

Anne Nieminen

P7416KA

NUORTEN TUNNETAITOJEN VAHVISTAMINEN TYÖPAJATOIMINNASSA

Opinnäytetyö

Yhteisöpedagogikoulutus, monimuotototeutus

Marraskuu
2017



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä/Tekijät	Tutkinto	Aika
Anne Nieminen	Yhteisöpedagogi (AMK)	Marraskuu 2017
Opinnäytetyön nimi		
Nuorten tunnetaitojen vahvistaminen työpajatoiminnassa		32 sivua 1 liitesivu
Toimeksiantaja		
Loimaan kaupunki		
Ohjaaja		
Katja Komonen		
Tiivistelmä		
Tässä kehittämistyössä oli tarkoituksena tukea työpajatoiminnassa mukana olevien nuorten tunnetaitojen vahvistumista. Toimenpiteekseni valitsin nuorten toimintapäivät, joiden kautta voidaan edistää nuorten mielenterveyttä ja hyvinvointia. Tavoitteenani oli nuoren tunnetaitojen vahvistaminen elämyspedagogisin menetelmin. Tämän kehittämistyön aihe nousi esiin omista kokemuksistani työpajaohjaajan työtehtävissä nuorten parissa. Työpajan nuorilla on työttömyyden lisäksi paljon erilaisia ongelmia, päihteiden käyttöä, mielenterveyshäiriöitä, vähävaraisuutta ja oppimisvaikeuksia. Monen nuoren tunnetaidot ovat jääneet kehityksessä keskeneräisiksi ja vajaiksi. Kyky käsitellä tunteita on alentunut. Tunnetaitoja kehittämällä nuoren selviytyminen erilaisissa yhteisöissä helpottuu. Elämyspedagogiikka on kuntoutumisen tukemisen ja erityisen tuen tarpeessa olevien nuorten keskuudessa hyväksi havaittu menetelmämuoto. Erilaisten elämysten ja kokemusten kautta nuori voi oppia ymmärtämään ja pohtimaan asioiden merkityksiä. Arkielämän kokemukset mahdollistavat nuoren oppimisen. Tässä kehittämistyössä olen toimintapäivien suunnittelussa käyttänyt vapaa-aikateemaa. Toimintapäivät toteutettiin Loimaan kaupungin Nuorten työpajalla. Nuorten työpajaohjaajana olin toimijan, havainnoitsijan ja mahdollistajan roolissa nuorten suunnittelemissa toiminnoissa. Toimintapäivät toteutettiin helmi-maaliskuussa 2017. Toimintapäiviä oli yhteensä kahdeksan ja niihin osallistui yhteensä 14 nuorta. Toimintapäivien kautta erilaiset tunteet ja ajatukset nousivat esille. Tunteiden ja ajatusten käsittely toteutui haastattelutilanteissa. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että tunnetaitojen kehittyminen toimintapäivien kautta vahvistaa nuoria ymmärtämään toisen ihmisen elämää ja tunteita. Toimintapäivien kautta pystytään erilaisille nuorille mahdollistamaan tunnetaitojen kehittymistä. Nuoren kyky ymmärtää omia ja muiden tunteita voi vaihteellain kehittyä. Ohjaustyössä on ymmärrettävä nuorten erilaisuutta. Tällä tavoin he voivat oppia ymmärtämään omia tunteitaan ja muiden tunteita. Nuorten kokemukset tukevat ajatusta, että yhdessä tekemisen myötä tutustuminen ja toisista nuorista oppiminen auttaa tunnetaitojen kehittymisessä.		
Asiasanat		
tunnetaidot, itsetunto, työpajat, nuori, elämyspedagogiikka		

Author	Degree	Time
Anne Nieminen	Bachelor of Humanities, Community Educator	November 2017
Thesis Title		
Strengthening the emotional skills of young people in workshop activities		32 pages 1 page of appendices
Commissioned by		
Loimaa Town		
Supervisor		
Katja Komonen		
Abstract The purpose of this development work was to support the development of young people who participate in workshop activities. I decided to organize young people's action days, which can help promote mental health and wellness. My object was to strengthen the young people's emotional skills taking advantage of experience pedagogy approach. The subject of this development work came up when I was working with young people in workshops. Young people participating in workshops usually have unemployment and different life problems, like drug use, different mental health problems, poverty and learning difficulties. The life history of many young people is retarded the development of their emotional skills and their abilities to handle feelings are incomplete. By developing the emotional skills, coping in different communities might become easier. Experience pedagogy is an approach to support rehabilitation and especially to support young people who need guidance in their life. With the help of various experiences young people can learn to understand and consider the meaning of things. Experiences of everyday life make learning possible for young people. In this development work the theme 'spare time' has been used in planning the action days. The action days were implemented in the young people's workshop in Loimaa town. As a workshop counsellor my role was to act, to observe and to empower when the young people were planning the actions. The action days were in February and March. There were eight action days and fourteen young people participated in them. Different feelings and things came out during the action days. Those things and feelings were handled partly in interview situations. As conclusion it can be stated that the development of emotional skills by means of the action days strengthens young people to understand the other people's life and feelings. During the action days it is possible to develop the emotional skills of different young people. In guidance work the diversity of young people has to be understood. In this way, they can learn to understand their own feelings and other's emotions. Young people's experiences support the idea that learning together and learning from other young people will help to develop their emotional skills.		
Keywords		
Emotional skills, self-esteem, workshops, young people, experiential pedagogy		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	KEHITTÄMISHANKKEEN TAUSTA JA TARVE	7
2.1	Nuorten työpajatoiminta Suomessa	7
2.2	Loimaan kaupungin Nuorten työpaja	8
3	KEHITTÄMISHANKKEEN TEOREETTINEN PERUSTA	11
3.1	Tunnetaidot käsitteenä	11
3.2	Tunnetaidot ilmiönä	12
3.3	Aiemmat tutkimukset tunnetaidoista	15
4	KEHITTÄMISPROSESSIN TOTEUTUS	17
4.1	Kehittämistehtävä ja toimenpide	17
4.2	Menetelmät.....	17
4.2.1	Eteneminen.....	18
4.2.2	Avauskeskustelu	19
4.2.3	Toimintapäivät.....	20
4.2.4	Prosessin arviointi.....	27
5	TULOKSET JA POHDINTA.....	29
	LÄHTEET	33
	LIITE	

Liite 1. Teemahaastattelurunko

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on vahvistaa työpajatoimintaan osallistuvien nuorten tunnetaitoja työpajalla järjestettävän toiminnan avulla. Opinnäytetyössä käsittelen tunnetaitojen merkitystä ihmisen hyvinvointiin. Haluan herättää nuorten parissa toimijoita miettimään, miten työpajaympäristössä tunnetaitojen vahvistumisen myötä voidaan tukea nuorten hyvinvointia.

Hyvä itsetunto muodostuu itseensä luottamisesta ja itsearvostuksesta. Hyvän itsetunnon omaava ihminen luottaa itseensä ja näkee oman elämän tärkeänä. Itsetunto ohjaa ihmisen toimintaa ja päätöksentekoa omissa elämän ratkaisuissa. Arvostus toisen ihmisen mielipiteitä ja osaamista kohtaan näkyvät hyvän itsetunnon omaavan ihmisen tavassa kohdella toista ihmistä.

(Keltikangas- Järvinen 2010, 16,18–20.)

Ymmärrämme kokemuksista syntyneet tunteet eri tavalla, koska tulkitsemme elämän eri tapahtumien merkityksiä erilailla. Tunne käsityksemme muokkaantuvat omaksumamme kulttuurin, ihmiskäsityksen ja arvokäsityksen myötä. (Puolimatka 2004, 19.) Tunteilla on suuri merkitys onnistuneeseen vuorovaikutustilanteeseen. Samaistuminen toiseen ihmiseen, vaatii taidon tunnistaa miltä toisesta ihmisestä tuntuu. Tämän myötä mahdollistuu sosiaalinen vuorovaikutustilanne. (Jalovaara 2005, 38.)

Tunteiden kehityksen perustana on kiintymyssuhde aikuiseen, mikä vaikuttaa lapsen tunne-elämän kehitykseen. Lapsen turvallisuuden ja rakastetuksi tuleminen tunne muodostavat edellytykset lapsen arvotunneille, moraaliselle kehitykselle ja omanarvontunnon. (Puolimatka 2004, 46–47.)

Kasvattajan tuki lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukijana on merkittävä, aina annettu tuki ei kuitenkaan ole riittävää. Varsinkin murrosikään tullessa, nuoren on tärkeää saada tukea kasvattajalta ja tarvittaessa nuorisotyön ammattilaisilta tunteiden käsittelyyn. Tunnetaidoilla on merkittävä vaikutus mielenterveyteen ja hyvinvointiin. Tämän lisäksi Itsetuntemus vahvistuu hyvien tunnetaitojen kautta. (Erkko & Hannukkala 2013, 75.)

Koulun rooli tunnekasvatuksen tukijana on merkittävä. Elämisen taidoista tunteiden nähdään tärkeimpänä kasvatustyön kentässä. Tunnetaitojen kehittyminen auttaa lasta ymmärtämään omia ja toisen ihmisen tunteita. Koulu-kiusaaminen vaikuttaa itseluottamukseen, joka voi esiintyä vaikeutena kohdata muita ihmisiä. Tunnetaitojen harjoittamisen myötä voidaan vaikuttaa koulu-kiusaamisen vähenemiseen, sekä tukea arimpia lapsia itseilmaisuun ja vuorovaikutussuhteisiin. (Jalovaara 2005, 27, 33, 69.)

Opinnäytetyön aihe lähti omista kokemuksistani työssäni. Halusin saada selityksiä erilaisille käyttäytymisen ilmiöille ja hakea uudenlaisten toiminnallisten menetelmien kautta mahdollisuuksia hyvinvoinnin kohenemiseen. Ohjausnäkökulmasta katsottuna, halusin mahdollisimman paljon nuorten ehdoilla tehtävää toimintaa. Tämän näkemykseni pohjaan kokemuksiini, että usein voimme olla ohjaajana esteenä asioille, joiden kautta voisi saavuttaa kasvua tukevaa hyvinvointia.

Ohjaajana halusin tarkastella myös omia toimintatapoja ja vahvistaa omaa ymmärrystäni. En ole aikaisemmin perehtynyt tunnetaitojen merkitykseen, joten halusin tarkastella eri näkökulmia ja lisätä tietämystäni. Aihealueena tunteiden olivat itseäni kiehtova aihealue. Ihmisenä ja ohjaajana olen pohtiva, joten halusin löytää itselleni ja ryhmälleni tavan joka tukee nuoria yksilölähtöisesti oman ajattelutavan tarkasteluun.

Omien kokemuksieni mukaan ohjaajan liikaa kontrolloiva työote kaventaa itseohjautuvuuden mahdollisuuksia ja vastuuntunnon kasvulle ei synny edellytyksiä. Tämän myötä mahdollisuudet kokemuksista oppimiseen jäävät herkästi taka-alalle.

Opinnäytetyöni kautta haluan myös avartaa työpajan toimintaperiaatteiden tarkastelua. Taloudellista voittoa tavoittelevassa työpajatoiminnassa nuori saattaa unohtua. Tunnetaitojen vahvistamisen merkitys nuoren mielenterveyden ja hyvinvoinnin edistäjänä tulee mielestäni nähdä ensisijaisena työpajatoiminnassa. Oman kokemukseni myötä uskon, että nuorten hyvinvoinnin koheneminen antaa työ- ja kouluelämässä menestymiselle vankemmat edellytykset.

