



Karelia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutus (AMK)

# Osallisuuspedagogiikkaan perustuvien ja luovien menetelmien kansio nuorten ohjaamiseen

Kati Nykänen

Opinnäytetyö, toukokuu 2023

[www.karelia.fi](http://www.karelia.fi)



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Toukokuu 2023**  
**Sosiaalialan koulutusohjelma**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600 (vaihde)

Tekijä  
Kati Nykänen

Nimeke  
Osallisuuspedagogiikkaan perustuvien ja luovien menetelmien kansio nuorten ohjaamiseen

Toimeksiantaja Vamos, Diakonissalaitos

**Tiivistelmä**

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kokeilla ja kehittää nuorten aikuisten ohjaamiseen itsetuntoa vahvistavia ja osallisuutta lisääviä menetelmiä, joita Vamoksen ohjaajat voivat hyödyntää työssään. Menetelmät olivat luovia ja osallisuuspedagogiikkaan perustuvia. Opinnäytetyön tavoitteena oli koota menetelmäkansio Vamoksen ohjaajien käyttöön ja sovellettavaksi.

Opinnäytetyön toteutus oli toiminnallinen opinnäytetyö, jota ohjaavana mallina oli konstruktivistinen malli. Opinnäytetyö toteutettiin Kuopion Vamoksen nuorien ja ohjaajien kanssa yhteistyössä. Menetelmiä kokeiltiin viidellä toimintakerralla. Opinnäytetyössä käytettiin osallistuvaa havainnointia, osallistavia ja yhteistoiminnallisia menetelmiä. Havainnoinnilla saatua tietoa täydensi nuorilta ja ohjaajilta saadut palautteet ja dialogiset keskustelut. Menetelmien soveltuvuus perustui näiden tietojen yhdistelyyn.

Tuotoksena syntyi nuorten osallisuutta lisäävä ja itsetuntoa vahvistava menetelmäkansio Vamoksen ohjaajien käyttöön ja sovellettavaksi. Menetelmät lisäävät ryhmän toimivuutta ja vuorovaikutusta, sekä lisää nuorten osallisuutta. Menetelmät toimivat hyvin nuorille tiedon ja ymmärryksen lisäämiseksi itsetunnosta, ja jossain määrin itsetuntoa vahvistuen. Mahdollisuus antaa palautetta on tärkeää nuorten osallisuuden lisäämisessä.

Kieli  
suomi

Sivuja 60  
Liitteet 4  
Liitesivumäärä 10

Asiasanat  
nuoret, itsetunto, osallisuus, osallisuuspedagogiikka, luovat menetelmät



**THESIS**  
**May 2023**  
**Degree Programme in Social Services**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
FINLAND  
+ 358 13 260 600 (switchboard)

Author  
Kati Nykänen

Title  
A Folder of Participatory Pedagogy-based and Creative Methods for Guiding Young People

Commissioner Commissioned by Vamos, Helsinki Deaconess Institute Foundation sr.

Abstract

The purpose of the thesis was to test and develop methods for guiding young adults that strengthen self-esteem and increase participation, which the Vamos instructors can utilise in their work. The methods were creative and based on participatory pedagogy. The aim of the thesis was to compile a method folder for Vamos instructors to use and apply.

The implementation of the thesis was a functional thesis, guided by a constructivist model. The thesis was carried out in cooperation with young people and instructors from Vamos Kuopio. The methods were tested in five sessions. Participatory observation, participatory and collaborative methods were used in the thesis. The information obtained through observation was complemented by feedback and dialogical discussions from young people and instructors. The applicability of the methods was based on a combination of these data.

The result was a method folder that increases young people's participation and strengthens self-esteem for Vamos instructors to use and apply. The methods increase the functionality and interaction of the group and increase the participation of young people. The methods work well for young people to increase knowledge and understanding of self-esteem and to some extent to strengthen it. The opportunity to give feedback is important in increasing the participation of young people.

Language  
Finnish

Pages 60  
Appendices 4  
Pages of Appendices 10

Keywords  
youth, self-esteem, participation and belonging, participation pedagogy, creative methods

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Nuorten kanssa tehtävä työ .....	6
2.1	Nuorisotyö .....	6
2.2	Nuoren itsetunnon kehittymisen tukeminen .....	8
2.3	Vamos nuoria tukevassa työssä .....	10
3	Osallisuus nuorten elämässä .....	11
3.1	Osallisuuden määritelmä .....	11
3.2	Nuorten osallisuus .....	12
3.3	Osallisuuspedagogiikka .....	13
3.4	Luovat menetelmät nuorten osallistamisessa .....	16
4	Aiemmat tutkimukset ja opinnäytetyöt.....	17
5	Opinnäytetyö tarkoitus, tavoite ja tuotos .....	18
6	Opinnäytetyön menetelmät .....	19
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	19
6.2	Tiedontuottamisen menetelmät.....	20
6.3	Osallistavat ja yhteistoiminnalliset menetelmät.....	22
6.4	Arviointimenetelmät .....	23
7	Opinnäytetyön toteutus .....	24
7.1	Prosessia ohjaava malli .....	24
7.2	Toiminnan suunnittelu.....	25
7.3	Toiminnan toteutus .....	27
7.4	Tarkistusvaihe toteutuksen yleinen arviointi.....	29
7.5	Opinnäytetyön viimeistely .....	30
8	Toimintapäivien ja menetelmien arviointi .....	31
8.1	Yhteinen taideteos .....	31
8.2	Päivä 1: Tutustuminen ja teemoihin orientoituminen.....	32
8.3	Päivä 2: Tarinoita ja kehollisuutta .....	35
8.4	Päivä 3: Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa? .....	38
8.5	Päivä 4: Tulevaisuuskartta.....	40
8.6	Päivä 5: Mielipiteellä on väliä!.....	41
8.7	Nuoria osallistavat palautemenetelmät .....	42
9	Tuotoksen esittely ja arviointi .....	46
10	Pohdinta.....	48
10.1	Johtopäätökset.....	48
10.2	Luotettavuus ja eettisyys.....	51
10.3	Ammatillinen kehitys .....	54
10.4	Ideoita kehiteltäviksi.....	56
	Lähteet.....	58

### Liitteet

Liite 1	1a.) Saatekirje ja 1b.) Suostumuslomake
Liite 2	Havainnointipohja, tiedonkeruulomake
Liite 3	Toteutuksen suunnitelmat
Liite 4	Tuotos

## 1 Johdanto

Nuorten ohjaamisessa itsetunnon vahvistamisella on tärkeä merkitys nuoren kokonaisvaltaiseen tukemiseen kohdata elämän haasteita. Osallisuus ja itsetunto liittyvät toisiinsa siten, että osallisuuden kautta itsetunto ja käsitys itsestä voivat vahvistua ja kehittyä. Itsetunto puolestaan vaikuttaa osallisuuteen, millaisena nuori näkee itsensä ja tuntee hän kuuluvansa yhteisöön. Osallisuuteen voidaan kasvaa tuella ja kannustamisella. (Hämäläinen 2008, 20,21.)

Toiminnallinen opinnäytetyö toteutui yhteistyössä Diakonissalaitoksen Vamoksen nuorille palveluita tuottavan yksikön ryhmän nuorien ja ohjaajien kanssa. Vamoksen tuottamilla palveluilla autetaan koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevia nuoria löytämään oma polkunsä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kokeilla ja kehittää nuorten ohjaamiseen osallisuuspedagogiikkaan perustuvia ja luovia menetelmiä itsetunnon vahvistumiseen ja osallisuuden lisäämiseen. Valitut menetelmät soveltuvat ryhmien kanssa toteutettaviksi ja ne perustuvat osallisuuspedagogiseen näkemykseen. Nuorien tukemisessa on tärkeä vahvistaa nuoren itsetuntoa, mihin sisältyvät itsearvostus, itsetuntemus ja itseluottamus. Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta ja mahdollistavat nuorille itsensä toteuttamisen vapautuen tavanomaisista tavasta ajatella ja toimia.

Opinnäytetyön tiedontuottaminen tapahtui osallistuvalla havainnoinnilla. Dialogit toimeksiantajan kanssa ja nuorten antama osallistava palaute täydensivät tietoa ja ymmärrystä menetelmien soveltuvuudesta ja kehittämistarpeista. Tavoitteena oli saada ohjaajien käyttöön ryhmän ohjaukseen soveltuvia menetelmiä, joita he voivat käytännön työssään hyödyntää.

Tuotoksena syntyi menetelmäkansio Vamoksen ohjaajien käyttöön ja edelleen sovellettavaksi. Menetelmäkansio antaa nuorten ohjaamiseen välineitä, joilla nuorten itsetunnon kehittymistä vahvistetaan ja osallisuutta voidaan lisätä.

## 2 Nuorten kanssa tehtävä työ

### 2.1 Nuorisotyö

Nuoren määritelmä vaihtelee eri maiden ja eri tieteenalojen mukaan. Suomen lakien mukaisesti nuori voidaan määrittää 18–29-vuotiaaksi. Tämä perustuu siihen, että 18-vuotias on ihmisoikeuksien valossa täysi-ikäinen ja Suomen nuorisolain (1286/2016, NL) 3 § mukaan nuori on alle 29-vuotias. Lastenoikeuksien sopimuksen mukaan alle 18-vuotiaat ovat lapsia, joista kuitenkin osa lukeutuu nuoriin. Vamos tuottaa palveluita 16–29-vuotiaille koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille, joten tässä opinnäytetyössäni käytän tätä ikämääritelmään nuorena henkilöä.

Nuorisolaki (1285/2016) on suomalaisen nuorisotyön perusta. Nuorisolaissa säädetään nuorisotyön ja -toiminnan edistämisestä ja nuorisopolitiikasta, sekä näihin liittyvästä valtionhallinnon ja kuntien vastuista, yhteistyöstä ja rahoituksesta. Nuorisotyö on nuorten kasvun, itsenäistymisen ja osallisuuden tukemista yhteiskunnassa (Opetus ja kulttuuriministeriö 2022). Nuorisotyön tehtävänä on vastata nuorten tarpeisiin ohjatulla ja yhteisöllisellä toiminnalla. Nuorisotyötä tekeviä organisaatioita on monenlaisia ja niillä on oikeus määrittää itse tehtävänsä. Nuorisotyön tarkoituksena voidaan pitää nuorten tukeminen yhteiskuntaan liittymiseksi ja tarjota oppimismahdollisuuksia persoonallisuuden, yhteiskunnan ja kulttuurin kehittämiseksi. (Nieminen 2008, 43.)

Nuorisotyöllä on neljä yleistä tehtävää. Ensimmäinen on sosialisatio, nuoren liittäminen lähiyhteisön, yhteiskunnan ja kulttuurin jäseneksi. Sosialisatian sisältö muuttuu eri aikoina. Yksilöitä sopeuttavan ja kulttuuriperinnön siirtämisen lisäksi nuorille halutaan välittää tietoja, taitoja, arvoja ja toimintatapoja. Ne mahdollistavat nuorten osallisuuden omien yhteisöjensä sekä yhteiskunnan kehittämiseen, joten nuorisotyöllä on sosialisatiossa säilyttävä ja uudistava luonne. Nuorisotyön toisena tehtävänä on personalisaation ohjaaminen eli tukea nuorta kehittymään itsenäiseksi, omat tarpeet ja pyrkimykset tuntevaksi yksilöksi. Tämä edellyttää nuorten vapaaehtoisuutta toiminnassa, joka perustuu nuorten

tarpeiden kuulemiseen ja kunnioittamiseen. Nuorisotyön kolmantena tehtävänä on kompensatio eli auttaa ja ohjata nuoria, joilla on vaikeuksia yhteiskuntaa liittymisessä tai yksilöllisten mahdollisuuksien toteuttamisessa. Nuorisotyötä voidaan kohdistaa heikommassa asemassa oleviin tai erityisryhmien nuoriin, parantaen heidän tasa-arvoisuuttaan ja yhdenvertaisuutta sekä henkilökohtaista elämänhallintaa. Nuorisotyön neljäs tehtävä on vaikuttaa yhteiskunnan nuorille saataviin resursseihin eli voimavaroihin ja niiden suuntaamiseen eli allokointiin. (Nieminen 2008, 21–27.)

Nuorten kanssa tehtävässä ohjaustyön keskiössä ovat nuorten itsenäistyminen, ammatin hankkiminen ja työelämään pääsy. Syrjäytymisvaarassa olevan nuoren auttamisessa tähdätään nuoren sosiaaliseen vahvistamiseen. Uuden ajattelun mukaan syrjäytymisen ehkäisy nuoren auttamistyössä voidaan nähdä leimaavana. Nuoria koskevissa keskusteluissa on usein käytössä syrjäytyneitä neutraalimpi NEET- nuori. (Perttula 2021, 86–89.) Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoria voidaan nimittää NEET-nuoriksi. Lyhenne tulee englannin kielestä ”Not in Employment, Education or Training”. NEET-nuorilla on riski syrjäytyä, mikäli tämä ajanjakso elämässä pitkittyy ja samalla myös hyvinvointiongelmat lisääntyvät. Nuorten elämään liittyy usein välivaiheita, tällöin työn ja koulutuksen ulkopuolella on lyhyitä jaksoja, mitkä voivat johtua mm. pääsykokeisiin valmistautumisesta tai oman lapsen hoitamisesta kotona. Näiden nuorten kohdalla ei ole huolta syrjäytymisestä. Nuorten tilanteet vaihtelevat ja myös tuentarpeet ovat yksilöllisiä. (Gissler ym. 2016.)

Sosiaaliohjaus on sosiaalihuoltolain (1301/2014) 16 § perustuvaa tukea, ohjausta ja neuvontaa nuoren elämän asioissa ja hänen tarvitsemiensa palveluiden käytössä sekä eri tukimuotojen yhdistelyssä tehtävää yhteistyötä. Sosiaaliohjauksen tavoitteena on nuoren hyvinvoinnin ja osallisuuden lisääminen elämänhallintaa ja toimintakykyä vahvistamalla (SL 16§).

Nuoren tai nuoren aikuisen ohjaamisessa luottamuksen saavuttamiseksi on keskeistä hyvä vuorovaikutussuhde. Nuorella vuorovaikutustaidot voivat vielä vaatia harjaantumista ja tunnetaidot voivat olla heikot, siksi nuorten kanssa työskennellessä on näihin hyvä kiinnittää huomiota. Tuella ja rohkaisulla nuori

vahvistaa omaa toimijuuttaan alkaa ottaa enemmän vastuuta. Toimijuuden kautta osallisuus vahvistuu ja ohjaajan tuen tarve vähenee. (Niemi-Pynttäre 2013.) Sosiodynaaminen ohjaustapa korostaa ihmisen kokemuksen sosiaalisuutta ja kehittymistä (Peavy 1999, 163). Peavyn (1999,155) mukaan minuus rakentuu vuorovaikutuksessa, joten parannamme asiakkaan mahdollisuutta vahvistaa omaa minuuttaan käyttäen ohjauksessa kykyjä ja pystyvyyttä tukevaa sanastoa. Sosiodynaamisessa ohjaustavassa on ohjaajan toiveikkuus asiakkaan tilanteen paranemiseksi kantavana voimana. Toiveikkuutta kannatellaan asiakkaassa ja sitä pidetään yllä, unelmat ja tavoitteet suuntaavat kohti parempaa tulevaisuutta. (Niemi-Pynttäre 2013.)

Nuoren asiakkaan auttamisessa lähtökohtana on nuoren elämäntilanteeseen vaikuttavat asiat. Nuoren sosiaalinen verkko on tärkeä, samalla huomioidaan nuoren resurssit ja voimavarat. Nuoren elämän haasteet otetaan huomioon kokonaisuutena. Nuoren ymmärtäminen vaatii kuuntelemista ja nuoren arvostamista. Ammatillinen osaaminen on ammatillista asiantuntijuutta, joka tuodaan asiakkaan oman elämän asiantuntijuuden rinnalle ja käyttöön. (Niemi-Pynttäre 2013.)

## **2.2 Nuoren itsetunnon kehittymisen tukeminen**

Itsetunto perustuu itsearvostukseen. Itsetunnon kannalta on tärkeää, että nuori näkee itsensä hyvänä ja arvokkaana. Hyvien ominaisuuksien havaitseminen, itsessään tunnistamien ominaisuuksien myönteisenä näkeminen ja hyväksyminen on itsetunnon hyväksi kokemisen kannalta tärkeää. Lisäksi itsessään ihmisen tulee tunnistaa rehellisesti heikkouksia ja puutoksia, mitkä eivät saa vähentää itsekunnioitusta, sillä niiden tunnistaminen mahdollistaa ihmisenä kehittymisen. (Keltikangas-Järvinen1994, 18.)

Itsetunto koostuu Liisa Keltikangas-Järvisen (1994) mukaan erilaisilla elämäntilanteilla ilmenevästä itseluottamuksesta. Keskeisimpänä itsetunnon alueena hän pitää suoritusitsetuntoa. Se ilmenee luottamisena omiin kykyihin, osaamiseen ja selviytymiseen sekä on yhteydessä itselle asetettuun tavoitetasoon. Toisena

itsetunnon alueena ovat tunteet sosiaalisesta selviytymisestä ja suosiosta. Nuorella itsetunnon alueena on myös perheeseen ja läheisiin ihmisiin liittyvä kokemus hyväksynnästä ja tunnesiteistä. Ihmisen itseluottamus on aina jollain osa-alueella vahvempaa. Jokaisen itseluottamus asettuu huonon ja hyvän välimaastoon. Täydellinen itseluottamus ei myöskään ole tavoitteellista, sillä se ei ole inhimillistä. Ihminen, joka ei kyseenalaista omaa erinomaisuuttaan elää suuruuskuvitelmissa, on empatiakyvytön ja kohtaa vaikeuksia muiden kanssa toimissaan. (Keltikangas-Järvinen 1994, 29–32.)

Itsetunto vaihtelee ja se on yksilöllistä. Itsetunto koostuu perusitsetunnosta ja ilmanpuntari-itsetunnosta. Ilmanpuntari-itsetunto on itsetunnon hetkellistä vaihtelua erilaisissa elämäntilanteissa, joita synnyttävät niin hyvät kuin huonotkin kokemukset tai reaktiot. Perusitsetunto on kuitenkin se pysyvä ihmisen käsitys itsestään ja arvostaan, eivätkä hetkelliset vaihtelut sitä muuta. Nuorella ihmisellä itseluottamuksen perusta on olemassa, mutta nuori on vaikutuksille altis ja vastaanottava. Tämä on mahdollisuus itseluottamuksen säröjen korjaamisen tukemiseen ja vahvistamiseen. (Keltikangas-Järvinen 1994, 34–39.)

Itsetunnon tukeminen ja vahvistaminen on nuoren kanssa työskennellessä tärkeää, myönteinen minäkuva syntyy onnistumisen tunteista ja kannustavasta hyväksyvistä palautteista. Itsetunto ja usko omaan kyvykkyyteen on osallisuuden selkäranka. Hyvä itsetunto mahdollistaa omana itsenä olemisen, vahvan minuuden, jonka hyväksyy ja tunnistaa myös kehitystarpeensa. (Nyman 2018.)

Itsetunnon itsearvioimiseen ja mittaamiseen aiheuttaa hankaluuden herkästi ”ilmanpuntari-itsetuntoon” syntyvät vaihtelut, mikä vaikeuttaa pysyvämmän perusitsetunnon tunnistamisen ja voi aiheuttaa virhepäätelmiä. Monet asiat, kuten kulttuuri ja opitut käsitykset, ohjaavat arvioita ja mitä havaitaan, lisäksi havainnot on pystyttävä ilmaisemaan kielellisesti. Itsetunnon mittaamisessa syntyy sukupuolieroja, kun esimerkiksi kulttuurisesti kasvatuksessa tytöillä ja pojilla painottuvat eri itsetunnon osa-alueet. Naiset pohtivat miehiä enemmän tunteitaan ja naisilla usein on parempi kielellinen kyky itsensä sekä tunteiden kuvaamiseen. Itsearviointia vääristää myös oletukset muiden näkemyksestä itsestään ja millaisena olisi hyväksytympi, sekä omat toiveet siitä millaisena muiden haluaisi

näkevän itsensä. Itsetunnon mittaamisessa haastetta aiheuttaa siten yksityisen itsetunnon eli millaisena itsensä tuntee sekoittuminen julkiseen itsetuntoon, etenkin jos nämä eivät ole yhteneviä. (Keltikangas-Järvinen 1994, 86–90.)

Itsetuntemus vahvistaa itseluottamusta. Itsetuntemus on kykyä havaita omia ajatuksia, tunteita, tarpeita ja toiveita, vahvuuksia ja kehitystarpeita. Tärkeää on myös osata erottaa omat ja ulkopuolelta esim. mediasta ja toisilta ihmisiltä tulevat ajatukset, tunteet ja tarpeet. Omien heikkouksien tunnistaminen mahdollistaa niiden käsittelyn ja kehittämisen. Omien rajojen vetäminen on myös itsensä suojaamiseksi tärkeää. Oman historiansa tunteminen ja sen vaikutuksien yhdistely nykyhetkeen auttaa ymmärtämään itseä ja omaa toimintaa. Elämän muutoksissa ja kriiseissä on itsetuntemuksen taidosta hyötyä. Itsetuntemus auttaa tekemään valintoja, jotka sopivat itselle ja tukevat omaa hyvinvointia. (Mieli ry.) Itsensä tunteminen on hyvän ja terveen itsetunnon perusta, mutta myös hyvän elämän perusta. Itsetuntemus auttaa tunnistamaan omat rajamme ja parantaa jaksamista. Omien arvojen mukaan eläen voi tuntea iloa ja mielihyvää. Itsetuntemus vaatii pysähtymistä, itseensä tutustumista ja itsearviointia. Täydellisyyttä ei tarvitse tavoitella, sillä hyvinvoinnin kokemiseksi riittää, kun voi kokea olevansa riittävän hyvä. (Toivakka & Maasola 2017, 19–20.)

### **2.3 Vamos nuoria tukevassa työssä**

Opinnäytetyön toteutuksen toimintaympäristönä on Diakonissalaitoksen Vamos-nuortenpalvelut. Vamos on valtakunnallinen toimija, jolla on toimintaa 11 paikkakunnalla Suomessa. Vamos auttaa 16–29-vuotiaita koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevia nuoria löytämään oman elämänsä polkuja. Haastavissa elämäntilanteissa olevien nuorien tuen ja palveluiden tuottamisen lisäksi Vamos on mukana kehittämässä nuorten tarpeista lähteviä palveluita. (Vamos 2022.)

