

POJASTA MIEHEKSI -RYHMÄ MAAHANMUUTTAJAPOJILLE

Hanna Kukkonen ja
Emma Lehto
Opinnäytetyö
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Kevät 2013
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystenhoitaja (AMK)

TIIVISTELMÄ

Kukkonen, Hanna ja Lehto, Emma. Pojasta mieheksi – ryhmä maahanmuuttajajopille. Helsinki, kevät 2013, 46 s., 3 liitettä.
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Helsinki. Hoitotyön koulutusohjelma. Terveystyöntekijä (AMK).

Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa murrosikäiselle maahanmuuttajajopille elämännäytetyöryhmä, jossa käsiteltäisiin murrosiän muutoksia eri näkökulmista. Ryhmä muodostui perusopetukseen valmistavien luokkien oppilaista. Toteutimme viisi kertaa kokoontuneen ryhmämme yhteistyössä Poikien Talon kanssa. Poikien Talo on matalan kynnyksen kohtaamispaikka 10–28-vuotiaille pojille. Sen toiminnan tarkoituksena on saada syrjäytymisvaarassa olevat nuoret osaksi yhteiskuntaa ja tukea heidän tarpeitaan erilaisien ryhmätoimintojen muodossa.

Jokaisella ryhmätapaamisella oli vaihtuva teema ja jokaisella kerralla oli asetettu myös oma tavoitteensa. Ensimmäisen kerran tavoitteena oli ryhmäytyminen. Toisen kerran tavoitteena oli liikuntatietoisuuden lisääminen ja hyvän hygienian ylläpitäminen. Kolmannella kerralla käsitelimme tunteita ja niiden hallintaa sekä seurustelun sääntöjä. Neljännen tapaamisen tavoitteena oli lisätä tietoisuutta liikunta- ja ravitsemussuosituksista sekä murrosiän muutoksista. Viidennellä eli viimeisellä kerralla paikalla oli Poikien Talon edustaja, joka vastasi poikien kysymyksiin ja kertoi seksuaalisuuden moninaisuudesta sekä Suomessa vaikuttavista nuorisolaeista.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli myös kehittää omia ryhmänohjaajan taitojamme. Halusimme luoda rungon ryhmästä nuorten parissa työskenteleville ammattihenkilöille. Ryhmässä käsiteltävien aiheiden tavoitteena on lisätä terveystietoisuutta murrosikäisten nuorten keskuudessa pienryhmätoiminnan keinoin.

Asiasanat: sukupuolisensitiivisyys, maahanmuuttajapoika, murrosikä, ryhmänohjaus

ABSTRACT

Kukkonen, Hanna and Lehto, Emma.

From boy to man – a group for multicultural boys.

46 p., 3 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2013.

Diaconia University for Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Health Care. Degree Public Health Nurse.

The purpose of this thesis was to provide a group for multicultural boys. The basic idea was to strengthen boys' skills to control their emotions and give information about health matters and what it means to be a teenager in Finland. The group was planned to meet five times during autumn 2012 and each group session had its own theme. The first session was only to get to know each other. The second theme was exercising and hygiene. Third session consisted of emotions and relationships. Fourth meeting was to discuss daily nutrition and recommendations for daily activity and what happens during puberty. Our last group session gave a chance for the boys to ask questions about the subjects that we had discussed before.

We provided this group in association with Poikien Talo, which is a low level meeting place for boys aged 10-28. Their co-worker was involved in our group sessions and he had the responsibility to answer all the boys' questions in the last meeting. In Poikien Talo they are using sex sensitivity as a work method. It means that you meet the person as a person not based on his sexual identity. There for it allows boys to be that kind of boys they want to be.

Based on latest researches there is a lot of demand for sexual education and there should also be more groups for different target groups such as teenage boys and girls. We agree with the researches that boys and girls should get their own individual sex education because the way how to present the matters are different. This kind of a group which we organized offers people working with for example teenagers an easy tool to be used in teaching these sensitive matters.

Key words: sexual sensitivity, multicultural boys, puberty, group leading

Sisällys

1 JOHDANTO	5
2 MURROSikäINEN MAAHANMUUTTAJAPÖIKÄ	7
2.1 Sukupuolisensitiivisyyden määritelmiä ja tavoitteita nuorisotyössä	7
2.2 Pojan murrosikä.....	8
2.3 Sukupuoli.....	11
3 RYHMÄOHJAUS	14
4 TOIMINTAYMPÄRISTÖ.....	16
4.1 Poikien Talo.....	17
4.2 Manuva-hanke.....	18
4.3 Tulkkien kanssa työskentely	18
5 RYHMÄTAPAAMISTEN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI	20
5.1 Ryhmäytyminen.....	23
5.2 Liikunta ja hygienia.....	26
5.3 Seurustelu ja ihastuminen, tunteet	28
5.4 Ravitseminen, liikunta ja murrosikä	31
5.5 Pojasta mieheksi	34
6 POHDINTA	37
LÄHTEET	42
LIITTEET	44

1 JOHDANTO

Nuorten aikuistumisvaiheessa olevien poikien ja erityisesti maahanmuuttajapoikien elämänhallintakeinot, tunteet ja tarpeet on helppo jättää huomioimatta. Keskustelun tarvetta on runsaasti. Poikien murrosikä ajoittuu keksimäärin 13,5 vuoden ikään. Samoihin aikoihin tapahtuu myös siirtyminen yläkouluun. Pojilla on haaste sopeutua uuteen kouluun, ystäväpiiriin sekä muuttuvaan kehoon ja psyykeeseen. Tyttöillä yläkouluun siirtyessä yhtäaikaisia muutoksia on vähemmän, sillä heillä muutokset ovat yhdestä kahteen vuoteen poikia edellä. Pojat ovat hyvin eri vaiheissa murrosikää yläkoulun alkaessa, osalla muutokset näkyvät jo esimerkiksi karvoituksen lisääntymisenä, kun taas toiset ovat vielä hyvin poikamaisia pirteiltään. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 157-160.) Koemme poikien tarvitsevan näiden muutosten keskellä tukea ja itsetunnon vahvistamista, jotta he pärjäisivät läpi uusien kokemusten. Maahanmuuttajapojille oman lisänsä murrosiän muutoksiin sopeutumisessa tuovat erilainen kulttuuritausta ja uuteen kulttuuriin sopeutuminen.

Poikien kasvun ja kehityksen tukeminen sekä terveyden edistäminen saatetaan kokea haasteelliseksi ja vieraaksi varsinkin, jos yhteistä kieltä ei ole. Terveydenedistämistyön haasteellisuus erityisesti murrosikäisten nuorten poikien parissa johtuneen osittain terveydenhoitotyön naisvoittoisesta työntekijäkunnasta sekä suomalaisen kulttuurin muokkaamasta käsityksestä pojan ja miehen roolista. Tutkittaessa maahanmuuttajanuorten puheluita Väestöliiton Poikien Puhelimeen voidaan todeta, että heidän perustietonsa seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa ovat verrattuna Suomessa kasvaneisiin poikiin heikommalla tasolla. Kiinnostus saada tietoa on olemassa, mutta usein kielitaito sekä omasta näkemyskannasta poikkeava tieto ovat esteenä tiedon vastaanottamiselle. Toisaalta puheluissa nousee esille myös maahanmuuttajapoikien myönteinen suhtautuminen esiaviolliseen seksiin. Toisten rajojen kunnioittaminen on noussut tärkeäksi teemaksi puheluissa. (Kekkonen 2012, 213-216.) Näihin syihin perustuen koimme tärkeäksi ja ajankohtaiseksi tämänkaltaisen ryhmän järjestämisen opinnäytetyönä.

Opinnäytetyön aiheena on murrosiässä olevien maahanmuuttajapoikien elämänhallintataitojen vahvistaminen siihen perustetun ryhmän avulla. Aiheiden käsittely on tarpeellista poikien terveydenedistämisen ja terveydenhoitajan työn kannalta. Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa yhteistyössä Poikien Talon kanssa, joka on pojille suunnattu matalan kynnyksen kohtaamispaikka, viisi kertaa kokoontuva ryhmä 13–17-vuotiaille maahanmuuttajapojille. Järjestämme ryhmän eräässä pääkaupunkiseudun yläkoulussa, jossa toimii maahanmuuttajien perusopetukseen valmistavia luokkia. Osa pojista on mukana Manuva-hankkeen koulutuksessa. Kaikista maahanmuuttajanuorten valmistavista ryhmistä kaksi on osa Manuva-hanketta ja pilottikouluina toimii kaksi pääkaupunkiseudun yläkoulua. Hankkeen tarkoituksena on edesauttaa perusopetuksen loppuvaiheessa Suomeen tulleiden nuorten kotoutumista ja jatko-opintojen mahdollisuutta. Ryhmien opetuksessa opettajan työparina toimii sosiaaliohjaaja. (Helsingin kaupunki 2013.)

Käsitlemme ryhmässä pojasta mieheksi kasvamiseen liittyviä aiheita, kuten murrosikää ja siihen sisältyviä fyysisiä ja emotionaalisia muutoksia. Ryhmätapaamisten on tarkoitus olla vuorovaikutteisia ja keskustelevia tilanteita, jotka samalla kannustavat poikia käyttämään suomenkieltä tulkkien avulla.

Opinnäytetyömme etenee teoriaosuuden kautta kuvaamaan ryhmätapaamisten suunnittelua, toteutusta ja saamaamme palautetta. Teoriaosuus alkaa maahanmuuttaja-käsitteen sekä sukupuolisensitiivisen työtteen kuvauksesta, minkä jälkeen kerromme pojan murrosiän muutoksista. Tämän jälkeen kerromme sukupuolesta sekä siihen vaikuttavista tekijöistä, ryhmänohjauksesta ja toimintaympäristöstä, johon sisältyy kuvaus yhteistyökumppaneista.

Opinnäytetyömme teoriaosuuden jälkeen kuvaamme toiminnallisen työskentelyn etenemistä. Käymme läpi erikseen kaikkien ryhmätapaamisen suunnitteluja toteutusvaiheen sekä saadun palautteen. Tapaamisten sisältöön liittyvän ravitsemus- ja liikuntaosuuksien teorian olemme jättäneet suppeaksi, sillä halusimme työssämme keskittyä pojan murrosikään ja sukupuolisensitiiviseen työhön. Lopuksi pohdimme opinnäytetyömme tuloksia ja omaa ammatillista kasvua sekä mahdollisia kehittämishankkeita.

2 MURROSIKÄINEN MAAHANMUUTTAJAPOIKA

Lähestymme maahanmuuttajamääritelmää opinnäytetyössämme kulttuurien erilaisuuden kautta. Maahanmuuttajalla tarkoitamme Suomeen muualta muuttanutta henkilöä. Emme halua tarkemmin määritellä, ovatko ryhmämme jäsenet pakolaisia, turvapaikanhakijoita vai työnperässä maahan tulleita.

Kulttuurisella erilaisuudella tarkoitamme asioita ja tapoja, uskomuksia ja oletuksia, joita ihmiset ovat oppineet historiansa aikana tekemään ja arvostamaan. Näitä tapoja määrittävät myös nuorisokulttuurit, erilaiset elämäntavat, seksuaalinen suuntautuminen ja yhteiskunnallinen aktiivisuus. Tästä syystä maahanmuuttajia ei voi ajatella vain yhtenä ja samanlaisena ryhmänä. Yhtäläisyys perustuu verrattavuutena suomalaiseen kulttuuriin, jota harvoin määritellään tarkemmin. Tästä syystä kohdattaessa maahanmuuttajanuori on oleellista, ettei häntä ajatella yhtenä maahanmuuttajaryhmän jäsenenä, vaan hänet kohdataan yksilönä huomioiden edellä mainitut tekijät. (Tyttyjen Talo 2006.) Mielestämme tämä edesauttaa nuoren kotoutumista uuteen yhteiskuntaan ja maahan.

2.1 Sukupuolisensitiivisyyden määritelmiä ja tavoitteita nuorisotyössä

Erja Anttonen (2006) pohtii teoksessaan Sukupuolisensitiivisyyttä kansalaistoinnissa ja nuorisotyössä sukupuolisensitiivisen työotteen tavoitteita ja määritelmiä. Sukupuolisensitiivisyys ymmärretään sosiaalisena vahvistamisena. Sosiaalisen vahvistamisen tarkoituksena on tukea sekä yksilön että yhteisön kasvua ja samalla toimia erityisesti nuorisotyössä ennaltaehkäisevänä menetelmänä lujittamalla nuorten elämänhallintakeinoja. Näin mahdollistetaan ja tuetaan myös nuoren myönteisen sukupuoli-identiteetin kasvua. Sukupuolisensitiivisen työotteen tavoitteeksi voidaan siis Anttonen teoksen pohjalta määritellä, että tarkoitus on tarjota nuorelle mahdollisuuksia kasvaa itseään arvostavaksi ja moninaisuutta kunnioittavaksi nuoreksi samanlaiseen yhdenvertaisuutta tavoittelevaan yhteisöön. (Anttonen 2006, 18-20.) Tätä toivomme myös ryhmämme toiminnalta. Haluamme, että ryhmämme edesauttaa erityisesti elämänhallintakeinojen muokkautumisessa ja moninaisuuden suvaitsemisessa.

Sukupuolisensitiivisen työn lähtökohtia ovat sukupuoliroolien ja sukupuoleen liitettävien käyttäytymismallien avaaminen, purkaminen ja avartaminen. Sukupuolisensitiivisessä poika- ja tyttötyössä kannustetaan kyseenalaistamaan totuttuja tapoja olla tyttö tai poika. Samaan aikaan työote huomioi poikien ja tyttöjen kasvun ja kehityksen murroskohdat, jotka ovat pitkälti sukupuolisidonnaisia. (Tyttöjen Talo 2006.)