2 KEHITTÄMISHANKKEEN TAUSTA JA TARVE

2.1 Nuorten työpajatoiminta Suomessa

Nuorisolain (2016/1258) 3. pykälän määritelmän mukaan nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiaista. Työpajatoimintaa Suomessa järjestävät kunnat, yhdistykset ja säätiöt. Vuonna 2015 nuorille suunnattua työpajatoimintaa järjestettiin 93 % Suomen kunnista. (Valtakunnallinen työpajayhdistys ry s.a.) Työpajoilla tuetaan nuorten sosiaalista vahvistumista ja omatahtoista yhteisöllistä kasvua. Työpajalla ohjataan ja tuetaan nuorta työnteon oppimiseen, sekä valmennetaan nuorta kehittymään valmiuksissaan edetä kohti koulutusta tai avoimia työmarkkinoita. (Nuorista Suomessa 2016, 39.)

”Nuorisolain 4 luvun 13. pykälän mukaan Nuorten työpajatoiminnan tehtävänä on valmennuksen avulla parantaa nuoren valmiuksia päästä koulutukseen, suorittaa koulutus loppuun ja päästä avoimille työmarkkinoille tai muuhun tarvitsemaansa palveluun. Työpajatoiminnan tarkoituksena on parantaa nuoren elämänhallintataitoja sekä edistää hänen kasvuaan, itsenäistymistään ja osallisuutta yhteiskuntaan”. (Nuorisolaki 13.§ 4. mom.)

Nuorten työpajatoiminnan tavoitteet nostavat esille nuorten syrjäytymisen ehkäisyn yhteiskunnasta. (Nuorten työpajatoiminta 2017.) Suomen Nuorisoyhteistyö- Allianssi ry:n julkaisemassa tutkimuskoosteessa syrjäytyneeksi nuoreksi luokitellaan työvoiman ja opiskelun ulkopuolelle jäänyt nuori, joka on suorittanut pelkän peruskoulun. (Nuorista Suomessa 2016, 41.) Vuonna 2015 Suomessa työpajatoimintaan osallistuneista 58 prosenttia oli alle 29-vuotiaita nuoria. Näistä alle 29- vuotiaista nuorista yli 50 prosentilla oli pelkkä peruskoulututkinto. (Bamming & Hilpinen 2016, 7,15.)

Nuorten jääminen koulutuksen tai työmarkkinoiden ulkopuolelle vuoden ajaksi, nähdään yhteytenä psyykkisten ja sosiaalisten ongelmien syntyyn. Lisäksi koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääneiden heikossa sosioekonomisessa asemassa olevien nuorten vaikeudet, kuten huostaanotot, rikollisuus ja toimeentulo-ongelmat ovat merkittävästi yleisempiä nuorilla, joiden vanhemmat ovat olleet toimeentulotuen saajia. (Nuorista Suomessa 2016, 41.)

Työpajoille ohjautuu runsaasti koulutusta vailla olevia nuoria, jotka ovat kokeneet koulu- ja opiskeluaikanaan oppimiseen liittyviä vaikeuksia. Suomen väestöstä 20–25 prosentilla on arvioitu olevan eritasoisia oppimisen vaikeuksia. Erityisen oppimisen vaikeuksiin lukeutuvat mm. lukemisen ja kirjoittamisen vaikeudet, matemaattinen vaikeus, hahmottamisen vaikeus ja työmuistin kapasiteetti. (Valmennuksessa erilainen oppija 2009, 5, 21.)

2.2 Loimaan kaupungin Nuorten työpaja

Loimaan kaupungin Nuorten työpaja on sosiaalitoimen alaisuudessa. Nuorten työpaja on tarkoitettu työttömille 17–29-vuotiaille. Nuoret ohjautuvat pääsääntöisesti työpajalle TE-toimiston, sosiaalitoimen ja etsivän nuorisotyön kautta. Työpajan palveluun osallistutaan kuntouttavan työtoiminnan tai työkokeilun nimikkeillä. Toimintapäivät muodostuvat kuluttajien ja yritysten lahjoittamien poistotekstiilien lajittelusta, asiakaspalvelutyöstä, rahankäsittelystä ja käden-taitotöiden valmistamisesta. Lisäksi yhtenä päivänä viikossa teemme hyvinvointia edistäviä asioita mm. liikumme, valmistamme ruokaa ja harjoittelemme erilaisia kotiin liittyviä siivoustehtäviä. Työpajalla pidetään myös erilaisia teemakeskusteluja ja tavataan eri toimijoita eri elämänvaiheisiin alueilta.

Nuoret tulevat työpajalle hyvin erilaisista elämän lähtökohdista. Toimintaan osallistuvat nuoret tulevat työpajalle etsien ja rakentaen omaa elämänsuuntaansa. Jokaisen nuoren kanssa sovitaan yksilölliset, hyvinvointia edistävät tavoitteet, joiden pohjalta laaditaan suunnitelma työpajajaksolle. Toiminnassa huomioidaan nuoren yksilöllinen tuen tarve, kuten hakeutuminen erilaisiin kuntoutus- ja terveystyökaluihin, osana nuoren kuntoutumista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Suunnitelman toteutuminen arvioidaan yhdessä nuoren kanssa, sekä nuoren elämäntilanteen mukaan muiden yhteistyötahojen kanssa. Nuoren tavoitteita edistävä valmentautuminen, vaatii ohjaajalta pitkäjänteistä ja kannustavaa työtä, jotta nuoren elämäntaidot ja oma motivaatio vahvistuu. Samoin luottamusta nuoren tulevaisuuden mahdollisuuksiin pitää lujittaa.

Työpajalla nuoruus ja työttömyys ovat yhdistävänä tekijänä jokaisen nuoren välillä. Toisinaan nuorten elämäntilanteet omaavat samoja piirteitä, mutta jokaisen elämänhistoria, senhetkinen elämäntilanne ja nuoren tuntemat kokemukset ovat yksilöllisiä. Työpajalle ohjautuvilla nuorilla saattaa työttömyyden

lisäksi olla koulu- ja työmarkkinoille etenemistä hidastavia tekijöitä, kuten mielenterveys- ja päihdeongelmia, vähävaraisuutta, sekä oppimisvaikeuksia.

Päihdeongelmat näyttäytyvät työpajan arjessa nuoren keinona hakea ratkaisua vaikeaan elämäntilanteeseensa. Vaikeissa tilanteissa nuorten on kenties yritettävä nostaa oma asemaansa toisten elämään peilaten. Tämä on nähtävissä toisinaan siinä, että nuori ei huomaa omia elämän haasteitaan, vaan keskittyy arvioimaan jonkun muun nuoren elämäntilannetta työpajayhteisössä.

Nuoret ovat haavoittuvaisia ihmissuhdekonfliktien osalta. Lapsuudessa ja nuoruudessa koetut ihmissuhdekonfliktit, saattavat olla itsensä vähättelyn ja epäroinnin taustalla. Suoriutuminen eri työtehtävistä ja sosiaalisista tilanteista itsenäisesti voi näyttäytyä epävarmuutena. Lisäksi opiskelu- ja työelämä keskustelut ovat tuoneet esiin erilaisia kouluun liittyviä huonoja kokemuksia. Yleisimmin huonot kokemukset ovat liittyneet koulukiusaamiseen sekä nuoren kokemukseen liian vähäisen tuen saamisesta haasteellisissa oppimistilanteissa.

Tunnetaitojen kehittämiseksi tärkeimpänä perustana pidetään hyvää itsetuntoa (Suomen Mielenterveysseura s.a.). Lapsuudessa koettu hyvä hoito ja huolenpito vaikuttavat ihmisen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Nämä varhaisessa iässä tunnetut onnistumisen kokemukset toiminnan ja osaamisen osalta vaikuttavat myöhemmässä iässä hyvään itsetuntoon. (Suoninen ym. 2010, 119.) Itsetunnosta käytetään nimityksiä itsearvostus, itseluottamus ja itsevarmuus. Itsetunnossa kyse on itseluottamuksesta ja itsensä arvostamisesta. Hyvän itsetunnon olevalla ihmisellä on kyky arvostaa muita ihmisiä. Hän näkee muiden ihmisten taidot ja kuulee muiden ihmisten mielipiteet. Hyvä itsetunto on oman arvonsa tuntemista, riippumatta muiden ihmisten tai yhteiskunnan arvostuksesta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 18–19.)

Hoidon ja huolenpidon laiminlyönnin vaikutukset heikkona itsetuntona saattavat tulla esiin myöhemmässä vaiheessa huonommuuden- ja häpeän tunteina, sekä vihamielisyytenä muuta maailmaa kohtaan (Suoninen ym. 2010, 121). Heikon itsetunnon omaava ihminen saattaa kokea muut ihmiset itselleen uhaksi, joka voi johtaa toisen ihmisen kritisointiin. (Keltikangas-Järvinen 2010,19.)

Räsänen (2015, 59) käsittelee tutkimuksessaan keskeisiä nuorten itsetunnon kehittymiseen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksessa haastateltiin yhdeksäsluokkalaisia koulun oppilaita. Oppilaat kokivat itsetuntoa heikentävinä tekijöinä mm. koulukiusaamisen ja lapsuudessa koetut vaikeat kokemukset. Jalovaaran (2005,83) mukaan peruskoulun resursseihin tulee panostaa, jotta hyvien toimintaedellytysten avulla voidaan turvata lasten ja nuorten hyvinvointi.

Vanhemmilta saadun vähäisen ajan ja kärsimättömyyden vaikutukset, heijastuvat lapsella turvallisuuden ja rakastetuksi tulemisen tunteeseen alentavasti. Tätä selittänee kasvattajien henkisten voimavarojen vähäisyys ja riittämättömyyden tunne kasvattaessaan lasta. (Jalovaara 2005, 82.) Tämän lisäksi vanhempien mallikäyttäytymisellä on merkittävä vaikutus lasten tunteiden käsittelyn tukijana. Esimerkiksi fyysisten uhkien ja sosiaalisten tilanteiden toimimista on tärkeää tukea rohkaisemalla lasta kohtaamaan erilaisia tilanteita, lapsen kehitystaso huomioiden. Vanhempien omat turvattomuuden tunnetta viestittävät vuorovaikutustaidot, voivat aiheuttaa lapselle stressin ja olla yhteydessä ahdistuksen syntymisen. (Fröjd ym. 2009, 3.)

Mielenterveys- ja päihdehäiriöiden taustalla eivät ainoastaan ole perintötekijät. Ympäristöllä jossa nuori elää, on vaikutusta näiden häiriöiden puhkeamiseen. Vanhempien mallikäyttäytyminen ja alkoholin käytön liitännäisongelmat kodin ilmapiirissä nähdään yhteytenä nuoren alkoholinkäyttöön. Vanhemman alkoholinkäytön myötä syntyvät ongelmat voivat aiheuttaa vaikeuksia. Tällöin vanhemmalla saattaa olla vaikeaa tukea nuorta koulunkäynnissä ja yhteiskuntaan kiinnittymisessä. Nuorilla puuttuminen mielenterveyden ongelmiin ja päihteiden käyttöön samanaikaisesti on nuoren tulevaisuuden kannalta merkittävää, ennen kuin diagnosoitavaa häiriötä pääsee edes syntymään. (Fröjd ym. 2009, 5, 31–32.)

