



HUMANISTINEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

## **Yläasteikäisten tyttöjen monitoimikerho**

Sosiaalinen vahvistaminen ryhmätoiminnassa

*Anniina Seikola*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

11 / 2016

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Koulutusohjelman nimi

### TIIVISTELMÄ

<b>Työn tekijä</b> Anniina Seikola	<b>Sivumäärä</b> 43 ja 17 liitesivua
<b>Työn nimi</b> Yläasteikäisten tyttöjen monitoimikerho	
<b>Ohjaava opettaja</b> Hanna Kiuru	
<b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys, Eve Niemelä	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Tämän opinnäytetyön tilaaja oli Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys, joka tunnetaan lyhenteellä Helsingin NMKY. Yhdistyksen tavoitteena on kehittää helsinkiläisten hyvinvointia. Erityisesti yhdistyksen toiminta keskittyy paikallisten nuorten ja lasten hyvinvoinnin edistämiseen.</p> <p>Toiminnallinen opinnäytetyö käsittelee yläasteikäisille tytöille kohdistetun monitoimikerhon perustamista. Tärkeinä teemoina opinnäytetyössä ovat sosiaalinen vahvistaminen ja tyttötyö. Kerhotoiminta järjestettiin Helsingin NMKY:n uuden nuorisotilan yhteyteen. Tarkoituksena oli luoda matalankynnyksen vapaa-ajantoimintaa Puistolan alueen 13-16 -vuotiaille tytöille. Tavoitteena oli kerhotoiminnan aloittaminen sekä kuuden kerhokerran toimintamallin luominen.</p> <p>Opinnäytetyössä lähdettiin liikkeelle kerhotoiminnan tarpeen kartoittamisesta, joka toteutettiin pääkaupunkiseudun kerhotoimintaa järjestävien organisaatioiden vertailulla. Tarkoituksena oli selvittää yläasteikäisten tyttötyön ja kerhotoiminnan tarvetta sekä nykytilannetta. Menetelmänä vertailussa käytettiin benchmarkingia. Aineistoa kehittämistyön toteutukseen kerättiin itse kohderyhmältä eli nuorilta. Tietoa koottiin toiminnallisen haastattelun ja osallistuvan havainnoinnin avulla.</p> <p>Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä on, miten luoda yläasteikäisille tytöille sosiaalisen vahvistamiseen perustuvaa kerhotoimintaa? Opinnäytetyön tuloksissa esiin nousivat nuorten osallistaminen toiminnan suunnittelussa sekä ajankohtaisten menetelmien ja teemojen käyttö. Tärkeää toiminnan onnistumisen kannalta on positiivinen ilmapiiri, johon vaikuttaa ryhmän keskeinen dynamiikka sekä ohjaajan persoona.</p> <p>Opinnäytetyön myötä Helsingin NMKY:n kerhotoiminnan kohderyhmä laajeni ala-asteikäisistä myös enemmän yläasteikäisiin. Toimintamallin avulla kerhon jatkaminen ja toistettavuus ovat vaivattomampaa tulevaisuutta ajatellen. Kehitystä yhdistyksen toiminnan lisäksi tapahtui paikallisessa Puistolan nuorisotyössä, sillä nuorille tytöille tarjottiin uudenlainen mahdollisuus turvalliseen ja sosiaalisesti vahvistavaan kerhotoimintaan.</p>	
<b>Asiasanat</b> nuorisotyö, sosiaalinen vahvistaminen, tyttötyö, kerhotoiminta, hyvinvointi, toiminnallisuus	

**HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES**  
**Name of the Degree Programme**

**ABSTRACT**

<b>Author</b> Anniina Seikola	<b>Number of Pages</b> 43 and 17 attached
<b>Title</b> Activity-club for junior high school aged girls	
<b>Supervisor</b> Hanna Kiuru	
<b>Subscriber and Mentor</b> Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys, Eve Niemelä	
<b>Abstract</b> <p>The subscriber of this thesis was Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys, which goes by abbreviation Helsinki's NMKY. The associations goal is to improve the well-being of citizens of Helsinki. Especially associations activity focus on promoting well-being of local youth and children.</p> <p>This functional thesis handles the founding of activity-club for junior high school aged girls. Important subjects in this thesis are social strengthening and girl work. The activity club took place at the Helsinki's NMKY's new youth center. The purpose was to create an easy to attend free time activity for 13-16-year old girls in Puistola area. The goal was to start an activity club and to create a "six time" operating model for club.</p> <p>The thesis starts with the mapping of club the activity, which was executed by comparing associations that arrange club activity in Helsinki metropolitan area. The purpose was to clarify what are the needs status quo for club activity for girls in junior high school. The method used was benchmarking. The material for developmental work was gathered from the target group; the youth. Information was gathered with functional interviews and attending observation.</p> <p>The research question of this thesis is; how to create social club activity for junior high school-aged girls based on social strengthening? The participation of youth and current methods and themes stand out in the results of this thesis. A positive atmosphere is important for successful activity, which is affected by group dynamics and the personality of the director.</p> <p>By this thesis Helsinki's NMKY's club activity expanded more from elementary school to junior high school. With this operating model, the continuity and repeatability of the activity club is more effortless in the future. In addition to the improvements of the associations activity, there was also improvement in the youth work in the local Puistola area, because now there was new kind of chance for young girls to attend safe and socially strengthening club activity.</p>	
<b>Keywords</b> youth work, social strengthening, girl work, club-activity, well-being, functionality	

## **SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	5
2 HELSINGIN NUORTEN MIESTEN KRISTITTYJEN YHDISTYS	8
3 TIETOPERUSTA	9
3.1 Ennaltaehkäisevä nuorisotyö	10
3.2 Sukupuolisensitiivisyys tyttötyössä	10
3.3 Sosiaalinen vahvistaminen	12
4 KÄSITTEET	14
4.1 Murrosikä	14
4.2 Hyvinvointi	15
4.3 Ryhmädynamiikka	18
4.4 Toiminnallisuus	20
5 MENETELMÄT	21
5.1 Benchmarking	21
5.2 Toiminnallinen ryhmähaastattelu	22
5.3 Havainnointi	24
6 ANALYSOINTI JA TULOKSET	26
6.1 Nuorten harrastusmahdollisuudet pääkaupunkiseudulla rajalliset	26
6.2 Positiivinen ilmapiiri ja nykyaikaisuus tärkeää kerhotoiminnassa	27
6.3 Nuoret aktiivisia nuorisotilojen ja leirien asiakkaita	29
7 OPINNÄYTETYÖN KONKREETTISEN TUOTOKSEN PERUSTA	31
7.1 Kerho	31
7.2 Toimintamalli	35
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	37
8.1 Tulosten tulkinta – johtopäätökset	37
8.2 Pohdintaa toiminnan jatkamisesta	39
LÄHTEET	41
LIITTEET	44

## 1 JOHDANTO

Toiminnallisen opinnäytetyöni tilaajana on Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys eli Helsingin NMKY. Opinnäytetyössäni perehdytään yläasteikäisten tyttöjen kerhotoiminnan sisällön luomiseen ja toteuttamiseen. Opinnäytetyöni ottaa toiminnassa huomioon sosiaalisen vahvistamisen menetelmiä ja murrosiän tuomat haasteet. Aihetta tutkimalla voidaan kehittää ja laajentaa Helsingin NMKY kerhotoimintaa.

Tutustuin organisaation toimintaan ja toimintatapoihin aiemman harjoitteluni kautta, joka edisti kehittämistyöni suunnittelua yhdistykselle sopivaksi. Opinnäytetyöni tilaaja esitti opinnäytetyön aiheeksi kerhotoiminnan kehittämisen ja uuden kerhon luomisen. Opinnäytetyöni tekijänä ehdotin toiminnan kohderyhmäksi 13-16 -vuotiaita tyttöjä, koska tälle ikäryhmälle oli yhdistyksessä vähän kerhotoimintaa. Yhdessä tilaajan kanssa keskustelimme kerhotoimintaan liittyvistä kehittämistarpeista. Päätimme toteuttaa kerhojen kohderyhmän ikähaarukan laajentamisen ja yläasteikäisten tyttöjen kerhotoiminnan luomisen, koska Helsingin NMKY:llä ja muilla vastaavanlaisilla Helsingin alueen toimijoilla oli hyvin vähän kerhotoimintaa tälle ikäluokalle.

Kohderyhmä rajautui tyttöihin, sillä työskennellessäni Sata Omenapuuta -hankkeen projektissa eli Turun alueen nuorille maahanmuuttajille suunnatussa työpaja projektissa huomasin, että kahdella tytöllä olisi ollut kiinnostusta osallistua vastaavanlaiseen toimintaan. Heidän osallistumisestaan rajoitti kuitenkin tyttöryhmien puute ja tämän vuoksi he viettivät paljon vapaa-aikaansa kotioloissa. Uskon tämän koskevan myös monia muita nuoria tyttöjä ja näin kehittämistyöni myötä on mahdollista luoda uudenlaista kerhotoimintaa kaikilla samassa tilanteessa oleville.

Tärkeäksi osa-alueeksi nousi tyttöjen sosiaalisen vahvistaminen, koska yläasteikä koetaan usein haastavana elämänvaiheena, jolloin nuori opettelee elämänhallintaa ja rakentaa omaa identiteettiään. Murrosikä on nimensä mukaisesti aikaa, jolloin nuori kohtaa uusia haasteita kasvaessaan lapsesta aikuiseksi (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2016). Nuori tarvitsee tukea, kannustusta ja turvallista aikuista. Vaikka nuori näyttäisikin jo ulkoisesti lähes aikuiselta, hän tarvitsee silti vielä vanhemmuutta ja luotettavaa aikuista (Alkio 2009, 5).

Sosiaalinen vahvistaminen ja polarisaatio ovat olleet paljon esillä nykyajan yhteiskunnassamme. Vaikka valtaosa suomalaisista nuorista voi hyvin, nuorten polarisaatio korostuu yhä enemmän eli osa nuorista menestyy paremmin kuin koskaan aikaisemmin ja osa syrjäytyy. (Aalberg & Siimes, 2007) Syrjäytymisen ja polarisaation ehkäiseminen tarvitsee jatkuvaa ennaltaehkäisytyötä. Lapsuuden ja nuoruuden kasvuolosuhteilla on tärkeä merkitys myöhemmälle kehitykselle ja terveydelle (Autio & Eräranta 2008, 19). Ennaltaehkäisevä nuorisotyö on kuitenkin laajentunut ja kehittynyt paljon viime vuosikymmeninä. Näin sosiaalinen vahvistaminen nousi myös tärkeäksi osaksi kerhoni sisältöjä. Yhteiskunnallisesti opinnäytetyöni tukee sosiaalisen vahvistamisen avulla Puistolán alueen tyttöjen aktiivista kansalaisuutta ja estää osaltaan tyttöjen syrjäytymistä.

Monitoimi- eli ei-lajisidonnaisella kerholla halusimme varmistaa, että nuoret jotka eivät muutenkaan harrasta mitään, eivät putoa pois osallistujista. Paine osallistua on usein suurempi ennakkoluulojen seurauksena, jos esimerkiksi pelkää kaikkien muiden jo olevan taitotasoltaan kehittyneempiä lajissaan. Monipuolisella ohjelmalla haetaan, että mahdollisimman moni kiinnostuisi toiminnasta ja toiminta olisi joustavampaa osallistumisen suhteen. Tarkoituksenani on saada mukaan väliinputoajia, jotka eivät harrasta esimerkiksi liikuntaa seurassa tai kitaran soittoa musiikkiopistossa.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymys on ”Miten luoda yläasteikäisille tytöille sosiaalisen vahvistamiseen perustuvaa kerhotoimintaa?”. Tilaajan tavoitteena on paikallisten nuorten tyttöjen hyvinvoinnin vahvistaminen kerhotoiminnan kautta. Helsingin NMKY toimii kristillisten arvojen pohjalta kokonaisvaltaista hyvinvointia vahvistaen (Helsingin NMKY 2016c). Kehittämistyöni myötä toiminnan laajuus kasvaa ja nuorille luodaan turvallista vapaa-ajantoimintaa. Opinnäytetyöni konkreettiset tuotokset tilaajalle ovat kerhotoiminnan aloittaminen muutamalla kerhokerralla Puistolán uudessa nuorisotilassa ja kerhon toimintamallin luominen toistettavuutta varten. Työ tuo tilaajalle yhdistyksen tavoitteisiin pyrkivää uudenlaisia toimintaa, jota on mahdollisuus jatkaa myös tulevaisuudessa.

Sosiaalisesta vahvistamisesta on tehty monia tutkimuksia ja ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä, joita käytän myös tukena tämän opinnäytetyöni kehittämisessä ja tu-

lostien analysoinnissa. Ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä on myös tehty kerhotoiminnan luomisesta, kuitenkin pääosa kohdistuu ala-asteikäisten ja nuorempien lasten toiminnan kehittämiseen. Tuloksia vertailllessani esiin voi tulla eri näkemyksiä ja tämän perusteella uutta keskustelua. Opinnäytetyössäni esiin nousevat asiat voivat tuoda lisäarvoa tutkimustuloksiin muiden opinnäytetöiden tulosten kanssa vertaillussa. Tämä kautta opinnäytetyöni tuo lisäarvoa ammattialan muihin tutkimuksiin ja toimii esimerkkinä kerhotoiminnan kehittämisestä. Helsingin NMKY:lle ei ole aiemmin tehty vastaavanlaisesta aiheesta opinnäytetyötä. Opinnäytetyöni tuo ammattialalle ja erityisesti Helsingin NMKY:lle uudenlaisen lähestymistavan ja toimintamallin ehkäisevän tyttötyön toteutukseen.

Menetelminä opinnäytetyössäni käytetään toiminnallista haastattelua, tarkkailevaa havainnointia ja benchmarkingia. Näiden menetelmien avulla saan kehitettyä kerhotoimintaa tytöille sopivaksi. Kerhon loputtua tytöille järjestetään myös lyhyt palautekeskustelu, joka huomioidaan toiminnan arvioinnissa.

Opinnäytetyössäni esittelen ensin tilaajan arvot. Tämän jälkeen käsittelen tietopohjaa, joka muodostuu ennaltaehkäisevästä nuorisotyöstä, sukupuolisensitiivisestä tyttötyöstä ja sosiaalisesta vahvistamisesta. Opinnäytetyöni kannalta keskeisiä käsitteitä ovat myös murrosikä, hyvinvointi, ryhädynamiikka ja toiminnallisuus. Seuraavana kerron käyttämästäni menetelmästä. Konkreettisine tuotoksina esittelen aloittamani kerhon ja toimintamallin kuvauksen. Lopuksi tarkastelen tuloksia ja analysoin niitä loppupohdintaan päättäen.

## 2 HELSINGIN NUORTEN MIESTEN KRISTITTYJEN YHDISTYS

Helsingin Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys tunnetaan myös lyhenteellä Helsingin NMKY. Helsingin NMKY on osa kansainvälistä Nuorten Miesten Kristittyjen Yhdistys -liikettä, joka on suurin ei-poliittinen nuorisoliike. Se sai alkunsa vuonna 1844 Lontoossa. Helsingin NMKY on perustettu vuonna 1889. Sakari Topelius ja Arthur Hjelt olivat kaksi tärkeää perustajajäsentä näiltä ajoilta. Helsingin NMKY on yksi paikallista nuorisotyötä eteenpäin vieneistä organisaatioista, joka toi myös muun muassa koripallon Suomeen ja käynnisti kerho- sekä partiotoiminnan Suomessa. (Helsingin NMKY 2016c.)

Helsingin NMKY:n tavoitteena on parantaa helsinkiläisten hyvinvointia kristillisten arvojen pohjalta ja yhdistys tarjoaa kaikenikäisille monipuolisia harrastemahdollisuuksia. Toimintaan kuuluu esimerkiksi erilaiset kerhot, leirit, kurssit ja tapahtumat. Joka viikko tapahtuvassa toiminnassa on mukana yli 4000 henkilöä. Toiminta keskittyy erityisesti lasten ja nuorten hyvinvoinnin parantamiseen. Hyvinvointi on jaettu toiminnassa kolmeen eri osa-alueeseen, jotka ovat psyykinen, fyysinen ja hengellinen hyvinvointi. (Helsingin NMKY 2016c.)

Yhdistys keskittyy 2016-2020 strategiassaan kasvun ja osallisuuden tukemiseen. Yhdistyksen tavoitteena on sitoa uusia yhteistyösopimuksia, jotta toimintaa voidaan kehittää ja resursseja hyödyntää yhä tehokkaammin. Nuorten kanssa halutaan pysyä ajan hermolla ja vastata nykyisiin tarpeisiin, kuten esimerkiksi maahanmuuton luomiin haasteisiin. Nuoret ovat yhdistyksessä mukana monella tapaa ja yhdistys kannustaa nuoria aktiivisiksi kansalaisiksi. Nuori voi olla yhdistyksen toiminnassa mukana osallistujana, toiminnan kehittäjänä tai itse toimijana. Tärkeää on, että nuori kokee olevansa osa yhteisöä ja tuntee olevansa arvostettu yksilö. Rahoitus Nuoret -toimialalle tulee osallistumismaksuista ja rahoituksista. (Helsingin NMKY 2016b, 17.)

Helsingin NMKY:llä on monipuolisesti kerhoja. Viime keväänä 2016 kerhoja oli muun muassa teemoilla näytelmä-, liikunta-, palloilu-, isä-lapsi-, kiipeily-, kokki- ja askartelukerho. Suurin osa kerhoista on suunnattu ala-asteikäisille ja osa alle kouluikäisille. Kuitenkin yläasteikäisille kerhotoimintamahdollisuudet ovat suppeat. Kahdessa ker-

hossa on mahdollista olla mukana seitsemäsluokkalaisena ja yhdessä kahdeksaluokkalaisena. Tätä vanhemmille nuorille ei kerhoja ollut keväällä 2016. (Helsingin NMKY 2016a.)

Helsingin NMKY haluaa tarjota kerhotoiminnalla turvallista vapaa-ajantoimintaa lapsille ja nuorille. Suurin osa toiminnasta on myös maksutonta. Toiminta on kaikille avointa ja osallistujien on mahdollista edetä iän sekä koulutusten myötä apuohjaajiksi tai ohjaajiksi. Toiminnassa on aina mukana vähintään yksi tuttu ohjaaja. Kerhoja pyritään viemään uusille alueille tarpeen mukaan. (Helsingin NMKY 2016b, 19.)

