

Antti Haataja  
Elina Tytärniemi  
Katja Hakkarainen

**Vertaistuen merkitys itsenäistyville yläasteikäisille nuorille**

## **Vertaistuen merkitys itsenäistyville yläasteikäisille nuorille**

Antti Haataja & Katja Hakkarainen &

Elina Tytärniemi

Opinnäytetyö

Kevät 2022

Sosiaalian tutkinto-ohjelma

Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma, Sosionomi

---

Tekijä(t): Antti Haataja, Katja Hakkarainen, Elina Tytärniemi

Opinnäytetyön nimi: Vertaistuen merkitys itsenäistyville yläasteikäisille nuorille

Työn ohjaaja(t): Pirjo-Riitta Ylikauma, Merja Savolainen

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2022

Sivumäärä: 40+2 liitettä

---

Tämän tutkimustyön tarkoituksena oli selvittää itsenäistymisvaiheessa olevien nuorten kokemuksia vertaistuen merkityksestä Valteri-koulu Tervaväylässä. Tavoitteena oli saada selville, myös millaisia osallisuuden kokemuksia vertaistuki on tuonut heille. Valteri-koulu Tervaväylä on valtion omistama erityiskoulu Oulussa, jonka oppilaat ovat erityisen tuen tarpeessa olevia oppilaita.

Olemme keränneet tietoperustaa mahdollisimman uusista luotettavista lähteistä. Käytimme lähteitä mahdollisimman monipuolisesti hyödyntäen erilaisia suomalaisia tutkimuksia ja nuorisobarometreja. Löysimme lähteitä hyvin ja koimme tietoperustan rakentamisen helpoksi. Työssä käyttämämme käsitteet ovat nuori, vertaistuki ja itsenäistyminen.

Tutkimus tehtiin kyselytutkimuksena sekä määrällistä, että laadullista analyysimenetelmää hyödyntäen. Kyselylomake sisälsi monivalinta- kysymyksiä ja niitä täydensivät avoimet kysymykset. Avoimia kysymyksiä analysoimme teemoittelun avulla. Käytimme määrällisen analysoinnin tukena laadullista analyysiä, tässä tapauksessa teemoittelua. Näitä kahta menetelmää voidaan kumpaakin käyttää samassa tutkimuksessa. Tällä tavalla pystyimme tekemään mahdollisimman kattavan ja monipuolisen tulkinnan nuorten kokemuksista.

Saamiemme tulosten mukaan nuoret saavat toisiltaan vertaistukea ja kokevat sen erittäin tärkeäksi itselleen ja se on lisännyt osallisuuden tunnetta. Se myös vahvistaa tietoisuutta omista vaikutusmahdollisuuksista. Tämä puolestaan rohkaisee heitä tunnistamaan oman avuntarpeensa sekä sanoittamaan tarpeitaan paremmin. Vertaistuki ja sen kautta saatu rohkaisu kannustaa nuoria saamaan äänensä kuuluviin. Mielestämme Valteri-koulu Tervaväylä kuuntelee oppilaiden toiveita ja tukee oppilaitaan näin vertaistuen pariin kiitettävästi.

Jatkotutkimusehdotuksena esitämme Valteri-koulu Tervaväylälle, että nuorten kiinnostuksen kohteita voisi esimerkiksi kyselyillä kartoittaa ja tämän perusteella pyrkiä järjestämään erilaisia ryhmiä nuorille niin kouluajalla kuin vapaa-ajallakin.

---

Asiasanat: Vertaistuki, osallisuus, nuori, yhteisöllisyys, itsenäisyys, erityinen tuki, sosiaalinen kuntoutus

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences

Degree Programme of Bachelor of social services

---

Author(s): Antti Haataja, Katja Hakkarainen, Elina Tytärniemi

Title of thesis: The meaning of peer support for youth in the act of independence

Supervisor(s): Pirjo-Riitta Ylikauma, Merja Savolainen

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2022

Number of pages: 40+2 appendices

---

The purpose of this work is to research the experiences of young people of Valteri –school Tervaväylä in the act of becoming independent. The goal was to find what kind of experiences of involvement has peer support brought them. Valteri –school Tervaväylä is a government owned special school in Oulu in which the students have special needs.

We have collected our knowledge base from as many and diverse but still reliable sources as possible. We used sources as diverse as possible using different Finnish research sources and youth barometers. We found a lot of sources and found constructing the knowledge base easy. The keywords of our work are youth, peer support and independency.

The research was done as a survey using qualitative and quantitative analysis. The survey included multiple choice questions and open questions that completed them. We analyzed the open questions by dividing the answers into themes. We completed our quantitative analysis with qualitative analysis. Both of which can be used together. This way we got as complete and diverse understanding as possible of the experiences of the youth.

According to the results we got the young get peer support from each other and they see it as important to them. It has also made them feel more included. It also reinforces the young with knowledge of their own possibilities to influence in their own life. This encourages them to recognize their own needs of help or support and to word them out better. Valteri-school Tervaväylä listens to their students wishes and supports them to find peer support this way commendably.

For further inspection we suggest Valteri-school Tervaväylä to map out the wishes of the youth with surveys and try to organize different groups for the youth during schooltime and free time.

---

Keywords:

Peer support, participation, youth, communality, independency, special support, special support needs, social rehabilitation

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	VALTERI-KOULU TERVAVÄYLÄ.....	8
3	NUORET JA ITSENÄISTYMINEN .....	11
3.1	Nuoren kehitysvaiheet .....	11
3.2	Nuoren itsenäistyminen .....	14
4	VERTAISTUKI OSANA SOSIAALISTA KUNTOUTUSTA.....	17
4.1	Sosiaalinen kuntoutus .....	17
4.2	Vertaistuki ja osallisuus .....	18
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYS .....	22
5.1	Omat tavoitteet .....	23
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	24
6.1	Kyselytutkimus ja puolistrukturoitu kyselylomake .....	24
6.2	Kohderyhmä ja aineiston hankinta .....	26
6.3	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	27
6.4	Aineiston analyysi.....	29
7	TULOKSET .....	31
7.1	Vertaistuen merkitys nuorille .....	31
7.2	Osallisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo vertaistuessa .....	33
7.3	Vaikuttamismahdollisuudet ja vertaistuki .....	35
7.4	Vertaistuki itsenäistymisprosessissa .....	36
7.5	Johtopäätökset .....	37
8	POHDINTA .....	40
	LÄHTEET .....	43
	LIITTEET .....	52
	LIITE 1 Saatekirje	
	LIITE 2 Kyselylomake	

# 1 JOHDANTO

Nuoruusikään kuuluu persoonallisuuden kehittyminen ja nuoruus on tärkeä ajanjakso persoonallisuuden kehittymisen kannalta. Persoonallisuus tarkoittaa suhteellisen pysyviä ajattelun, tunteiden tuntemisen sekä käyttäytymisen tapoja. Nuoren täytyy saada kehittyä omaksi persoonakseen. Nuori etsii identiteettiään ja itsetunto saattaa vaihdella. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2019). Mielestämme identiteetin rakentumista ja omaa minuutta haastaa entisestään jokin erityisen tuen tarve ja esimerkiksi vammautuminen tai pitkäaikaissairauden pahenemisvaihe. Tulevaisuus voi mietityttää nuorta kovastikin ja tilanne voi haastaa nuorta pohtimaan omaa paikkaa sosiaalisessa todellisuudessa.

Vertaistuki on kokemukseen perustuvaa tukea ihmisten välillä. Samankaltaiset elämäntilanteet ja kokemukset ovat vertaistuessa keskeisinä tekijöinä. Vertaistuelle voi tulla tarvetta erilaisten elämänmuutosten sekä muutoksiin sopeutumisen kohdalla. Vertaisilta saadaan tukea ja muodostetaan keskinäistä luottamusta. Vertaiset ovat keskenään samanarvoisia, eivät toistensa ylä- tai alapuolella. Vertaistuki on vuorovaikutteista: sekä omien kokemusten kertomista että muiden kuuntelemista. Kokemusten herättämät tunteet ja niiden käsittely liittyvät kiinteästi vertaistukeen. Vertaiset jakavat keskenään myös kokemusten kautta karttunutta asiantuntemusta. Vertaistukitilanteessa muiden kokemuksista voi myös oppia ja löytää uusia voimavaroja. Vertaistuen perustana onkin usko ihmisen omiin voimavaroihin ja siihen että ne voidaan vertaistuen avulla saada käyttöön. (Niinen & Terävä-Karhinen 2019, 8.)

Vertaistuki voi toteutua vapaamuotoisesti tai organisoidusti järjestettynä. Sitä voi antaa ja saada niin kahden ihmisen kuin isommankin ryhmän välillä. Vertaistukiryhmien tiukka luokittelu on haastavaa, sillä jokainen ryhmä ja siinä mukana olevat ihmiset ovat ainutlaatuinen kokonaisuus. Vertaistukiryhmät ovat monimuotoisia ja niiden sisällä tapahtuvat toiminnot ovat erilaisia. Myös ryhmien tarkoitukset ovat erilaisia keskenään. Selkeimmin kerrottuna vertaistukiryhmä on kuitenkin samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ja samoja kokemuksia kokeneiden ihmisten muodostama ryhmä. Vertaistuellinen luonne ryhmässä ilmenee, kun se on riittävän kiinteä ja jäsenillä on tarve saada toisiltaan tukea. Jäsenet myös vastavuoroisesti antavat tukea toisilleen. (Koski 2010, 182–183.)

Erityistä tukea tarvitsevilla lapsella tarkoitetaan lasta, joka on erityisen tuen tarpeessa kognitiivisen tai psyykkisen vamman tai sairauden, päihteiden ongelmakäytön, usean yhtäaikaisen tuen tarpeen tai muun vastaavan syyn vuoksi tai jonka kasvuolosuhteet vaarantavat tai eivät turvaa lapsen kasvua tai kehitystä tai joka itse käyttäytymisellään vaarantaa terveyttään tai kehitystään. (Sosiaali- huoltolaki 2014/1301.)

Lapsi, joka tarvitsee erityistä tukea, tarvitsee myös erityiskasvatusta ja –opetusta esimerkiksi liikuntaan liittyvän vamman, kehityksen viivästymien, autismin kirjoon kuuluvien vaikeuksien, puheen tuottamisen vaikeuksien tai sopeutumisvaikeuksien vuoksi. (Määttä & Rantala 2016) Koulussa erityinen tuki muodostuu erityisopetuksesta ja muusta tämän lain mukaan annettavasta tuesta. Erityisopetus järjestetään oppilaan etu ja opetuksen järjestämisedellytykset huomioon ottaen muun opetuksen yhteydessä tai osittain tai kokonaan erityisluokalla tai muussa soveltuvassa paikassa. (Perusopetuslaki 628/1998).

Opinnäytetyömme yhteistyökumppani on Valteri-koulu, Tervaväylä. Tässä koulussa opiskelee erityisen tuen tarpeessa olevia nuoria. Tutkimme vertaistuen merkitystä itsenäistymisvaiheessa oleville yläasteikäisille nuorille Valteri-koulu Tervaväylässä. “Valteri-koulu Tervaväylä sijaitsee Oulussa. Koulu toimii Opetushallituksen alaisuudessa ja on osa valtakunnallista Oppimis- ja ohjauskeskus Valteria (Valteri 2021).

Opinnäytetyömme tarkoitus on selvittää itsenäistymisvaiheessa olevien nuorten kokemuksia vertaistuen merkityksestä Valteri-koulu Tervaväylässä. Opimme tunnistamaan vertaistuen yhtenä hyvinvoinnin suojaavista tekijöistä ja opimme tunnistamaan vertaistukeen ohjaamista työssämme ennalta ehkäisevänä menetelmänä. Opimme tuottamaan tutkimuksen avulla tietoa, jota yhteistyökumppanimme voi käyttää oppilaiden hyväksi. Opettajat ja ohjaajat voivat tiedon perusteella ohjata nuoria vertaistuen pariin tilanteessa, jossa siitä olisi hyötyä oppilaille heidän itsenäistymisvaiheeseen.

## 2 VALTERI-KOULU TERVAVÄYLÄ

Opinnäytetyömme yhteistyökumppani on Valteri-koulu Tervaväylä, johon kuuluu kaksi yksikköä, Lohipato ja Merikartano. "Valteri-koulu Tervaväylä sijaitsee Oulussa. Koulu toimii Opetushallituksen alaisuudessa ja on osa valtakunnallista Oppimis- ja ohjauskeskus Valteria. Valteri kouluun kuuluu kuusi eri toimipistettä, Mäntykangas Kuopiossa, Mikael Mikkelissä, Onerva Jyväskylässä, Ruskis ja Skilla Helsingissä sekä Tervaväylä Oulussa (Valteri 2021).

Koulussa oppilas voi opiskella esiopetuksessa ja perusopetuksessa. Koulun oppilaat ja tukijakso-oppilaat opiskelevat luokkaryhmissä, jotka on muodostettu ikäryhmittäin. Luokan ohjauksesta vastaa opettajan ja ohjaajan kanssa moniammatillinen tiimi, johon voi kuulua esimerkiksi puheterapeutti, fysioterapeutti ja toimintaterapeutti.

Valterin eri yksiköissä opetus, oppimista tukeva kuntoutus ja toimintakykyä edistävä ohjaus muodostavat yhdessä eheän kokonaisuuden. Moniammatillisen tiimin yhteistyö muodostaa toisiaan täydentävän ryhmän." (Valteri 2021.)

Tervaväylässä vertaistuen saantiin tuetaan ja ohjataan ammatillisesti. Koulussa järjestetään kuntouttavia ryhmiä, joiden tavoitteena on nimenomaan tukea vertaistuen saamista. Murrosikäisille on omia ryhmiä ja koulu järjestää myös erilaisia lukiryhmiä sekä AAC-ryhmiä. Koulun mukaan iltapäivällä tapahtuvassa toiminnassa useilla oppilailta keskeisenä tavoitteena on vertaistuki. Oppilaiden vapaa-ajalla koulu myös järjestää erilaisia kerhoja sekä nuorisotilatoimintaa, joissa vertaistukea pidetään tärkeässä asemassa (Kankaanpää, 2021.)

Tervaväylässä laaja ja monipuolinen tukikokonaisuus on mahdollista koulussa toimivan moniammatillisen työryhmän ansiosta. Koulussa toteutuvat niin koulutus-, kuntoutus-, kuin vapaa-ajan toimintakin. (Voppi.fi 2021.) Valteri -koulu Tervaväylä tarjoaa koulupaikkaa erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille, joiden koulunkäynnin tukeminen ei jossakin koulupolun vaiheessa onnistu omassa kotikunnassa. Tavoitteena on tukea lähikouluperiaatteen toteutumista tarjoamalla palveluja monipuolisesti niin yleisen, tehostetun kuin erityisenkin tuen tarpeisiin. (Valteri, 2021.)

Tervaväylässä kauempaa tulevat oppilaat asuvat kouluviikkojen ajan oppilaskodissa. Oppilaskodissa oppilaat saavat tukea asumiseensa sekä tarvittavaa apua arjessa pärjäämiseensä. Nuoria



kuullaan oppilaskotiarjessa ja heidän mielipiteensä huomioidaan. Ohjaus toteutuu kuntouttavalla työotteella ratkaisu- ja voimavarakeskeisesti. Nuoret saavat ohjausta niin yksilö- kuin ryhmätilanteissakin. (Valteri, 2021.)

Ensimmäinen keino vastata oppilaan tuen tarpeisiin on yleinen tuki. Se on yksittäisiä pedagogisia ratkaisuja ja ohjaus- ja tukitoimia, joilla pyritään vaikuttamaan tilanteeseen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Yleinen tuki ei vaadi toteutuakseen erityisiä tutkimuksia tai päätöksiä. Tuen tarpeen kasvaessa siirrytään tehostettuun tukeen. Tehostetussa tuessa oppilaalle tarjotaan oppimisen ja koulunkäynnin jatkuvampaa, voimakkaampaa ja yksilöllisempää tukea. Tässä tapauksessa oppilas voi myös tarvita useampaa tukimuotoa. Tehostetun tuen prosessi aloittamisesta järjestämisen kautta takaisin yleisen tuen piiriin tapahtuu pedagogiseen arvioon perustuen moniammatillisessa yhteistyössä oppilashuollon ammattilaisten kanssa. Oppilaalle laaditaan oppimissuunnitelma, jonka mukaisesti tehostettua tukea annetaan. Mikäli tehostettu tuki ei ole oppilaan koulunkäynnin kannalta riittävää, siirrytään erityiseen tukeen.