Kiviruusu (2017,31) on tutkimuksessaan selvittänyt itsetunnon kehittymistä nuoruudesta keski-ikään, sekä itsetuntoon vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksessaan Kiviruusu seurasi samaa kohderyhmää 26 vuotta. Tutkimuksen alussa kohderyhmän henkilöt olivat 16–vuotiaita nuoria ja tutkimuksen loputtua he olivat 42–vuotiaita aikuisia. Kiviruusu (2017, 13) toteaa tutkimuksessaan, että: ”usein psykiatristen häiriöiden taustalla on itsetuntoon liittyvät ongelmat. Itse-

tunto muotoutuu ihmisen kyvystä hyväksyä itsensä, sekä halusta muuttaa elämänsä. Lisäksi ihminen tarvitsee itsetunnon kehittämiseen uskon omiin kykyihinsä ja mahdollisuuksiinsa”.

Kiviruusun (2017, 67) tutkimuksessa naisten ja miesten yhteisenä itsetuntoon heikentävänä tekijänä nousi esiin elämänkulun aikana lisääntyneet ihmissuhdevaikeudet. Lisäksi ihmissuhdevaikeuksilla ja itsetunnolla havaittiin suora yhteys. Itsetunnon kehitys oli tasaisempaa niillä, joiden kohdalla ihmissuhdevaikeuksia oli vähemmän, kun taas ajan myötä lisääntyneiden ihmissuhdevaikeuksien kokeneilla itsetunnon todettiin olevan alhaisin keski-ikään tultaessa. Lisäksi tutkimus osoitti, että nuorena useita ihmissuhderistiriitoja kokeneilla, itsetunnon kehityskulku lähti nuoruudessa jo alemmalta tasolta kuin niiltä joiden kohdalla konflikteja oli vähän. Näiden kahden ryhmän välillä nuoruudessa havaittu ero itsetunnossa pysyi samanlaisena aina aikuisuuteen asti.

3 KEHITTÄMISHANKKEEN TEOREETTINEN PERUSTA

3.1 Tunnetaidot käsitteenä

Tunnetaidoilla on ihmisen mielenterveyttä ja hyvinvointia edistävä vaikutus. Tunnetaitojen muodostuminen käynnistyy tunteiden havaitsemisesta ja tiedostamisesta. (Erkko & Hannukkala 2013, 75, 77.) Tunteiden tiedostamisen ja havaitsemisen myötä tunteen tunnistaminen mahdollistuu, sekä tunteiden nimeäminen mahdollistaa tunteiden näyttämisen itselle ja toisille. Tunteiden sietämistä pidetään haasteellisimpana tunnetaitona. Tunteiden sietäminen edellyttää ihmiseltä kärsivällisyyttä ja myötätuntoa itseään kohtaan, epämiellyttävien kokemusten jälkeen. Aikuisilla tunteiden säilömisellä ja sulattelulla tarkoitetaan erilaisten asioiden aiheuttamaa tunnetta, jonka käsittelyyn voi olla hyvä antaa aikaa ja vasta harkinnan jälkeen näkemyksen ilmaisu voi olla suotuisampaa. (Jääskinen 2017, 36, 39, 41.)

Tunteiden säateleminen muodostuu tunteiden hallinnasta ja käyttäytymisen hillinnästä. Tunnehallinta antaa mahdollisuuden tunteiden kokemiseen, ilmaisuun ja tunteiden työstämiseen. Tunteiden hallintaa tarvitsemme kuormittavien tunteiden säätelyyn ja hyvän tunnehallintataidon avulla pystymme palaut-

tamaan tasapainon elämäämme. Tasapainon saavuttaminen vaatii ihmisen halua ja rohkeutta kokea erilaisia tunteita. (Erkko & Hannukkala 2013, 77–78.)

Tunneäly on oman sekä toisten ihmisten tunteiden tunnistamista ja ilmaistamista. Tunneällyn omaksuessaan ihminen osaa hyödyntää tunteitaan oman ajattelun tukena. Ihmisen taitaessa hyvän tunneällyn, hän pystyy hahmottamaan tunnepitoista tietoa ymmärtämällä tapahtunutta ja siitä johtuvaa tunnetaan. (Erkko & Hannukkala 2013, 79.)

3.2 Tunnetaidot ilmiönä

Jalovaaran (2005, 9–10) mukaan ”lapsen sosiaalinen, emotionaalinen ja eettinen kasvaminen alkaa perheyhteisössä, joka nykyaikana poikkeaa täysin 1900-luvun alkukymmenien suurperheestä. Nykyaajan ydinperhekin, johon yleensä on kuulunut isä, äiti ja lapset on avioerojen ja muiden syiden johdosta saanut hyvin monenlaisia muotoja. Lapsiperheen asema on joutunut sekä ulkoa että sisältä tulevien paineiden alaiseksi”. Keltikangas-Järvinen (2010, 19) taas toteaa että ”Länsimainen suoritusyhteiskunta ei liitä hyvää itsetuntoa sisäiseen tasapainoon ja siihen, että on tyytyväinen elämäänsä, vaan aktiivisuuteen ja suoriin”.

Jalovaaran (2005, 76–77) mukaan varhaiskasvatuksessa ja koulukasvatuksessa tunnetaitojen kehittäminen on jäänyt vähäiseksi. Vähäiset taidot tunteiden käsittelyssä näyttäytyvät lasten, nuorten ja aikuisten jännittämisenä ja sosiaalisina pelkoina. Hän painottaa sosiaalisten tunnekokemusten kehittymisen merkitystä varhaislapsuudessa. Jalovaaran (2005, 78–79, 83) näkemyksen mukaan suomalaisessa yhteiskunnassa ja koululaitoksessa vallitsee kriittinen ilmapiiri, joka ei tue lasten tunnetaitojen kehittymistä moniarvoiseen ja ihmisten erilaisuutta hyväksyvään suuntaan. Hän perustelee sosiaalisten taitojen ja tunneällyn harjoittelun merkitystä lapsen itseluottamuksen, tahdon ja rohkeuden vahvistajana. Koulun merkitys tunnetaitojen tukijana nähdään suuressa roolissa ja riittävät resurssit antavat edellytykset eriyttämiseen, tukiopeutukseen ja erityisopetukseen. Tämä mahdollistaa myönteisen oppimiskokemuksen jokaiselle lapselle, kuten oppimisvaikeuksista kärsiville.

Tunnetaitojen merkitys nousee esiin kilpailuyhteiskunnan näkökulmasta. Jalovaara (2005,79) painottaa keskinäisen kilpailun sijaan kannustavan ja rohkaisevan yhteiskunnan vaikutusta ihmisten keskinäisen arvostavan ilmapiiriin vaikuttavana tekijänä. Jalovaara toteaa, että: ”meidän kaikkien on pysähdyttävä aina päättäjiä myöten pohtimaan, kuinka ihmisten henkiset, luovat voimavarat elvytetään ja kuina ihmisten välinen yhteistyö saadaan toimimaan rakentavalla tavalla”.

Uusi opetussuunnitelma astui voimaan 1.8.2016. Opetussuunnitelmassa on tuotu esiin onnistumisen kokemusten ja tunnetaitojen merkitys oppilaan hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä seuraavasti ”Uudistuksen keskeisinä tavoitteina on vahvistaa oppilaan aktiivisuutta, lisätä opiskelun merkityksellisyyttä ja mahdollistaa onnistumisen kokemukset jokaiselle oppilaalle. Lapsia ja nuoria ohjataan ottamaan vastuuta opiskelustaan ja jokaista oppilasta tuetaan opinnoissaan. Oppilas asettaa tavoitteita, ratkaisee ongelmia ja arvioi oppimistaan tavoitteiden pohjalta. Oppilaan kokemukset, tunteet, kiinnostuksen kohteet ja vuorovaikutus toisten kanssa luovat pohjaa oppimiselle”. (Opetushallitus s.a.)

Artikkelissa Mannerheimin Lastensuojeluliiton puheenjohtaja Karlsson toteaa ”Tunnetaitoja ei voi erikseen oppia riittävän monipuolisesti, jollei infrastruktuuri arkisessa elämässä tue samaa päämäärää. Tämän vuoksi ennen kuin rakennetaan mittavia opetusohjelmia, kannattaisi ensin tarkistaa, että myös muut yhteiskunnan rakenteet tukevat tavoitteita”. (yle.fi. 2016.)

Ihmisen tunnetaitojen oppiminen alkaa syntymästä. Tunnetaitojen oppiminen ja tunnetaidoissa kehittyminen on koko elämän kestävä tapahtuma. (Erkko & Hannukkala 2013, 75.) Lapsen ensimmäisten ikävuosien aikana syntyvä kiintymyssuhde, on yhteydessä lapsen sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (Juu-sola 2017, 23.) Läheisen kiintymyssuhteen pohjalta lapsi oppii kyvyn erottaa mielihyvän tunteen mielipahasta, tämän kautta lapsen tilanteen lukutaito erilaisissa vuorovaikutustilanteissa kehittyy. Tämän taidon myötä mahdollistuu lapsen oman elämän valmiuksien hallinta, jonka kehittyessä lapsi oppii taidon erilaisten tunteiden erottamiseen ja niiden nimeämiseen. Lapsi oppii tunnistamaan omien tunteiden ilmaisemisen tärkeyden, ainoastaan kiintymyssuhteen kautta. Kiintymyssuhteen muodostuminen vaatii kasvattajalta aikaa ja kiinnostusta lapsen kokemille tunteille. Kasvattajan rooli lapsen tunnekasvatuksen

kehittymisessä on merkittävä, koska kasvattaja toimii omien tunteidensa kautta esimerkkinä lapsen tunteiden kehittymiselle. (Puolimatka 2004, 65–66.)

Schelerin (1983) mukaan kyky ykseyden tunteeseen on perusta oppia ymmärtämään toisen ihmisen kokemia tunteita. Lapsen ollessa jatkuvassa ykseyden tilassa ajatukset - ja arvot muodostuvat samanlaisiksi kasvattajan kanssa, joka estää lapsen oman ajattelun ja ymmärryksen kehittymisen. Tätä oppimisen mahdollisuutta, voi olla mahdoton saada aikuisuudessa takaisin. Lapsuus tulee nähdä itsenäisenä osana ihmisen kehityksessä, koska lapsen minuus kehittyy omien kokemusten ja muiden ihmisten kokemusten myötä. Tämän myötä lapselle kehittyy edellytys samaistumisen tunteen kehittymiselle ja myötätunnon tunteminen mahdollistuu. (Puolimatka 2004, 69–70.)

Schelerin (1983) mukaan ihmisen osatessa taidon ymmärtää toista ihmistä ei tarkoiteta toisen ihmisen todellisuuteen asettumista. Voimme siis ymmärtää, tuntematta lainkaan myötätuntoa. Arvotodellisuuden näkemysten muutokset tapahtuvat myötätunnon ja rakkauden myötä, johon ihminen tarvitsee taidon ymmärtää toisen ihmisen tunteita. Vasta toisen ihmisen tunteiden ymmärtäminen antaa mahdollisuuden myötätunnon kokemiseen. Myötätunnossa ihminen asettaa oman ja toisen ihmisen todellisuuden samanarvoiseksi. (Puolimatka 2004, 71.)

