

Hanna Konttinen

”TOIMINNASSA OLI HYVÄÄ
YHTEISTYÖ”

Parik -säätiön Startin työvalmentajille
uusia ideoita

Opinnäytetyö
Kansalaistoiminta ja nuorisotyö


Huhtikuu 2015




MAMK

University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

		Opinnäytetyön päivämäärä 10.04.2015
Tekijä(t) Hanna Konttinen		Koulutusohjelma ja suuntautuminen Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön ko.
Nimeke ”Toiminnassa oli hyvää yhteistyö” Parik-säätiön Startin työvalmentajille uusia ideoita		
Tiivistelmä <p>Startti on yksi Parik-säätiön kahdeksasta työvalmennusyksiköstä, joka on matalan kynnyksen toimintaa nuorille, jotka eivät ole löytäneet koulutus- tai työpaikkaa. Startti toimii starttivalmennuksen perusperiaatteiden mukaisesti. Heidän tavoitteenaan on auttaa nuoria elämänhallinnassa, sitoutumisessa sekä saada nuorille kokemusta osallisuudesta. Toiminnan sisältö muodostuu arjenhallinnasta, sosiaalisesta vahvistumisesta, sietämisestä ja ongelmanratkaisu taitojen kehittämisestä.</p> <p>Nuorten työpajoille tulevien nuorten haasteet ovat muuttuneet yhteiskunnan muutoksen mukana. Työpajojen on pystyttävä kehittämään erilaisia menetelmiä vastata näihin haasteisiin. Nuorilla on heikko itsetunto, koska he eivät ole päässeet työelämään tai opiskelemaan. Monen taustalla on myös kouluviihtymättömyyttä ja oppimisvaikeuksia, jotka lisäävät epävarmuutta ja heikentävät sosiaalisia taitoja.</p> <p>Opinnäytetyössä on tarkoituksena tuoda Parik-säätiön Starttiin yksilö- ja työvalmentajalle uusia ideoita nuorten kanssa työskentelyyn niin yksilön kuin ryhmän kanssa toimiessa. Tuotoksena valmistui menetelmäkansio, jossa on sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviä harjoituksia. Harjoitusten avulla vahvistetaan nuorten itsetuntoa, luottamusta, yhteistyö- ja ongelmanratkaisutaitoa.</p> <p>Opinnäytetyössä pilotoitiin erilaisia harjoituksia liittyen yhteistyöhön, ongelmanratkaisuun, itsetuntoon ja luottamukseen Startin JOPO-oppilaiden kanssa. Näiden pilotointi kertojen jälkeen muodostettiin harjoituksista kansio saatujen kokemusten ja toimivien ratkaisujen pohjalta. Näin Startin yksilö- ja työvalmentaja saavat käyttöönsä monipuolisen menetelmäkansion, jonka pohjalta he voivat lähteä työskentelemään nuorten kanssa.</p>		
Asiasanat (avainsanat) nuoret, työpajat, sosiaalinen vuorovaikutus, itsetunto		
Sivumäärä 48+23	Kieli suomi	URN
Huomautus (huomautukset liitteistä) LIITE 1: Info JOPO-opettajalle LIITE 2: Toiminnalliset kerrat 1-3 LIITE 3: Kysymyksiä nuorille LIITE 4: Toiminnallinen kerta 2 materiaalia LIITE 5: Menetelmäkansio		
Ohjaavan opettajan nimi Katja Komonen		Opinnäytetyön toimeksiantaja Startti, Parik-säätiö

DESCRIPTION

		Date of the bachelor's thesis 10.04.2015
Author(s) Hanna Konttinen	Degree programme and option Civic Activities and Youth Work	
Name of the bachelor's thesis "Cooperation was great in activities" New ideas for Startti's coaches of Parik foundation		
Abstract <p>Startti is one of the Parik foundation's eight workshops. It is a low-threshold activity for young people who have not found a place of study or a job. Startti works according to the principles of start-up training in workshops in Finland. Their goals are to help young people to manage their lives, commitment and give young people experiences of social engagement. Startti's activities consist of life management, strengthening of social skills, tolerance and problem-solving skills training.</p> <p>Young people's challenges have changed when the society has changed. Workshops have to develop different methods when they respond to young people's problems. Young people have a low self-esteem because they have not got work or a place of study. Young people also have a negative attitude towards school and learning disabilities that increase their uncertainty and weaken social skills.</p> <p>The purpose of this bachelor's thesis is to do create a folder consisting of new ideas and methods which can be used by Startti. The folder contains exercises related to social interaction. Exercises can help young people strengthen their self-esteem, confidence, cooperation and problem-solving skills.</p> <p>In this thesis different exercises related to cooperation, problem-solving, self-esteem and confidence were piloted with Startti's JOPO-students. After these sessions a folder was made containing exercises for Startti's coaches.</p>		
Subject headings, (keywords) young people, workshop, social interaction, self-esteem		
Pages 48+23	Language Finnish	URN
Remarks, notes on appendices Attachment 1: Information for JOPO-teacher Attachment 2: Activities piloting 1-3 Attachment 3: Questions for young people Attachment 4: Material of piloting 2 Attachment 5: Methods folder		
Tutor Katja Komonen	Bachelor's thesis assigned by Startti, Parik foundation	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	TAUSTA JA TARVE	3
2.1	Parik –säätien Startti ja työpajojen kehittäminen	3
2.2	Yhteiskunnallinen tarve	5
3	NUORTEN TYÖPAJAT	8
3.1	Nuorten työpajatoiminnan lähtökohdat	8
3.2	Nuorten työpajojen toimintamuodot.....	9
3.3	Starttivalmennus	11
3.3.1	Toiminta ja prosessi	12
3.3.2	Resurssit ja toimijat.....	14
3.3.3	Kohderyhmä.....	14
3.4	Työpajanuoret ja heidän haasteet.....	15
3.5	Sosiaalinen vuorovaikutus	17
3.6	Sosiaalinen vuorovaikutus ja nuorten työpajat	19
4	KEHITTÄMISPROSESSIN ETENEMINEN	21
4.1	Tavoite ja toimenpide	21
4.2	Toiminnalliset menetelmät	22
4.3	Toteutuksen suunnittelu.....	25
4.4	Toiminnallinen kerta 1 käytännössä	28
4.5	Toiminnallinen kerta 2 käytännössä	30
4.6	Toiminnallinen kerta 3 käytännössä	32
4.7	Tuotoksena menetelmäkansio.....	33
5	TULOKSET	35
5.1	Tavoitteen toteutuminen	35
5.2	Hyödyntäminen tulevaisuudessa	38
5.3	Kehittämisideoita.....	40
6	POHDINTA	42
6.1	Sosiaaliset taidot ehkäisevät syrjäytymistä.....	42
6.2	Nuoret yhteiskunnan voimavarana	43
	LÄHTEET.....	46
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni kohteena on Kouvolassa toimivan Parik-säätiön Startti, joka on yksin säätiön kahdeksasta työpajatoiminnan yksiköstä. Se toimii starttivalmennuksen periaattein ja on tarkoitettu nuorille, jotka eivät ole löytäneet omaa koulutus- tai työpaikkaa. Startin tavoitteena on auttaa nuoria elämänhallinnassa, sitoutumisessa sekä saada nuorille kokemusta osallisuudesta. Toiminnan sisältö muodostuu arjenhallinnasta, sosiaalisesta vahvistumisesta, sietämisestä ja ongelmanratkaisutaitojen kehittymisestä. (Parik 2014.) Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Startin toimintaa. Startti tarvitsee myös nuorten sosiaalisia taitoja, etenkin vuorovaikutustaitoja kehittävää toimintaa, jota nuoret tekisivät yhdessä yksilö- ja työvalmentajan kanssa ryhmänä. Vuorovaikutustaidot ovat tärkeä osa opiskelu- ja työelämässä pärjäämistä. Ne auttavat myös sopeutumaan vaikeina hetkinä arkisissa tilanteissa. Monet tutkimukset osoittavat, että nuorilla on vaikeuksia sosiaalisissa taidoissa ennen työpajalle menoa. Esimerkiksi Takkunen, Heikkuri ja Takkunen (2009) kuvailevat neljänlaisia työpajanuoria omassa tutkimuksessaan (Takkunen ym. 2009, 438-439.)

Opinnäytetyön tuotoksena valmistuu menetelmäkansion, joka sisältää sosiaalisiin vuorovaikutustaitoihin liittyen harjoituksia. Teemana on nuorten vuorovaikutukseen liittyvät asiat, joita nuoret tarvitsevat selviytyäkseen elämässään eteenpäin. Nämä ovat yhteistyö, luottamus ja ongelmanratkaisutaito sekä itsetunto. Näitä kehitetään erilaisen harjoitteiden avulla, jotka rakentuvat yhteistoiminnalliselle ja kokemukselliselle oppimiselle. Harjoitteita pilotoidaan kolmena toiminnallisena kertana ennen kansion rakentamista. Taitoja tarvitaan harjoituksissa erikseen ja yhdessä soveltaen. Taidot liittyvät starttivalmennuksen tavoitteisiin ja lähtökohtiin.

Tavoitteena on antaa työvalmentajille mahdollisesti uusia ideoita työhönsä. Haluan myönteisellä asenteella kehittää toimintaa ja kokeilla voisiko tämän kohderyhmän kanssa toimia tällainen kokonaisuus. Tämän pilotoinin onnistuessa Startti saisi uuden työmenetelmän toimia nuorten kanssa. Nuoret oppisivat itsestään ja toisistaan enemmän yhdessä tekemisen kautta sekä käsittelemään omia tunteita ryhmässä ja oppivat myös ottamaan toiset ihmiset huomioon.

Startti on toiminut Parik-säätiöllä noin kaksi vuotta, joten toiminta on uutta ja sinne on mahdollista tuoda uusia menetelmiä nuorten kanssa työskentelyyn. Starttivalmennuk-

selle on koko ajan kasvavaa tarvetta koko Suomessa. Se auttaa ehkäisemään syrjäytymistä sekä on mukana tärkeänä osana vuoden 2013 alusta voimaan tulleen nuorisotakuun toteutumisessa. Starttivalmennuksessa on tarkoitus tukea nuoren itsetuntoa, vahvistaa myönteistä ajattelua ja omia vahvuuksia, suunnitella urapolkua sekä opetella sosiaalisia taitoja ja ryhmässä toimimista. Näillä pyritään katkaisemaan syrjäytymisen kierre ja tukemaan nuorta ottamaan ensimmäinen askel kohti oman elämän arjenhallintaa ja koulutusta sekä työllistymistä. (Hilpinen, Huuromonen, Kiviranta, Välimaa (toim.) 2014, 11-12.)

2 TAUSTA JA TARVE

2.1 Parik –säätien Startti ja työpajojen kehittäminen

Parik-säätien starttivalmennus on lähtenyt liikkeelle noin kaksi vuotta sitten. Toiminta on siis vielä uutta säätien työvalmennuksessa. Toiminta on lähtenyt hyvin pyörimään ja nuoria on tullut monien eri yhteistyötahojen kautta mukaan. Toimintaa toteutetaan jokaiselle yksilöllisesti suunniteltujen ohjelmien kautta. Nuorten määrä vaihtelee päivittäin muutamasta nuoresta kymmeneen nuoreen.

Parik-säätio toimii Kouvolan kaupungissa kahdessa eri toimipisteessä. Heillä on monipuolisesti erilaisia työvalmennus yksiköitä. Startti on yksi kahdeksasta yksiköstä, joka on suunnattu nuorille ja heidän tarpeilleen. Startti toimii starttivalmennuksen peruserätyöryhmien mukana. He ovat määritelleet itselleen toiminnan sisällön pääasialliset muodot, jotka ovat pyrkimys luomaan arjenhallinnan muutosprosessi, elämänhallinnan ja toimintakyvyn kartoitus, sosiaalinen vahvistuminen ja elämän rytmitys, sietäminen ja ongelmanratkaisutaidon kehittyminen (Parik 2014). Startissa yksilö- ja työvalmentaja tukevat asiakkaita ja heidän yksilöllisiä tarpeitaan mm. suunnittelemalta työajat ja työtehtävät ja tavoitteet jokaiselle yksilöllisesti tarpeet ja toiveet huomioiden.

Startilla on omat tilat, joista löytyy kodinomainen asunto sekä tilaa kädentaitojen harjoittamiseen ja muuhun toimintaan. Samassa rakennuksessa sijaitsee myös ompelimo, jonka töissä nuoret voivat auttaa. Nuorilla on myös mahdollisuus omien tarpeiden ja toiveiden mukaan hyödyntää muita työvalmennus yksiköitä, joita alueella sijaitsee. He voivat tavoitteiden saavuttamiseksi käydä kokeilemassa esimerkiksi metalli- tai puualan töitä. Näin nuorille tarjotaan mahdollisuus tutustua itseä kiinnostaviin töihin, jotta tulevaisuuden suunnitelmat selkeytyisivät. Startti kehittää koko ajan toimintaansa. He ovat aloittaneet syksyllä 2014 liikunta- ja arkiryhmät, joissa nuoret pääset kokeilemaan erilaisia asioita. Esimerkiksi liikuntaryhmässä käydään kokeilemassa erilaisia lajeja, joita nuorten on helppo mennä harrastamaan myös vapaa-ajalla. He ovat käyneet tutustumassa kaupungin punttisaleihin ja ulkoilumaastoihin.

Valmennus toteutetaan pienryhmätoimintana, jota ohjaavat yksilövalmentaja ja työvalmentaja. Apuna heillä on myös samassa tilassa oleva Parikin etsivä nuorisotyönte-

kijä. Yhteistyökumppani verkosto on laaja ja nuoret tulevat monelta eri ohjaavalta taholta esimerkiksi etsivä nuorisotyö, TE-toimisto, JOPO-luokat. Startilla on tarjota nuorille viihtyisä, mukava ja turvallinen ympäristö saavuttaa omat tavoitteensa ja jatkaa eteenpäin.

Starttiin tulevat nuoret ovat pääasiassa erityisnuoria, jotka vaativat yksilö- ja työvalmentajilta uusia tapoja toimia ja tehdä työtä nuorten kanssa. Nuoret ovat vaativampia ja heillä on erilaiset tarpeet omien tavoitteiden saavuttamiseksi. Nuorissa näkyy heikko itsetunto ja puutteelliset sosiaaliset taidot. Tämä tuo työhön uusia haasteita, joihin on kehitettävä uusia toimintatapoja nuorten kanssa, jotta he kehittyvät ollessaan Startissa. Toiminta on tällä hetkellä hyvää ja nuoria eteenpäin vievää. Toiminta on kuitenkin suhteellisen tuoretta, joten sitä halutaan kehittää entistä paremmaksi.

