

# **Making My Future -intensiivivii- kon merkityksellisyys osallistu- jan näkökulmasta**

Pauliina Waris

OPINNÄYTETYÖ  
Lokakuu 2022

Sosionomin tutkinto-ohjelma

## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Sosionomin tutkinto-ohjelma

WARIS, PAULIINA:

Making My Future -intensiiviweekin merkityksellisyys osallistujan näkökulmasta

Opinnäytetyö 40 sivua, joista liitteitä 2 sivua

Lokakuu 2022

---

Opinnäytetyössä tutkittiin Making My Future -hankkeen merkityksellisyyttä siihen osallistuneille nuorille. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa, kuinka tällainen noin viikon kestävä leiri vaikutti nuoriin ja millaisena se heidän elämässään näyttyi. Tutkimukseen osallistui nuoria kolmesta maasta: Suomesta, Latviasta ja Virosta. Nuoret tulivat erilaisista lähtökohdista, mutta heitä yhdisti heikompiosaisuus. Hankkeen tavoitteena oli lisätä nuorten osallisuutta ja vahvistaa heidän tulevaisuuden näkymiään omissa toimintaympäristöissään. Opinnäytetyössä haluttiin lisäksi selvittää, onko tämän tyyppisille hankkeille tarvetta jatkossa.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja siihen osallistui 11 nuorta. Aineisto kerättiin teemahaastatteluiden avulla. Haastatteluissa oli mukana nuorten omaa äidinkieltä puhuva tulkki. Apuvälineenä käytettiin Pesäpuu ry:n Tunnetyypit -tunnekortteja, jotka oli käännetty osallistujan omalle äidinkielelle. Oman äidinkielen lisäksi kortit olivat englanniksi.

Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että tällaiset hankkeet leireineen voivat olla nuoren elämässä käänteentekeviä ja tärkeitä merkkipaaluja. Merkityksellisyyttä oli löydettävissä monissa eri muodoissa: sekä suoraan sanoitettuna että kokemuksellisinä kertomuksina. Merkityksellisiä asioita ovat esimerkiksi uusien ystävyyksien solmiminen yli valtion- ja kulttuurirajojen, itsensä ylittäminen ja omien mukavuusrajojen ulkopuolelle meneminen, ylipäätään reissuun uskaltautuminen sekä onnen ja ilon kokemukset. Tutkimuksesta kävi ilmi, että merkityksellisyyden syntymiseen vaikuttavat monet tekijät, jotka ovat usein hyvin vaihtelevia yksilöstä riippuen. Se, mikä on merkityksellistä toiselle, ei välttämättä ole sitä muille.

Opinnäytetyön tuloksia voidaan käyttää tulevien merkityksellisyydetutkimusten sekä nuorten kanssa tehtävien tutkimusten pohjana. Tämän lisäksi opinnäytetyötä voidaan käyttää perusteluna tuleville hankkeille, joissa työskennellään heikompiosaisien ja/tai syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten kanssa.

---

Asiasanat: Making my future -hanke, merkityksellisyys, nuoret, heikompiosaisuus, sosiokulttuurinen innostaminen

## ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Degree in Social Services

WARIS, PAULIINA:

Making My Future -Meaningfulness from the Participants' Point of View

Bachelor's thesis 40 pages, appendices 2 pages  
October 2022

---

The aim was to study and highlight the meaningfulness of the Making My Future -project for the young people who participated in it. The project was targeted for young people to increase their participation and for strengthening their prospects. In addition to this, the increase in agency played a major role.

The purpose was to map how the project's intensive week affected participants and how it presents in their lives. The focus was to view if they found it meaningful for them and if so, how it showed.

The study was qualitative, and it consisted of thematic interviews. Participants were from Finland, Latvia and Estonia and they came from different backgrounds, but disadvantage united them. Eleven young people took part in the interviews and interpreters were used. Pesäpuu ry's Feelingcards were used for the aid of the interviews. Those were translated in the participant's native language, and they were also in English.

The results show that meaningfulness was found in many forms both told and experiential narratives and agency did increase. In the light of the results, such projects can be revolutionary and important milestones in young people's lives, and there is need for more in the future.

---

Key words: Making my future -project, meaningfulness, young people, disadvantage, socio-cultural inspiration

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	6
	2.1 Opinnäytetyön tausta .....	6
	2.2 Making My Future -hanke .....	6
	2.2.1 Intensiiviviikot .....	7
	2.3 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset .....	8
3	TEORIA JA KÄSITTEET .....	9
	3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen .....	9
	3.1.1 Toimijuus .....	10
	3.1.2 Minäpystyvyys .....	11
	3.2 Merkityksellisyys .....	12
	3.3 Yhteenveto .....	13
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	15
5	TUTKIMUSTULOKSET .....	19
	5.1 Merkityksellisyys .....	19
	5.2 Tunnekokemukset .....	20
6	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	26
	6.1 Merkityksellisyyden näkyminen tutkimuksessa .....	26
	6.2 Viikon vaikutukset nuoren elämään .....	28
7	POHDINTA .....	31
	7.1 Tutkimuksen anti ja kokemukset .....	31
	7.2 Eettisyys ja luotettavuus .....	32
	7.2.1 Käytännön haasteet .....	33
	7.3 Jatkotutkimusehdotukset .....	34
	7.4 Tutkimusprosessi .....	35
	LÄHTEET .....	36
	LIITTEET .....	39
	Liite 1. Haastattelurunko .....	39
	Liite 2. Tunnekortit .....	40

## 1 JOHDANTO

Muistatko miltä tuntuu olla nuori, alle 20-vuotias? Entä muistatko miltä tuntui, kun matkustit ensimmäistä kertaa ulkomaille tai ensimmäistä kertaa ilman vanhempia? Mitkä asiat olivat sinulle tuolloin merkityksellisiä ja millaiset asiat tuottivat sinulle iloa? Oliko sinulla tuolloin kavereita tai ystäviä? Millaisia tunteita sinussa heräsi, kun kokeilit jotain sinulle aivan uutta? Miltä tuntui astua oman mukavuusalueesi ulkopuolelle ja tehdä jotain hassua tai järjetöntä? Räiskyikö tunteesi ja tuntuiko ne välillä aivan ylitsepääsemättömiltä? Entä, mikä on merkityksellistä sinulle tänä päivänä? Onko ne niitä samoja asioita, jotka olivat tärkeitä nuorena? Itse muistan ainakin ystävien merkityksen ja sen, kuinka hyvältä tuntui jälkepäin, kun ylitti itsensä ja oppi jotakin uutta. Myös omasta itsestään.

Tässä opinnäytetyössä sukkellettiin nuorten tunnemaailmaan ja tutkittiin merkityksellisuuden kokemuksia Making My Future, eli MaMyFu -hankkeen intensiiviviikolta, joka pidettiin Latvian Liepājassa elokuussa 2020. Hankkeen tavoitteena oli vahvistaa nuorten tulevaisuuden näkymiä ja rohkaista heitä aktiivisiksi toimijoiksi, oman elämänsä luojiksi. Hankkeen aikana kehiteltiin erilaisia menetelmiä, joiden avulla nuoret saivat itsevarmuutta ja positiivisia kokemuksia. Ajatuksena oli tehdä ja kokeilla erilaisia improvisaatioharjoituksia keskellä kaupungin vilskettä ja näin altistaa nuoria oman mukavuusalueensa ulkopuolelle vahvistaen mm. heidän minäpystyvyyttään sekä toimijuuttaan. Hanke toteutettiin kolmen maan yhteistyön tuloksena ja koko hankkeen aikana mukana oli kymmeniä nuoria. (Tampereen ammattikorkeakoulu, MaMyFu, n.d.)

Opinnäytetyöraporttini alkaa esittelemällä sen lähtökohtia, taustaa ja tarkoitusta sekä tutkimuskysymyksiä. Teoriaosuudessa käsittelen toimijuuden ja minäpystyvyyden käsitteitä ja sitä, miten ne luovat merkityksellisyyttä. Luvussa neljä käyn läpi opinnäytetyön toteutusta ja luvussa viisi opinnäytetyötutkimuksessa esiin nousseet tulokset. Luvussa kuusi vedän yhteen tutkimustuloksia sekä teoriaa johdopäätösten muodossa. Työni päättyy pohdintaan, jossa reflektoin tutkimusta itsessään ja siinä esiin tulleita haasteita, tutkimuksen aikana nousseita ajatuksiani sekä tuntemuksiani, tutkimuksen eettisyyttä sekä jatkotutkimusmahdollisuuksia.

## **2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

### **2.1 Opinnäytetyön tausta**

Merkityksellisyyden tutkiminen oli ollut mielessäni jo pitkään ja innostuin heti, kun minulle tarjottiin opinnäytetyön tekemistä Making My Future -hankkeen parissa. Näin, että tässä on hieno mahdollisuus tuoda esiin tämän tyyppisten hankkeiden vaikutuksia ja hyötyjä nuorten näkökulmasta. Halusin, että nuorten ääni tulee kuuluviin ja että myös hankkeen rahoittajat ja työntekijät näkevät mitä konkreettista hanke toi siihen osallistuneille nuorille. Opinnäytetyöni tuo esille nuorten kokemuksia ja ajatuksia laajemmin, kuin perinteinen palautekysely. Minua henkilökohtaisesti kiinnosti nuorten kokemusmaailma ja se, kuinka kokonaisvaltaisesti lyhyehkö intensiiviviikko vaikutti heihin ja heidän elämäänsä.

### **2.2 Making My Future -hanke**

Making My Future on Central Baltic -ohjelman hanke, jota koordinoi Tampereen ammattikorkeakoulu. Se on suunnattu Suomen, Viron ja Latvian nuorille. Osallistuvat nuoret tulevat eri taustoista, mutta tarkoitus on ottaa mukaan heikommassa asemassa olevia nuoria, jotka erityisesti hyötyisivät tulevaisuuden positiivisesta rakentamisesta. Nuoret, jotka osallistuivat hankkeeseen, ovat olleet erilaisten palveluiden piirissä muun muassa maahanmuuttoon tai mielenterveyteen liittyen. Näiden palveluiden kautta heitä on pyydetty mukaan osallistumaan intensiiviviikoille. Suomessa Making My Future -hanke on tehnyt yhteistyötä ryhmäkoti Satakien, Sopimusvuori ry:n sekä Nuorten kulttuurikeskus Monitoimitalo 13:n kanssa. Muut partnerit olivat Nodibinajums Socialo pakalpojumu agentura, Resilience Centrs ja Estere NGO Latviasta sekä MTÜ Peipsi Koostöö Keskus ja Youth Centre Räpinä Virosta. (Tampereen ammattikorkeakoulu, MaMyFu, n.d.) Osa nuorista oli mukana jo ensimmäisellä intensiiviviikolla Suomessa, ja he kokivat sen mukavana ja tärkeänä juttuna ja lähtivät mielellään mukaan tälle toiselle viikolle.