Lapsen kasvaessa ja tullessa murrosikään painottuvat koulun ja kaverisuhteiden merkitys tunnetaitojen harjoittelemisessa. Tämän lisäksi tarvitaan nuoren arkeen osallistuvien aikuisten malli tunteiden tunnistamiseen, sanoittamiseen ja käsittelyyn. Aikuisten luoma turvallisuuden tunne tukee nuorta tunteiden sanoittamisessa sekä niiden ilmaisussa. Tunnetaitojen vahvistuminen taas tukee nuoren itsetuntemuksen kehittymistä, joka näkyy nuorella taitona kertoa omista ajatuksistaan. Hyvän itsetuntemuksen myötä nuorelle kehittyy kyky luoda ja ylläpitää ihmissuhdetaitoja. (Erkko & Hannukkala 2013, 75.)

Nuorena tunteet ja mielialat vaihtelevat alakuloisen ja surullisen tunteista iloiseen ja tyytyväisyyteen. Murrosiässä kasvun ja kehon muutoksien myötä nuori tulee entistä tietoisemmaksi omasta itsestään. Nuoruuteen kuuluva itsensä tarkkailuvaihe tuo kysymyksiä nuoren mieleen, kuten: ”riitänkö tällaisena”. Tunteiden tunnistamattomuus kehossa ja mielessä, sekä niiden sanomatta

jättäminen voi esiintyä erilaisena fyysisenä oireiluna. Nuorta on tärkeää tukea tunnetaitojen kehittämisessä, kuten rakkauden, vihan, surun ja pettymyksen tunteiden käsittelemisessä. Tärkeintä on opettaa nuorta kohtaamaan tunteensa pelkäämättä niitä. (Erkko & Hannukkala 2013, 79–82.)

Vanhemmuuden tukemisen myötä voidaan vaikuttaa lasten ja nuorten hyvinvointiin. Perheen hyvinvointi on lapsen ja nuoren hyvien tunnetaitojen kehittymisen edellytys. Jalovaaran (2005, 82–83) mukaan vanhemmuuden tukemiseen tarvitaan uudenlaisia keinoja. Lapsiperheiden ongelmien lisääntymistä ja kotikasvatuksen laadun heikkenemistä hän perustelee vanhempien työttömyydellä, avioeroilla, stressillä ja kiireellä.

3.3 Aiemmat tutkimukset tunnetaidoista

Tunnetaitoja ja niiden merkitystä joidenkin ikäryhmien kohdalla on tutkittu paljonkin. Etenkin leikki-ikäisten ja peruskouluikäisten lasten tutkimusmateriaalia tunnetaitojen merkityksestä hyvinvointiin on paljon saatavilla. Myötätuntoon ja itsetuntoon keskittyviä tutkimuksia on tehty runsaasti. Etsiessäni en löytänyt työpajan nuorten ikäryhmää koskevaa laaja-alaista tunnetaitotutkimusta. Tämän pohjalta voin tehdä johtopäätöksen, että kyseessä oleva tutkimusalue on suppea ja mielestäni työpajan nuorten tunnetaitoja tulisi laaja-alaisemmin tutkia.

Huilla ja Isokoski (2013, 77) on selvittänyt tutkimuksessaan esiopettajien ja opettajien näkemyksiä esiopetuksessa ja alkuopetuksessa olevien lasten tunnetaidoista ja itsetunnosta. Noin puolet tutkimukseen osallistuneista kokivat tunnetaitojen harjoittelun esikoulu ja koulu vaiheessa oleville lapsille todella tärkeäksi. Tämän tutkimuksen perusteella edellä mainittu vaihe on perusta elämässä pärjäämiselle. Sistonen (2008, 128–129) on tutkimuksessaan toteuttanut tunnekasvatusintervention draamamenetelmää hyödyntäen viidesluokkalaisille oppilaille. Tutkimuksessa ilmeni, että tunnekasvatusta tulisi toteuttaa suunnitelmallisesti oppitunteihin sisällytettynä, sekä koulun arjessa päivittäin syntyviä tunnepitoisia tilanteita tulisi hyödyntää tunnekasvatuksessa. Tutkimuksessa todetaan myös, että tunnetaidot ovat yhteydessä 5-luokkalaisen kokonaiskehitykseen.

Kirvesoja (2013, 55–57, 60, 62, 67–68) on selvittänyt tutkimuksessaan 11 eri koulun luokanopettajan näkemyksiä ja kokemuksia tunnekasvatuksesta kouluissa ja opetussuunnitelmassa. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin mitä opettajalta vaaditaan, jotta oppilaiden tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea. Tutkimuksen mukaan oppilaiden tunnekasvatus vaatii opettajalta itseltään hyviä tunnetaitoja ja taitoa olla sinut itsensä kanssa. Lisäksi opettajan tulee olla empaattisia ja huomioida oppilaiden tunteet kaikenlaisissa tilanteissa, vaatien hyvää tilannetajua ja opettajan omaa mielenkiintoa sekä aktiivisuutta. Opettajat kokivat tunnekasvatuksen haasteena ajan- ja suunnitelmallisuuden puutteen, sekä oppilaiden erilaiset tunnetaidot. Opettajat kokivat myös, että opettajakoulutus ei ole antanut riittäviä valmiuksia oppilaiden tunnetaitojen tukemiseen ja niiden kehittämisen. Tutkimukseen osallistuneet opettajat kokivat myös, että kouluissa pitäisi huomioida tunnekasvatus ennaltaehkäisevänä toimenpiteenä. Opettajat kokivat, että oppilaiden kokonaisvaltaisen kasvun ja kehityksen tukemiseen ei kiinnitetä riittävästi huomiota, vaan tunnekasvatukseen kiinnitetään huomiota vasta, kun ongelmia on jo päässyt syntymään.

Takkinen (2016, 26) on tutkinut nuorten tunnetaitojen yhteyttä itsetuntoon. Hänen mukaansa itsearvostuksen kohentuminen kehittää tunnetaitoja. Narsakka (2017, 14, 28, 33–34) on toiminnallisessa opinnäytetyössään toteuttanut nuorten pajalla pidetyn toimintapäivän. Toimintapäivän tavoitteena oli parantaa nuorten yksilöllistä hyvinvointia, sekä mahdollistaa nuorten tunteiden ymmärtämistä. Toimintapäivä muodostui tunnetaitoharjoituksista, keskusteluista ja dia-esityksestä. Toimintapäivää koskevassa nuorten antamassa palautteessa nousi esiin mm. uusien, mutta tuttujenkin tunnetaitojen merkitys. Narsakka tulkitseekin, että toimintapäivien keskustelut ja harjoitukset tukivat joitakin nuoria ymmärtämään paremmin tunnetaitojaan, tiedostamaan sekä tunnistamaan tunteitaan.

Kapanen (2016, 12) on tutkinut myötätunnon ilmenemistä ja edistämistä työelämässä CoPassion- tutkimushankkeessa. Kyselytutkimus toteutettiin internetkyselynä. Kohderyhmänä olivat kaikenikäiset, eri ammattikuntia edustavat ja sukupuolta olevat suomalaiset. Kapanen (2016, 37–38) toteaa tutkimuksen yhteenvetona, että ”suomalaisessa työelämässä myötätunto näyttäytyy kärsimyksen keskellä”. Tutkimuksessa nousi esiin tutkimukseen osallistuneiden

työelämässä olevien vastaajien halu edistää omaa myötätunnon kehittymistä. Kehittämisehdotuksissa eniten toivottiin puhumista ja kuuntelemista.

4 KEHITTÄMISPROSESSIN TOTEUTUS

4.1 Kehittämistehtävä ja toimenpide

Tämän kehittämishankkeen tavoitteena on tukea työpajalla olevien nuorten tunnetaitojen kehittymistä. Toimintapäivien avulla, on tarkoituksena tukea nuoria ymmärtämään toisiaan paremmin. Lisäksi toimintapäivien kautta tuetaan nuorten vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Työpajalla olevien nuorten ryhmän kannalta ryhmän keskinäinen vuorovaikutus kehittyy ja yhdessä toimiminen saa mahdollisuuden vahvistua. Kehittämishankkeen myötä haluan myös avata ohjausnäkökulman nuorten keskinäisen ymmärtämisen tukemiseen nuorten työpajatoiminnassa ohjaustyötä tekeville. Ihminen tarvitsee tunnetaitojen vahvistamista koko elämän ajan. Yhteiskunnallisella tasolla nuorten tunnetaitojen kehittyminen ja taito ymmärtää toista ihmistä, parantaa ihmissuhdetaitoja ja antaa nuorille valmiuksia tulevaisuuteen niin koulu- kuin työelämässäkin.

Kehittämishankkeen toimenpiteenä on mahdollistaa jokaiselle nuorelle heidän itse ideoimansa toimintapäivä, tämän kautta tutustumme nuorten vapaa-aikaan. Toimin itse toimintapäivien suhteen mahdollistajan roolissa. Kehittämishanke käynnistyy ryhmähaastattelulla aiheesta, mitä nuorten mielestä on vapaa-aika. Tämän keskustelun tarkoituksena on herätellä nuorten ajatuksia omasta vapaa-ajasta, jonka myötä he voivat kirjata ideoitaan paperille. Jokaiselle nuorelle sovitaan oman toimintapäivän toteutusajankohta. Jatkamme toimintapäivän suunnittelua nuoren kanssa ”vapaa-aika” ideapaperin innoittamana. Oma roolini mahdollistajana on toimia toimintapäiväsuunnitteluissa kannustajana, toimintaan vaadittavan tarvikkeiston hankkijana ja tilojen järjestäjänä.

4.2 Menetelmät

Ohjausmenetelmänä kehittämistehtävässäni sovelsin elämyspedagogista lähestymistapaa. Karppisen (2007, 77, 86) mukaan elämysten tiedostaminen ja

merkitys itselle ja muille on elämyspedagogiikan tärkein tehtävä. Siinä tietoinen kasvatustapahtuma muodostuu tavoitteesta, kasvatustapahtumasta ja arviointivaiheesta.

Omana tavoitteenani toimintapäivien suhteen oli, että nuoret itse asettavat tavoitteita ideoinnin ja toiminnan osalta. Tämän toteutin asennoitumalla mahdollistajan rooliin. Annoin nuorille ohjausvastuuta toiminnan suunnittelusta - ja ohjauksesta, jossa jokainen muodosti itse toimintapäivänsä tavoitteen. Tavoitteet näkyivät myös jokaisen toiminnassa hyödyntää erilaisia tapoja ohjata. Toimintapäivät olivat kasvatustapahtuma, jonka nuoret itse rakensivat vapaa-aika aiheen innoittamana. Toimintapäiviä järjestäneet nuoret saivat vapaamuotoisesti kertoa omia ajatuksiaan päivän tapahtumista. Oma arviointini muodostui toimintapäivien aikana havainnoinnista ja toimintapäivien jälkeen päivän järjestäneen nuoren yksilöhaastattelusta.