Vamoksen käytäntönä ohjaamisessa on valmentava työote. Valmentavaa työtettä voidaan soveltaa yksilö ja ryhmätyöskentelyyn. Valmentava työote perustuu positiivisen ja valmentavan psykologian ajattelu- ja toimintatapaan. Keskeistä on valmennettavan itseluottamuksen, myönteisen ajattelun ja

sinnikkyuden vahvistaminen. Hyvä vuorovaikutus suhde on toimintatavan perusta, missä valmennettava kohdataan hyväksyen ja kunnioittaen, sekä nähdään kehittyvänä, arvokkaana, ja tasavertaisena. (Kallio 2016, 54–63.) Vamoksella valmentava työote perustuu luottamukseen, aitoon kuuntelemiseen, välittämiseen ja kiinnostukseen nuoresta. Nuoren osallisuutta tuetaan omiin asioihin vaikuttamisessa ja päätöksien tekemisessä. Nuorta tuetaan kiinnittymään työhön, opiskeluun tai tarvittaviin tukipalveluihin ja tukitoimiin. Vuorovaikutuksessa nuori on tasavertainen ja aktiivinen toimija sekä oman elämänsä asiantuntija. Nuoren tukemiseen sitoudutaan tarjoamalla konkreettista apua ja läsnäolona. Tunnetasoinen yhteys vaatii aikaa, arvostusta ja luottamusta. (Vamos 2022.)

### **3 Osallisuus nuorten elämässä**

#### **3.1 Osallisuuden määritelmä**

Osallisuudelle ei ole olemassa selkeää määritelmää. Osallisuuden edistäminen on vahvasti esillä oleva teema yhteiskunnassamme. Sitä voi tarkastella useista eri näkökulmista. Yksilön näkökulmasta osallisuus on yksilöllinen kokemus siitä, että kuuluu johonkin ja voi kokea itsensä merkitykselliseksi. Näin määrittelevät Gretschell ja Kiilakoski (2017). Sokran (THL 2022) määritelmä sosiaalisesta osallisuudesta painottaa sosiaalisia suhteita ja vuorovaikutusta, ryhmään tai yhteisöön kuulumista, luottamusta ja keskinäistä kunnioitusta, merkityksellisyyden ja tarkoituksellisuuden kokemuksia sekä omaan elämään ja elinympäristöön vaikuttamista. Osallisuudessa osallistuminen on ihmisen omasta halusta lähtevää toimintaa, tällöin ihminen toimii omassa elämässään aktiivisesti siihen vaikuttaen. Osallisuudessa voidaan yksilöllisen näkökulman lisäksi nähdä yhteisöihin ja yhteiskuntaan liittyminen sekä mahdollisuus vaikuttaa näissä itselle tärkeisiin asioihin. Kolmantena voidaan nähdä vielä osallisuus yhteisestä hyvästä. Se on mahdollisuus päästä jakamaan ja tuottamaan yhteistä hyvää, josta seuraa arvostusta, kiitosta ja yhteys muihin ihmisiin. (THL 2022.)

Osallisuus voidaan ajatella myös asiakasosallisuutena. Asiakasosallisuus voi toteutua neljällä eri tasolla. Alimmalla tasolla asiakas osallistuu, mutta ei ole osallisena. Seuraavalla tasolla asiakas on jo osallisena vaikuttamassa omiin asioihin ja antaa palautetta. Kolmannella asteella asiakas on vaikuttajana ja laadun kehittäjänä. Neljännellä tasolla asiakas on jo määrittelemässä palveluiden raameja. Mahdollisuus vaikuttaa omiin palveluihin on tärkeä osa palveluiden asiakaslähtöisyyttä ja yksilöllisten tarpeiden huomioimista. (Leeman & Hämäläinen 2015, 4.)

### **3.2 Nuorten osallisuus**

Nuorisolaissa (1285/2016) 2 § säädetään nuorten osallisuudesta. Laissa veloitetaan opettamaan nuorille tietoa toimia yhteisöllisesti ja kasvaa itsenäiseksi. Kuntien tulee parantaa nuorien kasvu- ja elinoloja, ja tavoitteena on myös harrastuksia tukeminen ja kansalaisyhteiskunnassa toimimisen mahdollistaminen. Osallisuuden näkökulmasta nuorien tulisi itse päästä suunnittelemaan ja toteuttamaan heille suunnattua toimintaa ja toimintaympäristöjä. (NL 2016.)

Nuorten osallisuus saa Juha Hämäläisen (2008) artikkelin mukaan yksilön ja yhteiskunnan suhteen pedagogisen ja poliittisen merkityksen. Osallisuuteen kasvatetaan ja tarvitaan osallisuutta vahvistavaa pedagogiikkaa. Nuorten osallisuutta edistävä pedagogiikka koskee myös koulujen ulkopuolista elämää, nuorten elämäntilanteita, vapaa-aikaa ja kasvuoloja. Lisäksi yhteiskunnassa tarvitaan osallisuuden mahdollistavia rakenteita, lainsäädäntöä ja instituutioita eli osallisuutta edistävää politiikkaa. Pedagogisesti on kyse nuorten auttamisesta löytämään paikkansa yhteiskunnassa, saavuttamaan yhteiskunnallista toimintakykyä ja kasvamaan yhteiskunnalliseksi toimijaksi, osallistuvaksi kansalaiseksi. Tähän yhdistyy yhteiskunnallisen identiteetin rakentuminen, tunne jäsenyydestä ja kuulumisesta yhteiskuntaan. (Hämäläinen 2008.)

Nuorten tulisi voida osallistua toimintaan kaikilla tasoilla, myös ideointiin ja arviointiin. Osallisuus toteutuu erilaisissa yhteisöissä, joissa voi toimia ja tulla kohdatuksi yksilönä. Yhteisössä on myös oltava mahdollisuus vaikuttaa asioihin ja

saada vastuuta. Nuorten osallisuuden tavoitteena on demokratian toteutuminen yhteisöissä ja yhteiskunnassa. (Nivala & Ryyänen 2013,28.)

### 3.3 Osallisuuspedagogiikka

Osallisuuspedagogiikka, mistä käytetään myös nimitystä osallistava pedagogiikka, kuuluu yleiseen kasvatustieteeseen ja se on saanut vaikutteita vaihtopedagogiikasta. Osallisuuspedagogiikka yhdistää osallistavan kasvatuksen ja yhteistoiminnallisen oppimisen. Osallisuuspedagogiikka on laaja erilaisia pedagogisia strategioita yhdistelevä lähestymistapa, joten se mahdollistaa monenlaisten pedagogisten mallien ja menetelmien käyttämisen (Kukkonen 2015). Osallisuuspedagogiikka rakentuu periaatteille nuoren osallisuudesta, vapaudesta ja vastuusta. Ohjauksen tavoite on toteutua siten, että nuorelle mahdollistuu aito vapaus oppia ja kehittyä. Nuoren osallisuuden toteutuminen liittyy vastuun ottaminen omasta kasvusta. (Peurunka & Hoppo 2018.) Tässä opinnäytetyössä käytän osallisuuspedagogiikka käsitettä. Osallisuuspedagogiikka on ohjauksellisesti käsitettävä ihmistä aktivoivana ja osallisuutta mahdollistavana, mutta sen lisäksi ja sitäkin tärkeämpänä mielestäni on ihmisen itsensä kokema osallisuus, mikä on siis pedagogisen toiminnan tavoite opinnäytetyössäni.

Osallisuuspedagogiikalla on yhteys sosiaalipedagogiseen perustaan ihmisen kasvuna yhteisöissä, joissa tuetaan ihmisen kasvua osallisuuteen, yhteiselämään ja solidaarisuuteen. Pedagogisessa työotteessa keskeistä on vuoropuhelu, yhteisöllisyys ja osallisuus. Työssä keskeisiä menetelmiä ovat yhteistoiminnallisuus, luovuus ja kokemusten reflektointi. Sosiaalipedagogiikan näkemysten mukaisesti ihmisen kasvu yhteisössä vaatii aikaa, yksilön omaa halua ja ymmärrystä. Kysymys on henkilökohtaisesta prosessista, johon ei voida kärkeä tai pakottaa. Lähtökohtana työn onnistumiselle on ihmisen oma sisäinen motivaatio sekä halu kehittyä ja kasvaa ihmisenä tai ohjattavan ryhmän yhteinen tarve löytää ratkaisu ongelmaan. Sosiaalipedagoginen työ on rinnalla kulkevista, ohjaamista, kannustamista ja itsenäiseen toimijuuteen auttamista. (Nivala & Ryyänen 2019, 138–143.)

Sosiaalipsykologiassa ihmisten välistä vuorovaikutusta voidaan tarkastella ihmisen minuuden rakentumisena vuorovaikutuksessa. Minuus tarkoittaa yksilön ymmärrystä omasta itsestään. Ihminen peilaa omaa toimintaansa muiden ihmisten kautta ja hakee keskusteluapua toiselta ihmiseltä. Käsitys itsestä muodostuu merkityksistä ja tulkinnoista, joita ihminen kokemuksilleen antaa. (Suoninen 2014, 72,73.)

Osallisuuspedagogiikan oppimisenäkemykset ovat konstruktivinen ja kognitiivinen oppimiskäsitys. Konstruktivistinen oppimiskäsitys perustuu ajatukseen, että tieto on todellisuuden tulkintaa. Oppiminen on tiedon aktiivista tiedon rakentamista, missä uuta tietoa tulkitaan ja yhdistellään aiempaan tietoon ja kokemukseen. Yhteisöllinen oppiminen on osa sosiaalisen konstruktivismin teoriaa. Ihminen myös rakentaa minuuttaan suhteessa sosiaaliseen todellisuuteen. Tämä on prosessi missä ihminen aktiivisesti ja vuorovaikutuksessa toisiin rakentaa esiin, tapahtumiin ja käyttäytymiseen liittyviä symbolisia merkityksiä. Sosiaalisen todellisuus rakentuu ihmisten välisessä kielellisessä vuorovaikutuksessa, puhutun kielen lisäksi merkityksellisiä ovat ilmeet, eleet ja katseet. (Kivimäki & Koivu 2012.) Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ollut tarkoitus paneutua syvällisesti tutkimaan käytetyn kielen ja sen merkityksiä. Kuitenkin tämä liittyy ryhmän toiminnassa läheisesti siihen, miten itsetunto ja sen merkitykset tulivat nuorten kanssa keskustellessa ilmi ja miten he vuorovaikutuksessa yhdessä kokosivat yhteistä käsitystä itsetunnosta ja siihen vaikuttavista asioista.

Osallisuuspedagogiikan näkökulmasta hyvä vuorovaikutus on keskeistä. Kohtaamisen kiireettömyys, aito kohtaaminen ja toisen kunnioittaminen mahdollistavat toisen ymmärtämisen. Sosiodynaamisen ohjaustavan mukaisesti puhuttuun kieleen on hyvä kiinnittää kohtaamisissa huomioita. Se mitä ja miten puhutaan vaikuttaa mielikuviin. Keskustelun sävy vaikuttaa tuntemuksiin, ajatteluun jopa muistiin. Osallisuutta edistää ohjaamisen myönteinen puhe, jolla ohjataan vaikeuksien ja ongelmakohtien havaitsemiseen sekä ratkaisumahdollisuuksien löytämiseen. Ratkaisuja ja tavoitteita haetaan kartoittamalla asiakkaan voimavarat, taidot, osaaminen ja mahdollisuudet, nuorta kannustaen ja luoden myönteistä tulevaisuuskuvaa. (Niemi-Pynttari 2013; Peavy 1999, 155.)

Positiivisessa pedagogiikassa keskitytään hyvään puutteiden korjaamiseksi. Tämä pedagogiikka on toimivaa nuorten ohjaamisessa. Huomaamalla hyvä päästään negatiivisesta kierteestä pois ja saadaan nuoren kyvyt ja vahvuudet esiin eteenpäin vieviksi voimiksi. Palautteen saaminen on oman toiminnan ohjauksessa tärkeää. Osallisuuden kokemuksessa yhteisössä saatu kannustus, kiitos ja myönteinen huomio ovat tärkeitä hyvinvoinnin kokemiseksi. (Nyman 2018.) Positiivisen pedagogiikan periaatteissa kannustetaan oman elämänkokemuksen havainnointiin, tunteiden ja vahvuuksien tunnistamiseen. Keskeistä on oppia tunnistamaan iloa ja hyvää oloa tuottavia asioita, omia mielenkiinnon ja innostumisen kohteita, luottamaan omiin kykyihin sekä tuntemaan itsensä hyväksytyksi ja rakastetuksi. Toiminnassa tarjotaan tilaisuus kokemusten ja tunnetilojen dokumentointiin sekä ryhmässä näiden jakamiseen ja käsittelemiseen vuorovaikutuksessa toisten kanssa. (Kumpulainen ym. 2014, 231–233.)

Yhteistoiminnallisen oppimisen peruseriaatteina ovat samanaikainen vuorovaikutusta, tasavertainen osallistuminen, positiivinen keskinäinen riippuvuus ja yksilöidenvastuu. Osallisuus on yhteisölliseen toimintaan osallistumista. Yhteisöllisyydessä osallisuuden kokemus syntyy yksilöllisesti, tällöin nuorelle syntyy yhteisöön kuulumisen tunne. Osallisuuteen tukemisessa nuorta tuetaan mukaan ryhmän toimintaan. Ryhmässä yhteisöllisyyttä rakennetaan tasavertaisuuden ja ryhmän hyvän vuorovaikutuksen keinoin. Yhteisöllisyys syntyy hyvän ryhmähengen ja yhdessä tekemisen kautta. (Hellström ym. 2015.)

Osallisuuspedagogiikkaan yhdistetään myös sosiokulttuurinen innostaminen. Innostaminen voidaan nähdä sosiaalisena toimintana ja yhteistyönä yhteisöjen kehittämisessä, samalla siihen yhdistyvät pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen näkökulma. Kasvatuksellisesti yksilön omaa persoonallisuutta vahvistetaan ja toimijuutta tuetaan. Sosiaalinen toiminta vahvistaa yksilön liittymistä ryhmään, ryhmäprosessia ja yhteisön toimintaa. Kulttuurisena vaikuttamisena osallistujien vahvuuksia, voimavaroja sekä luovuutta tuetaan huomioiden yhteisön kulttuuria ja sen perinteitä. Paolo Freire (1921–1997) kasvatuskäsitykset perustuvat tasa-arvoisuuteen ja ihmisten väliseen dialogiseen suhteeseen. Innostamisen periaatteisiin liittyy näkemys, että kukaan ei ole täysin tietävä ja kukaan ei ole täysin tietämätön. Ajatuksena on pedagogisen valtasuhteen uudelleen

ymmärtämisestä siten, että yhteisoppimisessa on kysymys siitä, että jokainen on valmis oppimaan. (Häkkinen 2018, 35–37.)

### 3.4 Luovat menetelmät nuorten osallistamisessa

Luovuus on rohkeutta ja kykyä ratkaista ongelmia, luoda uutta tai kehitellä uusia ideoita. Luovuutta on ajatella eri tavoin ja nähdä tuttuja asioita uudella tavalla tai tarkastella uudesta näkökulmasta. Luovuudessa on mukana leikkiä ja mielikuvi- tusta. Luovassa prosessissa on läsnä intuitio, sisäinen viisautemme ohjaa osit- tain tiedostamattomasti valinnoissa ja päätöksissä. (Launonen 2014, 30.)

Luova toiminta on jotain uutta, joka voi yllättää tekijänsäkin. Luovalla toiminnalla on mahdollista tutkia itseä ja ympäristöä sekä ilmaista kokemuksiaan toisille. Luova toiminta vapauttaa tämänhetkisestä todellisuudestamme. Luovuudella voidaan mennytä tulkita uudelleen, rakentaa tulevaisuuden kuvia ja työstää tie- dostamattomia asioita. Luovuus tarvitsee aikaa, tilaa, turvallisen ympäristön ja erilaisuuden kunnioittamista. Luovaan prosessiin liittyy epävarmuutta, epäonnis- tumisen pelkoa ja epämukavuusalueella toimimista. Uskaltautuminen antaa uu- sia näkökulmia ja kokemuksia ja onnistumisia. (Airaksinen ym. 2015, 10–12.)

Luovassa toiminnassa voidaan käyttää musiikkia, kuvia, liikkumista, tanssia, esineitä, luontoa, kädentaitoja ja eri aisteihin perustuvia toiminnallisia harjoituk- sia. Lopputulosta tärkeämpää on prosessi, jossa kokemukset ja niiden reflek- tointi avaa oman elämäntarinan uudessa valossa ja auttaa näkemään uusia mahdollisuuksia. Luova virittäytyminen helpottaa omista kokemuksista etään- tyä. Turvallisessa ilmapiirissä yksin ja yhdessä koettu ja reflektointi tuottaa ryhmässä osallistujille hyväksynnän kokemuksen. Luova toiminta antaa mahdol- lisuuden etään-tyä arjesta, löytää uusia näkökulmia omaan elämään ja saada merkityksellisyyden kokemuksia. (Huhtinen-Hilden & Isola 2019.)

Luovilla menetelmillä voidaan tukea nuoren osallistumista. Yhdessä toimiessa voidaan kokea innostumista ja iloa. Luovat menetelmät auttavat kasvattamaan itseluottamusta henkilökohtaisessa prosessissa, missä tunteet, toiminta ja tieto

vahvistavat uskoa itseensä. Luovassa toiminnassa vuorovaikutuksessa muiden kanssa vahvistuu tunne kyvykkyydestä ja kyvyt toimia tuottaa lisää voimaantumista. Onnistumiset auttavat ajattelemaan myönteisesti. Vuorovaikutus ja toiminta muiden kanssa auttaa havaitsemaan omia vaikutusmahdollisuuksia ja lisää osallisuutta. (Airaksinen ym. 2015, 13.)

Luovalla ryhmätoiminnalla osana sosiaalialan ammattilaisen työtä on mahdollista laajentaa osallisuuden tilaa, mikä rakentuu tarpeiden, resurssien ja vuorovaikutuksessa syntyvien merkityksien myötä. Luovassa ryhmätoiminnassa kokemus osallisuudesta rakentuu ja vahvistuu virittäytymisen, etäännyttämisen, sanoittamisen, jakamisen ja hyväksynnän kautta ja näitä kokemuksia reflektoidaan jatkuvasti. (Huhtinen-Hilden & Isola 2019.)

#### **4 Aiemmat tutkimukset ja opinnäytetyöt**

Anniina Kumpula 2021 (Sosionomi, Lapin AMK) on tutkinut opinnäytetyössään nuorten ajatuksia osallistavista menetelmistä ja kokemuksia osallisuudesta. Opinnäytetyö on toteutettu Tornion sosiaalitoimessa Yhtymäpinnassa nuori -hankkeen osatoteutuksessa. Osallistavana menetelmänä on ollut ESY-menetelmä, Kaste-ohjelman Virta2 hankkeessa 2014–2016. Opinnäytetyö toteutettiin kyselyinä. Vastauksissa nuoret ovat kokeneet tuen ja osallistavat menetelmät toimivina. Kokemus omista vaikutusmahdollisuuksista ja osallisuudesta oli vahva. Toiminta oli koettu tarpeelliseksi. Työskentelyllä nähdään ennaltaehkäisevä ja työllisyyttä edistävä rooli sosiaalipalveluissa. Tuloksien mukaan osallisuus oli toteutunut ja nuoret ovat saaneet myönteisiä kokemuksia. Opinnäytetyö mahdollisti nuorten olla mukana kehittämässä osallistavia menetelmiä ja toi osallisuuden tunnetta hankkeen nuorille. Nuorten kokemuksista saatiin tietoa hankkeeseen, miten hankkeen jatkuessa toimintaa ja menetelmiä voi kehittää. Opinnäytetyössä tulee esille, että osallisuuden kokemuksen syntymiseksi on merkityksellistä, miten tukeminen ja ohjaaminen tapahtuu, sekä hyvä vuorovaikutus ohjaamisessa ja mahdollisuus palautteen antamiseen. Nuorten osallisuus on tärkeää ja siitä voidaan oppia uusia asioita tutkien eri näkökulmista.

Kehittämisen ajatuksena on nuorten mahdollisuus päästä määrittämään millaisia osallistavia menetelmiä haluavat työskentelyyn ja päästä kehittämään jo käytössä olevia menetelmiä. (Kumpula 2021.)

Olli Kiviruusu (2017) on tutkinut väitöskirjatutkimuksessa itsetunnon kehitystä nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksen tuloksissa oli havaittavissa itsetunnon kehittyminen positiivisesti nuoruudessa noin 30 ikävuoteen saakka, jonka jälkeen kehityksessä tapahtuu tasaantuminen. Ihmisen kehitys nuoruudesta varhaiseen aikuisuuteen sisältää luonnollisesti kehitystehäviä ja kypsymistä. Tässä aikuisuuskehityksessä nuori omaksuu aikuisen roolin ja oppii niitä hallitsemaan. Tämä kehitys tukee myös itsetunnon kehittymistä. Kiviruusu viittaa myös muihin kansainvälisiin tutkimuksiin itsetunnon kehittymisestä nuoruudesta nuoreen aikuisuuteen ja havainnot ovat samankaltaisia. Kiviruusun tutkimuksessa oli mielenkiintoinen havainto naisten heikommasta itsetunnosta. Tätä selittää mm. naisiin kohdistuvat ulkonäköpaineet ja mahdollisesti kriittisempi tai realistisempi itsearviointi. Itsetunnon huonoon kehitykseen yhteydessä olevat tekijät nuoruudessa miehillä oli tupakointi, naisilla nopeammin kasvava painoindeksi ja molemmilla sukupuolilla lisääntyvät ihmissuhdevaikeudet. Itsetunnon kehityksen tukemiseksi myös nämä voisivat olla mahdollisia kehityskohtia. (Kiviruusu 2017.)

## **5 Opinnäytetyö tarkoitus, tavoite ja tuotos**

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Kuopion Vamoksen nuorten ja henkilöstön kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kokeilla ja kehittää nuorten aikuisten ohjaamiseen itsetuntoa vahvistavia ja osallisuutta lisääviä menetelmiä. Valitut menetelmät perustuivat ryhmän kanssa työskentelyssä soveltuviin ja toteutettaviin osallisuuspedagogiseen näkemykseen perustuviin yhteistoiminnallisiin ja osallistaviin sekä luoviin menetelmiin. Opinnäytetyön toiminnalliseen toteutukseen osallistuneet nuoret toimivat menetelmien kokeilijoina ja arvioijina. Ryhmän ohjaajat osallistuivat myös toimintaan ja menetelmien arviointiin

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada Vamoksen ohjaajien käyttöön ryhmien ohjaamiseen nuorten osallisuutta lisääviä ja itsetuntoa vahvistavia menetelmiä, joita he voivat työssään hyödyntää ja soveltaa. Osallisuuspedagogiikan kautta avautuu nuorten ohjaamiseen uusi näkökulma.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi Vamoksen nuorten ohjaamiseen menetelmäkansio. Menetelmäkansio koostuu osallisuuspedagogiikkaan perustuvista ja luovista menetelmistä, joilla vahvistetaan itseluottamusta ja lisätään osallisuutta. Menetelmäkansion tuotettiin sähköiseen muotoon Vamoksen sisäiseen tietoverkkoon ohjaajien käyttöön.