Hankkeen tavoitteena on vahvistaa nuorten osallisuutta ja auttaa nuoria itse rakentamaan ja luomaan tulevaisuutta omannäköisekseen heidän omissa yhteisöissään. Osallisuuden vahvistamiseksi kehitettiin sekä kokeiltiin erilaisia menetelmiä. Menetelmien kokeiluun ja kehittämiseen luotiin niin kutsutut intensiiviviikot, joille nuoret osallistuvat itse. (Tampereen ammattikorkeakoulu, MaMyFu, n.d..)

### **2.2.1 Intensiiviviikot**

Making My Future -hanke koostuu intensiiviviikoista, jotka järjestetään vuorotellen osallistuvissa maissa. Intensiiviviikko on käytännössä leiri, jossa osallistuvat nuoret asuvat hotellissa ja toiminta tapahtuu pääasiassa julkisilla paikoilla. Järjestäjävuorossa oleva maa isännöi jaideoi intensiiviviikon sisällön yhdessä muiden osallistujien ja nuorten kanssa. Ensimmäinen intensiiviviikko oli Suomessa tammikuussa 2020 ja siitä saadut kokemukset olivat positiivisia. Toinen järjestettiin Latviassa elokuussa 2020 ja opinnäytetyöni suuntautui tälle intensiiviviikolle. Suunnitelmissa oli järjestää keväällä 2021 vielä kolmaskin intensiiviviikko, mutta se ei onnistunut Covid-19-tilanteen vuoksi.

Intensiiviviikot ovat nimensä mukaisesti intensiivisiä ja niihin oli valittu aina jokin teema. Latvian teemana oli ”Future Post Corona” eli ”Tulevaisuuden koronan jälkeinen aika.” Latvian intensiiviviikolla menetelmänä käytössä oli erilaiset improvisaatioharjoitukset, joita oli tullut ohjaamaan näyttelemiseen ja improvisaatioteatteriin perehtyneitä ammattilaisia. Intensiiviviikon sisältö muotoutui viikon edetessä sitä mukaa, kun nuoret rentoutuivat ja pääsivät ulos kuoristaan. Ohjaajat olivat hyvin innostavia ja mukaansatempaavia. Harjoituksia tehtiin pääsääntöisesti ulkona kaupungin puistoissa tai muilla aukeilla paikoilla, missä liikkui muutakin väkeä. Harjoitusten yksi tarkoitus olikin tulla enemmän sinuiksi esiintymisen kanssa ja sitä oli turvallista harjoitella muun ryhmän kanssa. Harjoitusten tarkoituksena oli altistaa nuoria poistumaan omilta mukavuusalueiltaan ja lisätä minäpystyvyyttä sekä toimijuutta. (Tampereen ammattikorkeakoulu, MaMyFu, n.d..)

### 2.3 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa, miten merkityksellisenä osallistujat kokivat Making My Future -hankkeen Latvian intensiiviviikon ja millaisena se heidän elämässään näyttäytyi. Tavoitteena oli tarkastella, vaikuttiko viikko heihin ja jos vaikutti, niin millä tavoin. Ideana oli kerätä nuorten kokemuksia ja ajatuksia teemahaastatteluin (liite 1), joiden apuna käytössä on Pesäpuu ry:n tunnekortit (liite 2). Tuloksia käytettiin nuorten äänen ja kokemusten esille tuomiseksi, hankkeen jatkoa varten sekä niitä voidaan käyttää tulevien hankkeiden tietopohjaksi. Välillisenä tavoitteena oli auttaa osallistujia jäsentämään viikon aikana nousseita tunteita sekä kannustaa heitä pohtimaan, mitä viikko heille antoi kotiin vietäväksi.

Haastatteluiden päämääränä oli kartoittaa nuorten kokemuksia intensiiviviikolta. Erityisenä tarkastelun kohteena oli merkityksellisyyden kokemus. Kokemusten sekä palautteen keräämiseksi teemoittelin haastattelut viikon aikana esiin tulleiden aiheiden sekä ennalta mietittyjen näkökulmien mukaisesti.

#### **Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävänä on:**

Millaisena osallistujat kokivat intensiiviviikon ja kuinka merkityksellisenä se heidän elämässään näyttäytyy?

#### **Tutkimuskysymykset:**

1. Miten viikon merkityksellisyys näkyy osallistujien vastauksissa sekä mitkä tekijät osallistujat kokivat merkityksellisinä ja miksi?
2. Millaisia vaikutuksia viikolla on ollut heidän elämäänsä?

Asetin nämä tutkimuskysymykset, koska haluan tutkia, kuinka merkityksellistä tämän tyyppisten hankkeiden järjestäminen ja toteuttaminen on. Halusin tietää, onko tällaisten projektien rahoittaminen tärkeää jatkossakin. Kiinnostavaa oli erityisesti se, voiko näinkin lyhytkestoinen, viiden päivän leiri tuottaa nuorille merkityksellisyyden kokemuksia.

### 3 TEORIA JA KÄSITTEET

#### 3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurinen innostaminen toimii opinnäytetyöni teoreettisena viitekehyyksenä. Etymologisesti innostaminen muodostuu latinan kielen sanasta *anima* eli elämä/elähdyttäminen, jolloin innostamisen voidaan sanoa olevan elämän antaja (Hämäläinen & Kurki 1997, 203).

Sosiokulttuurisen innostamisen käsite on hankala määritellä sen moninaisten merkitysten ja ulottuvuuksien vuoksi (Hämäläinen & Kurki, 200). Leena Kurjen teoksessa Sosiokulttuurinen innostaminen, käsitettä kuvataan ihmisen tietoisuuden elähdyttämisenä, toiminnan organisoitumisena ja liikkeellepanijana (Kurki 2006, 14). Pohjimmiltaan kyse on pyrkimyksistä, näkemyksistä ja tietynlaisesta toiminnan luonteesta (Hämäläinen & Kurki, 200). Sosiokulttuurinen innostaminen on tapa kohdata ihmisiä ja ajatella. Se on yhtä aikaa vapautuksen ideologia sekä sosiaalisen sopeutumisen ja terapian metodi. (Hämäläinen & Kurki, 201.)

Kuten sosiaalipedagogiikka yleisestikin, sosiokulttuurinen innostaminen perustuu siihen oivallukseen, että asiat voisivat olla toisin kuin vallitsevat olosuhteet (Hämäläinen 1999, 60). Se on osallistumisen mahdollisuuksia sekä osallistujien omista lähtökohdista nousevaa toimintaa, jossa on pyrkimys aitoon yhteisöllisyyteen. Innostaminen on siis jotakin dialogista, yhteisöllistä ja välittämistä. Innostamisen arvoina onkin välittäminen, usko ihmiseen, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, vapaus, hyvä elämä ja dialogisuus. (Mäntynen-Hakem 2018.) Sosiokulttuurisessa innostamisessa on aina läsnä eri toiminnan tasoja; yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan. Yksilön tasolla tavoitteena on mm. osallistuminen ja osallisuus. Yhteisön tasolla taas toiminnan tavoitteena on kasvattaa yksilöistä aktiivisia toimijoita yhteisöissään. Yhteiskunnan tasolla voidaan ajatella toimintamallien ja todellisuuden muuttamista ja niiden kehittämistä. (Mäntynen-Hakem 2018.)

### 3.1.1 Toimijuus

Toimijuus on yksi keskeisimpiä käsitteitä opinnäytetyössäni. Toimijuus käsitteenä koostuu monista eri elementeistä. Se pitää sisällään niin aktiivisen ja aloitteellisen toiminnan kuin myös toiminnan mahdollisuudet. (Eteläpelto n.d.) Sosiokulttuurinen innostaminen käsittää osallistavia menetelmiä, yhteisöllistä oppimista ja kasvamista toimijuuteen (Kurki 2006). Ihminen voi kasvaa toimijuuteen, mutta tarvitsee siihen päästäkseen osallistumisen mahdollisuudet sekä oikeanlaisen ajan ja paikan. Toimijuus on myös yksilön elämänhallintaa sekä omaa elämäänsä koskevien päätösten tekemistä. (Eteläpelto n.d.) Toimijuuden rajoitteena voi olla yhteiskunnallisia rakenteita ja instituutioita sekä muita verkostoja, jolloin toimijuus ei pääse toteutumaan oikein tai ei ollenkaan.

Elina Nivalan (2016) mukaan toimijuus toteutuu yksilön ja ympäristön suhteessa, eikä ole vain yksilöstä riippuvaa. Toimijuudesta voi erottaa kaksi eri tasoa; yhteiskunnallisen ja persoonallisen toimijuuden. Yhteiskunnalliseen toimijuuteen kuuluu halu, kyky ja mahdollisuus toimia ja vaikuttaa yhteiskunnassa. Siihen sisältyy vastuullinen, kriittinen sekä tiedostava toimiminen. Persoonalliseen toimijuuteen kuuluu halu, mahdollisuus ja kyky ottaa vastuuta omasta elämästään. Siihen kuuluu myös seurauksien kantaminen omista valinnoistaan. (Nivala 2016.)

Toisaalta taas filosofi Martha C. Nussbaumin mukaan toimijuuden taustalla on toimintamahdollisuuksien teoria, jonka avulla voimme tukea toimijuutta (Jussila n.d.). Toimintamahdollisuuksia on hänen mukaansa kymmenen; elämä, terveys, ruumiillinen koskemattomuus, aistit, mielikuvitus ja ajattelu, tunteet, itsenäinen päättely, osallisuus, muut lajit, leikki ja oman ympäristön kontrolli (Pirhonen 2012, 50). Toimintamahdollisuuksien tukeminen on tärkeää, jotta yksilön identiteetti voi muokkaantua toimintaa tuottavaksi toimijaksi, subjektiksi. Toimijuudessa on siis kyse yksilön autonomiasta sekä hänen mahdollisuuksistaan vaikuttaa omaan elämäänsä ja itseä koskeviin päätöksiin. (Eteläpelto n.d.)

