

# ELÄYTYEN OSALLISEKSI – läsnäoloa ja välittämistä kouluarkeen

Joutsen Vesa, Keiski Pia, Miettinen Eeva-Mari, Savolainen Jussi & Vikman Mari



## Sisällysluettelo

Johdanto .....	3
Hankkeen toteutus .....	4
Hankkeen ydinkäsitteet .....	5
Osallisuus .....	5
Ylisukupolvinen kuormittuneisuus .....	7
Eläytyminen .....	8
Pienryhmätoiminnan malli .....	10
Eläytyen osalliseksi intervention kontekstit.....	11
Intervention mekanismit.....	18
Intervention tulokset .....	20
Lopuksi.....	25
Lähteet .....	26

Eläytyen osalliseksi -hankkeen loppuraportti 2022.

**Hankkeen rahoittajana:** Euroopan sosiaalirahasto (ESR).

**Tekijät:** Joutsen Vesa, Keiski Pia, Miettinen Eeva-Mari, Savolainen Jussi & Vikman Mari.

**Kuvat:** Shutterstock, s. 9 Hankkeen toiminnasta otettuja kuvia

**Taitto:** Roihu Inc.

ISBN 978-952-7266-72-4(PDF)





# JOHDANTO

Eläytyen osalliseksi (ELOS) -hankkeen suunnitteluvaiheessa yhteiskunnallinen keskustelu liittyi vahvasti nuorten opintojen keskeytymiseen ja mielenterveyden haasteisiin. Silloinkin jonot nuorten mielenterveyspalveluihin olivat liian pitkät. Nämä asiat haastoivat meidät ammatillaiset miettimään sitä, miten voisimme tukea nuoria koulupolulla.

Yhteiskuntamme on muuttunut hankkeen aikana valtavasti. Tapahtui asioita, joita emme osanneet ennakoida. Epävarmuus korostui ja aiheutti kaikissa ahdistusta sekä vaateen sopeutua uudenlaiseen elämäntilanteeseen. Äkillisesti muuttunut tilanne haastoi niidenkin nuorten osallisuuden kokemusta, joista ei välttämättä aiemmin ollut huolta. Toisaalta osa nuorista, joista oli jo ollut huolta, selviytyivätkin muutoksesta siedettävästi.

Osallisuuden voidaan ajatella olevan yksilön ja yhteisön välistä suhdetta kuvaava käsite, jota Nivala & Ryyänen (2019) jäsentävät kolmen ulottuvuuden avulla.

1) Ihminen on osallinen yhteisössä, kun hän on osa yhteisöä eli kuuluu johonkin. 2) Hän toimii osana yhteisöä eli osallistuu sekä 3) kokee olevansa osa yhteisöä eli tuntee kuuluvansa. Osallisuus on jotain, johon ihmisen on mahdollista kasvaa. Tällöin edellytyksenä on, että lähiympäristö tukee osallisuuden tunteen ja kokemusten muodostumista. Osallisuuteen kasvamisen tarkastelussa keskeistä on tunnustuksen teoria (Honneth 2012), jossa korostetaan, että jokaiselle on tärkeää tulla huomioduksi, hyväksytyksi ja arvostetuksi.

Koulupolulla pysymistä ja osallisuuden kokemustakin voi haastaa muun muassa ylisukupolvinen kuormittuneisuus. Ylisukupolvinen kuormittuneisuus on yhteydessä epäsuotuisiin elämäntapoihin, lisääntyneeseen terveysriskikäyttäytymiseen ja sairastamiseen myöhemmissä elämänvaiheissa (Hakulinen & Halonen 2020). Lisäksi se on yhteydessä heikentyneeseen osallisuuden kokemukseen sekä työelämän ja yhteiskunnan ulkopuolelle jäämiseen (Myrskylä 2012, Paananen ym. 2012, Eurofound 2014).

Hankkeen suunnitteluvaiheesta asti osallisuuden tukemisen ja vahvistamisen ydinajatus oli, että nuorten tulee saada itse määrittellä se, mitä he haluavat tehdä, jotta he kokevat mielekkääksi toimintaan sitoutumisen. Tekemisen ohessa pyrkisimme osallisuuden vahvistamiseen.

Eläytyen osalliseksi -hankkeessa tavoiteltiin ylisukupolvisen kuormittuneisuuden vuoksi syrjäytymis- ja koulutuksesta putoamisriskissä olevien nuorten tukemista. Hankkeen toiminta haluttiin toteuttaa nuorille luonnollisessa ympäristössä, osana koulujen ja oppilaitosten arkea. Eläytymistä hyödyntävien menetelmien avulla tavoiteltiin ympäristöä, jossa jokaisella oli mahdollista olla oma itsensä, juuri sellaisena kuin on.

# HANKKEEN TOTEUTUS

Hankkeen ensimmäisessä vaiheessa lähdettiin liikkeelle aiempien, nuorten osallisuutta edistäneiden, ESR-hankkeiden tuloksista, joiden pohjalta hankkeessa kehitettävän ryhmäintervention oli tarkoitus muodostua. Selvitystyö osoitti, että aiemmissa hankkeissa oli toimittu yhdessä nuorten kanssa vaihtelevissa ympäristöissä erilaisia luovia menetelmiä hyödyntäen. Useimmiten interventiot keskittyivät tietyn, yksittäisen luovan menetelmän hyödyntämiseen osallisuuden vahvistamisessa. Useissa hankkeissa kohdejoukkona oli ollut nuoria, jotka olivat jo tippuneet koulupolulta. Osallistujajoukot olivat olleet pääasiallisesti pienempiä kuin tähän hankkeeseen arvioitiin osallistuvan. Tässä hankkeessa pyrittiin kokoaamaan yhteen mahdollisuus tehdä erilaisia asioita nuorten toiveisiin perustuen valitsematta vain yhtä menetelmää. Hankkeessa pyrittiin myös vahvemmin ennaltaehkäisevään työhön kohdistamalla voimavaroja nuoriin, joiden koulupolulla pysymistä pyrittiin vahvistamaan, heidän ylisukupolvinen kuormittuneisuutensa huomioiden.

Hankkeen toisessa vaiheessa vuosina 2020–2022 toteutettiin neljäkymmentä ryhmäinterventiota, joilla tavoitettiin noin 400 peruskoulun viimeisillä luokilla, toisen asteen ammatillisissa oppilaitoksissa ja lukiossa sekä ammattikorkeakoulussa opiskelevaa nuorta. Ryhmäinterventiot toteutuivat Tampereen ja laajemminkin Pirkanmaan alueella hankkeen toteuttajien Tampereen ammattikorkeakoulun ja SASKY koulutuskuntayhtymän hankeasiantuntijoiden ja koulujen ammattilaisten ohjaamina. Ryhmissä työstiin nuorten tarpeista nousevia teemoja erilaisia eläytymisen menetelmiä hyödyntäen. Interventioissa kokeiltiin ja arvioitiin erilaisia työtapoja yhdessä nuorten jo koulujen monialaisten ammattilaisten kanssa. Interventioiden vaikutuksia arvioitiin suullisten ja kirjallisten palautteiden sekä nuorten terveyteen liittyvää elämänlaatua ja osallisuutta kartoittaneiden kyselylomakkeiden avulla. Aineistot analysoitiin laadullisin ja tilastollisin menetelmin.

Hankkeen viimeisessä vaiheessa arvioitiin edelleen toteutuneiden interventioiden parhaita käytänteitä ja pienryhmätoiminnan mallin keskeisiä elementtejä hanketoimijoiden fasilitoimissa työpajoissa, joihin osallistui niin ryhmätoiminnassa hankeaikana mukana olleita nuoria kuin koulujen ja oppilaitosten ammattilaisia. Kertyneen aineiston analysoinnissa käytettiin realistisen arvioinnin menetelmää. Hankkeen tuloksena rakentui nuorten osallisuutta ja mielen hyvinvointia edistävä, ylisukupolvista kuormaa helpottava pienryhmätoiminnan malli, joka kuvataan tässä julkaisussa ja joka voidaan ottaa käyttöön valtakunnallisesti. Hanketoimintaan on mahdollista tutustua toimintaa esittelevän videon avulla. Video löytyy osoitteesta: [www.youtube.com/watch?v=eb9PjGwowNo](https://www.youtube.com/watch?v=eb9PjGwowNo)

# HANKKEEN YDINKÄSITTEET

## Osallisuus

Eläytyen osalliseksi -hankkeen pienryhmätöinnässä on ollut keskeistä edistää nuoren osallisuutta omaan elämäänsä, jotta hän voi elää omannäköistä elämää osana yhteisöjään, ja tulla nähdyksi ja kuulluksi pienryhmässä. Elämän merkityksellisyys rakentuu vuorovaikutuksessa ihmisten kanssa, ja olennaista on, että nuori voi uskoa mahdollisuuksien olemassaoloon. Eri pienryhmätöteutuksissa osallisuuden edistäminen on saanut erilaisia painopisteitä.

ELOS-hankkeessa luodussa toimintamallissa osallisuuden keskeisenä rakennusaineena on yhteisöön kuulumisen merkityksellisyys ja sosiaalipedagoginen osallisuuskäsitys, jossa osallisuus on ihmisen sosiaaliseen peruluonteeseen liittyvää kuulumista johonkin, olemista, elämistä ja toimimista yhteydessä muihin ihmisiin. Osallisuus on hyvä erottaa *osallistumisesta*, joka puolestaan on osallisuutta edistävää toimintaa. Ymmärrämme osallisuuden tietynlaisena osallistumisena, jossa ei vain olla mukana muiden määrittämässä toiminnassa ilman omakohtaista panosta, vaan tuetaan ja edistetään osallistujien mahdollisuuksia ja kyvykkyyttä vaikuttaa asioihin, ja tulla kuulluksi ja nähdyksi.

Osallisuus on yksilön ja yhteisön välistä suhdetta kuvaava käsite, jota Nivala & Rynänen (2019) jäsentävät suomalaisessa sosiaalipedagogiikassa kolmen ulottuvuuden avulla. Ihminen on osallinen yhteisössä, kun hän on

- osa yhteisöä (kuuluu johonkin)
- toimii osana yhteisöä (osallistuu)
- kokee olevansa osa yhteisöä (tuntee kuuluvansa)

Tämä edellyttää, että yhteisö hyväksyy yksilön jäsenekseen ja että yksilö haluaa olla yhteisön jäsen. Osallisuus edellyttää todellisia toimintamahdollisuuksia ja yksilöltä niiden hyödyntämistä jollain tavalla, mikä taas edellyttää osallistumisvalmiuksia. Kokemuksellisella tasolla osallisuuden edellytyksinä ovat yhteisön tarjoamat yhteenkuuluvuuden mahdollisuudet. Tarvitaan siis niin kuulumista, osallistumista kuin tunnetta kuulumisesta. Hankkeessa on haettu mahdollisuuksia ja luotu malli koulun sisällä toteutuvaan pienryhmätöimintaan, ryhmiin, joissa on mahdollista toimia ja tulla nähdyksi, kuulluksi ja tunnustetuksi ainutlaatuisena omana itsenään ja arvokkaana osana ryhmää.

