



Osaamista
ja oivallusta
tulevaisuuden
tekemiseen

Johanna Valkama

Kokemusasiantuntijat osana PEILI- hankkeen kehitystiimiä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

9.4.2019

Tekijä Otsikko	Johanna Valkama Kokemusasiantuntijat osana PEILI-hankkeen kehitystiimiä.
Sivumäärä Aika	54 sivua + 1 liite 9.4.2019
Tutkinto	Sosionomi AMK
Tutkinto-ohjelma	Sosiaaliala
Suuntautumisvaihtoehto	Sosionomi AMK
Ohjaaja(t)	Lehtori Niina Manninen Lehtori Miia Ojanen
<p>Opinnäytetyö toteutettiin Metropolian PEILI-hankkeessa osana PEILI-toimintamallin kehitystyötä. Hankkeen tavoitteena on luoda itseohjautuvuutta tukeva toimintamalli sekä tekoälyä hyödyntävä sovellus, jotka auttavat 16-29 -vuotiaita työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia miehiä työn, opiskelun ja muiden sosiaalisten verkostojen pariin. Hanke toteutetaan Metropolian TKI-palveluiden alaisessa yksikössä monialaisen tiimin yhteisprojektina. Hankkeen aikana toteutetaan kuusi 8 viikon mittaista työpajajaksoa, joissa kohderyhmään kuuluvat nuoret miehet pääsevät kokemusasiantuntijoina mukaan kehitystyöhön.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli osallistaa työpajalla olevat nuoret mukaan toimintamallin kehittämiseen pyytämällä heitä kertomaan, mitä tekijöitä nuori tarvitsee passiivisesta olotilasta aktiiviseksi toimijaksi muuttamiseen, sekä vertailla nuorten tuottamaa aineistoa moniammatillisen tiimin tuottamaan aineistoon. Aineisto kerättiin hankkeen perustana olevan nelivaiheisen mallin mukaan. Malli käytiin vaihe vaiheelta läpi. Työskentely tapahtui ryhmässä ja sitä ohjattiin fasilitoimalla. Monialaiselta tiimiltä oli kerätty vastaavanlainen aineisto samanlaista menetelmää käyttäen jo aiemmin.</p> <p>Kerätty aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Analyysistä nousseita pääluokkia vertailemalla oli mahdollista vertailla miten nuorten ja ammattilaisten näkemykset yhtenivät ja erosivat toisistaan.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli osallistaa nuoret toimintamallin kehitystyöhön, vertailla nuorten ja ammattilaisten analyysin tuloksia sekä kerätä aineistoa toimintamallin jatkokehitystä varten. Pääasiallisten tavoitteiden lisäksi aineiston tuottaminen osoittautui nuoren oman henkilökohtaisen prosessin kannalta merkitykselliseksi menetelmäksi. Toimintamallin jatkokehityksen kannalta tämä oli tärkeä tulos. Nuoret osoittivat myös arvostavansa tuottamansa aineiston päätymistä tieteelliseen tutkimukseen, joten sen voi olettaa viittaavaan osallisuuden kokemukseen kehitystyössä. Nuorten ja ammattilaisten aineiston vertaaminen antoi merkittävää tietoa toimintamallin jatkokehitystä varten.</p>	
Avainsanat	nuoret, itseohjautuvuus, osallisuus, kokemusasiantuntijat

Author Title	Johanna Valkama Experts-by-Experience as Members of PEILI-project Development Team.
Number of Pages Date	54 pages + 1 appendix 9 April 2019
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructor(s)	Niina Manninen, Lecturer Miia Ojanen, Lecturer
<p>This Bachelor's thesis was accomplished as part of the PEILI project and the development of the PEILI-operating model. The project aims at creating a self-determination supporting model and a digital application based on AI. Both the operating model and the digital application are meant to help 16-29 -year-old men without a job or an education to find their path towards work and education possibilities and other social networks. PEILI is a multi-speciality project by the Metropolia University of Applied Sciences. During the project six 8-week long workshops are held in which members of the target group are participated as experts-by- experience to the development work.</p> <p>The purpose of this Bachelor's thesis was to engage the young men of the first workshop in working together with the project team in developing the operating model. The young men were asked to tell what factors are needed in the process of transforming from a passive actor into an active doer. Another purpose of the thesis was to compare the data produced by the young men to the data produced by the project team. The gathering of the data was based on the four-stage model that the PEILI-project is founded on. It was done stage by stage working in a group, and the work was directed by the means of facilitation. The gathering of the data of the project team had been done in the same way already earlier.</p> <p>The data was analysed by data-driven content analysis. By comparing the definitions found in the analysis it was possible to compare the similarities and the differences between the definitions by the young men and those by the project team.</p> <p>The main purpose of the Bachelor's thesis was to offer the young men a feeling of participation in the development of the operating model, compare the results of the analysis as well as gather data for further developmental use. In addition, producing the data proved to be a significant method for the young men's personal developing process. When thinking of the project's future development, this was an important finding. Successful participation was evidenced by the young men's appreciating the fact that the data gathered from them was used in a scientific research. Comparing the definitions of the analysis gave valuable information to the further developmental work in the project.</p>	
Keywords	youth, self-determination, participation, expertise-by-experience

Sisällys

1	Johdanto	1
2	PEILI-hanke	3
2.1	Hankekuvaus	3
2.2	"Miks tää on vaan miehille?"	4
3	Nelivaiheinen malli	5
4	Itseohjautuvuusteoria	6
4.1	Sisäinen ja ulkoinen motivaatio	6
4.2	Omaehtoisuus	7
4.3	Kyvykkyys	7
4.4	Yhteisöllisyys	8
5	Tulevaisuusohjaus	8
5.1	Tulevaisuusohjaus toimintamuotona	9
5.2	Tulevaisuusohjauksen merkitys	9
5.3	Tulevaisuusajattelu valintojen tukena	10
6	Sosiaalinen vahvistaminen	10
6.1	Empowerment, voimaantuminen	10
6.2	Sosiaalista vahvistamista syrjäytymisen ehkäisyn sijaan	11
6.3	Moniammatillisuuden merkitys	12
6.4	Sosiaalinen toimintakyky	12
6.5	Sosiaalinen vahvistaminen muutosvaiheessa oleville nuorille	13
7	Osallisuus	14
7.1	Osallisuus sosiaalipedagogisena käsitteenä	14
7.2	Nuorten osallisuus	16
8	Kokemusasiantuntijuus	17
8.1	Kokemuksen asiantuntijat	17
8.2	Kokemusasiantuntijuus kritiikin kohteena	18
9	Opinnäytetyön toteuttaminen	19
9.1	Eettisyys	19
9.2	Tutkimuskysymykset	19

9.3	Aineiston keruu	20
9.3.1	Ammattilaisten aineisto	20
9.3.2	Nuorten aineisto	21
9.4	Sisällönanalyysi	21
10	Tulokset	23
10.1	Passiivisuuden purkaminen – nuorten aineisto	23
10.1.1	Tiedostus	24
10.1.2	Toimintakyky	25
10.1.3	Yhteisön vaikutus	26
10.2	Passiivisuuden purkaminen – ammattilaisten aineisto	27
10.2.1	Havahduttava tunne	28
10.2.2	Muutoksen mahdollistava toiminta	28
10.2.3	Yhteisöllisyyden kokemus	28
10.3	Muutoshalun herääminen – nuorten aineisto	29
10.3.1	Merkittävä tunne	30
10.3.2	Yhteisö	30
10.4	Muutoshalun herääminen – ammattilaisten aineisto	31
10.4.1	Sisäinen muutosvalmius	33
10.4.2	Toimiva arki	33
10.4.3	Yhteisön tuki	33
10.5	Osaamisen lisääminen – nuorten aineisto	34
10.5.1	Mielen voima	35
10.5.2	Kyvykkyys	35
10.5.3	Yhteisön kannustus	36
10.6	Osaamisen lisääminen – ammattilaisten aineisto	36
10.6.1	Itseohjautuvuus	37
10.6.2	Kyvyt	38
10.6.3	Yhteisö	38
10.7	Muutoksen tukeminen – nuorten aineisto	39
10.7.1	Sisäinen motivaatio	40
10.7.2	Toimintatavat	40
10.7.3	Yhteisön kannustus	40
10.8	Muutoksen tukeminen – ammattilaisten aineisto	41
10.8.1	Muutoksen hallintakyky	42
10.8.2	Yhteisön tuki muutokseen	42
10.9	Yhteenveto	42
11	Johtopäätökset	44

12	Pohdinta	48
	Lähteet	50
	Liitteet	
	Liite 1. Nuorille tehdyt sisällönanalyysia kuvaavat taulukot	

1 Johdanto

Tutkija Taina Meriluoto kertoo, miten hän on erilaisia hankkeita tutkiessaan havainnut, että kokemusasiantuntijuutta perustellaan aina osallisuuden ja osallistumismahdollisuuksien lisäämisellä. Kokemusasiantuntijuuden kautta ihmisille halutaan tarjota ”uusia vaikutusmahdollisuuksia” ja saada heidän ”äänensä kuuluviin”. (Meritalo 2016:72.) Tuoreessa väitöskirjassaan Meriluoto pureutuu aiheeseen kritiikin kautta. Väitöksestä selviää, että usein kokemusasiantuntijat eivät kuitenkaan itse pääse määrittelemään millaista on olennainen tieto tai hyödyllinen osallistuminen, vaan he joutuvat mukautumaan toiminnan järjestäjän omiin tavoitteisiin. (Jyväskylän yliopisto 2018.) Silloin osallisuus ei toteudu.

Metropolian PEILI-hankkeessa kohderyhmään kuuluvia nuoria miehiä osallistetaan kehitystyöhön hankkeen pilottipajoissa yhteiskehittämisen menetelmiä käyttäen. Tiimin jäsenenä he ovat merkittävässä roolissa edustaen kokemusasiantuntijoina hankkeen tuotosten kohderyhmää.

Mutta kuinka välttää kokemusasiantuntijuuden karikot, miten saada kokemusasiantuntijoiden äännet aidosti kuuluviin ja ohjata tuotoksen kehitystä käyttäjälähtöisempään suuntaan? Hankkeen pilottipajassa puolivitsinä heitetty lause ”te vaan otatte meistä tiedon ja me ei saada mitään” jäi korviin kumisemaan. Oli terminä sitten sosiaalialan käyttämä ”kokemusasiantuntijuus” tai palvelumuotoilun ”yhteiskehittäjä”, pitäisi nuorten äänen tulla selvästi kuuluviin hankkeen tuotosten kehitystyössä.

Yksi PEILI-hankkeen kolmesta tuotoksesta on PEILI-toimintamalli, jonka tarkoituksena on auttaa nuoria löytämään suuntaa elämälleen sekä polkuja koulutuksen, työn ja sosiaalisten verkostojen pariin. Toimintamallin perustana on hanketta varten kehitetty nelivaiheinen malli. Malli kuvaa nuoren kehitysprosessia passivoituneesta tilasta aktiiviseksi toimijaksi asteittain neljän vaiheen kautta. Nämä vaiheet ovat: passiivisuuden purkaminen, muutoshalun herääminen, osaamisen lisääminen ja muutoksen tukeminen.

Hankkeen alussa projektin moniammatillinen tiimi tuotti nelivaiheiseen malliin sisällön, jonka mukaan toimintamallia alettiin suunnitella ensimmäistä pilottia varten. Alkuperäisenä tarkoituksena oli testata mallia ensimmäisen pilottiryhmän kanssa, ja kehittää sitä eteenpäin käyttökokemuksen ja palautteen perusteella. Pian kuitenkin huomattiin, että

olisi mahdollisuus mennä vielä syvemmälle kokemustiedon hyödyntämisessä. Nelivaiheisen mallin sisällön tuottaminen päätettiin sisällyttää mukaan pilottipajan ohjelmaan täsmälleen samanlaisena, kuin ammattilaisten tiimi oli sen toteuttanut. Näin saataisiin kokemusasiantuntijatieta siitä, mitä eri vaiheiden sisällöissä pitäisi olla ja toimintamallia voitaisiin kehittää vielä enemmän kohderyhmän tarpeita vastaavaksi. Samalla pystyttäisiin tekemään vertailua ammattilaisten ja nuorten tuottaman ammattilaisten ja nuorten tuottaman sisällön välillä.

Tätä opinnäytetyötä varten ohjasin ensimmäisen pilottipajan nuorille nelivaiheisen mallin sisällön tuottamisen, ”laputuksen”, sekä analysoin tuotetun aineiston aineistopohjaisen sisällönanalyysin menetelmällä. Aineistoa oli tuottamassa viisi 22-29 -vuotiasta nuorta miestä. Ammattilaisten ja nuorten aineistojen vertailua varten analysoin samaa menetelmää käyttäen myös ammattilaisten aineiston. Analyysia varten sain käyttööni alkuperäisen ammattilaisten tuottaman aineiston. Ammattilaisten aineistoa oli tuottamassa kaikki moniammatillisen tiimin 11 jäsentä.

Tutkimuksen tuloksissa korostuu nuorten tarve tiedostaa oma tilanteensa ja omat tunteensa sekä tunnistaa ja kehittää omia vahvuuksiaan. Tuloksista selviää, että vastuu muutoksesta on nuorella itsellään, se ei voi tulla ulkoa. Muutoshalua herättävien kimmokkeiden latauksessa oli nuorten ja ammattilaisten välillä selkeä ero. Siinä missä ammattilaiset listasivat positiivisia asioita herättämään halukkuutta muutokseen, nuoret kertoivat tarvitsevansa tarpeeksi suurta kärsimystä, jotta muutoshalu heräisi.

Aineiston keräämisen ja analysoinnin alkuperäisenä tarkoituksena oli osallistaa pilottipajan nuoret toimintamallin kehittämiseen sekä tuottaa hankkeelle kokemusasiantuntijatieta. Nuorten aineistoa kerätessä kävi kuitenkin ilmi, että aineiston keruutapa toimii itsessään myös menetelmänä nuoren oman henkilökohtaisen prosessin työstämisessä.

Haluan omistaa tämän opinnäytetyön PEILI-hankkeen ensimmäisen pilottipajan viidelle nuorelle miehille. Ilman teitä tätä aineistoa ei olisi syntynyt, ilman teidän syvällisiä pohdintojanne näitä oivalluksia ei olisi tullut.

2 PEILI-hanke

2.1 Hankekuvaus

Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittamassa Metropolia Ammattikorkeakoulun PEILI-hankkeessa kehitetään PEILI-toimintamalli, PEILI-kehittämismalli sekä tekoälyä hyödyntävä digitaalinen PEILI-sovellus. Hankesuunnitelman mukaan *tavoitteena on tukea yksilöiden kehittymistä täysivaltaisiksi yhteiskunnan jäseniksi löytämällä heille mahdollisuuksia työn, koulutuksen ja ihmissuhteiden parista*. Hankkeessa kehitettävät toimintamalli ja sovellus on tarkoitettu nuorten itsensä käyttöön, myös ilman ohjaajan tukea, vahvistaen itseohjautuvuutta. Sekä toimintamallin että sovelluksen sisältö on tarkoitus määrittellä yhdessä kohderyhmän kanssa. (Eura 2014 n.d.)

Hanke toteutetaan Metropolian TKI-palveluiden alaisessa yksikössä hyödyntäen monialaisen asiantuntijatiimin yhteistyötä. Hanketta varten koottu tiimi koostuu teknologian, palvelumuotoilun, terveydenedistämisen sekä sosiaalialan ammattilaisista sekä näiden alojen opiskelija assistenteista. (Metropolia 2017.) Projektitiimiin kuuluu yhteensä 11 jäsentä. Kohderyhmään kuuluvia nuoria miehiä osallistetaan kehitystyöhön hankkeen pilottipajoissa ottamalla heidät mukaan osaksi kehitystiimiä. Tiimin jäsenenä he ovat merkittävässä roolissa, edustaen asiantuntijoina kohderyhmää ollen näin koko kehitystyön keskiössä. (Eura 2014 n.d.) Tällä tavoin kohderyhmä, eli tuotteen tulevat käyttäjät, tulee kehitystyössä kuulluksi ja heidän todelliset tarpeensa huomioituksi.

PEILI-hanke on valmisteltu yhteistyössä nuorten parissa toimivien tahojen kanssa. Sen viitekehyksessä, tutkimuskysymyksissä ja tavoitteissa hyödynnetään aiempien samaa kohderyhmää ja osittain samoja tavoitteita jakavien hankkeiden, kuten Metropolian Motiivi-hanke ja Matti -miesten matkat työhön -hanke, tuloksia sekä jo hyväksi todettuja käytänteitä, kuten Vamos-toiminta. Toimintamallin suunnittelussa on huomioitu syrjäytymisen eri vaiheissa olevien nuorten tilanne ja sen vuoksi malli on rakennettu nelivaiheiseksi. Mallin ja siihen tuotetun sisällön toimivuutta testataan hankkeen aikana kuudessa pilottipajassa.

Hankkeen kohderyhmänä ovat 16-29 -vuotiaat työn ja opiskelun ulkopuolella olevat miehet. Hankehakemukseen merkittyä ikäjakaumaa (16-25) on hankkeen edetessä käytännön syistä nostettu. Muutos ikäjakaumaan on lähtenyt kohderyhmän tarpeista. Hanketta suunniteltaessa sukupuolinäkökulma nousi keskeiseksi näkökulmaksi ja sen vuoksi

nuorten miesten työttömyyden ehkäisy haluttiin nostaa päällimmäiseksi tarpeeksi. Aihetta on tutkittu paljon ja se on havaittu nuorten keskuudessa merkittäväksi haasteeksi. Hanketta on ollut suunnittelemassa nuorten kanssa työskenteleviä syrjäytymistä ehkäiseviä järjestöjä ja suunnittelussa on hyödynnetty henkilöstön kokemuksia sekä suoraan nuorten itsensä antamaa palautetta.

2.2 ”Miks tää on vaan miehille?”

Ensimmäisen pilottipajan osallistujia rekrytoitaessa nousi melko vahvasti esiin kysymys siitä, miksi osallistujat oli rajattu sukupuolen mukaan. Moni nainen oli kiinnostunut työpajan toiminnasta ja harmitteli, kun ei päässyt mukaan. Lisäksi heräsi kysymys sukupuolen määrittelystä. Voiko ryhmään osallistua, jos kokee olevansa mies, vaikka henkilötunnuksen mukaan onkin nainen? Entä ne, jotka eivät halua määrittellä sukupuoltaan?

Hankehakemusta laadittaessa kohderyhmä on pitänyt perustellusti rajata. Yhteiskunnallisesti on herännyt huoli erityisesti poikien ja nuorten miesten sosiaalisesta osallisuudesta ja syrjäytymisestä. Tasa-arvokeskustelussa aihe ja siihen liittyvät tietotarpeet ovat nousseet esille, mutta syrjäytymisen laaja-alainen tarkastelu sukupuolinäkökulmasta on kuitenkin vielä melko uutta. Tutkimusten mukaan kuitenkin noin kaksi kolmasosaa syrjäytyneistä 15-29 -vuotiaista nuorista on poikia ja miehiä. Myös syrjäytymisen riskitekijöitä tarkasteltaessa miesten osuus on naisia suurempi. Miesten osuus alkoholin ja huumausaineiden ongelmakäyttäjistä, asunnottomista, väkivallantekijöistä, rikollisista ja vangeista on naisia suurempi. Myös miesten työttömyysaste (mukaan lukien nuorisotyöttömyys) on suurempi kuin naisten ja pitkäaikaistyöttömät ovat useammin miehiä kuin naisia. (THL 2018.)