Toiminta on hyvin yksilötyöskentely painotteista. Nuoret tekevät yhdessä ruokaa ja liikkuvat, mutta kädentaitoja ja muita töitä he tekevät hyvin yksilöllisesti. Mielestäni on hyvä kehittää nuorten sosiaalisia vuorovaikutustaitoja myös erilaisilla pienryhmätoiminnan harjoituksilla. Nuoret voivat ruokaa laittaessaan olla hiljaa ja tehdä omia hommiaan ilman kommunikaatiota tai yhteistyötä toisen kanssa. Yhteistyötä vaativissa harjoituksissa nuorten on kommunikoidava ja huomattava omat sekä muiden vahvuudet, jotta tehtävä saadaan tehtyä. Omia vahvuuksia ja taitoja on hyvä pohtia myös ryhmän kanssa yhdessä. Muut ovat voineet huomata jonkin ominaisuuden, jota ei ole itse huomannut. Sosiaaliset vuorovaikutustaidot kehittyvät koulussa, työpajoilla ja työelämässä, mutta niitä on myös hyvä harjoitella erilaisten harjoitusten kautta.

Monella työpajalla on pyritty kehittämään erilaisia menetelmiä, joilla auttaa nuoria ja ehkäistä syrjäytymistä. Seppä (2013) on tehnyt tutkimuksensa työpajan vaikutuksista verkostomuotoisessa työpajassa, jossa oli yksilöohjausta, työvalmennusta ja ryhmätoimintaa. Ryhmätoimintaa järjestettiin kerran viikossa, paikalla oli 4-6 nuorta. Ryhmätoiminnassa liikuttiin, pelattiin ja laitettiin ruokaa. Työpajalla oli myös tyttöryhmä, voimaneidot, jossa oli tarkoituksena voimavarakeskeisten harjoitusten kautta auttamaan tyttöjä löytämään omat hyvä puolet ja ominaisuudet. (Seppä 2013, 48-49.) Myös Tampereella on kokeiltu erilaista starttipajaa, Ilmaisui-Starttia, joka perustui yhteisöllisyyteen, yhdessä tekemiseen, vertaisryhmiin ja ilmaisulliseen tekemiseen. Nuorille haluttiin kokemus johonkin kuulumisesta ja yhteisöllisyydestä. Heitä pyrittiin luovalla toiminnalla ja ryhmätyöskentelyllä auttamaan. (Vartiainen 2008, 32-34.) Ei ole yhtä

oikeaa tapaa toimia nuorten kanssa. Tärkeintä on vahvistaa nuorten itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja sekä muuttaa heidän asennettaan elämää kohtaan.

Valtakunnallisesti on haluttu lähteä kehittämään koko työvalmennusta, jonka seurauksena on tullut työvalmentajan erikoisammattitutkinto. Tämä tutkinto yhtenäistää työvalmentajien osaamistarpeet ja koulutuksen sisällön. Tutkinto on näyttötutkinto, jossa sen suorittaja osoittaa osaavansa soveltaa kykyjään ja osaamistaan vaihtelevissa toimintaympäristöissä ja tilanteissa. Näyttötutkinnossa on osoitettava myös kyky kokemuksista oppimiseen ja arviointiin sekä toimintatapojen uudelleenajatteluun ja uusien toimintatapojen käyttöönottoa. (Opetushallitus 2011, 12.)

Valtakunnallinen työpajayhdistys kehittää työpajatoiminnan laatua kehittämällä uusia prosesseja vastaamaan nuorten tarpeisiin. Lisäksi työpajoilla on pyritty erilaisten hankkeiden kautta kehittämään oppilaitosyhteistyötä ns. opinnollistamista. Tällä tarkoitetaan työpajalla hankitun osaamisen tunnistamista. Starttivalmennuksen aloittamista ja toteuttamista ympäri Suomen tuetaan niin kulttuuri- ja opetusministeriön rahoituksella että Valtakunnallisen työpajayhdistyksen kehittämistoiminnalla. Työpajayhdistys järjestää myös erilaisia seminaareja, tapahtumia ja koulutuksia työpajakentän ja sidosryhmien kanssa. Tavoitteena on kehittää vaikuttavuutta ja laatua sekä verkostotoimintaa. Pääpainona kehityksessä on myös saada työpajat koulutusjärjestelmän tueksi ja vaihtoehtoisiksi oppimisympäristöiksi. Koulujen kanssa tehtävä yhteistyö on työpajoille ja kouluille tärkeää. Ammattioppilaitosten kanssa tehdään yhteistyötä mm. työssäoppimisjaksoissa, tutustumisjaksoissa ja kesken jääneen tutkinnon loppuunsaamisessa. Peruskoulujen kanssa yhteistyö painottuu TET- jaksoihin ja koulumotivaation kohottamiseen sekä peruskoulun osasuorittamiseen. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 27-28.)

2.2 Yhteiskunnallinen tarve

Yhteiskunnan ja työmarkkinoiden muutos on vaikuttanut nuorten mahdollisuuksiin päästä mukaan yhteiskuntaan aktiivisiksi kansalaisiksi. Talouden suhdannevaihtelut, rakennemuutokset ja työmarkkinoiden korkeat osaamisvaatimukset ovat kasvattaneet nuorisotyöttömyyttä. Tämän takia entistäkin tärkeämmäksi on tullut nuorten koulutautuminen ja tutkintojen loppuun suorittaminen. Kaikilta tämä ei onnistu ja he jäävät pelkän peruskoulun varaan, joka vaikeuttaa vakaan työuran luomista. Työhön ja kou-

lutukseen kiinnittäytymisen puute aiheuttaa sosiaalisia ja psyykkisiä ongelmia mm. asunnottomuutta, mielenterveysongelmia, päihteiden käyttöä. Nämä ovat merkittäviä yhteiskunnallisia ongelmia, mutta niihin puuttuminen on vaikeaa, koska osa nuorista ajautuu kokonaan yhteiskunnan aktiivisen toiminnan ulkopuolelle. Syrjäytymisellä on suorat ja välilliset vaikutukset kansantalouteen. Nimittäin yhteiskunnalle yhden syrjäytyneen perustoimeen tulo maksaa 40 vuodelta 750 000 euroa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012, 7.) Yhteiskunnassamme on jo toisen polven työttömiä ja vailla koulutusta olevia kansalaisia. Tämän kierteen katkaiseminen on kansan taloudellemme elin tärkeää.

Vuosittain noin 60 000 nuorta päättää peruskoulun ja heistä 55 000 jatkaa suoraan toisen asteen tutkintoon, mutta noin 4000 - 5000 nuorta jää vuosittain ilman koulutuspaikkaa. On tilastoitu myös, että ammatillisen koulutuksen keskeyttää vuosittain 25 % ja lukion 10 %. Tämä johtaa siihen, että Suomessa 20 - 29-vuotiaista 110 000 ilman perusasteen jälkeistä tutkintoa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012, 8.) Työ- ja elinkeinoministeriön tuoreimman raportin mukaan nuorisotakuun aikana nuorten työttömyys on lisääntynyt tasaisesti. Työttömiä alle 25-vuotiaita nuoria oli keskimäärin kuukaudessa vuonna 2012 noin 32 000, vuonna 2013 noin 38 800 ja vuonna 2014 noin 43 300. Näistä työttömistä nuorista 68 %:lla työttömyys päättyi alle kolmen kuukauden kuluttua työttömyyden alusta vuonna 2014. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 37-38.)

Työpajatoimintaan osallistuneiden nuorten määrä on lisääntynyt 2000 -luvulla. Tähän osasyynä on sosiaali- ja terveyspalveluiden sekä oppilaitosten lisääntynyt nuorten lähettäminen työpajoille. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012, 33.) Nuorten työpajojen on pystyttävä vastaamaan muuttuvan yhteiskunnan tarpeisiin tukemalla nuoria aktiivisiksi kansalaisiksi. Tätä varten tarvitaan laadukasta ja monipuolista matalan kynnyksen toimintaa kuten starttivalmennusta.

Nuorten työpajojen toimintaa on kehitettävä koko ajan, jotta se pystyisi vastaamaan nuorten haasteisiin. Tällä hetkellä työpajoille tulevilla nuorilla on haasteita itsetunnon ja sosiaalisten taitojen kanssa. Tämä johtuu tutkimusten mukaan ulkopuolelle jäämisestä. Nuoret eivät saa itselleen opiskelu- tai työpaikkaan, jolloin he kokevat jäävänsä yhteiskunnan ulkopuolelle. Tällöin heidän itsetuntonsa heikkenee. Monilla nuorilla on myös kouluviihtymättömyyttä ja oppimisvaikeuksia, jolloin sosiaaliset taidot heikkenevät ja epävarmuus lisääntyy. (Pohjantammi 2007, 30,97; Käpylä 2013, 37.)

Nuoret kokevat työpajan itselleen merkityksellisenä paikkana, kun he rakentavat omaa polkuaan. Siellä heillä on mahdollisuus toteuttaa ja vahvistaa tärkeitä taitoja ja asioita kuten luovaa toimintaa, omaa henkistä kehitystä ja yhteisöllistä osallistumista. Nuorten ajattelutavassa, asenteessa ja minäkuvassa tapahtuu usein muutoksia. He ovat rohkeampia ja itsevarmempia, joka vaikuttaa heidän itsenäistymiseen ja oman ammattialan löytämiseen. (Pietikäinen 2014, 228, 246.) Näiden asioiden takia on tärkeää kehittää ja olla kiinnostunut matalan kynnyksen työpajatoiminnan kehittämisestä ja uusien menetelmien kokeilemisestä. Nuorten työpajat ovat syrjäytymisen ehkäisemisessä tärkeimmässä roolissa.

3 NUORTEN TYÖPAJAT

3.1 Nuorten työpajatoiminnan lähtökohdat

Nuorten työpajat ovat tarkoitettu työttömille alle 29 –vuotiaalle nuorille työharjoittelu- paikoiksi. Työpajat ovat nuorille hyviä mahdollisuuksia kehittää elämäntaitojaan, aikuistua, kasvaa yhteisöllisyyteen ja työssäoppimiseen. (OKM 2014.) Nuorten työpajat ovat työvaltaisia, toiminnallisia ja yhteisöllisiä kasvu- ja oppimisympäristöjä. Työpaja voidaan nähdä sosiaalisesti ympäristöksi, jossa työskentely ja siihen liittyvät palvelut edistävät työttömänä olleiden valmiuksia hakeutua koulutukseen tai työhön. Työpajamenetelmäksi on Suomessa vakiintunut työvalmennus, jolla tähdätään työkyvyn ja osaamisen lisäämiseen. Toisena menetelmänä on yksilövalmennus, joka tukee arjenhallintaa ja toimintakykyä. Pajoilla nuoret voivat osallistua ohjattuun ja tuettuun työntekoon sekä tutustua erilaisiin ammatteihin ja työelämään. (Sahi 2014, 9.)

Ahonen-Walker ja Pietikäinen (2014) näkevät työpajojen olevan yksi joustavimmista toimintamuodoista nuorisotakuun paikallisessa toteutuksessa. Työpajalle ohjaavia tahoja on monia, lähes 20, he tekevät yhteistyötä yli sektori- ja hallintorajojen. Työpajat ovat osana monialaista verkostoa toteuttamassa nuorisotakuuta yhdessä esimerkiksi työ- ja elinkeinohallinnon ja koulutuksen järjestäjän kanssa. Työpajoilla järjestetään kuntouttavaa toimintaa ja sosiaalihuolto lakiin kuuluvaa aktivointia. Tämäkin voi olla joillekin nuorille liian rankkaa, jonka takia on tärkeä tarjota starttivalmennuspalveluita. Nuoret tarvitsevat enemmän kokonaisvaltaista tukea elämäntaitojensa ja tulevaisuuden suunnitteluun, johon starttivalmennus pyrkii vastaamaan. (Ahonen-Walker ym. 2014, 70-71.) Starttivalmennus on erinomainen tapa saada nuoret kiinnostumaan omasta tulevaisuudestaan.

Opetusministeriö (2005) on laatinut nuorten työpajoja koskevat yleiset perusteet ja suositukset, joissa määritellään nuorten työpajatoiminnan tavoitteet ja tehtävät. Toiminta parantaa osallistuvan nuoren mahdollisuuksia päästä koulutukseen, suorittaa tutkinto loppuun tai sijoittumista avoimille työmarkkinoille sekä kehittää elämäntaitoja. Työpajatoiminnassa hyödynnetään yksilö- ja ryhmävalmennusta, jossa on moniammatillista osaamista tukemassa nuorta kuten yksilövalmentaja ja työvalmentaja sekä moniammatillinen verkosto. Työpaja kirjaa nuoren edistymisen tarkoin ja antaa palautteen niin osallistujalle kuin palveluntilaajallekin. Nuorten työpajojen on seu-

rattava työnsä vaikuttavuutta, mihin nuori sijoittuu jakson jälkeen. Nuorten työpajan on myös laadittava tai käytettävä soveltaen paikallista hyväksyttyä ennaltaehkäisevän päihde- ja huumetyöohjelmaa. (Opetusministeriön päätös 2005.)

Työpajojen metodit perustuvat tekemällä oppimiseen. Niissä harjoitellaan arjenhallinnan lisäksi taitoja omien kiinnostuksien mukaan. Valmennuksessa mennään aina osallistujan ehdoilla, jolloin palvelut ja toiminta räätälöidään jokaiselle sopivaksi. Tämän mahdollistaa työpajojen ajatus matalan kynnyksen toiminnan periaatteesta eli toiminta suunnitellaan osallistujan motivaation ja kykyjen mukaan. (Työpajatieto 2014.)

Ensimmäiset työpajat on perustettu 1980-luvun alussa. Tällä hetkellä valtion avulla tuettuja työpajoja on 257 kunnassa eri puolilla maata. Noin 85 % Suomen kunnista löytyy ainakin yksi työpaja. Työpajoja ylläpitävät kunnat, säätiöt, yhdistykset ja erilaiset yhteisöt. Valmentautujien määrä nuorten työpajoilla on noussut koko ajan ja samalla on noussut myös taloudellinen panostus toimintaan. Tällä hetkellä koko maassa miesten osuus pajanuorista on 61 % ja Kymenlaaksossa 65 %. Kymenlaaksossa on 489 miestä ja 261 naista nuorten työpajoilla. (Sahi 2014, 10.)

3.2 Nuorten työpajojen toimintamuodot

Nuorten työpajojen toimintamuodot ovat muuttuneet ajan kuluessa nuorten tarpeiden mukana. Niiden on pystyttävä vastaamaan monimutkaisiin ja epävakaiden työmarkkinoiden asettamiin haasteisiin. Keskeistä on, pystytäänkö toiminnalla tukemaan koulutuskielteisiä ja vaikeasti oireilevia nuoria, joiden asema työmarkkinoilla on heikko. (Pietikäinen 2007, 177.) Tilastot osoittavat, että koko maassa työpajoille tulevista alle 29-vuotiasta pelkän peruskoulun varassa on 51 % valmentautujista ja Kymenlaaksossa 47 %. Ilman peruskoulun päättötodistusta pajalla olevista nuorista on koko maassa 4 % ja Kymenlaaksossa saman verran. Sosiaalikehitys ry:n tekemän selvityksen mukaan ilman peruskoulun päättötodistusta jäänti johtaa köyhyysloukkuun. Tämän takia työpajat ovat tärkeässä asemassa pyrkiessään tarjoamaan nuorille mahdollisuuden päästä takaisin koulutukseen. Toiseksi eniten työpajoilla on nuoria, jotka ovat suorittaneet toisen asteen tutkinnon, mutta ovat syystä tai toisesta työmarkkinoiden ulkopuolella. Tähän siirtymään he tarvitsevat työpajojen tarjoamaan ohjausta ja tukea. (Sahi 2014, 12-13.)