Haastattelimme oppilaskodin ohjaajia Riitta Vilppolaa ja Kaija Määttä oppilaskodin arjesta. Haastattelussa nousi esille tiiviit ystävyysuhteet arjessa. Oppilaista tulee tiivis perheen kaltainen joukko, jossa asioita tehdään yhdessä. Yhdessäoloa ja yhdessä toimimista tulee muun muassa erilaisten retkien myötä, joita toteutetaan oppilaiden kiinnostuksien ja harrastuksien pohjalta. Retkillä oppilaat saavat yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksia. (Vilppola & Määttä, 2021.)

Oppilaskodissa arki on kodinomaista. Oppilaat hoitavat kotitöitä itsenäisesti ikätasonsa ja kykujensä mukaan. He esimerkiksi siivoavat oman huoneensa ja huolehtivat omista tavaroistaan. Oppilaat käyvät lisäksi hoitamassa tarvittaessa omia asioitaan, esim. kaupassa ja apteekissa ohjattuna tarvittaessa. (Vilppola & Määttä, 2021.) Nuoret oppivat yhdessä toimiessaan tärkeitä tunteita. Oppilaskodissa jokainen tuntee toisensa ja jokainen hyväksytään omana itsenään. Nuorten kesken vallitsee vahva ryhmähenki, joka puolestaan vahvistaa vertaistuen saantia ryhmässä. (Vilppola & Määttä, 2021.)

Koulusta itsenäiseen elämään lähteneet entiset oppilaat toimivat esimerkkeinä ja vertaistukena oppilaskodissa vielä asuville oppilaille. He pitävät yhteyttä toisiinsa puheluin ja WhatsApp-ryhmien välityksillä. Entiset oppilaat kertovat omasta itsenäistymisprosessistaan toisille ja toimivat näin rohkaisijoina toisilleen. (Vilppola & Määttä, 2021.)

Mikäli lapsi tai nuori mahdollisesti tarvitsisi koulupaikkaa Valteri- koulussa, tapahtuu koulupaikan tarpeen arviointi aina tukijakson kautta. Tukijakson tavoitteena on kartoittaa lapsen tai nuoren erityistarpeita liittyen koulunkäyntivalmiuksiin ja kuntoutukseen. Tarpeita kartoittaa ja arvioi moniammatillinen tiimi. Mikäli tukijakson aikana ei löydy riittäviä keinoja lapsen tai nuoren koulunkäynnin tukemiseksi kotikunnassa, voidaan lapsi tai nuori ottaa oppilaaksi Valteri-kouluun määräaika-

sesti. (Valteri, 2021.)

## 3 NUORET JA ITSENÄISTYMINEN

### 3.1 Nuoren kehitysvaiheet

Jokainen alle 18-vuotias on lapsi. Yleissopimuksessa lapsen oikeuksista, artiklassa 23 todetaan, että henkisesti tai ruumiillisesti vammaisella lapsella on oikeus täysipainoiseen ja hyvään elämään. Lisäksi lapselle pitää pystyä tarjoamaan olosuhteet, joissa hänen ihmisarvonsa on taattu, hänen itseluottamuksensa kasvaa ja hänen on mahdollista osallistua aktiivisesti oman yhteisönsä toimintaan. Sopimuksen mukaisesti lapsella on oikeus myös tarvitsemansa erikoishoitoon ja apuun. Annettavan avun on tarkoitus varmistaa vammaisen lapsen mahdollisuus koulunkäyntiin, koulutukseen, terveydenhuolto- sekä kuntoutuspalveluihin ja myös ammattikoulutukseen sekä virkistystoimintaan. (UNICEF Lapsen oikeuksien sopimus 2021.)

Työmme kuvaa vertaistuen merkitystä itsenäistymisvaiheessa olevan nuoren näkökulmasta. Nämä nuoret ovat iältään 7.–9. -luokkalaisia. Tämän ikäiset nuoret ovat esi- ja keskinuoruuden vaiheissa. Kehitys on hyvin nopeaa ja laaja-alaista. Ajattelutaitojen kehitys avaavat täysin nuorelle täysin uutta maailmaa, ja tämä muuttaa nuoren suhdetta muihin, varsinkin omiin vanhempiin, merkittävästi. Vanhimmat ikähaarukan nuoret tarvitsevat aikaa ja tilaa itsenäistyä etsiessään omaa identiteettiään, mutta tarvitsevat kuitenkin vanhemman tukea ja aikaa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021).

Tämän kaiken tavoitteena on, että lapsi pystyisi mahdollisimman hyvin sopeutumaan osaksi yhteiskuntaa ja että hän saavuttaisi itselleen mahdollisimman korkean kehitystason omien voimavarojensa ja potentiaalinsa mukaisesti. (UNICEF Lapsen oikeuksien sopimus 2021.)

Nuoruusikään kuuluu persoonallisuuden kehittyminen ja nuoruus on tärkeä ajanjakso persoonallisuuden kehittymisen kannalta. Persoonallisuus tarkoittaa suhteellisen pysyviä ajattelun, tunteiden tuntemisen sekä käyttäytymisen tapoja. Nuoren täytyy saada kehittyä omaksi persoonakseen. Nuori etsii identiteettiään ja itsetunto saattaa vaihdella. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2019.) Identiteetin rakentumista ja omaa minuutta haastaa entisestään jokin erityisen tuen tarve, esimerkiksi vammautuminen tai pitkäaikaissairauden pahenemisvaihe.

Nuoruusiässä kehittyvät myös kognitiiviset taidot, ajattelu, oppiminen ja kieli. Päättelykyky kehittyy, uusia taitoja ja tietoja karttuu. Nuori harjoittelee tietojen vertailemista toisiinsa ja niiden arvioimista eri näkökulmista. Hän löytää oman tapansa oppia. Sanavarasto sekä matemaattiset taidot kehittyvät. Nuoren maailmankuva laajenee ja hänen tunneälynsä kehittyy. Tunneälyn kehittyminen mahdollistaa sekä omien että muiden ihmisten tunteiden tarkastelun ja käsittelyn. Tunneälyn kehittyminen auttaa toimimaan sosiaalisissa tilanteissa empaattisella ja rakentavalla tavalla (Hiipakka 2011, 7.).

Nuoruusiässä sosiaalinen kehitys on prosessi, jonka myötä yksilö oppii ja ottaa omakseen yhteiskuntaan kuuluvat normit, arvot ja käytösmallit, joiden myötä hän oppii löytämään ja täyttämään vaatimukset, joita hän kohtaa sosiaalisessa ympäristössään. Socialisaatio edellyttää, että nuorella on roolimalli, jolta hän voi omaksua edellä mainitut normit, arvot sekä käytösmallit. Kehityksen edetessä hän alkaa itse kontrolloida omaa käyttäytymistään ja ei enää tarvitse erillistä roolimallin auktoriteettia. Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa suuressa roolissa ovat yksilön tunnepitoiset havainnot, tavat suhtautua muihin ihmisiin sekä minäkäsitys. Negatiivinen arviointi itsestä ja ympärillä olevista heijastuu ihmissuhteisiin ja käytökseen. Ystävyysuhteet ovat avainasemassa persoonallisuuden ja identiteetin rakentumisessa. Näiden kehitystä tukevat yhteiset kiinnostuksen kohteet, samanlaiset tyylit ajatella ja samanlaiset arvot tai asenteet. Tällaisen hyvän ystävän puuttuminen voi vaurioittaa nuoren sosiaalisten taitojen ja itsetunnon kehittymistä (Hiipakka 2011,7.)

Nuoren keho muuttuu murrosiässä. Muutokset haastavat nuorta psyykkisesti ja voivat aluksi tuntua vierailta. Fyysiset muutokset vaikuttavat nuoren minäkuvaan sekä käsitykseen itsestä. (Hiipakka 2011, 6.) Ystävien ja sosiaalisten verkostojen merkitys on nuoruudessa erittäin suuri. Ystävyysuhteiden pysyvyys ja tiiviys ovat psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen kannalta merkittäviä seikkoja. Ystäviltä saadaan seuraa, ymmärrystä ja läheisyyttä. Lisäksi saatetaan pyytää neuvoa. Usein tärkeimmiksi nousevat suhteet ikätovereihin, joiden maailmankuva vastaa omaa käsitystä maailmasta. (Nurmiranta, Leppämäki, Horppu 2009.)

Martinin tutkimuksessa oli haastateltu nuoria liittyen heidän kokemuksiinsa vammaisuudesta ja vammaisuuden vaikutuksesta identiteettiin. Haastatteluun osallistunut nainen oli kertonut oman vammansa asettamista haasteista arjessaan. Näistä haasteista selviytyminen oli auttanut naista sopeutumaan vammaisuuteensa ja hyväksymään sen yhtenä osana identiteettiään. Tämä puoles-

taan oli johtanut haastateltavan kohdalla vertaistoiminnan pariin hakeutumiseen. Ryhmä- ja järjestötoiminta alkoivat kiinnostaa häntä ja näkemys vastavuoroisesta avunantamisesta vahvistui. (Martin 2016)

Sosiaalipalveluissa erityisen tuen tarve syntyy fyysisestä, kognitiivisesta tai psyykkisestä vammasta tai sairaudesta. Erityistä tukea voidaan tarvita myös usean yhtäaikaisen tuen tarpeen tai syyn vuoksi. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020). Kuitenkin yksilön persoonalliset tekijät ja saatavissa oleva sosiaalinen tuki vaikuttavat yksilön kokemukseen siitä, kuinka paljon vamma tai sairaus lopulta vaikuttaa minuuteen. Ihmisen muut psyykkiset, fyysiset sekä sosiaaliset ominaisuudet vaikuttavat myös siihen, miten hän kokee vamman tai sairauden vaikutukset elämässään. Kokonaisuuteen ovat vaikuttamassa myös yksilön käytössä olevat hallintakäsitykset- ja keinot sekä elämäntapahtumat. Oman vammaisuuden hyväksyminen on siis yhteydessä suurempaan sosiaaliseen ympäristöön liittyvään kokonaiskuvaan sekä yksilöllisiin tekijöihin. (Martin 2016, 139.)

Vammaisen nuoren kohdalla vamma voi vaikuttaa hänen käsitykseensä itsestään ja mielialaan. Vammaisuus voi myös aiheuttaa tunteen kykenemättömyydestä sekä heikentää itsetuntoa. Vallitsevat asenteet voivat saada aikaan sosiaalista syrjäytymistä. (Laakkonen 2014, 29.) Jotta nuoren identiteetti voi rakentua, tarvitaan usein vertaisten kohtaamista ja varsinkin samanlaisista kokemuksista selviytyneen tuki on nuorelle usein korvaamattoman tärkeää. (Mikkonen 2009,8.)

Kouluun liittyen tässä nuoren kehitysvaiheessa ottamalla lasten näkemykset huomioon opetussuunnitelmaa tehdessä osallisuutta saadaan lisättyä peruskoulussa. Lapsen oikeuksien komitea on todennut, että koulun kyetessä tarjoamaan välittävän, vuorovaikutteisen, osallistavan ja suojelevan oppimisympäristön, se valmistaa samalla nuoria kasvamaan yhteiskunnan sekä yhteisön vastuulliseksi jäseneksi. Komitea pitää osallisuuden huomioon ottamista tärkeänä luokan ilmapöydille. Tämä ehkäisee osaltaan syrjintää sekä kiusaamista, vertaistuen ja vertaisoppimisen ollessa tässä tärkeinä tekijöinä (Plan International Suomi 2015).

### 3.2 Nuoren itsenäistyminen

Nuoren kehitysvaiheisiin kuuluu vanhemmista irrottautuminen ja sitä myötä ikätoveruussuhteiden tärkeämmiksi muuttuminen. Nuoren pitkäaikaissairaus voikin tuoda lisähaasteita tähän kehitykseen ja siksi vanhempien sekä toisten nuorten tuki on tärkeää nuorten psyykkisen toimintakyvyn kannalta. (Oris, Seiffege-Krenke, Moons, Gouperts, Rassart, Goossens, Koen 2016, 39,107–119.) Nuori muodostaa omia mielipiteitään ja tarvitsee psyykkisellä tasolla itsenäistymisen kokemuksen vanhemmistaan, siinä missä varhaislapsuudessa itsenäistyminen ilmenee enemmänkin tarpeena tehdä konkreettisia asioita ilman vanhempien apua. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2019).

Nuoruusikään kuuluu olennaisesti oman identiteetin rakentuminen, erilaisten valintojen tekemisenä mm. Koulutus- ja ammatinvalinta. Mikäli mieluinen kuva itsestä ei löydy, seuraa roolien hajaannus ja epävarmuus. Varhaisaikuisuudessa kyky olla toisen ihmisen lähellä ja muodostaa parisuhde, sisäisen vastuullisuuden saavuttaminen. Kehitystehtävänä on läheisyyden saavuttaminen, riippumattomuus ja vastavuoroisuus ihmissuhteissa. Ihmisen täytyy kuitenkin myös kestää yksinoloa. (Dunderfelt.1991,80–83).

Pystyäkseen jäsentämään omaa identiteettiään nuori kokeilee ja valikoi. Usein nuori haluaa olla vanhempien odotusten vastainen, eivätkä valmiit mallit kelpaa, vaan hänen on löydettävä jotain omanlaista (Storvik-Sydänmaa, Talvensaari, Kaisvuo, Uotila 2021,72). Jotkut nuoret ilmaisevat nuoruusikää ulospäin käytöksellään muita ikätovereitaan enemmän. Joillakin nuorista ilmenee ongelmia käytöksen kanssa ja päihteiden, esimerkiksi alkoholin käyttöä. (Havio, Inkinen, Partanen 2008, 166). Itsenäistyminen on nuorelle tärkeä, usein odotettu ja toivottu elämänmuutos. Itsenäistyminen tuo mukanaan vastuuta ja vapautta. Omaa taloutta pitää opetella hallitsemaan. (Kupari 2011, 57.) Nuorelle on tärkeää saada muodostaa omat mielipiteensä ja päättää itse omista asioistaan. Hän alkaa myös suunnitella omaa tulevaisuuttaan. (Isotalo & Kinnunen 2004, 10.)

Nuoren elämässä eri asiat ovat tärkeitä elämäntilanteesta riippuen. Perhe, koulu, harrastukset, ystävät sekä vertaisryhmät ovat tekijöitä, joihin nähden myös mahdollinen kuntoutus on suhteutettava eri tavoin eri ajankohtina (Koivikko & Sipari 2006, 77.) Pahimmassa tapauksessa erityisnuoren oikeus aikuisen elämään saatetaan mitätöidä. Nuoren mielipiteistä, toiveista sekä ajatuksista tulee välittää. Nuoren pitää saada kokemus siitä, että hänen tekemisillään on väliä. Erityisnuoren kohdalla tulee muistaa, ettei fyysinen ikä aina ole hänen henkistä kehitystasoaan vastaava. Nuori pitää kohdata yksilönä omassa kehitysvaiheessaan. Itsenäistymisprosessissa ei pidä kiirehtiä, vaan tukea nuorta niissä asioissa, jotka hänelle omassa kehitysvaiheessaan ovat tärkeitä. (Laakkonen 2014, 30.)

Itsenäistymisprosessin aikana nuori ottaa enenevissä määrin vastuuta elämästään ja itsestään omassa kodissaan. Nuori alkaa vastata arjen pyörittämisestä, omista rajoistaan sekä omista periaatteistaan. Perheen kautta nuorelle muodostuvat normit, arvot sekä käyttäytymismallit, joiden pohjalta hän toimii kodin ulkopuolella. Nuoruuden kehittymistä voidaan ajatella ketjuna tapahtumia, jossa nuori on elämänsä ohjaajana ja saamansa palautteen perusteella muodostaa minäkuvaansa. Prosessia voidaan ajatella portaina, joissa jokaisella askelmalla viivytään oma aikansa ja seuraavalle portaalle noustessa viedään edellisellä opitut asiat mukanaan. Askelmat ovat tavanomaisesti järjestyksessä opiskelu/työ, itsestä huolehtiminen, kodinhoito, sosiaaliset suhteet/ harrastukset, ympäröivään yhteiskuntaan kuuluminen, asuntoon muuttaminen. (Mokkila, 2011.)

Yleisen käsityksen mukaisesti ajatellaan, että itsenäistyminen on omillaan pärjäämistä monissa asioissa. Muun muassa arjentaitojen hallitsemista, kykyä ottaa vastuuta taloudesta sekä työhön tai koulutukseen liittyvien velvoitteiden hoitamisesta. Nuoria painostetaan entistä nuorempina itseohjautuvuuteen sekä ottamaan vastuuta omasta elämästään. (ALL-YOUTH, 2020).

Itsenäistyminen ei tapahdu itsestään, vaan se on sosiaalinen prosessi. Jotta itsenäistymisen taidot voivat kehittyä, tärkeää on se, kuinka näitä taitoja on opittu sekä opitaan muiden kanssa yhdessä. Näitä taitoja opitaan yhdessä erilaisissa yhteisöissä, kuten esimerkiksi koulussa tai ystävien kanssa. (ALL-YOUTH, 2020).

