

**TOMMI VILJANEN**

**”OLEN SEMMOINEN ILOINEN JA PIRTEÄ”**

**- SIJOITETUN 17-VUOTIAAN ADHD NUOREN MINÄKÄSITYS JA  
ITSETUNTO**

**Opinnäytetyö**

**KESKI-POHJANMAAN AMMATTIKORKEAKOULU**

**Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma**

**Marraskuu 2010**

<b>Yksikkö</b> Ylivieska	<b>Aika</b> 1 2011	<b>Tekijä/tekijät</b> Tommi Viljanen
<b>Koulutusohjelma</b> Kansalaistoiminta ja nuorisotyö		
<b>Työn nimi</b> ”Olen semmoinen pirteä”. 17 vuotiaan sijoitetun adhd- nuoren minäkäsitys ja itsetunto		
<b>Työn ohjaaja</b> TT Vesa Nuorva		<b>Sivumäärä</b> 37+6
<b>Työelämäohjaaja</b>		
<p>Olen semmoinen iloinen ja pirteä”. 17 vuotiaan sijoitetun ADHD- nuoren minäkäsitys ja itsetunto.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli saada selville miten ADHD on vaikuttanut nuoren minäkäsitykseen ja itsetuntoon. Tutkimuksen perustana oli C.R. Rogersin fenomenologinen minäteoria ja E.H. Eriksonin teoria minän kehityksestä.</p> <p>Tutkimusmenetelmänä oli haastattelututkimus sekä havainnointi.</p> <p>Tutkimustuloksina saatiin, että nuoren minän kehityksessä oli puutteita tai kehitys on jäljessä ikätasoon nähden. Tämä näkyi mm. perusturvallisuuden puutteena sekä ulkopuolisuuden tunteena. Nuori ei osannut luottaa toisiin ihmisiin, varsinkaan naispuolisiin. Tulevaisuuttakaan hän ei nähnyt kovin valoisana, se ennemminkin pelotti nuorta. Tämä aiheutui selvästi mm. roolihämmennyksestä.</p> <p>Nuoren haastattelutilanteessa antamat vastaukset viittasivat selkeästi heikkoon itsetuntoon. Hän antoi kuitenkin itsestään ulospäin varsin itsevarmaa kuvaa, mutta se oli vain ulkokuorta. Sisimmässään nuori oli epävarma itsestään ja ympäristöstään. Tähän viittasi myös se, että nuorella oli huomattavasi enemmän negatiivista sanottavaa itsestään kuin positiivista</p>		

<b>Asiasanat</b> ADHD, ITSETUNTO, MINÄKÄSITYS
--

<b>CENTRAL OSTROBOTHNIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</b> Ylivieska	<b>Date</b>  1 2011	<b>Author</b>  Tommi Viljanen
<b>Degree programme</b>  Civic activity and youth work		
<b>Name of thesis</b> "I'm a cheerful and lively boy".- The self image and self esteem of an adolescent who has been diagnosed with ADHD, and who was put in foster care at age of 17.		
<b>Instructor</b>  Dr Vesa Nuorva	<b>Pages</b>  37+6	
<b>Supervisor</b>		
<b>ABSRTACT</b>  I'm a cheerful and lively boy". The self image and self-esteem of an adolescent who has been diagnosed with ADHD, and who was put in foster care at the age of 17.  The main goal of this thesis is to find out how ADHD has affected a young person's self image and self-esteem. The research is based on C. R. Rogers phenomenological theory of self and E. H. Erikson's theory on social development.  The research methods used for the study were an interview and observation.  From the gathered information it was concluded that the development of the young person's self image was lacking or his development was delayed compared to his age group. This can be seen e.g. as a lack of basic trust and a feeling of not belonging. The adolescent hadn't learned to trust other people, especially female ones.  Additionally, his view of his future wasn't optimistic; rather, he was worried about it. This was caused, among other things, by role confusion.  The answers the adolescent gave in the interview clearly implied a poor self-esteem. While he presented a confident image to others, that was just an outer layer. Inside himself he was unsure of himself and his environment. Another thing that points towards this interpretation is the fact that the youth has considerably more negative things to say about himself than positive.		
<b>Key words</b> ADHD, SELF ESTEEM, SELF-IMAGE		

**TIIVISTELMÄ**  
**ABSTRACT**  
**SISÄLLYS**

<b>JOHDANTO</b> -----	<b>1</b>
<b>1 ADHD-OIREYHTYMÄ</b> -----	<b>3</b>
<b>1.1 Tarkkaavaisuushäiriö</b> -----	<b>4</b>
<b>1.2 Ylivilkkaus ja impulsiivisuus</b> -----	<b>5</b>
<b>2 MINÄKÄSITYS</b> -----	<b>7</b>
<b>2.1 Heijastus arviot</b> -----	<b>8</b>
<b>2.2 Sosiaalinen vertailu</b> -----	<b>8</b>
<b>2.3 Roolinotto</b> -----	<b>9</b>
<b>2.4 Arvostus</b> -----	<b>9</b>
<b>2.5 Minää kuvaavia käsitteitä</b> -----	<b>10</b>
<b>2.6 C.R. Rogersin fenomenologinen minäteoria</b> -----	<b>12</b>
<b>2.6.1 Organismi</b> -----	<b>12</b>
<b>2.6.2 Selfteoria</b> -----	<b>13</b>
<b>2.7 E.H. Eriksonin teoria minän kehityksestä</b> -----	<b>15</b>
<b>3 ITSETUNTO</b> -----	<b>19</b>
<b>3.1 Mitä on itsetunto?</b> -----	<b>19</b>
<b>3.2 Itsetunnon kehittyminen</b> -----	<b>20</b>
<b>3.3 Heikko itsetunto</b> -----	<b>21</b>
<b>3.4 Hyvä itsetunto</b> -----	<b>23</b>
<b>3.5 Usko ja nuoren itsetunto</b> -----	<b>24</b>
<b>4 TUTKIMUSMENETELMÄT</b> -----	<b>27</b>
<b>4.1 Tutkimushaastattelu</b> -----	<b>27</b>
<b>4.2 Havainnointi</b> -----	<b>29</b>
<b>4.3 Tutkimusongelmat</b> -----	<b>30</b>
<b>4.4 Tutkimuksen eettisyys</b> -----	<b>30</b>
<b>5 TULOKSET</b> -----	<b>31</b>
<b>6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS</b> -----	<b>33</b>
<b>7 POHDINTA</b> -----	<b>34</b>
<b>8 LÄHTEET</b> -----	<b>35</b>

**LIITTEET**

**LIITE 1: OMAELÄMÄNKERTA NUOREN KIRJOITTAMANA**  
**LIITE 2: HAASTATTELUKYSYMYKSET**

## JOHDANTO

Oletko kuullut tarinaa Vaahteramäen Eemelistä? Hänelle sattuu ja tapahtuu kaikenlaista koko ajan. Hän on pohjimmiltaan kiltti ja mukava poika, mutta jatkuvasti vaikeuksissa metkujensa kanssa. Hän ei tee metkuja tahallaan. Näyttää siltä, että hän ei vain yksinkertaisesti osaa ajatella tekojensa seurauksia tästä hetkestä eteenpäin. Eemeli on älykäs ja erityisen kekseliäs, mutta aikuiset eivät aina ymmärrä hänen kekseliäisyyttään, vaan pitävät sitä kurittomuutena ja metkuiluna.

ADHD (attention deficit hyperactivity disorder) eli tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaudenhäiriötä pidetään neurologisena ja neurobiologisena häiriönä. Oireita ovat mm. uhmakkuus, käyttöhäiriöt, masentuneisuus, aggressiivisuus.

Erilaiset oireet vaikuttavat ADHD -nuorella monesti mm. sosiaalisiin suhteisiin ja niiden vähäisyyteen, joka voi ilmetä yksinäisyytenä ja eristäytymisenä. Joissakin tapauksissa oireet ovat niin pahoja, että nuori on sijoitettava kodin ulkopuolelle, koska omilla vanhemmillä ei ole kykyä tai voimavaroja vastata haasteellisesti käyttäytyvän nuoren tarpeisiin.

Tässä opinnäytetyössä käytetään ADHD -merkintää ilman vinoviivaa, koska nuorella on tarkkaavaisuushäiriö, ylivilkkautta sekä impulsiivisuutta.

Erilaiset ongelmat heijastuvat nuoreen takaisin mm. itsetunnon heikkoutena. Tästä johtuvat yleensä myös minäkäsitykseen liittyvät ongelmat.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on saada selville, minkälainen on yhden sijoitetun nuoren minäkäsitys ja itsetunto, teemahaastattelun ja havainnoinnin keinoin. Nuori on sijoitettuna kodin ulkopuolelle lastensuojelullisin perustein. Toisena tavoitteena on tuoda esiin jatkotutkimuksena nuoren sijoituksen jälkeisen, jälkihuollon, merkitystä nuoren itsenäistymisessä.

Oma mielenkiintoni heräsi etsiessäni opinnäytetyölleni aihetta. Halusin tehdä opinnäytetyön josta olisi mahdollisesti hyötyä työpaikan haussa. Työharjoittelun aikana minulle selvisi, että

haluan tulevaisuudessa tehdä töitä lastensuojelualalla. Ko. oleva aihe sopi mielestäni tähän varsin hyvin. Otin asian tiimoilta yhteyttä kotipaikkakuntani lähistöllä olevaan lastensuojeluyksikköön ja esittelin asian. Sieltä sainkin varsin nopeasti vastauksen ja hyväksynnän asialle.

Havainnointiin oli hyvä mahdollisuus, koska tein opintoihini liittyen kolmannen työharjoittelun samassa lastensuojeluyksikössä johon nuori oli sijoitettuna.

Nuori kirjoitti myös lyhyen oman elämäkertansa. Tässä oma elämäkerrassa esiintyvien paikkakunnat ja nimet ovat muutettu siten, että paikkakuntia korvaa suuraakkoset (A:B:C...) ja nimiä korvaa numerot (1.2.3..)

## 1 ADHD-OIREYHTYMÄ

ADHD (attention deficit hyperactivity disorder) eli tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriötä pidetään neuropsykiatrisena ja neurobiologisena oireyhtymänä. (Michelsson, Saresma, Valkama & Virtanen 2000, 18).

ADHD-oireyhtymään voi liittyä neurologisia oireita puutteita motoriikassa, hahmottamisessa, kielellisiä ongelmia sekä oppimisen ongelmia (Herrgård & Airaksinen 2004, 251). Psykiatrisia oireita voivat olla mm. aggressiivisuus, masennus sekä uhmakkuus (Michelsson ym. 2000, 20).

Suomessa on myös yleisesti käytössä termi MBD (minimal brain dysfunction), joka tarkoittaa tarkkaavaisuushäiriötä neurologisena oireyhtymänä, johon liittyy motoriikan hahmottamisen ja/tai oppimisen häiriö. Oireisiin kuuluvat usein myös kielelliset erityisvaikeudet ja vaikeudet käyttäytymisessä sekä sosiaalisessa kanssakäymisessä. (Michelsson ym. 2000, 11; Michelsson Miettinen, Saresma & Virtanen 2003, 17; Viljamaa 2009, 81.) MBD- termi on jäänyt pois virallisesta tautiluokituksesta (Michelsson ym. 2000, 11; Almqvist 1996, 221).

Virallisessa tautiluokituksessa (ICD- 10) diagnoosina mainitaan hyperkineettiset häiriöt ja alaryhmänä aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö. Lapsi noudattaa tautiluokituksen mukaan hetken mielihoiteita. Älyllisen toiminnan heikkous on tavallista, kielen kehityksen sekä motorisen kehityksen vaikeudet ovat yleisiä. (Michelsson ym. 2000, 18; Almqvist 1996, 221; Nieminen 2008, 113-114.) Suomessa käytössä olevan virallisen tautiluokituksen(ICD-10) lisäksi ja avuksi käytetään tarkentamaan diagnoosia myös DSM-IV luokitusta.

Vaikka virallinen tautiluokitus maassamme noudattaa ICD- 10:n ohjeita, löytyy ADHD määritelmälle tarkempi ja parempi selitys amerikkalaisesta psykiatrisesta tautiluokituksesta (DSM-IV). Tämän mukaan ADHD:hen kuuluu tarkkaavaisuus, impulsiivisuus ja ylivilkkaus. Osalla ADHD- ryhmään kuuluvista voi olla vain ongelmia tarkkaavaisuuden ylläpitämisessä tai vain

impulsiivisuutta ja ylivilkkautta tai kaikkia. (Michelsson ym. 2000, 18-19; Michelsson ym. 2003, 19-21; Malm 2004, 205; NIMH 2009.)