Syksyllä 2017 sisäministeriön julkaisemassa Sisäisen turvallisuuden strategiassa todetaan, että Suomen keskeisin sisäisen turvallisuuden haaste on laajeneva, monimuotoinen syrjäytyminen. Syrjäytyminen lisää selvityksen mukaan yhteiskunnallisten häiriöiden riskiä. (Sisäministeriö 2017.) Suomenmaa -lehden artikkelissa (2018) Jyväskylän yliopiston apulaisprofessori Juhani Rautopuro toteaa, että poikien ja tyttöjen väliset erot alkavat tulla ilmi jo alaluokilla ja onkin mietitty, pitäisikö poikien ja miesten syrjäytymisen ehkäisyyn, sosiaaliseen vahvistamiseen, puuttua jo ennen kouluikää. Samassa artikkelissa Väestöliiton Poikien Puhelimen esimies Miquel Reyes toteaa, että täydellisen toivottoisuuden tunne poikien ja nuorten miesten keskuudessa tuntuu kasvaneen. Reyesin mu-

kaan poikiin kohdistuu edelleen paljon sukupuolittuneita hyvin ahtaalta tuntuvia odotuksia ja rooleja. Pojille ei myöskään välttämättä opeteta samanlaista elämänhallintaa ja tunteita, kuin tytöille. Jos näitä taitoja ei opeteta, ei ole välineitä selvittää tavallisesta elämästä ja sosiaalisista tilanteista, Reyes toteaa. Suomessa pitäisi tapahtua ajatustavan murros sen suhteen, millaisia pojat ja miehet saavat olla. Ahtaisiin sukupuolirooleihin ei kuulu se, että mies saisi olla heikko ja pyytää apua. Poikien pitäisi saada olla herkkiä ja tuntevia yksilöitä. Reyesin mukaan Poikien Puhelimeen tulevista puheluista käy usein ilmi, että pojat toivovat elämältään ihan perusjuttuja, että heidät pitää saada uskomaan, että hekin voivat päästä toiveisiinsa kiinni. (Suomenmaa 2018.)

Tutkimusten valossa on siis vahvasti perusteltua, että kohderyhmäksi on valittu nuoret miehet. Järjestämällä ryhmän vain miehille, luomme ympäristön, jossa heillä on mahdollisuus pohtia aiheeseen liittyviä asioita vertaisryhmässä. Vastaus on ymmärretty helposti, tutkimusten tulokset näyttävät olevan hyvin myös nuorten tiedossa. Moni totesi myös ymmärtävänsä, että kohderyhmä on yksinkertaisesti vain pitänyt rahoittajaa varten rajata. Sen sijaan sukupuolen määrittämisen tai määrittämättömyyden merkitys tuntui olevan nuorille erittäin tärkeää. Tuntui olevan tärkeää kuulla, että ryhmään voivat tulla kaikki, jotka tuntevat olevansa miehiä. Itse jäin pohtimaan sitä, miten kauan vielä kestää, että esim. ESR hankkeeseen osallistuvien aloitus- ja lopetuslomakkeessa ei enää kysytä sukupuolta, tai vaihtoehtoja on kahden sijaan kolme. Kuinka kauan nuoret suostuvat hyväksymään selityksen, että byrokratia on kankeata ja muutokset tapahtuvat hitaasti, vaikka se loukkaisi heidän ihmisoikeuksiaan?

3 Nelivaiheinen malli

Koko PEILI-hankkeen perustana toimii nuorten parissa tehdyn työn tuottaman kokemuksen pohjalta kehitetty nelivaiheinen malli. Mallin mukaan nuori etenee asteittain passiivisuudesta tilasta aktiiviseksi toimijaksi. Mallin neljä vaihetta ovat: passiivisuuden purkaminen, muutoshalun herääminen, osaamisen lisääminen ja muutoksen tukeminen. Nelivaiheinen malli perustuu itseohjautuvuusteoriaan ja siihen ajatukseen, että ihminen on luonnostaan aktiivinen ja etsiytyy niitä asioita kohti, jotka tuottavat hänelle hyvinvointia (Martela 2015:64). Mallin avulla on tarkoitus löytää niitä tekijöitä, jotka ohjaavat passiiviseen olotilaan syrjäytyntä nuorta kohti aktiivista oman elämän hallintaa.

Hankkeen alussa moniammatillinen tiimi lähti etsimään vastauksia kysymyksiin: mitä nuori tarvitsee passiivisuuden purkamiseen/muutoshalun heräämiseen/osaamisen lisäämiseen/muutoksen tukemiseen. Vastauksia haettiin yksinkertaisella menetelmällä, jossa kukin tiimin jäsen kirjoitti omia ajatuksiaan tarralapuille, jotka liimattiin vastaavien otsikoiden alle. Näin syntyi hankkeen työskentelyssä käytettävä termi ”laputus”. Tiimissä työskentelevä palvelumuotoilun assistentti analysoi laputuksesta syntyneen aineiston aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmällä. Tuloksena saadut käsitteet loivat teoriapohjan PEILI-toimintamallille. Koska hankkeen tavoitteena on saada nuorten ääni mahdollisimman hyvin kuuluviin, nelivaihemallin laputus päätettiin sisällyttää sellaisenaan myös pilottipajoihin.

4 Itseohjautuvuusteoria

Itseohjautuvuusteoria pyrkii löytämään vastauksia siihen, mikä tekee ihmisen onnelliseksi, mitkä asiat ovat elämässä tavoittelemisen arvoisia ja mitkä ovat avaimia ihmisen hyvinvointiin ja hyvään elämään (Martela 2015:64).

4.1 Sisäinen ja ulkoinen motivaatio

Teorian mukaan ihmisen toimintaa ohjaa sisäinen motivaatio. Sisäistä motivaatiota pidetään yhtenä merkittävimpana tekijänä ihmisessä olevan potentiaalin valjastamisessa. Se saa ihmisen tutkimaan ja oppimaan, harjoittamaan kykyjään sekä etsimään haasteita. Oleellinen havainto itseohjautuvuusteoriaa kehitettäessä on kuitenkin ollut se, että sisäinen motivaatio ei yksinään riitä. Vaikka sisäinen motivaation voidaankin sanoa olevan ihmisessä jo syntyjään, tarvitsee se toimiakseen kannustavan ja turvallisen ympäristön. Itseohjautuvuusteoriassa sisäistä motivaatiota tutkitaankin sen kautta, mitkä asiat saavat sisäisen motivaation ihmisestä esiin ja millaiset tekijät sitä ylläpitävät. (Deci & Ryan 2000(a):70.)

Vaikka sisäinen motivaatio onkin yksi merkittävimmistä motivaation lähteistä, paljon ihmisen motivaatiosta on kuitenkin lähtöisin ulkoisista tekijöistä. Esimerkiksi selviytyminen, raha ja sosiaalisen hyväksynnän etsiminen motivoivat ihmistä toimimaan, mutta ihminen tekee sen vain saadakseen jotain, ei sen vuoksi että tekeminen itsessään olisi palkitsevaa. (Martela 2015:65.) Toisaalta voidaan kuitenkin todeta, että myös ulkoa tuleva motivaatio saattaa olla merkittävää. Vaikka ulkoapäin motivoitu tehtävä ei olisikaan itsessään

puhutteleva ja kiinnostava, voi siihen tulla kehotus, malli tai arvostusta sellaiselta henkilöltä tai yhteisöltä, johon ihminen haluaa, tai luulee haluavansa, olla yhteydessä. Yhteenkuuluvuuden tunne on merkittävä ulkoisen motivaation lähde, silloin kun halu siihen lähtee ihmisestä itsestään. (Deci & Ryan 2000(a):73.)

Sisäisen ja ulkoisen motivaation rinnalle itseohjautuvuusteoria esittää toiseksi merkittäväksi ydinajatuksiksi ajatusta psykologisista perustarpeista. Teorian mukaan ihmisellä on fyysisten perustarpeiden lisäksi psykologisia perustarpeita, jotka vaikuttavat merkittävästi ihmisen hyvinvointiin. Itseohjautuvuusteoria sisälsi aluksi, 1980-luvun alussa, vain kaksi psykologista perustarvetta: omaehtoisuuden (autonomy) ja kyvykkyyden (competence). Teorian kehittäjät professorit Edward L. Deci ja Richard M. Ryan halusivat alusta lähtien pitää teorian avoimena uusille ajatuksille. Vuonna 2000 teoriaan lisättiin lukuisten tutkimusten seurauksena kolmanneksi perustarpeeksi yhteisöllisyys (relatedness). (Martela 2015:66-67.)

4.2 Omaehtoisuus

Omaehtoisuus tarkoittaa ihmisen kokemusta siitä, että saa itse päättää omasta tekemisestään. Sen edellytyksenä on toiminnan- ja valinnan vapaus. Omaehtoisessa toiminnassa toiminta lähtee yksilöstä itsestään, se ei ole ulkoa ohjattua tai pakotettua. Omaehtoisuudessa ihminen tuntee olevansa vapaa toteuttamaan itseään ja tekemään asioita, jotka kiinnostavat häntä. (Martela 2015:50-51.) Omaehtoisuuden kokemus auttaa ihmistä jäsentämään toimintansa siten, että se kunnioittaa ihmisen omia sisäisiä ja ulkoisia tarpeita sen sijaan, että toiminta määräytyisi ulkoisten paineiden mukaan (Deci & Ryan 2000(b):254). Toiminnan lähtiessä ihmisestä itsestään sen tarkoitus ja arvot ovat merkityksellisiä ja ihminen kokee asian omakseen.

4.3 Kyvykkyys

Kyvykkyudessa kyse on osaamisesta ja aikaansaamisesta. Sillä tarkoitetaan ihmisen kokemusta siitä, että hän osaa sen mitä tekee, ja saa asioita aikaan sekä nauttii siitä. (Martela 2015:51.) Oppiminen on tärkeä osa kyvykkyyttä, se antaa energiaa ja vie ihmistä eteenpäin. Uusien asioiden oppiminen tarkoittaa kyvykkyiden lisääntymistä. (Martela 2015:95.)

Kyvykkyys toimii suhteessa toiminnan haastetasoon. Jos haastetaso on liian matalalla, kykyä ei pääse käyttämään ja toiminnasta katoaa ilo. Jos haastetaso on puolestaan liian korkealla, toiminta muuttuu liian vaikeaksi ja ihminen turhautuu. Sekä liian helpot että liian haastavat tasot aiheuttavat sisäisen motivaation hiipumisen. Parhaimmillaan ihmisen motivaatio on silloin, kun haastetaso vastaa taitoihin. (Martela 2015:96.) Palautteen saaminen on sopivan haastetason ohella tärkeä motivaation ylläpitäjä. Ilman palautetta omaa suoritusta on vaikea arvioida ja kyvykkyyden kokemus jää vajaaksi. Palautteen lisäksi tarvitaan päämäärä, joku, johon toimintaa voi peilata. (Martela 2015:98-99.) Tavoitteen asettamisen ja palautteen vastaanottamisen taito on tärkeä osa kyvykkyyden kokonaisvaltaista kokemista.

4.4 Yhteisöllisyys

Ihminen on luonnostaan sosiaalinen ja yhteisöllisyyden tarve on erittäin voimakas ihmisen perustarve. Joissain tapauksissa yhteisöllisyyden tarve ylittää omaehtoisuuden tarpeen. Ihminen on valmis tekemään, ja saa tyydytystä tehdessään asioita, jotka eivät välttämättä ole lähtöisin hänestä itsestään, mutta joita tekemällä hän saa yhteisön hyväksynnän (Deci & Ryan 2000b:253.) Ihminen näkee itsensä sosiaalisten suhteidensa kautta, minuus ja itseymmärrys syntyvät peilautuessaan toisiin ihmisiin. Tarve tulla kuuluksi ja nähdyksi, tunne siitä, että joku välittää, on osa ihmisen perustarpeita. Ihmisyyteen kuuluu olennaisena osana se, että tarvitsemme ympärillemme toisia ihmisiä, ihmisiä, joiden kanssa voimme kokea yhteyttä. (Martela 2015:108.)

5 Tulevaisuusohjaus

Yhtenä PEILI-toimintamallin kantavista ajatuksista on tulevaisuusohjauksen menetelmien soveltaminen toimintaan. Toimintamallin tavoitteena on saada nuori näkemään tulevaisuutensa positiivisena ja tavoittelemisen arvoisena asiana. Mallin tarkoituksena on esittää nuorille ajatus siitä, miten jokainen voi itse vaikuttaa omaan tulevaisuuteensa ja miten myös tulevaisuus vaikuttaa siihen, mitä nykyhetkessä tapahtuu. Muutosprosessina nelivaiheinen malli lähtee liikkeelle nykyhetkestä, passivoituneesta olotilasta, josta edetään eri vaiheiden kautta kohti tulevaisuudessa tapahtuvaa muutosta.

5.1 Tulevaisuusohjaus toimintamuotona

Nuorten sosiaalinen toimintakyky on sosiaalista toimintaa ohjaavaa yleistynyttä tulevaisuuteen orientoitunutta asennetta itseä ja muita kohtaan (Kannasoja 2013: 201). Tulevaisuuteen katsominen kuuluu vahvasti myös elämönhallinnantaitoihin. Nuoren on tiedostettava, että olemassa olevat vaihtoehdot ja nyt tehtävät valinnat vaikuttavat tulevaisuuteen. Samalla on myös hyväksyttävä näiden valintojen taustalla vaikuttavien seurausolehtusten vaikutus nykyisiin valintoihin ja vaihtoehtoihin. (Ahvenainen & Korento & Ollila & Jokinen & Lehtinen & Ahti 2014: 8.) Tulevaisuusohjaus on toimintamuoto, joka on syntynyt tulevaisuustutkimuksen ja kokonaisvaltaisen ohjausajattelun yhdistämisestä. Yhteiskunnassa ja työelämässä tapahtuvat nopeat muutokset sekä työelämän pirstaleisuus ovat luoneet tarpeen kehittää yksilökeskeistä omaan lähitulevaisuuteen keskittyvää ohjausta siten, että näkökulma laajenee yksilöstä yhteisöön ja lähitulevaisuudesta koko elämäntaareen.

Tulevaisuusohjauksella ihmisiä ohjataan tekemään sellaisia päätöksiä, joilla on kauaskantoinen merkitys. Ohjausprosessi sisältää yksilöllisen näkökulman lisäksi myös sosiaalisen ja yhteiskunnallisen kontekstin, joka auttaa näkemään itsensä ja valintansa osana suurempaa kokonaisuutta. (Ahvenainen ym. 2014: 12 – 13.) Huomioimalla ja ymmärtämällä mahdollisesti tulevaisuudessa tulevat muutokset, niihin pystyy paremmin varautumaan. Pitkälle tulevaisuuteen katsominen auttaa myös omien toiveiden toteuttamisessa: jos ihminen pystyy kuvailemaan nyt, missä haluaa itsensä tulevaisuudessa nähdä, tavoitteeseen on helpompi päästä. (Wheelwright 2011: 185.)

5.2 Tulevaisuusohjauksen merkitys

Tulevaisuusajattelun ydin on se, että tulevaisuutta ei pysty ennustamaan, vaan sitä täytyy pyrkiä kuvaamaan ennakoivasti. Tulevaisuusajattelussa on pystyttävä varautumaan erilaisiin kehityskulkuihin, joista jokaisesta vastaavasti seuraa erilainen tulevaisuus. (Ahvenainen ym. 2014: 13.) On tärkeää pitää mielessä, että tulevaisuus ei ole vain yksi ainoa ennalta määrätty todellisuus, vaan mahdollisia tulevaisuuksia on monia erilaisia (Wheelwright 2011: 189). Miten tulevaisuutta sitten voi ennakoida? Miten muutosvaiheessa oleva nuori pystyy hahmottamaan pitkälle tulevaisuuteen ja mitä hyötyä hänelle voisi siitä olla?

Oma näkemys tulevaisuudesta syntyy kyvystä havainnoida, reflektoida ja tunnistaa sekä ulkoisia että omaan itseensä liittyviä tulevaisuudessa tapahtuvia muutoksia (Ahvenainen ym. 2014: 13). Lähes samoilla sanoilla Kannasoja (2013) kuvaa sosiaalisen toimintakyvyn käsitettä. Sosiaalisen toimintakyvyn pohjana täytyy toimiakseen olla kyky havainnoida, reflektoida ja tunnistaa omaan itseensä ja sen ulkopuolelle liittyviä asioita ja ilmiöitä. Tulevaisuusohjauksen voidaan näin ollen katsoa olevan merkittävä osa nuoren sosiaalista vahvistamista. Se sisältää jo itsessään ajatuksen yksilön hyvinvoinnista ja hyvästä elämästä niin kuin ihminen sen itse määrittelee. Aktiivinen suhtautuminen tulevaisuuteen sisältää kiinnostuksen sekä omaan itseensä että sosiaaliseen ympäristöön. (Ahvenainen ym. 2014: 14.) Tulevaisuustutkija Verne Wheelwright ohjaa harjoittelemaan tulevaisuuden näkemistä kolmivaiheisen menetelmän kautta. Ensin ihmisen tulee hahmottaa nykyisyys ja mitkä asiat vaikuttavat siihen. Toiseksi on perehdyttävä tulevaisuuteen ja tulevaisuuden näkemyksiin ja kolmanneksi ohjataan luomaan pitkälle tulevaisuuteen tärkeitä visioita ja suunnitelmia. (Wheelwright 2011: 191.)

5.3 Tulevaisuusajattelu valintojen tukena

Tulevaisuustietoisuus vaatii oppimista ja kehittymistä. Prosessiin kuuluu kyky sosiaalisen ympäristön kriittiseen arviointiin, itsenäiseen harkintaan, oman roolin ja merkityksen näkemiseen sekä kyky itsereflektioon. (Ahvenainen ym. 2014: 14.) Tulevaisuusohjauksen tärkein tehtävä on luoda nuorille mahdollisuus oppia hahmottamaan erilaisia tulevaisuuksia ja arvioida niiden vaikutuksia omaan elämänsä kulkuaan. On pysähdyttävä pohtimaan, millaisia valintoja on mahdollisesti valmis tekemään, mikä valintojen tekemiseen vaikuttaa ja miten valinnat voivat vaikuttaa tulevaisuuteen. (Ahvenainen ym. 2014: 17.) Oma tulevaisuutensa ja vaikkapa uravalintaa pohtiessaan nuoren täytyy muodostaa ymmärrystä omasta itsestään ja tehdä valintoja sen kautta (Lappalainen ym. 2010: 48). On luotava visio, päämäärä, tulevaisuudesta ja sitten löydettävä tie päämäärän tavoittamiseksi. Päämäärä on tulevaisuusajattelun kantava voima. (Wheelwright 2011: 195.)

6 Sosiaalinen vahvistaminen

6.1 Empowerment, voimaantuminen

Empowerment on paljon käytetty käsite, jolle on ollut vaikea keksiä suoraa suomenkielistä termiä. Siitä nähdään usein kahta erilaista käännettä: voimaantuminen ja valtaistu-

minen. Termien välillä on kuitenkin todettu esiintyvän melko säännönmukaisia sisällöllisiä eroja, joiden mukaan voimaantuminen tarkoittaa sisäisen kasvun prosessia, kun taas valtaistuminen liitetään enemmän valtaan. (Ryynänen & Nivala 2017:36.)

Voimaantuminen on emansipaatioprosessi, jossa heikommassa asemassa oleva voimaantuu käyttämään oikeuksiaan, saavuttaa pääsyn yhteisten voimavarojen käyttöön ja sen myötä pääsee aktiivisesti osallistumaan yhteiskunnan muokkaamiseen ja sen päätöksentekoon (Bird & Luttrell & Quiroz & Scrutton 2009: 16). Voimaantumisen avulla yksilöiden ja yhteisöjen on mahdollista vaikuttaa elinolosuhteisiinsa ja muuttaa niitä, saavuttaa haluamiaan asioita, kohentaa elämänsä laatua ja auttaa myös toisia näissä pyrkimyksissä. Myös prosessin päämäärällä on oma tärkeä merkityksensä. Yksilötasolla voimaantuminen liitetään elämänhallintaan. Prosessi tapahtuu sisäisessä elämänhallinnassa ja sen päämääränä on elämänlaadussa tapahtuva muutos. Yhteisöllisellä tasolla se voidaan määritellä prosesseiksi, joiden avulla alisteisessa asemassa elävien ihmisryhmien jäsenet vähentävät vieraantuneisuuttaan ja vallanpuutteen tunnettaan sekä saavuttavat aiempaa suuremman hallinnan kaikkien elämänalueidensa ja ympäristöjensä suhteen. (Mäntysaari & Pohjola & Pösö 2009: 317–318.) Voimaantumisen prosessi on merkittävä osa sosiaalista vahvistamista.