2.2 Pojan murrosikä

Poikien murrosikä alkaa keskimäärin 12-vuotiaana. Murrosikään kuuluva voimakas kasvu johtuu sukupuoli- ja kasvuhormonien lisääntymisestä. Poikien murrosikä alkaa tavallisesti kivesten kasvulla, joka ajoittuu yleensä 9–13 ikävuoden välille. Normaalin murrosiän alkamisen vaihteluväli on pojilla useita vuosia. Murrosiän alkaminen on yksilöllistä ja siihen vaikuttavat esimerkiksi ravitsemus ja perintötekijät. Poikien keskinäiset erot kehityksessä ovat suurimmillaan 13,5 vuoden iässä, jolloin osa pojista saattaa näyttää jo miehiltä ja osalla murrosikä on vasta alkamaisillaan. Samaan aikaan nuorilla on tarve kuulua joukkoon ja olla samanlaisia. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 322.)

Murrosiän eli puberteetin alkaessa pojalla alle 9-vuotiaana on kyseessä ennenaikainen puberteetti. Rakenteellisesta kasvun ja kehityksen viiveestä on kyse, jos murrosikä ei ole alkanut 13,5 vuoteen mennessä. Kehityksen kulkua seurataan Tannerin asteikon avulla. Tannerin asteikoissa on omat kuvauksensa tyttöjä ja poikia varten. Poikien kohdalla seurataan häpykarvoituksen ja genitaalien kehitystä. Puberteetin käynnistyminen alkaa aivoista, jossa käynnistyy hypotalamuksen, aivolisäkkeen ja sukurauhasten muodostaman ketjun kypsyminen. Kypsymisprosessin seurauksena tapahtuvat murrosiän muutokset. (Sinkkonen 2010, 24–26.)

Tavallisesti noin vuosi kivesten kasvamisen jälkeen alkaa penis kasvaa. Peniksen kasvu ja äänenmurros tapahtuvat pojan ollessa 10,5–14,5-vuotias. Häpy- ja kainalokarvoitus alkaa kasvaa 10–14-vuotiaana. Usein ensin häpykarvoitus alkaa kasvaa, minkä jälkeen tulevat ensin viikset ja vasta myöhemmin parta. Kun

sukuelinten kehitys on lähes valmista, kainalokarvat kasvavat. Karvoitukseen ja muihin ulkoisiin sukupuoliominaisuuksiin, kuten peniksen kokoon vaikuttaa perimä. Peniksen koko saattaa mietityttää poikia, sillä murrosikään liittyvät tunteet vaikuttavat itsetuntoon ja tarve olla samanlainen muiden kanssa on suuri. Saattaa olla, että poika näyttää vielä lapselta, vaikka tosiasiallisesti sukuelimet ovat jo kehittyneet. Äänenmurroksen aikana ääni madaltuu, joka on seurausta äänihuulien ja kurkunpään kasvusta. Osalla pojista äänenmurros tapahtuu huomaamattomasti ja osalla äänen vaihtelut korkean ja matalan välillä ovat selvästi kuultavissa. Äänenmurros kestää muutaman viikon ja alkaa usein nopeasti ja yllättäen. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 322–323.)

Murrosikään kuuluvat myös hien erityksen lisääntyminen sekä hien hajun voimistuminen. Samaan aikaan myös iho alkaa rasvoittua ja kasvoihin voi nousta finnejä. Toisille saattaa murrosiässä kehittyä akne, joka vaatii lääkkeellistä hoitoa. Peseytyminen ja hygieniasta huolehtiminen on tärkeää murrosikäisen pojan kohdalla. Poikien kohdalla kasvupyrähdys sijoittuu usein murrosiän loppupuolelle. Pituuskasvun kiihtyminen alkaa 10,5–16-vuotiaana ja jatkuu usein vielä kasvupyrähdyksen jälkeen. Lopullisen pituutensa pojat saattavat saavuttaa vasta 18–20-vuotiaana. Noin puolella pojista esiintyy murrosiässä gynekomastiaa, joka tarkoittaa rintarauhasen turpoamista pojalla. Nännipihan alla on tunnettavissa kiinteämpää rauhaskudosta, joka saattaa aristaa. Yleensä kyseessä on tilapäinen ja normaali tila, mutta mikäli turpoaminen on suurta tai ei katoa kahdessa vuodessa, on asiasta hyvä kertoa lääkärille. Gynekomastia voi aiheuttaa pojalle häpeää ja siitä ei usein kehdeta kertoa huolesta huolimatta. (Cacciatore & Koiso-Kanttila, 322–324.)

Pojilla on erektioita läpi lapsuuden. Murrosiässä erektiot voimistuvat ja ne voivat kiihottumisen lisäksi olla seurausta jännityksestä, pelästymisestä tai lämpötilan muutoksesta. Erektiossa penis jäykistyy, turpoaa ja nousee pystyyn. Tämä johtuu peniksessä olevasta paisuvauskudoksesta, joka täyttyessään verellä aiheuttaa erektion. Erityisesti murrosiässä erektioiden tuloa on vaikea estää, minkä takia erektioista saattaa seurata epämiellyttäviä tilanteita esimerkiksi yhteisissä suihkutiloissa. Siemensyöksyt alkavat yleensä 12–15-vuotiaana, mutta osalla pojista ne alkavat jo aiemmin. Yksilölliset erot ovat tässäkin asiassa suuria. Yl-

lättäen alkavat yölliset siemensyöksyt saattavat hämmentää poikaa ja hän saattaa luulla kasteleensa sängyn. Pojille olisi tärkeää kertoa siemensyöksyistä etukäteen, ettei se hämmentäisi niin paljon asian ollessa ajankohtainen. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 324.)

Murrosiässä aivojen korkeimman osan eli etuotsalohkon aivotoiminnot rakentuvat. Aivojen etuotsalohkossa tapahtuu päätöksenteon, oman toiminnan ohjauksen ja motivoinnin säätely. Murrosikäinen harjoittelee päätöksentekoa ja keskittymisensä suuntaamista oikeisiin asioihin. Murrosiässä sosiaalinen ja psyykinen kehitys saattavat taantua sekä koulumotivaatio ja keskittymiskyky heiketä. Tämä on yleensä ohimenevää. Murrosiän aikana nuoren tulisi oppia valitsemaan keskittymiskykynsä ja motivaationsa suunta. Tähän liittyy myös murrosikään vahvasti kuuluva itsenäistyminen. Myös virheet ovat osa kasvua ja niiden seurausten avulla nuori rakentaa omat käyttäytymismallinsa. Nuoruus on hämmentävää aikaa keskinäisten kehityserojen ollessa suurimmillaan ja tarve samankaltaisuuteen suuri. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 324–325.)

Murrosiän muutosten keskellä nuoren miehen mieli muuttuu. Pojan mieli on herkässä vaiheessa ja hän tarvitsee ympärilleen tukevia aikuisia, jotka ovat valmiita keskustelemaan ja kuuntelemaan, mutta valmiita myös asettamaan nuorelle rajat. Tarve olla samanlainen muiden ikäkumppanien kanssa kasvaa ja poikkeava ulkonäkö ja siitä huomauttelu vaurioittavat helposti herkkää mieltä. Ulkonäkökorostuneisuus voi näyttäytyä joko itsensä piilottamisella suuriin säkkimäisiin vaatteisiin tai korostuneena itsensä peilailuna ja esimerkiksi valokuvausharrastuksena. Murrosiässä poikien vetäytyminen, ujous, häpeily, lapsellisuus ja hoivan tarve ovat normaaleita käyttäytymisen piirteitä, jotka kuuluvat nuoren kasvuvaiheeseen. Tässä vaiheessa myös aikuisen ja nuoren väliset erimielisyydet ovat tavanomaisia ja kertovat nuoren oman ajattelun kypsymisestä. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 190–191.)

Opinnäytetyön ryhmämme pojat ovat murrosikänsä lisäksi kotoutumisvaiheessa, mikä osaltaan lisää voimakkaita tunteita. Ympäristö sekä kaverit ovat uusia ja kulttuuri uusine tapoineen asettaa pojille monia haasteita. Tämän takia on erityisen tärkeää tukea maahanmuuttajanuoria sopeutumaan uuteen maahan ja

uuteen tilanteeseen tarjoamalla mahdollisimman paljon esimerkiksi Poikien Talon kaltaisia matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja, jotta maahanmuuttajanuoret pääsisivät verkostoitumaan myös suomalaisnuorten kanssa. Nuoret hakeutuvat mielellään samankaltaisten nuorten pariin ja ympärillä olevat ystävät ja kaveripiiri vaikuttavat nuoren ajatusmaailman kehittymiseen. Tämä on erityisen tärkeää huomioida nuoruuden kehitysvaiheessa, kun nuori ottaa etäisyyttä ajatuksissaan ja perhesuhteissaan. (Nurmi ym. 2009, 128–132.)

2.3 Sukupuoli

Sukupuoli rakentuu biologisesta, sosiaalisesta sekä aistillisesta osasta. Biologinen sukupuoli koostuu geneettisestä, anatomisesta ja hormonaalisesta osasta. Geneettinen sukupuoli määrittyy jo hedelmöitymishetkellä sukusoluissa x- ja y-kromosomien mukaan. Anatomiseen osaan kuuluvat rakenteelliset ominaisuudet eli sukurauhaset, jotka viittaavat sukupuoleen. Näitä ovat naisella esimerkiksi klitoris, kohtu, emätin ja munasarjat. Miehellä näitä ovat esimerkiksi kivekset, penis, eturauhanen ja rakkularauhaset. Munasarjat ja kivekset tuottavat hormonia, kivekset testosteronia ja munasarjat estrogeeniä sekä progesteronia. Näiden hormonien suhde kehossa vaikuttaa siihen kumpaa sukupuolta ihminen on. Testosteronin erityisalku alkaa jo sikiöaikana. Sen vaikutuksesta kivekset alkavat laskeutua ja miehen sukupuolielimet muodostua jo pikkusikiöillä. Testosteroni pitää yllä siittiöiden muodostumista ja estää LH-hormonin erittymistä. LH-hormoni on aivolisäkkeen etulohkosta erittyvä hormoni, joka vaikuttaa naishormoni progesteronin erittymiseen. Myös ulkoiset sukupuolitusmerkit, kuten karvoitus ja pituuskasvu, aiheutuvat testosteronin vaikutuksen seurauksena. Testosteroni on myös voimakkaasti anabolinen eli varastoja rakentava hormoni, joka lisää lihasten ja elektrolyyttien aineenvaihduntaa. Hormonit muokkaavat sukupuoliominaisuuksia eniten murrosiässä. (Leppäluoto ym. 2007, 358-361, 369-373; Vilka 2010, 17–18.)

Sosiaaliseen sukupuoleen liittyvät vahvasti käyttäytymiseen vaikuttavat tekijät, kuten esimerkiksi pukeutuminen, käyttäytyminen, puhetapa, rooli ja tyyli. Kulttuuri vaikuttaa merkittävästi näihin ominaisuuksiin, ja siksi ne voivat vaihdella eri

kulttuurien välillä. Voidaan ajatella, että sosiaaliseen sukupuoleen kasvetaan, ei synnytä. Sosiaalisen sukupuolen kokeminen on aina yksilöllistä, joten ihminen voi omaksua monenlaisia sukupuolirooleja huolimatta biologisesta sukupuolestaan. Myös sillä, kuinka merkitykselliseksi yksilö kokee kulttuuriin liittyvät sukupuolen mukaisen tapakasvatuksen ja käyttäytymissäännöt, on merkitystä sosiaalisen sukupuolen kehityksessä. (Vilkka 2010, 18–19.)

Jos sukupuolta tarkastellaan sosiaalisen sukupuolen näkökulmasta, ei välttämättä ole niin selkeästi eroteltavissa kuka on nainen ja kuka mies. Biologinen sukupuolemmme on stereotyyppinen vaihtoehto ja usein helpoin tapa nimetä oma tai toisen sukupuoli. Sosiaalisen sukupuolen kehittymiseen vaikuttavat merkittävästi kulttuurin sisäiset rakenteet, kuten perhe, varhaiskasvatus, koulu ja työelämä. Yhteiskunta asettaa naiselle ja miehelle odotukset hyväksytyistä ja luvalisista käyttäytymismalleista. Tällaiset aikaan, paikkaan ja tilanteeseen liittyvät käyttäytymismallit ovat vahvasti kulttuurisidonnaisia ja vaikuttavat käsityksiimme sukupuolirooleista ja niihin kohdistuvista odotuksista. Miellämme usein sosiaalisen ja biologisen sukupuolen samaksi, vaikka näin ei aina ole. Esimerkiksi transihmiset eivät välttämättä koe olevansa miehiä tai naisia lainkaan tai he kokevat sosiaalisen sukupuolensa olevan eri kuin biologisen. (Vilkka 2010, 19–20.)

Biologista ja sosiaalista sukupuolta ei voida laittaa arvojärjestykseen. Ihmisen sukupuolta voidaan tarkastella eri näkökulmista eri tilanteissa. Lääketieteen, hoitamisen ja biologisten tutkimusten näkökulmasta tarkasteltaessa sukupuoli on biologinen. Silloin vaikuttavassa osassa ovat hormonaaliset, anatomiset ja geneettiset tekijät, joiden kautta rakentuu sosiaalinen luokitus naisista ja miehistä. Sosiaalisen sukupuoleen ja siihen liittyviin piirteisiin, kuten sukupuolirooleihin, vaikuttamme itse kulttuurimme ja yhteiskunnan luomien mallien kautta. (Vilkka 2010, 21.)