Helsingin NMKY tilasi opinnäytetyöni kerhotoiminnan kehittämistä varten. Tarkoituksena löytää uusia ulottuvuuksia kerhotoiminnan toimikentän toteutukseen. Ohjaajia ja tiloja yhdistyksellä löytyy, joten toimikentässä oli varaa kehittää uudenlainen kerhokonsepti. Tämän jälkeen loin toimintamallin uuden kerhon toteutuksesta, jotta toistettavuus olisi tilaajalle vaivattomampaa ja toiminta jatkuisi myös tulevaisuudessa.

### 3 TIETOPERUSTA

Tietoperustassa esittelen opinnäytetyöni kannalta oleellisia teemoja ja niihin liittyvää kehitystyölleni tärkeää tietoperustaa. Teemat ovat ennaltaehkäisevä nuorisotyö, sukupuolisensitiivinen tyttötyö ja sosiaalinen vahvistaminen. Kyseisillä teemoilla on keskeinen osa kerhotoimintani kehittämisessä ja suunnittelussa. Ennaltaehkäisevä nuorisotyö on koko opinnäytetyöni perusta ja opinnäytetyön toiminnallinen osuus on ehkäisevää nuorisotyötä. Opinnäytetyöni kerhossa ja toimintamallissa tärkeänä osana on sukupuolisensitiivisyys erityisesti tyttötyöhön liittyen, koska kerhotoiminta suunnataan yläasteikäisille tytöille, joille oma identiteetti on vasta rakentumassa. Sosiaalinen vahvistaminen ja syrjäytymisen ehkäiseminen ovat tärkeitä teemoja nuoruusiässä niin nuoren kuin yhteiskunnan tulevaisuuden kannalta. Nämä aiheet kannattaa huomioida aina ainakin jollain tasolla nuorten kerhotoimintaa luodessa.

### 3.1 Ennaltaehkäisevä nuorisotyö

Nuorisotyöhön kuuluu nuorisolain noudattaminen. Nuorisolain tavoitteena on tukea nuoren eli alle 29-vuotiaan kasvua, kohentaa nuorten elin- ja kasvuoloja, edistää nuorten sosiaalista vahvistamista sekä edistää heidän aktiivista kansalaisuutta. Ennaltaehkäisevässä nuorisotyössä ja nuorisotyössä ylipäätään se tarkoittaa nuoren aktiivisen kansalaisuuden edistämistä nuorten omalla ajalla sekä sosiaalista vahvistamista. Tähän kuuluvat myös sukupolvien välisen vuorovaikutuksen, nuoren kasvun ja itsenäistymisen avustaminen. (Nuorisolaki 72/2006.)

Ennaltaehkäisevällä nuorisotyöllä tarkoitetaan ennalta huomioon ottavaa ja tulevaisuuden näkyymiin pohjautuvaa nuorisotyötä. Ennaltaehkäisy nuorisotyössä on nuorisotyön yksi ulottuvuus, jolla pyritään vaikuttamaan positiivisesti nuorten kohtaamiin haasteisiin elämässä. Ongelmia voidaan ehkäistä esimerkiksi katkaisemalla nuoren ongelmien kehityskulkuja ennen kuin varsinainen ongelma syntyy. Nuorisotyössä pyritään kehittämään nuoren elämänhallintaa monipuolisesti ja antaa nuorelle tarvittavaa tukea. Ennaltaehkäisy on myös edullisempaa yhteiskunnalle, jos mahdollisiin ongelmiin pystytään puuttumaan ennen niiden puhkeamista. (Cederlöf 1998, 38.)

Nuorisotyössä tärkeää on voluntarismi eli vapaaehtoisuuden periaate. Nuorella on oikeus tahtoa eri asioita ja olla osallistumatta toimintaan, eikä yhteiskunta voi pakottaa nuorta nuorisotyö toimintaan. (Hoikkala & Sell 2007, 34.) Ennaltaehkäisevä nuorisotyön voi olla esimerkiksi päihdetyötä. Tässä opinnäytetyössäni ennaltaehkäisevä työ keskittyy pääpainoltaan arjenhallintaan ja tätä kautta tärkeiksi arvoiksi nousevat sosiaalinen vahvistaminen, itsetunto ja identiteetti. Kerhotoimintani välityksellä pyritään saamaan tytöille uusia eväitä arjen haasteista selviytymiseen.

### 3.2 Sukupuolisensitiivisyys tyttötyössä

Sukupuolen mukaan eriytyneet ryhmät luovat mahdollisuuksia tutkia ja kehittää omaa sukupuoli-identiteettiä. Nuorilla on mahdollisuus olla hetki ilman perinteisiä mies- ja naiskäsitteitä, jolloin he pääsevät itse pohtimaan käsityksiään ja minäkuvaansa eli käsitystä itsestään. Tyttöryhmissä tytöt uskaltavat helpommin kokeilla erilaisia asioita

ja saavat näin kokemuksia erehtymisestä, kehittymisestä sekä onnistumisesta. Tytöt jäävät helposti taustalle varsinkin sekaryhmissä, jotka usein perustuvat pojille luontaisimpina pidettyihin toimintoihin kuten tietotekniikkaan. Nuorisotilat usein koetaan käytännössä pojille suunnatuiksi. (Hoikkala & Sell 2007, 531–532.)

Sukupuolisensitiivistä nuorisotyötä tehdään tyttöjen ja poikien kanssa. Tyttöjen ja poikien tarpeet sukupuolisensitiiviselle työlle ovat erilaiset. Sukupuolisensitiivinen tyttötyö alkoi 1990-luvun loppupuolella. Aluksi nuorisotyö kuitenkin tavoitti pojat ja yhä edelleen poikien harrastustoimintaa tuetaan enemmän julkisista rahoista kuin tyttöjen. Nykyään koetaan, että nuorille tytöille on yhä edelleen vähän kokoontumispaikkoja, sillä nuorisotalotkin ovat suurimmaksi osaksi poikien käytössä. Joitakin tyttötoiminnan tiloja on kuitenkin tullut, esimerkiksi Tyttöjen Talot. Tyttötoiminnan tiloissa tytöt voivat viettää vapaa-aikaansa oleskellen, jutellen ja harrastaen sekä samalla heille tarjotaan yhteisöllisyyttä. Tyttötoiminnan tilat ovat matalan kynnyksen nuorisotyön toimipisteitä, josta saa tukea ja apua. Tyttötyötä toteutetaan monilla muillakin eri tavoilla. Yksi näistä tavoista on vuorovaikutuksellisten tyttöryhmien luonti, joiden toiminta on tavoitteellista. Tyttötyössä tyttöjä kannustetaan aktiivisiksi kansaliskiksi. (Mulari & Eischer & Uusitalo-Herttua 2012, 7–9.)

Yhteiskunnassamme on paljon tasa-arvoa, mutta stereotyyppisiä malleja löytyy vielä käytännön elämästä. Sukupuolisensitiivisessä tyttötyössä pyritään avaamaan, purkamaan ja laajentamaan näitä sukupuolittuneita käyttäytymismalleja sekä rooleja. Tyttöjä tuetaan etsimään omannäköistä identiteettiä ja pohtimaan omaa tapaansa olla tyttö. Tyttöyttä ja naiseutta voi olla monenlaista erilaisten toimintamallien ja vaihtoehtojen joukossa. Ei ole yhtä oikeaa tapaa olla tyttö tai nainen. Tyttöys ja naiseus voi olla ristiriitaista, mutta myös voimavara. Tyttö voi kasvaa vahvuutensa tunnistavaksi itsensä näköiseksi naiseksi. (Mulari ym. 2012, 10.)

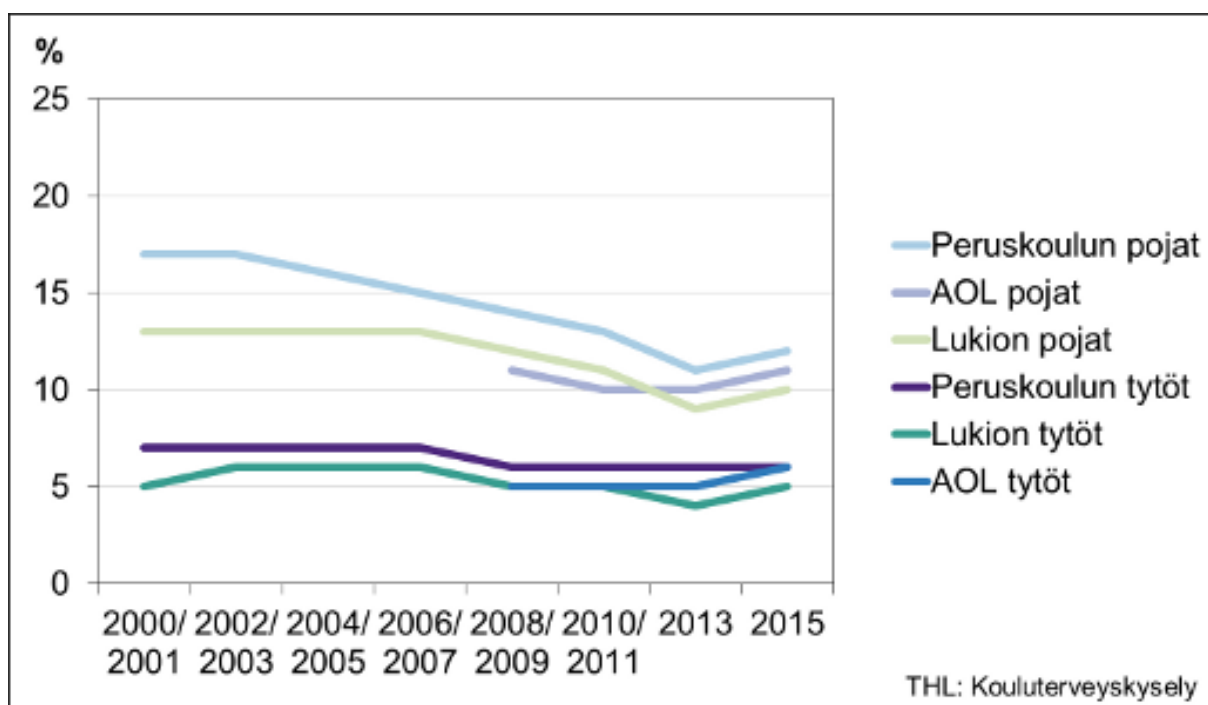
Tyttötoiminta kuuluisi suunnitella aina alueen tarpeiden mukaan. Opinnäytetyöni perustuu tyttötoimintaan, koska konkreettisena tavoitteena on luoda tyttötoiminnan kerho. Nuorilla tytöillä on tärkeää saada yläasteiässä tukea ja neuvoja.

### 3.3 Sosiaalinen vahvistaminen

Sosiaalinen vahvistaminen on käsitteenä moniulotteinen ja yhtä tarkkaa määritelmää siitä on mahdoton antaa. Sosiaalisen vahvistamisen tavoitteena on yksilön hyvinvoinnin lisääminen ja edistäminen, joka mainitaan myös nuorisolaissa. Se on kokonaisvaltaista tukemista ja syrjäytymisen ehkäisemistä. Sosiaalisessa vahvistamisessa yksilön lisäksi otetaan usein myös huomioon yhteisö. (Lundbom & Herranen 2011, 6.)

Sosiaalinen vahvistaminen on elämänhallinnan tukemista, jossa on vahva ehkäisevän työn näkökulma. Sen työmuodoissa keskitytään alueisiin, nuoriin tai olosuhteisiin, joissa on syrjäytymisuhka. Sosiaalinen vahvistaminen ei toimi vain yhden tahon kautta vaan on monialaisen verkoston tuotos. Nuorten ongelmien ehkäisy voidaan nähdä monitahoisena ja monenlaisten toimenpiteiden kokonaisuutena. (Lundbom & Herranen 2011, 127–134.) Opinnäytetyössäni kerhon perustaminen on vain yksi osa suurempaa alueellista kokonaisuutta, jonka tavoitteena on sosiaalinen vahvistaminen. Tähän kuuluvat useiden Puistolassa toimivien yhdistysten lisäksi esimerkiksi koulu-, sosiaali- ja terveystoimi.

Sosiaalisen vahvistamisen tarve on jatkuvaa yhteiskunnassamme. Yleensä nuoret tarvitsevat tuki-, tieto- ja neuvontapalveluita jossain vaiheessa nuoruuttaan. Varsinkin haastavassa elämäntilanteessa olevat nuoret, jotka ovat esimerkiksi jääneet mahdollisesti pois koulu- ja työelämästä, tarvitsevat erityisesti tukea. Nuorisotyöttömyysluvut nousevat kovaa vauhtia pääkaupunkiseudulla ja työmarkkinatilanne on tukala (Nironen 2015). Joka viides ihminen kokee yksinäisyyttä jossakin elämänvaiheessa (Junttila 2015, 29). Peruskoulussa useat nuoret kokevat olevansa ilman ystävää (Kuvio 1). Yksinäisten nuorten osuus on kuvion mukaan kasvamassa. Tilanne on haastava kenelle tahansa ihmiselle, jolla ei ole ystävää tai henkilöä, jonka kanssa keskustella henkilökohtaisista asioista. Yksinäisyys yleensä pidemmällä aikavälillä johtaa uusien ongelmien syntymiseen, kuten esimerkiksi masennuksen oireiden kehittymiseen. Tämänlaisiin haasteisiin pyritään saamaan ratkaisuja muun muassa sosiaalisen vahvistamisen keinoin ja ennaltaehkäisemään kyseisiä ongelmia.



Kuvio 1. Nuorten osuus, joilla ei ole yhtään läheistä ystävää, kenen kanssa keskustella luottamuksellisesti omista asioista. AOL on lyhenne ammatillisesta oppilaitoksesta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016.)

Nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä on keskeistä perusnuorisotyöhön ja -politiikkaan liittyvä nuorten sosiaalinen vahvistaminen, jota kaikki nuoret tarvitsevat eri kehitysvaiheissa (Hallituksen politiikkaohjelma 2016). Opinnäytetyöni toteutuksessa sosiaalisen vahvistamisen pääpaino on ryhmässä toimimisessa, uusien kontaktien luomisessa ja itseilmaisussa. Nämä ovat tärkeitä elementtejä syrjäytymisen ehkäisyssä.

## 4 KÄSITTEET

Tässä luvussa esitellään opinnäytetyön kannalta tärkeitä käsitteitä. Käsitteet ovat murrosikä, hyvinvointi, ryhmädynamiikka ja toiminnallisuus. Osa käsitteistä ovat poimittu Helsingin NMKY:n arvopohjasta. Yläasteikäisten tyttöjen toimintaa kehittäessä on oleellista ottaa huomioon murrosikä, koska se vaikuttaa nuoren ajatteluun ja toimintaan. Tilaajan tavoite opinnäytetyölleni on luoda hyvinvointia kehittävää toimintaa, joten hyvinvointi on isossa roolissa opinnäytetyössäni. Kerhotoiminta on käytännössä ryhmätoimintaa, joten ryhmädynamiikan edistäminen ja ryhmän muodostumisen eri vaiheiden tiedostaminen on tärkeää. Opinnäytetyöni toimintamalli ja kerho koostuvat pitkälti toiminnallisista harjoitteista.

### 4.1 Murrosikä

Ihmisen elämä muodostuu erilaisista elämänvaiheista, joissa ihmisen fysiologia ja psykologia muuttuvat. Nuoruudessa lapsi kasvaa ja kehittyy aikuisuuteen. Nuori kokee tässä elämänvaiheessa mullistuksia, niin ruumiillisia kuin henkisiäkin. Jokainen nuori kehittyy omaan tahtiinsa ja jokaisen kokemat haasteet ovat erilaisia. Tätä ajanjaksoa kutsutaan myös murrosiäksi. Nuoruudessa tunne-elämä taantuu, jolloin se joutuu ristiriitaan älyn kehityksen kanssa. (Aalberg & Siimes 2007, 11.)

Murrosikä kestää kahdesta viiteen vuoteen ja keskittyy yleensä 12-22 ikävuoden väliin. Tällöin myös seksuaalinen ja sukupuolinen kypsyminen alkaa. Fyysinen kasvu ja hormonitoiminnan lisääntyminen murrosiässä vaikuttaa psyykkiseen tasapainoon. Nuoruusiässä tarvitaan sisäisten ja ulkoisten muutosten johdosta psykologista sopeutumista. Nuori rakentaa identiteettiään ja itsenäistyy. Tyttöillä murrosikä alkaa keskimäärin pari vuotta aikaisemmin kuin pojilla. (Aalberg & Siimes 2007, 15–51.) Jokainen nuori on yksilö ja jokaisen kehitys heijastuu arkielämän käytökseen eri tavoin. Nuori saattaa murrosiässä kapinoida ja riidellä, mutta kaikki nuoret eivät näin tee. Käytökseen vaikuttavat monet asiat yksilöstä riippuen, esimerkiksi temperamentti ja elämäkokemukset. (MLL Mannerheimin lastensuojeluliitto 2016.)

