

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## OPINNÄYTETYÖ

### **Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi**

nuorten valmentavassa koulutuksessa

*Terhi Tamminen*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

04/2012

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

### TIIVISTELMÄ

<b>Työn tekijä</b> Terhi Tamminen	<b>Sivumäärä</b> 69 ja 2 liitesivua
<b>Työn nimi</b> Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi nuorten valmentavassa koulutuksessa	
<b>Ohjaava(t) opettaja(t)</b> Annikki Ahlqvist	
<b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Helsingin Diakonissalaitos, Helsingin Diakoniaopisto	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Opinnäytetyön raportti avaa prosessia ja kehittämistyötä, jota olen tehnyt Helsingin Diakoniaopistolla nuorten valmentavan koulutuksen ryhmän Tulevaisuuden suunnittelu -kurssilla kevätlukukaudella 2012. Kurssin tavoitteena oli motivoida nuoria pohtimaan tulevaisuuttaan, saada nuoret luottamaan positiiviseen tulevaisuuteen ja valaa nuoriin uskoa, että tulevaisuuteen voi vaikuttaa. Kurssilla pohdimme nuorten kanssa konkreettisia keinoja tulevaisuuden suunnitteluun, tavoitteiden määrittelyyn ja tavoitteiden toteuttamiseen.</p> <p>Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi on yhden opintoviikon opintokokonaisuus, johon sisältyy yhteensä 20 lähiopetustuntia. Kurssi on yksi nuorten valmentavan koulutuksen itsetuntemus ja sosiaaliset taidot opintokokonaisuuden neljästä kurssista. Kurssille osallistuneessa valmentavan koulutuksen ryhmässä oli yksitoista 16–18 -vuotiasta nuorta. Nuoret olivat tulleet valmentavaan koulutukseen joko suoraan peruskoulusta, kun opiskelupaikka toiselle asteelle ei ollut auennut, tai ammatilliset tai lukio-opinnot olivat keskeytyneen aivan alkuvaiheessa. Valmentava koulutus on erityisopetusta.</p> <p>Monen nuoren haasteena on kyky ja halu tehdä valintoja tulevaisuuden suhteen sekä ylläpitää positiivista ja realistista kuvaa tulevaisuudesta. Esittelen raportissa nuoren elämänkaaren vaihetta sekä kerrom erilaisista haasteista, joita nuori voi kohdata. Avaan nuorten valmentavaa koulutusta yleisemmin Suomessa ja Helsingin Diakoniaopiston koulutusta yhtenä vastauksena nuorten haasteisiin. Työni tietoperustana on tulevaisuuskasvatus. Lähtökohtana työssäni on NLP eli neurolingvistinen ohjelmointi, joka on muun muassa hyvään vuorovaikutukseen ja tavoitteiden saavuttamiseen tähtäävä ajattelumalli.</p> <p>Jokainen ryhmä ja oppimisprosessi ovat ainutlaatuisia. Opinnäytetyön tarkoitus on toimia pohjana kurssin kehittämiseksi. Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin ja opinnäytetyön tavoite on täyttynyt, jos kurssille osallistunut nuori tai raportin lukija tekee havainnon, että asioita voi ajatella hiukan toisinkin, ja luottamus positiiviseen tulevaisuuteen alkaa elää.</p>	
<b>Asiasanat</b> nuoret, tulevaisuudenodotukset, tulevaisuuskasvatus, neurolingvistinen ohjelmointi, NLP, motivointi	

# HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Degree Programme in Civic Activity and Youth Work

### ABSTRACT

<b>Author</b> Terhi Tamminen	<b>Number of Pages</b> 69 and 2 appendixes
<b>Title</b> The course Future planning in youths' pre-training	
<b>Supervisor(s)</b> Annikki Ahlqvist	
<b>Subscriber and/or Mentor</b> Helsinki Deaconess Institute, Helsinki Diakonia College	
<b>Abstract</b> <p>The thesis report opens the process and developing I did in the Helsinki Diakonia College youth's pre-training group's course Future planning during spring semester 2012. The aim of the course was to motivate youths to think about their own future, enable them to believe in a positive future and their own abilities to affect their future. We discussed with youths concrete ways to plan the future, define goals and achieve them.</p> <p>The course Future planning consists of one study week and includes 20 hours of classroom teaching. It is one of the four youths' pre-training courses about self-knowledge and social skills. The pre-training group taking part in the course consisted of eleven youths between ages of 16–18. They had come to the pre-training either straight from elementary school, when the doors to secondary schools had not opened, or when their vocational studies or studies in a gymnasium had been intermitted at the early stages. Pre-training is special education.</p> <p>The ability and will to make choices concerning the future and an ability to maintain a positive and realistic view of the future are challenges for many youths. In my report I will discuss the youth stage in the life cycle and different challenges youths may face. I introduce youths' pre-training in Finland generally and in Helsinki Diakonia College especially as one of the answers to youths' challenges. The basis of my work lies in futures education. The premises of my work also include neuro-linguistic programming NLP. It aims at good interaction and achieving goals.</p> <p>Every group and study progress is unique. The purpose of this thesis is to form a basis to further develop the course. The goals of the course and the thesis are fulfilled if a youth taking part in the course or the reader of the report realises that it is possible to think differently and faith in a positive future starts to grow.</p>	
<b>Keywords</b> youths, future expectations, futures education, neuro-linguistic programming, NLP, motivation	

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TYÖN LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Taustaa työn tekijästä	8
2.2 Nuorten elämänkaari	10
2.3 Nuorten haasteita	12
2.4 Valmentava koulutus ja Helsingin Diakoniaopisto yhtenä vastauksena haasteisiin	15
2.5 Osallisuus	19
3 OPPIMINEN, TIETO JA EETTISYYS	22
3.1 Oppimisen ja uuden tiedon luomisen sykkäisyyksiä	23
3.2 Havainnointi ja tiedon kokoaminen	24
3.3 Työn eettisyys ja luotettavuus	26
4 TULEVAISUUSKASVATUS, NLP JA RATKAISUKESKEINEN TYÖTAPA	27
4.1 Tulevaisuuskasvatus	28
4.2 NLP tausta-ajatuksena	30
4.3 Ratkaisukeskeisyys ja unelma-ajattelu	34
5 TULEVAISUUDEN SUUNNITTELU – KURSSI 1 OV	36
5.1 Maanantai 9.1.2012 Hyvä päivä ☺ Koulu alkoi!	37
5.2 Maanantai 16.1.2012 Hyvä päivä ☺ Päästään 13.15, kiva viikko edessä!	39
5.3 Tiistai 24.1.2012 Hyvä päivä ☺ Ulkona on lunta, päästään luistelemaan tai kävelemään!	42
5.4 Maanantai 30.1.2012 Hyvä päivä ☺ On kunnon pakkasen ja hyvä viikko tulossa!	44

5.5 Maanantai 13.2.2012 Hyvä päivä ☺ Uusi viikko alkoi!	46
5.6 Maanantai 5.3.2012 Hyvä päivä ☺ **** tuli ajoissa kouluun!	48
5.7 Maanantai 12.3.2012 Hyvä päivä ☺ Aurinko paistaa!	50
5.8 Keskiviikko 14.3.2012 Hyvä päivä ☺ On paljon porukkaa koulussa!	51
5.9 Maanantai 19.3.2012 Hyvä päivä Koska ***** on PARAS ♥ T:Kaikki	52
5.10 Torstai 22.3.2012 Hyvä päivä ☺ Huomenna on etäpäivä!	53
6 POHDINTA	55
7 LÄHTEET	62
8 LIITTEET	69

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni raportti avaa prosessia ja kehittämistyötä, jota olen tehnyt Helsingin Diakoniaopistolla nuorten valmentavan koulutuksen ryhmän Tulevaisuuden suunnittelu -kurssilla kevätlukukaudella 2012. Kurssin tavoitteena on motivoida nuoria pohdimaan tulevaisuuttaan, saada nuoret luottamaan positiiviseen tulevaisuuteen ja vakuuttaa nuoriin uskoa, että tulevaisuuteen voi vaikuttaa. Kurssilla pohdimme nuorten kanssa konkreettisia keinoja tulevaisuuden suunnitteluun, tavoitteiden määrittelyyn ja tavoitteiden toteuttamiseen. Tiiviisti ilmaistuna tavoitteena on vahvistaa nuorten tunnetta siitä, että he ovat itse vahvemmin osallisina oman elämänsä tapahtumiin.

Toteutin työni Helsingin Diakoniaopistolla, jossa toimin valmentavan ryhmän vastuukouluttajana. Nuorten valmentavan koulutuksen ryhmässäni on yksitoista 16–18 -vuotiaista nuorta. Nuoret ovat tulleet valmentavaan koulutukseen suoraan peruskoulusta, kun opiskelupaikka toiselle asteelle ei ole auennut, tai kun ammatilliset tai lukiopinnat ovat keskeytyneet aivan alkuvaiheessa. Valmentava koulutus on erityisopetusta. Opinnäytetyöhöni kuuluu varsinaisen kurssin lisäksi aikaisemman toiminnan, omien ennakkokäsitysten sekä nuorten tilanteen tarkastelua ja reflektointia. Havainnoin kurssin toteutusta sekä pohdin jatkokehittelyä. Työn kirjallisessa raportissa tuon näkyväksi prosessin lähtötilannetta ja taustalla olevia ajatuksia, työn etenemistä sekä johtopäätöksiä.

Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi on yhden opintoviikon opintokokonaisuus, johon sisältyy yhteensä 20 lähiopetustuntia. Kurssi on yksi Itsetuntemus ja sosiaaliset taidot opintokokonaisuuden neljästä kurssista. Kaksi ensimmäistä ovat Itsetuntemus ja Sosiaaliset taidot ja kaksi jatkokurssia Tulevaisuuden suunnittelu sekä Yhdenvertaisuus ja yhteistyö. Opetussuunnitelmassa opintokokonaisuuden tavoitteiksi määritellään muun muassa opiskelijan kyky vaikuttaa omaan elämäntilanteeseensa ja tulevaisuuteensa positiivisella tavalla, oman ikävaiheen mukainen toimintakyvyn ja elämäntilanteen arviointi, realistisen myönteisen minäkuvan rakentaminen ja itsetunnon vahvistaminen (Helsingin Diakoniaopisto 2010, 20). Tulevaisuuden suunnittelu kurssille ei ole opetussuunnitelmassa erillisiä tavoitteita. Kouluttajana minulla on mahdollisuus

suunnitella opintokokonaisuuden sisältöä ja löytää yhdessä nuorien kanssa toimintatapoja, joilla tavoitteisiin parhaiten päästään.

Kurssin tavoitteena on motivoida nuoria pohtimaan tulevaisuuttaan, saada nuoret luottamaan positiiviseen tulevaisuuteen ja valaa nuoriin uskoa, että tulevaisuuteen voi vaikuttaa. Monen nuoren haasteita ovat kyky ja halu tehdä valintoja tulevaisuuden suhteen sekä positiivisen ja realistisen tulevaisuuskuvan ylläpitäminen. Positiivisen ja realistisen kuvan ylläpitäminen edellyttää kykyä asettaa sellaisia tavoitteita, jotka on mahdollista saavuttaa sekä tietoa ja joustavuutta tulevaisuutta koskevissa odotuksissa (Rubin 2002, 28).

Kurssilla haluan tarjota konkreettisia keinoja tulevaisuuden suunnitteluun, tavoitteiden määrittelyyn ja tavoitteiden toteuttamiseen. Monelle nuorelle jo arkipäivässä eläminen on haasteellista. Jos nuorella on konkreettisia keinoja tulevaisuuden suunnitteluun, voi epävarmuus tulevaisuudesta pienentyä. Yhdeksi tulevaisuuden taidoksi ymmärretään myös taito sietää epävarmuutta ja kaaosta (Halinen & Järvinen 2007, 6). Muilla oppitunneilla, esimerkiksi Jatkokoulun suunnittelu ja Ammatinvalinta, pohdimme nuorten kanssa tulevaisuuden isoja ja usein haasteellisia kokonaisuuksia esimerkiksi itsenäistyminen ja hakeutuminen jatkokoulutukseen. Itsetuntemukseen liittyvä Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi on pienten tavoitteiden, onnistumisen kokemusten ja unelmien työstämistä varten. Kurssin sisällön suunnittelun pohjana on NLP:n (neurolingvistinen prosessointi) ja ratkaisukeskeisyyden ajatuksia. Myös näissä malleissa muutos mielletään pienten edistysten kautta tapahtuvaksi, joten pienikin muutos koetaan usein riittäväksi (Kärkkäinen 1999, 149).

Konkreettisesti hahmottelemme tulevaisuutta esimerkiksi kalenterin avulla. Mietimme ja testaamme erilaisia keinoja asettaa tavoitteita sekä pohtia erilaisten valintojen hyviä ja huonoja puolia. Asetamme pieniä tavoitteita, jotka onnistuessaan antavat positiivisia kokemuksia omista vaikutusmahdollisuuksista ja kohottavat itsetuntoa. Tarkoitus on valaa nuoriin ylipäättään positiivista asennetta suhteessa tulevaisuuteen ja omiin vaikutusmahdollisuuksiin omaa elämää koskevissa asioissa. Motivaatio tehdä asioita koostuu halusta ja uskosta (Furman & Ahola 2000, 17). Jos nuori uskoo mahdollisuuksiinsa vaikuttaa tulevaisuuteensa, kokemukseni mukaan halu on helpompi

synnyttää. Koen erittäin tärkeäksi nuorten osallisuuden tunteen oman elämän tapahtumiin ja halun vaikuttaa oman elämän laatuun. Timo Airaksinen (2006, 122) määrittelee elämän laadun osatekijöiksi terveyden, virkistyneen, mielekkään työnteon, ihmissuhteet, luovan toiminnan ja hyvän ympäristön, jotka löytyvät myös valmentavan koulutuksen tavoitteista.

Työn lähtökohtia osiossa avaan omaa taustaani opiskelujeni ja töideni näkökulmasta. Keskiössä on kasvamiseni kasvattajaksi ja yhteisöpedagogiksi sekä oman toimintani reflektointi. Esittelen nuorten elämänkaaren vaihetta kehitystehtävien, elämäntapahtumisen ja institutionaalisen uran näkökulmista sekä kerron erilaisista haasteista, joita nuori voi kohdata. Esittelen nuorten valmentavaa koulutusta yleisemmin Suomessa ja Helsingin Diakoniaopiston koulutusta yhtenä vastauksena nuorten haasteisiin. Työn lähtökohtia osion lopuksi pohdin erilaisia näkökantoja osallisuuteen.

Raporttini kolmannessa osiossa esittelen erilaisia oppimisen ja uuden tiedon luomisen käsityksiä. Kerron myös havainnointi- ja tiedonkeruutavoistani kurssilla sekä pohdin työni eettisyyttä ja luotettavuutta. Työni tietoperustana on tulevaisuuskasvatus. Lähtökohtana työssäni on myös NLP, joka on muun muassa hyvään vuorovaikutukseen ja tavoitteiden saavuttamiseen tähtäävä ajattelumalli. Kerron Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin taustoja opetussuunnitelman näkökulmasta sekä kurssin tavoitteita. Esittelen kurssin sisällön, tapahtumat ja sen herättämät ajatukset päiväkirjamuodossa, joka nivoo yhteen valkotaulusta tuntien jälkeen ottamani valokuvat. Lopuksi pohdin kurssin herättämiä ajatuksia ja pohdin työn merkitystä.

## **2 TYÖN LÄHTÖKOHDAT**

Työni tärkeimpänä lähtökohtana ovat nuoret, nuorten elämäntilanne ja tukeminen haasteissa. Avaan ensin omaa taustaani opiskelujeni ja töideni näkökulmasta. Kerron varsinkin kasvamisestani kasvattajana sekä oman toiminnan reflektointikokemuksistani. Tämä osio antaa lukijalle taustatietoa ajatusteni lähtökohdista. Sen jälkeen esittelen nuorten elämänkaarta ja erilaisia haasteita nuorten elämässä. Kerron nuorten



valmentavasta koulutuksesta Suomessa ja Helsingin Diakoniaopistolla. Lopuksi pohdin erilaisia näkökantoja ja ajatuksiani nuorten osallisuudesta.

## 2.1 Taustaa työn tekijästä

Esittelen seuraavassa omaa taustaani. Selvitän taustoja niin, että lukija hahmottaa mihin ajatukseni pohjautuvat, sillä reflektiivinen kehittäjä pyrkii tiedostamaan oman tietämisensä mahdollisuuksia, ehtoja ja rajoituksia (Heikkinen & Syrjälä 2006, 154).

Olen toiminut vastuukouluttajana Helsingin Diakoniaopistolla nuorten valmentavan koulutuksen ryhmässä elokuusta 2010. Tehtäviini kuuluu koulutuksen suunnittelu ja toteutus, nuorten ohjaaminen, moniammatillinen yhteistyö ja tiimityöskentely. Työhöni kuuluu myös nuorten työharjoittelun ohjaus ja jatkokoulutuksen suunnittelu ja koordinaatio yhdessä nuoren sekä hänen verkostojensa kanssa. Ryhmääni kuuluu 11 opiskelijaa, joilla kaikilla on erityisopetuksen tarve. Opetan nuorille opiskelutaitoja, yhteiskunnassa toimimista, liikuntaa ja motorisia taitoja, terveystietoa, työelämä- ja koulutustietoa, ammatinvalintaa sekä taidetta ja kulttuuria. Opetan myös itsetuntemusta sekä sosiaalisia, arkielämän, vapaa-ajan ja työnhakutaitoja. Lisäksi nuorilla on aineopetusta: viestintä ja vuorovaikutus, suomi toisena kielenä, toinen kotimainen kieli ja vieraat kielet sekä matematiikka.

Koen itseni työssäni enemmän kasvattajaksi, mahdollisuuden tarjoajaksi ja rinnalla kulkijaksi kuin opettajaksi/kouluttajaksi. Painopiste käy ilmi myös koulutuksen virallisessa nimessä, valmentava ja kuntouttava opetus ja ohjaus. En myöskään ole koulutukseltani opettaja vaikka kouluympäristössä toiminkin. Oma kasvamiseni kasvattajana on ollut pitkä ja erittäin antoisa tie. Olen ensimmäiseltä koulutukseltani artenomi. Valmistuin Kuopion koti- ja taideteollisuusoppilaitoksesta opistoasteen vaatetusalan erityistekniikkapainotteiselta opintolinjalta 1991. Artenomiopintoni suuntautuivat ohjaamiseen ja sain sieltä perusopin ja -kokemuksen ohjaamisesta. Työskentelin opintoihin liittyvässä harjoittelussa Itä-Helsingin kansalaisopistolla, jossa pidin ensimmäisen kurssini huovutuksesta ja luentoja perinneäsitöistä.

Olen työskennellyt tuntiopettajana Helsingin kaupungin suomenkielisessä työväenopissa 1994–2000. Opetusaineinani oli teatteripuvustus ja teatterimaskeeraus. Työni ei ollut missään nimessä kasvattajana toimimista, mutta usean vuoden kokemus antoi vahvan pohjan ammattitaidolle toimia ohjaajana, opettajana ja kouluttajana. Myöhemmin, kun mukaan on tullut kasvattajana toimiminen, on ollut huomattavasti helpompaa kasvaa kasvattajana, kun perustaito on jo ollut hallussa.

Vuosina 1997–1998 osallistuin taide- ja mediapajaohjaajakoulutukseen. Toimin ohjaajana Pikku Huopalahden taide- ja mediapajalla kuusi kuukautta 1998 ja vastaavana ohjaajana 18 kuukautta 1998–2000. Vantaan kaupungilla työskentelin työpajaohjaajana ja kädentaitojen ohjaajana 2001–2004. Vielä tässä vaiheessa toiminta oli tärkeintä. Minulle muodostui vahva visio pajatoiminnasta koulutuksen ja Helsingin pajakokemuksen aikana. Vien vision Vantaalle, jossa se osoitti toimivuutensa. Toiminnallista visiota toteutan yhä mahdollisuuksien mukaan myös nykyisellä työpaikallani. Useat nuoret ottivat valtavia harppauksia eteenpäin paja-aikana, vaikka en vielä osannutkaan huomioida yksilön kohtaamista ja kasvua niin voimakkaasti kuin nykyisin.

Opiskelin metallialaa 2007–2010 ja tein lyhyitä sijaisuuksia kouluttajana Helsingin kaupungin Metallica-työpajalla opiskelujen ohella syksystä 2009 tammikuuhun 2010. Siellä kipinä nuorten ohjaustehtäviin syntyi uudelleen. Alkuvuodesta 2010 aloin suorittamaan Lasten ja nuorten erityisohjaajan ammattitutkintoa, johon liittyvän työharjoittelun tein Metallica-pajalla. Ammattitutkintoon valmentava koulutus oli erittäin hyvä mahdollisuus oppia uutta ohjaamisesta ja omasta työskentelystä. Keskustelu, nuorten kohtaaminen taito, oman kokemuksen ja ajatusten reflektointi sekä NLP:n näkemykset kulkivat koulutuksen punaisena lankana.

Suoritin ammattitutkintoni loppuun työn ohessa jouluksi 2010. Kasvoin mielestäni kasvattajana todella paljon suorittaessani erityisohjaajan ammattitutkintoa ja reflektoidessani näyttöraporteissani aikaisempia ohjaajakokemuksiani sekä työtäni Dia-koniaopistolla. Suoritin kesäkuussa 2011 NLP Akatemian järjestämän Licensed Practitioner of NLP™ koulutuksen ja olen opiskellut Helsingin Aikuisopiston NLP Practitioner -koulutuksessa syyskuusta 2011. Koulutus jatkuu toukokuulle 2012. NLP:n

opiskelu on antanut todella paljon eväitä esimerkiksi vuorovaikutukseen sekä uuden uskomusten purkamisen ja reflektoinnin taidon.

Kasvatustieteen perusopinnot ja erityispedagogiikan peruskurssin suoritin lukuvuonna 2010–2011. Opinnot antoivat näkemykseeni kasvatuksesta akateemisen ja tieteellisen sävyn. Myös nämä opinnot antoivat mahdollisuuden pohtia työtäni sekä paljon uutta tietoa ja näkökulmaa kasvatuksesta. Yhteisöpedagogiopinnot aloitin tammi-kuussa 2011. Opinnot ovat olleet jatkumoa oppimisessani ja kasvamisessani kasvattajana. Eri opintojaksot ovat antaneet uusia näkökulmia pohtia omia ajatuksiani ja rooliani kasvattajana. Omat ajatukseni siitä, mitä haluan antaa nuorille nyt ja jatkossa, ovat nousseet esille vielä selkeämmin opintojen aikana ja varsinkin tätä opinnäytetyötä tehdessä.

## 2.2 Nuorten elämäntaari

Valmentavan koulutuksen nuorista suurin osa on suorittanut peruskoulun ja nuoret ovat niin kutsutussa nivelvaiheessa, jossa on luonnollista pohtia tulevaa ammattiaan ja itsenäistymistä. Jari-Erik Nurmi (1998, 259) kokoaa listaksi Havighurstin alun perin esittelemät nuoruuden kehitystehtävät:

- uusien suhteiden luominen molempiin sukupuoliin
- sukupuoliroolin omaksuminen
- oman fyysisen olemuksen hyväksyminen
- tunnetason itsenäisyys vanhemmista ja muista aikuisista
- perhe-elämään valmistautuminen
- valmistautuminen työelämään
- ideologian tai maailmankatsomuksen kehittäminen sekä
- sosiaalisesti vastuullisen käyttäytymisen omaksuminen.