Pienryhmätöiminta on yhteisöllistä oppilas- ja opiskelijahuoltoa, joka edistää osallistujien osallisuutta omassa elämässään. Tähän liittyy Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2022) mukaan seuraavat periaatteet:

- nuori voi osallistua toimintaan omaehtoisesti
- nuoren kanssa etsitään yksilöllisiä ratkaisuja
- nuori kohdataan kunnioittaen ja kategorisoimatta
- yksin jääneitä ja omiin oloihinsa päätyneitä löydetään ja saadaan mukaan toimintaan.

Osallisuuteen kasvaminen, ja osallisuuden kokemuksen mahdollistaminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi.

Osallisuutta edistää hyvin monenlainen toiminta, ja keskeistä on se, *miten* tehdään, eikä *mitä* tehdään. Ryhmätoiminnan sisällä mahdollistetaan monenlaista ja eri tasoista osallistumista, nuoren lähtökohdista ja tarpeista ponnistaen ja hänen toimijuuttaan tukien.

Hankkeessa osallisuutta on tavoiteltu pienryhmässä, mutta tällä on väistämättä myös yhteiskunnallinen ulottuvuus, sillä osallistuminen pienyhteisöissä luo edellytykset yhteiskunnalliselle osallisuudelle. Yhteiskunnallisena suhtena osallisuudessa on siis kyse kiinnittymisestä koulu yhteisön kautta laajempiin yhteiskunnallisiin toimintajärjestelmiin, jotka mahdollistavat itsensä toteuttamisen. Tähän vaikuttavat monet yksilöllisen kasvuprosessin tekijät, kuten ylisukupolvinen kuormittuneisuus.

Julkishallinnollisissa hankkeissa osallisuutta lähestytään usein kahden merkityksen kautta, osallistumisen edistämisenä ja syrjäytymisen ehkäisemisenä. Ryhmäinterventioiden toteutuksessa ja luodussa toimintamallissa on huomioitu vahvasti nuorten osallistumis-

ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen, ja hankkeen kokonaistavoitteissa huomioidaan vahvasti osallisuuden toinen ulottuvuus nuorten syrjäytymisen ehkäisemisenä, pyrkien tukemaan jatko-opintoihin siirtymistä, ehkäisten koulutuksesta putoamista ja sitä kautta työmarkkinoiden ulkopuolelle joutumista.

Hankkeessa on tuettu nuoria osallisuuteen suhteessa nuoren omaan elämään ja sen kulkuun erityisessä tilanteessa, jossa nuori pohtii ja hakee paikkaansa koulutusjärjestelmässä opiskelun nivelvaiheessa. Lisäksi tavoitellaan osallisuutta yhteisössä, joka määrittyy ryhmäintervention ryhmäksi, mutta siten, että tuon kuulumisen ja kiinnittymisen kautta tavoitellaan niitä kyvykkyksiä, joilla nuori voi kiinnittyä laajemmin koulu yhteisöön ja yhteiskuntaan.

Eläytyen osalliseksi -hankkeessa osallisuutta ja osallistumisen mahdollisuuksia on lähdetty rakentamaan yhdessä nuorten kanssa, ja etsitty nuorille mielekkäitä osallistumisen tapoja, ja keinoja elää yhteydessä itseensä.



Pienryhmätoiminnassa on luotu kouluyhteisön sisällä ryhmä, johon nuori voi kuulua ja kiinnittyä intervention aikana ja sen jälkeen. Kuulumisen lisäksi osallisuus on mukana olemista ryhmän toiminnassa. Osallisuuden

perustana on tunne jäsenyydestä, kuulumisesta yhteisöön. Osallisuus on siis sisäpuolelle pääsemistä, mukana olemista ja huomioon otetuksi tulemistä, ja mahdollisuuksia jakaa kokemuksia muiden kanssa.

## Ylisukupolvinen kuormittuneisuus

Ylisukupolvisuus, ylisukupolvinen huono-osaisuus ja ylisukupolvinen kuorma ovat olleet ilmiönä kasvavan mielenkiinnon kohteina 2000-luvun alusta lähtien (Saari, Eskelinen & Björklund 2020). Ylisukupolvisuutta on tarkasteltu niin sosiaalisen perimän, geeniperimän ja terveydellisten riskitekijöiden kuin traumoihin liittyvän taakkasiirtymänkin näkökulmista.

Ylisukupolvisuus tarkoittaa jonkin asian siirtymistä tai jatkumista sukupolvelta toiselle. Usein mielenkiinto kohdistuu jonkin ongelmallisen asian, kuten köyhyyden tai sairauden siirtymiseen vanhemmilta heidän lapsilleen. Ylisukupolvisesta kuormasta tai kuormittuneisuudesta puhuttaessa ymmärretään, että vanhemman tai vanhempien elämässään kokemat haasteet, kuten työttömyys, mielenterveys- ja päihdeongelmat, fyysiset sairaudet, vanhempien väliset ristiriidat tai lähisuhdeväkivalta vaikuttavat heidän lastensa kasvuun ja kehitykseen. Ylisukupolvisen siirtymisen taustalla vaikuttavat monenlaiset mekanismit geeniperimästä ja muista biologisista tekijöistä joukkoon erilaisia psykologisia, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia kasvuympäristöön liittyviä tekijöitä. Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus ei ole siis vain perheen sisäinen asia. Erityisesti erilaisten riskitekijöiden kasautumisella tiedetään olevan yhteys myöhemmin elämässä koettuihin sosiaalisiin ja terveydellisiin haasteisiin.

Ylisukupolvisen huono-osaisuuden taakkaa kantavien ihmisten kärsimys kytkeytyy pitkäaikaiseen kokemukseen oman elämäntilan-

teen epäreiluudesta ja kuormittavuudesta sekä omien toiveiden ja arvojen mukaisen arjen ja elämän edellytysten puutteista (Saari, Eskelinen & Björklund 2020). Se on yhteydessä heikentyneeseen osallisuuden kokemukseen lähiyhteisössä ja yhteiskunnassa. Se voi näyttäytyä vanhemman heikentyneinä kykyinä ja mahdollisuuksina tukea lastaan opinnoissa ja laajemminkin yhteiskuntaan sitoutumisessa. Sen tiedetään myös olevan yhteydessä lapsen koulutuksessa kokemiin epäonnistumisiin. Ylisukupolvinen huono-osaisuus muodostaa merkittävän riskin lapsen ja nuoren koulutuksesta putoamiselle, ongelmien kasautumiselle ja yhteiskunnasta syrjäytymiselle. (Vauhkonen, Kallio & Erola 2017.)

Lapsuudessa koettu ylisukupolvinen kuorma on myös yhteydessä epäsuotuisiin elämäntapoihin ja sairastamiseen myöhemmissä elämänvaiheissa. Ylisukupolvinen kuorma voi lisätä terveystekijöiden käyttäytymistä, kuten tupakointia, epäterveellisiä ruokailutottumuksia, liian vähäistä liikuntaa tai seksuaaliterveyden laiminlyömistä. Edelleen se lisää riskiä sairastua muun muassa sydän- ja verisuonisairauksiin, unettomuuteen ja mielenterveys- ja päihdehäiriöihin. (Hakulinen & Halonen 2020, Karhukorpi & Kreivilä 2020.)

Eläytyen osalliseksi -hankkeessa ylisukupolvinen kuorma on näyttäytynyt vahvasti myös pärjäämisen ja menestymisen kulttuurin siirtymisenä sukupolvelta toiselle. Yhä useammat lapset ja nuoret asettavat koulunkäyntiin ja harrastuksiin liittyviä tavoitteitaan korkealle ja kokevat suorituspainetta menes-



tymisestä opinnoissa ja harrastustoiminnassa matkalla kohti tulevaisuuden ammatillisia ja muita elämän tavoitteita ja unelmia.

Ylisukupolvisuutta ei tule kuitenkaan tarkastella yksinomaan ongelmakeskeisesti. Ylisukupolvinen kuormittuneisuus voi itsetuntemuksen vahvistumisen ja omien voimavarojen löytymisen kautta muodostua myös voimavaraksi. Jokaisen lapsen ja nuoren elämässä voidaan tunnistaa yksilöön ja ympäristöön liittyviä suojatekijöitä, joita on mahdollista edelleen vahvistaa kasvuympäristöissä, kuten varhaiskasvatuksessa, koulus-

## Eläytyminen

Eläytyminen tarkoittaa sanatarkasti itsensä kuvittelemista johonkin tilanteeseen, ympäristöön tai rooliin. Erilaisten asioiden ja tapahtumien tulkinta sisältää ajatuksen jonkin ulkoisen havainnon poimimisesta, sen käsittelemisestä oman ymmärryksen kautta sekä lopuksi lopputuloksen tarjoilemisen eteenpäin vastaanottajana toimivalle. Eläytyminen puolestaan viittaa jonkun toisen asemaan tai todellisuudesta toisenlaiseen tilanteeseen asettumiseen. Eläytyessä osallistuvia voidaan myös pyytää eläytymään tiettyyn tilanteeseen ja esimerkiksi kertomaan, mikä kyseisessä tilanteessa on mahdollista tai millaisia tunteita se herättää. Siinä missä tulkinta on mahdollista ja onnistuu myös ilman eläytymistä, vaatii eläytyminen aina myös tulkintaa.

Eläytymisen menetelmiä on olemassa lukuisia. Niitä ovat esimerkiksi erilaiset draamalliset harjoitteet, taidetta ja luovuutta hyödyntävät menetelmät tai ylipäänsä sellainen yhdessä tekeminen, jota kuvaa luovuus ja innovatiivisuus, toisen asemaan asettuminen sekä tarkemmin määrittelemätön lopputulos.

Luovuutta on meissä kaikissa. Toisilla se näyttäytyy erilaisissa tilanteissa kuin toisilla.

sa ja harrastuksissa perheen ja suvun piiriin lisäksi (Wahlbeck ym. 2017). Jokaisella lapsen ja nuoren kanssa työskentelevällä aikuisella onkin tässä merkittävä tehtävä. Erilaiset ehkäisevät toimet vähentävät merkittävästi esimerkiksi mielenterveyshäiriöiden riskiä lapsilla ja nuorilla, joiden vanhemmalla on jokin mielenterveyshäiriö. Eläytyen osalliseksi -hankkeessa kehitetty osallisuutta edistävä pienryhmätoiminnan malli on ennaltaehkäisevä työmuoto kouluihin ja oppilaitoksiin ylisukupolvisesti kuormittuneiden nuorten tukemiseen.