Elämyspedagogista toimintaa kuvataan kasvua, oppimista ja kuntoutumista edistävänä ohjausmenetelmänä. Menetelmän avulla voidaan tukea erityisesti oppimisen ongelmia kohdanneita nuoria. Elämyspedagogiikkaa kuvaillaan prosessinomaiseksi oppimiseksi, jossa oppimiskokemuksen myötä syntyvää uutta tietoa ja elämyksiä voidaan työstää pitkäkestoisesti. (Karppinen & Lattoma 2007, 11–12.)

4.2.1 Eteneminen

Kävin alkuvuodesta 2017 keskusteluja nuorten kanssa opinnäytetyöhöni liittyvästä kehittämistyöstä. Otin opinnäytetyöhön liittyvän kehittämistyön puheeksi useampia kertoja nuorten kanssa aamutyönjaon aikaan. Useampi tiedottaminen oli tarpeen, koska nuorten osallistumispäivät työpajalla määräytyvät sopimuksen mukaisesti, yhdestä neljään päivään viikossa. Nuorten työpajalla ei tällä hetkellä ollut sellaista työtoimintapäivää, jolloin kaikki työpajan kirjoilla olevat nuoret olisivat olleet samanaikaisesti paikalla. Ohjaajana halusin, että tieto normaalista poikkeavista työtoimintapäivistä tavoittaa jokaisen työpajalla käyvän nuoren. Lisäksi halusin antaa nuorille aikaa valmistautua työpajalla totutuista työtoiminta rutiineista poikkeavaan ajanjaksoon työpajalla.

Keskusteluissa nuorten kanssa kerroin, että opinnäyteyöhöni liittyvä kehittä- mistyö ajoittuu helmi- ja maaliskuulle 2017. Kerroin, että opinnäytetyössäni käsittelen nuorten tunnetaitoja ja tunnetaitojen vahvistamisen mahdollisuuksia työpajatoiminnassa. Keskusteluissa halusin tuoda nuorille esille näkökulman, miksi koen tärkeäksi toteuttaa kehittämishankkeen omassa työympäristössäni nuorten kanssa. Kerroin nuorille, että haluan avata erilaisia mahdollisuuksia heille, avartaen samalla omaa ammatillista näkökulmaani ja ammatillista kas- vuani. Kerroin, että koen nuorten työpajan luontevaksi kehittämistyön ympäris- tökseni. Perustelin näkemystäni nuorille siten, että olen päivittäin tekemisissä heidän kanssaan ja pääasiallinen tehtäväni on tukea - ja ohjata nuoria elä- mässään eteenpäin, etsien, kokeillen ja hyödyntäen erilaisia menetelmiä työni tukena.

Kehittämistyössä nuorten toimintapäivät muodostuivat kuudesta eri vaiheesta: Yhdestä ryhmämuotoisesta avauskeskustelusta, jokaisen nuoren itsenäisestä vapaa- aika pohdinnasta ja suunnittelusta, nuoren ja ohjaajan välisestä suun- nittelukeskustelusta, toimintapäivästä, toimintapäivän järjestäneen nuoren yk- silöhaastattelusta ja teemahaastattelusta.

4.2.2 Avauskeskustelu

Toimintapäivien suunnitteluun liittyvänä ensimmäisenä toimenpiteenä oli käynnistää ryhmäkeskustelu vapaa-ajasta. Ryhmäkeskustelun nuorten kanssa toteutin 7.2.2017. Keskusteluun vapaa-ajasta osallistui kuusi työpajan nuorta. lältään ryhmäkeskusteluun osallistuvat olivat 17–26-vuotiaita. Keskustelun tarkoituksena oli herätellä nuorissa jokaisen omia ajatuksia vapaa-ajasta. Ryhmämuotoisen keskustelun tarkoituksena oli saada jokaiselle nuorelle avautumaan vapaa-aika käsitys ja saada keskustelun avulla rohkaisemaan aremmat, sekä työpajalla juuri aloittaneet nuoret aiheen käsittelyyn.

Keskustelussa vapaa-ajaksi nuoret kertoivat kokevansa ajan, jolloin he itse voivat päättää mitä tekevät ja milloin tekevät. Työpajapäivien ulkopuolelle jää- vä aika koettiin vapaa-ajaksi, sekä työpajapäiviin kuuluvat tauot. Lisäksi va- paa-ajaksi nuoret kokivat toiminnan, joka tuntuu mielekkäältä ja toiminnan, johon ei tarvita rahaa.

Kysyessäni, mistä työpajalla olevien nuorten vapaa- aika muodostuu, nuoret kertoivat oman vapaa-ajan muodostuvan tietokoneella pelaamisesta, yhdessäolosta ystävien ja perheen kanssa, kirjastokäynneistä, lukemisesta, sekä tv:n katselusta kotona. Vapaa-ajan toimintaan liittyvänä rajoittavana tekijänä nuoret kokivat heikon taloudellisen tilanteen. Toisena rajoittavana tekijänä nuoret kokivat seuran vaikutuksen siihen, mitä kenenkin lähipiiriin kuuluvan ihmisen kanssa voi tehdä.

Työntekoa nuoret eivät kokeneet vapaa-aikaan kuuluvaksi. Lisäksi käyntejä Kelassa, TE- toimistossa tai terveydenhuollon palveluissa ei koettu vapaa-ajaksi, koska em. asiat koettiin kuuluvan asioiksi, jotka ovat pakollisia hoitaa. Tutkimukseen haastatelluista yksi nuori oli kolmen eri järjestön toiminnassa mukana, muut nuoret eivät kuuluneet mihinkään seura- tai järjestötoimintaan.

4.2.3 Toimintapäivät

Toimintapäivien avulla oli tarkoitus tutustua jokaisen nuoren arjen vahvuuksiin asioita yhdessä tehden ja kokemusten kautta avata ajatteluamme eri yksilöitä kohtaan. Nuoret olivat toimijan ja osallistujan roolissa. Itse toimin osallistuvan havainnoitsijan roolissa. Toimintapäivien jälkeen toteutin yksilöllisen teema-haastattelun kehittämishankkeen kokemuksista. Tarkoituksena oli saada tietoa siitä, minkälaisia ymmärtämisen tunteita toimintapäivät saivat nuorissa aikaan.

Avauskeskustelun tarkoitus oli toimia toimintapäiväidean herättelijänä. Tämän keskustelun jälkeen annoin ideapaperit käyttöön ja kerroin, että jokainen saa käyttää työpajapäivien aikana ideointiin aikaa ja kirjata vapaa-ajastaan mieleensä nousevia asioita. Nuoren saadessaan kirjattua omia vapaa-ajanviettopojaan ideapaperille, ohjeistin nuoria alustavasti miettimään vastauksia kysymyksiin: milloin toiminta-tuokio pidetään, missä toiminta tapahtuu, miten tuokion toiminta etenee ja minkälainen välineistö toimintaan tarvitaan.

Toimintapäivät toteutettiin yhdessä toimien. Toimintapäivien kautta tutustuimme jokaisen nuoren vapaa-aikaan. Jokaisen työpajalla olevan nuoren toimintapäivä idea toteutettiin yhdessä nuoren laatiman ideoinnin pohjalta. Nuori oli toimijan ja osallistujan roolissa. Toimintapäivien kautta pääsimme tutustumaan

jokaisen nuoren arjen vahvuuksiin asioita yhdessä tehden. Tämän kautta kyky ymmärtää toista yksilöä mahdollistui ja yhteisöllisyys vahvistui.

Jokaisella työpajan nuorella oli mahdollisuus toteuttaa suunnittelemansa toimintapäivä. Toimintapäiviin osallistuvia nuoria oli yhteensä 14. Vähintään kahden nuorten järjestämään toimintapäivään osallistui 12 nuorta ja jokainen nuori osallistui ainakin yhteen. Oman toimintapäivän halusivat toteuttaa kahdeksan nuorta. Kehittämistyön toimintapäivät toteutettiin 16.2.- 3.3.2017.

Kysyin nuorilta, miten he haluavat menetellä toimintapäivien järjestämisvuorojen suhteen. Nuoret halusivat, että toimintapäivävuorot jaetaan arpomalla. Sovimme myös, että niiden kohdalla, kenellä ei ole joka päivälle työtoimintapäivää sovittuna, päivät järjestetään heidän toimintapäiviin tai nuoren halutesa, hän voi vaihtaa toimintapäivän ajankohdan muulle viikon päivälle. Arvonta toimintapäivistä suoritettiin 9.2.2017. Arvontaan kirjoittamieni päivämäärien mukaisesti merkitsin jokaisen nuoren kohdalle tulleen päivämäärän kalenterini.

Saatuamme jokaiselle nuorelle oman toimintapäivän ajankohdan tietoon, sovimme ensimmäisenä toimintapäivää pitävän nuoren kanssa yhteisen suunnittelutuokion. Suunnittelutuokiot sovin heti mahdollisimman nopeasti, heti nuoren tuodessa esiin, että idea omasta toimintapäivästä oli olemassa. Osa nuorista kertoi tarvitsevansa aikaa suunnitteluun enemmän ja toiset olivat heti tietoisia mitä haluavat toimintapäiväänsä sisällyttää.

Ensimmäisen toimintapäivän toteutuksesta vastaava nuori ei saapunut työpajalle suunnittelukeskusteluun, joten jouduin miettimään miten etenemme. Sovimme ensimmäisen toimintapäivän toteuttajaksi nuoren, jonka ideat olivat jo lähes valmiina. Tämä sopi myös muille nuorille. Suunnittelukeskustelussa kuuntelin nuoren ideoita, joita olivat ratsastaminen tai valokuvaus ja musiikin kuunteleminen. Mietimme kahden eri idean järjestelymahdollisuuksia ja nuori päätyi valokuvaukseen. Roolini oli kuunteleva ja kannustava. Sovimme nuoren kanssa, että hän informoi muita nuoria lämpimästi vaatetuksesta seuraavaan päivään, koska lähdimme ulos valokuvaamaan.



Kuva 1. Nuoren ottama valokuva

Ensimmäisenä toimintapäivänä lähdimme valokuvaamaan ulos lähiympäristöämme. Saimme harjoitella järjestelmäkameran käyttöä nuoren ohjeistamana ja jokainen sai kuvata mitä itse halusi. Yksi nuorista innostui piirtämään jäiseen peltiin (kuva 1). Toinen nuorista innostui kuvaamaan talvista maisemaa (kuva 2). Muutaman nuoren kiinnostus kokeilla järjestelmäkameraa oli vähäinen, mutta lähtiessämme etenemään lähiympäristöön tehdäksemme lisää havaintoja luonnosta, jokaisen mielenkiinto kuvaamiseen oli herännyt. Kannustin nuoria kokeilemaan kameran käyttöä ja kokeilin itse kuvaamista. Tiedustelin ohjeita kuvaamiseen nuorelta, joka toimintapäivästä vastasi. Kyselin myös kuinka usein ja mitä nuori valokuvaa. Hän kertoi lähes viikoittain valokuvavansa enimmäkseen luontoa. Muut nuoret pyysivät valokuvaamiseen apua ja ottivat neuvoja toimintapäivän järjestävältä nuorelta vastaan.

