

# Elokuva toimintaterapian menetelmänä

Kokemuksia elokuvan terapeuttisen katselun  
mahdollisuuksista nuorten itsetunnon tukemisessa ja  
tunteiden käsittelyssä

Johanna Juka  
Laura Pietikäinen

Opinnäytetyö  
Lokakuu 2010

Toimintaterapian koulutusohjelma  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala





Tekijä(t) JUKA Johanna PIETIKÄINEN Laura	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 28.10.2010
	Sivumäärä 71	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus ( ) saakka	Verkkojulkaisulupa myönnetty ( X )
Työn nimi ELOKUVA TOIMINTATERAPIAN MENETELMÄNÄ – KOKEMUKSIA ELOKUVAN TERAPEUTTISEN KATSE- LUN MAHDOLLISUUKSISTA NUORTEN ITSETUNNON TUKEMISESSÄ JA TUNTEIDEN KÄSITTELYSSÄ.		
Koulutusohjelma Toimintaterapia		
Työn ohjaaja(t) RITSILÄ, Jaana		
Toimeksiantaja(t) Jyväskylän kaupungin sosiaali- ja perhepalvelut		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kerätä kokemuksia elokuvan terapeuttisesta katselusta toimintaterapiaryhmän menetelmänä. Ryhmän tavoitteena oli tukea koulukiusattujen nuorten itsetuntoa ja tunteiden käsittelyä elokuvan terapeuttisen katselun avulla. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Jyväskylän kaupungin sosiaali- ja perhepalveluiden koulukuraattoreiden ja psykologien, videofirma Makuunin sekä Jyväskylän ammattikorkeakoulun oppimiskeskus HYVI-pisteen kanssa.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin toimintatutkimuksena, jonka viitekehystenä oli Colen (2005) ryhmätyönmalli. Aineisto kerättiin toimintaterapeuttisesta elokuvaryhmästä, joka kokoontui kuusi kertaa kevään 2010 aikana. Elokuvaryhmään osallistui kaksi yläkouluikäistä nuorta. Jokaisella ryhmäkerralla katsottiin elokuva tai jakso tv-sarjasta, jota katsottiin sekä analysoitiin eri menetelmin ja katselutekniikoita hyödyntäen. Tutkimusaineisto koostuu opinnäytetyöntekijöiden havainnointimuistiinpainoista, ryhmäläisten alku- ja loppukyselyistä ja vanhemmille sekä koulukuraattorille lähetetyistä palautekyselyistä.</p> <p>Tutkimustulokset antavat viitettä, että elokuvan terapeuttisella katselulla oli positiivinen vaikutus ryhmään osallistuneiden nuorten itsetuntoon ja tunteiden käsittelyyn. Lyhyen tutkimusjakson ja pienen tutkimusryhmän vuoksi, ei kuitenkaan voida varmaksi sanoa, että positiiviset muutokset johtuivat juuri elokuvaryhmän vaikutuksesta. Tutkimustulosten mukaan elokuvan terapeuttinen käyttö tukee tunteiden käsittelyä sekä niiden tunnistamista. Elokuvan terapeuttinen käyttö vaatii oikeanlaisen ympäristön, tuntemusta katselu- ja analysointimenetelmistä sekä asiakkaan yksilöllisyyden huomioonottamista.</p> <p>Elokuvaryhmästä saatujen kokemusten perusteella elokuvan terapeuttinen käyttö soveltuu toimintaterapian menetelmäksi sen asiakaslähtöisyyden ja sovellettavuuden vuoksi. Sitä voidaan käyttää niin yksilö- kuin ryhmäterapiassa eri-ikäisten asiakkaiden kanssa.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Elokuvan terapeuttinen käyttö, itsetunto, tunteet, nuoruus, koulukiusaaminen, toimintaterapia		
Muut tiedot Liitteenä ryhmän toteutuksen materiaalia sekä vinkkilista elokuvaryhmän toteutukseen, 22 sivua.		



Author(s) JUKA Johanna PIETIKÄINEN Laura	Type of publication Bachelor's / Master's Thesis	Date 28102010
	Pages 71	Language Finnish
	Confidential ( ) Until	Permission for web publication ( X )
Title: Viewing movies as a method of occupational therapy – Experiences on the possibilities of viewing movies in a therapeutic manner as a method of supporting the self-esteem and emotional processing of adolescents		
Degree Programme Occupational Therapy		
Tutor(s) RITSILÄ, Jaana		
Assigned by Jyväskylä's social and family services		
<p>Abstract</p> <p>The purpose of this Bachelor's Thesis was to gather the experiences of watching a movie in the therapeutic way as a method of occupational group therapy. The group's goal was to support the self-esteem and emotional processing of school bullied adolescents. The Bachelor's Thesis was made in collaboration with the school social workers and school psychologists from Jyväskylä's social and family services, video rental company Makuuni and JAMK University of Applied Sciences' learning center HYVIpiste.</p> <p>Thesis was carried out as an activity analysis, whose frame of reference was Cole's (2005) Group Dynamics. The data was collected from an occupational therapeutic movie group, which gathered six times during the spring of 2010. The group consisted of two adolescents. During every group meeting, one movie or one chapter of a TV series was watched and analyzed using different techniques. The data consists of observation notes made by the researchers, group member questionnaires in the beginning and at the end of the group period and feedback surveys from the parents and the school social workers.</p> <p>The results indicate that watching movies in therapeutic way has a positive impact on the self-esteem and emotional processing of the adolescents in this group. Due to the small size of the research group and the short study period, it is not possible to determine that the positive changes were the direct result of participating in the movie group. The results show that the therapeutic use of movies supports emotional processing and identification of emotions. However, effective usage movies in a therapeutic way requires the right kind of environment, knowledge of different watching and analysis methods, and taking into account the individuality of the client.</p> <p>Using movies in therapeutic way is a suitable method for occupational therapy due to its client-centered nature and multifaceted applicability. It can be used in individual and group therapy and with clients of varying age.</p>		
Keywords Therapeutic usage of movies, self-esteem, emotions, adolescence, bullying, occupational therapy		
Miscellaneous As an appendix the material of realization of the group and list of tips for leading movie group, 22 pages.		

## SISÄLTÖ

<b>JOHDANTO</b> .....	<b>3</b>
<b>1 ELOKUVAN TERAPEUTTINEN KÄYTTÖ</b> .....	<b>5</b>
1.1 Elokuvan terapeuttisen käytön taustaa .....	5
1.2 Terapeuttinen katselu .....	7
1.3 Elokuva ja tunteet.....	9
<b>2 ITSETUNTO JA KOULUKIUSAAMINEN</b> .....	<b>10</b>
2.1 Koulukiusaamisen vaikutukset itsetuntoon .....	10
2.2 Nuoren kehittyvä itsetunto .....	11
2.3 Koulukiusaaminen kiusatun näkökulmasta.....	13
<b>3 VIITEKEHYKSENÄ RYHMÄTYÖNMALLI</b> .....	<b>14</b>
<b>4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS</b> .....	<b>16</b>
4.1 Tutkimusmenetelmänä toimintatutkimus .....	16
4.2 Elokuvaryhmä nuoren itsetunnon tukijana.....	18
4.3 Elokuvaryhmän suunnittelu ja toteutus .....	21
4.4 Ryhmäkerrat .....	23
4.5 Tutkimusaineisto .....	30
4.6 Aineiston analyysi .....	32
<b>5 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS, TUTKIMUSTULOKSET JA TULOSTEN LUOTETTAVUUS</b> .....	<b>35</b>
5.1 Eettisyys .....	35
5.2 Tutkimuskysymys 1 .....	36
5.3 Tutkimuskysymys 2 .....	39
5.4 Tulosten luotettavuus.....	42
<b>6 POHDINTA</b> .....	<b>43</b>
<b>LÄHTEET</b> .....	<b>48</b>
Liite 1. Nuorisokoteihin lähetetty sähköpostiviesti yhteistyökumppanin löytymiseksi .....	51
Liite 2. Peruskouluille lähetetty sähköpostiviesti yhteistyökumppanin löytymiseksi .....	52
Liite 3. Vanhempien lupa-anomus nuorten osallistumiselle .....	53
Liite 4. Palautekysely koulukuraattorille .....	55
Liite 5. Ryhmäkertojen suunnitelmat .....	56
Liite 6. Perustelut elokuvien valinnoille .....	62
Liite 7. Nuorten suostumus aineiston käyttöön opinnäytetyössä.....	63
Liite 8. Alku- ja loppukyselylomake .....	64
Liite 9. Tunteiden tunnistamisharjoitus (Saarinen 2006) .....	67
Liite 10. Palautekysely vanhemmille.....	68
Liite 11. Vinkkilista nuorten elokuvaryhmää aloittavalle .....	70
<b>KUVIOT</b>	
KUVIO 1. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän aineistonkeruun sykliset vaiheet.....	17

KUVIO 2. Toimintaterapian, elokuvan terapeuttisen katselun, itsetunnon ja koulu- kiusaamisen yhteys.....	19
KUVIO 3. Kaitafilmi.....	25
KUVIO 4. Ryhmäläisten valitsemat Nalle -kortit.....	26
KUVIO 5. Analyysin eteneminen aineiston lukemisvaiheessa.....	33
KUVIO 6. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tulokset tiivistettynä taulukkoon. .....	38
KUVIO 7. Tutkimuskysymys 2 tulokset tiivistettynä taulukkoon.....	41

## JOHDANTO

Nykypäivänä nuoret kokevat koulumaailmassa samantyyppisiä paineita kuin aikuiset työelämässä. Lämsä (2009) mainitsee tuoreesta kouluterveyskyselystä Karvosen esiinnostaman tuloksen, jonka mukaan joka kymmenes yläkouluikäinen kärsii kouluuupumuksesta ja joka toinen 15–25 -vuotias kokee elämänsä stressaavaksi muun muassa kiireen, menestymis- ja suorituspainneiden sekä epävarmuuden vuoksi. Nuoret eivät kuitenkaan osaa aikuisten tavoin käsitellä stressiä ja tunne-elämän haasteita. Stressin hallitsemiseen sekä tunne-elämän käsittelyyn nuoret tarvitsevatkin aikuisten ja muun ympäristön apua sekä tukea. (Lämsä 2009, 121–124.) Lämsä (2009, 55) sekä Salmivalli (2003, 78) korostavatkin kodin ja koulun välistä yhteistyötä lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisessa - jo ennen kuin ongelmat ovat syntyneet ja etenkin niiden ilmettyä. Nuorten hyvinvoinnin tukeminen ja syrjäytymiseen puuttuminen ovat tärkeitä teemat niin toimintaterapian kuin sosiaali- ja terveystieteiden sekä yhteiskunnan näkökulmasta.

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan elokuvan terapeuttisen käytön mahdollisuuksia nuorten itsetunnon ja tunteiden käsittelyn tukemisessa sekä haetaan kokemuksia elokuvan terapeuttisesta käytöstä. Mikael Saarinen (2006, 14) sanoo yhdeksi elokuvaterapian vaikuttavuuden syyksi sen, että elokuvan henkilöhahmot, tapahtumat, kiusalliset asiat, ongelmat ja tunteet ovat riittävän kaukana. Silloin niiden tarkastelu on helpompaa kuin suoraan omassa elämässä. Saarinen toteaa aikuisten ammentavan vastauksia elämäänsä elokuvista samalla tavalla kuin lapset hakevat niitä saduista. Powell, Newgent ja Lee (2006) tuovat esille tutkimuksessaan Jurichin ja Collinin (1996) tutkimustulokset elokuvan positiivisista vaikutuksista nuorten itsetuntoon ja Kleinin (1995) mukaan taas hyvä itsetunto edesauttaa mielenterveyttä. Koulukiusaamisella on todennettu olevan välitöntä negatiivista vaikutusta nuorten itsetuntoon (esim. Peura, Pelkonen & Kirves 2009, 5; Salmivalli 2003, 20) sekä pitkäaikaisvaikutuksia (Salmivalli 2003, 22) muun muassa masentuneisuutta ja huonoa itsetuntoa. Yhdenkin toverisuhteen olemassa olon kiusaamisen aikana on kuitenkin todettu lieventävän kiusaamisen seurauksia (esim. Peura & muut 2009, 5). Edellä mainittuihin tuloksiin nojaten tämä opinnäytetyö toteutetaan ryhmämuotoisena toimintaterapiana, jossa keskitytään

elokuvan terapeuttisen katselun avulla tukemaan nuorten itsetuntoa sekä tunteiden käsittelyä. Viitekehyksenä käytetään Colen (2005) toimintaterapian ryhmätyönmallia, koska se mahdollistaa vertaissuhteet ja tukee ryhmäkertojen suunnittelua, ryhmäyttämistä, ryhmädynamiikan muodostumista sekä ryhmän lopetusvaiheen mahdollisesta kuohuntavaiheesta selviämistä. Tämän opinnäytetyön tekijöitä kiinnosti tutkimuksen aihe, koska Suomessa elokuvaterapiaa ei ole juurikaan tutkittu. Elokuvan terapeuttinen katselu koulukiusattujen itsetunnon tukemiseksi herätti erityisesti tutkijoiden mielenkiinnon, koska koulukiusaaminen on ajankohtainen haaste, johon ei ole vielä löytynyt toimivia ratkaisumalleja. Opinnäytetyön tekijät pyrkivät saamaan tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän myötä kokemusta elokuvan terapeuttisesta käytöstä eli miten valitaan katsottavat elokuvat ja analysointitavat sekä siitä, miten asiakkaat kokevat elokuvan käytön toimintaterapian menetelmänä.

Tässä opinnäytetyössä tutkitaan ja kerätään kokemuksia elokuvan terapeuttisesta käytöstä koulukiusattujen nuorten itsetunnon tukemisessa sekä tunteiden käsittelyssä.

Tutkimuskysymykset, joihin haetaan vastauksia, ovat:

1. Voiko yläkouluikäisen, koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren itsetuntoa tukea elokuvan terapeuttisen katselun avulla?
2. Millaisia keinoja elokuvan terapeuttinen katselu antaa koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren tunteiden käsittelyyn ja positiivisten tunteiden esiin nostamiseen?

Tämä opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Jyväskylän kaupungin sosiaali- ja perhepalveluiden koulukuraattorien ja psykologin, Jyväskylän ammattikorkeakoulun HYVI – pisteen sekä videofirma Makuunin kanssa. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmä koontui kerran viikossa, kuuden viikon ajan vuonna 2010. Jamk:n HYVIpiste tarjosi ryhmäkerroille tilat ja videofirma Makuunilta saatiin ryhmäkerroilla käytettyjä elokuvia veloituksetta käyttöön. Tämän opinnäytetyön runko etenee tutkimuksiin pohjautuvan teoriaosuuden kautta tutkimuksen toteutukseen, päättyen tulosten esittämiseen sekä pohdintaan. Teoriaosuudessa käsitellään elokuvan terapeuttisen käytön taustaa, nuorten itsetuntoon vaikuttavia tekijöitä, koulukiusaamisen vaikutuksia sekä tätä opinnäytetyötä ohjannutta viitekehystä.

# 1 ELOKUVAN TERAPEUTTINEN KÄYTTÖ

## 1.1 Elokuvan terapeutin käytön taustaa

Ihmiset ovat käyttäneet elokuvia viihteenä ja rentoutumiskeinona vuosikymmeniä. Elokuvat ovat maailmanlaajuisesti tunnettu ja helposti saatavilla oleva taiteen muoto. (Sharp, Smith & Cole 2002, 269). Elokuva muistuttaa eri taiteenlajeista eniten elämää itseään, mutta samalla se on historialtaan nuorin taiteenlaji. Ensimmäinen julkinen elokuvaesitys on ollut vasta 1800 -luvun lopulla. (Heikkilä, Paloheimo & Taipale 2000, 43,47). Sharpin ja muiden (2002, 269) mukaan Mangin (1999) esittää elokuvien vaikuttavuudesta mielenkiintoisen näkökulman: jos elokuvat ovat lisänneet ihmisten väkivaltaista käyttäytymistä, on niissä oltava potentiaalia myös positiivisen käyttäytymisen vahvistamiseen.

Weddingin ja Niemiecin (2003, 210) mukaan Berg-Cross, Jennings ja Baruch toteavat, että elokuvat tukevat asiakasta omien tunteiden ja persoonallisuuden ymmärtämisessä sekä omien ongelmien näkemistä objektiivisesti elokuvan tapahtumien ja henkilöiden kautta. Mäkipää (1997b, 20–23; 1996, 4-8) taas uskoo elokuvan auttavan itsetuntoon ja voimavarojen löytymiseen, ihmiskäsityksen ja minätietoisuuden kehittämiseen sekä meitä ympäröivän maailman hahmottamiseen. Elokuva tarjoaa tapahtumat ja henkilöt, joiden kautta asiakkaan on helpompaa puhua kiusallisista tai vaikeista asioista, kokemuksista ja tunteista (Wedding & Niemiec 2003, 211; Powell, Newgent & Lee 2006, 248; Sharp ym. 2002, 274; Saarinen 2006, 14). Elokuvien tarinan ei ole tarkoitus kertoa tarkalleen asiakkaan elämästä, vaan toimia enemmän kielikuvina (Sharp ym. 2002, 273–274). Kielikuvalla voidaan tarkoittaa koko elokuvan tapahtumia tai tiettyä esinettä, asiaa tai lausetta (esim. Wedding & Niemiec 2003, 210–211). Kirjassa *Mieli ja taide* (Heikkilä, Paloheimo & Taipale 2000, 45–46) Mäkipää erottelee elokuvan vaikuttavuus tekijät identifikaatioksi, projektioksi, imitaatioksi sekä idealisaatioksi. Näitä käsitellään enemmän tämän opinnäytetyön kappaleessa 1.2 elokuvan terapeutin katselu.



Elokuvan katsominen yksistään ei tee siitä vielä terapeutista. Lampropouloksen ja muiden (2004, 539) mukaan Hesley ja Hesley sekä Sharp ja muut (2006, 273) toteavat terapeutin katselun keskittyvän analysoimaan - tavoitteesta riippuen, elokuvan henkilöihahmoja, hahmojen välisiä suhteita ja käyttäytymismalleja, tunteita, moraalialia tai ympäristön sekä kulttuurin arvoja ja normeja. Kiusallisten tunteiden ja elämäntymismusten hetkellinen tarkastelu itsestä etäämmällä, synnyttää mahdollisuuden kääntää ne itsetuntemusta ja hyvinvointia lisääväksi. Tämän vuoksi elokuvan terapeutin katselu voi kuitenkin olla viihteellisyydestä huolimatta emotionaalisesti hyvin raskasta ja uuvuttavaa. (Saarinen 2006, 14–15.) Powellin ja muiden (2006, 248) mukaan Herbert ja Neumeister (2001) toteavat elokuvan olevan toimiva menetelmä nuorten kanssa, koska elokuvat ovat osa yhteiskuntaa sekä erityisen vaikuttava osa nuorten omaa kulttuuria.

Mäkipään (2008) vuonna 1991 tekemän kyselytutkimuksen mukaan elokuva- tai videoterapiaa käyttivät Suomessa toimintaterapeutit, erikoissairaanhoidajat, mielenterveysshoitajat ja taideterapeutit, yhteensä 16 eri sairaalassa. Ulkomailla elokuvan käyttöä ja elokuvaterapiaa on tutkittu enemmän, mutta laajoja vaikuttavuus tutkimuksia ei ollut löydettävissä. Lampropoulos, Kazantzis ja Deane (2004, 536) toteavatkin, ettei raportteja ole julkaistu elokuvaterapian käyttötavoista, teoreettisista malleista tai työasetelmista. Heidän mukaan Norcross (2003) on kuitenkin todennut satojen terapeutin arvioineen elokuvien käytön vaikutuksia positiivisiksi.

Tämän opinnäytetyön näkökulmasta kiinnostavimman tutkimuksen ovat tehneet Powell, Newgent ja Lee vuonna 2006. Kuuden viikon tutkimusjakson aikana elokuvaa käytettiin yhtenä menetelmänä vakavasti tunnehäiriöisten nuorten kanssa. Jakson tavoitteena oli tukea nuorten selviytymistaitoja sekä itsetuntoa. Vaikuttavuutta itsetuntoon seurattiin elokuvaa eniten käyttäneillä nuorilla sekä kahdella verrokki ryhmällä Rosenbergin itsetuntotestillä ennen, jälkeen ja jakson aikana. Huomattavia eroja ryhmien välillä ei tutkimuksessa tullut ilmi, mutta elokuvaa eniten käsitelleiden nuorten itsetunnessa oli kuitenkin tapahtunut eniten positiivista muutosta. (Powell, Newgent & Lee 2006, 249–251.)

Elokuvan käyttö perustuu hyvin vahvasti asiakaslähtöisyyteen, jolloin terapeutin rooli on enemmän analysointia ohjaava. Näin elokuvasta syntyvät oivallukset ja ajatukset tulevat asiakkaasta itsestään. Toimintaterapian ammattietiikka korostaa elämässä ihmisen omia näkemyksiä ja kokemuksia sekä vaikutusmahdollisuuksia (Toimintaterapia, 2008). Tämän vuoksi elokuvan terapeutin käyttö soveltuu hyvin toimintaterapian työskentely menetelmäksi.