6.2 Sosiaalista vahvistamista syrjäytymisen ehkäisyn sijaan

Kun kohderyhmänä on nuoret, antaa nuorisolaki hyvän määritelmän sosiaalisen vahvistamisen käsitteelle. Laki määrittää sosiaalisen vahvistamisen olevan nuorille suunnattuja toimenpiteitä elämäntaitojen parantamiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi (Nuorisolaki 2006/72). Sosiaalisen vahvistamisen käsitettä on ryhdytty aktiivisesti käyttämään syrjäytymisen ehkäisyn käsitteen tilalla. Leimaamisen sijaan sen katsotaan viittaavan prosessiin, jossa parannetaan asteittain nuorten elämäntilannetta ja -hallintaa. (Kuure 2015: 8.) Syrjäytyminen terminä on selkeästi negatiivinen. Nuori lokeroidaan syrjäytyneeksi tai sen vaarassa olevaksi siksi, että yksilön ja yhteiskunnan välisiä normiristiriitoja ei ole kyetty ratkaisemaan. Samalla kuitenkin helposti unohdetaan nuoren yksilölliset tarpeet ja tavoitteet ja se, että kaikesta huolimatta nuori elää omaa ja omannäköistään elämää. (Mehtonen 2011: 18.) Sosiaalinen vahvistaminen on kokonaisvaltaista ja moniammatillista elämänhallinnan, hyvinvoinnin ja osallisuuden tukemista. (Kuure 2015: 8.) Sen tavoitteena on nuoren saaminen, tarvittaessa tuetusti, mukaan yhteisölliseen toimintaan ja aktiiviseksi kansalaiseksi (Mehtonen 2011: 18). Yksilö- ja yhteisötaso kulkevat

sosiaalisessa vahvistamisessa rinnakkain. Kun yksilö voi hyvin, hän jaksaa olla aktiivinen erilaisissa yhteisöissä, toisaalta taas erilaiset yhteisöt voivat lisätä yksilön hyvinvointia. (Lundbom & Herranen 2011: 6.)

6.3 Moniammatillisuuden merkitys

Nuorisolaki ohjaa nuorten kanssa toimenpiteisiin, jotka parantavat elämäntaitoja (Meh-tonen 2011: 19). Monialaisesta ja moniammatillisesta yksilöä kunnioittavasta työstä pu-hutaan paljon ja sen katsotaan olevan yleinen työote sosiaalialan kentällä. Kuitenkin vielä viimeaikaisten tutkimustenkin mukaan voidaan todeta, että vaikka nuorten hyvin-vointi on lisääntynyt, on edelleen paljon niitä, jotka jäävät palvelujärjestelmän ulkopuo-lle tai järjestelmä toimii tehottomasti. Edelleen koetaan, että vaikka eri palveluntuottajat tekevät monialaista yhteistyötä, kukaan osapuolista ei kunnolla tunne asiakkaan, nuo-ren, taustaa, tilannetta ja tavoitteita kokonaisvaltaisesti. (Alanen & Kainulainen & Saari 2014: 6.) Sosiaalisen vahvistamisen kannalta olisi äärimmäisen tärkeää, että palveluoh-jauksen piirissä oleva nuori kokisi tulevansa kuulluksi ja ymmärretyksi, että häntä arvos-tettaisiin yksilönä.

6.4 Sosiaalinen toimintakyky

Sosiaalisella toimintakyvyllä on suuri merkitys nuoren hyvinvointiin. Nuoren on tärkeää ymmärtää omia taitojaan, kykyjään, asenteitaan, tunteitaan, mahdollisuuksiaan ja motii-vejaan voidakseen ymmärtää itseään ja pystyäkseen pyrkimään kehittymään ihmisenä. Nuori tarvitsee sosiaalista toimintakykyä ollakseen tyytyväinen ja onnellinen sekä selvi-täkseen vaikeista elämäntilanteista tarvittaessa tukea ja apua pyytäen. (Kannasoja 2013: 15.) Nuorten sosiaalinen vahvistaminen koostuu kolmesta tekijästä: vuorovaiku-tustaidot ja sosiaalinen toimintakyky, itsetunto ja itsensä arvostaminen sekä elämänhal-linta ja osallisuus. Nämä kaikki, kuten nuorisotyökin, toimivat sekä kasvatuksellisessa, että sosiaalityöllisessä viitekehyksessä. (Kuure 2015: 35.) Parhaimmillaan viitekehukset toimivat dialogisessa suhteessa, jota moniammatillisen työn ja työmenetelmien kehitty-minen tukee.

Sirpa Kannasoja (2013) kuvaa väitöskirjassaan nuorten sosiaalisen toimintakyvyn ole-van *sosiaalista toimintaa ohjaavaa yleistynyttä tulevaisuuteen orientoitunutta asennetta itseä ja muita kohtaan* (Kannasoja 2013: 201). Käsite kuvaa prosessia, jossa nuori pyrkii selviytymään elämässään, etsii tavoitteitaan ja aktiivisesti pyrkii niitä kohti. Nuori toimii

ryhmässä ja rakentaen yhteisiä ryhmäasenteita, mutta samalla hän toimii myös itsenäisesti muut ihmiset ja heidän toiveensa huomioiden. Vahva sosiaalinen toimintakyky antaa edellytykset arjessa selviytymiselle ja tavoitteiden löytämiselle ja saavuttamiselle. (Kannasoja 2013: 16.) Tutkimuksessa nuorten sosiaalista toimintakykyä tarkasteltiin nuorten itsensä määrittelemänä. Tutkimusaineiston perusteella nuorten sosiaalisen toimintakyvyn voidaan sanoa olevan suunnitelmallisuutta, lojaaliutta ja itsevarmuutta. Nämä tekijät osoittavat nuorten pitävän sosiaalista toimintakykyä tulevaisuuteen orientuneena asenteena olla suhteessa itseensä ja ympäristöönsä. Selviytymisen kannalta merkitystä ei ole sillä, millaisia kykyjä tai taitoja nuorella on tietyssä tilanteessa, vaan sillä, millainen nuoren sosiaalinen toimintakyky on, millä asenteella nuori elämää elää suhteessa muihin ihmisiin. (Kannasoja 2013: 203.)

6.5 Sosiaalinen vahvistaminen muutosvaiheessa oleville nuorille

Sosiaalisella toimintakyvyllä on suuri merkitys siinä, miten nuori rakentaa ymmärrystään omasta itsestään ja omista mahdollisuuksistaan tulevaisuudessa suhteessa opiskeluun ja työelämään. Esimerkiksi ns. nivelvaiheessa, eli siirtymisessä kouluasteelta toiselle, nuoreen kohdistuu helposti paineita vastata kysymykseen ”mikä minusta tulee isona”, nuorella on velvoite pohtia tulevaisuuttaan tarkemmin ja pidemmälle. Uuden opetussuunnitelman mukainen määritelmä oppilaanohjauksesta painottaa aiempaa enemmän sosiaalista vahvistamista osana perusopetusta. Lisäksi painotetaan neuvonnan ja ohjauksen merkitystä sen sijaan, että oppilaan oletettaisiin automaattisesti osaavan tunnistaa omia kykyjensä ja kiinnostuksen kohteitaan, kuten nykyistä edeltäneessä opetussuunnitelmassa mainittiin (Opetushallitus 2004: 255). Muutos opetussuunnitelmassa on tapahtunut vasta kaksi vuotta sitten, joten uusi käytäntö ei varmasti juurikaan vielä näy kentällä. Vanhan opetussuunnitelman voimassaoloaikana tehdyn tutkimuksen mukaan painetta muutokseen on ollut. Oppilaanohjaus on koettu usein painostuksena hakemaan opiskelupaikkoihin, joihin nuori itse ei välttämättä haluaisi. Ohjaus on koettu tärkeäksi nuoren tukemiseksi, mutta samaan aikaan on jouduttu pohtimaan, pitääkö yksilön autonomiaa ohjausprosessissa kunnioittaa niin, että se sitoo ohjaajan kädet ja nuoret joutuvat kokemaan tekevänsä tulevaisuutta koskevia päätöksiään yksin, ilman aikuisen tukea. (Lappalainen & Mietola & Lahelma 2010: 43.) Nivelvaiheessa olevaa nuorta tukiessa on oleellista kiinnittää huomiota siihen, millaisten käsitysten varassa nuoret koulutukseen hakeutuvat. Tutkimuksen mukaan nuoret rakentavat käsitystä itsestään esimerkiksi opettajilta, opinnonohjaajilta tai lähipiiriltään saamastaan persoonallisuuttaan koskevan

palautteen perusteella, koulumenestyksen asettamien reunaehtojen puitteissa. (Lappalainen ym. 2010: 52.) Sosiaalista vahvistumista ja vahvaa sosiaalista toimintakykyä ajatellen tärkeämpää olisi ohjata nuori keskittymään itsetuntemukseen, siihen kuka hän on, millaiset resurssit hän omaa sekä mitkä ovat nuoren omat toiveet ja tavoitteet.

7 Osallisuus

7.1 Osallisuus sosiaalipedagogisena käsitteenä

Suomessa kansalaisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia oli pyritty lisäämään 1970-luvun lopulta lähtien, mutta osallisuuden käsite liitettiin tavoitteisiin vasta 1990-luvulla. Tuolloin julkisissa keskusteluissa ja tutkimuksissa oli todettu kansalaisten kiinnostuksen demokratiaan vähentyneen, mikä näkyi mm. kunnallisvaalien alhaisina äänestysprosentteina. Kansalaisten osallistumisen merkitystä ryhdyttiin korostamaan erilaisin hankkein ja ohjelmin. Vuonna 1997 sisäasiainministeriö asetti valtakunnallisen osallisuushankkeen toteuttamaan tavoitteita kuntalaisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien lisäämisestä. Osallisuuden käsitettä ei kuitenkaan haluttu määritellä hankkeessa kovin tarkasti. Se liitettiin kuitenkin löyhästi demokratian käsitteeseen, tavoitteena oli kehittää äänestystä suuremman kansalaistoiminnan keinoja, kuten esim. aloitteiden tekemistä ja asukasdemokratiaa. (Nivala & Ryyänen 2013: 11-12.)

Osallisuuden käsitteen yleistyminen Suomessa on vahvasti yhteydessä julkishallinnon pyrkimyksiin edistää kansalaisten osallisuutta demokratiaan. Tämän vuoksi käsitteen tulkinta on monessa yhteydessä hyvin kapea-alainen ja sen katsotaan olevan jotain, joka ei voi syntyä itsestään ilman ylhäältäpäin annettuja rakenteita. Tällöin osallisuus muuttuu osallistamiseksi, on olemassa joku, joka osallistaa toisen. Voidaanko silloin puhua aidosta osallisuudesta? Voidaanko sanoa, että lapsi, joka kertoo oman mielipiteensä sosiaalityöntekijälle lastensuojeluprosessin tapaamisessa, kokee olevansa osallinen prosessiin, että hänellä on valtaa vaikuttaa? Entä miten julkishallinto suhtautuu sellaiseen osallisuutta edistävään toimintaan, jossa toiminta ei ole sen määrittelemän toiminnan mukaista, vaan vastustaa sitä? (Nivala & Ryyänen 2013: 14-16.)

Osallisuus on kansalais- ja ihmisoikeus. Suomen perustuslain toisessa pykälässä sanotaan, että *kansanvaltaan sisältyy yksilön oikeus osallistua ja vaikuttaa yhteiskunnan ja elinympäristönsä kehittämiseen*. Pykälässä kuusi todetaan lapsen vaikuttamisoikeudesta seuraavasti: *lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä, ja heidän tulee saada*

vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystään vastaavasti. Pykälä 14 puolestaan toteaa, että julkisen vallan tehtävänä on edistää yksilön mahdollisuuksia osallistua yhteiskunnalliseen toimintaan ja vaikuttaa häntä itseään koskevaan päätöksentekoon. (Suomen perustuslaki 1999.) Ihmisoikeuksien yleismaailmallisessa julistuksessa 21. artiklan mukaan jokaisella on oikeus osallistua maansa hallitsemiseen joko välittömästi tai vapaasti valittujen edustajien välityksellä. 27. artikla antaa oikeuden yhteiskunnan sivistyselämään: jokaisella on oikeus vapaasti osallistua yhteiskunnan sivistyselämään, nauttia taiteista sekä päästä osalliseksi tieteen edistyksen mukanaan tuomista eduista. (United Nations 1948.)

Euroopan komission yhteisessä raportissa osallisuus määritellään seuraavasti: Sosiaalinen osallisuus on prosessi, jolla varmistetaan, että köyhyys- ja syrjäytymisvaarassa olevat saavat tarvittavat mahdollisuudet ja voimavarat osallistua täysipainoisesti talous-, yhteiskunta- ja kulttuurielämään ja saavuttaa kyseisessä yhteiskunnassa hyväksyttävänä pidettävän elintason ja elämänlaadun. Sillä varmistetaan, että he voivat osallistua enemmän päätöksentekoon, joka vaikuttaa heidän elämäänsä ja mahdollisuuksiinsa käyttäen perusoikeuksiaan. (Euroopan yhteisöjen komissio 2003: 9.)

Osallisuuden kokemus on siis yksi ihmisen hyvinvoinnin perustekijöistä ja laillisesti taattu oikeus. Tunne siitä, että kuuluu johonkin ja kokemus omasta merkityksestä osana yhteisöä ja yhteiskuntaa luovat vahvan suhteen yhteiskunnan ja ihmisen välillä. (Nivala & Ryyänen 2013: 10.) Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta katsottuna osallisuus on vahvasti vuorovaikutuksellinen, kokemuksellinen ja tasa-arvoinen käsite. Se on *ihmisen sosiaaliseen perusluonteeseen liittyvää kuulumista johonkin, olemista, elämistä ja toimimista yhteydessä muihin ihmisiin* (Nivala & Ryyänen 2013:26). Se on vuorovaikutusta, ja ihmisen oivaltaessa osallistumisensa tarjoamat hyödyt, syntyy kokemus osallisuudesta (Leeman & Kuusisto & Hämäläinen 2015:5).

Osallisuutta on pyrittävä tarkastelemaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Ihminen on osallinen yhteisössä, jos hän on osa yhteisöä (kuuluu), toimii osana yhteisöä (osallistuu) sekä kokee olevansa osa yhteisöä (tuntee kuuluvansa). Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan näitä kaikkia kolmea ulottuvuutta. Tarvitaan yhteisöjä, joissa on mahdollista toimia ja tulla nähdyksi ja kuulluksi, ja joissa voi tuntea olevansa oma itsensä sekä arvokas osa yhteisöä. Osallisuus mahdollistuu, kun yhteisön jäsenet toimivat yhdessä, vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, ja jokaisella on mahdollisuus ja valta vaikuttaa yhteisön asioihin. Vallan myötä osallisuus edellyttää myös vastuun kantamista ja

toimintaan sitoutumista. (Nivala & Ryyänen 2013: 26-27.) On tärkeää muistaa, että osallisuutta ei voi ajatella asiana, jonka jokin ulkopuolinen taho määrittelee tai valjastaa esimerkiksi tehokkuuden ja tuloksellisuuden vaatimuksiin. Yhteiskuntaan kiinnittyminen ei merkitse pelkästään kuuliaista ja sopeutuvaa asennetta. Parhaimmillaan osallisuus mahdollistaa myös rakentavan kyseenalaistamisen ja epäoikeudenmukaisuuksia vastustavan vastarinnan. (Nivala & Ryyänen 2013:37.)

7.2 Nuorten osallisuus

Nuorten osallisuudesta puhuttaessa aihetta käsitellään usein vastakohtana syrjäytymiselle, ja nuorten osallisuuden edistämisestä puhutaan huono-osaisuuden ja syrjäytymisen ehkäisemisenä. Osallisuuden käsite kattaa kuitenkin paljon muutakin. Osallisuuden edistäminen ei saisi olla vain syrjäytymisvaarassa olevien nuorten auttamista, vaan sen pitäisi koskea koko nuorisoa. Osallisuuden edistäminen on koko nuorisoon sisältyvän tulevaisuuspotentiaalın kokonaisvaltaista vahvistamista. Nuoret, kattaen koko nuorten kulttuurin, tulee nähdä yhteiskunnallisina osallistujina ja tulevaisuuden rakentajina. (Hämäläinen 2008:15.)

Tuoreesta Nuorisobarometrasta (Nuorisobarometri 2018) voi lukea, että suomalaisten nuorten kiinnostus yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen on nousussa. Kyselyn mukaan nuorten omaan elämään liittyvä luottamus on vahva, hyvin harva pelkää syrjäytyvänsä. Hyvän ja mielekkään elämän kannalta on tärkeää luottaa positiiviseen tulevaisuuteen. Positiivisesta tulevaisuuskuvasta huolimatta yhä useampi nuori kokee ilmastonmuutoksen, maailmanpoliittiseen tilanteeseen ja kansainväliseen terrorismiin liittyvää epävarmuutta. Epävarmuus ajaa kuitenkin yhä useammin nuoren aktiiviseen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen, usko omiin vaikutusmahdollisuuksiin on vahva. Vaikutusmahdollisuuksien myötä luottamus tulevaisuuteen on hyvä epävarmuuksienkin keskellä. (Pekkarinen & Myllyniemi 2018:72.)

Yleisesti puhutaan paljon siitä, että nuorten kiinnostus yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen on vähentynyt, koska kiinnostus politiikkaan ja äänestysaktiivisuus ovat olleet alhaisia. Tutkimustulokset kuitenkin osoittavat, että syy kiinnostuksen laskuun saattaa olla mitareissa, eikä nuorten kiinnostuksessa. Tutkimuksesta selviää, että politiikka ei nuorten mielestä ole ainoastaan edustuksellisten mekanismien kautta vaikuttamista. Se nähdään aiempaa laaja-alaisempana käsitteenä, johon kuuluu muun muassa mielenosoituksiin osallistuminen, kansalaisaloitteet, poliittisten vetoamusten allekirjoittaminen, poliittinen

ostokäyttäytyminen sekä poliittiseen vaikuttamiseen osallistuminen internetissä. Vielä on liian aikaista sanoa, onko kyseessä nuoruuteen liittyvä ilmiö, vai poliittisen kulttuurin pysyvä muutos. (Harrinvirta 2018:123.) Selvää on kuitenkin se, että tutkimuksen mukaan nuorilla on vahva kiinnostus yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja usko omiin vaikuttamiskykyihinsä. Tulevaisuusbarometrin mukaan nuoret ovat ikäluokista kaikkein tulevaisuususkoisimpia. 15–24-vuotiaista 85% uskoo omiin vaikutusmahdollisuuksiinsa ja 84% yhteisiin vaikutusmahdollisuuksiin (Dufva, Mikko & Laine, Paula & Lähdemäki-Pekkinen, Jenna & Parkkonen, Pinja & Vataja, Katri 2019.:6).

Osallisuus ei ole ominaisuus, joka ihmisellä on syntyessään, vaan siihen on kasvettava erilaisten kasvuprosessien kautta. Usein kasvuprosesseista puhutaan oman paikan etsimisenä, oman yhteiskuntasuhteen määrittämisenä. Yhteiskunnan monimutkaistumisen myötä myös osallisuuteen kasvaminen ja kasvattaminen on muuttunut vaikeammaksi. Yhteiskunnan on pystyttävä vastaamaan entistä monimuotoisemmin osallisuuden edistämiseen. (Hämäläinen 2008:21.) Yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen osallistuminen sekä opintoihin ja työelämään kiinnittyminen eivät kuitenkaan pelkästään takaa täyttä osallisuuden kokemusta. Nuorilta itseltään kysyttäessä yksinäisyys, ystävien puute, mainitaan tärkeimmäksi syrjäytymisen syyksi (Gretschel & Myllyniemi 2017:13). Osallistavissa toimissa tulisi siten aina ottaa huomioon myös sosiaaliseen yhteisöön kiinnittyminen.

8 Kokemusasiantuntijuus

8.1 Kokemuksen asiantuntijat

Kokemusasiantuntijuus on sosiaalialalla jo lähes trendiksi muuttunut toimintamuoto, jota käytetään paljon. Se on syntynyt 2000-luvulla ja ollut keskeisenä käsitteenä mm. sosiaali- ja terveysministeriön kehittämissuunnitelmissa ja -hankkeissa (esim. KASTE-ohjelmat ja Palvelut asiakaslähtöisiksi -kärkihanke). Sen avulla vaikeita elämäntilanteita läpi käyneitä yksilöitä voidaan osallistaa muutos- ja kehitystyöhön. Kokemustiedon ottaminen mukaan päätöksentekoon, auttamistyöhön ja vaikuttamiseen, on yksi sosiaalialan keskeisimmistä kehittämiskohteista. (Meriluoto 2016:65.)