Havighurstin mukaan tehtävien onnistunut toteutuminen johtaa tyytyväisyyteen ja mahdollistaa onnistumisen myöhemmissä kehitystehtävissä. Epäonnistuminen vaarantaa myöhemmän myönteisen kehityksen. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 56.) Eeva Sinisalo-Juha (2011, 6) esittelee Erik H. Eriksonin teorian ihmisen identiteetin kehityksestä nuoruusvaiheessa seuraavan taulukon kautta:

									Onnistunut tulos
<b>Nuoruus-ikä</b>	Aikaperspektiivi <> Aikahajaannus	Itsevarmuus <> Identiteettitietoisuus	Roolikeilut <> Negatiivinen identiteetti	Toive saavutuksista <> Työskentely, lamaannus	Identiteetti <> Roolien hajaannus	Seksuaalinen identiteetti <> Biseksuaalinen hajaannus	Johtajuuden polarisaatio <> Vaikutusvallan hajaannus	Ideologinen polarisaatio <> Ihanteiden hajaannus	<b>Aitous</b>

Sinisalo-Juha (2011, 5) kuvaa, kuinka Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian mukaan jokaiseen kehitysvaiheeseen liittyy kehityskriisi, joka tuottaa terveen tai häiriintyneen psyyken muotoutumia. Toisaalta teorian kehittämisen (1950 -luku) jälkeen monet tutkimukset ovat osoittaneet, että valtaosa nuorista ei näyttäisi käyvän läpi mitään kriisivaihetta, vaan kehitys näyttäisi pikemminkin jatkuvalta (Nurmi 1998, 258). Tosin esimerkiksi rikollisuus lisääntyy nuoruusiässä laskeakseen taas aikuiseksi tultua (Salmi 2004, 32–33).

Valmentavaan koulutukseen hakeutuminen voidaan nähdä nuoruusiän kehitystehtävien kriisiytymisenä, koska syystä tai toisesta nuori ei ole ollut valmis hakeutumaan tai päässyt toisen asteen koulutukseen tai koulutus on keskeytynyt. Henkilökohtaisesta ja yhteisön näkökulmasta tapahtumilla on oma, odotuksia synnyttävä, ”oikea aikansa”. Oikea-aikaisuuden määrittelevät ihmisten sosiaalisesti ja kulttuurillisesti oppimat elämänsä aikataulut aikamääreineen: ei vielä, nyt, liian myöhään (Ollila 2008, 44). Oikea-aikaisuuden paine kuuluu nuorten puheissa. Monet kokevat, että heidän pitäisi jo olla toisen asteen koulutuksessa. Väärässä paikassa olemisen tunne voi osaltaan laskea sitoutumista valmentavaan koulutukseen.

Elämänkaaripsykologiassa puhutaan myös elämäntapahtumista. Elämäntapahtumat jaetaan kolmeen tyyppiin: iänmukaisiin, jotka muistuttavat huomattavasti kehitystehtäviä, historiallisiin tapahtumiin, jotka ovat tyypillisiä tietyille sukupolville (esimerkiksi talouden nousu ja laskukaudet,) sekä elämäntapahtumiin, jotka ovat yllättäviä ja joiden todennäköisyys on pieni, mutta vaikutukset yksilön elämään suuria (esimerkiksi

oma tai läheisen vakava sairastuminen tai onnettomuus) (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 56–57). Tapaan nuorten vanhempia muun muassa HOJKS palaverissa. Monelle perheelle nuoren sairaus on ollut shokki ja perheiden on vaikea suhtautua asiaan. Puhun usein vanhempien kanssa myös heidän omasta jaksamisestaan.

Nuorten elämänkaaren kehitykseen vaikuttaa myös institutionaalinen ura. Suomen koulujärjestelmässä valmentavan koulutuksen nuoret ovat ensimmäisessä keskeisen valinnan tilanteessa peruskoulun jälkeen. Toinen valintatilanne koittaa ammatillisen koulutuksen tai lukion jälkeen. Monissa muissa maissa institutionaalinen ura on hyvin erilainen. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 57.)

### 2.3 Nuorten haasteita

Nuorilla on erilaisia haasteita elämässään. Tutkimuksessa Kohdusta aikuisuuteen (Paananen 2011) seurattiin jokaista vuonna 1987 syntynyttä noin 60 000 lasta sikiökaudelta vuoden 2008 loppuun saakka eli vuoteen, jolloin nuoret täyttivät 21 vuotta. Vaikka suuri osa suomalaisista lapsista ja nuorista voi hyvin, yhä enemmän on myös niitä, joilla on ongelmia. Kohdusta aikuisuuteen tutkimuksessa selvisi esimerkiksi, että vuonna 1987 syntyneistä:

- 20 % on saanut psykiatrista erikoissairaanhoidoa tai lääkitystä mielenterveysongelmiinsa
- 16 % ei ole suorittanut peruskoulun jälkeistä tutkintoa
- 23 % on joutunut jossakin vaiheessa turvautumaan toimeentulotukeen
- 26 % on saanut merkintöjä rikkomuksista tai saaduista tuomioista
- 3 % on ollut huostaanotettuna tai sijoitettuna lapsena

Vuonna 1987 syntyneiden ikäluokka ei ole poikkeuksellinen, vaan luvut kuvaavat yleisemmin, kuinka nuoret tänä päivänä Suomessa voivat (mt.). Jos miettii prosentteja nuorten lukumäärinä, jonkinlaista psykiatrista hoitoa on saanut noin 12 000 nuorta, peruskoulun jälkeinen tutkinto puuttuu noin 9 600 nuorelta, toimeentulotukea on saanut noin 14 000 nuorta, noin 16 000 nuorella on merkintöjä rikkomuksista tai saaduista tuomioista ja huostaanotettuna tai sijoitettuna on ollut 1 800 nuorta. Lukumäärät ovat todella suuria, kun kyse on vain yhdestä ikäluokasta. Todellisuudessa lukujen

sisällä on kuitenkin kyse usein samoista nuorista. Joillekin nuorille kasaantuu monenlaisia ongelmia. Tämä joukko nuoria on suuressa vaarassa syrjäytyä yhteiskunnan ulkopuolelle (Kestilä, Heino & Solantaus 2011).

Kuten Kohdusta aikuisuuteen tutkimuksesta selviää, mielenterveysongelmat ovat yleisiä nuorten keskuudessa. Lisäksi terveydellisenä haasteena nuorella voi olla esimerkiksi ADHD, FAS- tai Asperger -oireyhtymä. Samoin eritasoiset kehityksen viivästymät ja erilaiset oppimisvaikeudet asettavat haasteita nuorille.

Epäonnistumisen kokemukset muodostavat hyvin henkilökohtaisen haasteen. Koulussa epäonnistumisten alkuperäisinä syinä voivat olla esimerkiksi heikot valmiuden koulua aloittaessa, oppimishäiriöt tai kodin kulttuurista selvästi poikkeavaan ympäristöön joutuminen. Toistuvat epäonnistumiset johtavat kielteiseen minäkäsitykseen omista kyvyistä ja mahdollisuuksista. Kielteinen minäkäsitys taas voi johtaa uusiin epäonnistumisiin. Toverisuhteissa nuoria voi vaivata peritty taipumus sosiaaliseen arkuuteen, huonot kokemukset sosiaalisista suhteista tai masentuneisuus. Nämä voivat johtaa esimerkiksi sosiaaliseen vetäytymiseen, joka entisestään heikentää itsetuntoa ja lisää sosiaalista ahdistuneisuutta. (Nurmi 1998, 270.) Koulutuksen epäonnistumisella, keskeyttämisellä, puuttumisella tai huonolla koulumenestyksellä on merkittävä rooli nuoren selviytymisen ja syrjäytymisenprosessissa (Kivekäs 2001, 27).

Erilaiset päihteet ja riippuvuudet ovat osalle nuorista suuri haaste. Vuodesta 2009 vuoteen 2011 raittiiden nuorten osuus on lisääntynyt, lukuun ottamatta 18-vuotiaita. Alkoholien käytön ja juomisen luvut ovat edelleen korkeita. (Raisamo, Pere, Lindfors, Tiirikainen & Rimpelä 2011, 45.) Päivittäisen savukkeiden polton laskutrendi on jatkunut vuodesta 2009 vuoteen 2011 kaikissa nuorten ikäryhmissä tytöillä ja pojilla (mt., 47). Vuosituhannen vaihteesta jatkunut myönteinen kehitys sosiaalisessa altistumisessa huumeille on vuoden 2011 perusteella kääntynyt uudelleen nousuun (mt., 49). Suomalaisista 16–24 vuotiaista nuorista 75 % seuraa jotain yhteisöpalvelua ainakin päivittäin (Suomen virallinen tilasto 2011), joka joillakin nuorilla voi aiheuttaa irtautumista reaali maailman sosiaalisista suhteista. Myös esimerkiksi liiallinen tietokoneella pelaaminen on osalle nuorista iso haaste.

Samaan aikaan, kun yleinen tulotaso on Suomessa noussut, on lapsiperheiden köyhyys kasvanut lähes kolminkertaiseksi. Vuonna 1995 köyhissä perheissä eli 52 000 alle 18-vuotiasta lasta. 2000-luvun alussa heitä oli 129 000 ja vuonna 2007 jo 151 000 (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012). Syynä tuloerojen kasvamiseen ovat työttömyyden jääminen pysyvästi korkealle tasolle 1990-luvun alun jälkeen, pääoma-erotuksen uudistus, verotuksen progression loiveneminen ja sosiaaliturvan tason lasku (Hoffrén 2011).

Lapsen kohdalla pitää päätyä huostaanottoon, jos puutteet lapsen huolenpidossa tai muut kasvuolosuhteet uhkaavat vakavasti vaarantaa lapsen terveyttä tai kehitystä. Huostaanotto on järjestettävä myös, jos lapsi vaarantaa itse vakavasti terveyttään tai kehitystään käyttämällä päihteitä, tekemällä muun kuin vähäisenä pidettävän rikollisen teon tai muulla niihin rinnastettavalla käyttäytymisellä. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 9 luku. 40 §.) Lastenkodissa lasten elämäntilanteet paranevat suhteellisesti, lapset saavat tärkeitä ihmissuhteita ja heidän arkensa muodostuu säännönmukaisemmaksi. Kielteisiin piirteisiin kuuluvat aikuisten ajallinen vaihtuvuus ja vaihtelevat toimintatavat, sekä laitospäinen lasten toiminnan, esimerkiksi ajan- tai rahankäytön kontrolli. (Törrönen 2003, 127.) Lasten- ja nuorisokodeilla on oikeus erillisellä päätöksellä asettaa enintään 30 vuorokaudeksi kielto poistua laitoksen alueelta, laitoksesta tai tietyn asuinyksikön tiloista (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 11 luku 69 §). Suljettuun hoitoon sairaalaan voidaan määrätä, jos ihminen todetaan mielisairaaksi ja hoitoon toimittamatta jättäminen olennaisesti pahentaisi hänen mielisairauttaan, vakavasti vaarantaisi hänen terveyttään tai turvallisuuttaan taikka muiden henkilöiden terveyttä tai turvallisuutta (Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116, 2 luku 8 §). Nuori, jolla on kokemusta huostaanotosta, suljetusta hoidosta sairaalassa tai esimerkiksi päihdehoitopaikassa tai poistumiskiellosta muusta laitoksesta, kokee usein voimakkaasti, ettei hän voi määrätä omista asioistaan. Olisi naivia kuvitella, että yhdellä kurssilla tai edes kokonaisella valmentavalla vuodella saadaan aikaan ajatus täydestä osallisuudesta oman elämän ratkaisuihin. Hyvinkin pienet positiiviset kokemukset voivat kuitenkin olla nuorelle merkityksellisiä asioita.

Perinteisesti psykologiassa on ajateltu, että eletty elämä ja kokemukset muokkaavat ihmistä ja hänen persoonallisuuttaan, sitä millaisia olemme ja millaisiksi tulemme. Perinteisen psykologian piirissä myös korostetaan, että ihminen itse vaikuttaa monella tapaa omaan elämäänsä: Hän voi tehdä päätöksiä omasta elämästään ja vaikuttaa omaan ympäristöönsä monin tavoin. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 56.) Jokaisella nuorella, alue, johon hänellä on vaikutusmahdollisuudet on omanlaisensa. Tämän oman alueen toivon nuorien ottavan entistä paremmin omaan haltuunsa.

## **2.4 Valmentava koulutus ja Helsingin Diakoniaopisto yhtenä vastauksena haasteisiin**

Vammaisten opiskelijoiden valmentava ja kuntouttava opetus ja ohjaus, eli valmentava koulutus, on ammatillisen peruskoulutuksen yhteydessä järjestettävää, tutkintoa edeltävää koulutusta. Koulutus on erityisopetusta. Erityisen tuen tarve voi johtua kehitysvammaisuudesta, sairaudesta, kehityksen viivästyisestä, tunne-elämän häiriöstä tai muusta syystä (Diakoniaopisto 2010, 5). Yhden määritelmän mukaan valmentavan koulutuksen tavoitteena on peruskoulussa ja muussa kuntoutuksessa aloitetun työn jatkaminen ja opiskelijoiden elämän edellytysten kehittäminen mahdollisimman lähelle normaalitasoa (Päivänsalo & Miettinen 2004, 10). Suomessa oikeus tarjota valmentavaa koulutusta on kahdeksalla ammatillisella oppilaitoksella sekä 32 koulutuksen järjestäjillä, joihin Helsingin Diakoniaopisto kuuluu (Opetushallitus 2012). Ensimmäiset valtakunnalliset valmentavan koulutuksen opetussuunnitelman perusteet vahvistettiin keväällä 2000. Jo ennen valtakunnallisia opetussuunnitelmia valmentavaa koulutusta on järjestetty lähes 30 vuoden ajan (Opetusministeriö 2002, 23).

Helsingin Diakoniaopisto kuuluu Helsingin Diakonissalaitoksen säätiön koulutuspalveluihin, joka jakautuu työelämän ammatillisen koulutuksen palvelualueeseen ja erityisopetuksen ja erityispalveluiden palvelualueeseen (Helsingin Diakonissalaitoksen säätiö 2011). Diakoniaopistossa koulutetaan sosiaali- ja terveysalan sekä kotitalous- ja kuluttajapalvelualan ammattilaisia sekä järjestetään perusopetusta ja valmentavaa, valmistavaa ja ohjaavaa koulutusta erityisryhmille ja lisäkoulutusta työelämässä jo



oleville ammattilaisille. Diakoniaopistolla on viisi valmentavan koulutuksen ryhmää 15–20 -vuotiaille nuorille. Koulutuksen tavoitteena on kehittää ammatillisessa koulutuksessa, työssä, itsenäisessä elämässä ja yhteiskunnan täysivaltaisena jäsenenä toimimisessa tarvittavia taitoja. Nuorten valmentava koulutus kuuluu niin kutsuttuun valmentava 1:een, jonka tavoitteita ovat valmiudet ammatillisen perustutkinnon suorittamiseen tai uudelleen kouluttautumiseen (Daavittila & Mänty 2001, 143). Helsingin Diakoniaopiston valmentavan koulutuksen opiskelijavalinnassa etusijalla ovat vaikeassa elämäntilanteeseen päätyneet nuoret ja aikuiset, jotka ovat vaarassa jäädä muun koulutuksen ja palvelujen ulkopuolelle.

Valmentavan koulutuksen tavoitteet määräytyvät joustavasti opiskelijan yksilöllisten voimavarojen, tuen tarpeen ja elämäntilanteen perusteella. Opinnot toteutetaan opiskelijan henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskevan suunnitelman eli HOJKS:an mukaisesti. Erityisopetusta tarvitseville opiskelijoille HOJKS on lakisääteinen (Laki ammatillisesta koulutuksesta 21.8.1998/630). Suunnitelman täytyy sisältää tiedot suoritettavasta koulutuksesta, opetuksessa noudatettavan opetussuunnitelman perusteet, koulutuksen laajuus, opiskelijalle laadittu henkilökohtainen opetussuunnitelma, opiskelijan saamat erityiset opetus- ja opiskelijahuollon palvelut, muut henkilökohtaiset palvelu- ja tukitoimet sekä erityisopetuksen perustelut (Asetus ammatillisesta koulutuksesta 6.11.1998/811). HOJKS suunnitelman työstämisessä olen käyttänyt tulevaisuuden muistelu -työtapa (Kokko 2006, 28–31). Pyydän nuorta kuvailemaan, mikä on muuttunut koulutuksen aikana, mitä hän on itse tehnyt muutoksen eteen ja millaista tukea hän on saanut. Nuori konkretisoi asioita, joihin haluaa muutosta. Tulevaisuuden muistelu -työtavassa on useita ihmisiä suunnittelemassa ja päättämässä jokaisen roolista nuoren tukemisessa.

Koulutukseen on liityttävä opiskelijan toimintakykyä edistävää kuntoutusta (Daavittila & Mänty 2001, 143). Diakoniaopistolla opiskelu ja kuntoutuminen kytkeytyvät tiiviisti toisiinsa. Tavoitteena on tukea opiskelijan toimintakykyä, itsenäistä selviytymistä, hyvinvointia ja osallistumismahdollisuuksia. Kuntoutumisen ja toimintakyvyn tukemisen tavoite on opiskelumotivaation vahvistuminen, uusien opiskelu- ja työllistymismahdollisuuksien löytyminen sekä itsenäisempi selviytyminen arjessa (Helsingin Dia-

koniaopisto 2010, 8). Diakoniaopistolla olemme tiiviissä yhteistyössä opiskelijoiden perheiden, lähiverkoston ja muiden nuoren elämää tukevien tahojen kanssa.

Helsingin Diakoniaopistolla oli samaan aikaan opinnäytetyön toteutuksen kanssa käynnissä prosessi, jossa laadimme opiskelija profiileja valmentavaan koulutukseen sekä opintosuunnitelmaan pohjautuvaa toteutussuunnitelmaa. Opiskelijaprofiilien kirjoittamisella pyritään selkiyttämään opiskelija valintoja ja kohdentaa opintotarjontaa erilaisista lähtökohdista tuleville opiskelijoille. Jokainen nuori otetaan aina huomioon yksilönä ja jokaisessa henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskevassa suunnitelmassa määritellään nuoren opinnot ja opintojen tavoitteet. Opiskelijoille on hahmoteltu kolme erityyppistä profiilia:

1. Valmentava koulutus on määritelty jo peruskoulussa tavoitteeksi ennen ammatillisia opintoja. Nuorilla on ensisijaisesti opiskelu- ja oppimisvalmiuksien haasteita. Peruskoulussa nuoret ovat suorittaneet osittain tai kokonaan mukautetun oppimäärän. Valmentava koulutus on usein kasvamisen sekä lisävalmiuksien keräämisen ja itsetunnon kohottamisen aikaa. Valmentava koulutus antaa myös mahdollisuuden lisäselvittelyyn nuoren realistista jatkopolusta, vahvuuksista, oppimisen haasteista ja tuen tarpeesta. Todennäköinen jatko-opintopolku on erityisopetuksena toteutuva toisen asteen koulutus.
2. Nuorilla on hetkellinen tai pitkittynyt haastava elämäntilanne. Nuoret ovat suorittaneet peruskoulun yleisopetuksena, mutta sen toteutus on tapahtunut esimerkiksi pienryhmässä, sairaalakouluissa tai yksityisopetuksena hyvin räätälöidysti. Arki ja elämänhallinta sekä opiskeluun tarvittavat resurssit ovat poissa raiteiltaan. Jaksaminen on usein suuri haaste. Nuorten arki on kuormittavaa sekä toimintakyky tavallista heikompi esimerkiksi terveydentilan tai muun elämäntilanteen takia. Kognitiiviset oppimistaidot ovat useimmiten kunnossa. Ammatillinen koulutus yleisopetuksessa on realistinen jatkopolku, kun opiskelunvalmius palautuu ja ammatinvalinta selviää.
3. Nuorilla on kokonaisvaltaisia ja pitkäaikaisia haasteita toimintakyvyssä, arjessa ja opiskelu-/työelämävalmiudessa. Keskeisinä haasteina ovat arjenhallin-

nan taitojen puutteet, esimerkiksi päivärytmi, erilaiset riippuvuudet, velvollisuuksien hoitaminen ja itsenäinen asiointi. Nuorilla on merkittävä syrjäytymisriski ja/tai haasteellinen jatkolopku moninaisten tai epäselvien syiden vuoksi. Peruskoulusta voi olla aikaa jo useampi vuosi ja oppimisen haasteissa on usein epäselvyyttä. Nuorille todennäköinen jatkolopku on esimerkiksi työpaja, tuettu työharjoittelu, toinen vuosi valmentavassa koulutuksessa tai ammatillinen opiskelu erityisopetuksena.

Lisäksi valmentavassa koulutuksessa opiskelijoilla voi olla muun muassa kehitysvamma diagnoosi, oppimisvaikeuksia, autismin eri muotoja, FAS -diagnoosi, tai maahanmuuttotausta (Diakoniaopisto 2012.)

Kouluttajan työtä nuorten kanssa määrittelevät valmentavan koulutuksen opetussuunnitelmat. Valmentavan koulutuksen Valtakunnallisessa opetussuunnitelmassa puhutaan sisäisestä yrittäjyydestä, jolla tarkoitetaan yritteliästä elämänasennetta, halua kehittää itseään ja työskennellä tavoitteellisesti vahvuuksia hyödyntäen. Sisäinen yrittäjyys käsittää myös rohkeuden kokeilla erilaisia asioita opiskelussa, työssä ja arjessa. (Opetushallitus 2010, 8.) Diakoniaopiston valmentavan koulutuksen opetussuunnitelmassa määritellään tavoitteet koko itsetuntemus ja sosiaaliset taidot neljän kurssin opintokokonaisuudelle. Tulevaisuuden suunnittelu on yksi näistä kursseista. Itsetuntemus ja sosiaaliset taidot -opintojen tavoitteisiin sisältyvät:

Opiskelija ottaa vastuuta omaa elämäänsä koskevista ratkaisuista. Opiskelija vaikuttaa omaan elämäntilanteeseensa ja tulevaisuuteensa positii-visella tavalla. Hän arvioi oman ikävaiheensa mukaisesti toimintakykyään ja elämäntilannettaan. Opiskelija rakentaa realistista ja myönteistä minäkuvaa sekä vahvistaa itsetuntoaan. Hänelle muodostuu käsitys itsestään arvokkaana ihmisenä. Opiskelijan välittävä ja vastuullinen asenne muita ja ympäristöä kohtaan vahvistuu. Opiskelija osaa toimia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.

Opiskelija

- ✓ tunnistaa ja vahvistaa omia vahvuuksiaan ja voimavarojaan
- ✓ oppii arvioimaan oppimistaan, suorituksiaan, toimintakykyään ja kehittämistarpeitaan
- ✓ tunnistaa riskitekijöitä ja hyvinvointia edistäviä tekijöitä elämässään
- ✓ asettaa omia tavoitteita ja työskentelee niiden mukaisesti
- ✓ hahmottaa omaa tuen tarvettaan ja osaa tarvittaessa pyytää apua
- ✓ kehittää sosiaalisia taitojaan erilaisissa tilanteissa

- ✓ oppii arvostamaan itseään ja muita yhteiskunnan tasavertaisina jäseninä
  - ✓ käyttäytyy suvaitsevasti ja ymmärtävästi muita kohtaan
- (Helsingin Diakoniaopisto 2010, 20)

## 2.5 Osallisuus

Osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta vaikuttaa omaan lähiympäristöön, itseä koskevien päätösten tekoon ja itseä koskeviin asioihin (Suomen Nuorisoyhteistyö - Allianssi ry 2012). Osallisuus on myös edellytys ryhmään kuulumisen tunteelle (Kauhanen 2011, 8). Nuori on itse oman elämänsä paras asiantuntija ja nuorella on valmentavassa koulutuksessa mahdollisuus olla mukana määrittelemässä, mitä juuri hän tarvitsee. Usein kuitenkin erilaisista haasteista johtuen osallisuus koulutukseen painuu osallistumisen tasolle ja poissaolomäärätkin ovat joidenkin nuorien kodalla todella suuria.