Sosiaalisen sukupuolen katsotaan olevan vahvasti kokemus omasta sukupuolesta, ja siihen liittyvät kokemukselliset, persoonalliset, sosiaaliset, kulttuuriset ja juridiset ominaisuudet. Sukupuoleen liittyy voimakkaasti myös aistinen puoli. Ihminen aistii koko kehollaan: maistaa, haistaa, näkee, tuntee ja kuulee. Nämä aistiset kokemukset eivät liity sukupuoleen, vaan yhteiskunnan ja kulttuurin kä-

sitykset sukupuolesta liittävät ne tiettyyn sukupuoleen. Esimerkiksi herkkyys ajatellaan usein feminiiniseksi piirteeksi ainakin suomalaisessa kulttuurissa ja herkäät pojat saattavat tulla usein leimatuiksi. (Vilka 2010, 18–25.)

Sukupuolen moninaisuus on haaste hoitotyössä. Sukupuoli on niin vahvasti sisäinen kokemus, että ulkopuolinen ei voi sitä määrittää. Esimerkiksi terveydenhoitaja luo kohdatessaan asiakkaan käsityksen sukupuolesta ulkoisesti nähtävien sukupuolisten ominaisuuksien kautta. Nämä näkemykset ihmiset oppivat ympäristöstään elämänsä varrella. Erityisesti ensimmäisessä kohtaamisessa asiakkaan kanssa tiedot menneisyydestä ovat terveydenhoitajalla vähäiset, joten kohtaaminen on oltava mahdollisimman avoin ja vuorovaikutuksellinen. Ammatillinen kohtaamisen hoitosuhteessa vaatii työntekijän oman sukupuolen ja seksuaalisuuden tiedostamista sekä omien arvojen tarkastelua, jotta hän voi kohdata ja hyväksyä asiakkaan, jonka sukupuolisuus saattaa olla ristiriidassa hoitajan omien käsitysten ja kulttuuristen tapojen kanssa. Tärkeintä olisi kohdata asiakas persoonana eikä nähdä häntä vain miehenä tai naisena ja olla valmis kohtaamaan se tosiasia, että kehon ulkoiset merkit eivät paljasta todellista koettua sukupuolta. Kaikki eivät ole automaattisen oletuksen mukaan heteroita eikä sillä pitäisi olla mitään merkitystä hoitosuhteessa, mitä seksuaalista ja sukupuolista suuntautumista asiakas edustaa. ”Kun katse ei kohdistu sukupuoleen, ei myöskään seksuaalisuus tule ennalta määritellyksi.” (Vilka 2010, 85–87.)

3 RYHMÄOHJAUS

Ryhmää perustettaessa on ensin mietittävä mihin tarkoitukseen ryhmä tulee ja mitkä ovat sen tavoitteet. Usein uusi ryhmä on osa toista toimintakokonaisuutta, jolla on omat tavoitteensa, toimintakulttuurinsa ja arvonsa. Näin oli myös meidän ryhmämme kohdalla. Ryhmämme muodostui pojista kahdelta eri luokalta, joilla olivat omat tavoitteensa suomenkielen oppimisessa ja koulunkäyntiin valmistautumisessa. Ryhmämme tavoitteet muodostuivat luokkien tavoitteet huomioon ottaen. Ryhmämme suunniteltiin suljetuksi pienryhmäksi siinä käsiteltävien arkaluontoisten asioiden takia. Suljetulla ryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa samat jäsenet jatkavat ryhmän alusta loppuun saakka eikä uusia jäseniä oteta ryhmään. Myös kokoontumisaika on etukäteen päätetty. Pienryhmä rakentuu kahdesta kymmeneen osallistujasta. (Kaukkila & Lehtonen 2007,15–18.) Halusimme ryhmämme olevan myös toiminnallinen, sillä koimme murrosikäisten poikien kanssa toiminnallisuuden olevan varmin tapa saada keskustelua aikaan arkojenkin aiheiden edessä. Toiminnallisella ryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa oppiminen tapahtuu tekemisen kautta ja yhdessä saatuja kokemuksia jaetaan. Sitä kautta itsetuntemus, vuorovaikutus- ja elämäntaidot vahvistuvat. (Kaukkila & Lehtonen 2007,15–18.)

Opinnäytetyössä tarkoituksenamme oli myös vahvistaa omia ryhmänohjaajan taitojamme. Ryhmänohjaajan tehtävänä on suunnitella ja ohjata ryhmäharjoituksia, mutta sen lisäksi siihen sisältyy monia muita osa-alueita, joita tulee ottaa työskentelyssä huomioon. Ryhmänohjaajan tulee osata antaa aikaa ryhmän muodostumiselle ja alkuvaiheessa rohkaista ja tukea ryhmän muodostumista. Vaikka ryhmänohjaaja asettaa ryhmälle tavoitteet, tarvitaan koko ryhmää niiden saavuttamiseen. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–73.) Pyrimme luomaan ryhmään toisia kunnioittavan ja kuuntelevan ilmapiirin alusta alkaen jakamalla heti myös itse omia tunteita. Tämä on yksi luottamuksen ja turvallisuuden tunteen luomisen edellytyksistä ja osa ryhmänohjaajan taitoja. Ryhmänohjaajan tulee jo heti aluksi tuoda esille ryhmän rajat kertomalla kuinka tärkeää on sitoutua ryhmän asettamiin vaatimuksiin, esimerkiksi ryhmässä käsiteltävien arka-

luontoisten asioiden salassapito. Ryhmänohjaajan ei tule kuitenkaan antaa liian tiukkoja sääntöjä heti alkuun. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–73.)

Ryhmänohjaajalle tärkeitä taitoja on osata havainnoida ja hyväksyä erilaisia tunteita ja toisaalta mahdollistaa ryhmän prosesseille riittävä tila ja aika. Ryhmänohjaajina itse haluamme erityisesti vahvistaa poikien keskinäisiä vuorovai-
kutustaitoja ja samalla lisätä omaa tietoisuutta kuinka palauttaa keskustelu ta-
kasin ohjaajalta ryhmän keskuuteen. Vuoropuhelu ryhmässä on tärkeää ryhmä-
dynamiikan vahvistamiseksi ja mielenkiinto ryhmäläisillä säilyy, kun he itse voi-
vat osallistua keskusteluun sen sijaan, että ryhmänohjaaja yksin vastailisi ky-
symyksiin. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–73.) Haluamme vahvistaa ryh-
mänohjaajataitojamme myös hankalissa tilanteissa kuten silloin, kun keskuste-
lua ei synny aiheen ollessa vaikea, arkaluontoinen tai kiinnostamaton. Ongel-
matilanteiden ennakointi ja käsittely ovat yksi ryhmänohjaajan keskeisimpiä tai-
toja. Ryhmänohjaajan tulee osata myös hyväksyä epävarmuus ja keskeneräi-
syys itsessään, kaikki eivät ole synnynsäisiä ryhmänohjaajia ja tunnistamalla
omat heikkoutensa, pystyy taitoja ja itseään kehittämään. Ryhmänohjaajan tu-
lee osata tunnistaa ryhmän tarpeet ja tunteet ja säilöä ne. Tehtävä voi olla voi-
mia vievä, jos aiheet ovat henkisesti raskaita. Ohjaajan tulisi aiheet itse proses-
soituaan kyetä palauttamaan ne ryhmälle jäsenyntyneemmässä muodossa ja tätä
kautta vastata ryhmän tarpeisiin. Koska tehtävä on vaativa, on hyvä, että ryh-
mänohjaajalla on myös oma kanava, jossa pääsee purkamaan ja ajatuksiaan.
(Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–73.)

4 TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Lähtökohtana opinnäytetyöllemme sekä yhteistyökumppanimme valintaan oli se, että halusimme tuottaa nuorille suunnatun ryhmän, joka vastaisi tilaajan tarpeita. Keväällä 2012 näimme Helsingin Sanomissa kiinnostavan työpaikkailmoituksen, jossa Poikien Talo haki keskuuteensa uusia työntekijöitä. Tästä ilmoituksesta ja uudesta hankkeesta innostuneina otimme yhteyttä Poikien Taloon ja tarjosimme mahdollisuutta yhteistyölle.

Toukokuussa 2012 tapasimme Poikien Talon edustajan kanssa ensimmäisen kerran. Tapaamisessa kartoitimme heidän tarpeitaan ja lähtökohtiaan sekä kerroimme itsestämme ja mielenkiinnon ja osaamisemme tuomista mahdollisuuksista erilaisten ryhmien tai kirjallisen materiaalin tuottamiseen. Lähtökohtaisesti olimme ajatelleet elämönhallintaryhmää nuorille suomalaisille syrjäytymisuhan alla oleville pojille. Molemmat osapuolet pitivät ajatusta hyvänä ja jäimme odottamaan seuraavaa yhteydenottoa Poikien Talolta. Kesäkuussa 2012 saimme tietää ryhmään osallistuvien nuorten tahon. Ryhmään osallistuisi Helsingin kaupungin Sosiaaliviraston ja Opetusviraston kautta maahanmuuttajanuorten valmistava ryhmä.

Seuraava tapaamisemme pidettiin syyskuussa 2012. Tässä tapaamisessa olivat mukana Poikien Talon edustajat, hankkeen sosiaaliohjaaja sekä valmistavien luokkien opettajat. Tapaamisemme pohjalta pääsimme suunnittelemaan ryhmätapaamisten sisältöjä ja saimme tietoa ryhmään osallistuvista pojista sekä heidän lähtökohdistaan ja tarpeistaan. Tapaamisessa sovimme myös ryhmän aikataulusta, aloitusajankohdasta ja muista ryhmän pitämiseen liittyvistä asioista. Ryhmän aloitusajankohdaksi sovimme lokakuun 2012. Tämän jälkeen teimme yhteistyösopimuksen Poikien Talon kanssa.

Koimme yllättäviä vastoinkäymisiä juuri ennen ryhmän aloittamista. Olimme olleet siinä ymmärryksessä koulumme ja ohjaavien opettajiemme taholta, että meidän ei tarvitsisi anoa Helsingin kaupungin Opetusvirastolta opinnäytetyöllemme tutkimuslupaa, koska kyseessä ei tulisi olemaan tutkimus vaan toimin-

nallinen opinnäytetyö, jossa ei ole tutkimuskysymystä. Uskoimme, että rehtorin lupa ja tietoisuus ryhmän toiminnasta riittäisi, jotta voisimme toteuttaa toiminnallisen opinnäytetyömme kouluympäristössä. Asia oli ilmeisesti mennyt huomiotta myös Opetusvirastossa, mutta onneksemme siihen kiinnitettiin huomiota vielä ennen ryhmätapaamistemme alkua ja saimme tarvittavat tutkimuslupahakemukset täytettäväksi ja lähetettäväksi eteenpäin hyväksyttäväksi. Emme saaneet tutkimuslupaa hyväksyttynä takaisin ennen ryhmätapaamisten aloitusta. Saimme kuitenkin aloittaa ryhmätapaamiset, mutta emme saaneet kirjata havaintoja emmekä aloittaa kirjallista tuotosta ennen varsinaisen luvan saapumista. Onneksi lupahakemuksemme hyväksyttiin ja saimme helpottuneina jatkaa ryhmätapaamisten pitämistä ja opinnäytetyömme kirjoittamista.

4.1 Poikien Talo

Kalliolan Nuoret ry:llä on käynnissä nelivuotinen (2011–2014) kehittämishanke Poikien Talo. Sen rahoittajana toimii Raha-automaattiyhdistys. Poikien talo on matalan kynnyksen palvelumuoto, joka on tarkoitettu 10–28-vuotiaille pojille ja nuorille miehille, erityisesti syrjäytymisvaarassa oleville. Poikien talo tarjoaa niin yksilö- kuin ryhmämuotoista toimintaa, jonka avulla tuetaan poikien ja nuorten miesten psykososiaalista kasvua ja kokonaisvaltaista sukupuoli-identiteetin kehittymistä. Poikien talon tarjoamia matalan kynnyksen palveluja ovat erilaiset neuvontapalvelut, suunnitelmallinen ja tavoitteellinen yksilö- ja ryhmätason tuki, perhetyö, nettityö, seksuaalikasvatus ja –neuvonta, verkostojen luominen ja vahvistaminen sekä suunnitelmallinen, tavoitteellinen yksilö- ja ryhmätason tuki. Poikien Talossa on sukupuolisensitiivinen työote ja palveluissa otetaan aina huomioon yksilön tarpeet. (Poikien Talo, i.a.)

Poikien Talon toiminta on vielä suhteellisen uutta ja meillä on tämän produktion myötä hyvät mahdollisuudet olla kehittämässä sen toimintaa ja mahdollisesti luoda heille uusia ryhmäideoita. Ennakkotiedusteluissa kiinnostusta elämäntaitoihin osoitti maahanmuuttajataustainen ryhmä. Kesän aikana ryhmäksemme varmistui pääkaupunkiseudulla sijaitsevan yläasteen kaksi maahan-

muuttajataustaista luokkaa. Ryhmään osallistuvia poikaoppilaita näillä kahdella luokalla on 7.

4.2 Manuva-hanke

Manuva-hankkeen tavoitteena on tukea peruskoulun päätösvaiheessa Suomeen tulleita 15–16-vuotiaita nuoria kotoutumaan ja kiinnittymään yhteiskuntaan. Hankkeen avulla on pyritty tukemaan nuorten siirtymistä jatkokoulutukseen ja turvaamaan nuorten yksilöllinen ja eheä koulupolku. Tämän avulla on pyritty ennaltaehkäisemään nuorten maahanmuuttajien syrjäytymistä ja koulutuksesta jättäytymistä. Manuva-hanke on käynnistynyt vuonna 2010 ja se on ollut osa Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaa vuosina 2009–2012. Vuodesta 2010 lähtien Helsingissä on ollut kaksi valmistavaa Manuva-luokkaa, jotka on muodostettu nuorten iän ja koulutustaustan perusteella. Luokissa työskentelevät työparina opettaja ja sosiaaliohjaaja, mikä on hankkeessa opetusviraston ja sosiaaliviraston (nykyinen sosiaali- ja terveystyökeskus) kehittämä Manuva-työmalli. Työmallin avulla pyritään tukemaan nuorta ja hänen perhettään kokonaisvaltaisesti sekä edesauttamaan kotoutumista. Manuva-luokat eroavat muista valmistavista luokista, joita alueella on useita, nimenomaan kehitetyllä työmallilla. (Helsingin kaupunki 2013.)

