

**NUOREN SOSIAALINEN KYVYKKYYS JA ART-HARJOI-
TUSMENETELMÄ**
Verkkokurssimateriaali Skhole Oy:lle

Tamio Iina
Tähtisaari Hanna-Mari

Opinnäytetyö
Hoitotyön koulutus
Sairaanhoitaja (AMK)

2024

Hoitotyön koulutus
Sairaanhoitaja (AMK)

Tekijä	lina Tamio Hanna-Mari Tähtisaari	Vuosi	2024
Ohjaaja	Heidi Jaakola		
Toimeksiantaja	Skhole Oy		
Työn nimi	Nuoren sosiaalinen kyvykkyys ja ART-harjoitusmenetelmä, verkkokurssimateriaali Skhole Oy:lle		
Sivu- ja liitesivumäärä	26 + 1		

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa verkkokurssimateriaali nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä sekä tuoda tietoisuuteen ART-harjoitusmenetelmää. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä ammatillista tietoutta sekä osaamista mahdollisimman monelle sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiselle, opiskelijoille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Sosiaalisella kyvykkyydellä tarkoitetaan henkilön taitoa toimia sosiaalisissa tilanteissa ja vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Sosiaalinen kyvykkyys on tärkeä osa elämää monella eri alueella, kuten työelämässä, ihmissuhteissa ja yhteiskunnallisessa toiminnassa. Se edistää yhteistyötä, hyvinvointia ja positiivista vuorovaikutusta ihmisten välillä.

ART-harjoitusmenetelmä on ryhmämuotoinen menetelmä, jossa harjoitukset tehdään ryhmässä. Menetelmässä pyritään tunnistamaan ja muuttamaan haitallisia ajattelu- ja toimintatapoja, jotka ylläpitävät psyykkisiä oireita ja ongelmia. Tarkoitus on vahvistaa toiminnallisten harjoitusten kautta sosiaalisen ja hyväksytyyn käyttäytymisen mallia. Harjoitusten sisältö on sosiaalisten taitojen, vihanhallinnan ja moraalisen päättelyn yhdistelmää.

Toteutimme toiminnallisen opinnäytetyön lineaarisen mallin mukaisesti. Lineaarisen mallin mukaisesti etenimme tavoitteen määrittämisestä sen suunnitteluun, jonka jälkeen toteutusvaiheeseen. Mallin mukaan viimeinen vaihe on työn päättäminen sekä lopuksi työn arviointi. Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena syntyi verkkokurssimateriaali nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä ja ART-harjoitusmenetelmästä Skhole Oy:lle.

Avainsanat: Aggressiivisuus, moraalikehitys, sosiaaliset taidot, vuorovaikutus

Degree programme in Nursing and
Health Care
Bachelor of Health Care

Author	lina Tamio Hanna-Mari Tähtisaari	Year	2024
Supervisor	Heidi Jaakola		
Commissioned by	Skhole Oy		
Subject of thesis	Young people´s social competence and the ART training method, Online course material for Skhole Oy		
Number of pages	26 + 1		

The purpose of the thesis was to produce online course material on young people's social competence and to raise awareness of the ART exercise method. The aim of the thesis was to increase professional knowledge and skills for as many social and healthcare professionals, students, and anyone interested in the topic.

Social competence refers to a person's ability to interact in social situations and with others. Social competence is an important part of life in many different areas, such as in the workplace, relationships, and societal activities. It promotes collaboration, well-being, and positive interaction between people.

The ART exercise method is a group-based method, where exercises are done in a group setting. The method aims to identify and change harmful thinking and behavior patterns that maintain psychological symptoms and issues. The goal is to strengthen a model of social and accepted behavior through active exercises. The content of the exercises combines social skills, anger management, and moral reasoning.

We implemented the practical thesis according to the linear model. Following the linear model, we progressed from defining the goal to planning, then to the implementation phase. According to the model, the last step is finishing the work and evaluating it. As a result of the practical thesis, online course material on young people's social competence and the ART exercise method was created for Skhole Oy.

Keywords: Aggression, moral development, social skills, interaction.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	NUOREN SOSIAALINEN KYVYKKYYS	8
2.1	Sosiaaliset taidot	8
2.2	Moraalinen päättelykyky	9
2.3	Aggressiivinen käyttäytyminen	10
3	ART-SOSIAALISEN KYVYKKYYDEN HARJOITUSMENETELMÄ.....	12
3.1	Historia	12
3.2	ART- ryhmämuotoinen harjoitusmenetelmä	12
3.3	ART Suomessa	14
4	TARKOITUS JA TAVOITTEET	16
5	SOSIAALISEN KYVYKKYYDEN VERKKOKURSSIMATERIAALI	17
5.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	17
5.2	Opinnäytetyön toteutus.....	18
5.3	Toimeksiantajan kuvaus	19
6	POHDINTA	21
6.1	Eettiset näkökulmat ja luotettavuuden tarkastelu.....	21
6.2	Jatkokehittämissuhteet	22
6.3	Ammatillinen kasvu ja kehitys	23
	LÄHTEET	25
	LIITTEET	27

ALKUSANAT

Arvoisat lukijat,

Tämä työ edustaa pitkää, mutta antoisaa matkaa ammatillisen kehittymisen parissa. Opinnäytetyön valmistuminen on merkittävä virstanpylväs opiskelu- ja ammatillisella polullamme.

Toivomme, että tämä työ tarjoaa teille mielenkiintoisia näkökulmia ja oivalluksia aiheesta. Olemme avoimia kaikelle palautteelle ja kysymyksille, ja toivomme, että tämä työ voi toimia ponnahduslautana jatkokeskusteluille ja tutkimukselle tässä tärkeässä ja ajankohtaisessa aiheessa.

Ystävällisin terveisin

Iina ja Hanna-Mari

1 JOHDANTO

Sosiaalinen kyvykkyys on kykyä toimia sosiaalisissa tilanteissa taitavasti ja menestyksekkäästi. Se kattaa monenlaisia taitoja ja ominaisuuksia, jotka auttavat yksilöä vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa ja sopeutumaan erilaisiin sosiaalisiin ympäristöihin. Sosiaalinen kyvykkyys voi ilmetä monin tavoin, ja se voi olla avainasemassa niin henkilökohtaisessa elämässä kuin ammatillisessakin kontekstissa. Sosiaalinen kyvykkyys voi vaikuttaa merkittävästi yksilön henkilökohtaiseen hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin, ammatilliseen menestykseen ja elämänlaatuun yleisesti. Sitä voidaan myös kehittää ja vahvistaa harjoittelemalla ja olemalla avoin uusille oppimiskokemuksille ja sosiaalisille tilanteille. (Gundersen, Olsen, Finne, Stromgren & Daleflod, 2019, 17)