Osallisuus on vuorovaikutusta. Pienessä yhdentoista nuoren opiskeluryhmässä jokaisen toiminta vaikuttaa koko ryhmän toimintaan. Omasta näkökulmastani seuraamalla olen havainnut osallisuudella monta eri tasoa:

- nuori ideoi toimintaa, tutustumiskäyntejä tai käsiteltäviä teemoja, jolloin hän voi vaikuttaa isoihinkin kokonaisuuksiin
- nuori on osallisena keskusteluissa, jolloin nuori pystyy vaikuttamaan käsiteltävän asian näkökulmiin
- nuori kuuntelee aktiivisesti keskustelua, jolloin nuori saa uutta ajateltavaa
- nuori ei kuuntele vaan puuhaa omiaan, jolloin keskustelu menettää merkityksensä nuorelle
- nuori ei anna muille tilaa keskustella vaan haluaa kertoa omia asiaan liittymättömiä tarinoita, jolloin nuori vie aikaa muilta ja asia ei etene
- nuori mitätöi sanomisillaan tai naureskelulla muiden puheita, jolloin keskustelu voi tyrehtyä kokonaan.

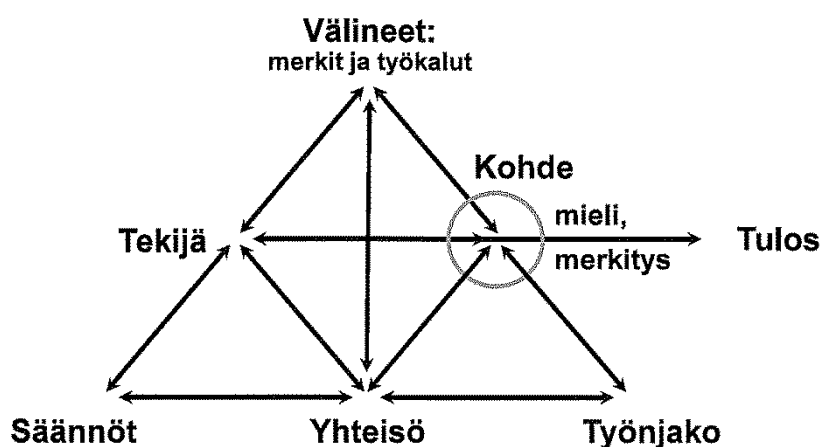
Jos osallisuutta ajatellaan vaikuttamisena joihinkin tapahtumiin, on myös tällaisesta kiinteästä ryhmästä poissaoleminen osallisuutta. Olen ryhmissä huomannut, että poissaoleminen vaikuttaa ryhmään usealla tavalla:

- ✓ asioita joudutaan toistamaan seuraavilla tunneilla, joka vie aikaa muilta asioilta
- ✓ usean nuoren poissaolo voi vaikuttaa, ettei keskustelua välttämättä synny muutaman nuoren kanssa
- ✓ jotkut nuoret saattavat myös ajatella, ettei läsnäololla ole väliä kun muutkin ovat poissa.

Nuorten aktiivisempi osallistuminen vaatii tukea. Olen itse käyttänyt metodina tiedon keräämistä nuorilta ja todennut sen hyväksi osallistamisen tavaksi. En ole sitten viime talven käyttänyt yhtään PowerPointia tai muuta valmista seinälle heijastettavaa materiaalia. Rakennan oppitunnit kaikissa aineissa tiedon keräämisen ideaan ympärille, jossa toimin tiedon kirjurina. Annan aiheen ja nuoret kertovat, mitä ajattelevat ja tietävät asiasta. Ohjailen kysymyksillä ja kirjoitan valkotaululle koottuna nuorten tietoa aiheesta. NLP:n perusajatusten mukaan ihmisellä on kaikki tieto. ”Ihminen tietää, mutta ei tiedä tietävänsä”. (O’Connor & McDermott 1998, 178–179) Toki annan itsekin ideoita, mutta toivon välittäväni nuorille tunteen, että iso osa tietoa heiltä peräisin. Toivon, että he kokevat itsensä osallisiksi tunnin tapahtumiin. Olen syksystä asti kuvannut valkotaulun päivän päätteeksi. Kuvia olen käyttänyt tämän raportin päiväkirjaosiossa.

Yhteistoiminnallisessa oppimisessa, dialogipedagogiikassa ja yhteisöllisessä pedagogiikassa on tavoitteena osallistujien aktiivinen osallistuminen oppimiseen. Yhteistoiminnallinen oppiminen on opiskelua pienissä ryhmissä yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Yhdessä oppimisen perustan muodostavat toisten auttaminen ja jokaisen aktiivinen osallistuminen yhteiseen toimintaan. (Sarala & Sarala 1996, 142.) Olisi antoisaa, jos voisimme lähteä valmentamaan koulutukseen yhdessä nuorien kanssa oppien. Kaikki ulkoiset puitteet ovat olemassa siihen, että lähdemme ryhmänä yhdessä oppien ja toisia tukien kohti niitä kaikkia tavoitteita, joita nuoret tarvitsevat päästäkseen elämässään eteenpäin. Näin toki tapahtuukin pienin askelin. Dialogipedagogiikan periaatteen mukaan oppiminen on aidoimmillaan, kun sekä oppilaalla että opettajalla on sama tietoisien oppimisen kohde. Mikäli opettajalla itsellään ei opetustilanteessa ole oppimisen haastetta ja aitoa oppimistehtävää, opettajalla ja oppilaalla ei voi olla aidosti yhteistä toiminnan kohdetta (Sarja 2006). Jari Sarja (2006) pitää dialogipedagogisessa opetustyössään tärkeänä käydä totena pidettyjen uskomusten

kimppuun pohtimalla uskomusten taustoja. Sarja kirjoittaa aktivoivansa opiskelijoita problematisoimalla itsestään selvinä pidettyjä asioita, kuten esimerkiksi tasa-arvoa, demokratiaa ja kansantalouden kehitystä. Dialogipedagogiikassa on esillä myös NLP:stä tuttu ajattelumalli kysymyksistä ja uskomusten kyseenalaistamisesta (O'Connor & McDermott 1998, 162–167). Uskomusten purkamisesta kerron tarkemmin luvussa NLP tausta-ajatuksena ja käytöstä tuntityöskentelyssä Hyvä päivä ☺ 19.3. ja 22.3. osioissa. Yhteisöllisen pedagogiikan tavoitteisiin kuuluu se, että nuoret saavat mahdollisuuksia toimia yhdessä siten, että yksilöiden välille muodostuu toimivia vuorovaikutussuhteita. Ryhmissä toimiessaan yksilöt oppivat ottamaan toiset huomioon ja kasvavat itse persoonina, tulevat hyväksytyiksi omina itsenään ja kykenevät oppimaan yhdessä sekä vuorovaikutustaitoja että muita tietoja ja taitoja. Tavoitteena on toimiva ryhmä, jossa jäsenet pyrkien samalla yhteiseen tavoitteeseen. (Kauhanen 2011, 7–8.)



Toimintajärjestelmän malli (Engeström 2004; Kallio 2011)

Yrjö Engeströmin (1995, 44–45) työn toimintajärjestelmän mallin kautta voi pohtia luokkahuoneessa tapahtuvaa toimintaa. Mallissa määritellään työn tekijä, väline ja kohde, johon liittyy myös työn tulos. Laajassa mallissa määritellään lisäksi säännöt, työnjako ja yhteisö. Perinteisesti voisi ajatella, että tekijä on opettaja, välineitä valmiit opetusmateriaalit ja tehtävät sekä kohde opiskelijat. Jos yksikin osa mallissa muuttuu, jokainen osa muuttuu tai sen ainakin täytyisi muuttua. Jos otetaan kohteeksi nuori ja nuoren hyvä elämä tulevaisuudessa. Tässä tapauksessa voisi tekijä olla vielä kouluttaja. Hän toimisi kuitenkin voimakkaammassa vuorovaikutuksessa opiskelijan

kanssa. Samalla välineen on myös muututtava. Mielestäni tässä mallissa toimiva rakenne olisi sellainen, jossa tekijöinä toimisivat kouluttaja ja nuoret yhdessä. Kouluttaja voisi tuoda välineitä tarjolle, mutta käytettävät välineet luotaisiin yhdessä tarjoilla olevista yhdistämällä ja kehittämällä juuri sen ryhmän ja jokaisen omia, juuri hänelle sopivia välineitä. Myös oppimisen kohteen tekijät voisivat yhteistuumin määritellä. Toimintajärjestelmän mallin muuttumisen periaate on aivan sama kuin yksi NLP:n perusolettamuksista: systeeminäkökulma, eli kaikki vaikuttaa kaikkeen, eli kun yksi osa muuttuu, koko systeemi muuttuu (Vihonen 2011).

Tänä päivänä on paljon esillä palvelumuotoilu malli, jossa on sama yhdessä kehittämisen lähtökohta. Se on yhteiskehittelyä, jossa tavoitteena on suunnitella palvelukokemusta käyttäjän lähtökohdista käsin niin, että palvelu vastaisi sekä käyttäjien tarpeita että palvelun tarjoajan liiketoimintaa. Suunnittelussa käytetään palvelun prototyyppijä, joiden avulla voidaan nähdä, miten ihmiset käyttäytyvät palvelun vuorovaikutuksessa. Palvelumuotoilussa pyritään siihen, että suunnittelussa syntynyt palveluinnovaatio on asiakkaalle aikaisempaa hyödyllisempi, käytettävämpi ja haluttavampi. Palvelumuotoilulla varmistetaan asiakasnäkökulma ja helpotetaan asiakkaan osallistumista palvelujen kehittämiseen. (Vihtonen 2009, 17.)

### **3 OPPIMINEN, TIETO JA EETTISYYS**

Tietoperustana työssäni on tulevaisuuskasvatus. Hyvin tärkeänä viitekehyksenä toimii myös NLP:n ajatusmaailma sekä unelmatyöskentely. Tulevaisuuskasvatuksen ja NLP:n ajatukset toimivat tärkeänä lähtökohtana Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin kehittämisessä. Ne ovat sapluuna (Vilkkä & Airaksinen 2004, 42), jonka läpi tarkastelen opinnäytetyöni aihetta, ja vaikuttavat, miten lähestyn ja käsittelen aihetta ja mitä vasten teen valintoja. Hanna Vilkkä ja Tiina Airaksinen (2004, 69) kirjoittavat erittäin kannustavasti:

Ajattelemme usein, että uutta tietoa on vain sellainen, jota maailmassa ei vielä ole. Uutta tietoa on myös se muoto, johon produktisi saatat persoonallisella tavalla. Se saattaa avartaa toisen ammattilaisen näkemystä mahdollisuuksista, joilla kyseisiä asioita voi toteuttaa.

Lähtökohtani on ollut oppia siitä, mitä teen ja olen tehnyt aikaisemmin, sekä käsitteellistää sitä teorian kautta. Oleellista oppimisessa on ylittää oman kokemuksen rajat (Sarala & Sarala 1996, 140), jonka olen toteuttanut tutustumalla työn teemasta kirjoitettuun kirjallisuuteen ja artikkeleihin. Tavoitteeni on yhdistää olemassa olevaa tietoa, sekä omaa että muiden, ja luoda sen pohjalta uusia ajatuksia.

Oppiminen, tieto ja eettisyys osiossa kerron erilaisista oppimisen ja uuden tiedon luomisen syklikäsitteistä. Käyn läpi työn havainnoinnin ja tiedon kokoamisen periaatteita. Lopuksi pohdin työn eettisyyttä ja luotettavuutta.

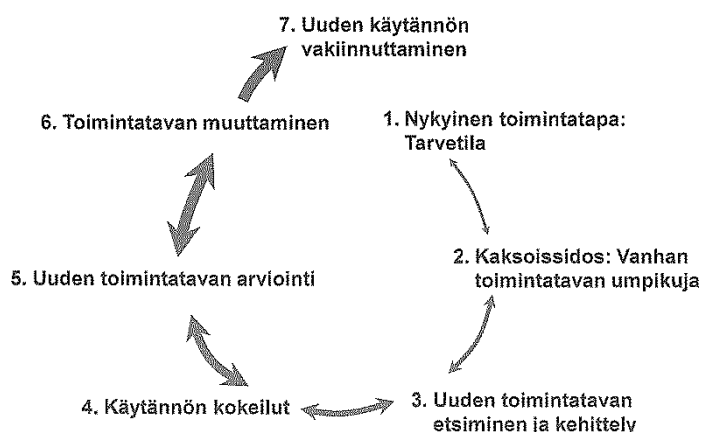
### **3.1 Oppimisen ja uuden tiedon luomisen syklikäsitteitä**

Toimintatutkimuksen sykliin kuuluu neljä osaa: suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi. Syklin vaiheet vuorottelevat kehämäisesti. Sykli voi alkaa mistä vaiheesta tahansa ja usein sen alkua on mahdotonta paikantaa. (Heikkinen & Rovio & Kiilakoski 2006, 79.) Useat peräkkäiset syklit muodostavat toimintatutkimuksen spiraalin, jossa toiminta ja ajattelu liittyvät toisiinsa peräkkäisinä suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin, reflektion ja uudelleensuunnittelun kehinä (mt., 80). Varsinainen opinnäytetyöni on toimintavaihe eli Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi. Kokonaisuudessaan työhön kuuluu puolitoista sykliä. Puolitoista sykliä työssäni muodostuu aikaisemmista kokemuksista, nuorten taustojen ja omien ennakkokäsitysten reflektoinnista, kurssin suunnittelusta, toiminnasta eli kurssin toteutuksesta, havainnoinnista kurssin aikana, reflektoinnista tuntien välillä ja kurssin päätyttyä sekä suunnittelusta eli jatkokehittämisestä. Toimintatutkimukselle ominainen jatkuvuus ja spiraalimainen kehittäminen voivat sisältyä yhteenkin sykliin (mt., 82). Oppiminen liittyy kiinteästi toiminnalliseen opinnäytetyöhön ja oman työn reflektointiin. Oppimissyklissä on myös neljä vaihetta: välitön omakohtainen kokemus, reflektiivinen havainnointi, abstrakti käsitteellistäminen ja aktiivinen kokeileva toiminta (Sarala & Sarala 1996, 139).

Hermeneuttisessa kehässä oppiminen on tiivistetty kahteen osaan. Hermeneuttiseksi kehäksi kutsutaan päättelytapaa, jossa ilmiön kokonaisuus ymmärretään sen osien kautta ja osat vuorostaan kokonaisuuden kautta. Tämä ei ala tyhjästä, vaan se pe-



rustuu aina aikaisemmalle tiedolle tai ymmärrykselle. Oppijalla tai tutkijalla on aina jokin enemmän tai vähemmän oikea ennakkokäsitys eli esiymmärrys ilmiöstä, jonka pohjalta hän aloittaa tulkintansa. Tulkinnan avulla oppija tai tutkija sitten vähitellen korjaa ennakkokäsityksiään aineistonsa ohjaamana. (Niskanen 2010, 40–41.)



Ekspansiivisen oppimisen sykli (Engeström 2004; Kallio 2011)

Ekspansiivinen oppiminen on kehittävän työn tutkimuksen kulmakiviä. Tässä mallissa oppiminen ja työn kehittämisen sykli on jaettu seitsemään osaan ja liikkuminen osien välillä on kahdensuuntaista, eli oppimisessa ja kehittämisessä voi palata edelliseen vaiheeseen, jos siihen koetaan tarvetta. Toisin kuin jatkuvasti eteneviin malleihin, ekspansiiviseen oppimiseen kuuluu myös uuden käytännön vakiinnuttaminen, josta kehitystyöhön lähdetään vasta tarvetilan synnyttyä uudelleen. (Engeström 1995, 89–91.)

### 3.2 Havainnointi ja tiedon kokoaminen

Olen kirjoittanut päivittäin oppimispäiväkirjaa vuoden 2011 loppupuolelta alkaen. Olen koonnut päiväkirjaan aamuisin ajatuksiani opinnäytetyöhön ja Tulevaisuuden suunnittelu -kurssiin liittyen. Olen myös asettanut Tulevaisuuden suunnittelu kurssin hengessä tavoitteen jokaiselle päivälle, esimerkiksi: Nyt paperit eettiselle 5.2., Prin-tissä olevat muutokset koneelle 25.2. ja Kokonaiskuvahahmotus, mitä vielä tarvitsee ja mitä on 9.3..

Minulla on jokaista kurssia varten vihko, johon suunnittelen etukäteen tuntien teeman ja toteutustavan. Jaan lähestymistavat aiheeseen kolmeen tapaan ja käytän vihkoissa kolmea koodia:

- kerään asiasta nuorten ajatuksia valkotaululle
- kerron jostain asiasta
- ▲ tehtävä

Näin pystyn nopeastikin hahmottamaan suunnitelmani tuntien aikana. Tuntien jälkeen otan valokuvan valkotaulusta, lisään vihkoon printatun taulukuvan, pienennetyn kopion jaetusta materiaalista ja ajatuksia tunnin kulusta sekä merkitsen suunnitelmasta toteutumattomat kohdat, joita voin käyttää myöhemmin.

Opinnäytetyöhöni keräsin ajatuksia pääasiassa osallistuvalla havainnoinnilla ja kirjoittamalla havainnoita kurssivihkooni ja päiväkirjaani. Vilkan (2006, 119) mukaan havainnointi tarkoittaa katsomalla oppimista. Osallistuvassa havainnoinnissa havainnoitsija osallistuu kohteensa toimintaan kohteen ehdoilla ja yhdessä sen jäsenten kanssa ennalta sovitun ajanjakson (mt., 44). Taulukuvat ja kurssivihkoon kirjaamiani havainnoita olen purkanut myöhemmin työni kirjalliseen osioon.

Työni kannalta kiinnostavaa oli se, mistä nuoret innostuivat, millaisiin tehtäviin heidän oli helppo tarttua ja minkä tyyppinen toiminta sai nuoret pohtimaan omia tulevaisuudentavoitteitaan. Kannustin ja pyrin ylläpitämään keskustelua. Havainnointi voi olla joko ennalta tarkasti suunniteltua ja hyvin jäsenneiltyä tai hyvin vapaata ja tutkittavan kohteen toimintaan mukautunutta (mt., 38). Tuntien aikaisessa havainnoinnissa on kyse vuorovaikutustilanteesta havainnoinnista ja kohteen ymmärtämisestä. Ymmärtäminen taas edellyttää oppimista ja vuorovaikutus on ainutkertainen tilanne. Näin ollen voidaan todeta, että havainnoinnissa tutkija osallistuu tutkimuskohteen toimintaan enemmän tai vähemmän ja siten on kysymys myös tutkijan oppimisesta. (mt., 16).

Pyrin reagoimaan havaintoihin ja palautteeseen jo kurssin aikana. Aineiston keräämisessä keskityin hyvin konkreettiselle tasolle. Havainnoin osallistuivatko nuoret keskusteluihin ja pysyivätkö he kommentoissaan asiassa. Antaessani tehtävän näin, tart-

tuivatko nuoret tehtävään heti, vasta suostuttelun ja perustelujen jälkeen vai eivät ollenkaan. Kommenteista kuulin ja tekemisestä näin, ymmärsivätkö nuoret tehtävän. Varsinkin se, jos nuoret osallistuivat ja tekivät annettuja tehtäviä, kertoi aiheen ja toimintatapojen mielenkiintoisuudesta ja toimivuudesta kyseisten nuorten kanssa juuri kyseisessä tilanteessa. Nuorten osallistumattomuuteen on monia syitä eikä sen tulkitseminen yhden kurssin puitteissa ei ole mielekäästä tai tarkoituksenmukaista. En myöskään missään nimessä tee tulkintoja ilmeiden tai eleiden esimerkiksi käden heilautusten perusteella ja ryhdy näin havainnoimaan tai tulkitsemaan mitään, minkä tarkoituksesta ei ole todellista tietoa.

### 3.3 Työn eettisyys ja luotettavuus

Tehdäkseen opinnäytetyötä Helsingin Diakoniaopistolla tekijä tarvitsee luvan Helsingin Diakonissalaitoksen eettiseltä toimikunnalta.

Tutkimushankkeiden tulee kunnioittaa ihmisarvon loukkaamattomuuden periaatetta. Tutkittavien etu ja hyvinvointi on tutkimuksenteon etujen edellä. Heille koituvia riskejä ja haittoja on pyrittävä kaikin mahdollisin tavoin ehkäisemään. --- Tutkittavilta pyydetään aina etukäteen kirjallinen suostumus osallistumisesta.  
(Helsingin Diakonissalaitos 2012.)

Sain lautakunnalta luvan tehdä opinnäytetyöni ja minulla on jokaisen Tulevaisuuden suunnittelu -kurssille osallistuneen nuoren suostumus (liite 1) havainnoida kurssia ja kirjoittaa kurssista. Käsitelen tässä raportissa nuorten haasteita yleisellä tasolla ja Helsingin Diakoniaopiston opiskelijaprofiilien kautta. En tuo työssäni esiin yksittäisen nuoren haasteita, reaktioita tai ajatuksia tunnistettavasti. Nuorilla on ehdottoman tärkeä oikeus keskustella kurssilla turvallisesti ja luottamuksellisesti. Kunnioitan nuoria, heidän ajatuksiaan ja yksityisyyttään. En työni takia tuonut takia kurssiin mitään, joka tarkoitus ei puhtaasti ollut edistää nuorten omia tavoitteita.

Nuorten elämässä koulussa ja sen ulkopuolella on paljon asioita, jotka vaikuttavat nuoriin. Tärkeää on huomioida muun muassa, ettei tunnin aihe tai tapahtumat välttämättä ylitä sitä, mikä on sillä hetkellä nuorelle tärkeämpää. En tulkitse tai lähde spekuloidaan tapahtumien ja reagointien taustoja, mutta otan huomioon mahdolli-

simman paljon positiivisia signaaleja. Tietenkin otan huomioon myös sen, jos kukaan ei osallistu tai nuoret sanovat, etteivät esimerkiksi ymmärrä, mitä pitäisi tehdä, otan sen huomioon.

#### **4 TULEVAISUUSKASVATUS, NLP JA RATKAISUKESKEINEN TYÖTAPA**

Nuorten ajatellaan olevan välitilassa, tulossa joksikin – aikuisiksi, kansalaisiksi (Ollila 2008, 47). Tulevaisuudesta puhumisesta ja suunnittelusta käytetään monia termejä. Kerron aluksi hiukan termeistä tulevaisuuspuhe, tulevaisuusajattelu, tulevaisuustietoisuus ja tulevaisuudenusko. Tässä osiossa esittelen tietoperustaani tulevaisuuskasvatusta. Esittelen myös NLP:tä kurssin tausta-ajatuksena. Kerron lyhyesti myös ratkaisukeskeistä työtavasta ja unelma-ajattelusta.

Nuorten elämään tulevaisuuden pohtiminen liittyy luonnostaan. Tulevaisuuden ajatusten sanoittaminen eli tulevaisuuspuhe on usein nuorille juuri identiteetin rakentamisen ja esittämisen väylä (Ollila 2008, 26). Tulevaisuudesta puhuminen kertoo jo itsessään, että nuori tietää valintojensa ja toimintansa vaikuttavan siihen, millaiseksi hänen tuleva elämänsä muodostuu. Nuoren hyviin ja huonoihin valintoihin perustuva tulevaisuuspuhe toimii osoituksena kypsydestä ja kyvystä tehdä omaa elämää koskevia ratkaisuja. (mt., 12.) Erilaisten visioiden luominen ja tarkastelu kehittävät nuoren tulevaisuusajattelun taitoja ja totuttavat samalla kriittiseen ja arvottavaan ajattelu-tapaan sekä tuovat tulevaisuuden lähemmäksi ja tutummaksi (Haapala 2002a, 129).