Anna Juntusen väitöskirjassa: Minä uskon hyvään elämään – Nuoret ja elämäntulussa rakentuva toimijuus, on tutkittu nuorten toimijuuden rakentumista. Nuorten toimijuuden rakentumisen huomattiin olevan hyvin paljon yhteydessä koke-

mukseen vallasta vaikuttaa ja valita. Autonomisen toimijuuden on tässä yhteydessä huomattu lisäävän luottamusta itsensä näköisen elämänsä rakentamiseen. (Juntunen 2019, 40.) Tämä kytkeytyy vahvasti MaMyFu:n tavoitteisiin ja siihen, kuinka se todella toimii käytännössä. Intensiiviviikoilla nuoret olivat nimenomaan asiantuntijoiden roolissa ja siellä heillä oli valta vaikuttaa ja valita mihin suuntaan menetelmiä lähdetään kehittämään. He olivat täysivaltaisia toimijoita ja tämä kulminoitui viikon päätteeksi järjestettävässä ”flash mob” -tyyppisessä tapahtumassa, jonka he itse suunnittelivat ja järjestivät. Flash mob on kadulla ihmisten joukossa tapahtuva yllättävä tapahtuma tai esitys, jonka tarkoitus on ilahduttaa tai sykähdyttää ohikulkijoita (YLE Elävä arkisto 2012). Tässä kohtaa ohjaajat eivät enää olleet ohjaajan roolissa, vaan he mahdollistivat nuorten ideat ja antoivat toimintavallan täysin heille.

### **3.1.2 Minäpystyvyys**

Albert Bandura on minäpystyvyyden oppi-isä. Hän kehitti sosiaalkognitiivisen minäpystyvyysteorian jo vuonna 1977. Minäpystyvyydellä tarkoitetaan yksilön uskoa omaan kyvykkyyteensä vaikuttaa omaan elämäänsä toimijuuden kautta (Juntunen 2019, 12). Minäpystyvyyden tunne on ihmiselle elintärkeää, sillä se motivoi tekemään (Ahokas n.d.). On myös tutkittu, että ihmisen myönteisyys vaikuttaa minäpystyvyyteen, sillä myönteiset ihmiset ottavat muita useammin vaikeampia tehtäviä vastaan (Isola, Kaartinen, Leeman, Lääperi, Schneider, Valtari & Ketotokoi 2017, 16).

Nuorten minäpystyvyyteen vaikuttaa vahvasti aiemmat kokemukset, jotka joko vahvistavat tai heikentävät sitä. Erityisesti aiemmat haasteet, joista nuori on selvinnyt, vaikuttavat paljon hänen minäpystyvyyteensä. (Juntunen 2019, 12.) Minäpystyvyyttä on tutkittu monilla muillakin termeillä, kuten itsetehokkuus ja tehokkuususkomus (Partanen 2011, 20).

### 3.2 Merkityksellisyys

Ihmisen elämän merkityksellisyyden kokemus muodostuu useista eri tekijöistä (Martela 2017). Martela on jo pidempään tutkinut ihmisyyttä, elämää ja elämän merkityksellisyyttä. Hänen mukaansa merkityksellisyys on elämän tarkoitus. Hänen yksinkertaistettu vastauksensa kysymykseen: ”Mikä on elämän tarkoitus/merkitys?” on tämä:

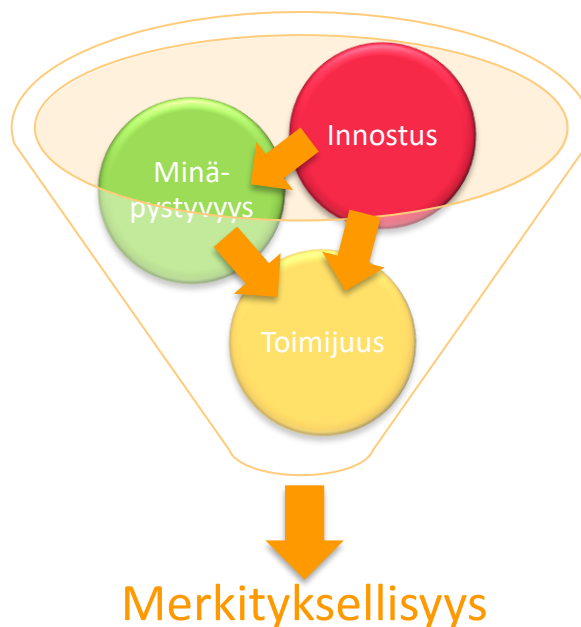
*”Elämän merkitys on tehdä itselleen merkityksellisiä asioita siten, että tekee itsestään merkityksellisen muille ihmisille” (Martela 2017).*

Martela on tutkinut yhdessä Richard Ryanin ja Michael Stegerin kanssa merkityksellisyyttä tutkimuksessa: *Meaningfulness as Satisfaction of Autonomy, Competence, Relatedness, and Beneficence: Comparing the Four Satisfactions and Positive Affect as Predictors of Meaning in Life* (Martela, Ryan & Steger 2017). He huomasivat, että yksilön elämässä autonomia, competence -pätevyys, relatedness -samaistuvaisuus ja beneficence -hyvää tekevyys ovat vahvasti kytköksissä ihmisen kokemuksiin elämän merkityksellisyydestä (Martela ym. 2017, 1279). MaMyFu:n perusajatuksena on vahvistaa nuorten autonomiaa ja toiminnan mahdollisuuksia heidän omissa toimintaympäristöissään, jonka vuoksi merkityksellisyyden tutkiminen tällaisessa hankkeessa on perusteltua. Merkityksellisyyden kokemuksen syntyminen muodostuu monista tekijöistä ja se on monin osin yksilöllistä (Isola, Kaartinen, Leeman, Lääperi, Schneider, Valtari & Ketotokoi 2017, 9).

Merkityksellisyyden kokemus liittyy vahvasti myös osallisuuteen. Erik Allardtin nelijakoinen hyvinvointiajattelu havainnollistaa hyvinvoinnin eri osa-alueita. Nämä osa-alueet ovat having -toimeentulo, loving -yhteisyys, doing -tekeminen ja being -oleminen (Isola ym. 2017, 9). Tällainen jaottelu ei kuitenkaan ole täysin ongelmaton, sillä se jättää niiden välillä liikkuvan toimijuuden huomiotta ja ymmärrys siitä hälvenee. Hyvinvoinnin eri osa-alueet ovat toistensa kanssa jatkuvassa dynaamisessa suhteessa, jota lokerointi ei tuo esille. (Isola ym. 2017, 9.) Hyvinvointi lisää osallisuuden ja sitä kautta merkityksellisyyden kokemuksia, kun

taas niukkuudessa eläminen voi aiheuttaa merkityksellisyyden kokemusten katoamista eli merkityksettömyyttä (Isola ym. 2017, 16).

### 3.3 Yhteenveto



KUVIO 1. Käsitteiden liittyminen toisiinsa

Kehitin tämän kuvion kuvaamaan käsitteiden nivoutumista toisiinsa. Näen, että innostus luo minäpystyvyyttä ja uskoa itseensä. Toisaalta innostus voi luoda toimijuutta myös itsessään. Minäpystyvyys taas puolestaan synnyttää toimijuutta ja toiminta luo ihmiselle merkityksellisyyttä elämään.

Intensiiviviikolla toiminnan kehittämisen ja kokeilemisen on tarkoitus toimia innoittajana nuorten elämässä. Ohjaajat luovat innostunutta ilmapiiriä ja lähtevät ennakkoluulottomasti heittäytyen mukaan toimintaan. Tämä saa nuoret innostumaan ja kokeilemaan itse erilaisia uusia menetelmiä sekä toivottavasti myös kehittämään ja jalostamaan näitä ideoita.

Nuoren minäpystyvyyden tunteen kehittäminen on tärkeää, koska sitä kautta nuori alkaa ylipäätään toimimaan itsenäisesti. Minäpystyvyyden kokeminen on elintärkeää, sillä ilman sitä emme pysty toimimaan. (Ahokas n.d.)

Intensiiviviikon tarkoitus on tukea nuorten toimijuutta ja auttaa heitä näkemään omat toiminnan mahdollisuutensa omissa toimintaympäristöissään sekä yhteisöissään. Hankkeen tarkoitus on aktivoida ja kannustaa nuoria toimimaan aktiivisesti oman tulevaisuutensa eteen, jotta siitä tulisi heille mieluisampi ja heidän näköisensä. Toimijuuden käsite sisältää aktiivisen toiminnan elementin, joten käsite nivoutuu siten myös kaikkeen siihen, mitä viikon aikana tehdään.

Kaikki nämä käsitteet yhdessä luovat merkityksellisyyttä ja saavat aikaan tärkeitä ja jopa elämää mullistavia kokemuksia. Ihminen tallentaa merkityksellisistä kokemuksista usein hyvinkin tunnerikkaita muistoja, jotka voivat olla varsinkin nuoren elämässä merkittävässä roolissa oman elämäntarinan rakentumisessa. Sitä, mikä on merkityksellistä kenenkin elämässä ei aina voi ennustaa, mutta monesti esimerkiksi omat onnistumisen kokemukset, uudet ystävät ja hauskanpito luovat merkityksellisyyttä yksilön elämässä. (Juntunen 2019, 44.)

## 4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyöni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kohde ja tutkija ovat vuorovaikutuksessa. Opinnäytetyöni tutkimusmenetelmä on haastattelututkimus ja kaikki haastattelut ovat aina haastattelijan ja haastateltavien yhteistyön tulosta. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 22.) Työtäni voisi kutsua myös eksploratiiviseksi tutkimukseksi, joka tarkoittaa kartoitettavaa tutkimusta. Kartoittavan tutkimussuuntauksen idea on tutkia sellaisia ilmiöitä ja asioita, joita ei ole vielä tutkittu paljon. Kartoittavassa tutkimuksessa voidaan löytää täysin uusia näkökulmia sekä aiheita uusiin tutkimuksiin. (Tuomi 2007, 126.)

Tutkimus toteutettiin teemahaastatteluina. Teemahaastattelu on haastattelumenetelmä, jossa haastattelu tehdään ennalta valittujen teemojen sekä näkökulmien mukaisesti. Teemahaastattelulle tyypillistä on, että siinä ei ole tarkkoja valmiiksi mietittyjä kysymyksiä, jotka kysytään jokaiselta osallistujalta. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 47–48.) Itse tein haastattelurungon, jossa oli muutamia apukysymyksiä. Tämä sen vuoksi, koska haastattelin itse vain yhden ryhmän. Tällä tavoin haastatteluissa tuli kysytyksi ainakin ne kysymykset, mihin erityisesti toivoin vastauksia.