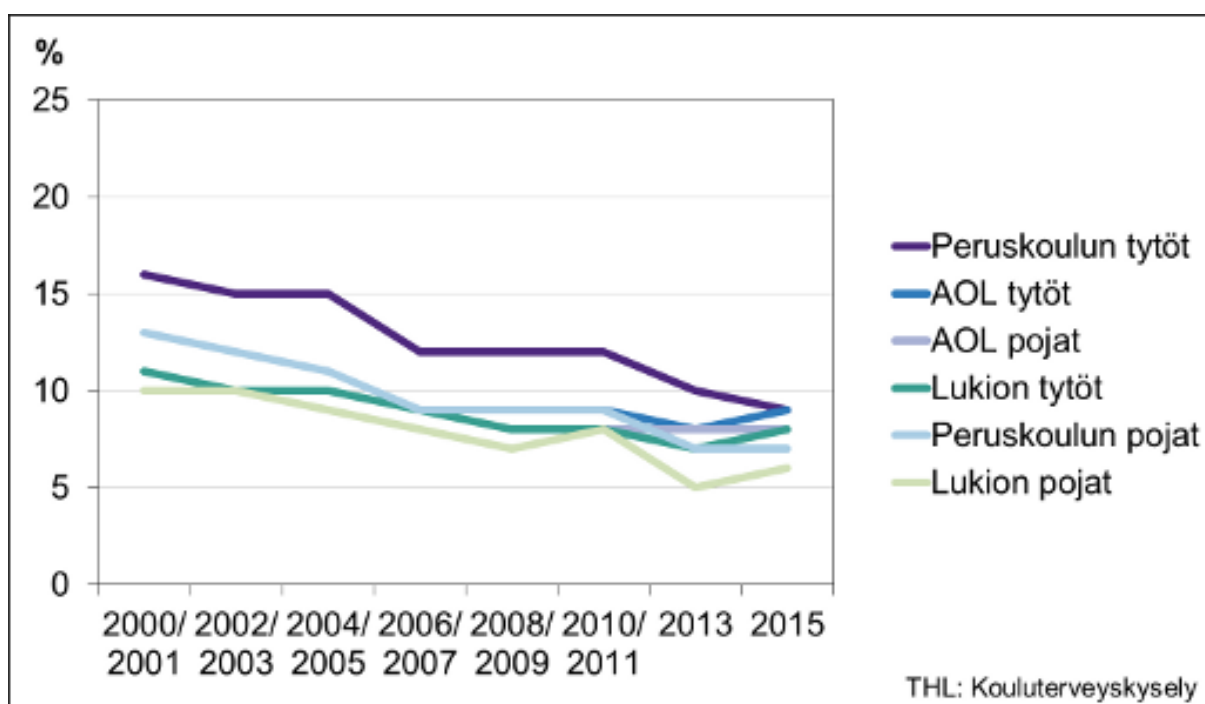
Nuoruus ja murrosikä ovat myös mahdollisuuksien aikaa. Persoonallisuuden rakenteet kehittyvät, muuttuvat ja vakiintuvat. Lapsuusajan toiveet, onnistumiset, epäonnistumiset ja traumat nousevat uudelleen mielen työstettäviksi. Nämä vaikuttavat nuoren kehittymiseen ja lapsuusajan häiriöitä voidaan ratkoa, koska nuori on ominaisuuksiltaan valmiimpi ja pystyy kohtaamaan asiat kehittyneemmällä tavalla. Ikätove-reiden apuun turvautuminen ja nuorisoryhmään kuuluminen ovat myös tärkeitä murrosiän psyykkisen kehityksen osatekijöitä. (Aalberg & Siimes 2007.)

Murrosiässä tytöt kokevat monia fyysisiä muutoksia, esimerkiksi karvoitus ja rinnat alkavat kehittyä sekä pituuskasvu ja kuukautiset alkavat. Pituuskasvupyrähdys on noin kolme vuotta aikaisemmin kuin pojilla. (Aalberg & Siimes 2007, 51–55.) Aikaisempi kehitys voi myös lisätä tyttöjen epävarmuutta poikien keskuudessa. Psykykseen kasvuun liittyen tytöt pyrkivät irtautumaan äidistään ja tunnesuhde voi siirtyä äidistä esimerkiksi naisopettajaan. Tyttöillä muodostuu yleensä tiiviitä ystäväpiirejä ja myöhemmin mukaan tulevat poikaystävät. Nuoruuden rakkaudet ovat tärkeä osa kehitystä ja myös oma seksuaalisuus tulee yhä enemmän tutuksi nuorelle. Tytöt usein piilottavat osan tunteistaan ja kirjoittavat esimerkiksi päiväkirjaa purkaakseen ajatuksiaan. Nuoruudessa tarvitaan vanhempien tukea ja tytöt alkavat sovittaa yhteen naisellisuuden eri puolia. Kehitystä voivat uhata esimerkiksi äitihahmon puute, koulukiusaaminen, sairaudet, pelot ja ahdistuneisuus. (Aalberg & Siimes 2007, 109–113.)

## 4.2 Hyvinvointi

Hyvinvointi koostuu monista osa-alueista. Hyvinvointi voidaan jakaa kolmeen eri näkökulmaan, joita ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi tai elämänlaatu. Kaikilla näillä voi jo yksinään olla suuri merkitys ihmisen hyvinvoinnin kannalta. Hyvinvointia määritellään usein yksilöllisen hyvinvoinnin tai yhteisötason hyvinvoinnin kautta. Yksilölliseen hyvinvointiin kuuluu muun muassa sosiaaliset suhteet, onnellisuus ja itsensä toteuttaminen. Yhteisötason hyvinvointiin taas liittyy esimerkiksi työllisyys, asuinolot ja toimeentulo. Väestöryhmien väliset erot hyvinvoinnissa ovat merkittäviä. Esimerkiksi tuloilla ja ammatilla on yhteys hyvinvointiin ja terveyteen. (Vaarama, Moisio & Karvonen 2010.)

Suomessa pyritään turvaamaan kaikille kansalaisille samanlaiset mahdollisuudet hyvinvointiin ja hyvään elämään. Suomalaisten nuorten hyvinvointia on seurattu muun muassa kouluterveyskyselyillä, joihin ovat vastanneet peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaiset sekä lukion ja ammattikoulun ensimmäisen ja toisen vuosikurs- sin opiskelijat. Kouluterveyskyselyissä 2000-2013 tuli ilmi, että nuorten elinolot ovat kehittyneet pääasiassa positiiviseen suuntaan. Esimerkiksi vanhempiin ja vanhem- muuteen liittyvät asiat ovat kehittyneet usealla osa-alueella, ja yksi näistä kehitys- kohdista on nuoren ja vanhemman välisen kommunikointiongelmien väheneminen (Kuvio 2). Erityisesti valtaosa peruskoulun tytöistä kokevat omista asioista keskuste- lun vanhempien kanssa helpommaksi kuin edellisinä vuosina peruskoulussa olleet tytöt. Nuoret ovat myös yhä enemmän tietoisia vaikuttamismahdollisuuksistaan kou- lussa. Itsensä ilmaisu ja kuulluksi tuleminen koetaan nykyään helpoksi koulumaail- massa. Nuoret kokevat terveydentilansa paremmaksi kuin 2000-luvun alussa. Kui- tenkin ongelmakohtiakin löytyy, esimerkiksi viimeisen kuukauden aikana kyselystä noin 40 prosenttia nuorista tytöistä on tuntenut itsensä usein masentuneeksi, ahdis- tuneeksi tai alakuloiseksi. Erilaisten negatiivisten oireiden kokeminen ei ole vähenty- nyt vuosien aikana. Tyttöjen hyvinvoinnissa huolestuttavaa oli seksuaalisen väkival- tatapausten yleisyys. Peruskoululaisista tytöistä joka viides oli kokenut seksuaalista väkivaltaa. Oireiden ja tapausten ehkäisemiseksi ehkäisevänuorisotyö on tärkeää ja sillä on usein suora vaikutus nuoren hyvinvointiin. Kouluterveyskyselyssä positiivise- na muutoksena näkyi myös alkoholituotteiden ja tupakan vähentynyt käyttö sekä hy- vinvointipalveluiden parempi saatavuus. (Luopa, Kivimäki, Matikka, Vilkki, Jokela, Laukkarinen & Paananen 2014.)



**Kuvio 2. Nuorten osuus, jotka eivät lähes koskaan pysty juttelemaan omista asioista vanhempien kanssa. AOL on lyhenne ammatillisesta oppilaitoksesta. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2016.)**

Nuoruudessa kaikki rakentavat identiteettiään, itsenäistyvät ja psyykinen kasvu on muutenkin voimakasta, tällöin itsetunnon merkitys on suuri hyvinvoinnin kannalta (Aalberg & Siimes 2007). Erityisesti itsetunnon puute voi vaikuttaa kielteisesti hyvinvointiin, kuten esimerkiksi ihmissuhteisiin ja mielenterveyteen. Terveellä itsetunnolla tarkoitetaan itsensä arvostamista ja tunnetta olevansa hyväksytty. Itsetuntoon kuuluu oman elämän arvostamisen lisäksi kyky arvostaa muita ihmisiä. Keskeistä itsetunnossa on minäkuva eli oma näkemys itsestä. Hyvän itsetunnon avulla nuori pystyy tekemään ratkaisuja koskien omaa elämäänsä ja osaa käsitellä vastaantulevia ongelmia sekä pettymyksiä. Hyvä itsetunto auttaa saavuttamaan tavoitteita esimerkiksi opiskelua koskien. Itsetunnon rakentamisen kannalta on tärkeää, että kaikki nuoret kokisivat onnistumisen tunteita. Tämä on hyvä huomioida nuorten kanssa työskennellessä. (Toivakka & Maasola 2011, 15–17.)

Ihmissuhteilla on merkittävä vaikutus nuoren hyvinvointiin. Erityisesti ystävät ja ryhmään kuuluminen ovat tärkeitä elementtejä nuoruudessa. Ryhmä auttaa nuorta yksinäisyyden ja ahdistuksen hallitsemisessa. Ryhmän merkitys on tärkeä identiteetin

rakentamisen ohella myös esimerkiksi tunteiden ilmaisemisessa, vertaistuen saamisissa ja uusien asioiden kokemisessa. (Aalberg & Siimes 2007, 71–72.) Vanhempien tai muun turvallisen aikuisen rooli pysyy tärkeänä nuoren elämässä. Vaikka nuori itsenäistyy ja vanhempien on annettava lisää liikkumatilaa lapselleen, nuoren on hyvä tuntea, että hän saa apua ja tukea tarvittaessa kotoaan. Perheellä on keskeinen vaikutus myös nuoren ihmissuhteisiin. Perheen sisäisten ihmissuhteiden vaikutus heijastuu nuoren kykyyn itsensä toteuttamiseen ja merkittävien ihmissuhteiden luomiseen. (Räsänen, Moilanen, Tamminen & Almqvist 2000, 65–68.)

Arjenhallinnalla on suora yhteys itsenäistymiseen ja hyvinvointiin. Arjenhallintaan kuuluu arjen perusrutiineista selviytyminen, kuten esimerkiksi ruoanlaitto sekä luottamus arkipäivän prosessien hallintaan, myös vaikeuksia kohdatessa (Myllyniemi 2015, 27). Arjenhallintaan kuuluu muun muassa tietämys arjen turvallisuutta ja kodin perustamista koskien. Hallintaan kuuluu ystävyys- ja seurustelusuhteiden ylläpitäminen ja omasta rahataloudestaan selviytyminen. (Kivelä & Lempinen 2010, 59) Arjenhallinta koostuu monista pienistä ja isoista tekijöistä. Edellä mainittuihin hyvinvoinnin osatekijöihin kiinnitän huomiota opinnäytetyön sisältöjä luodessa. Itsetunto, ihmissuhteet ja arjenhallinta ovat tärkeitä teemoja opinnäytetyöni kokonaisuudessa.

### 4.3 Ryhmädynamiikka

Useimmat ihmiset kuuluvat monenlaisiin ryhmämuodostelmiin, joiden tarkka erottelu toisistaan on mahdotonta. Ryhmädynamiikka koostuu näiden ryhmän jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja kommunikaatiosta, joka luo ryhmän sisälle erilaisia jännitteitä ja voimia. Ryhmän käyttäytymistä ei voi päätellä sen yksittäisen jäsenen käytöksen ja kykyjen perusteella. Ryhmän toimintaan vaikuttaa yksilöiden välinen vuorovaikutus ja miten kukin yksilö osallistuu ryhmädynamiikan luomiseen. (Kopakkala 2008.)

Ihmisyjoukko muodostuu ryhmäksi siinä vaiheessa, kun jäsenillä on yhteinen tavoite sekä yksilöt tietävät, ketkä ryhmään kuuluvat ja käytössä on edes jonkin verran vuorovaikutusta tai edes mahdollisuus siihen. Vuorovaikutuksen kautta syntyvä johtajuus

ja muut roolit vaikuttavat suuresti ryhmädynamiikan luonteeseen. Ryhmän jäsenet merkitsevät toisilleen jotain ja yleensä ihminen itse tiedostaa kuuluvansa ryhmään. Tyypillisiä ryhmiä ovat esimerkiksi harrasteryhmät kuten kerhoryhmä tai lapsen kouluuokan vanhemmat. (Kopakkala 2008, 36–37.)

Ryhmädynamiikan luonne vaikuttaa usein vahvasti yksilön kokemukseen. Ryhmässä hauskat kokemukset usein korostuvat, mutta niin myös huonotkin. Ryhmän toimintaan vaikuttaa myös tuntevatko jäsenet jo ennestään toisensa vai eivät. Erilaisissa ryhmissä jäsenillä voi olla erilaiset roolit. Hyvän ryhmädynamiikan rakentaminen on tärkeää, jotta ryhmästä saadaan yhtenäinen ja aktiivinen eikä kukaan tunne oloaan ulkopuoliseksi. (Kopakkala 2008.) Siksi myös opinnäytetyössä keskitytään ensimmäisillä kerhokerroilla varsinkin hyvän ryhmädynamiikan kehittämiseen.

Ryhmän vaiheittaisessa kehittämisessä on yleensä tietyt tyypilliset vaiheet, jotka nousevat esille. Ensimmäisenä on muodostumisvaihe, jolloin ryhmä on vielä hyvin riippuvainen ohjaajasta ja jäsenet vielä hyvin varautuneita ja muodollisia. Roolit, pelisäännöt ja tavoitteet eivät ole vielä selkeitä. Toisena vaiheena on kuohuntavaihe, jolloin ryhmä tuntee toisensa jo paremmin ja ryhmäläiset alkavat tuoda omia mielipiteitään ilmi sekä yksilöt alkavat erottua ryhmästä. Tässä vaiheessa usein tulee konflikteja ja eriäviä kannanottoja. Kolmantena on sopimisvaihe, jossa ryhmäläiset alkavat hyväksyä toistensa roolit ja ryhmähengen muodostaminen alkaa syntyä. Tässä vaiheessa muodostuu yhteenkuuluvuuden tunnetta ja jäsenten välinen erilaisuus hyväksytään. Neljäs vaihe on hyvin toimiva ryhmä, joka on tuottava, tehokas ja luova. Tähän vaiheeseen pyritään. Jokainen kantaa vastuunsa, ja yhteistyö on kohdallaan. Viimeinen vaihe on ryhmän lopettaminen, jolloin ryhmä ei ole enää niin suoristuskeskeinen ja ryhmän toimintaa lakkaa vähitellen. (Kopakkala 2008, 48–51.) Vaiheet tuntemalla pystyy arvioimaan ryhmän kehitystä opinnäytetyössä analyyttisemmin.

Suomi on tasa-arvoinen maa, kuitenkin käytännössä näkee vielä eroja tyttöjen ja poikien kohtelussa ryhmän osallistujina. Tyttöjen yleensä oletetaan olevan kypsempiä ja vastuullisempia nuoria. Tytöt myös jäävät useammin huomiotta esimerkiksi koulussa, koska ovat käytökseltään pääsääntöisesti rauhallisempia kuin pojat. Stereotyyppiisyys helposti vaikuttaa ryhmän toimintaan sekä ohjaajan antamaan palautteeseen. (Ojanen & Mulari & Aaltonen 2011, 91–99.)

#### 4.4 Toiminnallisuus

Toiminnallisella oppimisella tarkoitetaan opetuksen kohteena olevan henkilön osallistumista aktiivisesti toimintaan ja ajatteluun oppimisprosessin aikana. Toiminnallisella oppimisella haetaan yleensä kokonaisvaltaisempaa oppimiskokemusta. Myös kouluissa opetuksen luonne on viime vuosina muuttunut tähän suuntaan. Opettajat eivät enää vain opeta kertoen asioista luokan edessä oppilaiden hiljaa kuunnellessa, vaan oppilaita pyritään saamaan yhä enemmän osalliseksi opetukseen. Toiminnalliset työtavat tuovat mahdollisuuksia edistää nuoren toimintaa, vuorovaikutustaitoja, ilmaisukykyä, kokemuksellisuutta, osallistumista ja aktiivisuutta. Toiminnallisessa oppimisessä voidaan hyödyntää erilaisia positiivisia ärsykeitä, kuten esimerkiksi työympäristön muuttamista, fyysistä toimintaa, vuorovaikutuksellisia suhteita eri toimijoiden kanssa sekä eri aistikanavia ja opiskelutapoja. Toiminnallisen oppimisen kautta nuori saa myös helpommin erilaisia kokemuksia, elämyksiä ja oivalluksia. Onnistumisten ja kokemusten ansiosta nuori voi oppia erilaisia taitoja ja oppia myös itsestään sekä kehittää omaa itsetuntoaan. (Norrena 2016, 13–14.)

Oppiminen on usein nuorelle mielekkäämpää, kun hän pääsee itse etsimään tietoa eri menetelmin sekä soveltamaan tätä tietoa tai taitoa luovasti eteenpäin. Usein toiminnallisissa menetelmissä nuori saa myös itse jonkin verran valtaa päättää omista toimintatavoistaan, jolloin hän pystyy valitsemaan itselle sopivan tavan oppia ja toteuttaa itseään. Nuori saa tällöin myös vastuuta, olla aktiivinen vaikuttaja ja oppia tekemään luovia ratkaisuja. Opittava aihe voidaan sitoa mukaan esimerkiksi liikuntaan, tarinankerrontaan tai peleihin. Toiminnallista oppimista tehdään usein ryhmissä, jolloin nuori oppii myös ryhmätyöskentelyä ja muita projektityöskentelyn ominaisia piirteitä, jotka auttavat arkielämän askareissakin. (Norrena 2016, 14–17.)

Toiminnallisuus mainitaan opetussuunnitelmassakin useaan otteeseen, korostaen lisäksi sen vaikutusta hyvinvointiin ja tasa-arvoon (Opetushallitus 2014, 27–28). Tässä opinnäytetyössä toiminnallinen oppiminen otetaan erityisesti huomioon kerhoker-

tojen sisällöissä. Toiminnallisuus tuo mahdollisuuksia sosiaaliseen vahvistamiseen ja nuorten aktivointiin sekä tätä kautta hyvinvoinnin kehittämiseen.