Tulevaisuusajattelun kautta pyritään hankkimaan, hahmottamaan ja arvioimaan tulevaisuutta koskevaa tietoa eli lisätään tulevaisuustietoutta. Tulevaisuustietoisuus on keino rakentaa ajattelua kohti ymmärtämistä, miten jokapäiväiset päätökset ja valinnat ovat yhteydessä tulevaisuuden muotoutumiseen. Tulevaisuustietoisuus taas lisää tulevaisuudenuskoa, eli realistisen optimistista näkemystä tulevaisuudesta ja mahdollisuudesta vaikuttaa tulevaisuuden muotoutumiseen. (mt., 130.) Tulevaisuuden suunnittelu, erilaisten vaihtoehtojen pohtiminen ja tavoitteiden asettaminen sekä toi-

minta tavoitteiden saavuttamiseksi ovat itsestään selviä nuoren menestyjän kompetensseja (Ollila 2008, 202).

#### 4.1 Tulevaisuuskasvatus

Tulevaisuuskasvatus perustuu tulevaisuuden tutkimukseen. Tulevaisuudentutkimuksen lähtökohdian mukaan tulevaisuus ei ole ennustettavissa, tulevaisuus ei ole ennalta määrätty ja meidän on mahdollista vaikuttaa tulevaisuuteen teoillamme ja valinnoillamme (Elo 2011; Mikkonen 2000, 23). Koska tulevaisuus ei ole ennustettavissa, voimme luoda erilaisia mielikuvia siitä, mitä tulevaisuudessa mahdollisesti tapahtuu. Tulevaisuuden tutkimuksen lähtökohdissa puhutaan vaihtoehtoisista tulevaisuuksista: todennäköisestä, toivottavasta ja mahdollisesta tulevaisuudesta. Samoja termejä käyttää myös muun muassa Haapala (2002, 7) ja Rubin (1995, 7) tulevaisuuskasvatuksesta puhuessaan. Samantyyppistä kolmijakoa käytetään myös termeillä toivottu, todennäköinen ja uhkaava tulevaisuus (Halinen & Järvinen 2007, 17). Uhkaavan eli hyvin pessimistisen tulevaisuuden visiointi ei ratkaise asioita, vaan lisää toivottomuuden tunnetta. Kasvattajan pitää pystyä tarjoamaan vaihtoehtoja ja ajattelun aineksia optimistisiin visioihin, kuitenkin pelkoja kunnioittaen. (Mikkonen 2000, 2.) Toisaalta tulevaisuuskasvatuskouluttaja Anneli Rautiainen näkemyksen mukaan uhkaavasta tulevaisuudesta keskusteleminen hälventää pelkoja ja vähitellen keskustellessa alkaa löytyä myös toiveikkuutta (Puustinen 2008, 14).

On erittäin tärkeää työskennellä yhdessä nuoren kanssa, jotta toivottu tulevaisuus myös toteutuisi. Kokemukseni mukaan monet nuoret eivät osaa tai halua määritellä toivottua tulevaisuutta. Monet sanovat, etteivät tiedä, ettei heitä kiinnosta tai sanovat jotain negatiivista, esimerkiksi ”musta tulee sossupummi” tai ”mä vaan makailen kotona”. Nuoret eivät välttämättä uskalla toivoa ja haaveilla siinä pelossa, että kuitenkin tapahtuu jotain pahaa. Nuorien reaktiot voivat olla myös toisesta ääripäästä eli he keksivät tulevaisuuden visioita, jotka ovat hyvin epätodennäköisiä, esimerkiksi ”voitan lotossa” tai ”hankin rikkaan puolison ja makailen vain laivan kannella”.

Tulevaisuuskasvatuksen tavoitteena on antaa mahdollisimman hyvät valmiudet tulevaisuuden kohtaamiselle (Haapala 2002a, 137). Tulevaisuuskasvatuksen tehtävänä on lisätä nuorien valmiutta ymmärtää menneisyyttä ja pohtia tulevaisuutta. Tehtävänä on myös antaa valmiutta kohdata millainen tulevaisuus tahansa ja vaikuttaa nykyhetkessä tehtävien valintojen ja toimintojen avulla tulevaisuuden muodostumiseen (Halinen & Järvinen 2007, 17).

NLP:ssä ja ratkaisukeskeisessä ajattelumallissa suunnataan tulevaisuuteen ja tulevaisuuden visiointiin. Osa tulevaisuuskasvatuksen näkemyksistä painottuu voimakkaasti historiaan. Tulevaisuus perustuu aina menneisyyteen ja nykyisyyteen (Haapala 2002b, 8). On aivan ilmeistä, ettei uusi eheä ja tasapainoinen ihminen voi syntyä, ellei sekä yksilö että yhteisötasolla olla selvillä piilotajuisista ja kätkeyistä menneisyyden psyykkisistä kuormista (Kivistö 1994, 10). Historian opetus on keskeistä tulevaisuustietoisuuden kehityksen kannalta (Pitkänen 1994, 53). Opettajakouluttajien näkökulmasta luova ja omaehtoinen tulevaisuuteen tähtäävä ajattelu syntyy, kun nuoria autetaan arvioimaan itse omia mahdollisuuksiaan, unelmiaan ja tavoitteitaan, ei uskomuksesta perinteisestä opetuksesta ja kouluoppimisesta (Kaivola & Rikkinen 2003, 129).

Tulevaisuuskasvatuksessa tärkeässä osassa on arvokasvatus. Tavoitteena on oppia tekemään omien arvojensa mukaisia valintoja ja ratkaisuja. Tällöin mikään valinta ei ole väärä, eikä ole ulkoa annettuja oikeita vastauksia ole olemassa. Tavoitteena on oivaltaa myös arvojen ja elämän merkitys ja näin kohottaa itsetuntoa sekä saada elämään toivoa. (Puustinen 2008, 14.) Koulukasvatuksessakin tulisi oppisisältöihin sisällyttää arvopohdintaa ja eettisen tietoisuuden vahvistamista (Mikkonen 2000, 26). NLP:n näkemyksen mukaan arvot määrittävät kaikkea toimintaa. Olen molemmissa NLP -koulutuksissa tehnyt tärkeisiin arvoihin ja niiden tärkeysjärjestykseen liittyvän harjoituksen. Teetin harjoituksen Tulevaisuuden suunnittelu -kurssilla ja keskustelimme arvoista yleisemminkin. Keskustelu arvoista ja harjoitus muodostuivat yllättävän haastaviksi. Kun tunnistaa omat arvonsa, on tietoisempi omiin päätöksiin vaikuttavista asioista.

Kaikki toiminta nykyisyydessä on yhteydessä tulevaisuuteen huolimatta siitä, kuinka tiedostettuja tai tiedostamattomia päätökset ja vallinnat ovat (Haapala 2002, 6). Mitä enemmän nuoret tekevät tiedostettuja valintoja, sitä enemmän he voivat vaikuttaa omaan tulevaisuuteensa. Olemme nuorien kanssa puhuneet paljon esimerkiksi alkoholin käytöstä. Kehotan usein nuoria pohtimaan ja toivottavasti oppimaan menneisyyden kokemuksen kautta. Oliko viimeksi oikeasti hauskaa? Tuliko juotua enemmän kuin oli tarkoitus? Tuliko tehtyä jotain sellaista, jota joutui katumaan? Jos ajattelee kokemusta kokonaisuutena, jäikö se positiivisen vai negatiivisen puolelle? Uskon ja toivon, että jonnekin alitajunnan syövereihin on jäänyt itämään ajatuksia. Tämänkaltaisten, toivottavasti edes hiukan myös toimintaa muuttavien, keskustelujen tuloksia ei voi tenteillä tai kokeilla testata, mutta nämä keskustelut ovat mielestäni erittäin tärkeitä nuorten tulevaisuuden kannalta. Samoin olemme puhuneet esimerkiksi siitä, mitä kannattasi tehdä, jos joku tarjoaa vaikka huumeita. Tulevaisuuskasvatus on paitsi tulevaisuuteen liittyvien asioiden opettamista myös erilaisten tietojen, taitojen ja valmiuksien opettamista tulevaisuutta varten (Haapala 2002a, 126).

Tulevaisuuskasvatus on kasvatusta tulevaisuutta varten. Näin ajateltuna koko valmentava koulutus on tulevaisuuskasvatusta, sillä onhan valmentavan koulutuksen tavoitteena ohjata nuoret toisen asteen koulutukseen. Valmentavassa koulutuksessa etsitään niitä tietoja, taitoja ja asenteita, joita tarvitaan opiskelussa toisella asteella. ”Ihmisellä on ne voimavarat, joita hän tarvitsee itselleen tärkeiden muutosten tekemiseen. Jokaisella meillä on tarvittavat voimavarat, joiden käyttöön ottaminen voi olla ongelmakohta pikemminkin kuin itse voimavarojen olemassaolo.” (Leitola 2001, 18.) Valmentavassa koulutuksessa toivottavasti saamme tuettua nuoria löytämään ja käyttämään näitä voimavaroja.

## **4.2 NLP tausta-ajatuksena**

Tutustuin NLP:hen opiskellessani Lasten ja nuorten erityisohjaajaksi 2010. Kouluttajamme oli opiskellut NLP:tä ja käytti kouluttaessaan NLP:n ajatuksia sekä avasi pintapuolisesti NLP:n ajattelutapaa. NLP:n hyödyn ymmärsin voimakkaasti myöhemmin kevättalvella 2011, kun syksyn ja talven stressi alkoi näkyä työtovereissa ja osittain

itsessänikin. Pohdin sitä, miksi en ollut sen enempää stressaantunut ja ymmärsin NLP:n muuttaneen ajatusmaailmaani. Pystyin suhtautumaan työhöni eri tavoin, eli pystyin katsomaan itseäni ajattelevana subjektina ja siedin esimerkiksi stressiä aikaisempaa huomattavasti paremmin. Havainnon perusteella halusin syventyä tarkemmin siihen mistä NPL:ssä oikein on kyse.

NLP on lyhenne englanninkielisestä käsitteestä Neuro-Linguistic Programming. Sana ”neuro” viittaa neurologisiin prosesseihin, eli tiedon käsittelyyn. ”linguistic” taas puhuttuun kieleen ja kehon kieleen. Sana ”programming” viittaa ajattelumme rakenteeseen ja erityisesti siihen, kuinka voimme vaikuttaa siihen saadaksemme aikaan parempia tuloksia. (Rajala 2011, 18.) NLP:n kehittivät 1970-luvun alussa Richard Bandler ja John Grinder. NLP:ssä kiinnostuksen kohteena eivät ole ongelmat ja niiden historia, vaan taito, taitavuus, onnistumiset ja niiden rakenne. (mt., 21.) NLP tutkii sitä, millä tavalla osa ihmisistä luo myönteisen kontaktin, oppii nopeasti, ratkoo ongelmia taitavasti, muistaa tai tekee ratkaisuja. Menetelmiä on käytetty esimerkiksi henkilökohtaisten tavoitteiden asettamisessa, pelkojen poistamisessa, terapiatyössä, huippu-urheilijoiden henkisessä valmennuksessa, esiintymistaitojen kehittämisessä, itsetunnon vahvistamisessa ja liike-elämän johtajien valmentamisessa.

NLP koulutuksen annin voi jakaa kahteen osaan. Ensimmäisen osan muodostavat vuorovaikutukseen, kommunikointiin ja toisen ihmisen tulkitsemiseen liittyvät työkalut. Toisen osan muodostavat työkalut, joiden tarkoitus on konkreettisesti muuttaa toisen ihmisen ajattelua ja toimintaa. En käytä ”toista ihmistä muuttavia” työkaluja kouluttajan työssäni, mutta asioiden läpikäyminen ja ajatusten herättäminen NLP:n perusajatuksen pohjalta saa ihmisessä ainakin oman kokemuksen mukaan paljon prosesseja liikkeelle. Työkalut on koottu Licensed Practitioner of NLP™ koulutuksen (6/2011) muistiinpanoista ja kurssimateriaalista (Rajala 2011, 43–187).

Vuorovaikutustyökalut ovat kokemukseni mukaan hyödyksi kaikessa kanssakäymisessä. *Kommunikointi ja vuorovaikutus* on tekniikka, jossa opitaan tunnistamaan toisen sanatonta käyttäytymistä ja ohjaamaan omaa niin, että kyky luoda kontakteja ihmisten kanssa paranee. *Milton-Mallissa* hyödynnetään väljää kieltä ja lauserakenteita, jotta kuulija voi rakentaa kuulemansa perusteella oman kokemusmaailmansa.



*Metamallin* avulla päästään selvittämään, mitä piilee henkilön kertomien viestien takana. *Metaforat* ovat puhetapa, joka antaa mahdollisuuden ymmärtää ja muuttaa kokemuksiaan ei-tietoisella tasolla. *Kysymystekniikat* ovat keino ohjata toisen henkilön ajatusprosesseja. *Kalibrointi* on havainnointitapa, jolla oppii tunnistamaan ja lukemaan toisen ihmisen sisäisen tilan muutoksia ulkoisista vihjeistä. *Metaohjelmat* ovat ihmisten tapa vastaanottaa puhuttua tai kirjallista tietoa. (mt., 43–187.)

Muuttamistyökaluja en käytä työssäni. Niistä löytyy kuitenkin paljon ajatuksia, josta olemme keskustelleet nuorten kanssa. Esimerkiksi uskomuksista puhumme paljon nuorten kanssa. Kun omien uskomusten olemassaolon tiedostaa, niitä voi itse havainnoida, pohtia ja purkaa. *Uskomukset* ohjaavat ajatteluamme ja käyttäytymistämme. NLP:ssä on paljon työkaluja, joiden avulla voi muuttaa rajoittavia uskomuksia ja asentaa syvälle mieleen uusia positiivisia uskomuksia. *Ankkurointi* on työtapaa, jolla voi hallita omia tunnetiloja tai vaikuttaa muiden ihmisten tunnetiloihin. *Ajatusstrategiat* ovat ajatusprosesseja, jotka kerta toisensa jälkeen saavat aikaan samanlaisen toiminnan. *Aikajänaksi* kutsutaan ihmisen tapaa erottaa toisistaan menneyttä, nykyhetkeä ja tulevaisuutta koskevat tapahtumat. *Miellejärjestelmä* mallintaa miten ihmiset rakentavat kokemuksensa mielessään. *Submodaliteetit* määrittelevät esimerkiksi visuaalisia ja ääniin perustuvia muistoja ja kokemuksia. Kun mielikuva kokemuksesta muuttuu, muuttuu kokemuskin. (mt., 43–187.)

NLP perustuu kysymykseen miten. Jos esimerkiksi ihminen pelkää jotakin tiettyä asiaa, ei ole oleellista, miksi ihminen pelkää, vaan miten. Kun tapa saada pelkoreaktio esimerkiksi hämähäkin nähdessään muutetaan tavaksi purskahtaa nauruun, pelkohan on poissa eikä sillä oikeastaan ole väliä miksi ihminen alun perin pelkäsi. Usein kirjallisuudessa, koulutuksissa ja mediassa puhutaan oman työn reflektoinnista, mutta miten reflektoida. NLP:n on antanut minulle mahdollisuuden opetella refleктоimaan omaa ajatteluani, käytöstäni ja tekemisiäni. Omien uskomusten ja ajatusmallien tunnistaminen on mielestäni edellytys reflektoinnille. Todellinen reflektointi on omalla kohdallani prosessi, joka on alkanut noin kaksi vuotta sitten. Reflektiivisyydellä tarkoitetaan filosofiassa perinteisesti sitä, että ihminen ajatteleva subjekti, kohdistaa huomionsa tavanomaisten ajattelunsa kohteiden eli ajattelun objektien sijaan itseensä ajattelevana subjektina (Heikkinen 2006, 33). Kouluttajan uskomus siitä, että Power-

Point kalvot ovat tärkeä osa opetusta, voidaan purkaa osiin. Ovatko opiskelijat sanoneet, että ne ovat tärkeitä? Eikö oppimista tapahdu ilman kalvoja? Onko kalvojen käytössä jotain negatiivista? Voisivatko opiskelijat oppia ilman kalvoja? Oppisivatko opiskelijat paremmin esimerkiksi keskustelemalla ja pohtimalla asioita? Kenen tarpeita kalvot ylipäättään palvelevat? Kokemukseni mukaan kaikista parhaat innovaatiot uskomusten purkamistekniikasta saa, kun kyseenalaistaa aivan perususkomuksiaan, kuten opetus järjestetään luokahuoneessa. Opetuksen tueksi tarvitaan lukujärjestys. Luokassa pitää olla pöydät. Kouluttaja opettaa asiat. Opiskelijat istuvat tuoleilla. Listaa voisi jatkaa vaikka kuinka pitkään.

NLP:n mukaan ihmiset käsittelevät kaiken sisäisen ja ulkoisen informaation viiden aistin avulla. Kaikki tieto käsitellään kuvana, äänenä, tunteena/tuntona/liikkeenä, hajuna tai makuna (Rajala 2011, 72). Tähän perustuvat tiedon sisäistämisen tavat eli oppimistyyli visuaalinen, auditiivinen ja kinesteettinen.

Kaikki eivät suhtaudu NLP:hen, kriittikittävästi. Oppikirjailija ja opettaja Patrik Austin (2006, 5-7) suhtautuu kriittisesti muun muassa NLP:n näkemykseen visuaalisesta, auditiivisesta ja kinesteettisestä oppimistyyleistä (VAK). Austinin mukaan kyseessä olevan NLP:hen perustuva uskomus, joka hylkää tieteellisen psykologian käsityksen ajattelusta ja oppimisesta kognitiivisena prosessina. VAK-mallia on tutkittu 2004 Isossa-Britanniassa. Austinin mukaan tutkimuksissa oli huomattavia puutteita, ellei peräti tutkimusvilppiä. Hänen mielestään VAK malli voi olla haitallinen, jos sitä käytetään oppilaiden leimaamiseksi, mutta hyödyllinen, jos sen perusteella luento-opetukseenkin tuodaan visuaalinen elementti ja osallistumista. (mt., 7.) Suorastaan ylistävää palautetta oppimistyylikartoituksille ja niiden tuloksiin perustuvalla ryhmäjojoille antaa Lappeenrannan Luukkaan koulun rehtori Kari Stenberg (2006, 8–9). Opetushallituksen koordinoiman Erilaiset oppijat – yhteinen koulu -kehittämishankeen aikana oppilaat jaettiin ryhmiin oppimistyylikartoitusten ja opettajien omien tuntemusten perusteella. Raportin mukaan sekä oppilaat, vanhemmat että opettajat ovat olleet tyytyväisiä ryhmäjakojo.

Psykiatrian erikoislääkäri ja psykoterapeutti Hannu Lauermanin (2011, 29) näkemyksen mukaan NLP:n lähtöoletuksista ja vaikuttavuudesta esitettyjen markkinointiväit-

teiden ja toisaalta kokeellisen tutkimuksen ja NLP:n tehosta kertyneen tieteellisen näytön välillä on jyrkkä ristiriita. Psykologian professori Markku Ojanen (2004, 71) on työryhmänsä kanssa tutkinut NLP-perustaisen psykoterapian tuloksellisuutta. Raportin mukaan tutkimuksessa saatu tulos tukee tulkintaa, jonka mukaan NLP-perustaisesta psykoterapiasta on ollut asiakkaalle hyötyä. Ojanen itsekin myöntää, ettei tutkimus osoita NLP:tä muita paremmaksi menetelmäksi, koska on mahdotonta erottaa NLP:hen perustuvia menetelmiä riittävän tarkasti muiden terapiamuotojen keinoista.

Itselleni NLP ajatusmaailmaan tutustuminen on ollut voimaannuttava sekä elämää ja ajatusmaailmaa muuttava kokemus. Olen oppinut ottamaan käyttöön omia voimavarojani ja saanut yksinkertaisesti stressittömämmän elämän. Omakohtainen yhden ihmisen kokemus ei ole tieteellinen argumentti, mutta toimii voimakkaana lähtökohtana omalle motivaatiolle. Haluan antaa nuorille kaikkea sitä hyvää, mitä olen itse NLP:n kautta saanut.

### **4.3 Ratkaisukeskeisyys ja unelma-ajattelu**

Ratkaisukeskeisyyteen tutustumiseni oli mielenkiintoista. Esittelin Erityiskasvatuksen ja ohjaamisen (Lasten ja nuorten erityisohjaajan ammattitutkinto 2003, 7-9) näyttöä, jossa esittelin laajasti ajatuksiani ja näkemyksiäni nuorten ohjaamisesta. Näytön arvioijan mukaan näkemykseni ja ajatukseni perustuivat ratkaisukeskeisyyteen. Kommentti sai minut perehtymään ratkaisukeskeisyyteen syvemmin ja löysin sen ajatusmaailmasta paljon tuttua.

Nimensä mukaisesti ratkaisukeskeisyys pyrkii ratkaisuihin, tavoitteiden ja päämäärien löytämiseen. Unelmien, toivetoivojen ja niihin liittyvien konkreettisten tavoitteiden tutkimisen tiedetään kokemuksesta innostavan ihmisiä ja yhteisöjä enemmän kuin ongelmiin syventyminen (Katainen, Lipponen & Litovaara, 2006). Ratkaisukeskeisyys pohjaa osaltaan psykiatri Milton H. Ericksonin terapeutisiin menetelmiin, joiden mallintaminen on ollut isossa osassa myös NLP:n kehittämistyötä. Sekä ratkaisukeskeisessä työtöteessä, että NLP:ssä muodostetaan mielikuvia toivotusta lopputuloksesta,

keskitytään myönteiseen kehitykseen, onnistumisiin ja selviytymiseen. Voimavaruusautuneelle työotteelle on ominaista tavoitteellisuus ja tulevaisuusorientaatio. (Vataja 1994, 5.)

Sekä NLP että ratkaisukeskeisyys lähtevät positiivisesta ajattelusta ja tavoitteen ja lopputuloksen visualisoinnista. Nämä perustuvat usein siihen, että tämänhetkisessä tilanteessa on tullut esiin jokin haaste tai todellinen valinnanpaikka. Puhun nuorten kanssa paljon on positiivisesta unelma-ajattelusta, joka on hulluistakin asioista unelmoimisesta ja perustuu ajatukseen, että kaikki on elämässä mahdollista. Unelma-ajattelussa tavoitteena on tulevaisuuden toiveiden ja unelmien määrittely sekä itsetunnon kohottaminen. Ajatuksena on, että nuori uskoo kaikenlaisten tavoitteiden olevan saavutettavissa. Nuoren tarvitsee vain löytää oma tapa toteuttaa tavoite ja olla valmis myös tekemään työtä tavoitteen eteen.

Itse uskon, että mielikuvien lisäksi on hyödyllistä konkretisoida tavoitteita myös kirjoittamalla, piirtämällä tai vaikka leikkaamalla kuvia lehdistä. Esimerkiksi aarrekartta-työskentely (Harju 1999), jossa leikataan ja liimataan kuvia tai kirjoitetaan ylös unelmat ja ajankohta, jolloin unelmien on tarkoitus olla toteutunut, on yksi tapa konkretisoida unelmiaan. Aarrekartta laitetaan paikkaan, jossa on mahdollisuus keskittyä tavoitteisiin parin minuutin ajan joka päivä. En usko, että unelmat putoilevat syliin vain niitä toivomalla. Uskon siihen, että jos joka päivää näkee tavoitteensa, niitä ei unohda, vaan silloin ryhtyy tekemään asioita, jotka mahdollistavat unelmien toteutumisen. Painotan aina nuorille, ettei kaikkea tarvitse uskoa, mutta kaikkea positiivista kannattaa kokeilla, sillä siitä ei ole mitään haittaakaan.