Haastatteluja tehtiin yhteensä neljä ja ne toteutettiin maaryhmittäin. Latvian ryhmä oli jaettu kahtia tulkkia enemmän tarvitsevien ja englantia hyvin osaavien kesken. Kaikki haastattelut toteutettiin samanaikaisesti. Alun perin olisin halunnut toteuttaa kaikki haastattelut itse, mutta intensiiviviikon tiukan aikataulun vuoksi se oli mahdotonta. Kolme haastattelua käytiin englanniksi ja yksi suomeksi ja osin englanniksi. Minun lisäkseni haastattelijoina toimivat hankkeessa sosionomikoulutuksen osallisuuden projektiopintojaan suorittaneet Johanna Latvala ja Liina Papinsaari sekä Tampereen ammattikorkeakoulun lehtori Eeva-Mari Miettinen.

Haastattelut äänitettiin ja sitä varten kysyttiin lupa heti leiriviikon aluksi yhtä aikaa yleisen kuvausluvan kanssa. Ääni- ja muu haastattelumateriaali tuhottiin heti niiden analysoinnin jälkeen, eikä niitä tallennettu minnekään.

Haastatteluiden menetelmällisenä apuvälineenä käytin tunnekortteja (kuva 1), joihin oli kirjoitettu erilaisia tunnesanoja. Tunnekorttien pohjana olivat Pesäpuu ry:n Tunne tyypit -kortit. Sanat oli käännetty osallistujien omalle äidinkielelle sekä englanniksi. Pyysin Viron ja Latvian nuorten ohjaajia avuksi kääntämään joitakin tunnesanoja kortteihin, jotka olivat haastavampia. Tunnekorttien tarkoituksena oli helpottaa osallistujien tunteiden tunnistamista ja niiden jäsentämistä. Pysin listamaan mahdollisimman monipuolisesti erilaisia tunteita positiivisista neutraalien kautta vaikeampiin ja negatiivisempiin. Tunnekortteja oli paljon, jotta jokainen sai haluamansa. Annoin myös mahdollisuuden kirjoittaa oman tunteen, jos osallistuja ei löytänyt mieluistaan valmiiden joukosta.



KUVA 1. Nuoria valitsemassa tunnekortteja (Koivula 2020)



toista ja halutessaan sai kertoa vain osasta, jos se tuntui helpommalta. Haastattelijan tehtävänä oli kuitenkin rohkaista nuoria puhumaan, jos tilanne vaikutti liian jännittävältä. Esimerkkikysymyksinä haastattelurungossa oli:

1. Missä tilanteessa/tilanteissa valitsemasi tunteet tulivat esille?
2. Millä tavoin käsittelit näitä tunteita?

Minua kiinnosti tietää, miten nuoren toimijuus ja minäpystyvyys näkyi tunteiden kautta. Esimerkiksi millaisiksi tunteet muuttuivat viikon edetessä samanlaisissa toimintatilanteissa (improvisaatioharjoitukset), jos muuttuivat, ja mistä se johtui.

Seuraavaksi siirryttiin tarkastelemaan viikon merkityksiä nuorille, mikä oli haastattelun tärkein teema. Esimerkkikysymyksinä oli:

1. Mitä tämä viikko sinulle merkitsi? Entä tämä projekti?
2. Mitkä asiat/tekijät olivat sinulle merkityksellisiä tai tärkeitä?
3. Parhaat jutut ja onnistumiset.

Seuraavana teemana oli viikon vaikutukset nuoreen. Esimerkiksi mitä hän oppi viikon aikana itsestä ja muista osallistujista. Tämän lisäksi sai kertoa konkreettista opituista asioista esimerkiksi uusista leikeistä tms. Yhtenä teemana oli myös ns. "ahaa-elämykset", jos niitä koki. Lisäksi kysyttiin, mitä viikosta jäi heille käteen kotiin viemiseksi.

Loppuun olin valinnut lyhyen "tulevaisuuden muistelun", jossa haastateltavat kuvittelevat muistelevansa kolmen vuoden päästä juuri tapahtunutta viikkoa. Heiltä kysyttiin, mitä he muistelisivat intensiiviviikosta. Tämä tehtävä osoittautui monelle liian hankalaksi. Syynä tähän oli se, että viikko oli juuri tapahtunut ja suurin osa oli hyvin väsyneitä aikaisen aamun ja edellisillan juhlimisen vuoksi. Aivan loppuksi nuorille annettiin vielä vapaa sana, eli mahdollisuus kertoa jotakin, jos heillä oli vielä jotain mielen päällä.

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

### 5.1 Merkityksellisyys

Osallistujat kokivat viikon pääasiassa merkityksellisenä. Merkityksellisyys näkyi vastauksissa monissa eri konteksteissa, kuten uusina kokemuksina, mielekkäänä tekemisenä ja minäpystyvyyden lisääntymisenä. Nuoret kokivat merkityksellisyyttä laajalla skaalalla ja he osasivat kuvata sitä sekä suoraan sanoitettuna että kokemuksellisinä kertomuksina. Merkityksellisiä asioita nuorten mielestä oli esimerkiksi itse ulkomaan matka, mahdollisuus viettää aikaa oman ikäisten seurassa, uudet ystävät sekä leirin tuoma vaihtelu arkipäiväiseen (karanteeni)elämään. Nuoret nostivat laajalti esille, että heille oli tärkeää saada kauan kaivattua omanikäisten seuraa sekä hauskaa tekemistä ja toimintaa, joka oli ollut niin kauan kiven alla. Yhdessä tekeminen ylipäätään oli suurimman osan mielestä parhaita juttuja koko viikossa. Osa nuorista koki myös syvempiä merkityksiä, kuten itsensä avautumista muita kohtaan sekä oman ajattelun muutosta. Erään nuoren vastaus kiteyttää:

*“I started to think differently about other people because I’ve always been in my own bubble where people like me, but here is so many different people doing different things and it really made me open.”*

Minäpystyvyys oli yksi tutkimistani käsitteistä ja havaitsin sen kasvua viikon edetessä. Se kasvoi monilla eri osa-alueilla ja näkyi konkreettisesti esimerkiksi uskalluksena uusille ihmisille puhumiseen, omaan kielitaitoon luottamisena sekä ennen kaikkea uskalluksena olla oma itsensä. Minäpystyvyyden lisääntymistä oli myös havaittavissa luottamuksena itseensä sekä itse prosessiin. Näin siitähän huolimatta, että aluksi monikaan ei olisi uskonut voivansa viikon päätteeksi esiintyä ihmisille julkisella paikalla ja järjestää heille ohjelmaa itse ilman ulkopuolista ohjausta. Minäpystyvyyden kasvu näkyi myös häpeän tunteen vähenemisenä altistusharjoitusten avulla viikon edetessä. Nuoret kuvasivat kokeneensa alkuvii-kosta mm. häpeää, pelkoa ja ärsytystä tehdessämme improvisaatioharjoituksia ulkona kaikkien nähtävillä:

*“I chose [feelingcards] annoyed, ashamed, afraid. For most of the times we did in public.”*

Itseluottamuksen kasvua oli nähtävissä esimerkiksi uskalluksena tehdä uusia asioita, joita improvisaatioharjoitukset heille olivat. Mukavuusalueen ulkopuolelle uskaltautuminen oli heille tärkeää, ja sitä kautta osallistujat kokivat oppineensa uusia asioita itsestään ja muista. Tämä näkyi esimerkiksi yhden osallistujan kertomuksessa:

*“I think I learned again that It's best to be yourself no matter the situation. If the people really want to be with you, they will put out your weirdness.”*

## **5.2 Tunnekokemukset**

Tunnekokemusten esilletuomisen helpottamiseksi olin valinnut tunnekortit, joiden käyttö näytti toimivan, sillä nuoret osasivat hienosti tuoda niiden kautta esille merkityksellisinä pitämiään asioita ja tekijöitä viikon aikana. Tunteet olivat merkittävässä roolissa viikon aikana ja niitä koettiin suurella skaalalla; ilon ja riemun hetkistä aina häpeän ja surun tuntemuksiin. Kaikki vastaajat olivat yhtä mieltä siitä, että intensiiviviikolle osallistuminen oli hyvä ja tärkeä kokemus ja olivat iloisia siitä, että olivat mukana.

Tunteet ovat vaikeasti selitettäviä ja ymmärrettäviä, mutta ne tulevat esille muun muassa toiminnan kautta (Siitonen 1999, 164). Toiminta ja aktiviteetit nostattivat nuorissa monenlaisia tunteita pintaan ja haastatteluissa esiin nostetut tunteet olivat heillä pääroolissa viikon aikana. Uudet kokemukset olivat siis vahvasti sidottuja koettuihin tunteisiin. Huomasin, että haastatteluiden aikana kokemuksista puhuttiin vahvasti tunteiden kautta ja siitä, miten ne ovat vaikuttaneet nuoren elämään. Tunteet antoivat merkityksen toiminnalle ja toisin päin.

Voimaantumisen kokemus oli myös läsnä monen nuoren vastauksissa. Se on vaikeasti mitattava kokonaisuus. Se on tunnekokemus, jonka ihminen voi kokea toiminnan kautta (Siitonen 1999, 164). Voimaantuminen näkyi konkreettisesti eräiden nuorten vastauksissa:

*“And then I am glad of everything that's happening here because I don't need to sit down at home and I don't need to work. Actually now I think I'm empowered.”*

*“Empowered because when I go for tasks and my brain accepted the fact that I'm doing this and I go further.”*

Valtavan upeita tuloksia kuvasti mm. erään nuoren kokemukset, jotka olivat mielestäni liikuttavia ja pysäyttäviä. Hän kuvasi, kuinka pitkän aikaa hän on ollut syvästi masentunut ja ollut hyvin vähäisissä sosiaalisissa kontakteissa. Hän oli harjennut viimeiseen asti, että haluaako hän ylipäätään lähteä tälle reissulle, mutta oli todella tyytyväinen ja iloinen, että hän lähti. Hän koki tulleen nähdyksi ja kuulluksi ja ylittäneensä monia vaikeita tunteita viikon aikana harjoitusten avulla. Hän ei olisi uskonut, että hän saisi niin paljon irti positiivisuutta elämäänsä suhteellisen lyhyessä ajassa. Hän kertoi myös saaneensa joitain vahvistuksia elämässään olleille kysymyksille. Olen enemmän kuin tyytyväinen, että hänen kokemuksensa oli näin upean positiivinen ja tuntuu siltä, että leirikokemus kantaa häntä pitkälle.