## 1.2 Terapeuttinen katselu

Heikkilän ja muiden (2000, 49) mukaan Mäkipää puhuu elokuvan terapeuttisesta katselusta termillä ”vastaanottava elokuvaterapia”, jonka hän jakaa analyttiseen sekä supportiiviseen katseluun. Aiemmin mainitut identifikaatio, projektio, imitaatio ja idealisaatio ovat elokuvien vaikuttavuus tekijöitä, joihin myös analyttinen ja supportiivinen katselu perustuvat. Mäkipää sanoo analyttisen, eli oivallusta tuottavan katselun työskentelevän ensisijaisesti tajunnan; tietojen, asenteiden, uskomusten ja normien parissa, kun taas supportiivinen, eli tukea antava katselu keskittyy todellisuuteen: kuvan selkiinnyttämiseen sekä erilaisten tekojen ja taitojen oppimiseen. Ydinajatuksena Mäkipäällä on, että todellisuus luo tajuntamme, tajunta luo tekomme ja teot muuttavat todellisuutta. (Mäkipää 1997a, 26–28).

Analyttinen ja supportiivinen katselutapa perustuu elokuvan vaikuttavuustekijöihin. Identifikaatiolla tarkoitetaan katsojan tarvetta samaistua elokuvan henkilöihin ja ympäristöön. Siinä katsoja pyrkii tutustumaan sekä samaistumaan elokuvan hahmoihin, heidän tunteisiin sekä persooniin. Projektio käsittää katsojan tarpeen projisoida, eli heijastaa elokuvan henkilöihin tai tapahtumiin ja niiden kautta omia tunteita, ajatuksia sekä näkemyksiä. Projektiossa katsoja heijastaa elokuvan henkilöihin tai heidän kautaan luonteenpiirteitä, arvoja ja normeja sekä antaa tapahtumille selityksiä. Imitaatio perustuu olettamukseen katsojan tarpeesta toistaa ja jäljitellä elokuvan henkilöitä. Siinä katsoja saa itselleen toimintamalleja, eläviä esimerkkejä, löytää arvoja, normeja, moraalialueita tai vahvistusta jo olemassa oleville normeille tai käyttäytymistavoille. Idealisaatio taas perustuu katsojan tarpeeseen saada tai luoda ihanteita ja esikuvia.

Katsoja hakee tällöin elokuvasta vastausta, pelastusta tai jotakin varmuutta omaan epävarmaan tai sekavaan olotilaan. (Heikkilä, Paloheimo & Taipale 2000, 45–46).

Analyttinen eli oivallusta tuottava katselutapa hyödyntää ”peiliulottuvuutta”. Mäkipää näkee elokuvan peiliulottuvuuden samana kuin kylpyhuoneen peilin, johon päivittäin katsomme – näemme niistä oman kuvan. Analyttisessä katselutavassa käsitellään kysymyksiä muodossa, miksi minä tunnen näin, miksi mielestäni paha on pahaa ja hyvä hyvää, mistä ja miksi minä unelmoin? Peili antaa mahdollisuuden tarkastella niin omaa kuin muidenkin todellisuutta: tapaa ajatella, toimia, elää ja tuntea. Se myös mahdollistaa oman ”peilikuvan” vertailun ja tarkastelun muista/muiden näkökulmista sekä suhteuttaa omaa tilannetta uudella tavalla. Supporttiivinen eli tukea antava katselutapa toimii ”ikkunaulottuvuudessa”. Ikkunaulottuvuus ohjaa ajatusta itsestä ulospäin, mallina siitä mitä muut tekevät, kokevat tai ajattelevat. Supporttiivinen katselutapa antaa katsojalle mahdollisuuden nähdä erilaisia ratkaisumalleja, vaihtoehtoja ja toimintatapoja sekä kokea muiden ajatuksia ja tunteita elokuvan henkilöiden ja tapahtumien kautta. (Mts. 2000, 49–50).

Mäkipää (1997c) keskittyy kirjassa ”Elokuva transitionaaliobjektina” katsojan elokuvakokemukseen tunteen siirron – transferenssin käsittelyyn ja merkitykseen, eli projektiiviseen vaikuttamisen muotoon. Mäkipää määrittää transitionaaliobjektin stimuluskeksi, ärsykkeeksi tai esineeksi, joka herättää tunteen ja siirtää sen uuteen yhteyteen. Transferenssilla tarkoitetaan tunteen siirtoa. Aiemmat kokemuksemme ovat pohjana näille siirroille, jotka transitionaaliobjekti meissä herättää. (Mäkipää, 1997c, 4-5). Tähän transitionaaliobjektin herättämään transferenssiin perustuu myös elokuvan terapeutin käyttö. (Mäkipää 1997c, 6-15) Tiia Isokorven ja Päivi Viitanen (2001) *Tunnevoimaa! Pro* – kirjassa mainitaan myös elokuvat ja tv-sarjat tunteensiirron välineinä. Isokorpi ja Viitanen kertovat ihmisten tunnekaipuusta, johon viihde hyvin vastaa. He näkevät positiivisena kahvihuonekeskustelut edellisen illan saippuasarjan tai elokuvan päähenkilöiden tunne elämän selvittelystä ja niihin samaistumisen yhteisenä tunteensiirtona, yhteisöllisen jakamisen välineenä (Isokorpi & Viitanen 2001, 37).

### 1.3 Elokuva ja tunteet

Mitä vähemmän olemme tietoisia omista tunteistamme, sitä huonommin kykenemme lukemaan toisten ihmisten tunneilmaisuja. Elokvat ovat hyviä harjoitusvälineitä sekä omien että toisten tunteiden havainnoimiseen ja arviointiin, koska niissä näytetään tunteet tavallista selvemmin ja niitä vahvistetaan musiikin avulla. Havainnointi- ja arviointitaitoaan voi kehittää kiinnittämällä tietoisemmin huomiota elokuvien roolihenkilöiden tunneilmaisuihin ja samaan aikaan itsessä herääviin ja vaikuttaviin tunteisiin. (Saarinen 2006, 31). Elokuva tarjoaa vain merkkejä, mutta niiden stimuloimat tunteet ja merkitykset tulevat aina ja ainoastaan omasta minuudestamme. Katsoja luo elokuvasta elävän kokonaisuuden jo aikaisemmin kokemiensa ja tuntemiensa tunteiden perusteella. (Mäkipää 1997a, 5-6.)

Terapeuttisessa elokuvakokemuksessa myös yhdistyy Saarisen (2006, 38) mukaan kolme erilaista tunteiden säätelytapaa, joita ovat ajattelu, toiminta ja sosiaalinen tuki. Nämä erilaiset säätelytavat tulevat myös toteutumaan tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän ryhmäkerroilla, jolloin nuori saa toisista ryhmäläisistä sekä ohjaajista sosiaalista tukea ja he käsittelevät elokuvan tapahtumia niin toiminnallisesti kuin ajatuksellisestikin.

Isokorpi ja Viitanen (2001, 3) kirjoittavat kirjassa *Tunnevoimaa! Pro tunteista ja nostavat esille Saarisen (2006) ja Kemppisenkin (2000) mainitseman tunneälyn*. Vaikka kirja keskittyy tunteisiin työelämässä, on siinä kerrottu hyvin mitä tunteet ovat, miten ne näkyvät ja ovat voimavarana. Kirjoittajien lähtökohtana on ajatus siitä, ettei tunteita voi pakottaa eikä tunnetaitoja voi siirtää toiselle valmiina (Isokorpi & Viitanen 2001, 3). Kemppinen (2000) aloittaa kirjassa *Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt tunnekasvatuksesta* ja näkee tunne-elämän kehityksen tärkeyden osana aikuiseksi kasvamisesta. Tunnekasvatuksen kahdeksi tärkeimmäksi tekijäksi Kemppinen (2000, 1-4) nimeää tunteiden havaitsemisen ja hallinnan. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmässä keskitytään juuri tunteiden havaitsemiseen ja siihen miltä tuntuu sekä mitä ajatuksia koettu tunne herättää. Tässä opinnäytetyössä kiinnitetään erityisesti huomiota positiivisiin tunteisiin, joista Kemppinen (2000, 7) toteaaakin, että ”lasten ja nuorten kanssa toimimisen tulisi aina perustua positiivisuuteen sen kaikissa mahdollisissa muodoissa”. Positiivinen ajattelu mahdollistaa kasvun ja kehityksen kun taas pessimistisyys passivoi ja altistaa muun muassa masentuneisuuteen (Kemppinen 2000, 7).

## 2 ITSETUNTO JA KOULUKIUSAAMINEN

### 2.1 Koulukiusaamisen vaikutukset itsetuntoon

Itsetunnon ja koulukiusaamisen syy-seuraus suhdetta on pohdittu useissa eri lähteissä. Tässä opinnäytetyössä ei kuitenkaan oteta kantaa siihen onko huono itsetunto syynä koulukiusaamiseen vai aiheuttaako koulukiusaaminen huonoa itsetuntoa. Niiden seuraukset ovat kuitenkin vakavasti otettavia ja vaativat toimenpiteitä. Tutkimukseen osallistuvat nuoret ovat iältään 13–15 -vuotiaita koulukiusattuja nuoria. Tässä luvussa määritellään itsetunto ja koulukiusaaminen sekä käsitellään aiheeseen liittyvää tutkimustietoa. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmäläisten ikäisten itsetuntoa ja sen kehittymistä tarkastellaan luvussa 2.2 Nuoren kehittyvä itsetunto ja luvussa 2.3. käsitellään tarkemmin koulukiusaamista koulukiusatun näkökulmasta.

Keltinkangas-Järvinen (1994, 17–22) määrittelee hyvän itsetunnon tunteeksi siitä, että kaikista heikkouksista huolimatta on hyvä sellaisena kuin on, ihminen arvostaa itseään ja omaa elämäänsä, omistaa tervettä itseluottamusta, arvostaa muita sekä pystyy tekemään omaa elämää koskevia päätöksiä muiden mielipiteistä huolimatta. Hyvä itsetunto kestää myös epäonnistumiset ja pettymykset. (Keltinkangas-Järvinen 1994, 17–22). Koulukiusaamisesta on olemassa monta määritelmää, mutta Salmivalli (2003) on kiteyttänyt kiusaamisen määritelmän ytimekkääseen lauseeseen: ”kiusaaminen on systemaattista vallan tai voiman väärinkäyttöä”. Systemaattisuudella tarkoitetaan toistuvuutta ja jatkuvuutta. Valta ja voima tarkoittaa kiusaajan ylivoimaa fyysisessä, psyykkisessä ja/tai sosiaalisessa ulottuvuudessa. (Salmivalli 2003, 10–11)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2009) julkaiseman tutkimusraportin mukaan yläkouluikäisistä tytöistä 11 % ja pojista 14 % on toistuvasti koulukiusattuja. Koulussa eniten kiusataan välitunneilla ja toiseksi eniten oppitunneilla. Kiusatuista noin joka viides on kokenut tullessaan kiusatuksi myös koulun ulkopuolella - internetissä. Kiusaamisen yleisyys on erityisen huolestuttavaa, koska MLL:n (2009) tutkimusraportin mukaan Smith, Pepler ja Rigby (2001) sanovat kiusaamisella olevan selvä yhteys ah-

distuneisuuteen, huonoon itsetuntoon, kielteiseen minäkuvaan, yksinäisyyteen, itsetuhoajatuksiin ja masentuneisuuteen (Peura, Pelkonen & Kirves 2009, 5). Näiden tietojen pohjalta Chatard, Selimbegovic ja Konan (2008) tutkimustulokset ovat surullista luettavaa. Niiden mukaan huonolla itsetunnolla on selkeä yhteys itsemurhiin. Suomessa tehdään 100 000 ihmistä kohden 20,3 itsemurhaa vuodessa. Chatard ja muut (2008) korostavat, että huonoon itsetuntoon, tulisi kiinnittää erityishuomiota ja kehittää uusia, itsetuntoa suojaavia ja tukevia ohjelmia. (Chatard, Selimbergovic, Konan 2008, 29). Tutkimuksia tulkittaessa ja kiusaamista selvittäessä on muistettava, että kiusaamisen kieltäminen voi olla myös kiusatun yksi psyykkinen puolustusmekanismi eli defensi. Defenssit eivät todennäköisesti vääristä tilastoja tai estä pitkäaikaiskiusaamiseen puuttumista, koska sen esiintyminen vakavissa tilanteissa on epätodennäköistä. (Salmivalli 1998, 99.)

## 2.2 Nuoren kehittyvä itsetunto

Kirjallisuudessa esitetyt käsitykset murrosikäisen itsetunnosta eivät perustu vain yhteen määritelmään. Yleinen käsitys on, että murrosiässä itsetunto on herkästi haavoittuva ja itsevarmuudentunne ailahteleva. Murrosikäisen itsetunto saattaa vaihdella päivittäin ja suurimmillaan vaihtelu on murrosiän alkuvaiheessa, 12–14-vuotiailla. Nuoren itsetunto on kuitenkin erotettava hetkellisistä mielialanvaihteluista. (Keltinkangas-Järvinen 1994, 33–34.) Murrosiässä nuoren oma, lapsuudesta asti tuttu keho muuttuu aivojen ja kehon kehittymisen sekä aktivoituneen hormonitoiminnan myötä. Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen (2008, 127) sanovat murrosiästä hyvin: ”lapsuuden innokas uteliaisuus vaihtuu nuoruuden hämmennykseen, itsetutkiskeluun ja haavoittuvuuden kautta hyvin hiljaa varhaisaikuisuuden rohkaistumiseksi ja kokeilunhaluksi”. Tähän kaikkeen muutokseen nuori tarvitsee paljon tukea, valvontaa, suojelua sekä neuvontaa.

Nuoruusiässä myös ikätovereiden seura ja ryhmään kuulumisen merkitys korostuu. Samalla kun nuori miettii millainen minä olen, vertaa hän itseään muihin. Tässä vaiheessa perheen merkitys vähenee, koska nuorelle ei enää riitä, että on äidin mielestä maailman kaunein tai komein. Jo pelkkä ryhmästä ulkopuolelle jääminen heikentää

nuoren itsetuntoa, joten vertaisryhmän merkitystä kehittyvälle itsetunnolle ei voida väheksyä. (Mts. 155.) Pruukin (2008) mukaan Kinnunen tuo esille ryhmästä haetun hyväksynnän piilevästä vaarasta, jota nuori ei näe. Aikuisen silmin nuoren kaveriporukka voi olla ”huonoa seuraa”, mutta jos nuori kokee tulevansa siinä ryhmässä hyväksytyksi ja arvostetuksi ei hän näe ryhmän toiminnan haittoja tai vaarallisuutta. Ryhmästä saatu hyväksyntä on tärkeämpää, kuin omien tai vanhempien arvojen ja normien mukaan toimiminen. Tällaisessa tilanteessa nuorelta vaadittaisiin hyvää itsetuntoa, että nuori toisi ryhmässä esille oman mielipiteensä, eikä menisi ryhmän toimintaan mukana. (Pruuki 2008, 49, 53.)

Itsevarma nuori osaa kuunnella ja vastaanottaa toisten neuvot. Hän uskaltaa asettaa itselleen tavoitteita ja ottaa vastaan uusia haasteita, ilman että pelkää heti epäonnistuvansa. Ja vaikka pettymyksiä tulisi, hyvälle itsetunnolle ne eivät ole ylitsepääsemättömiä, eivätkä lannista nuorta pitkäksi aikaa. Huono itsetunto toimii käänteisesti: nuori ei halua tehdä päätöksiä tai hallita elämäänsä ja tuntee pettymyksiensä seuraavan häntä kaikessa, mitä hän yrittää. Alhainen itsetunto voi myös synnyttää ajatuksen siitä, jos ei odota mitään hyvää, ei tule myöskään koskaan pettymään. Tämä ajatus johtaa varmasti oravanpyörän lailla negatiiviseen ajatteluun, niin elämästä yleensä kuin omasta itsestäkin. (Välimäki 2009, 48.) Omanarvontunnon tulisi perustua omiin ajatuksiin itsestä, eikä ulkoisiin tekijöihin, kuten suorituksissa onnistumisiin tai epäonnistumisiin ja toisten sanomisiin tai arvosteluihin. Etenkin suomalaisessa kulttuurissa, ihmisarvoa mitataan juuri yksilön suoritusten perusteella, mikä luo kohtuuttomia paineita onnistumiselle. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 64 - 65.) Keltinkangas-Järvinen (1994, 67) tuo esille tyttöjen ja poikien itsetunnossa huomattavan laadullisen eron. Pojat määrittävät itsetuntoa enemmän juuri suoriutumisen kautta, kun taas tytöille suoriutumisen lisäksi itsetuntoa määrittävät sosiaaliset suhteet.

Kinnunen nostaa nuorten yksinäisyyden yhdeksi suurimmista haasteista nuorten itsetunnon tukemisessa. Yksinäisyys on kaikista haavoittavinta silloin, jos nuori jätetään ryhmien ulkopuolelle. Tällöin nuori kokee, ettei häntä hyväksytä tai ettei hän kelpaa ryhmään ja ajautuu hyvin herkästi ajattelemaan, että hänessä on jokin vika. Torjutuksi tulemisen jälkeen nuori tarvitsee pitkäjänteistä apua ja tukea ennen kuin hän uskaltaa taas kokea yhteenkuuluvuutta toisten ihmisten kanssa. Vääristyneen minäkuvan ja

huonon itsetunnon aikaansaama alemmuuden tunne vaatii korjaantuaakseen paljon aikaa ja ympäristön hyväksyntää. (Pruuki 2008, 65–57)

### **2.3 Koulukiusaaminen kiusatun näkökulmasta**

Lämsä puhuu kiusaamisen olevan suurimmaksi osaksi hienovaraista ja epäsuoraa, jolloin sitä on ulkopuolisen vaikea havaita. Epäsuoraa kiusaamista voi olla esimerkiksi tietynlaiset katseet, huokaukset, vaikeneminen, selän kääntäminen, tuijottaminen tai sosiaalisista tilanteista ulkopuolelle jättäminen. Siinä kiusaaja ei välttämättä tiedosta käyttäytymisensä olevan kiusaamista, mutta kiusatun kokemus kiusatuksi tulemisesta on yhtä todellinen kuin näkyvässä ja avoimessa kiusaamisessa. Näkyvällä ja avoimella kiusaamisella tarkoitetaan fyysistä tai suoraa sanallista aggressiivisuutta – tönimistä, lyömistä, nimittelyä, nöyryyttämistä, alistamista tai selän takana puhumista ja juorujen levittämistä. (Lämsä 2009, 60–61.) On kuitenkin muistettava, että kiusaaminen on aina kiusatun subjektiivinen kokemus. Olkoon kiusaaminen suoraa tai epäsuoraa, on se kiusatulle aina yhtä traumaattista. (Salmivalli 1998, 99.) MLL:n (2009) tutkimusraportin mukaan pojat kokevat tyttöjä enemmän fyysistä väkivaltaa ja väkivallan kokemukset olivat usein yhteydessä myös koettuun kiusaamiseen. Erityisesti tyttöjen kohdalla tämä yhtälö todentui erittäin usein. Tilastollisesti kiusaamistapauksissa epäsuora kiusaaminen (etenkin juoruilu ja poissulkeminen) on kuitenkin yleisempää tyttöjen keskuudessa, kun taas fyysinen kiusaaminen (töniminen, potkiminen, omaisuuteen kohdistuva ilkivalta) on yleisempää poikien keskuudessa. (Peura, Pelkonen & Kirves 2009, 22, 38.)

Salmivalli korostaa kahta asiaa, jotka tekevät kiusatuksi joutumisesta erityisen traumaattisen. Ensinnäkin, se ei ole ohimenevä tapahtuma vaan pysyvä tilanne, joka monien kiusattujen kohdalla jatkuu kouluvuodesta toiseen. Toiseksi, kiusaaminen ei ole muusta luokan sosiaalisesta elämästä irrallaan, vaan siihen liittyy usein kokonaisvaltainen ”ihmisarvon” menetys vertaisryhmässä. (Salmivalli 2003, 19). Lämsän (2009, 70) mukaan kiusaamisen aiheuttamien vaurioiden (seurausten) syvyyteen vaikuttavat sen kesto ja luonne sekä se, onko nuori saanut apua. Yksittäiset tapahtumat eivät yleensä ole kiusatun kasvun ja kehityksen kannalta kaikkein haavoittavimpia, mutta



ne voivat käynnistää ketjun, joka vaikuttaa kiusatun minäkuvaan, itsetuntoon, ihmissuhteisiin ja toimintaan. Varsinkin toistuva hyljeksintä ja välinpitämättömyys ikätoverien taholta aiheuttavat vaurioita nuoren minäkuvalle sekä itsetunnolle. Kiusaamisen jättämät arvet vaikuttavat usein kiusatun käyttäytymiseen vielä aikuisiällä. (Mts. 70).

Ahdistuneisuus, huono itsetunto, kielteinen minä kuva, yksinäisyys, itsetuhoiset ajatukset, koulupelko, psykosomaattiset oireet ja masentuneisuus ovat tutkitusti todettuja, koulukiusaamisen välittömiä vaikutuksia (Salmivalli 2003, 20; Salmivalli 1998, 113). Kiusaamisen pitkäaikaisvaikutuksia on tutkittu vähemmän, mutta Salmivallin (2003, 21–22) mukaan Olweus (1991) on tehnyt seurantatutkimuksen miehistä ja Teräsahjo (1997) on haastatellut viittä suomalaista kouluaikaan aggression johteeksi joutunutta aikuista. Olweuksen tutkimuksessa kouluaikana kiusatut miehet olivat vertailuryhmän miehiä huomattavasti masentuneempia ja heillä oli selvästi huonompi itsetunto ja Teräsahjon haastatteluissa tuli esille, että haastateltujen mukaan aikuisiällä positiivisten toverisuhteiden vähyys ja ryhmän ulkopuolelle jääminen olivat seurausta kouluaikaisesta kiusaamisesta. (Salmivalli 2003, 21–22.) Peuran, Pelkosen ja Kirveen (2009, 5) mukaan Smith, Repler ja Rigby (2001) tuovat esille, että jos kiusatulla on yksikin ystävyys suhde tai jotakin vertaiskontakteja, eivät kiusaamisen vaikutukset ole olleet niin vakavia enää myöhemmällä iällä.