Alun perin Aggression Replacement Training® (ART), sosiaalisen kyvykkyuden harjoitusmenetelmä on kehitetty USA:ssa 1980-luvulla. Myöhemmin menetelmä saapui Eurooppaan, ensin Ruotsiin ja 2000-luvun alussa Suomeen. Menetelmän isänä ja kehittäjänä pidetään Arnold P. Goldsteinia, joka hahmotteli pääpiirteet menetelmälle 1980-luvulla yhdessä ystävänsä Barry Glickin kanssa. Menetelmän vaikuttavuutta on tutkittu paljon aikojen saatossa ja eniten sitä on käytetty USA:ssa. Menetelmässä käytettävät toiminnalliset harjoitukset kehittävät ja vahvistavat sosiaalista ja hyväksyttävää käyttäytymistä. Tavoitteena on, että nuoren moraalisisessa ajattelussa tapahtuu kehitystä, oppia parempaan itsehillintään ja uusien sosiaalisten taitojen kehittyminen, joiden avulla pystyy pärjäämään yhteiskunnassa sekä omassa arkielämässä. ART:n perusideana on, että sosiaalista, yhteiskunnassa hyväksytyä käyttäytymistä voidaan oppia ja opettaa ohjauksella. ART:ssa harjoitteita on kolmella eri tasolla. Ensimmäisellä tasolla on vihanhallinta ja tunnetasososiaaliset taidot. Toisella käyttäytymisen tasolla moraalinen perustelu. Kolmannella tasolla ajattelun ja arvojen taso. (Suomen ART ry 2024.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä verkkokurssimateriaali nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä ja tuoda tietoisuuteen ART-harjoitusmenetelmää. Verkkokurssimateriaali sisältää tietoa nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä ja ART-harjoitusmenetelmästä. Valmis verkkokurssi tästä aiheesta on

suunnattu terveys- ja sosiaalialan ammattilaisille ja opiskelijoille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille. Hyödyt hoitotyölle ovat haastavien asiakkaiden aggressiivisuuden ja impulsiivisen käytöksen ennaltaehkäisy ja vähentyminen sekä hyväksytyyn käyttäytymisen vahvistuminen. Yksi ART-harjoitusmenetelmän tavoite on aggressiivisuuden haltuunotto. Asiakas voi kohdistaa aggressiivisuuttaan häntä hoitavaan työntekijään. Väkivallan kohtaaminen hoitotyössä on ajankohtainen ja tärkeä aihe. Henkinen ja fyysinen väkivalta ovat arkipäivää sote-ammattilaisten työssä. Jos työntekijöitä voidaan enemmän kouluttaa haastavasti käyttäytyvien asiakkaiden aggressiiviseen kohtaamiseen, on tällä myös taloudellinen hyöty yhteiskunnalle; työntekijöiden työtapaturmien sekä sairaslomien väheneminen. Tätä verkkokurssia aiheesta olivat toivoneet erityisesti Skholen asiakkaat.

Toimeksiantajamme on Skhole Oy. Yritys on perustettu kesäkuussa 2014. Perustajina on kahdeksan yrittäjää eri aloilta. Yrityksen ideana on koulutusten toteuttaminen verkossa. Skhole Oy tekee yhteistyötä mm. Lapin ammattikorkeakoulun kanssa.

2 NUOREN SOSIAALINEN KYVYKKYYS

2.1 Sosiaaliset taidot

Sosiaalinen kyvykkyys kattaa välttämättömät taidot, joita tarvitsemme onnistuneisiin ihmissuhteisiin. Käsitettä kannattaa määritellä sosiaalisten taitojen ja sosiaalisen toiminnan kautta. Nämä kaksi erilaista käsitettä menevät helposti sekaisin. Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan tietynlaista käyttäytymistä, jollaista henkilöltä odotetaan pystyäkseen toimimaan ja osallistumaan sosiaalisissa tilanteissa. Näitä voidaan pitää lajitelmana vuorovaikutustaitoja, joita pystytään soveltamaan vaihtelevissa sosiaalisissa tilanteissa. Sosiaalisen toiminnan käsite taas liittyy siihen, käyttääkö henkilö sosiaalisia taitojaan käytännössä vai ei. Henkilö voi kuitenkin olla käyttämässä sosiaalisia taitojaan eri syistä. Esimerkiksi henkilö pelkää epäonnistumista, silloin taidolla ei sen hetkisessä toimintaympäristössä ole merkitystä. Myös henkilön voimakas tunnetila voi estää sosiaalisten taitojen käytön, koska henkilö ei havainnoi missä ja milloin taitoa tulisi käyttää tai usko omaan osaamistasoon voi olla heikentynyt. (Gundersen ym. 2019, 17.)

Sosiaaliset taidot tarkoittavat taitoa selviytyä sosiaalisista tilanteista, kykyä olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa sekä tulla toimeen muiden kanssa, riippumatta siitä, miten seurallinen hän on. Ne eivät ole synnynnäisiä, vaan taidot tulevat oppimalla kokemuksien ja kasvatuksen kautta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 20.) Lapset oppivat kognitiivisen käyttäytymisterapiamallin mukaan erilaisia sosiaalisia taitoja toisilta lapsilta sekä aikuisilta. He matkivat toisten käyttäytymistä ja hyväksyvät kokeiltavaksi käyttäytymistavakseen sen, joka tuntuu toisten hyväksymältä sekä sopivalta. Mallista oppiminen ja erilaiset roolileikit ovat suosittuja keinoja sosiaalisten taitojen oppimisessa sekä omaksumisessa. Ihmisen on omaksuttava riittävä määrä sosiaalisia taitoja, jotta hän selviää vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. (Kalliopuska 1995, 8.)

Sosiaalisten taitojen määritelmä riippuu myös kulttuurista sekä aikakaudesta. Useat sosiaaliset selviytymismallit, jotka ovat muutama vuosikymmen sitten kokenaan olleet tuomittuja, tulkitaan nykyaikana osoituksena pärjäämisestä sekä selviytymisestä. Nykyajan käsityksessä keskeistä sosiaalisissa taidoissa on, että

ihminen kykenee solmimaan nopeasti kontaktin erilaisien ihmisten kanssa, joka pystyy keskustelemaan ja olemaan luonteva heidän seurassaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 20-21.)