## 5 MENETELMÄT

Kehittämistyöni tiedonkeruumenetelminä ovat benchmarking, toiminnallinen ryhmähaastattelu sekä osallistuva havainnointi. Opinnäytetyöni edustaa tapaustutkimusta. Tapaustutkimus on sopiva lähestymistapa, koska sen kautta saadaan kokonaisvaltaista ja syvällistä tietoa tämänhetkisestä ilmiöstä (Kananen 2013, 54). Kaikki edellä mainitut menetelmät edistävät kehitystyöni viemistä eteenpäin ja tuovat monipuolisen näkökulman tutkimuskysymyksen tarkasteluun. Tarkoitukseni on luoda nuorten tarpeisiin sopivaa kerhotoimintaa tytöille. Kerhon pitkäaikaisempi tavoite on paikallisten tyttöjen sosiaalinen vahvistaminen. Kehittämistyöhöni kerätään tietoperustaa menetelmien kautta. Kerään tietoa nuorten kokemasta sosiaalisesta vahvistamisesta, heille mielekkäästä toiminnasta ja sen luomisesta.

### 5.1 Benchmarking

Benchmarking on tiedonkeruumenetelmä, jossa vertaillaan toisten vastaavanlaisten organisaatioiden toimintaa ja näitä tietoa heijastaen analysoidaan tai kehitetään oman organisaation toimintaa. Vertailukumppaniksi otetaan yleensä vertailtavassa asiassa kehittyneempi organisaatio, jonka toiminnasta voidaan oppia. Benchmarking auttaa mahdollisesti eräänlaisten esikuvien avulla löytämään oman toiminnan heikkouksia ja kehittämistarpeita, jolloin on helpompi luoda uusi kehitysideoita ja kehitystavoitteita omalle organisaatiolle. (University of Eastern Finland 2016.)

Kehittämistyössäni benchmarking -menetelmää käytettiin vastaavanlaisten tyttökerhotoimintojen selvittämisessä ja toiminnan tarpeen kartoittamisessa, eli onko toiminnalle kysyntää pääkaupunkiseudulla. Tein vertailuni internet-sivujen kautta. Kohteeksi valikoin ne yhdistykset, joiden toimintaan kuuluu yläasteikäisten tyttöjen vapaaajantoiminnan toteuttaminen pääkaupunkiseudulla. Jätin kuitenkin vertailusta pois

vain liikunnallisia tai kulttuurillisia sisältöjä tuottavat yhdistykset. Vertailuni kohteeksi valikoin viisi organisaatiota, jotka olivat Helsingin Nuorisoasiainkeskus, Nicehearts ry, Helsingin Tyttöjentalo-toiminta, Helsingin Nuorten Naisten Kristittyjen Yhdistys sekä Helsingin NMKY:n oma toiminta.

Vertailussani huomioin vain yhdistyksissä syksyllä 2016 tapahtuvan kerhotoiminnan. Erityisesti tarkastelin tyttötoimintaan ja monitoimikerhoihin liittyvää informaatiota, jos organisaatio sitä syksyllä 2016 järjesti. Löysin tytöille tarjottavia vapaa-ajanviettomahdollisuuksia. Tieto auttoi minua näkemään kokonaiskuvan tämänhetkisestä tyttö- ja kerhotoiminnan kokonaisuudesta pääkaupunkiseudulla. Tieto helpotti varmistamaan kerhon toteutuspaikan, koska en halunnut toteuttaa omaa kerhoa siellä, missä vastaavanlaista toimintaa jo on. Tutkimus on validi.

## 5.2 Toiminnallinen ryhmähaastattelu

Haastattelu on laadullinen tiedonkeruumenetelmä, joka on hyvin yleisesti käytetty menetelmä Suomessa. Haastattelu tapahtuu tutkijan aloitteesta ja on hänen johdattamaansa eräänlaista keskustelua. Tavoitteena on selvittää jokin asia tai mielipide haastateltavan näkökulmasta. Haastattelu on vuorovaikutuksellista ja kohderyhmänä voi olla joko yksilö tai ryhmä. Ryhmähaastattelussa haastatellaan useita henkilöitä samanaikaisesti ja tavoitteena on yleensä saada aikaan myös keskustelua haastateltavista asioista. Ryhmähaastattelua voidaan käyttää myös yksilöhaastattelun tukena. Tällöin esimerkiksi yksilöhaastattelut tehdään ensin ja tämän jälkeen kaikki haastateltavat keskustelevat aiheesta haastattelijan johdolla yhdessä ryhmänä. (Eskola & Suoranta 2008.)

Ryhmähaastattelun hyödyiksi saattavat nousta keskustelut, joissa yksi haastateltavista mainitsee jotain, johon toinen haastateltava mahdollisesti haluaa vielä lisätä oman mielipiteensä. Tällöin haastattelun kokonaistuotos on usein laaja-alaisempi sekä erilaisia näkökulmia voi nousta esille. Ryhmähaastatteluissa yleensä vältytään helpommin väärinymmärryksiltä ja usein ryhmässä voi olla helpompaa avata uutta asiaa. Ryhmän tulisi olla suhteellisen homogeeninen ryhmä, jotta keskustelua syntyy. Haastattelussa tulee ottaa huomioon mahdollinen ryhmäpaine ja miten tarvittaessa

laukaista jännitystä. Tavoitteena on vapaa ilmapiiri. Ryhmähaastattelun haasteena ovat yleensä dominoivat persoonat tai asioista keskustelun aloittaminen. (Eskola & Suoranta 2008, 94–98.)

Kehittämistyöni haastattelun toteutin toiminnallisena ryhmähaastatteluna. Yhteen keräsin viisi helsinkiläistä yläasteikäistä kerhon kohderyhmään sopivaa nuorta tyttöä. Nuoria haastattelin heinäkuussa 2016 työharjoitteluni ohella Pellin leirikeskuksesta. Käynnissä oli menossa Harry Potter-teemainen Helsingin NMKY:n leiri. Tytöt valikoituivat leiriläisistä sopivan iän ja asuinpaikan perusteella. Heiltä haastattelin kerhotoiminnan luomisen kannalta tärkeitä mielipiteitä ja tietoa sekä kokemuksia koskien sosiaalista vahvistamista. Nämä kysymykset liittyivät muun muassa nuorten vapaa-aikaan, heidän toiveisiinsa mahdollista kerhoa koskien sekä heidän käyttämiin markkinointi kanaviin. Sosiaalisesta vahvistamisesta keräsin tietoa kysymällä nuorten viimeisimmästä onnistumisen kokemusta, koska hyvän itsetunnon omaavan ja omaan elämänsä tyytyväisen ihmisen osaa yleensä tunnistaa omia onnistumisen kokemuksiaan. Kysymykset ja vastaukset ovat opinnäytetyön lopussa (Liite 1).

Esitin kysymykset nuorille yhtä aikaa ja aluksi he vastasivat kohtiin itsenäisesti muis-tilapulle kirjoittaen. Näin pyrittiin pienentämään ryhmäpaineen määrää. Tämän jälkeen kävimme yhdessä läpi kaikki vastaukset kohta kohdaltaan. Vastauslaput kerättiin aiheittain samaan paikkaan ja ryhmässä keskustelimme kaikista vastauksista. Viimeistä kohtaa ei tarvinnut näyttää kaikille, jos ei halunnut, koska omat tuntemukset voivat olla myös arkaluontoinen asia kerrottavaksi. Haastatteluni tavoitteena oli saada nuorten ääni kuuluviin ja käyttää vastauksia tukena kehittämistyötäni luomisessa sekä poimia mielipiteistä kehittämisideoita. Koin haastatteluni onnistuneeksi, koska menetelmän tavoitteet toteutuivat. Sain monipuolisia nuorten mielipiteitä ja ideoita kehittämistyöhön. Kuitenkin olisin toivonut hieman isompaa otantaa, mutta leirillä ei ollut tällä kertaa enempää kohderyhmään sopivia tyttöjä. Haastattelusta saatuja tuloksia ei voi pienen otannan takia yleistää muihin tutkimuksiin.

### 5.3 Havainnointi

Havainnointi on laadullinen tiedonkeruumenetelmä. Sillä tutkitaan ihmisten toimintaa sekä miten ihmiset käyttäytyvät tietyissä tilanteissa. Havainnointi voidaan toteuttaa monella tavalla. (Vilka 2015, 142–143.) Osallistuvalla havainnoilla tarkoitetaan tiedonkeruutapaa, jossa tutkija osallistuu tarkkailemansa ryhmän toimintaan. Välillä tutkija osallistuu kenttätilanteisiin ja joskus taas seuraa sivummalta. Usein havainnointi on sekoitus molempia edellä mainittuja. (Eskola & Suoranta 2008, 98–99.) Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana vuorovaikutuksessa, mutta yrittää mahdollisimman vähän vaikuttamaan tapahtumien kulkuun (Grönfors 2001, 131).

Kehittämistyötäni varten tein havainnointia NMKY:n omissa kerhoissa Helsingin keskustassa ja leireillä Pellin leirikeskuksessa Karjalohjalla sekä Puistolan peruskoulun nuorisotilalla Helsingissä pariin kertaan. Helsingin NMKY:n havainnoitavat kerhot olivat suunnattu 1-3.luokkalaisille lapsille. Havainnointini kerhoissa toteutui jo toukokuun 2016 aikana. Kerhoissa oli esimerkiksi liikuntaleikkejä, turnauksia ja askartelua. Leireillä kohderyhmänä olivat 7-15-vuotiaat lapset ja nuoret, mukana oli myös vanhempia nuoria innostajina. Leirit olivat seikkailu- ja Harry Potter-teemaisia, joissa oli ohjelmaa aamusta pitkälle iltaan asti. Havainnointini toteutin kesä- ja heinäkuun leireillä. Havainnoinnin tein pari kertaa nuorten vapaa-ajalla ja pari kertaa heille ohjatun ohjelman ohella. Valitsin aina ryhmän, jossa oli mahdollisimman paljon yläasteikäisiä tyttöjä. Havainnoin leireillä seitsemää opinnäytetyöni kohderyhmään sopivaa tyttöä. Leireillä kohderyhmää ei ollut paljon. Puistolan nuorisotilalla havainnointini tapahtuivat samoissa tiloissa, jossa kerho myöhemmin aloitettiin. Havainnoinnin tein syyskuun lopussa ja lokakuun alussa. Nuorisotilalla havainnoin kolme kertaa ja yhteensä noin 23 eri yläasteikäistä tyttöä. Tytöt valikoituivat ryhmästä kerhon kohderyhmään sopivan iän takia. He olivat saapuneet nuorisotilalle havainnointi-iltoina.

Kerhotoiminnan havainnoinnin tarkoituksena oli Helsingin NMKY:n kerhotoimintaan tutustuminen. Kerhoissa havainnoin vain sivusta seuraten. Leireillä ja nuorisotilalla havainnointi oli täsmällisempää, koska kohderyhmästä löytyi samaa ikäluokkaa kuin kehitystyön kohderyhmästä. Käytin nuorisotilalla ja leireillä osallistuvaa havainnointia eli olin mukana nuorten pelaamisissa peleissä ja keskusteluissa. Havainnoidessa pyrin olemaan vaikuttamatta tapahtumien ja keskustelujen kulkuun.

Kohderyhmän eli yläasteikäisten tyttöjen havainnoinnin otos oli yhteensä noin 30 tyttöä. Kehitystyöni kerhoa ja toimintamallia varten tein yksinkertaisen havainnointikaavion, johon pystyin kirjaamaan toiminnan jälkeen ylös esiin nousseita seikkoja (Kuvio 3). Tavoitteenani oli selvittää kaavion avulla, mitä nuoret yleensä tekevät nuorisotilassa tai leirillä, jos heillä ei ole ohjattua toimintaa ja pysyvätkö nuoret aina samoissa ryhmissä, sekä osallistuvatko nuoret aktiivisesti ohjattuun toimintaan sitä järjestettäessä. Nuorisotilalla havainnoin myös, kuinka suuri osa kävijöistä on tyttöjä ja mahdollisia potentiaalisia osallistujia kerhoa ajatellen. Tavoitteena on saada menetelmästä saadun tiedon avulla kerho vastaamaan nuorten tarpeita sekä tehdä Puistolän alueen tytöille mielekästä vapaa-ajantoimintaa.

Mitä nuoret tekevät vapaa-ajalla?	Osallistuvatko nuoret toimintaan?
Miten nuoret ovat ryhmissä?	Kuinka suuri osa kävijöistä on tyttöjä?

**Kuvio 3. Havainnointikaavio**

Havainnointi oli mielestäni onnistunut varsinkin nuorisotilalla. Kerhoissa kohderyhmä ei ollut opinnäytetyöni kehittämisen kannalta sopivaa. Leireillä kohderyhmää oli toivottua vähemmän. Sain kuitenkin paljon havainnointimateriaalia tärkeimmästä havainnointikohteesta eli Puistolän nuorisotilalta. Koin saavani kaikkiin havainnointikaavion kohtiin monipuolisesti vastauksia.

## 6 ANALYSOINTI JA TULOKSET

Kehittämistyöni analysoinnin toteutin aineistonkeruumenetelmien kautta. Benchmarkingin menetelmäni tavoitteena oli selvittää kerhotoiminnan kysynnän tarve Puistolan alueella. Haastatteluni tavoitteena oli nuorten kokonaiskuvan kerääminen vapaa-ajan vietosta, kerhoon osallistumisesta, markkinointikanavista ja onnistumisen kokemuksista. Havainnointini tavoite oli selvittää nuorten aktiivisuutta osallistua toimintaan ja tarkastella heidän vapaa-ajan viettotapojaan eri ympäristöissä sekä tarkkailla ryhmässä toimimista ja tyttöjen osuutta toimintojen kokonaiskävijämäärästä. Menetelmien tavoitteet eroavat sen verran näkökulmaltaan toisistaan, että tarkastelen ensin erikseen eri aineistoja, jotta saisin kattavimmat tulokset ja analysoinnin. Analysointimenetelmänä käytän teemoittelua. Teemoittelu on analysointimenetelmä, jossa muodostetaan teemoja ja ryhmitellään ne yksityiskohtaisempaa tarkastelua varten (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

### 6.1 Nuorten harrastusmahdollisuudet pääkaupunkiseudulla rajalliset

Kerhotoiminta on mahdollinen kasvatuksen kenttä. Toimintaa voivat järjestää monet eri tahot ja kerhoilla voi myös olla hyvin erilaisia tavoitteita. Kerhotoiminta on osa nuorisotyötä. (Komonen & Suurpää & Söderlund 2012.) Benchmarkingissa mukana ovat pääkaupunkiseudun opinnäytetyöni kannalta aiheellisesti merkittävimmät organisaatiot, jotka järjestävät nuorille vapaa-ajan tyttötoimintaa, kerhoja ja kursseja pääkaupunkiseudulle syksyllä 2016. Vertailussa ei oteta huomioon organisaatioita, jotka järjestävät vain liikunnallista tai kulttuurillista toimintaa. Jonkin verran kerhotoimintaa eri organisaatioissa on myös yläasteikäisille, mutta yleisesti suurin osa toiminnasta kohdistuu ala-asteikäisiin. Nuorille kerhotoimintaa on suhteellisen vähän ja tyttötoimintaa vielä vähemmän, jolloin kaikilla alueilla ei välttämättä ole tarjota tälle ikäluokalle kerhotoimintaa. Tämä tuo tukea aiemmalle pohdinnalleni yläasteikäisten kerhojen vähyydestä.

Monipuolisimmat harrastusmahdollisuudet pääkaupunkiseudun nuorille ovat liikunnan saralla. Helsingissä on myös monia liikunta- ja urheiluseuroja järjestämässä toimin-

taa. Kerhojen yleisin teema myös on liikunta, mutta muitakin löytyy, esimerkiksi taiteeseen, kokkaamiseen ja mediaan liittyviä. Puistolan alueelta en kuitenkaan löytänyt yhtään kerhoa, jonka toiminta olisi suunnattu erityisesti yläasteikäisille tytöille 2016 syksynä. Pidemmät välimatkat voivat estää kenen tahansa nuoren osallistumista vapaa-ajan toimintaan.

Benchmarking toi esille, että Puistolan alueella on tarvetta yläasteikäisten nuorten kerhotoiminnalle, koska ohjattua toimintaa ei juurikaan ole liikunnan lisäksi. Pääkaupunkiseudulla on kehittämisen varaa erityisesti tyttötoiminnan näkökulmassa. Tyttötoimintaa yläasteikäisille ei löytynyt moneltakaan alueelta. Tulokset vahvistivat kehitystyöni kulkusuunnan ja varmistivat opinnäytetyöni aiheen toteutuksen kannattavuuden. Vertailussa en kuitenkaan saanut kerhotoiminnan sisältöön uusia aiheideoita.

## 6.2 Positiivinen ilmapiiri ja nykyaikaisuus tärkeää kerhotoiminnassa

Tietoperustassani korostui sosiaalisten suhteiden vaikutus nuoruuteen. Kavereilla ja ryhmään kuulumisella on iso merkitys tässä kehitysvaiheessa (Aalberg & Siimes 2007, 71–72). Suhteiden merkitys kävi ilmi myös haastatteluni ja havainnointini tuloksissa. Kaikki mainitsivat haastattelussani useaan kertaan kavereiden merkityksen. Haastatteluni ja havainnointini perusteella kaverit vaikuttavat paljolti siihen, osallistuvatko haastateltavat ja havainnoitavat johonkin toimintaan vai eivät. Osa nuorista kuitenkin ajatteli voitavansa mennä yksinkin kokeilemaan uutta ryhmäharrastusta, mutta uusien kavereiden puute saattaisi estää pidempiaikaisen osallistumisen. Nuoret kokiivat myös kiinnostuvansa uudesta kerhosta tai muusta tapahtumasta helpommin, jos kuulisivat kaverinkin osallistuvan toimintaan. Nuoret kokevat tarvetta samaistua kavereihinsa, jolloin käytös myös muuttuu samansuuntaiseksi (Salmivalli 2005, 138–139).

