

Ryhmä yhdessä -opas

Menetelmiä 7-10 -vuotiaiden lasten ryhmäytymisen tukemiseen liikuntaleireille ja ohjausryhmille

Elina Vastakoski



Tekijä(t)	
Elina Vastakoski	
Koulutusohjelma	
Liikunnan -ja vapaa-ajan koulutusohjelma	
Raportin/Opinnäytetyön nimi	Sivu- ja liitesivumäärä
Ryhmä yhdessä -opas. Menetelmiä 7-10 -vuotiaiden lasten ryhmäytymisen tukemiseen liikuntaleireille ja ohjausryhmille.	39 + 33
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas 7-10 -vuotiaiden lasten ohjaajille liikuntaleiritoimintaan sekä ohjaustilanteisiin. Ryhmäytymisen tukeminen on rajattu vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin tukemiseen, joiden kautta on tarkoitus kehittää lasten välistä vuorovaikutusta ja lisätä toiminnassa viihtymistä.</p> <p>Työssä avataan teoriaa ryhmästä ja sen toiminnasta sekä ryhmäytymisestä. Vuorovaikutus ja turvallinen ilmapiiri sekä ohjaajan rooli näiden tukemisessa nousevat myös esille teoriassa. Työssä avataan myös lapsen kehitystä erityisesti vertaissuhteiden merkitystä tarkastelemalla. Teorian pohjalta koottiin ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas. Näitä menetelmiä pilotoitiin kahdella eri kesäleireillä aikavälillä 5.6.2017-16.6.2017. Pilotoinnin kautta havainnoitiin ryhmäytymisen tukemista ja sen haasteita. Tämän perusteella kehitettiin ryhmäytymistä tukevien menetelmien opasta. Opas on suunnattu leiriryhmien ja ohjausryhmien ohjaajille.</p> <p>Produktiona valmistui lokakuussa 2017 vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin kautta tukevien ryhmäytymistä edistävien menetelmien opas. Oppaassa avataan ryhmän merkitystä ja sen dynamiikkaa ja annetaan konkreettisia menetelmiä ryhmäytymisen tukemisen lisäämiseksi omassa ohjaustyössä. Oppaassa esitellään myös menetelmiä haastaviin vuorovaikutustilanteisiin.</p> <p>Oppaan avulla voidaan vaikuttaa turvallisen ilmapiirin luomiseen ja lisätä vuorovaikutusta lasten liikunnassa. Tämän kautta lisätään ryhmässä viihtyvyyttä ja sen toimivuutta. Erilaiset menetelmät soveltuvat myös ratkaisemaan vuorovaikutuksen haasteita ja kehittämään ryhmän luovuutta. Opasta on mahdollista laajentaa myös liikunnanohjauksen ulkopuolelle.</p>	
Asiasanat	
Ryhmäytyminen, ryhmä, vuorovaikutus, ilmapiiri, itsetunto	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Ryhmäytymisen käsitteet	3
2.1	Ryhmä	3
2.2	Ryhmän tavoite	5
2.3	Ryhmädynamiikka.....	5
2.4	Ryhmäytyminen	7
3	Vuorovaikutus ja ilmapiiri.....	10
3.1	Vuorovaikutus	10
3.2	Turvallinen ilmapiiri	11
3.3	Normit ja roolit.....	12
3.4	Ilmapiirin luominen ja vuorovaikutuksen tukeminen.....	12
3.4.1	Eläytyvä kuuntelu	13
3.4.2	Minäviestit	14
3.4.3	Systemiset menetelmät	15
4	Alakouluikäinen lapsi.....	16
4.1	Osallisuus ja itsetunto	16
4.2	Sosiaalinen kehitys	17
4.2.1	Vertainen ja sen merkitys	18
4.2.2	Sosiaalinen pätevyys	18
5	Työn tavoite	20
5.1	Aiheen tausta ja toimeksiantaja.....	20
5.2	Työn tavoitteet ja arviointi	21
6	Työn vaiheet	23
7	Ryhmä yhdessä -opas.....	24
7.1	Leirien kulku ja havainnot.....	24
7.1.1	Ryhmäytymisen tukemiseen panostaminen	26
7.1.2	Klikkien merkitys	26
7.1.3	Pienryhmätoiminta ja toiminnan eriyttäminen	27
7.1.4	Osallistuminen	28
7.1.5	Eriävä tavoite	28
7.1.6	Haasteelliset tilanteet	29
8	Pohdinta.....	31
8.1	Arviointi	32
8.2	Hyöty ja jatkokehitys	33
	Lähteet	35
	Liitteet.....	40
	Liite 1. Ryhmä yhdessä -opas	40

1 Johdanto

Katarina Malmbergin (2017) julkaisema artikkeli tuo esiin lasten yksinäisyyteen puuttumista nykyajan sosiaalisessa ja sosiaalisen median täyttämässä maailmassa. Hänen mukaansa lasten yksinäisyyteen voidaan puuttua tekemällä osallistumisesta helppoa, tukevilla sosiaalisia taitoja ja ohjaamalla lapsia ottamaan yksin olevat mukaan leikkeihin.

Tähän lasten välisen vuorovaikutuksen lisäämiseen käytetään tässä työssä apuna ryhmäytymistä. Kalliola, Kurki, Salmi ja Tamminen-Vesterbacka:n (2010, 112) mukaan ryhmäytyminen on prosessi, jossa ryhmän väliset suhteet ja toistensa tunteminen kehittyvät. Ryhmäytymisessä hyödynnetään esimerkiksi Tuckmanin (1965) luomaa teoriaa ryhmädynamiikan vaiheista. Ryhmäytymistä voidaan tukea eri vaiheet huomioiden esimerkiksi vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla.

Vuorovaikutusta ovat niin eleet, ilmeet, sanat kuin asennotkin ja se ilmenee muun muassa puheena ja kommunikaationa, kuuntelemisena sekä kykyä tulla toimen erilaisten ihmisten kanssa (Kaukkila & Lehtonen 2007, 34). Lasten välistä vuorovaikutusta voidaan kutsua myös termillä sosiaalinen pätevyys (Salmivalli 2008, 182). Tämän sosiaalisen pätevyyden kautta lapsi toimii ryhmässä.

Turvallinen ilmapiiri taas tarkoittaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2012, 4) mukaan turvallisuuden tunnetta ryhmässä ja muiden ryhmän jäsenten tuntemista. Turvallisessa ilmapiirissä lapsi uskaltaa kokeilla, oppia ja epäonnistua (Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 38-39). Tällainen ilmapiiri tukee myös lapsen hyvää itsetuntoa (Ebbeck, McAuley, Weiss & Wiese 1990, 30-33) ja luo lapselle liikunnasta positiivisia kokemuksia. Turvallista ilmapiiriä ja vuorovaikutusta tukemalla pyritään tämän työn avulla kehittämään lasten välisiä suhteita ja lisäämään toiminnan mielekkyyttä.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on luoda ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas 7-10 -vuotiaiden lasten liikuntaryhmien ja leiritoinnin ohjaajille. Oppaan tarkoituksena on nostaa esille erilaisia keinoja ryhmäytymisen tukemiseksi vuorovaikutukseen ja turvalliseen ilmapiiriin painottamalla. Käytännön pilotoinnin kautta kehitetään menetelmiä ryhmäytymisen tukemiseksi. Pilotoinnin aikana myös havainnoidaan haastavia vuorovaikutustilanteita, joiden selvittämiseen oppaassa niin ikään esitellään keinoja.

Vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla pyritään myös vahvistamaan lasten välisiä suhteita ja itsetuntoa ja mahdollistamaan lapsille liikunnasta positiivisia kokemuksia.

Tarkoituksena on kehitellä monipuolinen opas, joka antaa vinkkejä erityisesti ryhmän alkuvaiheen hallintaan ja ryhmäytymisen aloittamiseen.

Oppaan ja tämän opinnäytetyön toimeksiantaja on Tapiolan Voimistelijat ry, jonka kiinnostuksesta lähdettiin kehittämään leiritoimintaa ryhmäytymisen kautta kesällä 2017. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuoda uutuutena nyt Tapiolan Voimistelijoille ryhmäytymistä tukevien keinojen ja menetelmien opas, jolla voidaan lisätä ryhmän toimivuutta ja sen jäsenten viihtyvyyttä.

2 Ryhmäytymisen käsitteet

Liikunnassa on tärkeää ymmärtää erilaisia ryhmäilmiöitä, jotta saadaan ihmiset viihtymään liikunnan parissa ja jatkamaan sitä läpi elämän (Lintunen & Rovio 2009, 14). Rovion & Lintusen mukaan Deci & Ryanin (2000, teoksessa Rovio ym. 2009, 14) mukaan liikunnan tarkoitus onkin kehittää erilaisia taitoja, luoda yhteisiä tavoitteita ja liikkua turvallisessa ilmapiiirissä. Näiden kokemusten kautta on mahdollista kokea pätevyyttä, vaikuttavuutta sekä saada kokemus siitä, että kuuluu johonkin. (Rovio & Lintunen 2009, 14.) Näin ryhmän toimintaa tukemalla voidaan vaikuttaa positiivisesti liikunnassa koettuun iloon ja hyötyyn.

Eri ryhmävaiheiden kautta voidaankin ymmärtää paremmin ryhmän toimintaa sekä ristiriitoja, joita se käsittelee. Näitä ymmärtämällä voidaan tukea ryhmäytymistä tilanteeseen sopivalla tavalla.

2.1 Ryhmä

Lintusen ja Rovion (2009, 21) mukaan Hogg ja Vaughan (2005, 276-277, teoksessa Lintunen & Rovio, 21) sekä Kalliola, Kurki, Salmi ja Tamminen-Westerbacka (2010, 109) kuvaavat ryhmää usein määrän, yhteisen tehtävän tai vuorovaikutuksen kautta. Ryhmäksi voidaan määritellä myös joukko, jossa kaksi tai useampi ihminen on vuorovaikutuksessa keskenään. Ryhmää määritellään myös sen perusteella, ovatko jäsenet tietoisia toisistaan ja onko heillä yhteinen tavoite. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 15.)

Kun ryhmää luokitellaan kokonsa mukaan, voidaan puhua suuresta ja pienestä ryhmästä. Suuressa ryhmässä jäseniä on yli 8-10, jolloin kaikki eivät luonnollisesti ole vuorovaikutuksessa kaikkien kanssa toiminnan aikana. Tällainen suuri ryhmä on lyhytjänteisempi, yllätyksellisempi, herkempi jakautumaan ja sille on haasteellisempaa löytää yhteinen päätös asioihin. (Kataja ym. 2011, 15; Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 33.) Suuremmissa ryhmissä saattaa ilmetä myös pienempää ryhmää helpommin sosiaalista laiskottelua sekä vapaamatkustajuutta, mitkä heikentävät ryhmän tehokkuutta (Helkama ym. 1998, 255-256 teoksessa Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 35-38).

Sosiaalinen laiskottelija on henkilö, joka uskoo, ettei hänen oma panoksensa ole mitattavissa muun ryhmän toiminnan sisällä, jolloin hän ei panosta tekemiseen. Vapaamatkustaja taas uskoo Helkaman mukaan (1998, 255-256, teoksessa Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 35-38; Levi 2014, 62-63.), ettei hänen toimintansa vaikuta ryhmän yhteiseen

suoritukseen. Ymmärtämällä ryhmän koon merkitystä toimintaan voidaan luoda tilanteita, joissa suurenkin ryhmän tehokkuus paranee, vapaamatkustaminen vähenee ja osallistuminen paranee.

Ryhmää voidaan luokitella myös sen mukaan, onko se suljettu, avoin vai täydentyvä ryhmä (Toimeksi.fi, 2017). Kaukkilan & Lehtosen (2007, 17) mukaan avoimella ryhmällä ei ole selkeästi aloitusta ja lopetusta ja siihen voi tulla mukaan kuka vain kohderyhmään kuuluva silloin, kun haluaa. Täydentyvä ryhmä sen sijaan saa ryhmään uusia jäseniä aina paikkojen vapauduttua tai, kun siinä on tilaa (Kaukkila & Lehtonen 2007, 17: Toimeksi.fi 2017). Nämä kesäleirit, jotka Tapiolan Voimistelijoilla järjestetään, ovat puolestaan suljettuja ryhmiä. Kaukkilan & Lehtosen (2007, 17) mukaan tällaisen ryhmän kokoontumisajat ja jäsenet on ennalta määritetty, eikä ryhmä muutu sen voimassaoloaikana, ellei joku poistu siitä.

Ryhmää voidaan määritellä myös sen perusteella, onko se sisäänpäin lämpiävä vai ei. Sisäänpäin lämpiävä ryhmä tarkoittaa sitä, että ryhmä on oma porukkansa, johon on vaikeaa muiden tulla mukaan (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 114.), vaikka mukaantulo muutoin olisi mahdollista. Tällaiseksi ryhmä voi muodostua esimerkiksi silloin, kun se on ollut pitkään yhdessä ja kokee olevansa ryhmänä täydellinen sellaisenaan. Jos leiri on avoin päiväleiri, tulisi ryhmäytymisenkin kannalta toimintaa suunnitella sellaiseksi, johon uuden leiriläisen olisi aina helppo tulla mukaan. Tällainen tilanne voisi olla, jos leirillä olisi yhteistä toimintaa toisen leiriporukan kanssa tai jos leiriläisiä tulisi mukaan leirille eri päivinä.