Oppilaskodin työntekijöiden keskeinen tavoite on empaattisen ja ammattitaitoisen ohjaussuhteen muodostaminen ja siihen perustava työskentely. Lämmin ja avoin asiakassuhde antaa asiakkaalle rohkeutta ottaa omat ongelmansa tarkasteluun. Nuorta itsenäistymään ohjaavan työntekijän

on pyrittävä nuoren oman sisäisen motivaation aktivointiin oppimisessa. Itsenäistymisprosessin aikana työntekijä pyrkii ohjaamaan nuorta sisäisen muutoksen kautta ulkoiseen muutokseen nuorten käytöksessä ja ajattelussa (Mäkelä 2021, 18–22).

Toisaalta erityistä tukea tarvitsevalle nuorelle voi olla merkityksellistä selviytyä mahdollisimman itsenäisesti juuri konkreettisista asioista arjessa. Nuoren tarvitessa erityisen tuen tarpeensa vuoksi apua arjessaan, on avun tarpeen ja itsenäisen toimimisen välinen suhde ehkä haastavakin kysymys. Erityistä tukea tarvitsevan nuoren vanhemmat ovat merkittävässä asemassa mahdollistamassa nuoren kehitystä. Sekä nuoren, että vanhempien tulisi pyrkiä irrottautumaan liiallisesta riippuvuudesta ja luottamaan nuoren kykyyn tehdä itsenäisiä ratkaisuja. Nuoren itsenäistyessä ei ole kyse pelkästään siitä, että nuori päästää irti vanhemmistaan, vaan myös toisaalta vanhempien on tehtävä päätös päästää irti nuoresta. Erityistä tukea tarvitsevan nuoren kohdalla vanhemmuuden mukanaan tuoman vastuun ja toisaalta nuoren itsemääräämisoikeuden välinen suhde on selvitettävä, kun lähestytään aikuisuutta ja itsenäistymistä. (Huhtala, 2018, 11) Vammaisen nuoren itsenäistymistä on tärkeää tukea hänen omista lähtökohdistaan käsin. Tuetaan nuorta hyväksymään itsensä sekä vahvistetaan jokapäiväisiä taitoja. Täytyy pitää mielessä, että jokaisen elämä on omanlaisensa. Siitä huolimatta elämä etenee. (Laakkonen 2014, 30.)



## 4 VERTAISTUKI OSANA SOSIAALISTA KUNTOUTUSTA

### 4.1 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa sosiaalipalvelua, joka perustuu toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. Sen palveluista säädetään sosiaalihuoltolain 17§. Sosiaalinen kuntoutus yhdistää yksilöllisen tuen toiminnalliseen tukeen ja sosiaalisella kuntoutuksella vahvistetaan henkilön kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoistaan, vuorovaikutussuhteistaan ja oman toimintaympäristön rooleistaan. Sosiaalinen kuntoutus huomioi esimerkiksi henkilön pitkään jatkuneen työttömyyden, erilaiset hahmotus- ja oppimishäiriöt, vammaisuudesta sekä erilaisista mielenterveys- ja käyttäytymishäiriöistä johtuvat sosiaalisen kuntoutuksen tarpeet sekä mahdolliset väkivaltakokemukset. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2021.)

Sen tavoitteiksi on mainittu esimerkiksi arkielämän taitojen oppiminen, päihteetön arjenhallinta, koulutukseen tai työhön vaadittavien asioiden harjoittelemista, tai tukemista ryhmässä toimimiseen. Sen muotoja voi olla erilaiset toiminnalliset ryhmät, vertaistuki, vapaaehtoistoimintaan osallistuminen, erilaiset työtoiminnot ja kaikki muut tarjottavat palvelut ja tukitoimet osana asiakkaalle sovitua suunnitelmaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2021.)

Sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa laajasti käsitettynä syrjäytymisen ehkäisyä sekä toimintakykyä vahvistavaa työtä, osallisuuden lisäämistä ja elämänhallinnan tukemista. (Romakkaniemi, Lindh, Laitinen, 2018,17) Valteri-koulu Tervaväylän oppilaiden kokemuksista osallisuudestaan oman kuntoutuksen suunnittelussa kerrotaan sosiaalisen kuntoutuksen olevan sosiaalisen toimintakyvyn parantamiseen pyrkivää prosessia, jonka tavoitteena on saavuttaa ja palauttaa kuntoutuvan henkilön kykyä selviytyä erilaisista sosiaalisista tilanteista, vuorovaikutussuhteista, arkipäivänsä välttämättömistä toiminnoistaan ja oman toimintaympäristönsä rooleistaan. (Kankaanpää, 2013) Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on myös henkilön monipuolinen osallisuus yhteiskuntaan. (Vilkkumaa 2004, 29; Järvikoski & Härkäpää 2011, 22.)

Sosiaalisen kuntoutuksen keskeisiä käsitteellisiä lähtökohtia ovat osallisuus ja asiakaslähtöisyys. (Romakkaniemi, Lindh & Laitinen. 2018, 11) Keskeisiksi sosiaalisen kuntoutuksen käsitteiksi mainitaan toimijuus, toimintavalmius, paikallisuus ja yhteisöllisyys. (Lindh, Härkäpää, Kostamo,

2018, 9) Nuoret ovat tulleet keskeisiksi sosiaalisen kuntoutuksen kohderyhmäksi ja monet ammatillisen kuntoutuksen ja työllistymisen hankkeet kohdistetaan nuoriin henkilöihin. (Kannasoja 2018, 30.)

Nuorten huolet liittyvät hyvinkin keskeisesti kouluun ja perheeseen sekä heidän muihin sosiaalisiin suhteisiin. Nuoren tyytyväisyys itseensä ja tulevaisuuteensa osoittautuvat merkittäviksi tekijöiksi nuoren kehityksessä. Koulu ja opiskelu on nuorille tärkeitä toimijuuden areenoita, jossa koettut onnistumiset ja vastoinkäymisetkin ovat vaikuttamassa siihen, miten nuori hahmottaa roolinsa näillä areenoilla. (Kinnunen, 2011, 108–115.)

On tärkeää muistaa, että perhe, naapurusto ja koulu ovat paikkoja, joissa nuoret saavat sosiaalista tukea aikuisten lisäksi myös toisiltaan ollessaan keskenään vuorovaikutuksessa eri ympäristöissä. Nuorilla on omat sosiaaliset verkostonsa ja omat mielenkiinnon kohteet sekä muita perheen ulkopuolisia vuorovaikutuksen lähteitä. (Korkiamäki 2013, 42)

Asiakasosallisuudella ja -lähtöisyydellä tässä tapauksessa tarkoitetaan asiakkaan osallistumista sekä kokemuksen ja tiedon huomioimista asiakkaan omasta tilasta palvelua suunnitellessa, toteuttaessa ja arvioidessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020)

## **4.2 Vertaistuki ja osallisuus**

Osallisuuden kokemus on yksilön kokemus siitä, että hän on osa itselleen tärkeää ryhmää tai yhteisöä. Osallisuutta luovassa yhteisössä arvostetaan ja kunnioitetaan toisia ja annetaan kaikille mahdollisuus vaikuttaa, saada oma ääni kuuluviin. Osallisuutta edistettäessä tulisi huomioida erityisesti ihmiset, jotka ovat heikoimmassa asemassa yhteiskunnassa. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2020.) Tomi Kiilakoski (2007, 12–14, 23) on määritellyt osallisuuden oikeutena omaan arvokkuuteen ja identiteettiin osana jotakin sidosryhmää. Toisaalta nuoren osattomuus voi ilmetä taloudellisen tai sosiaalisen pääoman puuttumisena, näkyen esimerkiksi puutteina kyvyssä osallistua keskusteluihin ja näin jääden vaille osallisuutta yhteiskunnallisesti tärkeiksi koetuista asioista. (Harju 2005, 69; Kiilakoski 2007, 14)

Osallisuus ja sitä edistävät toimet pystytään jakamaan kolmeen eri osa-alueeseen: Osallisuus omassa elämässä, yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa sekä osallisuus yhteisestä hyvästä. Osallisuus omassa elämässä tarkoittaa mahdollisuutta elää omannäköistä ja itselleen mielekästä elämää. Se on mahdollisuus määritellä itse, mihin toimintaan tai palveluihin haluaa osallistua. Osallisuus yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa tarkoittaa mahdollisuutta kuulua ryhmiin ja yhteisöihin, jotka ovat itselle merkityksellisiä. Tähän liittyy myös mahdollisuus vaikuttaa asioihin, jotka ihminen kokee itselleen tärkeäksi. Vaikuttamiseen pitää myös saada riittävää tukea. Osallisuus yhteisestä hyvästä on puolestaan sitä, että ihmiselle on mahdollista päästä mukaan yhdessä tekemiseen. Tällöin ihminen voi nauttia yhteisestä hyvästä ja hän on mukana hyvän tuottamisessa sekä jakamisessa. Yhteinen hyvä on sellaista toimintaa ja sellaisia arvoja, joista seuraa kiitosta ja arvostusta. Lisäksi yhteisestä hyvästä seuraa yhteyksiä muihin ihmisiin. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 2021.)

Osallisuutta ei voida tarkastella erillisenä elämän osa-alueena, vaan se liittyy jokaiseen hyvinvoinnin ulottuvuuteen. Osallisuus ei itsessään ole mitattavissa oleva asia, siksi osallisuuden kokemusta täytyy selvittää konkreettisten osallistumismahdollisuuksien, vaikutusmahdollisuuksien ja yhteenkuuluvuuden tunteen kautta. Osallisuus liittyy kiinteästi useaan elämän osa-alueeseen. Osallisuuden käsitteeseen läheisesti liittyvät esimerkiksi tasa-arvo, syrjimättömyys ja yhdenvertaisuus. (Myllyniemi 2013, 5.)

Vertaistuki on pohjimmiltaan itsen ja muiden ymmärtämistä ja vahvimmillaan se voi muuttaa ihmisen koko elämän. Sairaudesta tai vammasta johtuva häpeä saattaa saada ihmisen sulkeutumaan kotiinsa. Vertaistuen ansiosta voi huomata, että monet käyvät samanlaisia tunteita läpi, turhat pelot hälvenevät ja ihminen rohkaistuu taas tekemään asioita, jotka ovat hänelle merkityksellisiä (CP-lehti 3/2021).

Vertaistuen avulla voi reflektoida omia kokemuksiaan, minkä myötä nuoren vastuu omasta elämästä saattaa kasvaa (Hietanen & Lemberg 2012, 23–44). Vertaistuessa korostuu jokaisen nuoren asiantuntijuus asioissa, jotka koskevat heidän omaa elämäänsä ja seurauksena vertaistuesta voi olla parhaimmillaan voimaantuminen (Koskisuus 2003,54; Jantunen 2010,85; Karvonen 2011,126.)

Vaikka vertaistukeen liitetään paljon koettuja hyötyjä, eivät silti kaikki vertaisuuden kokemukset ole vain myönteisiä. Vertaisten kanssa kokemustensa jakaminen voi tuoda energiaa, toivoa ja valtaistumisen tunnetta, mutta esimerkiksi yksilön negatiivisuus saattaa vaikuttaa haitallisesti ryhmädynamiikkaan ja ryhmässä voi esiintyä kielteistä ja kilpailevaa sosiaalista vertailua vaikkapa siitä, kenellä on pahin tilanne. Parhaimmillaan vertaistuki voi vähentää eristäytymisen tunnetta, mutta joskus vertaistuki voi lisätä myös lisätä sitä, jos vertainen ei tunne toisen tilannetta tai vertaisten elämäntilanteet tai henkilökohtaiset ominaisuudet ovat hyvin erilaiset. Vertaistukeen voi mahdollisesti liittyä emotionaalisen sitoutumisen ja vastavuoroisuuden haasteita ja toisen asiat voivat tuntua ylikuormittavilta. (Embuldeniya ym. 2013, 3–12.)

Vastayhteisöjen kautta voidaan auttaa yksilöä lieventämään ja purkamaan mahdollista sisäistettyä kielteistä identiteettiä ja sen luomaa leimaa. Myönteistä identiteettiä puolestaan voidaan rakentaa yhteisösuhteiden avulla. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että saa hyväksyntää ja tukea muilta yksilöiltä ja tämän avulla uskon palautumista omaan itseen. (Mikkonen, 2009, 205–206). Sosiaalinen tuki, mukaan lukien vertaistuki auttaa yksilöä säätelemään negatiivisia toimintatapoja. Negatiiviset toimintatavat voivat johtua esimerkiksi psyykkisestä sairaudesta. Sosiaalinen tuki voi saada ihmisen muuttamaan näkemystään asioista ja parhaimmillaan myönteisemminkin (Taskinen 2017).

Vertaistuen merkitys muulle kuntoutumiselle voi olla hyvin suuri. Muiden vertaisten tapaaminen voi vaikkapa motivoida käymään erilaisissa terapioiden, kun näkee muidenkin vertaisten käyvän esimerkiksi fysioterapiassa. Vertaistuki lisää psyykkisiä voimavaroja, joka puolestaan vaikuttaa motivaatioon muillakin kuntoutuksen osa-alueilla, sillä ihminen on fyysis-psyykkis-sosiaalinen kokonaisuus. Keskeistä vertaistuessa on samankaltaisia asioita kokeneiden ihmisten välillä tapahtuva kohtaaminen ja se, että nämä ihmiset ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa. Tämä mahdollistaa vertaistuellisen suhteen luomisen sekä avun antamisen ja saamisen vertaissuhteen kautta. (Nylund 2005, 203; Hyväri 2005, 214.)

Vertaisuus käsitteenä merkitsee ihmisten välistä suhdetta. Vertaistoiminta on sitä laajempi käsite, sisältäen kaiken toiminnan, joka vertaistukeen sisältyy: omaehtoisen toiminnan, jossa vertaiset toimivat itsensä ja toistensa hyväksi, mutta johon monet ulkoiset tekijät voivat vaikuttaa. Vertaisuus on määritelty keskinäiseksi asiantuntijuudeksi, voimavaraksi ja yhdenvertaisuudeksi, johon liittyy keskinäinen tuki ja tukiverkosto. Se toimii ”minulta sinulle”, ”sinulta minulle” ja ”meiltä meille”. (Mikkonen & Saarinen, 2018, 20.)

Vertaistuki kattaa sen alueen, mihin julkinen tuki ei pääse tai johon sillä ei ole resursseja. Koska vertaistuen perusta on omakohtainen kokemus, julkinen tuki ei voi sitä korvata. Vertaistuki ei voi korvata ammatillista tukea. Sen sijaan nämä kaksi tuen muotoa toimivat rinnakkain. Vertaiset pysyvät omakohtaisen kokemuksen tuomalla erityisosaamisellaan tukemaan toisiaan. (Mikkonen 2009.)

Valteri -koulu Tervaväylä tukee vertaistuellista kommunikaatiota erilaisten ryhmien muodossa. Ryhmät koulussa ovat kuntouttavia, mutta niissä keskeisenä tavoitteena on lisäksi nimenomaan vertaistuki. Vertaistuki on useammalla oppilaalla tavoitteena myös esimerkiksi iltapäivätoiminnan ryhmissä. (Kankaanpää sähköposti 2021.)

Valteri -koulussa järjestettävä tehostettu asumispalvelu auttaa nuorta hänelle laadittujen tavoitteiden saavuttamisessa. Tavoitteet laaditaan yhteistyössä muiden yhteistyötahojen sekä huoltajien kanssa. Arki rakentuu niin, että nuori omine mielipiteineen tulee kuulluksi. Ohjaaminen on ratkaisukeskeistä ja nuoren omat voimavarat huomioon ottavaa. (Valteri 2021.) Tämä tukee osaltaan osallisuutta ja mahdollistaa oppilaiden välisen vertaistuen heidän kyetessä jakamaan kokemuksia samanlaisessa tilanteessa. Kankaanpää viestissään mainitsee, että joillain oppilailla keskeisenä tavoitteena voi olla vertaistuen saanti. (Kankaanpään sähköposti 2021).

Tutkimuksen kannalta on olennaista myös huomioida, että vertaistuellalla voi olla kielteisiä vaikutuksia. Kielteisillä vaikutuksilla tässä tilanteessa tarkoitetaan esimerkiksi vertaistukea tai vertaistietoa, joka heijastaa yhteiskunnan normien ja arvojen vastaisia näkemyksiä. Tästä informaatiosta voidaan käyttää termiä disnormatiivinen informaatio. (Haasio, 2015) Kaikki vertaisilta saatava palaute ja vuorovaikutus ei ole positiivista. Esimerkiksi sosiaalisessa mediassa tapahtuvassa vertaisten kohtaamisessa voi olla riski altistua harhaanjohtavalle tiedolle, sieltä voi saada vihamielisiä, halventavia kommentteja ja se saattaa lisätä epävarmuutta omasta terveydentilastaan, mutta riski on todettu hyötyä pienemmäksi. (Naslund, Aschbrenner, Marsch, Bartels. 2016. 113–122.)