Tällä hetkellä tarvetta on starttipajoille, ohjaavalle ja valmentavalle jaksolle ennen varsinaiselle pajalle siirtymistä. Samaan aikaan on kehitetty myös erilaisia pajakouluja, joissa voidaan tarjota oppilaille yksilöllisen oppimisen mahdollisuudet. Peruskoulun ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijat tarvitsevat enemmän tukea opintojen suorittamiseen. Keskeistä näissä on kokemuksellinen ja elämyksellinen oppiminen, yhteisöllinen paja, mahdollisuus sosiaaliseen oppimiseen ja vertaistukeen sekä yhdessä tekemisen periaatteet. (Pietikäinen 2007, 177-178, 192.)

Pajakoulu on käytännönläheinen tapa suorittaa peruskoulu tai ammatillinen tutkinto, joka perustuu tekemällä oppimiseen. Tämä toimii työpajan yhteydessä ja opetuksesta vastaa opettaja ja yksilövalmentaja yhdessä. Työssä onnistumisen avulla on tarkoitus lisätä oppilaiden motivaatiota suorittaa peruskoulu loppuun tai saada ammatti. Opetuksen ohessa on 1-4 päivää työntekoa pajalla. Ammattiin opiskelu työpajalla voi perustua melkein kokonaan pajatyöskentelylle ja käytännössä opettelulle. (Työpajatieto 2014.)

Työnteon kautta saadut tiedot ja taidot ovat nuorelle tärkeä osa omaa osaamista ja ne luovat uskoa siitä, että nuori voi oppia uutta ja hänellä on erilaisia taitoja. Tätä varten on kehitetty opinnollistamista, jossa nuorten työskentelemällä hankitut taidot on mahdollista siirtää viralliseen koulutusjärjestelmään. Opinnollistamisessa verrataan työtehtäviä valtakunnalliseen ammatillisen perustutkinnon opetussuunnitelmaan. Näin nuori voi työpajalla opiskella käytännössä. Näitä opinnollistamisia voidaan tällä hetkellä tehdä 74:ään eri ammattiin ympäri Suomen olevissa työpajoissa. Yleisimmin opinnollistamista hyödynnetään hotelli-, ravintola- ja catering-alalla sekä puu-, käsi- ja taide-teollisuuden alalla. (Ahonen-Walker 2015.)

Työpajojen toimintamuotoja ovat lisäksi työvalmennus, yksilövalmennus, ryhmävalmennus ja työkokeilu. Työvalmennus on päivittäisen tuen antamista töiden ja taitojen opettelussa, yhteistoimintaa muiden kanssa sekä mm. säännöllisyyden ja huolellisuuden opettelua. Tavoitteena on edistää työkykyä ja -taitoa. Yksilövalmennus tukee nuoren elämänhallintaa, toimintakyvyn vahvistumista ja arjenhallinnan parantumista sekä motivointia ja tulevaisuuden suunnittelua. Yksilövalmennus on kuuntelua ja keskustelua sekä tarpeellisten palveluiden piiriin ohjaamista. Ryhmävalmennuksen tarkoituksena on vertaisryhmän kanssa yhdessä oppia ja löytää sopiva koulutus- tai työ-

paikka. Valmennuksessa keskeisintä on yhteisöllisyys, vuorovaikutus ja toiminnallisuus. Yhdessä ryhmänä voidaan keskustella ongelmista ja tehdä tutustumisia työpaikoille. (Työpajatieto 20014.)

3.3 Starttivalmennus

Starttivalmennus on yksi osa työpaja toimintaa. Sen tarkoituksena on olla matalimman kynnyksen palvelu, johon on helppo tulla ja saada tukea oman elämänsä hallintaan. Pääpaino on asiakkaan työ- ja toimintakyvyn selvittämisessä ja arjenhallinnan tuessa. Työmenetelminä käytetään yksilö- ja ryhmävalmennusta. Tarkoituksena on saada asiakas kohti muita työpaja toimintoja, koulutusta tai työelämää. (Hilpinen, Huuromonen, Kiviranta, Välimaa 2014, 9.) Tässä koko ajan muuttuvassa yhteiskunnassa matalakynnyksen palvelut ovat tärkeitä nuorten syrjäytymisen ehkäisyn kannalta. Nuoret pääsevät starttivalmennuksessa kiinni yhteiskuntaan ja saavat tarvitsemansa tuen yhteistyöverkostoista. Ahonen-Walker & Pietikäinen (2014) nostavat esille starttivalmennuksen vastaavan lainsäädännöllisellä tasolla esille tuotuun kehittämistarpeeseen. Siellä korostetaan monialaista yhteistyötä, nuorten ohjaus- ja palveluverkostoa ja sen kehittämistä. He tuovat esille myös sosiaalihuolto lain uudistuksen, jossa painopistettä pyrittäisiin siirtämään ennaltaehkäisevään työhön. Tässä kohtaa starttivalmennus voisi olla kunnille hyvä kumppani toteuttamaan sosiaalisen kuntoutuksen toimintaa. (Ahonen-Walker ym. 2014, 71.)

Hilpisen (2014) mukaan starttivalmennuksen tarkoituksena on vastata yhteiskunnan huoleen eriarvoistumisesta eli hyvinvoinnin jakautumisesta. Työpajoilla asiakkaiden ongelmat ja arki tunnetaan hyvin, joten on luonnollista kehittää siellä starttivalmennusta. (Hilpinen ym. 2014, 10.) Eriarvoistumiseen ja syrjäytymisen lisääntymiseen vaikuttavat yhteiskunnan taloudellinen tilanne, joka nyt meneillään olevan talouskriisin aikana ei näytä laskevan. Paperi- ja teknologiateollisuuden isot rakennemuutokset muuttivat työmarkkinatilannetta ja koulutustarpeita. Näihin ei heti osattu reagoida oikeilla tavoilla, joka aiheuttaa edelleen työttömyyttä. Tilastokeskuksen (2015) mukaan Suomessa oli tammikuussa 2015 alle 25 -vuotiaita työttömiä työnhakijoita 56 000. Työttömyysaste 15 - 24-vuotiaiden väestöryhmässä on noussut 20 %:iin, ja 15 – 24 –vuotiaiden työttömyys prosentti samanikäisestä väestöstä on 8,6 %:a. (Suomen virallinen tilasto 2015.) Nämä luvut kertovat työttömien määrän kasvusta, mutta niihin ei sisälly nuoria, jotka ovat jo tippuneet yhteiskunnan aktiivisen toiminnan ulkopuolel-

le. Nämä nuoret kuuluvat starttivalmennuksen kohderyhmään, koska sen avulla voidaan katkaista syrjäytymisen kierre ja tukea nuoren itsetuntoa, elämänhallintaa, sosiaalisten taitojen opettelua sekä tulevaisuuden suunnittelua esimerkiksi koulutus ja työelämä.

3.3.1 Toiminta ja prosessi

Hilpinen ym. (2014) kirjoittavat toiminnan starttivalmennuksessa olevan moniammatillista, tavoitteellista, säännöllistä ja monialaista. Siellä pyritään korostamaan jokaisen asiakkaan vahvuuksia ja mahdollisuuksia omien kykyjen mukaan. Valmennuksessa käytetään toiminnallisia ja yhteisöllisiä menetelmiä, joita hyödynnetään niin yksilökuin pienryhmätoiminnassa. Toiminta tukee omien voimavarojen ja tasapainoisen elämän löytämisessä. Päämäärä starttivalmennuksessa on suunnitelmien tekeminen tulevaisuuteen, tavoitteiden määrittäminen ja ongelmien ratkaiseminen. Tässä apuna on ympärillä oleva palveluverkosto, josta autetaan nuorta löytämään hänen tarvitsemansa tukitoimet. (Hilpinen ym. 2014, 13.)

Starttivalmennus jakaantuu kolmeen vaiheeseen, jotka ovat alkukartoitus, tavoitteiden mukaisen toiminnan vaihe ja arvioinnin ja jatkolun tuen vaihe. Alkukartoituksen aikana sovitaan ensimmäinen tapaaminen, jolloin toimintaa esitellään ja asiakkaan kiinnostusta herätellään ja motivoidaan. Ensimmäisellä tutustumiskerralla on usein mukana lähettävä taho esim. etsivä nuorisotyöntekijä. Kiinnostuksen herättyä sovitaan toinen tapaaminen, jolloin kartoitetaan asiakkaan tilanne, sovitaan säännöistä ja tavoitteista sekä tehdään valmennussopimus ja valmennussuunnitelma. Tärkeintä on kartoittaa asiakkaan tilanne ja luoda sen pohjalta realistiset ja kiinnostavat tavoitteet. (Hilpinen ym. 2014, 21-23.)

Toiminta asiakkaan kanssa on aluksi yksilötyöskentelyä, jolloin luodaan valmennussuhde. Vähitellen asiakas kiintyy starttivalmennukseen ja alkaa toimia itseohjautuvasti kohti omia tavoitteitaan. Aina ei kuitenkaan näin tapahdu voi olla, että asiakas ei kiinnny. Hän saattaa lähteä, mutta valmennusta voidaan jatkaa alusta alkaen myöhemmin asiakkaan palattua takaisin. Toiminnan tärkeimpiä teemoja ovat säännöllinen päivärhythmi, omat voimavarat, sosiaalisten taitojen ja ongelmanratkaisuiden opettelu ja osallisuuden lisääminen sekä jatkolun suunnitteleminen. Toiminnan jälkeen tehdään loppuarviointi, johon asiakkaan kehityskaari toiminnan aikana kirjataan. Lähettävälle

taholle raportoidaan edistymisestä ja jatkopolusta. Starttivalmennuksesta jatkopolulle siirrytään saattaen, jotta sinne pääseminen onnistuisi mahdollisimman hyvin. (Hilpinen ym. 2014, 24-25.)

Starttivalmennusta on alettu kehittää Valtakunnallisen työpajayhdistyksen kehittämishankkeen ”Startti parempaan elämään” myötä vuosina 2009-2012. Tässä hankkeessa piloteissa ja työpajojen starttivalmennusverkostossa mallinnettiin ja kehitettiin matalan kynnyksen toimintaa. Mukana olivat työpajat Joensuusta, Tampereelta, Kuopiosta, Espoosta ja Helsingistä. Näillä paikkakunnilla toteutettiin starttivalmennusta yksilö- ja ryhmävalmennuksen osuuksia toimija kohtaisesti painottaen. Malleissa kokeiltiin mm. yhden yksilövalmentajan mallia ja toimintakeskus –tyyppistä toteutusta. (Hilpinen ym. 2014, 4, 26.)

Hilpinen (2014, 33.) on koonnut loppuraporttiin kokemuksia starttivalmennuksesta hankkeen perusteella. Kokemusten perusteella valmennus oli ollut nuorille tärkeää, he olivat oppineet aikuisten elämään kuuluvia asioita, nostaneet esille vaikeita asioita ja oppineet kykyä ottaa vastuuta omista asioista. He olivat kyenneet myös karistamaan haasteita elämästään ja hahmottamaan tulevaisuuttaan. (Hilpinen ym. 2014, 33.) Minusta nämä tulokset osoittavat starttivalmennuksella olevan tärkeä rooli työpajatoiminnassa.

Työpajayhdistyksen sivuilla (TPY 2014) kerrotaan Startti parempaan elämään -hankkeen jatkuvan edelleen juurruttamishankkeena vuosina 2012-2015. Tämän jatkohankkeen tarkoituksena on syrjäytymisvaarassa olevien ja syrjäytyneiden nuorten hyvinvoinnin lisääminen, sosiaalinen vahvistaminen ja yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi tukeminen. Nämä tavoitteet aiotaan saavuttaa tukemalla matalan kynnyksen toiminnan käynnistämistä valtakunnallisesti, kehittämällä työvalmentajien osaamista starttivalmennukseen ja pyrkimys löytää ratkaisu starttivalmennuksen rahoitukseen niin paikallisesti kuin valtakunnallisesti. (TPY 2014.)

Tällä hetkellä Kouvolan kaupungilla on menossa Mielen Avain –hankkeen kautta työpajapilotointi, joka on tarkoitettu matalan kynnyksen toiminnaksi 16-25-vuotiaille haastavassa asemassa oleville nuorille. Tavoitteena on antaa nuorille tukea ja ohjausta arjenhallinnassa. Toiminta on vapaaehtoista ja sinne voi mennä, kun haluaa ja lähteä, kun haluaa. Toimintaa on tarkoitus toteuttaa nuorten halujen mukaan esim. järjestä-

mällä tutustumisia kouluille ja työpaikkoihin. Tällä hetkellä pajalla voi neuloa, maalata, laittaa ruokaa ja tehdä erilaisia arjen askareita. Toiminnassa on tällä hetkellä yksi työpajaohjaaja ja kuusi nuorta. (Vesalainen 2014, 14.)

3.3.2 Resurssit ja toimijat

Hilpinen ym. (2014) kirjoittavat tärkeintä starttivalmennukselle olevan riittävä aika-resurssi sekä ammattitaitoinen valmennushenkilöstö. Jokaiselle määritellään yksilöllisesti valmennuksen kesto tarpeiden mukaan. Se voi olla parista kuukaudesta jopa kahteen vuoteen ja muutettavissa joustavasti kesken valmennuksen. Työvalmentajalla on oltava alalle soveltuva koulutus ja työkokemusta kohderyhmänä olevista asiakkaista. Hänen on hyvä pystyä kehittymään oman työnsä mukana. Työntekijöitä täytyy olla vähintään kaksi, jotta jatkuvuus taataan myös työvalmentajan sairastuessa tai tehdessä yksilöllisempää työtä asiakkaan kanssa. Työ on vaativaa, joten on tärkeää saada työnohjausta ja verkostoitua muiden samaa työtä tekevien kanssa. Starttivalmennuksen tärkeisiin resursseihin kuuluu myös tilat, joissa sitä toteutetaan. Tilojen pitäisi olla hyvin saavutettavissa ja helppokäyttöiset sekä tuettava toiminnan tarkoitusta. Starttivalmennuksella olisi hyvä olla käytössä keittiö, liikuntamahdollisuudet, toiminta- ja oleskelutiloja. (Hilpinen ym. 2014, 16.)

Starttivalmennus tapahtuu yleensä yhdessä paikassa työvalmentajien ohjauksessa, mutta siihen liittyy mukaan paljon erilaisia toimijoita palveluverkostosta asiakkaan tarpeiden mukaan. Työote on siis kokonaisvaltaista ja monialaista kumppanuutta, jossa tavoitellaan tiedon siirtymistä asiakkaan mukana. Valmennuksen alussa on hyvä kartoittaa tarvittavat yhteistyökumppanit, jotta asiakkaan tukena on kaikki mahdolliset palvelut elämäntilanteen ja ongelmien ratkaisemiseksi. (Hilpinen 2014, 16.)