Viikko oli nimensä mukaisesti intensiivinen ja se toi mukanaan myös vaikeampia tunteita, kuten ahdistusta, väsymystä, hämmennystä sekä koti-ikävää. Ahdistusta aiheutti altistumisharjoitukset, joihin kaikki nuoret eivät olleet henkisesti valmiita. Monet kokivat aluksi, että harjoitukset olivat noloja ja että he eivät halunneet osallistua niihin. Tämä tosin väistyi harjoitusten lisääntyessä ja viikon edetessä.

Myös väsymys oli monen nuoren ongelma. Palautetta tuli liian tiukasta päivärytmistä sekä aikaisista herätyksistä. Tämän lisäksi he olisivat toivoneet enemmän vapaa-aikaa. Intensiiviviikon aikataulu oli hyvin tiukka ja harjoituksia oli paljon. Nuorille tuli paljon uutta opittavaa ja pohdittavaa ja se otti veronsa.

*“Little bit tired sometimes because I haven’t used to wake up this early.”*

Hämmennys oli myös vahvasti läsnä, sillä kaikki ohjeistukset eivät olleet nuorten mielestä selkeitä. Väkeä oli paljon ja ulkotiloissa ohjaajien ääni ei kantanut riittävästi hyvin.

*“Confused ‘cause lot of times I just basically I just sat out and didn’t know what to do..”*

Myös englannin käyttö pääkielenä oli toisille ongelmallista, koska se ei ollut heidän vahvimpia osaamisalueitaan. Englannin kielen osaamattomuus aiheutti osalle myös ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunteita. Osa harjoituksista oli heidän mielestään myös itsessään hämmentäviä. Tästä esimerkkinä eräs nuori kertoi hämmentyneensä tanssi-improvisaatioharjoituksista, joissa joutui todella laittamaan itsensä likoon.

*”Kaikki puhuu englantia niin sen takia tuntui yksinäiseltä, kun en osaa niin hyvin.”*

Koti-ikävä oli myös monelle nuorelle isossa roolissa. Heistä useimmat olivat ensimmäisellä ulkomaanmatkalla tai ylipäättään reissussa ilman vanhempia. Monen mielestä oli katkeransuloista lähteä kotiin, sillä kova koti-ikävä ajoi heitä sinne, mutta toisaalta he olisivat halunneet jäädä vielä toiseksi viikoksi.

*“I put down longing, ‘cause I’m really, really missing home. I miss my mom, I miss my sister. So I’m kind of waiting this to end so I can go home, but same time I don’t want this to end.”*

Uskallus ja rohkeus oli vahvasti esillä nuorten vastauksissa. Uskallukseen ja rohkeuteen liittyi improvisoinnin lisäksi myös muitakin aspekteja. Eräs nuori kuvasi viikon aikana syntyneitä tuntemuksiaan:

*"This week taught to me to be myself. Exactly."*

*"I feel like the -- chance to be myself. Because I haven't really felt like this in quite long time in a big group, but here they took me in as myself. So I can be like that sometimes: sing in weird places and play ukulele."*

Heittäytyminen ja rohkeus lähteä hassuihin improvisaatioharjoituksiin julkisilla paikoilla oli monelle nuorelle iso juttu. Monet kertoivat olevansa luonteeltaan ujoja ja kovia jännittämään, eivätkä he kovin mielellään halunneet esiintyä julkisella paikalla tehden improvisaatioharjoituksia. Viikon aikana nuoret kuitenkin rohkaisuivat pikkuhiljaa ja siihen yksi tekijä nuorten mukaan oli vahva ryhmähenki. Ryhmässä uskallettiin paremmin; kun muutkin niin minäkin.

*"I think I was extra brave. I don't like to go to people and talk to them but this time something did this.."*

Ryhmään kuuluminen oli monelle tärkeää ja useimmat kokivat tullessa otetuksi ryhmään avosylin vastaan. Monet kuvasivat omaa ryhmään kuulumistaan sanalla "insider" eli vapaasti suomennettuna sisäpiiriläinen. Tämä osaltaan todistaa, että viikon alussa tapahtunut ryhmäyttäminen ja siihen liittyvät harjoitukset onnistuivat.

*"Insider. I usually have problems to feel like part of the group. Usually, it takes me a long time to feel like I'm inside the group. But in here, second day in the morning when we were doing warmups, I felt like this is my group. Like in here this is so great, I felt like I belong here."*

Kuuluvuuden tunne on ihmiselle hyvin tärkeää, sillä se synnyttää positiivisia sosiaalisia kokemuksia ja tuntemuksia muiden ihmisten kanssa (Karjula & Korhonen, 2018, 12). Vastauksista ilmeni, että nuoret kokivat yhteenkuuluvuutta toistensa kanssa. Heidän mielestään oli tärkeää, että he saivat olla samanikäisten seurassa, saada uusia kavereita sekä rohkeutta puhua englantia uusien ihmisten kanssa. He kokivat olonsa turvalliseksi ja moni valitsikin turvallisuuden tunnekorotin. Yhdessä vastauksessa oli hienosti kuvattu sekä turvallisuuden, että ”sisäpiiriläisyyden” tunnetta:

*“Safe I basically um.. I just feel safe. I mean I felt like nothing bad can happen to us or something like that. Felt like an insider, had a positive reaction from the teachers.”*

Ohjelman ulkopuolinen ilta-aika oli nuorille tärkeää. Heistä oli ”siistiä viettää aikaa kaupungilla keskenään ja nauttia muutama olut jossain kivassa baarissa.” Moni kertoi toisten maiden kulttuuriin tutustumisen olleen silmiä avaavaa ja mielenkiintoista. Heille oli kiintoisaa nähdä, millä tavalla eri maista tulevat nuoret viettävät vapaa-aikaansa. Myös keskustelujen aiheet nostattivat tunteita. Toisille tietyt aiheet olivat vaikeita ja tabuja omassa kulttuurissa, toisille taas ne olivat arkipäivää. Toiset, jo täysi-ikäiset, jopa kokeilivat alkoholia ensimmäistä kertaa elämässään viimeisen illan aikana, koska kokivat porukan turvalliseksi ja miellyttäväksi sellaiseen kokeiluun. Jälkeenpäin he kertoivat, että kokemus oli ollut mukava ja että olivat iloisia, että se tapahtui juuri sellaisessa ympäristössä.

Haastattelun yhteydessä tein ”tulevaisuuden muistelun” jossa haastateltavat muistelivat ikään kuin kolmen vuoden kuluttua mitä he ajattelevat viikosta jälkeenpäin. Nuoret totesivat, että nyt heti viikon päätteeksi oli liian aikaista pohtia kyseistä asiaa. He kuitenkin nostivat uudet kaverit, kokemukset, improvisaatioharjoitukset sekä tunnelmat tärkeimmiksi ja mieleenpainuvimmiksi asioiksi.

Olin kirjoittanut etukäteen, että kenties suunnittelemani malli toimisi nuorten kanssa: ohjaajien innostuneen ilmapiirin luomisen seurauksena nuoret lähtevät mukaan toimintaan ja sitä kautta itsekkin kehittämään ja jalostamaan näitä ideoita.

Ja loppujen lopuksi näin tapahtuikin: nuoret ideoivat, toteuttivat ja ohjasivat itse flash mob -tyylisen tapahtuman. Nuorten flash mobissa ideana oli saada ohikulkijat mukaan toimintaan. Siinä oli mukana muun muassa kansantansseja, erilaisia pelejä ja leikkejä lapsille sekä yhteislaulua säästyksineen ohikulkijoiden ja muiden hankkeeseen osallistuneiden työntekijöiden kanssa.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

### 6.1 Merkityksellisyyden näkyminen tutkimuksessa

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni koski viikon merkityksellisyyttä nuoren elämässä ja sitä, miten se näkyi nuorten vastauksissa. Vastauksista oli selkeästi havaittavissa viikon tärkeys nuorille sekä myös se, miten monia erilaisia merkittäviä asioita viikko piti sisällään, mm. itse reissu, uudet kaverit ja kokemukset sekä itseluottamuksen kasvu. Tulosten valossa on selvää, että tämän tyyppiset hankkeet voivat olla nuoren elämän käännekohtia ja ovat merkittäviä monilla elämän eri osa-alueilla. On siis tärkeää, että nuorille suunnattuja hankkeita rahoitetaan ja järjestetään jatkossakin. Vaikutuksia voidaan pitkässä juoksussa mitata jopa kansanterveydellisesti, kun nuorten hyvinvointi kasvaa ja syrjäytymistä saadaan ehkäistyä.

Kun tiedetään, että merkityksellisyyden kokemus on yhteydessä vahvasti osallisuuteen, (Isola, Kaartinen, Leeman, Lääperi, Shcneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017, 9) voidaan sanoa, että nuoret saivat elämäänsä (uutta) merkitystä ja kokemusta myös osallisuudesta. Osallisuuden aspektit oli huomioitu jo intensiiviviikon suunnitteluvaiheessa ja se näkyi mm. nuorten mahdollisuutena ottaa osaa ohjelman rakentumiseen ja sen muutoksiin. Heillä oli siis oikea mahdollisuus kehittää toimintaa, eikä vain ottaa tai olla ottamatta osaa siihen. Nuoret siis olivat aktiivisesti mukana toiminnassa ja ennen kaikkea he olivat itse tekemässä ja ideoimassa viikon sisältöä. Tämä ei olisi ollut mahdollista ilman minäpystyvyyden kasvua. Sen voidaan päätellä kasvaneen nuorten vastausten perusteella, sillä he kuvasivat mm. rohkeuden ja uskalluksen lisääntymistä viikon edetessä. Nuoret kuvasivat tulleen kuoristaan ulos ja uskalsivat olla oma (outo) itsensä uusien tilanteiden ja ihmisten edessä. He kokivat saaneensa uusia näkökulmia elämään ja ympäröivään maailmaan ja nämä ovat merkityksellisiä asioita ihmisen elämässä.

Minäpystyvyyteen liittyy vahvasti toimijuus, sillä toimijuus voi kasvaa minäpystyvyyden kasvun myötä. Kun ihminen kokee pystyvänsä tekemään asioita, hän myös tekee töitä saavuttaakseen niitä. (Siitonen 1999, 139.) Nuorten toimijuus

kasvoi viikon edetessä ja se näkyi mm. itsensä haastamisena ja tehtäviin tarttumisena. Intensiiviviikon aktiviteettien, ja ylipäätään hankkeen, tarkoituksena ja tavoitteena oli vahvistaa ja kirkastaa nuorten tulevaisuudenkuvia, toimijuutta ja minäpystyvyyttä erilaisin harjoituksin. Haastateltavien vastausten perusteella näihin tavoitteisiin päästiin.