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYS

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää itsenäistymisvaiheessa olevien nuorten kokemuksia vertaistuen merkityksestä Valteri-koulu Tervaväylässä. Tavoitteena on tuottaa ja välittää tietoa vertaistuen merkityksestä yläasteikäisten oppilaiden itsenäistymisvaiheesta Valteri-koulu Tervaväylässä. Tavoitteenamme on oppia työelämässä tärkeää kehittämistyötä. Lisäksi yhteistyökumppanimme saa arvokasta tietoa oppilaistaan. Tämä auttaa heitä työmenetelmien kehittämiseen ohjaamaan nuoria paremmin vertaistuen pariin. Opettajat ja ohjaajat osaisivat tunnistaa tilanteita, joissa vertaistuesta mahdollisesti voisi olla hyötyä itsenäistymisvaiheessa. Tämä osaaminen auttaa heitä tilanteissa, joissa nuorta tulisi ohjata vertaistukea kohti.

Sosionomin ammatissa omaa kasvuamme edistää, kun otamme asiakkaan mukaan palveluiden kehittämiseen. Näin osallistamme asiakkaita. Olemme antaneet nuorille mahdollisuuden sanoittaa omia toiveitaan ja antaneet koululle tästä tietoa, jolloin he voivat järjestää toiveiden mukaista toimintaa. Olemme ymmärtäneet, että emme voi ammatillisina vaikuttaa yksilöiden väliseen vertaistukeen, vaan voimme vain ohjata heitä vertaistukea kohti. Vertaistuki täydentää ammatillista tukea ja apua, vertaistuki on yhtä arvokasta, kuin ammatillinen apu ja tuki. Tämä tutkimus mahdollistaa vertaistuen tarkastelun oppilaiden välillä. Selvitämme myös, millaisia osallisuuden kokemuksia nuoret ovat saaneet vertaistuen kautta.

Tutkimuskysymyksemme on: "Miten itsenäistymisvaiheessa olevat nuoret kuvailevat toisiltaan saadun vertaistuen kokemuksia Valteri-koulu Tervaväylässä?" Halusimme selvittää mikä on nuorten kokemus heidän välisestään vertaistuesta itsenäistymisen kynnyksellä. Tutkimus tehdään kyselytutkimuksena.

## 5.1 Omat tavoitteet

Opinnäytetyön prosessin myötä opimme tunnistamaan vertaistuen yhtenä hyvinvoinnin suojaavista tekijöistä ja opimme tunnistamaan vertaistukeen ohjaamista työssämme ennalta ehkäisevänä menetelmänä. Opimme tunnistamaan vertaistuen osana nuoren itsenäistymistä, ammatillista osaamista täydentävänä menetelmänä. Osaamme ohjata asiakkaita vertaistukea kohti, kun ymmärrämme sen toimintaa ja mistä sitä voi löytää. Vertaistuki parhaimmillaan ehkäisee syrjäytymistä, edistää osallisuutta ja poistaa epätasa-arvoisuuden kokemista liittämällä samankaltaisia asioita kokeneita ihmisiä yhteen. (Kansalaisareena.fi) Tämä on asiakastyöosaamisen kompetenssiin kuuluvaa osaamista.

Tutkimuksen edistyessä osaamme ajatella kriittisesti myös tutkimusmenetelmiä ja esittää mahdollisia parannusehdotuksia työn edetessä. Opimme hyödyntämään saatuja tuloksia strukturoidusta kyselylomakkeista käytännön kehittämiseen. Uusina taitoina opimme tekemään puolistrukturoidun kysymyslomakkeen. Opimme koostamaan tietoa vastausten perusteella. Opimme tuottamaan ymmärrettävää tekstiä omaksutun tiedon perusteella opinnäytetyön muodossa.

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 6.1 Kyselytutkimus ja puolistrukturoitu kyselylomake

Kyselytutkimus on suuremmilta osin määrällistä tutkimusta, jossa sovelletaan tilastollisia menetelmiä. Kyselyaineisto koostuu pääosin mitatuista luvuista ja numeroista, vaikkakin kysymykset esitetään sanallisina, niin vastaukset ilmenevät numeroina. Sanallisesti voidaan antaa tarvittaessa täydentäviä tietoja tai vastauksia. (Vehkalahti 2019,13.) Meidän tutkimuksessamme käytimme myös avoimia kysymyksiä. Avoimiin kysymyksiin vastaamalla vastaaja saattoi perustella näkemystään sekä selittää miten asia näkyy arjessa. (Heikkilä 2014, 46–51)

Tieteellistä kyselyä laadittaessa ja sen onnistumisen kannalta on tärkeää, että tutkimuksen toteuttaja on kykenevä ottamaan huomioon vastaajien ajan, halun ja taidon vastata luotuun kyselyyn. (KvantiMOTV, 2021).

Kun aineistoa kerätään kyselyllä, kysytään jokaiselta kyselyyn vastaavalta samat asiat samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. Puolistrukturoitu kyselylomake soveltuu käytettäväksi, kun havainnoidaan henkilöä ja häntä koskevia asioita. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi henkilökohtaiset asiat, kuten asenteet, ominaisuudet, käyttäytyminen tai mielipiteet. (Vilka, 2007, 27–28.)

Kyselylomakkeen (liite 2) liitteenä lähetettiin saatekirje (liite 1), joka mahdollisesti vaikutti siihen, että vastasiko oppilas kyselyyn vai ei. Meidän pyrkimyksemme oli luoda saatekirjeestä lyhyt ja ytimekäs, missä tulee kuitenkin kaikki oleellinen tieto vastaajan kannalta esille. Vastaajia pyrittiin motivoimaan kertomalla saatekirjeessä mitä hyötyjä vastaamisella on (Heikkilä 2014, 59.) Kyselylomake on liitteenä (Liite 2)

Tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössä käytettiin puolistrukturoitua kysymyslomaketta ja lomakkeen täyttivät oppilaat. Meidän tutkimuksessamme puolistrukturoitu kyselylomake oli yhdistelmä monivalinta- ja avoimia kysymyksiä. Kyselylomaketta voidaan käyttää, kun havainnoitavana kohteena on henkilö ja häneen liittyvät asiat. Kysely sopii aineistonhankintamenetelmäksi silloin, kun



haastateltavia on paljon ja he ovat hajallaan. Kyselylomaketta voidaan myös käyttää erittäin henkilökohtaisien asioiden tutkimiseen (Vilkkä 2007, 27–29.)

Kysely tehtiin puolistrukturoidulla kyselylomakkeella, jotta kysymykset olivat selkeästi hahmotettavissa ja kaikille samanlaiset. Myös kyselytilanne pysyi samanlaisena kaikille. Kyselylomake oli meille käytännöllisin aineistonhankintamenetelmä, anonymiteetin säilyttämisen ja aineiston käsittelyn kannalta. Neuvottelimme yhteistyötahon kanssa ja heidänkin arvionsa mukaan paras ratkaisu heidän resurssiensa kannalta oli kyselylomakkeen käyttö.

Kyselylomaketta työstäessämme ja kysymyksiä pohtiessamme käytimme tietopohjaa kysymysten muodostamiseen. Kyselylomakkeen sisältö on jaettu moduuleihin aihealueiden mukaan siten, että ensimmäisenä aiheena käsiteltiin vertaistukea, osallisuutta käsiteltiin omana kokonaisuutenaan, vaikuttamismahdollisuudet olivat kolmas aihekokonaisuus ja viimeisenä aihekokonaisuutena oli itenäistymisprosessiin liittyvät kysymykset. Teemat syntyivät teoriapohjasta ja käsitteistä, joita yleensä vertaistukeen liitetään. Teemoiksi valikoituivat arjen taidot, vuorovaikutustaidot, ryhmässä toimiminen ja samankaltaisuus. Avoimiin kysymyksiin saaduista vastauksista etsittiin samanlaiset asiat, joiden perusteella teemoja muodostettiin. Tutkimuksen lopussa oli avoin kysymys, johon vastaajat voivat halutessaan kirjoittaa ajatuksiaan, toiveitaan tai ehdotuksiaan siitä, miten koulu voisi tukea vertaistuen saantia.

Teetimme testikyselyitä muutamilla henkilöillä ja kyselyyn vastaaminen vei noin 5–10 minuuttia. Alussa lomakkeemme sanamuoto oli hankala ja vaikea käsittää. Emme muuttaneet kysymysten sisältöä vaan lisäsimme saatekirjeeseen (Liite 1) selitteen vaikeista sanoista ja käsitteistä. Alkuperäisen kyselylomakkeen kysymyksiin pystyi vastaamaan kyllä/ei vastauksin ja se ei näin ollen tuottanut meille informaatiota niin laajasti, kuin olisimme tahtoneet.

Tutkimukseemme osallistuvien nuorten ikäisille on vaikeaa ja aikaa vievää muodostaa luottamussuhde uusiin ihmisiin, johon koululla ja meillä ei ollut mahdollista laittaa resursseja. Tämä myötävaikuttanut suuresti kyselytutkimuksen valintaan.

Koemme, että lomake tuotti meille tarvitsemamme tiedon ja oli selkeä sekä helppo täyttää. Tällä pyrimme välttämään vastausväsymystä, joka ilmenee usein, kun lomakkeet ovat pitkiä ja ihmisten huomio herpaantuu ja he eivät viitsi käyttää aikaansa pitkiin lomakkeisiin. Välttyäksemme tavoitetavuusongelmilta ja ollaksemme varmoja, että lomake voidaan täyttää huolimatta tietotekniikan

saatavuudesta ja toimivuudesta, käytimme paperilomaketta. Lomakkeet saatuamme, esikäsitteilyn jälkeen, aloitimme aineiston rakentamisen ja analyysin. Paperilomaketta käytettäessä kyselylomakkeen pohjalta luodaan havaintotiedosto, jossa osioita vastaaville muuttujille annetaan nimet ja tiedot tallennetaan tiedostoon. (Vehkalahti 2019, 48–50)

## 6.2 Kohderyhmä ja aineiston hankinta

Osallistujien ikä rajattiin seitsemänneistä yhdeksänteen luokka-asteeseen. Tämä ikäluokka valikoitui tutkimuksen kohteeksi, koska he ovat itsenäistymisvaiheessa. Kyselylomake tuotti luotettavan tuloksen, vaikka otanta on pieni. Ohjaajat tuntevat vastaajien kyvyt vastata ja tarvittaessa auttoivat lomakkeen täyttämässä, kuitenkin vastauksia muokkaamatta, mikä paransi osaltaan kyselyn reliabiliteettia. Mikäli nuori joutui käyttämään avustajaa esimerkiksi vastausten kirjoittamiseen, avustaja kirjoitti vastauksen täsmälleen kuten oppilas sen ilmaisi. Tällä tavoin huomioitiin tutkimusetiikka ja jokaisen nuoren osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet, jotka ovat kantavia teemoja vertaistuksessa.

Päätettiin, että oppilaat täyttivät kyselyn tunnilla, koska tällöin se tavoitti mahdollisimman monta opiskelijaa. Näin toimimalla vältimme yleisen ongelman, jossa tutkijat joutuvat tekemään uusinta-kyselyitä, joka lisäävät myös kustannuksia (Vilka 2007, 28). Kyselyllä voitiin saada kattava määrä vastauksia yhden oppitunnin aikana. Mikäli olisimme käyneet haastattelemassa oppilaita olisi se sitonut koulun työntekijöitä ja oppilaita mahdollisesti useampana päivänä ja haitannut tavallista opiskeluarkea. Opettajat ja ohjaajat noudattivat antamaamme ohjeistusta lomakkeiden jakamisessa ja säilyttämisessä sekä toimittivat lomakkeet meille välittömästi kyselyn suorittamisen jälkeen. Näin turvattiin aineiston säilyminen.

Toteutimme tutkimuksen yhteistyössä Valteri-koulu Tervaväylän kanssa noin 30 oppilaalle. Pääjoukko, josta vastaajat valittiin, on 36 oppilasta. Oppilaiden huoltajilta kysyttiin lupa kirjallisesti osallistua kyselytutkimukseen etukäteen normaalien tutkimuslupakäytänteiden mukaisesti. Lopullinen vastaajamäärä koostui luvan saaneista oppilaista, joita oli 12. Oppilaat tekivät kyselyn kouluihana ja saivat tarvittaessa apua kyselylomakkeen täyttämässä. Kyselylomakkeissa pyrimme huo-

mioimaan oppilaiden haasteet. Vertaistukea on tutkittu suhteellisen vähän, vaikka vertaistukitoiminnan määrä on kasvanut huomattavasti sosiaali-, ja terveysalalla ja vertaistukiryhmät ovat yksi nopeimmin kehittyvistä tuen muodoista. (Nylund 2005, 195–213.)

Koko koulun 7.–9. -luokan oppilaita on 36, joista 12 halusi osallistua kyselytutkimukseen. Lopullinen kysely osoittautui vaikeaksi ja kaksi toiminta-alueittain opiskelevaa oppilasta eivät kyenneet täyttämään kyselyä. Osa oppilaita käy kotona vain viikonloppuisin, jolloin lupalomakkeen täyttäminen viivästyi.

Koimme myös, että erityisen tuen tarpeessa olevien nuorten kanssa työskennellessä emme olisi kyenneet luomaan riittävää luottamussuhdetta lyhyessä ajassa kuluttamatta koulun resursseja meidän vierailuumme, jotta haastattelut olisivat olleet todenmukaisia. Kyselylomakkeella vastaajat saivat täyttää vastauksensa tutussa ja turvallisessa ympäristössä. He saivat apua omilta ohjaajiltaan tarvittaessa. Tämä mielestämme lisäsi kyselyn reliabiliteettia. Näin toimiessamme pidimme myös huolta, että toimimme tutkimuseettisten periaatteiden mukaisesti.

Tutkimuksessamme tärkeässä osassa olivat myös avoimet kysymykset, joihin tutkimusjoukko on vastannut kokemustensa pohjalta. Me tutkijoina luotamme omiin havaintoihimme ja saamme uutta tietoa tarkastelemalla saatua aineistoa mahdollisimman monitahoisesti ja yksityiskohtaisesti. Tärkeää on, että kohdejoukon näkökulmat tulevat esille. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 64). Jokaisen kysymyksen vastauksista olemme tehneet myös kaavion, jotta vastausten jakauman hahmottaminen on helpompaa.

### **6.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus**

Seurasimme ARENE:n ammattikorkeakouluja koskevia ohjeistuksia opinnäytetyöprosessissa muun muassa noudattamalla hyvää tieteellistä käytäntöä opinnäytetyön tekemisessä, ymmärtämällä tieteellisen käytännön vastuut, noudattamalla ohjeistuksia ihmisiin kohdistuvien tutkimusten yleisistä periaatteista. Pohdimme eettisen ennakoarvioinnin lähtökohtia, tarpeellisuutta ja ennakoarviointimenettelyä valitessamme opinnäytetyömme toteutustapaa ja raportointitapaa. Näiden

päätösten pohjana käytimme "Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisiä suosituksia" (Arene 2019, 5.)

Kyselyn täyttivät kaikki oppilaat, jotka opiskelevat luokilla 7.–9. Tällä pyrimme saamaan kattavan ja tarpeeksi laajan otannon sekä saamaan tarpeeksi materiaalia, jotta kysely on luotettava. Oppilaat, jotka tarvitsivat avustusta kyselyn täyttämiseksi saavat apua koulunkäyntiohjaajilta. Heidän vastauksensa merkittiin tällöin täysin heidän sanelunsa mukaan mitään muuttamatta.

Kyselyä täytettäessä siihen ei täytetty mitään henkilötietoja, edes nimeä, jolloin vastaajan anonymiteetti säilyi. Vastaaaja ei siis voida yhdistää omiin vastauksiinsa. (Arene 2019, 11. Tietosuojalaki 1050/2018) Kyselylomakkeita säilytettiin Oulun Ammattikorkeakoulun tietosuoja -ohjeistuksen mukaisesti ja lomakkeet tuhottiin, kun tutkimus on valmis. Emme tavanneet nuoria henkilökohtaisesti ja emme voineet näin ollen yhdistää kenenkään vastauksia henkilöihin.

Päätimme, että oppilaat täyttävät kyselyn tunnilla, koska tällöin se tavoitti mahdollisimman monta opiskelijaa. Odotimme myös oletettua pidempään lupalappujen palautumista, koska tahtoimme varmuudella kattavan tutkimusjoukon. Toimimalla näin pyrimme välttämään yleisen ongelman, jossa tutkijat joutuvat tekemään uusintakyselyitä, joka lisäävät myös kustannuksia (Vilka 2007, 28).