## **6 Opinnäytetyön menetelmät**

### **6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö**

Opinnäytetyö on toiminnallinen, joten siinä yhdistyy käytännön toteutus ja se raportoidaan tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on ohjeistaa, opastaa, järjestää ja järjeistää käytännön toimintaa. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena on konkreettinen tuote. (Vilkkä & Airaksinen 2003,9.) Toiminnallisessa opinnäytetyön tuotoksena syntyy malli, opas, esite, perehdytyskansio tai prosessikuvaus (Salonen 2013, 6). Toiminnallinen opinnäytetyö valikoitui opinnäytetyöni toteuttamiseksi, koska halusin toteuttaa käytännönläheisen opinnäytetyön, jonka tuotosta voidaan jatkossa hyödyntää nuorien kanssa tehtävässä työssä.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotokseen tähtäävän työn kehittäminen edellyttää prosessin eri vaiheissa mukana olevia toimijoita. Kohti tuotosta edetään yhdessä toiminnan tai kehittämisen kautta vuorovaikutuksessa tietyssä toimintaympäristössä. (Salonen 2013, 6.) Asiakkaiden osallisuuden vahvistamisen sosiaalialan ohjaustyössä näen tärkeäksi työhön kuuluvaksi tehtäväksi. Kiinnostukseni nuorten osallisuuden vahvistamiseen ohjasi hakemaan opinnäytetyön toteuttamiseen yhteistyötahoa, joka järjestää tukea ja toimintaa nuorille

aikuisille. Sopivaksi toimeksiantajaksi osoittautui nuorten valmennuspalveluja järjestävä Diakonnissalaitoksen Vamos-palvelu. Toiminnallisessa opinnäytetyössäni sen eri vaiheissa toimijoina olivat mukana Vamoksen henkilöstö ja valmennuksessa oleva nuorten ryhmä.

## 6.2 Tiedontuottamisen menetelmät

Opinnäytetyössäni toiminnallisen kehittämistehtävän tiedon tuottaminen tapahtui osallistuvalla havainnoinnilla. Laadullisessa opinnäytetyössä se on hyvä tapa havainnoida ihmisten toimintaa ja saada tietoa. Havainnot tutkittavasta ilmiöstä tehdään vuorovaikutuksessa tutkittavien kanssa. (Vilkkä 2015, 143.) Osallistuvan havainnoinnin lisäksi oma roolini oli toimintaan osallistuminen ja toiminnan aikana tapahtuva nuorten aktivoiminen ja yhteiseen toimintaan innostaminen sekä ohjaaminen. (Vilkkä 2021, 81.) Tällöin voidaan ajatella tässä opinnäytetyössäni havainnoinnin olleen sekä osallistuvaa että osallistavaa.

Osallistuvaa havainnointia voi tehostaa järjestelmällisellä ja ennalta suunnitellulla kohdistetulla havainnoinnilla (Vilkkä 2015, 143). Havaintojen kirjaamiseen käytin havainnointimallin mukaista havainnointipohjalomaketta (liite 3.). Havainnointimalli on kehitetty luovan ryhmätoiminnan dokumentointiin ja on sovellettavissa monenlaiseen ohjattuun ryhmätoimintaan. Havainnointimallin avulla havainnointi tapahtuu systemaattisesti ja aineiston laatu ja luotettavuus paranee. (Huhtinen-Hilden & Isola 2020.) Havaintomallin mukaisesti näkökulmia havainnointipohjassa on neljä (liite 3). Sen avulla kokosin tietoa toiminnan soveltuvuudesta kohderyhmälle: 1. Havainnoin toiminnassa nuorten työskentelytapoja ja toimintaan osallistumista. 2. Havainnoin nuorten erilaisia tapoja osallistua. 3. Tein myös havainnot, joiden pohjalta lisäsin ymmärrystä oman ohjauksen keinoista tukea toimintaan osallistumista. 4. Lisäksi tein havainnot ryhmän vuorovaikutuksesta ja ryhmäprosessista. Havainnointilomakkeen täydentämiseksi pidin oppimispäiväkirjaa ruutuvihkoon, mihin kirjasin itselleni omia ajatuksiani ja pohdintojani ohjaukskertojen jälkeen. Lisäksi kirjasin menetelmien muutos tai soveltamisen ideoita sekä huomioita omaan oppimiseen liittyen.

Opinnäytetyöhöni tietoa kertyi myös toimeksiantajan ja nuorten kanssa käydyissä dialogisissa keskusteluissa ja heidän antamistaan palautteista. Dialogisissa keskusteluissa pyritään ymmärtämään toista ja tuodaan esiin erilaiset käsitykset ja näkökulmat asioista, jotka ovat yhtä arvokkaita. Keskustelijat ovat tasa-arvoisia ja toiseen luotetaan. Dialogisissa keskitytään kuuntelemaan aktiivisesti. Dialogisessa keskustelussa osallistujat jakavat näkemyksensä avoimesti ja ovat valmiita muuttamaan myös omaa ajatteluaan. (Holm & Pouta & Ståhle 2018.) Keskustelut toimeksiantajan kanssa eri prosessin vaiheissa selkeytti ja antoi tietoa sekä lisäsi yhteistä ymmärrystä, kuten suunnitteluvaiheessa mitä ja miten aiotaan tehdä, toteutuksen jälkeen mitä tehtiin ja tarvittiinko tehdä muutoksia, lopuksi millainen tuotos palvelee toimeksiantajan tarpeita.

Osallistavan havainnointia täydentämään nuoret antoivat omaa palautetta liikennevalomenetelmällä jokaisesta toimintakerrasta. Palautteeseen he saivat myös vapaasti kirjoittaa omaa palautettaan. Näistä nuorten antamista kirjallisista palautteista ja nuorten kanssa käydyistä keskusteluista sain myös aineistoa käyttööni.

Laadullisen aineiston analyysi on Eskolan ja Suorannan (2014) mukaan aineiston tiivistämistä ja sen sisältämän informaation kokoamista selkeäksi ja mielekkääksi. Toiminnallisessa opinnäytetyössä aineistojen analyysi ei ole yhtä perusteellista kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä, mutta esittelyn on oltava riittävän selkeä ja sen on palveltava tuotosta ja arviointia (Salonen 2013,24).

Erilaisten aineistojen yhdistämisellä on pyrkimys monipuolisempaan tietoon kehittämistyöstä. Tämä tarkoittaa myös sitä, että aineistoa analysoidessa ja yhdistellessä vaatii merkitysten tulkintaa. Aineiston tulee olla yhteydessä toisiinsa ja kehittämistyöhön (Vilka 2021, 102,103). Opinnäytetyössä eri tiedonkeruumenetelmillä menetelmien kokeilussa saamaani tietoa analysoin ja yhdistelin peilaan opinnäytetyön teoriatietoon, mikä mahdollisti käytettyjen menetelmien arvioinnin ja kehitystarpeiden tunnistamisen. Opinnäytetyössäni tuotetun tiedon yhdistäminen tavoitteisiin ja tuotokseen tarkoitti menetelmien sopivuuden arviointia suhteessa tavoitteisiin sekä kohderyhmän ja toimeksiantajan tarpeisiin. Lopuksi kokonaisuudessaan muodostuneen tiedon ja kokemusten pohjalta tapahtui tuotoksen muotoilu käyttäjän tarpeita palvelevaksi.

Toiminnallisessa toteutuksessa tein myös kuvallista dokumentointia kuvaamalla työskentelyn eri vaiheita. Näitä kuvia olen hyödyntänyt opinnäytetyön raportin ja tuotoksen kuvituksessa. Dokumentoinnissa ei kuvattu osallistuvia henkilöitä. Ryhmän toiminnan dokumentointina voidaan myös pitää ryhmän itse toimintatilan seinälle kokoamia tuotoksiaan ja ryhmän yhteistä taideteosta.

### **6.3 Osallistavat ja yhteistoiminnalliset menetelmät**

Osallistavat menetelmät oli tässä opinnäytetyössä valittu siksi, että ne mahdollistavat toimijoiden osallisuuden ja ovat suorassa yhteydessä nuorten osallisuuden lisäämiseen. Ryhmässä toimiminen mahdollistaa vuorovaikutustaitojen harjoittamisen, ryhmässä toimiminen vahvistaa yhteisöllisyyttä ja ryhmässä saa tukea, kuitenkin jokinen saa olla omana itsenään. Osallisuuspedagogiikan mukaisesti toiminnan perustana on turvallinen ryhmä, jossa voi tuntea itsensä hyväksytyksi ja kaikkien mielipiteet ovat arvokkaita. Ryhmässä on hyvä olla ja toimia. Ryhmään kuulumisen, kokemus omasta arvosta ja merkityksellisyydestä vahvistavat kognitiivista ja sosiaalista oppimista. (Sajaniemi & Mäkelä 2014, 152.) Osallistavilla menetelmissä tärkeää on luottamus ja hyvä ilmapiiri. Se mahdollistaa kaikkien kuulemisen, jokaisen tiedon ja osaamisen hyödyntämisen. Tämä tuo näkyviin eri näkökulmat toiminnan tarkasteluun. (Taipale & Sirola-Korhonen 2017, 6.)

Aineiston kokoamiseen tässä opinnäytetyössä olivat keskeisenä toiminnalliset menetelmät. Opinnäytetyöni kannalta aineiston tuottamiseksi oli mielekästä valita yhteistoiminnallisia metodeja. Näitä käyttäen kehittämiseen osallistuvat ihmiset pääsivät aktiivisesti osallistuen kokeilemaan, tuottamaan välitöntä kokemustaan, käsityksiään ehkä tunteita ja aistimuksiakin. (Vilkkä 2021, 86,88.) Yhteistoiminnalliset menetelmät tässä kokeilussa tuottivat yhteisöllistä oppimista menetelmien toimivuudesta ja osallistujien yksilöllistä oppimista. Yhteistoiminnallisissa menetelmissä keskeisenä ovat vuorovaikutus ja yhdessä työskentely. Yhteisessä toiminnassa nousivat esiin onnistumiset ja kehittämistarpeet.

## 6.4 Arviointimenetelmät

Osallistavan arvioinnin pääperiaate on, että arvioinnissa käytetään eri toimijoita osallistavia menetelmiä ja he myös osallistuvat arviointiin. Osallistumisen aste voi vaihdella ja se millaisiin arvioinnin vaiheisiin eri toimijat liittyvät mukaan. (Kivipelto 2008, 24.)

Nuorten osallistuminen arviointiin tapahtui jokaisen toimintakerran jälkeen. Arviointi toteutettiin soveltaen Liikennevalo-menetelmää (Innokylä, työkalut) värillisillä lapuilla seuraavasti; punainen ei tue itsetuntemustani, keltainen synnytti ajatuksia ja vihreä auttoi itsetuntemuksessani. Lisäksi lappuihin oli nuorilla mahdollisuus antaa kirjoittamalla muuta haluamaansa palautetta toimintakerroista. Viimeisellä toimintakerralla kerättiin nuorilta ikätasoisella osallisuusmittarilla, osallisuuden kokemus 14–28-vuotiaat, nuorten osallisuuden kokemuksia toteutuneessa toiminnassa (Osaamiskeskus Kentauri 2022).

Dialoginen keskustelu Vamoksen ohjaajan kanssa pyrittiin toteuttamaan jokaisen toimintakerran päätteeksi, missä yhdessä käytiin läpi toimintakerran huomioita ja menetelmien arviointia. Tämä ei kuitenkaan aina onnistunut, joten toiminnallisten kertojen päätteeksi sovimme yhteisen kokoavan keskusteluajan. Toimeksiantajan edustajana heillä oli mahdollisuus kertoa omia havaintojaan ja arvioida käytettyjä menetelmiä, sekä tehdä muutosehdotuksia. Opinnäytetyön tuotoksen arviointiin osallistuivat ryhmän ohjaaja ja yksikön johtaja ennen lopullista tuotoksen muotoutumista.

Itsearviointi oli jatkuvaa ja tähän liittyvät merkinnät tein oppimispäiväkirjani toimineeseen vihkoon. Vilkan (2021,177) mukaan tarkastelun tulee olla kriittistä ja reflektiivistä. Toimintakertoja pyrin myös itsearvioimaan ohjauksen näkökulmasta eli omaa toimintaani nuorten tukemiseksi yksilöinä ja ryhmän toimivuuden tukemisessa. Reflektiivisesti tarkastelin menetelmien toimivuutta juuri tälle kohderyhmälle nuorten itsetunnon vahvistamiseksi ja osallisuuden lisäämiseksi.

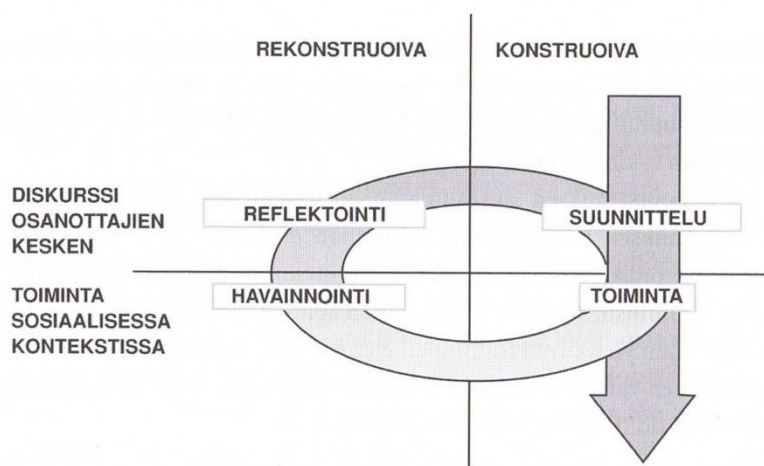
## 7 Opinnäytetyön toteutus

### 7.1 Prosessia ohjaava malli

Valitsin konstruktivistisen mallin toiminnallista opinnäytetyötäni ohjaavaksi malliksi. Kari Salonen (2013) kuvailee mallin pitävän sisällään huolellisen suunnittelun, vaiheistuksen, toiminnassa oppimisen, osallisuuden, tutkimuksellisen kehittämisoitteiden, sekä monipuolisten menetelmien käytön. Toiminnalliseen opinnäytetyöhöni sisältyy sekä uuden kokeileminen ja kehittäminen, että prosessissa mukana olevien toimijoiden osallisuus ja oppiminen myös oma ammatillinen oppiminen. Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössäni keskeisinä olivat yhteistoiminnallisten, luovien ja osallistavien menetelmien käyttö.

Konstruktivistisessa mallissa arviointi, reflektointi ja vuorovaikutus tapahtuvat kehittämistyön eri vaiheissa ja inhimilliset tekijät voidaan ottaa huomioon (Salonen 2013,16). Mallin valintaan vaikuttaa myös toimintaympäristö, jossa toiminnallista kehittämistä tehdään, joten opinnäytetyön toteutuksessa huomioin Vamoksen toimintaperiaatteet ja –kulttuurin. Erityisen tärkeää oli ottaa huomioon toiminnalliseen kehittämiseen osallisena olevat nuoret ja heitä ohjaava henkilöstö, käydyt keskustelut ja heiltä saatu palaute.

Opinnäytetyössäni toteutui myös reflektiivinen kehämäisyys (kuvio 1.). Reflektiivisellä ajattelulla tavoitellaan toiminnan ymmärtämistä uudella tavalla, minkä avulla toimintaa kehitetään. Reflektointi on keskeisenä kehässä, missä toiminta ja sen havainnointi johtaa reflektoinnin kautta uudelleen suunnitteluun. Kehät toistuessaan muodostavat etenevän spiraalin. (Heikkinen 2018, 222,223.) Toiminnallisessa kehittämisessä on mahdollista tehdä arviointia, muutoksia suunnitelmaan, toiminnan muutoksia sekä tarkennuksia toimintakertojen välillä näissä spiraalimallin jatkuvissa sykleissä (Salonen 2013, 5). Tämä mahdollisti nuorten kanssa toteutuksen ryhmän tahtiin sopeuttaen suunnitelmaa sekä muuntelun tarvittaessa ja toiminnan läpiviemisen nuorten voidessa vaikuttaa omaan työkentelyynsä ja siihen osallistumiseen osallisuuspedagogiikan mukaisesti.



Kuvio 1. Carrin ja Kemmisin 1986 mukaan toimintatutkimuksen vaiheet (Heikkinen 2018, 223).

Konstruktivistisessa mallissa yhdistyvät yhteisöllinen ja osallistava näkökulma sekä pedagoginen ote (Salonen 2013, 16). Konstruktivistinen malli soveltuu hyvin tähän opinnäytetyöhön, koska se on yhteensopiva osallisuuspedagogiikan periaatteiden kanssa, missä keskeistä on vuoropuhelu, yhteisöllisyys ja osallisuus. Selkeä yhteys syntyy myös oppimisenäkemyksen kautta.

## 7.2 Toiminnan suunnittelu

Oma kiinnostukseni sosiaalityössä asiakkaan osallisuuden vahvistamiseen ja nuorten tukemiseen johdatti etsimään opinnäytetyöni toteutukseen sopivaa toimijaa. Syyskuussa 2022 otin yhteyttä Vamoksen nuorille palveluita toteuttavaan yksikköön ja pääsin toiminnallisen opinnäytetyön alkuun. Opinnäytetyössä aloitusvaihe sisältää alustavan kehittämistehtävän ja käytännöntarpeen hahmottamisen, toimintaympäristöön tutustumisen. Keskusteluissa aihetta voidaan rajata ja täsmentää. (Salonen 2013, 17.) Vamoksen toimintaan tutustuin ennakkoon netissä olevien sivulla. Lisäksi tutustuin Vamokselle aiemmin tehtyihin opinnäytetöihin. Joulukuun alussa 2022 kävin tutustumassa toiminnan tiloihin. Yksikön johtajan ja ohjaajien kanssa keskustelimme yhdessä opinnäytetyön onnistumiseen vaikuttavista seikoista ja toimintaan osallistuvista nuorista sekä ohjaajien roolista ja osallisuudesta toteutukseen. Esittelin opinnäytetyöni alustavan idean

toteuttaa tuokioita osallisuuspedagogiikkaan perustuvilla ja luovilla menetelmillä. Käydyissä keskusteluissa todettiin näiden menetelmien sopivan Vamoksen toimintaperiaatteisiin ja nuorien kanssa työskentelyyn. Lisäksi vastattiin nuorien toiveeseen saada lisää yhteistä ja luovaa toimintaa.

Nuorten osallisuuden lisäämisen rinnalle oli Vamokselle aiemmin tehdyistä opinnäytetöistä syntynyt ajatus nuorten itsetuntemuksen ja itseluottamuksen vahvistamisen tärkeydestä. Ehdottamani ajatus itsetunnon tukemisesta nähtiin hyvänä ja nuorille tärkeänä aiheena. Vamoksen toiminnassa nuorten tukemiseksi on käytössä nuorten voimavarat ja onnistumiset näkyväksi tekevä tulostähti-menetelmä. Yhtenä sakarana tähdessä ovat identiteetti ja itseluottamus. Toiminnan vaikuttavuuden arvioinnin ohella tulostähti-menetelmä toimii nuorten tukena heidän omassa muutoksessaan. Tulostähti-menetelmä vaatii sen käyttöön perehtymisen koulutuksen kautta, joten tähän menetelmään ei ole muuta kytköstä opinnäytetyössäni. (Tulostähti on Triangle Consultin Ltd:n omistama, Networkin lisenssiöimä menetelmä Suomessa. Menetelmä on sosiaalipalvelujen tukemiseen ja arviointiin tarkoitettu.)

Edellä kuvattuihin ja käytyihin keskusteluihin perustuen rajasin aiheen nuorten itsetunnon tukemiseen ja osallisuuden lisäämiseen. Ryhmistä toteutukseen valikoitiin valmiuksiltaan sopivin ryhmä. Saamieni alustavien tietojen mukaan ryhmässä oli jo toteutettu joitain itsetuntemuksen harjoituksia, mikä tuli ottaa huomioon toiminnallisten menetelmien valinnassa ja sisältöjen suunnittelussa.

Suunnitteluvaiheessa tein kirjallisen opinnäytetyön suunnitelman, jonka pohjalta lähdin toteuttamaan toiminnallisen kehittämisen. Suunnitelma sisälsi aiheen, vaiheet, toimijat, tiedon hankinnan ja aineiston käsittely menetelmät mahdollisimman tarkasti (Salonen 2013, 17). Opinnäytetyö suunnitelma toteutettiin Karelia AMK:n ohjeiden mukaisesti ohjaavan opettajan ohjauksessa ja se hyväksyttiin ennen toiminnallisen osion aloittamista. Opinnäytetyön suunnitelma tarvittiin myös opinnäytetyön luvan saamiseen (Vilkkä 2015, 75). Alustavan luvan myönsi Vamoksen alueellinen toiminnan johtaja. Virallisen luvan hakemukseeni myönsi Vamoksen eettinen toimikunta.

Opinnäytetyön esivaiheessa ennen varsinaiseen toimintaympäristöön siirtymistä ja toteutuksen aloitusta käydään suunnitelma läpi toteutukseen osallistuvien kanssa (Salonen 2013, 17). Tammikuussa 2023 kävimme ryhmän ohjaajien kanssa läpi alustavat suunnitelmani totutuskerroille. Yhteisen pohdinnan jälkeen tein suunnitelmiin tarkennuksia ja toteutusvaiheeseen lisäsin huomioita ryhmän tarpeisiin liittyen sekä jätin suunnitelmiin väljyyttä ja mahdollisuuden tehdä muutoksia tilanteen niin vaatiessa. Toiminnalle alustavasti suunnitellut ajankohdat soviteltiin ryhmän muuhun suunniteltuun toimintaan ja aikataulut varmistettiin helmikuussa 2023. Tarkennetut suunnitelmat katsottiin läpi ja sovittiin alustavasti ohjaajien rooleista toiminnassa. Toiminnallisissa osioissa tarvittavien materiaalien hankinnoista sovittiin ja puuttuvia materiaaleja ohjaajat hankkivat. Itselläni oli valmiina iso maalaus pohja, öljyvärejä ja maalausteline.

Eettisen toimikunnan luvan odottaminen siirsi toimintakertojen aloitusta viikolla alkuperäisestä suunnitelmasta. Olimme kuitenkin varautuneet viivästykseen ja varannet aikataulutukseen yhden ylimääräisen tapaamiskerran. 16. helmikuuta kävin toimittamassa suostumuslomakkeet (liite 1.b) osallistuville nuorille. Samalla vein heille saatekirjeen (liite 1.a), missä kerrotaan opinnäytetyön tarkoituksesta ja tavoitteesta ja osallistujien osallistumisesta ja sen merkityksestä opinnäytetyön onnistumiseksi. Esittelin paikalla olleille nuorille opinnäytetyötäni ja samalla heille mahdollistui esittää kysymyksiä opinnäytetyöhön ja sen toteutukseen liittyen. Lyhyt tapaaminen antoi molemmiin puolin mahdollisuuden hieman tutustua ja nuoret saivat tulevasta työskentelystä tietoa. Eettisen toimikunnan lupaan tein tarkistavan lisäyksen suostumuslomakkeiden säilyttämisestä, ja koska niissä oli nuorten allekirjoitukset ne tuli säilyttää Vamoksen omien toimittajien lukollisessa kaapissa. Tätä toimintatapaa noudattaen ja näillä tarkennuksilla lupa myönnettiin.