Jokaiselle on tärkeää saada merkityksellisyiden tunteita, arvostusta ja palautetta tekemisistämme. Osa luovista menetelmistä korvaa puhetta tai sen tarvetta. Toiset puolestaan kannustavat puhumiseen ja ajatusten vaihtoon. Draamallisilla harjoitteilla voidaan esimerkiksi keskittyä ilmaisuun ja äänenkäyttöön tai tunteiden käsittelyyn, samoin kuin musiikkia hyödynnettäessä. Taiteellisilla menetelmillä voidaan vaikuttaa itseilmaisun keinoihin ja lisätä voimavaroja, vahvistaa omien vahvuuksien jäsentämistä. Musiikkia voidaan käyttää myös vapauttamaan energiaa tai luomaan erilaisia tunnelmia. Kuvataiteen tai kädentaitojen menetelmät jättävät tekijälle konkreettisen tuotoksen muistoksi. Rentoutumista tukevat harjoitteet auttavat rauhoittumaan ja oppimaan läsnäolemistä ja pysähtymistä. Eläytymisten keinoilla voidaan rikastuttaa opetusta ja tukea oppimista.

Eläytymistä voidaan hyödyntää monin tavoin osana koulu-, sosiaali- ja nuorisotyötä. Eläytymistä hyödyntävien menetelmien avulla on mahdollista luoda kontrollista vapaata tilaa institutionaalisten piirteiden kuormittavissa rakenteissa. Kontrollista vapaalla tilalla tarkoitetaan tässä aikuis- tai ammattilaislähtöisistä toiveista, merkityksistä ja mää-





rityksistä vapaata tilaa, aikaa ja paikkaa, jossa jokaisella on mahdollista olla oma itsensä, juuri sellaisena kuin on. Kokemuksellinen eläytyminen yhdistettynä toiminnallisuuteen auttavat minäyhteyden kokemuksessa. Yhteisesti eläytyen syntyy kokemuksia, muistoja ja elämyksiä. Elämyksillä on merkityksiä tunteiden herättäjänä ja avaajana. Lisäksi ne tuovat lisää ymmärrystä älyllisen ja tiedollisen kehityksen rinnalle. Eläytyessä syntyvät oivalukset ja yhdessä koetut elämykset vaikuttavat meihin uutta kokemuspohjaa antaen sekä aiempia kokemuksiamme ja muistojamme ja niille antamiamme merkityksiä sivuten.

Tekemisiä Eläytyen osalliseksi -ryhmissä olivat muun muassa kokkailu, askartelu, musiikin kuuntelu tai retkeily. Etätoteutuksissakin välillä kokattiin kaikki omissa kodeissaan ja keskusteltiin leipomisen lomassa. Tekemiseen liittyi aina mukaan jokin hyvinvoinnin teema. Hyvinvoinnin teemoja olivat muun muassa tunteet, terveys ja mielenterveys, itsetuntemus, seksuaalisuus, nukkuminen, ruokailu, perhe, ystävät, väkivalta ja tulevaisuuden suunnitelmat tai niiden puute. Käsiteltäviä teemoja olivat myös koulukäynti ja opiskelu, itsenäistyminen, tulevaisuus ja unelmat. Luonnollisesti varsinkin keväällä 2020 ryhmissä keskusteltiin paljon koronasta ja siihen liittyvistä peloista. ELOS-ryhmissä käsiteltävät teemat ovat jääneet nuorten mukaan kouluissa ja oppilaitoksissa melko vähälle huomiolle.

# PIENRYHMÄTOIMINNAN MALLI

Hankkeen toimintamalli muodostui realistisen arvioinnin (Pawson & Tilley 1997) tuloksena. Realistisessa arvioinnissa tunnistettiin interventioihin liittyvät kontekstit, mekanismit ja tulokset. Realistisessa arvioinnissa on merkityksellistä tunnistaa miten jokin asia tuottaa tuloksia, jopa tärkeämpää kuin se mitä tuloksia saatiin. Tämän vuoksi realistinen arviointi soveltui erinomaisesti hankkeen kokonaisuuden kuvailuun ja tulosten tarkasteluun. Kuviossa 1 esitetään yleisellä tasolla ryhmätoiminnan etenemismalli.

## 1. ENNAKKOVAIHE

- Ryhmä suunnitellaan riittävän ajoissa, esimerkiksi edellisen lukukauden aikana.
- Suunnittelussa huomioidaan ryhmäkertojen ajankohdat ja suunnitellaan niiden ajoittuminen suhteessa lukujärjestyksiin sekä ryhmän kokonaisuudesta.
- Sovitaan ryhmän ohjaajasta ja apuohjaajasta sekä tilasta, jossa ryhmäkerrat toteutetaan. Samalla sovitaan myös muista ryhmään liittyvistä asioista, kuten siitä, oikeuttaako osallistuminen opintojen suoritusmerkintöihin ja millä edellytyksin.
- Toimintaa markkinoidaan mahdollisille osallistujille. Koko yhteisöä tiedotetaan ryhmätoiminnan alkamisesta.



## 2. TOTEUTUSVAIHE

- Toteutetaan yhteensä 10–12 ryhmäkertaa suljettuna ryhmänä.
- Osa ryhmäkerroista voi olla sovittaessa pidempikestoisia, esimerkiksi toteutettavien retkien mahdollistamiseksi.
- Ryhmän sisältöteemat rakennetaan osallistujien kanssa ensimmäisten ryhmäkertojen aikana. Tämän lisäksi ensimmäisillä kerroilla keskitytään luottamuksen ja ryhmäytymisen tukemiseen.
- Ryhmään osallistuneilta kerätään palautetta kokemuksista ja ryhmän toiminnasta. Halutessa voidaan hyödyntää myös valmiita mittareita ryhmän alussa ja lopussa.
- Viimeisellä ryhmäkerralla voidaan pitää päättäjäiset sekä ohjeistaa kuinka osallistuneet voivat halutessaan toimia tulevien ryhmien apuohjaajina tai tuutoreina.



## 3. RYHMÄN JÄLKEEN

- Ryhmäkokonaisuuksien palautteet analysoidaan ja palautteita hyödynnetään tulevien ryhmäkokonaisuuksien suunnittelussa.
- Järjestetään osallistuneille seurantatapaaminen muutaman kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä.
- Aloitetaan seuraavan ryhmäkokonaisuuden suunnittelu

KUVIO 1. Pienryhmätoiminnan eteneminen.

Kontekstit muodostuivat ihmisistä yksilöinä ja ryhmissä, ympäristöstä eli koulusta ja yhteiskunnallisesta tilanteesta (KUVIO 2). Mekanismeja olivat nähdyksi ja kuulluksi tuleminen, itsetuntemus ja kasvu, tulevaisuus ja unelmat, luottamus ja jakaminen, rohkeus olla epävarmuuden äärellä, läsnäolo, inhimillinen aikuinen, aidosti yhdessä, kasvun tukeminen ja osallisuuden edistäminen (KUVIO 3, sivulla 18). Realistisessa arvioinnissa on tärkeää nimetä myös niitä tekijöitä, jotka estivät saavuttamasta tuloksia. Esteet voivat liittyä konteksteihin tai mekanismeihin.

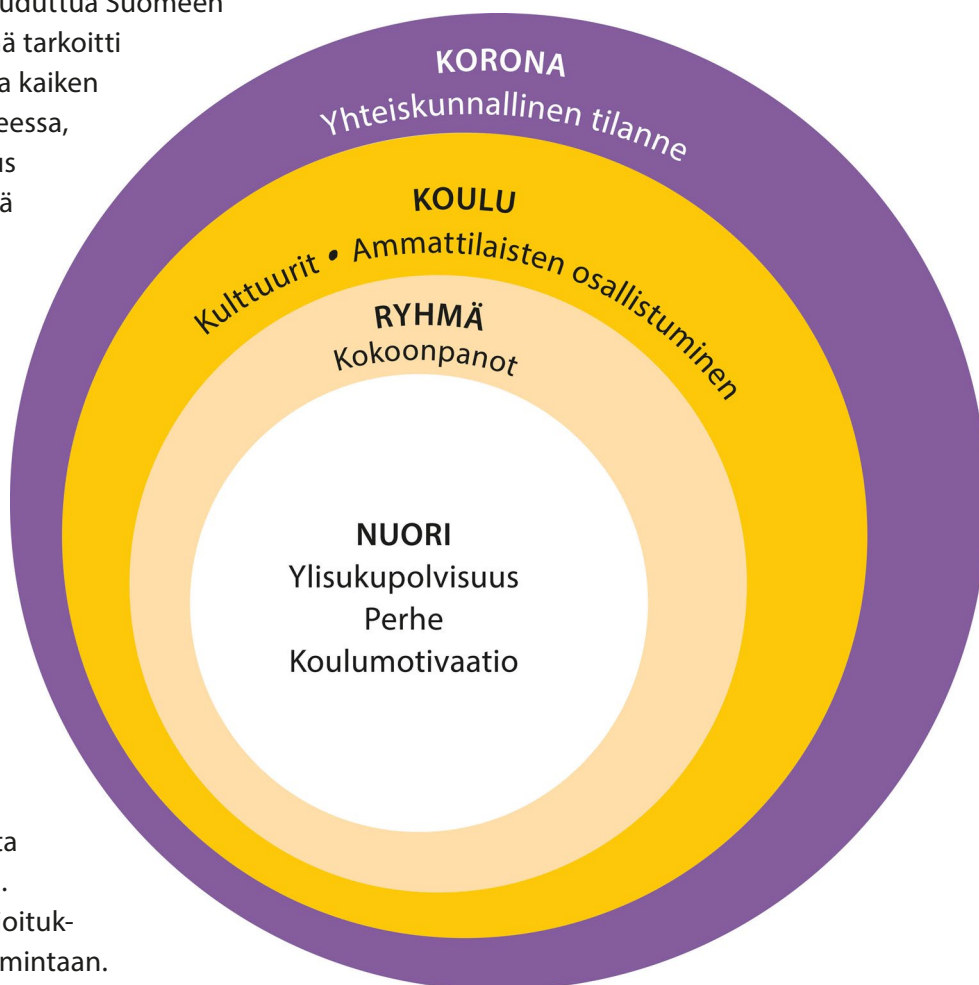
Tulokset muodostuivat toiminnan vaikutuksista. Tuloksia olivat tuen saaminen ryhmästä, tiedon ja uusien näkökulmien saaminen, sosiaalisen verkoston, vuorovaikutustaitojen ja tunnetaitojen vahvistuminen ja itsetuntemuksen sekä itseluottamuksen kasvu (KUVIO 4, sivulla 23). Hyödyllistä on kuvata myös ne tavoitellut tulokset, joihin ei päästy.