4.3 Tulkkien kanssa työskentely

Tulkkien kanssa työskentely oli meille molemmille uutta. Viiden tulkin yhtäaikainen paikalla olo tuntui etukäteen ajatellen haasteelliselta. Pohdimme paljon, kuinka puhua tulkkien välityksellä ja kuinka saisimme ryhmätilanteista mahdollisimman sujuvia ja luontevia ja sellaisia, että jokainen läsnäolija tuntisi olonsa luottamukselliseksi ryhmässä. Huolenaiheemme olivat ehkä turhia, sillä yhteistyö tulkkien kanssa sujui lähes moitteettomasti. Pyrkimyksenä oli saada samat tulkit jokaiseen ryhmätapaamiseen ja lähes poikkeuksetta tämä onnistuikin. Se oli helpottavaa sekä meidän, poikien että tulkkien kannalta, sillä ryhmästäimme muodostui tiivis ja jokaisella kerralla ei tarvinnut esitellä ryhmää ja osallistujia

uudestaan uusille tulokkaille. Tämä mahdollisti myös luontevat vuorovaikutustilanteet ryhmän sisällä.

Valmistelimme visuaalista materiaalia ryhmätapaamisia varten. Halusimme edistää poikien osallistumista ja suomenkielen oppimista, mutta myös helpottaa tulkkien työtä. Koimme visuaalisen materiaalin käytön hyvänä koko ryhmän toiminnan kannalta. Kirjallisen materiaalin avulla tulkit tiesivät käsiteltävät aiheet ja osasivat varautua päivän teemoihin. Olimme valmistelleet esimerkiksi lukujärjestykset, joissa kerrottiin ryhmien aiheet.

Koimme tulkkien kanssa työskentelyn mielekkääksi ja antoisaksi. Toki tulkit olivat kaikki omia persooniaan ja joissakin tilanteissa oli varauduttava siihen, ettei yhteistyö sujunut mutkattomasti kuten voi käydä missä vain usean ihmisen vuorovaikutustilanteessa. Omat kokemuksemme ovat kuitenkin pääsääntöisesti positiivisia. Mietityttämään jäi ainoastaan se, kuinka paljon jäi tulkkaamatta selaista tietoa, joka heidän kulttuurissaan koetaan erittäin arkaluontoiseksi, ja kuinka paljon poikien kommentteista jäi vain poikien ja tulkkien väliseksi keskusteluksi. Pohdimme asiaa, koska tulkkien ja poikien välillä näimme keskustelua myös muulloin kuin tulkattaessa poikien ja meidän välistä keskustelua.

5 RYHMÄTAPAAMISTEN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI

Opinnäytetyömme tavoitteena oli toteuttaa Poikien Talon asiakaskunnan tarpeisiin perustettu toiminnallinen ja keskusteleva ryhmä. Opinnäytetyömme tavoitteena on tuoda poikien terveyden edistämiseen liittyviä erityispiirteitä esille sekä antaa tietoa siihen liittyvistä haasteista. Ryhmän tavoitteena on antaa ja kehittää poikien jo olemassa olevia taitoja ja keinoja oman elämänsä eri osa-alueille huomioiden samalla sukupuolisensitiivisen työtteen. Ryhmään osallistuvien poikien tulee olla valmiita sitoutumaan ryhmän kaikkiin tapaamisiin, sillä ryhmään ei oteta enää aloituksen jälkeen uusia jäseniä. Sitoutuminen on tärkeää, sillä ryhmässä tulee olla luottamus jakaa ja keskustella vaikeistakin asioista ja se ei onnistu, jos ryhmän jäsenet vaihtuvat koko ajan.

Ryhmätapaamisemme toteutuivat syksyn 2012 aikana. Ensimmäinen tapaaminen oli lokakuussa 2012. Ryhmätapaamisemme pidettiin tiistaisin klo 14–16 välisenä aikana. Toteutustamme ja poikien sitoutumista helpotti se, että pitämämme pojasta mieheksi -ryhmät oli suunniteltu poikien lukujärjestykseen keran viikossa koulupäivän päätteeksi. Tällä tavoin pyrimme varmistamaan poikien osallistumisen ryhmään. Myös luokkien opettajat kannattivat ryhmän sitomista koulupäivään ja sitä, että tapaamispaikkana pidetään poikien koulua. Poikien ei tarvinnut koulupäivän jälkeen siirtyä uusiin tiloihin vaan jatkoimme opetusta heille tutussa luokkaympäristössä.

Ryhmätapaamisten aihealueet ja sisällöt (Liite 1) valikoituivat yhdessä ryhmien opettajien ja sosiaaliohjaajan sekä Poikien Talon työntekijöiden kanssa. Opettajien toiveena ryhmien aiheiksi nousivat tunteisiin ja mieheksi kasvamiseen liittyvät asiat, kuten ihastuminen ja hygienia. Nämä teemat koimme itsekkin keskeisiksi ja tärkeiksi, sillä ne vaikuttavat suuresti murrosikäisen pojan päivittäisessä elämässä. Nämä aihealueet koettiin tämän poikaryhmän kohdalla tarpeellisiksi. Luokkien opettajat olivat myös kysyneet pojilta toiveita aiheista ja he olivat itse tuoneet esille tarpeensa osaan käsiteltävistä aiheista.

Olimme yhdessä opettajien kanssa sopineet, että syömme jokaisen ryhmätapaamisen alussa yhdessä välipalan. Näin pääsisimme vaikuttamaan myös poikien ruokailutottumuksiin sekä edesauttamaan jaksamista ja keskittymistä ilta-päiväajankohtaan sijoittuvaan ryhmään. Samalla välipalatarjoilun tarkoituksena oli esitellä pojille monipuolisia ja terveellisiä välipalavaihtoehtoja. Välipalatarjoilun kustannuksiin saimme Helsingin kaupungin sosiaalivirastolta 40 euron arvoisen maksusitoumuksen, jolla saimme hankittua osan välipalatarjoilusta. Ongelmaksi muodostui vain se, että summa oli kertaluontoisesti käytettävä ja hankittaessa välipaloja viittä ryhmätapaamiskertaa varten tulivat säilyvyys- ja säilytysongelmat esille. Näiltä osin saimme välipalakustannuksiin tukea myös Poikien Talolta, jolloin pystymme paremmin tarjoamaan tuoretta ja terveellistä välipalaa. Poikien Talon välipaloihin osoittama summa oli noin 10 euroa ryhmäkertaa kohden.

Ennen ryhmän varsinaista aloitusta kävimme tutustumassa poikiin ja esittäytymässä heille. Jaoimme vanhemmille vietävän informaatiokirjeen (Liite 2) ja kerroimme tulevasta ryhmästä ja siihen liittyvistä aiheista. Pojat olivat kiinnostuneita ryhmän alkamisesta, vaikka kielellisten puutteiden takia heidän oli vaikea ilmaista itseään ja tehdä lisäkysymyksiä. Pääsimme itse samalla tekemään havaintoja heidän kielellisistä kyvyistään ja suunnittelemaan omaa esitys- ja puhetapaamme ymmärrettävämmäksi. Totesimme, että sanallisen ilmaisun rinnalle tarvitsemme runsaasti myös visuaalisia elementtejä, jotta pojat saavat kokonaiskuvan käsiteltävistä aiheista.

Jatkossa ryhmätapaamisissa tulisivat olemaan paikalla poikia varten tulkit, jotka tarvittaessa tulkkaisivat pojille käsittelemiämme asioita, koska poikien suomenkielen taito oli vielä opetteluvaiheessa. Myös tämä asetti ryhmällemme erityishaasteita: kuinka osaisimme kertoa asioista riittävän selkokielisesti ja kuinka itse antaisimme tulkkien läsnäolon vaikuttaa työskentelyymme ryhmässä? Toisaalta tulkkien jatkuva paikallaolo aiheutti ristiriidan yhden ryhmämme tavoitteen kanssa, joka oli rohkaista poikia suomenkielen puhumiseen. Toivoimmekin, että pojat mahdollisimman paljon yrittäisivät ilmaista itseään myös suomeksi vaikka tulkit olivat paikalla. Emme halunneet, että tulkit olisivat pääroolissa keskustelussa vaan enemmän avustajina. Tulkkeja tulisi olemaan paikalla usei-

ta, sillä jokaiselle poikien edustamalle kieliryhmälle oli oltava oma tulkkinsa. Näin ollen tulkkveja olisi kerrallaan paikalla noin viisi. Maahanmuuttajataustaisten oppilaiden kanssa yhteistyötä tekevä sosiaaliohjaaja oli järjestänyt tulkkitilauksen kaikille kerroille.

Poikien Talolla on työmenetelmänä käytössä sukupuolisensitiivinen työote, jota suunnittelimme käyttää produktiossa ja työskentelyssämme. Pyrimme itse olemaan mahdollisimman neutraaleita sukupuoleen liittyvissä kysymyksissä ja keskusteluissa. Tarkoituksena oli, että ryhmässä vallitsisi suvaitsevainen ilmapiiri kaikenlaisille pojille. Tämä vaatii tietenkin meiltä erityistä tarkkaavaisuutta, sillä sukupuolemme on eri kuin Poikien Talon ja ryhmämme kävijäkunnan. Lisäksi on syytä pohtia omia käsityksiämme vastakkaiseen sukupuoleen asettamistamme käsityksistä. Pyrimme kuitenkin herättämään keskustelua aroistakin aiheista ja toivoimme, että pojat eivät näkisi meitä vain naisina, vaan kokisivat meidät luotettavina aikuisina, jotka voivat tarjota apua ja ratkaisumalleja heitä askarruttaviin, mahdollisesti myös arkaluontoisiin kysymyksiin.

Ryhmä tulisi olemaan haasteellinen, sillä ryhmään osallistuvat pojat tulevat hyvin erilaisista kulttuureista ja lähtökohtaisesti kulttuuriset erot ovat suuria. Lisäksi paikalla tulisi olemaan useita tulkkveja, sillä suomenkielen taito oli pojilla vielä vähäinen. Huomioimme ryhmiä suunnitellessamme myös oman ilmaisumme, kuten lauseiden pituuden, selkokielisyyden sekä kuvallisen ja kirjallisen materiaalin käytön puheen tukena. Olisi hyvin haasteellista saada ryhmätapaamisiin luotua turvallinen ilmapiiri puhua mieltä askarruttavista asioista. Ryhmä oli kooltaan myös aika suuri, noin seitsemän poikaa, ja ikäjakauma on 13–15 vuotta. Pojat ovat kehitykseltäänkin hyvin eri vaiheissa. Opettajien kanssa käydyn keskustelun lopputuloksena päädyimme kuitenkin tämänkokoiseen ryhmään, sillä pojat ovat motivoituneita ja halukkaita oppimaan uusia asioita ja suomenkieltä. Lisäksi on tärkeää, että kaikki pojat saisivat tietoa murrosiästä.

Keräsimme ryhmään osallistuvilta pojilta palautetta. Palautteen kerääminen oli tärkeää, koska ryhmä on tavoitteellinen ja ilman palautetta tavoitteilla ei ole merkitystä. Myös ryhmänohjaamisen kannalta palaute on tärkeää, sillä näin ryhmänohjaaja voi kehittää toimintaansa (Kaukkila & Lehtonen 2007, 90). Pa-

laute kerättiin kirjallisena yksinkertaisella ja selkeällä kyselylomakkeella (Liite 3). Palaute kerättiin jokaisen ryhmätapaamisen lopuksi ja sen sai palauttaa nimettömänä. Jokaisen ryhmäkerran päätteeksi kysimme palautteen pojilta myös suullisesti sekä peukkua ylös tai alas näyttämällä. Palautelomake sisälsi monivalintakysymyksiä ja avoimia kysymyksiä, joihin voi vastata lyhyesti. Tarkoituksenamme oli pitää lomake mahdollisimman vähän aikaa vievänä, jotta sitä ei pidettäisi ryhmäkertojen työläänä osuutena. Viimeisellä kerralla oli tarkoituksenamme lisätä lomakkeeseen kaikkia viittä ryhmätapaamista koskeva palauteosio. Palautelomake oli suomenkielinen, joten sen täyttäminen vaatisi tulkkien apua. Suunnittelimme kirjaavamme havaintojamme jokaisen ryhmäkertojen aikana. Jokaisen tapaamisen jälkeen kävisimme myös yhdessä havaintomme läpi ja suunnittelimme arvioivamme ryhmän onnistumista ja toteutumista. Havainnoissa suunnittelimme keskittyvämme menetelmiin ja niiden toimivuuteen ryhmässä.

5.1 Ryhmäytyminen

Ensimmäisen ryhmätapaamisen tavoitteena oli tutustua toisiimme, kertoa ryhmän ja ryhmätapaamisten tarkoituksesta sekä sisällöstä ja saattaa yhteisen luottamuksen syntyminen alulle. Ensimmäisen kerran ryhmätapaamisen suunnittelimme käytettäväksi kokonaisuudessaan tutustumiseen ja ryhmäytymiseen sekä omien vahvuuksien ja heikkouksien löytämiseen. Ensimmäistä ryhmätapaamiskertaa varten valmistelimme erilaisia tutustumisleikkejä ja tehtäviä. Lisäksi pojat saivat piirtää oman elämänjansansa, johon jokainen tulisi valitsemaan elämänsä merkitykselliset kokemukset ja hetket. Lopuksi janat esiteltäisiin muille ryhmän jäsenille. Näin poikien suomenkieli vahvistuisi ja he rohkaisuisivat käyttämään sitä. Aikataulutimme ja teimme tarkan tuntisuunnitelman ryhmästä, jotta ehtisimme käsittelemään kaikki ryhmäkerralle varatut aiheet läpi. Aikatauluun olimme selkeästi jättäneet tilaa, sillä kummallakaan meistä ei ollut aiempaa kokemusta tulkkien kanssa työskentelystä.