Itse olen ollut jo pidempään itseni kehittämisen matkalla. Olen pohtinut omia tavoitteitani ja unelmiani sekä myös toteuttanut niitä. Kaikki on mahdollista. Varsinkin nyt Tulevaisuuden suunnittelu -kurssia pitäessäni ja opinnäytetyötä työstäessäni olen yrittänyt elää niin kuin opetan. Lentotunnin olen jo varannut, ja jos keväällä 2012 ei uutisoida mitään suurempaa Malmin lentokentän läheisyydessä, pääsin myös laskeutumaan sujuvasti.

## 5 TULEVAISUUDEN SUUNNITTELU – KURSSI 1 OV

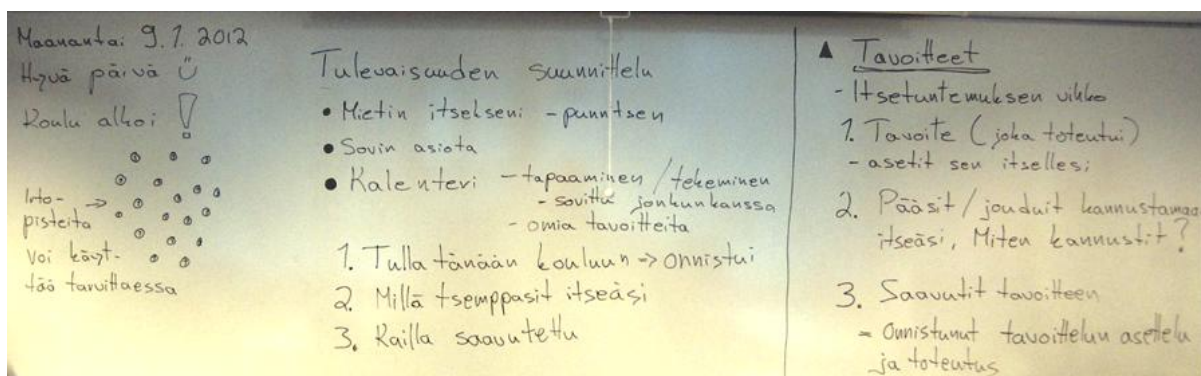
Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin toteutettiin 9.1. – 22.3.2012. Kurssi oli yhden opintoviikon pituinen ja sisälsi 20 lähiopetustuntia. Otin aina tuntien jälkeen valokuvan valkotaulusta. Puraan tässä oppitunnit valokuviiin ja kurssipäiväkirjamerkintöihin pohjautuen. Olen kirjoittanut tekstin lomaan sisennettynä taululla olevat asiat.

Jokaisessa kuvassa on päivämäärä ja Hyvä päivä ☺ -ajatus. Tämä on osa päivittäistä rutiinia, eikä sinänsä liity tulevaisuuden suunnittelu -kurssiin, vaikka teemaan sopiikin. Kysyn jokaisen päivän aluksi nuorilta, mikä päivä on, ja kirjoitan sen taululle. Kirjoitan sen alle ”Hyvä päivä ☺”. Kysyn nuorilta, miksi tänään on hyvä päivä ja kirjoitan sen taululle. Ideanani on hahmottaa aikaa ja toistaa sitä, että jokaisessa päivässä on jotain hyvää, vaikka siltä ei ehkä aina tunnu. Monelle nuorelle myös rutiinit ylipäättään ovat tärkeitä.

Nuorilla on itsetuntemuksen vihko, johon he tekivät erilaisia pohdintaa vaativia tehtäviä. Itsetuntemuksenvihkoon he myös aina kirjoittivat itse tehtävän. Tehtävän kirjoittaminen antoi mahdollisuuden pohtia tehtävää jo kirjoittamisvaiheessa, jolloin nuoret toivottavasti kysyivät lisätietoja, jos eivät hahmottaneet tehtävää. Nuoret koristelivat vihkonsa kannet kuvilla tai symboleilla tavoitteista, jotka halusivat saavuttaa kevään aikana aarrekartta (Harju 2000) työskentelyn tapaan. Käytin tehtäviä myös Nyyti ry:n julkaisemasta Elämäntaitokurssista (Aarnio-Tervo, Marttinen & Passiniemi 2006) sekä sovellettuja NLP harjoituksia (alkuperäinen liite 2).

Osalle nuorista pohtimista vaativat tehtävät ovat erittäin haastavia. Esittelin aikaisemmin Diakoniaopiston opiskelija profiilit. Ryhmässäni on kaikkiin profiileihin kuuluvia nuoria. Toiminnan ja tehtävien suunnitteleminen aina juuri kaikille sopiviksi on haastava tehtävä. Jokainen nuori liikkuu omalla alueellaan ja tarkoitus onkin laajentaa jokaisen omaa mukavuusaluetta sekä lisätä ymmärrystä juuri omasta tavasta toimia.

## 5.1 Maanantai 9.1.2012 Hyvä päivä ☺ Koulu alkoi!



Paikalla oli kymmenen nuorta.

### Motivointi ja kannustus

Oli ensimmäinen koulupäivä joululoman jälkeen ja uusi kurssi alkoi. Paikalla oli yhtä lukuun ottamatta koko ryhmä ja touhua riitti. Kehuin ja kannustin nuoria sekä päätimme yhdessä, että tästä tulee hyvä kevät. Nuoret olivat itsekkin ylpeitä, kun olivat paikalla ja heitä oli niin paljon. Nuoret pyysivät palkintoa ahkeruudestaan ja annoin nuorille irtopisteitä. Irtopisteet, samoin kuten myöhemmin antamani kymmenen pistettä ja papukaija merkki, ovat jo aikaisemmin muodostuneet tavakseni silloin tällöin vastata, kun nuoret pyytävät palkintoa jostain tekemisestään. ”Mitä mä saan, kun tulin ajoissa kouluun? Mitä annat, jos teen tämän tehtävän?”. Käymme keskusteluja paljon myös esimerkiksi osallisuuden ja oppimisen näkökulmasta, mutta se ei joka kerta ole tarkoituksenmukaista. Irtopisteiden yhteydessä kirjoittamani teksti käytetään tarvittaessa viittaa myös aikaisempiin puheisiimme mahdollisuudesta, esimerkiksi myöhästymisen tapahtuessa, käyttää aikaisemmin kerääntyneitä pisteitä.

Irtopisteitä voi käyttää tarvittaessa.

### Ajan hahmottaminen visuaalisesti

Nuoret kertoivat lomakuulumisestaan. Kymmenen on iso ryhmä ja osan oli hyvin hankala keskittyä. Jaoin lukujärjestykset, ja ensimmäinen ihmetyksen aihe oli ”niin lyhyet koulupäivät”. Syksyllä pisimmät päivät olivat kolmeen, joten se oli myös lukujärjestyspohjan viimeinen tunti. Nyt keväällä maanantain valinnaisia oli muutamana päivänä neljään, joten lukujärjestyspohjassa oli yksi rivi enemmän.

## Syksyn 2011 malli

 HELSINGIN DIAKONIAPISTO

Kello	Maanantai 9.1.	Tiistai 10.1.	Keskiviikko 11.1.	Torstai 12.1.	Perjantai 13.1.
8.30-9.15					
9.15-10.00	Verehdyskouluun 10.00	Vapaaehtoisuus, kansainvälistymistä	Yhteiskunnan palvelu	Yhteiskunnan palvelu	Koulutustieto ATK-opp
10.15-11.00	Oma hyvinvointi	Vapaaehtoisuus, kansainvälistymistä	Yhteiskunnan palvelu	Yhteiskunnan palvelu	Koulutustieto ATK-opp
11.00-11.45	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
11.45-12.30	Tulevaisuuden suunnittelu	Minu ammattit	Liikunta Kuntosali	Opiskelutaidot	Tietotekniikka ATK-40
12.30-13.15	Tulevaisuuden suunnittelu	Minu ammattit	Liikunta Kuntosali	Opiskelutaidot	Tietotekniikka ATK-40
13.30-14.15				Opiskelutaidot	
14.15-15.00					

## Kevään 2012 malli

 HELSINGIN DIAKONIAPISTO

Kello	Maanantai 9.1.	Tiistai 10.1.	Keskiviikko 11.1.	Torstai 12.1.	Perjantai 13.1.
8.30-9.15					
9.15-10.00	Verehdyskouluun 10.00	Vapaaehtoisuus, kansainvälistymistä	Yhteiskunnan palvelu	Yhteiskunnan palvelu	Koulutustieto ATK-opp
10.15-11.00	Oma hyvinvointi	Vapaaehtoisuus, kansainvälistymistä	Yhteiskunnan palvelu	Yhteiskunnan palvelu	Koulutustieto ATK-opp
11.00-11.45	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
11.45-12.30	Tulevaisuuden suunnittelu	Minu ammattit	Lukua Liikuntasali	Opiskelutaidot	Tietotekniikka ATK-40
12.30-13.15	Tulevaisuuden suunnittelu	Minu ammattit	Liikunta Kuntosali	Opiskelutaidot	Tietotekniikka ATK-40
13.30-14.15				Opiskelutaidot	
14.15-15.00					
15.15-16.00					

Nuoret olivat vilpittömästi hämmentyneitä, kun päivät ”ovat lyhyempiä”. Tässä tuli esille NLP:n yksi ajankäytön työskentelytapa. Jos on kiireistä ja tuntuu, ettei aika riitä, kalenteria tai kelloa voi venyttää mielessään mielessäsi tai hankia oikeasti isomman kalenterin. Päiviin jää pakollisten tekemisten jälkeen tyhjääkin tilaa. Alku tunnin teemaksi nousikin ajan hahmottaminen visuaalisesti.

### Mitä on tulevaisuuden suunnittelu?

Seuraavaksi keräsimme taululle nuorten ajatuksia kurssin aiheesta eli mitä tulee mieleen tulevaisuuden suunnittelusta. Nuorille oli hiukan hankalaa päästä eteenpäin ajatuksesta, että tulevaisuuden suunnittelu on sitä, että suunnittelee tulevaisuutta. Sain kuitenkin kerättyä taululle muutaman ajatuksen nuorilta.

#### Tulevaisuuden suunnittelu

- Mietin itsekseni – punnitsen
- Sovin asioita
- Kalenteri
  - tapaaminen / tekeminen
  - sovittu jonkun kanssa
  - omia tavoitteita

### Onnistunut tavoitteen asettelu

Joululoma oli ohi, ja nuoret olivat selkeästi innostuneita aloittamaan kevätlukukauden. Jokainen paikallaolija oli varmasti miettinyt kevätlukukautta loman aikana ja asettanut tavoitteeksi tulla kouluun ainakin ensimmäisenä päivänä. Jokainen oli varmasti joutunut miettimään, mitä tarvitsee tavoitteen saavuttamiseksi, esimerkiksi pitää mennä vähän aikaisemmin nukkumaan, täytyy varata vaatteet valmiiksi tai laittaa herätyskello soimaan. Aamulla oli ehkä joutunut tsemppaamaan ja kannustamaan

itseään heräämään ja lähtemään. Kaikki paikalla olijat olivat onnistuneet tavoitteesaan eli kohta kolme kaikilla saavutettu täyttyi. Purimme onnistumista osiin, jotta nuoret hahmottaisivat mikä on oma tapa lähestyä tavoitteita silloin, kun ne onnistuvat.

1. Tulla tänään kouluun -> onnistui
2. Millä tsemppasit itseäsi
3. Kaikilla saavutettu

## Toinen onnistumisen kokemus

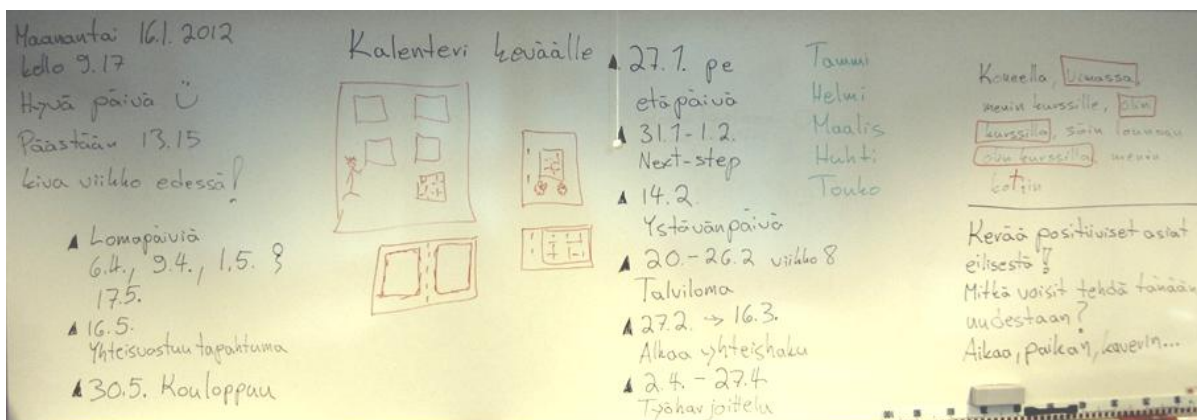
Annoin tehtävän kirjoitettavaksi itsetuntemuksen vihkoon.

### ▲ Tavoitteet

- itsetuntemuksen vihkoon
- 1. Tavoite (joka toteutui)
  - asetit sen itsellesi
- 2. Pääsit / jouduit kannustamaan itseäsi. Miten kannustit?
- 3. Saavutit tavoitteen
  - = Onnistunut tavoitteenasettelu ja toteutus

Yhtä nuorta lukuun ottamatta kaikki tekivät tehtävän vihkoihinsa tai ainakin sanoivat, että tekivät ja kirjoittivat jonkin verran. Osalle tehtävä oli selitettävä selkokielellä. Haasteeksi muodostui se, että ajatuksena ei ollut ainoastaan kirjoittaa taululla ollut teksti vihkoon, vaan myös jatkaa pohdintaa oman toteutuneen tavoitteen tiimoilta. Kukaan ei halunnut, jaksanut, viitsinyt tai kehdannut kertoa luokalle omasta tavoitteestaan.

## 5.2 Maanantai 16.1.2012 Hyvä päivä ☺ Päästään 13.15, kiva viikko edessä!



Paikalla oli seitsemän nuorta.



### **Ajanhahmottaminen päivä-, viikko- ja kuukausitasolla**

Ensimmäisen tunnin teemana oli aikajakson hahmottaminen lukukauden mittakaavassa. Keväällä on tärkeitä päiviä, joiden ajallinen hahmottaminen antaa rungon keväälle. On talviloma, jonka jälkeen alkaa heti yhteishaku ja haut erityisoppilaitoksiin sekä maaliskuuhun työharjoittelu.

Monelle nuorelle kouluviikon hahmottaminen on haaste. Kävimme läpi viikon lukujärjestyksestä etukäteen edellisellä viikolla, maanantaina kouluviikon alkaessa ja tarvittaessa viikolla. Olen aikaisemmin yrittänyt toisen ryhmän kanssa ottaa nuorten kanssa käyttöön henkilökohtaiset kalenterit. Kalenterin, jossa on viikko yhdellä aukeamalla, haltuun ottaminen vaatii taitoa hahmottaa jotain, joka ei ole juuri sillä hetkellä näkökentässä. Kalenterin käyttäminen vaatii myös, että pystyy keskittymään etsimään oikean kuukauden, viikon ja päivän. Nuoret eivät ottaneet kalentereita aktiiviseen käyttöön.

Tällä kertaa printtasin netistä kevätlukukauden kuukaudet. Nuoret saivat liimata kuukaudet itsetuntemuksen vihkoon tai kartongille. Kuukaudet saattoi myös halutessaan koota vihkoseksi. Ohjeena oli koristella kalenteri mukavilla asioilla, piirustuksilla tai väreillä. Suurin osa liimasi kalenterit vihkoon tai kartongille, yksi nitoi ne yhteen eikä työstänyt kalenteria enempää ja yksi ei suostutteluista huolimatta tehnyt printatuille kuukausille yhtään mitään.

Taulukuvasta huomaa joidenkin nuorten haasteiden suuruuden. Nuorilla oli valmiit kuukaudet jokainen eri paperillaan. Yksi nuorista sanoi, ettei tiedä mihin järjestykseen ne tulevat. Keräsimme yhdessä kuukausien nimet taululle oikeaan järjestykseen ja näin kaikki saivat tehtävän tehtyä. En ymmärtänyt käydä läpi kuukausien järjestystä, joten muistin taas ison asian: ”Älä oletta mitään, kysy ja tarkista mielummin vaikka liian paljon kuin liian vähän”.

Tammi, Helmi, Maalis, Huhti, Touko

Kun nuoret olivat työstäneet kalenterinsa haluttuun muotoon, laitoimme yhdessä tärkeitä päivämääriä ja ajanjaksoja kalenteriin. Yleensä nuoret ovat erittäin tarkkana oikeinkirjoitukseni suhteen kun kirjoitan taululle, mutta nyt oppituntien jälkeen taululla lukee vielä päivämäärä 30.5. jolloin mystisesti Kouloppuu.

Kalenteri keväälle

▲ 27.1 pe etäpäivä, ▲ 31.1. - 1.2. Next-step, ▲ 14.2. ystävänpäivä, ▲ 20. – 26.2. viikko 8 Talviloma, ▲ 27.2. -> 16.3. Alkaa yhteishaku, ▲ 2.4. – 27.4. Työharjoittelu, ▲ Lomapäiviä 6.4., 9.4.1.5., 17.5., ▲ 16.5. Yhteisvastuutapahtuma ▲ 30.5. Kouloppuu

### **Positiivisten asioiden havainnointi ja uudelleen tekeminen**

Toisen tunnin teemana oli positiivisten asioiden toistaminen. Pyysin nuoria kirjoittamaan listan asioista, joita he olivat edellisenä päivänä (sunnuntai) tehneet. Listan tekemisen jälkeen pyysin heitä ympyröimään positiiviset ja mukavat tekemiset. Tässä vaiheessa purin hiukan malliksi omaa edellistä päivääni.

Koneella, uimassa, menin kurssille, olin kurssilla, söin lounaan, olin kurssilla, menin kotiin

Kerää positiiviset asiat eilisestä!  
Mistä voisit tehdä tänään uudestaan?  
Aika, paikka, kaverin...

Puhuimme, että on tärkeää havainnoida tekemisiään, mikä tuntuu positiiviselta ja mikä on kurjempaa. On tärkeää varata aikaa ja mahdollisuus positiivisille tekemisille. Puhuimme myös havainnoinnista, siitä mikä tekee jostakin tekemisestä mukavaa. Jos oli mukava kuunnella musiikkia kaverin kanssa, oli erityisesti mukava kuunnella musiikkia (voi tehdä yksinkin) vai olla kaverin kanssa (voi tehdä vaikka ulkoillen). Jos kaikki ovat mukavia asioita, on nuori hahmottanut kolme erilaista toimintaa josta tulee hyvä mieli. Tavoitteena keskusteluille oli, että nuori oppii hahmottamaan omia tunteitaan mistä pitää ja miksi. Tavoitteena oli myös, että nuori ymmärtää omat vaikutusmahdollisuutensa tekemisiinsä ja tätä kautta tunteisiinsa. Usein positiivisten (ja negatiivisten) tunteiden takana on konkreettinen toiminta.

Yksi nuorista nosti keskusteluun miten kivaa hänellä on ollut Thaimaassa. Nuori sanoi haluavansa palata sinne, koska täällä Suomessa on tyhmää. Kävimme seuraavan keskustelun:

Minä: Mikä thaimaassa oli erityisen kivaa?

Nuori: Tehdä kaikkea

Minä: Mitä oli erityisen kiva tehdä?

Nuori: Laskea vesiliukumäkeä kaverin kanssa.

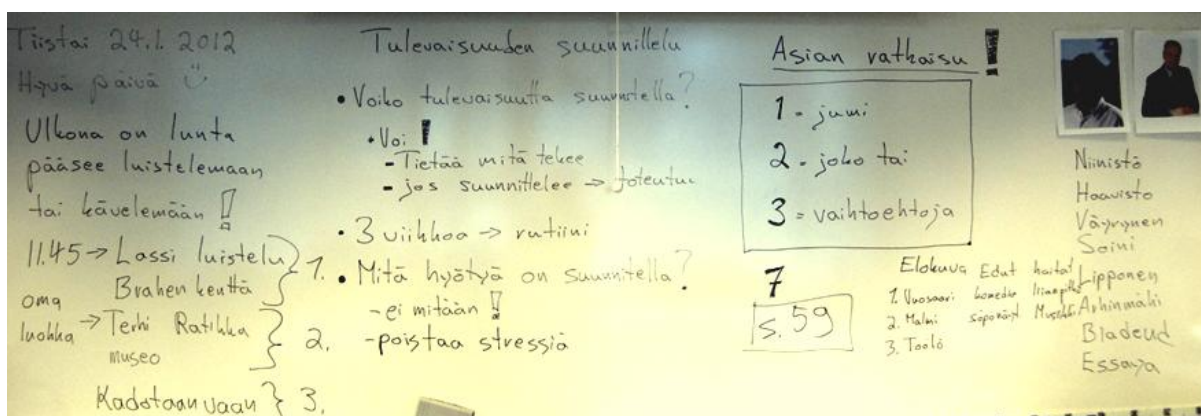
Minä: Onko täällä suomessa on vesiliukumäkiä?

Nuori: [Nuori näytti kysyvältä]

Minä: Itäkeskuksen uimahallissa on vesiliikumäki. Sisäänpääsy maksaa opiskelijalta 2,60 euroa. Voisiko pyytää kaveria mukaan ja lähteä pienelle kivalle "Thaimaanreissulle" Itäkeskuksen uimahalliin. Voisi olla ihan yhtä kivaa ja irtautuminen arjesta.

Voin kertoa, että nuoren kasvoilta näki ilon.

### 5.3 Tiistai 24.1.2012 Hyvä päivä ☺ Ulkona on lunta, päästään luistelemaan tai kävelemään!



Paikalla oli kahdeksan nuorta, joista kolme oli poissa ensimmäisen oppitunnin.

### Voisiko tulevaisuutta suunnitella ja olisiko siitä hyötyä -kertaus

Kokosimme taululle kertauksenomaisesti ajatuksia tulevaisuuden suunnittelusta. Nuoret olivat hiljaisia. Kokemukseen mukaan suurin syy siihen, ettei ajatuksia kertynyt, oli tuntien sijoittuminen aamupäivään 9.15–11.00. Yleensä keskustelua syntyy iltapäivisin enemmän.

#### Tulevaisuuden suunnittelu

- Voiko tulevaisuutta suunnitella?
- Voi!
  - Tietää mitä tekee
  - jos suunnittelee -> toteutuu
- 3 viikkoa -> rutiini
- Mitä hyötyä suunnitella
  - ei mitään!
- poistaa stressiä

## Monta ratkaisua ongelmaan ja ratkaisujen edut ja haitat

Heinz von Foerster on muotoillut: ”Jos minulla on yksi tapa toimia, ajatella, tuntea, se ei oikeastaan ole vaihtoehto, vaan jumi. Jos minulla on kaksi tapaa ajatella, minulla ei vielääkään ole todellisia vaihtoehtoja, vaan joko-tai -asetelmia. – aidot vaihtoehdot alkavat luvusta kolme.” (Asikainen 2001, 4). Mielestäni tämä on hieno kiteytys asiasta. Ajatus sinänsä löytyy myös jäljempänä olevasta tehtävästä.