6-9 -vuotias lapsi alkaa myös viihtyä ryhmässä, joten toiminnassa voidaan hyödyntää erilaisia parin -ja pienryhmänmuodostustapoja (Miettinen 1999, 15) sekä pienryhmätoimintaa. Pienryhmätoiminnan tarkoituksena on saada kaikkien ääni paremmin esille sekä toisaalta käsitellä asioita nopeammin (Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 38-39). Lwin:n, Goh:n ja Doylen (2012, 31-32) mukaan sen tarkoituksena on myös kehittää lasten välistä vuorovaikutusta yhdessä tekemisen kautta. Pienryhmä tarkoittaa käytännössä ison ryhmän pilkkomista pienempiin osiin (Kalliola 2012, 157, 160). Pienryhmätoimintaa voidaan hyödyntää tilanteissa, joissa annetaan tehtävään tarkempia ja henkilökohtaisempia ohjeita, esimerkiksi taitoharjoittelussa tai uuden leikin opettelussa. Saaranen-Kauppisen ja Rovion (2009, 32-33) mukaan se toimii myös silloin, kun halutaan tukea lasten välistä vuorovaikutusta ja toimintaan osallistumista. Tällöin tehtävän tehokkaan suorittamisen sijaan vuorovaikutuksen mahdollistaminen nousee tärkeämpään rooliin (Lwin, Goh & Doyle 2012, 31-33).

2.2 Ryhmän tavoite

Kataja ym. (2011, 15) kertoo, että yksilöiden taustat ja persoonallisuudet voivat erota ryhmässä toisistaan paljon, mutta yhteisen tavoitteen kautta ryhmä pystyy saavuttamaan korkeitakin tavoitteita. Ryhmän muodostuessa onkin tärkeää selvittää sen tavoite (Kaukkila & Lehtonen 2007, 15). Tämän kautta lähdetään kehittämään ryhmälle sopivaa toimintaa ja parannetaan viihtyvyyttä.

Rovion (2007, 182-183; Suomen Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007) mukaan ryhmällä on kaksi tavoitetta, jotka ovat tehtävätavoite ja tunnetavoite. Rovion (2009a, 140-141) mukaan tehtävätavoitteella tarkoitetaan pysyvää tehtävää, jonka vuoksi ryhmä on yhdessä, mikä voisi olla liikuntaryhmällä esimerkiksi liikuntataitojen oppiminen. Tunnetavoitteella sen sijaan tarkoitetaan ryhmän yhtenäisyyttä ja kiintymystä tehtävään (Rovio 2009a, 141). Tunnetavoite voisi esimerkiksi näkyä siinä, miten ryhmä pitää hauskaa, huomioi toisensa ja auttaa toinen toistaan.

Rovion (2007, 182-183) mukaan jokaisella ryhmällä on näin perustehtävä eli tehtävätavoite, joka sen tulee tunnistaa yhdessä. Kesäleirillä ryhmän perustehtävänä on harjoitella liikuntataitoja ja viettää aikaa yhdessä. Tämän tavoitteen voi pilkkoa yksittäisessä ohjauksessa pienempiin osiin, jolloin se voi olla esimerkiksi toiminut syöttelypeli. Ryhmän kiinteyden sijaan on muuttuva ja näkyy siinä, kuinka ryhmä yhdessä toteuttaa tätä perustehtäväänsä. Ryhmän toimintaa voidaan ilmentää sillä, kuinka yhtenäiseksi se tuntee itsensä ja kuinka innokas se on toteuttamaan tehtäväänsä.

2.3 Ryhmädynamiikka

Helposti, jos ryhmän kanssa on ongelmia, voidaan ongelman ajatella juontuvan ohjaajasta. Usein se kuitenkin liittyy ryhmän dynamiikkaan. Tällöin määräilyyn, kiusaamiseen puuttumiseen, poissaolojen selvittelyyn tai huonoon suorittamiseen kannattaisikin pyrkiä vaikuttamaan ryhmädynamiikan kautta. (Lintunen & Rovio 2009, 14.)

Ryhmädynamiikka muodostuu siitä, kuinka ryhmä suhtautuu siihen kohdistuviin muutoksiin (Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 89) ja kuinka ihmiset toimivat eri asemissa toisiinsa nähden (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 16; Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 60; Salovaara & Honkonen 2011, 43; Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 108). Se muodostuu yksilöiden tavoitteista ja ryhmän vuorovaikutuksesta, mikä voi näkyä esimerkiksi siinä, keiden kanssa ihmiset juttelevat ja minkälaisia tunteita he kohdistavat

muihin ryhmänsä jäseniin (Kataja ym. 2011, 16). Ryhmän tulee pystyä toimimaan yhdessä ollakseen osiensa summa ja saavuttaakseen mahdollisimman hyvän tuloksen (Levi 2014, 62).

Bruce Tuckmanin (1965) luoman teorian mukaan ryhmädynamiikkaa voidaan kuvailla seuraavien vaiheiden kautta: muotoutumis-, kuuhunta-, normittamis-, toteuttamis- sekä lopetusvaihe. Muotoutumisvaiheessa luodaan säännöt ja määritellään ja haastetaan ryhmässä hyväksyttävää tapaa toimia. Tätä ensimmäistä vaihetta varjostaa jännittyneisyys ja varovaisuus (Kataja ym. 2011, 24-26; Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 90-91) ja ryhmä on kovin riippuvainen ohjaajastaan (Öystilä 2002, 95). Muotoutumisvaihe ajoittuu ryhmän aloitukseen, jolloin on tärkeää luoda säännöt. Sääntöjen lisäksi on tärkeää luoda myös ilmapiiri, jossa voidaan rikkoa jännitystä ja varovaisuutta ja luoda erilaisia ryhmätilanteita.

Tässä vaiheessa ohjaajan rooli korostuu ja hän mahdollistaa ryhmän kiinteytymisen ja luo pohjan luottamukselle (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 8-9, 14). Öystilän (2002, 95-96) mukaan ohjaajan onkin tärkeää tässä vaiheessa keskittyä ryhmän lämmittelyyn, eikä ampaista suoraan ohjattaviensa kanssa uuden opettelun pariin. Mannerheimin Lastensuojeluliiton julkaisun (2010, 7) mukaan opettajan tai ohjaajan tulee tutustumisvaiheessa kannustaa myös positiiviseen vuorovaikutukseen, tunteiden ilmaisuun ja toisten huomioimiseen. Tämä onnistuu hyvin esimerkiksi erilaisten tutustumisleikkien avulla. MLL:n mukaan (2012, 8-9) on myös tärkeää, että toiminta on helppoa ja toiminnallista, eivätkä harjoitteet korosta yksilöitä. Näin ohjattavat saavat aluksi luottamusta itsensä ilmaisuun ja saavat mahdollisuuden osallistua (MLL 2012, 8-9), mikä luo turvallisen pohjan kommunikaatiolle sekä turvalliselle ilmapiirille.

Kuuhuntavaiheessa ryhmä uskaltaa näyttää tyytymättömyyttään ja testaa niin ohjaajiaan kuin toisiaankin. Öystilä kertoo, että Williamsin (1989, 181-183, teoksessa Öystilä 2002, 98; Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 24-26; Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 90-91), mukaan ryhmä usein jakautuu tässä vaiheessa pienempiin klikkeihin ja pyrkii vastustamaan ryhmärakenteen muodostumista, jolloin syntyy helposti konfliktitilanteita. Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2012, 14; Öystilä 2002, 97-99) mukaan tässä vaiheessa ohjaajan rooli on huolehtia rajojen selkeydestä ja pohtia omaa toimintaansa konfliktien selvittelyssä. Öystilän (2002, 97-99) mukaan ohjaajan tulee tässä vaiheessa myös vastata kritiikkiin ja muuttaa toimintaansa sen mukaan ja toisaalta pitää kiinni niistä toimintatavoista, jotka eivät hänen mielestään kaipa muutosta.

Kuohuntavaiheen jälkeen ryhmä alkaa tuntea yhteenkuuluvuutta konfliktien selvittämisestä ja siirtyy normittamisvaiheeseen. Ryhmän tavoitteet selkeytyvät ja se sallii avoimemmin mielipiteiden esiintuonnin. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 24-26; Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 90-91; Öystilä 2002, 102-103.) Tässä vaiheessa ryhmä voi myös kokea ohjaajan olevan yksi heistä, mikä on osaltaan merkki yhteenkuuluvuuden tunteesta. Tässä vaiheessa ohjaajan rooli onkin tukea yksilöiden esille tuloa ryhmässä ja toteuttaa ryhmän perustehtävää. (Öystilä 2002, 103; MLL 2012, 114.)

Tämän normittamisvaiheen jälkeen siirrytään toteuttamisvaiheeseen. Tässä ryhmän keskinäiset suhteet paranevat, roolit ovat joustavia ja ryhmä kokee vastuuta sille asetetusta tehtävästä. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 24-26; Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 90-91.) Öystilän (2002, 103-105) mukaan tässä vaiheessa korostuu myös perustehtävään keskittyminen ja avoimen palautteen antaminen. Ristiriidat eivät enää horjuta ryhmän toimintaa, vaan päinvastoin vievät sitä eteenpäin. Ohjaajan rooli helpottuu tässä ryhmäytymisen vaiheessa ja ohjaajaa kuvaillaan tilanantajaksi, joka jakaa ohjattavilleen enemmän vastuuta ja johtaa heitä tavoitteellisesti eteenpäin.

Toteuttamisvaiheen jälkeen tulee ryhmän lopetusvaihe, jolloin ryhmä päätetään ja hyväksytään. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 24-26; Salmi, Rovio & Lintunen 2009, 90-91.) Öystilän (2002, 105-106) mukaan tähän vaiheeseen saattaa liittyä myös ahdistusta ja hämmennystä. Hän kertoo, että itsearviointin kautta voidaan käsitellä näitä tunteita esimerkiksi nimeämällä, mikä on ollut parasta toiminnassa tai mitä alkaa tästä eteenpäin. Näin ryhmä pystyy käsittelemään tuntemuksiaan ryhmän päätöksestä. Ryhmän ohjaajana tärkeää on valmistella ryhmää sen päättymiseen ja huolehtia päätösrituaaleista. Myös ohjaajan itsensä on hyvä käsitellä henkilökohtaisella tasolla ryhmän päättyminen.

2.4 Ryhmäytyminen

Ryhmäytyminen tarkoittaa ryhmän sisäisen toiminnan kehittymistä. Metodeina siinä käytetään usein sosiaalisten suhteiden kehittämistä, tiimityötaitojen kehittämistä ja ongelmanratkaisua. (Levi 2014, 327.)

Kalliolan ym. (2010, 112-114) mukaan ryhmäytyminen voi hyödyttää ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja vähentää kiusaamista. Käytännössä se on prosessi, jossa tarkoituksenmukaisesti kehitetään ryhmän jäsenten välisiä suhteita ja toistensa tuntemista, turvallisuutta ja vuorovaikutusta sekä viestintätaitoja (Kalliola ym. 2010, 112-114). Ryhmäytymistä ei voida edistää yhden päivän toiminnan tai tehtävän kautta (Rovio 2009b, 225; Levi 2014,

330-331), vaan sen tukemisen tulee olla jatkuvaa ja systemaattista tarkastelua, jonka avulla löydetään ryhmän tehokasta toimimista estävät asiat (Levi 2014, 328) ja puututaan niihin rakentavasti.

Hyvän ryhmähengen perustavin asia on ryhmän jäsenten välinen keskinäinen luottamus. Tämä luottamus tarkoittaa sitä, että jäsen uskaltaa olla oma itsensä ja osallistua toimintaan omalla tasollaan ilman epäonnistumisen pelkoa. Ohjaajan tulisikin vastata vallitsevaan tilanteeseen antamalla ryhmälle sellaisia tehtäviä, joissa jokainen voi omalla tasollaan onnistua. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 112-113; Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 7-8.) Tällä tavoilla eriyttämällä toimintaa voidaan luoda siis ilmapiiri, jossa sallitaan erilaiset tavat tehdä ja onnistua, mutta myös kokeilla ja epäonnistua. Näin onnistuminen lisää luottamusta omaan toimintaan, mikä osaltaan lisää uskallusta kokeilla.

Ryhmäytymisen tukemisessa voidaan hyödyntää myös muita menetelmiä. Erilaisiin ryhmiin jakaminen, tutustumisharjoitukset, yhteiset pelisäännöt, yhdessä suunnitellut retket sekä pienimuotoinen kilpailu voivat tehostaa ryhmäytymistä. Joskus myös yhteinen vihollinen voivat yhdistää ryhmää. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 113-114.) Ryhmä voi myös Kalliolan ym. (2010, 115) mukaan määritellä itselleen nimen tai yhteisen kannustushuudon. Alussa yhdessä sovitut pelisäännöt myös sitouttavat toimintaan (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 115), minkä vuoksi ryhmäytymistä tukevassa toiminnassa olisi hyvä rakentaa säännöt heti alussa yhdessä lasten kanssa.