Olimme suunnitelleet aloittavamme tapaamisen esittelyllä, nimilappujen tekemisellä sekä välipalan tarjoamisella. Olimme saapuneet hyvissä ajoin ennen poi-

kia luokkaan valmistelemaan ryhmää. Järjestimme luokan pulpetit ympyrämuotoon ja laitoimme tarjottavan välipalan esille. Keskustelimme ryhmiä ohjaavien opettajien kanssa poikien ja opettajien odotuksista ja tunnelmista. Halukkaat hakivat välipalaa useamman kehotuksen jälkeen, minkä jälkeen jokainen teki nimilapun ja aloitimme esittelykierron. Esittelykierron yhteydessä pyysimme jokaista kuvaamaan senhetkistä tunnetilaansa adjektiivein. Myös tulkit osallistuivat itsensä esittelyyn, sillä tarkoituksena oli, että samat tulkit olisivat paikalla kaikissa ryhmätapaamisissa. Osallistuimme myös itse kierrokseen. Poikien Talon edustaja pääsi myös esittelemään itsensä ja kertomaan talon toiminnasta pojille esittelykierron päätteeksi. Poikien odotukset olivat pääsääntöisesti myönteisiä.

Esittelykierron jälkeen jaoimme pojille tehdyt kalenterit, joihin oli merkitty ryhmätapaamisten ajankohdat ja sisällöt. Kävimme aihealueet läpi lyhyesti. Kerptomisen tueksi heijastimme kalenterin seinälle. Olimme tehneet pojille kysymyslaatikon, johon tarkoituksena oli saada nimettömiä, erityisesti pojasta mieheksi kasvamiseen liittyviä, kysymyksiä viimeiselle ryhmäkerralle. Viimeisellä kerralla Poikien Talon edustaja olisi vastaamassa mahdollisesti arkaluontoisiin kysymyksiin. Sovimme yhdessä poikien kanssa, missä laatikkoa säilytetään ja mihin mennessä kysymykset tulisi saada tehdyksi. Pojat kyselivät aktiivisesti, jos jokin asia jäi epäselväksi.

Olimme suunnitelleet käyttävämme elämän jana -työvälinettä. Elämän jana on tarkoituksena nostaa esille omia merkittäviä elämäntapahtumia ja kokemuksia. Tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että kyseinen työväline saattaisi nostaa pintaan tunteita ja kokemuksia, jotka vaatisivat pidempää prosessointia. Koska kyseessä oli maahanmuuttajaryhmä, koimme että menetelmä voisi nostaa ryhmässä liian voimakkaita tunteita esille. Tarkoituksenamme oli tutustua toisiimme, joten elämän jana ei menetelmänä vastannut ryhmäkerralle asetettuun tavoitteeseen.

Päädyimme muokkaamaan elämän jana -menetelmästä enemmän myönteisiin ja tulevaisuuteen suuntautuviin ajatuksiin kohdennetun tehtävän. Piirsimme keskelle paperia tikku-ukon kuvaamaan minää ja jaoimme ukon ympärille neljä

osaa. Osiot olivat: minä pidän, minä en pidä, minulle tärkeät ihmiset ja asiat sekä minun tulevaisuuden haaveeni. Toteutukseen annoimme vapaat kädet, kunhan sovitut aiheet tulisivat esille. Piirtämisen jälkeen jokaisella oli vuoro esitellä omat itselleen tärkeäksi nousseet asiat. Pojat toivat töissään esille monipuolisesti asioita itsestään. Pojat olivat myös halukkaita esittämään kysymyksiä toisilleen ja selvästi kiinnostuneita tutustumaan toisiinsa. Kannustimme tähän kysymällä ja kommentoimalla jokaisen työtä. Koimme tämän tärkeänä ryhmäytymisen kannalta. Poikien persoonallisuus ja motivoituneisuus korostuivat jokaisessa työssä. Osa pojista käytti kirjoittaessa ja kertoessaan itselleen tärkeistä asioista suomea, osa omaa äidinkieltään. Myös me teimme omat työmme ja esittelimme ne. Koimme sen tärkeäksi, sillä sen avulla pojat pystyivät tutustumaan meihin ja muodostamaan luottamusta. Olimme varanneet tehtävään aikaa noin 30 minuuttia, mutta osa pojista innostui tekemään tehtävää kauemmin, minkä takia aikataulu tässä kohtaa ei pitänyt paikkaansa. Olisi ollut järkevää jo heti aluksi kertoa piirtämiselle varattu aika. Päätimme huomioida tämän tulevilla ryhmäkerroilla. Huomasimme heti ensimmäisen ryhmäkerran jälkeen aikataulusta olleen hyötyä. Ehdimme käsitellä kaikki suunnitellut asiat, vaikka yhden tehtävän tekemiseen menikin suunniteltua enemmän aikaa.

Viimeisenä asiana kävimme läpi seuraavan kerran ohjelman ja annoimme informaatio-kirjeen koskien seuraavan kerran liikuntaosuutta. Päätimme ryhmän palautteeseen, jonka jokainen poika täytti kirjallisesti tulkkien avulla. Välittömän palautteen keräsimme näyttämällä peukaloa joko ylös tai alas.

Kysyttäessä ryhmätapaamisen hyödyllisyydestä neljä kuudesta pojasta piti tapaamista hyödyllisenä ja loput kaksi vähän hyödyllisenä. Aihetta mielenkiintoisena piti 5/6 ja vain yksi koki aiheen vähän mielenkiintoiseksi. Vastauksia kysymyksiinsä koki saaneensa viisi kuudesta pojasta ja yksi ei kokenut saaneensa vastauksia mihinkään kysymyksiin. Avoimiin kysymyksiin vastatessaan pojat pitivät hyvänä tulkkien läsnäoloa. Palautteessa korostui poikien innostuneisuus tällaisia ryhmätapaamisia kohtaan. Eräessä palautteessa todettiin *"Ikävä että tällaisia ryhmätapaamisia on aika vähän. Olisi kiva, jos tapaamiskertoja olisi enemmän."* Toisaalta joku koki epämiellyttäväksi kuulla toisten henkilökohtaisista kiinnostuksen kohteista, mutta toisaalta yhdessä palautteessa oli seuraavaa:

”Saimme tietää vieraita asioita, toisten salaisuuksia ja menimme vieraaseen maailmaan.”

5.2 Liikunta ja hygienia

Toisella tapaamiskerralla aiheina tulivat olemaan liikunta ja hygieniasta huolehtiminen. Tavoitteenamme oli lisätä tietoisuutta erilaisista liikuntamahdollisuuksista sekä hygieniasta huolehtimisen tärkeydestä erityisesti murrosikäisen aikana. Tällä kerralla menisimme läheiseen liikuntakeskukseen harjoittelemaan itsepuolustusta. Ryhmätapaamisen aiomme aloittaa välipalalla koululla, jonka yhteydessä puhuisimme hygieniasta ja liikunnan merkityksestä murrosikäisen pojan elämässä. Samalla käsittelemme hygieniasta huolehtimista. Murrosikäisillä pojilla tulee olla erityinen tarkkaavaisuus omaan hygieniaansa, sillä murrosikä tuo muutoksia poikien kasvuun ja kehitykseen, jolloin esimerkiksi hikoilu voimistuu ja hiki alkaa haista voimakkaammin ja hiukset rasvoittuvat nopeammin (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2011, 323). Tästä ryhmäkerrasta aiheutuvat kustannukset, joita syntyi itsepuolustusopetuksesta 200 euroa sekä tilavuokrasta, 20 euroa, kustantaisi Poikien Talo.

Poikien opettajat kokivat hygieniasta huolehtimisen tärkeäksi aiheeksi, sillä he olivat kokeneet oppilaiden lähtökohdat hygienia-asioissa suomalaista ikäryhmää heikommiksi. Lajivalintamme olivat itsehillintää ja kärsivällisyyttä vaativia. Tällaisia lajeja pojat eivät välttämättä muuten pääsisi kokeilemaan. Pojat saivat itse valita meidän ennalta valitsemistamme lajeista, itsepuolustuksesta ja kiipeilyistä, itselleen mieluisimman. Molemmat lajit vahvistaisivat kehon ja tunteiden hallintaa sekä vaatisivat fyysistä kestävyyttä.

Ryhmätapaamisen liikuntalajiksi valikoitui itsepuolustus. Ennen liikuntasuoritusta tapasimme koululla. Olimme laittaneet välipalan valmiiksi esille, jotta pääsisimme aloittamaan aikataulussa. Tässä vaiheessa olimme jo todenneet aikataulun riittämättömäksi hygienia-asioiden käsittelyyn, joten olimme päättäneet käsitellä aihetta seuraavan ryhmätapaamisen ensimmäisenä aiheena. Välipalalle olimme varanneet aikaa 15 minuuttia, jotta ehtisimme siirtyä läheiseen lii-

kuntakeskukseen. Itsepuolustuskurssi alkoi liikuntakeskuksessa klo 14.30. Tiesimme ajan rajallisuuden välipalalle ja aiemmalla kerralla totesimme, ettei välipalan syöminen ala välittömästi. Osaltaan tämän takia olimme varanneet myös liikunnan jälkeen nautittavaksi pientä syötävää. Välipalan aikana kävimme lyhyesti läpi perushygienia-asiat liikuntaan liittyen, kuten suihkun tärkeyden, vaatteiden vaihdon ja deodorantin käytön. Samalla kartoitimme poikien odotukset, jotka olivat kovin innostuneet. Niihin palasimme seuraavalla kerralla.

Itsepuolustuksen olimme varanneet ja järjestäneet itse. Tilavarauksesta ja kustannuksista vastasi Poikien Talo. Hinnaksi muodostui 220 euroa. Vakuutusten voimassaolon olimme selvittäneet ennen tapaamisten aloittamista, erityisesti itsepuolustusta koskien. Asia ratkesi opettajan läsnäololla, jolloin koulun oma vakuutus oli voimassa. Opettaja oli paikalla jokaisen ryhmätapaamisen aikana, mutta kuitenkin eri tilassa. Opettajan läsnäololla ryhmätapaamisessa olisi ollut merkitystä ryhmädynamiikan kannalta. Halusimme pitää ryhmän selkeästi erillään opetuksesta, jotta pojat kokisivat luottamusta kysyä ja keskustella aroistakin aiheista. Tämä oli yhdessä etukäteen opettajien kanssa tehty päätös.

Liikuntakeskukseen saapuessamme oli Poikien Talon edustaja odottamassa meitä. Hän ohjasi pojat pukuhuoneeseen vaihtamaan liikuntavaatteet ylle, minkä jälkeen siirryimme budosaliin itsepuolustustunnille. Pojilla oli yhtä lukuun ottamatta liikuntavarusteet ja peseytymisvälineet mukana. Olimme suunnitelleet osallistuvamme itse tunnin harjoitukseen, mutta totesimme paikan päällä, että oli parempi havainnoida sivusta poikien osallistumista ja toimintaa. Itsepuolustustunnin vetäjänä toimi nuori mies, joka omalla toiminnallaan ja konkreettisilla esimerkeillä sai pojat osallistumaan aktiivisesti tuntiin.

Seuratessamme poikien toimintaa tunnin aikana huomasimme lajin kehittävän monia tiedostamattomia osa-alueita. Alkulämmittelyssä korostuivat fysiikka ja kestävyys sekä kehonhallinta. Tämänikäisille pojilla kehonhallinta saattaa olla hankalaa, koska kasvu on kesken. Jo alkulämmittelyssä olivat nähtävissä poikien erot liikuntatottumuksissa. Alkulämmittelyn jälkeen pojat tekivät muutamia yksin tehtäviä harjoitteita, joiden aikana ohjaaja kertoi lajiin liittyen tunteiden hallinnasta ja niiden merkityksestä kehonhallinnassa. Tunnin edetessä siirryttiin

pariharjoituksiin, joissa vahvistettiin toisen kohtaamisen taitoja. Pojat harjoittelivat erilaisista kiinni pitämisistä vapautumista, jolloin he joutuivat pohtimaan yhdessä miten esimerkiksi kädet tulisi asettaa, jotta harjoitus onnistuisi. Tämä tuki poikien keskinäistä vuorovaikutusta, sosiaalisia taitoja ja ongelmanratkaisukykyä.

Tulkit olivat läsnä koko harjoituksen ajan ohjaajan toiveesta, sillä ohjaaja käytti yhtenä opetusmenetelmänä esimerkkejä tilanteista, joissa itsepuolustusta voisi omassa elämässään tarvita. Sanoma olisi ilman tulkkeja jäänyt pojille epäselväksi. Vaikka tilanne oli tulkeillekin uusi, pystyivät he siitä huolimatta kääntämään tarvittavan tiedon harjoitusten ohessa. Tunnin lopuksi keräsimme pojilta jälleen kirjallisen palautteen sekä välittömän palautteen peukaloa näyttämällä. Välitön palaute oli hyvin positiivista ja tunti innoitti muutamaa poikaa liikuntaharrastusten pariin vapaa-ajalla. Lopuksi muistutimme suihkun tärkeydestä ja ohjasimme pojat vaihtamaan vaatteita.

Toisesta ryhmätapaamisesta saadun palautteen perusteella aihe oli mieluinen. kuusi seitsemästä pojasta koki ryhmätapaamisen hyödylliseksi ja vain yksi vähän hyödylliseksi. Kaikki osallistujat pitivät aihetta mielenkiintoisena ja vastauksia ryhmäkerran kysymyksiin saivat kaikki. Avoimessa palautteessa pojat pitivät liikuntakertaa ja uuden oppimista erittäin hyvänä asiana itselleen. Yhden ryhmäläisen osallistumista haittasi tulkin puuttuminen, mikä oli valitettavaa, koska aihe oli moniulotteinen. Oletettavasti hän kuvasi tätä palautteessaan omin sanoin *”puoli harjoitusit minä ymmärrän eilen”*.