2.2 Moraalinen päättelykyky

Moraalin tarkoitus on pohtia ja selvittää tiettyjä ihmisten toimintatapoja, ovatko ne oikeaa käyttäytymistä. Moraali liittyy siihen mikä on oikeaa ja väärää toimintaa ja usein tulee näkyviin niissä tilanteissa, joissa yksilö joutuu hyväksymään tai tuomitsemaan jonkin menettelyn. (Aadland 1993, 21.) Moraalista kehitystä aikoinaan paljon tutkinut Lawrence Kohlberg (1927-1987) oli yhdysvaltalainen psykologi. Hän kehitti teorian moraalikäsitteiden kehittämisestä. Teorian päävaiheet käsittelevät moraalisen kypsyyden ja kypsyttömyyden kehitystasoina. Kypsyttömässä moraalivaiheissa vaiheet ovat valta ja kaupankäynti. Tarkoittaen sitä, että valtavaiheissa alistutaan vahvimman valtaan ja sääntöihin vaikeuksien välttämiseksi. Kaupankäynnin vaiheissa sopeudutaan sääntöihin palkinnon tai suosion toivossa. Tässä vaiheissa hyväksytään samalla vaihdon ja vastavuoroisuuden periaatteet. Kypsän moraalivaiheet ovat vastavuoroisuus sekä järjestelmät. Vastavuoroisuudessa pyritään miellyttämään toista ja ajatusmalli on "kohtele muita niin kuin toivoisit heidän kohtelevan sinua". Järjestelmä liittyy siihen, miten toimit yhteiskunnassa. Yhteiskunnassa on tietyt oikeudet ja velvollisuudet, joita noudatetaan. (Goldstein, Glick & Gibbs 2008, 109 – 110.)

Lapsen moraalisen kehityksen vastuu on ensisijaisesti vanhemmilla tai huoltajilla. Moraalitaajuus riippuu paljon sosiaalisista vaikutteista. Malleja hän saa toisilta aikuisilta ja lapsilta, televisiosta sekä peleistä. Moraalinen perusta luodaan 4-6 ikävuoden kohdalla, jolloin on moraalisen varhaisin voimakas kehitysvaihe. Lapsen ja nuoren moraalitaajuuden perusta on tavallisissa arkielämän tilanteissa. Näitä tilanteita ovat toisesta välittäminen, auttaminen, vastuunotto, rehellisyys, totteleminen, ystävällisyys, syyllisyys ja pelko. Moraalisen kehittämisen kulmakivi on ymmärtää, että moraalilla on erilaisten tunteiden, älyllisten ja tiedollisten tekijöiden sekä sosiaalisten voimien kooste. (Kalliopuska 1995, 124 – 125.)

2.3 Aggressiivinen käyttäytyminen

Aggressiivisuus on ihmisen peruskäyttäytymistä, kuten pelko, suru tai ilo. Se on rakentavaa ja välttämätöntä, jotta pystyisimme puolustautumaan, mutta se voi olla myös tuhoisaa ja johtaa vakaviin seurauksiin. Aggressio on hyvin pitkälle yksilöllistä käyttäytymistä, josta suoriudutaan eri tavoin. Toisten on helpompi hallita suuttumustaan, kun taas toiset vihastuvat hyvin nopeasti. Kiukku voi tuntua joistakin epämiellyttävältä ja toiset taas pitävät sitä itsestään selvänä ja luonnollisena tunteena. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 287.) Aggression käyttäminen keinona jonkin tavoitteen saavuttamiseksi voidaan oppia televisiosta ja videopeleistä, mutta myös ympärillä olevat ihmiset omalla aggressiivisella käyttäytymisellään voivat näyttää vääränlaista mallia toimia erilaisissa tilanteissa. Aggressiivinen käyttäytyminen on opittua, mutta sitä voidaan muuttaa, opetella säätelämään sekä hillitsemään. (Kalliopuska 1995, 83-84.)

Aggressiivisuutta voidaan tarkastella sosiaalisten taitojen puutteena. Psykologia käsittelee aggressiivisuutta aina häiriönä, joko virheellisen oppimisen tuloksena tai sosiaalisen kehityksen häiriönä, vaikka sillä on aina ollut eloonjäämisen taistelussa ratkaiseva merkitys. (Keltikangas-Järvinen 2010, 65.) Aggressiivisuutta on tutkittu paljon ja esimerkiksi professori Lea Pulkkinen on osoittanut tutkimusryhmänsä kanssa, että jo 8-vuotiaan lapsen aggressiivisuudella on ennustearvoa siitä, minkälaista käytös on aikuisiällä. Kuitenkin vain 20 prosenttia lapsuuden aggressiosta selittää aikuisuuden aggressiosta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 66.) Aggressiiviseen käytökseen on puututtava nopeasti, sillä yleensä käy niin, että jo yksi aggressiivisesti käyttäytyvä saa nopeasti seuraajia ryhmässä. Aggressiivisuus on pysyvämpää pojilla ja miehillä kuin tytöillä ja naisilla. Osittain tämä johtuu siitä, että yhteiskunta sallii pojilla enemmän aggressiivista käyttäytymistä kuin tytöillä. Aggressiivisuuden esiintyminen on huipussaan kolmantena ikävuotena. Siitä eteenpäin lapsella kehittyvät nopeasti itsesätelyn ja toiminnanohjauksen taidot, ja lapsi oppii hallitsemaan sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla aggressiotaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 68.)

Aggressiivisuudella on monta muotoa. Hyökkäävä aggressiivisuus, jolle ei useinkaan löydy selvää syytä (esimerkiksi toistuva kiusaaminen). Puolustava aggressiivisuus on ihmisen reagointi itseään tai toisia kohtaan koetussa uhkatilanteessa tai häntä on ylllytetty aggressiiviseen käytökseen. Vahva reagointi koettuun uhkaan on vihamielistä aggressiivisuutta, ja siihen liittyy usein raivo. Välineellinen aggressiivisuus on keino päästä haluamaansa lopputulokseen suunnitelmallisesti. (Korhonen, L. 2021.)

Perinnölliset tekijät ja ympäristötekijät vaikuttavat aggression hallinnan oppimiseen. Kehitykselliset haasteet tai muut pulmat ovat usein aggressiivisen lapsen käytöksen taustalla. Tällaisia ovat esimerkiksi impulsiivisuus, sosiaalisten taitojen harjaantumattomuus, heikot taidot säädellä ja sietää negatiivisia tunteita, mielen-terveyshäiriö (esim. käytöshäiriö), tarpeiden välitön tyydytys tai uhkan mahdollisuuden reagoiminen. Joskus myös traumaattiselle kokemukselle altistuminen voi johtaa väkivaltaiseen käyttäytymiseen. (Mielenterveystalo 2024.)