Jos vähintään kuusi väittämää toteutuu jommastakummasta ryhmästä, diagnoosi annetaan. Diagnoosi edellyttää lisäksi, että oireet ovat kestäneet ainakin kuusi kuukautta, ja alkaneet ennen seitsemättä ikävuotta, ilmenneet eri tilanteissa, kuten koulussa ja kotona ja aiheuttaneet häiriöitä sosiaalisissa, opiskeluun liittyvissä tai ammatillisissa toiminnoissa. (Michelsson ym. 2000, 19; Michelsson ym. 2003, 20-21).

### **1.1 Tarkkaavaisuushäiriö**

Tarkkaavaisuushäiriöt ja hyperaktiivisuus ovat tällä hetkellä yleisimpiä syitä lasten- ja nuorisopsykiatrian käynneille. Yli 10 %:lla lapsista esiintyy oireita sekä diagnostiset kriteerit täyttyvät noin 2-5 %:lla lapsista. (Almqvist 1996, 221; Janssen-Cilag 2010). Tämä tarkoittaa sitä, että peruskouluissamme on noin 11000-28000 ADHD- lasta ja nuorta (Tilastokeskus 2009). Tämä taas asettaa vaatimuksia kouluja kohtaan. Kouluilla pitäisi olla tarpeeksi mm. koulunkäyntiavustajia oppilaille jotka opiskelevat samassa kouluryhmässä muiden mukana. Osa oppilaista on myös erityisopetuksen piirissä. Erityisopetuksen piirissä olikin runsaat 8 % peruskoulun oppilaista eli 47300 oppilasta (Tilastokeskus 2008).

Tarkkaavaisuus edellyttää kykyä keskittyä johonkin tehtävään vaaditun ajan sekä kykyä ottaa huomioon tehtävän olennaiset piirteet ja vaihtaa huomion kohdetta tehtävän vaatimuksen mukaisesti (Michelsson 2003, 47; Herrgård & Airaksinen 2004, 246; Jokinen & Ahtikari 2004, 7). Tämä tekee varsinkin alle kouluikäisellä lapsella tarkkaavaisuudendiagnosoinnin vaikeaksi. Hehän toimivat monesti lyhytjänteisesti ja vaihtavat mielenkiinnon kohdetta tuon tuosta. Tarkkaavaisuus vaihtelee myös päivän aikana. Joskus ADHD- oppilas seuraa opetusta hyvin ja välillä hän on omissa oloissaan (Michelsson 2003, 47; Michelsson 2003, 33-34; Herrgård & Airaksinen 2004, 246; Jokinen & Ahtikari 2004, 7-8). Tarkkaavaisuus paranee myös mielenkiinnon mukaan. Uuden ja mielenkiintoisen tehtävän osalta saattaa olla, ettei mistään huomaa mitään poikkeavaa lapsella. Ulkopuolinen henkilö ei kiinnittäisi lapseen sen kummempaa huomiota.



Diagnosoimattomalle lapselle sairauden monivaihteisuus monesti aiheuttaa lisää ongelmia esimerkiksi koulussa. Opettaja saattaa ajatella, että oppilas on vain laiska, eikä halua osallistua opetukseen (Michelsson ym. 2003, 47; Barkley 2008, 54). Näitä samoja ongelmia esiintyy myös diagnosoiduilla oppilailla. Samanlaista kuvaa antavat lähes poikkeuksetta kaikki diagnosoidut oppilaat myös. Opettajalla vain on tiedossa syy, sairaus, joka aiheuttaa oppilaalle vaikeuksia osallistua opetukseen täysipainoisesti koko ajan.

Seuraavat oireet liittyvät ADHD:hen. Kaikilla diagnosoiduilla ei tietysti ole kaikkia oireita, ja ne vaihtelevat eri lapsen ja nuoren kohdalla. Siksi diagnoosin kohdalla on syytä luetella kaikki oireet ja ongelmat. (Michelsson ym., 2000, 47-48; Michelsson ym. 2003, 32-34; Herrgård & Airaksinen 2004, 246-247.) Oireiden moninaisuuden vuoksi tarkkaavaisuudessa ja aktiivisuudessa esiintyy normaalistikin paljon vaihtelua (Almqvist 1996, 222).

## **1.2 Ylivilkkaus ja impulsiivisuus**

Ylivilkkaus ja impulsiivisuus ovat oireita jotka lievenevät iän myötä. Oireet ovat tavallisia ennen kouluikää ja ensimmäisillä luokilla. Kotona ja koulussa ne ilmenevät käyttäytymisongelmina. (Michelsson ym. 2003, 50; Herrgård & Airaksinen 2004, 262-263.) Käyttäytymisongelmia koulussa voivat olla mm. ettei lapsi pysty istumaan paikallaan luokassa, ruokapöydässä tai läksyjä tehdessä. Hän voi pysyä aikuisena pitkäänkin paikallaan, joskin hänellä on usein rauhaton olo ja hän saattaa kiemurrella tuolilla tai näpelöidä ympärillään olevia esineitä (Michelsson ym. 2003, 50; Viljamaa 2009, 89).

Impulsiivisuus näkyy henkilössä siten, että hän reagoi välittömästi erilaisiin virikkeisiin ajattelematta seurauksia tai aikaisemmin sovittuja sääntöjä (Michelsson ym. 2003, 50). ADHD-henkilö ei tee sitä tahallaan tai ärsyttääkseen muita, hän ei vain osaa kontrolloida tekemisiään. Hän ei hallitse tekojaan eikä ajattele seurauksia, ennen kuin on jo häpeissään toiminut (Michelsson ym. 2003, 50). Hän myös toistaa tekemiään virheitä yhä uudelleen. Opettajat, vanhemmat ja työkaverit turhautuvat, kun hän ei opi kokemuksistaan (Michelsson ym. 2003, 50; Viljamaa 2009, 85).

Impulsiivisuus vaikeuttaa myös kanssakäymistä muiden henkilöiden kanssa. He eivät noudata ohjeita, vastaavat ennen kuin on kysymys tehty loppuun sekä he eivät osaa odottaa omaa vuoroaan (Michelsson 2003, 51). Tämä voi johtaa siihen, ettei ADHD-henkilö voi ja pysty toimimaan ryhmätilanteessa tai hänen kanssaan on vaikea neuvotella asioista. Tämä vaikuttaa kouluikässä kaverisuhteisiin, sillä turhautuessaan ADHD-nuoret huutavat kavereilleen ja tönäisevät, lyövät tai potkivat heitä (Michelsson ym. 2003, 51; Barkley 2008, 45).

Ylivilkkauden ja impulsiivisuuden katsotaan johtuvan ADHD-henkilön kykenemättömyydestä hillitä käytöstapojaan, koska hän ei mieti tekojensa seurauksia eikä hän tee sitä, mitä hänen oli tarkoitus tehdä (Michelsson ym. 2003, 51; Malm 2004, 205). Vaikka ADHD-henkilö ei pystyisikään toimimaan esim. ryhmätilanteissa, niin se ei tarkoita ettei hänellä voisi olla hyviä ja käyttökelpoisia ideoita. Vaikeutena vain on se, ettei hän osaa tai pysty hahmottamaan kokonaisuuksia. Hänellä on paljon ideoita, ja hän voi tehdä nopeita ja joskus hätiköityjä johtopäätöksiä, mutta ottaa huomioon monesti vain osan tehtävää (Michelsson ym. 2003, 51; Barkley 2008, 54-70).

Ylivilkkäus ja impulsiivisuus lievenevät monesti iän myötä, mutta niistä voi olla vielä aikuisenakin monenlaisia ongelmia (Michelsson 2003, 51; Melamies 2004, 43-49).

## 2 MINÄKÄSITYS

Persoonallisuuden ydin, sen keskeisin alue on ilmeisesti minäkäsitys, se myös ohjaa ihmisen käyttäytymistä. Ihminen myös toimii sen mukaan, millainen käsitys hänellä on itsestään eikä sen mukaan, millaiset hänen todelliset kykynsä ja ominaisuutensa ovat. (Aho 1996, 10-11; Keltikangas-Järvinen 1994, 56.) Jos ihmisellä on jostakin tehtävästä itsellään kuva, että hän on huono siinä, niin se vaikuttaa miten tehtävä suoritetaan tai tehdäänkö tehtävää lainkaan. Tällöin hänen todelliset kykynsä tehtävän suhteen jäävät toteutumatta. Ihminen on tällöin alisuoriutuja tehtävän suhteen.

Ihminen pitää itsensä psyykkisesti tasapainossa, ehjänä, minäkäsityksen avulla. Ihmisen perimmäisenä tavoitteena on nimittäin vahvistaa ja puolustaa minäkäsitystään, mikä puolestaan vaikuttaa siihen, minkälaista informaatiota yksilö ottaa vastaan ympäristöstä. Siihen mitä ihminen oppii, minäkäsitys vaikuttaa informaatioon valinnan kautta aivan olennaisesti. (Aho 1996, 11; Clarkson 1996, 70-72.) Minäkäsitys laukaisee defenssimekanismin, jos ulkoa tullut informaatio kääntyy omia uskomuksia tai totuutena pidettäviä asioita vastaan. Tällöin se antaa viestiä, että en osaa tai en ole hyvä tässä asiassa. Tullakseen hyväksi käsillä olevasta asiasta on ihmisen opittava se tekemään hyvin. Informaation valinnan kautta minäkäsitys vaikuttaa aivan olennaisesti siihen, mitä ihminen oppii (Aho 1996, 11; Keltikangas-Järvinen 1994, 54).

Minäkäsityksen avulla yksilö tulkitsee maailmaa, antaa kokemuksilleen merkityksen, ja määrää ihmisen odotuksia, ts. sitä mitä tulevaisuudelta odotetaan. (Aho 1996, 11-12). Lapsen ja nuoren kaikinpuolinen tukeminen ohjaa sekä helpottaa heitä oikeiden valintojen tekemisessä. Tällä tavoin voidaan nuoren osalta uskoa, että hän tekee oikeat valinnat itselleen. Tarkoitus ei kuitenkaan ole ohjailla nuorta omien mieltymysten kautta, vaan antaa nuorelle tilaa omien päätelmien, jossain tapauksessa, virheiden kautta oppia löytämään itselle hyvät ja sopivat toimintamallit.

Ojasen (1996) mukaan neljä periaatetta vaikuttaa minäkäsityksen muotoutumiseen: heijastuvat arviot, sosiaalinen vertailu, roolinotto sekä arvostus.

## 2.1 Heijastuvat arviot

Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa on Meadin mukaan keskeistä se, että ihminen oppii arvioimaan itseään muiden näkökulmasta. Yksilö ei voi arvioida itseään suoraan, vaan saa tietoa itsestään koko ajan muiden välityksellä. Yksilö omaksuu muiden asenteet itseään kohtaan sekä sisäistää ne omikseen. (Kuusela 2001, 68-71; Lehtinen & Kuusinen 2001, 17-18; Ojanen 1996, 66-67.)

Heijastuvat arviot voivat olla suoria heijasteita, jolloin on kysymys henkilöiden tai jonkun henkilön arviosta, tai tulkittuja heijasteita, jolloin on kysymys siitä, kuinka oletamme muiden arvioivan meitä, tai sitten on kysymys siitä, miten me kuvittelemme jonkin meille tärkeän ryhmän tai yhteisön arvioivan meitä (Ojanen 1996, 66; Vuorinen 1997, 73).

Omien arvioiden ja suorien heijasteiden välisen vastaavuuden täytyy olla kohtuullisen hyvä, sillä muutoin yksilöllä on vaikeuksia sosiaalisissa suhteissa (Ojanen 1996, 66).

## 2.2 Sosiaalinen vertailu

Ihmiset vertaavat jatkuvasti itseään muihin ja tekevät johtopäätöksiä sen mukaan. Vertailu johdattaa joko kielteisiin, neutraaleihin tai myönteisiin arvioihin omasta minästä. Vertailu ei kohdistu vain muihin, vaan vertaamme itseämme omiin ideaalikuviin, joita meillä on itsestämme sekä aikaisempiin suorituksiimme. Vertailu on usein täysin tiedostamatonta. (Ojanen 1996, 70; Laine 2005, 78-79.)

Vertailu ei ole suinkaan mielivaltaista, vaan kohdistuu henkilöihin, jotka kuuluvat sosiaalisesti ja psykologisesti samaan luokkaan kuin me. Jos jonkun henkilön tai ryhmän etäisyys meihin nähden kasvaa, emme enää välitä tehdä vertailua. (Ojanen 1996, 70.) Mielellämme haemme sellaisia vertailukohteita, joihin nähden suoriudumme hyvin ja vastaavasti vältämme sellaista vertailua, joka on meille kiusallista (Nikander 2001 287-290; Ojanen 1996, 72).