Asian ratkaisu!

1 = jumi  
2 = joko tai  
3 = vaihtoehtoja

Nuoret tekivät tehtävän Nyyti ry:n elämäntaitokurssin kirjasesta (Aarnio-Tervo, Martinen & Passiniemi 2006, 59). Kirjanen on hyvä, mutta liian haastava valmentavan koulutuksen nuorille sellaisenaan. Painotin, että nuoret valitsisivat jonkin pienen ja lähiaikoina tapahtuvan valintatilanteen. Toivoin heidän keskittyvän erilaisiin ratkaisuihin sekä etujen ja haittojen löytymiseen. Nuoret miettivät esimerkiksi saman illan elokuvan valintaa tai mitä söisivät illalla.

### Tehtävä 17 Ongelmien ratkaisu

Laadi kurssin alussa määrittelemällesi, yhdelle tai useammalle ongelmalle tai kurssille asetetulle tavoitteelle ongelmien ratkaisumenetelmän mukainen ratkaisusuunnitelma.

**Vaihe 1: Mikä on ongelmasi?** Kirjaa yksityiskohtaisesti ja täsmällisesti.

**Vaihe 2: Muuta ongelmasi tavoitteeksi?** Mikä on ensimmäinen askel tavoitteesi saavuttamiseksi?

**Vaihe 3: Keksi ratkaisuja asettamasi tavoitteen saavuttamiseksi.** Kirjaa ylös kaikki mieleesi tulevat ratkaisuvaihtoehdot, jopa kaikkein hassuimmatkin. Valitse niistä viisi ja kirjaa yksi ratkaisu kerrallaan. Sen jälkeen kirjaa, mitä etua ja mitä haittaa ratkaisusta olisi sinulle.

Ratkaisut	Edut	Haitat
1		
2		
3		
4		
5		
6		

**Vaihe 4: Valitse toimivin ratkaisuvaihtoehto** (yksi tai useampia)  
(mt., 59)

Suurin osa ryhmän nuorista teki tehtävän. Selitin ja visualisoin etujen ja haittojen määrittelyä elokuvan valinta teeman pohjalta.

Elokuva	Edut	Haitat
1. Vuosaari	komedia	Liian pitkä

2. Malmi
3. Töölö

söpö näyt.

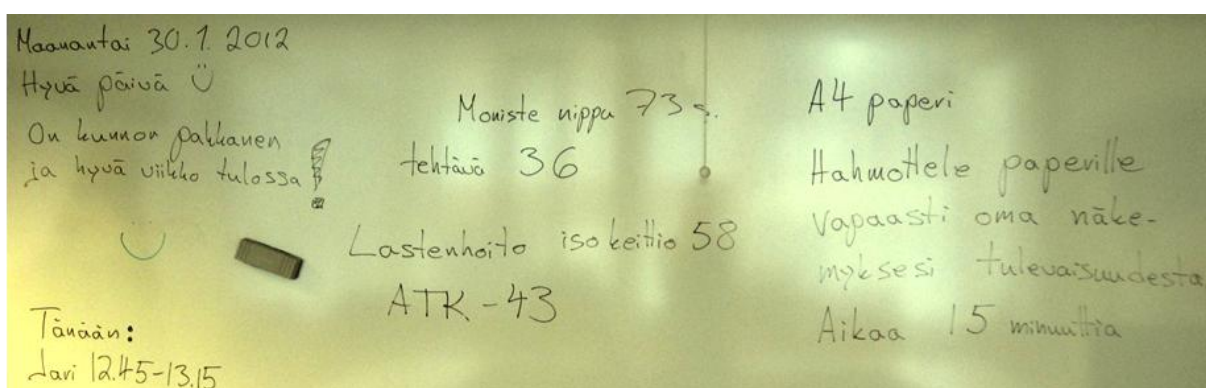
Musiikki

Vaikka välillä tuntuu, ettei kukaan kuuntele, on totuus toisenlainen ja toimin myös itse vastoin kun opetan. Iltapäivän oppitunneilla oli tulossa vapaa-ajantaitoja ja vaikka olimme juuri puhuneet jumi, joko tai, vaihtoehtoja – ajatusmallista annoin nuorille kaksi vaihtoehtoa, joista valita. Eräs nuorista huomautti heti asiasta. Pyysin huomauttanutta nuorta keksimään kolmannen vaihtoehdon. Nuori oli sitä mieltä, että meidän pitäisi ehdottomasti vain kadota jonnekin, esimerkiksi etelän lämpimään hiekkarannalle makailemaan.

11.45 -> Lassi luistelu Brahen kenttä – 1  
 Oma luokka -> Terhi Ratikka museo – 2  
 Kadotaan vaan – 3

Yritin haastaa nuorta keskustelemaan katoamisen ja lämpimän hiekkarannan takana olevasta positiivisesta tarpeesta ja voisiko samaan positiiviseen tulokseen päästä muilla keinon koti Suomessa. ”Jos olisin hiekkarannalla, ei olisi huolia tai ainakin huolet olisivat kauempana”, oli nuoren logiikka. Toivoin todella, että kyseinen nuori olisi ollut enemmän paikalla koulussa. Hän olisi hyötynyt keskusteluista, joita kävimme tunneilla. Tunneilla nuorella olisi ollut mahdollisuus pohtia, harjoitella ja löytää positiivisia asioita elämässään sekä siirtää huolia ehkä hiukan kauemmaksi ja pienemmäksi. Kyseessä oleva nuori myös toteutti kolmannen vaihtoehdon ja katosi ruokatauolla. Ei ihan etelään asti, mutta hän ei lähtenyt luistelemaan eikä Ratikka museoon.

#### 5.4 Maanantai 30.1.2012 Hyvä päivä ☺ On kunnan pakkanen ja hyvä viikko tulossa!



Paikalla oli yhdeksän nuorta.

### **Oma näkemys tulevaisuudesta**

Tunnit olivat tällä kertaa erittäin risaiset. Paikalla oli hyvin nuoria eli yhdeksän, mutta neljää lukuun ottamatta kaikki muut tulivat myöhässä tunneille. Oppituntien viimeinen puoli tuntia oli varattu koulumme kuraattorille nuoriin tutustumiseen. Suunnittelemani piirustustehtävä on tarkoitus tehdä yhtä aikaa, joten odotellessa keskustelimme yleisesti menneestä viikonlopusta ja alkavasta kouluviikosta. En pyyhkinyt taulua edellisen tunnin jälkeen, joten esimerkiksi tehtävä 36 liittyy oma hyvinvointi oppiaineeseen. Ideoin tehtävän tutkimuksesta (Kaivola & Rikkinen 2003, 118–120), jossa sama tehtävä samoilla ohjeilla annettiin opettaja opiskelijoille. Tutkimuksessa haluttiin tutkia millainen kuva tulevaisuudesta on tulevilla opettajilla, joiden mielikuvat vaikuttavat tuleviin oppilaisiin. Kun nuoret olivat tulleet tunnille, annoin aiheen ja kirjoitin sen taululle.

A4 paperi

hahmottele paperille vapaasti oma näkemyksesi tulevaisuudesta.

Aikaa 15 minuuttia

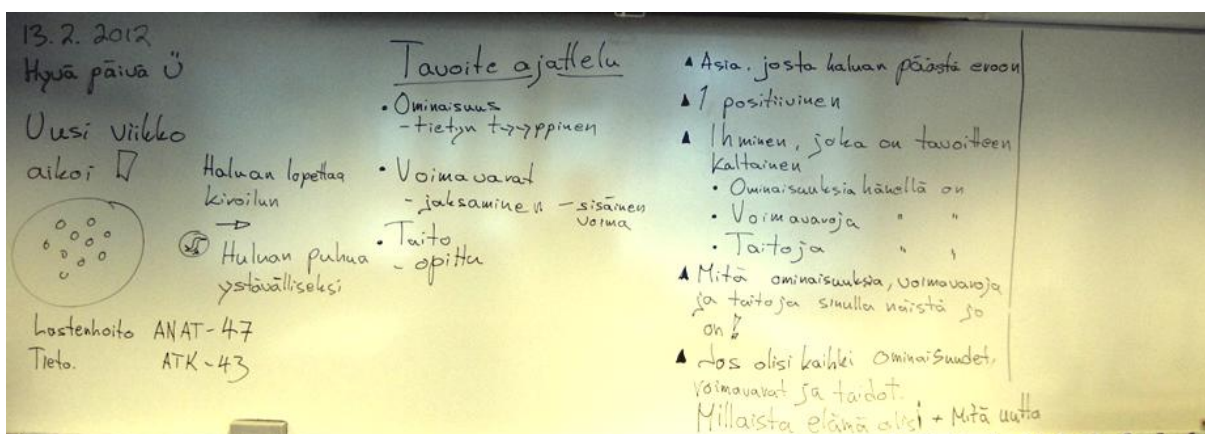
Nuorilta tuli paljon ”mitä tähän pitää tehdä” tyyliä kysymyksiä. Joillakin oli tarve joko selittää mitä tekee tai toistaa ettei tiedä mitä tekee. Yritin vedota antamaan toisille työskentelyrauhan, mutta ei se oikein onnistunut. Välillä oli aina hetki hiljaista, sitten alkoi taas puhe. Tehtävän tekivät kaikki yhdeksän nuorta. Osa nuorista oli erittäin levottomia ja varsinaiseen työn ja sen herättämien ajatusten purkuun emme päässeet.

Tehtävän teki viisi tyttöä ja neljä poikaa. Yksi nuorista tosin kumitti työnsä ennen palauttamista, mutta työstä selvästi näkyy mitä siinä on ollut. Kaksi nuorista piirsi piirustuksen, viisi yhdisti piirrosta ja tekstiä, yksi teki abstraktin työn viivoista ja yksi kirjoitti luettelon. Kaikki työt keskittyivät jokaisen henkilökohtaiseen tulevaisuuteen. Aikaperspektiivinä kahdessa oli tuleva kevät ja pisimmillään parisuhde ja omat pienet lapset eli ehkä noin kymmenen vuotta.

Poikien neljästä piirustuksesta yksi oli abstrakti viivapiirustus ja muut kolme keskittyivät konkreettisiin asioihin ja tavoitteisiin: piirrokset seteleistä ja teksti ”setelit 5–500”,

piirros tupakointikiellettymerkeistä ja teksti "dont smoke" sekä luettelo, jossa muun muassa "salilla käyminen, boxing ja täältä pois pääsy". Tytöt piirsivät tai yhdistivät piirrosta ja tekstiä henkilökohtaisemmalla tasolla. Kahdessa oli kuvattu piirtäjä itse. Toisessa oli nainen lasten ja kotieläinten kanssa sekä toisessa lasin ja kakun kanssa. Kolmeen muuhun tytöt olivat piirtäneet sydämiä, tutteja, sormuksia, kukkia sekä yhdessä oli teksti "mies, kaksi lasta, naimisiin? pysy terveenä". Kaikkien töiden sävy on positiivinen. Vaikka tehtävän tekeminen oli monelle nuorelle haastavaa, ei kukaan ilmaissut, että tulevaisuuden pohtimisessa sinänsä olisi mitään negatiivista.

### 5.5 Maanantai 13.2.2012 Hyvä päivä ☺ Uusi viikko alkoi!



Paikalla oli kahdeksan nuorta.

### Kannustusta

Yksi nuorista pyysi itselleen kehuja siitä, että oli paikalla ja toki nuori sai kehuja sekä piirsin kannustus piirustuksen.

Kymmenen pistettä ja papukaijamerkki -piirustus

### Tavoite ajattelu

Halusin teettää nuorilla NLP harjoituksen (Liite 2), jonka olen itse tehnyt omissa NLP opinnoissani. Tehtävän tavoitteena on oppia muuttamaan negatiivisia asioita positiivisiksi tavoitteiksi sekä tehdä positiivisia havaintoja ensin jostakusta muusta henkilöstä ja sen jälkeen samoja havaintoja itsestään. Harjoitus on alun perin tarkoitettu tehtäväksi yksin ohjaajan opastuksella. Nuoret tekivät tiivistetyn ja selkokieliseksi avatun version tehtävästä. Aluksi pohdimme harjoituksessa käytettäviä termejä. Osa nuoris-

ta oli mukana innolla pohtimassa sanoja. Aikaa meni jonkin verran ja saimme kaikkia tyydyttävät määritelmät sanoille.

#### Tavoite ajattelu

- Ominaisuus
  - tietyn tyyppinen
- Voimavarat
  - jaksaminen – sisäinen voima
- Taito
  - opittu

Kehotin etsimään viisi asiaa, josta haluaa eroon. Osalle viiden keksiminen oli vaikeaa ja osa kirjoittikin vähemmän. Tehtävään nuoret valitsivat yhden asian. Harjoituksen teimme hitaasti ja rauhallisesti. Avasin asiaa suullisesti aina tarpeen vaatiessa.

- ▲ Asia, josta haluan päästä eroon
- ▲ 1. positiivinen
- ▲ Ihminen, joka on tavoitteen kaltainen
  - ominaisuuksia hänellä on
  - Voimavaroja ” ”
  - Taitoja ” ”
- ▲ Mitä ominaisuuksia, voimavaroja ja taitoja sinulla näistä jo on!
- ▲ Jos olisi kaikki ominaisuudet, voimavarat ja taidot  
Millaista elämä olisi + Mitä uutta

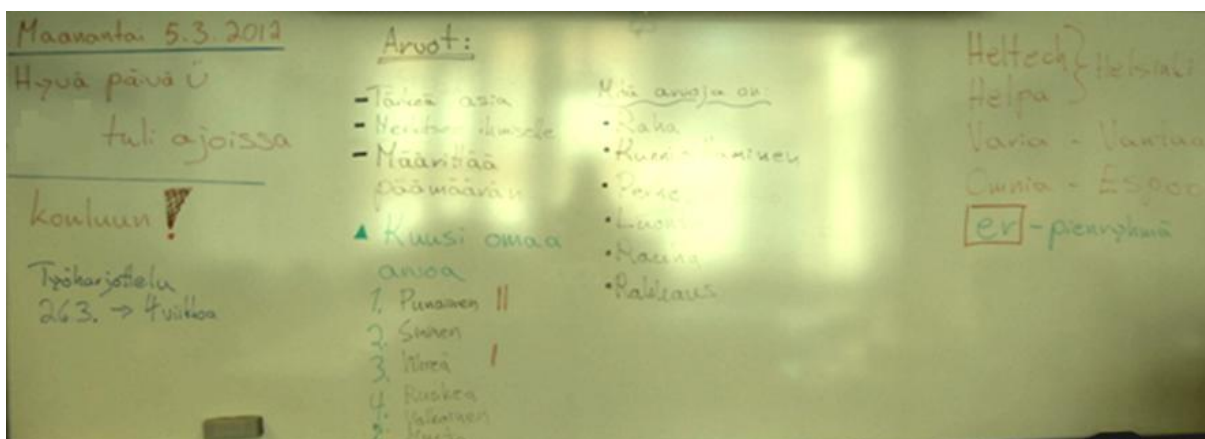
Harjoituksen aikana muutin taululle yhden nuoren asian positiiviseksi tavoitteeksi esimerkiksi kaikille.

Haluan lopettaa kiroilun -> haluan puhua ystävällisesti.

Tämän harjoituksen suurin osa teki selkeästi pohtien ja kirjoittaen. Yksi nuorista ei tehnyt tehtävää ja yksi selvästi vain piirteli vihkoon. Nuorista kukaan ei halunnut kertoa mitä oli kirjoittanut. Toivottavasti nuoret löysivät myös itsestään niitä ominaisuuksia, joita määrittelijät tavoitteen kaltaiselle ihmiselle.



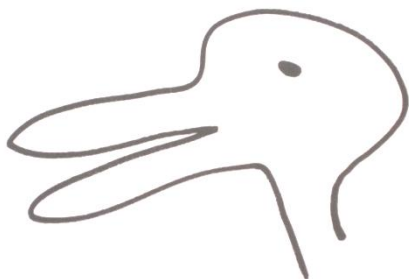
## 5.6 Maanantai 5.3.2012 Hyvä päivä ☺ \*\*\*\* tuli ajoissa kouluun!



Paikalla oli seitsemän nuorta.

### Onko kaikki sitä miltä ensin näyttää, kuulostaa ja tuntuu

Heijastin tunnin aluksi Kani-ankka kuvan ankka asennossa dokumenttikameralla. Nuoret totesivat sen olevan ankka. Kehoitin vielä nuoria kertomaan voisiko se esittää jotakin muuta. Nuorten mielestä se ehkä voisi olla esimerkiksi sorsa, mutta lintu sen on ihan varmasti eikä mikään muu. Käänsin kuvan kani asentoon ja sain reaktioksi "No niin okei". Puhuimme ylipäättään asioiden kyseenalaistamisesta ja tarkkailemisesta kriittisesti.



Kani-ankka (Vilka 2006, 10)

### Arvot ohjaavat toimintaa

Kyselin nuorilta heidän ajatuksiaan mitä on arvo tarkoittaa ja miten arvot vaikuttavat elämään. Nuoret tarjosivat erilaisia arvoja, mutta ainoastaan yksi nuori keskusteli siitä

mitä arvo on. Nuori haastoi minut mielenkiintoiseen keskusteluun arvojen merkityksestä ja siitä onko olemassa yleisiä jokaiselle ihmiselle tärkeitä arvoja.

Arvot:

- Tärkeä asia
- Merkitsee ihmiselle
- Määrittää päämäärän

Mitä arvoja on:

- Kunnioittaminen
- Luonto
- Perhe
- Luonto
- Rauha
- Rakkaus

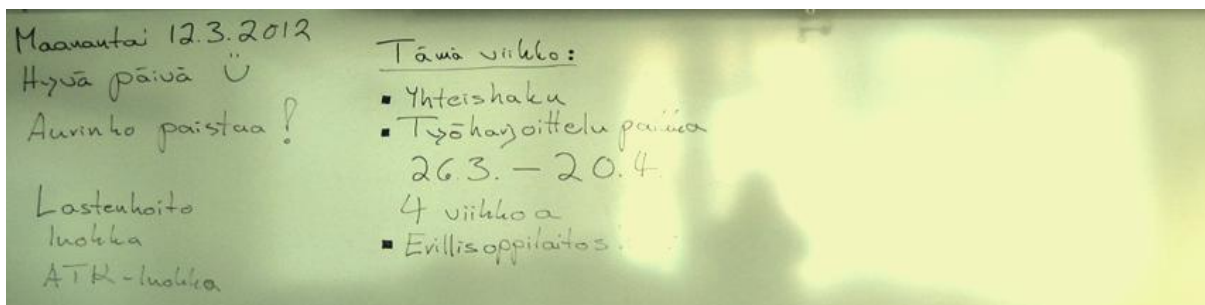
Tulevaisuuskasvatuksessa arvojen pohtiminen on tärkeässä roolissa. Arvojen hahmottaminen on tärkeää, koska arvot ohjaavat toimintaamme sekä vain sitä minkä tunnistaa voi muuttaa. Pyysin nuoria kirjoittamaan viikoon allekkain kuusi omaa arvoa. Kirjoittamisen jälkeen vertaamaan arvoa yksi arvoon kaksi ja vetämään viivan tärkeämmän perään sekä seuraavaksi vertaamaan arvoja yksi ja kolme. Näin jatkaen lopuksi on kaikkia arvoja verrattu toisiinsa ja viivat laskemalla arvot voi asettaa tärkeysjärjestykseen. Selitin ja hahmottelin nuorille tehtävää hyvin perusteellisesti. Kuitenkin iso osa nuorista päätti, etteivät he ymmärrä tehtävää ja jättivät sen tekemättä tai valitsivat jonkun arvoistaan ja vetivät viivoja sen perään. Käytin taululle vertaamisen ja viivojen vetämisen hahmottamiseen värejä, jotta nuoret kirjoittaisivat omia arvojaan, eivätkä minun tarjoamiaan.

▲ Kuusi omaa arvoa

1. Punainen |
2. Sininen
3. Vihreä ||
4. Ruskea
5. Valkoinen
6. Musta

Olisi todennäköisesti ollut toimivampaa antaa tehtävä suoraan ilman keskustelua arvoista yleensä. Silloin arvot olisivat tulleet heti konkreettiselle tasolle. Nyt saattoi käydä niin, että osa nuorista ei ymmärtänyt tunnin alku keskustelua eikä enää ollut kiinnostunut liian vaikeaksi kokemastaan asiasta.

## 5.7 Maanantai 12.3.2012 Hyvä päivä ☺ Aurinko paistaa!



Paikalla oli yhdeksän nuorta, josta yksi pois ensimmäisen tunnin.

### Yhteishaun viimeinen viikko

Valmentavassa koulutuksessa elettiin nuorten tavoitteiden eikä opinnäytetyön ehdoilla. Oppitunneilla 12.- ja 14.3. otin alkuun lyhyen, toivottavasti motivaatiota ja positiivisuutta nostavan teeman ja lopputunnit teimme hyvin konkreettisia tulevaisuuden suunnitelmia eli yhteishakua, hakuja erityisoppilaitoksiin ja työharjoittelupaikkojen hakemista.

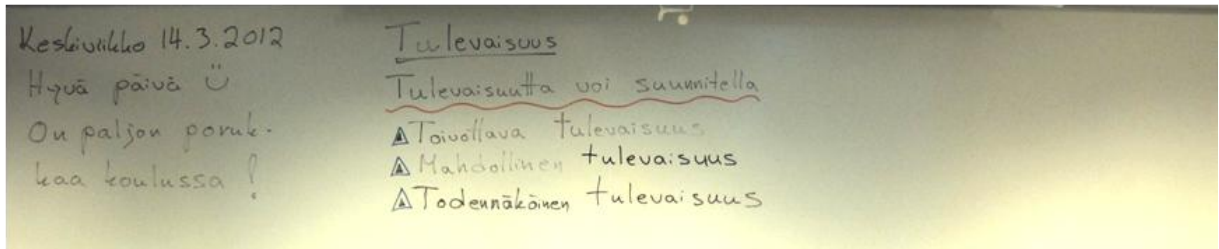
#### Tämä viikko:

- Yhteishaku
- Työharjoittelu 26.3. – 20.4. 4 viikkoa
- Erillisoppilaitos

### Tavoitteeseen voi päästä monella tavalla

Tunnin aluksi keskustelimme ajatuksestani, että jokainen joka osaa juosta pystyy juoksemaan maratonin. ”Usein ajatellaan, että maratonin juosseilla ihmisillä on joku poikkeuksellinen taito. Kuitenkin jos juokset 100 metriä päivässä, maraton on juostu 422 päivän kuluttua. Kilometrin päivittäisellä juoksemisella aikaa menee reilu kuukausi. Jokainen tekee asiat omalla tavallaan. Toki 42,195 kilometriä voi juosta kerrallakin.” Nuoret reagoivat ajatukseen positiivisesti ja olivat samaa mieltä, että noinkin asian voi ajatella.

## 5.8 Keskiviikko 14.3.2012 Hyvä päivä ☺ On paljon porukkaa koulussa!



Paikalla oli yhdeksän nuorta, josta yksi pois ensimmäisen tunnin.