Kalliolan ym. (2010, 121-122) mukaan ryhmiin jakamisessa tulisi kiinnittää huomiota lasten itsetuntoon. Ryhmiä voi jakaa tavallisen 1, 2, 1, 2... jaon mukaan esimerkiksi riviin aakkosjärjestykseen, pituusjärjestykseen, kengän koon mukaiseen järjestykseen, hiusten värin mukaan, heräämisajan mukaan ym. Ryhmiin jako voidaan toteuttaa myös selkä valittaviin päin seisoen, jolloin valitsija osoittaa esimerkiksi "viides oikealta", jolloin tämä siirtyy joukkueeseensa. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 121-122). Erilaiset ryhmiin ja pareihin jakamiset lisäävät vuorovaikutusta lasten välille ja näin tukevat osaltaan ryhmäytymistä. Näissä tarkoituksena on jakaa ryhmiä satunnaisesti niin, että ohjattavat toimivat eri ihmisten kanssa kuin silloin, kun saavat itse valita parinsa tai ryhmänsä.

Tutustumisharjoitusten kautta opetellaan nimiä ja tutustutaan toisiinsa. Ne on hyvä aloittaa kevyesti käymällä nimiä läpi siten, ettei omaa persoonaa tarvitse vielä tuoda vahvasti esille, sillä uusi tilanne saattaa olla muutenkin jo jännittävä. Tämän kevyen ja turvallisen

laskeutumisen kautta voidaan jatkokehittää leikkejä, jolloin lisätään luovuutta ja puretaan jännitystä vuorovaikutuksen kautta. Tutustumisleikit on hyvä lopettaa silloin, kun ne vielä hauskuuttavat. (Teatterimuseo 2017.) Tällöin voidaan siirtää hyvä ilmapiiri eteenpäin seuraavaan toimintaan.

Yhdessä suunnitellut retket ja leikit lisäävät lasten osallistumista ja vaikuttamista toimintaan. Mannerheimin Lastensuojeluliiton mukaankin (2012, 21), kun lapsi saa vaikuttaa tekemiseen myös hänen osallistumisensa paranee. Nämä yhdessä suunnitellut ja toteutetut retket ja leikit myös kehittävät ryhmäytymistä, kun ryhmä kokee olevansa vaikuttava yhdessä. Kilpailuilla voidaan Teatterimuseon julkaisun (2017) mukaan myös kehittää ryhmähenkeä. Tällöin on kuitenkin suotavaa pitää kilpailut leikkimielisinä ja hauskoina, jotta ne eivät taistele ryhmäytymistä vastaan korostamalla toisen paremmuutta.

Leireillä ryhmäytymistä tuetaan monipuolisesti erilaisia keinoja hyödyntäen. Tässä työssä käytetään ryhmäyttämisen sijaan määritelmää ryhmäytymisen tukeminen, sillä ryhmän elinkaari on lyhyt ja ryhmäytymiseen vaadittava aika on yleensä pitkä (Mastohjaus 2017).

3 Vuorovaikutus ja ilmapiiri

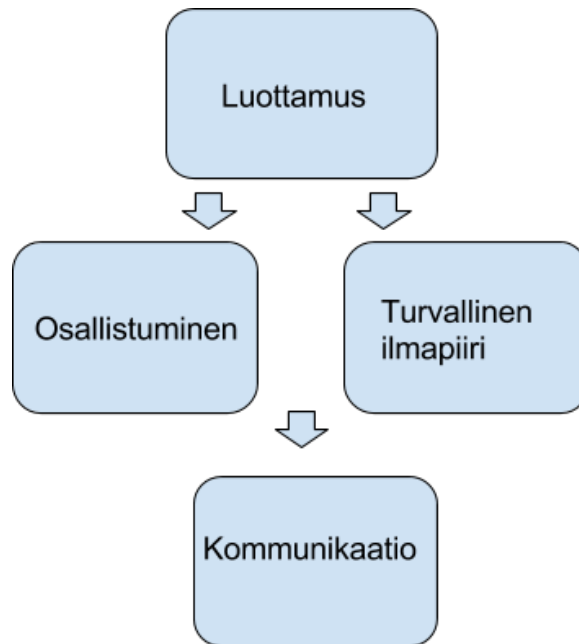
Vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin kautta pyritään tukemaan ryhmäytymistä. Tähän liittyy myös normien ja roolien vaikutus ryhmän toiminnassa. Ryhmän ilmapiiriä ja vuorovaikutusta voidaan tukea myös eläytyvän kuuntelun, minäviestien ja systeemisten menetelmien kautta.

3.1 Vuorovaikutus

Vuorovaikutuksella tarkoitetaan niin sanallista kuin sanatontakin viestintää ja se vaatii ajatusten ilmaisua, kysymistä, havainnointia ja kuuntelua. Siihen tarvitaan kaksi tai useampi ihminen ja sitä voidaan aina kutsua jonkinlaiseksi viestinnäksi, oli sitten kyse vastaamatta jättämisestä, sanattomasta viestinnästä tai sanallisesta vastauksesta. Sanallinen viestintä on kaikenlaista puhetta, kun taas sanaton viestintä rakentuu ilmeistä, kehonkielestä, eleistä, pukeutumisesta ja kosketuksesta. Sanaton viestintä kertoo tunteista ja asenteistamme ja se voi olla myös osittain tiedostamatonta, kun taas sanallisen viestinnän tarkoituksena on välittää informaatiota. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 31-35.)

Hyvät vuorovaikutustaidot korostuvat ohjaustyössä, jossa viestinnän kautta pyritään vaikuttamaan toisiin ja toisten toimintaan. Hyvään vuorovaikutukseen liittyy kyky kuunnella, kommunikoida, tulla toimiin erilaisten ihmisten kanssa, empatiakykyisyys sekä tunnekyvykyys. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 46-52.)

Vuorovaikutuksen lisäksi usein puhutaan kommunikaatiosta. Levin (2014, 107-108) mukaan kommunikaatio taas on prosessi, joka rakentuu lähettäjästä, vastaanottajasta ja viestistä. Toimiva kommunikaatio vaatii turvallisen ilmapiirin, mikä osaltaan vaatii luottamusta. Luottamus sen sijaan lisää toimintaan osallistumista sekä oman päämäärän sijasta yhteiseen päämäärään pyrkimistä. Näin hyvän kommunikaatioalustan rakentamiseksi vaaditaan luottamusta edistävä ilmapiiri (Kuvio 1).



Kuvio 1. Hyvä kommunikaatio

3.2 Turvallinen ilmapiiri

Turvallinen ilmapiiri tarkoittaa Edmondsonin ja Roloffin (2009, 183-208) mukaan sitä, että yksilöt voivat vapaasti vaihtaa ajatuksiaan ja tuoda tunteitaan esille. Ohjaaja voi tukea ilmapiiriä antamalla positiivista palautetta ja kannustamalla ohjattavia samaan. Ohjaaja voi myös kannustaa puhumaan ajatuksistaan ja luoda ilmapiiriin, missä epäonnistuminen on sallittua. (Edmondson & Roloff 2009, 106.)

Hyvä ilmapiiri perustuu turvallisuuden tunteelle ja toisten tuntemiselle. Myös tunne ryhmään kuulumisesta luo turvallisuuden tunnetta, mikä osaltaan vahvistaa lapsen itsetuntoa. Turvallisuuden tunteen kautta lapsi uskaltaa olla oma itsensä ja hän kokee hyväksymistä sellaisena kuin on. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 4, 7.)

Turvallisen ilmapiirin luominen ja keskittymisen kohdistaminen ovat tärkeitä seikkoja, jotta ohjeistus menee perille halutulla tavalla. Lintusen ja Rovion (2009, 15) mukaan tehtävänannon heikkoon keskittymiseen voi vaikuttaa heikko itsetunto tai tunne omasta vähemmyydestä tai oman itsen vähättely. Tällöin huomio siirtyy perusviestiin keskittymisestä esimerkiksi siihen, miltä itse näyttää tilanteessa tai mitä muut itsestä ajattelevat, jolloin tehtävästä nauttiminen vaikeutuu. Turvallinen ilmapiiri luo siis osaltaan lapselle mahdollisuuden oppimiselle ja kannustaa kokeilemaan ja epäonnistumaan. Turvallisessa ilmapiirissä lapsi pystyy myös vaikuttamaan omaan ja yhteiseen toimintaan. Turvallista ilmapiiriä voidaan

tukea erilaisin liikuntaleikein ja pienryhmätoiminnan kautta (Saaranen-Kauppinen & Rovio 2009, 38-39).

3.3 Normit ja roolit

Ryhmän toimintaa ohjaavat normit sekä ryhmän sisäiset roolisuhteet, mitkä osaltaan vaikuttavat ilmapiiriin. Normien eli ryhmässä vallitsevien sääntöjen kautta luodaan hyväksytty käyttäytymismalli, jonka noudattamisesta voidaan palkita, tai rikkomisesta rankaista. Nämä yhteiset normit vievät ryhmää kohti yhteistä päämäärää, luovat turvaa ja jäsentävät toimintaa. (Rovio & Saaranen-Kauppinen 2009, 60-69.)

Ryhmän kanssa muodostuu myös niin sovittuja kuin kirjoittamattomiakin pelisääntöjä (Lintunen & Rovio 2009, 13). Nämä muokkautuvat jokaisen ryhmän tarpeiden ja toiveiden mukaan. Sääntöjä luodessa on tärkeää tehdä niistä sellaisia, jotka korostavat myönteistä käyttäytymistä enemmän kuin rangaistuksia (Miettinen 1999, 81). Säännöt luovat turvallisuutta ja antavat ohjeita käyttäytymiselle. Kun ne on yhdessä lasten kanssa laadittu lapset sitoutuvat niihin paremmin, kuin, jos ne ovat yksin ohjaajan määrittelemiä. (Cantell 2010, 174-179; Salovaara & Honkonen 2011, 129.) Tämä osaltaan tukee ryhmän ryhmäytymistä ja yhdessä toimimista.

Roolit ja roolisuhteet voivat tehostaa toimintaa, kun tiedostaa oman toimintansa odotukset. Toisaalta roolit voivat lokeroita ja supistaa ihmisen toiminta-alaa. (Rovio & Saaranen-Kauppinen 2009, 60-69.) Katajan ym. mukaan ryhmässä roolit mukautuvat aina muun ryhmän suhdejärjestelmän mukaisesti. Roolit esimerkiksi muuttuvat ja kehittyvät, kun ryhmä pääsee tavoitteessaan eteenpäin, jolloin yksilöillä voi olla ryhmässä erilaisia rooleja. Roolit voivat määrittää ryhmässä myös vallankäyttöä, minkä kautta toisista rooleista voi tulla toisia arvokkaampia (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011; 18). Ohjaajan on tärkeää havainnoida ohjattaviensa rooleja, jolloin yksilöt voivat niin positiivisessa kuin negatiivisessakin mielessä hyödyntää statustaan ryhmäytymisen tukemisessa. Pienryhmätyöskentelyä voidaan käyttää tässä hyödyksi siten, että mahdollistetaan toiminnassa erilaisten roolien harjoittelu, jolloin ryhmän roolijärjestelmä ei jämahdä paikoilleen.

3.4 Ilmapiirin luominen ja vuorovaikutuksen tukeminen

Ryhmän johtajana ohjaaja luo ilmapiirin ja normit. Hän ymmärtää ryhmällmiöitä ja kykenee kuuntelemaan ja reagoimaan ryhmänsä tarpeisiin. Lisäksi hän pystyy ohjaamaan tavoitteisiin ja vaikuttamaan yksilöihin. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 27-28).

Ohjaajan roolissa tärkeää on se, miten ohjaaja saa lapset innostumaan ja toteuttamaan toimintaa tietyn tavoitteen kautta (Kokkonen & Klemola 2013, 221). Tässä korostuukin ohjaajan oma käytös ja asenne. Ohjaajan on myös tärkeää pystyä vaihtamaan näkökulmaansa ryhmään, tarkkailla, kommentoida, ohjeistaa ja kannustaa. Hänen vastuullaan on luoda turvallinen oppimisympäristö niin fyysisesti kuin henkisesti sekä pitää huolta siitä, että toiminta sujuu. Fyysinen turvallisuus tarkoittaa lähinnä ympäristön luomia puitteita ja sääntöjä. Henkinen turvallisuus sitä, kuinka kokee kuuluvansa ryhmään, onko ryhmän jäsenten välillä konflikteja ja kuinka yhteistyö ryhmän jäsenten välillä toimii. (Miettinen 1999, 80.) Tässä työssä painotetaan nimenomaan henkiseen turvallisuuteen ja sen luomiseen.

Koska jokainen lapsi on erilainen, tulee liikuntaakin ohjata erilaiset lähtökohdat hyväksyen (Miettinen 1999, 77). Ohjaajan esimerkki ja myönteinen suhtautuminen toimintaan kannustaa lapsia harjoittelemaan ja kehittämään taitoa ja toisaalta innostaa uuden kokeilemiseen. Tärkeää on myös huomioida jokainen lapsi jollain tavalla harjoituksen aikana, oli kyse sitten kannustamisesta, palautteen antamisesta, opettamisesta tai lapsen kuuntelemisesta. Ohjaajana myös kiittäminen ja kannustaminen motivoivat lapsia enemmän kuin rangaistukset. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 7-9) vai miettinen check!