Haastattelussani osallistumista rajoittavaksi tekijäksi kavereiden ja käytännönseikkojen lisäksi nousi ilmapiiri, johon myös ohjaajalla oli suuri merkitys. Yhteisessä haastattelussani nuoret vielä painottivat rennon ilmapiirin ja hyvän ryhmädynamiikan tärkeyttä vapaa-ajan harrastuksissa. Ryhmädynamiikan toimivuus vaikuttaa merkittävästi yksilön kokemukseen (Kopakkala 2008). Hyvä ilmapiiri ja ryhmädynamiikka tarkoittivat nuorille sitä, että ketään ei kiusata, löytyy kavereita, ohjaaja on mukava ja

aikataulussa on liikkumavaraa. Nuorille oli tärkeää, ettei kerho olisi liian sitova ja jäisi aikaa oleskeluun ohjelman ohessa. Nuoriso-ohjaajien toiminnasta tuli monipuolisia mielipiteitä, ohjaajan roolilla voi olla iso positiivinen tai negatiivinen vaikutus nuoren kokemukseen. Ohjaajan on tärkeä olla turvallinen ja rento aikuinen, jolle nuori pystyy vapaasti keskustelemaan arjen asioista.

Sosiaalisen median käyttö puhututti myös nuoria haastatteluni aikana. Haastateltavat nuoret sanoivat viettävänsä vapaa-aikaa jonkin verran sosiaalisessa mediassa. Sosiaalinen media nousi yhdeksi tärkeimmäksi markkinointikanavaksi läheisten ihmisten ja koulun ohella. Sosiaalisen median hyödyntäminen ehkäisevässä nuorisotyössä on nykypäivänä oleellista huomioida. Sosiaalisella medialla iso rooli myös silloin, kun nuoret oleskelevat nuorisotilalla (Marttala 2016). Iältään 13-16 -vuotiaista nuorista 74 prosenttia oli tuottanut sisältöä nettiin viimeisen kahden viikon aikana vuonna 2012 järjestetyn seurantatutkimuksen mukaan (Kurio & Nuorten Akatemia 2012).

Kerhon sisällön aiheista haastateltaessa, yksittäiseksi esiinnoukseksi teema-aihealueeksi nousi kokkaus. Pohdintaa syntyi vapaa-ajan tärkeyden lisäksi ohjelman vaihtelevuus, joka vastasi pitkälle myös ennalta suunniteltua kehittämisideaa. Monitoimikerho -konsepti kuulosti heistä positiiviselta idealta. Nuoret kokivat vaihtelevuuden pitävän kiinnostusta yllä. Vaihtelevan ohjelman sisälle on monipuolisemmat mahdollisuudet rakentaa sosiaaliseen vahvistamiseen liittyvää sisältöä. Vaihtelevuus tuo myös todennäköisemmin onnistumisen tuntemuksia useammalle yksilölle ja mahdollistaa kerhon joustavuutta kohderyhmän osallistumisessa.

Viimeisenä haastatteluteemanani oli onnistuminen ja kysymyksessä haettiin viimeistä omaa onnistumisen kokemusta. Onnistumisen kokemus sai olla, mikä tahansa kokemus, joka oli tuonut nuorelle onnistumisen tunteen elämässään. Tämä osoittautui nuorille erittäin hankalaksi ja kesti kauan ennen kuin kukaan sai mitään kirjoitettua paperille esimerkkienkään jälkeen. Ainoat onnistumisen kokemukset, jotka nuoret saivat keksittyä, liittyivät kouluun ja arvosanoihin. Tätä sopii pohtia, miksi nuori ei tunnista omia voimavarojaan ja onnistumisiaan. Johtuuko se nuorten psyykkisestä kehitysvaiheesta, suomalaisuudesta vai itsetunnonpuutteesta, vastaus ei varmasti ole yksioikoinen. Itsetunnon puutteeseen ja murrosiässä identiteetin etsimiseen liittyviin hankaluuksiin, pyritään kuitenkin vaikuttamaa positiivisesti ehkäisevän nuoriso-

työn kautta sosiaalisen vahvistamisen keinoin. Jokainen nuori tarvitsee onnistumisen kokemuksia siitä, että on hyvä ja pärjää (Häkli, Kallio & Korkimäki 2015, 131).

Ryhmähaastatteluni toi opinnäytetyöhöni monipuolisia ideoita. Kerhossani ja toimintamallissani otettiin huomioon tyttöjen toiveita, kuten esimerkiksi kerhon sisällöstä tehtiin joustava ja vaihteleva sekä yhdeksi teemaksi otettiin mukaan kokkaus. Sosiaalista mediaa hyödynsin myös toimintamallini harjoitteissa, sillä se on hyvä ja nykyaikainen oppimisen apuväline. Tarkoitukseni on toimintamallini ja kerhoni kautta tuoda kaikille osallistujille onnistumiskokemuksia sekä luoda toimiva ilmapiiri, jossa kukaan ei tunne oloaan yksinäiseksi. Haastattelustani tuli siis monenlaisia kehitysideoita, joita toteutin opinnäytetyöni konkreettisesti toteutuksessa.

### 6.3 Nuoret aktiivisia nuorisotilojen ja leirien asiakkaita

Puistolän peruskoulun nuorisotilalla käy aktiivisesti nuoria, vaikka tila on uusi. Perinteisillä nuorisotiloilla yleisesti koetaan kävijämäärien laskevan, muun muassa sosiaalisen median takia (Marttala 2016). Puistolassa kävijämäärä vaihteli havainnointieni perusteella iltaisin noin kahdestakymmenestä kuuteenkymmeneen eri nuoreen. Hiihtäjäiltoina saattoi olla vain kaksikymmentä nuorta, mutta useimmiten kävijöitä oli selvästi enemmän. Alkuillat olivat yleisesti ottaen rauhallisempia. Nuorista noin 25-35 prosenttia oli tyttöjä. Tyttöjä oli siis parhaimmillaan iltaisin noin kaksikymmentä. Tämä havaintoni vahvistaa yhä enemmän jo lähtökohtana ollutta hypoteesia sekä tietopohjaa siitä, että nuorisotiloissa käy yleensä enemmän poikia. Nuortentilat koetaan käytännössä enemmän poikien jutuksi (Hoikkala & Sell 2007, 531–532).

Havainnointini tapahtuivat käytännössä nuorten kanssa pelaillessa erilaisia pelejä. Osallistuvat havainnoinnin tapahtuivat NMKY:n kerhoissa, Pellin leirikeskuksessa ja Puistolän nuorisotilalla. Havainnoinnin analysoinnissa keskityn lähinnä leirikeskuksen ja nuorisotilan havainnoiteihin, koska kerhoissa havainnointiryhmä oli liian nuorta opinnäytetyöni kohderyhmän kannalta.

Suurimmaksi osaksi nuoret toimivat Puistolän nuorisotilalla havainnointini aikana hyvin aktiivisesti ja olivat mukana musiikin soitossa sekä erilaisissa peleissä. Nuoret

usein myös oma-aloitteisesti pyysivät ohjaajia mukaan peleihin. Pidempijaksoinen toiminta usein rajoitti nuorten innostuneisuutta. Leireillä ohjaajien oli helpompi saada nuoret mukaan ohjattuun toimintaan, osaksi varmaan siksi, että nuoret tiesivät jo leirille tullessaan siellä olevan ohjelmaa ja olivat valmiita sitoutumaan siihen. Vapaaehtoiseen toimintaan nuorten oli helpompi lähteä, jos ohjaaja oli jo ennestään tuttu. Nuorisotyöntekijän ja nuoren välinen syvempi vuorovaikutus vaatii luottamusta Hoikkala & Sell 2007, 388).



Kuva 1. Leiriläiset suorittavat ohjaajan antamaa tehtävää Pellin leirikeskuksesta.

Spatscheckin mukaan sosiaaliset tilat kuten nuorisotilat ovat suhdeverkostoja, jonka kokonaisuus muodostuu yksilöiden välisistä vuorovaikutuksista (Siurala, Coussée, Suurpää, & Williamson 2016). Puistolannuorisotilalla nuoret olivat useimmiten jakaantuneet omiin kaveriporukoihinsa. Jonkin verran sekoittumista tapahtui saman koulun vuosikurssilaisten kesken. Tytöt olivat lähes aina samassa porukassa poikien kanssa, joten sukupuolten erottelu ei ollut yksinkertaista. Syrjimisestä ei nuorten keskuudessa ollut havaittavissa.

Havainnoinnin tuloksista otin huomioita opinnäytetyöni toteuttamista varten. Pyrin tuomaan tytöille erilaisia vapaa-ajanviettomahdollisuuksia, joita he eivät normaalisti jo ennestään tehneet. Kuitenkaan en halunnut kerhotoiminnan olevan liian hankalasti tavoitettavaa. Tulokset auttoivat minua olemaan kärsivällinen ja luottamaan omaan suunnitelmaani, vaikka nuoret eivät heti lähtisikään mukaan toimintaan. Sillä toiminnan onnistuminen usein vaati nuorilta ensin aiheeseen tutustumista sivulta tarkkailen. Havainnoinnissa näin nuorilla olevia rooleja ja heidän käyttäytymistään ryhmäjäsenenä, joka helpotti kerhon ryhmädynamiikan rakentamisessa. Sain nuorisotilalta myös käsitystä, kuinka monta osallistujaa kerhoon mahdollisesti tulee ensimmäisillä kerroilla, joka helpotti suunnittelutyötä.

## 7 OPINNÄYTETYÖN KONKREETTISEN TUOTOKSEN PERUSTA

Opinnäytetyön konkreettisiin tuotoksiin kuuluu kerhon aloittaminen sekä toimintamallin luominen kerhon sisällöstä. Kerhon aloittamisella tarkoitetaan tyttökerhon perustamista ja muutaman ensimmäisen kerhokerran ohjausta Puistolán peruskoulussa. Toiminnallisessa mallissa luon valmiin tuntisuunnitelmarungon kuudeksi eri kerhokerraksi, joita Helsingin NMKY:n ohjaajat pystyvät mahdollisesti hyödyntämään myös tulevilla kerhokausilla.

### 7.1 Kerho

Opinnäytetyön monitoimikerhoa tytöille aloitettiin luomaan tiedonkeruumenetelmieni tulosten pohjalta. Tiedonkeruumenetelmieni toteutuksen ohella oli saatu jo jonkin verran markkinointia aikaan. Markkinointivastuuta kanssani jakoi Helsingin NMKY työelämäohjaajani. Itse vastasin markkinoinnista nuorisotilakäynneilläni havainnointitilanteisiin liittyen ja tein mainoksen, jonka Helsingin NMKY lähetti eteenpäin Puistolán koululle. Mainos laitettiin Wilma hallinto-ohjelman kautta vanhemmille ja opiskelijoille tiedoksi. Mainoksessa pyrin informatiiviseen ja huomiota herättävään kokonaisuuteen.

#monitoimikerho

#girlpower

## Tyttökerho, 6-9lk.

- Torstaisin, klo 17.00-19.00.
- Puistolán peruskoulun oppilaskunnan tiloissa.
- Monipuolista ohjelmaa, rennolla meiningillä! Tule mukaan!
- Ohjaajana Anniina Seikola.
- Ilmoittautuminen viestillä numeroon: 0505123865. Laita mukaan nimesi ja ikäsi.

Kerhoon osallistuminen on ilmaista. Viimeisellä kerralla on hupailuretki.

Merkitystä elämään.  
HNMKY.fi

Helsinki  
NMKY

Kuva 1. Opinnäytetyön monitoimikerhon mainos.

Opinnäytetyöni monitoimikerho aloitettiin uudessa nuorisotilassa Puistolán peruskoulun yhteydessä, jossa on myös muuta nuorisotilatoimintaa. Kerhotilana toimi Puistolán koulun uuden nuorisotilan yhteydessä olevat tilat. Tarkempi paikka valikoitui kerhokerran sisällön mukaan, käytimme muun muassa kotitalousluokkaa, auditoriota tai koulun kirjastoa. Tilankäyttömahdollisuudet olivat monipuoliset, ainoastaan liikuntasali oli varattu kyseisillä keroilla eli se hieman rajoitti liikunnallisen ohjelman mukaan tuomista. Käytössä oli myös nuorisotilalle tarkoitettuja pelejä sekä internetyhteys.

Toiminnan tukena oli myös Helsingin NMKY:n henkilöstön työryhmä, joka työskenteli Puistolán uudella nuorisotilalla. Nuorisotilalla oli aina vähintään kaksi muuta ohjaajaa, joista yksi oli yleensä enemmän mukana kerhotoiminnan organisoinnissa. Tämän lisäksi nuorisotila työryhmään kuului usein pari harjoittelijaa, joten heidän toimintaansa ja ammatillista osaamista hyödynnettiin kerhotoiminnassa. Tiivis vertaistukiverkosto auttoi ongelmakohtien ratkaisemisessa.

Aluksi toiminta oli tarkoitus aloittaa heti uuden nuorisotilan avattua syyskuun alussa. Tilán avaaminen kuitenkin hieman viivästyi ja tilalle oli muutakin käyttöä muun muassa vanhempainiltoja. Kerhon aloittaminen lykkääntyi lokakuun puolelle vastoinkäymisestä johtuen. Kerhon alkamisajankohdan siirtymisen takia ja tästä johtuvan supistu-

neiden aloituskertojen määrän johdosta, kävin toisen ohjaajan kanssa pitämässä myös pari pilotointi- eli kokeilukertaa Puistolän nuorisotilalla. Pilotoinnit pidettiin heti lokakuun alussa. Näitä kertoja ei erikseen oltu markkinoitu, mutta näillä kerroilla markkinoitiin aina varsinaista kerhokertaa. Pilotoinneilla pelattiin muun muassa lautapelejä nuorten kanssa keskustelun ohella. Samalla nuoret oppivat tuntemaan tulevan kerhonojaajat paremmin, joten osallistuminen jatkossa kerhontoimintaan voisi olla heille helpompaa. Pilotoinneissa kohderyhmää oli suppeasti paikalla, vaikka se toteutettiin samalla nuorisotilalla, kuitenkin maanantait osoittautuivat hieman rauhallisimmiksi illoiksi. Ensimmäisellä pilotointikerralla oli paikalla neljä tyttöä ja toisella seisemän. En kuitenkaan koe pilotoinnin olleen epäonnistunut, koska suurin osa pilotoinnissa mukana olleista tytöistä osallistui myös kerhoon.

Kerhon aloittaminen olisi saattanut olla helpompaa vanhassa nuorisotilassa, jossa toiminta on jo vakiintunutta. Halusimme kuitenkin tuoda kerhon uuteen tilaan, koska muita toimintoja siellä ei vielä ollut alkaneen nuorisotilatoiminnan lisäksi. Tarkoituksena oli saada kerhotoiminta käyntiin uudessa tilassa. Kerhokertoja tuli loppujen lopuksi kolme varsinaista kerhokertaa kahden pilotointikerran lisäksi.

Kerhokerrat olivat torstaisin lokakuun kolmella ensimmäisellä viikolla 2016. Kerho järjestettiin kello viidestä seitsemään illalla. Kerhoon varattiin kaksi tuntia aikaa, mutta koko kerhoaikaa ei käytännössä käytetty aktiiviseen toimintaan, koska nuoret kaipaivat kyselyjen perusteella myös aikaa oleiluun toistensa kanssa sekä keskustelemiseen ja suurin osa nuorista ei vielä ehtinyt saapua heti viideksi paikalle. Yleensä kerhoissa oli yksi pääteema kuten esimerkiksi leipominen tai lautapelit sekä tämän lisäksi piiloteema koskien esimerkiksi ryhmädynamiikkaa. Kerhon sosiaalinen vahvistaminen teema jäi lähinnä tutustumisen, vuorovaikutustaitojen ja ryhmätyöskentelyn kehitystasolle, koska kerhokertoja ei ollut montaa ja viimeisellä viikolla oli syysloma, joka vaikutti osallistujien määrään. Kerho aloitettiin aina kuulumisten kyselyllä ja jutustelulla. Paikallisille tytöille tarjottiin uusi vapaa-ajanviettotapa turvallisessa ympäristössä.

Haasteeksi ja mahdollisuudeksi kerhojen alkaessa muodostui muun nuorisotilan välitön läheisyys. Uusi nuorisotila auttoi samaan kohderyhmän nuoria paikan päälle ja sitä kautta innostumaan toiminnasta. Toisaalta pojat halusivat myös osallistua osaksi

toimintaan, joka loi haasteita. Vaikka menimme aina erilliseen tilaan kerhotoiminnan ajaksi, pojat usein tulivat seuraamaan toimintaa. Tämän seurauksena laitettiin ovi kiinni, mutta se taas esti myöhemmin tulleita tyttöjä pääsemään mukaan vaivattomasti. Se toi jonkin verran katkoja toimintaan ja vaikutti hieman tyttöjen haluun heittäytyä kunnolla mukaan. Tytöt olivat hyvin mukana esimerkiksi kokkauksessa, mutta toiminnassa, missä oli vaarana näyttää hassulta, he hieman jarruttelivat vilkuillen ovelle. Muiden ohjaajien paikallaolo kuitenkin helpotti tilannetta, vaikka ovi oli lukossa, tällöin toiset ohjaajat pystyivät neuvomaan ja päästämään myöhemmin tulleita tyttöjä paikalle.

Kerhon sisältö koostui nuorten antamista ideoista sekä sosiaalisen vahvistamisen työkalumenetelmistä. Ensimmäisellä kerhokerralla teema oli leipominen. Tavoitteena oli myös toisiin tutustuminen ja ryhmädynamiikan rakentaminen. Alkujen aluksi aiheen piti olla askartelua, mutta nuorilta oli tullut palautetta sen kiinnostamattomuudesta pilotoinnin aikana. Ensimmäisellä varsinaisella kerhokerralla nuoria oli vaikea saada toimintaan mukaan. Kuitenkin saimme kaksi myös aiemmassa pilotointi ohjelmassa mukana ollutta tyttöä innostumaan toiminnasta. Aloitimme leipomaan mokkapaloja sekä keskustelemaan ja kuuntelemaan musiikkia. Samalla muitakin innostuneita tyttöjä alkoi pikkuhiljaa tulla lisää paikalle. Loppujen lopuksi 15 yläasteikäistä tyttöä osallistui ohjelmaan, jotkut enemmän ja osa vähemmän. Saimme kuitenkin hyviä keskusteluja nuorten kanssa aikaiseksi. Leipomisen jälkeen kaikki osallistuneet saivat herkutella kerhon tuotoksilla ja samalla heiltä kyseltiin hieman ideoita jatkoa varten. Tytöt halusivat lisää leivontaa ja myös leffailta kuulosti heistä mielenkiintoiselta idealta. Kerho lopetettiin jakamalla jäljellä olevat mokkapalat muiden nuorisotilan nuorten kanssa, joita oli osallistujien lisäksi yli kolmekymmentä.