5.3 Seurustelu ja ihastuminen, tunteet

Kolmannelle tapaamiskerralle olimme suunnitelleet jatkavamme terveellisyysteemaa liikunnasta hygieniasta huolehtimiseen ja terveelliseen ruokavalioon. Olimme suunnitelleet myös lähestyvämme murrosiän muutoksia. Keskusteltuamme opettajien kanssa päädyimme kuitenkin nostamaan kolmannen kerran teemaksi seurustelun, ihastumisen ja tunteet. Opettajat olivat havainneet kyseisten aiheiden olevan erittäin ajankohtaisia ryhmän keskuudessa ja täten ai-

heen käsittely tulisi tarpeeseen. Koska aiheen käsittely aloitettaisiin suunniteltua aiemmin, jäisi pojilla aikaa prosessoida tunnepitoisia aiheita sekä palata aiheeseen myöhemmin heränneiden kysymysten avulla. Tämä mahdollisti myös sen, että meillä ohjaajina olisi tarvittaessa mahdollista nostaa aihe uudelleen esille. Päätimme näin ollen aloittaa kolmannen ryhmäkerran hygienia-asioilla ja jatkaa siitä tunne-elämää ja seurustelua käsitteleviin teemoihin. Ryhmätapaamisen tavoite oli tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä seurustelun sääntöjen pohtiminen. Tavoitteena oli antaa pojille keinoja tunteiden hallintaan ja käsitteelyyn murrosiän tunnekuhuissa.

Aloitimme kolmannen ryhmätapaamisen jälleen välipalan tarjoamisella sekä kuulumisten ja ajatusten vaihdolla. Jatkoimme edellisellä kerralla kesken jäänyttä hygienia-teemaa ja kävimme tarkemmin läpi, mitä asioita erityisesti murrosiässä tulee hygienian hoidossa huomioida. Hyödynsimme asioiden läpikäymisessä valmiita opetusmateriaaleja, joita aiheesta löytyy Internetistä runsaasti. Luimme pojille tarinan, josta heidän itsensä piti poimia epäkohdat ja puutteet, joita tarinan päähenkilöillä oli hygienian hoidossa (Liinamo, Jokinen & Varstala 2010). Kun pohdimme asiaa ryhmätapaamisen jälkeen, totesimme että tarina oli kielellisesti vaativa eivätkä kaikki asiat avautuneet kielen takia pojille parhaalla mahdollisella tavalla. He saivat kuitenkin poimittua suurimman osan hygieniaan liittyvistä asioista, mikä oli tärkeintä tässä tapauksessa. Tämän myötä korostui, että ryhmään osallistuvilla pojilla oli kaikilla hyvät perustiedot hygienian hoitamisesta ennako-oletuksestamme poiketen.

Hygienia-osuuden jälkeen siirryimme keskustelemaan seurustelusta ja siihen liittyvistä tunteista ja käsityksistä. Halusimme poikien pohtivan omia käsityksiään siitä mitä tarkoittaa ihastuminen ja rakastuminen sekä seurustelu. Annoimme pojille hetken aikaa miettimiseen, minkä jälkeen mietimme yhdessä kyseessä olevia asioita. Pohdimme konkreettisesti esimerkiksi sitä, missä ihastuminen ja rakastuminen tuntuu, sekä mitä eroa näillä kahdella asialla on. Poikien kysymysten kautta pohdimme sitä, milloin tietää, että seurustelee ja miten seurustelemaan ruvetaan sekä kuinka monen tytön kanssa on soveliasta seurustella. Tämän kysymyksen kohdalla nousivat esille kulttuuriset erot: suurin osa pojista piti huonona asiana monen henkilön kanssa seurustelua ja tuomitsi sen jyrkästi.

Osalle poikia taas heidän kulttuurinsa on tarjonnut toisenlaisen näkökulman: heidän näkökulmastaan moniavioisuus on mahdollista. Lopputuloksena tulimme siihen, että on hyvä joka tapauksessa keskustella seurustelun pelisäännöistä, esimerkiksi saako tapailla muita ja milloin seurustellaan. Korostimme myös, että seurustelu on aina kahden ihmisen sopimus ja sitä tulee kunnioittaa.

Ennen ryhmän päätöstä olimme varanneet 30 minuuttia tunteiden puun tekoon. Jokainen poika sai kirjoittaa askartelemiimme lehtiin ja puuhun erilaisia tunteita. Tunteita puuhun kertyi monia erilaisia kuten, pelko, intohimo ja rakkaus. Saatuamme puun valmiiksi keskustelimme lehtiin kirjoitetuista tunteista ja keinoista, kuinka erityyppisiä tunteita voi hallita ja miten. Olimme jo tiedostaneet riskin, joita tunteista keskustelemisessä murrosikäisten poikien kanssa aiheuttaa ja tämä tuli melko pian esille ryhmän edetessä. Oletuksemme mukaan tunteista keskusteleminen voisi olla murrosikäiselle pojalle hankalaa. Halusimme kuitenkin viedä keskustelun loppuun ja näin herätellä pojat ajattelemaan asioita hie- man erilaisista näkökulmista. Koimme asian tärkeäksi, sillä tunteet ovat murros- iän myllerryksessä suuressa merkityksessä ja muutoksessa. Ryhmän päätteek- si keräsimme kirjallisen palautteen.

Kolmannen ryhmätapaamisen palaute oli odotetunmukainen, sillä aihe oli ras- kas ja pojille ehkä vieraampi. Puolet pojista piti ryhmätapaamista hyödyllisenä, yksi vähän hyödyllisenä ja kaksi kuudesta pojasta ei yhtään hyödyllisenä. Aihet- ta mielenkiintoisena piti kaksi pojista. Kolme kuudesta pojasta aihetta piti vähän mielenkiintoisena ja yksi poika ei kokenut aihetta yhtään mielenkiintoiseksi. Vastauksia kysymyksiinsä koki saaneensa neljä kuudesta pojasta. Yksi poika koki saaneensa vähän vastauksia ja vain yksi ei yhtään. Moni piti ryhmätapaa- misen hyvänä asiana yhdessäoloa ja keskustelua, vaikka aihe olikin osan mie- lestä pitkästyttävä. Osa mielsi tunneilmaisun vaikeaksi, vaikka tulkki mahdollis- tikin oman kielen käytön. Eräs avoin palaute oli *”hyvää oli se että olimme yh- dessä ja juttelimme”*, kun taas toisessa todettiin, että *”keskustelun aihe oli hyvin tylsä”*.

5.4 Ravitseminen, liikunta ja murrosikä

Alkuperäinen suunnitelmamme oli neljännellä tapaamiskerralla jatkaa keskustelua murrosiän muutoksista, ihastumisesta, rakastumisesta, seurustelusta sekä tunteiden muutoksista murrosiän tunnemyllerryksessä. Neljännen kerran aiheeksi vaihtuivat ravitseminen- ja liikuntasuositukset sekä murrosiän muutokset. Ryhmätapaamisen tavoitteena oli saada pojille tietoa ravitseminen- ja liikuntasuosituksista, niin että he pystyisivät hyödyntämään ja käyttämään tietoa päivittäisissä valinnoissaan. Lisäksi tavoitteenamme oli antaa tietoa murrosiässä tapahtuvista fyysisistä muutoksista. Tarkoituksenamme oli toteuttaa aiheiden käsittely toiminnallisten tehtävien ja työtapojen avulla. Alusta alkaen olemme halunneet toteuttaa ryhmäämme toiminnallisuuden kautta. Tulisimme käsittelemään säännöllistä ruokailun merkitystä ja terveellisiä ruokavalintoja innostavin ja havainnollistavin keinoin. Samalla keskustelisimme ravinnon saannin merkityksestä murrosikään tultaessa. Tätä kautta voisimme luontevasti siirtyä käsittelemään poikien murrosikää.

Kahdelle tunnille aiheet ovat laajoja, mutta päätimme keskittyä ravitsemuksessa ja liikunnassa perusasioihin, kuten ruokaympyrään ja liikuntasuosituksiin. Murrosiän jätimme tarkoituksella viimeiseksi aiheeksi, sillä sitä ja seksuaalisuutta käsiteltäisiin vielä viimeisellä kerralla Poikien Talon edustajan mukana ollessa. Pojat olivat edellisellä kerralla ilmaisseet toiveensa toiminnallisemmasta toteutuksesta, joten huomioimme sen suunnitellessamme aiheiden käsittelytapoja.

Ryhmän alkuun olimme laittaneet välipalan tarjolle. Välipalan aikana vaihdoimme kuulumiset ja palautimme mieleen ryhmäkerran aiheet. Pöydät olimme järjestäneet ympyrään, jotta kaikki näkisivät toisensa. Olimme tehneet ryhmäker-
taa varten kahdeksan väitettä, jotka liittyivät ravitsemukseen ja liikuntaan sekä samaa mieltä ja eri mieltä-laput. Tarkoituksena oli heijastaa väittämät yksi kerrallaan seinälle ja pojat siirtyisivät mielipidettään vastaavan lapun luokse. Käytimme seuraavanlaisia väittämiä:

1. Syön joka päivä viisi ateriaa
2. Lautasellani on puolet kasviksia ja vihanneksia

3. Syön joka päivä makeisia
4. En ehdi syömään aamupalaa koulu-aamuina
5. Juon päivässä kolme lasia maitoa
6. Syön koulussa lounaan joka päivä
7. Liikun joka päivä vähintään puoli tuntia
8. Koulun jälkeen katson usein televisiota ja pelaan tietokonepelejä

Väittämien tarkoituksena oli saada pojat pohtimaan omia päivittäisiä tottumuksiinsa, jotka liittyivät syömiseen ja liikkumiseen. Samalla saisimme myös itse tietoa poikien tottumuksista. Tehtävä oli selkeä ja pojat ymmärsivät idean. Keskustelu käynnistyi jo tässä vaiheessa ja pohdimme yhdessä poikien kanssa, millaiset asiat ravitsemuksessa ovat tärkeitä. Väittämien jälkeen pojat siirtyivät omille paikoilleen. Olimme päättäneet käsitellä ravitsemusta ruokaympyrän avulla. Olimme kopioineet pojille Kotimaiset kasvikset ry:n sivuilta lautasen, johon he saivat piirtää syömänsä pääaterian. Aikaa tälle oli varattu vain viisi minuuttia ja kerroimme sen pojille, että ehtisimme käsitellä kaikki aiheet. Piirrettyään ympyrät pojat saivat esitellä oman ateriansa muille. Tämän jälkeen aloimme yhdessä poikien kanssa pohtia, mitä lautaselta tulisi löytyä ravintosuositusten mukaan. Olimme listanneet etukäteen, mitkä asiat käsittelemme. Kysyimme pojilta, tietävätkö he kuinka usein tulisi syödä ja millainen on murrosikäisen pojan energian tarve. Suomalaisten ravitsemussuositusten mukaan nuorten kasvuvaiheessa olevien tulisi syödä monipuolisesti ja säännöllisesti lautasmallin mukaisesti huomioiden terveelliset välipalat. Lautasmallissa puolet lautasesta on täytetty kasviksilla, yksi neljäsosa perunalla, riisillä tai pastalla ja yksi neljäsosa lihalla, kalalla, kanalla tai muulla proteiinipitoisella aineksella. Lisäksi aterioilla tulisi juoda rasvatonta maitoa, piimää tai vettä sekä nauttia viipale kuitupitoista leipää. Säännölliset välipalat tulee huomioida pääaterioiden lisäksi. Pääaterioita ovat aamiainen, lounas sekä päivällinen. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2005.)

Lasten- ja nuorten asiantuntijaryhmä on vuonna 2008 antanut nuorille suunnatun liikuntasuosituksen. 13–18-vuotiaiden nuorten fyysisen aktiivisuuden suositus on 1–1,5 tuntia monipuolista liikuntaa päivässä. Koulun liikuntatuntien lisäksi liikuntaa tulisi harrastaa myös vapaa-ajalla. (UKK-instituutti 2012.) Tästä syystä

halusimme korostaa ryhmässä hyötyliikunnan merkitystä, jotta jokainen löytäisi oman keinonsa täyttää annetut suositukset. Kaikki eivät ole innostuneita urheilusta, vaan liikuntaa missä muodossa tahansa tulisi kaikkien harrastaa. Liikunta-aiheen käsittelyn tueksi heijastimme seinälle dian, jossa olivat liikuntasuosituksia nuorelle. Liikuntaosuuden suunnittelussa hyödynsimme liikuntapiirakkaa. Olimme listanneet itsellemme ylös millaiset asiat tulisi keskusteluissa käydä läpi. Vaikka ryhmät olivat keskustelevia, oli jokaiselle ryhmäkerralle tavoitteensa. Pohdimme yhdessä poikien kanssa liikunnan määriä ja muotoja sekä kuinka paljon päivittäin tulee liikuttua. Pojat osallistuivat keskusteluun aktiivisesti ja esittivät kysymyksiä aiheesta.

Neljännän ryhmäkerran viimeinen aihe oli murrosikä. Olimme suunnitelleet käsittelevämme aihetta piirustustehtävän kautta. Pojat muodostivat parit ja saivat piirtää kahdelle tyhjälle paperille pojan ennen murrosikää ja murrosiän muutosten jälkeen. Varasimme aikaa tehtävään 15 minuuttia. Piirtämisen jälkeen kokosimme piirustukset taululle kahteen ryhmään ja tarkastelimme niitä yhdessä. Pojat olivat keskittyneet murrosiän muutoksiin, jotka olivat nähtävissä kasvoissa. Kävimme kuvien tarkastelussa kuitenkin läpi myös sellaiset muutokset, joita ei kuvissa näkynyt. Niitä olivat esimerkiksi sukupuolielinten kasvaminen ja yöllisten siemensyöksyjen alkaminen. Lopuksi muistutimme, että tähän aiheeseen liittyvistä asioista voi kysyä ensi kerralla lisää, jos jokin asia mietityttää. Ryhmäkerran päätteeksi keräsimme palautteen pojilta. Olimme varanneet ryhmäkerran loppuun aikaa, jotta tulkit ehtisivät kääntää poikien kysymyslaatikkoon jättämät kysymykset. Kysymykset toimitimme Poikien Talon edustajalle viimeistä ryhmäkertaa varten.