Kokemusasiantuntijuuden ydin on ihmisen omassa kokemuksessa ja sen jakamisessa. Kokemusasiantuntijuus liittyy siihen ajatukseen, että jokainen ihminen on oman elämänsä asiantuntija ja yksilöllä on kokemusperäinen tietous siitä, miten hän kokee jonkin

tilanteen, siihen tulemisen ja siihen tarvittavan muutoksen. (Hokkanen & Nikupetteri 2015:32.) Kokemusasiantuntijuuden kautta yksilö pääsee tuomaan omaan kokemukseensa perustuvan tiedon osaksi toiminnan suunnittelua ja kehittämistä. Yksilön kokemustieto yhdistettynä työntekijän asiantuntijatietoon mahdollistaa monipuolisen yhteisen kehittämisen. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015:19). Kokemusasiantuntijuus mahdollistaa osallistumisen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen. Vaikuttamista pidetään yhtenä kokemusasiantuntijuuden keskeisimmistä sisällöistä ja kokemusasiantuntijalle itselleen arvostusta antavana tekijänä. Tehokkainta se on silloin, kun se on koottu yhteen monen kokemusasiantuntijan kokemuksista. (Meriluoto 2015:71.) Kokemusperäisen asiantuntijuuden hyödyntäminen kehittämis- ja suunnittelutyössä, sekä myös laajemmin yhteiskuntapolitiikassa, on kannattavaa. Se antaa asioille yhteiskunnallista näkyvyyttä, vaikuttaa ihmisten asenteisiin sekä poistaa ennakkoluuloja (Hokkanen & Nikupetteri 2015:33). Samaan aikaan kokemusasiantuntija kasvaa yksilönä autettavasta aktiiviseksi toimijaksi (Meriluoto 2016:68).

8.2 Kokemusasiantuntijuus kritiikin kohteena

Kokemusasiantuntijuuden hyödyt on helppo ymmärtää. Kokemusasiantuntijat voivat tarjota asiakaslähtöisen näkökulman palveluiden kehittämiseen ja tuottamiseen, ja samaan aikaan toiminnalla on kokemusasiantuntijalle itselleen voimaannuttava vaikutus, se tuo tiedon siitä, että on tarpeellinen ja hyödyllinen yhteiskunnalle (Väestöliitto 2019). Samalla, kun menetelmää hyödynnetään aktiivisesti erilaisissa hankkeissa ja ohjelmissa, se saa osakseen myös aiheellista kritiikkiä. Taina Meriluodon tuoreessa väitöskirjassa tarkastellaan asiantuntijaksi tekemisen prosessia, miksi osallistujista halutaan kehittää asiantuntijoita ja mitä hyötyä osallistujien asiantuntijuudesta on. Tutkimuksen mukaan usein on kyse siitä, että luodaan illuusio yksilön vallasta. Todellisuudessa osallistava taho ajaa vain omaa ennakkoon päätettyä asiaansa. (Meriluoto 2018:109-110.) Tätä väitettä puoltaa myös se tosiasia, että Suomessa kokemusasiantuntijuus on aina ollut organisoijatahon luoma hanke, johon kokemusasiantuntijat on kutsuttu, ei kokemusasiantuntijoiden omasta aktiivisuudesta lähtenyt toiminta (Meriluoto 2016:69). Tutkimuksellaan Meriluoto toivoo herättävänsä kysymyksen siitä, pitäisikö osallistamistoimintaa toteuttavien tahojen kiinnittää enemmän huomiota omiin ennako-oletuksiinsa. Tutkimuksesta selviää, että usein kokemusasiantuntijat eivät itse pääse määrittelemään millaista on olennainen tieto tai hyödyllinen osallistuminen, vaan he joutuvat mukautumaan toiminnan järjestäjän omiin tavoitteisiin. (Jyväskylän yliopisto 2018.) Voimaannuttavassa kokemusasiantuntijuudessa pitää olla tilaa ja mahdollisuus voimaantua myös ”väärin”,

hallinnosta riippumattomaksi, itsenäiseksi toimijaksi. Jotta kokemusasiantuntijuus ei olisi ylhäältä ohjattua, vaan aidosti yksilöstä ja hänen kokemuksistaan lähtöistä, myös vasta-käyttäytymiselle täytyy olla tilaa. Kokemusasiantuntijan pitää pystyä tuomaan esiin näkökulmia tai puhetta, joka ei ole hallinnan näkökulmasta toivottavaa tai hyödyllistä. (Meriluoto 2016:87.)

9 Opinnäytetyön toteuttaminen

9.1 Eettisyys

Tämä opinnäytetyö on tehty hyvän tieteellisen käytännön mukaan. Tutkimuksessa on noudatettu yleistä huolellisuutta, tarkkuutta ja rehellisyyttä ja tutkimustyö, tulosten tallentaminen sekä tutkimuksen ja sen tulosten arviointi on tehty em. periaatteita noudattaen. Opinnäytetyössä on sovellettu tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimuksen tuloksia julkaistaessa toteutetaan avoimuutta ja vastuullista tiedeviestintää. Muiden tutkijoiden työ ja saavutukset on otettu kunnioittavasti huomioon ja heidän työhönsä on viitattu asianmukaisella tavalla. Opinnäytetyö on suunniteltu ja toteutettu tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten tasolla. Työ raportoidaan ja siinä syntyneet tietoaineistot talletetaan samojen vaatimusten tasolla. Tutkimukseen osallistuville ja muille tutkimukseen liittyville sidosryhmille ilmoitetaan tutkimuksen tulosten raportoinnista. Tarvittavat tutkimusluvut on hoidettu asianmukaisella tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013:6.) Tätä opinnäytetyötä varten ei tarvinnut hankkia erillistä lupaa, vaan hankkeen tutkimuslupa kattoi myös opinnäytetyön aineistonkeruun. Lupa suorien lainausten anonyymiin käyttöön pyydettiin suullisesti suoraan täysi-ikäisiltä aineiston tuottajilta.

9.2 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tietoa PEILI-hankkeen toimintamallin kehitystyötä varten. Hankkeen periaatteena on osallistaa hankkeen pilottipajoissa toimivat nuoret mukaan kehitystiimiin. Opinnäytetyöni tehtävänä oli selvittää:

1. Millaista sisältöä nuoret tuottavat nelivaiheiseen malliin?
2. Millaista nuorten tuottama sisältö on suhteessa ammattilaisten tuottamaan sisältöön, millaisia eroja ja yhtäläisyyksiä löytyy?

Tutkimuksen tulosten avulla pyritään kehittämään PEILI-toimintamallia käyttäjälähtöisempään suuntaan saaden nuorten ääni aidosti kuuluviin.

Varsinaisten tutkimuskysymysten lisäksi opinnäytetyössä oli tarkoitus yleisellä tasolla arvioida, miten kokemusasiantuntijoiden osallisuus tutkimukseen toteutui. Arviointi suoritettiin havainnoimalla nuoria aineistonkeruun aikana sekä keräämällä nuorilta suullista palautetta aineiston analyysivaiheen jälkeen. Koska arviointi ei kuulu varsinaisiin tutkimuskysymyksiin, se esitellään tulosten sijaan vasta johtopäätöksissä.

9.3 Aineiston keruu

Koska tarkoituksena oli verrata ammattilaisten ja kohderyhmänä olevien nuorten miesten vastauksia samoihin kysymyksiin, aineisto kerättiin kahdessa vaiheessa. Jotta vertailu olisi luotettava, vastasi kumpikin ryhmä kysymyksiin tietämättä toistensa vastauksia. Ammattilaisten vastaukset kerättiin ensin, ennen ensimmäisen pilottipajan alkua. Nuorten vastaukset kerättiin pilottipajan alussa, ensimmäisen ja toisen viikon aikana.

9.3.1 Ammattilaisten aineisto

Ammattilaisten aineistoa oli tuottamassa kaikki moniammatillisen tiimin 11 jäsentä. Työhön osallistuivat tasavertaisesti sekä tuottajat että opiskelija-assistentit. Nelivaiheista mallia lähdettiin työstämään hyvin yksinkertaisella menetelmällä. Työtilan seinälle teipattiin neljä suurta paperia, joiden yläreunaan kirjoitettiin kuhunkin yksi neljän vaiheen otsikoista: passivoitumisen purkaminen, muutoshalun herääminen, osaamisen lisääminen ja muutoksen tukeminen. Jokaiselle ryhmäläiselle annettiin nippu tarralappuja ja kynä. Sen jälkeen mallia lähdettiin tutkimaan vaihe kerrallaan kysymyksen ”mitä nuori tarvitsee passivoitumisen purkamiseen/muutoshalun heräämiseen/osaamisen lisäämiseen/muutoksen tukemiseen” avulla. Projektipäällikkö, joka ohjasi tehtävää, korosti, että mitään ammatillista osaamista kysymyksiin vastaamisessa ei tarvinnut olla, vaan aihetta pystyi, ja oli hyväkin, lähestyä omakohtaisen kokemuksen kautta.

Työ eteni vaihe kerrallaan siten, että ensin jokainen sai hetken aikaa miettiä itsekseen ja kirjata tarralapuille asioita, jotka mielestään liittyivät kyseiseen vaiheeseen. Tämän jälkeen laput kiinnitettiin niitä vastaavalle isolle paperille ja ne käytiin yhdessä läpi. Samalla vastauksista ja niiden teemoista keskusteltiin, fasilitoitiin lisäkysymyksiä ja löydettiin lisää

vaiheeseen sopivia vastauksia. Joidenkin vastausten kohdalla jouduttiin miettimään, mihin vaiheeseen ne kuuluisivat, vai voisivatko ne kuulua moneen eri vaiheeseen. Samalla tehtiin myös tarkennuksia vastausten sisältöön. Tällä tavoin käytiin läpi koko nelivaiheinen malli. Laputus toteutettiin tiimin yhteisessä viikkopalaverissa kahden viikon aikana. Yksi palaveriaika (2h) ei riittänyt koko nelivaiheisen mallin käsittelyyn.

9.3.2 Nuorten aineisto

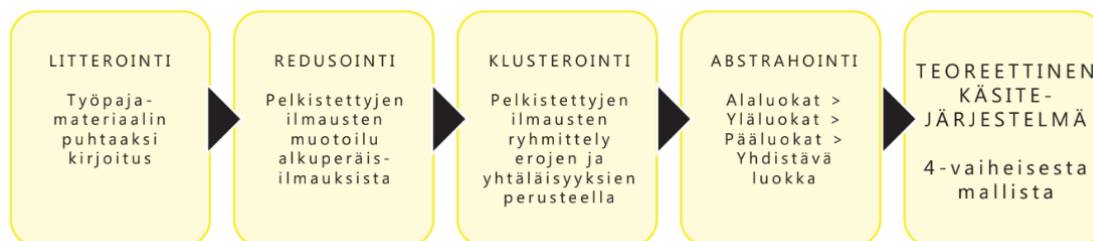
Nelivaihemallin laputus oli pilottipajamallissa suunniteltu kolmannelle päivälle, jolloin malli oli ”passivoitumisen purkaminen” vaiheen lopussa. Tehtävä oli sijoitettu työpajajakson alkupuolelle, jotta nuorille tulisi käsitys siitä, mihin koko toimintamalli perustuu. Tehtävä toteutettiin samalla tavalla, kuin ammattilaisten aineistonkeruu oli toteutettu. Seinalle oli teipattu neljä suurta paperia, jossa kussakin oli eri vaiheiden nimet otsikoina. Nuoret saivat tarralappuja ja kirjoitusvälineet, ja vaihe vaiheelta nuoret tuottivat sisältöä nelivaiheiseen malliin. Vastauksista ja niiden teemoista keskusteltiin, fasilitoitiin lisäksymyksiä ja löydettiin lisää vastauksia. Tehtävään osallistuivat kaikki ryhmän viisi jäsentä. Tehtävälle oli varattu aikaa yksi iltapäivä, mutta käytännössä jouduttiin toteamaan sen olevan liian lyhyt aika. Teemat synnyttivät niin paljon keskustelua, että tehtävän työstöä päätettiin jatkaa seuraavana päivänä. Myös nuorten kanssa jouduttiin miettimään vaiheiden otsikoiden merkityksiä, mitä ne tarkoittivat ja miten erosivat toisistaan.

Ensimmäisen päivän aikana ehdimme käydä läpi mallin kaksi ensimmäistä vaihetta. Tehtävän veti projektiryhmän sosiaalialan tuottaja, itse seurasin tehtävän etenemistä kuunnellen ja havainnoiden sekä kirjaten muistiinpanoja havainnoistani. Laputusta jatkettiin vielä kahtena seuraavana pajapäivänä. Näillä kerroilla olin itse vastuussa tehtävän ohjaamisesta, ja tiimin muut paikalla olleet ammattilaiset kirjasivat havaintoja ylös.

9.4 Sisällönanalyysi

Kerätty aineisto on analysoitu aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi yhdistelee käsitteitä, jonka kautta saadaan vastaus tutkimustehtävään. Empiirisestä aineistosta muodostuu malli, käsitejärjestelmä tai aineistoa kuvaavia teemoja. Johtopäätöksiä tehdessä tutkija pyrkii ymmärtämään tutkittavien asioiden merkitystä tutkittavalle. Tutkijan pyrkimyksenä on siis ymmärtää tutkittavien heidän omista lähtökohdistaan katsoen analyysin jokaisessa vaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009:112-113.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi toteutetaan karkeasti ilmaistuna kolmessa vaiheessa (kuvio 1). Vaiheet ovat redusointi eli pelkistäminen, klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen.



Kuvio 1. Teoreettisen käsitejärjestelmän syntyminen analyysiprosessin tuloksena (Tiitinen 2019).

Kävin aluksi läpi laputustehtävän alkuperäiset tarralaput ja kirjoitin puhtaaksi niihin kirjoitetun sisällön. Puhtaaksikirjoittamisen eli litteroinnin jälkeen siirryin redusointivaiheeseen, jossa muotoilin alkuperäisistä ilmaisuista pelkistetyt muodot. Klusterointivaiheessa ryhmittelin pelkistetyt ilmaisut erojen ja yhtäläisyyksien mukaan erilaisiin ryhmiin. Analyysin seuraavassa vaiheessa, abstrahoinnissa lähdin luokittelemaan ryhmiteltyjä ilmaisuja ala- ylä- ja pääluokkiin ilmaisuja yhdistelemällä. Analyysin tuloksena syntyi nelivaiheisen mallin teoreettinen käsitejärjestelmä.

Olin itse mukana, osana projektiryhmää, tuottamassa ammattilaisten aineistoa, mutta aloitin opinnäytetyöni tekemisen vasta sen jälkeen, kun ammattilaisten aineisto oli jo kerätty ja projektiryhmässä työskentelevä palvelumuotoilun assistentti oli analysoinut sen projektin tarpeita varten palvelumuotoilun näkökulmasta. Tehtyä aineiston analyysia tarkastellessani huomasin kuitenkin joitakin käsitteellisiä eroja palvelumuotoilun ja sosiaalialan välillä. Oman tutkimukseni luotettavuuden kannalta oli oleellista, että tein ammattilaisten aineistolle sisällön analyysin uudelleen. Sain käyttööni alkuperäisen aineiston, jonka mukaan analyysini on tehty. Nelivaiheisen mallin jokaisesta vaiheesta on koottu oma taulukko kuvaamaan sisällön analyysia. Tämä on tehty sekä ammattilaisten, että nuorten tuottamalle aineistolle. Näin ollen sisällön analyysistä muodostui yhteensä kahdeksan sisällön analyysia kuvaavaa taulukkoa.

10 Tulokset

Esittelen tulokset aineiston sisällönanalyysia kuvaavien taulukoiden avulla. Esittelyn selkeyttämiseksi käytän hankkeen projektitiimin jäsenistä nimitystä ”ammattilaiset” ja työpajaan osallistuneista nuorista nimitystä ”nuoret”. Esittelen analyysin nelivaiheisen mallin mukaan vaihe vaiheelta, jonka jälkeen vertailen ammattilaisten ja nuorten analyysien tuloksia eroja ja yhtäläisyyksiä etsien.

Tulosten esittelyssä käytän havainnollistamiseksi suoria lainauksia aineistoa tuottaneiden nuorten kommentteista. Lainaukset on kirjattu muistiin suoraan nuorten keskusteluista laputustehtävän aikana. Nuorten toivoman täyden anonymiteetin takaamiseksi lainauksiin ei ole merkitty minkäänlaisia muita lähdetietoja.

Aineiston alkuperäisilmaisut on nähtävissä nuorille tehdyn analyysitaulukon (liite 1.) ensimmäisestä sarakkeesta.

10.1 Passiivisuuden purkaminen – nuorten aineisto

Passiivisuuden purkaminen on nelivaiheisen mallin ensimmäinen vaihe. Tuotettu aineisto vastaa kysymykseen: ”mitä nuori tarvitsee passiivisuuden purkamiseen?”

Nuorten tuottamasta aineistosta (taulukko 1) syntyi kolme pääluokkaa: tiedostus, toimintakyky ja yhteisön vaikutus. Kaikkein merkittävimmäksi tekijäksi nousi toimintakyky. Nuorten omasta mielestä kaiken perustana oli kuitenkin ymmärrys tilanteesta. Jos ymmärrystä ei ole, muutos ei voi lähteä liikkeelle. Nuorten vastauksissa ensimmäiseen vaiheeseen korostui vahvasti se, että vastaus lähti nuoresta itsestään: hänen omasta tietoisuudestaan ja mahdollisuuksistaan vaikuttaa omaan toimintakykyynsä.

Taulukko 1. Nelivaiheinen malli, vaihe 1: passiivisuuden purkaminen / nuoret

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääloukka	
itseluottamus	itseluottamus	tietoisuus itsestään	tiedostus	
olla oma itsensä	itsetuntemus			
olla aito				
ymmärrys tilanteesta	ymmärrys tilanteesta	ymmärrys tilanteesta		
tyytymättömyys tilanteeseen	muutoshalu			
halu pois passiivisuudesta				
lannistumattomuus	lannistumattomuus	esteiden purkaminen	toimintakyky	
tietoinen yrittäminen	aktiivinen toiminta			
kuviteltu asenne				
mielikuvaharjoitusten apu				
paloihin purkaminen				
merkitysten antaminen	tilanteen jäsenys			
tavoitteiden muuttaminen realistisiksi	realistisuus			
riman laskeminen	pelon käsittely			
pelon kohtaaminen				
pelkoon tarttuminen				
terveydentilan kohentaminen	terveydentila			terveydentila
parempi terveydentila	syy heräämiseen			toiminnallinen arki
syy herätä				
herätyskello				
mukava tekeminen				
toiminta	kiinnostava toiminta			
herättävä kommentti	kommentti	ulkopuolinen huomio	yhteisön vaikutus	
pureva kommentti	kannustus			
kannustus				
vinkit				
mahdollisuus yhteisöön	kiinnostava yhteisö	luotettavan yhteisön löytäminen		
kutsuva yhteisö	luotettava yhteisö			
luotettavat ihmiset				
pelon kertominen muille				
yhteen hiileen puhaltaminen				

10.1.1 Tiedostus

Tiedostus omasta itsestään ja omasta tilanteestaan korostui vahvasti nuorten puheista ensimmäisen vaiheen laputusta tehtäessä. Nuoret kokivat itseluottamuksen ja omana itsenä olemisen tärkeiksi asioiksi, jotta muutosprosessi voisi lähteä liikkeelle. Rehellisyys itseä ja tilannetta kohtaan koettiin merkittäväksi asiaksi.

”Jos esittää jotain, se on kuluttavaa, pitää päästää irti naamareista.”

Moni kertoi tehtävää tehtäessä siitä, miten ulkopuolelta tulevat odotukset ja paineet olivat saaneet kadottamaan oman itsensä. Oli mahdoton enää tietää mitä itse halusi, kun muiden toiveet jyräsivät omat ajatukset alleen. Oman itsensä löytäminen, itseään kuunteleminen ja omien toiveiden ja tavoitteiden löytäminen ja seuraaminen olivat nuorten mielestä oleellisia asioita passiivisen tilanteen purkamisessa.

”Pitää havahtua tilanteeseen, kun sen tajuaa, haluaa jotain muuta... haluaa jotain muuta kuin olla passiivinen.”

Tyytymättömyyttä tilanteeseen pidettiin myös oleellisena asiana. Tyytymättömyyden ja huonon olon tulee nuorten mielestä tuntua kunnolla, jotta passiivisuuteen havahtuu. Pitää haluta jotain muuta, pois tilanteesta. Pelkkä passiivisuuden ymmärtäminen ei riitä, sillä aina passiivista olotilaa ei koeta huonona.