Opinnäytetyön yhteydessä opimme toimimaan tutkimustyön eettisten periaatteiden mukaisesti ja opimme ulkoisena tulkitsijana tarkastelemaan olemassa olevien toimintamallien toimivuutta ja eettistä kestävyyttä sosiaalialan eettisen osaamisen kompetenssin mukaisesti. Noudatimme hyvää tieteellistä käytäntöä läpi opinnäytetyömme koko prosessin. Raportoinnissa olemme huomioineet eettisyyttä ja luotettavuutta pitämällä huolta, että raportoimme aineistosta totuudenmukaisesti. Teoriapohjaa luodessamme käytimme luotettavia lähteitä ja merkitsimme ne asianmukaisesti lähdeluetteloon noudattaen näin hyvää tieteellistä käytäntöä. (Hirsjärvi ym. 1997, 23–27, 107–108, 118, 122, 186, 350). Tutkimuksemme toimintatavat noudattivat rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta sekä tulosten tallentamisessa että esittämisessä. Tavoitteenamme oli oppia tutkimusprosessin toteuttaminen ja sen loppuun saattaminen sekä tehdä tilaa uusille mahdollisille tutkimuksille aiheesta.

Tutkimuksen edistyessä osasimme ajatella kriittisesti myös tutkimusmenetelmiä ja esittää mahdollisia parannusehdotuksia työn edetessä tutkimuksellisen kehittämisen ja innovaatio-osaamisen kompetenssin mukaisesti. Meidän työssämme tämä kosketti erityisesti tutkimusmenetelmän valintaa,

koska tahtoimme tehdä tutkimuksemme mahdollisimman turvallisella ja mahdollisimman tehokkaasti käytössä olevia omia ja yhteistyökoulun resursseja hyödyntäen.

#### **6.4 Aineiston analyysi**

Tarkoituksenamme oli selvittää tämän tutkimuksen ja kyselyn avulla vertaistuen merkitystä itsenäistymisvaiheessa olevilla yläasteikäisillä nuorilla Valteri-koulussa Oulussa. Jaoimme kyselylomakkeen eri teemoihin ja jokaisessa teemassa on suunnilleen sama määrä kysymyksiä. Jaoimme kyselylomakkeen teemoihin myös siksi, että sen analysointi on helpompaa näin.

Analyysivaiheessa käytämme sekä määrällistä, että laadullista analyysia. Määrällisellä analyysilla koetetaan selittää erilaisten ilmiöiden syy-seuraussuhteita, niiden välisiä yhteyksiä tai yleisyyksiä. Määrälliseen analyysiin kuuluu paljon erilaisia laskennallisia ja tilastollisia menetelmiä. Määrällisen analyysin pari on yleisesti laadullinen analyysi. Näiden analyysimenetelmien välisiä eroja usein korostetaan, vaikka niitä voidaan kuitenkin käyttää samassa tutkimuksessa, selittämään samoja asioita, mutta eri näkökulmista. (Jyväskylän yliopisto, KOPPA, 2021)

Määrällisessä tutkimuksessa tutkija saa tiedon numeroina, tai ryhmittelee laadullisen analyysin numeroin. Tulokset esitetään numeroina, joita tutkija tulkitsee ja selittää auki sanallisesti numeroista saadun tiedon. Hän kuvailee eri asioiden syy-seuraussuhteita. Kysymyksien operationalisointi, jossa teoreettiset ja käsitteelliset, vaikeaselitteiset asiat muutetaan sellaiseen muotoon, jossa ne voidaan käsittää arkiymmärryksellä. Strukturoinnissa kysymykset asetetaan lomakkeeseen vakio-muotoon niin, että kaikki ymmärtävät ne samalla tavoin ja ne voidaan kysyä samalla tavalla (Vilkka, 2014. 14–15).

Kyselyn aineiston muotoilimme havaintomatriisiksi, jossa vaakarivillä olivat havainnot ja pystyrivillä muuttujat. Tässä tapauksessa muuttujilla tarkoitetaan kysymyksiä ja havainnoilla vastauksia. Havaintomatriisilla ja selailulla saatoimme varmistua siitä, että tietoja ei puuttunut eikä järjettömän oloisia arvoja ei esiintynyt (Vehkalahti 2019. 50–51).

Sektoridiagrammi eli piirakkakuviio havainnollistaa kunkin muuttajan suhteellista osuutta koko aineistosta. Piirakkakuviolla voidaan esittää prosenttilukuja vastaava data visuaalisesti. Piirakkakuviolla on mahdollista vaikuttaa lukijalle muodostuviin mielikuviin tuloksista. Värejä käyttämällä voidaan lisätä luotettavuutta ja informatiivisuutta (Vilka, 2014. 142–145).

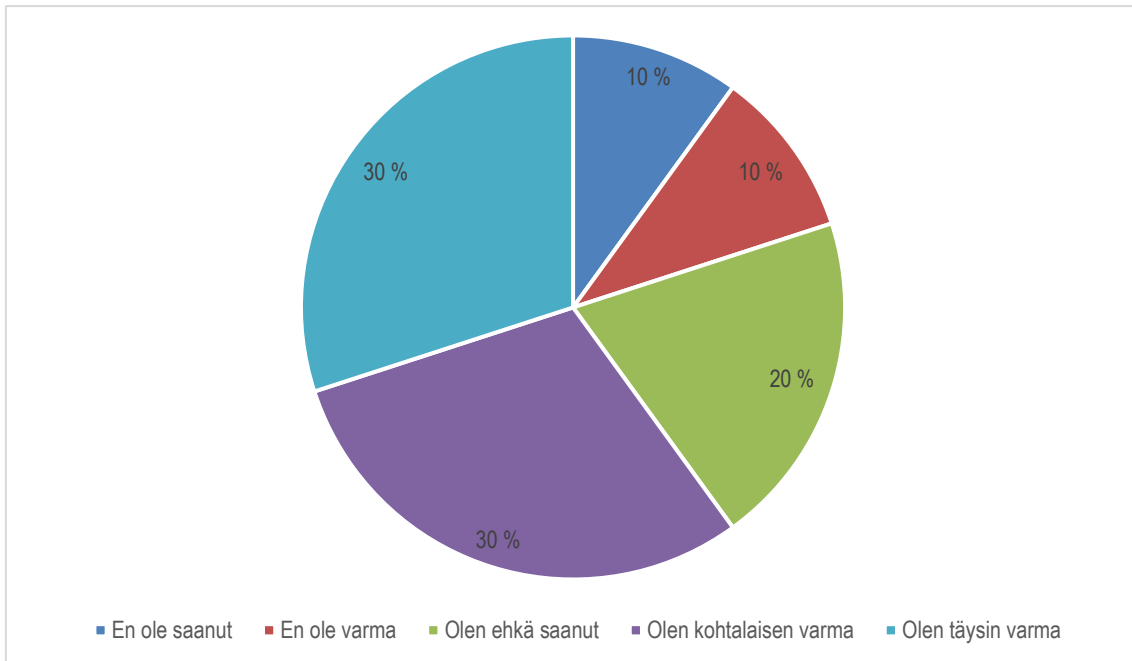
Olemme käyttäneet kyselyssä aineiston hankintaan järjestysasteikkoa, joten aineistoa käsitellessä ja analysoidessa käytämme graafista tarkastelua, sillä tahdomme tietää yksittäisen muuttajan jakaumaa. (KvantiMOTV, 2021)

Käytämme myös yhtenä työkaluna teemoittelua avoimien kysymysten analysoimiseksi. Teemoittelulla tarkoitetaan sitä, että aineistosta etsitään tutkimusongelman kannalta olennaiset asiat eli teemat. Teemoittelussa nostetaan usein esille tutkimustehtävään olennaisia asioita. (Tietoarkisto, 2021) Meidän työssämme teemoiksi valikoituivat vertaistuki, osallisuus, vaikuttamismahdollisuudet ja itsenäistymisprosessi, nämä teemat löysimme etsimällä yhdistäviä seikkoja suhteessa tutkimusongelmaan.

## 7 TULOKSET

Kysely oli tarkoitettu teettäväksi kaikille 36 koulun oppilaalle. Emme kuitenkaan saaneet kaikilta oppilailta tai heidän huoltajiltaan lupaa kyselyn teettämiseen. Täten lopullinen vastaajamäärä oli 10 oppilasta, joka on 27 % koko oppilasmäärästä. Näin ollen vastauksia ei voida yleistää muihin kouluihin ja se edustaa tapaustutkimusta. Jaoimme kysymykset teemojen alle ja käsitelimme myös tuloksissa niitä teemoittain. Jaoimme teemat alaotsikoiden alle.

### 7.1 Vertaistuen merkitys nuorille



Kaavio 1. Nuorten kokemus vertaistuen saamisesta.

Kysymykseen nuorten kokemuksesta vertaistuen saannista (kysymys 1) tuli esille, että nuorista yli puolet koki saaneensa vertaistukea, sama määrä nuoria oli kohtalaisen varmoja saaneensa vertaistukea. Nuorista kaksi vastasi ehkä saaneensa vertaistukea. Nuorista kolmasosa ei ollut varmoja, ovatko saaneet vertaistukea. Esille avoimena vastauksena nousi, että nuoret kokivat saaneensa vertaistukea, kuvailivat saaneensa sitä erilaisten keskustelujen, kokemusten jakamisen ja

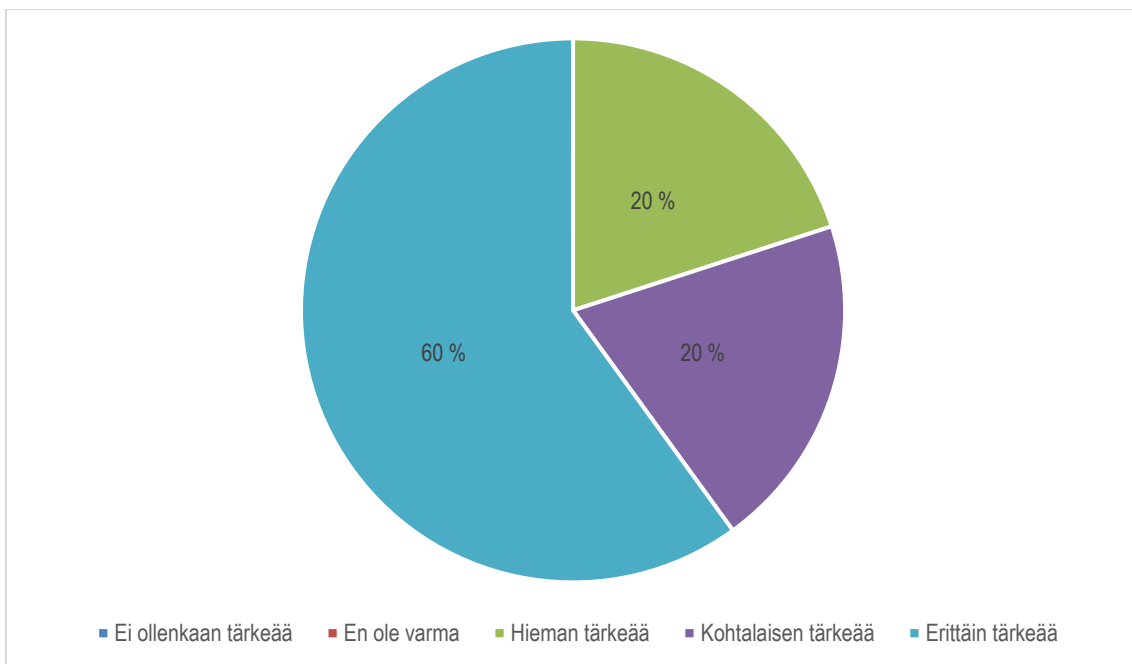
WhatsApp –viestien kautta. Oppilaskodin ohjaaja etukäteen haastatellessamme kävi ilmi, että en-tiset oppilaat pitävät yhteyttä nykyisiin oppilaisiin WhatsApp-viestisovelluksella ja vierailevat kou-lulla. Tämä tukee nuorten vastauksia vertaistuen kokemuksesta ja sen luonteesta.

Nuoret vastasivat avoimeen vastaukseen seuraavin tavoin:

*”Osaan kertoa omista tarpeistani ja avusta mitä tarvitsen”,*

*”Viestittelen WhatsAppin kautta paljon kaverin kanssa. Juttelemme esimerkiksi kouluun ja vapaa-aikaan liittyvistä asioista”,*

*”Olen saanut keskusteltua asioista”.*



Kaavio 2. Vertaistuen tärkeys nuorille.

Kysymykseen vertaistuen merkityksellisyydestä liittyen (kysymys 2) kartoitimme myös kuinka tärkeänä nuoret pitävät kokemusten jakamista muiden nuorten kanssa. Kaikki nuoret pitivät vähintään hieman tärkeänä kokemusten jakamista.

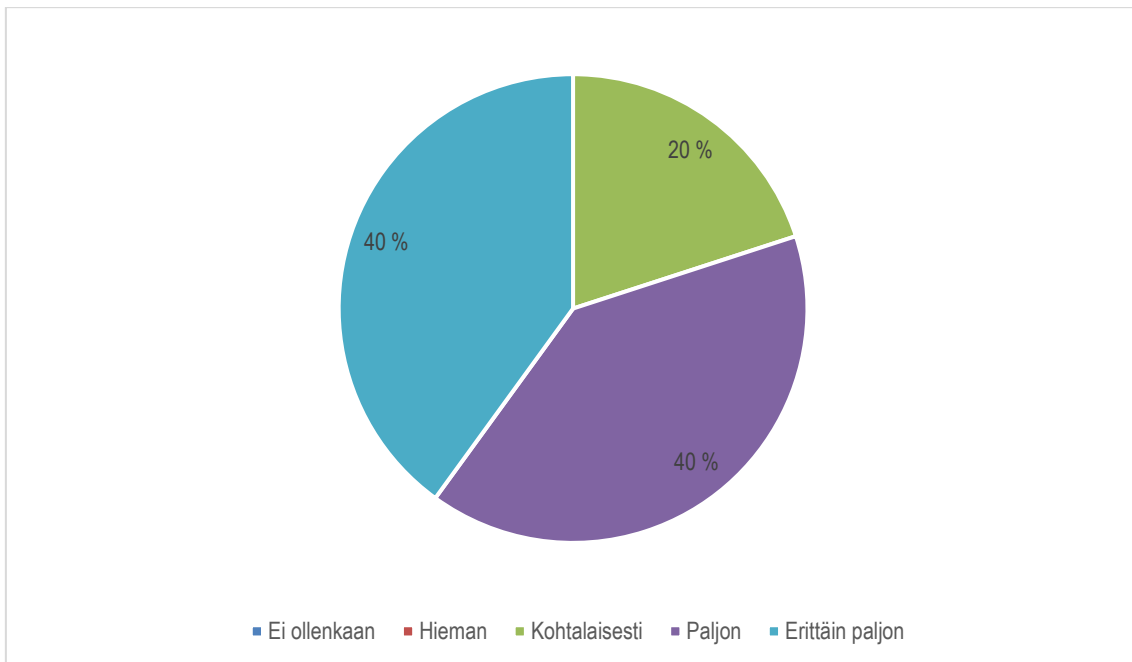
Esille avoimena vastauksena nousi kavereiden olevan tärkeitä ja sanoitettiin, ettei kaikkia kokemuksia voi jakaa kaikkien kanssa, vaan se on riippuvaista kokemusten samantyyppisyydestä tai erit-täisyydestä. Nuoret sanoittivat omia tuntemuksiaan vertaistuen merkityksellisyydestä seuraavalla tavalla:

*”Kaverit ovat minulle tärkeitä”,*



”Täällä on samankaltaisia nuoria”

## 7.2 Osallisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo vertaistuessa

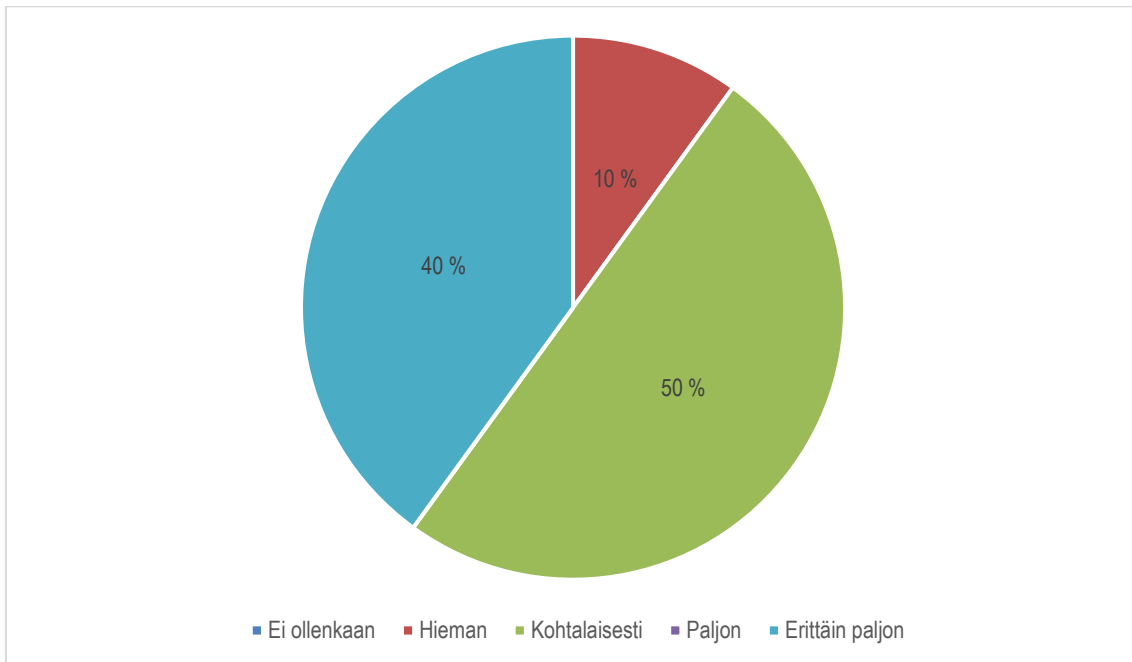


Kaavio 3. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo osallisuuden mittarina arjessa.