Neljännän ryhmäkerran palautteen perusteella kaksi kuudesta pojasta piti tapaamista hyödyllisenä ja kaksi vähän hyödyllisenä. Kaksi poikaa kuudesta piti tapaamista ei yhtään hyödyllisenä. Aihetta mielenkiintoisena piti puolet pojista, vain vähän mielenkiintoisena kaksi pojista ja yksi ei yhtään mielenkiintoisena. Kuitenkin neljä poikaa koki saaneensa vastauksia kysymyksiinsä, yksi vain vähän vastauksia ja vain yksi pojista ei yhtään vastauksia kysymyksiinsä. Avointen kysymysten vastauksissa näkyi, että pojat pitivät tapaamista hyödyllisenä. Esimerkiksi eräässä palautteessa todettiin *”ravitsemus paljon hyvää”*. Yhdessä

palautteessa tapaamista pidettiin ikävystyttävänä, mutta muissa palautteissa ei nähty ryhmätapaamisen sisällössä mitään huonoa. Toisaalta palautetta annettiin myös esimerkiksi välipalasta: *"Hienoa, että meille tarjotaan aina välipala ryhmätapaamisessa. Olisi hyvä, jos välipala on monipuolisempi. Haluan syödä lihaa."* Koimme palautteen olevan ristiriidassa näkemyksemme kanssa, sillä olimme suunnitelleet jokaiselle kerralle erilaisen välipalan ravitsemussuositusten mukaisesti.

5.5 Pojasta mieheksi

Viimeisen ryhmätapaamisen teemana oli pojasta mieheksi kasvaminen ja ryhmäkerran pitäjänä toimi Poikien Talon edustaja, jolle pojat saivat esittää kysymyksiä kaikkeen murrosikään liittyvissä asioissa. Tämän viimeisen kerran olisi tarkoitus muokkautua poikien omien tarpeiden ja kiinnostuksen pohjalta. Tavoitteena oli, että pojat saivat vastauksia heitä askarruttaviin kysymyksiin, sekä antaa vielä lisää tietoa murrosiästä. Poikien Talon edustaja oli ollut osalla aiemmista ryhmätapaamisissa mukana ja täten jo tuttu pojille. Enemmistö ryhmän pojista oli myös vierailut Poikien Talolla, joten oli luontevaa, että hän piti viimeisen ryhmätapaamisen. Olimme sopineet alustavasti aiheet, joita ryhmätapaamisessa käsiteltäisiin. Ajattelimme miespuolisen henkilön olevan tämän ryhmän kohdalla luontevampi valinta, sillä kulttuuriset tekijät vaikuttavat tämänkaltaisen aiheen käsittelyssä paljon. Se, että olemme itse toista sukupuolta kuin ryhmämme jäsenet, asettaisi oman haasteensa aiheen käsittelylle. Lisäksi kulttuuriset erot naisen ja miehen rooleissa vaikuttavat seksuaalisuutta käsiteltäessä. Emme itse halunneet ottaa murrosikää kuin pintapuoliseen käsittelyyn, sillä ajattelimme, että me naisina emme olisi parhaita mahdollisia henkilöitä ottamaan kantaa ja kertomaan murrosikäisille pojille murrosikään liittyvistä muutoksista, erityisesti seksuaalisuuteen liittyvissä arkaluontoisissa kysymyksissä. Poikien monenlaiset kulttuuriset taustat asettivat haasteita pojasta mieheksi kasvamisen teemaan. Kuinka käsitellä asioita niin, että ne tulevat ymmärretyksi, ja siten, että käsitellyt asiat eivät loukkaa ketään ryhmään osallistuvista henkilöistä?

Ryhmän alkuun olimme jälleen valmistelleet välipalan. Järjestimme pulpetit ympärään ja vaihdoimme kuulumisia. Ryhmän aluksi muutama poika ilmoitti, että heidän pitäisi päästä lähtemään jo tunnin päästä ryhmän alkamisesta pelaamaan jalkapalloa. Myönnyimme tähän, vaikka olimmekin harmissamme siitä, että ryhmän päätös ei olisi onnistunut, koska kaikki pojat eivät olisi paikalla. Omiin kokemuksiimme peilaten oletimme aiheen olevan erityisesti näille kesken ryhmästä lähteneille pojille vaikean. Halusimme myös noudattaa päätöstämme vapaaehtoisesta ryhmästä ja lähdön kieltäminen olisi kumonnut päätöksemme. Luokkien opettaja oli päätöksestämme toista mieltä, mutta kuulutaan myös Poikien Talon edustajan mielipiteen, hän hyväksyi asian.

Ryhmän keskeisiksi sisällöiksi Poikien Talon edustaja oli valinnut poikien omien kysymysten lisäksi nuoriin ja seksuaalisuuteen liittyviä lakeja koskevia asioita sekä seksuaalivähemmistöjen läpikäymistä. Aiheet olivat raskaita ja herättivät monenlaisia kysymyksiä ja tunteita pojissa. Aihealueet olivat erittäin haastavia kulttuurierojen vuoksi. Pohdimme ryhmäkerran jälkeen, olisiko sittenkin ollut parempi, että olisimme itse pitäneet myös tuon viimeisen ryhmätapaamisen. Millainen ryhmädynamiikka silloin olisi vallinnut? Poikien Talon edustaja jätti tietoisesti käsittelemättä seksuaalisuuteen, seksiin ja kehossa tapahtuviin muutoksiin liittyvät teemat. Poikien Talolla on konkreettinen työkalupakki näitä asioita varten, sinne poikia ohjattiin ryhmätapaamisten päättymisen jälkeen kääntymään mieltä askarruttavissa asioissa. Ryhmän yhtenä tarkoituksena oli saada erityisesti maahanmuuttajapojat löytämään Poikien Talo ja tekemään sitä heille tutuksi, jotta sinne olisi helppo mennä. Tämä tavoite onnistuikin, sillä moni pojista vieraili Talolla jo ryhmätapaamisten välissä.

Keräsimme totuttuun tapaan palautteen ryhmän loppuksi. Aiemmin ryhmästä poistuneet pojat täyttivät kyselyn ennen lähtöään. Viidennen ryhmätapaamisen palautteessa kaikki kuusi poikaa piti aihetta hyödyllisenä, vaikka tunnelma ryhmässä oli raskas. Pojat välttelivät katsekontaktia ja hakivat itselleen rauhoittavia keinoja esimerkiksi kynän pyörittelystä. Neljä kuudesta pojasta piti aihetta mielenkiintoisena ja kaksi vähän mielenkiintoisena. Vastauksia kysymyksiinsä koki saaneensa neljä ja yksi vain vähän ja yksi ei yhtään. Avoimissa kysymyksissä hyvinä asioina pojat kertoivat saaneensa vastauksia kysymyksiinsä ja pitivät

aihetta hyödyllisenä. Kysyttäessä mikä ryhmäkerrassa oli huonoa pojat eivät tuoneet esille mitään. Vastaukset olivat esimerkiksi *"Ei ole mitään huonoa"* ja *"ei ole mitään"*.

Palautteessa olivat kaikkia viittä ryhmätapaamista koskevat lisäkysymykset. Ensimmäisenä kysyimme halukkuutta osallistua vastaavanlaiseen ryhmään uudestaan. Puolet vastaajista ei osallistuisi uudestaan ja puolet taas osallistuisi uudestaan vastaavaan ryhmään. Toisena lisäkysymyksenä kysyimme, suosittelisivatko pojat ryhmää muille samanikäiselle pojille ja miksi. Myös tässä vastaukset jakautuivat kahtia. Puolet pojista suosittelisi ryhmää, koska kokivat aiheen tärkeänä: *"Kyllä, koska tärkeä"*. Puolet ryhmästä koki aiheet tarpeettomiksi: *"En suosittelisi. En oikein pitänyt ryhmän keskusteluista."* Samassa palautteessa oli kuitenkin monivalinta-kysymyksissä koettu ryhmätapaaminen ja aihe mielenkiintoiseksi sekä saatu vastauksia kysymyksiin. Tällainen ristiriitaisuus näyttäytyi lähes kaikkien ryhmätapaamisten palautteissa.

Jäimme pohtimaan palautteiden ristiriitaisuutta, etenkin viimeisellä kerralla kerätyistä palautteista. Poikien opettajille ja sosiaaliohjaajalle kerrottu palaute jokaisesta kerrasta oli ollut pelkästään positiivista. Kaikki pojat olivat kokeneet tapaamiset mielekkäinä ja mielenkiintoisina. Poikien suullisen palautteen perusteella ryhmäkertoja olisi toivottu olevan enemmän. Jäimme myös miettimään, miten koko viittä ryhmätapaamista koskeva palaute olisi muuttunut, jos se olisi kysytty kaksi viikkoa tapaamisten päättymisen jälkeen.

6 POHDINTA

Koimme toiminnallisen oppinäytetyön suunnittelun ja toteutuksen erittäin mielenkiintoiseksi. Ryhmätapaamisten sisältöjen suunnittelu oli haasteellista ottaen huomioon ryhmään osallistuvat henkilöt ja heidän lähtökohtansa esimerkiksi suomen kielen osaamisen suhteen. Tunsimme suurta motivaatiota ryhmän pitämistä ja siinä käsiteltäviä aihealueita kohtaan. Tulevaisuudessa toivommekin pääsevämme työskentelemään vastaavanlaisten ryhmien kanssa, sillä koemme tulevana terveydenhoitoalan ammattilaisina pystyvämme vaikuttamaan parhaiten juuri erilaisten projektien ja ryhmien kautta. Terveystiedon edistämistyön merkitystä nuorten parissa ei tulisi väheksyä, sillä monella nuorella ei ole kotona ketään, joka kertoisi hänelle nuoruuteen ja murrosikään liittyvistä muutoksista.

Ryhmätapaamisille asetut tavoitteet elämänhallintakeinojen vahvistamisesta ja tiedon lisäämisestä murrosikää ja kasvua koskien täyttyivät pääsääntöisesti. Ensimmäiselle kerralle asetettu tavoite tutustumisesta ja ryhmäytymisestä toteutui erinomaisesti. Tunsimme ryhmähengen muodostuneen ja poikien olevan motivoituneita ryhmään jo ensimmäisellä tapaamisella. Toisen tapaamiskerran tavoitteet hygieniasta ja uusien liikuntamahdollisuuksien mahdollistumisesta täyttyivät mielestämme myös hyvin. Pojat kokivat uuden lajin innostavaksi, saivat onnistumisen tunteita ja havaitsimme liikuntakerran antavan pojille monipuolisesti haasteita. Tosin osan hyvän hygienian käsittelystä jouduimme siirtämään seuraavalle kerralle, mutta aihe saatiin kuitenkin käsiteltyä. Kolmannen ryhmäkerran tavoitteet koskivat tunteiden tunnistamista ja nimeämistä sekä seurustelun sääntöjä. Myös tässä koimme onnistuneemme, vaikkakin tunteiden puu ei menetelmänä ollut pojille mieluisa. Saimme kuitenkin aikaan hyvän keskustelun ja pojat uskalsivat ihmetellen ja kysellen tuoda julki ajatuksiaan.

Neljännellä kerralla tavoitteena oli tuoda esille ravitsemus- ja liikuntasuosituksia sekä puhua murrosiän muutoksista. Erityisesti ravitsemus ja liikunta osoittautuivat poikia kiinnostavaksi aiheeksi ja toiminnalliset menetelmät hyviksi keinoiksi käsitellä aihetta. Vaikka murrosikä oli aiheena pojille hieman hankalampi, ei kukaan kieltäytynyt osallistumasta tehtävään, jossa pyysimme piirtämään murros-

iän muutoksia. Arkaluontoisemmat muutokset jätettiin piirtämättä, mutta kävimme nekin läpi, joten ryhmätapaamiselle asetettu tavoite tiedon antamisesta toteutui. Viidennelle kerralle meidän asettamamme tavoite oli antaa lisätietoa murrosiästä ja vastata poikia askarruttaviin kysymyksiin. Pojat saivat vastauksia kysymyksiinsä sekä tietoa suhtautumisesta erialisiin seksuaalisiin suuntauksiin Suomessa ja nuorisoa koskevista lakipykälästä, mikä oli Poikien Talon edustajan tavoite. Meidän asettamamme tavoite pojasta mieheksi kasvamisesta ja siihen liittyvästä tiedonannosta ei kuitenkaan täytynyt siinä muodossa kuin olisimme halunneet.

Yhteistyö eri tahojen kanssa sujui pääsääntöisesti hyvin. Jälkeenpäin olemme pohtineet, että olisi ollut syytä järjestää vielä yksi tapaaminen erityisesti viidettä ryhmäkertaa koskien. Poikien Talon edustajalla ja meillä oli erilaiset tavoitteet ja näkemykset sisällöstä. Tapaamisen avulla molemmat osapuolet olisivat olleet selvillä sisällöstä ja toteutuksesta. Poikien Talon edustajan näkökulma oli erittäin hyödyllinen keskittyessään lakeihin ja seksuaalisuutta koskeviin oikeuksiin. Itse olisimme halunneet puhuttavan enemmän pojan murrosikään liittyvistä fysiologisista muutoksista, jotka Poikien Talon edustaja jätti tietoisesti käsittelemättä. Hänen tavoitteenaan oli saada pojat keskustelemaan yksilöllisesti pojan kasvuun liittyvistä aiheista Poikien Talolle, jossa on aihetta tukevia työkalupakkeja. Tämä oli varmasti hyvä ratkaisu, sillä pojat tulevat eri kulttuureista ja aihetta käsitellään eri tavalla eri kulttuureista.