3 ART-SOSIAALISEN KYVYKKYYDEN HARJOITUSMENETELMÄ

3.1 Historia

Aggression Replacement Training (ART) kehitettiin alunperin USA:ssa 1980-luvulla, aikana, jolloin nuorten väkivalta haastoi amerikkalaista järjestelmää yhtä merkittävästi kuin viime vuosien väkivallan teot ja kouluampumiset nyt haastavat palveluiden kehitystä Suomessa. Psykologi ja menetelmän kehittäjä Arnold Goldstein yhdistivät tutkimustietoa ja kliinistä kokemusta ilmiötä lähestyessään. Hän havaitsi, että monet muut menetelmät olivat epäonnistuneet tavoitteissaan. Muissa menetelmissä nuorten aggressiivista käyttäytymistä katsottiin liian kapealaisesti. Goldstein keräsi paljon tutkimustietoa ja sen pohjalta päätteli, että nuoren aggressiivinen käyttäytyminen johtuukin usein monesta eri tekijästä ja näin ollen vaikuttaa nuoren toimintaan monella eri tasolla. Tämän havainnon perusteella ainoastaan yhteen interventioon perustuvat menetelmät eivät toimi. Goldstein yhdisti useampia tutkittuja ja jo olemassa olevia menetelmiä yhdeksi kokonaisuudeksi. Näin syntyi ensimmäinen monikanavainen menetelmä, joka suunnattiin mahdollisimman spesifisti niihin puutteellisiin taitoihin, joiden taustalla tiedetään olevan aggressiivista käyttäytymistä. (Röning, Kivelä, Jokinen, Kilvelä, & Savolainen, 2012, 178.)

3.2 ART- ryhmämuotoinen harjoitusmenetelmä

ART on ryhmämuotoinen menetelmä, jonka tarkoitus on vahvistaa toiminnallisten harjoitusten kautta sosiaalisen ja hyväksytyyn käyttäytymisen mallia. Harjoitukset on suunniteltu tehtäväksi ryhmässä. Harjoitusten sisältö on sosiaalisten taitojen, vihanhallinnan ja moraalisen päättelyn yhdistelmää. Tavoitteena on, että nuoren moraalisisessa ajattelukyvyssä tulee kehitystä, nuori oppii parempaa itsehillintää sekä uusia sosiaalisia taitoja ja niissä toimimista, joiden avulla tulla toimeen arkielämässä. Lähtökohtana ja periaatteena ART-harjoitusmenetelmässä on, että yhteiskunnan ja yhteisön hyväksymää sosiaalista käyttäytymistä voidaan oppia opetuksella. Menetelmä on avuksi, kun nuoren tai aikuisen käyttäytyminen on epäsosiaalista: liikaa vetäytyvää tai aggressiivista käyttäytymistä. (Suomen ART ry 2024.)

Sosiaalisia taitoja opetellaan malliesimerkin kautta, jaetaan pienempiin osioihin sekä harjoitellaan toistuvasti. ART-harjoitusmenetelmän käyttäytymiskomponentti koostuu sosiaalisten taitojen opetuksesta, joka on tekniikka, jolla opetetaan osallistujille sosiaalisesti hyväksyttävää käyttäytymistä niille, joilla on puutteita tai jotka eivät hallitse näitä taitoja. Tämä perustuu sosiaaliseen oppimisteoriaan ja työhön, jota on tehty. (Bandura 1973, 30.)

Sosiaalisten taitojen opettelu arkeen edistetään erilaisilla muistuttajilla ja arjen harjoittelutehtävillä. Käyttäytymismallissa missä lopputulos hyödyttää muita ja tuottaa tekijälle iloa pyritään tekemään palkitsevammaksi kuin aggressiivista käytöstä. Aikuisen eli ohjaajan rooli tässä menetelmässä on ohjata ja kannustaa. Ohjaajan liian moralisoiva, kontrolloiva tai sanktioiva rooli aiheuttaa yleensä vain vastarintaa ohjattavissa ja halua toimia päinvastaisesti, jonka vuoksi tätä pyritään tietoisesti välttämään niin paljon kuin mahdollista. Ohjattavan motivointiin ja yhteispeliin kiinnitetään menetelmässä erityistä huomiota. (Röning, ym. 2012, 179.)

ART:ssa harjoitteita on kolmella eri tasolla. Ensimmäisellä tasolla ovat vihanhallinta ja tunnetaso. Toisella tasolla ovat sosiaaliset taidot ja käyttäytymisen taso. Kolmannella tasolla ovat moraalinen perustelu, arvojen ja ajattelun taso. ART-kurssin kesto on yhteensä 30 tapaamiskertaa ja ryhmä kokoontuu useamman kerran viikossa noin tunniksi kerrallaan. ART-menetelmän kehittäjä suosittelee ryhmän kooksi 6-8 osallistujaa. Ryhmän kokoonpanoa suunniteltaessa tulee ottaa huomioon ikä, sukupuoli ja ongelmakäyttäytymisen muoto. Ryhmässä usean häiriökäyttäytyvän nuoren olemisen voi lisätä leimautumista tai johtaa negatiiviseen sosiaalistumiseen. Sekamuotoinen ryhmä, jossa mukana on myös tavallisia nuoria, on todettu olevan vaikuttavuudeltaan positiivisempi. Positiivisia tuloksia on myös mahdollista saavuttaa erittäin strukturoidulla ohjauksella tai sillä, että ohjaajia on enemmän kuin tavallisessa luokassa. Ohjaajien on oltava päteviä ART-ohjaajia. (Gundersen ym. 2019, 26)

3.3 ART Suomessa

Tänä päivänä Suomessa käytetään ART-menetelmää laaja-alaisesti kouluissa, vammaistyössä, sosiaalityössä, nuorisopsykiatriassa ja nuorisotyössä. ART-ohjausmenetelmän käyttö on vakiinnuttanut paikkansa nuorten parissa tehtävässä työssä. Menetelmälle, jonka avulla voidaan vaikuttaa nuoren aggressiiviseen käyttäytymiseen, on myös meillä ympäri Suomea selkeästi tarvetta. (Gundersen ym. 2019, 9-11.)

Suomen ART ry on voittoa tavoittelematon yhdistys. Suomen ART ry perustettiin vuonna 2004. Suomen ART ry:llä järjestää yksinoikeudella ART-koulutuksia Suomessa. Suomen ART ry kouluttaa ohjaajia ympäri suomea, mutta yhdistyksen kotipaikka on Helsinki. Yhdistyksen perustehtävänä on edistää menetelmän saatavuutta ja käyttöä Suomessa muun muassa suomentamalla kirjallisuutta ja järjestämällä koulutusta. (Suomen ART ry 2024.)

Suomeen ART-harjoitusmenetelmä saapui 2000-luvun alussa ja on nyt saavuttanut maassamme vakaan aseman yhtenä keskeisistä työkaluista aggressiivisesti käyttäytyvien nuorten kuntoutuksessa ja hoidossa. ART-harjoitusmenetelmän suuren menestyksen myötä on kasvanut tarve suomenkielisille materiaaleille ja ryhmäohjaajien kouluttamiselle. Tarve tähän on kasvanut vuosi vuodelta tasaisesti. Tähän tarpeeseen on Suomen ART-yhdistys pyrkinyt vastaamaan toiminnassaan. Yhdistys on kuluneen 10 vuoden aikana suomentanut ja julkaissut ensimmäisen kirjan lisäksi toisen parannetun version painoksesta ART-Aggression Replacement Training vuonna 2016. (Gundersen ym. 2019, 7.)