### **3 VIITEKEHYKSENÄ RYHMÄTYÖNMALLI**

Tämän opinnäytetyön aineiston kerääminen toteutettiin ryhmämuotoisena, koska yhtenä tarkoituksena oli antaa ryhmäläisille positiivisia kokemuksia ryhmätoiminnasta. Tämän opinnäytetyön viitekehykseksi valittiin siksi Marilyn B. Colen toimintaterapian ryhmätyön viitekehys ja erityisesti Colen seitsemän askeleen formaatti ryhmän ohjaamiseen (Seven-Step Format for Group Leadership). Formaatin seitsemän askelta ovat vapaasti suomennettuina alustus (introduction), toiminta (activity), jakaminen (sharing), prosessi (processing), yleistäminen (generalizing), soveltaminen (application) ja yhteenveto (summary). (Cole 2005, 3.) Colen seitsemän askeleen formaatista käytettiin jokaisella ryhmäkerralla mukauttaen vähintään viittä askelta, joista kerro-

taan lisää tutkimuksen toteutuksessa. Tämän opinnäytetyön elokuvaaryhmän toteutumisen aikana ohjauksessa otettiin huomioon ryhmädynamiikan kehitysvaiheita, joita ovat esimerkiksi Colen (2005, 29) esiin tuoman Yalomien teorian mukaan orientaatio, konflikti, koheesio ja kypsyys. Tämän opinnäytetyön elokuvaaryhmän jäsenet olivat toisilleen entuudestaan vain tuttuja samasta koulusta, mutta he eivät tunteneet toisiaan kovinkaan paljoa. Joten tutkijoiden oli keskityttävä tutkimuksen ohella tarkasti tekijöihin, joiden avulla ryhmästä muodostuu turvallinen ja luotettava orientaativaiheessa. Colen (2005, 12–13) mukaan ammatillinen ohjaaminen ja rajojen asettaminen ryhmän alkuvaiheessa helpottavat turvallisen ja luotettavan ryhmän luomista.

Toimintaterapiaryhmän ohjaajalle on kolme erilaista roolia: ohjaava (directive), helpottava (facilitative) ja neuvonantaja (advisor). Näistä ohjaajan eri rooleista ryhmän toimintaa helpottava (facilitative) on demokraattinen ohjaustyyli ja antaa ryhmäläisille mahdollisuuden tehdä valintoja. Ohjaaja kuitenkin tarjoaa ryhmälle heidän tarvitsemaa neuvontaa, struktuuria, välineitä sekä tarvikkeita. (Cole 2005, 13–14.) Siitä syystä tämän opinnäytetyön elokuvaaryhmässä ryhmänohjaajan rooliksi valittiin ryhmän toimintaa helpottava (facilitative) ohjaajan rooli. Toimintaterapiaryhmässä apuohjaajasta on paljon hyötyä kuten vastavuoroisen tuen antamisessa, laajempien havainnointien tekemisessä sekä erilaisten roolien ottamisessa (Cole 2005, 16). Tämän opinnäytetyön elokuvaaryhmässä oli mahdollista käyttää apuohjaajaa, koska opinnäytetyön tekijöitä oli kaksi. Apuohjaajan roolia hyödynnettiin tarkempien havainnointien tekemisessä. Kielhofnerin (1997, 183) mukaan ryhmän strukturiin vaikuttaa seuraavat seikat: ryhmäläiset, ryhmän koko, ympäristö, ohjaajan sekä ryhmäläisten roolit. Elokuvan terapeutista katselua varten ympäristön tulee olla rauhaisa ja siellä täytyy olla mahdollisuus uppoutua elokuvan katselun kautta elokuvan maailmaan. Häiritsevät tekijät (melu, ylimääräiset ihmiset, elektroniikan toimimattomuus ja huoneen luokkamaisuus) on suljettava pois.

Ryhmän koko ei saa olla liian suuri, jotta ohjaajien on mahdollista tehdä havaintojaan. Tiivis ryhmä luo myös turvallisuutta jäsenille olla omana itsenään ryhmässä sekä tuoda esille omaa tahtoa esimerkiksi tunteita käsitellessä (haluaako esimerkiksi ilmaista tunteitaan sanoilla vai vain kuvaa näyttämällä). Ryhmän ohjaajan rooli on tärkeä varsinkin ryhmäytymisvaiheessa. Tehokkaan ohjaajan tulisi muistaa olla empaattinen,

antaa esimerkkiä ryhmäläisille käyttäytymisellään, helpottaa kommunikointia ja antaa palautetta. (Kielhofner 1997, 183-184.) Kielhofner (1997, 184) esittää kolme tapaa, joilla ryhmä voi vaikuttaa jäseniinsä: tarkoituksenmukaiseen ja tärkeään toimintaan sitoutuminen, tarjoaa realistisia kokemuksia kannustavassa ympäristössä, missä taitojen oppiminen on mahdollista sekä auttaa jäseniä itsenäisyyteen sekä adaptaation oppimiseen. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän jäsenet ovat koulukuraattoreiden mukaan koulukiusattuja ja omaavat heikon itsetunnon ryhmätoiminnassa.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

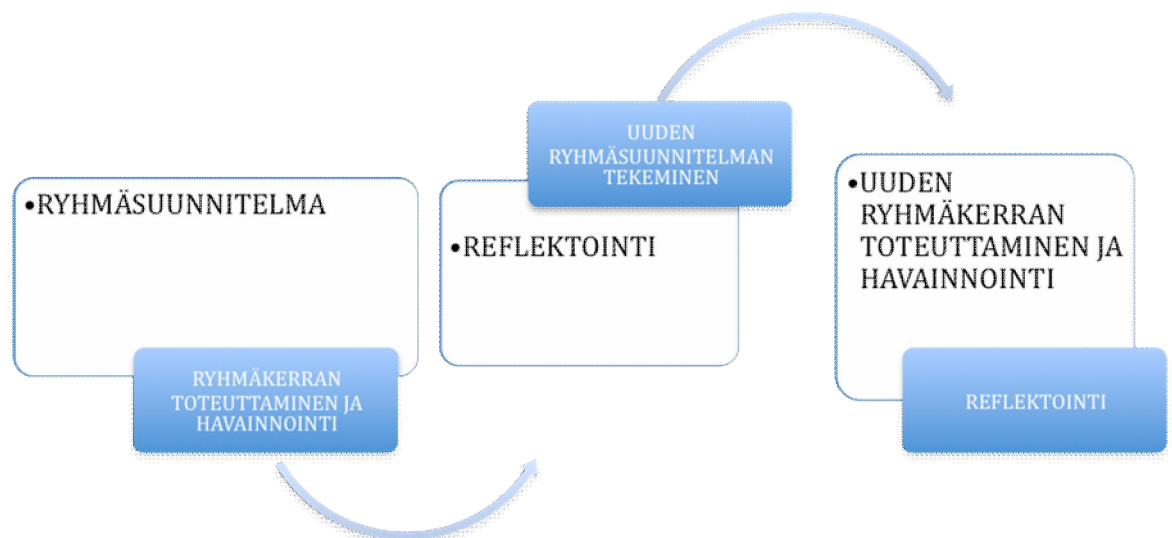
### 4.1 Tutkimusmenetelmänä toimintatutkimus

Tämä opinnäyteyö toteutetaan toimintatutkimustyyppisesti. Heikkinen kertoo Aaltolan ja Vallin (2007) kirjassa hyvin toimintatutkimuksen kehittymisestä sekä ominaispiirteistä. Hänen mukaan toimintatutkimuksen juuret ulottuvat 1920 – luvulle, jolloin John Dewey korosti teorian ja käytännön yhteyttä. Hän pohti tutkimusta, joka toteutuisi ihmisten arjessa sekä kehittäisi reflektiivistä ajattelumallia toiminnan perustaksi. John Collier otti kuitenkin vasta 1940-luvulla käyttöön toimintatutkimus käsitteen kirjoittaessaan intiaanireservaateissa tehdyistä kokeiluista. Toimintatutkimuksen kehittäjänä pidetään kuitenkin Kurt Lewiniä. Hän on amerikkalainen sosiaalipsykologi, joka teki toimintatutkimusta tunnetuksi sekä luonnosteli sen perusideoita. Tämän jälkeen toimintatutkimus on kokenut monenlaisia vaiheita. Välillä sitä on käytetty enemmän – toisinaan vähemmän, eri näkökulmista sekä saaden uusia suuntauksia. (Aaltola & Valli 2007, 198–201)

Toimintatutkimuksen tyypillisiä piirteitä ovat toiminnan ja tutkimuksen samanaikaisuus sekä pyrkimys tuottaa tutkimuksella välitöntä käytännön hyötyä. Toimintatutkimuksen voidaan sanoa olevan sosiaalinen prosessi, koska siinä pyritään tutkimaan ja kehittämään ihmisten yhteistoimintaa. Tässä tutkimusmenetelmässä reflektiivinen ajattelutapa on yksi lähtökohdista. Reflektiivisyys tarkoittaa toimintatutkimuksessa

tutkijoiden jatkuvaa reflektiota omasta toiminnasta ja tutkimuksen etenemisestä. (Aaltola & Valli 2007, 201–202).

Kajaanin ammattikorkeakoulun Internet-sivuilla toimintatutkimuksen reflektiivisen luonteen kerrotaan johtavan tutkimusprosessin syklisyyteen. Syklisyydellä tarkoitetaan sitä kun, tutkimuksen edetessä tutkijat refleктоivat toimintaansa ja käytettyjä menetelmiä ja pyrkivät löytämään toimivimmat ratkaisut jo aineiston keräys vaiheessa. (Toimintatutkimus n.d. Kajaanin ammattikorkeakoulun opinnäytetyöpakki. Viitattu 6.5.2010. <http://kajak.fi>, opinnäytetyöpakki, teoreettinen materiaali, tukimateriaali). Reflektiivisyyden mukana tuoma syklisyys näkyy myös tässä opinnäytetyössä (ks. kuvio 1). Aluksi yhdistettiin koulun tarpeet ja tavoitteet sekä omat tavoitteet opinnäytetyölle. Tämän jälkeen tehtiin suunnitelma, jota tarkasteltiin sekä tarkennettiin jokaisen ryhmäkerran jälkeen. Ryhmäkertojen jälkeen kirjattiin havainnot muistiin ja tarkasteltiin niin omaa toimintaa kuin käytettyjen menetelmien käytettävyyttä. Menneen ryhmäkerran reflektoinnin jälkeen tehtiin uusi suunnitelma, jossa kokeillaan jotakin uutta ja/tai hyödynnetään toimivaksi todettuja ratkaisuja (KUVIO 1).

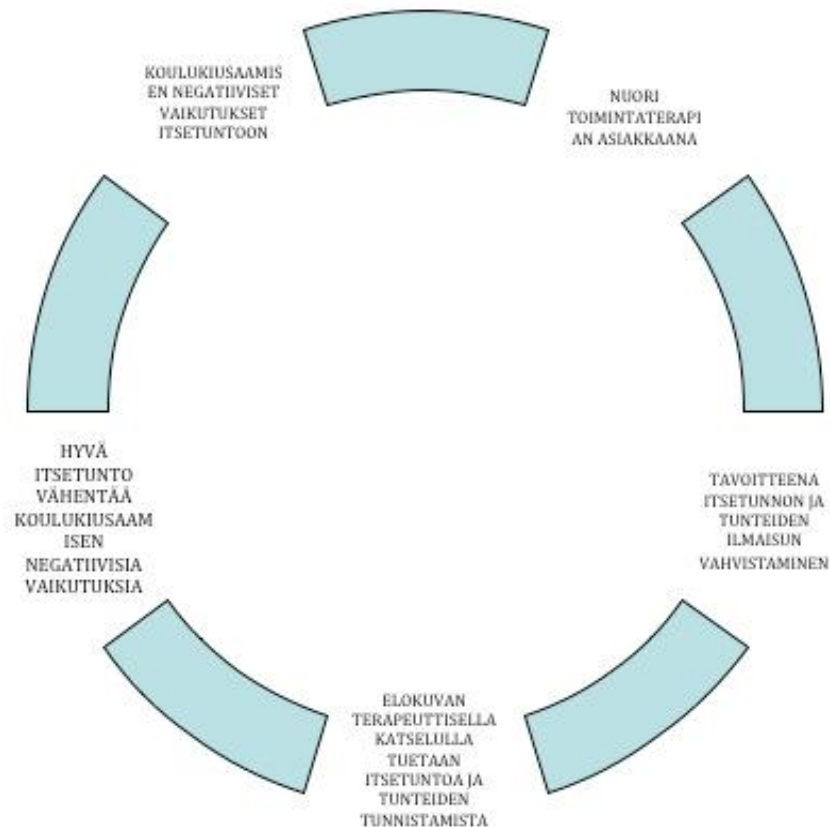


KUVIO 1. Tämän opinnäytetyön elokuva-ryhmän aineistonkeruun sykliset vaiheet

## 4.2 Elokuvaryhmä nuoren itsetunnon tukijana

Synteesi ryhmämuotoisen elokuvan terapeuttisen katselun, koulukiusatun nuoren, kehittyvän itsetunnon, tunteiden käsittelyn ja toimintaterapian välillä on looginen. Mäkipään (1997b, 19–21) esittämä vaakakuppi teorian mukaan tämä opinnäytetyö ei poista ongelmaa, mutta pyrkii tukemaan ja lisäämään yksilön voimavaroja. Kokonaisuudessaan tässä opinnäytetyössä keskitytään asiakaslähtöisesti nuorten itsetunnon ja tunneilmaisun tukemiseen, ei ongelmakeskeisesti pyritä poistamaan ongelmaa. Tämä asiakaslähtöinen lähestymistapa perustuu toimintaterapian ammattietikkaan. Siinä korostetaan toimintaterapeutin ja asiakkaan välisen suhteen tavoittelevan asiakkaan toimintakyvyn edistämistä, asiakkaalle merkityksellisillä elämänaluilla. (Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet 2007,1).

Nyky-yhteiskunnassa median vaikutuksesta lasten ja nuorten kasvuun ja kehitykseen on käyty paljon keskustelua. Lehtinen ja Lehtinen (2007) toteavatkin median olevan tänä päivänä osa nuorten tunne-elämän, itsetunnon ja maailmankuvan rakentumista. Lapset ja nuoret voivat viettää enemmän aikaansa eri medialaitteiden (tietokoneiden, television, pelilaitteiden) parissa, kuin perheidensä kanssa. He nostavat esille myös kotikulttuurin merkityksen television ja elokuvien katselussa. Miten vanhemmat kommentoivat televisio ohjelmia tai elokuvia? Säädeläkö lasten ja nuorten katselua (mitä katsotaan, mihin aikaan, saako kaikkea katsoa)? Nämä katseluhetket voivat parhaimmillaan edesauttaa ja tukea myös kotona vanhempien ja lasten sekä nuorten välistä keskustelua kotona. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 98–99.) Tukemalla elokuvan terapeuttisen katselun avulla nuorten itsetuntoa ja tunteiden käsittelyä, vahvistetaan heidän voimavaroja kohdata ja selviytyä murrosiän haasteista (KUVIO 2).



KUVIO 2. Toimintaterapian, elokuvan terapeuttisen katselun, itsetunnon ja koulu-kiusaamisen yhteys

Yhteiskunnan kehittyminen ja muutokset luovat paineita kasvatusinstituutioille (päivähoito, koulut), miten vastata lasten ja nuorten muuttuneisiin tarpeisiin? Instituutioiden ollessa yhteiskuntapolitiikan ohjauksessa, eivät muutoksetkaan synny hetkessä. Mediakasvatuksen tarve kouluissa on yksi muuttuneen yhteiskunnan mukanaan tuoma haaste, niin koteihin kuin koulumaailmaan. (Lahikainen, Punamäki & Tamminen 2008, 19–20; Lehtinen & Lehtinen 2007, 98). Elokuvan terapeuttinen käyttö toimintaterapian menetelmänä nuorten parissa, antaa mahdollisuuden nuorelle käsitellä haasteellisia tai kiusallisia asioita muodossa, joka on osana niin nuorisokulttuuria kuin yhteiskunnallisesti tuttua mediaa. Lahikaisen, Punamäen ja Tamminsen (2008, 39) kirjas-

sa Oksanen nostaa esille Kallion (2005) huomion kulttuurin visualisoitumisesta. Riittämätön tuki ja malli siitä, millaiseksi tulisi kasvaa, antaa valtaa medialle ja näin nuorelle itselleen jää vastuu oman identiteetin ja moraalien muodostamisesta. Mediapsykologi Anu Mustonen on Oksasen mukaan todennut sosiaalisista ongelmista kärsivien pakenevan helpommin median maailmaan. Medialisoitumista seuraavat ilmiöt tulisi kuitenkin nähdä enemmän seurauksina kuin syinä. Vasta kun lapsen lähiverkostot romahtavat, alkaa lapsuuskin murentua. (Lahikainen, Punamäki & Tamminen 2008, 52). Nämä seikat huomioon ottaen, elokuvan terapeuttisella katselulla voi nähdä paljon hyötyä niin toimintaterapian menetelmänä, kuin myös keinona löytää yhteinen sävel kotona vanhempien ja nuorten välille, kuin kouluihin henkilökunnan ja oppilaiden välille.

Tämän opinnäytetyön aineistonkeruun ryhmämuotoisuus sitookin nämä eri osat hyvin yhteen. Kuten jo aiemmin on todettu, nuorten tunne-elämän, identiteetin ja itsetunnon kehitykselle ystävyys- ja vertaissuhteet ovat tärkeitä (esim. Salmivalli 2005, 15–57). Vertaissuhteet ryhmässä opettavat nuorta kompromissien tekemiseen, oman paikan ottamiseen sekä auttaa irtautumaan vanhemmista. Ryhmässä tapahtuvan sosiaalisen vertailun kautta, myös nuoren minäkuva, käsitys itsestä ja omista ominaisuuksista rakentuu. Mikäli nuori kokee tulevansa jatkuvasti torjutuksi, hän pian omaksuu, että hänessä itsessään on jokin vika ja näin ollen on sosiaalisesti epäonnistunut. Torjutuksi tuleminen myötä syrjäytyminen, yksinäisyys ja kiusaaminen yleistyvät, kun taas edes kohtalaisessa suosiossa olevat nuoret välttyvät näiltä vaikeuksilta. Syrjäytyminen vertaissuhteista, jättää nuoren ulkopuolelle, myös mahdollisuudesta harjoitella sosiaalisia taitojaan ja kehittää minäkäsitystään. (Salmivalli 2005, 32–33). Ryhmämuotoisesti toteutettuna tämä opinnäytetyön elokuvaryhmä mahdollistaa vertaissuhteiden positiiviset vaikutukset, koska syrjintää ei ohjatussa ryhmässä pääse syntymään. Vaikka tässä opinnäytetyössä ei pyritä vähentämään tai poistamaan koulussa tapahtuvaa kiusaamista, on vertaissuhteiden mahdollistaminen, identiteetin ja tunne-elämän tukeminen pidemmälle katsottuna hyödyllistä. Salmivallin (2005, 43–44) mukaan Parkkerin ja Asherin (1987) tutkimuksessa torjutuksi tuleminen pitkäaikaiset vaikutukset näkyvät myöhemmin kouluvaikeuksissa (poissaolot, luokalle jääminen), tunne-elämän ongelmiin (masentuneisuus, yksinäisyys, heikko itsetunto) sekä käyttäytymisen ongelmiin (aggressiivisuus, antisosiaalisuus).

Tämän opinnäytetyö ei keskity ryhmäläisten vertaissuhteen tai ystävyyssuhteiden vahvistamiseen tai syntymiseen, niiden hyödyllisyydestä huolimatta. Tässä opinnäytetyössä keskitytään tutkimaan elokuvan käytettävyyttä nuorten ongelmien ennaltaehkäisyssä ja minuuden tukemisessa. Opinnäytetyön tekijöiden näkökulma on tutkia elokuvan käytettävyyttä toimintaterapian menetelmänä nuorten haasteisiin vastaamisessa, ei löytää keinoja vertaissuhteiden vahvistamiseen. Kuten toimintaterapiassa ja muussa kuntoutustoiminnassa, on tässäkin opinnäytetyössä otettu huomioon lyhyt- sekä pitkäaikaiset vaikutukset sekä ennaltaehkäisy näkökulmat. Kiusaamisen ja syrjäytymisen sekä huonon itsetunnon vaikutukset auttavat näkemään ilmiön osana laajempaa kokonaisuutta, ei pelkästään sen hetkisenä, tiettyjä yksilöitä koskevana tapahtumana.