3.3.3 Kohderyhmä

Kohderyhmällä on vaikeuksia selviytyä arjessa ja kiinnittyä säännölliseen toimintaan. Heillä on tavallisesti ongelmia monilla elämän osa-alueilla, esimerkiksi päivärytmi on hukassa tai heillä on mielenterveysongelmia, oppimisvaikeuksia tai riippuvuuksia. Monilla ei ole peruskoulun jälkeistä tutkintoa tai tutkinto ei vastaa työmarkkinoita. Merkittävin kohderyhmä, jota toiminnalla yritetään tavoittaa, ovat kotiinsa jämähtäneet nuoret. Heillä ei ole sosiaalisia kontakteja tai niitä on niukasti ja ne rajoittuvat

erilaisiin peleihin, sekä arjesta selviytyminen saattaa vaatia ponnisteluja. Tavallisesti näillä ihmisillä esiintyy nettiriippuvuutta sekä peliriippuvuutta ja he asuvat yksin tai vielä vanhempiansa luona. (Hilpinen ym. 2014, 14.)

3.4 Työpajanuoret ja heidän haasteet

Työpajoilla olevien nuorten tausta voi olla hyvin monenlainen. He voivat olla peruskoulun suorittaneita, ammatillisessa koulutuksessa olevia tai sen suorittaneita, ylioppilastutkinnon saaneita tai koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääneitä nuoria. Nuorten sosiaaliset taidot, itseluottamus ja elämänhallinta vaihtelevat. Useimmilla näiden taitojen puute aiheuttaa työpajalle tulon. Näillä taidoilla pärjää koulutus- ja työelämässä, joten niiden puute aiheuttaa työttömyyttä ja koulupudokkuutta.

Työpajanuorelle ei ole mitään yhtä selkeää määritelmää, mutta monet tutkimukset tuottavat samantyyppisiä tuloksia nuorten taustoista, motivaatiosta ja tavoitteista työpajalla. Seuraavaksi esittelen kaksi tapaa luokitella työpajalle tulevia nuoria. Takkunen, Heikkuri ja Takkunen (2009) jakavat työpajalle tulevat nuoret kolmeen yksilölliseen näkökulmaan. Ensimmäisenä ovat nuoret, joilla on tullessaan koulutukseen tai työelämään liittyvä tavoite. He haluavat neuvoa, ohjausta ja keskustelua tavoitteiden saavuttamiseksi. Toisena on ryhmä nuoria, jotka ns. leijuvat. Heillä ei ole selkeää päämäärää vaan heillä on satunnaisia haluja. He ovat tulleet pajalle tekemisen puutteesta, joten heille ei ole hyötyä tavoitteellisesta ohjauksesta. Kirjoittajien mukaan heillä ei ole jäsentynyttä tulevaisuuden kuvaa, koska ei ole tietoa ja taitoa käsitellä asioita. Kolmantena on ryhmä nuoria, joiden toiminta on epäsosiaalista tai peräti rikollista. Tavoitteet ovat sitoutuneet epäsosiaalisuuteen tai rikollisuuteen tavoitellessa hyvää elintasoaa. Näiden nuorten käsitys oikeuksista ja velvollisuuksista on hämärtynyt. (Takkunen ym. 2009, 439.)

Pohjantammi (2007) on tehnyt omassa tutkimuksessaan oman luokituksen työpajanuorille, jossa hän on hyödyntänyt nuorten aktiivisia ja passiivisia piirteitä työttömyyskokemusta ja niihin suhtautumisen perusteella. Ensimmäisenä on motivoituneet tai helposti motivoituvat nuoret. Toisena on hieman sosiaalisesti passiiviset nuoret, joiden päivärhythmi on helposti muutettavissa. Kolmantena ryhmänä ovat ne nuoret, jotka ovat vahvasti passivoituneet työnhausta, koska sosiaalitukea on helppo saada ja työstä maksettava palkka on niin pieni, että koetaan työnteko kannattamattomaksi

verrattuna saatavaan sosiaalitukeen. Työssäkäyntiä kohtaan asenne on hukassa. Neljäs määritelmä on epävarmat nuoret, joilla ei ole omaksi koettavaa alaa. He ovat saattaneet keskeyttää opinnot, taustalla voi olla myös koulukiusaamista ja huolia sekä kotoa opittu malli, jossa tekemättä mitään voi pärjätä yhteiskunnassa erilaisten tukien varassa. Viimeisenä ryhmänä Pohjantammi (2007) määrittelee vetäytyvien nuorten ryhmän, joilla on taustalla koulukiusaamista ja negatiivisia elämäkokemuksia. Heillä voi myös olla päihteidenkäyttöä ja mielenterveysongelmia. (Pohjantammi 2007, 30.)

Molemmat jaottelut perustuvat yksilölliseen näkemykseen. Se ei kuitenkaan ole ainut nuoreen vaikuttava asia. Nuoren ympärillä oleva yhteisöllisyys ja siitä saatu vaikutus omaan itseensä vaikuttaa myös nuorten asenteisiin. Tätä ympäristön vaikutusta kutsutaan sosiaalisiksi perimäksi eli sosiaalisia elämäntaitoja on otettu vastaan ja omaksuttu jollakin tapaa samanlaisena ehkä hieman muunnellen kuin edellinen sukupolvi. Tästä esimerkkinä nuorilla näkyy työttömyyden toistuminen. Toinen esille nostettu sosiaalinen perintö työpajoilla näkyvissä nuorissa on habitus eli heidän käyttäytyminen ja ulkoinen olemus. Taustalla on usein perhe, jossa on koettu syrjäytymisen riskitekijöitä ja pätkätyöttömyyttä. Nuoret omaksuvat tätä kautta tavoitteiden asettamisen mallin. (Takkunen ym. 2009, 440.)

Pohjantammen (2007) tutkimuksen mukaan nuoret ovat kokeneet työttömyyttä ja koulutuksen ulkopuolella oloa, jolloin heidän epävarmuus korostuu. Tämä näkyy sosiaalisten taitojen ja oppimisvalmiuksien heikentymisenä tai ne ovat keskittyneet tiettyihin odotuksiin ja käytäntöihin. Nuorilla on taustalla myös heikko koulumenestys ja kouluviihtymättömyys, joka aiheutuu oppimisvaikeuksista ja tekemällä oppimisen korostumisesta. Koulunkäynti herpaantuu usein yläkoulussa. (Pohjantammi 2007, 30, 97.) Anu Käpylä (2013) on tutkinut työpajalla olevien nuorien taustoja koulumaailmasta. Hänen tutkielmassaan oppimisvaikeudet matematiikassa ja kielissä sekä keskittymisvaikeudet ja ryhmässä toimimisen ongelmat tulevat esille työpajanuorten koulu taustasta. Nuoret nostavat esille koulukiusaamisen vaikutukset jatko-opiskeluun hakeutumisessa. Nuorten mielestä siitä aiheutuva ulkopuolelle jääminen heikentää itsetuntoa ja sitä kautta vaikeuttaa jatko-opintoihin pääsyä. (Käpylä 2013, 37.) Nämä ongelmat voivat johtaa nuorten mielenterveysongelmiin kuten masennukseen (Pohjantammi 2007, 29).

Vanhemmilla on nuoriin suuri vaikutus työn ja koulutuksen suhteen, jos vanhemmat kannustavat ja ovat kiinnostuneita sekä näyttävät esimerkkiä. Työpajalla on nuoriin positiivinen vaikutus omaksuttaessa asennetta työtä, koulutusta ja elämää kohtaan. Itsevarmuus ja sosiaaliset taidot lisääntyvät ja elämälle löytyy suunta. Nuorten mielestä sosiaalisten taitojen ja itsetunnon paraneminen vaikuttavat opiskelu- ja työpaikan saantiin. (Käpylä 2013, 38, 53-54.)

3.5 Sosiaalinen vuorovaikutus

Tänä päivänä kiinnitetään paljon huomiota vuorovaikutustaitoihin ja niiden merkitykseen opiskelussa sekä työelämässä. Tämä johtuu yhteiskunnan muutoksesta ja ammattien vaatimuksista. Kauppila (2006, 13.) kirjoittaa vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen olevan menestystekijöitä opiskelussa ja työelämässä. Näitä taitoja pidetään itsestään selvänä, mutta niitä ei kuitenkaan opi riittävän hyvin, vaan niiden hallintaa ja käyttöä on opetettava. Keskeisiä vuorovaikutustaitoja ovat keskustelutaidot, esiintymistaito, yhteistyö- ja yhteistoimintataidot, viestintätaidot sekä ryhmätyötaidot. Vuorovaikutustaidot ovat välttämättömiä esimerkiksi koulutyössä. Lasten ja nuorten taidoissa on huomattavia eroja, jotka johtuvat monista eri tekijöistä mm. luonteenpiirteistä. Näiden taitojen oppiminen on palkitsevaa, mutta vaatii erilaisia harjoituksia. (Kauppila 2006, 13-14, 24.)

Sosiaaliset taidot tarkoittavat kykyä toimia yhteistyössä rakentavasti ja taitoa ratkaista ongelmia tavalla, jota kaikki arvostavat. Taidot syntyvät oppimalla ja kasvatuksen kautta, johon vaikuttaa sen hetkinen aika ja kulttuuri. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17-18, 22.) Sosiaalinen vuorovaikutus tarkoittaa ihmisten välistä toimintaa eri ympäristöissä. Erilaiset sosiaaliset ärsykkeet kehittävät ja kasvattavat ihmisiä yhteiskunnan jäseniksi. Tätä kutsutaan sosiaalisaatioprosessiksi. Se alkaa lapsuudesta, jolloin opitaan yhteiskunnan arvot ja normit sekä käyttäytymissäännöt. (Kauppila 2006, 19.)

Ihmiset ovat vuorovaikutustaidoiltaan hyvin eritasoisia. Vuorovaikutustaidot sisältävät laajan joukon erilaisia tekijöitä. Tärkeitä kehitettäviä taitoja Kauppilan (2006, 22) mukaan ovat kommunikointi eli viestintätaito, sosiaalinen kyvykkyys, sosiaalinen havaitseminen ja herkkyys sekä empatia. Viestintätaito on ihmisen tärkein vuorovaikutustaito. Monet ongelmat olisi helpompi ratkaista, jos ihmiset osaisivat ilmaista paremmin omia tunteitaan, halujaan ja tunteitaan. Sosiaaliseen kyvykkyyteen kuuluu puoles-

taan kyky tulla toimeen muiden ihmisten kanssa esimerkiksi erilaiset ryhmät ja neuvottelut. Sosiaalista kyvykkyyttä on myös yhteistyökyky ja yhteistoimintakyky sekä kyky joustaa. Tätä taitoa voi kehittää merkittävästi koulutuksen ja kokemuksen kautta. Sosiaalisen havaitsemisen taito on tärkeää tilanteissa, joissa tulkitaan toisten ihmisten kehonkieltä. On oltava herkkyyttä tunnistaa ja ymmärtää toisen ihmisen sanaton viestintä. Tätä voidaan harjoitella erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa, erityisesti ryhmässä. (Kauppila 2006, 22-23.)

Me tarvitsemme Kauppilan (2006, 125) mukaan sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja etenkin niistä sosiaalisia taitoja ryhmä tilanteissa ja erilaisissa neuvotteluissa. Nämä taidot joutuvat koetukselle etenkin koulussa, esimerkiksi yhteistyötaidot ryhmätoissa, kuuntelutaito ja sääntöjen noudattaminen. Sosiaalisissa taidoissa olevat puutteet näkyvät selvästi luokkahuoneissa ongelmina. Tämän takia sosiaalisiin taitoihin on kiinnitetty viime aikoina huomiota. Ihminen ei saavuta luonnostaan tarvittavia taitoja, vaan tarvitsee harjoitusta ryhmässä, koulussa ja kotona. (Kauppila 2006, 125-126.) Startti-valmennus on yksi mahdollinen ryhmä harjoittaa puutteellisia vuorovaikutustaitoja. Siellä voidaan toimia erilaisissa ryhmässä ennestään tuntemattomien ihmisten kanssa, jolloin taidot kehittyvät ja joutuvat koetukselle.

Nuorten itsetunto ja itseluottamus on yhteydessä sosiaalisiin taitoihin ja niiden puutteeseen. Hyvän itsetunnon omaava pääsee helpommin elämässä eteenpäin, koska viihtyy ryhmässä hyvin. Tämän takia on hyvä keskittyä koulussa ja kotona vahvuuksien tukemiseen eikä heikkouksien etsimiseen. Myönteinen ja kannustava palaute auttaa kehittämään selviytymis- ja sopeutumiskykyä paremmin kuin virheiden osoittelu. Itsetunto vaikuttaa koko ajan olemukseen, ajatuksiin, tekoihin ja suhtautumiseen muihin. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela, Huovinen 2008, 12, 15, 16.) Työpajoilla on mahdollisuus palautteen kautta vaikuttaa nuoren itsetuntoon ja sitä kautta sosiaalisen vuorovaikutuksen kehittymiseen. Näiden kehityttyä on helpompi mennä opiskelemaan tai työelämään.

Taitojen puutteeseen on olemassa neljä syytä, jotka ovat riittämättömän harjoituksen saaminen ja mallien puute, psykologiset ongelmat kuten masennus, ahdistus ja yksinäisyys estävät taitojen kehittymisen, ympäristön stressitekijät haittaavat omaksumista ja muutokset sosiaalisissa ihmissuhdetilanteissa, jolloin ihminen ei saa enää vahvistusta käyttäytymiselleen. Sosiaalinen vuorovaikutus kehittyy sisäisen mallin avulla, joka

on vuorovaikutuksessa ympäristön ja informaation kanssa. Se rakentuu aikaisempien kokemusten ja opitun perusteella sekä palautteen perusteella. Sosiaalisia taitoja oppii käyttäytymisestä saadun palautteen perusteella, jolla on kolme merkitystä. Ne ovat korjaava, motivoiva ja uutta tietoa ja taitoa rakentava. (Kauppila 2006, 129, 131-132.)

3.6 Sosiaalinen vuorovaikutus ja nuorten työpajat

Nuorten työpajoja on tutkittu paljon erilaisista näkökulmista vuosi kymmenten aikana. Pietikäinen (2007) kirjoittaa, että nuorten työpajoista on tehty eniten ja monipuolisimmin tutkimuksia muihin nuorten nivelvaiheeseen sijoittuviin palveluihin verrattuna. Tutkimusta on tehty etenkin 1990-luvulla ja 2000-luvun alkupuolella paljon, mutta viime vuosina vähemmän. Tarkastelu kenttä on laaja ja monipuolinen mm. tutkimusmenetelmien, aineistojen ja näkökulmien osalta. Tutkimuksia on tehty pajanuorten ja ohjaajien kokemuksista ja heidän antamista merkityksiä, pajanuorten seurannasta ja sijoittumisesta sekä myös pajojen tuottavuutta ja vaikuttavuutta on tutkittu. (Pietikäinen 2007, 180.)