Toisena kysymyksenä oli, että mitkä tekijät nuoret kokivat merkityksellisinä/ tärkeinä ja miksi. Nuoret kokivat merkityksellisinä monia asioita mm. itse ulkomaanmatkan ja sen myötä tulleet uudet ystävät ja tuttavat. Myös uskaltautuminen poistua omalta mukavuusalueeltaan, hauskanpito, ja rohkeus lähteä uusiin juttuihin mukaan koettiin tärkeänä. Nuoret kokivat tulleen kuulluksi sekä nähdyksi ja se oli heistä ensiarvoisen tärkeää. Nuori sai kokea olevansa toisaalta tärkeä osa ryhmää ja toisaalta olla tärkeä omana itsenään. Kuinka merkittävää onkaan se, että nuori kertoo kokeneensa tulleen kuulluksi ja nähdyksi.

Nämä asiat ovat ihmiselle elintärkeitä, sillä ihminen tarvitsee tällaisia positiivisia kokemuksia elääkseen ja kukoistaakseen. Nämä tarpeet juontavat juurensa aina Malsow'n tarvehierarkiaan saakka. Ihmisen perustarpeiden on tyydytettävä, jotta hän voi saavuttaa "korkeampia" tarvetasoja (Maslow 1970, 78). Tulosten valossa voidaan nähdä, että nuoret ovat kokeneet olevansa turvassa, heidän fysiologisista tarpeistaan (majoitus, ruoka jne.) on huolehdittu, he ovat kokeneet yhteenukuluvuuden tunnetta, heitä on arvostettu itsensä ja muiden toimesta ja he ovat päässeet toteuttamaan itseään. Nämä ovat myös tarvehierarkian tasot. On huomionarvoista, että kohderyhmänä oli heikompiosaiset nuoret ja osalla heistä voi olla hyvinkin haastava elämäntarina takanaan. Ei siis pidä vähätellä pienienkin tekijöiden merkitystä. Tästä esimerkkinä eräs nuori mainitsi kolmesti päivässä saadun lämpimän ruuan. Moni voi pitää ruokaa itsestäänselvyytenä, mutta kaikille se ei sitä ole. Ruoka oli esillä useamman nuoren vastauksissa ja se koettiin myös yhtenä väylänä vieraaseen kulttuuriin tutustumiseen. On siis merkityksellistä, että intensiiviviikko antoi niin fyysisiä kuin henkisiäkin kokemuksia nuorille.

Vastauksista kävi ilmi, että nuorten kehityskaari oli huikea ja aktiviteetit tekivät sen, minkä niiden oli toivottukin tekevän, eli innostuksen kautta synnyttiin toimijuutta ja minäpystyvyyttä. Nämä yhdessä synnyttivät merkityksellisyyttä monilla eri osa-alueilla. Ajattelen, että tällaiset asiat ja kokemukset voivat vahvistaa

ihmisen perusturvallisuuden tunnetta, luoda elämään merkityksellisyyttä sekä antaa valmiuksia sekä halua ja rohkeutta jatkaa omannäköisen elämänsä rakentamista.

Kaiken kaikkiaan voidaan sanoa, että viikko onnistui odotusten ja suunnitelmien mukaan, vaikka aluksi oli hyvin vaikea sanoa, minkälainen siitä muodostuu. Olin itse aluksi hieman skeptinen siitä, miten nuoret lähtisivät mukaan ulkona tapahtuvaan toimintaan kaikkien ohikulkijoiden edessä. Lopputulos oli kuitenkin positiivinen yllätys.

## 6.2 Viikon vaikutukset nuoren elämään

Tulosten valossa voidaan olettaa, että viikon vaikuttavuutta voidaan mitata niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskuntatasoillakin. Tuloksista on selkeästi nähtävissä yksilötason vaikuttavuus, sillä nuoret kuvasivat viikon vaikutuksia omilla kohdillaan. Haastatteluhetkellä oli luonnollisesti nähtävissä ja kuultavissa lähinnä viikon välittömät vaikutukset, joten pitkäaikaisia vaikutuksia voi vain arvailla. Joka tapauksessa positiiviset kokemukset nuorena ovat yleisesti ottaen ihmiselle tärkeitä tulevaisuuden kannalta. Esimerkiksi positiivisia kokemuksia koettiin uusien ystävien saamisessa sekä sitä kautta itseluottamuksen kasvussa. Tällaisten kokemusten voidaan ajatella kantavan yksilöä pitkälle aikuisikään myös muiden sosiaalisten kontaktien saralla, kuten parisuhteen solmimisessa tai työelämässä. Sosiaalisten suhteiden luomisen ja ylläpitämisen harjoittelu ystävyyksien avulla on nuorelle luonnollinen ja turvallinen keino siirtyä kohti aikuisikää ja sen tuomia velvollisuuksia. Nuorten ystävyysuhteet ovatkin kenties tärkeämmässä roolissa, kuin missään muussa elämänvaiheessa. (Nevalainen 2009, 26.)

Monia vaikutuksia ei voinut suoranaisesti sanottaa ja jäin jopa pohtimaan, että ymmärsivätkö nuoret itsekään, kuinka vaikuttava viikko loppujen lopuksi olikaan. Jotkut vaikutukset saattavat näkyä vasta vuosien päästä, kun jokin hyvin pienestä viikon aikana lähtenyt liike tai ajatus kasvaa isommaksi ja lopulta saa aikaan suuria muutoksia. Saimme luotua nuorille toiveikkuutta ja se itsessään on ihmisen elämään voimakkaasti vaikuttava asia, sillä se liittyy vahvasti muun muassa voimaantumisen kokemukseen. (Kokko 2007.) Toiveikkuuden lisäksi viikko näytti

vaikuttaneen nuorten mielenterveyteen positiivisella tavalla tuoden heille ilon ja onnistumisen kokemuksia.

Lisäksi täytyy muistaa, että MaMyFu -hanke tapahtui Covid-19 viruspandemian aikana, jolloin liikkuminen, kokoontuminen sekä läheiset kontaktit olivat joko täysin kiellettyjä tai vähintään rajoitettuja. Tämä puolestaan lisää intensiiviviikon positiivisia vaikutuksia sekä merkityksellisyyttä, koska useimmille viikolla tapahtuneet suorat sosiaaliset kontaktit (face to face) olivat ensimmäisiä pitkiin aikoihin.

Jollakin tapaa tuntuu hyvin lattealta yrittää sanottaa kaikkea sitä, kuinka monia erilaisia positiivisia prosesseja viikko saattoi laittaa nuorissa liikkeelle. Ylipäätään jo se, että päättää tehdä radikaalin muutoksen vallitsevaan tilanteeseen ja lähteä liikkeelle, on jo itsessään vaikuttava ja merkittävä teko. Nuoret saivat elämäänsä uudenlaista iloa ja arvokkaita uusia kokemuksia.

Monissa vastauksissa nousi esille myös itse reissun merkitys, sillä se oli monille jopa ensimmäinen ulkomaanmatka ikinä. Voin hyvin nähdä, kuinka tämä matka avasi aivan uuden kappaleen monen elämässä ja sytytti innon ulkomaanmatkailua kohtaan. Tutkimusten mukaan matkustelevat ihmiset ovat avoimempia sekä ymmärtäväisempiä muita ihmisiä kohtaan verrattuna ihmisiin, jotka eivät ole matkustelleet lainkaan. Näin he omalta osaltaan ovat mukana luomassa suvaitsevaisempia yhteisöjä sekä sitä kautta suvaitsevaisempaa yhteiskuntaa. (Reisinger 2013, 17–18.) Voidaan siis päätellä, että mikäli nuori innostui matkustelusta, on hän vaikuttamassa oman lähipiirinsä lisäksi myös laajemmalle, jopa matkailukohhteissaan.

Toinen tutkimuskysymykseni oli, miten viikko vaikutti nuorten elämään, vai vaikuttiko lainkaan. Vastauksista on selkeästi havaittavissa, että viikko vaikutti nuoriin ja heidän elämäänsä monin eri tavoin. He saivat uusia, merkityksellisiä ja tärkeitä kokemuksia ja uusia ystäviä. He kokivat itsetunnon kasvua ja saivat rohkeutta mennä omien mukavuusrajojen ulkopuolelle, niin leikkien ja improvisaatioharjoitusten muodossa, kuin myös vieraan kielen puhumisessa sekä muissa sosiaalisissa tilanteissa. Tällaiset kokemukset voivat vaikuttaa nuoreen läpi elämän.

Haastatteluissa nousi esiin monen kokemus kuuluvuudesta ja hyväksynnästä oman ikäistensä seurassa. Tällaisilla kokemuksilla on elintärkeä rooli nuoren elämässä ja itsetunnon sekä persoonan muovautumisessa sekä myönteisen minäkäsityksen syntymisessä. (Piironen-Malmi & Strömberg 2008, 115.) Liian monen nuoren elämää sävyttää kiusaaminen ja hyväksymättömyys. Sellaiset kokemukset aiheuttavat syviä haavoja, joiden parantaminen voi viedä todella pitkään tai joiden korjaaminen täysin voi olla jopa mahdotonta. Monien nuorten kertomukset porukkaan pääsemisestä ja yhteenkuuluvuudesta ovat erittäin suuressa roolissa ja vaikuttavat yksilön elämään laajalla skaalalla. (Piironen-Malmi & Strömberg 2008.)

Vaikutuksia on vaikea arvella pidemmällä aikavälillä, sillä seurantatutkimusta vaadittaisiin. On myöskin vaikea arvioida, mikä nuoren elämässä johtuu mistäkin ja onko tällä meidän järjestämällä intensiiviviikolla niin pitkiä vaikutuksia, kuin mitä tässä työssä olen arvellut. Varmaa on kuitenkin se, että positiivisilla kokemuksilla on jokaiseen ihmiseen, iästä riippumatta, valtaisa merkitys. Niiden vähäisyys tai poissaolo vaikuttavat suurella todennäköisyydellä negatiivisesti yksilön elämään. (Piironen-Malmi & Strömberg 2008.)

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tutkimuksen anti ja kokemukset

Latviaan lähtiessäni en ajatellut mitään sen kummempaa, enkä odottanut, että lopputulos olisi sellainen, kuin se on. Ajattelin, että on hienoa, jos nuoret löytävät edes jotakin merkityksellistä tästä viikosta ja toisaalta vaikka eivät löytäisikään, niin sekin on tärkeä tieto ja huomio.