### **4.3 Elokuvaryhmän suunnittelu ja toteutus**

Tälle opinnäytetyölle haettiin yhteistyökumppania sähköpostikyselyllä (LIITE 1) syksyn 2009 aikana. Ensimmäinen sähköpostikierros suunnattiin lapsi- ja nuorisokoteihin sekä perhekoteihin Jyvässeudulla. Kyselyyn saatiin muutamia vastauksia, mutta erityisesti esteistä johtuen vastaajat eivät voineet osallistua tutkimukseen kiinnostuksesta huolimatta. Vastaajien kiinnostuneisuus ja kannustus aiheen tutkimiseen rohkaisi toteuttamaan vielä toisen sähköpostikyselyn yhteistyökumppanin löytämiseksi. Toinen sähköpostikysely (LIITE 2) suunnattiin Jyvässeudun peruskoulujen koulukuraattoreille sekä – psykologeille. Tällä kertaa Jyväskylän yläkoulujen koulukuraattorien ja psykologin työryhmä oli kiinnostunut ja valmis lähtemään mukaan tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän toteuttamiseen. Myös toinen kolmannen sektorin kuntoutustaho oli kiinnostunut tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän toteuttamisesta, mutta epäselvien aikataulujen vuoksi päädyttiin tekemään yhteistyötä yläkoulujen oppilashuollon kanssa.

Ensimmäinen yhteinen palaveri tämän opinnäytetyön tekijöiden ja Jyväskylän kaupungin kolmen koulukuraattorin sekä yhden koulupsykologin kanssa pidettiin 18. päivä marraskuuta 2009. Palaverissa selvitettiin tämän opinnäytetyön tarkoitusta ja arvi-



oitii toimintaterapeutin elokuvaryhmän toteuttamista yhteistyössä Jyväskylän yläkoulujen kanssa sekä suunniteltiin käytännön toteuttamista, ryhmäkokoja, tiloja toiminnalle, ryhmäkerran kestoja ja ajankohtaa. Neljäs päivä helmikuuta vuonna 2010 pidettiin toinen palaveri, jossa olivat ensimmäisen palaverin osallistujien lisäksi tämän opinnäytetyön ohjaava opettaja toimintaterapian lehtori Jaana Ritsilä. Palaverissa tarkennettiin toteutuksen ajankohtaa ja sovittiin tutkimuslupien anomisesta. Tutkimusluvat anottiin sekä Jyväskylän kaupungilta että Jyväskylän ammattikorkeakoululta.

Palaverissa sovittiin, että tämän opinnäytetyön elokuvaryhmään osallistuminen olisi nuorelle vapaaehtoista, mutta edellyttäisi sitoutumista ryhmään, jos ryhmän aloittaisi. Koulukuraattoreilla oli tarkoitus olla tapaamatta nuoria tutkimusjakson aikana, tarvittaessa tapaaminen oli kuitenkin mahdollista järjestää. Koulukuraattorit tiedottivat ryhmään osallistuvien vanhempia tutkimuksesta ja sen sisällöstä, jotta he pystyisivät seuraamaan sekä tukemaan nuoria sen aikana. Vanhemmat lähettäisivät ennen ryhmän alkamista tutkijoille allekirjoitetun lupa-anomuksen (LIITE 3) palautuskuoressa. Lupa-anomuksen mukana lähetettiin tiedote ryhmän sisällöstä ja aikataulusta. Jakson jälkeen koulukuraattorit tulisivat tapaamaan nuoria ja antamaan kirjallista palautetta (LIITE 4) tutkimuksen tekijöille nuorissa tapahtuneista muutoksista ja nuoren kertomista kokemuksista ryhmään osallistumisesta.

Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän esivalmistelut etenivät juuri edellä mainittujen vaiheiden kautta. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmään osallistui kaksi yläkouluikäistä poikaa ja molemmat olivat jokaisella kuudella ryhmäkerralla paikalla. Ryhmä kokoontui Jyväskylän ammattikorkeakoulun luokkatiloissa, pääsääntöisesti ryhmäkerrat toteutuivat samassa tilassa. Elokuvat heijastettiin videoprojektorilla seinälle elokuvasalitunnelman luomiseksi ja elokuvaa katsottiin sohvalta tai säkkituoleilta. Aalto (2000, 92) painottaa ryhmäytymisen perustaksi luotavaa turvallisuutta. Turvallisuuden luomiseksi suositellaan kertomaan ryhmälle tietoja itsestä, mitä tulee tapahtumaan, ketä on paikalla sekä menetelmistä ja työskentelytavoista (mts. 92).

Kaikki tämän opinnäytetyön elokuvaryhmäkerrat noudattivat pääsääntöisesti seuraavaa runkoa: alkupiiri, elokuvan katsominen ja ryhmäkerran päättäminen. Alkupiirissä käytiin läpi tunteita ja se antoi mahdollisuuden ryhmäläisille kertoa, mikä on päivän

vireystaso. Samalla harjoiteltiin tunteiden tunnistamista ja nimeämistä. Myös opinnäytetyön tekijät osallistuivat tähän aloitukseen, jolloin ryhmäläiset saivat ohjaajilta mallin verbaalisesta tunteiden ilmaisusta. Ennen elokuvan katsomista käytiin läpi katselutekniikoita ja katsottava elokuva kertomalla sen päähenkilöistä sekä juonesta pääpiirteittäin. Siten pyrittiin ohjaamaan nuoria huomioimaan elokuvassa ryhmäkerran teemaan liittyviä asioita, jotka helpottaisivat elokuvan jatkokäsittelyä. Opinnäytetyön tekijät olivat pohtineet valmiiksi elokuvista huomioitavat seikat ryhmäkertoja suunnitellessa. Elokuvan katsomisen jälkeen käytiin läpi eri menetelmin elokuvan tapahtumia ja siitä heränneitä ajatuksia.

Ryhmäkerran lopuksi ryhmäläiset valitsivat aikakauslehdistä kuvan, joka heidän mielestä kuvasi parhaiten siltä ryhmäkerralta mieleen jääneitä asioita. Ryhmäläiset kiinnittivät valitsemansa lehtileikekuvat itse tehdyille ”kaitafilmille” (ks. KUVIO 3). Kaitafilmin tavoitteena oli konkretisoida ryhmäkertojen määrä, antaa ryhmäkerroille selkeä päätös ja auttaa muistamaan aiemmat ryhmäkerrat. Tämän opinnäytetyön liitteenä (LIITE 5) on ryhmäkertojen kirjalliset suunnitelmat sekä nuorille annetut kotona pohdittavat kysymykset. Seuraavassa alaluvussa (4.3 Ryhmäkerrat) kerrotaan tarkemmin tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän toteutuksesta. Katsottavien elokuvien valinnat perustuivat Mäkipään ja Saarisen (2006) suosituksiin, mutta valinnat pohjautuivat myös tutkijoiden näkemykseen ryhmälle sopivista terapeuttisista elokuvista (LIITE 6). Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmässä noudatettiin myös valtion elokuvatarkastamon (VET) ikäsuosituksia. Ryhmä kokoontui kerran viikossa, kuuden viikon ajan Jyväskylän ammattikorkeakoulun HYVIpisteen tiloissa keväällä 2010. Yksi ryhmäkerta oli kestoltaan 150 minuuttia.

## 4.4 Ryhmäkerrat

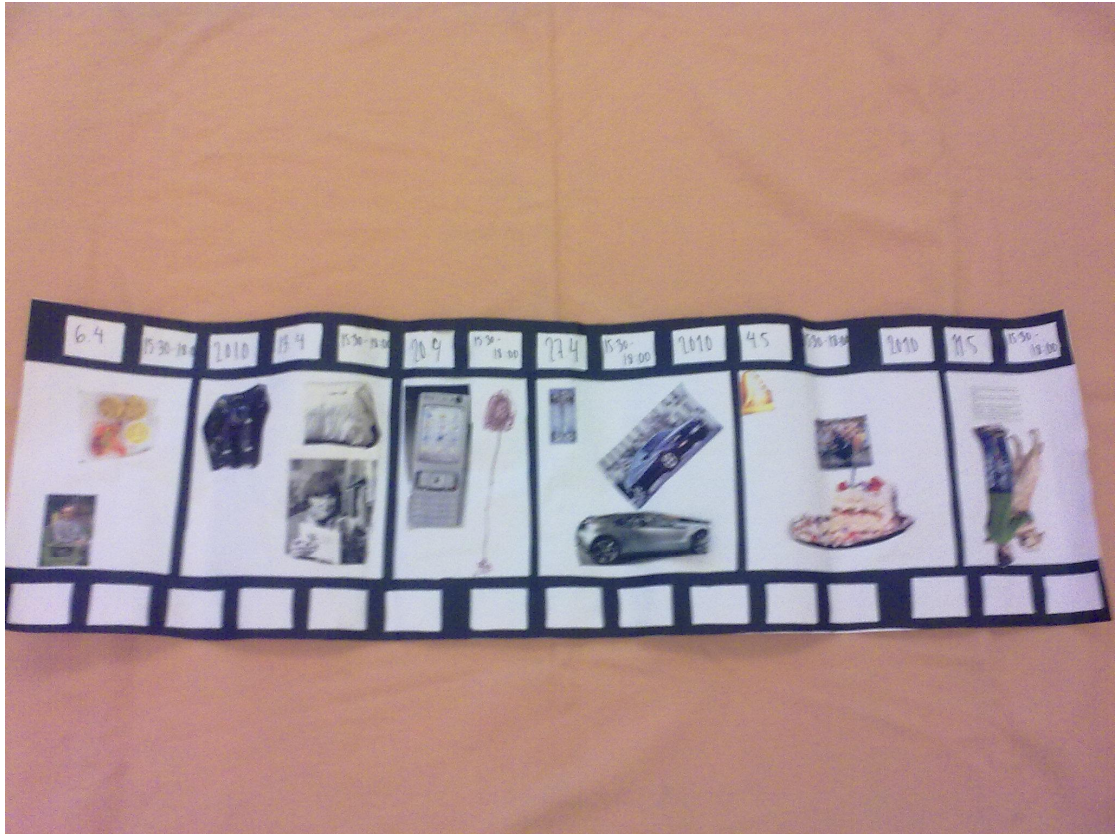
### 1. Kerta: Kuka minä olen

Ensimmäisen ryhmäkerran aiheena oli minäkuva, miten näen itseni, miten muut näkevät minut ja kuka minä olen. Aloituksessa käytiin läpi mihin nuoret ovat tulleet, varmistettiin heidän lupa ja suostumus (LIITE 7) käyttää ja kuvata ryhmäkertojen tuotok-

sia osana opinnäytetyötä sekä tutkimusaineistoa. Tämän jälkeen alkupiirin tutustumiskierros käytiin postikorttien avulla. Valittavana oli useita eri postikortteja, joista nuoret sekä opinnäytetyön tekijät valitsivat kortin, joka kuvaa parhaiten omaa persoonaa. Tehtävän tarkoituksena oli esittäytyä muille ja kertoa millä mielin on tullut tähän ryhmään. Ryhmäläiset valitsivat kortin, joka oli heidän omasta mielestään hauska, mutta ei välttämättä kuvannut heitä itseään. Ryhmäläiset kuvasivat enemmän sitä, mitä kortin kuvassa oli eivätkä omaa itseään. Ensimmäisellä kerralla nuoret täyttivät alkukysely- sekä yhteystietolomakkeet (LIITE 8). Alkupiirin jälkeen tehtiin ryhmälle tunnuslippu. Tunnuslippu muodostui kaikkien henkilökohtaisista pienemmistä lipuisista. Henkilökohtaisen lipun tekemiselle jokainen sai vapaat kädet käytettävissä olevan materiaalin puitteissa. Henkilökohtaisen lipun tarkoituksena oli kuvata omia luonteenpiirteitä sekä asioita, joista piti. Kun henkilökohtaiset liput olivat valmiit, yhdistettiin ne toisiinsa, jolloin muodostui yksi iso lippu kuvaamaan koko ryhmää. Ryhmäläiset keskittyivät lipun tekemiseen tiiviisti. Tämän tehtävän kautta saatiin enemmän tietoa ryhmäläisten mielenkiinnonkohteista ja viritettyä vapaata keskustelua muun muassa harrastuksista. Lipun valmistumisen jälkeen sovittiin säännöt ryhmässä käyttäytymiselle. Nuoria kannustettiin itse nimeämään säännöt ja esille nostetut säännöt kirjattiin ylös. Säännöiksi sovittiin ryhmän luottamuksellisuudesta (ryhmässä keskustelluista asioista ei puhuta ulkopuolisille), ei puhuta toisten päälle, kaikilla on oikeus omaan mielipiteeseensä ja sen saa ryhmässä esittää.

Tämän jälkeen keskusteltiin nuorten elokuvien katselutottumuksista sekä – mieltymyksistä ja kerrottiin ryhmässä käytettävistä katselutekniikoista sekä jälkianalysoinnista. Ensimmäisellä kerralla katsottiin sarjasta *The King of Queens* (Kellarin kunkku) kuudennen tuotantokauden yhdeksäs jakso ”Thanks, man”. Sarja ei ollut nuorille tuttu, joten ennen katsomista heille kerrottiin sarjan henkilöhahmojen taustoja. Nuorille annettiin tehtäväksi keskittyä katsomaan sarjassa esiintyvien henkilöiden välisiä suhteita, heidän tunteita sekä reagointia tapahtumiin. Jakson katsomisen jälkeen henkilöiden tunteita, reagointia, mielipiteitä ja syitä heidän toiminnalle analysoitiin keskustelemalla. Tilannetta pohdittiin ajatuksella, ”mitä itse olisin tehnyt xx-henkilön tilalla”. Tarkempaa tarkastelua tehtiin kysymykselle, mikä tekee ihmisestä luotettavan tai epäluotettavan. Näitä ajatuksia nuoret kirjoittivat kartongista tehdyille alustalle. Nuoret osallistuivat aktiivisesti aiheen käsittelyyn. Tämän jälkeen nuorille esiteltiin kaitafil-

mi-tehtävä (KUVIO 3) ja sen tarkoitus. Ryhmäläiset valitsivat kuvat kaitafilmiille tämän jälkeen. Ennen kotiin lähtöä nuorille annettiin kotona pohdittavat kysymykset kirjallisena mukaan.



KUVIO 3. Kaitafilmi

## 2. Kerta: Erilaisuus, uskallus ja rohkeus

Toisen ryhmäkerran aiheena oli ihmisten erilaisuus, uskallus, rohkeus, omat valinnat ja ympäristön vaikutus niihin. Alkupiirin tunnekierron toteutettiin Nalle – korteilla (The Bears, 1992) (KUVIO 4, s. 26).



KUVIO 4. Ryhmäläisten valitsemat Nalle – kortit

Korteissa oli näkyvässä nallen koko vartalo, jolloin kortin tunnelmaan vaikuttaa ilmeen lisäksi myös muun vartalon asento. Nuoret harkitsivat kortin valintaa ja perustelivat valintojaan muutamalla sanalla. Ennen elokuvan katsomista käytiin läpi edellisellä kerralla kirjattuja sääntöjä ja ne allekirjoitettiin. Allekirjoittamisen tarkoituksena oli muistuttaa ryhmäläisiä sovitusta säännöistä sekä sitouttaa ryhmäläisiä noudattamaan niitä. Ensimmäisenä täyspitkinä elokuvana katsottiin Billy Elliot (2000). Elokuva kertoo nuoresta pojasta, Billystä, joka asuu kaivostyötä tekevän isänsä, isoveljen ja mummonsa kanssa 1980-luvun puolivälin Englannissa. Billyn isä on entinen amatööri nyrkkeilijä ja haluaa Billynkin harrastavan nyrkkeilyä. Nyrkkeilysalille tulee tanssikoulun remontin ajaksi balettiryhmä, ja Billy ajautuu kuin vahingossa balettiharjoituksiin. Baletin valmentaja huomaa Billyllä olevan lahjoja balettiin ja kannustaa häntä jatkamaan. Billy alkaa käydä salaa balettiharjoituksissa ja kun Billyn isälle paljastuu poikansa uusi harrastus, joutuvat kaikki miettimään omia ennakkoluuloja, tahtoa, toiveita ja unelmiaan. Lopuksi Billyn isä hyväksyy poikansa uuden harrastuksen ja on Billyn tukena hänen hakiessa Lontoon Kuninkaalliseen balettikouluun. Ryhmäläisille kerrottiin elokuvan hahmoista ja pääpiirteittäin juonen etenemisestä. Elokuva pysäytettiin kolmessa eri kohdassa. Taukojen aikana keskusteltiin elokuvan tapahtumista.

Nuoret eivät pitäneet elokuvasta, joka kävi ilmi keskusteluissa sekä levottomana käyttäytymisenä elokuvan aikana. Ryhmäkerran lopuksi ryhmäläiset valitsivat kuvat kaitafilmiin (KUVIO 3) sekä saivat mukaan kotona pohdittavat kysymykset.

### **3. Kerta: Rohkeus ja unelmien toteuttaminen**

Tämän ryhmäkerran aiheena oli rohkeus ja unelmien toteuttaminen. Alkupiirin tunnekerroksessa käytettiin yksinkertaistettuja ilmekortteja. Kortteihin on piirretty hymiöiden tavoin yksinkertaistettu ilme ja valittavissa oli useita erilaisia ilmeitä. Nuoret löysivät ilmekorteista helposti tämän päivän olotilansa. Edelliskertaan verrattuna verbaalinen kuvailu mielialasta oli vähäisempää. Tämän jälkeen keksittiin ryhmälle nimi, käyttämällä valmiiksi kirjoitettuja tavuja. Ryhmän nimi keksittiin tavuilla, koska ryhmäläisillä ei ollut etukäteen mietittyjä ehdotuksia ryhmän nimestä. Tavuja yhdistelemällä ryhmäläiset pyrkivät kokoamaan ryhmää kuvaavan nimen. Nimen keksimisen tavoitteena oli vielä lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lisätä ryhmän sisäistä luottamusta. Tämä tehtävä oli kuitenkin nuorille haasteellinen ja tarvitsivat ohjaajien tukea.

Nimen muodostamisen jälkeen orientoituttiin tämän kerran elokuvaan, joka oli Up – kohti korkeuksia (2009). Elokuva käsittelee haaveita, unelmien toteuttamista, ystävyyttä ja vastoinkäymisten kohtaamista. Elokuvan alussa käsitellään Carlin ja Ellien tapaamista, kun he olivat lapsia ja heidän suhteensa kehittymistä aviopariksi ja lopulta Carlin leskeksi jäämiseen saakka. Tämän jälkeen Carl löytää vanhan seikkailukirjansa ja päättää toteuttaa hänen ja Ellien yhteisen haaveen – asua vesiputouksen vieressä. Siitä alkaa seikkailu, joka sisältää niin onnistumisia kuin vastoinkäymisiä elinikäisen unelman toteuttamisprojektissa. Elokuvan jälkeen keskusteltiin mitä haaveita ja unelmia elokuvassa oli, mikä esti niiden toteutumista ja mikä sai Carlin vanhoilla päivillään kuitenkin toteuttamaan haaveensa. Elokuva pysäytettiin kaksi kertaa, joiden aikana käyty keskustelu oli monipuolista. Nuoret keskittyivät elokuvan katsomiseen ja analysoivat elokuvan tapahtumia aiempia kertoja syvemmin. Tämän jälkeen ryhmäläiset tekivät omat seikkailukirjansa ja keräsivät sinne kuvia tai kirjoittivat omista haaveista tai unelmista. Nuoret osallistuivat innokkaasti etsimään kuvia seikkailukirjoihinsa. Tuotoksista keskusteltiin ja ne esitettiin toisille. Ryhmäkerran lopuksi valittiin kuvat kaitafilmiin (KUVIO 3).

#### **4. Kerta: Roolit ja tunteet**

Neljännän kerran aiheena oli pohtia eri rooleja ja niiden vaikutusta tunteisiin. Alkupiirissä sen hetkinen tunne nimettiin tunne-lappujen avulla. Pöydälle leikattiin Tunneetsivän tunnesanat (Salminen 2008, 32–33), joista jokainen valitsi yhden ja perusteli valintansa. Tässä yhteydessä keskusteltiin myös, miten fysiologiset tunteet (esim. nälkä) eroavat muista tunteista. Nuoret lukivat tunne-laput huolellisesti läpi ja löysivät oman tunteensa lyhyen pohdinnan jälkeen. Tämän jälkeen katsottiin elokuva *The Mask – naamio* (1995). Elokuva kertoo miehestä nimeltä Stanley Ipkiss. Stanley löytää naamion, joka muuttaa hänen persoonansa itsevarmaksi ja röyhkeäksi sekä hän saa yliluonnollisia voimia. Naamion avulla hän uskaltaa toteuttaa haaveitaan sekä lähestyä naista, johon on ihastunut. Naamio ei kuitenkaan tuo Stanleylle pelkkää hyvää, vaan hän joutuu sen vuoksi myös vaikeuksiin. Lopulta Stanley päättää hävittää naamion, koska hän ei koe kuitenkaan olevansa oma itsensä tai toimivansa oikein silloin, kun käyttää sitä.

Elokuvan päätyttyä pohdittiin elokuvassa olleita rooleja ja miten ne eroavat toisistaan. Keskusteltiin myös, miksi elokuvassa Stanley salasi joitain asioita tietyiltä ihmisiltä. Nuoret pitivät elokuvasta, mikä näkyi positiivisesti analysointikeskustelussa. Lopuksi ryhmäläiset kirjoittivat edellisellä kerralla tehtyyn seikkailukirjaan viisi roolia, joita he kokivat itsellään olevan. Rooleista ja niiden mahdollisista eroavaisuuksista keskusteltiin ja lopuksi ryhmäläiset yhdistivät alussa käytettyjä tunnesanoja omiin rooleihin. Omien roolien nimeäminen oli ryhmäläisille haasteellista ja he tarvitsivat siihen ohjaajien tukea. Nuoret keskittyivät roolitehtävän tekemiseen ja sen pohtimiseen intensiivisesti. Ryhmäkerta lopetettiin jälleen kuvan valitsemiseen ja liimaamiseen kaitafilmille sekä kotipohdinta kysymysten (LIITE 4) antamiseen.