Ohjaaja toimii vuorovaikutuksen esikuvana ja mahdollistaa vuorovaikutuksen ohjattaviensa välillä. Kataja ym. (2011, 27-28) selventävät, että ohjaajan tulee pystyä mukauttamaan toimintaansa ryhmän mukaan, jotta toiminta pysyy turvallisena ja ilmapiiri kannustavana. Hän voi toimia joko tehtäväkeskeisesti tai prosessikeskeisesti. Tehtäväkeskeinen ohjaaja toimii ikään kuin asiantuntijan roolissa ja ratkaisee itse ryhmässä syntyvät ongelmat. Prosessikeskeinen ohjaaja sen sijaan ottaa ryhmän mukaansa ongelmanratkaisuun ja kannustaa ryhmää löytämään itse ratkaisun ongelmaansa vuorovaikutuksen kautta. (Kataja ym. 2011, 27-28). Ryhmän aktivointi lisää ryhmän välistä vuorovaikutusta.

Vuorovaikutusta voidaan tukea myös eläytyvän kuuntelun, minäviestien sekä systeemisten menetelmien kautta. Näitä menetelmiä voidaan hyödyntää esimerkiksi haasteellisissa vuorovaikutustilanteissa. (Lintunen & Kuusela 2009, 186.)

3.4.1 Eläytyvä kuuntelu

Eläytyvässä kuuntelussa kuuntelija vastaa välisanoin tai nyökkäämällä ymmärtäneensä viestin, jonka jälkeen hän tiivistää viestin omin sanoin kertojalle. Eläytyvä kuuntelija voisi

esimerkiksi tiivistää puheen ”Kerroit, että jalkaasi sattuu, etkä sen vuoksi voi osallistua toimintaan. Mitä tehdään?”. Tässä kertoja kokee tullessa kuulluksi ja tulkitsee siten omia kokemuksiaan uudelleen, kun toinen toistaa ne omasta näkökulmastaan. Eläytyvä kuuntelu mahdollistaa kertojan pohtimaan itse ratkaisua tilanteeseen ilman ohjaajan valmista vastausta. (Lintunen & Kuusela 2009, 185-191.) Ryhmän eläytyvä kuunteleminen näin mahdollistaa ryhmän vuorovaikutteisesti pohtivan ratkaisua ongelmaan, mikä osaltaan lisää ryhmän sisäistä kommunikaatiota ja vuorovaikutusta. Ryhmän vuorovaikutuksen vahvistaminen tukee myös ryhmäytymistä.

Eläytyvää kuuntelua voi Lintusen ja Kuuselan (2009, 187-191, 194) mukaan hyödyntää myös tilanteessa, jossa ohjattava ei sairauden tai vamman vuoksi tahdo osallistua toimintaan tai kokee voimiensa ja taitojensa olevan riittämättömät tekemiseen. Tällöin ohjaaja voi näyttää ohjattavalle hyväksyvänsä tilanteen ja antaa ohjattavalle itseen mahdollisuuden päättää jatkamisesta toiminnan parissa. Tämä antaa usein lisää energiaa ja kiinnostusta jatkaa, kun päätös tai lupa osallistua ei ole ansaittu ulkoa päin, vaan siihen on itse vaikuttanut omalla päätöksellään. Eläytyvä kuuntelu voi myös kannustaa ohjattavia kertomaan rohkeammin asioistaan ja mielipiteistään, jolloin toimintaa voidaan myös muokata mielekkäämmäksi. Eläytyvän kuuntelun avulla annetaan vastuuta ryhmälle, jolloin se pystyy itse vaikuttamaan omaan toimintaansa.

3.4.2 Minäviestit

Vuorovaikutustilanteessa voi olla vaikeaa ilmaista ajatuksiaan tai tunteitaan rakentavasti, jolloin voi kommunikoida minäviestein. Tällainen tilanne voi olla esimerkiksi, kun ohjaajan tunteet kuohuvat, mutta hän haluaa tuoda ryhmälle asian esille rakentavasti. (Kokkonen & Klemola, 222-223.)

Minäviesti rakentuu kolmesta osasta; ongelmallisen tilanteen kuvailusta, tilanteen vaikutuksesta ohjaajaan ja tilanteen aiheuttamista tunteista. Tällöin ohjaaja ei määrittele ratkaisua tilanteeseen, vaan se jää viestin vastaanottajan vastuulle. (Lintunen & Kuusela 2009, 191-193.) Ohjaaja voi esimerkiksi käyttää minäviestiä seuraavalla tavalla: ”Nyt kukaan ei noudata ohjeita, jolloin emme voi harjoitella uusia temppuja. Tämä harmittaa minua. Mitä voisimme tehdä asialle?”.

Minäviestien avulla ohjaaja näin siirtää ryhmälle vastuun omasta toiminnastaan, jolloin ongelman ratkaisu siirtyy myös ryhmälle. Vastuunoton kautta ryhmä saa mahdollisuuden kehittää toimintaansa niin, että se vie tekemistä toivottuun suuntaan. Tämä yhteinen vastuunotto myös lisää ryhmän välistä vuorovaikutusta.

3.4.3 Systemiset menetelmät

Kun vuorovaikutustilanteessa halutaan välttää ongelmien diagnosointia ja keskittyä myönteisen muutoksen aikaansaamiseen voidaan käyttää systemisiä menetelmiä. Tällöin suunnataan häiritsevää käyttäytymistä positiiviseksi (Lintunen & Kuusela 2009, 198-201). Jos oppilas ei suostu osallistumaan, vaan häiritsee muita sivussa, voi hänelle antaa hoidettavaksi erityistehtävän esimerkiksi musiikkilaitteen tai pisteiden kirjaamisen. Näin häiritsevä käytös muutetaan positiiviseksi, eikä muu ryhmä lähde mukaan tähän negatiiviseen toimintaan tai ota tästä vaikutteita.

Systemisten menetelmien hyödyntäminen mahdollistaa sen, ettei häiritsevää lasta suljeta toiminnan ulkopuolelle käytöksestä huolimatta. Huomioimalla näin jokaisen lapsen osaksi toimintaa, käytöksestä huolimatta, tuetaan myös ryhmäytymistä turvallisen ilmapiirin kautta ja hyväksytään erilaiset tunteet, joita ohjattavilla esiintyy tai, joita toiminta herättää heissä.

4 Alakouluikäinen lapsi

Laakson, Nupposen ja Telaman (2007, 42) sekä Zimmerin (2002, 20) mukaan liikunta vaikuttaa ihmisen kasvuun niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisenkin kautta. Liikunnan kautta kehittyvien motoristen taitojen lisäksi kehittyy myös itseluottamus onnistumisten ja pystyvyyden kautta. Ihminen saa myös kokemuksia oman kehonsa käytöstä, mikä osaltaan tukee itsetuntemuksen kehittymistä. Laakson ym. (2007, 42) mukaan sosiaalisen kentän kautta ihminen oppii myös toimimaan ryhmässä. Kesäleirillä painotetaan sosiaaliseen puoleen motoristen harjoitteiden kautta ja pyritään tukemaan ryhmäytymistä eri keinoin vaikuttamalla vuorovaikutukseen ja turvalliseen ilmapiiriin.

4.1 Osallisuus ja itsetunto

Mannerheimin Lastensuojeluliiton julkaisun (2012, 21) mukaan osallisuus määritellään syrjäytymisen vastakohtaksi ja se vaatii turvallisen ilmapiirin toteutuakseen. Osallisuus itsessään tarkoittaa sitä, että lapsella on mahdollisuus vaikuttaa omaan lähipiiriinsä sekä itseään koskeviin asioihin. Yksilö ei voi myöskään olla osallinen ilman ryhmää, joten osallisuudessa ryhmän merkitys myös korostuu. Yksilölle on myös tärkeää tuntee olevansa vaikuttava osa ryhmää, mikä osaltaan vahvistaa itsetuntoa.

Osallisuutta tukeakseen ohjaajan on tärkeää vastata lapsilta tulleisiin aloitteisiin ja mahdollistaa heidän ideointinsa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 21). Osallisuutta tukemalla ohjaaja tukee myös ryhmäytymistä, kun hän pystyy vastaamaan paremmin ryhmältä tulleisiin tarpeisiin ja kiinnostuksen kohteisiin. Näin toiminnasta tulee myös ryhmänsä näköinen ja vastuun kautta myös toimintaan sitoutuminen kehittyy. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 22-23.)

Itsetunnolla tarkoitetaan tässä sitä, että lapsella on myönteinen kuva itsestään ja pystyvyydestään sekä omista taidoistaan. Hyvän itsetunnon määritelmänä pidetään myös sitä, että lapsella on realistinen käsitys omista vahvuuksistaan ja heikkouksistaan. Hyvä itsetunto vaatii ryhmässä turvallisuuden tunteen ilman häpeän tai syyllisyyden tunteita. (Rovio 2009c, 224-231.) Hyvän itsetunnon kautta lapsi näkee myös oman kyvykkyytensä positiivisessa valossa ja uskoo osaamiseensa (Ebbeck, McAuley, Weiss & Wiese 1990, 30-33).

Wahlström (1981, 92-92) kuvaa alakouluikäisen lapsen itsetuntoa vielä araksi ja hänen mukaansa lapsen itsetuntoon vaikuttavat vahvasti saatu palaute niin positiivisessa kuin

negatiivisessakin mielessä. Rovion (2009, 224-226) mukaan tämä itsetunto heijastuu kaikkien toimintaan; kuinka yksilö vastaanottaa haasteita, tulkitsee tapahtumia ja suoriutuu tehtävistä. Hyvän itsetunnon kautta yksilö uskaltaa kokeilla sekä epäonnistua ja näiden kautta kehittyä. Oinosen (2015, 43-45) opinnäytetyö myös vahvistaa sen, että nimenomaan liikunta tukee itsetuntoa positiivisten kokemusten kautta.

Lapsi oppii koko kehollaan ja havainnoi tämän välityksellä omaa osaamistaan ja osaamattomuuttaan. Nämä havainnot hän liittää suoraan omaan persoonaansa. Mitä enemmän lapsi kokee positiivista palautetta toiminnastaan, sitä enemmän itseluottamus kasvaa. (Miettinen 1999, 66). Kun lapsi luottaa itseensä ja osaamiseensa, on hänen myös helpompi luottaa muihin. Samoin, hyvän itsetunnon kautta lapsi kykenee auttamaan ja jakamaan paremmin asioita muiden kanssa (Polvi 2008, 15), jolloin hän niin ikään tukee positiivisen ilmapiirin rakentumista.

4.2 Sosiaalinen kehitys

Polvi (2008, 9) avaa sosiaalisuuden määritelmää yksilön suhteesta muihin ihmisiin ja ryhmiin. Hänen mukaansa lapsi oppii sosiaalisen käyttäytymisen mallit lähiympäristöstään, minkä vuoksi esimerkiksi liikuntaharrastuksella on sosiaalisten taitojen oppimisessa tärkeä rooli. Kataja, Jaakkola ja Liukkosen (2011, 33) mukaan ihmisen käyttäytymisessä vuorovaikutuksen perustana on kehon kieli, minkä vuoksi ihminen tulkitsee toista pääosin tämän kautta. Liikuntaleikit ja -pelit ovat tästä syystä hyvä tapa harjoitella vuorovaikutusta ja kehittää ryhmässä toimimista. Liikuntaleiri tai liikuntaharrastus onkin hyvä väylä kehittää tietoisesti kommunikointi- sekä vuorovaikutustaitoja, joista lapsi hyötyy myös muissa toimintaympäristöissään.

Alakouluikäiselle lapselle vertaisten hyväksyntä on tärkeää ja hänelle on tärkeää suoriutua samasta kuin kaverinsa (Miettinen 1999, 15). Laakso, Nupponen ja Telama (2007, 58-59) väittävät myös, että kannustavalla kaveripiirillä on merkitystä liikuntaharrastukseen osallistumisella ja siihen sitoutumisella. Tämän vuoksi ryhmäytymiseen panostaminen ja ryhmässä viihtyminen voivat vaikuttaa myös lapsiin pitkällä aikavälillä liikunnan parista saaduilla positiivisilla mielikuvilla.

4.2.1 Vertainen ja sen merkitys

Vertaisella tarkoitetaan Salmivallin (2008, 15) ja Littlefield Cook ja Cook:n (2005, 424-425) mukaan lapsen kanssa saman ikäisiä tai samalla kehitystasolla olevia lapsia. Vertaissuh-teilla on Salmivallin (2008, 15-22; Rödström 1992, 86-88) tekstin perusteella tutkittu olevan merkitystä lapsen hyvinvointiin ja niiden kautta lapsi kokee hyväksyntää omana itsenään.

Vertaisryhmällä on Salmivallin (2008, 32-33) mukaan paljon merkitystä lapselle. Se luo tunteen, että kuuluu johonkin, antaa ajanvietettä ja tarjoaa mahdollisuuden harjoitella kompromissien tekemistä. Seunghyun, Moen ja Youngjun:n (2017, 1015) tutkimuksen mu-kaan vertaisten välinen vuorovaikutus vaikuttaa myös positiivisesti tehtävään sitoutumi-seen. Salmivallin (2008, 32-33) mukaan vertaisten kanssa tapahtuvan sosiaalisen vertai-lun kautta lapsi myös rakentaa omaa minäkuvaansa, jolloin erityisesti positiivisten vertais-suhdekokemusten merkitys korostuu. Vertaisten kanssa lapsi myös harjoittelee erilaisia rooleja ja muihin ihmisiin vaikuttamista (Wahlström 1981, 93-94).