Toisin kuitenkin kävi. Tutkimusta tehdessäni koin, että nyt olen jonkin hyvin herkin ja tärkeän asian äärellä. Olin todella iloisesti yllättynyt siitä, kuinka hyvin nuoret osasivat eritellä ja selostaa itselleen niitä merkityksellisiä asioita, joita viikko oli heille antanut. Kuunnellessani haastatteluita herkistyin monessa kohtaa, kun tajusin, miten tärkeä tämä aihe onkaan. Minua liikutti erityisesti se ajatus, että nuoret saavat tässä väylän purkaa omia tuntojaan ja kertoa myös elämästään tämän viikon ulkopuolella. Heille suotiin mahdollisuus avata, miksi he osallistuivat tälle leirille ja millainen heidän elämäntilanteensa oli normaalissa arjessa. Moni kertoikin avoimesti, miten tärkeä tämä matka oli ja miten sopivaan kohtaan se sattui. Suuri oivallus minulla oli se, että jo matka itsessään oli tärkeä ja merkityksellinen, ei niinkään sen sisältö, vaikka nuoret kokivatkin aktiviteetit ja ihmiset myös tärkeiksi tekijöiksi.

Halusin tunnekortit mukaan haastatteluiden apuvälineeksi ja huomasin, että ne osoittautuivat loistavaksi menetelmäksi. Niiden avulla oli mahdollista avata keskustelua, ja nuoret pystyivät tunnistamaan tunteitaan paremmin. Minusta oli hauskaa ja mielenkiintoista kokeilla uutta menetelmää. Se antoi myös rohkeutta jatkoa ajatellen, sillä koen nyt, että uskallan paremmin mennä myös oman mukavuusalueen ulkopuolelle kokeilemaan uusia asioita ja menetelmiä. Toivon, että tulevassa työpaikassani minulla on mahdollisuuksia käyttää ja kehittää erilaisia uusia työskentelymenetelmiä yhdessä asiakkaiden kanssa.

Rehellisyyden nimissä on myös sanottava, että vaikka matka ja tutkiminen oli hyvin antoisaa, oli se myös henkisesti ja fyysisesti raskasta. Viikon aikana oli tiukka aikataulu ja saamamme palautteen mukaan nuoret olivat myös sitä mieltä, että

vapaa-aikaa ei ollut riittävästi. Minulla kesti kauan, että pystyin aloittamaan haastatteluiden ja tuloksien perkaamisen ja suurin syy tähän oli valtava tunnelataus, mitä tutkimukseen ja reissuun liittyi. Olen herkkä ihminen ja tämän tyyppinen tunteisiin liittyvä tutkimus oli minulle henkilökohtaisesti iso koettelemus. Koen, että kun jaoin viikon nuorten kanssa, jaoin samalla myös siihen liittyvät tunteet ja sitä kautta minun on myös ollut vaikeampi pysyä objektiivisena ja neutraalina tutkimuksen suhteen. Mielestäni onnistuin siinä kuitenkin hyvin ja kirjoitin vain sellaisia tuloksia, jotka oikeasti nousivat haastattelumateriaalista ja havainnoistani viikon aikana. Viikko oli kaiken kaikkiaan mielenkiintoinen ja erityisen mielenkiintoisen sekä mielekkään siitä teki se, että minulla ei ollut varsinaista ohjaajan roolia, vaan sain keskittyä toiminnan ja nuorten tarkkailemiseen. Tarkkailijan rooli sopi minulle oikein hyvin, sillä koin, että sain siten eniten irti tätä työtä ajatellen.

Päällimmäisenä minulle jäi viikosta tunne, että olimme saaneet liikkeelle nuorissa jotakin sellaista, mikä veisi heitä eteenpäin elämässä ja tässä epävarmassa maailmantilanteessa, jossa tällä hetkellä elämme. Koen myös, että ohjaajat ja minä itse opimme nuorilta paljon. Heidän rohkeutensa ja heittäytymisensä lähteä kokeilemaan mitä hullunkurisempia aktiviteetteja yllätti meidät kaikki. Varsinkin, kun aluksi näytti siltä, että he eivät olleet kovinkaan halukkaita tai uskaliaita esiintymään julkisilla paikoilla. Oma kokemukseni on, että ”nykynuoriin” liittyy paljon ennakkoluuloja ja jopa suoranaista vihaa. Olen monesti kuullut omin korvin, kun nuoria parjataan ja haukutaan laiskoiksi ”somessa luuhaajiksi”, jotka eivät saa mitään aikaan. Todellisuudessa nuoret ovat yhteiskuntamme selkäranka ja ainut toivomme tämän maailman tulevaisuutta koskevissa kysymyksissä. Heidä tulisi arvostaa enemmän ja tarjota mahdollisuuksia vaikuttamiseen niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskuntatasollakin. Heillä on paljon annettavaa ja loistavia ideoita moniin sellaisiin kysymyksiin, joita me aikuiset pohdimme yksilotteisesti. Minä henkilökohtaisesti uskon, että vaikka media maalaa synkkiä kuvia yhteiskuntamme tilasta, on tulevaisuus valoisa juurikin nuortemme ansiosta.

## **7.2 Eettisyys ja luotettavuus**

Haastatteluun osallistuminen oli täysin vapaaehtoista ja luottamuksellista. Haastattelumateriaali äänitteineen tuhottiin analysoinnin jälkeen, eikä niitä tallennettu

minnekään. Osallistujien anonymiteetti on tärkeä, eikä heidän henkilöllisyytensä, ikänsä tai muukaan identifioiva tieto tullut missään vaiheessa esille. Lupaa haastatteluun pyydettiin heti viikon aluksi ensimmäisessä infotilaisuudessa samalla kaavakkeella kuvausluvan kanssa. Osallistujilta kerättiin nimikirjoitukset kaavakkeeseen, johon he saivat merkitä halukkuutensa osallistua tämän opinnäytetyön tekemiseen.

Pyrin pysymään neutraalina ja objektiivisena koko materiaalin keruun ajan sekä pidin huolen haastatteluiden eettisyydestä. Tärkeää oli myös selostaa mahdollisimman selkeästi ja tarkasti, mitä haastattelussa tapahtui sekä kuinka tunnekortteja käytetään. Pyrin omalla olemuksellani luomaan mahdollisimman rennon ja helposti lähestyttävän ilmapiirin, jotta osallistujien on helpompi kertoa todellisia tunteuksiaan. Tätä pyrkimystä edesauttoi se, että olin mukana nuorten toiminoissa intensiiviviikon aikana ja tutustuin heihin.

Aineistoa analysoidessani pyrin pysymään objektiivisena ja havaitsemaan materiaalista sellaisiakin seikkoja, joita en osannut odottaa tai ajatella ja niitä tulikin esiin. Merkityksellisyyttä tutkittaessa aineistosta nousi myös neutraaleja sekä merkityksettömyyden kokemuksia, ja ne ovat tutkimuksen kannalta yhtä tärkeitä.

### **7.2.1 Käytännön haasteet**

Haastattelut oli pakko toteuttaa samanaikaisesti aikataulullisista syistä, jonka vuoksi en voinut haastatella kuin vain yhden ryhmän itse. Huomasin äänitteitä kuunnellessani, että haastatteluiden ajankohta ei ollut optimaalinen, sillä ne käytiin aamulla ja haastateltavat nuoret olivat väsyneitä. Kävi ilmi, että nuoret olivat olleet juhlimassa kaupungilla aamuun asti, joten osalle viikon reflektointi ei ollut kovinkaan mukavaa väsymyksen vuoksi. Vaikka haastatteluiden runko oli sama, huomasin, että niiden lopputulokset ja pituudet poikkesivat toisistaan. Yksi ryhmä käytti tulkkia koko haastattelun ajan ja toinen ryhmä tarvittaessa. Tulkit eivät olleet tulkin koulutusta saaneita henkilöitä, vaan he olivat hankkeessa mukana olevia työntekijöitä. Tärkeä huomio tutkimustulosten kannalta on, että kaikkien ryhmien haastattelut toteutettiin muulla kuin haastateltavien omalla äidinkielellä.

Tulkkia koko ajan käytävässä ryhmässä vastaukset olivat lyhyempiä ja yksinkertaisempia verrattuna ryhmiin, joissa kielimuuri oli huomattavasti pienempi. Myös tulkkien ja haastattelijan oma englanninkielentaito vaikuttivat lopputulokseen. Kuunnellessani äänitteitä, huomasin muutamassa kohdassa usean ryhmän kohdalla, että nuoret eivät ymmärtäneet joitain kysymyksiä joko ollenkaan tai he ymmärsivät ne väärin. Haastattelun kielellä oli siis merkitystä, enkä ollut ottanut tätä asiaa huomioon riittävästi tutkimussuunnitelmaa tehdessäni. Kielikysymys ylipääntään on tärkeää huomioida, sillä haastatteluiden analysoimisessa on voinut tulla käännöskukkasia ja on mahdollista, että olen ymmärtänyt jotakin väärin. Tutkimustuloksissa olevat suomennokset ovat minun kääntämiäni, joten aina on mahdollista, että niissä on tullut virheitä.

Aiemmin suunnittelemani videointi olisi saattanut olla parempi vaihtoehto, sillä tunnekorttien käyttäminen nostatti kehollisia tuntemuksia omassa haastatteluryhmässäni. Näin ollen pelkän puheen analysointi jätti suuren osan vuorovaikutuksesta ja sitä myöten sanattomasta viestinnästä pois. Monesti keskustelukumppanin tai tässä tapauksessa haastateltavan kanssa pääsee paremmin keskusteluyhteyteen, kun häneen saa katsekontaktin. Näin ollen myös analysoinnissa olisi voinut ottaa kehollisuuden huomioon, jos materiaali olisi ollut videomuodossa ja sitä kautta olisi kenties saanut laajemmat tutkimustulokset.

Covid-19 -tilanne toi omat haasteensa intensiiviviikon järjestämiseen. Elokuussa 2020 tilanne oli sen verran keventynyt hetkellisesti, että pystyimme kuitenkin järjestämään intensiiviviikon. Koronan vuoksi erityisjärjestelyiltä ei kuitenkaan välttytty. Jokainen osallistuja majoittui omassa huoneessaan ja turvavälit sekä maskit olivat käytössä koko viikon ajan. Luovuuden avulla saimme kuitenkin viikon toteutettua ja kaikki sujui hyvin.