Loppupäivän kuuntelimme työpajan tiloissa nuorelle tärkeää musiikkia ja pelasimme korttia. Opettelimme myös sosiaalisen median käyttöä. Tämä aihe synnytti nuorten keskustelun. Nuoret julkaisivat ottamiamme valokuvia työpajan Facebook- sivuille. Keskustelimme toimintapäivän järjestäneen nuoren kanssa hänen musiikkimieltymyksistään, esittämieni kysymyksien avulla muut nuoret rohkaistuivat mukaan keskusteluun. Päivän päätteeksi halusin kuulla nuoren omia kokemuksia päivästä.

Tarkoituksenani oli saada tietoa siitä, millaisena yksilön kokemus toimintapäivän järjestäjänä näyttäytyy. Toimintapäivän järjestänyt nuori koki merkitykselliseksi sen, että muut nuoret uskalsivat ottaa kuvia kameralla. Hän totesi että: ”se olisi ollut tyhmää jos vaan mää olisin ottanut kuvia”. Päivästä kivan teki nuoren kertoman mukaan se, että päivä oli niin erilainen kuin yleensä.



Kuva 2. Nuoren ottama valokuva

Toinen toimintapäivämme muodostui elokuvan katselusta ja herkuttelusta. Haimme nuoren kanssa kirjastossa yhdessä elokuvan, nuori koki haasteelliseksi valita elokuvaa, mitä kaikki tykkäisivät katsoa. Hankin nuoren toiveiden mukaiset tarjottavat elokuvan katselun oheen. Lisäksi hankin lainaksi projektorin, jotta elokuvan katselu työpajan tiloissa mahdollistui. Laitoimme tarjottavat esille yhdessä nuoren kanssa ja asensin projektorin toisen nuoren avustamana. Kaikki osallistuivat katsomiseen, mutta havaintoihini ja elokuvan sisältöön heijastettuna, tämä saattoi aiheuttaa epämiellyttäviä tunteita osassa nuoria. Tämä näyttäytyi puhelimeen katseluna ja kehonkielessä. Toisaalta elokuva saattoi herättää nuorissa samaistumisen tunteita. Toimintapäivän järjestänyt nuori kertoi merkittävämmäksi kokemukseksi sen, että hän sai itse päättää mitä teimme, sekä yhdessäolon.

Kolmannen toimintapäivän järjestänyt nuori halusi tuoda oman vapaa-ajan toimintaansa esiin ruokapäivän kautta, loppuajaksi hän oli suunnitellut kirjan lukemista. Valmistimme vegaaniruokaa ja vegaanileivonnaisia yhdessä. Nuori oli suunnitellut kauppalistan, jonka mukaan hankin tarvikkeet. Aamumme alkoi siten, että nuori oli tehnyt tehtäväjaon, jonka hän kertoi meille. Muut nuoret suhtautuivat tehtävänjakoon hyvin ja jokainen meistä teki oman osuutensa ruoanlaiton ja leivonnan osalta. Itselleni annettiin tehtäväksi leivonta ja parikseni sain yhden nuoren. Tunsin itseni toimijaksi nuorten parissa. Samanarvoisuus oli keittiössä läsnä. Lisäksi tehtäväjaossa olevat tiskaus ja kattaustyöt tulivat suoritetuiksi tehtäväjaon mukaisesti. Mieleeni painuvin havainto oli ruokailun jälkeen toimintaan osallisuneen nuoren toteamus ”en ollut tullut ajatelleeksi, että vegaaniruoka voi olla näin hyvää”.

Kirjan lukeminen ei innostanut kaikkia, mutta lukurauha oli kaikilla. Toimintatuokion jälkeisessä keskustelussa nuori koki merkittäväksi sen, että hän sai itse suunnitella ja järjestää toimintapäivän. Sai itse päättää, mitä itse haluaa. Keskustelussa nuori toi esiin, että eri elämän alueiden ympärille voisi rakentaa nuorten toteuttamia toimintapäiviä lisää. Onnistunutta kokemusta nuori perusteli jokaisen hyvällä käyttäytymisellä ja kaikkien osallistumisena. Kirjan lukemisen osalta nuori nosti esiin näkökulman, että ihmisen tulisi mennä oman mukavuusalueensa ulkopuolelle, vaikka kaikki ei aina olisi kivaa.

Neljäs toimintapäivä muodostui myös yhteisen ruokailun ja elokuvan yhdistelmästä (kuva 3). Nuori odotti toimintapäiväänsä kovasti. Nuori muistutteli viikon kuluessa useampaan otteeseen omasta päivästänsä. Hän aloitti päivän innokkaasti, antaen meille kaikille tehtävät. Itse huolehdin tiskauksesta. Muut nuoret ottivat ohjeita toimintapäivän järjestävältä nuorelta vastaan. Ruoanlaiton aikana jouduin kuitenkin ohjaamaan toimintapäivää vastaavaa nuorta. Tämän kautta pyrin herättelemään nuoren huomion hygieniaan ruoan käsittelyssä. Mielestäni minun oli puututtava ohjaustoimintaan työturvallisuuden näkökulmasta.

Puuttumiseni myötä ruoanlaitossa ilmeni nuorten kesken eriävä näkökulma. Nuoret saivat asian keskusteltua, vaikka tilanne vaati osapuolilta itsehillintää.



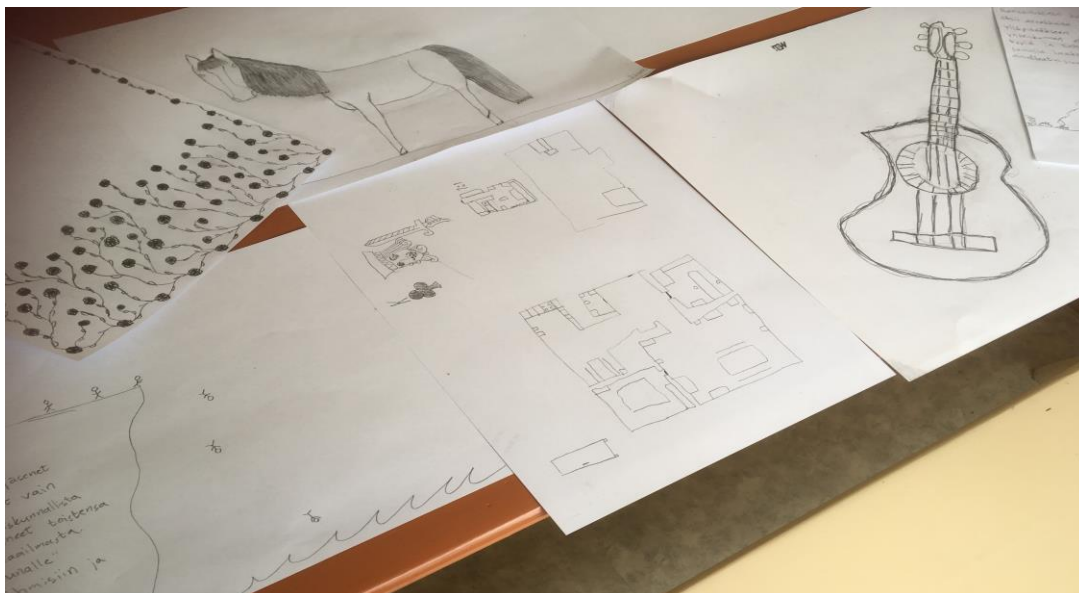
Kuva 3. Neljännen toimintapäivän tarjoilu

Viidennen toimintapäivän suunnitellut nuori oli alustavasti suunnitelmassa järjestää hyväntekeväisyyspäivän, jossa olemme auttamassa vähävaraisia. Annoin nuorelle tehtäväksi miettiä kohderyhmää ja avustustoiminnan muotoa. Seuraavana päivänä nuori oli kuitenkin päätenyt siihen, että päivän järjestäminen on kovaton ja vaatii enemmän työstämistä. Nuori oli pohdittuaan asiaa päätenyt järjestämään toimintapäivän, joka voisi olla kaikille mukava. Tässä kiinnitin huomion nuoren tapaan kertoa suunnitelmistaan. Hän kuvaili toimintapäivän sisältöä omien intressialueiden, mutta ennen kaikkea myös muiden nuorten hyvinvoinnin näkökulmasta.

Menimme yhdessä kauppaan, josta nuori valitsi pelejä, joita voimme tulevaisuudessakin hyödyntää työpajalla. Toimintapäivämme tuli koostumaan lautapeliin pelailusta ja laivanupotus turnauksesta. Laivanupotusturnaukseen nuori arpoi peliparit. Vuorovaikutusta syntyi kaikkien välillä. Nuoret jotka olivat olleet vasta vähän aikaa työpajalla, innostuivat keskustelemaan ja pelit ns. ajoivat nuoret keskinäiseen vuorovaikutukseen.

Kuudennen päivän järjestänyt nuori oli pois hänen kanssaan sovittuna toimintapäivänä, joten toiminta tapahtui sovitusviikon työtoimintapäivän loppuajasta. Nuori kertoi räpistä ja räpin syntymisestä, lisäksi hän räppäsi meille malliksi. Havaintoni nuoren taidoista ja vahvuusalueesta oli löytynyt. Nuori ehdotti meille räppäämistä parien kesken, mutta heittäytyminen uuteen asiaan ei saanut nuorissa rohkeutta aikaan. Kokeilin itse räppäämistä ja pyrin omalla heittäytymiselläni kannustamaan muita, mutta nuorten kyky heittäytyä uuteen ja vieraaseen asiaan oli havaittavissa. Myös erilaisuuden sietäminen tässä kohtaa nosti päätään. Nuoret, joiden mieleen musiikkityyli ei ollut, viestivät sanattomasti. Halusin herätellä kysymyksillä keskustelumahdollisuuksia aiheesta, koska huomasin keskustelun tapahtuvan ainoastaan järjestävän nuoren ja itseni välillä. Kyselin räp-musiikin aiheista. Tämän kautta käynnistyi keskustelumme poliittisista näkökulmista keskuudessamme. Keskusteluun innostuivat kaikki. Nuori kuvaili toimintapäiväänsä hiljaisena, mutta ymmärsi syyn muiden hiljaisuuteen, perustellen vaikeutena heittäytyä erilaisiin uusiin juttuihin. Nuori koki toimintapäivänsä onnistuneeksi, koska aiheena oli aihealue, joka on itselle mielekäs. Mieleen oli jäänyt mielenkiintoinen keskustelumme, johon kaikki osallistuivat.

Seitsemäs toimintapäivä kului piirtäessämme lyijykynätöitä, johon kaikki osallistuivat. Toimintapäivän järjestänyt nuori kertoi käyttävänsä useita tunteja piirtämiseen lähes päivittäin. Jokainen meistä sai piirtää mitä itse halusimme. Mielenkiintoista oli, että miehet menivät toiseen huoneeseen ja naiset toiseen huoneeseen, vaikka tietoisesti emme jakautuneet näihin ryhmiin. Hiljaisuus ja jokaisen nuoren keskittyminen piirtämiseen oli ajatuksiani herättävin kokemus. Toimintapäivää järjestäneen nuoren useiden tuntien yhtäjaksoinen piirtäminen oli nuorissa arvostusta ja kysymyksiä herättävä. Nuoret naiset totesivat, että eivät ole vuosiin piirtäneet. Pohdimme yhdessä, miksi kotona piirtämistä ei tule vapaa-ajan toimintana tehneeksi, koska toimintana se on mukavaa. Toimintapäivän järjestänyt nuori koki myönteisenä päivän, koska kaikki osallistuivat piirtämiseen. Hän koki tärkeäksi toiminnan onnistumisen tekijäksi sen, että hän ohjeisti kaikki piirtämään mitä itse halusivat. Toimintapäivien järjestämistä tulevaisuudessakin nuori perusteli toisten ihmisten tuntemaan oppimisella.