#### **5. Kerta: Erilaisuuden hyväksyminen, epäluulo ja -varmuus**

Toiseksi viimeisellä kerralla aiheena oli erilaisuuden hyväksyminen, epäluulo ja –varmuus sekä niiden voittaminen. Alkupiirissä tunnekierron käytiin täydennyskuvan avulla. Kaikki saivat ääriiviivat kasvoista, joihin jokainen piirsi ilmeen kuvaamaan sen hetkistä tunnetta. Oman ilmeen piirtämiseen nuoret käyttivät aikaa, mutta ilmeen sanallinen kuvaaminen oli haastavaa. Tämän jälkeen katsottiin elokuva, joka oli *Kung Fu Panda* (2008). Animaatioelokuva kertoo Po -pandasta, joka haaveilee kung fu –

taistelijan urasta, mutta on töissä vanhempiensa nuudeli ravintolassa. Vanhemmat toivovat hänestä jatkajaa yritykselle ja panda joutuu tekemään päätöksiä omien haaveiden ja vanhempiensa toiveiden välillä. Elokuvasa Po tulee vahingossa valituksi lohikäärmesoturiksi, jonka tarkoituksena on taistella vihollisia vastaan ja pelastaa koti-laakso. Siitä alkaa pandan unelman toteutuminen, joka ei kuitenkaan toteudu ilman vastoinkäymisiä. Elokuvan aikana perehdytään tarkemmin kohtaukseen, jossa Po päättää lähteä karkuun, koska epäilee omia mahdollisuuksia taistella vihollista vastaan. Tämä kohtaus katsottiin ensin ilman ääntä ja sen jälkeen taas uudelleen äänen kanssa. Kummallakin katselukerralla ryhmäläiset tekivät tunteiden tunnistamistehtävän (ks. LIITE 9).

Elokuvan katsomisen jälkeen tapahtumia pohdittiin keskustelemalla ja pyrittiin miettimään mitä yhteistä tai samankaltaisuutta oli tässä elokuvassa kuin toisella kerralla katsotussa Billy Elliot (2000) – elokuvassa. Tällä kerralla toinen ryhmäläisistä keskittyi huonosti elokuvan katsomiseen ja osoitti mieltään kielteisellä käyttäytymisellä sekä vastahakoisuudella keskusteluun. Ryhmäkerran aikana ei tullut esille syytä toisen ryhmäläisen muuttuneelle käytökselle. Toinen ryhmäläisistä osallistui keskusteluun sekä tehtäviin aktiivisesti. Lopuksi valittiin kuvat kaitafilmiä (KUVIO 3) ja jaettiin kotipohdinta kysymykset.

## **6. Kerta: Minuus ja oman elämän ainutlaatuisuus**

Viimeisellä kerralla aiheena oli minuus ja oman elämän ainutlaatuisuus. Alkupiirissä käytettiin esineitä. Jokainen sai valita esillä olevista erilaisista pienesineistä jonkun, joka kuva tämän hetkistä tunnetta ja sitä, miten on kokenut tämän ryhmän. Oman tunteen kuvaaminen esineen avulla oli nuorille hankalaa. Nuoret valitsivat ensimmäisen kerran tavoin esineen, josta pitivät eivätkä kuvailleet valintansa yhteyttä sen hetkiseen tunteeseensa. Alkupiirin jälkeen katsottiin kohtaus elokuvasta Little Miss Sunshine (2006), jossa yksi elokuvan pääroolihahmoista (Olive) esiintyy lasten kauneuskilpailun kyky – osuudessa. Ryhmäläiset ohjeistettiin katsomaan kohtaus esiintyjän, hänen perheensä sekä muun yleisön näkökulmasta. Pätjän jälkeen keskusteltiin, mitä tunteita ja reaktioita näillä kolmella ryhmällä oli nähtävissä. Tämän jälkeen ryhmäläiset täyttivät loppu- ja palautekyselylomakkeet (LIITE 8 & LIITE 9). Seuraavaksi muisteltiin ensimmäisellä kerralla katsottua sarjaa ja mietittiin, miten jakso tulee päättymään.



Tämän jälkeen katsottiin jakso loppuun ja keskusteltiin, mistä ryhmäläisten odotukset päätökselle syntyi ja olivatko ne pitäneet paikkaansa. Tämä oli viimeinen aineiston keräys tehtävä, joten ennen kuin siirryttiin katsomaan Simpsonsia rentoutumisen vuoksi, keskusteltiin hetki menneestä. Muisteltiin, mitä edellisillä kerroilla oli katsottu ja tehty ja kerättiin suullista palautetta ryhmäläisiltä siitä, mikä oli hyvää ja mitä olisi voinut tehdä toisin ryhmän toteutuksessa. Loppuaika katsottiin Simpsonsia, ilman erityisempää tehtävää tai jatko analysointia. Ryhmäkerta päätettiin tuttuun tehtävään – kaitafilmi (KUVIO 3) kuvan valitsemiseen. Tämän ryhmäkerran aikana nuoret olivat levottomia, eivätkä keskittyneet pohtimaan katsottujen pätkien teemoja. Levottomuus näkyi malttamattomana käyttäytymisenä loppukyselylomakkeita (LIITE 8) täytettäessä. Nuoret olivat kuitenkin hyvällä tuulella koko ryhmäkerran ajan.

#### 4.5 Tutkimusaineisto

Heikkisen, Rovion ja Syrjälän (2006) mukaan Huovinen ja Rovio sanovat toimintatutkimuksen tärkeimmiksi tiedonkeruumenetelmiksi havainnoinnin, havainnointiin perustuvan tutkimuspäiväkirjan sekä haastattelun. Aineistoon voi kuulua myös tutkimuksen aikana tehdyt muut tuotokset (kirjallinen materiaali, sähköpostiviestit jne). Ne eivät kuitenkaan kerro mitä prosessin aikana on tapahtunut, mutta antavat arvokasta tietoa toteutuksesta. Tästä muusta aineistosta johtuen, muodostuu analysoitava aineisto usein laajaksi sekä monilaatuiseksi, mikä lisää haasteita aineiston analysoinnille. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2008, 104–105).

##### **Tämän opinnäytetyön aineisto koostuu:**

- havainnointimuistiinpanoista
- alku- ja loppukyselyistä (LIITE 8)
- vanhempien (LIITE 10) sekä koulukuraattorin palautteesta (LIITE 4)
- ryhmäkerroilla tuotetusta materiaalista

**Havainnointi** antaa muulle aineistolle silmät ja korvat, se mahdollistaa tunteiden ja ilmapiirin aistimisen. Grönfors (2007) sanoo kirjassa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1, etteivät pelkät muistinvaraiset muistiinpanot havainnoista riitä. Niitä tulisi tehdä tilan-

teen ollessa ”päällä”, mutta muistiinpanojen tekeminen voi häiritä tilanteen luonnollista kulkua. Grönfors painottaa muistiinpanojen tekemistä rauhallisessa tilassa, mahdollisimman pian havainnoidun tilanteen jälkeen. Se, mitä kirjataan ja missä muodossa voi vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Tarvitaan muistiinpanoja, joissa kuvaillaan osallistujia, heidän sanomisia ja tekemisiä, ryhmän reaktioita ja kaikkia muita tapahtumia, jotka viittaavat vuorovaikutustilanteeseen. Mutta, myös kontekstitiedot, kellon aika, paikka ja muut olosuhteet tekijät ovat tärkeitä. Nämä kaksi eri asiaa kuvaavaa muistiinpanoa, tulee pitää erillään, jotta niitä voidaan käsitellä erillisenä myös analyysivaiheessa. Muistiinpanoja ei tehdä kaikesta tapahtuneesta, vaan vain siitä minkä havainnoija näkee tutkimuksen problematiikan kannalta oleellisena. Analysointi ja valikointi alkavat siis jo muistiinpanojen kirjaamisvaiheessa. Vaikka lopullisessa tutkimusraportissa tutkittavia ei voi tunnistaa, olisi hyvä pitää muistiinpanoissa henkilöt tunnistettavina. Tämän vuoksi muistiinpanoja tulee säilyttää huolella ja se on tutkijan vastuulla, etteivät muistiinpanot pääse väärin käsiin. (Aaltola & Valli 2007, 151–163). Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän havainnointimuistiinpanot on tehty heti ryhmäkertojen jälkeen. Molemmat opinnäytetyön tekijät kirjoittivat yhdessä muistiinpanoja ryhmäläisten olemuksesta, osallistumisesta ja käyttäytymisestä sekä käytettyjen menetelmien toimivuudesta/toimimattomuudesta. Myös, ryhmäkerran aikana syntyneet uudet ideat kirjattiin ylös. Kaikki ryhmäkerroilla syntyneet tuotokset ja esimerkiksi symbolien/kuvien valinnat kuvattiin, jolloin ne muodostuvat osaksi tutkimusaineistoa – kertomalla mitä prosessin aikana on tapahtunut.

**Alku- ja loppukysely** – lomake (ks. LIITE 8) on tämän opinnäytetyön tekijöiden koostama kyselylomake, johon kuuluu Rosenbergin (1965) itsetuntotesti sekä nimettyjen tunteiden tunnistamistehtävä. Rosenbergin itsetuntotesti (Rosenberg Self-Esteem Scale) on saanut nimensä kehittäjänsä Morris Rosenbergin mukaan. Se on kehitetty mittaamaan ihmisten itsetuntoa kokonaisvaltaisesti ja globaalisti. Testissä on 10 kysymystä, joihin vastataan neliportaisella Likert-asteikolla (Remes, H. & Virta, M. 2003) Tunteiden tunnistamistehtävä syntyi tämän opinnäytetyön tekijöiden kehittelemänä. Tunne-elämää ja etenkin tunteiden tunnistamista arvioivaa standardoitua testiä ei löytynyt, joten tarpeeseen kehitettiin ”tunnelaatikko – tehtävä”. Tehtävässä on nimettyinä yhdeksän tunnetta (tyytyväinen, innostunut, helpottunut, rento, onnellinen, yksinäinen, itsevarma, ahdistunut ja ylpeä). Tehtävän ohjeistus on seuraavanlainen:

*”Laatikoissa on eri tunteita. Kirjoita jokaiseen laatikkoon missä tilanteissa tai mitä tehdessä tunnistat itsessäsi laatikossa olevan tunteen ja pyri kuvaamaan mille tunne tuntuu kehossasi. Esimerkiksi: iloinen: hyvää kirjaa lukiessa, huvipuistossa, onnistuttuani jossakin. Ilo tuntuu huolettomana mielenä ja hymyilyttää.”*

**Tehtävän** tarkoituksena oli saada tietoa, pystyvätkö ryhmäläiset nimeämään tilanteita joissa kysytty tunne esiintyy ja osaavatko he kuvata miltä mikäkin tunne tuntuu. Kyselylomake pilotoitiin tämän opinnäytetyön eliokuvaryhmään kuulumattomalla, samankäisellä, ei – koulukiusatulla henkilöllä. Pilotoinnin jälkeen kyselylomakkeeseen ei tehty muutoksia, koska kyselyn vastaukset vastasivat tarpeita ja odotuksiamme.

Vanhemmille ja koulukuraattorille suunnatulla **kyselyllä** (LIITE 4 & LIITE 10) on tarkoituksena saada tietoa, onko nuoren käyttäytymisessä tapahtunut muutosta koulun tai kotiympäristössä ryhmän aikana tai heti sen päätyttyä. Nuorena tapahtuneen muutoksen havaitseminen hänen arjessaan on merkittävämpi, kuin muutos esimerkiksi ryhmätilanteessa. Ryhmässä opitun taidon tai tiedon siirtäminen jokapäiväiseen elämään on niin toimintaterapian, kuin tämän opinnäytetyön tavoitteena.

#### 4.6 Aineiston analyysi

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa, erityisesti kenttätutkimuksessa, jossa aineistoa kerätään monissa vaiheissa ja usein rinnakkaisesti eri menetelmin (haastatteluin ja havainnoiden), analyysia ei tehdä vain yhdessä tutkimusprosessin vaiheessa vaan pitkin matkaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 223.) Analyysin tehtävänä on järjestää, jäsentää ja tiivistää aineisto niin, että mitään olennaista ei jää pois. Aineiston analyysin lähtökohtina on saada vastauksia tutkimustehtävään, erottaa aineistosta olennainen sekä erilaisuuksien ja poikkeavuuksien huomioiminen. (Opinnäytetyöpakki, Kajaanin ammattikorkeakoulu, n.d.) Tämän opinnäytetyön aineistoa kerättiin useilla eri menetelmillä ja analysointia tehtiin tutkimuksen aikana, mutta aineiston keräämisen ja järjestämisen jälkeen tehtiin varsinainen aineiston laadullinen sisällön analyysi, jonka

tekemisessä huomioitiin edellä mainitut analyysin tekemiseen liittyvät seikat. Laadullisessa tutkimuksessa on vain vähän standardoituja tekniikoita analyysin tekemiseen, siinä ei ole myöskään yhtä oikeaa tai muita parempaa analyysitapaa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 136). Opinnäytetyön aineiston analyysiä alettiin tehdä mukaillen seuraavanlaisia laadullisen aineiston analyysin etenemisen ohjeita:

1. Aineiston huolellinen lukeminen.
2. Tietojen tarkistus eli onko aineistossa virheellisyyttä tai tarvittavien tietojen puutteita.
3. Aineiston järjestäminen teemoittelun ja luokittelun mukaan tiedon tallennusta ja analyysiä varten.
4. Oman näkemyksen kirjoittaminen ja liittäminen teoriataustaan ja aikaisempiin tutkimuksiin.

(Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 221–223; Opinnäytetyöpakki, Kajaanin ammattikorkeakoulu, n.d.)

Analyysiä alettiin tehdä nopeasti viimeisen ryhmäkerran jälkeen. Aineistoa oli kertynyt laajalti ja se koostui lähes kokonaan erilaisista teksteistä, joten ensimmäiseen vaiheeseen aineiston huolelliseen lukemiseen täytyi varata riittävästi aikaa. Aineiston läpikäyminen jaettiin eri osioiksi (KUVIO 5).

Alku- ja loppukyselyiden lukeminen	→	Vanhempien ja kuraattorin palautteiden lukeminen	→	Ryhmäkerroilta kerättyjen aineistojen lukeminen	→	Ryhmäkerroilla tehtyjen havaintojen lukeminen
------------------------------------	---	--	---	---	---	---

KUVIO 5. Analyysin eteneminen aineiston lukemisvaiheessa

Ensin luettiin läpi ryhmäläisten täyttämät alku- ja loppukyselyt (LIITE 8) sekä viimeisellä ryhmäkerralla täytetty palaute. Tämän jälkeen käytiin läpi vanhemmilta ja kuraattorilta saatu palaute (LIITE 4 & LIITE 9), joiden jälkeen siirryttiin ryhmäkerroilla tuotettuun aineistoon kuten tunteiden tunnistamistehtävään. Viimeisenä käytiin läpi

suurituloisin aineisto eli opinnäytetyön tekijöiden tekemät havainnot ryhmäläisistä. Havaintolomakkeet täytettiin molemmista ryhmäläisistä jokaisen ryhmäkerran jälkeen, joten lomakkeita oli yhteensä 12. Laajan aineiston lukemista ja tärkeiden asioiden huomioimista helpottaa värien ja symbolien käyttö (Opinnäytetyöpakki, Kajaanin ammattikorkeakoulu, n.d.). Eli aineistoon merkittiin lukemisen aikana tärkeät ja huomioitavat asiat eri värein ja symbolein. Esimerkiksi ryhmäläisten tekemään palaute-lomakkeeseen värjättiin eniten pisteitä saaneet menetelmät sinisellä ja vähiten saaneet menetelmät punaisella. Näin oli myöhemmin helppo huomata aineistosta, mitkä menetelmät olivat olleet toimivia ja mitkä eivät.

Aineiston lukemisen aikana huomattiin siinä virhe, jonka vuoksi toiselle ryhmäläiselle ei saatu tulosta itsetuntotestistä, joten se oli hylättävä aineistosta. Virhe oli toisen nuoren loppukyselyn itsetuntotestissä (LIITE 8), johon nuori oli ympyröinyt useamman vastausvaihtoehdon. Tämän vuoksi testiä ei voitu pisteyttää. Muuten aineistosta ei löytynyt virheellisyyksiä tai muita puutteita, joten aineistoa jäi paljon teemoiteltavaksi ja luokiteltavaksi. Luokittelu on aineiston jäsentämismuodoista yksinkertaisin ja siinä määritetään aineistosta nousevia luokkia tai lasketaan niiden esiintymistä. Aineisto voidaan luokitella jonkun asian mukaan. Se voidaan jakaa esimerkiksi opettajan, työntekijän, opiskelijan mukaan. Asioita voidaan edelleen ryhmitellä esimerkiksi ikäryhmittäin tai sukupuolittain. Alustava ryhmittely on suotavaa tehdä silloin, kun aineistoa on paljon. Näin eri ryhmien asiat/mielipiteet pysyvät ominaan, mikä helpottaa aineiston jatkokäsittelyä. (Opinnäytetyöpakki, Kajaanin ammattikorkeakoulu, n.d.) Opinnäytetyön aineistosta luokiteltiin esimerkiksi eri tunteita ja ryhmäläisten havainnointilomakkeet jokaiselta ryhmäkerralta. Havainnointilomakkeet luokiteltiin niin, että seurattiin kummastakin ryhmäläisestä tehtyjä havaintoja erikseen ja käytiin jokainen havainnointikohta kerta kerralta läpi. Näin mahdolliset muutokset kussakin ryhmäläisessä pysyi omanaan eikä sotkeutunut toisen kanssa.

Teemoittelulla tarkoitetaan laadullisen aineiston pilkkomista ja ryhmittelyä erilaisten aihepiirien mukaan. Periaatteessa se muistuttaa luokittelua, mutta siinä korostuu lukumäärien sijasta teeman sisältö. Mitä teemasta on sanottu tai mitä asioita siihen katsotaan sisältyvän. Ideana on etsiä aineistosta tiettyä teemaa kuvaavia näkemyksiä. Näin saadaan luokiteltua sisällöllisiä näkemyseroja, joita eri teemoilla on. (Opinnäyte-

työpakki, Kajaanin ammattikorkeakoulu, n.d.) Teemoittelua käytettiin lähes koko aineistoon, ainoastaan havainnointilomakkeita ei katsottu tarpeelliseksi teemoitella. Teemoittelun aiheet mukailevat tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä sekä opinnäytetyön kannalta tärkeitä aiheita. Teemoja olivat itsetunto, koulukiusaaminen ja tunteiden tunnistaminen. Nämä teemat valikoituivat analysoinnin pohjaksi, koska tässä opinnäytetyössä pyritään löytämään keinoa nuorten itsetunnon tukemiseen sekä tunteiden tunnistamiseen toimintaterapiassa. Koulukiusaaminen vaikuttaa itsetuntoon niin lyhyt- kuin pitkäaikaisseuranta tutkimusten mukaan heikentävästi ja huono itsetunto edistää muun muassa syrjäytymistä. Elokuvan terapeuttisella katselulla pyritään tukemaan tunteiden tunnistamista ja sitä kautta vahvistamaan itsetuntoa. Hyvä itsetunto auttaa selviämään nuorta murrosiän haasteista. Analyysin etenemisen neljäs vaihe on kirjoitettu kappaleeseen Pohdinta, jossa käsitellään tämän tutkimuksen tuloksia ja verrataan niitä teoriaan sekä jo olemassa oleviin aiemmin tehtyihin tutkimuksiin.

## **5 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS, TUTKIMUSTULOKSET JA TULOSTEN LUOTETTAVUUS**

### **5.1 Eettisyys**

Tässä opinnäytetyössä on toteutunut Jouni Tuomin listaamat seitsemän kohtaa tutkimuksen eettisyydestä, jotka perustuvat ihmisoikeuksiin. Tutkittaville (elokuvaryhmään osallistuville nuorille) on selvitetty ymmärrettävästi opinnäytetyön tarkoitus ja siinä käytettävät menetelmät (1). Tutkittavilta on pyydetty kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta (2) sen jälkeen, kun heille on kerrottu mistä opinnäytetyössä on kyse (3). Opinnäytetyön tekijät eivät ole aiheuttaneet ryhmäläisille vahinkoa tai kipua ja mahdollisia ongelmia on huomioitu mm. vastuu- ja vakuutusasioiden etukäteisselvityksellä (4). Tutkimusaineisto on ollut luottamuksellista ja säilytetty siten, ettei ulkopuolisilla ole ollut mahdollisuutta päästä käsiksi aineistoon (5). Aineistoa on käsitelty ja käytetty vain ja ainoastaan opinnäytetyön tekemiseen ja ryhmään osallistuneiden sekä heidän vanhempiansa luvalla. Aineisto hävitetään tietosuojasääntönsä noudattaen tämän opinnäytetyön valmistuttua. Kirjallisesta raportista ryhmäläisiä ei

ole mahdollista tunnistaa, heidän identiteettiään on mahdotonta saada selville tämän opinnäytetyön perusteella (6). Opinnäytetyön tekijät ovat toimineet koko projektin ajan vastuullisesti. Luvattuja asioita ja sopimuksia on noudatettu ilman poikkeuksia (7). (Tuomi 2007, 145–146).