Toisella kerhokerralla oli toivottu leffailta. Ensin harjoittelimme hieman ryhmätyöskentelyä ja heittäytymistä toiminnallisilla menetelmillä. Näistä harjoitelluista enemmän toimintamalli osuudessa. Aktiivisen toiminnan jälkeen tytöt pääsivät rentoutumaan leffan ja popcornin pariin auditoriossa. Leffa äänestettiin ohjaajan antamista vaihtoehdoista, mutta loppujen lopuksi päätös jäi ohjaajalle, koska nuoret eivät päässeet lopputulokseen asti. Päätös kuitenkin kelpasi nuorille. Leffaa sai tulla katsomaan myös nuorisotilan pojat, mutta muu toiminta oli vain tytöille. Tyttöjä oli paikalla kymmenen kappaletta, osa oli samoja kuin edellisellä kerralla ja osa uusia.

Kolmas kerhokerta osui syyslomallemme ja tiedossa oli jo etukäteen, ettei nuoria tule yhtä paljon paikalle, koska todella moni oli ilmoittanut jo aiemmin lähtevänsä matkalle perheen kanssa. Ohjelma oli siis tälle kerralle hieman yksinkertaisempi ja tavoitteena oli hauskanpito. Teimme pitsaa porukalla ja paikalla olleet tytöt osallistuivat toimintaan hyvin innokkaasti. Pitsojen tekoon osallistui seitsemän tyttöä nuorisotilan kymmenestä. Eli osallistumisprosentti pysyi kuitenkin korkealla nuorten vähäisestä määrästä huolimatta.

Vaikka osallistujien määrä laski kerhosta toiseen, en usko kuitenkaan innostuksen laskeneen nuorten keskuudessa, päinvastoin. Osallistujamäärän laskeminen johtui pikemminkin ajankohdasta. Nuorten osallistumismäärään vaikuttavat suuresti koeviikot ja lomat. Nuoret olivat kuitenkin olleet toiminnasta hyvällä asenteella mukana ja suurin osa kävijöistä kävi ainakin ensimmäisen kerran jälkeen uudestaan toisella tai kolmannella kerralla. Nuoret myös kyselivät jo seuraavan viikon ohjelmasta aktiivisesti.

Helsingin NMKY:n on tarkoitus jatkaa toimintaa tulevaisuudessa. Toiminnan jatkuminen saattaa näkyä Puistolän alueen tyttöjen sosiaalisessa vahvistamisessa, jolla voi olla vaikutusta muun muassa nuorten aktiivisuuden lisääntymiseen. Toimintaan on hyvä saada lisää ulottuvuuksia ja vaihtelua ohjelmaan, kun kerhotoiminta alkaa olla vakiintunutta.

## 7.2 Toimintamalli

Toinen konkreettinen tavoite oli kuuden kerhokerran toimintamallin luominen tyttöjen monitoimikerhoa varten (Liite 2). Toimintamalliani on tarkoitus hyödyntää ohjaajien keskuudessa. Toimintamallini toimii tukena kerhon jatkamisessa sekä aloittamisessa mahdollisesti ensi syksynä uudelleen. Mallini koostuu kuudesta eri tuntisuunnitelmasta. Toimintamallissani on suunniteltuna kuusi kahden tunnin kerhokertaa. Jokaisessa tuntisuunnitelmassa löytyy ohjelmaa kahden tunnin ajaksi, mutta kaikkea ei tarvitse toteuttaa yhdellä kertaa. Tarkoitukseni on kuitenkin, että ohjaaja tekee ohjelmasta myös itsensä näköisen ja poimii ohjelmasta hänen mielestään sopivaa sisältöä sekä

antaa aikaa myös vapaaseen keskusteluun. Tuntisuunnitelmistani pystyy myös poimimaan mahdollisesti uusia ideoita ja toiminnallisia menetelmiä nuorisotyön tueksi.

Toimintamallissani kerrotaan kerhokerran tavoite ja siihen suunniteltu sisältö. Kaikki yleistavoitteet liittyvät jollakin tavalla sosiaaliseen vahvistamiseen ja siihen liittyviin teemoihin, kuten esimerkiksi itsetuntoon ja arjenhallintaan. Kaikki toiminta ei suinkaan ole sidottu tavoitteeseen, koska se olisi pidemmän päälle liian raskasta nuorilla. Tarkoitukseni on, että jokaisella kerralla on jotain tavoitetta tukevaa ohjelmaa ja sen lisäksi hauskaa yhdessä toimimista. Ajatukseni on antaa nuorille mieluisa vapaa-ajanviettomahdollisuus. Ohjelma ei saa tuntua liian haastavalta tai stressaavalta. Positiiviset kokemukset ja onnistumiset ovat tärkeitä voimavaroja kaikkien elämässä. Tämänlaiset kokemukset tukevat usein myös yksilön sosiaalista vahvistamista.

Kunkin toimintamallini tuntisuunnitelma kokonaisuus on jaettu neljään eri sarakkeeseen, jotka ovat harjoite, väline, aika ja huomiot. Harjoite sarakkeissa lukevat eri harjoitteet ja tarvittaessa pelien sekä menetelmien yksinkertaiset toteutusohjeet. Seuraavana ovat välineet, jossa informoidaan ohjaajalle, mitä välineitä hänellä tulee olla mukana kerhon toteuttamista varten. Suurin osa välineistö on sellaisia, mitä nuorisotyötä tekevilla yhdistyksillä on jo valmiiksi. Aikamääreet toimintamallissa ovat vain ohjaajaa varten ja antavat arvioitua suuntaa toiminnan kestosta. Ohjelman ei tarvitse kestää tarkalleen tätä aikaa eikä tähän aikamääreeseen tarvitse pyrkiä. Huomioissa on mahdollisesti tärkeitä vinkkejä, ydinkohtia sekä muita seikkoja, joita ohjaajan olisi hyvä ottaa huomioon ohjatessa.

Toimintaa haluttiin erottaa arkisesta nuorisotilatoiminnasta, jotta nuori saa kokemuksia ja elämyksiä monipuolisesti. Toimintamallini luomiseen hyödynnettiin eri aineistoista esiinnoitteita teemoja. Esimerkiksi sisältöön loin sosiaalisen median ulottuvuuden, eli toimintamallissani kerhoryhmälle on tarkoitus luoda oma Instagram-tili, jota käytetään tulevilla kerroilla yhteisenä kerhokertojen lopetuksen apuvälineenä. Joka kerralta lisätään kuva toiminnasta ja fiiliksiä siltä illalta. Tilin päivitys toimii eräänlaisena kerhon lopetuksena ja tuo toimintaa rutiineja.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Työelämäohjaajani Eve Niemelän mukaan opinnäytetyöni vastasi yhdistyksen kysyntää ja on hyödyllinen tulevaisuutta ajatellen. Erityisen tyytyväinen hän oli toimintamallin rakenteeseen ja toistettavuuteen. Hänen mielestään opinnäytetyöni täytti asettamamme tavoitteet. Loppupäätelmäni tukivat myös hänen omia ajatuksiaan työstä. Seuraavissa luvuissa kerron opinnäytetyöni johtopäätöksistä, toiminnan jatkamisesta ja tavoitteista.

### 8.1 Tulosten tulkinta – johtopäätökset

Kehittämistyöni lopullinen johtopäätös on, että nuorisotyöllä on edelleen kysyntää paikallisesti eri alueilla, sillä yläasteikäisille suunnattua vapaa-ajantoimintaa on vähän joillakin pääkaupunkiseudun alueilla. Löytyy myös alueita, joissa on jo kattavia, toimivia ja monialaisia nuorisotyöverkostoja. Yläasteikäisten tyttö- ja kerhotoimintaan löytyi nuoria ainakin Puistolán alueella, jotka ovat kiinnostuneita osallistumaan vastaavanlaisen toimintaan. Tytöt olivat innostuneita toiminnasta ja myös poikien keskuudessa kiinnostus vastaavalle toiminnalle nousi. Tytöt toivoivat kerhon jälkeisissä keskusteluissa myös jatkoa kerholle.

Sukupuolisensitiivisen nuorisotyön näkökulmaa on tärkeä ottaa mukaan toimintaan niin tyttöjen kuin poikienkin kannalta sekä huomioida myös väliinputoajat. Tyttöryhmän toimintaan on tarvetta Puistolán alueella, koska enemmistö nuorisotilan käyttäjistä on poikia. Tällöin voidaan mahdollisesti nostaa Puistolán nuorisotilan tyttöjen kävijämäärää ja antaa tytöille mahdollisuus kehittää itseään sukupuolisensitiivisessä ympäristössä, sekä saada lisää tyttöjä nuorisotyön piiriin. Tytöt pystyvät paremmin keskittymään omaan yksilölliseen kehitykseensä perinteisten sukupuoliroolien poistuessa (Hoikkala & Sell 2007, 531–532).

Tutkintakysymykseeni ”Miten luoda yläasteikäisille tytöille sosiaalisen vahvistamiseen perustuvaa kerhotoimintaa?” vastaukseni on, että kerhon ohjaajan on otettava selvää

erilaisista sosiaalisen vahvistamisen mahdollisuuksista ja toiminnan tarpeesta. Ohjaajan on lähdettävä liikkeelle rauhallisesti ja olemalla läsnä nuorten keskuudessa, esimerkiksi nuoristaloilla tai kouluissa. Ohjaajan tulee selvittää, mistä paikalliset nuoret kiinnostuvat ja olla pitkäjänteinen toiminnan aloittamisessa. Nuoret antavat herkästi alussa kieltävän vastauksen osallistavaan toimintaan, mutta luottamuksen ja ilmapiirin luomisen kautta nuoretkin lopulta usein innostuvat. Toiminnassa on tärkeää kuunnella nuoria ja pitää mukana joustavuutta ja vaihtelevuutta. Ohjaajan tulee pyrkiä nykyaikaisiin ratkaisuihin niin kerhoissa kuin markkinoinnissa. Itse pyrin pitämään markkinoinnin suhteellisen neutraalina ja toiminnan nimenä käytin tyttökerhoa, mutta senkin lapsellisuudesta sain palautetta nuorilta. Toiminnan luomisessa pitää siis muistaa, etteivät he ole enää ala-astelaisia, mutta eivät aikuisiakaan.

Parhaiten kerhotoiminnan ideointi toimii, kun ottaa kohderyhmän nuoria mukaan suunnitteluun. Erilaiset haastattelut ovat oiva tapa kerätä informaatiota nuorilta. Haastattelun ei aina tarvitse olla muodollinen vaan keskustelu asiasta voi myös tuoda uusia ideoita ohjaajalle. Tavoitteellisuus kuitenkin on oleellinen osa nuorisotyön perspektiiviä. Nuoret eivät pääasiassa tule helposti ohjaajan luokse vaan ohjaajan pitää olla rohkea ja mennä nuorisoryhmän luokse avatakseen vuorovaikutuksen. Kun mukana pitää hieman huumoria ja rentoutta, nuoret useimmiten lähtevät keskusteluun mukaan.

Nykypäivänä ei kannata pelätä liikaa median ottamista mukaan nuorisotyöhön. Sosiaalinen media ja internetin hyödyntäminen voi olla oiva lisä nuorisotyöhön ja laajentaa toiminnan ulottuvuutta. Nuoret käyttävät nykyään paljon itsekin mediaa arkielämässä. Useiden tutkimusten mukaan on todettu, että tyttöjen tärkein syy internetin käyttöön on yhteydenpito (Ojanen ym. 2011, 189). Siksi kannattaa kerhotoiminnan ohjaajana miettiä myös näitä mahdollisuuksia. Esimerkiksi Turun Tyttöjen Talolla nuoret pitävät toiminnastaan blogia (Turun Tyttöjen Talo 2016), mutta vaihtoehtona voi olla myös esimerkiksi pienemmällä vaivalla syntyvä Instagram-tili kuvien jakopalvelu sovellukseen, johon lisätä kuvia joka kerhokerralta nuorten kanssa. Ohjaajan tulee kuitenkin pitää vastuu tilin hallinnoinnista. Samalla nuori oppii muun muassa ryhmätyöskentelyä ja päätöksentekoa. Medianlukutaidosta keskustelu nuorten kanssa voi osoittautua hyödylliseksi osaksi ajatellen myös arkielämän hyötyjä.

Aineistoni analysoinnin perusteella nuoret ovat usein hieman haastavampi kertotoiminnan kohderyhmä, sillä he eivät halua liian aikataulutettua toimintaa vaan ohjaajalta ja organisaatiolta vaaditaan joustavuutta. Nuorten osallistumiseen vaikuttaa vahvasti ilmapiiri, ryhädynamiikka ja toiminnan luonne. Nuoret kaipaavat jonkin asteista vaihtelevuutta ja tilaa itsenäisesti työskennellä muiden nuorten kanssa. Tällöin on tärkeä muistaa toiminnallisten projektien mahdollisuudet ja antaa nuorille tilaa toteuttaa itseään. Oppiminen on usein mielekkäämpää, kun nuori pääsee toteuttamaan itseään ja vaikuttamaan toiminnan sisältöön (Norrena 2016, 14–17). Edellä mainitut haasteet eivät kuitenkaan saisi olla syitä olla järjestämättä nuorisotoimintaa, sillä se on arvokasta työtä ja voi vaikuttaa merkittävästi nuoren hyvinvointiin sekä tulevaisuuteen.

## 8.2 Pohdintaa toiminnan jatkamisesta

Kehittämistyöni lisäsi paikallisten tyttöjen aktiivisuutta ja uusi nuorisotila sai kerhotoiminnan käyntiin. Opinnäytetyöni osoitti, että joustava kerhotoiminta Puistolán paikallisella nuorisotilalla on mahdollista järjestää. Sosiaalisen vahvistamisen toimintamallini käyttämisen kautta voi yhä enemmän vaikuttaa paikallisten tyttöjen ja mahdollisesti myös poikien sosiaaliseen vahvistamiseen jatkossakin ja jatkaa alkanutta projektia. Toimintamalli toi Helsingin NMKY:n ohjaajille uusia perspektiivejä ja ideoita toimintaan, sekä mahdollisesti herätti taas uutta motivaatiota toiminnallisten harjoitteiden luomiseen. Tätä kautta saadaan aikaiseksi myös uutta innostusta ja tuodaan kehityksen mahdollisuuksia nuorten tyttöjen arkeen. Pidemmällä aikajänteellä toimintamallini tuo myös uusia tyttöjä mukaan nuorisotyön piiriin sekä nuorisotilan käyttäjiksi ja luo paikallisille tytöille turvallisen vapaa-ajanviettopaikan.

Aineistossa nousi esille monia tärkeitä näkökulmia toiminnankehittämisestä ja nuorisotyöstä. Nuorille kerhotoimintaa järjestävän ohjaajan tulee huomioida myös nuorten välistä vuorovaikutusta sekä tarkkailla ryhädynamiikan muodostumista. Ryhmällä ja kavereilla oli iso merkitys nuoren toimintaan, joka ilmeni haastattelun ja havainnoinnin aikana. Ohjaajan tulee pyrkiä ohjaamaan ryhmähengen kehitystä ja reagoida sen puutteisiin sekä ongelmakohtiin, varsinkin jos havaittavissa on jonkun nuoren syrjin-

tää tai kiusaamista. Tämä on tärkeä osa nuorisotyötä. Ongelmia on hyvä käydä läpi myös nuorten kanssa, jolloin nuori voi itsekkin saada oivalluksia omasta ja toisten toiminnasta. Aihe on tärkeä toiminnan jatkamisen ja onnistumisen kannalta.

Työn jatkaminen vaatii sitoutuneen ja motivoituneen ohjaajan jatkamaan projektia onnistuakseen. Tärkeintä ohjaajan lisäksi olisi saada toiminta vakiinnutettua sekä lisätä pikkuhiljaa luottamuksen kasvaessa harjoitteiden määrää. Harjoitteita ei saa olla liikaa, mutta tulisi ottaa aina jotain tavoitetta tukevaa toimintaa mukaan hauskanpitoon. Toiminnan vakiinnuttua kerhoa voisi markkinoida myös nuorisotilan ulkopuolella ja saada mukaan myös tyttöjä, jotka ovat todella tarvitsevat toimintaa hyvinvoinnin parantamiseksi tai ylläpitämiseksi.

Opinnäytetyöni toi uuden tutkimuksen ammattialalle. Työssäni tarkasteltiin nuorisotyölle tärkeitä aiheita. Opinnäytetyöni vaikutus näkyi Helsingin NMKY:n kerhotoiminnan kohderyhmässä ja laajensi kerhotoimintaa aiempaa enemmän myös 13-16-vuotiaiden saataville. Helsingin NMKY haki rahoitusta aluevirastolta toiminnan jatkamiseksi, joten kehitystyöni vaikuttaa mahdollisesti helsinkiläiseen nuorisotyöhön hakemuksen mennessä läpi. Erityisesti Puistolán alueen yläasteikäisten tyttöjen vapaa-ajanviettoon sekä heidän sosiaaliseen vahvistamiseensa. Yhdistyksessä on ollut opinnäytetyöni jälkeen puhetta myös poikakerhon perustamisesta. Opinnäytetyöni herätteli mahdollisesti uusia ajatuksia nuorten kerhotoiminnasta aina niin tärkeässä nuorisotyön kentässä.

Ehkäisevän nuorisotyö vaikuttaa yhteiskunnan tulevaisuuden näkymiin. Pidemmällä aikajänteellä kerhot parantavat Puistolán nuorten aktiivisuutta ja sosiaalista vahvistamista. Tämä estää nuoren syrjäytymistä ja auttaa mahdollisesti myös tulevaisuudessa koulutus- tai työpaikan saannissa. Samoin kerhotoiminta tuo nuoria lisää turvallisien vapaa-ajanviettomahdollisuuksien pariin, jolloin he saavat myös varmemmin tukea ja apua tarvittaessa nuorisoalanosaajilta. Tällöin he eivät jää yksin ongelmien kanssa, joka taas voisi tuoda yhteiskunnalle lisää kuluja.