### 2.3 Roolinotto

Eivät vain muiden antamat palautteet vaikuta meihin, vaan myös omat tulkintamme ja palautteemme. Jokaisella ihmisellä on tarve ymmärtää ja tulkita ympäristönsä tapahtumia. Erilaiset mielipiteet ja arviot omasta itsestä perustuvat tulkintaan omasta käyttäytymisestä. Ihmiset oppivat vähitellen käyttämään tiettyjä motiivien ja tunnetilojen kuvauksia, koska näin opetetaan tekemään. Vaikka yksilön ominaisuudet ja kokemukset vaikuttavat tulkintoihin, on erilaisilla tilannetekijöillä suuri vaikutus siihen, millaisiksi tulkinnat muodostuvat. Nämä tulkinnat perustuvat paljolti siihen, millaiseksi arvioimme muiden ja oman käyttäytymisen. (Laine 2005, 95-97; Ojanen 1996, 73.) Ihminen luo itselleen erilaisia rooleja selviytyäkseen vaihtuvista tilanteista parhaansa mukaan.

Minään liittyvissä tulkinnoissa tulee havainnollisesti esiin sekä ulkoisten että sisäisten tekijöiden merkitys. Tietty toiminta saa yleensä aikaan kielteisiä tai myönteisiä tulkintoja riippuen siitä, millaisia tulokset ovat olleet. Epäonnistuminen laskee ja onnistuminen lisää itsearvostusta. Jos yksilö haluaa nähdä kaiken synkässä valossa, ei mikään onnistuminen voi kumota tätä tulkintaa. Hän voi tulkita menestymisen syyksi helpon tehtävän tai onnen. (Laine 2005, 97-108; Ojanen 1996, 74.) Tämä antaa ihmiselle täysin väärän kuvan omista taidoista ja kyvyistä. Negatiivisen kuvan omaava ihminen tai nuori voi olla esimerkiksi koulussa häirikkö, jolta ei muuta odotetakaan.

### 2.4 Arvostus

Minäkäsitys ei ole pelkästään kokoelma tekoja, havaintoja tai kokemuksia, vaan kokonaisuus, jossa osat liittyvät toisiinsa mielekkäästi. Ihmiset painottavat ja arvostavat eri asioita. Toiselle on tärkeätä ihmissuhteet ja toiselle menestys. Arvot ja arvostus voidaan sijoittaa keskenään tärkeysjärjestykseen. Kilpailutilanteen painetta helpottaa se, että on mahdollisuus moniin erilaisiin arvostuksiin. (Ahokas ym. 2008, 65; Ojanen 1996, 74-75.)

Arvot ovat ajattelua, toimintaa ja päätöksentekoa ohjaavia yleisiä päämääriä, jotka pysyvät tilanteista riippumatta suhteellisen muuttumattomina. Niille on ominaista tietynlainen velvoitavuus: jos olen sisäistänyt esimerkiksi hyväntahtoisuuden arvon, pyrin toimimaan siten, että huolehditaan erityisesti lähimmäisten ihmisten hyvinvoinnista sekä suhtaudun muihin myönteisessä valossa. (Ahokas ym. 2008, 65.)

## 2.5 Minää kuvaavia käsitteitä

Minää ja minän syntyä kuvaavia teorioita on lukuisia määriä. Ne voidaan jaotella sen mukaan miten ne painottavat tai lähestyvät asiaa. Tästä seuraa myös, että määrittelemisen on kirjavaa ja monimutkaista. Minäkäsitystä koskevaan tutkimukseen tutustumista haittaa erityisesti, että minäkäsityksen määrittely käsitteenä näyttää olevan erityisen ongelmallista (Lehtovaara 1992, 29).

Eräs melko yleinen tapa lähestyä asiaa on seuraava (Pölkki 1978, 5-13):

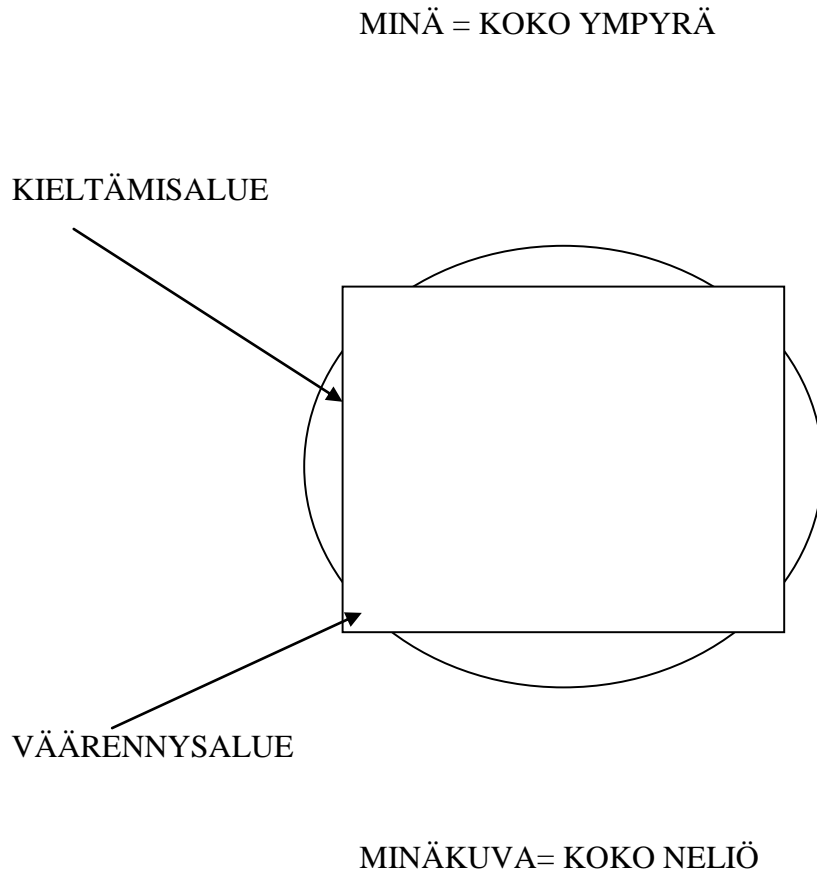
1. Sosiaalipsykologiset minäteoriat (mm. James, Cooley, Mead)
2. Psykoanalyttiset ja egopsykologiset teoriat (mm. Erikson, Mahler, Sullivan)
3. Fenomenologiset teoriat (mm. Lewin, Beatty & Clark, Rogers)
4. Kognitiiviset teoriat (mm. Kohlber, Piaget, Baldwin, Neubauer)

Yhteistä kaikille teorioille on, että minä kehittyy ympäristön vaikutuksesta toisiinsa. Ihminen nähdään aktiivisesti ja tietoisesti toimivana olentona sekä ympäristöänsä muokkaavana organisaationa. Yksilö muokkaa ympäristöään ja itseään, joka vaikuttaa takaisin yksilöön. (Sandelin 1981, 11.)

Tässä tutkimuksessa käytetään lähinnä Rogersin fenomenologista teoriaa sekä Eriksonin psykoanalyttistä teoriaa. Eriksonin minäteoriolla pystytään kuvaamaan ja seuraamaan kehitystä kahdeksan eri kehitysvaiheen kautta, aina vanhuuteen saakka. Rogersin fenomenologinen teoria käsittelee ihmisen kehitystä itsensä kokijana, merkitysten ja kokemusten kautta. Ihannemi-

nä on yksilön toive itsestään. Tärkeätä on, että ne osat fenomaalista kenttää jotka yksilö näkee ”itsenä”, ”minänä” ja ”minuutena” (”self”, ”me” ”I”) muodostavat itsen.

Yksilön minäkäsitys ja minä eivät ole sama asia, mutta ne ovat päällekkäisiä. Minä sisältää minän objektina (ME) sekä minän subjektina (I). Suurimaksi osaksi minäkäsitys koostuu mi-  
näobjektista, joka on selvästi rajoittuneempi kuin minä kokonaisuudessaan. Tätä eroa voidaan kuvata seuraavalla kuviolla.



Kuvio 1. Minäkäsityksen eli minäkuvan ja minän suhde (Aho, 1996, 13).

Minäkäsityksen tiedostettu osa ei kata koko aluetta, eikä se välttämättä vastaa todellista minää. Koska minäkäsitys syntyy ympäristön ja yksilön vuorovaikutustapahtumassa kertyvien kokemusten pohjalta, siihen saattaa liittyä pysyviä tai hetkellisiä virhetulkintoja, joita kuvion ”väärennysalue” esittää. Vastaavasti torjutuiksi tai tuntemattomiksi jäävät kieltämisalueet ovat mahdollisia. (Aho 1996, 13-14; Kääriäinen 1988, 12.)

## **2.6 C.R. Rogersin fenomenologinen minäteoria**

Fenomenologisen tarkastelutavan perusteella yksilön käyttäytymisen katsotaan riippuvan lähinnä sen yhteydestä ulkomaailmaan, sen tapahtumiin ja objekteihin. Nämä tulkintaan niin kuin henkilö ne itse käsittää eikä niinkään fysikaalisina ärsykeobjekteina. Persoonallisuuden selittämisessä tämä merkitsee myös keskittymistä ihmiseen toimivana subjektina ja hänen käyttäytymisensä tutkimista hänen omasta maailmastaan käsin. (Purhonen 1988, 80.)

Keskeinen näkökohta minän määrittelemiseksi on Rogersin minäkäsityksen yhteys organismiin ja sen funktioihin (Purhonen 1988, 81).

### **2.6.1 Organismi**

Rogers tarkoittaa organismilla kaiken kokemisen tapahtumapaikkaa. Kokeminen tarkoittaa kaikkea sitä, mikä kullakin hetkellä tapahtuu organismissa ja mihin ihminen voi halutessaan kohdistaa tietoisensa huomion. Kaikkinaisuus tässä kokemisessa konstituoi fenomenologisen kentän. Yksilön viitekehys on fenomenologinen kenttä, joka voi olla tunnettu ainoastaan asianomaiselle itselle. Fenomenologisesta kentästä eli subjektiivisesta todellisuudesta riippuu yksilön käyttäytyminen. (Purhonen 1988, 81; Rogers 1961, 118-119.)

Mainittu kenttä muodostuu kullakin hetkellä symboloiduista eli tietoisista ja tiedottomista eli symboloimattomista kokemuksista. Kokemusmaailma on toisin sanoen pienempi kuin organismi. Organismi kykenee erottamaan kokemuksen ja reagoimaan siihen, vaikka sitä ei olisi



symboloitu. Kun kokemus voidaan symboloida vapaasti, ilman vääristyneisyyttä tai puolustavaa kieltämistä, tällöin se on tietoisuudelle avointa ja saatavilla olevaa. (Purhonen 1988, 82-83.)

Rogers määrittelee havaitsemisen hypoteesiksi tai prognoosiksi tietoisuuteen tulevalle toiminnalle, kun ärsyke vaikuttaa organismiin. Ärsyke ei näin ollen välttämättä merkitse samaa asiaa jokaiselle, vaan yksilö joutuu itse määrittelemään objektit, joista ärsyke on peräisin. Tunteen ja symboloinnin välisestä suhteesta Rogers huomauttaa, että se on hyvin merkittävä yksilölle itselleen. (Purhonen 1988, 83.)

Kun ihminen muodostaa kokemastaan symboleja, hän elää näiden välityksellä sekä ei-inhimillisen että inhimillisen ympäristönsä kanssa. Symbolien muotoutuminen on yksilöllistä sanojen yhteisöllisestä luonteesta huolimatta. Sanoja ei käytetä vain kommunikaation välineinä, joiden avulla olemme yhteydessä ympäristöömme, vaan toisen ihmisen käyttämissä symboleissa paljastuu aina vain tuolle ihmiselle ominainen todellisuus. (Purhonen 1988, 83.) Mm. ADHD:n vääristämät symbolien muotoutumiset vaikuttavat siihen miten lapsi/nuori vastaanottaa tai lähettää viestiä ympäristöönsä.

Todellisuus on ”valmis”, kun sanat saavat täysin symboloidut muotonsa ja samalla sanojen luonne jäykistyy. Sanoista tuleekin vankila, todellisuuden avautumisen asemasta. (Purhonen 1988, 84.)

## **2.6.2 Self – teoria**

Self – termin käyttö on monimuotoista ”ihmistieteissä”. Psykologisena terminä selfiä analysoidaan kolmijakoisesti: materiaalisena, sosiaalisena ja spirituaalisena. Tarkastelutavan lähtökohdasta määräytyy toisin sanoen se, millaisena tarkastelijalle self ilmenee. Psykoanalyttisen teorian ja siitä kehitetyn epipsykologian edustajat pitävät ihmisen minuutta keskeisenä selityspenusteena, kun perusteita etsitään käyttäytymiselle. Humanistisen psykologian self-käsite on vastaavasti kaikille sen edustajille merkittävä ontologinen käyttäytymistä selittävä näkö-

kohta. Rogers on erityisesti tämän ryhmän edustajana tehnyt self-käsitettä tunnetuksi. (Purhonen 1988, 85.)