Laki ei suomessa määrää siitä, kellä on oikeus päättää lapsen (alle 18-vuotiaan) osallistumisesta tutkimukseen (poikkeuksena lääketieteellinen tutkimus). Tämä tarkoittaa sitä, että lapsen osallistumisesta tutkimukseen pystyy päättämään hänen huoltajansa. Myös lapsen oma suostumus on eettisesti merkittävä, mutta mikäli huoltaja kieltää osallistumisen, ei lapsen mielipiteellä ole laillisesti merkitystä (Lagström, Pösö, Rutanen & Vehkalahti 2010, 33). Tässä opinnäytetyössä ryhmäläisten vanhemmilta pyydettiin ennen ryhmän alkamista kirjallinen suostumus nuoren osallistumiselle ja aineiston käyttämiseksi opinnäytetyössä. Myös nuorten oma suostumus varmistettiin kirjallisesti ensimmäisellä ryhmäkerralla, koska pelkästään vanhempien suostumus ei yläkouluikäisten nuorten kohdalla ole riittävä. Arja Kuulan mukaan lastensuojelulaki sanoo, että ”lapsen omaa mielipidettä on kuultava siitä alkaen, kun hän on täyttänyt 12 vuotta” (Kuula 2006, 149.)

## 5.2 Tutkimuskysymys 1

Ensimmäinen tutkimuskysymys oli: Voiko yläkouluikäisen, koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren itsetuntoa tukea elokuvan terapeuttisen katselun avulla? Aineiston perusteella elokuvan terapeuttisen katselun avulla voidaan tukea nuoren itsetuntoa. Tätä tulosta tukee alku- ja loppukyselyn (LIITE 8) positiivinen muutos Rosenbergin itsetuntotestin tuloksessa, ryhmäkerroilla nuorten käyttäytymisessä havaittu muutos sekä koulukuraattorin palaute koulukiusaamisen vähenemisestä (ks. KUVIO 6, s.38).

Alku- sekä loppukyselyn Rosenbergin itsetuntotestistä saatiin tulokseksi kelpaavat vastaukset vain yhdeltä nuorelta. Toisen nuoren vastaukset jouduttiin hylkäämään aineistosta, koska hän oli ympyröinyt useita eri vastausvaihtoehtoja yhteen kysymyk-

seen, joten pisteytys oli mahdotonta tehdä luotettavasti. Aineistoon hyväksytyyn testin tulokseksi saatiin muutos positiiviseen suuntaan. Nuori sai alkukyselyssä itsetuntotestistä tulokseksi 26 pistettä ja loppukyselyssä 27 pistettä, suurin mahdollinen pistemäärä Rosenbergin itsetuntotestissä on 30 pistettä. Muutos oli tapahtunut yhdessä kohdassa, joka oli ”Tunnen olevani tärkeä ja ainakin samalla tasolla muiden kanssa”. Muissa kohdissa vastaukset olivat samanlaiset sekä alku- että loppukyselyssä. Ainoastaan yhdestä itsetuntotestin kohdasta nuori ei saanut yhtään pistettä, hän oli täysin samaa mieltä seuraavan väittämän kanssa: ”Minulla ei ole paljon asioita, joista voin olla ylpeä”. Koulukuraattorin palautekyselystä käy ilmi, ettei nuori itse kuitenkaan osannut kertoa itsetunnossa tapahtuneista muutoksista.

Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän aikana opinnäytetyön tekijöiden tekemien havaintojen mukaan ryhmäläisten käyttäytymisessä tapahtui muutoksia. Ryhmäkerroilla havaitut muutokset näkyivät nuorissa eritavoin. Toisen ryhmäläisen käyttäytymisessä ei suuria muutoksia tapahtunut, jonkin verran oli kuitenkin havaittavissa vapautumista sekä rentoutumista ja rohkeampaa keskusteluun ryhtymistä. Samalla kuitenkin, esimerkiksi keskittyminen ja motivaatio elokuvien analysointiin vähenivät. Nämä näkyivät puheliaisuutena, keskustelujen aloittamisena sekä itsestä kertomisen lisääntymisenä. Toisen ryhmäläisen käyttäytyminen muuttui kahdella viimeisellä kerralla huomattavasti. Aiemmin iloinen, puhelias ja yhteistyöhaluinen ryhmäläinen muuttui ärtyneeksi ja vetäytyväksi. Tämä näkyi elokuvien analysointiin osallistumattomuutena ja lyhyinä vastauksina. Syyksi tähän käyttäytymisen muutokseen hän tosin kertoi vaikuttaneen pitkän koulupäivän ja ryhmän huonon ajankohdan (hän ei ehtinyt käydä koulun jälkeen kotona).

Elokuvaryhmän viimeisellä tapaamiskerralla annettiin ryhmäläisten mukana vanhemmille vietäväksi palautekysely (LIITE 10) ja koulukuraattorille palautekyselyt (LIITE 4) vietiin palautuskuoressa Jyväskylän perheneuvolaan. Palautekyselyn avulla toivottiin saatavaksi näkökulmaa nuorten käytöksestä ryhmän ulkopuolella sekä siitä, miten ryhmässä käyminen oli mahdollisesti vaikuttanut nuoren käyttäytymiseen. Palautekyselyyn saatu vastausprosentti oli 75 %, sillä toisen ryhmäläisen vanhempien palaute jäi saamatta. Palautekyselyjen vastauksista käy ilmi, että toisen nuoren kohdalla elokuvaryhmän aikana kiusaaminen sekä erilaiset riidat ja tappelut olivat laantuneet kou-



lussa edellisestä syksystä, sillä koulukuraattorin ollut tarvinnut puuttua minkäänlaisiin selkkauksiin kevään aikana. Toisen nuoren osalta saatiin vastaukset palautekyselyihin vain koulukuraattorilta eikä palautteessa ollut mainintaa liittyen koulukiusaamistilanteisiin. Eli toisen ryhmäläisen osalta ei saatu tietoa muutoksesta koulukiusaamisen suhteen.

1. TUTKIMUSKYSYMYS	TUTKIMUSTULOS
Voiko yläkouluikäisen, koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren itsetuntoa tukea elokuvan terapeuttisen katselun avulla? Aineisto:	Voi, koska aineistosta selviää esimerkiksi seuraavat seikat:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryhmäkerroilla tehdyt havainnot</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nuoret rentoutuivat ryhmäkertojen edetessä sekä osallistuivat keskusteluihin rohkeammin. Myös ryhmäläisten itsestään kertominen sekä omien positiivisten että negatiivisten tunteiden esiintuominen lisääntyi.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alku- ja loppukyselyt (itsetuntotesti)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toisen nuoren itsetuntotestin tuloksessa tapahtui yhden pisteen muutos positiiviseen suuntaan verrattaessa alku- ja loppukyselyiden tuloksia. Toiselta nuorelta ei saatu verrattavissa olevia vastauksia virheellisen vastaustavan vuoksi.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vanhempien ja kuraattorin palautekyselyt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Palautekyselyistä selviää, että toisen nuoren kohdalla koulussa tapahtuneet kiusaamistilanteet olivat laantuneet elokuvaryhmän aikana.</li> </ul>

KUVIO 6. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tulokset tiivistettynä taulukkoon

### 5.3 Tutkimuskysymys 2

Toisena tutkimuskysymyksenä oli: Millaisia keinoja elokuvan terapeuttinen katselu antaa koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren tunteiden käsittelyyn ja positiivisten tunteiden esiin nostamiseen? Tämän opinnäytetyön aineiston mukaan elokuvan käyttö toimintaterapiassa on hyvä ja toimiva keino käsitellä tunteita. Tähän tulokseen päädyttiin alku- ja loppukyselyiden tunteiden nimeämistehtävän perusteella. Muutos ryhmäläisten tunteiden käsittelytaidoissa oli havaittavissa myös ryhmäkerroilla. Tulosta tuki nuorten viimeisellä ryhmäkerralla antama kirjallinen palaute elokuvista ja niiden analysointimenetelmistä (ks. KUVIO 7, s. 41).

Rosenbergin itsetuntotestin lisäksi alku- ja loppukyselyyn (LIITE 8) kuului ”Tunne laatikot”. Alkukyselyssä molemmilta nuorilta oli jäänyt vähintään yksi kohta tyhjäksi, mutta loppukyselyssä nuoret olivat vastanneet jokaiseen kohtaan. Joten verrattaessa alku- ja loppukyselyjä nuorten vastaukset olivat lisääntyneet määrällisesti Tunnelaattikko-tehtävässä. Lisäksi nuoret olivat löytäneet loppukyselyssä monipuolisempia tilanteita, joissa he kokevat tunteita.

Alkukyselyssä oli molemmilta jäänyt tyhjäksi laatikko, jossa oli tunteena ahdistus. Loppukyselyssä molemmat olivat löytäneet tilanteen, jossa havaitsevat kokevansa ahdistuksen tunnetta. Toinen mainitsi seuraavanlaisen tilanteen: ”*Kun joku on hakkaamassa.*” Sama nuori oli löytänyt erilaiset tilanteet alku- ja loppukyselyissä tunteelle rento. Alkukyselyssä hän vastasi olevansa rento, kun ”*pääsee lukee Aku Ankkaa*”, ja loppukyselyssä vastauksena oli ”*elokuvan aikana*”. Tunnetta ylpeä kuvailtiin seuraavanlaisesti alkukyselyssä: ”*kun voittaa palkinnon*” ja ”*silloin, kun on muita parempi*” sekä loppukyselyssä näin: ”*kun saa kokeesta hyvä numeron*” ja ”*voiton jälkeen*”. Hieman eroavaisuutta alku- ja loppukyselyssä löytyi myös tunteelle onnellinen. Alkukyselyssä toinen ryhmäläisistä kertoi kokevansa onnellisuuden tunnetta ”*silloin, kun onnistuu jossain*” ja loppukyselyssä ”*voiton jälkeen*”. Muuten vastaukset eivät juuri eronneet alku- ja loppukyselyissä.

Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän aikana tehtiin useita erilaisia tehtäviä, joiden avulla käsiteltiin tunteita. Tehtävien aikana ryhmäläiset kykenivät joko itse nimeämään tunteita tai valitsemaan tilanteisiin sopivia tunteita pienillä lapuilla valmiina olevista tunnesanoista. Etenkin fysiologisten tunteiden (nälkä, väsymys) erottaminen psyykkisistä tunteista (iloinen, pettynyt) tuotti alkuun haasteita. Useimmin tehtävissä esiintynyt tunnesana oli iloinen. Se oli tunne, jonka ryhmäläiset itse nimesivät, mutta myös valitsivat jo valmiista lapuista. Muita nuorten itse nimeämiä tunteita olivat surullinen, vihainen ja pelokas. Valmiista lapuista valittuja tunteita olivat muun muassa lannistumaton, innostunut, välinpitämätön, ihastunut, hilpeä ja itsevarma.

Yhtenä elokuvan katsomismenetelmänä käytetty tunteiden tunnistamis- ja nimeämistehtävä (LIITE 9), jossa katsottiin pätkä elokuvaa ensin äänettömällä ja havainnoitiin tunteita. Kun havaitut tunteet oli merkitty valmiiseen tunnekaavakkeeseen, katsottiin sama pätkä uudelleen, mutta äänien kanssa. Tarkoituksena oli nähdä löytyykö samantaisia, erilaisia vai joitain aivan uusia tunteita samasta elokuvan kohtauksesta, kun se katsotaan ensin ilman ääniä ja sitten äänien kanssa. Toinen ryhmäläinen havaitsi selkeästi enemmän tunteita kohtauksesta silloin, kun se katsottiin äänien kanssa. Toisen ryhmäläisen havainnoissa ei ollut laisinkaan eroja äänettömänä ja äänien kanssa katsotussa kohtauksessa. Kun kohtaus katsottiin ilman ääniä, ryhmäläiset havaitsivat seuraavia tunteita: hämmästys, ahdistus, pelko, kiihtyneisyys, hermostuneisuus, suru, arvottomuus ja jännittyneisyys. Kun sama kohtaus oli katsottu äänien kanssa, löytyi edellisten tunteiden lisäksi kaksi muuta tunnetta: suuttumus ja turvattomuus.

Viimeisellä ryhmäkerralla nuoret täyttivät palautekyselylomakkeen, jossa kysyttiin heidän mielipiteitään ryhmässä katsotuista elokuvista ja käytetyistä menetelmistä esimerkiksi kaitafilmistä. Jokainen kohta oli pisteytetty yhdestä neljään siten, että ryhmäläinen antoi yhden pisteen, jos ei pitänyt kyseisestä asiasta ja neljä pistettä, jos elokuva tai menetelmä oli hyvä. Elokuvat ja menetelmät saattoivat saada suurimmaksi pistemääräksi kahdeksan pistettä ja vähäisimmäksi kaksi pistettä. Katsotuista elokuvista eniten saivat pisteitä *Up – Kohti korkeuksia* ja *Kungfu Panda*, molemmat saivat kahdeksan pistettä. Pienimmän pistemäärän eli kaksi pistettä sai elokuva *Billy Elliot*, joka oli toisen ryhmäläisen mielestä ”*tylsä ja pitkästyttävä*”. Ryhmäläisten keskittyminen elokuvien katseluun vaihteli sen mukaan, pitivätkö he elokuvasta vai eivät. Huono

keskittyminen näkyi elokuvien aikana lisääntyneenä kommentointina sekä fyysisenä levottomuutena.

2. TUTKIMUSKYSYMYS	TUTKIMUSTULOS
Millaisia keinoja elokuvan terapeuttinen katselu antaa koulukiusatun tai syrjäytymisvaarassa olevan nuoren tunteiden käsittelyyn ja positiivisten tunteiden esiin nostamiseen? Aineisto:	Aineistosta nousevien seikkojen mukaan elokuvan terapeuttinen käyttö on toimiva keino nuoren tunteiden käsittelyn tukemisessa.
- Alku- ja loppukyselyt (tunteiden nimeämistehtävä)	- Verrattaessa alku- ja loppukyselyjä nuoret olivat löytäneet loppukyselyn vastauksiin monipuolisempia tapoja ilmaista tunteita kuin alkukyselyssä.
- Ryhmäkertojen tunteiden tunnistamis- ja nimeämistehtävät	- Nuoret oppivat ryhmäkertojen edetessä erottamaan fysiologiset (nälkä, väsymys) tunteet psyykkisistä (iloinen, pettynyt) tunteista.
- Nuorten palautekyselyt	- Nuorten palautekyselyistä selviää, mistä elokuvista ja ryhmäkerroilla käytetyistä menetelmistä nuoret pitivät. Suosituimmat elokuvat olivat Up – kohti korkeuksia sekä Kungfu panda, ja suosituin menetelmä oli kaitafilmi (KUVIO 3).

KUVIO 7. Tutkimuskysymys 2 tulokset tiivistettynä taulukkoon

Menetelmistä eniten pisteitä sai kaitafilmi (KUVIO 3), joka sai seitsemän pistettä.

Ryhmän nimen muodostaminen ja ilmeen piirtäminen tyhjään kasvoon saivat mo-

lemmat viisi pistettä eli toiseksi eniten. Ryhmälipun valmistaminen sai neljä pistettä ja hymynaaman valinta erilaisten hymynaamojen joukosta kolme pistettä. Muuten loput menetelmät olivat saaneet vain kaksi pistettä ja ryhmäläiset kuvailivat näitä tehtäviä tylsiksi, tyhmiksi tai vaikeiksi. Erityisesti yhtenä menetelmänä käytetty keskustelu ja kotiin pohdittaviksi annetut kysymykset saivat huonoa palautetta niin suullisesti kuin kirjallisestikin ryhmäläisiltä itseltään sekä heidän vanhemmilta että koulukuraattorilta. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän aikana mielenkiinto menetelmiin näkyi osallistumisaktiivisuudessa. Mielekkäisiin tehtäviin ryhmäläiset motivoituivat ja lähtivät aktiivisesti mukaan.

#### **5.4 Tulosten luotettavuus**

Kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuus todetaan useissa lähteissä käsittelevän eri asioita. Kvantitatiivisissä eli määrällisissä tutkimuksissa käytetään termejä validiteetti ja reabiteetti, kun taas kvalitatiivisten eli laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa tuloksia tarkastellaan kokonaisuutena. Tuomen (2007) mukaan laadullisen tutkimuksen yhteydessä voidaan puhua uskottavuudesta tai vastavuudesta, varmuudesta, riippuvuudesta ja vakiintuneisuudesta, vahvistettavuudesta tai vahvistuvuudesta. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on huomioitava aineiston keruu menetelmä ja siihen liittyvät erityispiirteet, tutkimuksen kesto, miten aineisto on analysoitu, raportoinnin eettisyys ja raportoinnin kattavuus. (Tuomi 2007, 150–152). Tässä kappaleessa käsitellään tämän opinnäytetyön tutkimustulosten luotettavuutta näiden seikkojen kautta.

Tämän opinnäytetyön tulokset eivät ole kappaleissa 5.2 ja 5.3 mainitun yksiselitteiset. Alku- ja loppukyselyjen tuloksia itsetuntotestin osalta ei saatu toiselta ryhmäläiseltä, eikä yhden pätevän tuloksen perusteella voida tehdä johtopäätöstä, vaikuttiko elokuvaryhmä vai jokin muu ulkopuolinen tekijä itsetunnon muutokseen. Itsetuntotestin tulokseen voi yhtenä tekijänä vaikuttaa yksilön sen hetkinen vireystila tulosta nostavasti tai laskevasti. Ryhmäläiset kehittivät tunteiden tunnistamisessa ja nimeämisessä ryhmäkertojen edetessä, mutta tunnelaatikko-tehtävässä molemmat ryhmäläisistä olivat vastanneet loppukyselyssä tiettyyn tunteeseen saman vastauksen kuin alkukyselyssä. Tä-

mä herätti kysymyksen siitä, muistivatko ryhmäläiset aiemmat vastauksensa ulkoa vai oliko kyseinen tilanne niin vahvasti sidoksissa tunteeseen, että sama tilanne tuli uudelleen mieleen kysytystä tunteesta. Koulukuraattorilta saaman palautteen mukaan konfliktitilanteet koulussa olivat vähentyneet toisen ryhmäläisen osalta elokuvaryhmän aikana. Ei voida varmasti todeta, että elokuvaryhmä olisi johtanut konfliktitilanteiden vähenemiseen. Vanhemmilta saadun palautteen mukaan toista ryhmäläistä oli alkanut kiinnostamaan ulkonäköön liittyvät asiat elokuvaryhmän aikana. Ulkonäkö ja pukeutuminen ovat sidoksissa oman minän muodostumiseen ja siten itsetuntoon. Ulkonäköasiat tulivat esille ryhmässä elokuvia katsottaessa, kun ryhmäläiset kommentoivat elokuvan henkilöiden pukeutumista ja olemusta.

Kuuden viikon tutkimusjakso oli todennäköisesti liian lyhyt aika nuorten itsetunnossa ja tunteiden käsittelyssä tapahtuville selkeille muutoksille. Jotta itsetunnossa tapahtuisi muutosta, tarvittaisiin pidempikestoisempi ja intensiivisempi ryhmäprosessi.

Tämän opinnäytetyön tulokset eivät ole yleistettävissä tutkimusryhmän pienen koon vuoksi. Tutkimusryhmä suunniteltiin koostuvan 3-8 nuoresta ja ryhmään ilmoittautui kolme nuorta, joista ryhmään osallistui vain kaksi. Yksi ilmoittautuneista ei koulukii-reidensä vuoksi voinut osallistua ryhmään. Ryhmän pienen koon takia ei ollut havaittavissa ryhmäprosessin positiivisia vaikutuksia, kuten ystäväystymistä tai laajempien vertaissuhteiden kokemuksia.

## **6 POHDINTA**

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, voiko toimintaterapiaryhmässä elokuvan terapeutin katselun avulla tukea nuorten itsetuntoa. Tässä opinnäytetyössä pyrittiin selvittämään myös antaako elokuva keinoja tunteiden käsittelyyn ja positiivisten tunteiden esiin nostamiseen. Tutkimusmenetelmänä oli toimintatutkimus, joka toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän ammattikorkeakoulun HYVIpisteen, Jyväskylän kaupungin ja videofirma Makuunin kanssa. Tutkimusryhmänä oli kaksi yläkouluikäistä koulukisattua nuorta, jotka osallistuivat toimintaterapiaryhmään kerran viikossa, kuu-

den viikon ajan. Ryhmässä katsottiin elokuvia, joiden avulla käsiteltiin itsetuntoon ja minuuteen liittyviä teemoja.

Tutkimustuloksista käy ilmi, että elokuvan terapeuttisen katselun avulla voidaan saada muutos positiiviseen suuntaan itsetunnossa. Positiiviset muutokset itsetunnossa ovat samansuuntaiset, kuin Powellin, Newgentin ja Leen (2006) mukaan Jurichin ja Collin-sin tekemässä tutkimuksessa elokuvaterapian vaikuttavuudesta nuorten itsetuntoon. Tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen voidaan todeta tulosten pohjalta muuttuneen helpommaksi sekä monipuolisemmaksi ryhmäkertojen edetessä. Tuloksissa korostuu, että asiakas tulee huomioida yksilöllisesti elokuvia ja analysointi menetelmiä valitessa. Aiempien tutkimustulosten (Powell, Newgent ja Lee 2006, 248; Lampropoulos, Kazantzis ja Deane 2004, 536; Wedding ja Niemiec 2003, 210; Sharp, Smith ja Cole 2002, 270) perusteella elokuvan terapeuttinen käyttö on toimiva menetelmä itsetunnon ja tunteiden ilmaisun tukemisessa kuten tämänkin opinnäytetyön tulokset osoittavat.