Jos lapsi ei saa tarpeeksi positiivisia kokemuksia vertaisryhmässä tai joutuu siinä torju-tuksi voi hän jäädä ulkopuolelle ja taas ilman vertaisia jää hän ulkopuolelle siitä alueesta, missä sosiaalisia taitoja opetellaan (Salmivalli 2008, 32-33). Tällaisen lapsen riski myö-hemmin koulun keskeyttämiseen ja vääränlaiseen kaveriporukkaan ajautumiseen kohoaa (Salmivalli 2008, 43-45). Niina Junttilan (2010) väitös vahvistaa ajatusta siitä, että alakou-luikäisten heikolla sosiaalisilla taidoilla on myös vahva yhteys yksinäisyyteen. Tällöin yksi-näisyys ruokkii sosiaalisten taitojen opettelun ulkopuolelle jäämistä ja heikot sosiaaliset taidot yksinäisyyttä.

Positiivisia kokemuksia vertaisryhmässä voi lasten ohjaustilanteessa vahvistaa sillä, että mahdollistetaan lasten olevan kyvyiltään tasavertaisia. Tällöin käytetään esimerkiksi kil-pailutilanteita ajatuksella siten, ettei aina sama lapsi koe tilanteesta epäonnistumista. (Wahlström 1981, 94.) Polven (2008, 55) mukaan kilpailun kautta harjoitellaan myös voit-tamista ja häviämistä, joten järkevästi toteutettuna silläkin on jalansijansa.

4.2.2 Sosiaalinen pätevyys

Hyvät vuorovaikutustaidot opettavat lasta havaitsemaan omat tarpeensa ja ottamaan vas-tuuta toiminnastaan ja on tärkeää, että lapsi kokee onnistumisia vertaistensa kanssa. Vuo-rovaikutustaitoja voidaan kehittää tukemalla lasten sosiaalisia taitoja. Sosiaalisia taitoja ovat tässä yhteydessä muun muassa hymyileminen, tervehtiminen, auttaminen, toisten huomiointi, yhteistyökyvykkyys, auktoriteetin hyväksyminen ja tunteiden ilmaiseminen

(Kauppila 2011, 134-135; Mielenterveystalo; Polvi 2008, 9), joista jokaista voidaan harjoittaa ja harjoitella liikunnan kautta.

Lapsen sosiaalista pätevyyttä eli vuorovaikutusta muiden kanssa voidaan edistää vaikuttamalla käyttäytymiseen ja käyttäytymisen taustalla oleviin asioihin tai muuttamalla itse ryhmän sosiaalista rakennetta (Salmivalli 2008, 182; Polvi 2008, 9). Leirillä tavoitteena on turvallisen ilmapiirin luominen, mitä pyritään osaltaan tukemaan opastamalla lapsia käyttämään sosiaalisia taitojaan hyväkseen toistensa kanssa, jolloin lapset oppivat tekemään kompromisseja ja päätöksiä yhdessä toistensa kanssa sekä hyväksymään toisensa ryhmässä. Salmivallin (2008, 183-184) mukaan käyttäytyminen kuten mukaan liittyminen, muiden huomioonottaminen, yhteistyö muiden kanssa, kommunikaatio ja avun tarjoaminen lisäävät vertaisryhmään hyväksymistä. Leirillä painotetaan nimenomaan tätä suoraan sosiaalisiin taitoihin ohjaamista, jotta sosiaalisiin tilanteisiin pystytään reagoimaan välittömästi leiriolosuhteissa.

5 Työn tavoite

Työn tavoitteet on määritelty aiheen ja siitä esiin nousseiden tarpeiden kautta. Työn aiheeksi muotoutui yhteistyössä Tapiolan Voimistelijoiden kanssa huhtikuussa 2017 ryhmäytymisen tukeminen vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla alakouluikäisten lasten liikunnallisilla kesäleireillä. Tämän kautta tarkoituksena oli lisätä viihtyvyyttä ja yhdessä tekemistä ja toisaalta luoda seuran ohjaajille ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas.

5.1 Aiheen tausta ja toimeksiantaja

Tapiolan Voimistelijoiden kesäleirillä ei olla aiemmin panostettu ryhmäytymisen tukemiseen, joten ryhmäytymisen tukeminen ilmiönä on seuralle uusi. Aihetta alettiin jäsentää ja tarkentaa ryhmäytymiseen liittyvän kirjallisuuden kautta toukokuun 2017 aikana. Aiheeseen pohdittiin myös tarinallisuuden sekä kokemuksellisuuden liittämistä, mutta nämä aiheet jäivät tiukan aikataulun vuoksi pois suunnitelmasta ja aihe päätettiin kohdistaa ryhmäytymisen tukemiseen vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla. Vuorovaikutus lisää luottamusta, mikä osaltaan kehittää turvallista ilmapiiriä ja näin rohkaisee taas vuorovaikutukseen. Tästä muodostuu positiivinen noidankehä, jossa ryhmän toiminnan kautta vaikutetaan sen viihtyvyyteen. Ryhmäytymistä tukemalla on tarkoitus kehittää näin vuorovaikutteisempia tilanteita ja toisaalta kehittää sivussa myös ohjaajan omia vuorovaikutustaitoja.

Näiden teemojen kautta on tarkoitus syventää ja kehittää ryhmän toimimista leirillä ja toisaalta lisätä lasten viihtymistä toistensa kanssa. Tätä ryhmäytymistä tukevaa teemaa hyödyntämällä on tarkoitus luoda ryhmäytymistä tukeva konsepti leiritoiminnalle Tapiolan Voimistelijoille. Tätä konseptia tukemaan luodaan ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas.

Hakalan mukaan (2004, 29-33) työn tulee vastata työelämäntarpeita, jotta kehittämistehävä tai produkti on tarpeellinen. Tätä ryhmäytymistä tukevaa opasta voidaankin hyödyntää leiritoiminnan lisäksi myös seuran muiden lapsiryhmien ohjauksessa. Leireillä halutaan tuoda lapsille mahdollisuus osallistua ohjattuun liikuntaan myös vapaa-aikana ja toisaalta tukea lasten liikunnallisuutta ja ryhmässä toimimista. Nämä ovat tärkeitä tavoitteita myös Tapiolan Voimistelijoiden lasten harrasteryhmien toiminnassa. Ryhmäytymistä tukemalla leiriä voidaan muokata lapsiryhmän tarpeiden mukaiseksi ja vahvistaa lasten osallistumiskokemusta leirillä, jolloin liikunnasta saadut positiiviset mielikuvat innostavat liikkumaan ja toimimaan yhdessä.

Tämän opinnäytetyön toimeksiantaja on Tapiolan Voimistelijat, joka on vuonna 1964 perustettu espoolainen voimisteluseura. Se tarjoaa toimintaa Tapiolan, Mankkaan, Kilon ja Leppävaaran alueilla ja sen tavoitteena on tarjota kaikenikäisille jäsenilleen liikunnan ja voimistelun iloa. (Tapiolan Voimistelijat.) Tapiolan Voimistelijat järjestävät kesällä kaksi viikon mittaista päiväleiriä 5.6.-16.6.2017 välisenä aikana, jolloin pilotoidaan ryhmäytymistä tukevia menetelmiä leiritoiminnassa. Aiemmin leireihin ja ryhmäytymiseen liittyen tehtyjä opinnäytetöitä kartoitettaessa huomattiin, että nämä työt painottuivat pääosin ryhmäytymisen tutkimiseen leireillä, minkä vuoksi päädyimme konkreettisen oppaan luomiseen. Tätä opasta voidaan hyödyntää ryhmäytymisen tukemiseen leiritoiminnan lisäksi myös muiden ryhmien ohjaamisessa.

Tapiolan Voimistelijat on järjestänyt laadukasta liikunnallista leiritoimintaa jo vuodesta 2012 alkaen lukuun ottamatta kesää 2015. Leirit käynnistyvät alkukesästä ja ne on suunnattu 7-10 -vuotiaille alakoululaisille päiväleirinä, kun vanhemmat ovat vielä töissä. Leiritoiminta mahdollistaa lapsille ohjattua, liikunnallista ja kesäistä toimintaa ja on hyvä vaihtoehto ruutuajan vähentämiseksi ja ulkoilun sekä liikkumisen lisäämiseksi. Leireillä saa myös uusia ystäviä. Leirin ohjelma on aiempien vuosien tapaan painottunut temppuiluun ja akrobatiaan ja erilaiset temppuradat ovat olleet suosittuja. Näiden lisäksi opetellaan erilaisia akrobaattisia liikkeitä ja tutustutaan muun muassa freegymiin ja monipuolisesti eri liikuntalajeihin niin sisällä kuin ulkonakin. Tärkeintä leirillä on monipuolisen liikkumisen kautta kokea liikkumisen iloa sekä viihtyä ryhmässä turvallista oppimisympäristöä unohtamatta. (Tapiolan Voimistelijat).

5.2 Työn tavoitteet ja arviointi

Opinnäytetyön päätavoitteena on luoda liikuntaleirille ryhmäytymistä tukeva opas, jota voidaan hyödyntää leiritoiminnan lisäksi myös muissa alakouluikäisten ohjausryhmissä. Opas sisältää menetelmiä ryhmäytymisen tukemiseen vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä korostamalla. Tämän oppaan luomisen kautta on tarkoitus laajentaa leiritoimintaa myös syksyille ja talvelle.

Työn alatavoitteena on tuoda esiin myös haastavia vuorovaikutuksen tilanteita ja esitellä ehdotuksia niiden ratkaisemiseksi. Vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla on tarkoitus vahvistaa myös lasten välisiä suhteita ja itsetuntoa, minkä kautta toisaalta voidaan jopa ehkäistä lasten syrjäytymistä. Opinnäytetyön taustalla on näin myös tavoite vai-

kuttaa lasten viihtymiseen liikunnan parissa ja toistensa seurassa, sillä lapsena koetut positiiviset kokemukset liikunnasta ovat pohjana aikuisena liikkumiselle (Laakso, Nupponen & Telama 2007, 56).

Työ hyödyttää ammatillisesti kehittämällä tietoisuutta ja ymmärrystä lasten välisten vertaissuhteiden merkityksestä ja vuorovaikutustilanteiden hyödyntämisestä ohjaustyössä. Työn teoriaa ja tuloksia voidaan hyödyntää melkein minkä vain ala-asteikäisten lapsiryhmän ohjaamisessa. Oppaan käyttömahdollisuutta on mahdollista laajentaa esimerkiksi iltapäiväkerhotoimintaan ja kouluihin.

Produktiota arvioidaan sen mukaan, kuinka selkeä ja helppokäyttöinen siitä tulee, sekä kuinka tarpeellinen produktio itsessään on ryhmäytymisen tukemisessa ja ohjaajan apuvälineenä. Produktiossa arvioinnin kohteena on myös se, kuinka ryhmäytymisen tukemista painottamalla kehitetään tai laajennetaan leiritoimintaa. Työtä arvioidaan myös sen perusteella, miten siinä on huomioitu vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin tukeminen monipuolisesti myös haastavat vuorovaikutustilanteet huomioiden, ja miten menetelmät vaikuttavat positiivisesti kokemukseen liikunnasta yhdessä.

6 Työn vaiheet

Työ aloitettiin yhteistyössä Tapiolan Voimistelijoiden kanssa toukokuussa 2017 aiheen kartoituksella. Aiheeksi muodostui ryhmäytymisen tukeminen vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin kautta. Työlle laadittiin suunnitelma, jossa myös koko projekti aikataulutettiin. Suunnitelmassa määriteltiin tarkemmin työn tausta sekä tarvittava teoriapohja ja sen tavoitteet. Sen tarkoitus oli viedä työtä johdonmukaisesti eteenpäin ja pitää aihe rajattuna.

Seuraavaksi teoriapohjan kautta selvitettiin kirjallisuuden ja artikkeleiden kautta ryhmäytymisen perusteita, ryhmädynamiikan merkitystä sekä keinoja ryhmäytymisen tukemiseen. Teoriapohjan kautta tutkittiin myös alakouluikäisen lapsen vertaissuhteiden merkitystä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä sekä ohjaajan roolia ryhmäytymisen tukemisessa. Teorian selvityksen pohjalta laadittiin toukokuun 2017 lopulla leirille ryhmäytymistä tukevien leikkien ja menetelmien opas.

Menetelmiä pilotoitiin käytännössä kahden viikon mittaisen kesäleirin aikana 5.6.-16.6.2017. Nämä kaksi leiriviikkoa olivat toisiinsa verrattuna hyvin erilaiset, minkä vuoksi niistä saatiin hyvää pohdintamateriaalia opinnäytetyöhön sekä pilotoituihin menetelmiin. Leirin aikana havainnoitiin menetelmien toimivuuden lisäksi myös leirillä tapahtuvaa vuorovaikutusta ja siinä kohdattavia haasteita.

Tämän käytännön pilotoinnin avulla refleктоitiin oppaan ja leikkien toimivuutta ja toisaalta luotiin myös uusia menetelmiä. Oppaan kehittämistä jatkettiin syyskuun 2017 loppuun asti, jolloin oppaan sisällössä keskityttiin niin sanotun leikkipankin sijaan erilaisten menetelmien esittelyyn. Tällöin menetelmiä pystytään hyödyntää monipuolisemmissa tilanteissa, eivätkä ne rajoitu tiettyyn leikkiin. Huomattiin myös, että leikkipankkeja oli tehty jo aiemmin jonkin verran, mutta erilaisissa tilanteissa sovellettavia menetelmiä kaivattiin.