Kun lapsi joutuu tekemisiin ympäristönsä kanssa, self kehittyy asteittain. Self rakentuu niistä havainnoista ja ympäristöstä, joita yksilöllä on itsestään ja näiden välisestä suhteesta. Varsinkin lapselle nämä havainnot ovat non-verbaalisia eivätkä selvästi tietoisuudessa, ne voivat toimia ohjaavina periaatteina. (Purhonen 1988, 85.)

Lapsella on aluksi vain vähän epätietoisuutta organismin luotettavuuden kehitykseen liittyvässä arvostustapahtumassa. Lapsen ”minä-koen” – tietoisuuden herätessä hän on vakuuttunut kokemisen epämiellyttävyydestä tai miellyttävyydestä. Tämä kokeminen on pyrkimyksen mukainen organismissa. Minäkäsitystä alkavat muokata kohta organismin ohella myös toisten ihmisten arvioinnit. Minäkäsityksen muotoutumiseen vaikuttavat erityisesti yksilölle tärkeät henkilöt. (Purhonen 1988, 85.)

Yksi keskeinen Rogerin, selfin syntyä koskeva lause kuuluu: ”A portion of the total perceptual field gradually becomes differentiated as the self”. Rogersin minä on muuttuva ja joustava, mutta samalla se merkitsee tiedostamisen pysyvyyttä. (Purhonen 1988, 86.)

Yksilön käsitys jonkin kokemisen tai kohteen kuulumisesta minään vaihtelee. Merkittävänä tekijänä tässä yksilön havainto siitä, onko kokeminen tai kohde minän hallinnassa. Rogers toteaa edelleen selfin määrittämisessä, että jotkut käyttävät sitä organismin synonyymina. Kuitenkin hän itse käsittää selfin rajoitetuimmassa merkityksessä. Self liittyy toiminnan ja olemisen tiedostamiseen. (Purhonen 1988, 87.)

Koska selfin muotoutuminen tapahtuu ympäristön ja erityisesti toisten yksilöiden vaikutuspiirissä, selfin muotoutuminen voi olla yksilön kannalta epäsuotuisampaa tai suotuisampaa. Kahdesta eri lähteestä selfin rakenne muodostuu, yksilön suorasta kokemisesta ja aistireaktioiden vääristyneestä symboloinnista. Jälkimmäinen johtuu siitä, että yksilö sisäistää käsitteitä ja arvoja ikään kuin olisi ne kokenut. (Purhonen 1988, 87.)

Rogers määrittelee havaitsemisen siten, että se on prognoosi tai hypoteesi tietoisuuteen tulevalle toiminnalle kun ärsyke vaikuttaa organismiin. Ulkoinen ärsyke tulkitaan yksityisestä tilanteesta käsin, ja havainnot määrittyvät fenomenologisen kentän mukaan. Useat eri tekijät ovat samalla kertaa vaikuttamassa havaintoaktissa. Nämä ovat muistot, toisin sanoen aikaisemmat kokemukset siinä määrin kun ne ovat nyt symbolisesti läsnä, organismissa tapahtuva viskeraalinen aistikokemus ja kokeminen, joka on yhteydessä ulkoiseen havainnon kohteena olevaan organismin ulkopuoliseen ärsykkeeseen. Yksilön todellisuuden ”kartta”, jonka varassa hän elää muodostuu tästä jatkuvasta kokemusten virrasta. Organismi reagoi fenomenologiseen kenttään kuten se havaitaan ja koetaan. Tällainen perseptuaalinen kenttä on yksilölle hänen ”todellisuutensa”. (Purhonen 1988, 90-91.)

## **2.7 E.H. Eriksonin teoria minän kehityksestä**

Eriksonin teorian mukaan (Erikson 1986, 239-256) minä kehittyy kahdeksan kehitysvaiheen läpikäymisen kautta. Jokaiseen vaiheeseen kuuluu erityinen oma kehitystehtävänsä, joka täytyy ratkaista tämän vaiheen aikana. Keskeiset ajatukset teoriassa koskevat persoonallisuuden vähittäistä kehkeytymistä vaiheille spesifien psykososiaalisten kriisien, ts. ulkoisen ja sisäisen konfliktien kautta. Kehitysvaiheiden sekvenssi on Eriksonin mukaan universaali, mutta eri yhteiskunnissa kunkin kriisin ratkaisu voi olla erilainen, sillä se on riippuvainen yksilön ja yhteisön (määräysten, mahdollisuuksien ja tabujen) välisestä vuorovaikutuksesta. Kukin vaihe tavallaan sisältää myös uuden mahdollisuuden korjata aiempia virheitä ja epäonnistumisia. (Pölkki 1978, 8; Lehtinen & Kuusinen 2001, 28.)

Eriksonin tärkeä piirre teoriassa onkin siinä, että ihminen määrittelee minäänsä sekä suhteessa tulevaan sekä menneeseen, ja yhtä tärkeää kuin se, miten hän tulkitsee elämänsä historiaansa on se, miten yksilö konstruoi tulevaisuuttaan. Eriksonin kehitysvaiheiden yhteenveto määriteltynä seuraavassa taulukossa:

TAULUKKO 4. Eriksonin teorian kehitysvaiheet (Lehtinen &amp; Kuusinen 2001, 29).

PSYKOSOSIAALINEN VAIHE	IKÄ	MYÖNTEINEN KEHITYSTULOS	KIELTEINEN KEHITYSTULOS
Perusluottamus vs. epäluottamus	0-1, vauva	Perustunne on luottamus itseen ja muihin, psykologinen turvallisuuden elämys. Elämänkantavaksi perusvoimaksi muodostuu elämys, kyky olla optimistinen	Turvattomuuden tunne, itseluottamuksen ja toisiin luottamisen puute, pessimismi, hylättynä olemisen elämys, maailma on paha ja pelottava.
Autonomia vs. häpeä ja epäily	2-3, taapero	Hallinnan ja tahdonvoiman tunne, elämys omasta tahdosta ja kyvystä tehdä valintoja; elämän perusvoima on kyky tahtoa.	Epäily omien kykyjen riittävydestä, epäitietoisuus ja tunnontarkkuus, jäykkyys, elämisen vaihtoehtojen puuttumisesta.
Aloitteellisuus vs. syyllisyydentunne	4-5, leikki-ikä	Tunne oman toiminnan tärkeydestä ja merkityksestä, tyytyväisyys saavutuksiin, voimaantumisen ja minän subjektiiviseksi kokemisen elämys; perusvoima on kokemus oman toiminnan tärkeydestä ja tarkoituksesta.	Tunne epäonnistumisesta ja siitä johtuvasta syyllisyydestä, tarkoituksettomuuden ja tuuliajolla olemisen elämykset.
Uutteruus vs. huonoutunne	6-10(12), Latenssi-ikä, kouluikä, ja varhaisnuoruus	Osaamisesta ja onnistumisesta johtuva pyrkimyksen tunne, elämys omien ponnistelutuloksista ja ylpeys omista saavutuksista. Perusvoima on itseä koskeva pystyvyyden ja pätevyyden elämys, kyky olla toimelias ja uuttera.	Epäonnistumisista johtuva alemmuudentunne, tunne siitä, että oma toiminta ei johda arjen tuottamista mieltä tyydyttäviin tuloksiin, kykenemättömyyden ja huonoutunne elämykset.
Identiteetti vs. rooli-hämmennys	Nuoruus	Elämys aidosta minästä, eheyden tunne, joka yhdistää lapsuuden jatkumoon, ennakkoidun tulevaisuuden, tunne oman itsen-	Roolien sekasorto, yksilö ei koe tuntevansa itseään, kykenemättömyys tehdä elämän suuntaa koskevia valin-

		sä löytymisestä ja elätoja, oman minän vie- män suunnasta. Perus- rauden ja epätodelli- voima on minäidenti- suuden elämyksiä, yksi- teetti, minän aitouden lö ei tunne itseään. ja eheyden elämys.
Läheisyys vs. eristynei- syys	Varhaisaikuisuus	Kyky muodostaa toi- seen ihmiseen läheinen suutta ja omaa muka- ja vastavuoroinen suh- vuutta uhkaavien suh- de, kyky kokemaan toi- teiden välttäminen, sen hyvinvointi yhtä oman minän suojele, tärkeäksi tai tärkeäm- kykenemättömyys ja mäksi kuin oma minä, kaa psyykkistä olemas- kyky sitoutua toimi- saoloa toisten tai toisen maan korkeiden eettis- ihmisen kanssa, psyyk- ten päämäärien suun- kinen yksinäisyys ja nassa; elämän perus- eristyneisyys. voimaksi muodostuu kyky ottaa vastuu toi- sista ihmisistä ja rakas- taa toisia.
Huolenpito vs. käper- tyminen	Aikuisuus ja keski-ikä	Kyky edistää elämää Lamaantumisen ja luu- huolehtimalla uudestat- tuminen, käpertyminen sukupolvesta, kyky oman olemassaolon ja luopua omista tarpeista egosentrismin vanki- ja toimia toisten ihmis- laan, elämän tyhjyyden ten, yhteiskunnan ja jaja tarkoituksettomuu- ihmiskunnan hyväksi, den elämykset. halu ylittää oman ole- massa olon rajat toisten hyväksi tehdyllä työllä. Elämän perusvoimaksi muodostuu halu ja ky- ky huolehtia
Eheytyminen vs. epä- toivo	Vanhuusikä	Eletyn elämän hyväk- syminen, tyytyväisyys puuttuvan merkitys, itseän ja omiin aikaan- tyytymättömyys, ja tyh- saannoksiin, samanai- jyyden tunne, katkeruus kainen lopullisuuden ja jaja masennus, autioitu- jatkuvuuden kokemus. minen, suru ja kuole- Perusvoimaksi muo- manpelko dostuu viisaus ja elä- män mielekkyyden merkityksellisyyden kokemus.

Erikson kuvasi kriisien ratkaisuja psykologisilla vastakohtapareilla, jotka edustivat kielteistä tai myönteistä suuntaa, ja myönteinen kehitys ilmenee käsiteparin tarkoittamien myönteisten elämysten ollessa vallitsevampia kuin kielteisten. Ratkaisut kehityskriiseillä eivät ole joko/ tai-luonteisia. (Lehtinen & Kuusinen 2001, 30.)

Jätän tässä vaiheessa käsittelemättä varhaisimpia kehitysvaiheita, koska ne eivät ole tämän opinnäytetyön kannalta niin tärkeitä.

Nuoruusiässä vasta alkaa kehitysprosessi, jossa yksilö muodostaa aidosti laadullisen kuvan itsestään. Nuori alkaa kirjaimellisesti etsiä minuuttaan ja itseään. Identiteetin käsite viittaa ihmisen psyykkisen rakenteeseen, jonka perusteella yksilö voi vastata kysymykseen siitä, ”kuka (millainen, mitä) minä olen”. Ihmisen minäelämyksen olennainen sisältö on identiteetti. (Lehtinen & Kuusinen 2001, 31.)

Identiteetti antaa yksilön psyykkiselle olemassaololle elämyksen jatkuvuudesta, eheydestä ja samuudesta, ja sen avulla yksilö vaihtuvissakin tilanteissa tuntee kuka, millainen ja mitä’ hän on. Se antaa elämyksen subjektina olemisesta omassa toiminnassa ja elämyksen siitä, että toiminta on jonkin aidoksi koetun todellisen minän aikaansaamaa. Nuoruusiän kehityksen ja minän muuttumisen merkittävä kehitysvoima on biologisen kypsymisen aikaansaama seksuaalisuuden herääminen ja ruumiin muuttuminen. (Lehtinen & Kuusinen 2001, 31-32.)

Identiteetin tunteen tulisi sisältää jonkinlaisen hyvänolon elämyksen, tunteen siitä, on omassa ruumiissaan kotonaan, jonkinlaisen tiedon siitä, että yksilön tärkeinä pitämät muut ihmiset hyväksyvät hänet sellaisena, miksi hän itsensä tuntee. Optimaalinen identiteettikehitys näkyy Eriksonin teorian mukaan yksilön kykyinä tehdä elämälle suuntaa antavia valintoja (harrastukset, koulutus, työelämä, sosiaaliset suhteet ja kykynsä valita ja sitoutua toimimaan yksilön tärkeinä pitämien eettisten arvojen ja päämäärien suunnassa. (Lehtinen & Kuusinen 2001, 32.)

### 3 ITSETUNTO

Itsetunnolla yritetään monesti selitellä onnistumisia tai epäonnistumisia. Huonon itsetunnon omaava henkilö epäonnistuu useammin kuin hyvän itsetunnon omaava. Hyvän itsetunnon käsitettä käytetään myös menestyvästä henkilöstä tai itsevarmasti esiintyvistä henkilöstä. Arkielämässä itsetunnon käsitettä käytetään melko usein, tieteellisessä kirjallisuudessa käsitettä käytetään melko harvoin (Aho 1996, 10).