## LÄHTEET

- Aalberg, Veikko & Siimes, Martti 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.
- Ahola, Minna & Lähdevuori, Jari 2016. Nuorten netinkäyttö ja yhteisöllisyys verkossa. Seurantatutkimus verkkoyhteisöjen käytöstä ja osallistumisen motivaatioista (2008 & 2012). Nuorten Akatemia & Kurio. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.nuortenakatemia.fi/wp-content/uploads/2016/07/nuorten-netinkäyttö-ja-yhteisöllisyys-verkossa.pdf>
- Alkio, Paula 2009. Hyvä itsetunto suojaa lasta, s.4-5. Pari & perhe. Väestöliitto ry. Viitattu 1.11.2016. [https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/35116126b1d27bd3397aeabba1f9a73f/1478019045/application/pdf/337705/pari\\_perhe\\_4\\_09.pdf](https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/35116126b1d27bd3397aeabba1f9a73f/1478019045/application/pdf/337705/pari_perhe_4_09.pdf)
- Autio, Minna & Eräranta, Kirsi & Myllyniemi, Sami (toim.) 2008. Polarisoituva nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja 2008. Helsinki: Nuorisotutkimusseura. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/polarisoituvanuoruus.pdf>
- Cederlöf, Petri 1998. Nuorisotyön yhteiskunnallinen merkitys. Perustietoja, poimintoja ja haarukkapaloja nuorisotyöstä sekä sen asemasta suomalaisessa yhteiskunnassa. Helsinki: Nuorisoasiain neuvottelukunta. Viitattu 1.11.2016  
[http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisoasiain\\_neuvottelukunta/julkaisut/muut\\_tutkimukset/Nuorisotyxn\\_merkitys.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisoasiain_neuvottelukunta/julkaisut/muut_tutkimukset/Nuorisotyxn_merkitys.pdf)
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Grönfors, Martti & Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2001. Havaintojen teko aineiston keräämisen menetelmänä. Ikkunatutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hallituksen politiikkaohjelma 2016. Lapset, nuoret ja perheet. Syrjäytymisen ennaltaehkäiseminen. Viitattu 22.11.2016.  
[http://www.minedu.fi/lapset\\_nuoret\\_perheet/Osa-alueet/Nuoret/](http://www.minedu.fi/lapset_nuoret_perheet/Osa-alueet/Nuoret/)
- Helsingin kaupunki 2016. Nuoret. Tekemistä ja toimintaa. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.hel.fi/www/Helsinki/fi/kaupunki-ja-hallinto/hallinto/asukasryhmat/nuoret/Tekemista+ja+toimintaa/>
- Helsingin NMKY 2016a. Kerhot. Viitattu 1.11.2016. <http://www.hnmky.fi/lapset-ja-perheet/kerhot/>
- Helsingin NMKY 2016b. Helsingin NMKY:n strategia 2016-2020. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.hnmky.fi/helsingin-nmky/yhdistys/arvot/>
- Helsingin NMKY 2016c. Yhdistys. Viitattu 1.11.2016. <http://www.hnmky.fi/helsingin-nmky/yhdistys/>
- Helsingin NMKY 2016. Kerhot. Viitattu 1.11.2016. [http://cms.hnmky.fi/?page\\_id=198](http://cms.hnmky.fi/?page_id=198)
- Hoikkala, Tommi & Sell, Anna (toim.) 2007. Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

- Junttila, Niina 2015. Kavereita Nolla. Lasten ja nuorten yksinäisyys. Helsinki: Tammi.
- Kananen, Jorma 2013. Case-tutkimus opinnäytetyö. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kivelä, Valtteri & Lempinen, Juho 2009. Arki hallintaan. Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. 2.painos. Turku: KOTA -lasten ja nuorten hyvinvointi ry. Viitattu 1.11.2016.  
[http://www.kota.fi/tiedostot/KOTA\\_AHM\\_book\\_press\\_toinen\\_painos.pdf](http://www.kota.fi/tiedostot/KOTA_AHM_book_press_toinen_painos.pdf)
- Komonen, Katja & Suurpää, Leena & Söderlund, Markus (toim.) 2012. Kehittyvä nuorisotyö. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.
- Kopakkala, Aku 2008. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Koutonen, Mari & Törmälä, Emma 2013. Tsemppiryhmä. Kerhomuotoinen toiminta yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen itsetunnon kohottamiseen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn. Centria ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 1.11.2016.  
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64604/koutonen\\_mari.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64604/koutonen_mari.pdf?sequence=1)
- Lundbom, Pia & Herranen, Jatta (toim.) 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.11.2016. <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf>
- Luopa, Pauliina & Kivimäki, Hanne & Matikka, Anni & Vilkki, Suvi & Jokela, Jukka & Laukkarinen, Essi & Paananen, Reija 2014. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-2013. Kouluterveyskyselyn tulokset. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 1.11.2016. <http://www.julkari.fi/handle/10024/116692>
- Marttala, Karoliina 2016. Nuoret eivät käy enää nuorisotalolla – kavereita tavataan somessa ja kauppakeskuksessa. Yle Uutiset. Viitattu 1.11.2016.  
<http://yle.fi/uutiset/3-8702693>
- MLL Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2016. Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys. Viitattu 1.11.2016.  
[http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ ja\\_ kehitys/12\\_15-vuotias/persoonallisuus\\_ ja\\_ tunne-elama/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ ja_ kehitys/12_15-vuotias/persoonallisuus_ ja_ tunne-elama/)
- Mulari & Eischer & Uusitalo-Herttua 2012. Tyttötyö kääntyi 2010-luvulle. Teoksessa Suomen settlementiliitto ry (toim.) Tyttötyön kansio. Suomensetlementti ry. 6–19. Viitattu 23.11.2016. <http://setlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/a11bc7b04e8dc3a3a26978ca2331c51f/1479824699/application/pdf/965517/Tytt%C3%B6ty%C3%B6n%20kansio.pdf>
- Myllyniemi, Sami (toim.) 2015. Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 1.11.2016. [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri\\_2015\\_ISSUU.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2016/01/Nuorisobarometri_2015_ISSUU.pdf)
- Nicehearts 2016. Tyttöjen Tilan ryhmät. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.nicehearts.com/vantaan-tyttojen-tila/ryhmat/>
- Nironen, Saija 2015. Nuorisotyöttömyys kasvaa pääkaupunkiseudulla eri tahtia – kii-vaimmin hanttiin panee Vantaa. Yle Uutiset. Viitattu 1.11.2016.  
<http://yle.fi/uutiset/3-8168081>

- Norra, Juho (toim.) 2016. Ryhmä oppimaan! Toiminnallisia työpajoja ja tehtäväkehyksiä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nuorisolaki 72/2006. Finlex. Viitattu 1.11.2016.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>
- Ojanen, Karoliina & Mulari, Heta & Aaltonen, Sanna (toim.) 2011. Entäs tytöt? Johdatus tyttötutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Viitattu 1.11.2016. [http://www.minedu.fi/lapset\\_nuoret\\_perheet/Osa-alueet/Nuoret/](http://www.minedu.fi/lapset_nuoret_perheet/Osa-alueet/Nuoret/)
- Räsänen, Eila & Moilanen, Irma & Tamminen, Tuula & Fredrik, Almqvist (toim.) 2000. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniikka, Anna 2006. Teemoittelu. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu: 22.11.2016. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html)
- Salmivalli, Christina 2005. Kaverien kanssa: Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Siurala, Lassa & Coussée, Filip & Suurpää, Leena & Williamson, Howard (toim.) 2016. The history of youth work in Europe. Relevance for today's youth work policy. Painos 5. Strasbourg: Council of Europe Publishing.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016. Elinolot ja sosiaaliset ongelmat. Viitattu 1.11.2016. <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/elinolot-ja-sosiaaliset-ongelmat>
- Toivakka, Sari & Maasola, Miina 2011. Itsetunto kohdallaan! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Turun Tyttöjen Talo 2016. Blogi. Viitattu 1.11.2016. <http://turuntyttojentalo.blogspot.fi/>
- University of Eastern Finland 2016. Benchmarking. Viitattu 1.11.2016. <https://www.uef.fi/benchmarking>
- Vaarama, Marja & Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (toim.) 2010. Suomalaisten hyvinvointi 2010. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 1.11.2016. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80297/8cec7cec-5cf3-4209-ba7a-0334ecdb6e1d.pdf?sequence=1>
- Vilkka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

## LIITTEET

### Liite 1. Toiminnallinen haastattelu

#### Toiminnallinen haastattelu

Haastateltavien tyttöjen iät (5kpl): 1\*12v, 2\*13v, 2\*15v, kirjaimet kuvaavat aina yhtä henkilöä.

Vastaukset ja kysymykset: 1. Miten vietät yleensä vapaa-aikaa?

- a. Vapaa ajalla yleensä vietän aikaa, joko kavereiden kanssa tai yksin. Käyn harrastuksissa
- b. Olen harkoissa, kännykällä, syön ja nukun
- c. Pelaan ringetteä, olen ulkona ja löhöön kotona
- d. Harrastan tennistä, vietän paljon aikaa kavereiden kanssa, paljon somea, kuulun aktiivisesti moneen faniyhteisöön, jossa pidämme kaikkia tapahtumia paljon
- e. Luen, teen opiskelujuttuja, olen kavereitten kanssa, ulkoilen, hengailen, kokeilen uusia juttuja

2. Jos osallistuisit kerhoon, mitä toivoisit siellä olevan?

- a. Erilaisia liikunta lajeja/pelejä, piirtämistä ja jotain siihen liittyvää
- b. Nutella ja jotain ohjelmaa
- c. Ruokaa, kokkaus juttui, vapaata aikaa joskus, lautapelejä
- d. Ruokaa, vaihtuvaa ohjelmaa, urheilua, pelaamista, hengailua, luetettavia aikuisia, nuorten toiveiden mukaan kaikkea
- e. Juttuja jota ei yksin tulisi tehtyä, vaihtuvia juttuja

3. Mikä saisi sinut osallistumaan kerhotoimintaan?

- a. Riippuu kerhosta, ehkä kaverit ja se halu kuitenkin kokeilla/yrittää
- b. Hieno juliste (tai se missä ilmoitetaan kyseisestä kerhosta), oikea aika (sellainen mikä sopii harrastuksien kanssa, kaverit
- c. Kaverit, jos kuulee kehuja sieltä, jos näkee jossain hyvän ilmoituksen, joka eroaa muista
- d. Jos kaverit käy, hyvä kellon aika, sopiva pituus, joustavuus (ei tarvi esim. olla aikaa), mukava ohjaaja, mukavaa toimintaa, lähellä, hyvät kulkuyhteydet
- e. Hyvä sijainti, helppo tulla, muut ihmiset, jos on tuttuja, sopiva aika

4. Mikä estäisi osallistumisesi kerhoon?

- a. Jos ketään muutakaan ei kiinnosta, jos koen että mokaisin tai jotenkin nolaisin itseni
- b. Harrastukset, liiallinen läksyjen määrä, kerhoon olisi pitkä matka
- c. Jos siellä ollaan liian tiukkoja (ohjaajat), jos siellä kiusataan, jos ei ole kavereita/saa uusia
- d. Huono kellon aika, epämukava ilmapiiri, liian tiukat säännöt, liian kaukana, huonot kulkuyhteydet, ei ystäviä, ei ymmärtävä ohjaaja
- e. Jos siellä on ihmisiä, joista ei pidä, hankalassa paikassa, veisi liikaa aikaa paikalle ja kotiin, jos ei ole aikaa, liian kiireistä

5. Mistä kuulet sinua kiinnostavista tapahtumista ja kerhoista?

- a. Kavereilta, vanhemmilta/tuttavilta, joskus koulun henkilökunnalta
- b. Ilmoituksista, netistä, kavereilta tai sitten vanhemmilta
- c. Ilmoitustauluilta, netistä, mainoksista

- d. Kavereilta, somesta, koulusta, esitteistä
- e. Kavereilta, mainoksista, jos on mukana jossain vastaavassa toiminnassa

6. Viimeisin onnistumisen kokemuksesi?

- a. –
- b. Silloin kuin sain todistuksen
- c. Ei tuu mieleen
- d. Kun todistuksen arvosana oli noussut
- e. Koulusta

Keskustelussa vielä nousseita asioita:

- Kokkaus kaikille vastaajille mieleinen aihe.
- Tärkeää on vapaa-aika, ettei tarvitse koko ajan osallistua ohjelmaan vaan voi hengaila aina välillä, jos haluaa. Rento ilmapiiri.
- Kaverit tärkeitä.

## Liite 2.

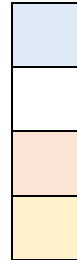
## Tyttökerho, 6-9lk.

Aloituspöytäkirja ja lopetus:

Lämmittelyleikit/harjoitteet:

Tavoitetta tukevat harjoitteet:

Kerhon teema ohjelma (tukee myös tavoitetta):



Kaikkaa ohjelmaa ei ole tarkoitus toteuttaa yhdellä kertaa, vaan ohjaaja saa itse valikoida hänen mielestään oleellisia harjoitteita.

Jos jokin harjoite ei sovi sinun ryhmällesi, lisää hyviä harjoitteita löytyy muun muassa seuraavista lähteistä:

Lankinen, Mari 2011. Voimaneidot. Opas tyttöjen voiman haltuunottoon ja aggression hallinnan tukemiseen. Helsinki: Terapeda.

Aalto, Mikko 2004. Ryppäästä ryhmäksi. 3. painos. Ryttylä: My Generation oy.

## 1. Kerhokerta

Yleistavoite: Tutustuminen ja ryhmäytyminen.

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Nimi- ja fiiliskierros.	Mahdollisesti apuvälineet fiiliskierrokselle, esimerkiksi kortit/kuvat, jonka kautta kerrotaan.	5 min.	
Kerhon esittely: Tilat ja sisältö. Alustavia kerhoteemoja: Lautapelit, liikunta, askartelu ja kokkaus. Näistä voi kysellä mielipiteitä ja toiveita teemoista sekä niiden sisällöistä.		10-15 min	- Viimeisellä kerralla menemme myös yhdessä retkelle, mutta tästä ei tarvitse vielä kysellä, tärkeintä saada toiminta alkuun ja kiinnostus heräämään.
Ominaisuus bingo: Jokaisella on bingolauta, jonka ruuduissa lukee erilaisia ominaisuuksia. Kerholaisen tulee pyrkiä etsimään henkilö, joka sopii kyseiseen ominaisuuteen ja kirjoittaa tämän nimi kyseiseen ruutuun. Kuka saa ensimmäisenä rivin täyteen huutaa: "Bingo". Voidaan myös kokeilla, saadaanko koko ruudukko täytettyä. Eli jos ruudussa lukee: "Hän tykkää kissoista", tulee etsiä henkilö, joka tykkää kissoista ja kirjoittaa tämän nimi ruutuun.	Tulostettu bingolauta kaikille ja kyniä. Bingolauta ohjelman alla.	10 min	- Vaatii vähintään viisi osallistujaa. - Kaikki kyselevät kaikilta, yhdeltä ei saa kysyä peräkkäin montaa sopivaa ominaisuutta kerralla.
Selkään piirto: Osallistujat asettuvat jonoon ja taaksepäin ei saa katsoa. Viimeiselle jonossa olevalle näytetään kuva tai kuvio. Tämä piirtää kuvan sormella edessä olevan selkään ja edessä oleva taas tuntemansa perusteella eteenpäin. Niin kauan, että jonossa ensimmäisenä seisovan selkään on piirretty kuva. Tämän jälkeen ensimmäisenä seissyt piirtää kuvan paperille. Tämän jälkeen vertaillaan,	Paperia, kyniä ja kuvat. Kuvat voi tehdä viidessä minuutissa myös itse, koska niiden pitää olla simpeleitä. Esimerkki aiheita sydän, kukka, talo, kissa, kello, auto, hymynaama, Cola-pullo,	10 min	- Ensimmäiset kuvat todella helppoja, sen jälkeen lisää haastetta. - Vaihdetaan joka suorituksen jälkeen paikkaa, ensimmäinen siirtyy viimeiseksi jonossa jne. - Jos osallistujia on vähän kuva voi olla haastavampi.

näyttävätkö alkuperäinen kuva ja viimeinen kuva samoilta. Onko aihe pysynyt samana.	purjevene yms.		
Lännen nopein (ekstra, jos osallistujia enemmän): Asetutaan piiriin ja yksi osallistujista on piirin keskellä. Keskellä oleva osoittaa jotakin piirissä seisovaa ja sanoo: "Pam". Tällöin osoitettu menee mahdollisimman nopeasti alas kyykkyy ja hänen vieressä molemmilla puolilla olevat yrittävät mahdollisimman nopeasti osoittaa toisiaan ja sanoa toistensa nimet. Hitaampi sanoja joutuu keskelle tai sitten osoitettu, jos hän ei ole toisten sanoessa ehtinyt menemään alas.		15 min	- Peliä voi mennä pelaamaan myös ulos. - Jos osallistujia vähän voi tämän tilalla pelaila muita pelejä.
Ryhmän nimi: Pienryhmissä keksiä ryhmälle nimi ja äänestää vaihtoehtoista parasta. Tehdä mahdollisesti yhdessä juliste ryhmän nimestä seinälle tms.	Paperia, kyniä yms.	20 min	
Rannekorujen tekoa ja jutustelua.	Helmiä, lankoja ja sakset.	40 min	- Vapaampaa oleskelua. - Mahdollisesti musiikkia taustalle.
Lopetus: Tavaroiden siivous ja hieman fiilisten kyselyä. Ensi viikkoon!		5 min	Tässä ehdotuksia sisällöstä, toki tuntia saa muokata oman näköiseksi.

## Bingo

Hänellä on sisko	Hän on käynyt Ruotsissa	Hän tykkää suklaasta	Hänellä on koira
Hänen lempiväriensä on sininen	Hän tykkää käsitoista	Hän on kotoisin muualta kuin Helsingistä	Hän pelaa Pokemon Go:ta
Hän soittaa jotain soitinta	Hän kävi kesän aikana leffassa	Hänellä on siniset silmät	Hän kävi kesällä minigolfaamassa
Hänellä on värikkäät sukat jalassa	Hän tykkää pizzasta	Hänellä on veli	Hän tykkää liikunnasta

## 2. Kerhokerta

Yleistavoite: Ryhmädynamiikan kehittäminen ja vuorovaikutustaidot.