Opinnäytetyön ensimmäisen version otsikointiin ja sisältöön tehtiin muutoksia palautteen perusteella ja Tapiolan Voimistelijoiden kanssa sovittiin syyslomaleirin järjestämisestä lokakuulle 2017. Opas työstettiin loppuun lokakuun 2017 aikana työelämältä saatuun palautteeseen reagoiden. Lokakuun syyslomaleirillä hyödynnettiin oppaan menetelmiä ja saatiin hyvää palautetta lasten viihtymisestä ja ryhmäytymisestä. Lopuksi käytiin vielä läpi työn tuloksia ja arvioitiin niiden merkityksellisyyttä ja hyödynnettävyyttä sekä tavoitteiden saavuttamista.

7 Ryhmä yhdessä -opas

Ryhmä yhdessä -opas on ryhmäytymistä tukeva opas, joka sisältää orientoitumisen aiheeseen ja ideoita ja menetelmiä ryhmäytymisen tukemiseen. Oppaassa huomioidaan ryhmän elinkaari ja sen mukaisesti ryhmäytymisen tukeminen ja sen menetelmät on kohdistettu ryhmän elinkaaren alkuosaan. Näitä menetelmiä voi soveltaa eri liikuntalajeihin ja tilanteisiin. Opas sisältää myös vinkkejä haastavien tilanteiden varalle, joten sen avulla on mahdollista ratkaista tai havaita vuorovaikutuksellisia ongelmia ja näin puuttua niihin ryhmäytymistä tukevien keinojen avulla.

Ryhmäytymisopas luotiin liikuntaleirien sekä ohjaamisen tueksi, ja sen kautta ohjaaja voi panostaa ryhmäytymisen tukemiseen. Tässä oppaassa painotetaan lasten väliseen vuorovaikutukseen ja turvalliseen ilmapiiriin, mitkä osaltaan tukevat ryhmäytymistä. Erilaisten leikkien, pelien ja toiminnallisten työtapojen kautta ohjaaja voi tukea ryhmäytymistä.

Ryhmäytymistä tukeva opas laadittiin ohjaajien apuopettajaksi ja materiaalipankiksi. Tässä apuopettaja tarkoittaa sitä, että hyödyntämällä erilaisia menetelmiä ryhmäytymisen tukemiseksi luodaan tilanne, jossa lapset yhtäaikaaisesti myös tukevat toisiaan toiminnassa. Tällöin paikalla on ikään kuin näkymätön apuopettaja. Oppaan menetelmät kasvattavat myös kohti aktiivisempaa vuorovaikutusta, mikä osaltaan tukee yhteisöllisyyttä ryhmässä.

7.1 Leirien kulku ja havainnot

Tapiolan voimistelijoiden harrastekesäleirit järjestettiin 5-9.6.2017 ja 12-16.6.2017 viikon mittaisina suljettuina päiväleireinä klo 8-16. Osallistujat olivat alakouluikäisiä ja heitä oli ensimmäisellä leirillä 21 ja toisella 24. Ryhmät olivat siis suuria ryhmiä, jolloin myös ryhmäytyminen oli haasteellisempaa näin lyhyessä ajassa. Ryhmän lyhyen olemassaolon vuoksi ryhmäytymisen tukemisessa keskityttiin ryhmäytymisen ensimmäiseen vaiheeseen eli tutustumisvaiheeseen.

Tavoitteena leireillä oli tukea ryhmäytymistä ja tarkemmin turvallisen ilmapiirin luomista ja vuorovaikutusta lasten välillä. Erilaisten vuorovaikutusta ja ilmapiiriä tukevien toimenpiteiden avulla pyrittiin vahvistamaan lasten välistä yhteistyötä ja toisaalta niiden kautta tuomaan iloa ja viihtyvyyttä. Leiriviikon jokaista päivää reflektotiin, minkä perusteella toimintaa ja menetelmiä kehitettiin.

Kesäleirin suunnittelussa ja toteutuksessa hyödynnettiin ryhmän kehitysvaiheiden teoriaa. Ryhmäytymistä pyrittiin tukemaan myös koko leirin ajan, mikä onkin tärkeää sen onnistumisen kannalta (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 7-8). Jokainen leiripäivä aloitettiin ringistä ja lopetettiin yhteiseen leirihuutoon, jolloin aloitus ja lopetus rytmittivät jokaista päivää.

Leirien alussa oli hyvä tutustuttaa lapset toisiinsa, jolloin heidän oli tarkoitus oppia toistensa nimet. Ensimmäisen päivän tutustumisvaiheessa vaihdeltiin ryhmiä ja kokoonpanoja siten, että mahdollisimman moni lapsista toimi toistensa kanssa. Tavoitteena ensimmäisen päivän aikana oli luoda pohja leirin ryhmäytymiselle. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 111.) Ensimmäisen päivän ohjelman tarkoitus oli olla ryhmää yhdistävää toimintaa. Tässä ohjaaja huolehti, että kaikki viihtyvät mukana, eikä korostettu yksilöiden taitoja (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 8-9).

Leirin puolivälissä teetettiin jo enemmän ongelmanratkaisutehtäviä ja luottamusta vaativia harjoituksia. Tässä vaiheessa leiriläisille annettiin myös vapautta valita omaa toimintaansa vapaa-aikana ja järjestettiin tilanteita, joissa lapset joutuivat hieman laittamaan itseään liikkoon (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 111). Tämän pienimuotoisen kilpailun kautta lisättiin lasten välistä vuorovaikutusta ja toisaalta testattiin, kuinka ryhmä toimii yhdessä.

Leirin lopetusvaihe eli viimeinen päivä vietettiin yhteisen tekemisen parissa eli Mysteeri Mankkaalla -kisailussa, jolloin myös ryhmät päättyivät. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 111). Ryhmän konkreettinen päättäminen toimi jakamalla palkinnot ja toteuttamalla ohjelmassa lopuksi toivottuja leikkejä ja taitoja. Näihin kuuluivat muun muassa suositut pelit ”kaikki polttaa kaikki palaa” ja ”jäätelöauto” sekä temppuradan rakentaminen. Näin leiri loppuu yhteiseen hauskanpitoon ja leiristä jäi hyvä jälki mieleen. Leirien reflektoinnin kautta löydettiin kuusi yhdistävää tekijää molempien leirien ryhmäytymiseen liittyvistä haasteista ja opettavaisista tilanteista, joiden mukaan ryhmäytymistä tukevia menetelmiä kehitettiin. Nämä kuusi tekijää ovat: panostus ryhmäytymisen tukemiseen, klikkien merkitys, pienryhmätoiminta, lasten aloitteisiin vastaaminen, aikuisen ja lapsen eriävä tavoite sekä haasteellisten tilanteiden käsittely.

7.1.1 Ryhmäytymisen tukemiseen panostaminen

Ryhmäytymisen tukeminen onnistui pääasiassa leireillä hyvin ja erityisesti lasten välinen vuorovaikutus viikon aikana kehittyi molemmilla leireillä. Ryhmäytymistä tukevia menetelmiä kokeiltiin ja käytettiin ahkerasti molempien leirien aikana ja lasten yhdessä toimiminen punnittiin viimeisen päivän kisailuissa.

Välillä ryhmäytymistä pyrittiin ohjaajaportaan kautta tukemaan ehkä liikaakin. Tästä opittiin, että ryhmäytymistä on parempi tukea systemaattisesti esimerkiksi vain tiettyä asiaa korostamalla. Esimerkiksi, kun lapset oli jaettu alussa uusiin pienryhmiin, olisi pienryhmän tutustumista voitu kehittää pidemmälle ennen ajatusta vaativan leikin aloittamista. Näin olisi kehitetty vuorovaikutusta ja luottamusta lasten välille ja uusi leikki olisi voinut toimia paremmin. Ryhmäytymisessä voidaan korostaa esimerkiksi nimien osaamista, toisten tuntemista, toisten auttamista tai jokaisen ryhmän jäsenen osallistumista.

Tuokioissa ja toiminnassa ryhmäytymisen tukemista olisi voitu myös havainnoida ja tuloksia mitata kirjallisen tai suullisen palautteen avulla heti tuokion jälkeen myös lapsilta. Näiden tulosten perusteella oltaisiin saatu tarkemmin lasten mielipiteet esille toiminnasta, sillä he ovat pääroolissa tässä ryhmäytymisessä. Yleisesti lapset vaikuttivat ottavan vuorovaikutusta tukevat menetelmät hyvin vastaan.

7.1.2 Klikkien merkitys

Leireillä havaittiin erityisesti välipalan aikaan lasten ryhmittyvän pienempiin pareihin ja ryhmiin syömään. Nämä ryhmät toimivat välipalan vapaa-aikana yleensä omana ryhmänään. Erityisesti ensimmäisen leiriryhmän kanssa klikkien eli pienempiin ryhmiin jakautumisen merkitys korostui. Lapset ystäväystyivät nopeasti toistensa kanssa ja kaveripareja ja ryhmiä syntyi nopeasti. Aluksi lapset toimivat paljon parinsa kanssa kahdestaan, mutta loppua kohden näitä pienempiä klikkejä ei niinkään ollut, vaan joukko oli jakautunut 4 suurempaan klikkiin. Näitä ryhmiä yritettiin välillä ehkä turhankin paljon irrottaa toisistaan, kunnes todettiin toiminnan sujuvan jopa paremmin näissä pienissä klikeissa.

Leirin aikana opittiin, etteivät klikit välttämättä ole huono asia, jos jokainen kuuluu häntä miellyttävään ryhmään ja ryhmän toiminta sujuu sekä, jos klikit ovat avoimia myös muille, eivätkä sulje tarkoituksella muita ulkopuolelle. Leirien aikana huomattiin myös, että joka kerta ryhmien vaihtelemisen sijaan olikin jopa tärkeämpää havainnoida, kuinka klikkejä voitiin hyödyntää toiminnassa. Tässä klikeissa toimiminen toi esimerkiksi lisää keskittymistä ja sitoutumista tehtävään.

Toisen leiriryhmän kanssa ryhmä muotoutui suurimmin osin pareista pienempien ryhmien sijaan. Ryhmä oli siinäkin mielessä erilainen ensimmäiseen verrattuna, ettei se kapinoinut lainkaan näiden pienien klikkien purkamista, vaan selvästi nautti myös satunnaisista ryhmiin jaoista, joita heidän kanssaan tehtiinkin paljon. Ryhmien vaihtelu sopi paremmin tämän ryhmän kanssa, jolloin yleensä tehtävään keskittyminen parantui satunnaisessa ryhmässä, eikä seurattu niinkään kaverin suoritusta.

7.1.3 Pienryhmätoiminta ja toiminnan eriyttäminen

Pienryhmätoimintaa on pidetty lasten välistä vuorovaikutusta edistävänä (Lwin, Goh & Doyle 2012, 31-33), mitä se oli myös näillä leireillä. Molempien leiriryhmien kanssa ryhmää jaettiin erilaisiin pienempiin ryhmiin, jolloin harjoiteltiin erilaisia taitoja ja pienempiä leikkejä. Pienryhmätoiminta suuren leiriryhmän kanssa (21-24 lasta) toimi molempien ryhmien kanssa erittäin hyvin. Kun toimintaa pilkottiin, pystyttiin pienemmällä ryhmällä (6-8 hlö) keskittymään paremmin myös oman ryhmän kanssa toimimiseen ja vuorovaikutukseen. Näin mahdollistettiin myös lasten parempi kuuleminen ja pystyttiin tukemaan heitä paremmin yksilöinä niin uuden opettelussa kuin toisten lasten kanssa toimimisessakin.

Pienempiin ryhmiin jakamiset onnistuivat hyvin erilaisia menetelmiä vaihdellen. Ryhmiä jaettiin muun muassa sen mukaan, mitä oli syönyt aamiaiseksi, kuinka monta sisarusta on ja minkä värinen paita on päällä. Erilaiset menetelmät lisäsivät myös ryhmässä toistensa tuntemista ja yhteenkuuluvuutta, kun ryhmän jäsenillä oli toisiaan yhdistäviä asioita.

Toimintaa eriyttämällä pystyttiin kehittämään toimintaa juuri kyseiselle ryhmälle toimivaksi. Pienryhmissä tempuradan eri osioissa toimivat ryhmät olivat esimerkiksi luonteeltaan erilaisia. Yksi ryhmä saattoi keskittyä oikeaan tekniikkaan, kun taas toisella ryhmällä oli kiire läpäistä tehtävät mahdollisimman nopeasti. Kolmas ryhmä ehkä halusi ottaa ryhmälle kokonaisuutta, kun taas toisena päivänä tämä ryhmä halusi keskittyä yksilötaitoihin.

Toimintaa olisi voitu varsinkin toisen leiriviikon ryhmän kanssa eriyttää vielä enemmän. Ryhmä oli hitaasti lämpenevä ja lapset olivat luonteeltaan erilaisempia, kuin ensimmäisellä viikolla. Tämän vuoksi olisimme voineet tarjota heille jopa valinnanvaihtoehtoja toiminnan suhteen, eikä kaikkien olisi tarvinnut aina osallistua kaikkiin samoihin peleihin ja leikkeihin pienryhmänsä kanssa.