Vaikka itse olimmekin eri sukupuolta ohjattavan ryhmän kanssa, koemme onnistuneemme luottamuksellisen ja avoimen ilmapiirin luomisessa. Pojat uskaltuivat tuomaan oman persoonansa esiin ja esittämään kysymyksiä hyvin nopeasti. Terveysalalla asiakkaat, joita kohtaamme, tulevat erilaisista kulttuureista ja taustoista. Heidän elämäkokemuksensa ovat vaikuttaneet siihen keitä he ovat. Meidän tehtävämme on hyväksyä ja kohdata heidät yksilöinä ja yhtä arvokkaina huolimatta siitä mistä he tulevat ja millaiset arvot heillä on. On tärkeää ymmärtää myös sukupuolten eroavaisuudet ja tiedon ja valistuksen tarpeen erilaisuus. Silloin on mahdollista kohdata asiakas hänen tasollaan.

Keskusteltaessa murrosiän muutoksista tulisi mielestämme aina kohdata sukupuoliryhmät erillään. Tyttöjen ja poikien tiedontarve on osittain erilainen. Vaikka tiedon tarve olisi samanlainen, voi olla tarpeellista käyttää erilaisia menetelmiä tiedon välittämisessä. Lisäksi etenkin murrosikäisten nuorten käytös muuttuu vastakkaisen sukupuolen edustajan tullessa paikalle. Koska emme itse voi vaikuttaa kohderyhmiin tai heidän sukupuoleensa, tulee meidän olla erityisen tietoisia kohderyhmän tarpeista. Meillä tulee olla tietoa aiheesta ja täytyy esittää asiat mielenkiintoisesti, häpeilemättä ja asiantuntevasti.

Vuonna 2012 Väestöliitto (Kontula 2012 270–278) julkaisi tutkimuksen Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä, tehoa poikien seksuaaliopetukseen. Tutkimuksessa nousi esille, että pojat kokevat saavansa tietoa liian myöhään. Pojat eivät myöskään halua menettää kasvojaan ikäryhmänsä edessä, ja kilpailuvietti sekä toiminnallisuus poikien keskuudessa on suuri. Kysymysten esittämisen kynnyks on korkea ja tiedon antajiksi toivottaisiin ulkopuolisia henkilöitä. Myös koulun terveydenhoitajan rooli nousi tärkeäksi tiedonlähteeksi, sillä pojat kokevat henkilökohtaisen ohjauksen omakseen. Tutkimuksen perusteella valtaosa pojista ei koe saavansa vastauksia heitä mietityttäviin asioihin tässä hetkessä. Koulun tämänhetkinen seksuaalikasvatus tuntuu kohdistuvan enemmän tyttöihin. Tytöt ovat murrosiässä monella osa-alueella poikia edellä, mutta seksuaalisuuden osalta poikien ajatusmaailma kulkee tyttöjen edellä. Tästä syystä pojille tulisi tarjota riittävän ajoissa heille suunniteltua seksuaalikasvatusta, joka vastaisi heitä askarruttaviin kysymyksiin. (Kontula 2012 270–278.) Mielestämme terveydenhoitajan on syytä tiedostaa eri sukupuolten erilaiset tarpeet niin yksilöohjauksessa kuin ryhmäohjauksessa. Mikäli terveydenhoitaja huolehtii seksuaalikasvatuksesta, tulisi edellä mainitut tekijät huomioida ryhmiä suunniteltaessa. Meidän toteuttamassamme ryhmässä pojilla oli mahdollisuus kysyä nimettömästi sekä ryhmien aikana seurusteluun, ihastumiseen ja murrosikään liittyvistä aiheista. Yhteisissä keskusteluissa nousi keskeiseksi kysymykseksi tytön miellyttäminen. Väestöliiton tutkimus tukee ryhmästäme tekemääme huomiota: Pojat haluavat tietoa tytöistä, heidän ajatusmaailmastaan sekä kuinka miellyttää ja tuottaa mielihyvää tytölle. (Kontula 2012, 270-278.)

Koska ryhmässämme oli usean eri kulttuurin edustajia, oli oleellista miettiä pitkien ryhmätapaamisten suunnittelua ja toteutusta, miten kulttuurit vaikuttaisivat nyt ja tulevaisuudessa työskentelyymme. Olemme tulevia terveydenhoitoalan ammattilaisia ja puheeksi ottaminen on tärkeä osa tulevaa työtämme. Samaan aikaan tulisi huomioida kulttuurit ja niiden erilaiset tavat ja opitut säännöt ja osata kunnioittaa niitä. Toisaalta asiakkaista osa on syntynyt ja kasvanut Suomessa, jolloin he ovat kahden kulttuurin kasvattamia. Lisäksi perheen sisäiset arvot vaikuttavat nuorten moraalisiin valintoihin. Kaiken tämän keskellä on vaativaa osata ottaa puheeksi arkaluontoisimmatkin aiheet tavalla, joka kunnioittaa yksilön arvoja. Kulttuurien kirjo on nykyisin valtava ja terveydenhoitajan oma aktiivisuus vaikuttaa paljon siihen, kuinka paljon erilaisista kulttuureista oppii ja tietää. Tärkeimpänä koemme kuitenkin jokaisen ihmisen kunnioittamisen, sillä toisen ihmisen arvostus välittyy myös asiakkaalle. Mielestämme arvostuksen välittyminen asiakkaalle sallii avoimen keskustelun sekä tietämättömyyden kulttuurisista eroista. Kaikkea emme voi tietää kulttuureista, mutta voimme aina oppia uutta ja kohdata ihmiset arvostaen.

Ryhmänohjaustaitomme tunsimme olevan jo kohtalaiset ennen ryhmän varsinaista aloitusta ja ne kehittyivät ryhmän mukana. Ryhmän ohjaamisen koimme itsellemme luonnolliseksi tehtäväksi ja olimme mielestämme huomioineet riittävästi ryhmän muodostumiseen liittyviä asioita. Saavutimme myös tavoitteemme toiminnallisesta ja vuorovaikutuksellisesta ryhmästä, jossa olimme itse osana ryhmää emmekä vain ulkopuolisina tiedontuojina. Pojat hyväksyivät meidät ryhmän tasavertaisiksi jäseniksi ja antoivat meille täyden luottamuksen. Jälkeenpäin olemme pohtineet, että olisimme voineet itse pitää myös poikien murrosikää koskevan tapaamisen avoimesta ilmapiiristä johtuen.

Ryhmätapaamisten malli on sovellettavissa erilaisten ja eri-ikäisten murrosikäisten nuorten ryhmien tarpeisiin. Sisällöt ovat muokattavissa myös tyttöryhmien tarpeeseen. Myös yksittäisen ryhmätapaamisen sisällön käyttö onnistuu terveydenhoitajan työssä, jos kohderyhmän ovat esimerkiksi ylipainoiset nuoret, joille halutaan antaa ravitsemuksesta ja liikunnasta tietoa toiminnallisen menetelmän avulla. Opinnäytetyömme pohjalta olisi mahdollista toteuttaa kehittämishanke, jossa luotaisiin työkalu, jossa kuvattaisiin jokaisen tapaamisen runko ja käytetyt

työmenetelmät vaihtoehtoisine tehtävineen. Siten työkalu soveltuisi murrosiän eri vaiheissa oleville tytöille ja pojille. Toimitamme opinnäytetyömme yhteistyötahoillemme sen julkaisun jälkeen. Näin ollen he pääsevät hyödyntämään opinnäytetyötämme ja sen sisältöä tulevaisuudessakin.

LÄHTEET

- Anttonen, Erja 2006. Sukupuolisensitiivisyys kansalaistoiminnassa ja nuorisotyössä. Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja C Opetusmateriaaleja 13, 2007. Helsinki: HUMAK
- Cacciatore, Raisa & Koiso-Kanttila 2011; Pelastakaa Pojat! Helsinki: Minerva
- Helsingin kaupunki 2013. Manuva-hanke. Opetusvirasto. Viitattu 22.4.2013.
<http://www.hel.fi/hki/opev/fi/Peruskoulut/Hankkeet/Manuva>.
- Kaukkila, Veli & Lehtonen, Elisa 2007. Ryhmästä enemmän. Teoksessa Mari Raatikainen (toim.) Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Suomen mielenterveysseuran julkaisuja. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön-hanke. Helsinki SMS-tuotanto Oy (14–20, 63–74)
- Kekkonen, Joonas 2012. Pelko, riemu ja himo – Poikien Puhelimesta apua hakevien poikien seksuaalipuhetta. Teoksessa Osmo Kontula (toim.) Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä. Tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS-hanke). Väestöntutkimuslaitoksen julkaisuja D 55/2012. Väestöliitto. 178–256
- Kontula, Osmo 2012. Millaisia tietoja ja millaista seksuaalikasvatusta pojat tarvitsevat. Teoksessa Osmo Kontula (toim.) Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä. Tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS-hanke). Väestöntutkimuslaitoksen julkaisuja D 55/2012. Väestöliitto. 257–278
- Leppäluoto, Juhani; Kettunen Raimo; Rintamäki, Hannu; Vakkuri, Olli; Vierimaa, Heidi & Lätti, Sole 2008. Anatomia ja fysiologia. Rakenteesta toimintaan. Helsinki: WSOY.
- Liinamo, A.; Jokinen, M. & Varstala, S. 2010. Seksuaalikasvatuksen kehittäminenhanke: Kosketus – kuinka opettaa seksuaaliterveydestä ja ihmissuhteista koulussa. Opetushallitus. Viitattu 1.10.2012.
http://www.edu.fi/kosketus/oppituntien_sisallot/tunti_5/tunnin_kulku.
- Nurmi, Jan-Erik; Ahonen, Timo; Lyytinen, Heikki; Lyytinen, Paula; Pulkkinen, Lea & Ruoppila, Isto 2009. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY

Poikien Talo i.a. Ammattilaisille. Viitattu 11.6.2012.

<http://poikientalo.fi/ammattilaisille>

Sinkkonen, Jari 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY

Tyttöjen Talo 2006. Viitattu 29.3.2013. <http://www.tyttojentalo.fi/fi/yleista/>

UKK-instituutti 2012. Ammattilaisille. Terveysliikuntasuositukset. Lasten ja nuorten liikuntasuositukset. Fyysisen aktiivisuuden suositus koululaisille.

Viitattu 1.10.2012. www.ukkinstituutti.fi.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2005. Ravitsemussuositukset. Suomalaiset ravitsemussuositukset. Viitattu 1.10.2012

www.ravitsemusneuvottelukunta.fi

Vilka, Hanna 2010; Sukupuolen ja seksuaalisuuden kohtaaminen. Helsinki:

WSOY

LIITTEET

Liite 1

1.Ryhmätapaaminen -tutustuminen, ryhmäytyminen	2.Ryhmätapaaminen -liikunta -hygienia	3.Ryhmätapaaminen -hygienia -seurustelu ja tunteet	4.Ryhmätapaaminen -ravitseminen ja liikunta -murrosiän muutokset	5.Ryhmätapaaminen -Poikien Talon edustaja vastaa kysymyksiin
Ryhmän tavoitteen ja idean esittely	Välipala, kuulumisten kysely	Välipala, kuulumisten kysely	Välipala, kuulumisten kysely	Välipala, kuulumisten kysely
Ryhmän jäsenten esittely, mukaan lukien ohjaajat ja tulkit	Hygienia-asiaa	Jatketaan hygienia-asioilla; hygieniatarina	Ravitseminen; oikein-väärin väittämät	Vastauksia poikien kysymyksiin
Välipala	Siirtyminen liikuntahalliin	Seurustelu, ihastuminen	Ravitsemusympyrä ja -suositukset	Tietoa seksuaalisuuden eri muodoista
Piirretään elämän tikku-ukko ja esitellään se	Itsepuolustuskurssi	Tunteiden puu	Liikuntapiirakka ja -suositukset	Nuorisolakitietoutta
Seuraavien tapaamisten aiheiden läpikäynti	Palautteen kerääminen	Palautteen kerääminen	Murrosikä; piirretään mies ennen ja jälkeen murrosiän	Palautteen kerääminen
Palautteen kerääminen	Ryhmän päätös	Ryhmän päätös	Palautteen kerääminen	Ryhmän päätös
Ryhmän päätös			Ryhmän päätös	

Ryhmätapaamisten sisällöt ja toteutus, lopullinen versio

Helsingissä 5.9.2012

Hyvät vanhemmat,

Olemme kaksi terveydenhoitajaopiskelijaa Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Tulemme pitämään kerran viikossa koulupäivän aikana pojille suunnattua ryhmää murrosiästä. Paikalla on tulkit avustamassa.

Ryhmätapaamiset tapahtuvat lapsenne koululla tiistaisin klo 14-16 välisenä aikana viikoilla 43-47. Tarjoamme ryhmän aluksi aina pientä syötävää.

Yhteistyöterveisin,

Terveydenhoitajaopiskelijat,

Hanna Kukkonen, hanna.kukkonen@student.diak.fi

Emma Lehto, emma.lehto@student.diak.fi

Arviointilomake Poikien ryhmä

1. Oliko ryhmätapaaminen sinulle hyödyllinen?

Kyllä	Vähän	Ei yhtään

2. Oliko aihe mielenkiintoinen?

Kyllä	Vähän	Ei yhtään

3. Saitko vastauksia kysymyksiisi?

Kyllä	Vähän	Ei yhtään

4. Mikä ryhmässä oli hyvää? Kirjoita tähän omin sanoin.

5. Mikä ryhmässä oli huonoa? Kirjoita tähän omin sanoin.