Viimeaikaisten tutkimusten joukosta huomasiin kaksi tutkimusta, joissa molemmissa pyrittiin selvittämään nuorten kokemusten kautta nuorten työpajan merkitystä nuorelle ja hänen elämänhallinnalleen. Starttivalmennusta on tutkittu vähän, mutta Vartiainen (2008) on tehnyt tutkimuksen Tampereen Ilmais-Sartin nuorista ja heidän antamastaan merkityksestä työpajajaksolle. Näiden kaikkien tutkimusten tulokset nostavat esille sosiaalisen vuorovaikutuksen merkityksen nuoren elämänhallinnan parantajana.

Sepän (2013) ja Jerohinin (2012) tekemät pro gradu tutkielmat liittyivät nuorten kokemukseen oman elämän muuttumisesta työpajajakson aikana. Helena Sepän (2013) tekemä tutkimus oli etnografinen tapaustutkimus verkostomuotoisessa työpajassa. Hän pyrki tutkimuksellaan selvittämään toiminnan mahdollisia vaikutuksia, nuorten antamia merkityksiä toiminnalle ja muutoksia elämässään. Verkostomuotoinen työpaja on seinätöntä ja toimii milloin missäkin. Toimintaa kuuluu kuitenkin ryhmämuotoinen toiminta, yksilöohjaus ja työvalmennus. Ryhmätoiminnassa kehitetään vuorovaikutustaitoja ja elämänhallinnan taitoja. Nuoret kokivat hyviksi asioiksi vapaaehtoisuuden, kokonaisvaltaisen kohtaamisen ja oman työskentelyn tavoitteiden laadinnan. Merkityksellistä nuorille oli sosiaalisten taitojen vahvistuminen, itsetunnon kohoaminen,

luottamuksen lisääntyminen muihin ihmisiin ja rohkeuden kohdata asioita. (Seppä 2013, 73-83.)

Jerohin (2012) on tutkinut työpajakoulutuksen merkitystä nuorten elämänselityksessä haastatteleamalla nuoria. Hän nostaa tutkimuksessaan esille nuorten rankat taustat ja niistä huolimatta tulleet myönteiset muutokset työpajakajon aikana. Hänen tutkimuksessaan nousee esille hyvin samoja asioita kuin edellisessä. Nuorten itsetunto ja elämänselitys on parantunut ja sitä kautta opiskelukyvyttöisyys on kehittynyt työpajalla. Yhteisöllisellä ilmapiirillä on ollut tutkimuksen mukaan voimaannuttava vaikutus nuoriin. Hän tekee tutkimuksensa pohjalta päätelmän, että työpajat ovat onnistuneet nostamaan yhteiskunnan marginaalissa, syrjäytymisvaarassa olleet nuoret takaisin keskiöön. (Jerohin 2012, 104-107.) Molemmista tutkimuksista nousi esiin myös yksilövalmentajaan luodun suhteen merkitys. Jos nuoret luottivat ja saivat neuvoja, he kokivat sen olleen merkittävä osa onnistumisista.

Vartiainen (2008) on tutkinut Tampereella toimivan Ilmaisu-startin vaikutuksia nuorten elämänselitykseen. Hänen tutkimuksensa alussa nuorilla oli starttiin tullessaan hyvin heikot käsitykset omista kyvyistään ja itsestään. Nuoret olivat hukassa ja etsivät suuntaa elämälleen kuten tavallisesti starttivalmennukseen tullessaan. Pajanjakson aikana nuoret saivat selkeyttä suunnitelmiinsa. Nuoret kertoivat tutkimuksessa uskon omiin kykyihinsä parantuneen, itseluottamuksen vahvistuneen ja sosiaalisten taitojen kehittyneen. Nuorten mukaan erilaisten asioiden tekeminen vahvisti uskoa omiin kykyihinsä ja nosti itseluottamusta. (Vartiainen 2008, 90-95.)

Kaikki nämä tutkimukset koskevat yhtä työpajaa ja ovat tutkijoiden mukaan päteviä vain siellä. Näiden vertailu kuitenkin osoittaa niistä saatujen tulosten yhtenevyydet. Erilaiset toimintamuodot nuorten työpajoilla sekä erilaisista taustoista tulevia nuoria tutkimuksissa, mutta silti tulokset ovat samankaltaiset. Tämä osoittaa mielestäni nuorten työpajojen toimivuuden ja tärkeyden syrjäytymisvaarassa olevien nuorten osalta. Työpajat kehittävät ja vahvistavat nuoren elämänselitystä, sosiaalisia taitoja ja itseluottamusta sekä antavat suunnan tulevaisuuteen.

4 KEHITTÄMISPROSESSIN ETENEMINEN

4.1 Tavoite ja toimenpide

Haluaisin tuoda opinnäytetyöni kautta esille nuorten vuorovaikutus taitojen merkityksen. Opinnäytetyöni tavoitteena on kehittää Startin toimintaa tuoden työ- ja yksilövalmentajalle uusia ideoita työhönsä nuorten kanssa. Tämän takia tuon Starttiin yhteistyöhön, itsetuntoon ja ongelmanratkaisuun sekä luottamukseen liittyviä toimintoja. Ryhmässä toimiminen on nuorille tärkeää tulevaisuuden kannalta. Koulutuksessa ja työelämässä ei selviä ilman vuorovaikutus taitoja. Haluan tuoda tähän teemaan liittyen muutamia helppoja ja myös yksittäin ohjattavia ja yhdessä tehtäviä menetelmiä työvalmentajille.

Itseluottamus on syrjäytymisvaarassa olevilla nuorilla usein heikko. Näiden harjoitteiden avulla vahvistetaan pitkällä tähtäimellä nuorten sosiaalisia taitoja kuten itseluottamusta omien vahvuuksien kautta ja myös opetetaan heitä luottamaan itseensä ja muihin ihmisiin. Ongelmanratkaisu harjoituksilla nuorten kärsivällisyys ja keskittyminen saavat harjoitusta. He oivaltavat lisää omasta osaamisestaan ja oppivat soveltamaan omaan arkeensa. Näin heidän on mahdollista kiinnittyä yhteiskuntaan.

Tuotoksena syntyy niin sanottu menetelmäkansio, johon kerään sosiaaliin taitoihin liittyviä erilaisia harjoituksia. Tulen pitämään Startin nuorille kolme noin puolentoista tunnin mittaista toiminnallista tuokiota. Jokaisella kerralla teemme harjoituksia, jotka liittyvät yhteistyöhön, itseluottamukseen, sietämiseen, ongelmanratkaisuun. Pyrin tekemään niistä sujuvia kokonaisuuksia yhteen aiheeseen liittyen. Valitsen sellaisia toiminnallisia menetelmiä, joita voi toteuttaa myös yksittäisinä harjoituksina. Näin työvalmentajat voivat esimerkiksi kerran viikossa tai kuukaudessa tehdä näihin taitoihin liittyvän harjoituksen. Työvalmentajat seuraavat toiminnallisia kertoja käytännössä, jotta heidän on helpompi jatkossa hyödyntää niitä työnsä välineenä. Työvalmentajat myös näkevät toimiiko tämän tyylinen toiminta heidän kohderyhmän kanssa. Näin he voivat tuoda esille kehittämisen paikkoja.

Jätän harjoituksiin liittyvät ohjeistukset ja tarvittavat välineet Startin työvalmentajien vapaaseen käyttöön. Todennäköisesti tämä tuotos eli menetelmäkansio tulee löytyämään paperisena sekä sähköisenä versiona, kun se on valmis. Työvalmentajat voivat

halutessaan ylläpitää kansiota lisäämällä sinne erilaisia harjoitteita, joita toteuttavat nuorten kanssa. Kansio voisi toimia myös niin, että nuoret pääsisivät itse valitsemaan harjoitteen, jonka haluaisivat ryhmänä suorittaa. Myöhemmin kansiota voisi täydentää niin työvalmentajat yksin kuin yhdessä nuorten kanssa.

Hyötyä tästä on sekä työvalmentajille että nuorille, jotka pääsevät kokeilemaan taitojaan ja tekemään erilaisia harjoituksia. Osassa tarvitaan mahdollisesti välineitä, joita nuoret voivat tehdä yhdessä työvalmentajien kanssa. Näin oma käden jälki näkyy myös myöhemmin, kun harjoituksia toteutetaan. Työvalmentajat saavat hyvän paketin erilaisia harjoituksia, joita voivat hyödyntää nuorten kanssa työskennellessään tai vaikkapa ideoiden hakemisessa uusien harjoitteiden luomiselle.

Minulle tästä on hyötyä nyt ja tulevaisuudessa. Pääsen suunnittelemaan toiminnallisia tuokioita ja ohjaamaan nuoria, joten ammattitaitoni kehittyy lisää eteenpäin. Saan kokemuksen, josta todennäköisesti on hyötyä tulevaisuudessa, kun siirryn koulusta työelämään. Minulla on mukana valmis paketti harjoituksia sekä kokemus toiminnan suunnittelusta.

4.2 Toiminnalliset menetelmät

Toiminnallisilla menetelmillä tarkoitetaan harjoituksia, jotka liittyvät toimintaan ja tekemiseen. Niillä pyritään aktivoimaan ryhmän tai yksilön toimintaa ja oppimista. Toiminta ei ole pelkästään fyysistä vaan sillä voidaan tarkoittaa myös ajatuksellista toimintaa. Toiminnallinen oppiminen uskoo yksilön ja ryhmän kykyyn löytää erilaisia kehittymisen polkuja ja ratkaisuja. Toiminnallisilla menetelmillä voidaan käsitellä erilaisia teemoja, suurempia ja pienempiä. Toiminnan jälkeinen purku antaa harjoitteille lisää syvyyttä ja mahdollistaa ratkaisujen siirtymisen tavalliseen elämään. (Kataja, Jaakkola, Liukkonen 2011, 30.)

Käytän harjoituksissa yhteistoiminnallista ja kokemuksellista oppimista. Näiden oppimismenetelmien avulla nuoret ratkaisevat yhdessä ongelmia, tuovat esille omia kykyjään ja taitojaan. He oppivat itsestään ja toisistaan. Harjoitteet sisältävät myös leikkiä ja muunnellun swot-analyysin, jolla omia vahvuuksia tuodaan esiin. Rentoutusharjoitteet kuuluvat osana jokaista kertaa, jolloin rauhoitutaan ja pyritään löytämään oma

rauha kaiken tekemisen jälkeen. Jokaisella kerralla kaikessa tekemisessä virittäytymisestä loppurentoutumiseen näkyy yhteistoiminnallinen ja kokemuksellinen oppiminen.

Kaikki harjoitteet ovat yhteistoiminnan ja kokemuksellisen oppimisen menetelmillä toteutettavia harjoitteita. Niissä ryhmäläisten taidot, kyvyt ja vuorovaikutus tulevat esille vahvasti. Yhteistoiminnallisen oppimisen vahvuutena on Aallon (2000, 280) mukaan jaettu onnistumisen kokemus, hyväksytyksi tuleminen tunne ja ilo. Yhteiset tekemiset, joissa onnistutaan oivaltamaan, ratkaisemaan ongelmia tarjoavat hauskoja hetkiä jokaiselle. Ryhmässä toiminen voi tuoda esille uusia puolia, jotka eivät välttämättä arjessa näyttäyty. Tämän piirteen voi kokemuksen jälkeen tuoda myös arkielämään. Yhteistoiminnalliset harjoitteet tuovat esille myös tunteita onnistuminen, pettymykset, turhautuminen, ilo ja vaikeus. Näiden kokeminen muiden kanssa helpottaa niiden purkamista. Harjoitteisiin liittyy tavallisesti ongelmanratkaisutilanne. (Aalto 2000, 280-281). Mielestäni näihin harjoituksiin liittyy myös vahvasti kokemuksellinen oppiminen. Näiden harjoitusten avulla edistetään yksilön henkistä kasvua, minän tuntemusta ja roolituntemusta. Aikaisemmat kokemukset tämän tyyppisistä tehtävistä antavat pohjan kehittymiselle. Jokainen voi saada uuden oppimisoivalluksen näistä harjoitteista. (Kataja ym. 2011, 31). Itsetuntoon ja omien tavoitteita määrittelevät harjoituksen perustuvat kokemukselliselle oppimiselle. Ajatuksena on, miten nuoret näkevät itsensä myönteisessä näkökulmassa. Se perustuu aiemmin opitulle, mutta myös uusien asioiden oivaltamiselle. He pohtivat omia hyviä puolia ja tavoitteita myönteisen kautta.

Jokaisen toiminnallisen kerran alkuun olen suunnitellut muutaman virittäytymisharjoitteen. Tämän tavoitteena minulla on saada nuoret motivoitumaan ja innostumaan toiminnasta kuten Aalto (2000, 171) kirjassaan toteaa, lämmittelyharjoitteet auttavat ryhmää virittäytymään. Siinä voi käsitellä jo tulevaa teemaa, jotta ryhmän mieli suuntautuu sitä kohti. Harjoitteena voi toimia jokin ryhmälle tuttu tehtävä tai teeman mukaan keksitty. Se voi olla hyvin lyhyt tai moniosainen harjoite. (Aalto 2000, 171). Olen käyttänyt virittäytymisharjoitteina teemaan liittyviä tehtäviä, mutta myös täysin ulkopuolisia motivaatio ja innostuspohjalta olevia harjoitteita, joilla toivon saavani nuorten kiinnostuksen heräämään. Ne ovat hyvin leikin omaisia, mutta Kataja ym. (2011, 33) kirjoittaa leikin aktivoivan kaiken ikäisiä, herättävän tunteita ja antaa tilaisuuden sosiaalisten taitojen harjoittamiselle. Toisella kerralla, jolloin etsitään omia vahvuuksia ja vahvistetaan itsetuntoa, virittäytymisharjoitukset ovat hyvin vahvasti

teemaan liittyviä kuin myös luottamukseen liittyvällä kolmannella toiminnallisella kerralla. Ensimmäisellä kerralla lähinnä leikinomaisesti pyrin saamaan nuoret mukaan toimintaan.

Virittäytymisharjoitteet, joilla innostan nuoria mukaan perustuvat yhteistoiminnalliselle oppimiselle. Niissä kaikki ovat mukana ja kaikkien panosta tarvitaan. Yhteistoiminnallinen oppiminen tarkoittaa tässä opinnäytetyössä yhdessä tekemistä jokaisen vahvuuksien hyödyntämistä, jolloin saavutetaan yhteinen onnistumisen kokemus. Jokainen huomaa omat sekä muiden vahvuudet ja yhteistyön voiman ongelmienratkaisemisessa. Tarkoituksena on tuottaa jokaiselle iloa yhdessä onnistumisen kautta. Jokainen on tärkeä ryhmän jäsen. Tämä näkyy kaikessa tekemisessä niin virittäytymisharjoitteissa, leikeissä kuin itse toiminnassa.