Kokemuksemme mukaan elokuvien analysointimenetelmistä keskustelu oli ryhmäläisille vaikeinta sekä opinnäytetyön tekijöille ohjauksellisesti haastavinta. Ryhmässä käydyt analysointikeskustelut jäivät toisinaan vähäisiksi ja pintapuolisiksi. Tähän saattoi vaikuttaa se, että ryhmän ilmapiiri ei muodostunut riittävän luotettavaksi. Ryhmäläiset olivat samasta koulusta ja he tiesivät toisensa, joten se saattoi vaikuttaa ryhmässä muodostuneeseen ilmapiiriin. Keskustelu saattoi olla liian haastava menetelmä ottaen huomioon ryhmäläisten iän. Omien tunteiden ja ajatusten sanoiksi pukeminen oli haastavaa. Ryhmäläiset odottivat usein toisen vastaavan ensin ja yleensä vastasivat samansuuntaisesti. Eriävät mielipiteet jäivät hyvin vähäiseksi ja vuorovaikutteista keskustelua kyseisistä aiheista ei syntynyt kovinkaan usein. Ei voida kuitenkaan tietää, minkä verran ryhmäläiset olivat pohtineet käsiteltyjä aiheita ja elokuvien tapahtumia ryhmän ulkopuolella. Ryhmän kokoontumisaika vaikutti negatiivisesti toisen ryhmäläisen motivaatioon ryhmässä käymiseen, koska hän tuli ryhmään suoraan koulusta, jolloin päivä venyi pitkäksi. Parempi ajankohta ryhmälle olisi ollut esimerkiksi keskellä koulupäivää, jolloin ryhmä olisi keventänyt koulupäivää ja ryhmäläisten keskittyminen olisi voinut olla parempaa. Näiden asioiden vaikutusta tutkimustuloksiin on mahdotonta sanoa, mutta edellä mainitut asiat ovat kuitenkin huomion arvoisia.

Yksi jatkotutkimustarve olisi pitkäaikaisempaan ja suuremmalla heterogeenisellä otoksella sekä verrokkiryhmällä toteutettu tutkimus koskien elokuvan terapeutin käytön vaikutusta nuorten itsetuntoon ja tunteiden käsittelyyn. Luotettavien tulosten saavuttamiseksi olisi hyvä löytää tai kehittää spesifi arviointimenetelmä alku- ja loppuarvioinnin toteuttamiseksi. Tulevina toimintaterapeutteina, uteliaisuus elokuvan käytettävyydestä ja vaikuttavuudesta yksilöterapiassa nousi vahvasti esille.

Tämän opinnäytetyön aihe ja toteuttaminen oli mielenkiintoinen sekä haasteellinen projekti. Opinnäytetyön edetessä huomasimme, kuinka tärkeää on tuntee tutkimuksen tekemisen eri vaiheet sekä kuinka aikaa tulisi varata tutkimuksen toteutusta edeltäviin sopimus- ja lupaselvityksiin. Taustateoriaan perehtyessä tutkimusten lukutaito kehittyi ja arvostus luotettavia tutkimuksia kohtaan kasvoi.

Ammatillisesti tämän opinnäytetyön tekeminen antoi meille kokemuksia siitä, että elokuvan terapeutin katselu toimintaterapian menetelmänä vaatii terapeutilta elokuvien tuntemista sekä henkilökohtaista kiinnostusta menetelmän käyttöön. Terapeutin tulee tuntee ja tietää, mitä katsottavaksi valitussa elokuvassa tulee tapahtumaan ja mikä katseluteknikka tukee elokuvan analysointia. Terapeutin omakohtainen kokemus yleensä elokuvien vaikuttavuudesta auttaa ymmärtämään, miten elokuva voi puhutella eri tavalla katsojia. Esimerkiksi elokuvaryhmän nuorten kanssa saamiemme kokemusten mukaan, terapeutin tulee pystyä samaistumaan asiakkaan maailmaan. Tämän opinnäytetyön aikana pyrimme löytämään elokuvia, jotka olisivat lähellä yläkouluikäisten poikien ajatusmaailmaa. Ei ole tarkoituksen mukaista valita elokuvia, jotka puhuttelevat terapeutia, mutta eivät kosketa asiakasta.

Kokemustemme mukaan nuoren mielipide elokuvasta vaikuttaa merkittävästi sen analysointiin. Opinnäytetyössä nousi hyvin esille nuorten mielipiteen vaikutus motivaatioon analysoida elokuvaa. Jos nuoret pitivät elokuvasta, olivat he myönteisempiä ja motivoituneimpia analysoimaan elokuvaa. Mikäli he eivät pitäneet elokuvasta, eivät he myöskään keskittyneet samalla intensiteetillä analysointiin. Analysointimenetelmien valinta on yksilöllinen jokaisen asiakkaan tai ryhmän kohdalla. Terapeutin tulisi tietää, mikä on asiakkaalle luontaisin tapa käsitellä vaikeitakin asioita. Toiselle luontaisin tapa on puhua, toiselle se taas voi olla tanssiminen. On tärkeää, että elokuvan



terapeuttinen katselu herättää asiakkaassa ajatuksia ja se, että hän saa mahdollisuuden käsitellä niitä halutessaan. Elokuvan analysointi menetelmien valinnalle ei ole kuin terapeutin mielikuvitus ja kekseliäisyys rajana. Esimerkiksi tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän jokaisella ryhmäkerralla katsottiin ja analysoitiin uusi elokuva, mutta mikään ei estäisi analysoimaan samaa elokuvaa useammalla ryhmäkerralla. Elokuvien ja menetelmien valitsemisen lisäksi terapeutilla on tärkeä rooli terapiatilanteen luomisessa riittävän luotettavaksi ja turvalliseksi avointa keskustelua sekä tunteiden ilmaisua varten. Opinnäytetyötä tehdessä huomasimme katselutekniikoiden tärkeyden. Esimerkiksi elokuvien osissa katsominen auttaa kokemustemme mukaan nuoria muistamaan paremmin analysoinnin kohteena olevat tapahtumat, ihmiset ja asiat. Huomasimme, että ryhmäläisten orientointi elokuvan terapeuttiseen katseluun auttaa aiheiden pohdinnassa.

Elokuvaan keskittymistä voidaan tukea oikealla ympäristön valinnalla. Tämän opinnäytetyön elokuvaryhmän tuomien kokemusten perusteella hyvä ympäristö elokuvan terapeuttiseen katsomiseen on rauhallinen ja pimeä tila, jossa on mahdollista löytää hyvä asento katselulle. Hyvä äänen- ja kuvanlaatu lisää elokuvakokemuksen vaikuttavuutta. Elokuvan terapeuttista katsomista voi kokemustemme pohjalta haitata ulkopuolelta tuleva ylimääräiset äänet, tekniikan toimimattomuus ja liian valoisa tila. Näiden kokemusten pohjalta, olemme koonneet niin sanotun vinkkilistan huomioitavista asioista nuorten elokuvaryhmää aloitettaessa (LIITE 11). Sitä lukiessa tulee muistaa, että jokaisessa ryhmässä yksilöt ovat erilaisia ja heidän muodostama ryhmädynamiikka ainutlaatuista. Tämän vuoksi liitteessä olevat asiat ovat vinkkejä, eivät ehdottomia totuuksia, eikä toimimattomia ratkaisuja esitellä, ettei se asettaisi negatiivisia ennakkoluuloja menetelmän sopivuudesta jollekin toiselle ryhmälle.

Mielestämme elokuvan terapeuttinen katselu sopii toimintaterapian menetelmäksi niin nuorten kuin muidenkin asiakasryhmien kanssa. Elokuvat ovat tärkeä osa tämän päivän kulttuuria, helposti saatavilla ja käyttömahdollisuudet lähes rajattomat. Vaikka tällä tutkimuksella ei saatu merkittäviä tuloksia elokuvan terapeuttisen käytön vaikuttavuudesta, saimme itse kokemuksen siitä, että voisimme käyttää tätä menetelmää toimintaterapiassa ja ohjata asiakkaita käyttämään elokuvan katselutekniikoita omatoimisesti.

Lopuksi haluamme kiittää opinnäytetyön ohjaajaa toimintaterapian lehtori Jaana Ritsilää, kannustavasta ja tukevasta ohjauksesta. Jyväskylän sosiaali- ja perhepalveluiden työntekijöitä; Aila Hakola, Jenni Hovila, Heli Kangaspuntaa sekä Eeva Välimäkeä sujuvasta yhteistyöstä. Videofirma Makuunia elokuvien veloituksettomasta vuokraamisesta.

## LÄHTEET

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Tammer-Paino: Tampere.

Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tukea lapsen ja nuoren itsetuntoa. WSOY: Helsinki.

Chatard, A., Selimbegovic, L. & N'dri Konan, P. 2009. Self-esteem and Suicide Rates in 55 Nations. *European Journal of Personality* 23, 19-32.

Cole, M. B. 2005. *Group Dynamics in Occupational Therapy: The Theoretical Basis and Practice Application of Group Intervention*. 3. p. SLACK Incorporated: USA.

Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. 2000. *Mieli ja taide. Mielenterveydenkeskusliitto*: Helsinki.

Heikkinen, H., Roivio, E. & Syrjälä, L. 2006. *Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat*. Dark Oy: Vantaa.

Hiller-Ikonen, A. 1999. Laadullinen sisällön analyysi. Tampereen yliopisto, Hoitotieteen laitos 16.8.1999. Viitattu 6.2.2010.

<http://www.uta.fi/laitokset/hoito/wwwoppimateriaali/luku5f.html> .

Hirsjärvi, S & Hurme H. 2000. *Tutkimushaastattelu*. Yliopistopaino:Helsinki.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. 15. p., uud. p. Tammi:Helsinki.

Ignatius, E & Kokkonen, M. 2005. Viisi suurta persoonallisuuden piirrettä luottamuksen ja itsetunnon selittäjinä. *Psykologia* 40, 2, 133-144.

Isokorpi, T. & Viitanen, P. 2001. *Tunnevoimaa! Pro*. Tammer-Paino: Tampere.

Keltinkangas-Järvinen, L. 1994. *Hyvä itsetunto*. WSOY: Juva.

Kemppinen, P. 2000. *Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt*. Kustannusvalmennus P.&K.: Vantaa.

Kielhofner, G. 1997. *Conceptual foundations of occupational therapy*. 2. p. Philadelphia.

Kuula, A. 2006. *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Gummerus Kirjapaino: Jyväskylä.

Laadullisen analyysi ja tulkinta. n. d. *Opinnäytetyöpakki Kajaanin ammattikorkeakoulun sivustolla*. Viitattu 26.4.2010. <http://www.kajak.fi/?depid=14559>

- Lagström, H., Pösöm, T., Rutanen, N. & Vehkalahti, K. 2010. Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Yliopistopaino: Helsinki.
- Lahikainen, A., Punamäki, R-L. & Tamminen, T. 2008. Kulttuuri lapsen kasvattajana. Dark: Vantaa.
- Lampropoulos, G., Kazantzis, N. & Deane, F. 2004. Psychologists' Use of Motion Pictures in Clinical Practice. *Professional Psychology: Research and Practice* 35, 5, 535-541.
- Lehtinen, I. & Lehtinen T. 2007. Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa. Edita Prima: Helsinki.
- Lämsä, A-L. 2009. Mun on paha olla: näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. PS-kustannus: Jyväskylä.
- Mäkipää, P. 2008. Luovuusterapioiden käyttö Suomessa 1991. Viitattu 19.1.2010. <http://www.pekkalehto.com/elokuvaterapia/index.html>
- Mäkipää, P. 1997a. Ikkuna ja peili eli elokuvan supportiivisesta ja analyttisestä olemuksesta. *Kulttuuriyhdistys kuumaa: Anjalankoski*.
- Mäkipää, P. 1997b. The end - onnellinen alku. *Kulttuuriyhdistys kuumaa: Anjalankoski*.
- Mäkipää, P. 1997c. Elokuva transitionaaliobjektina. *Kulttuuriyhdistys kuumaa: Anjalankoski*.
- Mäkipää, P. 1996. Elokuvatapiasta eli elävän kuvan hoidollisesta käytöstä. *Kulttuuriyhdistys kuumaa: Anjalankoski*.
- Peura, J., Pelkonen, M. & Kirves, L. 2009. Miksi kertoisin kun se ei auta? Raportti nuorten koulukiusaamiskyselystä. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Powell, M., Newgent, R. & Lee, S. 2006. Group cinematherapy: Using metaphor to enhance adolescent self-esteem. *The Arts in Psychotherapy* 33, 247-253.
- Pruuki, H. & Nuorten keskus. 2008. Nuorten sielunhoidon käsikirja. LK-kirjat: Helsinki.
- Remes, H. & Virta, M. 2003. Rosenbergin itsetuntemittarin dimensionaalisuus. Viitattu 21.6.2010. [http://www.valt.helsinki.fi/blogs/verkkoposteri/virta\\_remes.pdf](http://www.valt.helsinki.fi/blogs/verkkoposteri/virta_remes.pdf)
- Saarinen, M. 2006. Leffaterapiaa – tunneälyä ja itsetuntoa kotisohvalta. Kirjapaja: Helsinki.
- Salminen, M. 2008. Tunne-etsivä – opetusmateriaalia peruskoulun ja lukion terveyskasvatukseen. Kalliolan nuoret: Helsinki.

Salmivalli, C. 2005. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Otavan kirjapaino: Keuruu.

Salmivalli, C. 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen. WS Bookwell: Juva

Salmivalli, C. 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Tammer-Paino: Tampere.

Sharp, C., Smith, J. & Cole, A. 2002. Cinematherapy: metaphorically promoting therapeutic change. Counselling Psychology Quarterly 15, 3, 269-276.

The Bears. 1992. Innovative Resources - The publishing arm of St Luke's Anglicare: Australia.

Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet. n.d. Suomen toimintaterapeuttiliitto ry 28.4.2007. Viitattu 21.6.2010. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi>, materiaalipankki, kannanotot ja suositukset, ammattieettiset ohjeet.

Toimintaterapia, 25.2.2008. Toimintaterapeuttiliitto. Viitattu 23.2.2010. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi>, toimintaterapia.

Tuomi, J. 2007. Tutki ja lue. Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Gummerus Kirjapaino: Jyväskylä.

Välimäki, J. 2009. Ahistaa!: Mistä apu nuoren ahdistukseen. Uusi Tie: Helsinki.

Wedding, D. & Niemiec, R. 2003. The Clinical Use of Films in Psychotherapy. Psychotherapy in Practice 9, 2, 207-215.

## LIITTEET

### **Liite 1. Nuorisokoteihin lähetetty sähköpostiviesti yhteistyökumppanin löytymiseksi**

Hei!

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Tarkoituksenamme on opinnäytetyössämme tutkia elokuvan terapeutista käyttöä. Haemme nyt yhteistyökumppania, joka olisi kiinnostunut lähtemään mukaan tutkimushankkeeseen. Tutkimuksen tavoite olisi selvittää elokuvan käytön vaikuttavuutta tunteiden sekä itsetunnon käsittelyssä ja tukemisessa nuorilla.

Opinnäytetyö projektimme on vasta alussa, joten tällä hetkellä kartoitamme, löytyykö tutkimuksellemme yhteistyökumppania. Opinnäytetyössä keräämme mahdollisesti tietoja elokuvan käytöstä haastatellen elokuvaa käyttäneitä toimintaterapeutteja ja/tai kenties kysellen kokemuksia myös asiakkailta. Yhtenä tavoitteenamme on myös tarjota teille työelämään uutta työvälinettä. Ideoissimme mielellämme yhteistyössä juuri teidän käyttötarkoituksiin sopivan tavan käyttää elokuvaa. Ota yhteyttä jos aihe herätti kiinnostusta, niin keskustellaan lisää!

Syysterveisin,

Johanna Juka ja Laura Pietikäinen  
johanna.juka.sot@jamk.fi / laura.pietikainen.sot@jamk.fi  
041 – 4646 387 , 044 – 289 5122

**Liite 2. Peruskouluille lähetetty sähköpostiviesti yhteistyökumppanin löytymiseksi**

Hei!

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Tarkoituksenamme on opinnäytetyössämme tutkia elokuvan terapeutista käyttöä. Haemme nyt yhteistyökumppania, joka olisi kiinnostunut lähtemään mukaan tutkimushankkeeseen. Tutkimuksen tavoite olisi selvittää elokuvan käytön vaikuttavuutta tunteiden sekä itsetunnon käsittelyssä ja tukemisessa nuorilla. Ryhmäläisillä ei tarvitse olla diagnoosia tai hoitosuhdetta, mutta jonkinlaista tuen tarvetta tunne- tai sosiaalisessa elämässä, esimerkiksi koulukiusaajat tai -kiusatut tai muuten syrjäytyneet.

Opinnäytetyö projektimme on vasta alussa, joten tällä hetkellä kartoitamme, löytyykö tutkimuksellemme yhteistyökumppania. Ideoisimme mielellämme yhteistyössä teidän kanssa toteutuksen yksityiskohdista. Ota yhteyttä jos aihe herätti kiinnostusta, niin keskustellaan lisää!

Syysterveisin,

Johanna Juka ja Laura Pietikäinen  
johanna.juka.sot@jamk.fi / laura.pietikainen.sot@jamk.fi  
041 – 4646 387 , 044 – 289 5122

### Liite 3. Vanhempien lupa-anomus nuorten osallistumiselle

Hei,

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä elokuvan terapeuttisesta käytöstä. Toimeksiantajana on Jyväskylän sosiaali- ja perhepalvelut.

Pyydämme teiltä lupaa lapsenne osallistumiselle ryhmään, jossa tutkimme elokuvan terapeuttisen käytön vaikutuksia itsetunnon vahvistamisessa ja tunteiden käsittelyssä. Keräämme aineistoa ryhmäläisiltä alku- sekä loppukyselyillä, pohdintatehtävillä ja ryhmien aikana tuotettavasta materiaalista sekä koulupsykologeille suunnatusta loppukyselystä. Toivomme saavamme myös teiltä palautteen tekemämme kyselylomakkeen muodossa ryhmän loputtua. **Kaikki tiedot käsitellään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Valmiista opinnäytetyöstä nuorta ei voida tunnistaa.**

Opinnäytetyön ohjaajana Jyväskylän ammattikorkeakoulusta toimii toimintaterapian lehtori Jaana Ritsilä. Toiminnan turvallisuuden takaamiseksi toimimme Hyvipisteen tiloissa. Hyvipiste on Jyväskylän ammattikorkeakoulun oppimiskeskus, joka tuottaa hyvinvointi- ja kuntoutuspalveluja ilman voittoa. Tämän vuoksi lapsenne nimi- ja osoitetiedot kirjautuvat normaalin asiakastoimintamme mukaisesti Hyvipisteen asiakasrekisteriin. Tila- ja juokseviin kuluihin laskutamme teitä 2€/kerta (yhteensä 12€).

Ryhmä kokoontuu tiistaisin kello 15.30–18.00, osoitteessa Keskussairaalantie 21, E-rakennus, 40600 Jyväskylä. Ensimmäisellä kerralla (huhtikuussa) tapamme E-rakennuksen vieressä, Jyväskylän ammattikorkeakoulun sinisen kyltin kohdalla joka on vastakkaisella puolella Kyllön terveystaseman risteystä Keskussairaalantien varrella.

Mikäli lapsenne ei pääse tulemaan ryhmäkerralle toivomme, että ilmoitatte siitä joillekin meistä.

Jos teille tulee kysyttävää, ottakaa yhteyttä meihin.

Kevätterveisin,  
toimintaterapeuttiopiskelijat

Johanna Juka  
[johanna.juka.sot@jamk.fi](mailto:johanna.juka.sot@jamk.fi)

Laura Pietikäinen  
[laura.pietikainen.sot@jamk.fi](mailto:laura.pietikainen.sot@jamk.fi)

Jaana Ritsilä  
Keskussairaalantie 21 E  
40600 Jyväskylä  
[jaana.ritsilä@jamk.fi](mailto:jaana.ritsilä@jamk.fi)  
p. 0400 - 989456



**Lupa-anomus (palautettava Jaana Ritsilälle)**

- Annan luvan lapseni \_\_\_\_\_ osallistua ryhmään.  
 Annan luvan käyttää edellä kuvattua aineistoa (kyselyt, ryhmän pohdinta-  
tehtävät ja muut tuotokset) opinnäytetyössä.

Olen tietoinen siitä, että kaikki tiedot käsitellään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Valmiista opinnäytetyöstä nuorta ei voida tunnistaa.

---

Päivämäärä, huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys

Lasku (12,-) lähetetään teille kotiin. Osoitetiedot laskutusta varten:

NIMI (henkilö, jonka nimellä lasku lähetetään):

-----

OSOITE:

-----

**Liite 4. Palautekysely koulukuraattorille**

Toiko nuori esille tai oliko nuoresta nähtävissä jännitystä/odotusta/epävarmuutta/innostusta ryhmästä ennen ryhmän alkamista?

Tapahtuiko teidän mielestä ryhmän aikana muutosta nuoren itsetunnossa tai minäku-  
vassa? Kertoiko nuori siitä itse, miten? Vai näkyikö muutos jotenkin, miten?

Kertoiko nuori mikä ryhmässä oli hyvää tai mikä huonoa? Mitä erityisesti?

## Liite 5. Ryhmäkertojen suunnitelmat

### KERTA

Aiheena: Minäkuvan pohtiminen, miten näen itseni, miten muut näkevät minut, kuka olen?