10.1.2 Toimintakyky

Pääluokka ”toimintakyky” kattoi yli puolet koko vaiheen aineistosta. Valtaosa ilmaisuista liittyi jollain tavalla sisäiseen esteiden purkamiseen, itsensä motivointiin ja tilanteen jäsentämiseen. Itsensä pakottaminen muutokseen nousi vahvasti esiin aineistossa.

”Pitää yrittää vaikka väkisin, vaikka ei jaksaisi, ei saisi lannistua.”

Aineistoa kerättyä ei selvinnyt, miksi nuoret kokivat itsensä pakottamisen niin tärkeänä keinona. Sen voi olettaa liittyvän esimerkiksi siihen, että nuoret, joilta aineisto kerättiin, olivat olleet passiivisessa olotilassa jo pidemmän aikaa, ja olivat jo valmiita ja etenkin halukkaita pääsemään tilanteessa eteenpäin. Keskusteluissa pystyi aistimaan vahvan kyllästymisen ja turhautumisen omaan tilanteeseensa, sekä sen, että nuoret tiedostivat kaiken olevan kiinni itsestään. Ratkaisujen ei odotettu tulevan jostain ulkopuoliselta taholta.

Itsestä käsin lähtevän toiminnan vahvuutta tuki aineistossa myös se, että nuoret kokivat mielikuvaharjoituksista olevan apua. Onnistumisen visualisoinnin koettiin auttavan passiivisuuden purkamisessa, samoin tilanteen purkaminen pienempiin paloihin ja pienin askelin eteneminen. Osa nuorista koki, että olivat itse, tai toiset olivat, asettaneet tavoit-

teet liian korkealle, jolloin liian korkeat odotukset lamauttivat passiiviseen olotilaan. Nuorten mielestä tavoitteet tuli tarkistaa ja asettaa ne realistiselle tasolle. Omista tavoitteista luopumista ei koettu epäonnistumisena, jos sen ajatteli omien voimavarojensa tiedostamisen kautta.

”Jos on liian korkea rima, oma tunne että ei pysty, ni mahdottomat tavoitteet pitää muuttaa realistisimmiksi. Siin auttaa riman laskeminen, tavoitteista luopuminen.”

Pelkojen purkaminen koettiin myös tärkeäksi. Nuorten mukaan pelon syy piti selvittää ja siihen piti tarttua.

”Estävä pelko pitää saada jotenkin pois, sen voi kohdata...aika auttaa.”

Yhtenä suurena pelkona nuoret mainitsivat tulevaisuudesta puhuttaessa oman jaksamisensa ja terveytensä. Heitä pelotti, että jos pääsisikin prosessissa eteenpäin, terveys voisi pettää ja pilata hyvin edenneen prosessin. Muita pelkoja nuoret eivät sanoittaneet, mutta totesivat erilaisten pelkojen lamauttavan ja estävän aktiivista toimintaa, ja että niiden kohtaaminen ja käsitteleminen oli oleellinen osa passiivisen olotilan purkamista.

10.1.3 Yhteisön vaikutus

Ympärillä olevalla yhteisöllä katsottiin olevan paljon merkitystä passiivisuuden purkamisessa, mutta yhteisön roolin koettiin olevan enemmänkin omaa päätöstä tukeva voima, kuin muutosta alkuun saava voima. Toisaalta kipinä muutoshaluun saattoi tulla myös joltain ulkopuoliselta.

”Jonkun pureva kommentti voi herättää omaan tilanteeseen.”

Ympärillä olevalta yhteisöltä vaaditaan nuorten mielestä kannustuksen lisäksi myös luottavuutta. Sitä, että ympärillä on ihmisiä, joihin voi luottaa, joille kertoa peloistaan. Nuorten mielestä oli myös tärkeää, että on joku yhteisö, johon voi mennä, pois kotoa. Halua ja mahdollisuutta lähteä kodin ulkopuolelle pidettiin oleellisena tekijänä passiivisen olotilan purkamiseen. Itsestä lähtevä toiminta tuli esiin myös yhteisöllisyyden vaikutusta kuvaavassa aineistossa. Oma aktiivisuus koettiin tärkeäksi elementiksi yhteisöllisyyden kokemisessa, se että itse kerää ympärilleen ihmisiä, lähtee etsimään yhteisöjä ja hakeutuu aktiivisesti muiden seuraan.

10.2 Passiivisuuden purkaminen – ammattilaisten aineisto

Ammattilaisten aineistosta (taulukko 2) nousi analyysissä esiin kolme pääluokkaa: havahduttava tunne, muutoksen mahdollistava toiminta ja yhteisöllisyyden kokemus.

Taulukko 2. Nelivaiheinen malli, vaihe 1: passiivisuuden purkaminen / ammattilaiset

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka		
kyllästyminen	negatiivinen tunne	epämiellyttävä tunne	havahduttava tunne		
pelko					
pako					
halu päästä pois	tarve paeta				
merkityksen löytäminen	uusi voimaannuttava näkökulma	positiivinen tunne			
ideologian omaksuminen					
voimavaran löytyminen					
negatiivinen voimavara-raksi					
hurahdus idoliin	innostava tunne				
innostuminen					
toivo					
empatia					
rakastuminen	uusi kiinnostus	uusi kohde toiminnalle	muutoksen mahdollistava toiminta		
uusi kiinnostus					
kiinnostava toimintaympäristö					
aktivoiva harrastus				aktivoiva harrastus	
sopiva lääkitys				lääkityksen tarkistus	hoidolliset vaihtoehdot
virtuaalinen terapia-muoto				vaihtoehdot	
onnenpotku				positiivinen yllätys	ennakoimaton tapahtuma
onnettomuus				negatiivinen yllätys	
sairastuminen					
ryhmäkokemus					
hyväksytyksi tuleminen	huomatuksi tuleminen	aito kohtaaminen	yhteisöllisyyden kokemus		
kuulluksi tuleminen					
kokemus avun saamisesta	tulla aidosti autetuksi				
luottamus auttajaan	puhutteleva yhteisö	uudet yhteisöt			
uudet kaverit					
yhteisö, johon liittyä					
yhteiskuntaan kiinnittyminen	yhteiskuntaan kiinnittyminen				

10.2.1 Havahduttava tunne

Siinä missä nuoret kertoivat omien tunteidensa *tiedostamisen* olevan tärkeää, ammattilaiset korostivat pelkkää tunnetta. Ammattilaisten aineistoon listattiin passiivisuuden purkamiseen tarvittavaksi sekä negatiivisia että positiivisia tunteita. Positiivisesti havahduttavia tunteita oli aineistossa yli puolet enemmän kuin negatiivisesti havahduttavia tunteita. Ilmaisut ideologian omaksuminen, hurahdus idoliin, empatia ja rakastuminen vaativat ulkopuolista tekijää, kohdetta, vaikka tunne olikin itsestään lähtevä, eikä vaatinut vastavuoroisuutta. Merkityksen ja voimavaran löytäminen sekä negatiivisen muuttaminen voimavaraksi vaativat kykyä tutkia itseään ja omaa tilannettaan. Innostuminen ja toivo voivat olla ulkoisen kipinän aiheuttamia, mutta myös oman tilanteen tiedostamisesta syntyviä positiivisia aktivoitumisen prosessin liikkeelle sysääviä tunteita. Tilanteeseen havahduttaviksi epämiellyttäväiksi tunteiksi ammattilaiset listasivat kyllästymisen nykyiseen huonoon tilanteeseen, pelon tulevaisuudesta, halun paeta pelkoa paikalleen jäähäntämisestä sekä halun päästä pois tilanteesta.

10.2.2 Muutoksen mahdollistava toiminta

Ammattilaisten aineiston mukaan passiivisuuden purkamiseen tarvitaan muutoksen mahdollistavaa toimintaa. Kiinnostava ja aktivoiva toiminta sekä sopiva lääkitys ja vaihtoehtoiset hoitomuodot auttavat aktivoitumisprosessin käynnistymisessä.

”Joku älytön uusi harrastus, joka panee veren kiertämään.”

Myös ennakoimattomilla tapahtumilla on aineiston mukaan vaikutusta muutoksen mahdollistavina tekijöinä. Onnenpotku, onnettomuus tai sairastuminen ovat tekijöitä, joita ei voi ennalta odottaa tapahtuvan, mutta jotka saattavat aiheuttaa toimintatapojen muutoksen ja johtaa passiivisen olotilan purkautumiseen.

10.2.3 Yhteisöllisyyden kokemus

Yhteisöllisyyden kokemuksessa ammattilaisten aineistossa korostui aidon kohtaamisen merkitys ja nuoren äänen kuulluksi tuleminen, se, että joku oikeasti tarttuu nuoren asiaan. Hyväksytyksi tulemisen kokemuksen merkitystä pohdittiin myös sen kautta, että aktivoituminen saattaa tapahtua yksilön ja yhteiskunnan kannalta myös huonoon suuntaan.

Ääritilanteissa se näkyy esimerkiksi radikalisoitumisena ja aktivoitumisena väkivaltaiseen toimintaan.

”Jonkun pitää nähdä sut, joku jolta saa hyväksyntää. Voi olla myös radikaalirekrytoija.”

10.3 Muutoshalun herääminen – nuorten aineisto

Muutoshalun herääminen on nelivaiheisen mallin toinen vaihe. Tuotettu aineisto vastaa kysymykseen: ”Mitä nuori tarvitsee muutoshalun heräämiseen?”

Nuorten tuottamasta aineistosta (taulukko 3) syntyi kaksi pääluokkaa: merkittävä tunne ja yhteisö. Tärkeimmäksi tekijäksi nousi merkittävä tunne. Edistävien tekijöiden lisäksi aineistoa kerätessä nousi vahvasti esiin muutoshalun heräämistä estävä tekijä. Nuorten mielestä ei tuntunut luonnolliselta, mitä yhteiskunta heiltä vaatii.

Taulukko 3. Nelivaiheinen malli, vaihe 2: muutoshalun herääminen / nuoret

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka
epätoivo	negatiivinen suhde	kärsimys	merkittävä tunne
tyytymättömyys	tilanteeseen		
tarpeeksi suuri kärsimys	tarpeeksi suuri kärsimys		
poistuminen mukavuusalueelta	epämukavuusalueelle meneminen	pakottava tunne	
totuus	totuus		
pakko yrittää	pakko		
pakko lähteä			
nälkä	epämiellyttävä tunne	epämiellyttävä tunne	
tylsyys			
ärtymys			
tieto vaikutusmahdollisuudesta	tieto mahdollisuudesta	toivo	
visio	visio		
halu olla erityinen	halu todistaa oikeutensa	kilpailu osallisuudesta	yhteisö
halu näyttää			
halu olla oikeassa			
vastarinta			
kateus	halu olla osallinen		
läheisten kannustus	kannustus	yhteisön tuki	
muiden odotukset	odotukset ja		
esikuvat	esimerkit		

Estävä: ei tunnu luonnolliselta mitä yhteiskunta vaatii.

10.3.1 Merkittävä tunne

Nuorten aineistossa korostui vahvasti negatiivisten tunteiden merkitys muutoshalun heräämisessä. Heidän mukaansa kärsimyksen pitää olla tarpeeksi suurta, jotta herää muutoshaluun. Jos elämä on liian tasaista ja neutraalia, muutoshalua ei välttämättä synny.

"Kärsiminen pitää olla tarpeeksi suurta. Jos on liian mukavaa, jää vellomaan."

Kärsimyksen ja epämiellyttävien ja pakottavien tunteiden lista oli nuorilla pitkä. Keskusteluissa kävi selvästi ilmi, että nuorten mielestä negatiivisen kokemuksen voima on muutosprosessissa huomattavasti voimakkaampi liikkeellepanija kuin positiiviset kokemukset. Oli mielenkiintoista havainnoida, kuinka nuoret ikään kuin neutraalisti totesivat tämän asian yhtään itseään surkuttelematta tai asiaa dramatisoiden. Ja kaikki nuoret olivat asiasta samaa mieltä.

Itsensä pakottaminen nousi esiin myös tässä aineistossa. Pakko yrittää ja pakko lähteä liikkeelle olivat nuorten mielestä keinoja, joilla muutoshalun sai heräämään. Myös tylsyys, nälkä ja ärtymys koettiin liikkeelle paneviksi voimiksi. Totuuden ymmärtäminen omasta tilanteesta pakotti myös toimimaan.

Nuorten aineistosta välittyi selkeä viesti siitä, että heidän oli mielestään laitettava itse itsensä tilanteisiin, joissa muutos lähtisi liikkeelle. Oman mukavuusalueen ulkopuolelle meneminen koettiin epämiellyttävänä ajatuksena, mutta muutosprosessin kannalta oleellisena asiana.

Positiivinen näkemys tulevaisuudesta, toivo paremmasta, koettiin myös muutoshalua herättäväksi tekijäksi. Visio tulevaisuudesta ja ajatus siitä, että pystyy vaikuttamaan omaan elämäänsä, auttoivat tavoittelemaan muutosta.

10.3.2 Yhteisö

Nuorten aineistossa yhteisöllisyyttä kuvaavat tekijät muutoshalun heräämiseen olivat säilyltään hyvin kilpailuhenkisiä ja loivat mielikuvan kilpailusta omasta paikasta yhteisössä. Nuoret kuvasivat tarvitsevansa muutoshalun heräämiseen halun olla erityinen, halun näyttää sekä halun ja nautinnon olla oikeassa. Lisäksi tarvitaan vastarintaa ja provokaatiota, kapinaa. Kilpailuaseman vahva kuvaaminen antaa viitteitä siitä, että nuoret tuntevat

olevansa yhteisöllisyydestä ulkopuolisia ja osattomia. Myös kateuden katsottiin olevan muutoshalua herättävä voima.

”Kateellisuus vaikuttaa, kun haluais jotain, mitä toisella on.”

Positiivisista yhteisöllisyyden tekijöistä nuoret nostivat aineistossa esiin läheisten kannustuksen, muiden odotusten ja esikuvien vaikutuksen.

”Kannustavat ihmiset ympärillä, niiden läheisyys.”

Muiden odotusten suhteen nuoret muistuttivat myös odotusten huonoista puolista. Odotuksista pitäisi heidän mielestään pohtia hyvät ja huonot puolet, eikä antaa huonojen puolien olla muutosta estävänä tekijänä.

Esikuvina nuoret pitivät ihmisiä, joissa oli ihailtavia piirteitä, joita toivoi itseensä tai omaan elämäänsä. Esikuvien haluttiin toimivan malleina, joista saisi esimerkkiä omaan elämään.

Yhteiskunnan vaatimukset nuoret kokivat muutoshalun heräämistä estävinä tekijöinä. Nuoret pohtivat sitä, miten lamaannuttava yhteiskunnan vaatimusten vaikutus on nuorelle, jonka voimavarat eivät ole kovin suuret. Heidän mielestään oli vaikea kuvitella, että yhteiskunta ymmärtäisi heidän tarvettaan esimerkiksi normaalia pidempiin lepojaksoihin työelämässä. Nuoret kertoivat, että tiesivät mitä halusivat opiskella, ja luulivat pystyvänsä suorittamaan opinnot, mutta työelämän paineet ja vaatimukset tuntuivat ahdistavilta.

10.4 Muutoshalun herääminen – ammattilaisten aineisto

Ammattilaisten tuottamasta aineistosta (taulukko 4) syntyi nelivaiheisen mallin toisessa vaiheessa kolme pääluokkaa: sisäinen muutosvalmius, toimiva arki ja yhteisön tuki. Sisäinen muutosvalmius nousi aineistosta kaikkein merkittävimmäksi tekijäksi.

Taulukko 4. Nelivaiheinen malli, vaihe 2: muutoshalun herääminen / ammattilaiset

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääloukka	
arvokkuuden tunne	arvokkuus ja arvostus	sisäinen vahvistuminen	sisäinen muutosvalmius	
arvostuksen tunne				
onnistumisen kokemukset	onnistuminen			
pienet onnistumiset	positiivinen minäkuva			
positiivinen minäpuhe				
merkityksellisyys				
usko itseensä				
muutoksen huomaaminen	muutoksen konkretia			
mielikuva tavoitteesta	tavoite	tulevaisuuden hahmottaminen		
tulevaisuuden tavoite				
tavoite	tulevaisuuskuva			
tulevaisuuskuvan vahvistuminen				
esimerkin näkeminen				esimerkki
ymmärrys				oivallus
oivallus	esteiden huomaaminen ja poistaminen	irrottautuminen		
haasteiden huomaaminen				
leimojen purku				
menetyksen pelko	pelko menetyksestä	toimiva arki	toimiva arki	
päivärytmi	aikataulutus			
aikataulutus				
taloudellinen turva	taloudellinen turva			
terveys	hyvä terveys			
lääketasapaino				
kannustus	kannustus			emotionaalinen tuki
rohkeisuus	läheisen innostus			
läheisen innostus				
emotionaalinen palaute				
positiivinen palaute	positiivinen palaute			
palaute onnistumisesta				
fasilitointi	tilanteen sanallistaminen	sosiaalinen tuki		
Emic-kieli				
vertaistuki	ymmärtävä ihminen			
mentori				
motivoiva henkilö				
uusi ihmissuhde			uusi ihmissuhde	
tuki	joku, joka ohjaa eteenpäin			
aktivoija				
mahdollisuuksien näyttäjä				
verkostot	verkostot			

10.4.1 Sisäinen muutosvalmius

Sisäinen vahvistuminen, tulevaisuuden hahmottaminen ja irrottautuminen nousivat ammattilaisten aineistossa vahvasti esiin muutoshalun heräämistä tukevin tekijöinä. Ilmaiset olivat vahvasti positiivisia ja kuvasivat onnistumista, arvostusta ja positiivista minäkuvaa. Muutoksen konkreettinen ymmärtäminen, mielikuvat tulevaisuuden tavoitteista ja tulevaisuuskuvan vahvistuminen autoivat muutoshalun heräämisessä. Pelko menetyksestä, jos muutosta ei tapahtuisi, koettiin tärkeäksi muutoshalun herättäjäksi. Leimallisuuden tuntemuksen purkamisen koettiin myös olevan yksi tekijä muutoshalun heräämisessä. Jos nuori tuntee olevansa leimattu esimerkiksi syrjäytyneeksi, täytyy hänen pysyä pääsemään leimaantuneisuuden tunteesta irti, jotta muutosprosessi lähtee liikkeelle. Leimojen koettiin olevan vahvasti kiinni pysyviä ja niistä eroon pääsemisen olevan tärkeä osa prosessia.

10.4.2 Toimiva arki

Arjen sujumisen pidetään olevan yksi oleellisimmista asioista ihmisen hyvinvoinnin kannalta. Silloin, kun elämän perusasiat sujuvat, on helpompi keskittyä vaikeampien asioiden käsittelyyn. Toisaalta taas, jos elämässä on vaikeita asioita, arjen sujuminen usein kärsii ja elämä muuttuu kaoottisemmaksi esimerkiksi vuorokausirytmien muuttuessa yhteiskunnan rytmin vastaiseksi. Päivärytmi ja aikataulutukset koettiin aineistossa tärkeiksi toimivan arjen tekijöiksi. Rytmien vakauttaminen ja säännöllistäminen olivat tärkeiksi perustehtäviksi nousevia asioita. Vakaan taloudellisen tilanteen koettiin myös auttavan arjen hallinnassa. Terveys ja oikea lääkitys nousivat tässäkin aineistossa ammattilaisilla esiin.

10.4.3 Yhteisön tuki

Kannustus, rohkaisu ja läheisten innostus, sekä henkilökohtainen positiivinen palaute nostettiin aineistossa tärkeiksi emotionaalista tukea antaviksi vuorovaikutukselliseksi tekijöiksi muutoshalun heräämisessä. Positiivinen palaute pienistäkin askelista muutoksen suuntaan koettiin rohkaisevana ja eteenpäin vievänä. Yhteisön tuki nähtiin kannattelevana voimana, joka auttoi uskomaan muutoksen toteutumiseen.

Ammattilaisten aineiston mukaan muutoshalun herääminen tarvitsee toteutuakseen vuorovaikutuksellista tilanteen sanallistamista sekä mentorin kaltaista ymmärtävää ihmistä,

joka näyttää esimerkkiä, visualisoi erilaisia mahdollisuuksia sekä ohjaa prosessissa eteenpäin. Sosiaalisen tuen ja verkostojen merkitys oli aineiston mukaan merkittävä osa muutosprosessia.