### **7.3 Toiminnan toteutus**

Työstö- eli toteutusvaiheessa toteutin toiminnallisen opinnäytetyöni suunnitelman mukaisesti. Siihen sisältyi myös aineiston hankintaa, aineiston käsittelyä, analyysia ja tulkintaa (Vilkkä 2015, 79). Yhteistoiminnalliset osallistavin ja luovien menetelmin suunnitellut tuokiot toteutin nuorten kanssa. Havainnointia ja

dokumentointia tein jokaisen kerran päätteeksi havainnointipohjalomakkeelle. Lisäksi itsearvioin ja kirjasin ylös ajatuksia ja huomioita, mitä toimintakerroilta syntyi. Seuraavan toimintakerran suunnitelmaa tarkastelin myös tekemieni havaintojen ja kokemusten pohjalta sekä tein tarvittaessa pieniä muutoksia jatko-suunnitelmiin. Toteutuksen aikana kehämäisesti toistui toiminnan havainnointi, reflektointi ja suunnittelu. Kriittisen ja reflektiivisen ajattelun kautta toiminnasta voi tärkeitä havaintoja ja ymmärretään, mikä on tärkeää. (Vilka 2021, 177.)

Toteutusvaihe oli antoisa mutta samalla myös vaativa vaihe. Ammatillisen oppimisen kannalta tässä vaiheessa oman oppimisen keskiöön nousivat myös Kari Salosen (2013, 18) kuvaamat haasteet: suunnitelmallisuus, vastuullinen ja itsenäinen työskentely, vuorovaikutustaidot, epävarmuuden sietokyky, sitkeys ja oma kehittyminen. Opinnäytetyön toteutuksessa yksin työskentelyssä nämä haasteet korostuivat ja merkitykselliseksi tueksi nousivat ryhmän nuorilta saatu välitön palaute ja ohjaajien antama tuki vertaistukena. Toteutusvaiheen toteuttamisen mukautin osallistuvien nuorten määrään ja osallistujien halukkuuteen ja vireyteen osallistua toimintaan kullakin kerralla. Toiminnassa oli otettava huomioon, että kaikki eivät aina tulleet paikalle tai osallistujat olivat vain osan aikaa paikalla. Sopeutin suunnitelmaa siten, että nuorten osallisuus keskeisiin asioihin kerrallaan pystyi mahdollisimman hyvin toteutumaan.

Toteutuskertoja oli helmi-maaliskuussa 2023 yhteensä viisi ja ne saatiin vietyä läpi kuukauden aikana yksi kerta viikossa, mutta lomaviikon sattuessa jaksolle jäi sen viikon kerta väliin ja yhdellä viikolla pidettiin kaksi kertaa. Nuorten määrä vaihteli toteutuskerroilla 4–7. Osallistujina oli 10 eri nuorta, jotka olivat satunnaisesti paikalla eri toteutuskerroilla, 2 oli paikalla kaikilla kerroilla. Muutamilla kerroilla oli yksittäinen myöhemmin ryhmään tulo, muutamalla keralla yksi oli osan aikaa poissa ja muutama ryhmästä aiemmin poistuminen. Aikaa toimintaan oli varattu kolme tuntia. Nuoret tulivat kello yhdeksään ja saivat alkuun ottaa aamupalaa, joten työskentely päästiin aloittamaan usein lähempänä puoliyhdeksää. Toiminnan lomaan sijoitettiin pari noin 10 minuutin taukoa, jotka ajoitettiin toimintaan sopiviksi ja nuorten jaksaminen huomioiden. Toiminnan lopuksi yhdessä siistittiin tila ja laitettiin käytössä olleet materiaalit paikoilleen.

Toimintakertojen loppuun jäi usein aikaa vapaaseen oleskeluun ja keskusteluun. Toimintakertojen toteutukset ovat tarkemmin kuvattu liitteessä 3.

Toimintapäivät olivat hyvin intensiivistä työskentelyä nuorten kanssa. Menetelmät haastoivat nuoret työskentelemään ryhmissä ja antoivat mahdollisuuden myös luovaan työskentelyyn. Ajankäytössä kiinnitin huomiota erityisesti siihen, että nuorilla ei synny kiireen tuntua ja jokainen pääsee mukaan osallistumaan sekä tuomaan itsestään jotain yhteisiin tuotoksiin. Itsetunto aiheena ja käytetyt menetelmät edellyttivät riittävän ajan varaamista ja rauhallista työskentelyä. Työskentelyilmapiiriin pyrin pitämään rentona ja jokaisen osallistujan huomioivana. Aamujen aloitukset, nuorien saapuminen ja aamupala, oli tärkeä rauhoittaa heidän yksilölliselle kohtaamiselleen, että voitiin työskentely aloittaa jokaisen siihen ollessa valmis. Toimintakertojen päättämiset koin myös tärkeiksi hetkiksi kohdata nuoret yksilöllisesti, siksi otin nuorten hyvästelyyn koskettamisella tehdyt heipat ja nuoret saivat itse valita tavan, miten se tapahtuu. Toteutuksia oli monenlaisia, kuten nyrkit, läpsyt, kantapäät vastakkain ja yllättäen sain myös monta halausta. Ajatus tähän perustuu koskettamisen tärkeyteen vuorovaikutuksessa ja omiin hyviin kokemuksiini myös pedagogisena menetelmänä huomioida jokainen yksilönä.

#### **7.4 Tarkistusvaihe toteutuksen yleinen arviointi**

Tarkistusvaiheessa kehittämiseen osallistuneet yhdessä arvoivat saavutettuja tuloksia tai tuotosta, sitä on myös mahdollista vielä työstää. Näin tapahtuu varsinkin arvioinnin tapahtuessa työstövaiheen keskellä. Valmis arvioitava tuotos voidaan siirtää myös viimeistelyvaiheeseen. (Salonen 2013, 18.) Toiminnassa tapahtuvan havainnoinnin lisäksi keskusteluista nuorten kanssa ja myös palautemenetelmällä sain tietoa heidän kokemuksistaan. Kaikki palaute on toteutuksen ja käytettyjen menetelmien arvoimiseksi merkityksellistä. Ohjaajien kanssa käydyissä keskusteluissa omat havaintoni menetelmien kokeilusta täydentyi lisää. Ryhmän toiminnan ja yksilöiden toiminnan havainnointiin sain heidän nuorten tuntemuksen perusteella myös lisää tietoa, mikä paransi omaa ymmärrystäni ja auttoi tiedon yhdistelyssä. Keskustelut antoivat myös arvokasta tietoa

heidän näkemyksistään kokeiltujen menetelmien toimivuudesta ja mahdollisista kehittämisen tarpeista.

Toimeksiantajan palautteen mukaan ryhmätuokiot koettiin myönteisenä ja nuorille mukavina tuokioina, myös ilmapiiri koettiin hyvänä. Itsetunnon vahvistaminen koettiin tärkeäksi teemaksi. Osallisuuden käsitteleminen nuorten kanssa alkuun pidettiin tärkeänä ja hyvänä nähtiin se, kuinka osallisuus nuorille avattiin. Osallisuutta pohdittiin hyvin konkreettisesti avaten nuorille käsitystä mitä se tarkoittaa ja miten se näkyy nuorten elämässä. Ryhmän toiminnasta saatu palaute oli omia havaintojani vahvistavaa. Ohjaajien havaintona olivat ryhmä toiminnan aktiivisuus ja hyvien keskustelujen syntyminen nuorten kesken. Myös joidenkin nuorien toiminnassa ohjaajat havaitsivat rohkaistumisia toimintaan ja aiempaan verrattuna erilaita aktiivisuutta. Toimintapäivien ja käytettyjen menetelmien esittely ja arviointi ovat tarkemmin esitetty toimintapäiväkohtaisesti kappaleessa 8.

### **7.5 Opinnäytetyön viimeistely**

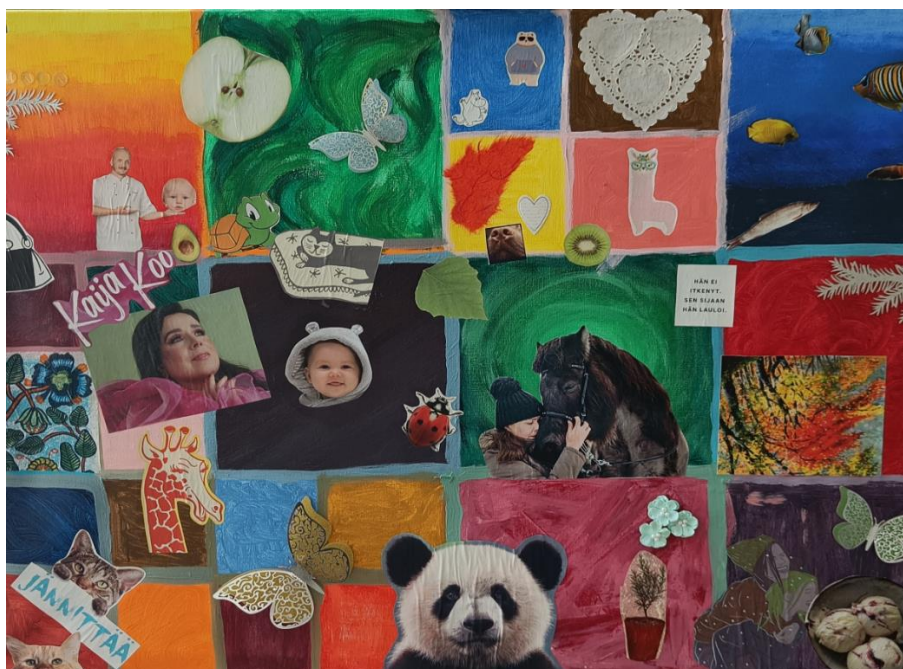
Viimeistely on opinnäytetyön prosessin viimeinen vaihe. Se vaatii aikaa, sillä toiminnallisessa opinnäytetyössä laaditaan opinnäytetyön raportti ja tuotos (Salonen 2013, 18). Tekstiä hiotaan ja karsitaan. Tulosten ja johtopäätösten pohdintaan voi ottaa mukaan muita toiminnallisessa kehittämistyössä mukana olleita toimijoita. (Vilkkä 2021,84.) Toiminnallisen opinnäytetyön kehittämistyön tuloksena syntyneitä menetelmäkansiota arvioitiin vielä yhdessä Vamoksen henkilöstön kanssa ja siihen tehtiin vielä heidän toivomuksien mukaiset tarvittavat muutokset. Olen pyrkinyt toteuttamaan opinnäytetyön raportin järjestelmällisesti, täsmällisesti ja rehellisesti, kuten Vilkkä (2021, 84) esittää. Tämä opinnäytetyöraportin olen toteuttanut Karelia opinnäytetyöohjeistuksen mukaisesti.

Toiminnallisen opinnäytetyön kehittämistyön tuloksena ja tuotoksena syntyi menetelmäkansio. Menetelmäkansio toivottiin tuotettavaksi sähköiseen muotoon, josta se on helposti Vamoksen henkilöstön saatavilla ja hyödynnettävissä. Tuotos esiteltiin työntekijöille ja siitä tiedotetaan muiden Vamoksen yksiköiden ohjaajille.

## 8 Toimintapäivien ja menetelmien arviointi

### 8.1 Yhteinen taideteos

Toteutuskertojen läpi kulkenut yhteinen taideteos (kuva 1.) toteutettiin kollaasi ja sekatekniikalla, jossa samaan työhön voidaan yhdistää piirustus- ja maalaustekniikoiden lisäksi kuvia ja muuta materiaalia. Kerroilla 1–3 maalattiin pohjaa siten, ettei yhtään valkoista kangasta jäänyt näkyviin. Keroilla 4 ja 5 lisättiin kuvia ja muuta materiaalia nuorten omien valintojen mukaan. Tämä oli ryhmän yhteinen kuvallinen tuotos, johon jokainen pääsi osallistumaan ja jota työstettiin hieinan varioiden jokaisella tapaamiskerralla. Lopuksi taideteos jäi Vamosken yhteisten tilojen seinälle muistoksi ja yhteiseksi iloksi.



Kuva 1. Yhteinen taideteos, Vamos nuoret. Kollaasi-Sekatekniikka (Kuva: Kati Nykänen).

Yhteisen maalauksen tekeminen ja siihen oman jäljen jättäminen osoittautui toisille helpoksi ja mielekkääksi työskentelymuodoksi. Osalle nuorista maalaamiseen osallistuminen oli vaikeampaa, kannustaen ja muiden esimerkillä kaikki rohkaistuivat kokeilemaan ja näkivät osallisuutensa myönteisenä. Yhteisen työn

tekeminen harjaannutti nuoria tekemään oman osuutensa yhteiseen taideteokseen, sekä hyväksymään työskentelyssä jokaisen vapauden tuottaa sinne omaa jälkeä ja kunnioittamaan sitä. Oman työskentelyn arviointi ja itsekriittisyys sekä mallin ottaminen toisen tekemisestä näkyi nuorten työskentelystä. Varmuus omaan tekemiseen löytyy harjoittelun ja kannustuksen kautta.

Ohjaajien palautteessa käy ilmi nuorten vaikeus aluksi innostua työskentelystä. Eri kerroille jakaantunut ja toimintakertoihin vapaasti sijoittuva työskentely, mahdollisesti hankaloitti nuorten pääsemistä mukaan työskentelyyn. Ohjauksellisesti nuoret olisivat kaivanneet selkeämmät ohjeet. Ryhmälle yhteisesti annettu ohje olisi pitänyt varmistaa jokaiselle työhön ryhtyvälle erikseen tai ohjeistaa ryhmän ohjaaja nuoria tukemaan työskentelyn aloittamisessa. Ohjauksen napakkuus itselläni ei ollut riittävä alkuun, kun ei tuntenut ryhmää. Kuitenkin halusin luovan toiminnan olevan nuorille mahdollisimman vapaata toteuttaa itseään, ja toiminta kertojen ohessa olin ajatellut maalauksen etenevän nuorten itse valitsemisissaan sopivissa hetkissä. Tämä kyllä mielestäni toteutui neljännellä kerralla, kun nuoret pääsivät työskentelyssä vauhtiin.

Palautteiden yhteenvetona yhteinen taideteos herätti nuorissa paljon mielenkiintoa ja innostusta. Vastaa nuorten toiveeseen yhteisestä ja luovasta toiminnasta. Vamoksen ohjaajat pohtivat, että mahdollisesti voisi jokaisen uuden ryhmän kanssa toteuttaa tällaisen yhteisen taideteoksen.

## **8.2 Päivä 1: Tutustuminen ja teemoihin orientoituminen**

**Tutustuminen** aloitettiin kuvakävelyllä. Lattialle aseteltiin kuvia, joissa oli maisema tai erilaisia tunnelmia. Nuoret saavat liikkua vapaasti ja valita kuvan ohjeenaan: "Kuva, joka ilmentää sinua itseäsi". Kuvat liimatiin värillisille A4 -kartongeille, värin sai valita oman mieltymyksen mukaan. Kuvan oheen laitettiin oma nimi haluamallaan tekstityylillä. Nuori kertoi nimensä, esitteli kuvan ja kertoi miten kuva ilmentää itseään.

Tutustuminen jatkui parihaastattelulla. Nuoret ohjeistetaan valitsemaan parin sen perusteella ketä et vielä tunne hyvin. Nuoret haastattelivat toisiaan kirjaten

haastattelemansa parin kuvakortin taakse vastaukset seuraavasti: 1. Nimi (etunimi riittävää). 2. Jotain mistä pidät? 3. Jotain mistä et pidä? 4. Kerro jokin onnistuminen viimeisen viikon aikana, ei tarvitse olla suuren suuri vaan jokin pieni arkinen onnistuminen tai itsesi ylittäminen riittää. Haastatteluun varattiin reilusti aikaa. Tämän jälkeen haastattelijä esitteli parinsa muille kysymysten vastusten mukaisesti.

Liikkuminen ja kuvan liimaaminen antaa vapautta alkuun ja purkaa jännitystä. Kuvan avulla itsestä kertominen helpottui. Parihaastattelussa jokainen tulee huomioiduksi, jokainen pääsee vuorovaikutukseen jonkun ryhmäläisen kanssa ja tutustutaan. Kuvan ja parihaastattelun avulla tutustuminen oli erilainen tapa kertoa ryhmässä itsestä ja tutustua toisiin. Ryhmässä olijat tunsivat toisiaan entuudestaan vaihtelevasti. Haastattelukysymykset olin tehnyt valmiiksi A4 paperille. Jokaisen toimintakerran alkuun sisällytin myös jonkin kysymyksen. Näiden kysymysten kasaamista olisi voinut jatkaa kuvakartonkien taakse, tällöin ne olisivat säilyneet nuorille muistona. Tämä oivallus tuli vasta jälkikäteen, mutta menetelmä kansioon tämän vinkin sisällytin.

Tutustuminen itseä kuvaavan kuvan ja parihaastattelun avulla onnistui hyvin. Toiminnassa omalla esimerkillä ja mukanaololla kannustin ja innostin nuoria. Osoitin aitoa kuuntelua ja kiinnostusta sekä jokaisen huomioimista tekemällä lisäkysymyksiä nuorille. Nuorten välille syntyi hyvää vuorovaikutusta.

Ohjaajien palautteesta käy ilmi, että menetelmät olivat tuttuja. Parihaastattelu oli hyvä keino tutustua toisiin ja jännitys helpottui. Kysymykset olivat riittävän helpoja. Hyvä kuunteluharjoitus ja nuorelle kuulluksi tulemisen kokemus. Kuvan ja kysymysten kokoaminen kartongille uutta ja voi asettaa seinälle näytteille.

**Teemoihin orientoitumisessa** toiminnan tavoitteena oli yhteisöllinen oppiminen ja yhteisen tiedon jakaminen. Nuoret olivat aktiivisesti mukana rakentamassa alkavalle työskentelylle tietoperustaa. Oma tietäminen ja osaaminen tehtiin näkyväksi. Ryhmän toiminta ja hyvä vuorovaikutus oli tärkeää.

Ensimmäinen käsiteltävä teema oli ITSETUNTO. Aiheesta keskusteltiin ja nuoret tuottivat aiemmasta tietoperustastaan sekä omista kokemuksistaan aiheeseen liittyviä asioita, Nuoret saivat kirjoittaa näitä mieleen tulevia asioita itsetuntonsta värikkäillä tusseilla valkealle kartongille, jonka keskellä on valmiina itsetunto. Vihjesanoja oli koottu valmiiksi itsetuntoon liittyen vihjelapuille, näitä voi vapaasti käyttää pohdinnan ja keskustelun tukena.

Toisena teemana on OSALLISUUS. Aluksi nuorten kanssa pohdittiin ryhmiä, joihin nuoret kuuluvat. Piirrettiin paperille keskelle nuori ja ympärille laajenevia kehiä mihin ryhmiin nuoret kuuluvat lähellä olevista edeten kaukaisempiin. Perhe, ystävät, harrastukset, koulu/opiskelu, työ, asuinalue, kaupunki, kunta jne. Seuraavaksi pohdittiin miten voin näissä ryhmissä vaikuttaa? Yhdessä pohdittiin; Millaista erilaista kohtaamista ja vuorovaikutusta näissä ryhmissä on? Millaista on hyvä kohtaaminen/ vuorovaikutus? Miltä erilaiset kohtaamiset/vuorovaikutus tuntuu? Millaista osallisuuden kokemuksia syntyy (vrt. edelliset) Viimeiseksi mietittiin ”Mitä eroa on osallistumisella, osallistamisella ja aidolla osallisuudella?”

Alkuun oli luonnollisesti havaittavissa jännitystä. Luottamuksen rakentamiseen virittelin rentoa ja kannustavaa keskustelua. Nuoret lähtivät hyvin keskusteluun mukaan. Ryhmässä oli osa enemmän esillä. Ohjaamisessa varmistin, että kaikki saivat sanoa jotakin. Nuoret ovat tutussa ympäristössään melko rentoja, huumoria ja leikkisyyttä on mukana vuorovaikutuksessa. Kumpaankin teemaan nuoret tuottavat hyvin tietoa ja toivat omaa kokemustaan esiin.

Ohjaajien palautteessa oli toteamus ”purku kartongille on perinteinen”. Keskustelun herättäminen onnistui. Osallisuuspohdinnassa osallisuuden konkretia nuorille avautuu mihin ryhmiin kuuluu ja miten osallisuus näkyy omassa elämässä. Kaikki nuoret eivät välttämättä tiedä mitä osallisuus tarkoittaa.

Käytännön tarpeeseen syntyi karttapohja; Kenet tuntee parhaiten / kenet tuntee vähiten, koska en tuntenut ryhmää ja nuoret huiputtivat minua ottamalla parikseen jo sellaisia, joita tunsivat. Tein karttapohjan, mihin laitoin nuorten nimet rinkiin. Nuoret itse saivat kertoa vuorollaan: Kenet tuntevat parhaiten ja yhdistin

nämä nimet vihreällä nuolella. Kenet tuntevat heikoiten, yhdistin punaisella nuolella. Näin muodostui kartta, jota hyödynsin parien ja ryhmien muodostamiseen jatkossa. Vähiten tuntemien toimiminen pareina ja ryhmissä mahdollistaa, että ryhmäläiset tutustuvat toisiinsa paremmin, parantaa ryhmän toimintaa ja jokainen pääsee tasavertaisesti mukaan. Palautteessa tuli huomio: Kartta-idea hyvä, nuoren mahdollista tutustua itselleen vähemmän tuttuihin ryhmäläisiin.

### 8.3 Päivä 2: Tarinoita ja kehollisuutta

**Kehollisuuden** ottaminen mukaan syntyi Sari Toivakan ja Miina Maasalon ajatuksesta ”Ihmisen koti on keho”. Oman kehon tunteminen ja sen kuunteleminen on kehotietoisuutta. Kehomme toimii ympäristöä aistien ja välittää meille tietoa sisäisistä tuntemuksista. (Toivakka & Maasalo 2017,33,120.) Oman kehon arvostaminen, oman kehon kuunteleminen ja siitä huolen pitäminen on siten tärkeä osa itsetuntoa. Itsetunnon suojelemiseksi on tärkeää omien kehollisten rajojen tunnistaminen mikä on sallittua ja oman kehon suojeleminen ulkopuolelta tulevilta psyykkisiltä ja fyysisiltä loukkauksilta.

Ryhmään osallistuvat nuoret vaihtelivat päivittäin, joten toisiimme tutustumiseksi kävimme kierroksen, ketkä olivat paikalla. Tähän aamuun olin suunnitellut ”Mini keho”, missä nuori voi nostaa jonkin osaamisen tai onnistumisen itseä hieman kehaisten pienenä itsetunnon kohottajana. Nuorille tämä tuntui hankalalle, joten muutin kysymykseen: ”Mikä tekee sinut hyvälle mielelle?” Kysymyksessä huomio kiinnitetään positiivisen havainnointiin. Tähän nuorten oli helpompi vastata. Ajatus minikehujen antamisessa itselleen on se, että nuori oppii havaitsemaan omia osaamisalueita ja onnistumisia, mikä vahvistaa myönteisenä itsensä näkemisen ja itseluottamus vahvistuu.