### Toivottu, mahdollinen ja todennäköinen tulevaisuus

Motivoin nuoria havaitsemaan tulevaisuuden tutkijoiden käyttämän kolmijaon toivottu, mahdollinen ja todennäköinen tulevaisuus kautta, että tulevaisuutta voi suunnitella. Nuoret hahmottivat hyvin toivotun tulevaisuuden positiiviseksi tavoitteeksi, jota kohden kannattaa pyrkiä ja tehdä työtä esimerkiksi nuoret mainitsivat koulupaikka syksyksi. Mahdolliseen tulevaisuuteen kuuluvat myös negatiiviset ja suunnittelemattomat asiat. Todennäköinen tulevaisuus on muun muassa erilaisten aikataulujen ennalta määrittelemä, esimerkiksi viikonloppuna ei ole koulua tai koulu loppuu 30.5.. Innostuin itsekkin keskustelusta niin paljon, etten poikkeuksellisesti kirjoittanut ajatuksia taululle.

#### Tulevaisuus

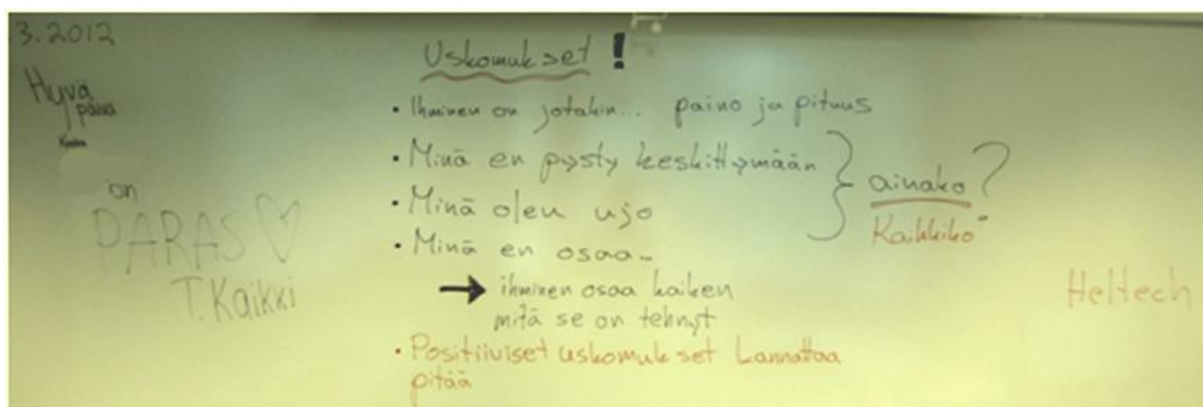
#### Tulevaisuutta voi suunnitella

- ▲ Toivottu tulevaisuus
- ▲ Mahdollinen tulevaisuus
- ▲ Todennäköinen tulevaisuus

### Yhteishaun viimeinen viikko

Toisen oppitunnin teimme maanantain tapaan hyvin konkreettisia tulevaisuuden suunnitelmia eli yhteishakua, hakuja erityisoppilaitoksiin ja työharjoittelupaikkojen hakemista.

## 5.9 Maanantai 19.3.2012 Hyvä päivä Koska \*\*\*\*\* on PARAS ♥ T:Kaikki



Paikalla oli seitsemän nuorta.

Hyvä päivä ☺ teema lähtee silloin tällöin elämään omaa elämäänsä. Tullessani luokkaan eräs nuorista oli kirjoittanut taululle itsestään.

Hyvä päivä Koska \*\*\*\*\* on PARAS ♥ T:Kaikki

### Uskomusten purkaminen

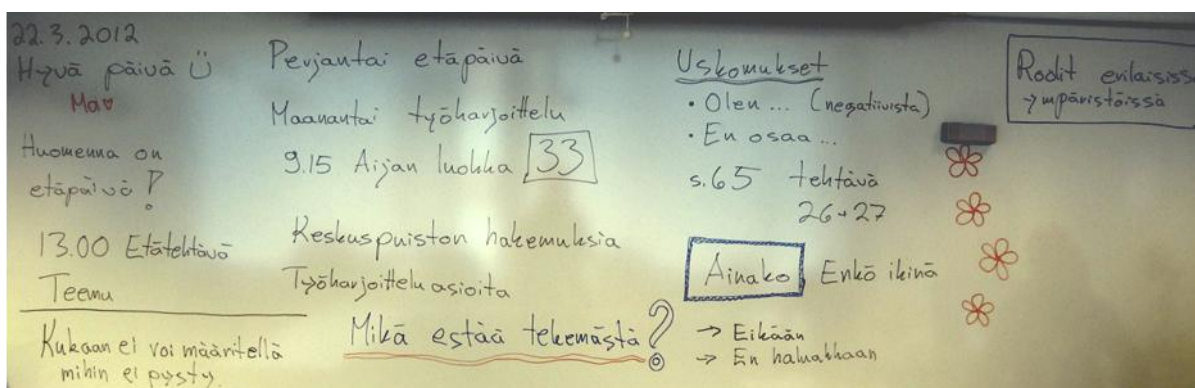
Puhuimme uskomuksista ja niiden vaikutuksesta elämään. Usein keskustelut itsetuntemuksesta lähtevät ajatuksesta, että on hyväksi määritellä millainen on. Jos nuori määrittelee, että hän on ujo, hän myös käyttäytyy ujosti erilaisissa tilanteissa koska hän on ujo. Kehoitin nuoria pohtimaan erilaisia käsityksiä itsestään: "Oletko ujo myös esimerkiksi kotona entä vaikka lemmikkieläinten seurassa? Ai etkö? Et siis aina ole ujo." Nuoret saivat kirjoittaa vihkoihinsa erilaisia käsityksiä itsestään sekä haastaa ja purkaa niitä. Heitin nuorille myös ajatuksen: "Ihminen osaa kaiken mitä on kerran tehnyt. Jos on laskenut yhdenkin laskun, ei voi sanoa ettei osaa matematiikkaa. Jos on kerrankin pelannut koripalloa, ei voi sanoa ettei osaa palata."

#### Uskomukset!

- Ihminen on jotakin... paino ja pituus
- Minä en pysty keskittymään Ainako?
- Minä olen ujo **Kaikkiko**
- Minä en osaa
  - ihminen osaa kaiken mitä on tehnyt
- **Positiiviset uskomukset kannattaa pitää**

Ainako? on hyvä kysymys haastaa omia ajatuksiaan ja uskomuksiaan. Kysymys: kaikkiko? toimii esimerkiksi ”kaikki ovat minua parempia...” pohdinnoissa. Olla sanan voi myös korvata sanoilla: tuntuu, näyttää, kuulostaa, ajattelen. ”Minusta tuntuu että olen ujo” on jo ehdollinen lause. Tällöin asia on tunne, mutta ei välttämättä pidä paikkaansa.

## 5.10 Torstai 22.3.2012 Hyvä päivä ☺ Huomenna on etäpäivä!



Paikalla oli seitsemän nuorta.

### Uskomusten purkamisen kertaus

Tuntien aluksi minun piti viimeistellä erityisoppilaitoshakemus yhden nuoren kanssa, joten kertosin nopeasti edellisten tuntien uskomusten purkamisen aiheen ja nuoret tekivät kaksi tehtävää Elämäntaitokurssin materiaalista.

#### Uskomukset

Olen... (negatiivista)

En osaa...

s. 65 tehtävä 26+27

Ainako

Eikö ikinä

Tehtävä:

#### **Tehtävä 26**

**Kirjoita omia kielteisiä uskomuksia, ajatusmalleja tai sisäistä puhetta ja muodosta niille myönteisiä vastaväitteitä.**

Uskomus/ajatusmalli Vastaväite/vasta-ajatus

#### **Tehtävä 27**

**Haitalliset ajatukset ja vasta-ajatukset.**

**Kirjaa haitallisia ajatuksiasi edellisen viikon listastasi ja muodosta vasta-ajatus**

Haitallinen ajatus Vasta-ajatus

(Aarnio-Tervo & Marttinen & Passiniemi 2006, 65)

### **Mikä estää tekemästä vai estääkö mikään**

Puhuimme teemasta: haluan etelään hiekkarannalle → mikä estää menemästä? Ei ole rahaa → mikä estää kävelemästä? En halua kävellä → Mikään ei estä, mutta en halua. Teeman idea on, että kaikki on mahdollista, joten ei ole hyötyä kasata itselleen negatiivista asennetta tai syytä jotakuta ihmistä tai asiaa ettei voi toteuttaa haaveitaan. En toki kehota ketään lähtemään oikeasti kävelemään, eivätkä nuoret sitä niin ajattelekaan. Päädyimme lopputulokseen, että tavoitteiden ja haaveiden toteutumisella on aikansa ja paikkansa. Työskenteleminen tavoitteiden eteen nopeuttaa niiden toteutumista.

Mikä estää tekemästä?  
 → Eikään  
 → En haluakaan

Puhuimme myös ihan perusajatuksista, että jokainen itse määrittelee omat voimavaroinsa, tietonsa ja taitonsa.

Kukaan ei voi määritellä  
 mihin (joku toinen) ei pysty

Puhuimme myös kuinka ympäristönvaihdos mahdollistaa erilaisen roolin ottamisen itselle. Jos koulussa on esimerkiksi negatiivinen asenne tehtäviä kohtaan, voi päättää ottaa positiivisemmän asenteen työharjoittelussa. Uudessa ympäristössä kenelläkään ei ole minkäänlaista ennakkokäsitystä ihmisestä, joten ihminen voi uudessa ympäristössä antaa mahdollisuuksien mukaan sellaisen kuvan itsestään kun itse haluaa.

Roolit erilaisissa ympäristöissä
-------------------------------------

Puhuimme lopuksi kurssin loppumisesta ja sen annista. ”Joo oli tosi kivaa. Joo opittiin tosi paljon. Joko saadaan lähtee?” Seuraavan päivän etäpäivä, tulossa oleva viikon loppu ja seuraavan viikon alkava työharjoittelu näkyivät nuorissa. Keneltäkään nuorista en saanut sellaisia kommentteja, josta olisi voinut tulkita mitään suuntaan tai toiseen.

## 6 POHDINTA

Opinnäytetyön raportti esittelee prosessia ja kehittämistyötä, jota tein Helsingin Diakoniaopistolla nuorten valmentavan koulutuksen ryhmän Tulevaisuuden suunnittelu -kurssilla kevätlukukaudella 2012. Raportissa olen ensin avannut prosessin lähtökoh-  
tia oman koulutukseni ja työhistoriani näkökulmasta. Olen esitellyt nuoruutta elämän-  
vaiheena yleisemmin ja erilaisia nuorten haasteita. Olen kertonut erilaisia näkökulmia  
oppimiseen ja tietoon sekä pohtinut työn eettisyyttä. Tietoperustani on tulevaisuus-  
kasvatus, jonka lisäksi olen kertonut NLP:n, ratkaisukeskeisen työtavan ja unelma-  
ajattelun peruseräkkeitä. Varsinaisen Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin kulun  
olen kertonut päiväkirjamuodossa.

Opetussuunnitelman tavoitteiden pohjalta määrittelin opintokokonaisuuden kehittä-  
miskohteiksi ja tavoitteiksi motivoida nuoria pohtimaan tulevaisuuttaan, saada nuoret  
luottamaan positiiviseen tulevaisuuteen ja valaa nuoriin uskoa siihen, että tulevaisuu-  
teen voi vaikuttaa. Kurssin tavoitteena oli tarjota konkreettisia keinoja tulevaisuuden  
suunnitteluun, tavoitteiden määrittelyyn ja tavoitteiden toteuttamiseen.

Nuorten näkökulmasta kurssin tavoitteiden toteutumisen määrittely on iso haaste ja  
osittain täysin mahdotonta. Itse havahtuin NLP:n voimakkaaseen vaikutukseen elä-  
mässäni lähes puoli vuotta oman koulutukseni loppumisen jälkeen. Puolen vuoden  
kuluttua Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin nuoret ovat jo jatkaneet matkaansa Dia-  
koniaopistolta. Toisaalta ei edes tue nuoren tavoitteita, että nuori kokee velvollisuu-  
dekseen raportoida kaikista ajatuksistaan minulle kouluttajana. Huipputavoitteena on  
nuoren eliniän pituinen ajattelutavan muutos eikä joukko tehtäviä, jotka nuori tekee  
suorittaakseen kurssin.

Olemme nuorten kanssa kouluympäristössä, jossa jo lähtöajatus on, että kysymyksiin  
on oikea ja väärä vastaus. Aloittaessani työt erityistä tukea tarvitsevien nuorten  
kanssa, kiinnitin huomiota joidenkin nuorten taitoa pohtia asioita ja ja hämmästyin  
heidän kyvystään antaa oivaltavia vastauksia esimerkiksi elämäntaitoon tai itsetun-  
temukseen liittyviin kysymyksiin. Meni aikaa ennen kuin ymmärsin, että ajatukset oli-

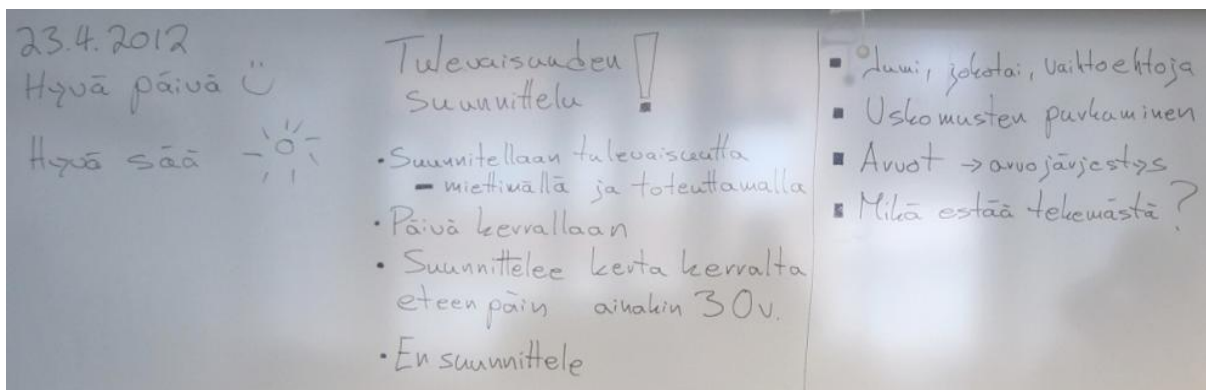


vat usein alun perin erilaisten nuorten kanssa työskentelevien aikuisten tarjoamia. Monet nuoret tapaavat säännöllisesti esimerkiksi psykiatreja, psykologeja, terapeutteja, sairaanhoitajia ja sosiaalityöntekijöitä. Useat nuoret myös asuvat lasten- tai nuorisokodeissa hoitoalanyöntekijöiden ympäröiminä. Nuoret eivät välttämättä toteuta ajatuksia elämässään. Esimerkiksi päihteistä ja niihin liittyvistä riskitekijöistä nuorilla on paljon tietoa, mutta käyttäytyminen voi olla todella holtitonta. Haasteeksi muodostuu se, kuinka tieto saavuttaa seuraavan tason eli muuttaa asenteita ja toimintatapoja. Olisi tarkoituksenmukaisempaa, jos nuoret oppisivat aidosti muutaman tärkeän asian ja ajattelutapa muuttuisi. Syvätason oppiminen tuottaa oleellisesti paremman kyvyn analysoida opiskeltua asiaa, jäsentää sitä kokonaisuutena, nähdä sen sisäisiä yhteyksiä ja soveltaa sitä uusiin ongelmiin (Engeström 1987, 26).

En usko, että kukaan nuorista on valmentavassa koulutuksessa tiedon puutteen vuoksi. Nuoret ovat saaneet monilta heidän kanssaan työskennelleiltä aikuisilta kotona, koulussa, vapaa-ajalla ja erilaisissa hoitosuhteissa paljon tietoa esimerkiksi tulevaisuuden suunnittelusta. Koen, että oli hyödyllistä hiukan haastaa nuorten ajatuksia ja tarjota jotain vähän erilasta. ”Jos se, mitä teet ei toimi tee jotain muuta” (Vihonen 2012) on yksi NLP:n perusoletuksesta. Mutta miten ajatusten muuttuminen todennetaan? Olen ollut omalla NLP -taipaleellani nyt kaksi vuotta ja vieläkin lähes päivittäin oivallan erilaisia tapoja työstää omia ajatuksiani ja tavoitteitani. Työ on kuitenkin kannattanut, jos kurssilla kuitenkin on positiivinen vaikutus yhdenkin nuoren tulevaisuuteen

Heti Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin jälkeen alkoi nuorten työharjoittelu. Pääsin puhumaan vajaan puolen luokan kanssa yli neljä viikkoa kurssin loputtua. Ajankohta oli huono, koska nuoret tapasivat toisensa ensimmäistä kertaa moneen viikkoon ja paikalla oli juuri niitä nuoria, jotka olivat olleet paljon poissa koulusta kurssin aikana. Mutta opinnäytetyön kannalta ajankohta oli ainut mahdollinen. Jatkossa palaamme kurssin teemoihin ja virkistämme muistia sekä kertaamme konkreettisesti harjoituksia.

Maanantai 23.4.2012 Hyvä päivä ☺ Hyvä sää ☀



paikalla oli 5 nuorta

Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin muistelua:

Tulevaisuuden suunnittelu!

- Suunnitellaan tulevaisuutta
  - miettimällä ja toteuttamalla
- Päivä kerrallaan
- Suunnittelee kerta kerralta eteenpäin ainakin 30v.
- En suunnittele

Aloitin nuorten ajatusten keräämisen samalla tavalla kuin kurssin ensimmäisellä tunnilla tammikuussa. Mitä on tulevaisuuden suunnittelu? Keskustelu kääntyi nopeasti pohdintaan, kannattaako suunnitella tulevaisuutta vai elää päivä kerrallaan, jos elinikä on jäljellä noin kaksi vuotta. Pohdinnalle on myös olemassa todellinen pohja. Mietimme ajatusta kahdelta suunnalta: toisaalta kannattaa elää päivä kerrallaan ja täysipainoisesti mutta toisaalta voi tehdä enemmän asioita, kun vähän suunnittelee etukäteen. Erittäin mielenkiintoinen oli myös yhden nuoren ajatus, että hän suunnittelee omaa elämäänsä kerta kerralta pidemmälle ja pidemmälle siitä, mihin edellisellä kerralla jäi.

- Jumi, joko tai, vaihtoehtoja
- Uskomusten purkaminen
- Arvot → arvojärjestys
- Mikä estää tekemästä

Yritin herätellä muistikuvia siitä, mitä olimme kurssilla puhuneet. Yksi nuorista kertoi, että on ajatellut koulun ulkopuolellakin sitä, mistä olemme puhuneet, mutta ei osannut tai halunnut ryhtyä erittelemään tarkemmin. Muut nuoret eivät oikein osanneet

sanoa mitään. Tosin paikalla olleillahan oli paljon poissaoloja. Jatkoimme keskustelua ja kirjoitin listaa taululle, ja esimerkiksi arvoista nousi yhdelle nuorelle mieleen arvojärjestys. Pyysin nuoria kirjoittamaan, mitä kurssilla on tapahtunut, kun kaikki ovat tyytyväisiä kurssiin. Yritin selkeyttää tehtävää ensin Tulevaisuuden suunnittelu -kurssista näkökulmasta ja sitten yleensä mistä tahansa kurssista. Eli mistä tietää, että kurssi on onnistunut?

”Olen ollut kurssilla, tulin ajoissa, kuuntelin tunnilla”

”Tulinpa aina ajoissa ja tupakat jäi hyllyyn, aurinko paistoi, ajoissa, sain tytön”

”Kaikki tuli ajoissa, oltiin aktiivisesti mukana, kaikilla oli omat mielipiteet, kaikki teki tehtävät, kaikki oli paikalla, kaikilla oli hauskaa, oppilaat olivat mukavia toisilleen, oppi uusia asioita kuten sanomaan hyviä asioita itsestään, olen ollut mukana tunneilla, kouluttaja mukava, tarpeen tullen vaativa”

”Kouluttaja on tarjonnut makeisia oppilaille joka tunnilla ja oppilaat ovat kiittäneet opettajaa antamalla omenan.”

”Blablabla bla bla blabla blabla blablabla bla blabla blabla blablablabla...”  
Tätä blablaata nuori oli jaksanut kirjoittaa yhdeksän riviä.

Yhteenvetona voisi tämän perusteella sanoa, että osalle nuorista kurssilla on ollut merkitystä jo nyt ja se on herättänyt uusia ajatuksia, esimerkiksi ”oppi uusia asioita kuten sanomaan hyviä asioita itsestään”. Osa ei osannut eritellä kurssin oppia ja omakohtaista merkitystä. Toisaalta, kuten jo olen aikaisemmin pohtinut, itsekkin ymmärsin NLP:n ajatusten vaikutuksen vasta puoli vuotta koulutuksen loppumisen jälkeen.

Yhtä kurssia huomattavasti pidempään tulevaisuuskasvatuksen merkitystä seurasivat helsinkiläiset ja espoolaiset opetusalan ammattilaiset, joidenideoiman kuuden vuoden pituisen Tulevaisuuskasvatushankkeen arvokkaimmaksi saavutukseksi koettiin se, että oppilaiden tulevaisuusajattelun taidot näyttivät kehittyneen ja tulevaisuususkollisääntyneen. Osallistujien arvion mukaan tulevaisuuskasvatus näyttää voivan vaikuttaa oppilaiden itsetuntemukseen, tunnetaitoihin, osallistumiseen, selviytymistaitoihin, muutoksen hallintaan, luovuuteen ja sisuun. (Halinen & Järvinen 2007, 34.) Itse uskon, että NLP -perustaisella mallilla päästään kokonaisuutena vielä parempiin tuloksiin. NLP:n ajatukset ovat voimaannuttavia muutenkin elämässä, eivät ainoastaan tulevaisuutta suunnitellessa. Puhuin kurssin ulkopuolella yhden kurssille osallistuneen nuoren kanssa edellisen illan kinastelusta äidin kanssa. Nuori totesi: ”Olinpas

mä negatiivinen. Taidan olla aina aika negatiivinen äidille.” Nuori oli tehnyt hienosti havainnon itsestään ja omasta käytöksestään. Näin nuori pystyy halutessaan muuttamaan sitä.

Valmentavassa koulutuksessa nuorten opinnot arvioidaan sanallisesti. Arvioinnin tavoitteena on motivoida, ohjata ja kannustaa opiskelijaa henkilökohtaisten tavoitteiden saavuttamisessa. Arvioinnissa kuvataan sitä, miten opiskelija on saavuttanut omat, henkilökohtaiset opiskeluun ja kuntoutumiseen liittyvät tavoitteensa. (Helsingin Diakoniaopisto 2010, 12.) Sanallinen arviointi on tavoiteperustaista. Kurssin arviointi voi olla esimerkiksi: Opiskelija on pohtinut tulevaisuuttaan sekä harjoitellut konkreettisia keinoja tulevaisuuden suunnittelun ja tavoitteiden määrittelyn tueksi. On tärkeää, että nuoret ymmärtävät, mitä arviointilause tarkoittaa. Tulevaisuuden suunnittelu -kurssin tavoitteet eivät ole konkreettisia, eli todella konkreettista arviolauseita on hankala muodostaa. Käyn nuorien kanssa läpi arviointilauseita ja muisteleme kurssia, jotta nuori ymmärtää arvioinnin.

Tulevaisuuden suunnittelu oli yhden opintoviikon kurssi. Yhdestätoista nuoresta kuusi oli paikalla säännöllisesti. Heillä oli poissaoloja vain 0-2 tuntia. Poissaolot keräytyivät viidelle opiskelijalle, jotka saavat kurssista puolen opintoviikon suorituksen. Arvioinnit ja suoritettavat opintoviikot muodostuvat henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelman pohjalta. Yleensä vain paljon poissaolevat nuoret eivät pysty kompensoimaan poissaolojaan muulla aktiivisuudella.