Kysymykseen siitä, kuinka paljon osallisuus arjessa on lisännyt yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon tunnetta vertaistuen läpi tarkasteltuna (kysymys 3) nuoret vastasivat kokevansa, että yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon tunne on lisääntynyt vähintään kohtalaisesti. Nuorista puolet olivat sitä mieltä, että tunne on lisääntynyt paljon, sama määrä oli sitä mieltä, että tunne on lisääntynyt erittäin paljon.

Esille avoimena vastauksena nousi, että tasa-arvon tunne on lisääntynyt osallisuuden myötä. Nuoret ovat siis kokeneet, että vertaistuki on hyödyttänyt heitä. Nuoret sanoittivat yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa seuraavalla tavalla:

*”Millä tavalla tämä lisäisi yhdenvertaisuuden tunnetta? Kyllä lisää tasa-arvon tunnetta”*



Kaavio 4. Nuorten kokemus vertaistuesta osallisuuden vahvistajana.

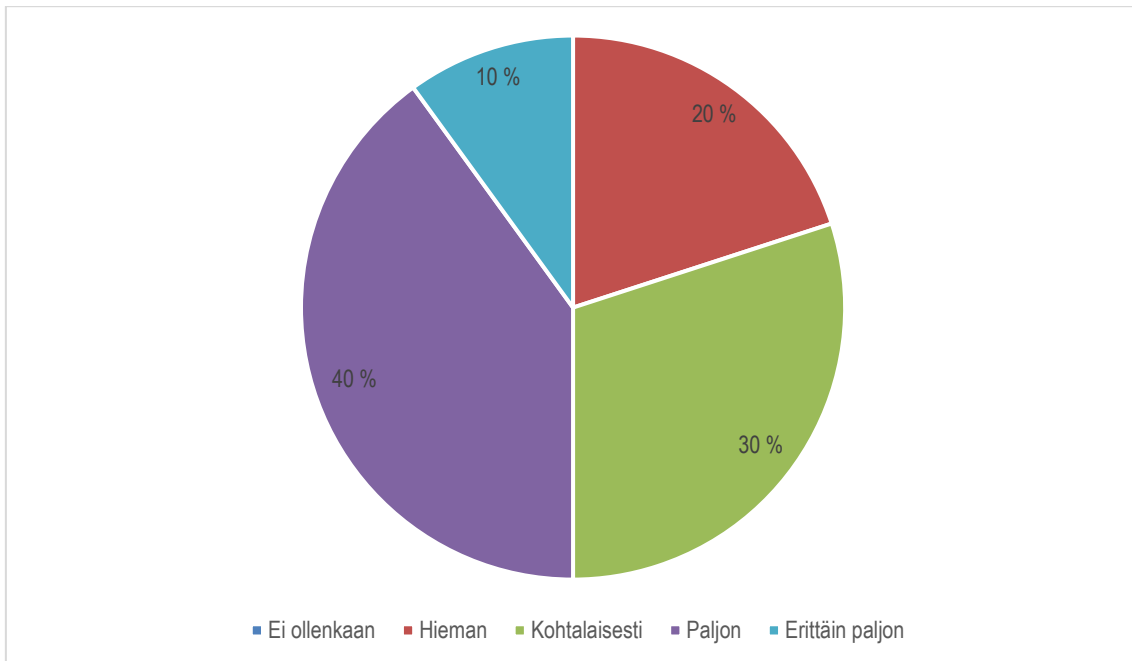
Kysymykseen nuorten kokemuksesta vertaistuesta osallisuuden vahvistajana (kysymys 4), nuorista suurin osa koki vertaistuen vahvistaneen osallisuuden kokemusta. Yksikään nuori ei kokenut, että vertaistuki ei olisi vahvistanut osallisuuden kokemusta.

Esille avoimena vastauksena nousi, että osallisuuden kokemus on vahvistunut tarpeeksi paljon ja vastaaja pärjää hyvin. Nuoret tiivistivät ajatuksiaan näin:

*”Ihan tarpeeksi paljon pärjään hyvin”*

Nuoret ovat siis tyytyväisiä siihen, kuinka vertaistuki on vahvistanut heidän osallisuuden kokemustaan.

### 7.3 Vaikuttamismahdollisuudet ja vertaistuki



Kaavio 5. Nuorten kokemus tiedon lisääntymisestä vaikuttamismahdollisuuksista.

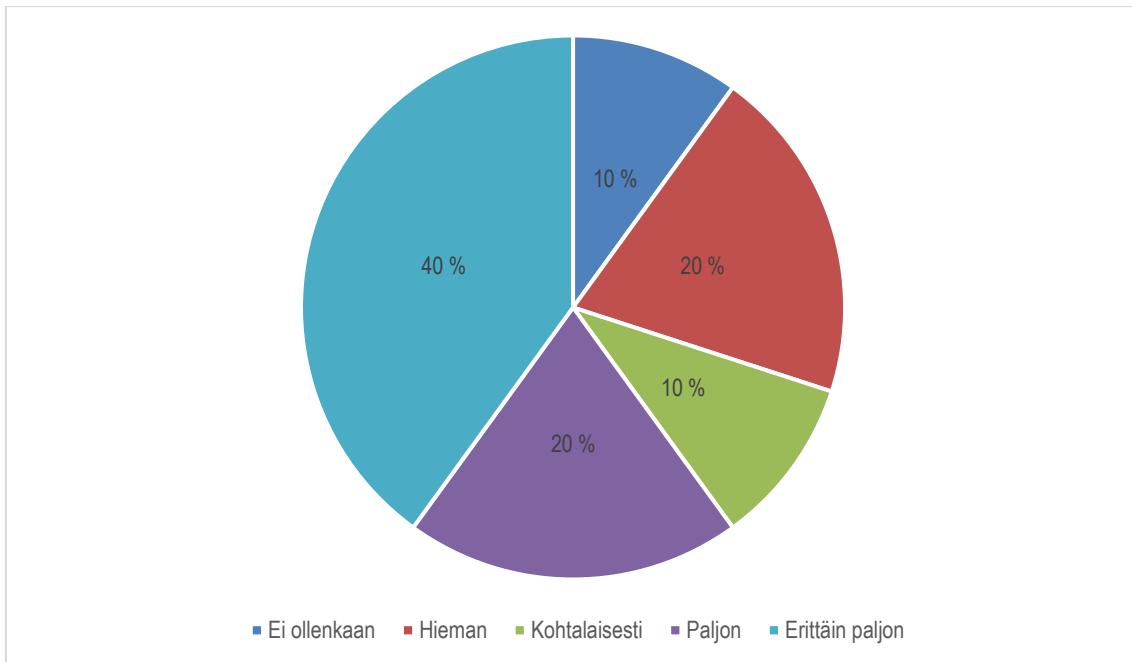
Kysymykseen vertaistuki ja osallisuus tiedon lisääjänä nuorten vaikutusmahdollisuuksista (kysymys 5) nuorista jokainen koki vertaistuen lisänneen heidän omia vaikutusmahdollisuuksiaan.

Esille avoimena vastauksena nousi asian kuvaamisen olevan hankalaa, mutta nuoret kokivat oman tietonsa lisääntyneen. Avoimissa vastauksissa saimme seuraavia vastauksia:

*"Kaveritaitoja",*

*"Oon saanut muilta uusia vinkkejä",*

*"Osaan kertoa omista tarpeistani ja avusta mitä tarvitsen"*



Kaavio 6. Vertaistuen tuoma voimaantuminen.

Kysymykseen muiden nuorten tuomasta rohkaisusta mielipiteen ilmaisuun ja päätöksentekoon (kysymys 6) nuoret vastasivat, että muiden nuorten tuki on rohkaissut nuoria ilmaisemaan mielipiteensä ja tekemään päätöksiä omassa elämässään ja arjessaan. Nuorista lähes kaikki kokivat, että vertaistuki on rohkaissut heitä ilmaisemaan mielipiteensä ja tekemään päätöksiä omassa elämässään ja arjessaan. Yksi nuori koki, ettei ole rohkaistunut ilmaisemaan mielipiteitään tai tekemään päätöksiä omassa elämässään ja arjessaan vertaistuen myötä. Esille avoimena vastauksena nousi nuorten pärjäävän näissä tilanteissa itse ilman ulkopuolista tukea tai apua.

*"Pärjään näissä tilanteissa itse",*

*"Olen saanut keskusteltua asioista"*

#### 7.4 Vertaistuki itsenäistymisprosessissa

Kysymykseen vertaistuen muista hyödyistä itsenäistymisvaiheessa (kysymys 7) nousivat esille muilta saadut vinkit, tsemppi omien asioiden hoitamiseen, kaveritaidot, kyky huolehtia itsestään

paremmin sekä oman avun tarpeen sanoittaminen muille. Esimerkkivastaukseksi annoimme itsenäistymisen taidot.

Kysymykseen siitä, miten koulu voisi tukea nuorta löytämään muita samankaltaisessa tilanteessa olevia nuoria heidän koulussaan (kysymys 8) painottuivat toiveet ryhmistä ja kerhoista, joissa kohdattaisiin tuttuja nuoria, nuorten toiveista kysymiseen, rohkaisu muiden ihmisten kanssa tutustumiseen, samankaltaisen nuorten kohtaamiseen ja puhumiseen.

Avoimia kysymyksiä analysoimme teemoittelun avulla. Keskeisiä aiheita, joita kutsutaan teemoiksi, muodostetaan usein aineistolähtöisesti. Tässä työtavassa etsitään tekstin lomasta yhdistäviä tai erottavia seikkoja. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006). Laadullinen tutkimus on aineiston ja analyysin muodon kuvausta, jossa pyritään kokoamaan pieni määrä tapauksia ja niitä koetetaan analysoida mahdollisimman perinpohjaisesti. Tällöin aineiston tieteellisyyden kriteeriksi ei nouse sen määrä vaan laatu. (Eskola & Suoranta, 1998. 13–18). Alakäsitteiksi teemoittelussa muodostuvat vuorovaikutustaidot, arjen taidot, ryhmässä toimiminen ja samankaltaisuus. Näiden yläkäsitteiksi muodostuu vertaistuki.

## **7.5 Johtopäätökset**

Valteri-koulun nuoret saavat toisiltaan vertaistukea ja kokevat sen erittäin tärkeäksi itselleen ja se on lisännyt osallisuuden tunnetta. Se myös vahvistaa tietoisuutta omista vaikutusmahdollisuuksista. Tämä puolestaan rohkaisee heitä tunnistamaan oman avuntarpeensa sekä sanoittamaan tarpeitaan paremmin.

Itsenäistymisvaiheessa olevalle nuorelle vertaistuki tarjoaa nuorille keinoja omien voimavarojensa tunnistamiseen. Tämä on tärkeää ja merkityksellistä myös itsenäistymisen kannalta. Itsenäistymisen taitoja opetellaan usein muiden kanssa yhdessä ja itsenäistyminen on sosiaalinen prosessi, jossa kasvetaan yhdessä kaverien kanssa. Nuoret toivovat, että heitä kuunneltaisiin ja kyseltäisiin esimerkiksi kerhotoimintaa ja ryhmiä järjestettäessä.

Oppilaiden osallisuuden kokemus kasvaa, kun oppilaat kokevat, että heillä on mahdollisuus vaikuttaa koulussa toiminnan suunnitteluun. Kun nuori on osallinen, hän tuntee itsensä päteväksi sekä oman roolinsa merkittäväksi. Tämän kokemuksen kautta nuori saa vahvuutta omien tavoitteidensa

sekä odotustensa luomiseen ja hän voi arvioida niiden toteutumista (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2012, 21). Valteri-koulu Tervaväylä tukee oppilaita vertaistuen pariin hyvin ja oppilaiden saama vertaistuki on keskeinen tekijä oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta tässä haastavassa uudessa vaiheessa elämässä.

Lähes kaikki nuoret ovat kokeneet saaneensa vertaistukea muilta itsenäistymisvaiheessa olevilta nuorilta. Nuoret ovat saaneet tukea paljolti keskustelun muodossa toisten vertaisten kanssa. Nuoret kokevat pystyvänsä puhumaan mahdollisesti vaikeistakin kokemuksista, kun keskustelukumppanina on joku vertainen. Esille nousi esimerkiksi leikkauksesta keskustelu. Tätä johtopäätöstä vahvistaa esimerkiksi artikkeli ”Vertaistuki voi muuttaa elämän”, jossa kerrotaan vertaistuen rohkaisevan ja hälventävän turhia pelkoja. Lisäksi vertaistuki auttaa ymmärtämään itseä ja muita (CP-lehti 3/2021).

Nuoret pitivät kokemusten jakamista tärkeänä mutta esille nousi ajatus siitä, että kaikkea kokeemaansa ei voi jakaa kaikille, vaan jakaminen riippuu myös vastaanottajan omista kokemuksista sekä niiden eri- tai samanlaisuudesta, eli nuoret valikoivat kenen kanssa haluavat keskustella ja jakaa ajatuksia tai kokemuksia. Aiemman tutkimustiedon mukaan samankaltaiset elämäntilanteet ja toistensa tunteminen ovat edellytyksiä sille, että vertaistuki lisäisi osallisuuden kokemusta ja kokemusten jakaminen muille tulisi mahdolliseksi. (Embuldeniya yms. 2013. 3–12)

Vertaistuen myötä, nuorten osallisuuden kokemus on vahvistunut ja sen myötä omat vaikutusmahdollisuudet ja tietoisuus niistä on lisääntynyt. Osallisuus ei ole erikseen mitattavissa, vaan se kytkeytyy vahvasti osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksiin sekä yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Näihin liitetään myös yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja syrjimättömyys (Nuorisobarometri, 2013). Vertaistuki on vahvistanut osallisuuden tunnetta, osallisuus on lisännyt yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon tunnetta arjessa. Vertaistuki ja osallisuus ovat puolestaan lisänneet vaikutusmahdollisuuksia ja –halukkuutta rohkaisemalla esimerkiksi oman avuntarpeen sanoittamiseen ja tarpeidensa tunnistamiseen.

Nuoret ovat itsenäistymisvaiheessa saaneet vertaistukea toisiltaan eri muodoissa. Nuoret ovat saaneet uusia vinkkejä vertaisilta, tsemppiä omien asioiden hoitamiseen, kaveritaitoja, kykyä huolehtia itsestään paremmin, omien tarpeiden ja avun tarpeen tunnistaminen ja sanoittaminen. Vertaistuki on antanut siis nuorille eräänlaisia työkaluja tunnistaa omia voimavarojaan. Nämä eri muodoissaan

ovat itsenäistymisen kannalta tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Itsenäistyminen sosiaalinen prosessi, jossa itsenäistymisen taitoja opetellaan muiden kanssa yhdessä. Esimerkiksi koulussa ja ystävien kanssa (ALL-YOUTH, 2020). Erityistä tukea tarvitsevalle nuorelle voi olla merkityksellistä selviytyä mahdollisimman itsenäisesti juuri konkreettisista asioista arjessa. (Huhtala 2018, 11)

Nuorilta nousi toiveita vertaisten kanssa puhumisesta. Koululta he toivoivat, että heidän toiveistaan liittyen ryhmien järjestämiseen kysyttäisiin. Nuoret toivoivat tuttujen koulukavereiden näkemistä kerhossa. He myös nostivat esiin rohkeasti muihin ihmisiin tutustumisen ja samankaltaisten nuorten kohtaamisen. Valteri-koulu Tervaväylä tukee vertaistuellista dialogia erilaisten kuntouttavien ryhmien kautta ja keskeisenä tavoitteena on vertaistuki (Kankaanpää 2021). Havaitsimme, että nuoret toivoisivat kuitenkin vielä enemmän dialogia, nuorten aktiivista kuuntelemista heidän toivomansa toiminnan järjestämisen muodossa. Lisäksi nousi toive muiden nuorten kohtaamisesta myös vapaa-ajalla, mahdollisesti järjestetyn vapaa-ajan toiminnan puitteissa.