Kehollisessa harjoituksessa keskityimme aluksi omaan hengittämiseen, jota voi käyttää myös rauhoittumiseen. Seuraavana harjoitteena käytiin oma keho rauhalliseen tahtiin hengitellen ja tunnustellen omin kämmenin painellen ensin kädet ja sitten koko vartalo päästä varpasiin. Seuraavaksi tehtiin kännykkäkumara-rajumpaa, että veri pääsee kiertämään aivoihin ja oikaistiin asentoa.

Itsetunnon vahvistamiseksi annoimme itsellemme ”rutistus halit” ja halattiin koko maailman ihanat ihmiset. Lopuksi pohdittiin yhdessä, miten omasta kehosta voi huolehtia ja miksi se on tärkeää (Terveellinen ravinto, uni/lepo, liikunta).

Näitä ideoita voi hyödyntää ja keksiä pieniä kehonhuolto hetkiä lisää. Nuoret voivat itse ideoida pieniä kehonhuoltoharjoituksia toiminnan alkuun tai johonkin sopivaan hetkeen keskelle toimintaa.

Kehollinen harjoitus oli selkeästi osalle nuoria haastavaa lähteä mukaan. Jokainen kuitenkin osallistui omalla tavallaan. Kehollisen harjoituksen toistaminen helpottaisi nuoria osallistumaan ja vähitellen huomaamaan harjoitteen hyödyt. Kehon tuntemuksien havaitseminen ja oman kehon hyväksyminen ovat tärkeä osa itsetunnon vahvistumista. Nuorten osallisuus lisääntyy, jos he itse alkavat totuttaa näitä tuokioita. Palautteessa kehollinen harjoitus nähtiin hyvänä vaihteluna perinteisiin rentoutusharjoituksiin.

**Tarinatyöpaja** oli toisen päivän osallistavana menetelmänä. Nuoret saivat tuottaa itsetuntotarinoita. Olin tulostanut kuvia (Pixpay) erilaisista nuorista ihmisistä. Nuoret jakaantuivat kahteen ryhmään periaatteella, kenet vähiten tuntevat. Nuoret lajittelivat ihmisten kuvia hyvä itsetunto, perusitsetunto ja heikko itsetunto ryhmiin keskustellen samalla kuvista miltä henkilöt näyttävät ja perustellen hie-man valintojaan. Tämän jälkeen käytiin keskustelua siitä, että se miltä ihminen näyttää päällepäin tai miten hän käyttäytyy ei voi suoraan tehdä päätelmiä henkilön itsetunnosta. Tässä huomioitiin erilaiset itsetunnon osa-alueet, kuten ihmisten erilaiset vahvuudet ja osaamisalueet. Nuoria ohjattiin myös ottamaan huomioon nk. ilmapuntari-itsetunto, mihin herkästi vaikuttaa elämässä tapahtuvat asiat, tilanteet, kokemukset ja tunteet. Nuoret valitsevat kuvan jokaisesta ryhmästä (Hyvä -, perus - ja heikko itsetunto). Ryhmät kirjoittavat näille hahmoille itsetuntotarinaa. Työskentelyyn varattiin aikaa 20–30 min. Ryhmien tarinat käytiin yhdessä läpi ja niissä esiin tulleita asioita verrattiin aiemmin tehtyyn itsetunto pohjaan. Esiin nousseita itsetuntoasioita kirjattiin aiempiin liittyen edellisten liitteeksi ja täydennykseksi.

Työpajatyöskentelyssä itsetuntoa pohditaan ja tutkitaan yhdessä, tavoitteena tulla tietoisemmiksi itsetunnosta, sen osa-alueista ja itsetunnon ulospäin näkyvistä puolista. Tämä mahdollistaa oman itsetunnon tutkimisen, havainnoimaan sitä laajemmin ja itsetuntemuksen vahvistumisen.

Työpajatyöskentelyyn nuoret lähtivät hyvin mukaan ja lajittelivat kuvia innokkaasti keskustellen. Pienryhmissä nuoret työstivät tarinoita keskustellen ja pohditen. Nuorilla syntyi hyviä huomioita. Itsetuntoa käsiteltiin yhdessä hyvin eri näkökulmia esille tuoden. Itsetunnon teoriaa pystyi hyvin yhdistämään työskentelyyn. Kuvien henkilöiden tarinoiden kautta etäännyttiin pohdinta itsestä. Nuoret pystyivät hyvin kuvien avulla luomaan tarinaa, liittämään siihen omaa tietoa ja kokemuspohjaa. Ryhmätyöskentely kehitti ryhmän toimintaa ja vuorovaikutustaitoja. Nuoret saivat olla aktiivisia toimijoita ja osallisuus mahdollistui. Nuoret saivat yhteisen pohdinnan, tiedon ja kokemusten kokoamisessa erilaisia näkemyksiä itsetunnosta sen osa-alueista ja ilmenemisestä ihmisten elämään liittyviin tilanteisiin peilaten. Palautteista yhdistellen menetelmää pidettiin hyvin keskustelua aiheesta herättävänä. Nuorten palautteista opitussa oli osa tuttua, mutta uuttakin oppia oli

**Luova menetelmä vesivärimaalaus,** Miltä itsetunto minussa tänään tuntuu? Maalaus toteutettiin A4-vesiväripaperille suoraan vesiväreillä vapaasti maalaan. ”Anna värien ja siveltimen kulkujen virrata sisältä vapaasti niin kuin itsetunto sinussa nyt tuntuu.” A4 paperille muodostuneet maalaukset leikattiin sakilla vapaasti nuoren haluamaan muotoon. Maalauksen taakse sai lyijykynällä hahmotella halutun muodon ennen leikkaamista. Nuoret kiinnittivät maalaukset rykelmäksi seinälle. Valmiita maalauksia tarkasteltiin yhdessä niiden persoonallisuutta arvostaen ja keskustellen miltä tuntui työskennellä. Tavoitteena oli tehdä maalaus luovana kokemuksena, ja oman sisäistä vapaasti ilmaisten. Kokeiltiin helpolla menetelmällä, missä osaaminen ja onnistuminen pääsi toteutumaan. Kokemus tuotti pienen onnistumisen kokemuksen ja ne ovat tärkeitä itsetunnon vahvistumisessa. Luovassa työskentelyssä toteutui vapautumisen kokemukset ja ilo.

Itsetunto-vesivärimaalauksessa nuoret pystyivät maalaamaan täysin itsestä syntyvin tuntemuksin ja jokainen oli aivan omanlaisensa. Itsetunnon vahvistamiseksi luovassa toiminnassa on tärkeää tukea juuri omaa tapaa ilmaista itseään ja nähdä tuo tekeminen siihen liittyvine tuntemuksineen yhtä arvokkaana, ellei jopa arvokkaampana kuin se mitä syntyy. Pidemmässä ohjauksessa maalaamisen vois mahdollistaa useammalla kerralla, tällöin poissaoloista huolimatta kaikki pääsisivät kokemaan oman luovuuden ja vapaan maalauksen toteuttamisen. Ryhmän toiminnassa kiinnitin huomiota siihen, että jokainen sai keskittyä työskentelemään rauhassa muiden häiritsemättä. Tuotoksen tarkastelussa ei arvioida tuotoksia, vaan niitä tarkastellaan neutraalisti havainnoiden erilaisia tulintoja ja kokemuksia jakaen. Valmiin maalauksen ripustaminen yhteisten tilojen seinille tekee oman työskentelyn näkyväksi ja merkitykselliseksi.

Palautteissa nousee esiin itsensä ilmaisemisen tärkeys. Osallistuneet nuoret pitivät maalaamisesta. Vesivärimaalaus mahdollistaa hetkeen pysähtymisen, ilmaisemaan itseään ja omaa tunnetta.

#### **8.4 Päivä 3: Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa?**

Nuorten henkilökohtaiseen kohtaamiseen tälle päivälle esitin tärkeän klassikko kysymyksen ”Mitä sinulle kuuluu?” Kannustin kertomaan vähän enemmän kuin vain ”ihan hyvää”, koska en heitä ollut viikkoon nähnyt.

Pienenä päivään ja tuleviin keskusteluihin virittävän harjoituksen oli hauska ”Pöllöpi harjoitus”. Tämä liittyy NLP (Neuro-Linguistic Programming) metodiin, joilla tähdätään oppia uudelleen ja käyttämään olemassa olevia voimavaroja paremmin. Tämä eräässä koulutuksessa kauan sitten opitun harjoitteen soveltamisen ideana oli havainnollistaa, kuinka ihmisen mieli pystyy avartamaan näkökulmaa, löytämään käyttämättömiä voimavaroja ja mahdollistamaan enemmän pelkän mielikuvituksen avulla (liite 3). Harjoitteella tavoiteltiin myös vapautumista jännityksestä ja keskittymään omaan tekemiseen, joiden toivoin auttavan seuraavassa toiminnassa.

Päivän menetelmänä toteutettiin Oppimiskahvila eli Learning cafe, mikä soveltuu yhteiseen oppimiseen ja ideaointiin. Se on hyvin toimiva yhteistoimintamenetelmä keskustelun synnyttämiseen ja tiedon kokoamiseen (Innokylä). Nuoret jaettiin kahteen ryhmään, joissa työskenneltiin 15 min. keskustellen ja kirjaten ylös isolle paperille. Ryhmä 1 aloitti pohtimaan Mikä vahvistaa itsetuntoa ja Ryhmä 2 Mikä heikentää itsetuntoa. Tauon jälkeen ryhmät siirtyvät toisen teeman pohdintaan. Edellisen ryhmän kirjaamat asiat käytiin läpi ja työskentelyä jatkettiin 15 min. edellisiin lisäten ja täydentäen.

Tämän jälkeen nuoret leikkasivat värillisistä kartongeista ilmapalloja ja säkkejä. Seuraavaksi kerättiin tiivistetysti itsetuntoa vahvistavat asiat kirjaten ne ilmapalloihin. Tiivistäminen tehtiin yhdessä keskustellen, samankaltaiset asiat muokattiin lauseiksi ja koostettiin samoihin ilmapalloihin. Tämä vaihe haastoi uudelleen nuoret pohtimaan ja ryhmittelemään aiemmin pienemmissä ryhmissä tuottamiinsa itsetuntoon vaikuttavia asioita. Samoin käytiin läpi itsetuntoa heikentävät asiat, jotka kirjattiin säkkeihin. Nämä liitimme seinälle aiemmin tehtyjen itsetuntomaalausten yläpuolelle itsetuntoa kohottavat ilmapallot ja alapuolelle itsetuntoa heikentävät painosäkit. Lopuksi joimme kahvit herkutellen mokkapaloilla.

Learning cafe -menetelmä toimi itsetuntoa vahvistavien ja heikentävien asioiden työstämiseen hyvin. Molemmat ryhmät tuottivat monipuolisesti aiheeseen liittyvää tietoa, näkökulmia ja kokemuksiaan. Menetelmä toimi hyvänä vuorovaikutuksen harjoitteluun. Jokainen osallistuja sai tuoda omia ajatuksiaan ja erilaisia näkökulmien esiin ja ne myös kirjattiin ylös. Koostamisvaiheessa, kun tuotettuja ajatuksia tiivistettiin, harjoiteltiin yhteistyötä ja neuvottelua. Yhteistoiminnan myötä nuorille mahdollistuu itsetuntoon vaikuttavien asioiden ymmärtäminen laajemmin ja näiden havaitseminen omassa elämässä. Ilmapallot ja säkit toimivat hyvänä visualisoijana kootuille ajatuksille, sekä niiden leikkaaminen toi vähän askartelua tehtävään.

Palautteissa yhdistyi näkemys, että menetelmä tuotti hyvää keskustelua ja yhdessä tekemistä sekä pohtimista. Ilmapallot ja säkit havainnollistivat ja konkretisoivat käsitellyt asiat hyvin, jotka vielä yhdistyivät aiempiin omiin

vesivärimaaluksiin muodostaen kokonaisuuden. Yhteinen kahvihetki toi yhteisöllisyyden tuntua.

### 8.5 Päivä 4: Tulevaisuuskartta

Nuorten kohtaamisessa tällä kertaa esitin kysymyksen ”Mikä sinulle on elämässä tärkeää?” Ryhmä oli aiemmin käynyt arvoja oman ohjaajansa kanssa, joten omia arvoja käsiteltiin vain lyhyellä keskustelulla nuorien kanssa.

Positiivinen pedagogiikka perustuen tulevaisuuden positiivinen kuvittelu laajentaa mahdollisuuksia ja luo päämääriä, jotka voivat toteutua. Omat arvot nousevat keskiöön, mikä on elämässä tärkeää, mikä on hyvää tai huonoa elämää minulle? ”Utopia ei olekaan pelkkää haihattelua vaan utopia on mahdollisuus, johon kytkeytyy myönteisten asioiden maalaaminen tulevaisuuden horisonttiin.” Tämä ajatus on lainattu Katja Sutelan kirjasta Näkyväksi tekemisen taito.

Teimme kuvitteellisen aikamatkan tulevaisuuteen 5–7 vuoden päähän. Ajatukset suunnattiin myönteiseen, ”elämä on soljunut myönteisessä virassa”. Työskentelyssä nuoret leikkasivat lehdistä kuvia ja liimasivat ne isoille värikartongeille täydentäen halutessaan kuvia tekstein. Näin muodostui tulevaisuuskarttoja. Lopuksi karttoja tarkasteltiin yhdessä. Jokainen sai esitellä omansa ja kertoa mitä syntyi haluamallaan tavalla. Lopuksi myös keskusteltiin. Syntyikö jotain itselle uutta tai yllättävää? Miltä työskentely tuntui? (Askeleet kohti tulevaisuuden tavoitteita jätin oman ohjaajan kanssa tapahtuvaan työskentelyyn.)

Tulevaisuuskartan tekemiseen varasin runsaasti aikaa, kuitenkin työskentely sujui jokaisella eri tahtiin ja aikaa olisi voinut olla enemmän. Mielikuvituksellisella siirtymisellä musiikin ja rauhallisen kerronnan avulla pyrin auttamaan nuoret myönteisen tulevaisuuden vapaaseen kuvitteluun. Unelman visualisointi muuttaa tavoitteet näkyväksi ja yksityiskohdat tarkentavat tavoitteita, jotka voivat olla inspiraationa ja pieninä askeleina kohti tulevaisuutta. Visualisoinnissa voi tehdä siirtymän tulevaisuuteen, missä unelma on saavutettu. Unelmaa voi

vahvistaa ja tarkentaa kuvittelemalla millaista elämä tuolloin parhaimmillaan on ja mitä hyvää se itselle tuottaa. (Hirvihuhta & Litovaara 2003, 23.)

Nuoret paneutuivat tähän työskentelyyn omin persoonallisin tyylein. Joillakin alkuun pääseminen vei vähän pidempään ja toisilla kuvia löytyi hyvinkin nopeasti. Ohjaamisella suuntasin nuoria miettimään omia valintojaan ja palaamaan myös hieman pohtimaan omia arvoja sekä toiveita omasta hyvästä elämästä tulevaisuudessa. Tukea ja hyväksyntää tarvitsivat nuorten erilaisetkin ajatukset, kuten tulevaisuuden toivottomuus ja ajatusta siitä, että elän vain tässä hetkessä. Osallisuuspedagogiin periaatteiden mukaisesti nuorilla on vapaus päättää osallistumisestaan. Vaikka toimintaan ei osallistuisikaan aktiivisesti, mahdollistaa ryhmässä oleminen jo osallisuutta. Nuorten kunnioittaminen ja heidän yksilöllisten voimavarojen huomioiminen toteutui. Toiminnan kuluessa myös ne, joilla alkuun oli hyvin vaikea lähteä työskentelemään, onnistuivat tekemään omanlaisensa version. Nämä rohkaistumiset huomioin kannustavalla palautteella. Toiminnan purkutilanteessa yhdessä karttoja yhdessä tutkittaessa, pystyi jokaiselle antamaan lisää kannustavaa palautetta. Tähän työskentelyyn varattu aika meinasi olla liian lyhyt.

Palautteessa oli huomiona, että tulevaisuuskartan toteutus on perinteinen, sopii hyvin starttivalmennukseen. Nuorten palautteista kävi ilmi, että työskentely oli ollut mieleistä.

### **8.6 Päivä 5: Mieli piteellä on väliä!**

Päivään virittäytyminen tapahtui ryhmässä aluksi tehdyllä mielipidekierroksella. Jokainen sai kertoa mikä on lempi vuodenaika ja miksi. Jo tämän pienen lämmittelyn aikana huomasimme, että neljästä vaihtoehdosta kaikille oli kannatusta erilaisilla perusteluilla. Kävimme keskustelua erilaisten mielipiteiden tärkeydestä, oman ja toisen mielipiteen arvostamisesta. Lisäksi käsiteltiin erilaisista näkökulmista ja yhteisissä asioissa erilaisten mielipiteiden yhteensovittamisesta yhteen sekä tähän liittyen demokraattisesta päätöksenteosta.

**Kolmivaiheinen haastattelu** toimi päivän harjoitteena. Nuoret valitsivat itse aiheen tähän työskentelyyn. Toteutuksessa nuoret haastattelivat toisiaan aiheesta ja kirjasivat nämä ylös. Lopuksi pari tiivistä mistä olivat samaa mieltä ja mistä eri mieltä. Tämän jälkeen pareista muodostettiin kahden parin ryhmiä missä haasteltiin jälleen ristiin. Jälleen vertailtiin mistä oltiin samaa ja erimieltä. Lopuksi otettiin kaikki 4 ryhmät yhteen ja käytiin vielä yksi haastattelu kierros ja näistä kaikista koottiin yksi iso yhteinen kooste, missä näkyivät yhteiset näkemykset ja kaikki eroavat näkemykset. Voitiin havaita, että on samanlaisia ja erilaisia mielipiteitä ja huomattiin toisten erilaisten näkökulmien tai huomioiden rikastuttava merkitys omaan ajatteluun.

Lämmittelyvaihe sujui helposti. Työskentelyyn aiheen valitseminen oli hankalaa. Aiheita olisi voinut pyytää miettimään jo etukäteen. Yhdessä pinnistellen aihe syntyi. Nuoria oli paikalla vain neljä, joten luovasti muodostin ryhmän ohjaajasta ja opiskelijasta toisen kierroksen haastatteluryhmän. Menetelmä saatiin näin toteutettua. Kolmivaiheisella haastattelulla saatiin kaikki puhumaan, tuomaan omia mielipiteitään ja kokemuksiaan esille. Erilaiset näkökulmat pääsivät esiin ja huomattiin niiden rikastuttavan omaa tapaa ajatella. Nuoret keskustelivat hyvin ja osasivat toista kunnioittavalla tavalla myös suhtautua erilaisiin näkemyksiin. Harjoitteena menetelmä oli toimiva.

Palautteessa kolmivaiheinen haastattelu todetaan hyväksi menetelmäksi mielipiteen harjoitteluun, kuulla toisten ajatuksia ja oppia uusia näkökulmia. Aiheen valintaan syntyi idea, jos ryhmässä on ujoja tai muuten vaikea löytää aihetta, voi hyödyntää esim. päivän lehteä aiheen valintaan.

## **8.7 Nuoria osallistavat palautemenetelmät**

**Liikennevalomenetelmällä** (Innokylä) toimintaan osallistuneet nuoret arvioivat jokaisen toimintakerran jälkeen värilapuilla seuraavasti; punainen ei tue itsetuntemustani, keltainen synnytti ajatuksia ja vihreä auttoi itsetuntemuksessani. Lisäksi lappuihin saivat nuoret halutessaan kirjoittaa omin sanoin mitä muuta halusivat minulle palautteena toimintakerrasta antaa. Menetelmä oli nuoria

osallistava ja sen tavoitteena oli tuottaa tietoa siitä, kokivatko nuoret saavansa totutetuilla menetelmillä itsetunnon vahvistusta ja kerätä muuta palautetta toiminnasta.

Nuorilta saadun palautteen perusteella tein päätelmiä, että käytetyt menetelmät olivat nuorille heidän omana kokemuksenaan ainakin jossain määrin hyödyllisiä ja mieleisiä. Nuoret kokivat saaneensa toiminnasta jotain tai synnyttäneen ajatuksia itsetunnosta 7 / 24 palautteessa. Itsetunnon vahvistusta koki saaneen 16 / 24 palautteesta. Vain yksi palaute oli punainen.

Menetelmiä nuoret olivat myös kommentoineet kirjoitetuissa palautteissa. Luovat menetelmät, maalaaminen ja askartelut saivat myönteistä palautetta seitsemässä vastuksessa. Uuden oppiminen tuli ilmi kahdessa palautteessa. Keskusteluja pidettiin hyvinä tai antoisina kolmessa palautteessa. Ilmapiiiriä ja tunnelmaa oli koettu myönteisesti kuudessa palautteessa. Viimeisen kerran haastatteluohjelma oli yhdessä palautteessa koettu vaikeaksi, mutta kivaksi. Kiitos oli kirjoitettu kolmeen palautteeseen. Taulukkoon 1. olen koonnut saadut palautteet toimintakeroista väreittäin.

1.- 5. Toimintakerrat, menetelmä/aihe	Pun. ei tue itsetuntoa ( Palautteita 4-6/kerta) Kelt. synnytti ajatuksia Vihr. vahv. itsetuntoa					
1. Tutustuminen ja teemoihin orientoituminen/ pari haastattelu & yht. pohdinta	P	K	K	V	V	
2. Itsetunto tarinoita kuvista ja kehollisia harjoitteita	K	V	V	V		
3. Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa? Oppimiskahvila	K	K	K	V	V	V
4. Tulevaisuuden myönteinen kuvittelu/ Tulevaisuuden kartta	K	V	V	V	V	
5. Mielenpitemällä on väliä! /Kolmi-vaiheinen haastattelu	V	V	V	V		

Taulukko 1. Liikennevalo -menetelmällä. Nuorten antamat palautteet.

Liikennevalo -menetelmästä saatu palaute ei kerro suoranaisesti nuorten itsetunnon vahvistumisesta. Itsetunnon muutoksen mittaaminen ei tässä

opinnäytetyössä ollut tavoitteena. Itsetunnon mittaamiseksi olisi voinut käyttää itsetunnon mittareita, jotka olisi toteutettu alkumittauksena ja loppumittauksena. Suunnitteluvaiheessa mietin itsetunnon mittausta jollain helpolla ja yksinkertaisella menetelmällä. Alkusuunnittelussa ohjaajien kanssa päädyttiin jättämään itsetunnon mittaaminen kokonaan pois, koska ryhmässä olevat nuoret edustavat pääosin nuoria, joilla on itsetunnon eri osa-alueilla mahdollisesti ikäryhmän verraten heikkouksia. Nuorten elämäntilanteen huomioiden ei olisi ollut eettisesti hyväksyttävää lähteä mittaamaan toiminnallisessa opinnäytetyössä näin lyhyessä kokeilussa nuorten itsetuntoa. Itsetunnon itsearviointiin liittyvät hankaluudet oli otettava huomioon (Keltikangas-Järvinen, 1994,86-90). Lisäksi on huomioitava, että Vamoksen käyttämään omaan tähtimenetelmään sisältyy osa-alue, joka mittaa nuorten itsetunnon kehitystä nuorten saaman pitkäaikaisen ohjauksen ja tuen myötä. Nuorilta palautteen kerääminen liikennevalo-menetelmällä antoi siten suuntaa käytettyjen menetelmien sopivuudesta itsetunnon vahvistamiseen. Menetelmä toimi hyvin nuorten osallisuuden mahdollistamiseen toiminnan arvioinnissa ja palautteen antamisessa.