Uusimpana versiona on tullut pohjoismainen sovellus AART; jonka tarkoitus on tuoda lisää ymmärrystä menetelmän taustateoriaan ja viedä mallia myös ennaltaehkäisevämpään ja kasvatuksellisempaan suuntaan ohjauksessa. ART ja AART-kirjan ydin pysyy kuitenkin samana, mutta sitä on nykyaikaistettu, uudistettu viimeisimmän oppimistiedon ja pohjoismaisen käytännön kokemuksen pohjalta. Tämä Pohjoismainen sovellus on hyödyllinen ja tarpeellinen lisä Suomen ART kentälle. (Gundersen ym. 2019, 7-13.) Suomeen on myös rantautunut ART-

menetelmän mukainen Family TIES, joka on vuorovaikutustaitojen harjoitteluohjelma aggressiivisesti käyttäytyvien nuorille ja heidän perheilleen. Family TIES-menetelmässä nuoret ja vanhemmat saavat harjoitella yhdessä sosiaalisia perustaitoja, kuten kuuntelemista, toisen henkilön tunteiden ymmärtämistä ja neuvottelemista. Tätä menetelmää on alettu käyttää lastensuojelussa ja nuorisolaitoksissa. (Calame & Parker 2012, 3.) Tämän version on myös Suomen ART ry suomentanut Family TIES-vuorovaikutustaitojen harjoitteluohjelma aggressiivisesti käyttäytyvien nuorten perheille (Gundersen ym. 2019, 24.)

4 TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä verkkokurssimateriaali nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä sekä tuoda tietoisuuteen ART-harjoitusmenetelmää. Näistä teemme verkkokurssimateriaalin Skhole Oy:lle, joka sen jälkeen tekee valmiin verkkokurssin oppimisympäristöönsä. Koska ART-harjoitusmenetelmä on nimikesuojattu, voimme ainoastaan tuoda tietoisuuteen ART-ohjausmenetelmää sekä ohjata kiinnostuneita kouluttautumaan ART-ohjaajaksi, jonka yksinoikeudella järjestää Suomen ART ry. Verkkokurssimateriaali on tarkoitettu sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sekä opiskelijoille. Verkkokurssi kokoaa tiiviin tietopakettin nuoren sosiaalisesta kyvykkyydestä ja tuo tietoisuuteen ART-harjoitusmenetelmää. Valmiin verkkokurssin tarkoituksena on tuoda tietoa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille ja opiskelijoille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Omia tavoitteitamme tälle opinnäytetyön tekemiselle ovat oman ammatillinen kasvu ja kehittyminen haastavissa tilanteissa. Nuorten mielenterveysongelmat ja haastava käytös ovat lisääntyneet viime vuosien aikana. Elämä on ikuista oppimista ja jos me tulevina sairaanhoitajina saamme omalla työtavalla muutettua nuoren tulevaisuutta ja hyvinvointia parempaan suuntaan, on tavoitteemme silloin toteutunut. Työskenteleminen ja ihmisen auttaminen onnistuu, jos henkilökunta on taitavaa ja sitoutunutta. Jatkuva kouluttautuminen kuuluu myös sosiaali- ja terveysalan työntekijöille.

5 SOSIAALISEN KYVYKKYYDEN VERKKOKURSSIMATERIAALI

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö tuo ammatilliseen ympäristöön käytännön toiminnan ohjeita, oppaita sekä toiminnan järjestelyä tai sen järjeistämistä. Alasta riippuen se voi olla esimerkiksi asiantuntevaan käyttöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus. Toiminnallisen opinnäytetyön lopullisena tuotoksena on aina jokin konkreettinen tuotos, kuten ohjeistus, kirja, tiivis tietopaketti tai portfolio. Toiminnallinen opinnäytetyö voi myös olla messu- tai esittelyosasto tai jokin tapahtuma. Sen vuoksi opinnäytetyön raportoinnissa on käytävä läpi konkreettisen tuotoksen saavuttamiseen käytettyjä menetelmiä (Vilka & Airaksinen 2003, 9-10). Toiminnallisessa opinnäytetyössä työn toteutustavan määrittävät kohderyhmä ja tilaaja, joille opinnäytetyö tulee käyttöön. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön sisältyy itse toiminnallinen osuus sekä opinnäytetyön raportti. Opinnäytetyön raporttiin sisältyy tutkimusviestinnän keinona prosessin dokumentointi ja sen arviointi. (Saastamoinen, Vähä, Ypyä, Alahuhta & Päätaalo 2018.)

Toiminnallinen opinnäytetyö aloitetaan ensimmäiseksi määrittelemällä tavoite tai tavoitteet ja miten työ toteutetaan. Tämän jälkeen suunnitellaan ja valitaan kehittämistyössä käytettävä menetelmä. Tehdään selkeä aikataulu työskentelylle sekä pohditaan, millä tavoin valmista opinnäytetyön tuotosta voidaan arvioida ja kuinka kerätään palautetta. Kehittämistyö on yhteistyötä toimeksiantajan kanssa, jolloin vastataan heidän kehittämistarpeeseensa tai ympäristöön, jossa kehittämistarvetta on havaittu olevan. (Kostamo, Airaksinen & Vilka 2022, 20.)

Opinnäytetyö on iso projekti tekijälle. Opinnäytetyön tekijä hyödyntää omaa asiantuntijuuttansa sekä opiskeluiden aikana saamaansa tuoreinta ja uusinta tietoa kyseisestä alasta mukaan kehittämistyöhön. Opinnäytetyöhön yhteistyökumppani tai toimeksiantaja tuo puolestaan tietoa suoraan oikeasta työelämästä ja työelämäympäristöstä, omasta organisaationsa tai yrityksensä toiminnasta. Näin kokemus ja jo olemassa olevat käytänteet kohdentuvat teoria- ja asiantun-

tijatietoihin opinnäytetyössä. Toiminnallinen opinnäytetyö perustuu pääosin ammatillisesta teorian tiedosta sekä ammattikäsitteiden ja -termistön käytöstä. (Koskamo, ym. 2022, 21.)

5.2 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyön menetelmäksi valitsimme toiminnallisen menetelmän, joka etenee lineaarisen mallin mukaisesti. Tavoitteena on edetä projektin alusta loppuun saakka tätä mallia mukailen, olettaen, että häiriötekijöitä suunniteltuun aikatauluun ei tule. Opinnäytetyön lineaarisen mallin mukaisesti edetään ensimmäisenä tavoitteen määrittämisestä sen suunnitteluun, jonka jälkeen toteutusvaiheeseen ja viimeisenä vaiheeseen työn päättämiseen ja lopuksi työn arviointiin (Salonen 2013). Lineaarisen mallin mukaan työlle määritelty tavoite tulee perustua havaittuun tarpeeseen. Perusteltu tarve voi myös kohdistua ulkoa tulevaan paineeseen tai yksittäiseen ideaan. Tavoitteen määrittelyssä on pyrittävä selkeään ja rajattuun tavoitteeseen. Asetettu tavoite määrittelee perustan työlle, jonka ympärille koko valmis työ sijoittuu. (Toikko & Rantanen 2009, 64.)