## Eläytyen osalliseksi intervention kontekstit

### Koronan kaksi ensimmäistä vuotta, koronakonteksti

**Yhteiskunnallinen tilanne** muuttui merkittävästi koronapandemian jalkauduttua Suomeen maaliskuussa 2020. Tämä tarkoitti siirtymistä etäkouluun ja kaiken kaikkiaan olimme tilanteessa, jossa koettu epävarmuus lisääntyi valtavasti. Tämä ennakoimaton tilanne vaikutti luonnollisesti nuorten maailmaan, mutta myös hankkeen toimintaan, joten koronakonteksti on vahvasti mukana kaikissa osa-alueissa.

Yhteiskunnallisen tilanteen nopea muutos sulkujen ja tilanteen pitkittyessä horjutti nuorten hyvinvointia yleensä, mutta myös kouluhyvinvointia. Etäkoulun jälkeenkin rajoitukset vaikuttivat välillä toimintaan. Opetusryhmiä ei saanut sekoittaa, tai kouluun ei saanut tulla vierailijoita, tai oppilaat vierailla yhteistyökumppaneiden luona.



KUVIO 2. Intervention osatekijät ja ympäristö eli kontekstit.



Koulun yhteisöllisyyttä edistävien tapahtumien järjestäminen oli hankalaa, välillä mahdotonta. Juhlat ja rituaalit katosivat. Lisäksi kouluilla oli erilaisia linjauksia sen suhteen, kuinka paljon kouluilla oli mahdollisuus järjestää toimintaa.

Korona aiheutti osalle oppilaista oppimisvajetta. Tämä tunnistettiin laajasti koulun ai-

## Koulu

**Koulukontekstiin** liittyy fyysisesti koulu ja opiskelu, mutta myös koulujen toimintakulttuuri ja sen henkilökunta. Koulujen oli tarkoitus toimia interventioiden fyysisinä toteutuspaikkoina ja pääsääntöisenä ympäristönä nuorten kohtaamiselle. Koulukonteksti on erottamattomasti yhteydessä koronakontekstiin.

Tampereen yläkoulut olivat toimintakulttuuriltaan sekä oppilasjoukoltaan monenlaisia.

kuisten ja osin osallistuvien nuorten toimesta. Etenkin nuoret, joilla oli entuudestaan oppimisvaikeuksia tai vuorovaikutuspulmallisuutta, kärsivät koulun aikuisten kokemusten mukaan eniten.

Oli kouluja, joissa koulujen **toimintakulttuuri** tukee hyvää suoriutumista kokeista ja tehtävistä. Osassa kouluja oppilaiden menestyminen kouluarvosanoilla oli melkoisen hyvää. Niissä kouluissa nuoret ja koulun työntekijät toivat esiin vaativuuden kouluarvosanojen suhteen. Koulujen toimintakulttuuri tai eetos tukivat hyvää suoriutumista kokeista ja tehtävistä, mikä osalle oppilaista heijastui suorituspainena. Arviointi oli vahvasti läsnä nuorten arjessa, esimerkiksi yhteishaku





koettiin kuormittavana riippumatta siitä, minkälaisessa koulussa nuori oli. Koulun ja oppimiseen liittyvä vaativuus ja kuormittuneisuus nousivat toistuvasti esiin nuorten hyvinvointia heikentävänä tekijänä. Mukana oli myös kouluja, joissa vaativuuden kulttuuri ei noussut esiin.

Koulukontekstiin sisältyy myös koulun henkilökunta, jotka olivat mahdollistamassa interventioiden toteutumista. Koulujen henkilökunta on koronan aiheuttaman tilanteen vuoksi myös erittäin kuormittunutta. Tämä on liittynyt monissa kohtaa siihen, miten koulujen on ollut mahdollista osoittaa omaa henkilöstöään mukaan hankkeen toimintaan. Koulun ammattilaisten mukana olo näytti vaikuttavan erityisesti siihen, miten nuoret tulivat tai pysyivät ryhmässä. Koulun tuttu aikuinen helpotti monen nuoren mukaan lähtemistä. Lisäksi **koulun ammattilaisen osallistuminen** ryhmään tarkoitti usein si-

## Nuoret

Hankkeen toimintaan osallistui pääsääntöisesti vähintään 15-vuotiaita, 8.–9. luokkalaisia, lukiolaisia, ammattikoululaisia ja ammatikorkeakouluopiskelijoita. Nuorten taustoja ei selvitetty systemaattisesti, vaan ryhmiin valikoitui nuoria heidän oman kiinnostuksensa mukaan sen jälkeen, kun he olivat saaneet tietää ryhmän toiminnasta ja tavoitteista. Tämän lisäksi ryhmään osallistumista saattoi suositella erityisopettaja, ryhmänohjaaja, kouluvalmentaja tai rehtori. Joissakin kouluissa ryhmään suositeltiin juuri tiettyjä nuoria, kun oli tunnistettu nuoren elämässä olevia haasteita. Oli myös ryhmiä, joissa oli tunnistettu esimerkiksi koko luokalla olevan hankkeen tavoitteisiin liittyviä haasteita ja ryhmäksi muodostui koko luokka. Kaikkien nuorten vanhemmilta oli suostumus ryhmään osallistumisesta. Nuoret saivat itse kertoa taustoistaan sen minkä halusivat ja tuoda

tä, että tilat ja mahdolliset varaukset olivat kunnossa. Koulun ammattilaisen ja hankkeen asiantuntijan yhteistyö oli usein työnohjauksellista reflektointia koulun arkeen liittyvistä asioista.

Koulujen välillä on eroa siinä, millainen ryhmätoiminnan kulttuuri niissä on. Mukana oli kouluja, joissa ei ollut hankkeen tapaisen ryhmätoiminnan kulttuuria. Näissä kouluissa ryhmää suunniteltiin huolellisesti ja erilaisia vaihtoehtoja punnittiin. Koulukohtaisen suunnittelun myötä toteutuksista tuli hyvin monenlaisia. Koulujen rehtoreilla tai vararehtoreilla oli iso rooli toiminnan suunnittelussa ja toteutumisessa. Heidän tukensa osoitautui varsin merkitykselliseksi siinä, miten toiminta lähti käyntiin ja pysyi yllä. Ryhmien suunnittelussa oli, hieman koulusta riippuen, mukana rehtorit, erityisopettajat, kouluvalmentajat ja/tai oppilashuollon henkilöstö.

itsensä näkyväksi juuri sellaisina kuin kokivat turvalliseksi kyseisessä ympäristössä.

Hankkeen tavoitteena oli tavoittaa nuoria, joilla on ylisukupolvista kuormaa. Hankkeen merkittävimpiä tuloksia olikin se, että nuoret kuvasivat ylisukupolvisen kuorman olevan muutakin, kuin mitä perinteisesti ajatellaan sen olevan. Nuoret kuvasivat tällaisen ylisukupolvisen kuorman olevan vaativuuteen, menestymiseen ja kouluttautumiseen liittyviä paineita. Nuoret kokivat, että kaikilla oli omasta taustastaan nousevaa painolastia, jota he kantoivat mukanaan. Lisäksi nuoret kuvasivat kuormittavina tekijöinä aikaamme liittyviä globaaleita ja yhteiskunnallisia haasteita kuten ilmastoahdistusta, koronaan liittyvää epävarmuutta, tai uusimpana sodan pelkoa.

Ryhmäinterventioihin osallistuneiden nuorten sosioekonomiset taustat olivat hyvin moninaisia. Esiin nousseita teemoja, joista nuoret halusivat puhua, liittyivät perhesuhteisiin kuten vanhemman yksinhuoltajuuteen, uusperheisiin, omaan ja läheisten mielenterveyteen, päihteiden käyttöön ja taloudellisiin tekijöihin. Suhdetta vanhempiinsa nuoret kuvasivat pääasiallisesti hyväksi ja toimivaksi. Osa kaipasi etäällä asuvaa vanhempaa ja yhteyttä häneen. Isovanhemmista nuoret puhuivat vain vähän. Joissakin ryhmissä nuoria puhututti kokemukset uusperheistä. Näihin kokemuksiin saattoi liittyä vaille jäämisen kokemuksia ja kommunikaatiovaikeuksia.

Osalla nuorista oli mahdollista harrastaa koulun ulkopuolella jotakin, mutta osalla ei tähän taloudellisista syistä ollut mahdollisuuksia. Useimmilla oli merkityksellisiä ystävyyssuhteita. Tosin puheissa oli läsnä myös koettu yksinäisyys ja kiusatuksi tulemisen kokemukset.

Riippuen hieman koulusta, nuorista suurin osa saattoi olla kulttuuritaustaltaan muualta kuin Suomesta. Nuorilla saattoi olla kielellisen osaamisen lisäksi muitakin kommunikaatioon liittyviä tekijöitä, jotka olivat arjessa läsnä.

Ryhmien välillä oli jonkin verran eroja koulunkäyntiin liittyvän motivaation ja koulunesteyksen suhteen. Nuoret, joilla oli heikko **koulumotivaatio** ja -menestys, eivät keskustelleet vanhempiensa kanssa koulunkäynnistä, ja vanhempien suhtautuminen kouluun kohtaan saattoi olla kriittistä, lähinnä koulus-

## Ryhmä

**Ryhmät** kokoontuivat pääsääntöisesti lähitapaamisina, koska hankkeen ydinajatus oli nuoren näkyväksi ja kohdatuksi tuleminen, mutta koronasulkujen aikana oli myös verk-

sa esiintyneiden ongelmien vuoksi. Toisaalta vanhempien työttömyys ja kouluttautumattomuus saattoi herättää nuorissa ahdistusta oman tulevaisuuden suhteen. Nämä nuoret kuvasivat tulevaisuuttaan epämääräisenä, kun heillä ei ollut mitään ajatusta siitä, mitä he voisivat tehdä tai missä he olisivat hyviä. Näitä nuoria yhdisti myös heikko luottamus kouluun instituutioon, joka näkyi heikkona luottamuksena koulun henkilökuntaa kohtaan. Toisissa ryhmissä oli päinvastainen kokemus koulusta ja koulun aikuisista, vaikka koulunkäynti sinällään olisikin koettu epämieluisaksi. Koulun saattoi kokea mieluisaksi sellaisetkin nuoret, jotka olivat kokeneet koulussa kiusaamista. Nuorten kokemukset koulun ilmapiiristä vaihtelivat paljon, kuten myös se miten paljon nuoret vaativat itseltään. Vaativuutta itsessään tunnistaneeet nuoret olivat vaativia myös opettajia ja kouluyhteisön muita ammattilaisia kohtaan.