Ryhmän ohjaajien arvioinnissa menetelmä koettiin helpoksi ja hyväksi tavaksi kerätä nuorilta palautetta. Värien käyttö on toimiva ja halutessaan nuori voi vielä antaa kirjallista palautetta. Menetelmää pystyy soveltamaan ja hyödyntämään jatkossa viikoittaisena palautteen keräämisenä viikolla järjestetystä toiminnasta ja nuorten kokemuksia siitä saamastaan hyödyistä.

**Osallisuuden kokemus: 14–28-vuotiaat.** Osaamiskeskus Kentaurin (2022) ikätasoisella osallisuusmittarilla keräsin viimeisellä toimintakerralla toimintaan osallistuneiden nuorten kokemuksia osallisuudesta. Viimeisellä kerralla osallistujia oli neljä, joten jätin ohjaajille lomakkeita mahdollisuudeksi vielä myöhemmin täyttää niitä. Viimeisen kerran osallistuneiden neljän lisäksi sain lomakkeita myöhemmin vielä kaksi, palaute jäi saamatta neljältä. Toiminnan lopussa arvioitiin osallisuuden kokemuksia eri vaihtoehdoin 1 täysin eri mieltä, 2 eri mieltä, 3 samaa mieltä, 4 täysin samaa mieltä. Vastausväittämiä oli kyselyssä 8. Olen koonnut vastukset taulukkoon 2.

Väittämät	1. Täysin eri mieltä	2. Eri mieltä	3. Samaa mieltä	4. Täysin samaa mieltä
Saan olla täällä oma itseni			1	5
Tähän porukkaan kuuluminen on minulle merkityksellistä			5	1
Saan tehdä asioita, jotka ovat minulle tärkeitä			4	2
Saan apua, kun sitä tarvitsen			2	4
Voin luottaa muihin tässä porukassa ja minuun luotetaan			3	3
Ideoitani kuunnellaan			3	3
Pystyn vaikuttamaan johonkin minulle tärkeään asiaan			2	4
Uskallan sanoa mitä mieltä olen			5	1

Taulukko 2. Osallisuudenkokemus: 14–28-vuotiaat, Nuorten kokemuksia ryhmän kokoontumiskerroilla koetusta osallisuudesta.

Osallisuuskokemuskyselyn tulkitsemisessä huomio kiinnittyy vastauksissa osallisuudenkokemusten sijoittumiseen kokonaisuudessaan myönteiseen reunaan. Ryhmässä omana itsenä olemisen kokemus oli vahvaa. Ryhmään kuulumisen merkityksellisyydestä oltiin samaa mieltä mutta sitä ei koettu hyvin vahvana. Oman mielipiteen esiintuomisessa on havaittavissa pientä epävarmuutta. Kyseilyn käytettävyys osallisuuskokemuksen itse arviointiin vaikutti hyvälle.

Toimintakertojen kokonaisuus olisi antanut nuorille enemmän, jos heistä jokainen olisi pystynyt olemaan läsnä jokaisella kerralla. Poissaoleville kyseisen toimintakerran tuottama osallisuus jäi kokematta. Osallisuuskyselyn tuloksien luotettavuutta heikentää se, että osallistuneista palautteen antaneista vain kaksi oli läsnä jokaisella kerralla, muut olivat toiminnassa mukana vaihtelevan määrän kerroista ja lisäksi neljältä en palautetta saanut ollenkaan. Arvioinnissa tulokset ovat suuntaa antavia. Toinen tärkeä merkitys opinnäytetyössäni oli palautteen antamisen mahdollistaminen nuorille ja siten osallisuuden vahvistaminen. Osallisuuskyselyn kysymyksiin vastaamalla nuoret tulivat myös pohtineeksi omaa

osallisuuden kokemuksesta. Tuotoksessa osallisuuskysely antaa Vamoksen ohjaajille yhden mahdollisen välineen arvioida osallisuuden toteutumista omassa toiminnassaan ja mahdollisuuden hyödyntää sitä toiminnan kehittämisessä nuorten osallisuuden lisäämiseksi. Itse käytin tapaamiskertojen vähydenvuoksi vain loppumittausta kyselyn ohjeistuksen mukaisesti, mutta pidempikestoisessa toiminnassa voi osallisuuden toteutumista mitata alussa, puolivälissä ja lopussa (Osaamiskeskus Kentauri 2022).

## 9 Tuotoksen esittely ja arviointi

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena syntyi Menetelmäkansio. Alkusaunoissa (liite 4) kerron lyhyesti kansioon valittujen menetelmien valintaperusteista ja tavoitteista. Tuotoksen alkuun olen koonnut tiivistetyt lyhyet kuvaukset Osallisuuspedagogiikasta, Itsetunnosta, Osallisuudesta ja Luovista menetelmistä. Tietoperustan lyhennetyt versiot olen jättänyt pois liitteestä 4, koska samat asiat ovat jo laajemmin esitetty tässä opinnäytetyössä. Tuotokseen tein havainnollistavan kaavion (kuva 2.), jonka tarkoituksena on havainnollistaa menetelmäkansion toteutuksen periaatteita.



Kuva 2. Menetelmäkansion toteutuksen periaatteita.

Käytetyistä menetelmistä olen koonnut 10 yhden sivun mittaista kuvausta. Kuvauksia olen täydentänyt toiminnallisessa osuudessa ottamillani kuvilla. Opinnäytetyön liitteessä 4. esimerkkinä on kaksi kuvausta: 1. Yhteinen taideteos ja 9. Liikennevalo palautemalli.

1. Yhteinen taideteos (Opinnäytetyön liitteessä 4.)
2. Tutustuminen
3. Teemoihin Itsetunto ja Osallisuus tutustuminen
4. Kehollisuus
5. Tarinoita kuvista. Työpajatyöskentely ja Vesivärimaalaus.
6. Oppimiskahvila. Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa?
7. Tulevaisuuskartta
8. Mieliä on väliä! Kolmivaiheinen haastattelu.
9. Liikennevalo palautemalli. Nuoria osallistava palautemenetelmä. (Opinnäytetyön liitteessä 4.)
10. Osallisuuden kokemuskysely.

Kuvauksien jälkeen menetelmäkansiossa on käytettyjen lähteiden luettelo ja liitteenä kokeiluihin kokoamiani ja käyttämiäni materiaaleja, joita Vamoksen ohjaajat voivat hyödyntää jatkossa. (Materiaaleja ei ole tuotos liitteessä 4.) Tuotoksen syntynyt menetelmäkansio liitetään sähköisessä muodossa Vamoksen sisäiseen verkkoon, mistä eri yksiköiden ohjaajat ympäri suomen voivat tutustua siihen ja hyödyntää sekä soveltaa koottuja menetelmiä omassa työssään.

Tuotoksen arviontiin osallistuivat toimintayksikön johtaja ja paikalla kaikki toteutuskerrat ollut ohjaaja. Tieto-osuuden olin tuotokseen laatinut käyttäen opinnäytetyöni tietopohjaa hieman supistaen, kuitenkin menetelmien käyttöä tukevaksi. Tietopohjaa he kuvasivat kattavaksi, joskin Vamoksen ryhmien ohjaajille ei teoriaa tarvitse olla niin paljon. Tämän pohjalta päädyin vielä tietopohjan kuvauksia tiivistämään lopulliseen tuotokseen. He toivoivat painotusta menetelmien selkeisiin ja kuvallisiin ohjeistuksiin, joissa on harjoitteen tavoitteet mukana. Heidän toiveiden mukaisesti pyrin selkeyttämään menetelmien kuvauksia.

Toimeksiantajan palautteesta kävi ilmi ja myös itse tämän jo ennakkoon olin tiedostanut, että osittain samantapaisia menetelmiä on jo aikaisemmin ollut käytössä. Tuttujen ja hyväksi havaittujen menetelmien varioiminen on aina toimivaa. Ratkaisukeskeisesti ajatellen, se mikä toimii, sitä kannattaa jatkaa. Menetelmät olivat valittu sillä periaatteella, että ne ovat osallisuuspedagogiikkaan periaatteisiin sopivia ja nuoria osallistavia, sekä niiden avulla nuorten oma itsetunnon tutkiminen mahdollistuu ja nuoren tietämys sekä ymmärrys itsetunnosta paranee. Menetelmäkansion olen tehnyt Vamoksen ohjaajien käyttöön ja se palvelee heitä siten, kuin kukin käyttäjä sitä haluaa itselleen hyödyntää. Menetelmiä voi myös soveltaa muihin teemoihin haluamallaan tavalla.

## 10 Pohdinta

### 10.1 Johtopäätökset

Opinnäytetyössä Vamoksen nuorten ryhmän ja ohjaajien kanssa toteutetuissa kokeilussa osallisuuspedagogiikkaan perustuvilla ja luovilla menetelmillä tavoiteltiin nuorten itsetunnon vahvistamiseen ja osallisuuden lisäämiseen soveltuvien menetelmien kokoamista. Tavoitteena oli saada Vamoksen ohjaajien käyttöön ryhmien ohjaamiseen soveltuvia menetelmiä, joita he voivat työssään hyödyntää ja soveltaa. Menetelmien kokeilu tuotti monipuolisesti tietoa ja kokemuksia menetelmien soveltuvuudesta.

Menetelmät toimivat hyvin ryhmätyöskentelyssä lisäten vuorovaikutusta ja ryhmän toimivuutta, lisäksi ne sisälsivät myös yksilöiden itsensä ilmaisemista ja osallisuutta tukevia elementtejä. Menetelmät olivat osallistavia ja toimivat hyvin osallisuuden lisäämiseksi. Itsetunnon vahvistamiseen menetelmillä voitiin parantaa ryhmään kuulumista ja siinä merkityksellisenä toimijana olemista ja ryhmässä hyväksytyksi tuntemisen kautta. Itsetunnon vahvistumiseen tähdättiin yhteisen tiedon ja ymmärryksen lisäämisellä itsetunnosta. Itsetunnon vahvistumiseen yksilöllisenä ja omakohtaisena prosessina näin lyhyellä työskentelyllä ja näillä menetelmillä ei varmuudella voitu vaikuttaa. Nuorten ohjaamisessa

opinnäytetyö kytkeytyy nuorisolakiin perustuvaan nuoren kasvun, itsenäistymisen ja osallisuuden tukemiseen (NL 2016).

Keskeistä nuoren ohjaamisessa on luottamuksen rakentaminen ja hyvä vuorovaikutus, mikä pitää sisällään nuoren kohtaamisen arvostaen ja häntä kuullen. Soisiodynaamisen ohjaustavan mukaisesti toteutui nuorille mahdollisuus olla vuorovaikutuksellisessa yhteydessä toisiin, saada kokemuksia ja kehittyä yksilönä. Yhteisöllisyys ja positiivinen pedagogiikka tämän rinnalla toimii myönteisten asioiden havaitsemisessa ja toiveikkaan tulevaisuuden luomiseen. (Niemi-Pynttari, 2013; Peavy 1999.)

Osallisuuspedagogiikkaan perustuvan ohjausnäkemysliittämisen menetelmiin antaa Vamoksen ohjaajille yhden uudenlaisen näkökulman nuorten ohjaamiseen. Osallisuuspedagogiikka yhdistää eri pedagogisia strategioita. Näkökulmana se yhdistää osallistavan kasvatuksen ja yhteistoiminnallisen oppimisen. Pedagogisena mahdollisuutena oli yhdistellä monipuolisesti menetelmiä nuorien aktivoimiseen ja osallisuuden mahdollistamiseen. (Kukkonen 2015.) Työpaja, oppimiskahvila ja kolmivaiheinen haastattelu ovat kaikki osallistavia menetelmiä, joissa ryhmätyöskentely ja ryhmän vuorovaikutus nousee tärkeäksi. Ne harjaannuttivat nuoria ryhmässä dialogiseen keskusteluun ja yhteiseen pohtimiseen. Nämä menetelmät vaativat osallistujilta aktiivisuutta ja sitoutumista työskentelyyn. Tämä ryhmä oli hyvin keskustelevalaa ja kykeni tuottamaan hyvin monipuolisesti asiaan liittyen ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Ohjaaminen keskittyi tukeen ja kannustamiseen.

Nuorten osallisuuden toteutumine parhaimmillaan tarkoittaa heidän osallisuuttaan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Opinnäytetyön kokeilun menetelmät ja suunnitelmat syntyivät opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa. Nuoret osallistuivat toteutukseen ja arviointiin. Opinnäytetyössäni on nuorten osallisuuden tukemisessa mukana Juha Hämäläisen (2008) ajatus osallisuutta tukevasta pedagogiikasta ja näkemyksestä, että osallisuuteen kasvetaan. Osallisuus vahvistuu nuoren oman toimijuuden vahvistumisen kautta. Tärkeäksi osallisuuden toteutumisen näkökulmasta nousee palautteen antamisen mahdollisuus. Palautteen antaminen mahdollistaa nuoren toimintaan vaikuttamisen ja työntekijöille

mahdollisuuden havaita toiminnan puutteita ja kehittämisen tarpeita. Osallisuus käsitteen avaaminen ja mahdollistaminen nuorille sen ymmärtämiseen omakohdaisesti toteutui opinnäytetyön alussa. Menetelmien valinnassa ja totutuksessa ohjauksellisesti osallisuuden mahdollistamiseen kiinnitin huomiota. Nuoret olivat aktiivisina toimijoina ja samalla heillä oli vapaus valita osallistumisestaan ja osallisuuden tavoistaan. (Peurunka & Happo 2018.) Nuorten palautteena täyttämät osallisuudenkokemus kaavakkeet kertoivat suuntaa toteutuksen osallisuuskokemuksista ja tukivat nuorten omaa osallisuuspohdintaa.

Nuorten väliset haastattelut tutustumisessa ja kolmivaiheisessa haastattelussa mahdollistavat jokaisen nuoren tuomaan omia ajatuksiaan kuuluville. Itsetunnon käsittelyssä nuorten kanssa kokeilemani menetelmät toimivat hyvin aktivoiden nuoret itse pohtimaan eri tavoin itsetuntoa. Itsetunto moniulotteisena ja jokaisen minuuden ilmentymänä oli mielenkiintoinen tutkimusmatka kaikille toteutukseen osallistuneille. Itsetuntoa tarkasteltiin perustana itsearvostus ja itseluottamus. Itsetunnon vaihtelua, siihen vaikuttavia tekijöitä sekä erilaisia itsetunnon osa-alueita pyrittiin hahmottamaan Liisa Keltikangas-Järvisen(1994) oppien mukaisesti. Hyvään itsetuntoon kuuluu itsensä arvostaminen, mutta myös toisten arvostaminen. Itsetuntemus vahvistaa itsetuntoa, se vaatii pysähtymistä ja on opeteltava kuuntelemaan itseään arvostaen, omat toiveet ja tarpeet sekä omat rajat tiedostaen (Toivakka & Maasalo 2017). Itsetuntoa ymmärtämällä ja tiedostamalla itsessään, voi tehdä hyviä omia valintoja ja kulkea kohti omia kuvia tulevaisuudenkartallaan.

Ihmisistä laadullisin menetelmin tietoa kootessa saatetaan joutua täsmentämään tai muuttamaan joitakin alussa tehtyjä ratkaisuja muistuttaa Vilka (2015, 56). Opinnäytetyössä kokeilun myötä itsetunnon vahvistamisen mahdollisuudet realisoituivat ja muutin hieman tarkasteluani alkuasetelmaan nähden. Menetelmien kokeilun päätelmänä totean, että menetelmät toimivat hyvin itsetunnon yhteiseen tutkimiseen, tiedon jakamiseen ja ymmärryksen lisäämiseen. Itsetunnon vahvistamiseen yksistään näillä menetelmillä ei voida suuresti vaikuttaa. Toiminnan kautta nuorien saamat hyvät kokemukset ryhmässä toimimisesta ja luovista menetelmistä voivat itsetunnosta karttuneen tiedon myötä olla kaikki osaltaan vahvistavana tekijänä nuoren itsetunnon kehittämisessä.

Luovat menetelmät, jotka kokeiluun valitsin, toimivat nuorten kanssa hyvin. Yhteinen taideteos mahdollisti kaikkien osallistumisen. Ryhmän pidempikestoisessa toiminnassa luovien töiden edistämistä voidaan jakaa pidemmälle ajalle ja poissaoloista huolimatta voidaan mahdollistaa jokaisen nuoren osallisuus luovaan työskentelyyn. Luovien menetelmien visuaaliset tuotokset maalaukset, yhdessä tuotetut itsetuntoon liittyvät koosteet ja kuvitetut tulevaisuuskartat toimivat positiivisen pedagogiikan periaatteiden mukaisesti kokemusten, tunteiden ja yhdessä tuotetun dokumentointina, joiden jakamisen ja vuorovaikutuksellisuuden lisäksi ovat nuorille itselleen ja ryhmälle muistin tukena ja mahdollistavat noihin asioihin uudelleen palaamisen, kun ne ovat ryhmän tilassa esillä. (Kumpulainen ym. 2014, 231–233.) Nuorten luovien töiden esille asettaminen tekee työskentelyn merkitykselliseksi, osaamisen ja onnistumiset näkyviksi siten myös itsetuntoa kohottaviksi. Luovien menetelmien käyttöä nuoret olivat toivoneet ja heiltä saamani palautteen mukaan he kokivat työskentelyn mielekkäänä. Ohjaajien palautteissa luovat menetelmät koettiin hyvin toimiviksi ja aikovat jatkossa enemmän luovia menetelmiä toiminnassaan hyödyntää.

Opinnäytetyön toteutuksena syntynyt tuotos on tehty Vamoksen ohjaajille. Menetelmissä oli tuotoksen alustavan arvioinnin mukaan myös entuudestaan tuttuja menetelmiä. Menetelmien ohella tärkeäksi nousivat itsetunnon tiedollinen käsittely ja osallisuuden omakohtainen tiedostaminen. Nuorten ohjaamisessa menetelmät mahdollistavat nuorten osallisuuden, missä keskeistä on nuorten yhdessä toimiminen ja vuorovaikutuksen lisääminen. Menetelmiä toivon ohjaajien hyödyntävän, joko kokonaisuutena itsetunnon käsittelyyn tai osittain soveltuvilta osin nuorten ohjaamisessa. Erilaisten ryhmien kanssa toimiessa ja myös erilaisten teemojen käsittelyyn näitä menetelmiä voi joustavasti soveltaa.

## 10.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön teorian kokoamiseen hain tietoa nuorten ohjaamisesta, osallisuudesta ja itsetunnosta pyrkien löytämään mahdollisimman uusia lähteitä. Itsetunnon teoriassa on Liisa Keltikangas-Järvinen edelleen uusimmissa itsetuntoa

käsitlevissä lähteissä paljon lainattu, joten päädyin käyttämään tietolähteenä suoraan hänen alkuperäistä teostaan. Osallisuuspedagogiikka on useita pedagogisia periaatteita, ohjaus ja kasvatus näkemyksiä sekä työotteita yhdistelevää, joten olen näitä eri lähteiden avulla pyrkinyt monipuolisesti avaamaan. Luovuutta ja luoviin menetelmiin liittyvää teoriaa olen esitellyt opinnäytetyöhöni liittyen. Lähteiden valinnassa olen arvioinut lähdekriittisesti käyttämiäni lähteitä. Opinnäytetyön laatu ja luotettavuus ovat yhteydessä käytettyjen lähteiden laatuun (Vilkka 2021, 120).

Toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin yhdellä Vamoksen nuorten aikuisten ryhmällä. Opinnäytetyössäni ryhmä oli sopiva kehittämistyön kannalta ja toiminnallinen opinnäytetyö tapahtui luonnollisessa ympäristössä, jossa ryhmämuotoinen nuorten valmennus tapahtuu (Vilkka 2015, 155,156). Kehitettävien menetelmien kokeilu ja havainnointi oli mielekästä toteuttaa aidossa nuorten toimintaryhmässä. Ryhmä on ainutkertainen ja toiminnassa syntynyt tieto oli laadullista ja lähinnä kokemuksellista. Osallistuvassa havainnoinnissa yhteisöön sisään pääseminen ja riittävän luottamuksen saavuttaminen sisältää riskin halutun aineiston saamiseen ja myös sen laatuun. Avainhenkilö, joka tuntee yhteisön, auttaa luottamuksen saavuttamisessa. (Vilkka 2015, 145.) Tässä opinnäytetyössä luottamuksen saamisessa ja toiminnan etenemisessä tukena olivat ryhmän omat ohjaajat.

Sosiaalisissa tilanteissa havainnot ovat ainutkertaisia ja yleistettävyyttä ainoana aineistona ei ole hyvä. Näköhavaintojen lisäksi on hankittava muuta tietoa havainnointiaineiston lisäksi merkitysten ymmärtämiseksi ja kokonaisuuden muodostamiseksi. (Vilkka 2021, 83.) Opinnäytetyössä kokeiltujen menetelmien toimivuuteen, ohjauksen ja ryhmän toiminnan tarkastelussa havainnoinnin suuntaaminen olennaisimpiin asioihin oli aineiston kannalta tärkeää. Havainnointimalli toimi apuvälineenä havaintojen suuntaamisessa ja tallentamisessa. Havainnointimallin havainnointipohjaa hyödyntämällä havainnointi tapahtui systemaattisesti, joten aineiston laatu ja luotettavuus parani (Huhtanen, Hilden & Isola 2019). Havainnointi aineiston täydentämiseksi olivat toimintaan osallistuneiden nuorten palautteet ja yksikön henkilökunnan antama palautteet ja

arvioinnit tärkeitä. Opinnäytetyön eri vaiheissa käydyt dialogiset keskustelut auttoivat yhteisen käsityksen muodostamisessa ja merkitysten ymmärtämisessä.

Vilka (2021, 82) muistuttaa osallistuvassa havainnoinnissa siitä, että omassa roolissani vaikutan toiminnallisen ryhmään. Opinnäytetyössäni ennalta tiedostin vaikuttavan sen, että olen huomattavasti vanhempi kohderyhmään, ja roolini opinnäytetyön tekijänä oli nuorille tiedossa. Tämä näytti vaikuttaneen vain myönteisesti siihen, että nuoret tulivat hyvin mukaan toimintaan. Itse myös omalla toiminnallani pyrin vaikuttamaan innostaen ja toiminnan mielekkäänä säilyttämiseen. Osallistuvassa havainnoinnissa on tärkeää havainnoida kaikin aistein. Kohderyhmää ei pidä nähdä liian itseselvänä. Oma tapa havainnoida, tarkastella ja jäsentää on tunnistettava sekä kiinnitettävä huomiota kohderyhmän tapaan ajatella ja toimia. (Vilka 2021, 83.) Omat ennako-oletukseni ryhmän kanssa toimimiseen ja kokeiltaviin menetelmiin oli otettava huomioon. Opinnäytetyön alkuasetelma itsetunnon vahvistamiseen nuorilla myös avautui itselleni matkalla uudella tavalla, minkä myötä jouduin tarkasteluani hieman muuttamaan. Positiivisessa mielessä tämä oli toiminnallisessa tutkimuksessa reflektiivisyyden kautta syntynyt parempi ymmärrys havainnoitavaan asiaan, joka vaikutti myös havaintojen ja tulosten tulkintaan.