Aloitimme opinnäytetyö prosessin valitsemalla toiminnallisen opinnäytetyön. Halusimme tehdä konkreettisen tuotoksen, josta olisi mahdollisimman monelle hyötyä. Halusimme nimenomaan tehdä verkkoon tulevan konkreettisen tuotoksen tavallisen kirjallisen oppaan sijaan. Verkossa saatavilla oleva tuotos on helpommin saatavilla käyttäjilleen. On sanomattakin selvää digitalisaation ja sen kehittymisen olevan tulevaisuutta ja oppimisen tapahtuvan jatkossakin paljon verkossa. Otimme yhteyttä toimeksiantajaamme, josta tulikin pian liuta erilaisia toiminnallisen opinnäytetyön aihe ehdotuksia. Alun perin valitsimme aiheeksi ART-harjoitusmenetelmän, joka kuitenkin osoittautui haastavaksi aiheeksi sen ollessa nimikesuojattu ja Suomen ART ry:llä olevan yksinoikeus ART-koulutuksiin. Aiheen valittuamme teimme lineaarisen mallin mukaisesti aikataulun opinnäytetyölle ja aloitimme materiaalin ja lähteiden hankkimisen. Muokkasimme toimeksiantajan ehdotuksesta alkuperäistä aihetta. Aihe muuttui nuoren sosiaalisesti kyvykkyydeksi sekä tietoisuuteen tuomiseen ART-harjoitusmenetelmää. Alkuperäi-

nen aihe ART-harjoitusmenetelmä ja sen käyttämisestä tuli toiveena toimeksiantajan asiakkailta. Tätä emme kuitenkaan pystyneet alkuperäisen suunnitelman mukaisesti toteuttamaan. Toteutusvaiheessa luimme lähteitä ja kokosimme tietoperustaa näistä yhteiseksi kokonaisuudeksi. Hioimme opinnäytetyötä pitkin prosessia ja annettujen palautteiden perusteella. Oman opinnäytetyön arviointiin olemme loppujen lopuksi tyytyväisiä vastoinkäymisistä huolimatta. Pyrimme että kirjoitettu teksti on selkeää, johdonmukaista ja kieliopillisesti oikein sekä lähteet asianmukaisesti viitattu ja käytetty kirjallisuus ja muu materiaali on riittävä.

5.3 Toimeksiantajan kuvaus

Skhole Oy tuottaa oppimisympäristössä koulutuksia ja on luonut laajan digitaalisen oppimisympäristön sote-alan opiskelijoille ja työntekijöille. Skhole tuottaa sote-alan verkkokoulutuksia. Asiakasorganisaatiota Skholella on tällä hetkellä lähes 500 ja tämän kirjoitushetkellä on noin 190 verkkokurssia, jotka ovat 500 asiakasorganisaation hyödynnettävissä vuosilisenssillä.

Skhole Oy on perustettu vuonna 2014 kahdeksan innokkaan yrittäjän voimin. Alkuperäisenä ajatuksena on ollut tuottaa verkkokoulutuksia yleisesti. Verkossa käytävien koulutusten sisältöjä aloitettiin suunnittelemaan osakkaiden omien osaamisien ympärille. Yksi omistajista, sairaanhoidon opettaja Tarja Lipponen, tiedotti sairaanhoitajan opintoihin kuuluvista lääketieteen luennoista, joita ulkopuoliset luennoitsijat toteuttivat ammattikorkeakouluille. Tällainen luentojen toteutus koettiin käytännössä olleella tavalla oppilaitoksissa hankalaksi. Keskustelujen tuloksena Skhole sai idean koulutusten toteuttamisesta verkossa. Ensimmäisen sopimuksensa Skhole Oy teki Lapin ammattikorkeakoulun kanssa. (Skhole Oy. 2024b.)

Ensimmäinen oma oppimisympäristö ja sisällöt julkaistiin tammikuussa 2015. Alkuun Skholen tuottamaa palvelua käytettiin pelkästään ammattikorkeakouluissa. Seuraavana vuonna asiakaskunta laajeni ammattilaisten täydennyskoulutuksen pariin. Yksityinen hoivapalvelu yritys Coronaria Hoiva otti palvelun pilottikäyttöön ja laajensi myöhemmin käytön koko henkilöstön mittaiseksi. (Skhole Oy. 2024b.)

Vuoden 2020 Koronapandemia synnytti huiman digiloikan. Digitaalisille oppimiskäytänteille on kasvava tarve ja yhä useampi organisaatio on oivaltanut digitaalisen oppimisen tarjoamat mahdollisuudet. Toimivasta ja pedagogisesti laadukkaasta verkko-oppimisesta on tullut standardi useiden yritysten ja organisaatioiden henkilöstön koulutuksessa eri toimialoilla ympäri maailmaa. (Skhole Oy. 2024b.)

6 POHDINTA

6.1 Eettiset näkökulmat ja luotettavuuden tarkastelu

Jokainen ammattikorkeakoulu päättää itse omasta opinnäytetyöprosessistaan, joita kuitenkin ohjaavat ammattikorkeakouluille laaditut suositukset eettisestä ja hyvän tieteellisen käytännön mukaisesta opinnäytetyöprosessista. Kaikkia opinnäytetöitä ohjaavat eettiset suositukset pyrkivät yhtenäistämään opinnäytetyöprosessia eri ammattikorkeakouluissa ja kehittämään hyvää tieteellistä käytäntöä (ARENE ry 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset). Opinnäytetyön eettisyydestä huolehtiminen on meidän vastuullamme ja sen noudattaminen on edellytys opinnäytetyön hyväksyttävyydelle. Eettisten periaatteiden huomioiminen vahvistaa luotettavuutta ja validiteettia. Opinnäytetyössämme emme käsittele henkilötietoja. Teimme opinnäytetyösopimuksen yhdessä Skhole Oy:n kanssa. Skhole Oy:stä yhteyshenkilömme oli Johanna Honkela.

Tekijänoikeus työstä syntyy aina tekijälle itselleen, tämä suojaus koskee kuitenkin vain alkuperäistä työn muotoa, johon työ on tehty. Opinnäytetyön ideaa, sen yksittäisiä tietoja, esitettyjä väittämiä tai saatuja tutkimustuloksia tekijänoikeus ei suojaa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 162.) Kun tuotamme Skholelle verkkokurssimateriaalin, josta Skhole itse tekee oman näköisensä verkkokurssin, jää tekemämme tuotos vapaasti toimeksiantajamme Skhole Oy:n omaan käyttöön. Skhole laatii tehdyn verkkokurssikonaisuuden omaan verkkoympäristöönsä ja mainostaa sitä omien kanaviensa välityksellä. Toimeksiantaja voi halutessaan julkaista opinnäytetyön myös omissa kanavissaan, kuten sosiaalisessa mediassa tai uutiskirjeissä. (Skhole 2024a.) Arvosteltavaksi jätettäessä opinnäytetyöstä tulee julkinen. Teoksen monistamiseen ja laajempaan levitykseen jää oikeus tekijälle päättää asiasta. Tekijänoikeuksista luopumisesta toiselle osapuolelle täytyy aina tehdä osapuolten kesken kirjallinen sopimus luopumisesta. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 162.)