10.5 Osaamisen lisääminen – nuorten aineisto

Osaamisen lisääminen on nelivaiheisen mallin kolmas vaihe. Tuotettu aineisto vastaa kysymykseen: ”Mitä nuori tarvitsee osaamisen lisäämiseen?”

Nuorten tuottamasta aineistosta (taulukko 5) syntyi kolme pääluokkaa: mielen voima, kyvykkyys ja yhteisön kannustus. Näistä tärkeimmäksi nousi kyvykkyys, joka kattoi reilusti yli puolet aineistosta.

Taulukko 5. Nelivaiheinen malli, vaihe 3: osaamisen lisääminen / nuoret

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka
sisäinen ymmärrys	sisäinen ymmärrys	sisäinen ymmärrys	mielen voima
ymmärrys prosessista	prosessiymmärrys		
armollisuuden ymmärrys			
mielen voima	mielen voima	mielen voima	
ymmärrys mielen voimasta			
itsensä haastaminen	itsensä ohjaaminen	sisäinen puhe	kyvykkyys
itsensä psyykkaaminen			
piilevät voimavarat	voimavarojen löytäminen		
positiivinen tulevaisuusajattelu	tulevaisuusajattelu		
menneestä oppiminen			
arvojen asettaminen	arvot	tavoitteet	
arvojen tunnistaminen			
päämäärä	tavoitteellisuus		
visio			
suunnitelma			
keskittyminen	oikeat menetelmät ja välineet	menetelmät ja välineet	
harjoittelu			
opiskelu			
työkalut			
auttavat ihmiset	muiden tuki	kannustava yhteisö	yhteisön kannustus
tuki			
tsemppi			
häiriötekijöiden minimointi	häiriöiden poisto		

10.5.1 Mielen voima

Armollisuus itseään kohtaan nousi voimakkaasti esiin nuorten puheissa keskusteltaessa osaamisen lisäämisestä.

”Armollisuus, että ymmärtää että takapakit on ok. Että tää on prosessi, kehä.”

Nuoret kokivat, että prosessissa taaksepäin menemisen salliminen itselle, sen hyväksyminen, oli tärkeä osa prosessin tätä vaihetta. Kukaan ei ajatellut, että prosessi kulkisi suoraviivaisesti aina maaliin asti, vaan se nähtiin enemmänkin kehänä, jossa juuri osaamisen lisääminen vaiheessa tulee helposti pudottua takaisin passiiviseen olotilaan.

” Ymmärrys prosessista, elämässä voi mennä taaksepäin, silti vie eteenpäin.”

Putoamisen salliminen ja hyväksyminen sen sijaan, että sen kokisi epäonnistumisena oli selvästi prosessia vahvistava oivallus.

”Ymmärrys” nousi esiin vahvana sanana. Sisäinen ymmärrys, ymmärrys prosessista sekä armollisuuden ymmärrys kuvaavat kaikki omasta itsestä lähtevää osaamisen lisäämistä.

”Pitää ymmärtää ajattelun voima.”

Oman mielen voimaa nostettiin keskustelussa korkealle. Usko mielen voimaan, sen vahvistaminen ja halu käyttää sitä koettiin tärkeäksi välineeksi aktivoitumisen tukemisessa.

10.5.2 Kyvykkyys

Omat kyvyt nousivat nuorten aineistossa osaamisen lisäämisessä suurimmaksi pääluokaksi. Luokka jakaantui selvästi kahteen yhtä suureen osaan, joista toinen käsitteli sisäisen osaamisen lisäämistä ja toinen ihan konkreettisia keinoja osaamisen lisäämiseksi.

Sisäisen puheen merkitys oli nuorten mielestä tärkeä. Itsensä haastaminen ja ”psyyytöskäminen” sekä menneestä oppiminen ja positiivisen tulevaisuuskuvan luominen nousivat aineistosta vahvasti esiin. Arvopohdinta koettiin oleelliseksi asiaksi, nuorten mielestä asiat piti pystyä priorisoimaan tärkeysjärjestyksessä.

”Tärkeitä on ajatusarvojen asettaminen, mikä on tärkeitä.”

Konkreettiset osaamisen lisäämisen tarpeet liittyivät vahvasti tulevaisuuteen. Päämäärän, vision ja suunnitelman tekeminen ja näkeminen olivat oleellinen osa vaihetta. Lisäksi korostettiin opiskelun ja oikeiden opiskelumenetelmien merkitystä. Keskittyminen, harjoittelu ja oikeat työkalut listattiin asioina, jotka edistävät tavoitteen saavuttamista.

10.5.3 Yhteisön kannustus

Tuki, tsemppi ja auttavat ihmiset koettiin tärkeiksi tekijöiksi muutosprosessin tässä vaiheessa. Yhteisöltä ei enää niinkään kaivattu apua suunnan löytymiseen, vaan tärkeäksi koettiin valitun suunnan tukeminen.

”Tärkeitä on ihmiset, jotka osaavat auttaa ja ohjata.”

Yhteisön kannustuksen lisäksi aineistosta kävi ilmi, että häiriötekijöiden tunnistaminen ja minimointi koettiin myös erittäin tärkeiksi toimenpiteiksi.

” Tärkeitä on häiriötekijöiden poisto tai minimointi, niinku some tai epäkannustava henkilö.”

Häiriötekijöiden pelättiin vetävän prosessissa taaksepäin ja aiheuttavan omaan itseensä uskomisen heikentymistä.

10.6 Osaamisen lisääminen – ammattilaisten aineisto

Ammattilaisten aineistosta (taulukko 6) syntyi nelivaiheisen mallin kolmannessa vaiheessa kolme pääluokkaa: itseohjautuvuus, kyvyt ja yhteisö. Aineisto jakaantui melko tasaisesti kaikkien kolmen pääluokan alle.

Taulukko 6. Nelivaiheinen malli, vaihe 3: osaamisen lisääminen / ammattilaiset

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka
taitojen tunnistaminen	oman kyvykkyyden tunnistaminen	itsetuntemus	itseohjautuvuus
kyvykkyyden tunne			
vahvuuksien löytäminen			
itsetuntemuksen lisääntyminen	itseymmärrys	halu oppia	
itseymmärrys			
hyväksyminen ja sopeutuminen	tilanteen hyväksyminen		
tiedonhakuun inspiroiva maailmankuva	tiedon jano		
tiedon tarve			
uteliaisuus	sisäinen ohjaus oppimiseen		
motivaatio			
halu oppia			
innostuminen			
kohtuullisuus	kohtuullisuus	pätevyys	kyvyt
opintopolun hahmottaminen	mahdolliset opintopolut		
kouluttautumismahdollisuudet			
koulutus			
koulutusvaihtoehdot			
osaamisprofiili	oma osaaminen		
osaamistason kartoitus	oppimisen tekniikka	oppimisen työkalut	
tekniset apuvälineet			
oppimistekniikka			
tekninen osaaminen	vuorovaikutustaidot	oppimista tukevat vuorovaikutustaidot	yhteisö
avun pyytämisen taito			
vuorovaikutustaidot			
ryhmätyötaidot			
palautteen vastaanotto	palautteen taito		
palautteen anto	läheisten hyväksyntä	sosiaalinen tuki	
läheisten ymmärrys			
hyväksynnän saanti			
vertaistuki			
vertaistarinat	vertaistuki		

10.6.1 Itseohjautuvuus

Itsetuntemus ja halua oppia nousivat aineistosta vahvasti esiin. Oman kyvykkyyden tunnistaminen ja itseymmärrys sekä tilanteen hyväksyminen ja siihen sopeutuminen olivat ammattilaisten mielestä asioita, joita nuori tarvitsee osaamisen lisäämisen mahdollistamiseen. Omien taitojen ja vahvuuksien löytäminen ja vahvistaminen, itsetuntemuksen

lisääntyminen sekä esimerkiksi oppimishäiriöiden hyväksyminen ja sopivien menetelmien löytäminen auttoivat ja tukivat prosessin etenemistä.

Tiedon jano ja sisäinen ohjaus oppimiseen koettiin myös tärkeiksi tekijöiksi. Uteliaisuus, innostuminen ja motivaatio lueteltiin tekijöiksi, jotka motivoivat ja ohjasivat oppimiseen. Tiedonhakuun inspiroiva maailmankuva, esimerkiksi jostain vastakulttuurista kiinnostuminen koettiin oleelliseksi motivaatiolähteeksi tiedon hankinnalle. Kiinnostus uutta asiaa kohtaan aiheuttaa tiedon tarpeen tunteen, joka johtaa tarpeen tyydyttämiseksi tiedon hankintaan. Tiedonhankinta puolestaan voi parhaimmillaan laajentaa ymmärrystä ja sitä kautta lisätä osaamista.

10.6.2 Kyvyt

Ammattilaisten aineistossa kyvykkyys keskittyi pääosin konkreettisiin keinoihin ja menetelmiin, jotka jollain tasolla pätevöittivät osaamisen lisäämiseen. Tavoitteen paloittelu tarpeeksi pieniin, hallittaviin osiin, oman osaamisen kartoitus, opintopolkujen hahmottaminen ja oman polun löytäminen, sekä oikeiden oppimistekniikoiden löytäminen nousivat aineistosta vahvasti esiin. Kaikki tekijät olivat sellaisia, jotka jollain tasolla luultavimmin vaativat ulkopuolista apua ja ohjausta. Muutosprosessissa oleva nuori on harvoin niin vahva, että pystyy hankkimaan kaiken tiedon itse.

10.6.3 Yhteisö

Aktiivinen vuorovaikutuksellisuus korostuu vahvasti yhteisöllisyyden ilmaisuissa. Ammatillaiset listasivat aineistossa erilaisia vuorovaikutuksellisia taitoja, joita nuori tarvitsee osaamisen lisäämisessä. Oppimista tukevat vuorovaikutustaidot ja sosiaalinen tuki nousivat tärkeiksi asioiksi. Avun pyytämisen taito sekä palautteen antaminen ja vastaanottaminen sekä ryhmätyötaidot auttavat aineiston mukaan nuorta oman osaamisen lisäämisessä.

Läheisten ymmärrys ja hyväksynnän saanti koettiin tärkeiksi tekijöiksi. Muutosprosessissa oleva nuori saattaa pelätä, että muutoksen myötä läheiset muuttavat suhtautumistaan häneen, joten hyväksynnän osoittaminen on äärimmäisen tärkeä tuki muutoksen tässä vaiheessa. Myös vertaistarinat ja -tuki ovat tärkeässä asemassa muutosprosessissa. Itsensä vertaaminen muihin saman kokeneisiin vahvistaa uskoa muutoksen toteutumiseen ja antaa itselle uusia eteenpäin ohjaavia näkökulmia.

10.7 Muutoksen tukeminen – nuorten aineisto

Muutoksen tukeminen on nelivaiheisen mallin neljäs vaihe. Tuotettu aineisto vastaa kysymykseen: ”mitä nuori tarvitsee muutoksen tukemiseen?”

Nuorten tuottamasta aineistosta (taulukko 7) syntyi kolme pääluokkaa: sisäinen motivaatio, toimintatavat ja yhteisön kannustus. Aineisto jakaantui hyvin tasaisesti kahden ensimmäisen luokan välille. Kolmas luokka, yhteisön kannustus, sai selvästi kahta muuta vähemmän ilmaisuja.

Nuorten neljännen vaiheen aineisto (taulukko 8) jäi huomattavasti suppeammaksi kuin muiden vaiheiden aineistot. Nuorten mielestä he eivät tieneet, miten kysymykseen olisi pitänyt vastata, koska olivat itse epäonnistuneet muutoksen pysyvyydessä niin monta kertaa. Edistävien tekijöiden lisäksi aineistoa kerättyä nousi vahvasti esiin muutoksen tukemista estävä tekijä. Nuorten mielestä tasavertaisuuden puute yhteiskunnan silmissä sekä vaikutusmahdollisuuksien puute estivät muutoksen pysyvyyttä. Nuorten mielestä yhteiskunnalla ei ole resursseja hoitaa ihmisiä kunnolla ja tarpeiden mukaisesti. Myös kilpailu omasta paikasta sekä yhteiskunnan asettama paine koettiin muutoksen pysyvyyttä estävinä tekijöinä.

Taulukko 7. Nelivaiheinen malli, vaihe 4: muutoksen tukeminen / nuoret

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka	
tieto huonommasta	menneisyyden muistaminen	menneestä oppiminen	sisäinen motivaatio	
ei takaisinpaluuta				
toivo paremmasta	toivo paremmasta	motivaation ylläpito		
motiivin pitäminen	motivaatio			
sitoutuminen				
palkkio	palkinto	onnistumisen avaimet	toimintatavat	
oikeat välineet	oikeat välineet			
keskittyminen	sopivat menetelmät			
askel kerrallaan	muutosta tukevat tavat			muutoksen hallinta
tavat pitää muutoksesta kiinni				
tavat hallita tunteita	terveys			
terveys				
tukiverkko	kannustava yhteisö	kannustava yhteisö	yhteisön kannustus	
innostava verkosto				

Estävä: tasavertaisuuden puute yhteiskunnan silmissä, vaikutusmahdollisuuksien puute, yhteiskunnalla ei resursseja hoitaa kunnolla, kilpailu (yhteiskunnan asettama paine).

10.7.1 Sisäinen motivaatio

Menneestä oppimista nuoret pitivät parhaimpana sisäisen motivaation lähteenä. Kun muutoksen oli saavuttanut, piti muistaa, kuinka huonosti asiat olivat olleet aiemmin, jotta motivaatio muutoksessa pysymiseen säilyisi. Motivaation ylläpitäminen vaati nuorten mielestä ehdottomasti myös psykologisen palkkion. Ilman palkkiota muutoksen ylläpitäminen ei tuntunut vaivannäön arvoiselta.

”Muutoksesta on saatava psykologinen palkkio. Jos muutos ei palkitse psyykkisesti, tulos ei ole pysyvä.”

Mainetta, kunniaa tai rahallista palkkiota nuoret eivät halunneet, tärkeintä heille oli saavuttaa hyvä olo omasta itsestään ja tilanteestaan.

10.7.2 Toimintatavat

Muutosta tukevista toimintatavoista nuoret nimesivät oikeiden työkalujen löytymisen, keskittymisen ja rauhoittumisen yhteen asiaan kerrallaan sekä tavat pitää kiinni muutoksesta ja hallita omia tunteita. Etenkin tavat käsitellä vaikeuksia ja stressiä nostettiin keskustelussa esiin tärkeinä muutosta tukevin tekijöinä. Nuoret tiedostivat, että muutos oli iso prosessi, ja sitä pitäisi pystyä hallitsemaan. Heille oli selvää, että vaikka muutos vaikuttaisikin positiivisesti omaan elämänlaatuun, se toisi mukanaan myös pelkoa omasta jaksamisesta ja kyvystä käsitellä ja hallita muutokseen liittyviä tekijöitä. Omasta terveydentilastaan ja itsestään huolehtiminen olivat nuorten mielestä myös tärkeitä ja oleellisia asioita muutoksen pysyvyyden kannalta.

10.7.3 Yhteisön kannustus

Yhteisön kannustus ei noussut aineistossa merkittävään asemaan, mutta toisaalta keskusteluissa nuoret totesivat sen olevan kuin itsestään selvä tekijä muutoksen onnistumiseksi.

”Ympäriällä pitää olla porukka, joka innostaa muutoksen ylläpitämiseen.”

Tukiverkko ja innostava verkosto kuvaavat hyvin sitä, miten tärkeänä nuori piti sitä asiaa, että ympärillä olisi ihmisiä, joihin tarvittaessa tukeutua, ja joilta saisi kannustusta ja motivaatiota pitää muutosta yllä.

10.8 Muutoksen tukeminen – ammattilaisten aineisto

Ammattilaisten aineistosta (taulukko 8) syntyi kaksi pääluokkaa: muutoksen hallintakyky ja yhteisön tuki muutokseen. Aineisto jakaantui kahden pääluokan kesken hyvin tasaisesti.

Taulukko 8. Nelivaiheinen malli, vaihe 4: muutoksen tukeminen / ammattilaiset

pelkistetty ilmaus	alaluokka	yläluokka	pääluokka	
terveys ja hyvinvointi	hyvä terveys	hyvinvointi	muutoksen hallintakyky	
elintapamuutokset				
elämönhallinnan taidot	elämönhallinta	elämönhallinta		
arjen rutiinit	toimiva arki			
toiminnan rakenne				
rytmi				
tulevaisuuden suunnitelma	tulevaisuuteen katsominen	muutoksen ennakointi		
jäsennelty tavoite				
skenaarioiden iterointi				
vastoinkäymisten käsitteilytaito	oikeat menetelmät	muutoksen ylläpito		
työkalut				
kertaus				
muistutus				
kärsivällinen muutostahti	muutoksen seuraaminen	emotionaalinen muutostuki	yhteisön tuki muutokseen	
edistyksen näkeminen				
nähdyksi tuleminen	läheisten tuki			
kannustus				
läheisten kannustus				
jaksamisen tukeminen				
rohkaisu	palaute ja palkinto			
palaute ja palkinto				
mahdollisuus jatkuvaan tukeen	yhteistyö			yhteisön tuki
yhteistyötahot				
mentorointi				
mahdollisuus palata				
hyväksyntä	hyväksyntä		yhteisön tuki	
jatkuvuus				
jatkuvuus	yhteisöllisyys	yhteisöllisyys		
yhteiset harrastukset				
toimintaan sitoutuminen				
yhteisöllisyys				

10.8.1 Muutoksen hallintakyky

Ammattilaisten aineistosta nousi vahvasti esiin tarve muutoksen hallintakykyyn, tilanteen hallitsemiseen. Elämänhallintaan, muutoksen ennakointiin ja muutoksen ylläpitoon liittyvät tekijät nousivat oleellisiksi tekijöiksi muutoksen pysyvyyden edistämisessä. Erilaiset taidot, tavoitteiden asettaminen ja suunnitelmallisuus koettiin tekijöiksi, jotka tukevat nuorta muutoksessa. Aineiston mukaan muutosprosessia piti pystyä käsittelemään ja hallitsemaan erilaisin menetelmin ja työkaluin. Edistymisen näkyväksi tekeminen, kärsivällinen tapojen muuttaminen sekä järjestelmällinen suunnitelma tulevaisuudelle nähtiin nuoren muutosprosessin pysyvyyttä tukevin tekijöinä. Myös konkreettisista elämäntapamuutoksista, kuten ruokailun, liikunnan ja rytmin muuttaminen koettiin tärkeiksi asioiksi.

10.8.2 Yhteisön tuki muutokseen

Muutoksen hallintakyvyn ohella yhteisön tukea pidettiin ammattilaisten aineistossa merkittävänä muutosprosessin pysyvyyttä edistävänä tekijänä. Läheisten tuki ja kannustus sekä omien lähiverkoston positiivinen suhtautuminen muutokseen Auttoivat aineiston mukaan muutoksen tukemisessa. Yhteisön hyväksyntä ja jatkuvuus yhteisöissä muutoksesta huolimatta koettiin myös tärkeiksi tekijöiksi. Siinä missä nuorille psykologinen palkio oli merkityksellinen, ammattilaiset nimesivät palkkion olevan materiaalista tai vuorovaikutuksellista.

Mentoroinnin jatkuminen ja tieto yhteistyötahoista, joiden puoleen tarvittaessa kääntyä, loi aineiston mukaan luottamuksen siihen, että muutoksen toteutuessa ei tarvitse jäädä yksin ja vaille ohjausta. Tieto mahdollisuudesta jatkuvaan tukeen auttaa muutokseen sopeutumisessa.

Vanhassa yhteisössä pysyminen ja uuteen kiinnostavaan yhteisöön liittyminen ovat molemmat muutosta tukevia tekijöitä. Oleellista yhteisön valinnassa oli se, että yhteisön piti tukea ja hyväksyä muutos, eikä olla sitä estävä tai siitä pois houkutteleva.