Opinnäytetyössäni olen toteuttanut eettisiä ohjeita perustuen Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuun (3/2019). Yleisten eettisten periaatteiden mukaisesti olen kunnioittanut osallistujien ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta. Toiminnallisessa toteutuksessa nuorilla oli vapaaehtoisuus osallistua ryhmään ja vapaus päättää missä määrin haluaa osallistua keskusteluun tai muuhun yhteiseen toimintaan. Vapaaehtoisuus on käynyt ilmi saatekirjeessä ja nuorten allekirjoittamissa suostumuslomakkeissa. Vaitiolovelvollisuuteen olen täysin sitoutunut, enkä ole saattanut mitään tiedoksi saamaani muiden tietoisuuteen. Toiminnallisessa opinnäytetyössäni olen huomioinut asiakkaiden tasavertaisen ja arvostavan kohtelun. Opinnäytetyössä anonyymiys on suojattu siten, ettei toimintaan osallistuneita voida tunnistaa. Osallistujien nimiä tai henkilötietoja ei ole käytetty. Osallistujille ovat saaneet ennen toimintatuokioiden aloittamista Saatekirjeen, jossa on selvitetty opinnäytetyössä käytetyt menetelmät ja tavoitteet (liite 1). Osallistujat ovat antaneet kirjallisen suostumuksen, Suostumuslomake

pohja (liite 2). Suostumuslomakkeet säilytettiin Vamoksen tiloissa asianmukaisesti. Muu aineisto ei sisällä arkaluontoista tietoa ja tuhotaan välittömästi opinnäytetyön valmistumisen jälkeen, eikä sitä hyödynnetä myöhemmin.

Toiminnallisen opinnäytetyöni toteutin Vamoksen nuorien parissa ja olen huomionnut Diakonissalaitoksen eettiset ohjeet (Vamos 2022). Olen pyrkinyt selkokielisyyteen ja ymmärrettävyyteen tiedottamisessa ja toiminnassa. Kaikessa toiminnassani olen huomionnut asiakkaat ja työyhteisön heitä kunnioittaen. Diakonissalaitoksen strategiset arvot; ihmisarvo, lähimmäisenrakkaus ja uudistaminen olen ottanut huomioon. Opinnäytetyölle on haettu Diakonissalaitoksen eettisen toimikunnan lausunto. Lupa opinnäytetyölle on myönnetty.

### **10.3 Ammatillinen kehitys**

Oma oppimiseni opinnäytetyön prosessissa haastoi kokonaisuuden hallinta ja prosessin läpi vieminen yksin. Oman opiskeluryhmän tukea en voinut hyödyntää omia opintopolkua totuttavana aiempaa opintoasteista tutkintoa täydentävänä opiskelijana. Kuitenkin yhteistyö toimeksiantajaan ja toimiminen nuorten ryhmän kanssa, piti sisällään suunnittelua ja arviointia yhdessä. Toimintaryhmästä saamani palaute ja ohjaavilta opettajilta saamani tuki auttoivat opinnäytetyön prosessin onnistumisessa. Opinnäytetyöprosessi oli hyvin opettavainen ja sen eri vaiheet opettivat lisää suunnitelmallisuutta, epävarmuudensietokykyä ja sinnikkyyttä. Prosessin läpivieminen on itselleni onnistuminen, joka vahvistaa omaa pystyvyyden tunnettani ja ammatillista osaamistani.

Opinnäytetyön prosessissa menetelmien kehittämiseen syntyi jo kokeilun aikana monia parannus- ja soveltamisideoita. Ohjaustyössä jatkuva omien työtapojeni ja erilaisten menetelmien käytön kehittäminen on mahdollista oman työn ja ohjaamisen reflektoinnin kautta. Käytännön työssä on oman ohjausryhmän tunteminen, ryhmän ja yksilöiden tarpeiden tunnistaminen tärkeää. Aiemmin olen työskennellyt eri ikäisten kehitysvammaisten ja varhaiskasvatuksessa lasten parissa. Opinnäytetyöhöni valitsin uuden kohderyhmän nuoret aikuiset.

Kokemukset olivat hyvin positiivisia. Koin kohderyhmän kanssa työskentelyssä onnistumisia, mutta tunnistin myös kehittymisen tarvetta.

Opinnäytetyössäni löysin itselleni vastauksia asiakkaan osallisuuden vahvistamiseen. Sosiaalialan ammattilaisena asiakkaan osallisuuden vahvistaminen perustuu ohjattavan tasavertaiseen kohtaamiseen. Ohjattavien oma toimijuus ja aktiivinen rooli sekä ryhmän yhtenäisyys ja yhdessä tekeminen synnyttävät osallisuutta. Osallisuuspedagoginen työote antaa tähän hyviä välineitä. Tärkeänä pidän palautteen antamisen mahdollistamista asiakkaan osallisuuden lisäämiseen, mistä saa arvokasta tietoa oman työn sekä toiminnan kehittämisen.

Asiakkaan itsetunnon tukemisen merkitys nousi uudella tavalla itselleni tärkeäksi ja siihen kannattaa kiinnittää huomiota omassa toiminnassa vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa. Itsetunnon vahvistamiseen tarvitaan asiakkaan itsetunnon eri osa-alueiden huomioimista, autetaan häntä itsetuntemuksessaan havaitsemaan jo olemassa olevia hyviä ominaisuuksia, omaa osaamistaan ja tuntemaan itsensä arvokkaaksi, riittävän hyväksi juuri sellaisena kuin on. Itseluottamusta ohjaustyössä rakennetaan onnistumisen kokemusten myötä, asiakkaan voimavarojen vahvuuksien tunnistamisella ja tunnustamisella. Positiiviseen psykologiaan ja pedagogiseen ajatteluun perustuen asiakkaan kanssa työskentelyyn yhdistyy myönteisen ajattelun vahvistaminen, yhdessä toimiminen ja toista kunnioittaen, toivon ja uskon parempaan tulevaisuuteen ylläpitäminen.

Osallisuuspedagogiikan periaatteen mukaisesti nuorten aikuisten itsemääräämisoikeus ja vapaus osallistua toimintaan haluamallaan tavalla velvoitti kunnioittamaan heidän omia valintojaan. Toimintaan mukaan houkutteleva perustui innostamiseen, osoittamalla kiinnostusta heitä kohtaan yksilöinä, omalla sekä muun ryhmän toiminnan mallilla myönteisesti vaikuttaen rohkaistumaan ja osallistumaan toimintaan. Nuorten kanssa työskentelyn koin todella antoisana. Se minkä vaikutelman sain ja se mikä välittyi myös palautteissa, oli toimintaan osallistuminen heille mukavaa ja saivat siitä erilaisia kokemuksia, yhteisiä keskusteluja ja pohdintoja sekä ryhmän yhteistä toimintaa. Tunnelma oli läpeensä hyvä ja uskon, että me kaikki koimme pieniä onnistumisen kokemuksia ja siten saimme jokainen pientä vahvistusta itsetunnollemme.

Opinnäytetyö avasi itselleni uusia näkökulmia sosiaalialalla ohjaamiseen osallisuuspedagogiikkaan perustuen ja mahdollisuuden kehittyä omassa työssäni. Osallisuuspedagogiikan käsitteistä ja laajasta monia eri pedagogisia strategioita yhdistävistä näkökulmista voin sosiaalialan ammattilaisena muodostaa viitekehysten, jonka ohjaamana voin omaa työtä tehdä. Työssä toteutettava käyttöteoria vaatii näiden eri teorioiden ja oman työn käytännön ymmärrystä sekä näitä yhdistäen pedagogisen ajattelun viemistä käytännön työhön. Teorian ja käytännön yhdistäminen vaatii reflektiivisyyttä, missä tietoinen toiminta etäännyy arki ajattelusta ja perinteisistä tavoista toimia. (Nivala & Ryyänen 2019, 20,21.)

Luovat menetelmät osoittautuivat jälleen hyväksi toimintatavaksi saada nuoret mukaan toimintaan ja lisätä heidän osallisuuttaan. Luovan toiminnan avulla pystyin tavoittamaan jokaisen yksilöllisyyttä, ja yhdessä saimme kokea mielekästä toimintaa ja iloa. Luovan toiminnan koen tärkeäksi osaksi omaa työskentelytapani ohjauksessa ja luovien menetelmien hyödyntämistä tulen varmasti työssäni edelleen jatkamaan.

#### **10.4 Ideoita kehiteltäviksi**

Pohtiessani kohderyhmän ohjaamista mieleeni palautui työ vaikeavammaisten nuorten opetuksessa ohjaajana. Mietin vammaisten nuorten itsetunnon vahvistamista tai osallisuuden lisäämistä osallisuuspedagogiikan keinoin. Yhteinen tiedon prosessointi ja itsetunnon tiedollinen käsittely ryhmässä työskentelyn menetelmin ja vuorovaikutteisen keskustelujen käyden ei näiden nuorten kanssa olisi mahdollista. Luovia menetelmiä vois edelleenkin toiminnassa käyttää ja liikennevalomenetelmää voisi palautteen antamiseen hyödyntää. Mielenpitojen esittämistä ja omien valintojen tekemistä voi myös harjoitella. Menetelmät olisivat hyvin erilaiset ja ryhmätoimintaan pitäisi suunnitella kokemuksellisuuteen perustuvaa ja konkreettista tekemistä. Vammaisten nuorten itsetunnon ja osallisuuden vahvistamisella tuettaisiin heidän itsemääräämisoikeuttaan.

Koulukiusaaminen on yksi nuorten itsetuntoa vakavasti vaurioittava kokemus koulussa. Olen pohtinut itsetunnon vahvistamista ja yhteisöllisen oppimisen kautta tähän ratkaisun hakemista. Olisiko mahdollista itsetuntoa vahvistamalla kiusaaminen lopettaa? Lasten ja nuorten itsetunnon vahvistamisella kiusatut pystyisivät puolustautumaan, hiljaiset myötäilijät tulemaan kiusatun tueksi ja vastustamaan kiusaamista. Kiusaamisen tarve kiusaajalla poistuisi, kun heidänkin itsetuntonsa vahvistuu. Jokainen ymmärtäisi oman ja toisen arvon sekä pystyisi ymmärtämään miten toisen huono kohtelu vaikuttaa peruuttamattomasti tehden säröjä toisen itsetuntoon ja hyvinvointiin. Vuorovaikutustaitojen ja tunnetaitojen harjoittelun ohella itsetunnon vahvistaminen ja siihen huomion kiinnittäminen on tärkeää.

Tässä opinnäytetyössäni olen nähnyt tärkeänä nuorten osallisuuden vahvistamisen ja tukemisen osallisuuteen kasvamisessa. Nuorten mahdollisuus antaa palautetta on tärkeä osallisuuden mahdollistamiseksi. Palautteesta voidaan saada tärkeää tietoa nuoria paremmin palvelevan palvelun kehittämiseen. Nuoria voidaan myös ottaa mukaan suunnittelemaan toimintaa. Nuorille erilaista toimintaa järjestävissä tahoissa tätä voitaisiin ehkä hyödyntää vielä enemmän.

## Lähteet

- Airaksinen, R., Ala-Vannesluoma, T., Karkkulainen, M., Kastu, R. & Pirhonen, P. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Otavan kirjapaino Oy.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Gretschel, A. & Kiilakoski, T. (toim.) 2007. Lasten ja nuorten kunta. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimus-seura, julkaisuja 77. Helsinki: Haka-paino Oy.
- Gissler, M., Larja, L., Merikukka, M, Paananen, R. Ristikari, T. & Törmäkangas, L. 2016. NEET-indikaattori kuvaa nuorten syrjäytymistä. Artikkelit, Tielastokeskus. <https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2016/neet-indikaattori-kuvaa-nuorten-syrjaytymista/> 01.11.2022.
- Heikkinen, L. 2018. Toimintatutkimus kun käytäntö ja tutkimus kohtaavat. Teoksessa Valli R. (Toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Otavan kirjapaino, Keuruu: PK-kustannus, 215–225.
- Hellström, M., Johnson, P., Leppilampi, A. & Sahlberg, P. 2015. Yhdessä oppiminen: Yhteistoiminnallisuuden käytäntö ja perusteet. Yhteistoiminnallinen oppiminen ryhmän toiminnan perustoimintamalliksi. Helsinki: Into.
- Hirvihuhta, H & Litovaara, A. 2003. Ratkaisun taito. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Holm, R. & Pouta, P. & Stähle, P. 2018. Artikkelit: Mikä tekee dialogin? <https://www.sitra.fi/artikkelit/mika-tekee-dialogin-dialogisen-vuorovaikutuksen-tunnuspiirteet-ja-edellytykset/> 30.01.2023.
- Huhtinen-Hilden, L. & Isola, A-M. 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN\\_ISBN\\_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 25.12.2022.
- Huhtinen-Hilden, L. & Isola, A-M. 2020. Systemaattisista havainnoista vaikutusten todentamiseen: Havainnointimalli luovaan ryhmätoimintaan. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140839/URN\\_ISBN\\_978-952-343-601-5.pdf](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140839/URN_ISBN_978-952-343-601-5.pdf) 17.11.2022.
- Huhtinen-Hilden, L. & Lamppu, M. 2018. Odottamattomia aarteita. Metropol julkaisut. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-328-097-7> 26.12.2022.
- Häkkinen, T. 2018. Sosiaalipedagogisia lähtökohtia Freirelaisittain. Yhteisöpajat osallisuuden, oppimisen ja muutoksien mahdollistajina. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Hämäläinen, J. 2018. Nuorten osallisuus. Artikkelit. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. <https://journal.fi/sosiaalipedagogiikka/article/view/120849/71828%20%2018.12> 20.11.2022.
- Ihmistieteiden eettisen ennakkoarvioinnin ohje. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakkoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf) 12.12.2022.
- Innokylä. 2022. THL, SMT, Kuntaliitto. <https://innokyla.fi/fi/tyokalut> 01.12.2022.
- Kallio, J. 2016. Opettamisen vallankumous. Opettajasta elinikäisen oppimisen valmentajaksi. Tietosanoma, Helsinki.

- Kiilakoski, T. 2008. Kasvu moneen suuntaan -Kriittinen pedagogiikka ja nuorisotyö. Teoksessa Hoikkala, T. & Sell, A. (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Helsinki: Hakapaino Oy, 57–77.
- Kivimäki, J. & Koivu, M. 2012. Osallistava pedagogiikka. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40734/Kivimaki\\_Koivu.pdf](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40734/Kivimaki_Koivu.pdf) 01.12.2022.
- Kiviruusu, O. 2017. Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/172663/ITSE-TUNN.pdf?sequence=1&isAllowed=y> 01.11.2022.
- Kivipelto, M. 2008. Osallistava ja valtaistava arviointi. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75668/T17-2008-VERKKO.pdf> 12.04.2023
- Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.
- Kukkonen, H. 2015. Osallistavaa pedagogiikkaa ammatillisessa opettajakoulutuksessa. TAMK julkaisut. [Osallistavaa pedagogiikkaa ammatillisessa opettajakoulutuksessa | Harri Kukkonen | TAMKin julkaisut | Tampereen korkeakoulu-yhteisö \(tuni.fi\)](https://www.tamk.fi/julkaisut/osallistavaa-pedagogiikkaa-ammattillisessa-opettajakoulutuksessa) 18.12.2022.
- Kumpula, A. 2021. Nuorten ajatuksia työskentelymenetelmistä ja osallisuudesta. Lapin ammattikorkeakoulu. Sosionomikoulutus. Opinnäytetyö. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202103314066> 25.12.2022.
- Larja, L. ym. 2016. NEET-indikaattori kuvaa nuorten syrjäytymistä. Tilastokeskus, artikkelit. <https://tilastokeskus.fi/tietotrendit/artikkelit/2016/neet-indikaattori-kuvaa-nuorten-syrjaytymista/> 17.5.2023
- Launonen, K. 2014. Luovuus lähtee käsistä. Latvia: Jelgava Printing House.
- Leeman, L. & Hämäläinen, R-M. 2015. Asiakasosallisuus. Sosiaalisen osallisuuden koordinaatiohanke (Sokra). Terveystieteiden tutkimuskeskus. [https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti\\_Asiakasosallisuus.pdf/6d5b8baf-d5e4-4618-add6-ca0b9a81f214](https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Asiakasosallisuus.pdf/6d5b8baf-d5e4-4618-add6-ca0b9a81f214) 16.1.2023.
- Mieli ry. 2022. Tutustu itseesi. <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/itsetuntemus-ja-itsetunto/tutustu-itseesi/> 1.11.2022.
- Nieminen, J. 2008. Nuorisotyön yleiset tehtävät, oppimisympäristöt ja eetos. Teoksessa Hoikkala, T. & Sell, A. (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Helsinki: Hakapaino Oy, 21–43.
- Niemi-Pynttari, M. 2013. Voimavara- ja ratkaisukeskeinen näkökulma ohjauksessa. Verkko-lehti, Jamk. <https://verkkolehdet.jamk.fi/elo/2013/06/07/voimavara-ja-ratkaisukeskeinen-nakokulma-ohjaustyossa/> 27.11.2022.
- Nivala, E. & Ryyänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. [Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia - pdf \(journal.fi\)](https://www.sosiaalipedagoginen.fi/kohti-sosiaalipedagogista-osallisuuden-ideaalia-pdf) 26.12.2022.
- Nivala, E. & Ryyänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus.
- Nuorisolaki 1286/2016.
- Opetus ja kulttuuriministeriö. 2022. Nuorisotyö. <https://okm.fi/nuorisotyö> 12.12.2022
- Osallisuuskeskus Kentauri. 2022. Ikätasoiset osallisuusmittarit. [https://kentauri.fi/julkaisut\\_ja\\_tyokalu/osallisuusmittari/](https://kentauri.fi/julkaisut_ja_tyokalu/osallisuusmittari/) 13.12.2022.
- Peavy, R. V. 1999. Sosiodynaaminen ohjaus. Suomentanut Petri Auvinen. E-versio. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/77979/978-951-39-8877-7> 25.04.2023.

- Perttula, R. 2021. Nuorten aikuisten parissa tehtävä sosiaalityö. Teoksessa Mathies, A., Svenlin, A. & Turtiainen K. (toim.) Aikuissosiaalityö. Helsinki: Gaudeamus Oy, 86–100.
- Peurunka, S. & Hoppo, I: 2018. Osallistava pedagogiikka jakaa vallan ja vastuun. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehittämistyön julkaisut. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/140398/ePooki%201\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/140398/ePooki%201_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 01.11.2022.
- Rissanen P. 2021 Aikuisosallisuus aikuissosiaalityön asiakassuhteissa. Teoksessa Matthies, A, Svenlin, A. & Turtiainen, K. (toim.) Aikuissosiaalityö. Helsinki: Gaudeamus, 137–148.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Turku 2013. [isbn9789522163738.pdf \(turkuamk.fi\)](https://www.turkuamk.fi/julkaisut/ISBN9789522163738.pdf) 01.11.2022
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.
- Suoninen, E. 2010. Päivittäinen vuorovaikutus. Arjen sosiaalipsykologiaa. Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen ja Ahokas. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Sutela, K. 2022. Näkyväksi tekemisen taito. Helsinki: Otavan kirjapaino Oy.
- Taipale, T. & Sirola-Korhonen, K. 2017. Osallistavat menetelmät. KSL Opintokeskus. <https://www.ksl.fi/app/uploads/2022/01/Osallistavat-menetelmat-KSL-verkko.pdf> 21.4.2023.
- Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Osallisuuden edistäminen. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta> 01.11.2022.
- Toivakka, S. & Maasola, M. 2017. Itsetunto kohdalleen. Harjoituksia itsetuntemukseen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Vamos/ Diakonissalaitos. 2022. <https://www.hdl.fi/vamos/kohdaten-ja-kohdentuen/ryhmavalmennus/> 02.11.2022.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS kustannus.
- Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Helsinki: Otavan kirjapaino Oy.

## Liite 1a.) Saatekirje



### Tervetuloa mukaan yhdessä ihmettelemään ja oivaltamaan!

Olen Karelia AMK:n sosionomi opiskelija. Teen opinnäytetyötäni kehittääkseni nuorten itsetunnon vahvistamiseen ja osallisuuden lisäämiseksi ohjaamisen mallia.

Opinnäytetyössäni tavoitteena on kehittää nuorten ohjaamiseen ohjaamisenmallia, josta on käytännön hyötyä Vamos nuorten ohjaamisessa.

Opinnäytetyöni toiminnallisessa toteutuksessa tavoitteena on myös osallistuvien nuorten itsetuntemuksen ja itsetunnon vahvistuminen sekä osallisuuden lisääminen. Opinnäytetyötäni toteutan osallisuuspedagogiikkaan perustuvilla ja luovilla menetelmillä.

Toiminnallisten tuokioiden yhdessä tuottamamme tieto kertoo mallin toimivuudesta, kehittämistarpeista ja sen soveltuvuudesta nuorten aikuisten ohjaamiseen. Yhdessä ohjausmallia kokeillessa lisääntyy myös meidän kaikkien osallistujien tieto ja ymmärrys itsetuntemuksesta, itsetunnon ja osallisuudesta.

Osallistumisesi on opinnäytetyöni kannalta toivottavaa ja osallistumalla olet myös vaikuttamassa opinnäytetyöni tuotokseen. Osallistumalla autat minua kokeilemaan ja tuottamaan Vamokselle itsetuntoa vahvistavaa ja osallisuutta lisäävää ohjausmallia.

Ohjausmallia voivat tulevaisuudessa Vamoksen ohjaajat valtakunnallisesti hyödyntää nuoria tulevassa työssään.

Osallistumisesi on vapaaehtoista ja toteutetaan täysin nimettömästi, henkilötietojasi en tule käyttämään opinnäytetyössäni. Toiminnallisia tuokioita havainnoin toiminnan osalta osallistuvan havainnoinnin keinoin, havainnointi kohdistuu toimintaan ja sen toimivuuteen ei osallistujiin.

Kommenttejanne ja mielipiteitänne otan mielelläni vastaan pitkin matkaa ja jokaisen toimintakerän jälkeen saat antaa pienen palautteen helpolla liikennevalomenetelmällä. Kaikilla yhdessä tuotetuilla kokemuksilla on merkitystä tuotettavan mallin kehittämiseen.

Osallistuessasi tarjoan sinulle mahdollisuuden päästä mukaan kokeilemaan toiminnallisin, osallistavin ja luovin menetelmin itsetuntoa vahvistavia ja osallisuutta lisääviä ohjattuja toiminnallisia tuokioita. Lupaen tehdä kaikkeni, että voit kokea yhdessä toimimisen mukavana ja sinulle antoisana.