Useilla nuorilla oli keskittymisvaikeuksia, väsymystä ja karkeaa kielenkäyttöä. Osalla myös hyvin rajatonta käyttäytymistä. Tytöt tunnistivat usein ahdistusoireita, mielialan laskua ja univaikeuksia. Osa nuorista saattoi nukkua vain muutaman tunnin yössä, koska eivät saaneet unta. Neuvottomuus omasta hyvinvoinnista, kuten ravitsemuksesta huolehtimisesta, kuvasi nuorten arjessa selviytymistä. Osa nuorista oli säännöllisesti mukana myös muissa ryhmissä, kuten koulukiusattujen tukiryhmässä tai koulun muussa pienryhmätoiminnassa. Lisäksi nuorilla saattoi olla pysyviä hoitokontakteja terveydenhuoltoon.

kotapaamisia. Ryhmäkooksi oli suunniteltu 15 nuorta/ryhmä. Tämä osoittautui kuitenkin liian suureksi luottamuksen rakentumisen ja kohtaamisen näkökulmasta. Liian suuri ryh-

mäkoko korostui etenkin koronan alettua, koska toteutuksia siirrettiin verkkoon ja koronan edelleen jatkuessa hyödynnettiin tapaamisissa hybridimallia. Välillä tavattiin kasvokkain, välillä verkossa ja aina ei tiedetty mikä oli seuraavalla viikolla mahdollista. Ryhmistä jäi tyypillisesti pois sellaiset nuoret, jotka eivät kokeneet verkkoympäristöä luontevaksi ympäristöksi osallistua, heillä saattoi olla korkea kynnys mikrofonin avaamiseen ja keskusteluun osallistumiseen, verrattuna lähitapaamisten vuorovaikutusaktiivisuuteen. Ryhmäkoko vaihteli neljästä noin kolmeenkymmeneen. Suurimmat ryhmät muodostuivat kokonaisista oppilasryhmistä. Suurimpien ryhmien toteutustapa oli usein sellainen, että toiminnassa jakaannuttiin pienryhmiin. Ammattikorkeakoulun ryhmä oli toteutukseltaan erilainen verrattuna nuorempien osallistujien ryhmiin. Optimaalinen ryhmäkoko oli 8–12 nuorta riippuen hieman millaiseksi ryhmän dynamiikka muodostui.

Lisäksi toiminnan alussa ohjaajat huomasivat nuorten kaipaavan luottamuksellisempaa aikuisten kohtaamista, jolloin tämäkin vahvisti sitä, että alkuperäinen ryhmäkoko oli ollut liian optimistinen. Eräissäkin ryhmässä, joka muodostui sukupuolen mukaan suuri (12 nuorta) ryhmäkoko oli haastava varsinkin ryhmän alkuvaiheessa, ennen kuin nuoret rauhoittuivat ryhmään. Pienemmällä ryhmäkoolla onnistuttiin sitouttamaan nuoria pysymään ryhmässä koko toteutuksen ajan. Jonkin verran ryhmäprosessiin vaikutti se, että ryhmiin saattoi tulla lisää nuoria vielä muutaman ensimmäisen kerran jälkeenkin. Toisaalta nuoret olivat melko joustavia sen suhteen, että kaikki eivät päässeet joka kerta osallistumaan. Hankkeessa toteutettiin myös lyhytkestoisempia ryhmiä, joihin saattoi osallistua koulun yhden vuosiluokan kaikki oppilaat ja heidän kanssaan keskusteltiin hankkeen teemoista.

Ryhmiä muodostettiin monin eri tavoin. Ryhmiä oli muun muassa ”näkyättömille” nuorille, joilla oli esimerkiksi suorituspainetta koulun ja koulumenestyksen suhteen, tai jotka oireilevat sisäänpäin. Muutama ryhmä kohdistettiin nuorille, joilla oli paljon poissaoloja ja heidän toivottiin löytävän kouluun ryhmän avulla. Tässä myös ajoittain onnistuttiin. Lisäksi muutama ryhmä päätettiin toteuttaa koko luokalle, koska oli tunnistettu tarve hankkeen mukaiseen toimintaan. Näiden ryhmien kanssa hankkeen teemat ja opiskeltavat aiheet yhdistettiin.

Ryhmissä, jotka eivät olleet kohdistettuja suoraan tietylle joukolle, tapahtui jonkin verran katoa. Katoa tapahtui myös sellaisissa ryhmissä, joissa oli mukana kovin erilaisia nuoria, kuten esimerkiksi haastavasti käyttäytyviä ja vetäytyviä samassa ryhmässä. Poisjääneitä olivat vetäytyvät nuoret, toisessa ryhmässä vastavasti poisjääneet oppilaat olivat kaikki taustaltaan maahanmuuttajataustaisia. Oli ryhmiä, jotka olivat avoimia kaikille kiinnostuneille. Ryhmää markkinoitiin kiertämällä kaikki koululuokat läpi kertomassa ryhmästä ohjaajien kanssa. Ryhmät saattoivat muodostua myös sukupuolen mukaan, järjestettiin sekä tyttöryhmiä että poikaryhmiä. Eräissäkin koulussa tyttöryhmän suosio yllätti sekä koulun että hankkeen työntekijät. Nuoret kokivat tärkeäksi mahdollisuuden tällaiseen ryhmään.

Ryhmien onnistumiseksi ennen varsinaisen ryhmän alkua työskenneltiin yhdessä koulun ammattilaisten kanssa. Yhdessä jäsennettiin ryhmän tarve, sovittiin ohjaajat, ryhmän markkinointitavat, päätettiin toteutustapa- ja aika, tilat, opettajien tiedottaminen ja käytettävät resurssit. Joissakin kouluissa keskusteltiin myös aineiden opettajien kanssa siitä, mitä he ryhmätoiminnasta toivoivat, kuten terveystietoon, yhteiskuntaoppiin ja kieliin liittyen. Ennen varsinaisen ryhmän alkua käytettiin aikaa myös ohjaajien tutustumiseen ja ryhmäytymiseen. Työparin dynamiikan tulee toimia ja eduksi oli, jos ohjaajat olivat

## Ryhmän vaiheet

Ensimmäisen tapaamiskerran ajat vaihtelivat, mutta aamu koettiin optimaaliseksi. Nuoret usein jännittivät ryhmää, joten tapaaminen aamulla poisti jännitystä päivästä. Tämä oli tärkeää myös ohjaajien sanoittaa. Ensimmäisellä kerralla tutustumisen lisäksi sovittiin ryhmän säännöistä, jotka myötäilivät hankkeen ideologiaa. Tämä tarkoitti, että nuori sai olla juuri oma itsensä, toisten puhumat asiat jäävät ryhmään, mitään ei ole pakko tehdä, vaikka ohjaajat kannustavatkin. Ryhmässä arvostetaan ja kunnioitetaan, osoitetaan että kuunnellaan ja harjoitellaan puhumista sekä ryhmän toimintaan sitoudutaan. Lisäksi sovittiin puhelimen käytöstä ja tauoista. Osassa ryhmiä erityisen haastavaa oli rauhoittuminen, puhelimen poislaitto ja yhteiseen keskusteluun osallistuminen.

Ensimmäisillä kerroilla tutustuttiin ja suunniteltiin yhdessä mitä nuoret haluavat tehdä ja mitä teemoja käsitellä. Tähän käytettiin apuna esimerkiksi mentimeteriä, johon on syötetty erilaisia nuoria pohdituttavia teemoja. Kiinnostuksen kohteiden kuuleminen jatkui läpi intervention, koska luottamuksen rakentuessa, myös uusia asioita tuli näkyviin. Yhdeksi alkuvaiheen tekemiseksi muodostui ns. vaahtokarkkihaaste, jossa nuoret raken-

erilaisia. Tällöin ryhmässä mahdollistui herkemmin erilaisten nuorten kohtaaminen. Erityisen paljon haasteita ryhmän toteutumiselle muodostui tilanteissa, joissa ryhmää ei aikataulutettu ennen ryhmän alkua kokonaisuudessaan, vaan koulun toiveesta sovittiin, että aikataulut katsottiin aina muutamaksi viikoksi eteenpäin. Samaisen ryhmän haasteeksi muodostui myös se, että koululta ei löytynyt ryhmälle samaa tilaa ja tilavarausten kanssa oli haasteita. Lisäksi koululla ei ollut yleisesti tiedossa mistä ryhmästä oikeastaan edes oli kyse.

sivat spagetista, vaahtokarkeista, langasta ja teipistä mahdollisimman korkean rakennelman. Tämä helpotti usein jännitystä ja vapautti tunnelmaa. Lisäksi Unelmien koulupäivä -harjoitus, oli keino jäsentää sitä, mitä nuoret halusivat ryhmässä tehdä. Useimmiten ne olivat toiminnallisia asioita.

Ryhmässä, joissa oli mukana ammattikorkeakouluopiskelijoita, käsiteltiin erityisesti tunteita, tunteiden säätelyä ja tunteiden käsittelyä. Opiskelijat lisäksi koodasivat näihin teemoihin liittyviä peliaihioita. Tämän lisäksi joidenkin opiskelijoiden kanssa keskusteltiin kahden keskenkin. Nuorten kanssa käydyskeskusteluissa esiin nousseet vahvuudet pystyttiin ryhmä edetessä palauttamaan ja tekemään näkyväksi nuorille yleisemmällä tasolla. Täten pyrittiin vahvistamaan nuoren itsetuntoa ja osallisuuden kokemusta ryhmässä.

Nuorten kokemuksissa tärkeää oli selkeä ryhmän rakenne, jota määrittivät yhteisesti sovitut pelisäännöt ja ennakoitava ryhmäkerän kulku. Merkityksellistä oli saada vaikuttaa ryhmän työskentelytapoihin ja sisältöön koko ryhmäprosessin ajan. Ryhmät alkoivat aina yhteisellä kohtaamisen hetkellä, jossa



kaikki saivat sanoa sen mitä halusivat, pakko ei ollut. Ohjaajat kysyivät, vaikka nuori ei aina vastannutkaan.

Suurimmalle osalle tapaamisia oli varauduttu jonkinlaisella aamiaisella tai välipalalla, joka tarjosi mahdollisuuden asettua ryhmään pienen syömisen kera. Vaihtoehtoisesti ryhmäkerralla saatettiin kokata yhdessä jotakin. Maksuton ruokailu tai kokkailu olivat nuorille erityisen merkityksellisiä.

Keskustelu oli nuorten kokemuksissa aktiiviteeteista keskeisin. Se mahdollisti omien kokemusten ja ajatusten jakamisen ryhmässä. Keskustelun tukena käytetyt kuvakortit ja teemoihin johdattelevia tehtävät, kuten verkostokartan tai unelmakartan piirtäminen olivat nuorille mieluisia aktiviteetteja. Muita tärkeäksi koettua toimintaa olivat erilaiset pelit ja leikit, käsillä tekeminen, yhdessä ulkoilu sekä kokemusasiatuntijoiden vierailut. Osassa ryhmäprosesseja oli koronatilanteesta riippuen mahdollista tehdä koko päivän tai osan päivää kestäviä retkiä oman koulun ulkopuolelle, minkä nuoret kokivat myös tärkeäksi tapahtumaksi ryhmäprosessissa.