7.1.4 Osallistuminen

Leireiltä nousi esiin ryhmäytymisen tukemisen suhteen myös lasten aloitteisiin vastaamisen tärkeys, yhteiset haasteet ja luovuuden mahdollistaminen. Nämä myös osaltaan tukivat lasten osallisuutta. Osallisuudella tarkoitetaan tässä lapsen mahdollisuutta osallistua toimintaan omalla tasollaan ja kokemusta siitä, että pystyy vaikuttamaan toiminnassa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012, 21).

Molemmilla leireillä toimi päivittäin yhteishenkeä nostattava "siivoushaaste", jossa yksinkertaisuudessaan oli tarkoitus alittaa ryhmän määrittelemä aika, jossa he saavat salin tempuradan purettua. Tämä sai aina hyvin vauhtia ja kannustusta ryhmään. Toisella leiri- viikolla lapset myös haastoivat ohjaajat siivoushaasteeseen. Tämä sujui odotettua paremmin ja lapset kannustivat raikuvien huutojen ja aplodein, yhteishenki oli huipussaan. Ryhmän sisäisiä haasteita olisi voinut olla enemmänkin mukana leirillä tukemassa ryhmän kiinteyttä ja yhteistä osallistumista.

Viimeisen päivän Mysteeri Mankkaalla -kisailussa lapset pääsivät pienryhmiensä kanssa haastamaan omaa ryhmäänsä niin fyysisten tehtävien kuin ajatusta vaativienkin pulmien parissa. Erityisesti molempien ryhmien kanssa toimivat koko ryhmän luovuutta vaatineet tehtävät, kuten "ohjaajien piirtäminen" sekä "tempuradan rakentaminen". Näissä ryhmät tekivät sisäisesti hyvin yhteistyötä. Myös sitoutuminen tehtävään oli aivan erilainen, kuin esimerkiksi ohjaajien rakentamalla tempuradalla harjoittelussa.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2012, 21) ajatusten mukaisesti huomasimme, että lapsia olisikin voitu ohjata tai kannustaa enemmän yhteisten haasteiden suunnitteluun sekä ohjelmaan vaikuttamiseen ja tuoda näin lasten ääntä ja aloitteita paremmin leirillä esille. Ryhmän kokeman vaikuttavuuden kautta voidaan näin ollen myös tukea sen ryhmäytymistä.

7.1.5 Eriävä tavoite

Rovio kertoo (2007, 182-183), että jokaisen ryhmän tulisi pystyä määrittelemään sen perustavoite. Leirien aikana huomattiinkin, kuinka tärkeää on havainnoida lasten ja ohjaajien tavoitteita toiminnan aikana. Ohjaajan tavoite saattoi pyöriä välillä liikaa ryhmäytymisen ja yhdessä tekemisen ympärillä. Välillä havahduttiinkin pohtimaan sitä, että lasten tavoitteena toiminnassa saattoikin olla ystävän kanssa hassuttelu tai uuden henkilökohtaisen taidon oppiminen ryhmässä toimimisen sijaan. Jos leirillä olisi selvitetty enemmän lasten osallistumisen motiiveja, olisi viihtyvyyttä voitu mahdollisesti lisätä vieläkin enemmän.

Ryhmäytymistä tukiessa tuleekin havainnoida sitä, mitä ryhmä sillä hetkellä vaatii tai tarvitsee ja minkälainen motiivi ryhmän jäsenillä on toimintaan liittymisessä. Tämän kautta löydetään tilanteeseen sopiva tapa tukea ryhmää. Rovio (2009a, 140-141) kuvaa ryhmän toista tavoitetta toiminnassa tunnetavoitteeksi, minkä kautta voidaan tarkastella nimenomaan näitä toimintaan osallistumisen motiiveja.

7.1.6 Haasteelliset tilanteet

Ryhmäytymisen tukemisessa kohdattiin myös erilaisia haasteita edellä mainittujen oivallusten lisäksi. Haasteena oli esimerkiksi ryhmän avautuminen ja innostuminen toiminnalle, erilaisten persoonien yhteensovittaminen, sääntöjen ja ohjeiden noudattaminen ja kilpailu.

Hitaasti lämpenevän ryhmän kanssa haastetta tuli paikoitellen toimintaan kiinnostumisessa ja siitä innostumisesta. Kokemusten perusteella tällaisen ryhmän kanssa voisi toimia tarinallisempi lähestymistapa, jolla ryhmää vähän lämmiteltäisiin tulevaa toimintaa varten. Myös Kataja ym. (2011, 22-23) ovat samaa mieltä, että toimintaan kiinnostumisessa myös lasten ideoita ja mielipiteitä voitaisiin ottaa vahvemmin mukaan, jolloin tekemisestä tulisi ryhmänsä näköinen. Kun koko ryhmä vain osan ryhmästä sijaan kiinnostuu ja innostuu tekemisestä, nousee myös ryhmätunne ja lapset saavat kokemuksia siitä, että jokaisen osallistuminen on tärkeä.

Toisen ryhmän kanssa haastetta muodostui myös erilaisten persoonien yhteistyön suhteen. Kun lapsia jaettiin satunnaisilla jaoilla pienryhmiin, saattoi ryhmässä olla vilkkaita ja rauhallisia lapsia samassa ryhmässä. Välillä vilkkaamman lapset saattoivat viedä rauhallisemmilta huomiota. Ryhmäytymistä tai enemmän turvallista ilmapiiriä saattoi haastaa siis näiden erilaisten lasten tasavertainen huomioiminen. Vilkkaita ja rohkeasti kokeilevat lapset toisaalta voivat rohkaista myös muita kokeilemaan herkemmin uutta. Tällöin aktiivisempia lapsia voidaan hyödyntää esimerkkinä toiminnalle tai antaa heille lisätehtävä, joka tukee toimintaa.

Sääntöjen ja ohjeiden noudattaminen toi molempien ryhmien parissa haasteita. Ryhmäytymisen peruseriaate on turvallinen ilmapiiri ja luottamus (Kalliola ym. 2010, 112-113), mitä leirilläkin pyrittiin tukemaan. Jos sääntöjä tai ohjeita ei noudatettu ja ohjaaja joutui puuttumaan asiaan jatkuvasti, vaikutti tämä myös ilmapiiriin. Ryhmä yritti myös itse välillä ohjeistaa niitä, jotka eivät totelleet. Tässä tilanne saattoi olla enemmän huomionhakuisuutta, mitä oltaisiin voitu lähestyä toisella toimintatavalla, kuin kieltämällä. Lintusen ja

Kuuselan (2009, 186) ajatusten tukemana tässä oltaisiin voitu hyödyntää esimerkiksi minäviestejä, eläytyvää kuuntelua tai systeemisiä menetelmiä, jolloin oltaisiin voitu sitouttaa sääntöjä uhmaavat lapset toimimaan ilmapiiriä kohottavasti. Tämä olisi osaltaan voinut tukea ryhmäytymistä paremmin.

8 Pohdinta

Katarina Malmbergin (2017) artikkeli osoittaa, kuinka pienten konkreettisten tekojen kautta voidaan puuttua yksinäisyyteen ja osaltaan ryhmäytymisen tukemisella puututaan näihin samoihin asioihin: tehdään yhteiseen tekemiseen osallistumisesta helppoa, tuetaan ja opetetaan sosiaalisia taitoja, ohjataan lapsia pyytämään yksin oleva mukaan leikkiin ja tuetaan lapsen positiivista kuvaa itsestään. Näin ryhmäytymistä tukemalla voidaan osaltaan ehkäistä lasten yksinäisyyttä.

Vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukemalla onnistuttiin luomaan ryhmäytymistä tukevien menetelmien opas. Ryhmäytymisen tukemisen avulla myös lisättiin lasten välistä vuorovaikutusta leirillä. Ryhmäytymiseen käytetty aika oli loppupeleissä leireillä aika pieni, sillä leirit olivat päiväleirejä ja kestivät viisi päivää. Koska ryhmät olivat suuria ryhmiä ja ryhmäytymisen tukeminen osui ryhmän kehitysvaiheissa pääosin tutustumisvaiheeseen ei ryhmäyttämisen kokonaisuudessaan tässä ajassa olisi edes ollut mahdollista. Tämän vuoksi keskityttiin ryhmän jäsenten väliseen tutustumiseen ja yhdessä toimimisen kehittämiseen.

Lapset toimivatkin paljon leirillä pareittain. Pariin oli helppo kiinnittyä ja siitä haettiin turvaa. Nämä parit saatiin toimimaan hyvin ryhmissä, kun sovittiin tälle yhteiset pelisäännöt. Tämä tarkoittikin sitä, että lapset saivat olla haluamansa parin kanssa toiminnassa, jos pystyivät osoittamaan, että keskittyvät toimintaan hyvin.

Pienempiin ryhmiin jaot toimivat leirillä niin ikään hyvin. Kun ryhmät olivat pienempiä, niin pienryhmän jäsenet ehtivät olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Pienryhmää oli myös ohjaajan helpompi hallita ja toisaalta neuvoa ja avustaa uusissa jutuissa. Pienryhmätoimintaa olisi voitu välillä myös jaotella eri tiloihin toimimaan. Esimerkiksi väliverhoa laskemalla tai ulkotiloja samaan aikaan hyödyntämällä olisi suunnattu keskittyminen vielä tarkemmin omaan toimintaan. Näin pienryhmätyöskentelystä olisi voitu saada vieläkin keskittyneempää.

Leiriryhmien yhdessä toimiminen sujui leirin loppua kohden koko ajan paremmin ja erityisesti viimeisen päivän kisailut hioivat ryhmiä tiiviiksi. Leirillä voitaisiin kokeilla jatkossa myös tietyn teeman liittämistä leiriin. Tämä teema voisi esimerkiksi liittyä Mysteeri Mankaalla -kisailuun tai johonkin muuhun yhteiseen tavoitteeseen, jota kohti pyrittäisiin leirin aikana ja johon leiri lopuksi päättyy. Tällaisen teeman kautta voitaisiin mahdollisesti viedä leirin ryhmää vieläkin enemmän ryhmänä eteenpäin kohti päätöspäivää.

Mielenkiintoista leireillä oli seurata lasten innostumista toiminnasta ja pohtia sekä tarkastella sitä, mihin innostuminen perustui. Tarkkoja tutkimuksia tästä ei tehty, mutta erilaisia menetelmiä luotiin innostumisen lisäämiseksi. Innostuminen tai sen puute saattoi liittyä ryhmäpaineeseen, omiin taitoihin menestyä pelissä/leikissä tai väsymykseen. Innostumisen esteenä saattoi olla myös yli-innokkaiden ja vähemmän innokkaiden välillä oleva epätasapaino tai toisaalta se, että ohjattavat olisivat kaivanneet enemmän mahdollisuuksia itse vaikuttaa toimintaan. Innostumista onkin tärkeää havainnoida ja selvittää, mistä vähäinen innostus johtuu. Tämän perusteella toimintaa voidaan kehittää sellaiseksi, että se vetää jokaisen osallistujan mukaansa.

8.1 Arviointi

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Tapiolan Voimistelijoille ryhmäytymistä tukeva opas. Oppaan harjoitteita ja menetelmiä pilotoitiin kesäleireillä 5.6.-16.6.2017. Pilotoinnin kautta seulottiin toimivat tavat tukea ryhmäytymistä vuorovaikutusta ja ilmapiiriä tukemalla. Ryhmäytymisen tukemista havainnointiin leireillä myös haastavien vuorovaikutustilanteiden kannalta. Havaintojen ja pilotoinnin pohjalta luotiin Ryhmä yhdessä -opas.

Opas suunniteltiin helppokäyttöiseksi sekä hyödylliseksi ja työelämältä saadun palautteen perusteella tässä onnistuttiin hyvin. Opas tuo monipuolisesti esille erilaisia menetelmiä ryhmäytymisen tukemiseen vuorovaikutukseen ja turvalliseen ilmapiiriin panostaen. Se sisältää myös lyhyen teoriaosuuden ja saatesanat. Oppaan tarkoitus on pitkällä juoksulla luoda positiivisia kokemuksia liikunnan parissa ja sen kautta osaltaan ehkäistä syrjäytymistä vahvistamalla lasten itsetuntoa. Sitä voivat hyödyntää niin leirien - kuin myös muidenkin ryhmien ohjaajat.

Tavoitteena oli luoda opas, jota voidaan hyödyntää Tapiolan Voimistelijoiden leiritoiminnan laajentamisessa sekä ohjaustoiminnassa. Aluksi oppaasta haluttiin tehdä ryhmäytymis-opas, mutta koska leirin olemassaoloaika oli lyhyt, päädyttiin ryhmäytymisen tukemiseen. Ryhmäytymisen tukemisen kanssa tasapainoiltiin myös kokemuksellisuuden ja tarinallisuuden liittämisen kanssa. Tämä jäi kuitenkin ajanpuutteen vuoksi pois. Näiden vaiheiden sekä leirillä pilotoitujen menetelmien kautta päädyttiin lopulliseen Ryhmä yhdessä -oppaan luomiseen, jonka pääpaino on vuorovaikutuksen ja turvallisen ilmapiirin tukemisessa.

Opas toimii ohjaajan apulaisena esimerkiksi haastavissa vuorovaikutustilanteissa, ryhmän aloituksessa ja kun ohjaaja haluaa monipuolistaa ryhmän sisäistä toimintaa ja luoda vuorovaikutteisempia oppimistilanteita. Ohjaaja voi pitää opasta mukanaan tai tarpeen tullen palata oppaaseen esimerkiksi silloin, kun uusi ryhmä alkaa, ohjaaja suunnittelee leirin toimintaa tai haluaa lisätä ryhmän sisäistä vuorovaikutusta.