#### 3.1 Mitä on itsetunto?

Itsetuntoa on yritetty määritellä eri teoreettisista lähtökohdista monella eri tavalla. Itsetuntoon liittyviä termejä ovat itsekunnioitus, itserakkaus, itsehyväksyntä (tai –hyljeksintä), itsetyytyväisyys, itsen arvostaminen, itsen tehokkuus, itsepätevyyden tunne, itsen ja ihanneitsen välinen erilaisuus sekä minän lujuus. (Kalliopuska 1984, 9.)

Itsetunto on kiinteästi yksilön minän toimintoihin liittyvä, ei vain irrallinen persoonallisuuden osa. Se voi viitata kokemuksen tilaan, mutta se kuvaa ennen kaikkea itsearvostuksen astetta. (Kalliopuska 1984, 9.) Itsearvostus kuvaa taas sitä, miten arvostan itseäni, miten taitava tai hyvä olen (Ojanen 1996, 31).

Itsetunto voidaan jakaa Ojaseen (1996, 31) mukaan kolmeen osaan, joita voidaan nimittää minätietoisuudeksi (tai itsetiedostus), itsearvostukseksi ja itsetuntemukseksi.

Minätietoisuus on näistä on välittömin ja neutraalein. Se on oman minän välitöntä huomaamista, sen havaitsemista, että minäkin olen olemassa. (Ojanen 1996, 31.)

Minätietoisuutta voisi kuvata jokapäiväisen elämisen peilaamista sen mukaan mitä olen tekemässä tai mitä minulle juuri nyt on tapahtumassa. Minätietoisuuden määrä ja sen voimakkuus, positiivisuus tai negatiivisuus, vaihtelee näin ollen sen mukaan kuinka itse suhtaudun juuri meneillään olevaa asiaan. Itsearvostuksen määrä meneillään olevaan asiaan on riippuvainen

siitä miten hyvin tai huonosti hallitsen asian. Aiemmat kokemukset samanlaisesta toiminnasta luovat pohjan asialle. Tähän ennakkokäsitykseen on vaikea saada muutosta, ainakaan pikaisesti. Itsetuntemus on samaisen asian vahvaan kokemuksellisuuteen ja omaan toimintaan ennakolta muistiin ja suoriutumiseen aiemmin liittyvä kokemusmuisti. Se osallistunko esim. leikkiin tai peliin, ja olenko kuinka varauksettomasti leikissä tai pelissä mukana riippuu siitä, kuinka hyvin pystyn tuntemaan omat kykyini asiassa.

Itsetuntoa voi luonnehtia ihmisen kyvyksi luottaa itseensä, arvostaa itseään ja pitää itsestään havaitsemistaan heikkouksista huolimatta sekä kyvyksi nähdä oma elämänsä ainutkertaisena ja tärkeänä. Itsetunto vaikuttaa ihmisen ratkaisuihinsa ja toimintaansa, ja toiminnan seuraukset taas vaikuttavat hänen itsetuntoonsa. Itseluottamuksen määrä ihmisessä vaihtelee elämän eri osa-alueilla. Itsevarmuudentunne saattaa sekin ajoittain vaihdella pettymysten ja onnistumisten vaikutuksesta. (Keltikangas-Järvinen 1994, 16.)

Itsetunto on tärkeä, jopa olennaisen tärkeä persoonallisuuden ominaisuus, mutta ei kuitenkaan sellainen ominaisuus, jonka mukaan koko aikuisen ihmisen onnistuneisuus ja arvo voitaisiin mitata. Itsetunto on yksi persoonallisuuden ominaisuus sen laajassa kentässä, eikä sen mukana kaadu tai seiso koko aikuisen ihmisen elämä, kuten yleisen keskustelun perusteella saattaisi joskus säikähtää luulemaan. (Keltikangas-Järvinen 1994, 16.)

### **3.2 Itsetunnon kehittyminen**

Itsetunto kehittyy niistä kokemuksista, joita ihminen saa muista ihmisistä ja ympäristöstä. Itsetunto lähtee kehittymiään lapsuudessa siitä, miten vanhemmat hoitavat lasta. Myöhemmin on tärkeää, millaisena vanhemmat lasta pitävät, mitä he tältä odottavat ja miten he suhtautuvat lapsen onnistumisiin, epäonnistumisiin ja suorituksiin. (Keltikangas-Järvinen 1994, 123).

Lapsena oleminen merkitsee mahdollisuutta ja lupaa olla turvallisesti avuton ja heikko. Se merkitsee kannatettavana olemista, sitä, ettei tarvitse kantaa itseään ja elämäänsä. Jos tätä lupaa ei lapsi ole saanut, hän on joutunut olemaan vahvempi kuin hänen olisi pitänyt olla. Hän



myös joutuu keskeyttämään lapsuutensa. Tätä kautta me myös synnymme omaksi itseksemme, tunnustellen ja ilmaisten sitä psyykkistä liikettä, joka meidän sisällämme käy. (Hellsten 1993, 15.)

Itsetunto kehittyy läpi koko elämän, vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristön kanssa joka murskaa, lannistaa tai oikealla tavalla rohkaisee henkilöä. (Kalliopuska 1984, 59.)

Ahon (1996, 28-29) mukaan, ihmisen itsetunto kehittyy 5-12 vuoden iässä. Kehityspsykologisesti lapsi on siinä vaiheessa, että hänen havainto- ja arviointikykynsä kehittyvät voimakkaasti. Hän pystyy siis arvioimaan itseään, jolloin hänestä tulee myös itsensä suhteen realistisempi. Lapsen elämänpiiri myös laajenee ja hänelle tulee vertailukohteita enemmän. Lapsi saa myös runsaasti palautetta kouluaikana käyttäytymisestään sekä suhteet opettajiin, kavereihin ja ohjaajiin ovat hyvin tärkeitä.

### **3.3 Heikko itsetunto**

Itsetunnoltaan heikko yksilö on pelokas ja arka. Hän käyttäytyy epävarmasti, pelkää sosiaalisia tilanteita, eikä ota riskejä. Hän ei halua olla huomion kohteena, eikä erottua joukosta, ja siksi hän mielellään jäljittelee muiden käyttäytymistä. Heikko itsetunto voi näkyä myös siten, että yksilö peittää pelkonsa ja heikkoutensa rehentelevään, tyrannisoivaan ja häiritsevään käyttäytymiseen. Hänellä on myös vaikeuksia tehdä päätöksiä. Suorituksiin ensireaktio on ”en osaa” tai ”tämä on liian vaikea” minulle. Hän siis odottaa epäonnistumista. (Aho 1996, 21-22.)

Kalliopuskan (1984, 12) mukaan itsetunnoltaan heikoilla ja samalla ahdistuneilla ihmisillä on tyypillistä tutkimuksen mukaan: häilyvä itsekäsitys, herkkyys kritiikille ja suuri haavoittuvaisuus sekä voimakas riippuvuus siitä, mitä muut ajattelevat, roolien esittämisessä kuluvat arkipäivät: he elävät elämäänsä näytelle sekä itsensä yksinäiseksi kokien.

Ihminen, joka on elänyt lähes totaalisesti ilman kannustusta, tukea ja rakkautta, kokee itsensä, että hän on epäonnistunut, sairas, huono ja paha (Hellsten 1993, 24-25).

Törnblomin (2006, 51-53) mukaan heikon itsetunnon merkkejä ovat: Puhut toisista pahaa ja halveksit heitä, teet asioita (eli suoritat niitä) todistaaksesi kykysi muille sen sijaan, että tekisit, mitä todella haluat, tunnet itsesi huijariksi ja vielä uskot siihen, että sinut paljastetaan, jatkuvasti vertaillet itseäsi muihin ja tunnet olevasi hyvä vain, jos kukaan muu ei ole sinua parempi. Pidät itseäsi rumana ja uskot, että olisit onnellisempi paremman näköisenä.

Heikko itsetunto näkyy ihmisen monilla toiminnan alueilla, ja itsetunnoltaan heikko käyttäytyy monessa tilanteessa eri tavalla kuin vahva itsetunnoltaan. Itsetunnoltaan heikolta minää uhkaavat tilanteet vaativat suurempia kustannuksia kuin vahvalta. Tutkittaessa syy-seuraus – suhdetta täytyy kuitenkin muistaa, että minäkäsitystä on kuitenkin lähes mahdotonta todeta luotettavasti. (Aho 1996, 42.) Itsetunnoltaan heikko ei pysty esim. sosiaalisissa tilanteissa olemaan omana itsenään, vaan hän voi pyrkiä kaihtamaan ainakin sellaisia tilanteita jotka hän kokee kiusallisiksi. Vahvan itsetunnon omaava sen sijaan voi ottaa opikseen jos joku sosiaalinen tilanne ei ole ennalta opittu tai se ei mene niin kuin ennakkokuvitelmissa oletettavasti luulisi.

Ahon (1996, 42-47) mukaan monet tutkijat pitävät seuraavia asioita tärkeinä heikon itsetunnon seurauksina:

Itsetunnoltaan heikot ovat alisuoriutujia koulussa. He oppivat epäedulliset suoriutumismallit, eivät motivoitu, eivätkä käytä koko kapasiteettiaan. He asennoituvat erittäin negatiivisesti suoritustilanteisiin. Mikäli minäkäsitys on lapsella negatiivinen, hänen suoritustavoitustensa on myös heikko. Onnistumiset hän selittää sattumatekijöillä ja epäonnistumistaan omien taitojen ja kykyjen puutteella. Suoritustilanteissa hän kokee avuttomuutta eikä siis omasta mielestään pysty itse vaikuttamaan suoritustasoonsa. Itsetunnoltaan heikot eivät siis muuta aikaisempien suoritusten mukaisesti tavoitetasoaan, vaan sekä epäonnistuessaan tai onnistuessaan haluavat lisää samaa vaikeustasoa olevia tehtäviä. (Aho 1996, 42-45.)

Ihminen joka hyväksyy itsensä, voi hyväksyä muut, sietää ristiriitatilanteita ja erilaisuutta. Jos ihmisen itsetunto on heikko, hän saattaa pönkittääkseen omaa minäänsä turvautua stereotyyppisiin, negatiivisiin kommentteihin muista ja ennakkoluuloihin. Heillä on myös ongelmia sosi-

aalisissa suhteissa muihin ihmisiin nähden. He ovat monesti luokassa kiusattuja, torjuttuja, syrjäänvetäytyviä, ujoja tai itse kiusaajia. (Aho 1996, 45.)

### 3.4 Hyvä itsetunto

Hyvää itsetuntoa on se, kuinka paljon hyviä ominaisuuksia ihminen itsessään näkee. Se on tunnetta, että olen hyvä. Kuvatessaan itseään hän korostaa hyviä puoliaan ja ominaisuuksiaan ja näkee ne huonoja tärkeämmäksi. Se tarkoittaa myös, että ihminen on rehellinen huonojenkin puoliensa suhteen, ilman että niiden toteaminen vie hänen itsekunnioitustaan. (Keltikangas-Järvinen 1994, 17.)

Keltikangas-Järvisen (1996, 17-23) mukaan hyviä itsetunnon piirteitä ovat asiat, joita luonnehdin seuraavissa kappaleissa:

Itsetunto on itsensä arvostamista ja itseluottamista. Itsensä arvostamista on esimerkiksi se, että ihminen pitää vastarinnan edessä kiinni oikeiksi katsomistaan päämääristä tai puolustaa itseään ja ei anna loukata itseään ja pitää kiinni oikeuksistaan. Itseluottamusta on se, että ihminen uskaltaa ottaa vastaan haasteita ja asettaa itselleen korkeita vaatimuksia.

Itsetunto on oman elämän näkemistä ainutkertaisena ja arvokkaana. Hyvään itsetuntoon kuuluu, että ihminen kykenee näkemään oman elämänsä ainutkertaisena sekä ymmärtää olevansa tärkeä sinänsä, tarvitsematta onnistumisin tai suorituksin erityisesti tätä osoittaa. Ajatus elämän ainutkertaisuudesta ja tärkeydestä perustuu ihmisen sisäiseen itsearvostukseen ja siihen tunteeseen, että elämä, jota elää, on hänen omaa elämäänsä ja sen takia tärkeää.

Kyky arvostaa muita ihmisiä kuuluu hyvään itsetuntoon. Itsetunnoltaan vahva ihminen kykenee näkemään toisen ihmisen osaamisen, antamalla tälle arvoa ja tunnustusta mielipiteissään. Hän ei koe uhkana niiden olemassaoloa ja hän kykenee ihaillemaan toista ihmistä ja asettamaan itselleen auktoriteetteja, ilman että on riippuvainen niistä.