Koronan suljettua koulut yhdessä ryhmässä huomattiin muuttuneen tilanteen aiheuttavan nuorilla huomattavasti kouluun liittyvää stressiä. Tämän seurauksena tapaamisissa jäsennettiin koulutehtäviä, hankittiin tarvittavat työskentelyvälineet koulusta sekä tuettiin selviytymään etäkoulusta, esimerkiksi laajojen tehtävien tekeminen stressavassa tilanteessa saattoi tuntua mahdottomalta. Ryhmä muuttui melko strukturoiduksi, mutta palveli äkillisesti muuttuneessa tilanteessa nuoria.

Useimmiten kertoihin sisältyi läsnäoloharjoituksia, koska niiden huomattiin vahvistavan läsnäoloa ja tietoisuutta itsestä osana ryhmää ja tilaa sekä säätelemään vireystilaa. Joissakin ryhmissä huomattiin myös, että

erilaisten paperitehtävien työstäminen toimi vastaavana läsnäoloa tukevana toimintona.

Ryhmissä tehtiin asioita yksin ja yhdessä. Nuoret saivat kokemuksen itsenäisestä toimimisesta, vaikka ryhmä olikin lähellä ja toisaalta saivat kokemuksen myös ryhmässä tekemisestä. Yksin tekeminen mahdollisti ohjaajan kanssa pienet yksilöllisemmät keskustelut, joihin huomattiin nuorilla olevan iso tarve. Olemisen ja puheen tapa saattoivat olla päinvastaisia kuin ryhmässä. Toisaalta näissä keskusteluissa saattoi tulla näkyväksi nuoren viestimä luottamuksen puute aikuisia kohtaan, joka ei ryhmäprosessin aikana välttämättä aina muuttunut.

Ryhmät vaihtelivat paljon sen suhteen, miten paljon niissä oli puhetta tai tekemistä. Ryhmien keskustelua monipuolistivat ulkomaalaistaustaiset nuoret. He toivat usein mukaan erilaisia näkökulmia seurustelusta, perheestä ja juhlapäivistä. Ajoittain ilmenneet kielelliset haasteet ennemminkin tiivistivät ryhmää, kun kaikki yhdessä yrittivät löytää sanoja auttaakseen nuorta löytämään ilmaisen ajatuksilleen.

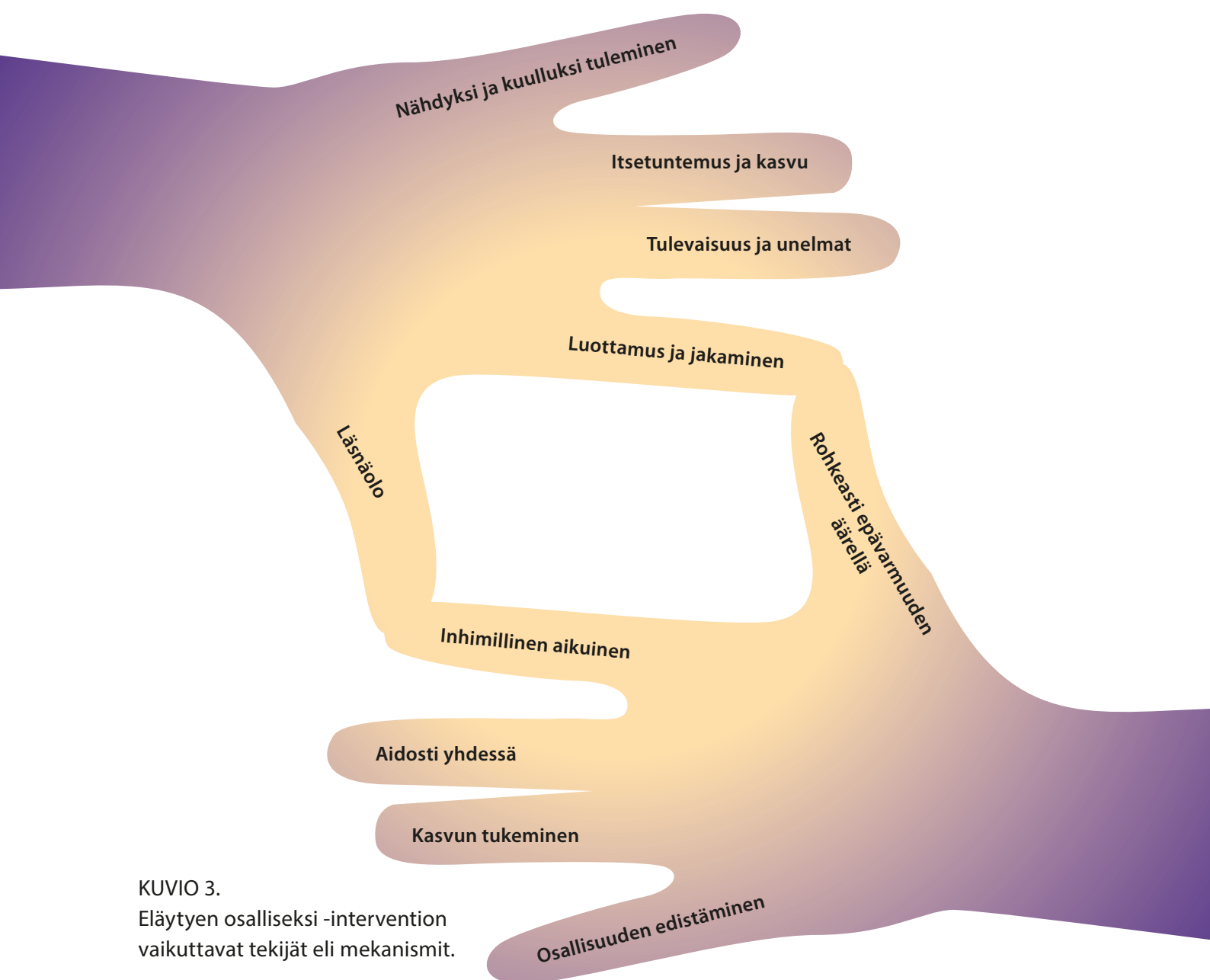
Tärkeä osa kaikkien tapaamisien loppua oli tunnelmakierros. Tunnelmakierroksen ajatus on ollut myös sitouttaa kohti seuraavaa tapaamista. Joissakin ryhmissä tavaksi muodostui se, että ohjaaja piti alustuksen nuorten esiin nostamasta teemasta, jonka jälkeen asiasta keskusteltiin yhdessä useimmiten jonkun tekemisen lomassa.

Viimeisellä tapaamisella vedettiin yhteen koko prosessia. Juhlittiin myös yhdessä koettua. Lopettamistyölle oli varattu suunnitellusti aikaa, jotta erilaiset tunteet oli mahdollista käsitellä yhdessä. Lisäksi nuorten kanssa keskusteltiin siitä, kenen puoleen voi jatkossa kääntyä, kun on mielellä asioita. Monet nuoret viestittivät toivetta, että tällainen ryhmätoiminta voisi jatkua koko peruskoulun

loppuun asti. Toisaalta osalle ryhmän päätyminen oli luonteva ajankohta jäädä pois toiminnasta, joskin joillakin kouluilla toimintaa pystyttiin jatkamaan. Kevään 2020 aikana toteutuneille ryhmille oli melko tyypillistä, että ne jatkuivat koronan aiheuttaman koulusulun jälkeen lukukauden loppuun osallistujien toiveesta.

## Intervention mekanismit

Keskeisintä interventioissa oli se, että nuoret saivat itse suunnitella ja nostaa esiin itselleen tärkeitä asioita. Tärkeät asiat olivat sekä tekemistä että puheenaiheita. Tämän lisäksi nuorten kanssa päätettiin yhdessä, miten asiat tehdään. Miten tekeminen olikin koko toiminnan ydinasia. Tavoitteisiin pyrittiin luomalla turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri. Eläytyen osalliseksi nimensä mukaisesti pyrki auttamaan nuoria kokemaan **kohdatuiksi, kuulluiksi ja nähdyiksi tulemista**. Tavalla, johon nuoret olivat itse halukkaita ja valmiita.



KUVIO 3.  
Eläytyen osalliseksi -intervention vaikuttavat tekijät eli mekanismit.

## Vahva ammattitaito

Jokainen pidetyistä interventioista oli erilainen. Tämä vaati aikuisilta vahvaa ammattitaitoa luottaa siihen, että oma aikuisuus kantaa nuorten kanssa ja välillä haastassa. Haastaminen liittyi useimmiten ryhmien alkuvaiheeseen, kun luottamusta vielä rakennettiin. Lisäksi nuorten epävarmuus sitoutua ryhmään ja luottaa aikuiseen saattoivat haastaa aikuista. Käytettävissä oleva aika saattoi aiheuttaa myös haasteita, esimerkiksi kokoontumisaika osoittautui useimmiten lyhyeksi, jos nuoret olivat keskustelevia. Toisaalta joissakin ryhmissä lyhyempi ryhmäkerta edisti joidenkin nuorten sitoutumista. Ryhmien välillä oli paljon eroa sen suhteen, miten paljon he tuottivat toiveita ja ideoita ryhmän sisällöiksi.

Verkkoon siirtyneet toteutukset haastoivat suunnittelemaan toiminnan ja aikataulutuksen uudelleen, kun nuorten kanssa suunniteltu toiminta muutettiin verkossa toteutettavaksi. Verkkototeutus lisäsi joissakin ryhmissä keskustelua.

Mitä paremmin ohjaajat tutustuivat toisiinsa hankkeen aikana sitä paremmin, tuntuu ryhmätkin toimivan ja luottamuksellinen ilmapiiri välittyi myös nuorille. Lisäksi aikuisten välinen yhteistyö oli jouhevampaa ja jokaisella muodostui omat roolinsa ajan myötä.

## Nuoria varten, nuorten kanssa

Keskeisiä elementtejä ohjaajuudessa oli tulla nuorta lähelle ja tarjolle, olla hetkessä nuoria varten. Toisaalta myös aistia sitä miten paljon nuori tarvitsee tilaa ja antaa nuoren säädellä etäisyyttä. Ryhmänohjaamisen ja kohtaamisen taidot olivat ohjaajan toiminnan ydintä. Ryhmänohjaaja oli osa ryhmää, ohjaaminen ei tapahtunut etäältä seuraamalla. Nuori sai ryhmänohjaajan elämäkokemuksen käyttöönsä ryhmien aikana, samaan tapaan kuin ryhmän ohjaaja sai nuorten elämäkokemuksen käyttöönsä. Ehdottomia periaatteita oli arvostus, kunnioitus ja luottamus. Vastuu ryhmästä oli aina aikuisella, vaikka ilmapiiri olikin tasavertainen.

## Turvallisuus ja luottamus

Sosiaalinen koreografia muodostui osallistujien asettumisesta suhteeseen toistensa kanssa, turvallisessa tilassa. Tämä mahdollisti tasavertaisen kohtaamisen ja luottamuksellisuuden. Turvallisessa ryhmässä pyrittiin **rakentamaan osallisuuden kokemusta** ja tämän mahdollistumiseksi ryhmän oli oltava riittävän vahva.