Tuottamalla verkkokurssimateriaalin Skhole Oy:lle, lisää se ammatillista tietoutta sekä osaamista mahdollisimman monelle sosiaali- ja terveysalan parissa työskentelevälle, opiskelijoille sekä aiheesta kiinnostuneille. ART-harjoitusmenetelmän tietoisuuteen saattamista. Tutkimalla nuoren sosiaalista kyvykkyyttä voimme paremmin ymmärtää näitä haasteita ja löytää keinoja niiden ratkaisemiseksi. Lisäksi voimme tunnistaa parhaita käytäntöjä ja interventioita kuten ART-harjoitusmenetelmä, jolla voimme tukea nuorten sosiaalisten taitojen kehittymistä ja vahvistumista.

Opinnäytetyössämme käytämme ajantasaisia ja luotettavia lähteitä, joilla varmistamme näin hyvän tieteellisen käytännön ja tutkimuseettisen periaatteiden noudattamisen. Teoreettisen viitekehityksen rakentamisessa huomio kiinnittyy käytettyjen tietolähteiden laatuun sekä omaan laadulliseen kirjoittamiseen. Lähdekriittisyys on välttämätöntä lähteitä tulkittaessa, jotta työhön valikoituu harkiten lähteet ja niihin suhtaudutaan kriittisesti. (Vilkka & Airaksinen 2003, 72.) Keskeisimpinä lähtökohtina hyvässä tieteellisessä käytännössä on huolellisuus ja rehellisyys sekä tarkkuus. Eettinen tiedonhankinta, tutkimus- ja arviointimenetelmät sekä kunnioitus muiden tekemiä töitä kohtaan. Tieteellisen käytännön noudattamisesta vastaa ensisijaisesti jokainen itse. (Keiski ym. 2023.)

Opinnäytetyömme lähteinä käytimme useita eri kirjoja suomeksi sekä englanninkielistä kirjaa. Käytimme myös tiedonhaun apuna Lapin yliopistokirjaston tietoasiantuntija Tiina Siron asiantuntemusta. Varsinkin tästä koimme hyötyä tiedonhaun osaamiseen.

6.2 Jatkokehittämisehdotukset

Opinnäytetyön aiheen valitsimme oman kiinnostuksen sekä toimeksiantajalta tulleen tarpeesta. Toimeksiantaja toivoi verkkokurssimateriaalia ART-harjoitusmenetelmästä ja sen käytöstä. Kyseisestä aiheesta ei Skhole Oy:n oppimisympäristössä vielä ollut verkkokurssia. Verkkokurssimateriaalin tuottamisessa pyrit-

tiin vastaamaan toimeksiantajan tarpeeseen sekä toiveisiin. Verkkokurssimateriaalin pohjalta Skhole Oy tekee verkkokurssin oppimisympäristöönsä, josta se on helposti Skholen asiakkaille saatavilla ja hyödynnettävissä.

Jatkokehitys on hyödyllistä sekä oman osaamisen kehittämiseen että tutkimuksen merkityksen ja vaikuttavuuden lisäämisen kannalta. Vaikuttavuutta lisää myös tieto ja sen käyttäminen käytännön työssä. Jatkokehityksenä verkkokurssiin voisi tarjota lisämateriaalia sosiaalisesta kyvykkyydestä. Sosiaalinen kyvykkyys on laaja aihe, josta me käsittelimme nuoren sosiaalisia taitoja, moraalista päättelykykyä sekä aggressiivisuutta. Jatkokehittämisenä jättäisimme verkkokurssista ART-harjoitusmenetelmän kokonaan pois, jolloin verkkokurssi keskittyisi syvemmin ja selkeästi nuoren sosiaaliseen kyvykkyyteen. Verkkokurssin sisällöstä palautteen saaminen käyttäjiltä antaa arvokasta tietoa, mitä verkkokurssilla tulisi kehittää ja mitkä osa-alueet olivat toimivia.

6.3 Ammatillinen kasvu ja kehitys

Opinnäytetyön tekeminen vahvisti sairaanhoitajan ammatillisia kompetensseja kuten; opetus- ja ohjaus osaamista sekä eettisyyden tarkastelua hoitotyön kannalta. Eettinen ajattelu ja pohdinta on olennainen osa sairaanhoitajan työtä. Asiakaslähtöisyys oli myös tärkeä kompetenssi opinnäytetyössä sekä vuorovaikutus. Sairaanhoitaja voi ohjata erilaisia asiakasryhmiä. Yhdessä tekeminen vahvisti myös yhteistyötaitoja.

Opinnäytetyön aihe osoittautui lopulta haastavaksi, koska ART-harjoitusmenetelmä on nimikesuojattu. Aihetta täytyikin rajata pitkin prosessia. Koemme että opinnäytetyön aihe on kuitenkin ajankohtainen ja tärkeä. Nuorten mielenterveysongelmat ja haasteet tällä kentällä tulevat kasvamaan tulevaisuudessa. Toisaalta on huomioitava, että nykypäivän nuoret kohtaavat myös uusia haasteita, kuten sosiaalisen median paineet, vertaisryhmien vaikutusvalta ja digitalisaation tuomat muutokset vuorovaikutukseen. Näiden haasteiden myötä nuorten tarve vahvoille sosiaalisille taidoille korostuu entisestään.

Kokonaisuudessaan nuoren sosiaalinen kyvykkyys on siis erittäin ajankohtainen ja tärkeä aihe, jonka tutkiminen ja ymmärtäminen voi auttaa meitä rakentamaan parempaa tulevaisuutta nuorillemme.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut pitkä ja haastava projekti. Opinnäytetyölle teimme aikataulun, mutta pian huomasimme, että se oli liian kunnianhimoinen meneillään olevaan elämäntilanteeseen. Aikataulujen yhteensovittaminen, työharjoittelut, työssäkäynti, perhe ja muut koulutehtävät hankaloittivat yhteisen ajan löytymistä opinnäytetyön tekemiselle. Apuna tässä oli onneksi kuitenkin pilvipalvelu, johon työ tallennettiin. Tämän ansioista pystyimme omien aikataulujen ja voimavarojen mukaan kirjoittamaan opinnäytetyötä. Vaikka aikataulu työlle ei mennyt suunnitellun mukaan, saimme kuitenkin lopussa puristettua opinnäytetyön haluttuun päivämäärään mennessä valmiiksi. Olemme kuitenkin kokeneet, että opinnäytetyön tekeminen toisen kanssa on ollut helpompaa, kuin se että yksin olisi näin ison työn tehnyt.