Kokemuksellisella oppimisella tässä opinnäytetyössä ymmärrän oppimisen jatkuvuuden ja päälle rakentumisen. Uskon siihen, että ihminen oppii koko ajan ja opitun kokemuksella pystyy soveltamaan ja ratkaisemaan erilaisia ongelmia. Ihminen rakentaa koko ajan oppimaansa edellisen päälle. Tämän kaltaisesta oppimisesta on nuorille hyötyä tulevaisuudessa, jos he onnistuvat siirtämään onnistumisen kokemukset arkielämään. Kokemuksellisen oppimisen avulla on hyvä käydä läpi omia vahvuuksia ja taitoja sekä tehdä ongelmanratkaisuharjoitteita. Luottamusharjoitteet liittyvät kokemukselliseen oppimiseen vahvasti mielestäni.

Halusin tuoda viimeiselle kerralle luottamusharjoitteita, jotta nuoret saisivat luottamisen elämyksen ja hienon tunteen. Nämä harjoitteet ovat helppoja alkuluottamuksen luovia harjoitteita. Luottamus lähtee pienistä asioista ja sitä kehitetään pienin askelin. Tavoitteena oli saada heti onnistumisen tunne. Näistä on mielestäni hyvä lähteä liikkeelle ja nuoret saavat näistä oivalluksia omaan elämäänsä. Luottamusharjoitteet lisäävät ryhmän turvallisuutta, osoittavat toisilleen luottamusta ja tulevat toisten luottamuksen arvoisiksi (Aalto 2000, 363). Kataja ym. (2011, 72) kirjoittavat luottamusharjoitteiden tärkeimmän asian olevan turvallisuuden tunteen sekä oikeanlainen kannustus ja palaute onnistuneesta suorituksesta. Heidän mukaansa liikkeelle kannattaa lähteä helpoista ja turvallisista harjoituksista, aivan kuten minä olen ajatellut.

Ryhmässä tapahtuva vuorovaikutus tarvitsee onnistuakseen paljon henkistä läsnäoloa ja keskittymistä (Katajala ym. 2011, 104). Tämän takia olen jokaisen kerran lopuksi

valinnut yhden rentoutumisharjoituksen. Rentoutumisharjoitukset antavat ryhmälle yhteisöllisyyden tunnetta, joka on harjoitusten onnistumisen kannalta hyväksi. Harjoituksissa pyritään sulkemaan ulos häiriötekijät. Tällaisiin harjoituksiin liittyy usein mielikuvat ja liikkeet. Rentoutumisharjoituksella voi kääntää ryhmän mielialaa positiiviseksi ja motivoida osallistujia sekä poistaa stressiä ja jännitystä. (Katajala ym. 2011, 104.) Rentoutumista voidaan tehdä myös aluksi, mutta olen valinnut rauhoittamisen ja stressin poiston loppuun, koska tämän tyyppiset toiminnalliset harjoitukset voivat olla nuorille kuormittavia koko aikaisen vuorovaikutuksen takia.

4.3 Toteutuksen suunnittelu

Pilotoinnin kohderyhmänä toimivat JOPO-oppilaat, joita on kuuden hengen ryhmä. Heidän kanssaan tein harjoituksia kolmena päivänä marraskuussa 2014. Harjoituksia toteutettiin myös neljäs kerta. Se toteutettiin TEKVA-ryhmän kanssa, joita on 12 oppilasta. Heidän kanssaan tein ensimmäisen toiminnallisen kerran uudelleen. Halusimme nähdä, miten harjoitukset toimivat erilaisen hieman suuremman ryhmän kanssa. Kohderyhmä valikoitui Startin työvalmentajien avustuksella. JOPO-oppilaat käyvät heillä työssäoppimassa kerran viikossa. Näin ollen kohderyhmä oli luonnollinen, kun heitä varmasti oli paikalla useampi kerran viikossa. TEKVA-ryhmä tuli hieman yllättäen opettajan pyynnöstä, mutta sopi tähän pilotointiin oikein hyvin nuorten iän ja hieman suuremman ryhmäkoon takia.

JOPO on joustavan perusopetuksen ryhmä, joissa opiskelu toteutetaan 10 oppilaan pienryhmissä, joissa on 7.-9. luokkalaisia. Opetuksen tarkoituksena on ehkäistä koulun keskeyttäminen. Oppilaille luodaan yksilöllisistä elämäntilanteista lähteviä opetusjärjestelyitä, toiminnallisia ja työpainotteisia opetus- ja työmuotoja. (OKM 1.) TEKVA koulutus on tarkoitettu nuorilla, joilla ei ole peruskoulun jälkeistä opiskelupaikkaa. Koulutuksen tarkoituksena on antaa valmiuksia nuorille, jotta he kykenevät sen jälkeen hakeutumaan edellytyksiensä mukaiseen ammatilliseen peruskoulutukseen. TEKVA on suunnattu erityisesti niille, jotka haluavat parantaa valmiuksiaan tekniikan, liikenteen tai luonnonvara-ala opintoihin. Opinnot sisältävät koulutuskokeiluja ja työharjoittelua. (KSAO 2014)

Lähdin suunnittelemaan toukokuussa 2014 opinnäytetyötäni, jolloin vierailin Startin työvalmentajien luona kyselemässä heidän tarpeitaan. Olin valmiiksi miettinyt niin

kehittämishankkeita. Kysyin ensin heidän tarpeitaan ja sitten esittelin omia ehdotuksiani. Mietimme pitkään valintaa yhden tutkimushankkeen ja tämän kehittämishankkeen välillä. Lopulta päädyimme kehittämishankkeeseen, jossa teen nuorille toiminnallisia tuokioita. Tein aluksi elokuussa 2014 kehittämishankkeen suunnitelmaa ja syksyn aikana aloin työstämään kolmea puolentoista tunnin mittaisia toiminnallisia tuokioita, jotka ovat liitteenä tässä työssä (liite 2). Saatuaani nämä tuokioiden suhteellisen valmiiksi, otin yhteyttä Startin yksilö- ja työvalmentajaan ja kyseilin heidän mielipidettään harjoituksista sekä konsultoin ohjaavaa opettajaani. Näiden mielipiteiden pohjalta työstin tuokioita vielä eteenpäin.

Tuokioihin valitsin itselleni suhteellisen tuttuja toiminnallisia harjoituksia. Olin siis joko ollut itse tekemässä harjoituksia käytännössä tai ollut katsomassa, kun harjoituksia toteutetaan. Omien kokemusten ja erilaisten kirjojen pohjalta suunnittelin kolme toiminnallista kertaa, jotka koostuvat virittäytymisestä, toiminnasta, rentoutumisesta ja reflektoinnista. Halusin, että harjoitukset ovat minulle tuttuja, jotta tiedän, mitä odottaa nuorilta. Mielestäni tällöin pystyn tukemaan ja ohjaamaan heitä paremmin. Minulla on myös muutama ylimääräinen harjoitus menetelmäkansioon laitettavaksi, joita ei toiminnallisiin kertoihin tullut.

Harjoituksia suunnitellessa päätin ensin kolme isoa teemaa, joiden ympärille lähdin kokoamaan harjoituksia. Ensimmäinen teema oli yhteistyö ja ongelmanratkaisu, jotka ovat suuri osa sosiaalisen vuorovaikutuksen taitoja. Yhteistyö on myös tärkein taito työelämässä nuorten kannalta. Tämän takia lähdin sen ympärille suunnittelemaan harjoituksia. Yhteistoiminnallinen oppiminen ja onnistumisen kokemukset liittyvät yhteistyöhön myös vahvasti, joten se valikoitui menetelmäksi luonnollisesti. Kaikissa yhteistyö teeman harjoituksissa tarvitaan toista nuorta onnistumisen saavuttamiseksi. Yhteistyö harjoituksiin liittyy vahvasti ongelmanratkaisu, yhdessä pohditaan ongelmaa ja pyritään löytämään tavoitteeseen sopiva ratkaisu. Olen yhdistänyt ongelmanratkaisutaito harjoitukset yhteistyö harjoituksiin.

Seuraava teema oli itsetunto, jonka koen nuorille hyvin tärkeäksi ja elämää kantavaksi teemaksi. Suomalaisilla yleisesti on huono itsetunto, jonka takia sitä on hyvä lähteä muuttamaan positiiviseen suuntaan. Kokemuksellisella oppimisella nuorten itsetuntoa voidaan kehittää hyvään suuntaan. Nuoret pohtivat omia vahvuuksiaan, onnistumisiaan ja haaveitaan yksin ja yhdessä. Näin sain myös hieman yhteistoiminnallisen op-

pimisen mukaan toimintaan. Viimeisen kerran yhteistyö ja luottamus teema yhdisti niin kokemuksellista kuin yhteistoiminnallista oppimista.

Harjoitusten suunnittelun jälkeen aloin työstää erilaisia materiaaleja harjoituksia varten. Tein palautekuvia pahveille, muokkasin hiihtosauvoja sopiviksi harjoitukseen, tein adjektiivilappuja sekä paljon muuta materiaalia. Aloitin yksi toiminnallinen kerta kerrallaan askartelun ja tavaroiden hankinnan. Minulla oli kaikki hyvin suunniteltuna ja tehtynä ennen ensimmäisen kerran alkamista.

Tätä ennen laitoin info-kirjeen JOPO-luokan opettajalle (liite 1), jotta hän tietää, mitä nuoret tulevat tekemään Startissa marraskuun perjantaisin. Opettaja otti asian hyvin vastaan ja pyysi, että kaikki luokkansa oppilaat pääsisivät osallistumaan toimintaan, joten sain nuoria kuusi ryhmääni. Opettajan toiveesta vierailin ryhmän luona edellisellä perjantaina ennen harjoitusten pitämistä. Näin oppilaat pääsivät tutustumaan minuun ja kerroin heille, mitä seuraavan viikon perjantaina teen heidän kanssaan. Jokainen sai kysyä mieltä askarruttavia kysymyksiä. Näin heitä ei jännittä niin paljon tulevat harjoitukset. Tämä oli minulle myös hyvä, koska näin ryhmän ja nuoret.

Nuorten mielipide on arvokas, joten minun oli kehitettävä hyvä ja luonteva keino saada nuorten ääni esille. Viimeisen toiminnallisen kerran jälkeen olen suunnitellut kysyvänä nuorilta palautetta harjoituksista ja niiden soveltumisesta nuorille sekä starttivalmennuksen toiminnan osana olemisesta tulevaisuudessa. Olen myös suunnitellut muutamien kysymyksen jokaisen kerran jälkeen. (liite 3) Näihin kysymyksiin nuoret vastaavat post-it-lapuilla. Olen suunnitellut, että nuoret liimaisivat laput kysymyksen alle ja pyydän heitä perustelemaan vastauksensa.

Tärkein mielipide toiminnan soveltumisesta starttivalmennukseen tulee työvalmentajilta. He arvioivat oman työnsä näkökulmasta harjoitteiden soveltumista heille sekä nuorille. Palautetta olen suunnitellut kerääväni työvalmentajilta joulukuun aikana avoimella haastattelulla, jossa käymme läpi prosessia, onnistumista, hyödyntämistä ja kehittämisideoita. Tämän jälkeen analysoin tuloksia saamaani palautteen perusteella. Pyrin huomioimaan nuorten mielipiteen, mutta pääpaino on työvalmentajien anamalla palautteella, koska tämä on heidän työvälineensä jatkossa. Näiden perusteella arvioin opinnäytetyöni onnistumista. Pyrin myös pohtimaan kehittämisideoita jatkoa ajatellen.

4.4 Toiminnallinen kerta 1 käytännössä

Ensimmäisen kerran kaikki harjoitukset liittyivät yhteistyöhön, jolloin yhteistoiminnallinen oppiminen oli vahvasti esillä. Yhteistyöharjoituksilla oppii tuntemaan omia taitojaan ja vahvuuksiaan sekä havaitsee myös muiden mukana olijoiden vahvuuksia. Se opettaa nuorille taitoja, joita yhteistyössä tarvitaan sekä havainnoimaan erilaisten ihmisten tärkeyden, toinen ihminen voi korvata toisen heikkouden. Nuoret oppivat kuuntelemaan toisiaan ja noudattamaan toisten antamia ohjeita sekä antamaan itse neuvoja. (Valkeapää 2011, 13.) Yhteistyötaidot ovat tämän hetken yhteiskunnan opiskelu- ja työelämässä tärkeimpiä ja arvostetuimpia taitoja, joten niitä on hyvä vahvistaa pikku hiljaa.

Ensimmäinen kerta oli 14.11.2014 JOPO-ryhmän kanssa. Heitä oli paikalla kuusi nuorta, 5 poikaa ja 1 tyttö. Nuorten taustat olivat erilaisia keskenään, luokassa oli mm. maahanmuuttaja ja keskittymishäiriöinen. He olivat mennessäni koululle levottomalla mielialalla. Päätin aloittaa harjoituksen sen takia rentoutuksella. Kuuntelimme rauhallisen kappaleen ja otimme omaa aikaa. Tämän jälkeen nuoret olivat rauhallisempia ja valmiita keskittymään harjoituksiin. Aloitimme virittäytymällä toimintaan. Teimme kaksi virittäytymisharjoitusta, joilla sain nuoret hyvin mukaan toimintaan. Harjoitukset olivat fiilispiiri ja pystytäänkö vielä parempaan?. Fiilispiirissä teimme tuoleista piirin ja yksi jäi keskelle. Keskellä olija esitti kysymyksen esimerkiksi Kuka on ollut iloinen tänään? Iloisella mielellä olleet vaihtoivat paikkaa ja keskellä olija yritti ehtiä paikalle. Voidaanko vielä parantaa? –harjoituksessa oli tarkoituksena hyödyntää ryhmän jokaista jäsentä ja tuoda kaikki esiin sekä saada yhteinen onnistumisen kokemus helpolla tavalla. Harjoituksessa siirsimme kynää piirissä ja otimme aikaa. Yritimme olla kerta kerralta nopeampia.

Näiden jälkeen haastoimme yhteistyöllä maan vetovoimaa hiihtosauvojen kanssa ja kokosimme voimatornia. Sauvojen kanssa he eivät aluksi uskoneet yhteiseen tekemiseen, joten jaoin heidät vielä pienempään ryhmään, jolloin he huomasivat tehtävän olevan mahdollinen. Tämän jälkeen se onnistui isollakin porukalla. Voimatornia tehdessä nuorilla meinasi muutaman kerran karata keskittyminen, mutta sain heidät kannustettua hyvin mukaan. He eivät meinanneet uskoa omaan tekemiseensä ja kaipasivat ajoittain motivointia. Lopulta torni saatiin kokonaisuudessaan pystyyn, mikä oli hieno suoritus. Nämä harjoitukset onnistuivat hyvin ja he lopulta jaksoivat keskittyä loppuun

asti. Näissä harjoituksissa yhteistoiminnallinen oppiminen ja ryhmänä tekeminen olivat tärkeitä. Jokaisen vahvuudet pääsivät esille. Kaikki onnistuivat porukkana eikä ketään syytelty tai nosteltu esille. Epäonnistuminen pystyttiin porukalla voittamaan tästä tuli onnistuminen ja hyvä mieli kaikille.