## 8 POHDINTA

Tutkimuskysymyksenämme oli “Miten itsenäistyvät nuoret kuvailevat toisiltaan saatua vertaistukea?” Tutkimuksen aineisto oli kattava, vaikka otos oli pieni. Pienen otoksen vuoksi tuloksia ei voi yleistää muualle, kuin Valteri-koulu Tervaväylään eivätkä ne ole verrattavissa muihin kouluihin. Täydensimme numeraalisia kysymyksiä avoimilla kysymyksillä ja saimme näin lisää arvokasta tietoa nuorten kokemuksista.

Ajan ja resurssien säästämiseksi toteutimme tutkimuksen kyselytutkimuksena. Haastattelulla olisimme saaneet enemmän tietoa, mutta olisimme näin korona-aikana riskeeranneet mahdollisesti riskiryhmään kuuluvat oppilaat ja kuluttaneet muutenkin niukkoja resursseja. Koimme, että haastattelututkimusta varten olisimme joutuneet vierailemaan koululla useita kertoja ennen tutkimusta, jotta vastaajat olisivat voineet muodostaa meihin luottamussuhteen. Aikataulullisista syistä tämä ei ollut mahdollista. On mahdollista, etteivät haastattelijan ja haastateltavan henkilökemiat kohta. Tämä vaikeuttaisi luotettavien vastausten saantia ja voisi aiheuttaa haastateltavalle epämukavan olon.

Koimme tärkeäksi sen, että oppilaat saavat täyttää kyselylomakkeen tutussa ympäristössä tutun ohjaajan avustuksella kouluajan puitteissa. Opimme sen, että kyselyä tehtäessä on oltava tarpeeksi aikaa, tuttu ympäristö ja tuttu ohjaaja, jotta kyselyn täyttäminen olisi mielekästä. Vaikka teetimme koekyselyitä muutamilla henkilöillä, muodostui varsinaisen kyselyn täyttäminen joillekin vastaajille hankalaksi, jopa mahdottomaksi. Koetimme parhaamme mukaan tehdä lomakkeesta mahdollisimman selkeän tämän välttämiseksi, onnistumatta siinä kuitenkaan mielestämme täysin. Kyselylomakkeen ongelma on myös se, että emme voi tarkentaa vastauksia jälkikäteen, vaan joudumme tyytymään lomakkeisiin kirjattuihin asioihin.

Yhteistyönä syntynyt opinnäytetyö on opettanut meille ryhmän sisäisen työnjaon tärkeyttä ja tasa-painottamista, sillä siitä saatava arvosana on yhteinen. (Karisto & Seppälä 2004, 121) Eduksi on ollut, että olemme työstäneet työtä yhdessä kaikissa vaiheissa ja pystyneet keskustelemaan. Tämä on selkeyttänyt prosessia. Olemme oppineet hyödyntämään toistemme vahvuuksia yhteistä työtä tehdessämme. Olemme oppineet tarkkailemaan työmme laatua, tuloksia ja arvioimaan sen vaikutuksia vastuullisesti. Olemme myös tarjonneet kehittämisideoita jatkoon. Tämä on osa sosiaalialan työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjyysosaamisen kompetenssia. (ARENE 2017.) Nämä taidot auttavat



meitä tulevina sosiaalialan ammattilaisina muun muassa työskentelemään moniammatillisissa tiimeissä.

Olemme yhteistä työtä tehdessämme oppineet tekemään kyselytutkimuksen. Opimme koostamaan uutta tietoa saamiemme vastausten perusteella. Olemme oppineet tuottamaan ymmärrettävää tekstiä omaksutun tiedon perusteella opinnäytetyön muodossa. Tunnistamme vertaistuen hyvinvoinnin suojaavana tekijänä. Opimme ohjaamaan asiakkaita vertaistukeen ennaltaehkäisevänä menetelmänä, näin tuemme asiakkaan kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kaiken kaikkiaan näemme vertaistuen vahvasti ammatillista osaamista täydentävänä, voimaannuttavana tuen muotona. Vertaistuki tukee sosiaalisen osallisuuden toteutumista sekä edistää asiakkaan hyvinvointia. Vertaistuen avulla voidaan ehkäistä syrjäytymistä. Tämä on sosiaalialan kompetensseihin kuuluvaa kriittistä ja osallistavaa yhteiskuntaosaamista. (ARENE. 2017, 10.)

Olemme tarkastelleet kriittisesti sekä omia tutkimusmenetelmiämme, että omaksuttua tietoa. Olemme oppineet tuottamaan uutta tietoa vertaistuen merkityksestä poimimalla vastauksista uusia merkityksiä. Tämän tutkimuksen avulla olemme tuoneet nuorten ääntä kuuluviin. Sosionomin ammattiin kuuluu olennaisena osana kyky huomioida asiakkaan kyvyt ja tarpeet. Olemme pyrkineet sanoittamaan nuorten kokemuksia sellaisenaan lisäämättä omia oletuksia tai tulkintoja. Olemme oppineet suhtautumaan reflektiivisesti omaan kasvavaan ammattitaitoomme muun muassa itsearviointiin ja vertaisarviointiin myötä. Tämän voi nähdä osana sosiaalialan eettistä osaamista. Tässä ilmenee myös tutkimuksellinen ja kehittämis- ja innovaatio-osaaminen. (ARENE, 2017, 10).

Olemme keränneet tietoperustaa mahdollisimman uusista luotettavista lähteistä. Käytimme lähteitä mahdollisimman monipuolisesti, hyödyntäen erilaisia suomalaisia tutkimuksia ja nuorisobarometreja. Löysimme lähteitä hyvin ja koimme tietoperustan rakentamisen helpoksi. Se, että meitä on ollut kolme muodostamassa tietoperustaa, on antanut meille useita eri näkökulmia ja lähdevaihtoehtoja. Olemme myös voineet keskustella eri lähteiden luotettavuudesta ja käyttökelpoisuudesta. Koemme, että olemme saaneet muodostettua vahvan tietoperustan, jota vasten voimme peilata saamiemme tuloksia. Koemme saavuttaneemme yllä mainitut kompetensseihin sidotut henkilökohtaiset oppimistavoitteemme tätä opinnäytetyötä tehdessämme.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut pitkä ja uuvuttava prosessi. Olemme oppineet työskentelemään stressin ja paineen alaisina. Korona-aika on vaikuttanut merkittävästi yhteistyöhön yhteistyökumppanimme kanssa. Olemme viestitelleet pääosin sähköpostin kautta, jonka johdosta työskentely on ollut hitaampaa, ja siitä on puuttunut tärkeäksi kokemamme lähikontakti. Olemme korjanneet heidän antamansa palautteen mukaisesti työtämme vastaamaan heidän ajatuksiaan ja toiveitaan. Kokoimme kuitenkin, että yhteistyö on ollut toimivaa ja sujuvaa. Yhteistyötaholta saamamme palautteen mukaan olemme tehneet hienon työn.

Jatkoehdotuksena voisi olla hyvä kartoittaa oppilaiden kiinnostuksen kohteita. Näiden perusteella voitaisiin ehdottaa erilaisia ryhmiä, jossa nuoret voisivat kohdata samankaltaisten ja samoja mielenkiinnon kohteita jakavien nuorten kanssa.

Työn valmistuminen on viivästynyt meistä riippumattomista syistä, joihin emme olleet välttämättä varautuneet riittävästi. Tällaisia syitä ovat esimerkiksi olleet lupalomakkeiden palautumattomuus tai viivästynyt palautuminen oppilailla, jotka asuvat oppilaskodissa kouluviikot ja käyvät vain viikonloppuisin kotonaan. Meille on ollut erittäin tärkeää, että saisimme mahdollisimman monelta oppilaalta ja huoltajalta luvan, jotta aineisto olisi mahdollisimman kattavaa. Tämän vuoksi olemme odottaneet lupien palautumista pidempään, kuin alkuperäisesti oli tarkoitus. Korona-aika on lisännyt haasteita, joten päätimme toteuttaa tutkimuksen kyselylomakkeella. Toimitimme ne koululle. Toimimme näin toisia mahdollisesti sairauksille altistamatta ja noudatimme aluehallintoviraston sen hetkisiä ohjeistuksia.

## LÄHTEET

ALL-YOUTH, 2020. Artikkele. Itsenäistyvät nuoret osana yhteiskuntaa. Hakupäivä: 23.11.2021. <https://www.allyouthstn.fi/itsenaistyvat-nuoret-osana-yhteiskuntaa/> .

Arene. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2017. Sosionomikoulutus ammattikorkeakouluissa. Hyvinvoinnin ja tasa-arvon edistäjä elämänkaaren eri vaiheissa. Raportti sosiaalialan selvituksesta. Hakupäivä 14.12.2020 <http://www.arene.fi/julkaisut/raportit/sosionomiselvitys/> .

Arene. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisiä suosituksia. Hakupäivä 17.5.2022. <https://www.arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>

Arene. 2017. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry:n työryhmän selvitys sosiaalialan tilanteesta ja kehityksestä 2017. Sosionomi tuottaa hyvinvointia läpi elämänkaaren. Ammattikorkeakoulu sosiaalialan muutoksen edistäjänä. Hakupäivä 23.4.2022. [http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene\\_sosionomiselvitys\\_pitka\\_raportti\\_fin.pdf?t=1526901428](http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf?t=1526901428)

Arene. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2017. Sosionomiselvitys. Sosionomi tuottaa hyvinvointia läpi elämänkaaren. Ammattikorkeakoulutus sosiaalialan muutoksen edistäjänä. Haettu 16.4.2021 [https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene\\_sosionomiselvitys\\_pitka\\_raportti\\_fin.pdf?t=1526901428](https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf?t=1526901428) .

CP-lehti 3/2021. Vertaistuki voi muuttaa elämän. Artikkele Mari Vehmanen. Suomen CP-liitto ry

Dunderfelt, T. 1991. Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOY

Embaldeniya, Gayathri & Veinot, Paula & Bell, Emma & Bell, Mary & Nyholm-Young, Joyce & Sale, Joanna E. M. & Britten, Nicky (2013) The experience and impact of chronic disease peer support interventions: A qualitative synthesis. Patient Education and Counseling.

Eskola, J & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.

Haasio, A. 2015. Toiseus, tiedontarpeet ja tiedon jakaminen tietoverkon "pienessä maailmassa": Tutkimus sosiaalisesti vetäytyneiden henkilöiden informaatiokäyttäytymisestä. Akateeminen väitöskirja. Informaatiotieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. Hakupäivä 13.4.2021 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9878-7>

Harju, Aaro 2005. Teoksessa Nylund Marianne & Yeung Anne Birgitta (toim.) Vapaaehtoistoiminta anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2008. Päihdehoitotyö. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: Tammi.

Heikkilä, Tarja: Tilastollinen tutkimus. 9.uud.p. Edita Publishing Oy, Helsinki 2014.

Hietanen, Ulla & Lemberg, Katja. 2012. Portaattoprojekti- jatkuvuutta pirstaleiseen palvelujärjestelmään. Teoksessa Lämsä, Anna-Liisa (toim.) Miltä susta tuntuu? Masennus ja siitä toipuminen. PS-kustannus. Jyväskylä.

Hiipakka, Hanna. 2011. Nuoruuden aalloilla – Nuorten mielenterveyttä edistävän oppaan laatiminen nuorille ja heidän vanhemmilleen. Opinnäytetyö. Sosiaali- ja terveysala. Vaasan Ammattikorkeakoulu. Hakupäivä 17.5.2022 <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011101313781>

Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko; Sajavaara, Paula. 1997. Tutki ja kirjoita. Kirjayhtymä Oy. Kariston kirjapaino, Hämeenlinna. 2009.

Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko; Sajavaara, Paula. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Huhtala, Eveliina. 2018. Tietoa tulevaisuuden mahdollisuuksista, vertaistukea lähimarketista. Läheisverkoston tuen tarpeet erityistä tukea tarvitsevan nuoren itsenäistyessä. Tampereen Ammattikorkeakoulu. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201804164811>

Humanistinen Ammattikorkeakoulu 2011. Helsinki 2011. Mikkonen, Irja 2009. Vertaistuki osana sosiaalista vahvistamista Teoksessa Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä.

Lundbom, Pia, Herranen Jatta 2011. Sarja C. Oppimateriaaleja 26, 2011.(Toim.) Hakupäivä 3.9.2021. 978-952-456-114-3.pdf (theseus.fi) .

Hyväri, Susanna 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.) Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino

Isotalo, Kaisa. & Kinnunen, Saara. 2004. Omaan kämppään. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Jantunen, Eila 2010: Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa Laine, Terhi & Hyväri, Susanna & Vuokila-Oikonen, Päivi (toim.): Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Järvikoski, Aila. & Härkäpää, Kristiina. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. 5. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Pro Oy.

Jyväskylän Yliopisto. 2021. Koppa, Määrällinen analyysi. Hakupäivä 22.11.2021

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/maarallinen-analyysi>

Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina. Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Hakupäivä 17.5.2022

Kannasoja, Sirpa. 2018, s.30. Artikkel: Sosiaalinen toimintakyky- käsitteen suomalainen kehityshistoria. Teoksessa Lindh, Jari, Härkäpää, Kristiina. & Kostamo-Pääkkö, Kaisa. (toim.) Sosiaalinen kuntoutuksessa, 2018. Lapland University, 2018. Hansaprint OY, Turenki, 2018. Hakupäivä 30.4.2021 [https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen\\_kuntoutuksessa\\_pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen_kuntoutuksessa_pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kankaanpää, T. 2013. Tervaväylän koulun oppilaiden kokemuksia osallisuudestaan oman kuntoutuksensa suunnittelussa. Opinnäytetyö.Oulu. Hakupäivä 22.3.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013053112285>

Kankaanpää, Tarja 2021: Opinnäytetyön edistyminen. Sähköposti 22.3.2021. Yksityisviesti. Kuntoutuksen ohjaaja.Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Viestin saaja: Antti Haataja, Katja Hakkarainen, Elina Tytärniemi.

Kansalaisareena ry 2021. Vertaistuen moninaisuus. Hakupäivä 27.3.2021 [https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/01/Vertaistuen\\_moninaisuus\\_WEB1494.pdf](https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/01/Vertaistuen_moninaisuus_WEB1494.pdf)

Karisto, A & Seppälä, U. 2004. Maukas gradu - tutkimusvihjeitä tutkielman tekijöille. Tampere: Vastapaino.

Karvonen, Riina. 2011: Voimaantumista ei voida opettaa, mutta sen voi mahdollistaa. Teoksessa Lämsä, Anna-Liisa (toim.): Mieli maasta. Masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen. PS-kustannus. Jyväskylä.

Kiilakoski, Tomi 2007: Johdanto: Lapset ja nuoret kuntalaisina. Teoksessa Gretschel, Anu & Kiilakoski, Tomi (toim.): Lasten ja nuorten kunta. Julkaisuja 77. Nuorisotutkimusseura. Helsinki.

Kinnunen, Pirjo. 2011. Nuoruudesta kohti aikuisuutta, Varhaisaikuisen mielenterveys ja siihen yhteydessä olevat ennakoivat tekijät. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. 2011. Tampere. Tampereen Yliopistopaino Oy-Juvenes Print. Hakupäivä 3.5.2021 <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66830/978-951-44-8624-1.pdf?sequence=1&Allowed=y> .

Kippola-Pääkkönen, Anu 2018. Vertaistuen hyödyt ja haasteet kuntoutuksessa. 2018. Teoksessa Lindh, J, Härkäpää, K & Kostamo-Pääkkö Kaisa. (toim.) 2018. Sosiaalinen kuntoutuksessa. Rovaniemi. Lapland University Press. 2018. Hakupäivä 10.5.2021 [https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen\\_kuntoutuksessa\\_pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen_kuntoutuksessa_pdf?sequence=1&isAllowed=y) .