15:30 – 16.15 Aloitus

Käydään läpi, mihin nuoret ovat tulleet, ja varmistetaan nuorten suostumus ryhmässä tehtyjen tuotosten kuvaamiseen ja käyttämiseen osana opinnäytetyötä. Niemi- ja fiiliskierros postikorttien avulla. Nuoret täyttävät alkukyselylomakkeen.

16.15- 16.45 Ryhmäyttäminen

Tehdään ryhmän tunnuslippu. Oma kuva + pelisäännöt (olla ajoissa, ei olla otsa kurtussa, jokainen saa olla oma itsensä, jokaisen mielipide on tärkeä, ryhmässä ehdoton luottamuksellisuus, saa kysyä ja ihmetellä, ei ole tyhmiä kysymyksiä, palautetta saa ja pitää antaa)

16.45- 17.45 Sarjan katsominen (Keskustelua elokuvien katsomistottumuksista) (katsomistekniikat (keskitytään tiettyyn henkilöön/tunteisiin/vuorovaikutukseen: pysäytetään välillä, katsotaan ja pohdiskellaan lopuksi) aihe kerrotaan ennen katsomista, keskitytään hahmoihin ja tapahtumiin, kotona pohdittavat muutamat kysymykset ja kirjoittaminen joko koneella tai käsin) HENKILÖIDEN VÄLISIÄ SUHTEITA, REAGOINTIA, TUNTEITA.

Jakso sarjasta The King of The Queens (Kellarin kunkku) ja kuvien avulla käydään läpi sarjan päähenkilöiden ajatuksia toisista sekä motiiveja toimia tietyllä tavalla.

Mitä Carrie ajatteli vieraasta miehestä?

Mikä herätti Carrien ajatukset?

Miten itse olisit toiminut, jos olisi ollut paikalla?

Mitä itse olisi tehnyt Carrien asemassa?

Mitä muut ajattelivat Carriesta?

Mitä Douglas ajatteli vieraasta miehestä?

Mitä Holly ajatteli miehestä?

Mitä lapset ajattelivat miehestä?

Mitä Deacon ja Kelly ajattelivat miehestä?

Miksi Douglas oli luottavainen miestä kohtaan?

Olisiko tilanne ollut uhkaava, jos mies olisi tullut syömään sisälle?

Mikä sai tilanteen laukeamaan?

Miksei joku lähtenyt aiemmin miehen luo?

Miksi muut lähtivät myös ulos?

Mikä herättää luottamusta tai epäluottamusta ihmisessä?

Kirjoitetaan adjektiivejä kartongille millainen on luotettava ja millainen on epäluotettava henkilö.

17.45-18.00 Kaitafilmille kuva!

Pohdintatehtävä kotona ”millainen olen omasta mielestäni, millaisena luulen muiden minut näkevän ja millainen haluaisin olla”.

## KERTA

Aiheena: Ihmisten erilaisuus, uskallus, rohkeus, omat valinnat vs. Ympäristö

15:30-15:50 Aloituspöytäkirja Nalle-korteilla, millainen tunne on nyt. Esittäytyminen uudelle jäsenelle lyhyesti. Käydään säännöt läpi (ei puhuta toisten päälle, ei kerrota ryhmän asioista, kaikkien mielipide on tärkeä, saa kysyä mitä vain) kirjoitetaan paperille ja ryhmäläiset allekirjoittavat ne.

15:50-16:00 Elokuvan esittely. Elokuva pysäytetään välillä, pohditaan tapahtunutta ja jatketaan katselua. Billy, Isä, Tony-isoveljät, mummo, Neiti Wilkinson ja kaveri Michael. Pysäytykset:

21min. 30 sek: millainen Billy on?

ketä Billyn lähipiiriin kuuluu?

mitä he odottavat Billyltä?

miksi Billy ei kerro isälle baletista?

miten billy suhtautuu muiden kommentteihin?

27 min. 32sek. ketkä kannustavat billyä balettiin?miksi?

ketkä eivät?miksi?

1h 28min mikä muutti isän ja muiden mielipiteen?

olisiko billy mennyt koe-esiintymiseen ilman, että isä alkoi kannustaa?

olisiko billy voinut heti alkuun tehdä jotain toisin, että muut ymmärtäisivät, miten tärkeää baletti hänelle on?

17:50 – 18:00 Elokuva päättyy, nopea kysely fiiliksistä. Etsitään lehdistä kuva kertomaan tunnelmia tästä ryhmäkerrasta.

Kotona pohdittavat: Onko sinulla samanlaisia kokemuksia muiden odotuksista kuin elokuvan Billyllä? Ja millaisia ne ovat? Esim. Billyn isä halusi pojasta nyrkkeilijän ja mummo tuki häntä tanssiharrastuksessa. Kuka tai ketkä elokuvan henkilöistä asettivat Billylle sääntöjä? Mitä erilaisuutta korostavia asioita elokuvassa oli? Mitä mieltä itse olet niistä? Mieti ryhmälle nimi ehdotus ensi kerraksi!

### 3.KERTA

Aiheena: Rohkeus, unelmien toteuttaminen, oman itsensä toteuttaminen.

15:30 Fiiliskierros ilmekorteilla avulla. Ryhmän nimi valitaan ehdotusten perusteella tai arpomalla tai tavuilla.

15:45 – 17:15 Alustetaan ja katsotaan elokuva Up - kohti korkeuksia.

17:15-17:25 Keskustelua elokuvasta: Mikä rajoittaa toiveiden/haaveiden toteutumista?

Onko se itsestä kiinni vai jostakin muusta?

Rohkeutta haaveilla itselle tärkeistä asioista?

Onko olemassa saavuttamattomia unelmia?

17:25-17:50 Tehdään omat seikkailu-kirjat. Kartongista ja tulostuspaperista. Kirjaan kerätään kuvia, kirjoitetaan omia haaveita, unelmia, toiveita. Viimeiselle si-

vulle havainnollistetaan oma elämäntilanne 10 vuoden kuluttua. Kotona jatketaan kirjan täyttämistä, tuodaan ensi kerraksi.

17:50 -18:00 Kuvat kaitafilmille! + kotipohdinnat

#### 4.KERTA

Aiheena: Tunteiden tunnistaminen

15:30-15:45 Aloitus tunne-lapuilla (lapuissa lukee iloinen, surullinen jne.) Millainen tunne on nyt. Erotellaan fysiologiset tunteet, muista tunteista.

15:45-17:50 The Mask elokuvan pohjustus ja katsominen, Stanley Ipkiss, Tina Carlyle. Stanley löytää naamion, joka muuttaa hänen persoonaansa.

Keskustelua elokuvan jälkeen:

Mitä rooleja elokuvassa oli? Virkailija, ystävä, naamiomies, naapuri, vakooja, toimittaja.

Miten Stanley ja ”naamari Stanley” eroavat toisistaan?

Miksi Stanley ei kertonut Tinalle, että hän on naamio mies?

Kirjoitetaan ylös erilaisia rooleja ja millaisia ne ovat. Kerätään omalle lapulle rooleja, mitä on omassa elämässä. Yhdistetään rooliin tunne lappu/lappuja.

17:50-18:00 Kuvat kaitafilmille!

Kotona pohdittavat kysymykset: Miten lapulle kirjoittamat roolisi eroavat toisistaan? Mitä haittaa tai hyötyä rooleista on elämässäsi? Mitä haittaa ja hyötyä naamioista oli elokuvan Stanley:lle?

#### 5.KERTA

Aiheena: erilaisuuden hyväskyminen, epäluulo, epävarmuus ja niiden voittaminen.

15:30-15:40 Fiiliskierros täydennyskuvalla.

15:40-17:45 Katsotaan elokuva Kung Fu Panda, joka kertoo Pandan halusta tulla KungFu mestariksi. Hänen vanhempansa toivovat hänestä nuudeli-kokkia ja muut KungFu mestarit eivät pidä uudesta tulokkaasta. Katostaan elokuvasta yksi kohtaus, josta etsitään tunteita, ilman ääntä & äänen kanssa.

Elokuvan jälkeen käsitellään erilaisuuden hyväksymistä, oman epävarmuuden voittamista ja epäluuloa ja –varmuutta. Käydään läpi miten nämä aiheet näkyivät elokuvassa ja pyritään löytämään niille selityksiä. Pohditaan myös mitä yhteistä Billy Elliotilla ja Po pandalla on, vai onko niissä yhteistä?

17:45-18:00 Valitaan kuva kaitafilmille ja annetaan kotona pohdittavat tehtävät mukaan.

Kotona pohdiskeltavana tehtävänä käsitellään asioita, jotka tuovat itselle varmuutta, mielihyvää ja rohkeutta.

## 6. JA VIIMEINEN KERTA

Aiheena: minuus ja oman elämän ainutlaatuisuus

15:30-15:45 Fiiliskierros esineiden avulla. Esine kuvastaa tällä kerralla sen hetkistä tunnetta, mutta myös sitä mitä ryhmä on merkinnyt itselle.

15:45-16:05 Katsotaan kohtaus elokuvasta Little Miss Sunshine. Mitä tunteita Oliv’lle heräsi? Entäs perheelle tai yleisölle? Miksi? Miksi Oliv ei keskeyttänyt esitystään? Miksi perheen ja muun yleisön reaktio esitykseen oli erilainen?

16:05-16:35 Ryhmäläiset täyttävät loppu- ja palautekyselylomakkeet.

16:35-16:50 Katsotaan Sarjasta The King of the Queens jakso loppuun, mitä 1. kerralla katsottiin. Ennen katomista jokainen saa kertoa miten luulee/toivoo jakson päättyvän. Katselun jälkeen keskustellaan miten odotukset kohtasivat oikean lopun ja mistä mahdolliset eroavaisuudet johtuivat.

16:50-17:50 Katsotaan The Simpson's sarjan kahdeksannen tuotantokauden jaksoja. Yksi jaksoista on valmiiksi valittu, molemmat ryhmäläiset saavat valita haluamansa jakson joka katsotaan.

17:50-18:00 Valitaan kaitafilmille kuva ja kiitetään ryhmäläisiä ja sanotaan heipat.



## Liite 6. Perustelut elokuvien valinnoille

<b>ELOKUVA</b>	Little Miss Sunshine	Kung Fu Panda	The Mask	Up – kohti korkeuksia	Billy Elliot	The King of Queens
<b>ELOKUVAN VAIKUTTA- VUUS TEKIJÄ</b>	Analyttinen, indentifikaatio, imitaatio	Analyttinen, projektiio	Supporttiivinen, projektiio, idea-lisaatio	Analyttinen, imitaatio	Supporttiivinen, imitaatio, idea-lisatio	Analyttinen, projektiio
<b>PERUSTELUT ELOKUVAN VALINNALLE</b>	Kohtauksessa tulee esille yksilön rohkeus ja perheen sekä muun sosiaalisen ympäristön asenne.	Elokuva käsittelee yksilön vahvuuksia, haaveita ja ympäristön odotuksia	Elokuvasa eri roolit tulevat selkeästi esille ja niiden vaikutus yksilöön ja ympäristöön	Elokuva mahdollistaa elämäntapa-ajattelun ja antaa esimerkin omien arvojen löytämisestä	Elokuva kertoo selviytymistarinan erilaisuudesta ja sen kääntämisestä voimavaroiksi	Jakso käsittelee erilaisuutta, ennakkoluuloja, ryhmän mieliteen vaikutusta eri yksilöihin

## Liite 7. Nuorten suostumus aineiston käyttöön opinnäytetyössä

Hei,

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä elokuvan terapeuttisesta käytöstä. Toimeksiantajana on Jyväskylän kaupungin koulutoimi.

Pyydämme sinulta kirjallisen suostumuksen osallistumiselle ryhmään, jossa keräämme aineistoa elokuvan terapeuttisen käytön vaikutuksista sekä lupaa valokuvata ryhmän aikana tekemiäsi töitä. Keräämme aineistoa alku- sekä loppukyselyillä, päiväkirjamuodossa ja ryhmien aikana tuotettavasta materiaalista sekä koulupsykologeilta heidän tekemistä havainnoista. Pyydämme myös vanhemmiltanne palautetta tekemämme kyselylomakkeen muodossa ryhmän loputtua. Kaikki tiedot käsitellään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Valmiista opinnäytetyöstä sinua ei voida tunnistaa.

Opinnäytetyön ohjaajana Jyväskylän ammattikorkeakoulusta toimii toimintaterapian lehtori Jaana Ritsilä. Toiminnan turvallisuuden takaamiseksi toimimme HYVIpisteen tiloissa. HYVIpiste on Jyväskylän ammattikorkeakoulun oppimiskeskus, joka tuottaa hyvinvointi- ja kuntoutuspalveluja ilman voittoa. Ryhmän toteutus on viikkojen 8-14 aikana.

Jos sinulle tulee kysyttävää, ota yhteyttä meihin.  
Kevätterveisin toimintaterapeuttiopiskelijat

Johanna Juka  
[johanna.juka.sot@jamk.fi](mailto:johanna.juka.sot@jamk.fi)

Laura Pietikäinen  
[laura.pietikainen.sot@jamk.fi](mailto:laura.pietikainen.sot@jamk.fi)

---

### Suostumus- ja lupa-anomus

- Osallistun ryhmään.  
 Annan luvan käyttää ryhmässä kerättyä aineistoa opinnäytetyössä.  
 Annan luvan valokuvata tekemiäni töitä ja käyttää sekä julkaista kuvia opinnäytetyössä.

-----  
Päivämäärä, allekirjoitus ja nimenselvennys

**Liite 8. Alku- ja loppukyselylomake**

Nimi: \_\_\_\_\_

**Rengasta väittämistä sopivin vastausvaihtoehto**

3 = Täysin samaa mieltä

2 = Samaa mieltä

1 = Hieman eri mieltä

0 = Täysin eri mieltä

Kokonaisuudessa olen tyytyväinen itseeni      3    2    1    0Ajattelen toisinaan, että olen kelvoton      3    2    1    0Mielestäni minulla on paljon hyviä ominaisuuksia    3    2    1    0Minä pystyn tekemään asioita yhtä hyvin kuin muutkin    3    2    1    0Minulla ei ole paljon asioita joista voin olla ylpeä      3    2    1    0Tunnen ajoittain olevani hyödytön      3    2    1    0Tunnen olevani tärkeä ja ainakin samalla tasollamuiden kanssa      3    2    1    0Toivon, että voisin kunnioittaa itseäni enemmän      3    2    1    0Kaiken kaikkiaan olen taipuvainen ajattelemaan,että olen epäonnistuja      3    2    1    0

Otan positiivisen asenteen itseäni kohtaan 3 2 1 0

**Laatikoissa on eri tunteita. Kirjoita jokaiseen laatikkoon missä tilanteissa tai mitä tehdessä tunnistat itsessäsi laatikossa olevan tunteen ja pyri kuvaamaan mille tunne tuntuu kehossasi.**

*Esimerkiksi:*

*iloinen: hyvää kirjaa lukiessa, huvipuistossa, onnistuttuani jossakin. Ilo tuntuu huolettomana mielenä ja hymyilyttää.*

**TYYYTYVÄINEN**

**INNOSTUNUT**

**HELPOTTUNUT**

**RENTO**

**ONNELLINEN**

**YKSINÄINEN**

**ITSEVARMA**

**AHDISTUNUT**

**YLPEÄ**

**RAIVOSTUNUT**

**Liite 9. Tunteiden tunnistamisharjoitus (Saarinen 2006)**

**Tunteiden tunnistamis- ja arviointiharjoitus**

+ = koki/koin tunnetta, - = ei/en kokenut tunnetta

	roolihenkilö A		roolihenkilö B		itse kokemani tunteet	
	ilman ääntä	äänellä	ilman ääntä	äänellä	ilman ääntä	äänellä
hämmästyminen						
ahdistus						
riittämättömyys						
suru						
turvattomuus						
syällisyys						
pelko						
suuttumus						
arvottomuus						
jännittyneisyys						
kateellisyys						
inho						
pettymys						
kiihtyneisyys						
tyytyväisyys						
häpeä						
hermostuneisuus						
lamaannus						
hylätyksi tuleminen						

**Liite 10. Palautekysely vanhemmille**

Toiko nuori esille tai oliko nähtävissä jännitystä/odotusta/epävarmuutta/innostusta ryhmää kohtaan ennen koko ryhmäprosessin alkamista?

Odottiko nuori ryhmää vai jouduitteko tsemppaamaan ja tukemaan paljon nuoren osallistumista kuuden viikon aikana? Miten?

Käsittelikö nuori kotona ryhmän aiheita tai siellä käytettyjä menetelmiä? Miten?

Tapahtuiko teidän mielestä ryhmän aikana muutosta nuoren itsetunnossa tai minäku-  
vassa?

Näkyikö nuoren osallistuminen itsetuntoa ja tunteidenkäsittelyä tukevaan ryhmään jotenkin kotona? Miten?

Kertoiko nuori kotona mikä ryhmässä oli hyvää tai mikä huonoa? Mitä erityisesti?

Vapaa sana siitä, mitä ei kysytty!

Kiitos paljon vastauksestanne!

Palautteenne on osa opinnäytetyön aineistoa ja erittäin tärkeää tulosten analysoinnin kannalta. Oikein hyvää kesän odotusta ja kiitos tuestanne nuoren ryhmään osallistumisesta!

Terveisin,  
Johanna ja Laura



## **Liite 11. Vinkkilista nuorten elokuvaryhmää aloittavalle.**

### **Ennen ryhmän käynnistymistä**

- Pyri löytämään tai valitse nuoria, joilla sama tavoite (esim. itsetunnon vahvistuminen)
- Varmista alaikäisten nuorten huoltajilta lupa ryhmään osallistumisesta (mikäli kyseessä on opiskelijoiden toteuttama elokuvaryhmä).
- Anna riittävät esitiedot (mistä on kysymys, mitä tehdään, mikä ryhmän on tarkoitus ja aikataulu) ryhmään osallistuvalla nuorella sekä heidän lähipiirille (koulu ja huoltajat), jotta he tietävät mitä ryhmässä tapahtuu, mikäli kotona tai koulussa nuori jatkaa ryhmässä käytyjen asioiden pohdiskelua.
- Sovi käytännön järjestelyistä ”lähettävän” tahon kanssa (miten ryhmä sijoittuu nuoren muihin menoihin, kehen voidaan ottaa yhteyttä mikäli ryhmässä nousee esille tai tapahtuu jotakin mistä olisi hyvä keskustella, voiko nuoren päästää ryhmästä ”vapaasti” pois vai saatetaanko hänet esim. autolle?)
- Varmista sopivat tilat kaikille ryhmäkerroille (ks. tämän liitteen ”elokuvan terapeuttiliseen katseluun sopiva ympäristö”)

### **Elokuvan terapeuttiliseen katseluun sopiva ympäristö**

- Viihtyisä , rauhallinen (ei ylimääräistä kulkua tai ulkopuolisia ääniä) ja täysin pimennettävissä oleva tila
- Hyvän katseluasennon mahdollistavat istuimet (sohva, patja, säkkituoli..)
- Videotykki ja mahdollisimman hyvä äänentoisto

### **Ryhmäkertojen suunnittelu ja toteutus**

- Panosta ryhmän alussa tutustumiseen ja ryhmäytymiseen (mahdollistaa luotettavan ilmapiirin syntymisen)
- Yhdessä sovitut säännöt sitouttavat nuoria ryhmään ja ryhmän itsensä luomat säännöt motivoivat niiden noudattamiseen.

- Reflektoi jokaisen ryhmäkerran jälkeen onnistumisia ja epäonnistumisia (niin menetelmien, elokuvien valinnan kuin ryhmäläisten osallistumisen näkökulmasta)
- Suunnittele seuraava ryhmäkerta vasta edellä mainitun reflektoinnin jälkeen
- Selkeä runko (aloitus, elokuva, lopetus) ryhmäkerroilla auttaa ryhmäläisiä orientoitumaan ryhmäkerralle ja vähentää epätoisuutta siitä mitä seuraavaksi tapahtuu
- Hyödynnä hyväksi todettuja menetelmiä, mutta pyri pitämään menetelmät ”uusina”.
- Katso jokainen esitettävä elokuva huolella läpi ennen sen esittämistä ryhmässä
- Suunnittele elokuvan analysointi kysymyksineen etukäteen, mutta anna mahdollisuus ryhmäläisten nostaa esille ja käsitellä heille mieleen nousseita kysymyksiä
- Hyödynnä ja kokeile rohkeasti erilaisia katselutekniikoita (esim. useammalla kerralla saman elokuvan analysointi, mitä tässä opinnäytetyössä ei päästy kokeilemaan).
- Luota omaan intuitioosi sopivista elokuvista sekä menetelmistä – sinä ohjaajana tunnet ryhmän parhaiten ja osaat kyllä valita ”oikeanlaisen” elokuvan!

**Tässä opinnäytetyön elokuvaryhmässä toimineet ratkaisut:**

- Fiiliskierros erilaisilla kuva- tai ilmekorteilla, tunnelapuilla tai piirtämällä ilme
- Elokuvien pysäyttäminen ja muutaman kysymyksen pohtiminen kesken elokuvan
- Elokuvien analysointi toiminnan kautta (kirjoittaminen, seikkailukirjan teko, kollaasi)
- Lopetus ”kaitafilmille” valittavaan lehtileike kuvaan
- Pääohjaajan ja apuohjaajan käyttö
- Havainnointimuistiinpanojen kirjoittaminen heti ryhmäkerran jälkeen