Lopuksi viimeisenä harjoituksena nuoret kilpailivat joukkueina paperitornin rakentamisessa. Tässä huomasi muutaman keskittymisen jo herpaantuvan. Toinen joukkue kuitenkin sai aikaisiksi todella hienon ja korkean tornin, joka pysyi hyvin pystyssä. He tekivät sitä yhteistyössä, joka oli tärkeintä. Toisessa joukkueessa esiintyi hieman levottomuutta ja yksin yrittämistä, joka aiheutti myös hieman turhautumista. Kaikkien harjoitteiden jälkeen nuoret valitsivat toimintakertaa ja harjoituksia kuvastaneen kuvan, jonka avulla he kertoivat mielialastaan. Osa onnistui sanottamaan hyvinkin kuvan tarkoituksen, mutta muutamalle se tuotti vaikeuksia. Tämän jälkeen keräsin vielä nuorilta palautteen kerrasta ja kehittämisehdotuksia.

Kokonaisuudessaan minusta tämä kerta onnistui hyvin, jopa odotuksia paremmin. Minulla oli koko kerran ajan hyvä fiilis. Aluksi minua jännitti ja ehkä hieman hirvitti, kun nuoret olivat tullessani niin levottomia. Onneksi he kuitenkin rauhoittuivat ja maltoivat keskittyä harjoituksiin. Pystyin itse olemaan rento, iloinen ja kannustava nuoria kohtaan. Olin itse hyvin tyytyväinen ja nuoretkin vaikuttivat innokkailta ja iloisilta. Heille jäi hyvä mieli lähteä kotiin ja odottamaan ensi viikkoa. Minäkin jäin innolla odottamaan ensi kertaa ja TEKVA-ryhmän kanssa tehtäviä harjoituksia.

TEKVA-ryhmän kanssa pidin tuominnallisen tuokion 19.11.2014. Olin edellisenä päivänä käynyt esittäytymässä ja kertomassa tulevasta nuorille. Nuoria oli paikalla 9, 6 poikaa ja 3 tyttöä. Taustalla nuorilla oli erilaisia oppimisvaikeuksia, aspergeria ja keskittymishäiriöitä. He eivät olleet alkuun kovin innostuneita, joku mainitsikin, että tehdään tää nopeest, niin sit on ohi. Tämän en antanut itseäni häiritä. Aloitin soittamalla kappaleen, jotta saan heidät orientoitumaan tulevaan. Tämän jälkeen teimme fiilispiirin ja voidaanko vielä parantaa? –harjoituksen. Näissä toiminta oli aika jähmeää ja muutama suhtautui harjoituksiin todella negatiivisesti ja passiivisesti. Yritin heitä kannustaa mukaan toimintaan yhdessä muiden kanssa. Nuoret olivat aika arkoja ja hiljaisia näissä harjoituksissa, osa hieman ihmetteli touhua.

Varsinainen toiminta aloitettiin jakamalla ryhmä kahteen. Näissä ryhmissä he yrittivät saada sauvan maahan etusormien varassa. Tähän tehtävään he innostuivat ja molemmat ryhmät onnistuivat tosi hyvin. Sen jälkeen he tekivät saman koko ryhmänä, joka on huomattavasti vaikeampaa, koska ihmisiä on enemmän. Tässä alkuun nuorilla ei meinannut kärsivällisyys riittää. He eivät itse kovin aktiivisesti ruvenneet neuvomaan ja keksimään ratkaisuja, joten minä alkuun kannustin ja pyrin antamaan vinkkejä. Siirsinkin kuitenkin päätöksen teon nuorille itselleen. Lopulta he oivalsivat yhteistyön ja saivat onnistuneen harjoituksen. Heidän oivallettua yhteistyön merkityksen tässä harjoituksessa oli helppo siirtyä seuraavaan harjoitukseen, joka oli voimatorni. Tämä sujui erittäin hyvin. Nuoret neuvoivat toisiaan ja pohtivat oikeita ratkaisuja, miten edetä ja tehdä oikein. Nuoret saivat tornin kansaan, mikä sai ryhmään hyvän fiiliksen. Viimeiseksi rakensimme kolmessa ryhmässä paperitornin. Jaoin heidät sattumanvaraisesti, josta sain suoraa palautetta yhdeltä nuorelta, että ryhmä on surkea. Pyrin saamaan hänet ja hänen ryhmänsä positiiviselle asenteelle ja kehotin yhteistyöhön, jotta homma onnistuu. Lopulta saimme hienoja torneja jokaiselta ryhmältä.

Pyrin kyselemään jokaisen tehtävään jälkeen tuntemuksia ja sitä oliko tehtävä vaikeaa ja mitä siinä tapahtui. Lopuksi nuoret valitsivat toimintakertaa kuvastaneen kuvan, jotka kävimme yhdessä läpi. Nuorilta tämä onnistui hyvin ja sain syvällisiä vastauksia miksi nuori valitsi kuvan. Tämä oli mielestäni erittäin onnistunut kerta. Nuoret olivat iloisia ja pirteitä tämän jälkeen verrattuna aloitus hetkeen.

4.5 Toiminnallinen kerta 2 käytännössä

Tällä kerralla suurena teemana oli itsetunto. Teema on mielestäni hyvin ajankohtainen ja vaatii huomiota juuri myönteisestä näkökulmasta. Mielestäni nuoret löytävät helposti omat heikkoutensa, mutta heidän on todella vaikea pohtia omia hyviä puolia. Salonen (2006) kirjoittaa, että tutkimusten mukaan useilla lapsilla on haavoittunut ja heikko identiteetti. Tutkimukset myös osoittavat suomalaisilla nuorilla olevan heikommat sosiaaliset taidot ja huonompi itsetunto kuin muiden maiden nuorilla. Huonon itsetunnon omaavan nuoren kohdatessa kannattaa pohtia nuoren kanssa yhdessä ja tukea häntä, jolloin hänelle tulee arvokkaana olemisen tunne. Etenkin nuorelle kannustaminen, keskustelu, kehuminen ja kuuntelua aikuiselta on tärkeää itsetunnon kannalta. Hyvä itsetunto on rohkeutta olla itsensä ja tunnistaa sekä omat vahvuudet että heikkoudet, jolloin nuori kokee elämänsä arvokkaaksi ja tunnistaa omat kyvyt. Hän

pystyy kertomaan millainen on, miten hyvä on ja millaisia tavoitteita tai osaamista omaa. Itsetunto muodostuu kokemuksen kautta. Se jakautuu kahteen sisäiseen käsitykseen itsestä ja siihen, mitä haluamme kertoa muille. (Salonen 2006, 6-9.)

Teimme ensin kaksi virittäytymisharjoitusta. Nuoret saivat käyttää mielikuvitustaan keksiessään tavallisille esineille kuten tiskiharjalle ja munakennolle uusia käyttötarkoituksia. Tämä oli nuorille aluksia vähän hankalaa, mutta lopulta he uskalsivat rohkeasti keksiä uusia ideoita. Tämän jälkeen piirsimme ”kadonnutta kuvaa”. Tästä nuoret tykkäsivät, vaikka keskittyminen ei meinannut oikein onnistua. Olin piirtänyt pape-reille hyvin yksinkertaisia kuvia esim. sieni, talo ja tikku-ukko, joita he piirsivät eteenpäin ensimmäiselle, jolla oli paperi.

Näiden jälkeen siirryimme itse päätoimintaan ja itsensä pohtimiseen. Ensin teimme adjektiivien työskentelyä, jota hieman helpotin, koska nuorille oli niin vaikea keksiä itsestään hyviä adjektiiveja. He saivat vaihtokaupan sijaan valita itselleen sopivat adjektiivit kaikista pöydällä olleista. Tämäkin oli toisille liian vaikeaa, jolloin muut pyrkivät auttamaan. Lopuksi kävimme läpi, mitä ja miksi he olivat ottaneet ne adjektiivit. Monelle tämä tehtävä osoittautui vaikeaksi, ainakin näin ryhmän kanssa tehtynä. Seuraavaksi kävimme erilaisten kysymysten ja esineiden kautta läpi nuorten vahvuuksia, haaveita ja onnistumisia. (liite 4) Tämä oli hieman helpompi kuin edellinen tehtävä. Kävimme yhdessä jokaisen kysymyksen jälkeen läpi, miksi he olivat ottaneet juuri sen esineen.

Tämän jälkeen teimme vielä swot-analyysiä mukaillen itsestä analyysin, jossa oli vahvuudet, haaveet, onnistumiset ja tärkeät asiat. Tämä oli osalle helppo ja muutamalle hyvinkin vaikea tehtävä. Kaikki kuitenkin saivat jokaisen kohtaan edes yhden asian, joka on jo saavutus. Huomasin nuorten osittain vetävän leikiksi nämä tehtävät, mutta se varmasti johtuu siitä, että nuorten on vaikea keksiä ja nähdä itsensä positiivisessa valossa. Monelle on vaikeaa tuottaa itselleen tärkeitä asioita ja kertoa omista onnistumisistaan.

Tämän kerran harjoitukset olivat toimivia. Niitä voisi soveltaa hyvin yksilöohjaukseen tai muutaman nuoren kanssa tehtävään työskentelyyn, jossa etsittäisiin itsestä myönteisiä asioita. Näitä voisi myös käyttää yksittäisinä harjoituksina työpajalla. Kohde-ryhmä huomioiden olen ihan tyytyväinen tähän kokonaisuuteen.

4.6 Toiminnallinen kerta 3 käytännössä

Kolmas ja viimeinen toiminnallinen kerta oli 27.11. JOPO-oppilaiden kanssa. Harjoituksia oli tällä kertaa liittyen yhteistyöhön ja luottamukseen. Nuoren on mielestäni tärkeä oppia luottamaan muihin ihmisiin pärjätäkseen elämässään. Aloitimme virittämisharjoituksista, jotka sujuivat hyvin. Nuoret tekivät aika nopeasti solmun sekä siihen lisäyksenä piirin kääntö harjoitukset. Näissä ongelmanratkaisu nousi yhteistyön lisäksi pääosaan. Nuoret keskustelemalla avasivat heidän käsistään tehdyn solmun, jossa jokainen pujotteli toisten käsien välistä. Piirin käännössä nuoret pitivät toisiaan käsistään kiinni selkä keskelle päin ja käänsivät kasvot ja kädet suoraksi piirin keskelle. Näihin he jaksoivat keskittyä ja yhteistyö oli hyvää, jonka takia he onnistuivat todella hyvin ja mikä parasta he olivat oppineet keskustelemaan, mitä tehdään.

Näiden jälkeen menimme laskukone –harjoitukseen, jota olin suunnitellut pitkään ja miettinyt heille sopivaa numero määrää ja aikaa. Tässä kohtaa käytännössä huomasin, että numeroita oli liian vähän, niitä olisi voinut olla enemmän. He suorittivat sen helposti kummempia ihmettelemättä. He kuitenkin innostuivat siitä ja jokainen halusi kokeilla tehtävää, joten vähän muunnellen teimme sitä useamman kerran. Olin suhteellisen tyytyväinen tehtävään, vaikka huomasinkin tehneeni siitä liian helpon. Heidän tarkoituksenaan oli yhdessä koskea 40 sekunnin aikana 20 numeroon, jotka olivat lattialle tehdyn ympyrän sisällä.

Näiden jälkeen teimme luottamukseen liittyviä harjoituksia. Olimme aiemmin tehneen kokonaisen kerran yhteistyöhön liittyviä harjoituksia ja tänäänkin alkuun monta yhteistyötä vaativaa harjoitusta, joten ajattelin luottamusharjoitusten sopivan tähän kohtaan. Muutama oli todella innoissaan kokeilemassa näitä harjoituksia. Kaikki tekivät johdatus tehtävän, jossa toinen oli silmät kiinni ja toinen johdatti toista ympäri tilaa. Tämä oli helppo ja turvallinen luottamusharjoitus niin kuin kaikki muutkin, mitä tein heidän kanssaan. Seuraavana teimme heiluria, jossa teimme yhdessä tiiviin piirin ja yksi oli keskellä heijattavana. Tähän osallistui kaksi nuorta innoissaan ja he tykkäsivät harjoituksesta, jossa he pääsivät myös kokeilemaan kolmestaan tehtävää heiluria. Muutama nuorista ei uskaltanut kokeilla. Enkä halunnut pakottaa, koska kyse on henkilökohtaisesta koskettamisesta sekä myös muihin luottamisesta. Viimeisenä luottamusharjoituksena teimme vielä seinäjuoksun, jossa yksi tulee kohti seinää ja muut muodostavat käsistään seinän. Tähän harjoitukseen sain kaikki mukaan, mikä oli hyvä

juttu. Näiden harjoitusten välissä ja jälkeen kyselin nuorista kovasti, miltä tuntui ja millainen olo jäi, jotta tiedän, ettei kenellekään jää paha mieli tai jokin askarruttamaan mieltä.

Näiden jälkeen kokoonnuimme vielä yhden ison paperin ympärille ja teimme yhdessä taidetta. Laitoin taustalle musiikkia ja annoin nuorille luvan piirtää kuunnellen musiikkia ja antaen kynän ja mielen piirtää. Vaihdoin paikkaa aina neljän minuutin välein, jolloin jokainen sai antaa oman panoksensa jokaiseen kohtaan paperia. Tätä nuoret ehkä aluksi hieman ihmettelivät, mutta lopulta pääsivät vauhtiin ja tekivät mielellään, eikä se lopulta esittänyt suuremmin mitään, kuten oli tarkoituskin. Näin he pääsivät rentoutumaan ja tekemään jotakin kivaa vielä lopuksi, koska luottamusharjoitukset olivat heille rankkoja.

Tämän kerran jälkeen ja sen aikana mietin, että ei ollut kovin onnistunut kerta. Minulle jäi itselleni aika levoton olo. Nyt kuitenkin tätä miettiessä ja kertaa tarkemmin käydessä uudestaan läpi se oli suhteellisen onnistunut huomioiden kohderyhmä ja luottamuksen saavuttamisen vaikeus. Harjoitukset olivat vaikeita ja kaikkia ei voinut pakottaa tekemään asioita, joista he eivät tykkää. Tänään kaikkia harjoituksia kokeiltiin ja näin niiden toimivuuden. Opin myös itsekin uusia näkökulmia luottamuksesta.

4.7 Tuotoksena menetelmäkansio

Näistä kaikista harjoitteista, joita olen pilotointi kerroilla käyttänyt, kokoon menetelmäkansion (liite 5). Kansion tarkoituksena on olla työvalmentajille ideapankki nuorten kanssa työskentelyyn. He voivat ottaa kansion harjoituksista ideoita työskentelyyn. Harjoitukset ovat valmiiksi käytettäviä kohderyhmälle, mutta niitä voi myös soveltaa yksilöiden ja ryhmän mukaan. Kansion tärkein tehtävä on toimia pohjana, josta saa ideoita. Harjoituksista voi muodostaa isompia kokonaisuuksia harjoitellessa nuorten kanssa sosiaalisen vuorovaikutuksen taitoja. Harjoituksia on myös helppo käyttää yksittäisinä harjoitteina niin yksilön kuin ryhmän kanssa.

