vastaukset:

Nuori A: ”En ole varma”

Nuori B: ”Intohimon taiteeseen”

Nuori C: ”en osaa sanoa”

Nuori D: ”joo, arvostamaan itseään”

Nuori E: ”joo positiivisia”

Kysymys: Haluaisitko lisää tämänkaltaisia työpajoja ja harjoituksia?

Vastaukset:

Nuori A: ”Kyllä”

Nuori B: ”Kyllä”

Nuori C: "jooooooooo"

Nuori D: "joooo todellakin"

Nuori E: " ehdottomasti kyllä"

Kysymys: Olisiko jotakin voinut tehdä toisin? Jäikö jokin teema puuttumaan?

Vastaukset:

Nuori A: "Ei"

Nuori B: "Ei!"

Nuori C: "Ei"

Nuori D: "—"

Nuori E: "Rakkaus -teema jäi"

Sana vapaa -kohtaan oli kirjoitettu muun muassa:

"Pauliina is Boss!"

"terveisiä Pauliinalle. Pyydän Pauliinaa pitämään enemmän pajoja"

"kiitos Pauliina <3"

"haluan näitä lisääääää! Terkkuja Pauliinalle"

"joo älä lähde :) "

Kahteen paperiin oli tekstin lisäksi piirretty kuvia ilmapalloista, puista ja kivistä.

Liite 3 Ihana Minä -työpajojen opaskirjassen kansilehti

Ihana Minä -työpajat

Pauliina Pulkki