Luottamusta ja turvallista tilaa pyrittiin rakentamaan myös tilallisilla ratkaisuilla. Tapaamisissa pyrittiin istumaan muualla kuin pulpeteissa, jotta oli mahdollista tulla lähemmäksi toisia myös kehollisesti. Ringissä toimiminen ainakin ryhmän aluksi ja lopuksi on pyrkinyt vahvistamaan ryhmän jäsenten tasa-arvoisuutta ja on toki mahdollistanut paremmin myös katsekontaktin. Kaikille ringissä oleminen ei ollut helppoa. Tähän piti kiinnittää huomiota, että toiminta alkaa vasta kun kaikki ovat asettuneet. Keskustelu pidettiin avoimena ja mahdollisimman luontaisena niin, ettei puheenvuoroa tarvinnut pyytää esimerkiksi viittaamalla. Ohjaajat pyrkivät kiinnit-

tämään huomiota nuoreen heti, kun hän tuli tilaan ja toivottamaan tervetulleeksi ja osoittamaan nähdyksi tulemisen.

Isommissa ryhmissä haastavaksi ajoittain osoittautui keskittyminen tekemiseen ja itsenäiseen pohdintaan. Suuremmissa vilkkaissakin ryhmissä prosessin aikana oli nähtävissä luottamuksen rakentumista, kun nuoret uskaltautuivat **dialogiin** aikuisten kanssa. Vastaavasti ryhmät, jotka jäivät osallistujamääriltään pieneksi, mahdollistui yksilölliset keskustelut esimerkiksi tulevaisuudesta ja koulukiusaamisesta. Etätoteutuksena toteutuneet ryhmät olivat epävakaita osallistujamäärien suhteen. Nuoret sitoutuivat heikommin ryhmiin, jotka toteutuivat verkossa. Toisaalta nuoret, joille verkossa keskustelu ei tuntunut vaikealta ja oli ehkä jopa helpompaa kuin fyysisessä kohtaamisessa tuottivat ryhmissä avoimesti puhetta mm. elämäntilanteestaan koronaan liittyen. Avoimuuteen saattoi vaikuttaa sekin, että nuorilla oli vähemmän kontakteja opettajiin ja aikuisia siten vähemmän elämässä.

## Intervention tulokset

Eläytyen osalliseksi -hankkeen ryhmäintervention vaikutuksia arvioitiin useilla tavoilla hankkeen aikana. Nuorten hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemuksia kartoitettiin ryhmäintervention alkaessa ja päättyessä myös kyselylomakkein. Hyvinvoinnin kartoittamisessa käytettiin geneeriseen KINDL-R-mittariin kuuluvaa KiddoKINDL-lomaketta, joka on tarkoitettu alle 18-vuotiaiden nuorten terveyteen liittyvän elämänlaadun arviointiin. Osallisuuden kokemuksen arvioinnissa käytettiin Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämää Osallisuuskyselyä, joka on osallisuuden kokemusta mittaavan osallisuusindikaattorin sovellus. Hankkeen alkuvaiheessa toisella asteella kokeiltiin myös työ- ja toimintakyvyn itsearviointiin tarkoitettua Kykyviisarikyselyä. Kyselylomakkeilla kerätty, analysoinnin ehdot täyttävä aineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin IBM SPSS Statistics 26 -ohjelmistoa käyttäen.

Nuorten kokemusten kartoittaminen kyselylomakkeilla osoittautui hankkeen aikana varsin haasteelliseksi. Valtaosa nuorista koki lomakkeiden täyttämisen vaikeaksi, osa turhauttavaksi. Osa nuorista kieltäytyi täyttämästä lomakkeita lainkaan tai hyväksyi ainoastaan aloituslomakkeen täyttämisen. Osa palautetuista kyselylomakkeista oli täytetty puutteellisin tiedoin, eikä niiden tilastollinen analysointi ollut mahdollista. Lomakkeiden täyttäminen ja palauttaminen anonymisti ja tietoturvallisesti oli myös korona-ajan etätoteutuksissa mahdotonta. Kyselylomakkein kerätty aineisto jäi siis suppeaksi hankkeen osallistujamäärään nähden, mikä vähentää aineiston merkitystä intervention tulosten arvioinnissa. Kyselylomakkeilla kerätyn aineiston keskeisimpiä havaintoja raportoidaan kuitenkin tässä lyhyesti.

Nuorten terveyteen liittyvä elämänlaatu näyttäytyi KiddoKINDL-kyselylomakkeen perusteella kokonaisuutena keskinkertaisena (ka 3,33) ryhmäintervention alkaessa. Kyselyn vastaajajoukko jäi melko pieneksi (n=38) eikä vastannut taustamuuttujiltaan täysin hankkeen koko osallistujajoukkoa. KiddoKINDL-kyselyyn vastanneet nuoret olivat pääasiassa yläkouluikäisiä (n=29) ja valtaosin tyttöjä (n=32). Näin ollen tuloksia ei voida yleistää hankkeen koko osallistujajoukkoon. Kyselylomakkeessa nuoren



terveyteen liittyvän elämänlaadun kokonaisuuteen sisältyvät fyysisen hyvinvoinnin, tunne-elämän hyvinvoinnin, itsetunnon, perheen, kaverisuhteiden ja koulunkäynnin osa-alueet. Kyselylomakkeessa elämänlaatua arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla, jossa yksi tarkoittaa heikointa mahdollista elämänlaatua ja viisi parasta mahdollista elämänlaatua (Ravens-Sieberer & Bullinger 2000).

Aloituskyselyssä terveyteen liittyvän elämänlaadun osa-alueista perhe arvioitiin hiukan yllättäen vahvimaksi osa-alueeksi (ka 4,08). Seuraavaksi vahvimaksi nuoret arvioivat kaverisuhteisiin liittyvän elämänlaadun (ka 3,86) sekä tunne-elämän elämänlaadun (ka 3,53). Heikoimmiksi elämänlaadun osa-alueeksi nuoret arvioivat itsetunnon (ka 2,62) ja koulunkäynnin (ka 2,65). Nuorten ylisukupolvisen kuorimittuneisuuden liittyvät haasteet eivät tässä vastaajajoukossa siis näyttäytyneet kokemuksena haasteista perhesuhteiden osa-alueella kyselylomakkeen vastausten perusteella. Sen sijaan nuorten heikohkoiksi arvioimat itsetunnon ja koulukäynnin osa-alueet antoivat viitettä siitä, että ryhmäinterventiota onnistuttiin kohdistamaan nuorille tarkoituksenmukaisesti toiminnan tähdättyä osallisuuden kokemuksen parantamiseen kouluuyhteisössä sekä nuorten itsetuntemuksen ja voimavarojen vahvistamiseen. Seurantakyselyn aineistossa kaikkien terveyteen liittyvän elämänlaadun osa-alueiden keskiarvot olivat aloitustilannetta korkeammat. Tämän voidaan arvioida antavan viitettä ryhmäintervention vaikutuksesta nuorten hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemuksen paranemiseen.

Nuorten osallisuuden kokemuksen arvioinnissa käytetty Osallisuuskysely antoi myös viitteitä hankesuunnitelman mukaisen kohderyhmän tavoittamisesta ryhmäinterventioihin. Osallisuuskysely käsittää kymmenestä väittämästä muodostuvan osallisuusindikaattorin, jonka väittämät kartoittavat kuulumisen kokemusta, vuorovaikutussuhteissa rakentuvaa merkityksellisyyden kokemusta sekä uskoa omiin mahdollisuuksiin. Osallisuusindikaattorissa osallisuuden kokemukseksi lasketaan summapistemuuttuja, joka saa arvon 0–100 korkeimman pistemäärän vastatessa parasta mahdollista kokemusta osallisuudesta. (Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta 2022.)

Eläytyen osalliseksi -ryhmäinterventioon osallistuneiden, aloituskyselyyn vastanneiden nuorten (n=126) osallisuuden summapistemuuttujan keskiarvo oli jokseenkin alhainen saaden arvon 65,6 ryhmäintervention alkaessa. Vuonna 2021 julkaistussa Helsingin hyvinvointikertomuksessa vuosilta 2018–2021 nuorten osallisuusindikaattorin summapistemuuttuja vaihteli 69,6:n ja 78,2:n välillä. Arvo vaihteli kaupunginosittain ollen kuitenkin suurimmassa osassa kaupunkia välillä 72,6–78,2 (Stadin HYTE-barometri). Vertailua voidaan tehdä myös suomalaisen työikäiseen väestöön. FinSote 2019 -aineistossa 18-vuotta täyttäneen aikuisväestön osallisuusindikaattorin keskiarvo oli 75,2. Työikäisistä parhaiksi osallisuutensa kokivat työssäkäyvät (ka 78,0), kun taas heikoimmiksi osallisuuden kokivat työttömät (ka 61,3) ja työkyvyttömät (64,6) (Hedman ym. 2021). Tähän hankkeeseen osallistuneiden nuorten osallisuuden kokemus oli ryhmäinterventiota aloitettaessa siis lähellä työkyvyttömän aikuisväestön kokemusta osallisuudestaan. Osallisuuden kokemus näyttäytyi jonkin verran parempana seurantakyselyssä ryhmäintervention päättyessä summapiste-

muuttujan keskiarvon ollessa 69,9. Koska seurantakyselyn vastaajamäärä jäi huomattavan alhaiseksi (n=27) aloituskyselyyn nähden, ei tuloksesta voida kuitenkaan tehdä johtopäätöstä ryhmäintervention vaikutuksesta nuorten osallisuuden kokemuksen parantamiseen.