Kuva 4. Nuorten lyijykynätoita

Viimeisenä toimintapäivänämme katsoimme lastenelokuvan, söimme karkkia ja joimme limpsaa. Toimintapäivän järjestänyt nuori kertoi katsovansa paljon lasten elokuvia vapaa-ajallaan. Saimme yhdessä päättää minkä lastenelokuvan katsomme. Nuoret päätyivät tunteita käsittelevään elokuvaan. Havaitsin miesten mielipiteiden nousevan rohkeasti valinnassa esiin. Merkille laitoin myös sen, että kukaan nuorista ei kyseenalaistanut lastenelokuvan katselua, vaan kaikki olivat innostuneita elokuvasta. Jokainen keskittyi elokuvan katseluun.

4.2.4 Prosessin arviointi

Toteutin teemahaastattelun kehittämishankkeen kokemuksista (liite 1). Haastattelun kautta hain vastauksia kysymykseen: tukivatko toimintapäivät nuorten keskinäisen ymmärtämisen vahvistumista ja minkälaisia tunteita toimintapäivät saivat nuorissa aikaan? Karppinen (2007, 87) kuvailee kokemusten jälkeisten merkitysten tarkastelua reflektiiviseksi oppimiseksi, jonka kautta voidaan tukea myöhemmin tapahtuvaa ymmärtämistä.

Haastattelun kautta halusin vahvistaa ajatustani siitä, oliko toimintapäivien myötä kyky ymmärtää vahvistunut. Mielestäni pelkät mahdollistajan roolissa tekemäni havainnot, eivät olleet riittäviä analysoimaan nuorten kokemusten

arvoa. Tätä ajatusta tukee Karppisen (2007, 86) näkemys, jonka mukaan elämys on mielensisäinen ilmiö, jonka vaikutuksia kasvatuksellisin keinoin ei voida todistaa.

Nuoret kertoivat minulle kokemuksistaan teemahaastattelun kysymysten tukemana. Kokemus siitä, että jokainen nuori sai tuoda esiin omaa vapaa-ajan toimintaansa, oli myönteinen. Erilaisten kokemusten mahdollistuminen nähtiin tärkeänä, kokemusten kautta toisilta oppimisena ja yhteisön hyvinvointia vahvistavana. Nuoret ovat todenneet seuraavaa: ”Näki mitä ihmiset tekevät vapaa-aikana ja tehtiin kaikkea erilaista.”; ”Se on hyvä juttu, on oppinut ihmisistä.”; ”Kaikki saa toteuttaa oman ideansa.”; ”Se vahvistaa meidän kaikkien jaksamista ja yhteishenkeä.”

Kysyttäessä nuoren omia tuntemuksia, joita muiden nuorten toimintapäivien myötä nuoret kommentoivat tuntemuksiaan seuraavasti: ”No, kyl mä niistä nautin.”; ”Huomaan näissä päivissä oman kriittisen puoleni.”; ”Aika samanlaisia vapaapäiviä muilla, kuin itselläkin, mutta sitten oli taas vähän erilaisiakin.”; ”On päässyt tutustumaan toisten arkeen, että mitä ihmiset yleensä tekee vapaa-ajallaan, olen nauttinut näistä hetkistä.”

Halusin vahvistaa omia havaintojani siitä, miksi johonkin toimintaan nuoret eivät osallistuneet yhtä aktiivisesti. Aktiivisesti toimintaan osallistumista selittää kiinnostuksen puute jotakin tiettyä toimintaa kohtaan, sekä osaamattomuuden tunne. Viimeisenä haastattelussa halusin saada tietoa siihen, onko nuorten keskinäinen ymmärtäminen vahvistunut toimintapäivien myötä. Nuoret kuvailivat tämän hetkistä ymmärtämistään seuraavasti: ”Oppii tuntemaan toista ihmistä.”; ”Musta tuntuu, ettei ne tee vapaa-ajalla mitään, ehkä pitäis olla enemmän toimintaa niille vapaa-ajalla.”; ”Arvot ja maailman katsomus ei toimi yhteen.”; ”Ihmiset tykkää eri asioista.”; ”Tekemisen kautta on päässyt tutustumaan muihin ihmisiin.”; ”Pidän ihmisistä enemmän, koska nyt mää tunnen niitä paremmin, olen positiivisesti yllättynyt ihmisistä.”; ”Aika erilaisia ihmisiä kaikki.”

5 TULOKSET JA POHDINTA

Erilaisen toiminnan kautta voidaan tukea toisen ihmisen elämään liittyvien näkökulmien tarkastelua. Toimintapäivien myötä muodostuneiden kokemusten reflektointi osoittaa, että nuorten tunnetaitojen kehittyminen mahdollistui. Myönteinen kokemus omaa toimintapäivää kohtaan nousi jokaisella esiin.

Osa nuorista lähti toimintapäivän suunnitteluun ajatuksesta mistä muut nuoret voisivat pitää. Näitä ajatuksia havaitsin kuitenkin vain muutamia. Pääsääntöisesti nuorten innostus toimintapäivän toteuttamiseen vaikutti lähtevän omien intressien pohjalta. Ajatukseni siitä, että jokainen saa mahdollisuuden rakentaa toimintaa omien mieltymysten pohjalta siis toteutui. Koen, että tämän kautta toimintapäivät ajoivatkin juuri sitä perimmäistä ajatustani herätellä nuorten ajatuksia toiminnan avulla. Toimintapäivien suunnittelussa nuorilla oli mielteitä osin myös muiden työpajalla olevien nuorten mieltymyksistä. Esimerkiksi elokuvien suhteen haluttiin elokuva, jota mahdollisimman moni haluaa katsoa, vaikka päivän suunnitelleella nuorella oli ennen kaikkea valta omien intressien esiin tuomiselle.

Nuorten odotus omaa toimintapäivää kohtaan oli suuri. Tähän näkökulmaan havahduin useita kertoja toimintapäivien aikana. Nuoret toivat esiin oman toimintapäivän lähestymistä sanoin ”kohta on mun toimintapäivä” ja ”sitten kun on mun toimintapäivä”. Koen, että toimintapäivät antoivat ennen kaikkea myönteisiä kokemuksia nuorille. Annoin nuorille mahdollisuuden lähteä erilaisiin toimintaympäristöihin ja tapahtumiin, en rajannut tarkoituksella tekemisen mahdollisuuksia. Yllätyin, että nuorille riitti yhdessä tekemisen ja hyvin pienen budjetin toiminta.

Itselleen mieluisat toiminnat saivat nuoret innostumaan vahvasti yhdessä tekemiseen. Toiminnassa mikä ei ollut itselle mieluista, nuori oli mukana, mutta ei aktiivisesti toimien. Muutamissa toimintapäivissä havaitsin nuorissa nola-
tuksi tulemisen pelkoa. Tämä näkyi kyvyttömyytenä heittäytyä tilanteisiin. Kuitenkin jokainen nuori antoi oikeuden toisen toiminnalle, eivätkä nuoret arvostelleet toistensa toimintaa, vaan olivat osallisina. Käsitys itsetunnon merkityksestä vahvistui, mitä enemmän heijastin toimintapäivien havaintojani tieteelliseen puoleen. Muiden toimintapäiviin liittyvä aktiivisen toiminnan puutteelli-

suus selittyi siten, että nuori ei ollut koskaan aikaisemmin tehnyt tiettyä asiaa tai oma kiinnostus toisen ihmisen tärkeäksi kokemaan asiaan, ei saanut aikaan kiinnostusta osallistua.

Tunnetaitoja käsittelevissä tutkimuksissa nousee esiin itsetunnon merkitys tunnetaitojen kehittymisen keskeisenä tekijänä. Suoninen ym. (2010) teoksessaan totesi, että jos lapsen hoito ja huolenpito on heikkolaatuista, seuraukset voivat näkyä heikkona itsetuntona. Tunnetaitojen kehittyminen aina lapsen syntymästä peruskoulun päättymiseen on oman näkemykseni mukaan merkittävin.

Räsäsen (2015) tutkimukseen ja Jalovaaran (2005) teokseen pohjautuen peruskoulun alemmilla luokilla tulee kiinnittää huomio lasten tunnekasvatukseen. Jalovaara (2005) mukaan niiden vanhempien tukemiseen, joiden voimavarat ovat vähäiset, tulee puuttua hyvissä ajoin. Mielestäni tällaisiin perheisiin pitää mahdollisimman aikaisessa vaiheessa antaa perheiden tukipalveluja, jossa pedagogisen tuen merkitystä korostetaan. Tähän näkökulmaani saan vahvistusta Jalovaaran (2005) teoksessaan esille tuomasta oikeanlaisen mallikäytännön merkityksestä lapsen tunnetaitojen tukijana.

Tunnetaitojen tukemista peruskouluiän ylittäneiden nuorten kohdalla ei tule mielestäni aliarvioida. Tunnetaitoja vahvistavan toiminnan merkitykseen 17–29-vuotiaiden nuorten kohdalla tulee yhteiskunnassa myös reagoida. Korjaavan työn taustalla on nähtävissä tunnetaitojen kentässä paljon tehtävää nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Kiviruusun (2017) perusteella ihmissuhdetaitojen vajaavaisuuksilla on suora yhteys itsetuntoon.

Työpajoille ohjautuvien nuorten ohjauksessa yhtenä tavoitteena tulisi yhteiskunnallisella tasolla edellyttää tunnetaitojen vahvistamiseen olevien menetelmien käyttöä, yhtenä työpajatoiminnan edellytyksenä. Kilpailuyhteiskunnan kiivastahtisessa työllistymiseen tähtäävässä yhteiskunnassa ei tule unohtaa yhtenä merkittävämpänä tekijänä hyvien tunnetaitojen vaikutusta hyvään mielenterveyteen ja nuorten omaan kokemukseen perustuvaan menestykseen koulu- ja työelämässä.

Oma ymmärrykseni kasvoi tämän kehittämistyön kautta. Koen saaneeni teoreettisen ja tutkimuksellisen aineiston kautta vahvistusta työssäni tulleeille havainnoilleni ja kokemuksilleni. Opin katsomaan laajemmin nuorten elämän historian ja käytännön toiminnassa esiintyvien erilaisten tunnetaitojen haasteiden kenttää. Innostuessani opinnäytetyöni aiheesta, en osannut odottaa, että tunnetaidot käsitteenä on näin laaja, loppumaton elämän tutkimusmatka. Syventyessäni tunnetaitoihin ja niiden kehittymiseen, oli mielenkiintoinen huomata, että kyky ymmärtää on melko kehittynyt tunnetaidon muoto. Tällä tarkoitan, että saavuttaakseen kyvyn ymmärtää, ihmisen tulee kulkea pitkä matka, jotta ymmärtämisen taito mahdollistuu.