Itsetunto on riippumattomuutta muiden mielipiteistä ja itsenäisyyttä omissa ratkaisuissa. Se on riippumattomuutta muiden mielipiteistä, ehkä yleisten arvostuksista poikkeavien päämäärien asettamista ja rohkeutta pitää niistä kiinni. Ihminen ei pyri koko ajan toimimaan yleisen mielipiteen mukaan eikä ole huolestunut yleisesti mitä muut ajattelevat.

Itsetunto on pettymysten ja epäonnistumisten sietämistä. Hyvä itsetunto auttaa omien virheidensä myöntämistä epäonnistumisen jälkeen, ilman että siitä seuraisi itsetunnon vararikko. Epäonnistumisten jälkeen myöntäminen ei johda itsesyytöksiin vaan sen pohtimiseen, mitä seuraavassa vastaavassa tilanteessa voisin tehdä toisin, että uusi epäonnistuminen olisi vältettävissä. Hyvä itsetunto auttaa ihmistä myös näkemään ja tulkitsemaan ympäristöään, että pettymyksiä on kaikkien ihmisten elämässä, jos ei samanlaisia kuin omassa elämässä, niin pettymyksiä kuitenkin, vaikka ne eivät ulospäin näkyisikään.

### **3.5 Usko ja nuoren itsetunto**

Usko on sitä miten toimimme elämän arkisissa asioissa. Voimmeko tehdä jotain vai jätämmekö tekemättä sen, koska emme usko onnistuvamme asiassa. Uskomme tai uskomuksemme muokkaa siis koko ajan toimintaamme. Kaikessa arkipäiväisessä toiminnassamme usko on mukana (Hellsten 1993, 129.) Mikään muu uskonto tuskin tarjoaa niin paljon vahvaa ainesta ihmisen itsetunnon rakentamiseksi kuin kristinusko. Jumala loi ihmisen omaksi kuvakseen (1. Moos. 1:26).

Uskon lisäksi toimintaamme ohjaa luottamus omaan tekemiseen ja muiden tekemiseen. Pystymmekö luottamaan siihen mitä teemme vai emme? Pystymmekö luottamaan siihen, että joku toinen toimii meidän parhaaksemme? Luottaminen on uskon syvin olemus (Hellsten 1993, 129.)

Jokainen meistä on ainutlaatuinen ihme ja on ainutlaatuinen yksilö, josta Hän iloitsee (Ps. 139: 13-14; Sef. 3:17). Jokaista lasta Jumala katsoo rakastaen; on kunnia olla Hänen lapsensa (1. Joh. 3: 1-2). Jokainen saa hyväksyä itsensä sellaisena kuin olemme (1. Kor. 15:10). Jumala

hyväsy meidät sellaisina kuin olemme, myös kipeinä ja särkyneinä (Jes. 42:3; Jes. 57:15). Epäonnistuneenakin ihminen on Jumalan kuva. Jumala on parantava ja uutta luova (Jer.17:14; Jer. 33:6). (Kinnunen 2008, 58-59.)

Miksi kukaan vähätelisi itseään, koska Jumalakaan ei tee sitä (Jer. 31: 3-4)? Jumalan välittäminen ja huolenpito on ylenpalttisempaa kuin taivaan linnuista ja kedon kukkasista huolehtiminen (Matt. 6: 26-30). Jeesus kohtaa ihmisiä antaen heille arvon ja vahvistaen heidän itsetuntoaan, esimerkkeinä samarialainen nainen, syntinen nainen tai ristin ryöväri. (Kinnunen 2008, 59.)

Asia on tehtävä joskus vielä kouriintuntuvammaksi. Rukoileminen on kouriintuntuvin tapa tulla Jeesuksen luo. Voimme pyytää häntä antamaan syntimme anteeksi ja puhua hänelle sekä kasvattamaan meitä edelleen ja olemaan kanssamme arjessa. (Elstad 2009, 108.)

Nuoren itsetunnon kannalta ei ole merkityksellistä se uskooko Jumalan olemassaoloon vai ei. Uskoa voi Jumalan olemassaoloon ilman, että Jumalalla on merkitystä. (Hellsten 1993, 129.) Totuus ja totenapitäminen on nuorelle tärkeämpi asia. Totenapitäminen on kognitiivista, tiedollista tapahtumista, mutta luottaminen, on tahtoa, tunnetta ja toimintaa koskevaa (Hellsten 1993, 129.)

Nuorelle konkreettinen kokeminen on tärkeässä asemassa. Jumalan Sanan saattaminen todeksi on näin ollen nuorelle vaikeaa ellei se ole tapahtunut luontevasti esim.rippikoulussa. Pelastushistorialliselta kannaltahan se tarkoittaa, että Jumala on ilmoittanut itsensä hisoiallisissa tapahtumissa, joita kuvataan raamatussa. Jumala on murtautunut historiaan ja siellä tullut näkyväksi, joskin näkymättömällä tavalla joita Vanha ja Uusi testamentti kuvaavat (Hellsten 1996, 143.)

Nuoren itsetunnon kannalta olisi merkityksellistä uskoa Jumalaan. Tätä kautta hänen olisi mahdollista lisätä omaa itsetuntoaan luottamalla johonkin itseään suurempaan. Itsensä luovuttaminen Jumalan käsiin saisi varmasti aikaan nuoren itsetunnon kannalta suuria asioita. Ei tarvitse mennä mihinkään takamaailmoihin tai sfääreihin kurkottelemaan Jumalaa, vaan

ihmisen elämä on riittävä paikka Jumalalle löytyä (Hellsten 1996, 144.) Nuoren ei siis tarvitsisi tehdä suuria muutoksia elämässään, vaan avata sydän Jumalan tulla. Uudestisyntymisessä meistä tulee Jumalan lapsia, kun Jeesus tulee asumaan meihin Pyhässä Hengessä (Elstad 2009, 108).

Itsensä vajavaiseksi ja apua tarvitseväksi ihmiseksi tuntevalla on mahdollisuus pelastukselle, mutta vain jos on valmis tuntemaan itsensä myös syntiseksi ja syylliseksi. Syyllisyyden kohtaamisen kautta paluu paratiisiin tapahtuu (Hellsten 1996, 144; Elstad 2009, 126-133.) Tämän kaiken tunnustaminen olisi kaikille ihmisille nöyrytmistä, mutta ei nöyristelyä, Jumalan edessä.

Jumalan lapsena olemisen ehto ei ole pelastusvarmuus. Vaikkemme olisi varmoja, voimme olla pelastuneita. (Elstad 2009, 109). Tämän kaiken olen teille kirjoittanut, Jumalan Poikaan uskoville, jotta tietäisitte, että teillä kaikilla on iankaikkinen elämä (1 Joh. 5:13). Saamme oikeaa apua vain, kun saamme kuulla, että tilanteemme on huono, ehkä vilä huonompi kuin luulimme, mutta että Jumala on halukas antamaan anteeksi (Elstad 2009, 114).

Pohjimmiltaan hengellisessä elämässä on kyse kuitenkin ihmisen tahtoelämää koskettavasta asiasta. Usko on ihmisen tietoista kurotautumista, haluamista kohti parmpaa elämää. Hengellistä elämää eivät kuvaa lähinnä mystiset näyt tai voimakkaat tunnekokemukset vaan tavalliset arkipäivässä tehdyt pienet valinnat, jotka syntyvät siitä, että ihminen on tietoisesti haluamassa ja etsimässä elämälleen uutta suuntaa. (Hellsten 1995, 77).

Luottamista elämän kantaviin voimiin merkitsee hengellistä elämää, se on oman haavoittuvuutensa avointa tunnustamista ja jakamista. Usko luo uutta, eikä usko synnytä entistä enemmän vanhaa, vaan se ikään kuin hyppää aivan uudelle jatkumolle, jonka kulkua on mahdoton ennustaa. (Hellsten 1995, 77).

## 4 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tässä tutkimuksessa tutkimusmenetelmänä on haastattelututkimus. Haastattelututkimus on menetelmänä hyvin joustava. Haastattelussa ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutustilanteessa tutkittavan kanssa, ja tämä tilanne luo mahdollisuuden suunnata tiedonhankintaa tilanteessa itsessään. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34; Ruusuvuori & Tiittula 2005, 22.)

Tutkimus on luonteeltaan luottamuksellinen sekä arkaluontoinen ja haastattelututkimus on tällöin tiedonhankintana erittäin hyvä tapa saada tietoa. Haastattelutilanteessa on myös helppo kuin luoda haastateltavaan luottamuksellinen suhde.

### 4.1 Tutkimushaastattelu

Haastattelua tekevän tutkijan tehtävänä on välittää tietoa haastateltavan ajatuksista, kokemuksista, käsityksistä ja tunteista. Tutkijan todellisuuden käsityksen luonteesta määrää, miten hän tätä tehtävää lähestyy. Mikäli hän pitää ihmismieltä (tietoisuutta, tajuntaa) olennaisena käyttäytymisen kannalta, hän suuntaa tuohon kohteeseen tiedonkeruunsa. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 41; Ruusuvuori & Tiittula 2005, 23.)

Stukturoimattomasta haastattelusta käytetään erilaisia nimityksiä, mm. avoin haastattelu, syvähaastattelu, kliininen haastattelu, asiakaskeskeinen haastattelu ja keskustelunomainen haastattelu (Hirsjärvi & Hurme 2000, 45).

Olivatpa haastattelut kuinka suunniteltuja ja strukturoituja tai sitten avoimia, ne ovat vuorovaikutustilanteita, joissa haastattelija ja haastateltava toimivat suhteessa toisiinsa, ja kaikki haastatteluaineisto on osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa tuotettu verbaalista materiaalia. (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 29).

Haastattelussa vuorovaikutus koostuu ihmisten sanoista ja niiden kielellisestä tulkinnasta ja merkityksestä (Hirsjärvi & Hurme 2000, 48).

Nuoria haastateltaessa on tärkeää välittää tunne siitä, että haastateltavasta nuoresta ja hänen mielipiteistä todella ollaan kiinnostuneita. Nuoren on koettava, että hän todella osallistuu tutkimukseen, ja että hän on tutkijan apuri. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 132.) Tämän tutkimuksen osalta, kun haastateltavia oli yksi, tämä ei tietenkään koitunut ongelmaksi.

Tutkimusmenetelmänä käytetään yhtä nuorta ja kysytään hänen uskomuksiaan, arvostuksiaan ja kokoemusisältöjään (Hirsjärvi & Hurme 2000, 41).

Tiivistäen voidaan sanoa, että tutkimuksen osana haastattelemine on vuorovaikutustilanne, jolle ovat luonteenomaisia (Hirsjärvi & Hurme 2000, 43) mukaan seuraavat piirteet:

1. Haastattelu on ennalta suunniteltu, haastattelija on tutustunut tutkimuksen kohteeseen sekä teoriassa että käytännössä.
2. Haastattelu on haastattelijan ohjaama ja alulle panema.
3. Haastattelija joutuu tavallisesti motivoimaan ja ylläpitämään haastateltavaa.
4. Haastattelija tuntee roolinsa ja haastateltava oppii tuntemaan sen haastattelun kautta.
5. Haastateltavan on voitava luottaa haastattelijan vaitioloon annettujen tietojen luottamuksellisuudesta.

Haastattelu suoritettiin nuoren sijoituksesta vastaavassa yksikössä. Haastatteluun oli varattu aikaa niin paljon kuin vain tarvitsin. Haastattelu kesti noin. 1,5 tuntia. Olin valmistautunut haastatteluun tekemällä kysymykset valmiiksi. Niitä täydennettiin ja tarkennettiin haastattelun yhteydessä, tarvittaessa. En pystynyt tekemään kuin yhden haastattelun, vaikka olisin tarvinnut useampia. Nuoren psyykkinen tila ei antanut mahdollisuutta uusiin haastatteluihin.

Nauhoitin haastattelun. Nuori oli koko haastattelun ajan avoin. Häneen oli helppo saada luottamuksellinen suhde. Vaikeistakin asioista hän puhui avoimesti ja luottamuksellisesti. Asiaan vaikutti todennäköisesti se, että olin saanut nuoreen varsin hyvän kontaktin työharjoittelussani.



Haastattelutilanne oli enemmänkin keskusteleva kuin, että kysymyksiä olisi esitelty liukuhihnalta ja haastateltava olisi pyrkinyt niihin vastaamaan.

## **4.2 Havainnointi**

Havainnoinnissa on kyse siitä, että tutkija tarkkailee enemmän tai vähemmän objektiivisesti tutkimuksen kohdetta ja tekee havainnoinnin aikana muistiinpanoja (Metsämuuronen 2001, 43).

Havainnointi voidaan jakaa perinteisesti neljään eriasteiseen osallistumiseen 1. Havainnointi ilman varsinaista osallistumista 2. Havainnoija osallistujana 3. Osallistuja havainnoijana 4. Täydellinen osallistuja (Metsämuuronen 2001, 44).