Vaikka opinnäytetyön aikatauluissa on ollut haasteita, on se kuitenkin ollut opettavaista ja antoisaa. Aihe on ollut mielenkiintoinen ja hyvin ajankohtainen tässä maailmantilanteessa. Olemme pyrkineet kirjoittamaan aiheesta tekstiä selkeästi ja ymmärrettävästi, jolloin lukijalle jää ymmärrys ART-menetelmästä ja sosiaalisesta kyvykkyydestä, mitä se pitää sisällään.

Tiedonmäärää ja sen laajuutta on pitänyt rajata pitkin prosessia. Tiedonhaussa olemme myös kehittyneet opinnäytetyö prosessin aikana. Olemme myös itse oppineet aiheesta paljon ja toivomme että verkkokurssimateriaalista syntyy antoisa tietopaketti siitä kiinnostuneille.

LÄHTEET

Aadland, E. 1993. Sosiaali- ja terveydenhoitoalan etiikka. Keuruu: Kustannusosa-
keyhtiö Otava.

ARENE ry 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset.
Viitattu 24.2.2024 https://www.arena.fi/wpcontent/uploads/Raportit/2020/AM-MATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%20C3%84YTET%C3%96IDEN%20EET-TISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382.

Bandura, A. 1973. Aggression: A social learning analysis. Prentice-Hall: Eng-
lewood Cliffs.

Broberg, A., Almqvist, K. & Tjus, T. 2005. Kliininen lapsipsykologia. Helsinki:
Edita Prima Oy.

Calame, R. & Parker, K. 2012. Family-TIES: A family-based Intervention to Com-
plement Prepare, ART, and TIES Youth Groups. Champaign, Ill: Research Press

Goldstein, A. P., Glick, B., & Gibbs J. C. 2008. Aggression Replacement training.
Ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville nuorille. 1. painos. Hel-
sinki: Suomen ART ry

Gundersen, K., Olsen, T., Finne, J., Stromgren, B. & Daleflod, B. 2019. AART
adapted aggression replacement training: sosiaalisen kyvykkyyden harjoitusme-
netelmä. Toinen suomenkielinen painos. Helsinki: Oy Nord print Ab.

Kalliopuska, M. 1995. Sosiaaliset taidot. 2. muuttumaton painos. Helsinki: Paina-
tuskeskus

Keiski, R., Hämäläinen, K., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., Varantola,
K., Spoof, S-K., Tarkiainen, T., Kaila, E. & Aittasalo, M. 2023. Hyvä tieteellinen
käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen suomessa. Tutkimuseettinen
neuvottelukunta (TENK). Viitattu 1.5.2024 https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki:
WSOY.

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi opas
toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Helsinki: Art House Oy.

Korhonen, L. 2021. Lapsen aggressiivisuus ja väkivaltaisuus. Duodecim Terveys-
kirjasto. Viitattu 31.3.2024 https://www.terveyskirjasto.fi/pla00026_

Mielenterveystalo 2024. Lapsen väkivaltainen käytös. Viitattu 1.4.2024
<https://www.mielenterveystalo.fi/fi/aggressio-vakivalta/lapsen-vakivaltainen-kaytos>.

Röning, T., Kivelä, K., Jokinen, J., Kilvelä, R. & Savolainen, J. 2012. ART – Aggression Replacement Training - ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville nuorille. Teoksessa Moring, J., Martins, A., Partanen, A., Nordling, E. & Bergman, V. (toim.) Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. Kehittyviä käytäntöjä 2011. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 20.3.2024 <https://core.ac.uk/download/pdf/12371876.pdf>.

Saastamoinen, M., Vähä, T., Ypyä, J., Alahuhta, M. & Päätaalo, K. 2018. Toiminnallisen opinnäytetyön oppimiskokemukset. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut. Viitattu 5.3.2024 <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2018060625407>.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun julkaisut. Viitattu 24.11.2023
<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Skhole Oy. 2024a. Viitattu 10.2.2024.
<https://www.skhole.fi/team#idTeamKaikkiAnchor>

Skhole Oy. 2024b. Opinnäytetyö Skholeen. Viitattu 24.2.2024
<https://skhole.fi/blogi/opinnaytetyo-skholeen>

Skhole Oy. 2024c. Paras oppimisympäristö verkossa. Viitattu 24.2.2024.
<https://www.skhole.fi/>

Suomen ART ry 2024. ART. Viitattu 17.2.2024 <https://www.suomenart.com/mika-art-on/>.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. 3. korjattu painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Viitattu 25.11.2023
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-7732-4>.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

LIITTEET

LIITE 1. Verkkokurssin etusivu

Nuoren sosiaalinen kyvykkyys ja ART-harjoitusmenetelmä

Lisää suosikkeihin 

Kesto: 14 minuuttia
Suositeltu opiskelu-aika: 1 tunti

Lapsuudessa ja nuoruudessa rakennetaan pohja sosiaaliselle kyvykkyydelle. Kun nuoren sosiaalinen kyvykkyys ei kohtaa yhteiskunnan asettamien normien kanssa, voidaan sosiaalista kyvykkyyttä kehittää esimerkiksi ART-harjoitusmenetelmällä. ART-harjoitusmenetelmä on kehitetty auttamaan ongelmallisesti käyttäytyviä nuoria käyttäytymään sosiaalisissa tilanteissa hyväksyttävällä tavalla.

Kurssilla kuvataan nuoren sosiaalisen kyvykkyuden osa-alueita; Sosiaaliset taidot, vihanhallinta sekä moraalinen päättelykyky, jotka kehittyvät iän myötä. Kurssilla kuvataan myös ART-harjoitusmenetelmää.

Kurssi on tuotettu Lapin ammattikorkeakoulun hoitotyön koulutusohjelman opinnäytetyönä.









[▶ Aloita kurssi](#) [Anna palautetta kurssista](#)

0%

Sisältö Keskustelut (0)







Sosiaalinen kyvykkyys

0 / 4

	Sosiaalinen kyvykkyys	01:19	
	Sosiaaliset taidot	01:25	
	Moraalinen päättelykyky	02:01	
	Aggressiivinen käyttäytyminen	03:21	



ART-menetelmä

0 / 3



	ART:n historia	01:16	
	ART - Sosiaalisen kyvykkyuden harjoitusmenetelmä	02:05	
	ART Suomessa	02:29	

Itseopiskelutesti

0 / 1

	Sosiaalinen kyvykkyys ja ART-harjoitusmenetelmä -itseopiskelutesti	
---	--	---

Kurssin kirjoittajat

-  Iina Tamio
Sairaanhoidajaopiskelija
-  Hanna-Mari Tähtisaari
Sairaanhoidajaopiskelija