Toinen omaa ymmärrystäni vahvistanut käsitys oli, että ihmisen elämässä on monta tunnetaitojen kehittymiseen vaikuttavaa tekijää eli kaikella on vaikutus kaikkeen. Tämä vahvisti ajatustani siitä, että työpajan nuorille pitää mahdollistaa heidän ideoimia, voimavaroja vahvistavia toimintamahdollisuuksia. Nuorten erilaiset ikävät kokemukset ja elämän kolhut eivät välttämättä koskaan unohdu, mutta tunnetaitojen kehittymisen myötä ja positiivisten kokemusten seurauksena nuoren hyvinvoinnin kohenemiseen syntyy mahdollisuus. Niiden, jotka keskittyvät itseensä, tulee saada tukea yhteisöön liittyvissä taidoissa. Ne, jotka huomioivat toisia toimintapäivissä, voivat tarvittaessa kehittää lisää yhteistyötaitojaan.

Kilpailuyhteiskunnan kiivastahtisessa työllistymiseen tähtäävässä yhteiskunnassa ei tule unohtaa yhtenä merkittävämpänä tekijänä hyvien tunnetaitojen vaikutusta hyvään mielenterveyteen. Tukevatko näin ollen yhteiskunnalliset päätökset nuorten kohdalla koulutus- ja työelämäänsä lähtevää nuorta? Lähtölevaisuudessa työelämän merkitys opiskelun toteuttajana korostuu. Ohjaajana mietin, miten pitkälle yritykset ovat valmiita tukemaan nuorten oppimista työelämässä erilaisissa yrityksissä. Itseohjautuvuus myös korostuu ammattikoulutuksessa. Unohdetaanko työpajan nuorten opiskelumahdollisuudet ja sijoittuminen työelämäänsä?

Työpajalla on tärkeää tukea nuorten tunnetaitojen kehittymistä luomalla nuorille onnistumisen kokemuksia toiminnallisten menetelmien kautta. Itsetunnon vahvistumisen myötä nuoren ajatus opiskelemaan lähtemisestä voi muok-

kaantua myönteiseksi mahdollisuudeksi. Uuden askeleen ottaminen ulos työpajalta käynnistää kysymykset pärjäämisestä työpajan ulkopuolella.

Erityistä tukea tarvitsevien nuorten tuen tarpeeseen tulee vastata myös aikuisikään tultaessa. Osaavaan ja nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävään ohjaustoimintaan on panostettava. Tämä vaatii usein ohjaajan omien toimintaperiaatteiden lähempää tarkastelua ja omien tunnetaitojen tarkastelua. Miten hyvin minä ohjaajana ymmärrän nuoria? Nuorten työpajatoiminnassa tulee järjestää monipuolista toimintaa, jotta nuorten mielekkyys työpajalla käymiseen ja omaa elämää kohtaan kasvaa. Nuorille tulee luoda rohkaisevaa ja kannustavaa toimintaa, jonka kautta voidaan tukea yksilöiden ja yhteisön tunnetaitojen vahvistumista. Tämän myötä syntyy yhteisölle mahdollisuus vahvistaa yhdessä toimimisen kulttuuria, vaikuttaen myönteisesti yhteisöllisyyden kehittymiseen. Koulu- ja työelämässä hyvät vuorovaikutustaidot painottuvat eri koulutus- ja työaloilla, työpajalla voidaan kehittää vaadittavia vuorovaikutus ja yhteistyötaitoja.

Tutkimustyössäni nousi esille avauskeskustelussa nuorten esiin tuoma vapaaajan viettoon liittyvä rahattomuus. Toimintapäivät toteutettiin todella pienellä budjetilla ja työpajan ohjaajana olin rahankäytön mahdollistaja. Onnistuisiko toiminta ilman mahdollistajaa? Tämä vaatisi nuorilta vastuunottamista myös toisista ja yhteisöllistä tapaa toimia. Voisiko työpajalla työpajan nuorten keskuudessa muodostua yhteisöllisyyttä, missä yhdessä toimien ja vastuuta jakoen toiminta mahdollistuisi esimerkiksi nyyttikestien tapaan.

Jatkossa elämyspedagogisten päivien mahdollistaminen tuntuisi todella tärkeältä. Jatkotutkimuksen kautta olisi mahdollista työpajan ohjaajille saada lisää taitoa kohdata nuorten vaikeita elämäntilanteita ja erilaisuutta. Jatkotutkimuksessa tutkittaisiin työhön liittyviä tilanteita, jossa toiminnan lähtökohdat olisivat epämurkavampia, kuin vapaa- aikaan liittyvät tilanteet. Voisiko kuitenkin ajatella, että epämurkavista toiminnoista löytyisi hyviä kokemuksia?

LÄHTEET

Aluehallintovirasto. Nuorten työpajatoiminta. WWW- dokumentti. Päivitetty 29.9.2017. Saatavissa: <https://www.avi.fi/web/avi/avustukset-nuorten-tyopajatoimintaan#.WeycDDtx3tR> [viitattu 1.10.2017].

Erkko, A. & Hannukkala, M. 2013. Mielenterveys voimaksi. 2. painos. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Fröjd, S., Kaltiala- Heino, R., Ranta, K., Von der Pahlen, B. & Marttunen, M. 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö. Tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Huilla, M. & Isokoski, S. 2013. Lapsen tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistaminen esi- ja alkuopetuksessa. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen Pro gradu- tutkielma. PDF- dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/42716> [viitattu 9.10.2017].

Juusola, M. 2017. Sosiaalisten taitojen ohjaajan opas 1.3.painos. Helsinki: Koulutuskeskus Artemia.

Jalovaara, E. 2005. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Tampere: Pilot- kustannus Oy.

Jääskinen, A-M. 2017. Mitäs sä rageet?. Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Riika: Livonia Print.

Keltikangas- Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. 20.painos. Helsinki: WSOY.

Koskinen, K. & Hautaluoma, M. 2009. Valmennuksessa erilainen oppija. Välineitä työ - ja yksilövalmennukseen. PDF dokumentti. Saatavissa: https://www.tpy.fi/site/assets/files/1372/valmennuksessa_erilainen_oppija-opas.pdf [viitattu 31.1.2017].

Kapanen, C. 2016. Myötätunnon ilmeneminen ja edistäminen työelämässä. Kyselytutkimuksen tulostulointia osana CoPassion- tutkimushanketta. Haaga – Helia ammattikorkeakoulu Oy. Johdon assistenttityö ja kielten koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF- dokumentti. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/128640/Myotatunnon%20ilmeneminen%20ja%20edistaminen%20tyoelamassa.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 1.10.2017].

Karppinen, S. & Latomaa, T. (toim.) 2007. Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Karppinen, S. 2007. Elämyksestä kokemukseen ja oppimiseen. Teoksessa Karppinen, S. & Latomaa, T. (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 77- 87.

Kiviruusu, O. 2017. Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavat tekijät. 26 vuoden seurantatutkimus. Helsingin yliopisto. Valtiotieteiden tiedekunta. PDF- dokumentti. Saatavissa:

<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/172663/ITSETUNN.pdf?sequence=1>. [viitattu 26.9.2017].

Narsakka, N. 2017. Tunteiden tunnistaminen ja tunnetaitojen vahvistaminen. Toimintapäivä Eksoten Nuorten pajalla. Saimaan ammattikorkeakoulu. Hoito-työn koulutusohjelma. Saatavissa:

<http://docplayer.fi/61592673-Tunteiden-tunnistaminen-ja-tunnetaitojen-vahvistaminen-toimintapaiva-eksoten-nuorten-pajalla> [viitattu 15.11.2017].

Nuorisolaki 21.12.2016/1285. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285> [viitattu 2.4.2017].

Nuorista Suomessa. Tietoa nuorista, heidän elinoloistaan sekä nuorisotyöstä 2016. Suomen Nuorisoyhteistyö - Allianssi ry. PDF - dokumentti. Saatavissa:

<http://www.alli.fi/binary/file/-/id/665/fid/5195/> [viitattu 31.1.2017].

Perusopetus nyt: Uudet opetussuunnitelmat käyttöön perusopetuksen yläluokilla. Opetushallitus. WWW- dokumentti. Saatavissa:

http://www.oph.fi/koulutus_ ja_tutkinnot/perusopetus/opetussuunnitelma_ ja_tutijako/uudet_opetussuunnitelmat_pahkinankuoressa

[viitattu 28.9.2017].

Puolimatka, T.2004. Kasvatus, arvot ja tunteet. Helsinki: Tammi.

Räsänen, A. 2015. Siitä että mitä tunnet itse itsestäsi. Nuorten tulkintoja itse-tunnosta ja tukemisen keinoista. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Saatavissa:

<https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61978/R%C3%A4s%C3%A4nen.Aino.pdf?sequence=2> [viitattu 26.9.2017].

Savolainen, L.2016. Miksei meille koulu opettanut tätä? Nykylapset oppivat tunnistamaan miltä toisesta tuntuu. Päivitetty 30.3.2016.

Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-8751001> [viitattu 31.3.2017].

Suoninen, E., Pirttilä-Backman, A-M., Lahikainen, AR & Ahokas, M. 2010. Arjen sosiaalipsykologia. 1.painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Suomen Mielenterveysseura. Tunnetaitojen perusteet.

WWW- dokumentti. Saatavissa:

<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>

[viitattu 1.4.2017].

Sistonen, A. 2008. Tunteita ja toimintaa. Draamamenetelmin toteutettu tunnekasvatusinterventio viidesluokkalaisilla. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu – tutkielma. PDF- dokumentti. Saatavissa:

<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/79101/gradu02727.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 16.11.2017].

Takkinen, A. 2016. Riitän tällaisena kuin olen - Tunnetaitojen yhteys nuoren itsetuntoon. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Kandidaatintyö.

PDF- dokumentti. Saatavissa: <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201612013158.pdf> [viitattu 1.10.2017].

Työpajatoiminta Suomessa. Valtakunnallinen työpajayhdistys ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.tpy.fi/tyopajatoiminta-suomessa/> [viitattu 2.4.2017].

Työpajatoiminta 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016: 26. PDF- dokumentti. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75397/okm26.pdf> [viitattu 28.1.2017].

Kirvesoja, U-M. 2013. Luokanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia tunnekasvatuksesta koulussa ja osana opetussuunnitelmaa. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu –tutkielma. Opettajantutkimuslaitos. PDF- Dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/41260/URN-NBN-fi-jyu-201304251504.pdf?sequence=4> [viitattu 14.11.2017].

Liite1

Teemahaastattelurunko

Tutkimuskysymys: Tukivatko toimintapäivät nuorten keskinäisen ymmärtämisen vahvistumista ja minkälaisia tunteita toimintapäivät saivat nuorissa aikaan?

1. Kertoisitko mitä mieltä olet siitä, että jokainen nuori sai tuoda esiin omaa vapaa- ajan toimintaa suunnittelemalla mieleisensä toimintapäivän?
2. Kuvaile sinun omia tuntemuksiasi, joita heräsi muiden nuorten toimintapäivien myötä.
 - Esimerkiksi. Mistä toiminnasta kiinnostuit?
 - Mistä et kiinnostunut? Osaatko perustella mistä johtui, että kiinnostuit tai et kiinnostunut.
3. Millaiseksi kuvailisit tämän hetkistä omaa ymmärtämistäsi toimintapäivän järjestäneitä nuoria kohtaan?
 - Onko ymmärtämisesi jotakin toista nuorta kohtaan parantunut ?
 - Tunnetko samoin toisia nuoria kohtaan nyt , kuin ennen toimintapäivien käynnistymistä?