Itse en ole koskaan ollut erityisen kiinnostunut vaihtoehtoisista ajatusmalleista, joihin NLP:n lasken. Kiinnostus alkoi puhtaasti omasta voimaannuttavasta kokemuksesta, jota olen avannut tässä raportissa jo aikaisemmin. Samoin tämä opinnäytetyöprosessi on ollut minulle erittäin paljon intoa ja energiaa antava kokemus. Prosessi on antanut uskoa omaan ajatteluun sekä äärettömän positiivisen kokemuksen uuden tiedon löytämisestä, ymmärtämisestä ja oppimisesta. Suurimman tietomäärän ja opin olen saanut, kun tietoperustaa tutkiessani olen löytänyt sekä suurempia konteksteja omille ajatuksille, että yhteneväistä ajatusmaailmaa monelta eri tahoilta. Pyrin refleктоimaan työtäni paljon, ja näin intensiivinen reflektointi ja tietoperustan aktiivinen kuljettaminen toiminnan rinnalla on avannut paljon uusia ajatuksia. Ammatillinen kasvu on jatkuvaa

oman osaamisen kehittämistä, sitoutumista työhön sekä ammatillisen identiteetin ja työpersoonan reflektiivistä uudelleen määrittelyä (Wallin 2007, 1-2).

Helsingin Diakoniaopistolla suhtaudutaan positiivisesti oman työn ja koko valmentavan koulutuksen kehittämiseen. Samoin luottamus ammattitaitooni on ollut vahva. Esimerkiksi NPL ei ole ollut tuttu työtapana, mutta minulle on annettu mahdollisuus innovoida, kokeilla, arvioida ja etsiä erilaisia tapoja työskennellä nuorten kanssa. Samaa aikaa opinnäytetyön kanssa on Diakoniaopistolla ollut käynnissä opiskelijaprofiilien määrittely, lisäksi toteutussuunnitelmien määrittely eli niin kutsuttu TOTS -työ. TOTS:in ideana on opetussuunnitelman ja opiskelijaprofiileiden pohjalta miettiä kursseille konkreettisia sisältöjä, toteutustapoja ja kurssien sijoittelua valmentavan vuoden aikana. Itsetuntemus ja sosiaaliset taidot eli näin ollen myös Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi ovat olleet oppiaineita, joita oma kouluttaja on pitänyt omalle ryhmälleen. Oma kouluttaja tuntee ryhmänsä parhaiten ja usein esimerkiksi negatiivisista kokemuksista elämän varrella on helpoin puhua sen tutuimman kouluttajan kanssa.

Olemme nuorten valmentavan kouluttajien kesken keväällä 2012 vaihtaneet koulutettavia oppiaineita keskenämme. Tavoitteena on ollut totuttaa nuoria toimimaan erilaisen aikuisten kanssa ja antaa nuorille mahdollisemman laadukasta koulutusta, onhan jokaisen kouluttajan ammattitaidon vahvuudet erilaisia. Esimerkiksi yksi kouluttajista on opettanut ryhmälleni tietoviestintää ja minä opetan hänen ryhmälleen vielä kevään aikana aktiivinen kansalainen oppiainetta. Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi, jossa keskitytään menneisyyden tapahtumien sijaan tulevaisuuden positiivisiin visioihin ja tavoitteiden toteutumiseen, toimii varmasti hyvin vaihdettavana oppiaineena. Tällöin kaikki viisi valmentavaa ryhmää pääsisivät mukaan pohtimaan tulevaisuuttaan, kasvattamaan luottamusta positiiviseen tulevaisuuteen ja kohottamaan uskoa, että tulevaisuuteen voi vaikuttaa.

Koen itse voimaannuttavan tulevaisuuden suunnittelun todella tärkeäksi nuorille ja varsinkin erityistä tukea tarvitseville nuorille. Nuoret voivat kokea, ettei ole hyödyllistä tai edes mahdollista pohtia tai asettaa tavoitteita tulevaisuuden suhteen. Haluan jat-

kossa kehittää kurssia selkeämmäksi kokonaisuudeksi, jotta kurssia olisi mahdollista järjestää erilaisissa ympäristöissä ja tarjota kurssipohjaa muillekin käytettäväksi.

Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi ja opinnäytetyö ovat osa jatkuvasti etenevää prosessia. Tällä hetkellä minulla on tunne, että pohjatyö on tehty ja tästä kurssi vasta saa ilmaa siipiensä alle ja muotoutuu tulevaisuudessa kerta kerralta entistä paremmaksi ja voimaannuttavammaksi nuorille.

.

## 7 LÄHTEET

- Aarnio-Tervo, Paula & Marttinen, Elina & Passiniemi, Ritva 2006. Elämäntaitokurssi. Viitattu 8.3.2012. Nyyti ry. <http://www.nyyti.fi/palvelut/elamantaitokurssi/osallistujan-opas/>
- Airaksinen, Timo 2006. Onnellisuuden opas. 2. painos. Helsinki: Johnny Kniga Publishing.
- Asetus ammatillisesta koulutuksesta 6.11.1998/811.
- Asikainen, Riitta 2001. Omenat siemenessä. NLP-ajatuksia. Jyväskylä: ai-ai.
- Austin, Patrik 2006. Mitä hemmettiä opit tänään koulussa? Skeptikko (4) 3/2006, 4-7.
- Daavittila, Olli & Mänty, Tarja 2001. Ammatillinen erityisopetus. Teoksessa Markku Jahnukainen (toim.) Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa. 11. täysin uudistettu painos. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto, 138–148.
- Elo, Jenni 2011. Mitä on tulevaisuudentutkimus? Turun yliopisto. Viitattu 24.2.2012. <http://www.tvanet.fi/esittely/tulevaisuudentutkimus/>
- Engeström, Yrjö 1987. Perustietoa opetuksesta. Opiskelijakirjaston verkkojulkaisu 2007. Helsinki: Valtiovarainministeriö, Valtion painatuskeskus.
- Engeström, Yrjö 1995. Kehittävä työntutkimus. Perusteita, tuotoksia ja haasteita. Helsinki: Hallinnon kehittämiskeskus.
- Engeström, Yrjö 2004. Ekspansiivinen oppiminen ja yhteiskehittely työssä. Tampere: Vastapaino.
- Furman, Ben & Ahola, Tapani 2000. Ratkaisukeskeinen itsensä kehittäminen. 2. painos. Helsinki: Lyhytterapia-instituutti oy.
- Haapala, Anu 2002a. Mitä on tulevaisuuskasvatus. Teoksessa Anu Haapala (toim.) Tulevaisuuskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus, 125–140.
- Haapala, Anu 2002b. Tutusta tukea kasvatukseen. Teoksessa Anu Haapala (toim.) Tulevaisuuskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus, 5-14.
- Halinen, Irmeli & Järvinen, Ritva (toim.) 2007. Tulevaisuuskasvatus – passi tulevaisuuteen. Helsinki: Opetushallitus.
- Harju, Kristiina 2000. Valmiina muutokseen. Aarrekartan avulla kohti uutta. Helsinki: WSOY.

- Heikkinen, Hannu L. T. 2006. Toimintatutkimuksen lähtökohdat. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 15–38.
- Heikkinen, Hannu L. T. & Huttunen, Rauno & Kakkori, Leena & Tynjälä, Päivi 2006. Totuuden ongelma. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 163–183.
- Heikkinen, Hannu L. T. & Konttinen, Tiina & Heikkinen, Päivi 2006. Toiminnan tutkimisen suuntaukset. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 39–76.
- Heikkinen, Hannu L. T. & Rovio, Esa 2006. Toimintatutkimuksen raportointi. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 114–130.
- Heikkinen, Hannu L. T. & Rovio, Esa & Tomi Kiilakoski 2006. Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 77–93.
- Heikkinen, Hannu L. T. & Syrjälä, Leena 2006. Tutkimuksen arviointi. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 143–162.
- Helsingin Diakoniaopisto 2010. Vammaisten opiskelijoiden valmentava ja kuntouttava opetus ja ohjaus ammatillisessa peruskoulutuksessa, Valmentava I ja Valmentava II, Opetussuunnitelma, 2010.
- Helsingin Diakoniaopisto 2011. Viitattu 15.6.2011. [www.hdo.fi](http://www.hdo.fi)
- Helsingin Diakoniaopisto 2012. Opiskelijaprofiilit – alustava suunnitelma. Tekijän hallussa.
- Helsingin Diakonissalaitoksen säätiö 2011. Vuosikertomus 2010.
- Helsingin Diakonissalaitos 2012. Lausunnon hakeminen Eettiseltä toimikunnalta. Viitattu 25.3.2012. <http://www.hdl.fi/fi/tutkimus/eettisen-toimikunnan-lausunto>



- Hoffrén, Jukka 2011. Kestävän hyvinvoinnin mittaamisen vaihtoehdot. Tilastokeskuksen Hyvinvointikatsaus 1/2011. Viitattu 21.2.2012. [http://www.stat.fi/artikkelit/2011/art\\_2011-03-07\\_004.html?s=0](http://www.stat.fi/artikkelit/2011/art_2011-03-07_004.html?s=0)
- Huovinen, Terhi & Rovio, Esa 2006. Toimintatutkija kentällä. Teoksessa Hannu L. T. Heikkinen & Esa Rovio & Leena Syrjälä (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 94–113.
- Kaivola, Taina & Rikkinen, Hannele 2003. Nuoret ympäristöissään. Lasten ja nuorten kokemusmaailma ja ympäristömielikuvat. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 36.
- Kallio, Kirsi 2011. Oppiminen työelämässä. Oppimateriaali (tekijän hallussa). Helsingin yliopisto.
- Katainen, Antero & Lipponen, Krisse & Litovaara, Anneli 2006. Ratkaisukeskeinen ajattelutapa. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 20.2.2012. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=onn00012&p\\_teos=onn&p\\_selaus=9510](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00012&p_teos=onn&p_selaus=9510)
- Kauhanen, Annika 2011. Yhteisöllisen pedagogiikan ABC. Koulun yhteisöllisyyden ja osallisuuden kehittäminen nuorisotyön keinoin. Uusiutuva koulu ja nuorisotyö -hanke. Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Kestilä, Laura & Heino, Tarja & Solantaus, Tytti 2011. Nuorten syrjäytyminen – epäsuotuisia polkuja aikuisuuteen. Haaste. Asiantuntevasti rikosentorjunnasta ja kriminaalipolitiikasta. Oikeusministeriö. Viitattu 17.3.2012. <http://www.haaste.om.fi/Etusivu/Lehtiarkisto/Haasteet2011/Haaste12011/1290610410395>
- Kivekäs, Marja 2001. Ammatillinen koulutus nuoren selviytymisen ja syrjäytymisen pelikenttänä. Teoksessa Marja Kivekäs & Katja Suopajarvi Syrjäänpudotettu vai oman tiensä kulkija. Nuori ammatillisen koulutuksen keskeyttäjänä. Kotka: Kotkan kaupungin sivistystoimi, 4–120.
- Kivistö, Torsti 1994. Tietoisuuden evoluutio ja uusi ihmiskuva. Teoksessa Pirkko Pitkänen (toim.) Katse kohti tulevaa. Tuulevaisuuskasvatuksen suuntaviivoja. Helsinki: Tulevaisuuden Tutkimuksen Seura, 17–14.
- Kokko, Riitta Liisa 2006. Tulevaisuuden muistelu. Ennakointidialogit asiakkaiden kokemina. Helsinki: Stakes.
- Kärkkäinen, Kati 1999. Eväitä elämänhallintaan. Konstruktionistinen lähestymistapa opiskelijoiden ratkaisukeskeisiin elämänhallinnan ryhmiin. Teoksessa Tapio Kuure

- & Kati Kärkkäinen & Petri Paju & Anne Soininen. Kutsuuko Yhteiskunta? Nuoret jäsenyyksiä lunastamassa ja haastamassa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 138–215.
- Laki ammatillisesta koulutuksesta 21.8.1998/630.
- Lasten ja nuorten erityisohjaajan ammattitutkinto 2003. Näyttötutkinnon perusteet. Opetushallitus.
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.
- Lauerma, Hannu 2011. NLP – Aggressiivisesti markkinoituja uskomuksia. Skeptikko (5) 3/2011, 29–31.
- Leitola, Kaisa 2001. Oppimisen NLP. Helsinki: Tammi.
- Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116.
- Mikkonen, Anu 2000. Nuorten tulevaisuuskuvat ja tulevaisuuskasvatus. Kasvatustieteiden tiedekunta. Joensuun yliopisto. Väitöskirja. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja N:o 57.
- Niskanen, Vesa A. 2010. Kohti tutkivaa työtapaa. Viitattu 22.2.2012. [http://www.mv.helsinki.fi/home/niskanen/kotutapa\\_niskanen\\_10\\_11.pdf](http://www.mv.helsinki.fi/home/niskanen/kotutapa_niskanen_10_11.pdf)
- Nurmi, Jan-Erik 1998. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa Paula Lyytinen & Mikko Korhakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. 1.-3. painos. Porvoo: WSOY, 157-174.
- Nurmi, Jan-Erik & Salmela-Aro, Katariina 2002. Motivaatio elämänkaaren siirtymissä. Teoksessa Katariina Salmela-Aro & Jan-Erik Nurmi (Toim.) Mikä Meitä liikuttaa. Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus, 54-66.
- O'Connor, Joseph & McDermott, Ian 1998. NLP:n aakkoset. käännös: Maarit Shalchi. Helsinki: ai-ai.
- Ojanen, Markku (toim.) 2004. Kirjoittajat: Ojanen, Markku & Kotakorpi, Soile & Kumpulainen, Sinikka & Tenkku, Markku & Vadén, Totte & Vikeväinen-Tervonen, Leena & Kiviahho, Matti & Hiltunen, Sirkka 2004. Terapiastako ratkaisu – Tutkimus NLP-perustaisen psykoterapian tuloksellisuudesta. Helsinki: ai-ai.
- Ollila, Anne K. 2008. Kerrottu tulevaisuus. alueet ja nuoret, menestys ja marginaalit. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Lapin yliopisto. Väitöskirja.

- Opetushallitus, 2010. Vammaisten opiskelijoiden valmentava ja kuntouttava opetus ja ohjaus ammatillisessa peruskoulutuksessa 2010. opetussuunnitelman perusteet. Helsinki: Opetushallitus.
- Opetushallitus 2012. Valmentavaa ja kuntouttavaa opetusta tarjoavat oppilaitokset. Viitattu 19.2.2012. [http://www.edu.fi/ammattikoulutus/ammattillinen\\_erityisopetus/vammaisten\\_opiskelijoiden\\_valmentava\\_ja\\_kuntouttava\\_opetus\\_ja\\_ohjaus/](http://www.edu.fi/ammattikoulutus/ammattillinen_erityisopetus/vammaisten_opiskelijoiden_valmentava_ja_kuntouttava_opetus_ja_ohjaus/) oppilaitokset
- Opetusministeriö. 2002. Ehdotus erityisopetuksen strategiaksi toisen asteen ammatillisen koulutukseen. Opetusministeriön työryhmien muistioita. 6:2002.
- Paananen, Reija 2011. Miten nuoret aikuiset voivat? Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 21.2.2012. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kasvunkumppanit-fi/ajankohtaista/marraskuun\\_2011\\_teema/miten\\_nuoret\\_aikuiset\\_voivat](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/ajankohtaista/marraskuun_2011_teema/miten_nuoret_aikuiset_voivat)
- Pitkänen, Pirkko 1994. Tulevaisuuskasvatus. Teoksessa Pirkko Pitkänen (toim.) Katse kohti tulevaa. Tuulevaisuuskasvatuksen suuntaviivoja. Helsinki: Tulevaisuuden Tutkimuksen Seura, 49–55.
- Puustinen, Marja 2008. Hyvät eväät huomiseen. Tulevaisuuskasvatus vahvistaa lapsen itsetuntoa ja elämänhallintaa. Opettaja (51) 39/2008, 14–15.
- Päivänsalo, Piia & Miettinen, Kaija 2004. Selvitys vammaisten opiskelijoiden valmentavasta ja kuntouttavasta opetuksesta ja ohjauksesta kevätlukukaudella 2003. Opetushallitus.
- Raisamo, Susanna & Pere, Lasse & Lindfors, Pirjo & Tiirikainen, Mikko & Rimpelä, Arja 2011. Nuorten terveystapatutkimus 2011. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2011. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistiota 2011:10.
- Rajala, Ilkka 2011. Licensed Practitioner of NLP™ 2011. Espoo: NLP Academy International Oy Ltd.
- Rubin, Anita 1995. Ote huomiseen. Tulevaisuustietoisuus opetuksessa. Helsinki: Tulevaisuuden tutkimuksen seura.
- Rubin, Anita 2002. Nuoren ohjenuorat. Tulevaisuusnäkökulman avaamisen merkityksestä. Teoksessa Anu Haapala (toim.) Tulevaisuuskasvatus 2002. Jyväskylä: PS-kustannus, 28–49.
- Salmi, Venla 2004. Varhaisnuorten normirikkomukset - ongelma vai osa nuoruutta? Helsinkiläisten 12 - 13 -vuotiaiden kielletyn ja rikollisen toiminnan laajuus, piirteitä

- ja merkityksiä. Käyttätymistieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Väitöskirja. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura julkaisuja 40.
- Sarala, Urpo & Sarala, Anita 1996. Oppiva organisaatio. oppimisen, laadun ja tuottavuuden yhdistäminen. 2. painos. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Sarja, Jari 2006. Dialogipedagogiikka. Viitattu 22.2.2012. <http://verkkopedagogiikka.fi/dialogipedagogiikka.html>
- Sinisalo-Juha, Eeva 2011. Nuoren identiteetti nuorisotyössä. Identiteettiteorioiden näkökulmia informaaliin kasvatukseen.. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. Pro gradu -tutkielma.
- Stenberg, Kari 2006. ”Olen nauttinut opettamisesta enemmän kuin viimeiseen kymmeneen vuoteen” – Oppimistyylien tunnistaminen piristää koulu yhteisöä. Teoksessa Erilaiset oppijat – yhteinen koulu. Helsinki: Opetushallitus, 8–9.
- Suomen Nuorisoyhteistyö - Allianssi ry 2012. Nuorten osallisuus. Viitattu 17.3.2012. <http://www.alli.fi/nuorten+osallisuus/>
- Suomen virallinen tilasto (SVT) 2011. Tieto- ja viestintätekniikan käyttö. Liitetaulukko 15. Yhteisöpalveluiden käyttö iän, toiminnan, koulutusasteen, asuinpaikan kaupunkimaisuuden ja sukupuolen mukaan 2011, %-osuus väestöstä. Viitattu 23.2.2012. [http://www.stat.fi/til/sutivi/2011/sutivi\\_2011\\_2011-11-02\\_tau\\_015\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/sutivi/2011/sutivi_2011_2011-11-02_tau_015_fi.html)
- Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Lapsiköyhyys on Suomessa kasvussa. Viitattu 21.2.2012. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/hankkeet/stop\\_koyhyys/nakokulmia/lapsikoyhyys\\_on\\_suomessa\\_kasvussa](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/hankkeet/stop_koyhyys/nakokulmia/lapsikoyhyys_on_suomessa_kasvussa)
- Törrönen, Maritta 2003. Lasten arki laitoksessa — Elämistila lastenkodissa ja sairaalassa. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Vataja, Sara 1998. VAK-projektin tarina. Teoksessa Voimavarat, ratkaisut ja tarinat. Antti Mattila (toim.) Helsinki: Kuntoutussäätiö, 3–14.
- Vihonen, Anu 2011. NLP Practitioner -koulutus. Oppimateriaali (tekijän hallussa). Helsingin Aikuisopisto.
- Vihtonen, Joanna 2009. Palvelumuotoilu täyttää asiakkaan elämyksillä. Kauppaopettaja Handelsläraren. Kauppa- ja kulttuuriopettajien järjestölehti. (4) 3/2009, 16–17.
- Vilkkä, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vilkkä, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Vilkkä, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.-2 painos. Helsinki. Tammi.

Wallin, Aila 2007. Teoreettisia näkökulmia ammatilliseen kasvuun. Viitattu 18.2.2011.  
[www.available.com/kolumnit-ja-artikkelit](http://www.available.com/kolumnit-ja-artikkelit)

## 8 LIITTEET

### Liite 1

#### Suostumus osallistumisesta

Työ on Tulevaisuuden suunnittelu -kurssi. Työn toteuttaa nuorten valmentavan ja kuntouttavan opetuksen ja ohjauksen Nuva -ryhmän vastuukouluttaja Terhi Tamminen. Työ on opinnäytetyö Yhteisöpedagogi (AMK) Humanistinen ammattikorkeakoulu Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelmaan. Työn toteuttaja havainnoi kurssin osallistujien reaktioita erilaisiin kurssilla läpikäytyihin asioihin ja tehtäviin. Sekä toteuttaa mahdollisesti ja osallistujien kanssa erikseen sopien yksilöhaastatteluita. Työn kannalta on kiinnostavaa mistä kurssille osallistuvat innostuvat, minkä tyyppisiin tehtäviin heidän on helppo tarttua ja minkä tyyppinen toiminta saa osallistujat pohtimaan omia tulevaisuudentavoitteitaan. Opinnäytetyö on julkinen. Kaikki tiedot kurssille osallistujista jäävät työntekijän tietoon.

Minulle on selvitetty yllä mainitun työn tarkoitus ja työssä käytettävät menetelmät. Olen tietoinen siitä, että osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain työntekijän tietoon ja minua koskeva aineisto hävitetään työn valmistuttua.

Suostun siihen, että kurssia jolle osallistun havainnoidaan. Minua mahdollisesti erikseen sopien haastatellaan ja haastattelussa antamiani tietoja käytetään kyseisen työn tarpeisiin. Voin halutessani keskeyttää osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistäni tai että se vaikuttaa opiskeluuni Helsingin Diakoniopistolla.

Päiväys

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

---

## HELSINGIN AIKUISOPISTO

**annanet**

### Tavoiteajatteluun siirtyminen –harjoitus

1. Harjoituksessa muotoillaan tavoitteeksi asia, josta halutaan päästä eroon. Tee ensin itsellesi lista niistä asioista, joista haluat päästä eroon tai joita et enää halua.
2. Ota harjoitusta varten yksi asia listasta. *Pari kirjaa kohdasta 3. lähtien vastauksesi tähän paperille.*
3. Mieti, mikä on edellisessä kohdassa mainitun asian myönteinen vastakohta? Esim. Liisa määritteli harjoitusta tehdessään, että hän haluaa päästä eroon ”jatkuvasta huolen tunteesta”, jonka vastakohtaksi hän määritteli ”rauhallinen levollisuus”.

Eroon

Myönteinen vastakohta

4. Etsi ulkoinen malli tai referenssi. Kuka (tai ketkä) osaa olla edellisessä kohdassa määritellyn myönteisen vastakohtan kaltainen?
5. Analysoi kohdan 4 mallia/referenssiä:
  - mitä ominaisuuksia mallilla/referenssillä on?
  - mitä voimavaroja hänellä on?
  - mitä asiaan liittyviä taitoja hänellä on?
6. Mitä edellisen kohdan ominaisuuksista, voimavaroista ja taidoista sinulla on jo olemassa?
7. Toimi mielessäsi ikään kuin Sinulla on jo kaikki mallin ominaisuudet, voimavarat ja taidot. Miltä näyttää, kuulostaa, tuntuu? Mitä tulee mieleesi?
8. Olet nyt siirtynyt tavoitteessasi kohti-ajatteluun. Tarkista vielä, hyväksyykö alitajuntasi uuden tavoitteesi.

Lähde: mukaellen NLP Practitioner –materiaali, True Hearts

Anu Vihonen / Annanet

NLP Practitioner 10.9.2011 – 6.5.2012

Helsingin aikuisopisto