Osallistuvaa havainnointia voidaan tehdä joko niin, että tutkija on enemmän toimijan roolissa (osallistuja havainnointi) tai, että tutkija on enemmän tutkijan roolissa (havainnoija osallistuja). Todellisissa tarkkailutilanteissa tutkijan on vaikea – joskus jopa tarpeetonkin – olla tarkkailtavassa tilanteessa, täysin ulkopuolisena. Tutkijalla on oma moraalinen vastuu puuttua vääryyksiin ja epäkohtiin. Toisaalta tutkijan on tunnettava tutkimuksen kohteensa – sen moraalkoodisto, toiminnot ja kieli – niin hyvin, että hän voi tarkastella tilanteita kulttuurin omista lähtökohdista. (Metsämuuronen 2001, 45.)

## **4.3 Tutkimusongelmat**

Tässä tutkimuksessa tutkitaan sijoitetun ADHD –nuoren itsetuntoa ja minäkäsitystä. Sijoituksen kannalta on tärkein asia nuoren sairaudella eli ADHD:lla ja se on vaikuttanut nuoren elämään lapsuudesta asti. Nuoren itsetunto ja minäkäsitys ovat myös muokkautuneet ko. olevan sairauden kautta. Tutkimuksessa pyrin tutkimaan millä tavalla sairaus on muokannut itsetuntoa ja minäkäsitystä.

- Millainen vaikutus ADHD:lla on nuoren elämään?
- Millainen on nuoren itsetunto?
- Millainen on nuoren minäkäsitys

Nuori pääsee pois sijoituspaikasta täyttäessään 18 vuotta ja sen jälkeen hänestä tulee ns. jälkihoito nuori. Hän saa apua jokapäiväisessä selviytymisessä sekä esim. opiskeluun liittyvissä asioissa. Jälkihuollon määrä riippuu siitä miten nuori pärjää omillaan, mutta tukea hän tarvitsee.

#### **4.4 Tutkimuksen eettisyys**

Haastattelun kuluessa syntyvistä eettisistä ongelmista voidaan tuskin antaa tarkkoja ohjeita tai sääntöjä (Hirsjärvi & Hurme 2000, 19).

Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa mainitaan tärkeimpinä eettisinä periaatteina yleensä informointiin perustuva suostumus, seuraukset, luottamuksellisuus ja yksityisyys (Hirsjärvi & Hurme 2000, 20).

Jo ennen kuin aloin tehdä tutkimusta selvitin kohdehenkilölle ja lastensuojeluyksikön johtajalle tärkeimmät yksityisyyden suojaamiseen tarpeelliset periaatteet. Haastateltavan henkilöllisyys pyritään pitämään salassa mm. ilmoittamalla paikkakunnat suuraakkosin (A,B,C...). Jos haastattelussa tulee ilmi muita nimiä ne ilmoitetaan numeroin (1,2,3...). Luottamuksellisuudesta pidetään kiinni siten, että koko haastattelumateriaali sekä kirjallinen materiaali on tutkimuksen tekijän hallussa, sitä ei anneta muille kuin opinnäytetyön arviointia varten. Tässä yhteydessä opinnäytetyön arvioijalla on velvollisuus puuttua seikkoihin joista voisi pystyä tunnistamaan haastateltavan.

## 6 TULOKSET

Tutkimuksen teoreettisessa viitekehyksessä (luku 2) nuoren minän kehityksessä on havaittavissa puutteita, tai kehitys on jäljessä. Tämä näkyy mm. perusturvallisuuden puutteena. Turvattomuuden tunne liittyy myös haastattelussa ilmenneeseen ulkopuolisuuden tunteeseen. Nuori ei myöskään oikein osaa luottaa toisiin ihmisiin, varsinkaan naisiin. Hän ei myöskään näe tulevaisuuttaan kovin valoisana, vaikka kerran haastattelun aikana hän näin vastaakin. Tulevaisuus ennemminkin pelottaa kuin olisi täynnä mahdollisuuksia. Tämä aiheutuu selvästi roolihämmennyksestä.

Syyllisyyden tunne tulee näkyviin siinä, että nuori kokee olevansa vastuussa muun perheen tekemisistä, vaikka näin asian laita ei olekaan. Hän ei voi omien sanojensa mukaan mitään tälle asialla.

Huonoudentunnetta hän kokee jatkuvien epäonnistumisten ja pettymysten kautta. Hän ei oikein halua edes yrittää ellei ole varma lopputuloksesta. On helpompi jättää asiat kesken tai olla aloittamatta ollenkaan kuin tehdä niitä olematta varma lopputuloksesta. Nuori ei usko koskaan pääsevänsä asettamiinsa tavoitteisiin. Ristiriitaa tosin antaa vastaus kysyttäessä asiaa suoraan. Hän ei itse tunne olevansa epäonnistunut.

Itsetunto ei voi olla hyvä, jos minäkuva on kielteinen. Nuori antaa itsestään ulospäin varsin itsevarmaa kuvaa, mutta se on vain ulkokuorta. Sisimmässään nuori on epävarma. Se näkyy useammassakin vastauksessa.

Nuorella on huomattavasti enemmän kielteistä sanottavaa itsestään kuin myönteistä. Tämä kielii siitä, että hänellä on heikko itsetunto.

Nuori pyrkii olemaan samanlainen kuin muut nuoret sijoituskodissa. Hän ei haluaisi poiketa muusta joukosta. Nuori joutuu tästä syystä esittämään eräänlaista roolia saadakseen haluaansa.

Pystyin seuraamaan nuorta läheltä ja näin miten nuoreen vaikuttaa se, ettei hän ota lääkkeitä. Hän vahingoitti itseään muutamaan kertaan sekä kävi ohjaajaan käsiksi. Hän ei pystynyt rauhoittumaan missään välissä, vaan oli koko ajan menossa. Oli aivan turha mennä sanomaan asiasta, koska ei hän kuunnellut tai ei välittänyt asiasta. Lääkkeiden ottamatta jättäminen johtikin siihen, että hänet sijoitettiin toiseen paikkaan. Avoimesta yksiköstä suljettuun.

Nuoren selviytyminen sijoituksen jälkeisessä elämässä on epävarmaa. Jälkihuollolla ja sen onnistumisella on suuri merkitys asiassa. Nuori on niin epävarma tulevaisuuden suhteen, että toivottavasti hän saa tarpeellisen määrän tukea yksinasumisen tueksi.

ADHD- kuntoutusta kehittäisin enemmän yksilölliseen suuntaan, jossa jokaista nuorta voitaisiin ohjata yksilöllisemmin ja hänen tarpeitaan voitaisiin huomioida enemmän. Tämä on kuitenkin resurssikysymys ja ei taida olla kovinkaan realistista.

Nuori, joka on itsenäistymisen kynnyksellä, tulisi ohjata jo sijoituspaikassa esim. harjoittelu-asunnon turvin itsenäiseen asumiseen ja koko ajan olisi tuki saatavilla. Ohjausta tulisi olla ympärivuorokauden ja aluksi tulisi opetella aivan perusasiat heräämisestä alkaen arjen aikatauluttamiseen saakka, näin nuoren olisi helpompi aloittaa uudessa, omassa, asunnossa asuminen.

## 7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Tutkimuksessa on pyrittävä siihen, että se paljastaa tutkittavien käsityksiä ja heidän maailmaansa niin hyvin kuin mahdollista. Kuitenkin tämän tulee tapahtua tietoisena siitä, että tutkija vaikuttaa saatavaan tietoon jo tietojen keruuvaiheessa ja että kyse on tutkijan tulkinnoista. (Hirsjärvi & Hurme 2000,189.)

Reliabiliteetti koskee sitä, onko tiedot litteroitu oikein ja onko kaikki käytettävissä oleva aineisto otettu huomioon jne. Samoin on tärkeää, että niin pitkälle kuin mahdollista tulokset heijastavat tutkittavien ajatusmaailmaa. Täytyy kuitenkin samalla muistaa, että haastattelujen tulos on aina seurausta haastattelijan ja haastatettavan yhteistoiminnasta. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 189.)

Olen litteroinut haastattelun sanasta sanaan niin kuin se on haastattelutilanteessa kerrottu. Tämän haastattelun perusteella olen verrannut sitä opinnäytetyön teoriapohjaan ja saanut tulokset.

Tämän tutkimuksen osalta pitäisin epätodennäköisenä, että tutkimustulos olisi toisella kerralla täysin samanlainen. Asiaan vaikuttaa se, että nuorelle on tehty uusi diagnoosi ja se varmasti vaikuttaisi seuraavan tutkimuksen tulokseen. Uusi diagnoosi tehtiin tämän haastattelun jälkeen, joten sitä ei voi tietää onko sillä vaikutusta saatuun lopputulokseen.

## POHDINTA

En arvannut aloittaessani opinnäytetyötäni minkälaiseen tiedon määrään törmäisin. Materiaalia aiheeseen liittyen on todella runsaasti. Tästä runsaasta tiedonmäärästä piti rajaamisen keinoin pyrkiä löytämään juuri tähän opinnäytetyöhön liittyvää oleellista tietoa. Aikansa kun sitä teki, niin kyllähän se löytyi.

Tavatessani nuorta ensimmäisen kerran ja pyytäessäni häntä mukaan opinnäytetyöhöni, hän oli heti valmis siihen. Asiaa oli pohjustanut lastensuojeluyksikön johtaja kertoen hänellä mistä on kyse.

Omasta mielestäni onnistuin tehtävässäni varsin hyvin. Nuoren haastattelut eivät tosin menneet niin kuin olisin halunnut. En ehtinyt haastatella nuorta kuin yhden kerran. Tämä siitä syystä, että nuoren psyykkinen tila ei sallinut useampia haastattelukertoja. Nuori sai myös haastatteluni jälkeen uuden diagnoosin, jonka hyväksyminen ja sisäistäminen vei nuorelta aikaa.

Yhden henkilön käyttäminen opinnäytetyössä tuo omat riskinsä. Saattaa olla ettei hän voi tai haluakaan olla siinä mukana loppuun asti. Tällöin voi kesken opinnäytetyötä tulla tilanne eteen ettei pystykään hankkimaan kaikkea tarvitsemaansa tietoa. Tässä opinnäytetyössä oli käydä niin. Kysellessäni uutta haastattelu mahdollisuutta en sitä saanut, mutta onneksi ensimmäisellä kerralla saatu haastattelumateriaali oli riittävä.

Jatkotutkimusmahdollisuuksina pitäisin sijoitettujen nuorten sosiaalisten suhteiden tutkimista ja niiden vaikutusta onnistuneeseen sijoitukseen. Toisena jatkotutkimuksen mahdollisuutena pitäisin jälkihuollon merkitystä nuoren itsenäistymisen kannalta.

## LÄHTEET

Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Oy Edita Ab.

Almqvist, F. 1996. Tarkkaavaisuus häiriöt. Teoksessa E. Räisänen., I. Moilanen., T. Tamminen. & F. Almqvist (toim.) Lasten- ja nuorisopsykiatria. Jyväskylä: DUODECIM, 221-229.

Barkley, A. Russel. 2008. ADHD - kuinka hallita ADHD. Kuopio: UNIpress Oy.

Clarkson, P. 1996. Kohota itsetuntoa. 2. Painos. Jyväskylä; Gummerus Kustannus Oy.

Elstad, G. 2009. Sielunhoito. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hellsten, T. 1993. Elämän lapsi. 10.Painos. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Hellsten, T. 1996. Ihminen tavattavissa. 2.Painos. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Hellsten, T. 1995. Virtahepo olohuoneessa. 17. Painos. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Herrgård, E & Airaksinen, E. 2004. Tarkkaavaisuus- ja oppimishäiriöt. Teoksessa Sillanpää, M., Herrgård, E., Iivanainen, M., Koivikko, M. & Rantala, H (toim.) Lastenneurologia.2., uudistettu painos. Jyväskylä: DUODECIM, 241-263.

Hirsjärvi, S & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Janssen-Cilag 2010. Lapsuusiän ADHD. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.janssen-cilag.fi/?product=adhd&product=adhd>. Luettu 10.2.2010.

Jokinen, K. & Ahtikari, K. 2004. AD/HD-opas koulunkäyntiavustajille. Juva: WS Bookwell Oy.

Kalliopuska, M. 1984. Itsetunto. Mänttä: Mäntän kirjapaino Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. Aggressiivinen lapsi – miten ohjata lapsen persoonallisuuden kehitystä. 4. Painos. Keuruu: Otava.

Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Juva; Wsoy.

Kinnunen, S. 2008. Nuoren itsetunto. Teoksessa Pruuki, H (toim.) Nuorten sielunhoidon käsi- kirja. Helsinki: Nord Print. 46-59.

Kuusela, P. 2001. George Herbert Mead – pragmatismi ja sosiaalipsykologia. Teoksessa Hänninen, V, Partanen, J & Ylijoki, O-H (toim.) Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjät. Tampere: Gummerus Kirjapaino Oy. 61-77.