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Nimi- ja fiiliskierros.	Mahdollisesti apuvälineet fiiliskierrokselle, esimerkiksi kortit/kuvat, jonka kautta kerrotaan.	5 min	
Tuolipeli: Nuoret istuvat ringissä tuoleilla. Ohjaaja sanoo, jonkin ominaisuuden tai asian, esimerkiksi tykkään koirista sekä määrän, kuinka monta tuolia liikutaan ja mihin suuntaan. Kaikki nuoret, joiden kohdalla ominaisuus tai asia pitää paikkansa, liikkuu annetun tuoli määrän kerrotun suunnan mukaan. Pikkuhiljaa alkaa muodostua yhä suurempia syli pinoja. Peli päättyy, kun tarpeeksi iso pino on syntynyt tai tietyn ajan kuluttua.	Tuoleja ja mahdollisesti ohjaajalla valmis ominaisuus/asialista.	10-15 min	- Tyhjiä tuoleja voi myös ottaa pois pelin kuluessa, jolloin osallistuja pinot kasvavat entisestään.
Ryhmiiin jako äänimerkin avulla: Jokaiselle osallistujalle jaetaan lappu, jossa lukee jokin äänimerkki, kuten esimerkiksi ”piip”. Osallistujat jakautuvat ympäri tilaa ja sulkevat silmänsä. Osallistujat alkavat toistaa omaa äänimerkkiään ja etsiä muita samaan ryhmään kuuluvia pelkän äänen perusteella. Jokaisella samaan ryhmään kuuluvalla on sama äänimerkki, kun tietty määrä ryhmäläisiä on löytänyt toisensa, saavat he avata silmänsä.	Avoin tila ja äänimerkki laput.	5 min	- Varoita nuoria mahdollisista esteistä ennen toimintaa ja rauhallisesta liikkumatavasta.
Peliturnaus: Muutaman lautapelin peliturnaus. Jos osallistujia on esimerkiksi 12, voidaan heidät jakaa kolmeen eri ryhmään ja jokainen ryhmä	Lautapelejä, turnaustaulukko, istumatilaa.	1 h 10 min	- Jos mahdollista, tuo mukana ainakin yksi uusi lautapeli, jota nuorisotilalla ei normaalisti pelata.

<p>aloittaa yhdestä lautapelistä. Jokaisessa pelissä jaetaan pisteitä. Esimerkiksi voittaja saa 4 pistettä, toisena oleva 3 pistettä, kolmantena 2 pistettä ja neljäntenä oleva 1 pisteen. Eniten pisteitä yhteensä saanut tai saaneet voittavat.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reilun pelin periaatteet.</li> <li>- Huomioi tasamäärättömyys.</li> <li>- Mahdollisesti sääntöjen käynti läpi.</li> <li>- Huomioi lautapelien keskimääräinen kesto, ei liian pitkään kestäviä pelejä.</li> <li>- Kannattaa myös miettiä pelien välissä ryhmien pientä sekoitusta, jolloin nuori työskentelee osana erilaisia ryhmiä, mutta sekoitus pitää tapahtua sen verran loogisesti, että kaikki pääsevät pelaamaan kaikkia pelejä ja osallistujia eri ryhmissä on mahdollisimman yhtä paljon.</li> </ul>
<p>Instagram tai Snapchat -tilin luonti: Kerholle oman tilin luonti nuorten kanssa. Tarkoituksena päivittää joka kerhokerralta ainakin yksi kuva nuorten kanssa. Sääntöjen käynti aiheesta läpi ja nimen asettaminen. Mahdollinen ensimmäinen kuva toiminnasta ja lyhyt teksti. Nuoret voivat liittyä tilin seuraajaksi. Samalla voi pitää pienen medianlukutaito informaatio keskustelun.</p>	Työmatkapuhelin.	20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kerhon vakiinnuttua mahdollisten vuorojen jako.</li> <li>- Ohjaajalla tilin hallintaoikeudet.</li> <li>- Samalla hyvä markkinointi kanava.</li> <li>- Kenestäkään ei saa lisätä kuvaa ilman lupaa.</li> </ul>
<p>Lopetus: Tavaroiden siivous ja hieman fiilisten kyselyä. Ensi viikkoon!</p>		5 min	

## Kerhokerta 3.

## Yleistavoite: Arjenhallinta

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Fiiliskierros	Mahdollisesti apuvälineet fiiliskierrokselle, esimerkiksi kortit/kuvat, jonka kautta kerrotaan.	5 min.	
Silmäniskumurhaaja ja/tai sähkötysmurhaaja: Osallistujat ovat piirissä ja laittavat silmät kiinni sekä pään alas. Ohjaaja käy piirtämässä yhden tai kahden selkään rastin, jotka ovat murhaajia. Tämän jälkeen ohjaajan merkistä kaikki avaavat silmänsä. Silmäniskumurhaajassa tämän jälkeen murhaaja alkaa, mahdollisimman huomaamattomasti iskeä silmää muille osallistujille. Osallistujat joille on isketty silmää, kaatuvat muutaman sekunnin päästä maahan ja putoavat pelistä. Pelissä mukana olevat pyrkivät arvaamaan oikean murhaajan. Arvaukset esitetään kuiskaten ohjaajalle, mutta jos arvaus on väärin, putoaa arvaaja pois pelistä. Yleensä vain yhden oikein tietävän vastaus ei riitä, jos pelaajia on paljon, vaaditaan myös toisen oikea vastaus, murhaajan kiinni saamiseksi. Sähkötysmurhaajassa on sama idea, mutta osallistujat istuvat käsikädessä piirissä. Murhaaja lähettää käden puristuksia eteenpäin. Jos murhaaja lähettää viisi käden puristusta vasemmalle, tulee vasemmalla		10-15 min	- Rennon ilmapiirin luominen

puolella istuvan lähettää neljä puristusta eteenpäin vasemmalle. Jos osallistuja saa vain yhden kädenpuristuksen hän putoaa pelistä.			
Kokkaus: Pitsojen teko ja musiikkia taustalle. Keskustelua nuorten kanssa. Ohjaaja antaa nuorille vastuuta ja antaa heidän itse lukea ohjeita.	Pitsa-ainekset, ruokailuvälineet, lautaset, uuni, pelti ja leivinpaperi.	1 h	- Valmispohja vai ei? - Kaikki mukaan työskentelyyn, tehtävien jako. - Pidä huoli turvallisuudesta. - Keittiön siivous.
Tietovisa ja ruokailu: Pitsojen syönnin ohessa tai jälkeen tietovisa koskien nuorille ajankohtaisista aiheista: Viihteestä, itsenäistymisestä ja elämästä yleensä. Tietovisan pohjana voi käyttää Kahoot -sovellusalustaa, jossa on helppo tehdä nykyaikaisia tietovisoja. Kahoot on pelipohjainen sovellusalusta oppimiselle. Tämän sovelluksen avulla nuori pystyy osallistumaan tietovisaan oman kännykensä kautta ja tietovisa kysymykset saa esimerkiksi tietokoneen näytölle näkymään.	Tietokone ja nuorilla kännykät.	30 min	- Tietovisaan osallistuminen ryhmissä tai yksilöinä. - Tietovisan palkinto, esimerkiksi ylimääräinen pitsanpala tms.
Päivitys Instagramiin tai Snapchatiin.		10 min	- Kaikkien mielipiteet kuuluviin.
Lopetus: Tavaroiden siivous ja hieman fiilisten kyselyä. Ensi viikkoon!		5 min	Muistutus ensi kerran toiminnasta, jotta voi laittaa rennommat vaatteet halutessa.

## Kerhokerta 4.

Yleistavoite: Itsetunto ja heittäytyminen.

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Fiiliskierros palloa antaen toiselle. Pallo kädessä olevalla puheenvuoro.	Pallo.	5 min.	- Tila: Liikuntasali
Hirvenmetsästys: Salin sivuilla on kapeat rajatut alueet, jossa kahdella vastakkaisella sivulla ovat metsästäjät. Metsästäjät ovat kaksi vapaaehtoista nuorta. Metsästäjillä on useita palloja reunalla. Hirvet eli muut osallistujat ovat toisessa päädyssä, jolla sivulla metsästäjiä ei ole. Heidän tarkoituksena on juosta vastakkaiseen pätyyn ilman, että pallo osuu heihin. Jos metsästäjä osuu hirveen, muuttuu hirvikin metsästäjäksi. Pelin voittaa jäljelle viimeiseksi jäänyt hirvi.	Palloja ja kartioita.	15 min	- Pehmeitä palloja - Voittaja uudeksi metsästäjäksi, jotta kaikki metsästäjät pääsevät kokeilemaan myös toista roolia. - Ohjaaja apuun, jos metsästäjiä ei aluksi saada lisää.
Sokkorata: Ohjaaja on levittänyt kartioita ympäriinsä tietyllä alueella. Nuoret on jaettu noin 4-5 hengen joukkueisiin. Ensimmäinen joukkuelainen sitoo huivin silmien päälle, jotta hän ei näe mitään. Toisena joukkueessa oleva johdattaa äänellä nuoren kartioitten ohi koskettaen seinää ja takaisin. Sen jälkeen ohjeita antanut sitoo huivin päähänsä ja seuraavana jonossa oleva antaa ohjeet. Viesti loppuu, kun kaikki nuoret ovat kävelleet sokkona radan läpi sekä antaneet ohjeita toiselle. Jos kartioon osuu matkalla, kokonaisuikaan lisätään 30 sekuntia. Nopein joukkue voittaa.	Kartioita ja huiveja.	15 min	- Kaikilla joukkueilla yhtä haastava rata. - Luottamus tärkeää. - Painosta selkeitä ja rauhallisia ohjeita. - Kannustus tärkeää.
Norsupallo: Sisäjalkapalloa isolla jumppapallolla. Ilman	Jumppapallo ja isot maalit. Ison	30 min	- Hauskuus tärkeä elementti

paitsiota. Joukkueisiin joko esimerkiksi arpomalla, liivin nosto pussista.	maalin tilalle voi laittaa esimerkiksi kaksi kartiota, jonka välissä on maali.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jos meno menee liian hurjaksi, tarvitaan lisää rajoittavia sääntöjä.</li> <li>- Onnistumisen kokemukset.</li> </ul>
Solmu: Kaikki nuoret pitävät yhdellä kädellä pitkistä köydestä kiinni. Kättä ei saa irrottaa missään vaiheessa kokonaan köydestä. Ohjaaja antaa tehtäväksi tehdä solmun joidenkin osallistujien väliin. Mahdollisesti kahteen eri kohtaan, jos osallistujia on paljon ja köysi pitkä. Onnistumisen jälkeen tehtävä on purkaa se.	Köysi	10 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ohjaajan tulee antaa vinkkejä, jos ratkaisuun ei päästä pitkänkään ajan kuluttua.</li> <li>- Nuorille aluksi aikaa pohtia.</li> <li>- Saattaa kestää kauemminkin, riippuu ryhmästä.</li> </ul>
Päivitys Instagramiin tai Snapchatiin. (Vauhdikkaan toiminnan lopetus)		10 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ohjaaja voi ottaa jo aikaisemmasta ohjelmasta muutaman kuvan, josta nuoret voivat myös valita parhaan kuvan.</li> </ul>
Venyttely: Keskustelua ja musiikkia. Vartalon kokonaisvaltainen venyttely. Taka- ja etureidet, pakara, pohje, lonkankoukistajat, vatsa, selkä, rinta hartiat, ojentajat, hauikset sekä niska tms.	Jumppamatot, venyttelyohjelma ja musiikkivälineet.	20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia venyttelyohjeita löytyy myös internetistä.</li> <li>- Rennon ilmapiirin luominen.</li> <li>- Muista kertoa, mihin venytyksen tulisi vaikuttaa.</li> <li>- Voit miettiä valmiiksi keskustelunaiheita, esimerkiksi tulevasta retkestä keskustelu.</li> <li>- Anna aikaa myös hiljaiselle työskentelylle ja oman kehon tuntemusten tunnustelulle.</li> </ul>
Rentoutuminen: Rauhallista musiikki taustalla, rentoutuminen toteutetaan pareittain. Ensin toinen parista makaa mahalleen lattialla ja toisella on pallo, jota pyörittelee painaen makaavan nuoren selkää vasten. Jolloin makaava nuori saa hieronnan	Jumppamatot ja palloja.	10 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nuoria saattaa aluksi naurattaa. Ohjeista makaavaa nuorta rentoutumaan ja laittamaan silmät mahdollisesti kiinni.</li> <li>- Valaistusta voi vähentää, jos vaihtoehtoja löytyy.</li> </ul>

ilman suoraa kosketusta. Ohjeistus käydä myös kädet ja jalat läpi pyöritellen. Viiden minuutin jälkeen roolien vaihto.			- Ohjeista myös pallon kanssa toimivaa nuorta ja varoita ajan loppumisesta hetki ennen, jotta nuori voi mennä vielä raajaan, jota ei ole välttämättä ehtinyt hierota.
Lopetus: Tavaroiden siivous ja hieman fiilisten kyselyä. Ensi viikkoon!		5 min	- Valot takaisin päälle ja herättely.

## Kerhokerta 5.

Yleistavoite: Itseilmaisu.

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Fiiliskierros.	Mahdollisesti apuvälineet fiiliskierrokselle, esimerkiksi kortit/kuvat, jonka kautta kerrotaan.	5 min.	
Muodinhuipulle: Nuoret jaetaan noin neljän hengen ryhmiin. Jokainen ryhmä saa pinon sanomalehtiä ja teippiä. Jokainen ryhmä valitsee ryhmästään, jonkun mallinukeksi. Tarkoituksena suunnitella mallinukelle juhla-asu käyttämällä ainoastaan sanomalehtiä ja teippiä.	Sanomalehtiä ja teippiä.	20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Asu voidaan suunnitella esimerkiksi tietylle ohjaajalle ja ohjaaja saa päättää mielestään parhaan asukokonaisuuden.</li> <li>- Mahdollinen muotinäytös jälkeenpäin ja esittely muille ryhmille.</li> <li>- Jonkinlainen palkinto usein innostaa nuoria paremmin mukaan hassutteluun.</li> </ul>
Unelmakartta: Jokaisella on oma kartonki tai paperi, johon lähdetään tekemään omaa unelmakarttaa eli mitä haluaisi tulevaisuudelta. Paperiin leikataan näihin unelmiin liittyviä kuvia lehdistä. Lopuksi jokainen kertoo omista unelmistaan.	Paperia, lehtiä, sakset ja liimaa.	30 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaikki unelmat eivät tarvitse olla isoja unelmia. Sen hetkinen unelma voi olla esimerkiksi suklaa.</li> <li>- Omalla esimerkillä pystyy kannustamaan nuoria.</li> </ul>
Valokuvakisa: Joukkueille jaetaan muutamia aiheita, kuten esimerkiksi mäkihyppääjä. Joukkueille annetaan 10 minuuttia aikaa kuvata kännykällä kyseiset aiheet mahdollisimman hyvin. Kisassa ei saa käyttää valmiita kuvia internetistä. Ajan päättyessä kaikki joukkueet palaavat lähtöpisteelle, jossa ohjaajat eli tuomaristo päättää kustakin aiheesta	Jokaisessa joukkueessa yksi kännykkäkamera.	20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voidaan toteuttaa ulkona, enemmän mahdollisuuksia.</li> </ul>

parhaan kuvan, josta joukkue saa piteen. Eniten pisteitä kerännyt joukkue voittaa.			
Kävely ja grillaus. Nuorten kanssa pienelle retkelle, jossa mahdollisesti käydään katsomassa jotain paikallista paikkaa yhdessä tai jäädään grillaamaan esimerkiksi vahtokarkkeja. Paikka voi olla myös esimerkiksi nuorisotyöhön liittyvä tutustumiskerta tai paikallisiin liikuntamahdollisuuksiin tutustuminen.		40 min	
Lopetus ja Instagram- tai Snapchat-päivitys.		5 min	

## Kerhokerta 6.

Yleistavoite: Uudet kokemukset ja tunteidenhallinta.

Harjoite	Välineet	Aika	Huomioita
Retkipäivä: Lähtö nuorten aikaisempien toiveiden mukaan esimerkiksi megazoneen, kiipeilyhalliin tai keilaamaan.	Toiminnasta riippuen erilaiset, usein saa vuokrattua paikan päältä.		- Kestää luultavasti kauemmin kuin tunnin.
Ennen lähtöä: Sääntöjen läpi käynti. Yhteisiin sääntöihin kannattaa liittää muun muassa, ettei yksin saa lähteä mihinkään ilman kertomatta ohjaajalle ja kaikki tulevat yhdessä takaisin nuorisotilalle. Kaikkien tulee antaa suorittaa omalla tasollaan, ei painostusta vain kannustusta. Ohjaajan ohjeita tulee kuunnella.			- Matkasuunniteltu etukäteen. - Osan säännöistä voi käydä läpi myös matkalla, jos käytössä on minibussi tai muu rauhallinen kulkutapa
Itse lajikokeilu.			- Askel askeleeta haastavampaan. Lähdetään helposta kokeilusta liikkeelle. - Tunteiden kertomisen korostaminen. - Kannustaminen.
Instagram tai Snapchat päivitys.			- Yhteiskuva?
Positiivisuus kävely: Jokaisen selkään kiinnitetään lappu, jokainen kirjoittaa jokaisen muun selkään yhden positiivisen asian kyseisestä henkilöstä. Lapun jokainen saa muistoksi päivästä.	Paperia, teippiä ja kyniä.	10-15 min	- Hyvä fiilis kaikille.
Lopetus: Fiilikset, palaute, kehitysideat ja kiitokset kerholaisille.		10 min	

Muita mahdollisia pääaiheita voisi olla esimerkiksi: Maskeeraus, mehudrinkit ja leffailta. Leffailta on hyvä rennompi kerhokerta toiminnallisten välissä. Maskeeraus sopii erityisesti Halloweeniin, ja Pellin leirikeskuksesta ainakin löytyy välineitä toteutukseen. Esimerkiksi tekohaavojen maskeeraukseen ei tarvita paljon välineitä: Paperilla, liimalla ja maaleilla pääsee jo pitkälle. Erilaiset mehudrinkit ja pirtelöt voisivat olla kiinnostava aihe nuorille.