Kutakin ryhmäinterventiota arvioitiin prosessin edetessä ja sen päätteeksi myös laadullisin menetelmin sekä suullisesti että kirjallisesti. Arviointiin osallistuivat toimintaan osallistuneet nuoret, huoltajat, koulujen ja oppilaitosten ammattilaiset sekä hanketoimijat. Lisäksi ryhmäintervention vaikutuksia pyrittiin arvioimaan hankeaikana toteutetuissa seurantatapaamisissa ja hankkeen viimeisessä vaiheessa toteutuneissa työpajoissa, joihin osallistui ryhmäinterventioissa mukana olleita nuoria ja koulujen ammattilaisia. Seurantatapaamisia järjestettiin muutamasta kuukaudesta kahteen vuotta intervention päättymisen jälkeen. Näissä tapaamisissa nuorten oli mahdollista arvioida ryhmäprosessin merkitystä ja antaa itselleen ajallisen välimatkan päästä. Osassa tapaamisissa oli myös mahdollista kuulla nuoren etenemisestä jatko-opintoihin. Laadulliseen arviointiin nuoret suhtautuivat poikkeuksetta myönteisesti ja osallistuivat siihen aktiivisesti. Hankkeen aikana kertynyt laadullinen aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

***”Ryhmässä olemisella on mulle tosi iso merkitys, koska täällä musta tuntuu siltä että mut hyväksytään ja mä kuulun joukkoon.”***

***”Ryhmässä on ollut tosi kiva käydä, ja siitä on muodostunut tärkeä osa elämääni. Mun mielestä meillä on mahtava ryhmähenki ja kaikki suhtautuu kivasti muiden juttuihin. Oon saanut tästä ryhmästä apua omaan elämääni ja ongelmiini.”***

Nuoret kuvasivat saaneensa ryhmästä tukea ajatteluunsa, oman itsen löytämiseen, koulunkäyntiin ja perheasioihin. Heistä oli helpottavaa kuulla, että muilla nuorilla oli samankaltaisia haasteita ja ongelmia kuin itsellä. Ryhmässä mahdollistui vertaistuen saaminen ja antaminen. Nuoret kuvasivat myös saaneensa uusia näkökulmia ja uutta tietoa muun muassa seksuaalisuudesta, mielenterveydestä, jatko-opinnoista ja omilleen muuttamisesta. Ryhmissä oli mahdollista käsitellä aiheita, joita ei muutoin käsitelty opinnoissa. Pienetkin elämään liittyvät vinkit olivat nuorille merkityksellisiä.

Ryhmä vahvisti nuorten sosiaalista verkostoa uusiin ihmisiin tutustumisen ja uusien kaverien saamisen myötä. Myös suhde entuudestaan tuttuihin kavereihin syveni ryhmäprosessin myötä. Ryhmässä koettiin yhteenkuuluvuutta ja läheisyyttä. Nuoret kokivat vuorovaikutustaitojensa vahvistuneen. Ryhmän koettiin antaneen rohkeutta puhua aikaisempaa avoimemmin omista asioista ja myös kokonaan uusista teemoista. Merkityksellistä oli myös kuuntelutaidoissa kehittyminen. Ryhmässä tapahtui myös

tunnetaitojen vahvistumista, mikä tuli esille omien tunteiden arvostamisena ja vahvistuneena kykynä puhua omista tunteista sekä käsitellä niitä myös muilla tavoin.

Nuorten itsetuntemuksen kasvu näyttäytyi kokemuksina uudesta ymmärryksestä itseä kohtaan, omien ennakkoluulojen tai

vääristyneen minäkuvan tunnistamisena ja uudelleen tarkasteluna, oman itsen ja omien asioiden lisääntyneenä arvostamisena, ihmisenä kasvuna. Itseluottamuksen kasvua nuoret kuvasivat uudenaikaisena avoimuutena, lisääntyneenä itsevarmuutena, itsenäistymisenä, rohkeutena osallistua ja uskona tulevaisuuteen.



KUVIO 4. Interventiossa tunnistettuja tuloksia.

Koulun ammattilaisten huomioidut interventioita vaikuttavista nuoriin olivat hyvin samanlaisia kuin nuorten omat kokemukset. Koulun ammattilaiset havaitsivat ryhmätoiminnan jälkeen rohkaistumista ja reipastumista toimintaan osallistuneissa nuorissa. Omia ajatuksia uskallettiin nostaa esiin ja kysyä asioista. Nuorissa havaittiin rohkeutta olla oma itsensä ja tehdä asioita. Yleisen ilon ja toimeliaisuuden koettiin lisääntyneen ja sitoutumisen kouluun kasvaneen. Lisäksi huomattiin osallistuneiden löytäneen yhteisiä ja yhdistäviä asioita toisistaan.

Koulun ammattilaisten kautta saatiin palautetta myös ryhmätoiminnassa mukana olleiden nuorten huoltajilta. Useat huoltajat olivat havainneet lapsessaan samankaltaisia asioita kuin koulun ammattilaiset ja ilmaisivat tyytyväisyyttään, että nuorella oli ollut mahdollisuus olla mukana ryhmätoiminnassa. Kotona ryhmätoiminnan merkityksellisyys näyttäytyi myös nuoren sujuvampana kouluun lähtemisenä päivänä, jolloin ELOS-ryhmä kokoontui koululla. Tämän merkitys korostui perheissä, joissa kamppailtiin nuoren runsaiden koulupoissaolojen kanssa.

Ryhmätoiminnassa mukana olleet koulun ammattilaiset kokivat ohjaajuuden tarjoaneen myös heille itselleen mahdollisuuksia kasvaa ihmisenä. Ohjaajuuden nähtiin tarjoavan myös mahdollisuuksia purkaa ennakkoluuloja opettajien, oppilaiden ja muiden koulun ammattilaisten välillä. Koettiin, että oppilas saattaa olla ryhmässä hyvin eri tavalla kuin luokassa. Uusi rooli mahdollistaa nuorta murtamaan omia uskomuksia itsestään, mutta myös ammattilaista näkemään nuoren uudenlaisesta näkökulmasta.





# LOPUKSI

Eläytyen osalliseksi -hankkeessa kohdattiin yli 400 nuorta. Toimintaan osallistuneet nuoret olivat eri kouluasteilla ja jokainen ryhmä muotoutui erilaiseksi niin osallistujajoukoltaan kuin toiminnaltaankin. Myös yhtäläisyyksiä löytyi. Nuoret haluavat tulla nähdyiksi ja kuulluiksi, vaikuttaa omaan elämäänsä ja kasvaa itseksensä. Yhtä lailla kuin vertaisiaan, nuoret tarvitsevat aikuista oman kasvunsa ja kehityksensä tueksi. He tarvitsevat aikuisia peiliksi, joka auttaa näkemään hieman varjoissa olevat mahdollisuudet ja omalta katseelta piilossa olevat vahvuudet sekä ne haasteet, joihin on omaksi itseksensä varttuessaan syytä kiinnittää huomiota.

Eläytyen osalliseksi -hanke on ollut oppimismatka niin ryhmätoimintaan osallistuneille nuorille, koulun aikuisille kuin hankkeen asiantuntijoillekin. Hankesuunnitelman ja tämän julkaisun väliin on mahtunut monia merkityksellisiä kohtaamisia, jotka ovat opettaneet katsomaan asioita entistä monipuolisemmin ja huomioimaan eri näkökulmia.

Opettajat ja muut koulun aikuiset ovat ristipaineessa, jossa kehittyvät osaamistarpeet ja niihin vastaamaan pyrkivät opetussuunnitelmat kilpailevat nuorten ja aikuisten välisen vapaamman kohtaamisen välillä. Nuoret ovat osa nykyistä suoritusyhteiskuntaa, jossa asioita tehdään jatkuvasti usealla rintamalla ja suorituksia mitataan arvosanoissa, opinto- tai osaamispisteissä, työtunneissa, harrastuksissa menestymisessä, kulutetuissa kaloreissa ja sosiaalisen median tykkäyksissä. Tähän soisi löytyvän helpotusta, ettei osallisuuden kokemus muodostuisi suorituksista.

Johtopäätöksenä voidaan sanoa, että osaksi koulutyötä integroitu, matalan kynnyksen ja nuorten omista tarpeista sisältönsä ammentava ryhmätoiminta voi mahdollistaa subjektiivista hyvinvointikokemusta sekä tukea kouluun ja yhteiskuntaan integroitumista. Toiminnan onnistuminen vaatii ennakkosuunnittelua, aitoa yhteistyötä koulun aikuisten välillä sekä rohkeutta toteuttaa ryhmätoimintaa, joka rakentuu osallistujien näköiseksi, ilman tarkkoja ennalta tiedossa olevia sisältösuunnitelmia. Tavoite toiminnalle on selkeä, mutta sisällön muodostavat nuoret.

Haluamme rohkaista jokaista tämän julkaisun lukijaa kokeilemaan erilaisia mahdollisuuksia toimia yhdessä koulun arjessa. Eläytymisen menetelmiä hyödyntämällä voidaan löytää yhteisiä keinoja käsitellä kaikille yhteisiä ja tärkeiksi koettavia asioita, ehkä vaiettuja mutta monien mielissä pyöriviä. Ryhmätoiminnassa on tärkeää, että ohjaaja luottaa ohjaustaitoihinsa myös silloin, kun ryhmän kulkua ei ohjaa ennalta määritelty sisältösuunnitelma. Se mahdollistaa osallistujille aidon osallistumisen kokemuksen. Arvostava kohtaaminen on avain luottamukseen ja nähdyksi tulemiseen.

## Lähteet

- Eurofound 2014. Eurofound Yearbook 2014. Living and working in Europe. Publications Office of the European Union, Luxembourg.
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Luettu 6.9.2022. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/329834>
- Hedman L., Ikonen J., Leeman L., Koskela T., Martelin T., Solin P., Tamminen N. & Parikka S. 2021. Osallisuuden kokemus ja positiivinen mielenterveys työmarkkina-aseman ja kotitalouden rakenteen mukaan: FinSote2019-tutkimuksen tuloksia. Tutkimuksesta tiiviisti 5/2021. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Honneth, A. 2012. The I in We. Studies in the Theory of Recognition. Cambridge: Polity. hooks, b. 2007. Vapauttava kasvatus. Helsinki: Kansanvalistusseura.
- Laitinen, L. 2017. Näkökulmia taiteen ja kulttuurin terveysvaikutuksista. Luettu 6.9.2022. <https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksiin>
- Myrskylä, P. 2012. HUKASSA – keitä ovat syrjäytyneet nuoret? EVA analyysi 19, Elinkeinoelämän valtuuskunta.
- Nivala, E. & Ryyänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, 14, 9–41.
- Nivala, E. & Ryyänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka: Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus.
- Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta 2022. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 6.9.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus>
- Paananen R., Ristikari T., Merikukka M., Rämö A. & Gissler M. 2012. Lasten ja nuorten hyvinvointi Kansallinen syntymäkohortti 1987 -tutkimusaineiston valossa. Terveiden ja hyvinvoinnin raportti 52.
- Pawson & Tilley. 1997. Realistic evaluation. SAGE Publications. UK.
- Ravens-Sieberer U. & Bullinger M. 2000. KINDL-R. Questionnaire for Measuring Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents. Manual. Revised version.
- Stadin HYTE-barometri 2021. Hyvinvointikertomus 2018–2021. Tilastoja 2021:1. Helsinki.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2022. Osallisuus omassa elämässä. Luettu 6.9.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2022. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. Luettu 6.9.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus>
- Vauhkonen T., Kallio J. & Erola J. 2017. Sosiaalisen huono-osaisuuden ylisukupolvisuus Suomessa. Yhteiskuntapolitiikka 82 (5), 501–512.
- Wahlbeck K., Hannukkala M., Parkkonen J., Valkonen J. & Solantausta T. 2017. Mielenterveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 133 (10), 985–992.







**Lisätiedot:**

Projektipäällikkö Mari Vikman  
mari.vikman@tuni.fi

ISBN 978-952-7266-72-4(PDF)



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