- Laine, K. 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Keuruu: Otavan kirjapaino.
- Lehtinen, E & Kuusinen, J 2001. Kasvatuspsykologia. Juva: WS Bookwell Oy.
- Lehtovaara, M. 1992. Subjektiiivinen maailmankuva kasvatustieteellisen tutkimuksen kohteena. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Malm, M. 2004. ADHD. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela E-L (toim.) Esteistä mahdollisuuksiin vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy, 204-215.
- Michelsson, K., Miettinen, K., Saresma, U. & Virtanen, P. 2003. AD/HD nuorilla ja aikuisilla. Juva: WS Bookwell Oy.
- Michelsson, K., Saresma, U., Valkama, K & Virtanen, P. 2000. MBD ja ADHD diagnosointi, kuntoutus ja sopeutuminen. Juva: WS Bookwell Oy.
- Melamies, N. 2004. Minä ja AD/HD. Teoksessa A-M Myllykoski, N Melamies & S. Kangas (toim.) Itsenäistyvä nuori ja AD/HD. Juva: WS Bookwell Oy, 43-50.
- Metsämuuronen, J. 2001. Laadullisen tutkimuksen perusteet. 2. tarkistettu painos. Viro.
- Nieminen, P. 2008. Lapsen aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö kuntoutuksellisena haasteena. Teoksessa R-L, Punamäki., P. Nieminen., M. Kiviaho (toim.) Mieli ja terveys: ilon ja muutoksen psykologiaa. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, 113- 130.
- Nikander, P. 2001. Kenneth Gergen konstruktionistinen ja postmoderni sosiaalipsykologia. Teoksessa Hänninen, V, Partanen, J & Ylijoki, O-H (toim.) Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjiä. Tampere: Gummerus Kirjapaino Oy. 275-298.
- NIMH. 2009. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). National Institute of Mental Health WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/attention-deficit-hyperactivity-disorder/complete-index.shtml>. Luettu 5.2.2010.
- Ojanen, M. 1996. Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen. 2. painos. Tampere: Kirjatoimi.
- Purhonen, H. 1988. Muuttuva ihminen – Carl Rogersin filosofinen antropologia. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Pölkki, P. 1978. Lasten minäkäsityksen kehittyminen, determinantit ja merkitys sosiaalisten taitojen kannalta. Katsaus kehityspsykologiseen minäkäsityskirjallisuuteen. Psykologian laitoksen julkaisuja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Rogers, C. 1961. On becoming a person. Toinen painos. Boston: Houghton Mifflin Company.



Ruusuvuori, J. Tiittula, L. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa J. Ruusuvuori & L. Tiittula (toim.) Haastattelu tutkimus, tilanteet, ja vuorovaikutus. Tampere: Gummeus Kirjapaino Oy. 22-56.

Sandelin, S 1981. Self and education. Commentationes Scientiarum Socialium 16. Helsinki: Societas Scientiarum Fennica.

Tilastokeskus 2009. Erityisopetus. Tilastot julkistettu 10.6 2009. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.stat.fi/til/erop/index.html>. Luettu 11.2.2010.

Tilastokeskus 2009. Esi- ja peruskouluopetus. Tilastot julkistettu 13.11.2009. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.stat.fi/til/pop/index.html>. Luettu 10.2.2010.

Törnblom, M. 2006. Itsetunto nyt! Tukholma: Bonnier Group Agency.

Viljamaa, J. 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatus. Juva: WS Bookwell Oy.

Vuorinen, R. 1997. Minän synty ja kehitys. Porvoo: WSOY.

## LIITTEET

### LIITE 2/1

#### Oma elämäkerta

Synnyin paikkakunnalla (A) ja asuin pienellä omakotialueella parin km päässä kaupungista. Silloiseen perheeseeni kuului isä, äiti, kaksi veljeä ja sisko. Itse olen nuorin lapsi.

Isä ja äiti erosivat talvella vuonna 1999. Isä pyysi kaikki lapset ja äidin olohuoneeseen ja kertoi löytäneensä toisen naisen, joka muuten oli äidin paras kaveri, (1) . Isä ja (1) menivät naimisiin pari vuotta sen jälkeen. Kukaan perheemme lapsista ei pidä (1) eivätkä siksi halua paljon olla tekemissä isänsä kanssa. Eron jälkeen isä jäi paikkakunnalle A ja äiti muutti (B) toisen miehen (2) kanssa, siitä tuli meidän isäpuoli. Mutta jokin siinä miehessä mättää kun kukaan perheessämme tai kavereistakaan ei voi sietää sitä, paitsi äiti.

Minulla on kolme sisarusta, kaksi isoveljeä ja yksi isosisko

Vanhin veljeni (3) alkoi käyttää runsaasti alkoholia heti vanhempien erottua. Hänellä meni hermot (2) ja muutti takaisin paikkakunnalle (A) isän luo vuonna 2001. Kun (3) oli asunut isän luona vajaan vuoden, isä heitti (3) ulos ja hän muutti tyttöystävänsä luo. (3) on harrastanut painonnostoa koko ikänsä ja osallistui aikanaan monenlaisiin kisoihin. (3) oli maailmantason nostaja aikoinaan. (3) joutui vankilaan vuonna 2008 kesällä ja pääsi pois vuonna 2009 marraskuussa.

Hänellä oli useampi pahoinpitelysyyte ja huumekauppoja. (3) on 3-v tytär ja hän on yhä saman tyttöystävän kanssa yhdessä. (3) on AD/HD ja hänellä on itsehillintävaikeuksia kuten minullakin.

(4) on 2-v tytär, joka on minulle todella tärkeä.

(5) kanssa en oikein ole missään tekemisissä, koska hän ei ole enää se sama rakas veli, joka joskus oli.

Aloin polttaa tupakkaa ja käyttämään alkoholia 12–13 -vuotiaana ja karkailin kotoa samoihin aikoihin. Minulla oli silloin myös itsetuhoisia-ajatuksia.

Sen ajan paras kaverini oli (6) ja hänen kanssaan teimme kaikkea päätöntä. Vuonna 2005 (6) äiti ja minun äitini päättivät, että emme voi (6) kanssa olla enää samassa koulussa eikä ehkä samassa kaupungissakaan ja äiti päätti laittaa minut perhekotiin tänne (C) . Sitten masennuin vielä lisää kun mietin, että miksi (6) ei laitettu mihinkään, mutta äiti hylkäsi minut ”ilomielin”. Nyt ymmärrän kuitenkin asian oikean laidan, enkä mieli enää mitään ikävää vaan pyrin ajattelemaan kaikesta aina sen positiivisen puolen.

Käytän vähän kannabista, juon alkoholia silloin tällöin ja poltan tupakkaa askin päivässä. Olen kuitenkin rauhoittunut siitä mitä olin kun asuin kotona.

Nykyään menetän hermoni usein ja saan raivokohtauksia. Olen käynyt kaksi kertaa hoitajan kimppuun ja toisella kerralla hoitaja joutui niskaröntgeniin.

Aloitin salilla käymisen kaksi vuotta sitten ja käyn siellä säännöllisesti. Minulla on omat käsipainot joita käyn nostelemassa jos pinna on kireällä.

(5) tilanne hermostuttaa minua paljon, sillä hän on ihan kujalla koko ajan. Soitin hänelle vähän aikaa sitten ja hän ei edes muistanut minua. Hän ei edes muistanut, että hänellä on pikkuveli. (5) kanssa en ole kovin hyvissä väleissä, sillä hän vain sekoilee. (4) pelkää minua, kun saan näitä raivokohtauksia.

Sydänkin pumpkaa miten sattuu. Välillä tuntuu, että pyörryn, kun sydän pumpkaa niin kovaa ja tulee sellaisia ahdistusolotiloja.

Nyt on ensi viikonlopuksi järjestetty perhetapaaminen ja siellä toivon saavani perheasiat kuntoon

Olen harrastanut rumpujen soittoa kuutisen vuotta ja vuosi sitten aloitin kitaran rämpyttämisen. Sävellän koneella omia biisejä ja sanoitan myös niitä. Oli minulla bändikin, jossa soitin rumpuja, mutta kitaristi yritti päättää päivänsä ja hyppäsi kalliolta. Onneksi ei kuitenkaan kuollut, mutta halvaantui kuitenkin alaraajoista. Että se siitä bändistä... No, elämä jatkuu!

## LIITE 2/2

1. Miten tulet toimeen ADHD:N kanssa?
2. Milloin itse huomasit ettet ollut yhtä rauhallinen tai samanlainen lapsi kuin muut olivat?
3. Onko tarkkavaisuuden häiriö vai impulsiivisuus aiheuttanut enemmän ongelmia?
4. Miten tarkkaavaisuuden häiriö näkyy elämässäsi? Entä impulsiivisuus?
5. Oletko kokenut vaikeita masennusjaksoja? Mitä silloin tapahtui?
6. Minkälaisia vaikeuksia sinulla oli ennen kuin menit/jouduit KP:iin (koti, koulu, kaverit) ?
7. Kuinka tarkat ohjeet tarvitset jokapäiväisten askareiden suorittamiseen? Entä kokeet, läksyt ym.?
8. Miltä tuntuu saada lääkitystä joka päivä?
9. Onko lääkkeiden ottaminen ollut vaikeaa?
10. Mitä hyvää olet kokenut ADHD:sta?
11. Millainen on tarkkaavaisuutesi tällä hetkellä? (Keskittyminen, järjestelykyky...).
12. Pystytkö keskeyttämään tehtävän jos se on sinusta mielenkiintoinen etkä haluaisi sitä keskeyttää?
13. Pystytkö tavoitteelliseen toimintaan esim. koulussa tai arjen askareissa?
14. Minkälainen on ajanhallintasi, järjestelmällisyytesi?
15. Joudutko kirjaamaan lähes kaiken muistiin, että jälkeenpäin voit tärkeät asiat palauttaa mieleen?
16. Unohteletko helposti asioita?
17. Mikä saa sinut rauhoittumaan?
18. Onko sinun vaikea muotoilla vastaus kysymykseen? (Kysymys unohtuu, et muista mitä olit tekemässä)?
19. Oletko erityisluokalla vai tavallisella luokalla?
20. Voisitko tulla toimeen ilman lääkkeitä? Jos et niin miksi? Mihin asioihin lääkkeet vaikuttaa sinun mielestä?
21. Onko sinun vaikea saada ajatuksia paperille kirjattua?
22. Osaatko laittaa asioita tärkeysjärjestykseen? Kotiaskareet, läksyt, kokeet...

23. Onko tehtävien aloittaminen vaikeaa, vaikka tiedät että ne on tehtävä? Saatko niitä päätökseen?
24. Pystytkö tekemään muistiinpanoja sanelun aikana?
25. Unohdatko mitä sinulta on kysytty kesken vastauksen?
26. Auttaako lääkitys? Miten?
27. Tunnetko olevasi erilainen kuin muut samanikäiset?
28. Ymmärrätkö miksi teet esim. impulsiivisia tekoja? Jos et niin miksi?
29. Tunnetko olevasi epäonnistunut tai jotain sen kaltaista?
30. Tunnetko itsesi yksinäiseksi? Osaatko kertoa tarkemmin?
31. Oletko miettinyt itsemurhaa? Oletko yrittänyt? Mitä tapahtui?
32. Ajatteletko olevasi tyhmä?
33. Miten kuvailisit itseäsi? (Vilkas, ujo ...)
34. Miten suhtaudut omaan sairauteesi? Hyväksytkö sen? Jos et, niin miltä se tuntuu?
35. Kuinka paljon keksit verukkeita tai vastaavia tai syytät sairautta kun olet tehnyt jotain tyhmää tai ajattelematonta?
36. Miltä tulevaisuus tuntuu tai näyttää? Opiskelu, perhe, elämän ottaminen omiin käsiin
37. Pitääkö tekojen seuraukset vain hyväksyä? Tunnetko tehneesi väärin jonkun impulsiivisen teon jälkeen?
38. Uskotko, että saat vielä asiat vielä joskus menemään haluamallasi tavalla? Miksi?
39. Joudutko kirjaamaan lähes kaiken muistiin, että jälkeenpäin voit tärkeät asiat palauttaa mieleen?
40. Unohteletko helposti asioita?
41. Mikä saa sinut rauhoittumaan?
42. Kuinka paljon käytät päihteitä? Mitä päihteitä?
43. Miten häpeä vaikuttaa sinuun?
44. Miltä kehuminen tuntuu?
45. Tunnetko olevasi hukassa? Millä tavalla?
46. Uskotko itseesi?
47. Tunnetko olevasi epäonnistunut tai jotain sen kaltaista?
48. Tunnetko itsesi yksinäiseksi? Osaatko kertoa tarkemmin?
49. Oletko miettinyt itse tuhoisia ajatuksia? Oletko yrittänyt toteuttaa niitä? Mitä tapahtui?

50. Ajatteletko olevasi tyhmä?