10.9 Yhteenveto

Nelivaiheisen mallin ensimmäisessä vaiheessa ammattilaisten aineistossa korostuivat tunteet ja tunteita herättävät toiminnot. Nuorten aineistosta taas nousi vahvasti esiin oma

toiminta, toimintakyky. Nuoret kuvasivat ammattilaisia paljon konkreettisemmin ja voimallisemmin mitä pitää *tehdä*. Sisällöllisesti ammattilaisten ilmaisut kuvasivat kuitenkin huomattavasti vuorovaikutuksellisempaa ja ulospäin suuntautunutta toimintaa kuin nuorten ilmaisut. Nuorten aineistossa painottui vahvasti oman tilanteen ymmärtäminen ja siihen tarttuminen, taidot ja menetelmät työstää tilannetta itse, yksin. Aineistosta voi päätellä, että nuoret tarvitsevat passiivisuuden purkamiseen voimakkaasti itsetuntemusta, tiedostamista ja kykyjä hallita omaa oloaan ja tilannettaan.

Molemmista aineistoista löytyi ilmaisu halusta päästä pois tilanteesta. Negatiivisen ja epämiellyttävän tunteen merkitys muutosprosessin aktivoitumisessa on molempien aineistojen perusteella selkeä.

Nelivaiheisen mallin toisessa vaiheessa, muutoshalun herääminen, sekä nuorten että ammattilaisten aineistoista nousi tärkeimmäksi tekijäksi omasta itsestä lähtevä tunne. Pääluokat merkittävä tunne ja sisäinen muutosvalmius kattoivat yli puolet aineistoista. Aineistojen merkittävänä erona voidaan pitää sitä, että nuorten aineistossa painotus oli negatiivisessa tunteessa, kun taas ammattilaiset korostivat positiivisia asioita, onnistumisen kokemuksia ja iloa. Ammattilaisten aineistossa katse oli luotu tulevaisuuden visiointiin ja etenemiseen, kun taas nuorten aineistossa ilmaisut velloivat passivoituneessa nykytilassa ja siinä, että kärsimys olisi tarpeeksi suurta, jotta muutoksen käynnistymiseen nousisi tarve.

Toimivan arjen merkitys nousi ammattilaisten aineistosta esiin, mutta nuorten aineistossa ei ollut mitään omaan kyvykkyyteen viittaavia ilmaisuja. Heille tunteeseen ja tilanteeseen havahtuminen oli ylivoimaisesti puhuttelevin tekijä.

Myös yhteisöllisyyden pääluokkaa vertailtaessa nuorten ja ammattilaisten aineiston välillä on selkeä näkemusero. Nuorten aineisto uhkui kilpailua, kapinaa ja näyttämisen halua, eräänlaista sisuuntumista, kun taas ammattilaiset keskittyvät positiivisen palautteen ja vuorovaikutuksellisen tuen tarjoamiin mahdollisuuksiin.

Kolmannessa vaiheessa, osaamisen lisääminen, ammattilaisten aineistossa materiaali jakaantui melko tasaisesti kolmen pääluokan kesken. Nuorten aineistossa kyvyt nousivat selvästi muita luokkia korkeammalle.

Myös tässä vaiheessa suurimmaksi nuorten ja ammattilaisten aineiston eroksi korostui nuorten tarve itsetutkiskeluun, sisäiseen ymmärrykseen ja oman mielen voimien valjastamiseen. Ammattilaisten aineistossa nousi sen sijaan nuoria enemmän esiin vuorovaiikutuksellisuus ja ulkopäin tuleva ohjaus.

Prosessin kolmanteen vaiheeseen yhteiseksi tekijäksi nuorten ja ammattilaisten aineistoissa nousi selvästi positiivinen näkemys. Omien vahvuuksien ja taitojen vahvistaminen, tulevaisuuden näkeminen positiivisena sekä armollinen suhtautuminen itseensä olivat asioita, joita aineiston mukaan nuori tarvitsee osaamisensa lisäämiseen. Tavoitteellisuus, vahva usko muutoksen toteutumiseen ja sinnikkyys ovat sanoja, jotka kuvaavat hyvin sekä nuorten että ammattilaisten aineistojen sisältöä. Vaikka nuorten aineistosta nousikin esiin havainto siitä, että vaiheesta saattaa mennä myös taaksepäin, suhtautuminen oli kuitenkin epäonnistumisen tunteen sijaan muutosta vahvistavaa.

Nelivaiheisen mallin viimeisessä vaiheessa, muutoksen tukeminen, nuorten ja ammattilaisten suurimpana erona oli se, että ammattilaisten aineistossa ei esiintynyt yhtään ilmaisua, joka olisi viitannut nuoren sisäiseen toimintaan, sisäiseen prosessiin. Ammattilaisten aineisto korosti pelkästään kyvykkyyden ja yhteisöllisyyden osa-alueita.

Molemmat aineistot painottivat paljon muutosta tukevia kykyjä ja niiden kautta muutoksen ylläpitoa ja hallintaa. Molemmista aineistoista käy ilmi, että erilaisten muutosta tukevien menetelmien hallitseminen auttaa oleellisesti muutoksessa pysymistä. Muutos ei pysy yllä itsestään, vaan sen pitämiseksi on tehtävä oikeita asioita, joissa oikeat menetelmät ovat suureksi avuksi.

Ammattilaiset korostivat ja erittelivät nuoria enemmän yhteisöllisyyden merkitystä muutoksen tukemisessa. Siinä missä nuoret totesivat yhdellä sanalla tukiverkon olevan tärkeä osa muutoksen pysyvyyttä, ammattilaiset listasivat erilaisia tukiverkkoon liittyviä tapoja ja tapoja toimia niiden kanssa.

11 Johtopäätökset

Aineistoa analysoidessa tein havainnon, että jokaisesta vaiheesta nousi esiin 2-3 selkeää pääluokkaa. Pääluokat näyttivät asettuvan luontevasti itseohjautuvuusteorian esittämien kolmen perustarpeen (omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys) alle. Omaehtoisuutta kuvasivat mm. pääluokat: tiedostus, sisäinen muutosvalmius ja havahduttava

tunne. Kyvykkyyttä kuvasivat hyvin puolestaan luokat: toimintakyky, muutoksen hallinta ja toimiva arki. Yhteisön vaikutus, yhteisön kannustus ja yhteisön tuki muutokseen asetui puolestaan yhteisöllisyyden käsitteen alle. Nelivaiheisen mallin teoriapohjana on itseohjaavuusteoria, joten oli oletettavaa, että mallin vaiheiden alle tuotettu sisältö vastaisi teorian käsitteitä. Itseohjautuvuusteorian esittämien kolmen perustarpeen on todistettu olevan merkittäviä tekijöitä eri elämänalueilla, joten niiden voitiin olettaa olevan merkittävässä osassa myös nelivaiheisen mallin prosessissa. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta onkin oleellista, että tulokset peilautuvat teoriaan näin hyvin. Tutkimuksen tulokset vahvistivat myös sosiaaliseen vahvistamiseen liittyvää määritelmää, jonka mukaan keskittyminen itsetuntemukseen, siihen kuka oikeastaan on ja millaiset voimavarat ja resurssit omaa sekä mitä ovat omat toiveet ja tavoitteet vahvistavat sosiaalista toimintakykyä enemmän kuin ulkoa asetetut määritelmät ja odotukset. Tämä näkyi etenkin nuorten aineistossa ja se pitäisi ehdottomasti ottaa huomioon toimintamallin jatkokehityksessä. Ammattilaisten aineistossa korostuu melko vahvasti se, mitä nuorelle yleensä pyritään ammattilaisten toimesta tarjoamaan, minkä vuoksi onkin tärkeää pysähtyä kuuntelemaan juuri nuoria itseään.

Tutkimusta tehdessä osallisuuden kokemuksen toteutuminen oli yksi tutkimustehtävien ulkopuolelle jäävistä tärkeistä tavoitteista. Nuorilta ei haluttu ottaa tietoa antamatta mitään vastineeksi. Koska hankkeessa ei ollut mahdollista palkata nuoria työsuhteeseen kokemusasiantuntijoina, heidän oli saatava hyöty jollain muulla tavalla. Mahdollistamalla heille osallisuuden kokemuksen, mahdollisuuden vaikuttaa, toivottiin pystyvän tarjoamaan jotain, josta olisi nuorelle henkilökohtaista hyötyä.

Laputustehtävä osoittautui paitsi toimivaksi tavaksi kerätä aineistoa, myös vaikuttavaksi menetelmäksi nuorten omia muutosprosesseja tukemaan. Tehtävää työstäessä keskustelu oli intensiivistä ja pohdiskeluvaa. Kaikki ryhmäläiset osallistuivat tehtävän tekoon ja kävivät aktiivista vuoropuhelua toistensa vastauksista. Yksittäisiin vaiheisiin liittyvien vastausten lisäksi ryhmäläiset huomasivat, että muutos passivoituneesta tilasta aktiiviseksi tapahtuu vaiheiden kautta. Havainto siitä, että muutos etenee vaihe vaiheelta, eikä sitä tarvitse käsitellä yhtenä suurena ”möykkynä”, innosti nuoria tarkastelemaan kysymyksiä entistä tarkemmin. *Tää menee niinku stepeissä*, totesi yksi nuorista. Nuoret huomasivat myös, että prosessi ei välttämättä ole suoraviivaista etenemistä, vaan vaiheet saattavat mennä myös taaksepäin:

”Tollastahan koko elämä on...Tossa mennään niinku steppeinä eteenpäin ja sitten palataankin taas sinne passiiviseen olotilaan...Elämähän on tollasta kehää...Mut ei se passivoituminenkaan aina oo vaan huono asia, joskus sitä tarvii. Niinku hengähdystauko.”

Osa ryhmäläisistä olisi halunnut jäädä työpaja-ajan jälkeen jatkamaan tehtävää seuraaviin vaiheisiin, mistä päättelimme tehtävän olevan kiinnostava ja ehkä täyttävän joitain tarpeitakin. Kun tehtävää lopetellessa kysyimme, mitä mieltä he olivat siitä, vastauksena oli: *”On näitä asioita hyvä miettiä.”* ja *”Saadaanko me näistä sitten joku kooste kirjallisenä, että näihin voi palata myöhemmin?”*

Nuoret eivät aina tuntuneet olevan aivan varmoja siitä, vastasivatko he kysymyksiin oikein. Kun heille sanoi, että mitkään vastaukset eivät ole vääriä, että haluamme kuulla miten he nelivaiheisen mallin sisällön kokevat, ajattelu tuntui vapautuvan. Jossain vaiheessa tehtävää nuorissa heräsi kysymys myös siitä, miksi me haluamme kysyä sisältöjä nuorilta. He olivat sitä mieltä, että oli hiukan kummallista, että pyysimme vastauksia heiltä, jotka eivät olleet onnistuneet passivoitumisen purkamisessa ja muutoksen tekemisessä. Että eihän heillä olisi oikeita vastauksia kysymyksiimme. Selvästikään työpajan alussa puhuttu ajatus yhteiskehittämisestä ja yhteisenä tiiminä työskentelystä ei ollut tarttunut mieliin, tai sen ei oletettu olevan niin perusteellista, kuin miten me toimimme. Vaikka olimme pilotin alussa puhuneet yhteiskehittäjyydestä ja yhteisessä tiimissä työskentelystä, ideaa ei oltu ymmärretty täysin. Olisiko työskentely ollut tehokkaampaa, jos epäilyä ei olisi ollut? Ja johtuiko tietämättömyys vaillinaisesta tavasta esitellä asia nuorille pajan alussa, vai olivatko nuoret ehkä tottuneet siihen, mistä kokemusasiantuntijuuden kritiikkiä koskevassa kappaleessa kirjoitin, että osallisuus ei useinkaan pääse aidosti toteutumaan, vaan kauniista sanoista huolimatta osallistavaa toimintaa järjestämisen tahon tavoitteet nousevat tärkeämmiksi kuin kokemusasiantuntijoiden tavoitteet? Tähän kysymykseen ei siinä hetkessä osattu pyytää vastausta, mutta jatkoa ajatellen kysymys on tärkeä ja toimintamallin jatkokehityksen kannalta on oleellista löytää vastaus.

Nuorten antaman tiedon merkityksellisyyden korostamiseksi ja osallisuuden tunteen vahvistamiseksi muokkasimme sisällön analyysiä kuvaavat taulukot nuorten käyttöä varten helpommin luettavampaan muotoon sisällyttäen myös nuorten tuottamat alkuperäisilmaisut mukaan taulukkoon. Nuorille oli selvästi merkityksellistä nähdä oma aineistonsa tieteellisen analyysin muodossa, taulukot osoittivat selkeästi heidän antamansa tiedon merkityksen ja hyödyn hankkeelle. Samalla nuoret näkivät analyysissä hyödyn itselleen. Nuorten oli helppo nostaa ilmaisuista ylös niitä asioita, jotka omassa prosessissa olivat

haastavimpia. Halutessaan nuoret pystyivät helposti valitsemaan taulukosta itselleen tavoitteita oman prosessinsa eteenpäin viemiseen. Taulukon ollessa hyvin yleisellä tasolla aktivoitumisprosessia kuvaava taulukko, totesimme sen toimivan hyödyllisenä apuvälineenä niin suuriin kuin pienempiinkin prosesseihin. Kun mietitään, että kokemus osallisuudesta syntyy silloin, kun ihminen oivaltaa osallistumisensa hyödyn, voidaan osallisuuden todeta toteutuneen tässä työssä näiden nuorten kohdalla.

Yksi osallisuuden merkittävä muoto on kiinnittyminen yhteiskuntaan, yhteiskunnassa osallisena oleminen. Yhteiskuntaan kiinnittyminen tuli nelivaiheisen mallin aineistossa vastaan auttavana tekijänä vain ammattilaisten aineistossa. Aineistoa kerättäessä tuli hyvin voimakkaasti ilmi, että nuorten oli vaikea ymmärtää miten yhteiskunta voisi mitenkään auttaa prosessissa eteenpäin. Päinvastoin, se koettiin estävänä tekijänä. Asetelma on mielenkiintoinen ja antaa aihetta ajatella miten tuloksia pitäisi jatkokehittelyssä hyödyntää. Vaikka nuoret sanoittivatkin tuntevansa uhmakasta tarvetta kilpailuun osallisuudesta, on mietittävä miten uhon saisi käännettyä voimavaraksi. Huonossa olossa velloamisen sijaan voisi ehkä tarjota mahdollisuuksia ja kokemuksia hallittuun ja rakentavaan kapinointiin. Ohjata nuoria ymmärtämään, että kaikkea yhteiskunnan tarjoamaa ei ole pakko niellä mukisematta, vaan asioista on lupa olla eri mieltä. On tärkeää, että nuoret ymmärtävät yhteiskuntaan kiinnittymisen merkityksen oman hyvinvointinsa kannalta, mutta yhtä tärkeää on myös muistuttaa, että aiheellisesti ja rakentavasti vastarintaan asettuminen on myös merkittävä osa osallisuutta.

Tulosten yhteenveto -kappaleesta saa hyvän kuvan siitä, miten nuorten ja ammattilaisten aineistot vertautuvat keskenään. Vertailun tuloksiin saisi lisää tarkkuutta, jos aineistoa kerättäessä olisi kysytty kuinka merkittäväksi vastaaja arvioi oman vastauksensa. Analyysien tuloksista saa kuitenkin selkeän kuvan siitä, mihin asioihin jatkokehityksen kannalta on hyvä kiinnittää huomiota.

Jatkokehitystä varten tiimissä työskentelevä palvelumuotoilija on jo yhdistänyt ensimmäisessä pilotissa tuotetusta nuorten sisällönanalyyseistä nousseen käsitteistön ammattilaisten analyyseistä nousseisiin käsitteisiin. Jatkossa on tarkoitus tehdä sama kaikkien pilotiryhmien kanssa, jolloin kuuden pilotin jälkeen käytössä on kattava määrä nuorten määrittelemää aineistoa ja näin ollaan kokemusasiantuntijoiden, hankkeen kohderyhmän, ääni saatu aidosti kuuluviin.

12 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut äärimmäisen hieno kokemus. Olen päässyt työskentelemään taitavan monialaisen tiimin jäsenenä ja kokemaan mitä tutkimustyö voi parhaimmillaan olla: tutkivaa oppimista, yhteistyötä, innovaatioita. Tiimi on toiminut rohkeasti yli alojen rajojen osoittaen mitä aito moniammatillisuus parhaimmillaan on. Ohjatesani nuoria tuottamaan tietoa nelivaiheisen mallin sisältöön, tiesin, että aineisto palvelee koko hanketta. Siinä missä sen avulla kehitetään lähinnä sosiaali- ja terveysalan teemoja sisältävää toimintamallia, aineiston hyödyt otetaan käyttöön myös teknologiaosaajien kehittämässä sovelluksessa. Palvelumuotoilun ammattilaisille aineisto ja sen hyödyntämisen merkitys jatkokehittelyssä on hyvinkin oleellinen. Nuorten laputus on tärkeä osa kehitysmalliin sisältyvää nuorten tiedon tuottamista.

Pääosan tässä tutkimuksessa ovat kuitenkin saaneet ne viisi nuorta miestä, jotka tuottivat tutkimukseen nuorten aineiston. Luultavasti suhteeni heihin, ja koko työhön, olisi erilainen, jos olisin vain käynyt ulkopuolisena opiskelijana teettämässä heille laputustehtävän ja sen jälkeen analysoinut materiaalin. Viettäessäni nuorten kanssa koko pilottipajan ajan, kahdeksan viikkoa, tutkimus heräsi henkiin. Kahdeksan viikon aikana minulla oli mahdollisuus havainnoida nuorten muutosprosessia, nähdä siinä heidän itsensä sanottamia vaiheita ja yksityiskohtia.

Vaikka aineisto antoi arvokasta tietoa hankkeen jatkokehitystä varten, jäi tiedon tuottaminen kuitenkin mielestäni toisarvoiseksi tulokseksi verrattuna siihen, miten laputustehtävä ja siitä tehty analyysi vaikuttivat nuoriin ja heidän omiin prosesseihinsa. Itse aineiston keruu sai nuorissa aikaan ajatusprosessin, joka pysäytti miettimään omaa passivoitunutta olotilaa tehokkaasti. Tavallaan tehtävää tehtiin ulkopuolisesta näkökulmasta, mietittiin mitä *nuori* tarvitsee, ei mitä *minä* tarvitsen, mutta samalla sen pystyi kokemaan hyvin henkilökohtaisesti. Toinen oleellinen tehtävän vaikuttavuutta lisäävä tekijä oli se, että se tehtiin yhdessä. Asioiden pohtiminen ääneen ryhmässä aiheutti keskustelua ja toi esiin erilaisia näkökulmia, joskus melkein riitaan asti. Näkökulmien avartumisen lisäksi ryhmässä työskentely antoi mahdollisuuden kokea vertaisuutta. Omassa elämässä saattoi olla muutosprosessiin liittyviä hävettäviä ja kipeitäkin asioita, joista ei halunnut puhua ääneen. Mutta jos joku toinen alkoi puhua samasta asiasta, pystyi huomaamaan, että niiden kanssa ei ole yksin, on muitakin, jotka painivat samojen asioiden kanssa.

Itselleni kaikkein hienointa oli tehtävää ohjatessa huomata, kuinka tehtävä lähti muokautumaan nuorten muutosprosessia tukevaksi menetelmäksi kuin itsestään. Havainto oli kaikessa yksinkertaisuudessaan samaan aikaan sekä riemastuttava, että hämmentävä. Vasta pari päivää asiaa pohdittuani uskaltauduin sanomaan muille tiimin jäsenille ääneen, että huomasitteko, sehän on menetelmä, tutkimuksen odottamaton mutta merkittävä tulos.

Aloitin opinnäytetyöni pohtimalla kokemusasiantuntijuuteen ja osallistamiseen kohdistuvaa aiheellista kritiikkiä. Kuinka saada nuorten äänet aidosti kuuluviin ja saada heidät aidosti tuntemaan osallisuutta. En halunnut, että lause ”te vaan otatte meistä tiedon ja me ei saada mitään” olisi missään muodoin totta, halusin, että nuorille jää kokemus siitä, että he ovat saaneet äänensä kuuluviin ja pystyneet vaikuttamaan. Luulen, että onnistuin siinä aika hyvin. Arviointiin ei tarvittu paljon muuta kuin nuorten reaktiot saadessaan alkuperäiset ilmaisut sisältävät aineiston analyysitaulukot käsiinsä: *”oho, täällähän on niitä asioita mitä me sanottiin” *nauraa* ”sanottiinko me noin...kyllä kai me taidettiin” ”ai tällaisia asioita niistä nousee...” ”nääh on kyllä ihan totta, näin se menee” ”onpa hieno taulukko, miten tätä voi sitten käyttää jatkoa ajatellen?”*

Lähteet

Ahvenainen, Marko & Korento, Kati & Ollila, Johanna & Jokinen, Leena & Lehtinen, Nina & Ahtinen, Janne 2014. Tulevaisuus – paljon mahdollista. Tulevaisuusohjauksen ajatuksia ja tekoja. Turku: Painosalama Oy.