### **7.3 Jatkotutkimusehdotukset**

Kuten tuloksissa tuli esille, olisi kiintoisaa tutkia, miten intensiiviviikko vaikutti tutkimukseen osallistuneisiin nuoriin ja heidän elämäänsä pitkäaikaisesti. Yhtäältä kiinnostavaa olisi kysyä, havaitsivatko he jotakin muutoksia itsessään tai muuttiko intensiiviviikko heidän toimintaansa jollain tavalla. Samalla voisi kysyä, ovatko he

vielä toisiinsa yhteyksissä ja synnyttikö reissu pitkäaikaisia ystävyyssuhteita. Haluaisin myös toteuttaa kyselyn kolmen vuoden kuluttua, ja tarkastella, miten ”tulevaisuuden muistelun” vastaukset eroavat todellisuudessa.

Tämän opinnäytetyön tuloksia ja näkökulmia voidaan hyödyntää tulevia vastaavanlaisia hankkeita varten. Sitä voidaan käyttää tulevien hankkeiden rahoituksen perusteena, kuten tuloksista on nähtävissä. Tuloksia voidaan käyttää myös pohdittaessa työskentelytapoja nuorille ja ylipäättään heikompiosaisten kanssa työskentelyyn. Tämä opinnäytetyö osoittaa, että helpoilla ja yksinkertaisilla menetelmillä ja improvisaatioharjoituksilla voidaan saada paljon hyvää aikaiseksi.

#### **7.4 Tutkimusprosessi**

Opinnäytetyön tekeminen oli itselle hyvin antoisa, mutta myös henkisesti raskas kokemus. Tutkimuksen tekeminen vei yllättävän paljon aikaa ja pitkän ajan kuluessa ehti tapahtua paljon. Jätin tutkimussuunnitelmani jo keväällä 2020 ja intensiiviviikko ja tiedonkeruu tapahtui elokuussa 2020. Myöskin maailmaa järjestyttävä Covid-19 virus toi omat haasteensa sekä ohjaustyöhön, että muuhun elämiseen. Kesken tutkimuksen tekemisen saimme kuulla suru-uutisen opinnäytetyöni ohjaajan sekä Making My Future -hankkeen päällikön Ulla-Maija Koivulan poismenosta. Tämä järkytti minua syvästi ja kesti kauan, että pääsin uudelleen työskentelyn pariin. Ulla-Maija jaksoi innostua ja uskoi työhöni, kiitos hänelle siitä.

Haluan kiittää kaikkia opinnäytetyöhöni osallistuneita nuoria, hankkeen työntekijöitä ja opinnäytetyöni ohjaajia. Olen kiitollinen, että sain tehdä tämän opinnäytetyön yhteistyössä Tampereen ammattikorkeakoulun kanssa sekä Making My Future -hankkeen parissa. Erityinen kiitos kuuluu ystäväilleni ja läheisilleni, jotka auttoivat jaksamaan ja kannustivat minua tekemään työn loppuun asti.

## LÄHTEET

Ahokas, M. N.d. Albert Bandura (1977): Social learning theory. Luettu 5.5.2020. <https://www.avoin.helsinki.fi/oppimateriaalit/sosiaalipsykologia/bandura.html>

Eteläpelto, A. N.d. Mitä toimijuus on ja mitä siihen tarvitaan? Luettu 5.5.2020. <https://docplayer.fi/25768122-Mita-on-toimijuus-ja-mihin-sita-tarvitaan.html>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo-Helsinki-Juva: Werner Söderström osakeyhtiö.

Isola, M., Kaartinen, H., Leeman, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S., Ketonen, K & Myllyrinne, V. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Työpaperi 33/2017. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 28.12.2019. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN\\_ISBN\\_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Juntunen, A. 2019. "Minä uskon hyvään elämään." Nuoret ja elämäkulussa rakentuva toimijuus. Teologinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Väitöskirja. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/282705/MINAUSKO.pdf?sequence=1>

Jussila, T. N.d. Sosiokulttuurinen innostaminen. Luettu 8.5.2020. [https://openmoodle.eoppimispalvelut.fi/pluginfile.php/30056/mod\\_resource/content/1/Sosiokulttuurinen%20innostaminen.pdf](https://openmoodle.eoppimispalvelut.fi/pluginfile.php/30056/mod_resource/content/1/Sosiokulttuurinen%20innostaminen.pdf)

Karjula, V & Korhonen, S. 2018. "Kässäänkö mää?" Erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kuulumisuuden tunteen rakentuminen käsityön yleisopetuksen ryhmässä. Opettajankoulutuslaitos. Käsityökasvatus. Turun yliopisto. Pro-gradu tutkielma.

Kemppi, E. 2012. Yle Elävä arkisto. Flash mob – ilmiö rantautui Suomeenkin. Julkaistu 16.08.2012. Päivitetty 31.01.2018. Luettu 14.10.2022. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2012/08/16/flash-mob-ilmio-rantautui-suomeenkin>

Kokko, R-L. 2007. Tulevaisuuden muistelu - palaveri – toiveikkuutta tuottava yhteistyömenetelmä. Yhteiskuntapolitiikka-lehti. Luettu 1.10.2022. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100706/072kokko.pdf?sequence=1%201>

Kurki, L. 2006. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Väitöskirja. Luettu 19.12.2019. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0224-5/urn\\_isbn\\_978-952-61-0224-5.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0224-5/urn_isbn_978-952-61-0224-5.pdf)

Leeman L. & Hämäläinen R-M. 2016. Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. Yhteiskuntapolitiikka-lehti. Luettu 28.12.2019. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131350/YP1605\\_Leemann%26Hamalainen.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131350/YP1605_Leemann%26Hamalainen.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Martela, F, Richard, R & Steger, M. 2017. Meaningfulness as Satisfaction of Autonomy, Competence, Relatedness, and Beneficence: Comparing the Four Satisfaction and Positive Affect as Predictors of Meaning in Life. Journal of happiness studies. [https://search-proquest-com.lib-proxy.tuni.fi/docview/2044650751?rfr\\_id=info%3Aaxri%2Fsid%3Aprimo](https://search-proquest-com.lib-proxy.tuni.fi/docview/2044650751?rfr_id=info%3Aaxri%2Fsid%3Aprimo)

Maslow, A. 1970. Motivation and personality. New York: Harper and Row.

Mäntynen-Hakem, A. 2016. Kipinää, liekkiä ja roihua. Sosiokulttuurinen innostaminen ja aito dialogisuus nuoren kohtaamisessa. Alueelliset nuorisotyöpäivät, Nurmes 28.9.2016. Luettu 27.4.2020. <https://www.avi.fi/documents/10191/7420622/Innostaminen/22de5107-5e5f-496b-9b5c-35a455dc8e9f>

Nevalainen, V. 2009. Yksinäisyys. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Nivala, E. 2016. Sosiaalipedagogisia käsitteitä maahanmuuttajuuden ja monikulttuurisuuden tarkasteluun. Sosiaalipedagogiikan kouluttajatapaaminen 2016. Esitetty 11.11.2016. Luettu 5.5.2020. <https://docplayer.fi/40305141-Sosiaalipedagogisia-kasitteita-maahanmuuttajuuden-ja-monikulttuurisuuden-tarkasteluun.html>

Partanen, A. 2011. "KYLLÄ MINÄ TÄSTÄ SELVIÄN" Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja. Luettu 15.5.2020. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/27071/978-951-39-4273-1.pdf>

Piironen-Malmi, U. & Strömber, S. 2008. Välittämisen pedagogiikka. Keuruu: Ota-van Kirjapaino Oy.

Pirhonen, J. 2012. Resursseista toimintamahdollisuuksiin. Tutkimus suomalaisen vanhustenhuollon oikeudenmukaisuudesta. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Filosofia ja sosiologia. Jyväskylän yliopisto. Pro-gradu tutkielma. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/38400/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201208282260.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Reisinger, Y. 2013. Transformational tourism: tourist perspectives. Croydon: CAB international Copy.

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulun yliopisto. Väitöskirja. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf>

Tampereen ammattikorkeakoulu. MaMyFu - Making my future. N.d. Luettu 16.5.2020. <https://projects.tuni.fi/mamyfu/>

Tuomi J. 2007. Tutki ja lue. Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Jyväskylä: Tammi.

Törrönen, M. 2016. Vastavuoroisuuden yhteisöllinen luonne. Teoksessa: Hänninen, K., Jouttimäki, P., Lehto-Lundén, T. Salovaara, P. & Veistilä, M. (toim.) 2016. Vastavuoroinen sosiaalityö. Helsinki: Gaudeamus.

## LIITTEET

### Liite 1. Haastattelurunko

#### Interviews 20.8.20 Liepaja, Hotel Liva

To start, test voice recorders, check battery and put feelingcards on table. Take big paper and color pencils close to you. Your partner can make some notes, not both.

During interview notice those who are not so talkative and try to ask them too what they think.

#### **Begin of the interview (2min)**

- Research for Pauliina's thesis
- What happens? Interviews in groups, anonymous, voice recorder
- Material of the interview will be destroyed afterwards
- Questions?

#### **Why did you join this MaMyFu? (~5mins)**

#### **Feelingcards: ~5-10 mins**

- Tell people to choose **quietly and alone** any number of cards that presents their feelings of the week or what came up during week
- If not the feeling that they want, empty cards are for that (write their own)
- Own language and/or English is written
- come back to sit

#### **Making a feelingtree: ~5-10min**

- On big paper people draw a tree of feelings and put their own cards on it
- Freeform

#### **Conversation of the feelings: ~15min**

- For example: what situation was when the feelings came up? How they handle the feeling?
- Don't force anyone to tell but encourage them to tell.
- They can show their card/s in the tree if they like or just some

#### **Experiences: ~15min**

##### **Meaningfulness!**

- **What did this week mean to you? How about the project?**
- **What things/factors were meaningful/important?**
- Best things and successes

#### **Affects of the week ~10min**

- Learning: of yourself, others, concrete things and "Ahaa-experiences"

- What will you take with you?

**If you think this week after 3 years, what would you remember? ~5min**

**Something else what you want to tell?**

- Free word

**The end, thank you <3**

Liite 2. Tunnekortit



Pesäpuu ry, Lastensuojelun kehittämissyhteisö.

[https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/2/tunne-tyypit?gclid=Cj0KCQjw1ZeUBhDyARIsAOzAqQJ1uX-ChbHvW6PicTFUdPzKRemwkOwehRhfkulAUI\\_NaIB2zCSDNf-zlaAj5IEALw\\_wcB](https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/2/tunne-tyypit?gclid=Cj0KCQjw1ZeUBhDyARIsAOzAqQJ1uX-ChbHvW6PicTFUdPzKRemwkOwehRhfkulAUI_NaIB2zCSDNf-zlaAj5IEALw_wcB)

ChbHvW6PicTFUdPzKRemwkOwehRhfkulAUI\_NaIB2zCSDNf-zlaAj5IEALw\_wcB