Haastavinta työssä oli pitää produktion aihe rajattuna läpi opinnäytetyöprosessin. Aihe muuttui ja päivittyi hieman matkan aikana, jolloin välillä täytyi palata ajassa taaksepäin ja tarkistaa, että on kulkenut oikeaa aihetta pitkin eteenpäin. Työn alkuvaiheessa tarkoitus oli tehdä ryhmäytämisooppas, jonka avulla ohjaaja voi ryhmäyttää ryhmänsä. Pian kuitenkin ymmärrettiin, että ryhmäytyminen on pitkä prosessi, jolloin päädyttiin ryhmäytymisen tukemiseen. Alussa mietittiin myös kokemuksellisuuden ja osallistumisen motiivien liittämistä työhön, mutta tiukan pilotointi—aikataulun vuoksi tämä jätettiin pois. Suunnitelmissa oli myös liittää työhön tarinallisuutta, mutta taas aikataulujen vuoksi päätettiin keskittyä yksinkertaisesti ryhmäytymisen tukemiseen.

Kun aihe selkeytyi ryhmäytymisen tukemiseen, täytyi tehdä päätöksiä menetelmien ja leikkien laajuudesta, jotta saatiin opas pidettyä selkeänä. Ryhmäytymistä tukevien leikkien sijaan opas kohdistettiin erilaisten menetelmien oppaaksi. Näitä menetelmiä voidaan hyödyntää monipuolisemmin, kun ne eivät ole sidottu tiettyyn leikkiin.

Jos menetelmien suunnitteluun olisi pystynyt käyttämään enemmän aikaa, oltaisiin voitu luoda vieläkin kattavampi opas. Oppaan kattavuutta olisi myös voinut lisätä se, että oltaisiin kerätty toiminnasta lapsilta palautetta, jolloin menetelmiä oltaisiin voitu muokata vielä lisää. Myös menetelmien pilotoiminen seuran ohjausryhmissä olisi voinut tuoda laajempaa käsitystä niiden aidosta toimivuudesta.

8.2 Hyöty ja jatkokehitys

Tämän opinnäytetyön avulla tuotettiin vuorovaikutusta ja turvallista ilmapiiriä tukevien menetelmien ja harjoitteiden opas, jota voivat hyödyntää Tapiolan Voimistelijoiden ohjaajat niin leirien kuin lapsiryhmienkin ohjaamisessa. Oppaan tarkoitus on herättää ajatuksia siitä, miten pienillä asioilla ja teoilla voidaan vaikuttaa ryhmän viihtyvyyteen, lasten väliseen vuorovaikutukseen ja ilmapiiriin ja toisaalta vahvistaa samalla lasten itsetuntoa ja luoda positiivisia kokemuksia liikunnan parissa.

Opinnäytetyön kautta avataan konkreettisesti ryhmäytymistä ja annetaan käytännön vinkkejä sen tukemiseen eri menetelmien kautta. Tapiolan Voimistelijoiden on tarkoitus hyödyntää opasta ohjaukseen tukena ja tuoda sen kautta lisäkoulutusta ohjaajillensa ryhmäytymisestä ja sen merkityksestä. Tätä opinnäytetyötä ja opasta voidaan soveltaa käytettäväksi myös liikunnanohjauksen ulkopuolelle esimerkiksi koululuokkiin, partioon, iltapäiväkerhotoimintaan sekä muuhun lasten ryhmätoimintaan.

Opinnäytetyötä voitaisiin jatkaa laatimalla laajempi tutkimus siitä, miten ryhmäytymisen tukeminen vuorovaikutuksen ja ilmapiirin kautta vaikuttavat leirillä lasten kokemaan viihtyvyyteen ja minkälaisia positiivisia hyötyjä tai vaikutuksia menetelmien käyttö tuo lapsen itsetunnolle. Tässä voisi teettää esimerkiksi kyselyn, jonka kautta etsitään vastauksia näihin kysymyksiin. Tämän tutkimuksen kautta voitaisiin etsiä tuloksia ja vastauksia siihen, kuinka tärkeää ryhmäytymisen tukeminen on lapsen itsetunnon kannalta. Mielenkiintoista olisi myös tutkia, miten tällainen systemaattinen ryhmäytymisen tukeminen vaikuttaa seururan toimintaan, ja onko sillä vaikutusta esimerkiksi seurassa harrastamisen jatkamisen kannalta tai vaikuttaako se harrastukseen sitoutumiseen.

Mielenkiintoista olisi myös tehdä oppaasta nykyistä kattavampi tai laajentaa sitä 10-12 -vuotiaisiin sekä yläasteikäisiin. Ryhmäytymisen tukemisen perusteella voitaisiin laajentaa tutkimusta joukkueurheilusta myös yksilöurheiluun ja tutkia, miten ryhmäytymisen tukeminen vaikuttaa yksilölajeissa ja minkälainen jalansija sillä on siellä. Oppaan menetelmiä voitaisiin myös lisätä pilotoimalla sitä ohjausryhmille ja tarkastelemalla, nouseeko ohjausryhmissä esiin erilaisia haasteita esimerkiksi vuorovaikutuksen saralla verrattuna kesäleirien havaintoihin.

Työtä voitaisiin kehittää myös tutkimalla sitä, minkälaisia motivaatioita lapsilla on toimintaan osallistumisessa. Tämän kautta voitaisiin laajentaa menetelmiä ja tehdä niistä variaatioita erilaisten motiivien varalle. Motiiveja voitaisiin tutkia esimerkiksi kokemuksellisuuden kautta. Tämänkaltaisen tutkimuksen kautta olisi mahdollista teettää erilaisten motivaatioiden varalle erilaisia toimintaan osallistumisen mahdollisuuksia.

Lähteet

Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Pedagogisia kohtaamisia lasten ja nuorten kanssa. PS-Kustannus. Juva.

Ebbeck, V., McAuley, E., Weiss M.R. & Wiese D.M. 1990. Self-esteem and causal attributions for Children's physical and social competence in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. Mar1990, Vol. 12 Issue 1. Sivut 21-36.

Edmonson, A. & Roloff, K. 2009. Overcoming barriers to collaboration: Psychological safety and learning in diverse teams. New York. New York: Routledge.

Hakala, J.T. 2004. Opinnäytetyöopas ammattikorkeakouluille. Gaudeamus Kirja. Tampere.

Junttila, N. 2010. Social competence and loneliness during the school years. Issues in assesment, interrelations and intergenerational transmission. Väitöskirja. Turun yliopisto. Turku.

Kalliala, M. 2012. Lapsuus hoidossa? Aikuisten päätökset ja lasten kokemukset päivähoidossa. Yliopistokustannus. Helsinki.

Kalliola, T., Kurki, A., Salmi, M. & Tamminen-Vesterbacka, T. 2010. Matkalla ohjaajuteen. Kirjapaja. Helsinki.

Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Taito-sarja. PS-Kustannus. Juva.

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. SMS-Tuotanto Oy.

Kokkonen, M. & Klemola, U. 2013. Liikunta tunne- ja ihmissuhdetaitojen opettamisen välineenä. 204-235. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) *Liikuntapedagogiikka* (s. 221-223). PS-kustannus. Jyväskylä.

Laakso, L., Nupponen, H. & Telama, R. 2007. Kouluikäisten liikunta-aktiivisuus. Teoksessa: Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan 2007. Sivut: 42-63.

Levi, D. 2014. Group Dynamics for teams. Fourth Edition. SAGE Publications. United States of America.

Lintunen, T. & Kuusela, M. 2009. Vuorovaikutuksen edistäminen liikuntaryhmissä. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T. & Salmi, O. (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 179-207. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Lintunen, T. & Rovio, E. 2009. Johdanto liikunnan ryhmäilmiöihin. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T. & Salmi, O. (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 13-27. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Littlefield Cook, J. & Cook, G. 2005. Child Development. Principles and perspectives. Pearson Education. United States of America.

Lwin, S.M., Goh, C. & Doyle, P. 2012. 'I'm going to split you all up': Examining transitions to group/pair work in two primary English classrooms. Language and Education: An international Journal. Vol 26, Issue 1. Sivut 19-33.

Malmberg, K. 2017. Yksinäisyys on ylipainoa suurempi terveysriski – Näin jo lasten yksinäisyyteen pitäisi puuttua, kertoo suomalaistutkija. Helsingin Sanomat. Hyvinvointi. 11.8.2017. Luettavissa: <https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000005321964.html>. Luettu: 3.10.2017.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012. Kuulun! Välineitä ryhmän toiminnan tukemiseen. ESA Print. Luettavissa: <https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/mlfi/prod/2017/06/30141708/Kuulun-V%C3%A4lineit%C3%A4-ryhm%C3%A4n-toiminnan-tukemiseen.pdf>. Luettu: 8.8.2017. TAI Oma oppilaskunta. Ryhmäytyminen. Luettavissa: <http://omaoppilaskunta.fi/ryhmaytyminen/>. Luettu: 3.10.2017.

Mastohjaus. Ryhmäyttämisoapas. Luettavissa: <http://www.mastohjaus.fi/pdf/Ryhmayttamisopas.pdf>. Luettu: 20.9.2017.

Mielenterveystalo 2013. Ohjeita lasten ja nuorten sosiaalisten vuorovaikutustaitojen tukemiseksi. HUS. HYKS. Lasten neurologit. Luettavissa: https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/Documents/Ohjeita_lasten_ja_nuorten_sosiaalisten_vuorovaikutustaitojen_tukemiseksi.pdf. Luettu: 10.8.2017.

Miettinen, P. 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. VK-Kustannus Oy. Jyväskylä.

Oinonen, T. 2015. Liikunnan ja vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsetunnon tukemisessa. Opinnäytetyö. Sosiaaliala. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpää. Luettavissa: <http://www.theseus.fi>. Luettu: 21.9.2017.

Polvi, S. 2008. Toimitaan yhdessä. Prososiaalisuuden edistäminen osana liikuntakasvatusta. Jyväskylän yliopisto. Raportteja 2/2008. Liikuntatieteiden laitos. Jyväskylä.

Rovio, E. 2007. Ryhmä liikunnanopetuksen kohteena. Teoksessa Heikinaro - Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. s.171-184. WSOY. Jyväskylän yliopisto.

Rovio, E. 2009a. Tavoitteellinen ryhmätoiminta. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 127-154. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Rovio, E. 2009b. Tiimityöskentelyn kehittäminen. Kehittäminen ryhmäytävillä tehtävillä. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 225. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Rovio, E. 2009c. Tiimityöskentelyn kehittäminen. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 224-231. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Rovio, E. & Saaranen-Kauppinen, A. 2009. Ryhmädynamiikka ja ryhmän suhdejärjestelmät. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T. & Salmi, O. (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 59-85. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Rödström, M. 1992. Lapsen kehitys 7-12 vuotta. Otava. Helsinki

Saaranen-Kauppinen, A. & Rovio, E. 2009. Päätöksenteko ja suorittaminen ryhmässä. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T. & Salmi, O. (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 31-58. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Salmi, O., Rovio, E. & Lintunen, T. 2009. Ryhmän kehitysvaiheet. Teoksessa: Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Sivut: 89-122. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 163. Liikuntatieteellinen Seura ry. Helsinki.

Salmivalli, C. 2008. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. PS-kustannus. Juva.

Salovaara, R. & Honkonen, T. 2011. Rakenna hyvä luokkahenki. PS-kustannus. Porvoo.

Seunghyun, H., Moe, M. & Youngjun, C. 2017. The effect of peer interaction on sport confidence and achievement goal orientation in youth sport. Social behaviour and personality: an international journal. Painos 45. Osio 6. Sivut 1007-1018. Scientific journal publishers.

Suomen Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007. Ryhmätyötaitot. Luettavissa: http://www2.amk.fi/mater/viestinta_ja_media/ryhmatyotaidot/ryhmaen_kaksoista-voite_12307.html. Luettu: 14.9.2017.

Tapiolan Voimistelijat. Seura. Luettavissa: <http://www.tapiolanvoimistelijat.fi/seura/>. Luettu: 6.5.2017.

Teatterimuseo. Labra. Ryhmäytyminen. Tutustumisharjoitukset ja leikit. Luettavissa: <http://www.teatterimuseo.fi/labra/ryhmutuminen.html>. Luettu: 28.9.2017.

Toimeksi.fi 2017. Kansalais -ja yhdistystoimijoille. Ryhmätoiminta. Ryhmän avoimuus. Luettavissa: <https://www.toimeksi.fi>. Luettu: 20.9.2017.

Wahlström, R. 1981. Varhaiset kouluvuodet. Teoksessa: Kasvuvuosien psyykinen kehitys. 2. painos. Sivut 76-98. Suomen Kaupunkiliitto. Helsinki.

Zimmer, R. 2002. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. LK-KIRJAT. Hämeenlinna.

Öystilä, S. 2002. Ongelmakohtat ryhmän ohjaamisessa. Teoksessa: Poikela, E. Ongelmaperustainen pedagogiikka. Teoriaa ja käytäntöä. Sivut 88-116. Tampere. Luettavissa: http://uta32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/65475/ongelmaperustainen_pedagogiikka_2002.pdf?sequence=1#page=87. Luettu: 21.9.2017.

Liitteet

Liite 1. Ryhmä yhdessä -opas