Alanen Olli, Kainulainen Sakari, Saari Juho 2014. Vamos tekee vaikutuksen. Vamosnuorten hyvinvointikokemukset ja tulevaisuuden odotukset. Raportti. Helsinki: Helsingin Diakonissalaitos.

Bird, Kate & Luttrell, Cecilia & Quiroz, Stina & Scrutton, Claire 2009. Working Paper 308. Understanding and operationalising empowerment. Lontoo: Overseas Development Institute.

Deci, Edward L. & Ryan, Richard M. 2000 (a). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-Being. *American Psychologist* 1. 68-78.

Deci, Edward L. & Ryan, Richard M. 2000 (b). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry* 4. 227-268.

Dufva, Mikko & Laine, Paula & Lähdemäki-Pekkinen, Jenna & Parkkonen, Pinja & Vataja, Katri 2019. Tulevaisuusbarometri 2019. Millaisena suomalaiset näkevät tulevaisuuden? Sitran selvityksiä 147. Helsinki: Erweko. Saatavilla verkossa: <<https://media.sitra.fi/2019/02/28132718/sitraselvityksiätulevaisuusbarometriversioon.pdf>>. Luettu 22.3.2019.

Eura 2014 n.d. Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittaman hankkeen kuvaus. <<https://www.eura2014.fi/rrtiepa/projekti.php?projektkoodi=S21372>>. Luettu 1.2.2019.

Euroopan yhteisöjen komissio 2003. Yhteinen raportti sosiaalisesta osallisuudesta. Yhteenveto sosiaalista osallisuutta koskevien kansallisten toimintasuunnitelmien (2003–2005) tarkastelun tuloksista. Komission tiedonanto. Bryssel. Saatavilla verkossa: <<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/PDF/?uri=CELEX:52003DC0773&from=FI>>. Luettu 21.3.2019.

Gretschel, Anu & Myllyniemi, Sami 2017. Työtä, koulutus- tai harjoittelupaikkaa ilman olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta ja julkisista palveluista. Nuorisobarometrin erillisnäyte/aineistonkeruu. Saatavilla verkossa: < <https://urly.fi/RLT>>. Luettu 23.3.2019.

Harrinvirta, Markku 2018. Nuoret kansanvallan suunnannäyttäjinä. Onko Suomessa näkyvissä demokraattista vieraantumista? Artikkeliteoksessa Vaikutusvaltaa Euroopan laialla. 115-130. Nuorisobarometri 2018. Keuruu: Printek. Saatavilla verkossa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2019/03/NB_2018_web.pdf>. Luettu 20.3.2019.

Hokkanen, Liisa & Nikupetteri, Anna 2015. Henkilökohtainen, yhteisöllinen ja rakenteistunut kokemusasiantuntijuus. Teoksessa Meriluoto Taina, Marila-Penttinen, Leena & Lehtinen, Essi (toim.): Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja. 32-33. < http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/osallisuus_kasikirja/pdf/Osallisuus_k__sikirja.pdf>. Luettu 22.3.2019.

Hämäläinen, Juha 2008. Nuorten osallisuus. Teoksessa Hämäläinen, Juha & Nivala, Elina (toim.): Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. Vuosikirja 2008. 13-33. Kuopio: Kopijyvä.

Jyväskylän yliopisto 2018. Kokemusasiantuntijoiden käyttö on viimeisen kymmenen vuoden aikana lisääntynyt nopeasti suomalaisissa sosiaali- ja terveysalan organisaatioissa. Mutta kenen päämääriä kokemusasiantuntijahankkeet palvelevat? Tiedote. Saatavilla verkossa: <<https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2018/10/24-11-2018-ytm-taina-meriluoto-humanistis-yhteiskuntatieteellinen-tiedekunta-valtio-oppi-1/tiedote>>. Luettu 17.3.2019.

Kannasoja, Sirpa 2013. Nuorten sosiaalinen toimintakyky. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.

Kuure, Tapio 2015. Sosiaalisen vahvistamisen määrittely ja asema nuorten hyvinvoinnin palvelujärjestelmässä. Teoksessa: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry (toim.): Sosiaalinen vahvistaminen käsitteenä ja palveluina Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia. 5-67. <https://www.tpy.fi/site/assets/.../sosiaalinen-vahvistaminen-k_sitteen_ja-palveluina.pdf>. Luettu 1.10.2018.

Lappalainen, Sirpa & Mietola, Reetta & Lahelma, Elina 2010. Hakemisen pakkoa, tiedonmuruja ja itseymmärrystä: nuorten koulutusvalinnat ja oppilaanohjaus. Nuorisotutkimus 2010 (1). 39-55.

Leemann, Lars & Kuusio, Hannamaria & Hämäläinen, Riitta-Maija 2015. Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden tietopaketti. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Saatavana verkossa: <https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600>. Luettu 15.3.2019.

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

Martela, Frank 2015. Valonöörit. Sisäisen motivaation käsikirja. Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.

Mehtonen, Tuija 2011. Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa Lundbom, Pia Herranen Jatta (toim.): Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. 13-29.

Meriluoto, Taina 2015. Tuumasta toimeen: mitä osallisuus ja kokemusasiantuntijuus on arjessa? Teoksessa Meriluoto Taina, Marila-Penttinen, Leena & Lehtinen, Essi (toim.): Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja. < http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/osallisuus_kasikirja/pdf/Osallisuus_k__sikirja.pdf>. Luettu 22.3.2019.

Meriluoto, Taina 2016. Kokemusasiantuntijuus ohjaavana ja voimaannuttavana hallintana. Teoksessa Nousiainen, Marko & Kuloavaara, Kari (toim.): Hallinnan ja osallistamisen politiikat. 65-96. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.

Meriluoto, Taina 2018. Making Experts-by-experience Governmental Ethnography of Participatory Initiatives in Finnish Social Welfare Organisations. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.

Meriluoto, Taina & Marila-Penttinen, Leena 2015. Mikä osallisuus, mikä kokemusasiantuntijuus? Teoksessa Meriluoto Taina, Marila-Penttinen, Leena & Lehtinen, Essi (toim.):

Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja. 6-31. < http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/osallisuus_kasikirja/pdf/Osallisuus_k__sikirja.pdf>. Luettu 22.3.2019.

Metropolia 2017. PEILI - Löydä vahvuutesi tekoälyllä. Verkkodokumentti. <<https://www.metropolia.fi/tutkimus-kehittaminen-ja-innovaatiot/hankkeet/peili-loyda-vahvuutesi/>>. Luettu 1.2.2019.

Mäntysaari Mikko & Pohjola Anneli & Pösö Tarja 2009. Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: Ps. Kustannus.

Nivala, Elina & Ryytänen, Sanna 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Teoksessa Hämäläinen, Juha & Ikonen, Elina & Nietosvuori, Leena & Nivala, Elina & Ryytänen, Sanna (toim.): Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. Vuosikirja 2013. 9-41. Tampere: Suomen Yliopistopaino oy.

Nuorisolaki 2006/72. Annettu Helsingissä 27.1.2006.

Opetushallitus 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Vammala: Vammalan kirjapaino.

Pekkarinen Elina & Myllyniemi Sami (toim.) 2018. Vaikutusvaltaa Euroopan laidalla. Nuorisobarometri 2018. Keuruu: Printek. Saatavilla verkossa: <https://tietoanuo-rista.fi/wp-content/uploads/2019/03/NB_2018_web.pdf>. Luettu 20.3.2019.

Ryytänen, Sanna & Nivala, Elina 2017. Empowerment or emancipation? Interpretations from Finland and beyond. *Pedagogía Social* 30. 33-46.

Sisäministeriö 2017. Hyvä elämä–Turvallinen arki. Valtioneuvoston periaatepäätös sisäisen turvallisuuden strategiasta 5.10.2017. Sisäministeriön julkaisu. Helsinki: Sisäministeriö. Saatavilla verkossa: <<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80782/sisaisen-turvallisuuden-strategia-verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y>>. Luettu 3.2.2019.

Suomenmaa 2018. Asiantuntijat ovat huolissaan nuorten miesten syrjäytymisestä – Suomenmaa lähti perjantai-illaksi ajamaan korttelirallia selvittäääkseen, ovatko pelot turhia. Lehtiartikkeli. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: <<https://www.suomenmaa.fi/uutiset/asiantuntijat-ovat-huolissaan-nuorten-miesten-syrjaytymisesta-suomenmaa-lahti->

perjantaiillaksi-ajamaan-korttelirallia-selvittaakseen-ovatko-pelot-turhia-6.3.404239.49a6c3b21d>. Luettu 3.2.2019.

Suomen perustuslaki 1999/731. Annettu Helsingissä 11.6.1999.

THL 2018. Sukupuolten tasa-arvo. Syrjäytyminen. Verkkodokumentti. <<https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/hyvinvointi/hyvinvointi-ja-terveyserot/syrjailyminen>>. Luettu 3.2.2019.

Tiitinen, Jenny 2019. Teoreettisen käsitejärjestelmän syntyminen analyysiprosessin tuloksena. PEILI-hankkeen kuvitusmateriaali. Helsinki: PEILI-hanke.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.

Väestöliitto 2019. Kokemusasiantuntijuuden hyödyt. Verkkodokumentti: <<http://www.vaestoliitto.fi/monikulttuurisuus/mita-teemme/kokemusasiantuntijat/kokemusasiantuntijuuden-hyodyt/>>. Luettu 23.3.2019.

Wheelwright, Verne 2011. The Power of the Long-Term Perspective. World Future Society. Teoksessa Wagner, Cynthia (toim.) Moving from Vision to Action. Maryland, USA: World Future Society. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: <<http://www.personalfutures.net/sitebuildercontent/sitebuilderfiles/powerofthelongtermperspective.pdf>>. Luettu 28.9.2018.

YK 1948. YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus. Hyväksytty Yk:n yleiskokouksessa 10.12.1948.

Nuorille tehdyt sisällönanalyysejä kuvaavat taulukot

Mitä nuori tarvitsee **passiivisuuden purkamiseen?** (nuoret)

alkuperäinen ilmaisu	yksinkertaistettu ilmaisu	tiivistetty ilmaisu	yhdistetty ilmaisu
<ul style="list-style-type: none"> ✓ usko itseensä ✓ oman itsenä oleminen ✓ jos esittää jotain, se on kuluttavaa, päästää irti naamareista 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ itseluottamus ✓ olla oma itsensä ✓ olla aito 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tietoisuus itsestään 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tiedostus
<ul style="list-style-type: none"> ✓ tilanteen ymmärrys ✓ havahtuminen tilanteeseen, tajuaa, haluaa jotain muuta ✓ haluaa jotain muuta kuin olla passiivinen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ymmärrys tilanteesta ✓ tyytymättömyys tilanteeseen ✓ halu pois passiivisuudesta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ymmärrys tilanteesta 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ väkisin yrittäminen, vaikka ei jaksaisikaan, ei saisi lannistua ✓ pitää ihän vain yrittää yrittämisen takia ✓ kuvittelee asenteen ✓ mieliharjoitus, visuaaliointi onnistumisesta etukäteen ✓ purkaa pieniin asioihin, yksitellen seuraava askel ✓ keksii syitä ymmärtää, mikä voisi olla <u>suu</u> tarkoitus, antaa asioille merkityksiä ✓ korkea rima, oman tunne, mahdollomat tavoitteet realistisimmiksi ✓ riman laskeminen, tavoitteista luopuminen ✓ estävä pelko jotenkin pois, kohdata voi...aika auttaa ✓ pelon syyn selvittäminen ja tarttuminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ei saa lannistua tietoinen yrittäminen ✓ kuviteltu asenne ✓ mielikuvaharjoitusten apu ✓ paloihin purkaminen ✓ merkitysten antaminen ✓ tavoitteiden muuttaminen realistisiksi ✓ riman laskeminen ✓ pelon kohtaaminen ✓ pelkoon tarttuminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ esteiden purkaminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ toimintakyky
<ul style="list-style-type: none"> ✓ terveydentilan kohentuminen ✓ terveydentila parempi -> kykenee 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ terveydentilan kohentuminen ✓ parempi terveydentila 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ terveydentila 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ tarkoitus, joku syy herätä aamulla ✓ herätyskello, nouseminen -> syy tarvitaan ✓ projekti, esim. tämä, jota ei inhoa ✓ toiminta, jokin konkreettinen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ syy herätä ✓ herätyskello ✓ mukava tekeminen ✓ toiminta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ toiminnallinen arki 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ yhteisön vaikutus
<ul style="list-style-type: none"> ✓ kommentti herättää omaan tilanteeseen ✓ pureva kommentti/ajatus ✓ toisen kannustus ✓ vinkkejä 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ herättävä kommentti ✓ pureva kommentti ✓ kannustus ✓ vinkit 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ulkopuolinen huomio 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ mahdollisuus esim. tulla kohtaukseen, ei velvollisuus ✓ kerää ympärilleen ihmisiä, jotka kannustavat ihmisten ilmoille, esim. tänne ✓ <u>henkilöt</u> johon luottaa ✓ pelon purkaminen, tarvitaan ehkä muita, puhe ✓ individualismi -> järki yhteen hiileen puhaltamisesta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ mahdollisuus yhteisöön ✓ kutsuva yhteisö ✓ luotettavat ihmiset ✓ pelon kertominen muille ✓ yhteen hiileen puhaltaminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ luotettavan ja kannustavan yhteisön löytäminen 	

Mitä nuori tarvitsee **muutoshalun heräämiseen?** (nuoret)

alkuperäinen ilmaisu	yksinkertaistettu ilmaisu	tiivistetty ilmaisu	yhdistetty ilmaisu
<ul style="list-style-type: none"> ✓ epätoivo -> haluaa päästä <u>siitä tilasta</u> pois, puntarissa plussat ja miinukset ✓ ei tyytyväinen nykyiseen tilaan ✓ kärsiminen tarpeeksi suurta, jos liian mukavaa, jää vellomaan 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ epätoivo ✓ tyytymättömyys ✓ tarpeeksi suuri kärsimys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ kärsimys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ merkittävä tunne
<ul style="list-style-type: none"> ✓ pitää panna itsensä pois mukavuusalueelta ✓ totuus ✓ pakko yrittää jotain ✓ pakko lähteä sisältä 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ poistuminen mukavuusalueelta ✓ totuus ✓ pakko yrittää ✓ pakko lähteä 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ pakottava tunne 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ nälkä ✓ tylsyytys ✓ ärtymys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ nälkä ✓ tylsyytys ✓ ärtymys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ epämiellyttävä tunne 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ yhteisö
<ul style="list-style-type: none"> ✓ ajatus, että pystyy vaikuttamaan omaan elämään ✓ visio 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tieto vaikutusmahdollisuudesta ✓ visio 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ toivo 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ halu olla erityinen ✓ näyttämisen halu ✓ nautinto oikeassa olemisesta (tietää itse paremmin kuin muut) ✓ vastarinta, provokaatio ✓ kateellisuus -> haluaisi jotain, mitä toisella on 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ halu olla erityinen ✓ halu näyttää ✓ halu olla oikeassa ✓ vastarinta ✓ kateus 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ kilpailu osallisuudesta 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ kannustavat ihmiset ympärillä, niiden läheisyys ✓ muiden ihmisten odotukset (plussat ja miinukset) ✓ mallit (rakentavat) muista ihmisistä järkevää 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ läheisten kannustus ✓ muiden odotukset ✓ esikuvat 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ yhteisön tuki 	

Estävä: ei tunnu luonnolliselta mitä yhteiskunta vaatii.

Mitä nuori tarvitsee **osaamisen lisäämiseen?** (nuoret)

alkuperäinen ilmaisu	yksinkertaistettu ilmaisu	tiivistetty ilmaisu	yhdistetty ilmaisu
<ul style="list-style-type: none"> ✓ sisäisen ymmärryksen lisääminen ✓ ymmärrys prosessista, elämässä voi mennä taaksepäin, silti vie eteenpäin ✓ armollisuus, ymmärtää että takapakit on ok, prosessi, kehä 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ sisäinen ymmärrys ✓ ymmärrys prosessista ✓ armollisuuden ymmärrys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ sisäinen ymmärrys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ mielen voima
<ul style="list-style-type: none"> ✓ mielen voimien valmistaminen ja vahvistaminen ✓ ajattelun voima, ymmärtää ajattelun voiman 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ mielen voima ✓ ymmärrys mielen voimasta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ mielen voima 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ oman mukavuusalueen ulkopuolelle meneminen, omien rajojen venyttäminen ✓ oman itsensä psykkään tietoisesti ✓ piilevien voimavarojen löytäminen (ja etsiminen) ✓ positiivinen tulevaisuusajattelu ✓ menneestä oppiminen ✓ ajatusarvojen asettaminen. mikä on tärkeintä ✓ arvojen tunnistaminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ itsensä haastaminen ✓ itsensä psykkään ✓ piilevät voimavarat ✓ positiivinen tulevaisuusajattelu ✓ menneestä oppiminen ✓ arvojen asettaminen ✓ arvojen tunnistaminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ sisäinen puhe 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ kyvykkyys
<ul style="list-style-type: none"> ✓ päämäärä ✓ visio ✓ muokkautuva suunnitelma 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ päämäärä ✓ visio ✓ suunnitelma 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tavoitteet 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ keskittyminen ✓ harjoitus, harjoittelu ✓ opiskelu ✓ välineet 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ keskittyminen ✓ harjoittelu ✓ opiskelu ✓ työkalut 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ menetelmät 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ yhteisön kannustus
<ul style="list-style-type: none"> ✓ ihmiset, jotka osaavat auttaa/ohjata ✓ muiden tuki ✓ tsemppaa, vinkkaa ✓ häiriötekijöiden poisto/minimointi: some, epäkannustava henkilö 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ auttavat ihmiset ✓ tuki ✓ tsemppi ✓ häiriötekijöiden minimointi 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ kannustava yhteisö 	

Mitä nuori tarvitsee **muutoksen tukemiseen?** (nuoret)

alkuperäinen ilmaisu	yksinkertaistettu ilmaisu	tiivistetty ilmaisu	yhdistetty ilmaisu
<ul style="list-style-type: none"> ✓ "lää ei voi jatkua näin", tieto huonommasta vaihtoehdosta pitää kiinni muutoksessa ✓ pois huonosta, ei takaisin ✓ toivo, ajatus paremmasta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tieto huonommasta ✓ ei takaisinpaluuta ✓ toivo paremmasta 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ menneestä oppiminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ sisäinen motivaatio
<ul style="list-style-type: none"> ✓ hyveellinen motiivi, ei hävitä motiivia, pitää sen mieleessä ✓ muutoksesta kiinni pitäminen, sitoutuminen ✓ muutoksesta saatava psykologinen palkkio. Jos muutos ei palkitse psyykkisesti, tulos ei ole pysyvä 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ motiivin pitäminen ✓ sitoutuminen ✓ palkkio 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ motivaation ylläpito 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ oikeiden työkalujen löytäminen ✓ keskittyminen ✓ rauhoittuminen, yksi asia kerrallaan 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ oikeat välineet ✓ keskittyminen ✓ askel kerrallaan 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ menetelmät 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ toimintatavat
<ul style="list-style-type: none"> ✓ tavat, jotka pitävät muutosta yllä ✓ tavat käsitellä vaikeuksia/stressiä ✓ terveydentila, omasta itsestä huolehtiminen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tavat pitää muutoksesta kiinni ✓ tavat hallita tunteita ✓ terveys 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ muutoksenhallinta 	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ tukiverkko ✓ porukka, joka innostaa muutoksen ylläpitämiseen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ tukiverkko ✓ innostava verkosto 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ kannustava yhteisö 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ yhteisön kannustus

Estävä: tasavertaisuuden puute yhteiskunnan silmissä, vaikutusmahdollisuuksien puute, yhteiskunnalla ei resursseja hoitaa kunnolla, kilpailu (yhteiskunnan asettama paine).