Teemme toiminnallisia aamupäiviä kanssanne viisi kertaa, yhden aamupäivän viikossa helmikuun 15. ja maaliskuun 16. välisenä aikana. Innolla odotan tapaamistanne ja yhdessä työskentelyä, tapaamisiin!



Ystävällisin terveisin sosiaalityön opiskelija Kati Nykänen

## Liite 1b. Suostumuslomake

### Suostumus osallistumisesta opinnäytetyön toiminnalliseen tiedon tuottamiseen

Opinnäytetyön nimi toteutusvaiheessa:

**Nuorten aikuisten itsetunnon kehittymisen vahvistaminen  
ja osallisuuden lisääminen  
osallisuuspedagogiikkaan perustuvilla ja luovilla menetelmillä.**

( Nimi voi täsmentyä lopullisessa tekstin kirjoittamisvaiheessa)

Opinnäytetyön tekijä;

Kati Nykänen

Sosionomi AMK opiskelija, Karelia AMK, Joensuu.

Olen ymmärtänyt, että opinnäytetyön toteutukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja voin milloin tahansa syytä kertomatta keskeyttää osallistumiseni tai peruuttaa antamani suostumuksen. Keskeyttämisestä ei aiheudu minulle kielteisiä seuraamuksia. Keskeyttämiseen asti minusta toiminnallisessa toteutuksessa kerättyjä havaintoja tai kommenttejani tai antamaani palautetta voidaan edelleen hyödyntää opinnäytetyön tiedontuotannossa.

Opinnäytetyössä ei kerätä tai muutoinkaan käytetä osallistujien henkilötietoja. Kaikki materiaali mukaan lukien suostumuslomakkeet tuhoetaan asianmukaisesti opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen.

Olen saanut saatekirjeessä tietoa opinnäytetyön tarkoituksesta ja tavoitteista. Minulle on mahdollistettu tehdä kysymyksiä opinnäytetyön tekijältä ja olen saanut riittävät tiedot opinnäytetyö toteutukseen osallistumisesta ennen tämän suostumuksen antamista.

Suostumuksessa anna myös oikeuden kuvata opinnäytetyön toiminnallisissa tuokioissa tuottamaani tai yhdessä ryhmässä tuotettua materiaalia. Kuvia tullaan käyttämään opinnäytetyön esittelyssä ja mallin kuvitukseksi sähköiseen tuotokseen Vamokselle. Osallistujia ei kuvata.

Olen ymmärtänyt saamani tiedon ja olen harkinnut sekä päättänyt, että haluan osallistua opinnäytetyön tiedon tuottamiseen toiminnallisessa työskentelyssä.

Vahvistan suostumukseni osallistua edellä esitettyyn;

Kuopiossa \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . 2023 \_\_\_\_\_

(Nimi)

(Nimen selvennys)

**Liite 2. Havainnointipohjalomake**

<b>Havainnointipohja, Opinnäytetyö. Toimintakerta /5. PVM: _____ Läsä _____ nuorta.</b> <b>Toiminnan suunnitelma:</b> <b>Yhteinen taideteos:</b> <b>Toiminnallinen harjoite/ aiheeseen virittäytyminen:</b>  <b>Teema + Menetelmä:</b>  <b>Purku:</b>	
Toiminnan tavat, Tarjottuihin materiaaleihin ja tekemiseen/ yhteisiin toimintoihin osallistuminen	Ohjaaminen: (osallisuuden tukeminen)
Havaintoja osallistujien olemisen ja tekemisen tapoihin	Ryhmän vuorovaikutus ja ryhmäprosessi
<b>Suullinen vuorovaikutuksen huomioita / itseilmaisua:</b>  <b>Muut huomiot:</b>	
<b>Ryhmän ohjaajan huomiot ja palaute:</b>	

### Liite 3. Toteutukset päivät 1–5.

Päivä 1: Tutustuminen ja teemoihin orientoituminen

- a.) Asetin lattialle kuvia (kuvat tulostin Pixabay, ilmaisia kuvia joissa maisema tai erilaisia tunnelmia, käytetyt kuvat liitteenä tuotoksessa), nuoret saivat liikkua vapaasti ja valita kuvan ”Kuva joka ilmentää sinua itseäsi”. Kuvat liimattiin värillisille A4 kartongeille, värin sai valita oman mieltymyksen mukaan. Kuvan oheen sai laittaa oman nimensä haluamallaan tekstityylillä. Kuvat esiteltiin ja jokinen sai kertoa miten kuva ilmentää itseään.
- b.) Pariharjoitukseen ohjeistin nuoret valitsemaan jonkun, jota ei tunne vielä hyvin. Kaveria haastateltiin kysymyksiin, 1. Mistä pidät? 2. Mistä et pidä? 3. Kerro joku onnistuminen viimeisen viikonaikana, ei tarvitse olla suuren suuri, ihan jokin arkinen onnistuminen tai itsesi ylittäminen. Asiat kirjattiin parille kuvakartongin taakse. Haastattelija esitteli haastateltavansa.
- c.) Teema 1. Pohdittiin yhdessä mitä Itsetunto on. Iso valkealla kartongilla oli keskellä sana ITSETUNTO. Lapuilla oli vihjesanoja (liite tuotoksessa) joita sai käyttää halutessaan apuna. Aiheesta keskusteltiin ja nuoret saivat kirjoittaa mieleen tulevia asioita itsetuntona kartongille. Nuorten tuottamiin asioihin kerroin aiemmin hankkimaani teorialtietoa.
- d.) Teema2. Osallisuus. Yhdessä pohdittiin ryhmiä, joihin nuoret kuuluvat, lähdettiin lähellä olevista ryhmistä laajentaen kaukaisempiin. Keskustellen käytiin läpi kohtaamista, vuorovaikutusta ja osallisuuden kokemusta. Teoriatiedon kautta sopivasti keskusteluun liittyen täydensin osallisuutta. Pohdittiin osallistumista, osallistamista ja aitoa osallisuutta.

Päivä 2: Tarinoita ja kehollisuutta

Kehollisuus lähti mukaan Sari Toivakan ja Miina Maasaloon ajatuksesta ”Ihmisen koti on keho”, minkä mukaan oman kehon tunteminen ja sen kuunteleminen on kehotietoisuutta. Kehomme toimii ympäristöä aistien ja välittää meille tietoa sisäisistä tuntemuksista. (Toivakka & Maasalo, 2017, 33, 120.) Oman kehon arvostaminen, oman kehon kuunteleminen ja siitä huolen pitäminen on siten tärkeä osa itsetuntoa.

- a. Alkuun tehtiin mini -tutustuminen eli käytiin läpi, ketä oli paikalla. Minikehon, ajatuksena oli Kehua itseä jossain asiassa. Itsensä kehuminen tuntui nuorista silloin hankalalle ja muutettiin kysymys; Mikä sinut tekee tänään hyvälle tuulelle?
- b. Kehollisena harjoituksena käytiin oma keho rauhalliseen tahtiin hengitellen ja tunnustellen omin kämmenien painellen ensin kätet ja sitten koko vartalo päästä varpaisiin. Kännyköiden aiheuttamia niska-hartiaseutujen kumaraa lähdettiin oikomaan pienin venytyksin ja pienellä jumpalla. Pohdittiin yhdessä miten omasta kehosta voi huolehtia ja miksi se on tärkeää? (Terveellinen ravinto, uni/lepo, liikunta)
- c. Työpaja. Itsetunto tarinoita. Kuvia nuorista ihmisistä, (Tulostin kuvat Pixabay, kuvat liitteenä tuotokseen). Nuoret jakaantuivat kahteen ryhmään periaatteella kenet vähiten tuntevat. Tein läsnä olevista nuorista kartan, johon he itse kertoivat kenet tuntevat parhaiten, piirsin näiden välille punaisen nuoli ja kenet tuntevat heikoiten piirsin vihreän nuolen. Nuoret lajittelivat ihmisten kuvia hyvä itsetunto, perusitsetunto ja heikkoitsetuntoihin. Sen jälkeen kumpikin ryhmä valitsi yhden jokaisesta ryhmästä ja kirjasivat näille henkilöille itsetuntotarinaa. Ryhmien tarinat käytiin läpi ja niissä esiin tulleita asioita verrattiin aiemmin tehtyyn itsetunto pohjaan ja kirjattiin aiempiin liittyen nyt ilmi tulleita asioita edellisten liitteeksi ja täydennykseksi. Pohdittiin myös sitä, että näkyykö itsetunto päällepäin ja voiko sitä tulkita virheellisesti. Työpaja työskentelyssä itsetuntoa pohdittiin ja tutkittiin yhdessä, tavoitteena tulla tietoisemmiksi itsetunnosta ja lisäten ymmärrystä sekä sen merkityksestä itsessään.
- d. Vesivärimaalaukset, Miltä itsetunto minussa tänään tuntuu? Anna värien ja siveltimen kulujen virrata sisältä vapaasti niin kuin ne tuntuvat. A4 paperille muodostuneen maalauksen sai saksilla muotoilla vapaasti haluamaansa muotoon. Nuoret kiinnittivät maalaukset rykelmäksi seinälle.

Päivä 3: Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa?

Osallistavana menetelmänä itsetunnon vahvistavia ja heikentäviä asioita tuotetaan yhdessä Learnig cafe-menetelmällä ja rakennetaan niistä luova visuaalinen esitys ryhmän tilan seinälle.

- a. Aloituksessa jokainen nuori kohdaten, Mitä sinulle tänään kuuluu? Tehtiin ”Pöllömpi harjoitus” Jossa kokeillaan pään kääntämistä vasemmalle ja oikealle, kuinka pitkälle pystyy näkemään ja tämä toistetaan mielikuvaharjoituksena. Viimeiseksi kokeiltiin

nähdäänkö mielikuvaharjoitteen jälkeen pidemmälle. Harjoituksella pyrin havainnollistamaan kuinka ihmisen mieli pystyy avartamaan näkökulmaa pelkällä mielikuvituksen voimalla. Keskusteltiin minäpystyvyydestä ja mielen vaikutuksesta asioista suoriutumiseen.

- b. Learnig cafe-menetelmällä jälleen vähiten tuntemien karttaa hyödyntäen jaettiin paikallaolevat nuoret kahteen ryhmään. Työstettiin ryhmissä 15 min. aiheita Mikä vahvistaa itsetuntoa ja mikä heikentää itsetuntoa. Tauon jälkeen ryhmät vaihtoivat teemoja ja jatkoivat toisen ryhmän aloittamiin lisäten. Lopuksi leikattiin värillisistä kartongeista ilmapalloja joihin kerättiin tiivistetysti itsetuntoa vahvistavia asioita. Kartongeista leikattiin myös hiekkasäkkejä joihin puolestaan tiivistettiin nuorten kokoamista asioita itsetuntoa heikentävät asiat. Nämä liitettiin seinälle aiemmin tehtyjen itsetuntomaalausten yläpuolelle itsetuntoa kohottavat ilmapallot ja alapuolelle itsetuntoa heikentävät painosäkit.
- c. Keskustelua teemasta myönteinen minäpuhe ja kahvittelua mokkapalojen kera.
- d. Kosketus-heipat nuorten haluamalla tavalla.

#### Päivä 4: Tulevaisuus kartta (mind-map)

Myönteistä ajattelua suunnataan omaan tulevaisuuteen 5-7 vuoden päähän ja omia toiveita ja mahdollisuuksia hahmotellaan tekemällä kuvin ja tekstein Maind map suurelle värikartongille

- a. Nuorten kohtaaminen yksitellen ja päivän kysymys, Mikä sinulle on tärkeää? (Ryhmä on työstänyt omia arvoja jo aiemmin.) Tulevaisuuden positiivinen kuvittelu laajentaa mahdollisuuksia, luo päämääriä jotka voivat toteutua. (Positiivinen pedagogiikka). Omat arvot nousevat keskiöön, mikä on elämässä tärkeää, mikä on hyvää tai huonoa elämää minulle? "Utopia ei olekaan pelkkää haihattelua vaan utopia on mahdollisuus, johon kytkeytyy myönteisten asioiden maalaaminen tulevaisuuden horisonttiin." Tämä Katja Sutelan ajatus kirjan Näkyväksi tekemisen taito lopputeksteissä toteutettiin tämän päivän toiminnassa.
- b. Teimme irtautumisen musiikin ja rauhalliseen tahtiin kerrotun aikamatka tarinan myötä nykyhetkestä tulevaisuuteen 5-7 vuoden päähän, missä asiat ovat sujuneet hyvin. Lehdistä leikatun nuoret rakentelivat tulevaisuuden karttoja elämän eri osa-alueineen. Samalla sai myös valita tulevaisuus kuvan, joka liitettiin decoupage-lakalla yhteiseen työhön.
- c. Lopuksi tarkasteltiin yhdessä tulevaisuuden karttoja. Löysitkö jotain itseäsi yllättävää tai jollain tavalla uutta? Millaista oli tehdä tulevaisuus karttaa?
- d. Neljäs palaute ja kosketus-heipat.

#### Päivä 5: Mielipiteellä on väliä

Kokeiltiin kolmivaiheita haastattelua nuorten itse valitsemasta teemasta, tämä menetelmä sopii omakohtaisten kokemusten kertomiseen ja kokoamiseen ryhmässä, tapahtuu siten että ensin haastatellaan pareittain, sitten kootaan neljän ryhmissä, joita vielä yhdistetään tiedot. Kolmivaiheisella haastattelulla saadaan kaikki puhumaan ja tuomaan omaa mielipidettään sekä kokeumaan esille.

- a. Aloituksessa tänään nuoren kohtaamisessa kysyttiin Mitä sinulle kuuluu? Kerro mikä on lempivuodeaikasi ja miksi?
- b. Keskusteltiin mielipiteistä, niiden erilaisuudesta, oman mielipiteen esiin tuomisen tärkeydestä ja toisen mielipiteen kunnioittamisesta. Keskusteltiin myös erilaisten mielipiteiden yhteensovittamisesta ja demokraattisesta päätöksenteosta. Eduskuntavaalien läheisyys synnytti nuorten kanssa mielenkiintoista keskustelua.
- c. Nuoret valitsivat itseään kiinnostavan teeman kolmivaiheiseen haastatteluun. Kahdesta vaihtoehdosta he äänestämällä päätyivät koulutukseen ja siihen liittyen mielipidekor-teista "Olen oman laivani kapteeni – Olen virran vietävänä."
- d. Taideteoksen viimeistelyä. Taideteoksen nimeäminen jäi heille myöhemmin mietittäväksi.
- e. Paikalla olleet täyttivät osallisuuden kokemus kaavakkeet ja antoivat viimeisen palautteen. (Jätin kaavakkeita poissaolleille myöhemmin täytettäväksi.)
- f. Jätin kiitokseni koko ryhmälle, kirjoitettuna myös niille, jotka nyt paikalla eivät olleet.



## Alkusanat

Tämä menetelmäkansio on syntynyt toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kokeilla ja kehittää nuorten kanssa osallistavia, yhteistoiminnallisia ja luovia menetelmiä itsetunnon vahvistamiseen ja osallisuuden lisäämiseen. Valitut menetelmät perustuvat ryhmässä toteutettaviin ja soveltuviin osallisuuspedagogiseen näkemykseen perustuviin ja luoviin menetelmiin.

Osallisuuspedagogiikkaan perustuva ohjaaminen avaa uuden näkökulman nuorten aikuisten ohjaamiseen. Menetelmäkansioon on yhdistelty yhteistoiminnallisia, osallistavia ja luovia menetelmiä, joita voi jatko hyödyntää ja soveltaa. Itsetunnon vahvistamisella on tärkeä merkitys nuoren kokonaisvaltaiseen tukemiseen kohdata elämän haasteita tässä hetkessä, mutta myös tulevaisuudessa. Nuorien tukemisessa ja oman polun löytämisessä on tärkeä vahvistaa nuoren itsearvostusta, itsetuntemusta ja itseluottamusta. Nämä asiat toteutuvat jo hyvin Vamoksen nuorien ohjaamisessa Valmentavalla työotteella.

Menetelmäkansioon valituissa menetelmissä on osallisuuspedagogiikkaan perustuvana ajatuksena, että nuorten ryhmä tuottaa yhdessä tietoa ja ymmärrystä itsetunnosta. Työskentelyssä näillä menetelmillä vahvistetaan ryhmän toimintaa ja vuorovaikutusta. Ryhmässä yhdessä toimiminen ja vuorovaikutuksellisuus vahvistaa ja lisää nuorten osallisuutta. Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta ja mahdollistavat nuorille itsensä toteuttamisen vapautuen tavanomaisista tavasta ajatella ja toimia. Menetelmissä on myös yksilöiden osallisuutta ja itsensä ilmaisemista tukevia elementtejä, myös ne tukevat yksilöllistä kasvua. Käytetyt menetelmät olen koonnut 10 kohdaksi, joissa käytetyt menetelmät kerroon tarkemmin.

1. Yhteinen taideteos
2. Tutustuminen
3. Teemoihin Itsetunto ja Osallisuus tutustuminen
4. Kehollisuus
5. Tarinoita kuvista. Työpajatyöskentely ja Vesivärimaalaus.

6. Oppimiskahvila. Mikä vahvistaa ja mikä heikentää itsetuntoa?
7. Tulevaisuuskartta
8. Mielipiteillä on väliä! Kolmivaiheinen haastattelu.
9. Liikennevalomalli. Nuoria osallistava palautemenetelmä.
10. Osallisuuden kokemuskysely.

Osallisuus ja itsetunto liittyvät toisiinsa siten, että osallisuuden kautta itsetunto ja käsitys itsestä voivat vahvistua ja kehittyä. Itsetunto puolestaan vaikuttaa osallisuuteen, millaisena nuori näkee itsensä ja tunteeo hän kuuluvansa yhteisöön. Osallisuuteen voidaan kasvaa tuella ja kannustamisella. (Hämäläinen 2008, 20,21.)

Alkuun kerron lyhyesti Osallisuuspedagogiikasta ja luovien menetelmien käytöstä ohjauksessa, sekä lyhyesti avaan Itsetuntoa ja Osallisuutta. Käytetyistä menetelmistä olen koonnut 10 kohtaisen kuvauksen.

Halutessasi voit tutustua Opinnäytetyöhöni, johon lopuksi laitan linkin.



Tämän kaavion olen tehnyt havainnollistamaan menetelmäkansion perustaa.

## 1. Yhteinen taideteos

Yhteistä taideteosta voidaan tehdä jakaen työskentelyä useisiin eri tapaamiskertoihin. Opinnäytetyön kokeilussa käytimme

### **Kollaasi – Seka-Tekniikkaa.**

Samaan työhön voidaan yhdistää piirustus- ja maalaustekniikoiden lisäksi kuvia ja muuta materiaalia.

- Valkoinen maalaus pohja, Akryylivärejä, Pensseleitä, Alustoja värien sekoittamiseen, rättejä ja vettä pensseleiden puhdistamiseen

- Maalaustyössä suojataan vaatteet tai ohjeistetaan nuoret käyttämään vaatteita, joihin vahingossa syntyvät väritahrat eivät haittaa.



Pohjan maalaamista jatketaan, kunnes yhtään valkoista kangasta ei jää näkyviin.

Pohjaa ei tarvitse välttämättä jakaa neliöihin, kuten tässä teimme. Pohja jaettu villalangalla 12 alueeseen. (Kuva yläpuolella.)

Tässä vaiheessa pohjaa on maalattu 3 eri tapaamiskerralla. (Kuva vasemmalla.) Pieniin osiin maalaamisen jakaminen mahdollistaa nuorien osallistumista, vaikka joku on joskus poissa. Maali ennättää myös kuivua maalauskertojen välillä.

Pohjamaalauksen päälle kiinnitetään kuvia ja muuta materiaalia nuorten omien valintojen mukaan. Myös tätä vaihetta voidaan tehdä jakaen sen useampiin tapaamiskertoihin. Kiinnittämiseen käytimme Decoupage-lakkaa.

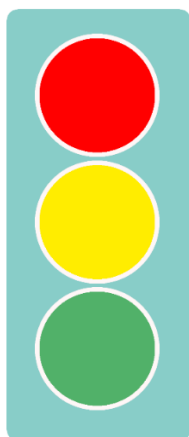
Tavoite: Ryhmä tuottaa yhteisen taideteoksen. Menetelmät ovat helppoja ja jokainen osaa. Luovan työskentelyn antamat positiiviset kokemukset. Lopputuloksena syntyy yhteinen taideteos, joka tuo iloa ja väriä yhteisiin toimitiloihin. Osallistuneet nuoret näkevät oman osuutensa merkityksen yhteisessä työskentelyssä.

- Kuva valmiista työstä kansilehdellä.

## 9.Liikennevalomalli Nuoria osallistava palautemenetelmä

Liikennevalomalli on Innokylän (Innokylä, työkalut) arviointimittari kehittämistoiminnan itse- ja vertaisarvioinnin työkalu. Tätä soveltaen olen muokannut opinnäytetyöhöni toiminnan arvioimisen menetelmän. Palautemenetelmä on nuoria osallistava ja käytin sitä jokaisen toimintakerran päätteeksi.

Liikennevalo-menetelmän toteutus yksinkertaisesti sovellettuna värilappuilla seuraavasti;



-punainen ei tue itsetuntemustani

-keltainen synnytti ajatuksia

-vihreä auttoi itsetuntemuksessani

Lisäksi lappuihin saivat nuoret halutessaan kirjoittaa lisäselvennystä omin sanoin, mitä halusivat minulle palautteena toimintakerrasta antaa.

Menetelmän tarkoituksena oli mahdollistaa nuoret osallistumaan kokeiltujen menetelmien arviointiin ja antaa toiminnasta palautetta.

Palautteen tulkinta:

Punainen väri kertoo toiminnassa olevista puutteista tai valittujen menetelmien olevan väriä. ”Pysähdy, tätä on mietittävä uudelleen!”

Keltainen väri puolestaan kertoisi, että voi jatkaa, mutta on syytä pysähtyä pohtimaan, onko jotain olennaista parannettavaa.

Vihreä väri kertoo, ”Hienoa jatketaan samaan malliin!”

Menetelmää voi käyttää helposti toiminnan arviointiin. Kokemukseni tästä menetelmästä oli, että nuoret palauttivat arvionsa mielellään ja usein niihin oli myös kirjoitettu muita huomioita toimintakerrasta.

Palautteen antamisen mahdollistaminen nuorille on tärkeää osallisuuden näkökulmasta. Palautteen kerääminen antaa omaan työhön välineen havaita toiminnan puutteita ja kehityskohteita.

Tässä opinnäytetyön liitteessä 4 on esitetty vain osa tuotoksesta. Tuotos kokonaisuudessaan on sisältänyt tiivistetyn tietoperustan ja kaikki menetelmien kuvaukset. Lopussa on olleet opinnäytetyössä käytetyt lähteet ja liitteenä toimintatuokioissa käytetyt materiaalit Vamoksen ohjaajille tulostettavassa muodossa.