Kupari, Tiina. (Toim.) 2011. Omaa kotia etsimässä, nuorten asuminen 2010. Suomen ympäristö 1/2011. Helsinki: Ympäristöministeriö. Hakupäivä 21.8.2021. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37052/SY1\\_2011\\_Omaa\\_kotia\\_etsimassa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37052/SY1_2011_Omaa_kotia_etsimassa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Koivikko, Matti & Sipari, Salla. 2006. Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus. Vajaaliikkeisten Kunto Ry. Koskiprint. Valkeakoski.

Korkiamäki, Riikka. 2013. Kaveria ei jätetä! Sosiaalinen pääoma nuorten vertaissuhteissa. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9124-5>

Koski, Anna. 2010. Kouluikäisten ohjattu vertaistuki. Haku-päivä 27.3.2021 [https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100770/kouluikaisten\\_ohjattu\\_vertaistuki.pdf?sequence=1](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100770/kouluikaisten_ohjattu_vertaistuki.pdf?sequence=1) .

Koskisuus, Jari. 2003: Oman elämänsä puolesta. Mielenterveyskuntoutujan työkirja. Mielenterveyden keskusliitto ry, Helsinki.

KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Kyselylomakkeen laatiminen. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovaranto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>>. Hakupäivä 17.5.2022

KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Graafinen esitys (kuviot). Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovaranto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>>. Hakupäivä 17.5.2022

Laakkonen, Päivi 2014. Nuoruus ja itsenäistyminen- Luovin Liperin yksikön asuntolanuorten itsenäistymistä tukevan mallin kehittäminen. Opinnäytetyö, kevät 2014. Diakonia- ammattikorkeakoulu. Hakupäivä 13.6.2021 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/70551/laakkonen\\_paivi..pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/70551/laakkonen_paivi..pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lapsen oikeuksien sopimus.20.11.1989. Unicef. Hakupäivä 7.12.2021. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-lyhennettyna/>

Lindh, Jari., Härkäpää, Kristiina., Kostamo-Pääkkö, Kaisa. (toim.) 2018. Sosiaalinen kuntoutuksessa. Lapland University, 2018. Hansaprint OY, Turenki. 2018. Hakupäivä [https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen\\_kuntoutuksessa\\_pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.upland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen_kuntoutuksessa_pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2012. Kuulun! Välineitä ryhmän toiminnan tukemiseen. Onni löytyy arjesta. Opas. Hakupäivä 20.4.2022. <https://opinkirjo.fi/wp-content/uploads/2019/06/Kuulun-V%C3%A4lineit%C3%A4-ryhm%C3%A4n-toiminnan-tukemiseen.pdf> .

Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2019. 12-15 vuotiaan persoonallinen kehitys. Hakupäivä 31.3.2021. 12–15-vuotiaan persoonallisuuden kehitys - Mannerheimin Lastensuojeluliitto (mll.fi)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2021. Lapsen kasvu ja kehitys. Hakupäivä 5.5.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>

Martin, Marjatta. 2016. Nuoruus, vammaisuus ja kuntoutuksen merkitys. Lapin yliopisto. Rovaniemi. Hakupäivä 31.3.2021 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-484-906-7>

Mikkonen, Irja .2009. Sairastuneen vertaistuki. Peer support in Different Illness Groups. Akateeminen väitöskirja. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalipsykologian laitos. Kuopion yliopisto.

Mikkonen, Irja; Saarinen, Anja. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Tallinna, Tietosanoma Oy.

Mokkila, Kaisa. 2011. Nuoren itsenäistymisprosessi. Opinnäytetyö. Hoitotyön koulutusohjelma. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Hakupäivä 21.8.2021 <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011111114446>.

Mäkelä, Olli-Pekka. 2021. Oppilaskodin nuorten ohjaaminen ja tukeminen itsenäisiin taitoihin. Opinnäytetyö. Diakonia-Ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Sosionomi. Hakupäivä 15.7.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202104265926> .

Määttä, Kaija & Vilppola Riitta. 2021. Oppilaskoti ohjaajat. Haastattelu oppilaskodista 2021.

Määttä, Paula. & Rantala, Anja. 2016. Tavallisen erityinen lapsi: Yhdessä tekemisen toimintamalleja. Jyväskylä: PS-kustannus.



Naslund, John A. & Aschbrenner, Kelly A. & Marsch, Lisa A. & Bartels, Stephen J. (2016) The future of mental health care: peer-to-peer support and social media. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 25 (2).

Niininen, Anne & Terävä-Karhinen, Joanna. 2019. Vanhempien kokemuksia voikukkia -vertaistukiryhmän vaikutuksista huostaanottokriisistä selviytymiseen. Hämeen Ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen. Visamäki. Hakupäivä 15.5.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019112722917>

Nurmiranta, Hanna, Leppämäki, Päivi, Horppu, Sari. 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Nylund, Marianne. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa: Nylund, Marianne., Yeung, Birgitta . (toim.) Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Tampere. Vastapaino.

Opetus- ja kulttuuriministeriö, Nuorisosiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusseura ja tekijät. Helsinki. 2013. Myllyniemi, Sami 2013. Vaikuttava osa. Nuorisobarometri 2013. Hakupäivä 3.9.2021. [Nuorisobarometri\\_2013\\_lowres1.pdf \(tietoanuorista.fi\)](http://nuorisobarometri.fi) .

Oris, Leen & Seiffge-Krenke, Inge & Moons, Philip & Gouperts, Liesbet & Rassart, Jessica & Goossens, Eva & Luyckx, Koen 2016. Parental and peer support in adolescents with a chronic condition. A typological approach and developmental implications. *Journal of behavioral Medicine*, 19.

Perusopetuslaki 628/1998, annettu Helsingissä 21.8.1998. Hakupäivä 28.3.2021. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628#L4P17> .

Plan International Suomi, 2015. Osallistava koulu, aktiivinen maailmankansalaisuus. Näkökulmia osallisuuteen ja globaalikasvatukseen koulu yhteisössä. Eeva Ervamaa, Heta Muurinen. Hakupäivä. 26.9.2021. <https://plan.fi/osallistavakoulu/>

Rommakkaniemi, Marjo., Lindh, Jari., Laitinen, Merja. 2018. Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa. s.17. Julkaisija: Kela ja Kirjoittajat. Helsinki. Kirjapaino Erweko.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Hakupäivä 8.12.2020 <<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>>.

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301, annettu Helsingissä 30.12.2014. Hakupäivä 7.12.2020. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. 2021. Sosiaalinen kuntoutus. Hakupäivä 28.4.2021 <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus> .

Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H., Kaisvuori, T. & Uotila, N. 2021. Lapsen ja nuoren hoitotyö. 1. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Taskinen, Satu. 2017. Vertaistuki verkossa: kuinka internet-välitteistä tukea käytetään? Pro Gradu. Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta, Yhteiskuntatieteiden laitos. Itä-Suomen yliopisto. Hakupäivä 21.8.2021 <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20170840>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020. Tutkimus ja kehittäminen. Asiakaslähtöisyys. Hakupäivä 5.5.2022 <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/yksilötyöskentely/asiakaslahtoisuus>

Unicef 2021. Lapsen oikeuksien sopimus- koko teksti. Hakupäivä 28.3.2021. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

Valteri 2021. Koulupaikka. Hakupäivä 28.3.2021. <https://www.valteri.fi/koulu/koulupaikka/>

Valteri 2021. Tuettu asuminen. Hakupäivä 8.5.2021 <https://www.valteri.fi/palvelut/tuettu-asuminen/>

Vehkalahti, Kimmo. 2019. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsingin yliopisto 2019 ISBN painettu: 978-951-792-649-2. Hakupäivä 20.8.2021 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305021/Kyselytutkimuksen-mittarit-ja-menetelmat-2019-Vehkalahti.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vilkkumaa, H. 2007 Tutki ja Mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki. Hakupäivä 15.6.2021 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0099-9>

Vilkkumaa, Hanna. 2014. Tutki ja Mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki. Hakupäivä 17.5.2022 <http://hanna.vilkkumaa.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Vilkkumaa, Ilpo. 2004. Kolme tapaa nähdä sosiaalinen kuntoutuksessa. Teoksessa Karjalainen, Vappu. & Vilkkumaa, Ilpo. Kuntoutus kanssamme: Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes.

Voppi.fi. 2021. Oppimisvaikeudet, oppimisen ja koulunkäynnin tuki. Hakupäivä 21.5.2021 <https://www.voppi.fi/sisalto/oppimisvaikeudet-oppimisen-ja-koulunkaynnin-tuki/>.

Yleissopimus lasten oikeuksista 60/1991, annettu Helsingissä 21.08.1991. Hakupäivä 9.12.2021. Asetus lapsen oikeuksia koskevan yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen eräiden määräysten hyväksymisestä annetun lain voimaantulosta - FINLEX ®

## LIITTEET

Saatekirje liite 1

Kyselylomake liite 2

Hyvä huoltaja ja nuori,

Nuorene opiskelee Valteri-koulu Tervaväylässä. Opinnäytetyössämme tutkimme vertaistuen merkitystä yläasteikäisille nuorille Valteri –koulu Tervaväylässä. Opinnäytetyömme tarve lähti tarpeesta saada tietoa vertaistuen vaikutuksesta yläasteikäisiin itsenäistyviin nuoriin. Keräämme tutkimusaineiston kyselylomakkeilla noin 36 nuorelta. Pyydämme nuortanne mukaan kyselyymme. Pyytäisimme teitä käymään tämän lomakkeen läpi ja päättämään suostumuksestanne nuorene kyselyyn osallistumisesta. Kyselyn toteuttaisimme keväällä 2022. Työn arvioitu valmistumisaika on kevät 2022. Opinnäytetyö ladataan luettavaksi Theseukseen valmistumisen jälkeen. Osallistuminen on vapaaehtoista ja Teillä on oikeus missä vaiheessa tahansa kieltäytyä osallistumasta tai keskeyttää tutkimukseen osallistuminen. Mikäli annatte nuorelleen suostumuksen osallistua kyselytutkimukseen, pyydämme teitä ja nuortanne ystävällisesti allekirjoittamaan suostumuksenne.

Kyselyssä kysymme nuoreltanne vertaistukeen liittyviä kysymyksiä. Kysymme nuorten omia kokemuksia, sillä heidän äänensä saaminen kuuluviin on erittäin arvokasta. Koulu voi hyödyntää tuloksia haluamallaan tavalla vertaistuen saannin kehittämiseksi. Kysely suoritetaan kouluajalla. Tallennamme kyselyt analysointia varten. Kyselyitä käsitellään nimettöminä ja luottamuksellisesti. Kyselyn täyttäjien henkilöllisyys ei tule esille missään tutkimuksen vaiheessa. Tutkimuksen valmistumisen jälkeen kyselylomakkeet hävitetään asianmukaisesti tietoturvakäytännön mukaisesti.

Ohjaavat opettajat,

Kari Virolainen Yliopettaja, Sosiaaliala ja kuntoutus

p. 050 5284604

Sähköpostiosoite kari.virolainen@oamk.fi

Pirjo-Riitta Ylikauma, Sosiaalialan ja kuntoutuksen lehtori

p. 0505909623

Sähköpostiosoite pirjo-riitta.ylikauma@oamk.fi

Ystävällisin terveisin ja yhteistyöstä kiittäen,

Antti Haataja o8haan00@students.oamk.fi

Katja Hakkarainen o8haka00@students.oamk.fi

Elina Tytärniemi c8tyel01@students.oamk.fi

Oppilaan allekirjoitus

Huoltajan allekirjoitus

Olemme kolmannen vuoden sosionomi-opiskelijoita Oulun Ammattikorkeakoulusta. Olette aiemmin saaneet tiedotteen, joka koskee opinnäytetyömme toiminnallista osuutta. Toiminnallinen osuus on kysely, joka suoritetaan koulussanne kyselylomakkeella. Alla on kyselymme, johon toivomme teidän vastaavan. Kysely suoritetaan nimettömänä joten teitä ei voida yhdistää vastauksiinne. Kyselyssä noudatamme Oulun Ammattikorkeakoulun säädösten ja ohjeistusten mukaisia tietoturvakäytäntöjä. Vastauksenne auttaa koulua saamaan tietoa vertaistuesta, jota voidaan käyttää vertaistuen tukemisen kehittämiseen koulussanne. Näin saatte äänenne kuuluviin ja koulunne pystyy paremmin huomioimaan tarpeenne.

Tutkimuksen tarkoitus on tutkia vertaistuen merkitystä itsenäistyville yläasteikäisille nuorille.

Kyselyn aluksi toivomme, että luette alla olevan tekstin ennen vastaamista.

Vertaistuki on kokemuksiin ja samankaltaisiin elämäntilanteisiin perustuvaa tukea ihmisten välillä. Vertaistuki voi olla myös keskustelua tai yhdessä toimimista. Muilta itsenäistymisvaiheessa olevilta nuorilta voidaan saada tukea ja keskinäinen luottamus voi rakentua. Vertaisina ollaan samanarvoisia keskenään. Olennaista vertaistuksessa on vuorovaikutus. Se on sekä omien kokemusten jakamista, että muiden kuuntelemista. Tähän liittyvät väistämättä tunteet, joita jaetut kokemukset herättävät ja niitä voidaan käsitellä yhdessä. Vertaistuen kautta voi myös oppia uusia asioita ja löytää itsestään uusia voimavaroja.

Osallisuus on osallistumista kaikkeen ympärilläsi tapahtuvaan toimintaan ja sen sisällön vaikuttamiseen tasavertaisena jäsenenä. Vaikuttamismahdollisuudet ovat itsesi mahdollisuus vaikuttaa sinua koskeviin asioihin, kuten asuminen, koulutus, kodinhoito ja terveys jne.

Itsenäistymisprosessi tarkoittaa elämänvaihetta, jossa sinä opit tekemään erilaisia asioita itsenäisesti ja ottamaan vastuuta koulusta ja elämästä sekä omaa elämääsi koskevista päätöksistä. Tällä tarkoitetaan myös irtautumista vanhemmista ja oman itsenäisen elämän aloittamista vaiheittain.

Vastaa kyselyyn valitsemalla kaikissa kohdissa omia kokemuksiasi vastaava numero (ympäröi vain yksi vaihtoehto) ja kirjoittamalla lyhyt selitys, mikäli sitä pyydetään. Voit antaa myös sanallista palautetta.

Kysely on jaettu teemoihin. Vertaistuki kysymykset 1-2, osallisuus kysymykset 3-4, vaikuttamis-  
mahdollisuudet kysymykset 5-6, itsenäistymisprosessi kysymys 7

Antti Haataja, [o8haan00@students.oamk.fi](mailto:o8haan00@students.oamk.fi)

Katja Hakkarainen, [o8haka00@students.oamk.fi](mailto:o8haka00@students.oamk.fi)

Elina Tytärniemi, [c8tyel01@students.oamk.fi](mailto:c8tyel01@students.oamk.fi)

Vertaistuki:

1. Oletko saanut vertaistukea muilta itsenäistymisvaiheessa olevilta oppilailta?

1. En ole saanut
2. En ole varma
3. Olen ehkä saanut
4. Olen kohtalaisen varma
5. Olen täysin varma

Millaista tukea olet saanut muilta oppilailta? Kerro halutessasi lisää:

2. Kuinka tärkeänä pidät kokemusten jakamista muiden kanssa?

1. Ei ollenkaan tärkeää
2. En ole varma
3. Hieman tärkeää
4. Kohtalaisen tärkeää
5. Erittäin tärkeää

Kerro halutessasi lisää:

Osallisuus:



3. Kuinka paljon osallisuus arjessa on lisännyt yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon tunnetta?

1. Ei ollenkaan
2. Hieman
3. Kohtalaisesti
4. Paljon
5. Erittäin paljon

Kerro halutessasi lisää:

4. Kuinka paljon vertaistuki on vahvistanut osallisuuden kokemustasi?

1. Ei ollenkaan
2. Hieman
3. Kohtalaisesti
4. Paljon
5. Erittäin paljon

Kerro halutessasi lisää:

Vaikuttamismahdollisuudet:

5. Kuinka paljon vertaistuki ja osallisuus on lisännyt tietoa omista vaikutusmahdollisuuksistasi?

1. Ei ollenkaan
2. Hieman
3. Kohtalaisesti
4. Paljon
5. Erittäin paljon

Kerro halutessasi lisää:

6. Kuinka paljon muiden nuorten tuki on rohkaissut sinua ilmaisemaan mielipiteesi ja tekemään päätöksiä?

1. Ei ollenkaan
2. Hieman
3. Kohtalaisesti
4. Paljon
5. Erittäin paljon

Kerro halutessasi lisää:

Itsenäistymisprosessi:

7. Mitä muuta vertaistuki on antanut sinulle itsenäistymisvaiheessa, esim. itsenäistymisen taitoja?

8. Miten koulu voisi tukea sinua löytämään muita samankaltaisessa tilanteessa olevia nuoria koulussasi?