Kansio on jaettu teemojen mukaan selkeästi omien otsikoiden alle. Kansion aloittavat innostavat ja motivoivat virittäytymisharjoitteet. Nämä ovat nopeita toteuttaa ja sopivat jonkin isomman toiminnan alkuun innostamaan ja herättelemään nuoria mukaan toimintaan. Tämän jälkeen kansiossa on teemat yhteistyö ja ongelmanratkaisu, itsetun-

to ja luottamus. Yhteistyö ja ongelmanratkaisu harjoituksissa tarvitaan kaikkien ryhmäläisten panosta. Tämä yhteistoiminnallinen oppiminen auttaa nuoria huomaamaan jokaisen omat vahvuudet ja yhteistyön merkityksen. Nämä harjoitteet ovat myös kokemuksellista oppimista parhaimmillaan, koska niihin voi soveltaa arkielämän taitoja ja niissä tulleita oivalluksia nuoret vievät omaan elämäänsä Startin ulkopuolelle.

Itsetunto harjoitukset ovat enemmän yksilötyöskentelyyn tarkoitettuja. Niissä lähde-tään myönteisen asenteen kautta hakemaan omia vahvuuksia ja onnistumisia. Näitä on helpompi käydä läpi yhdessä työvalmentajan kanssa. Harjoitukset perustuvat kokemukselliseen oppimiseen. Itsetunto muodostuu aiemmin opitun perusteella ja aiempi kokemus muokkaa sitä. Nuorten on tärkeä osata katsoa itseään myönteisessä valossa. Helppoja ja turvallisia luottamusharjoitteita on kansiossa muutamia. Näiden harjoitteiden avulla on helppo oppi luottamaan muihin nuoriin. Näihin ei kuitenkaan voi nuorta pakottaa, mutta harjoitteita voi soveltaa helpommaksi ja lähteä hyvin matalasta luottamustasosta liikkeelle ryhmän kanssa.

Lopuksi kansiossa on purku harjoituksia, joilla on helppo saada nuorten mielipideharjoituksesta. Harjoitukset on tärkeä purkaa ja keskustella nuorten kanssa läpi, jotta he ymmärtävät mistä oli kyse ja ettei ketään jää vaivaamaan jonkin asia. Nämä kansioon kerätyt purut ovat hyvin lyhyitä ja yksinkertaisia, joten ne ovat nuorille hyviä esimerkiksi itseään voi ilmaista kuvan avulla.

5 TULOKSET

5.1 Tavoitteen toteutuminen

Opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää Parik-säätiön Startin toimintaa, jonka avulla työvalmentajat saisivat uusia ideoita toimia nuorten kanssa jatkossa. Tätä tavoitetta lähdin toteuttamaan starttivalmennuksen nuorille tärkeiden tavoitteiden, sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kautta. Tämän teeman sisältä valitsin Startin tavoitteisiin liittyen yhteistyön, ongelmanratkaisun, itsetunnon, luottamuksen ja sietämisen harjoitusten kantaviksi teemoiksi. Harjoituksista muodostin kolme pilotointi kertaa, jotta näen toimivatko tämän tyyppiset harjoitukset kyseisellä kohderyhmällä.

Pilotoinnin jälkeen konkreettisena tuotoksena työvalmentajien käyttöön jää menetelmäkansio, johon edellä mainittuihin valittuihin teemoihin liittyvät harjoitukset on koottu helposti löydettäväksi kokonaisuudeksi. Tämän avulla työvalmentajat voivat jatkossa hakea ideoita nuorten kanssa työskennellessään yksilönä tai ryhmänä. Tähän kansioon kerätyt harjoitteet toimivat pohjana, josta työvalmentajat voivat soveltaa kohderyhmän mukaan sopiviksi joko helpottaen tai lisäten haastetta. Kansion harjoituksista voi tehdä kokonaisuuksia tai käyttää yksittäisiä harjoituksia erikseen.

Olen tavoitteiden toteutumisesta, onnistumisesta ja työni hyödyistä keskustellut työvalmentajien kanssa hyvin avoimen keskustelun, jonka perusteella arvioin työtäni. Lisäksi kysyin nuorilta mielipidettä ja arvioin itse onnistumista. Näiden kaikkien perusteella voin sanoa opinnäytetyöni tavoitteen toteutuneen hyvin.

Työvalmentajat ovat tyytyväisiä niin pilotointiin kuin tuotokseenkin. Pilotoinnissa he näkivät, miten kohderyhmä toimii tämän tyyppisissä harjoitteissa. He olivat paikalla toiminnallinen kerta 1:ssä ja toiminnallinen kerta 2:ssa pilotoinnin aikana. He olivat tyytyväisiä ja ehkä hieman yllättyneitäkin myönteisesti näkemäänsä.

”Hyvin onnistui kyllä, mut tarvii myöntää et silloin ihan ekalla kerralla kun tät suunniteltii niin mä en ollu ihan varma et mitä täst tulee. En siis epäilly sinua vaan epäilin ehkä sillee tai varmaan mietin et minkä tyyppisiä ne toiminnalliset jutut on et miten porukka innostuu, mut nyt kun näki ne niin nehän teki tosi innoissaa.”

”Täähän on edenny tosi hyvin... ja myö annettii tosi vapaat kädet. Sä olit niiku tehnyt sellasen kuin halusit tehdä.”

Myös nuorten mielipide onnistumisesta ja toiminnan mielekkyydestä oli myönteistä. Nuoret tykkäsivät siitä, että kaikki osallistuivat ja tehtiin yhteistyössä asioita. Jokaisen kerran jälkeen nuorille jäi myös hyvä mieli ja he lähtivät iloisina kerran jälkeen kotia kohti.

”Hyvää: piti miettiä ja käyttää yhteistyötä”

”Kivaa, kun koko luokka osallistui, ei tarvi parantaa oli kivaa”

”Toiminnassa oli hyvää yhteistyö”

”Kaikki hyvää”

”Hyvää oli, kun aika meni nopee”

”Jäi tosi hyvä fiilis”

”Ihan hyvä fiilis jäi.”

Nuorten mielipiteissä korostui myös tekemisen mielekkyys sen takia, kun ei tarvinnut opiskella kirjoista mitään. Tästä voisinkin päätellä, että nuoret mieluummin opiskelisivat huomaamattaan asioita toiminnan kautta. Nämä sosiaalisen vuorovaikutuksen taidot sopivat hyvin tämmöiseen oppimistapaan.

”Joo oli koska ei tarvi opiskella”

”Ihan semimed koska ei sentään tarvinnut opiskella”

”Oli kivaa olla tekemättä oppiaineita, toimintaa ei tarvi kehittää”

”Hyvää oli ettei tarvinnut opiskella”

Kansioon valitut teemat tulevat suoraan starttivalmennuksen ja Startin omista tavoitteista. Näin ollen työvalmentajat ovat tyytyväisiä teemoihin, vaikkei niistä mitään puhuttukaan, kun sain vapaat kädet luoda sellaisen kokonaisuuden kuin halusin. Ne ovat heidän mielestään ydinasioita heidän työssään nuorten kanssa. Kansio on muutenkin selkeä ja helppolukuinen, jonka ansiosta heidän on helppo sitä hyödyntää perehtymisen jälkeen.

*”Ne on tosi hyviä ihan ydinasioita termeinä siitä mitä me täs niiku te-
hään.”*

”Sillee niiku tosi hyviä et sopii tänne meille.”

*”Kun perehtyy ja lukee niin on hyvä et ne oot jakanut sillee temmoittain,
kun miettii et tulevia ryhmiä niin täytyy vähän kattoo et onks niis joku
teema vai mikä niis on. Ehkä helpommin osaa itekin yhdistää et tää liit-
tyy tähän.”*

Olen itse kokonaisuuteen tyytyväinen. Pilotoinnin toiminnalliset kerrat kokonaisuudessaan menivät hyvin. Voin sanoa niiden onnistuneen. Muutama harjoitus oli nuorille helpompi kuin olin ajatellut ja muutamat vaikeampia. Pidin esimerkiksi solmu ja laskukone harjoituksia vaativampina kuin mitä ne olivat ryhmän kanssa. Olin itse tehnyt laskukoneesta liian helpon. Siihen olisin voinut lisätä numeroita ja tehdä isomman alueen, jossa numerot olivat. Tässä harjoituksessa myös tila tuotti hieman ongelmia, koska ryhmä näki koko ajan numerot. Solmu harjoituksessa nuoret yllättivät minut hyvällä yhteistyöllä ja kommunikaatiolla, jonka ansiosta he ratkaisivat tehtävän nopeasti. Nämä harjoitukset osuivat vielä samalle kerralle, joka testasi minun ohjaajan taitojani, kun aikaa ei mennytäkään niin paljon kuin olin ajatellut.

Toiminnallinen kerta 2, joka käsitteli itsetuntoa oli ryhmälle vaikea. Tiesin sen olevan nuorille haastava, mutta yllätyin kuinka vaikeaa heille oli löytää itsestään myönteisiä adjektiiveja, haaveita, onnistumisia ja tavoitteita. Jouduin sinä kertana muuttamaan monia harjoituksia helpommiksi, jotta pääsimme käsittelemään asioita. Tässä huomasin, että nämä harjoitukset ovat nuorille hyviä, mutta niitä olisi helpompi toteuttaa yksilötyöskentelynä. Siinä pystyisi helpommin ohjaamaan nuoria ja saamaan heidät oikeasti ajattelemaan omia myönteisiä puolia. Nämä itsetuntoon liittyvät harjoitukset vaativat myös paljon aikaa ja keskittymistä. Niitä ei jatkossa kannata ohjata kerralla. Nuorenkin kannalta mielekkäämpää käydä läpi pienempi harjoitus kerrallaan, johon jaksaa keskittyä. Silloin siitä on hyötyä enemmän.

Parhaiten mielestäni onnistuin ensimmäisen kerran suunnittelussa ja toteutuksessa. Yhteistyö ja ongelmanratkaisu teema on helpoin, mutta myös toiminnallisin ja hauskin. Siinä ryhmä pääsi toimimaan yhdessä, jolloin he huomasivat toistensa vahvuudet

ja oppivat kuuntelemaan toisiaan. Toiminnallinen kerta 1 oli erittäin sujuva ja onnistunut kokonaisuus. Kaikilla pysyi mielenkiinto koko ajan. Harjoitukset olivat toimivia yhdessä ja saivat kaikki mukaan. Minusta oli hienoa, kun nuoret olivat iloisia ja tekivät yhteistyötä kaikki huomioiden.

Paperitorni tehtävä osoittautui harjoituksista kaikkein mielenkiintoisimmaksi ohjaajan ja ryhmätoiminnan näkökulmasta. Jaoin ryhmät sattumanvaraisesti ilman ennakkotietoja. Molemmilla toteutuskerroilla sain aikaan yhden ryhmän, joka ei meinannut lähteä toimimaan ryhmänä ollenkaan. Heillä oli yksin yrittämistä, parhaimmillaan kaikki ryhmän jäsenet rakensivat omaa tornia. Ohjaajana yritin vaikuttaa hieman ryhmän toimintaan kehottamalla tekemään yhteistyötä ja yhtä tornia. Toisessa ryhmässä tämä onnistuikin ja korkein torni tuli ryhmältä, jossa jokainen oli aluksi tehnyt omaa rakennelmaa. Yhdistettyään voimansa he saivat hienon ja kestäväen tornin. Mielenkiintoinen tehtävä, joka on jokaisella kerralla ja ryhmällä erilainen.

Näiden pilotointi kertojen pohjalta sain hyvin tehtyä menetelmäkansion. Olen tyytyväinen kansion. Siinä on monipuolisesti erilaisia harjoituksia. Olen muunnellut harjoituksia pilotointien pohjalta ja siellä tekemiäni huomioiden avulla. Onnistuin kansion kirjoittamaan ohjeistuksia niin, että ne ovat kaikille selkeitä. Minusta oli aluksi hankalaa kirjoittaa ohjeistuksia, koska harjoitteet olivat minulle itselleni niin selkeitä. Sain kansiosta kuvien avulla hyvännäköisen ja selkeän kokonaisuuden.

5.2 Hyödyntäminen tulevaisuudessa

Menetelmä kansion ja pilotointi kerrat tehtiin ajatellen Parik-säätiön Startin työvalmentajia ja heidän työtään. Tarkoituksena oli tuoda heille uusia ideoita toiminnan monipuolistamiseen tulevaisuudessa. Työvalmentajat olivat minusta valmiina uusille ideoille ja avoimia tälle opinnäytetyölle. He halusivat olla innokkaasti mukana ja tukemassa, jos oli ongelmia.

Menetelmäkansion tulevaisuus ja hyödynnettävyys näyttää hyvältä. Työvalmentajien mielestä tämä tuli heille juuri hyvään aikaan. He pyrkivät innovoimaan uutta toimintaa ja uusia ideoita kehittäessä Startin toimintaa eteenpäin. Tästä opinnäytetyöstä voi olla hyötyä ja pohjaa heidän mahdolliselle uudelle toiminnalleen.

”Meillä on ollu suunnitteilla et jos vois Startin puitteissa ruveta pitämään ryhmäytyspäiviä. Tavallaan tuotteena jollekin porukalle ulkopuolelle. Näit saattais hyvinkin olla mahdollista hyödyntää niissä. Et tää on tosi niikun hyvä ja tulevaisuudessa hyvinkin semmonen käyttö.”

”Kyllä me varmaan hyödynnetään näitä, ei tää mikään sillee ollu et täs tehtiin vaan päättötyötä... En ollenkaan aattele sillee.”

”Tää tuli niiku tosi hyvään aikaan itse asias. Revimme kaikki irti.”

Heidän mielestään menetelmäkansiossa on paljon hyviä ja erilaisia harjoitteita. Näitä he voivat soveltaa niin yksilön kuin ryhmänkin käyttöön jatkossa. Heillä niin moni asia riippuu nuorista ja niiden määrästä Startissa. Tällä hetkellä Startilla on ollut paljon erityisnuoria, joille harjoitteita on hyvä hieman soveltaa. Starttivalmennuksen luonteeseen kuuluen oman haasteensa tuo vaihteleva tilanne nuorten kanssa ja nuorten omat erityispiirteet.

”Tässä on mun mielestä semmosia mitä me voidaan käyttää yksittäisiä juttuja niin meilläkin tai sit vaikka porukkana. Et tehäs tämmönen juttu.”

”Oon aatellu et missä vois hyödyntää niin, jos me saadaan keväällä vaikka porukkaa niin saatais yks porukka. Tosin ehkä myö tehään joitain juttuja kahen kesken ja sillee ne on hyviä ja varmasti hyödynnetään näitä kyllä.”

”Se on hyvä tv mainos missä sanotaan et jos suunnitelma B ei toimi niin aakkosia kyllä riittää. Meil on aina tää näin et on a b c d e f g ja sit lopult huomataan ettei se ollu mikään niistä. Meillä on pakko kattoo aina aamul ensimmäisenä et ketä meil on. Se on vaan niiku sovellettava. Voi suunnitella jotain, ei kauhean pitkää kun voi olla et hylätään koko juttu.”

Menetelmäkansiota tullaan varmasti hyödyntämään Startissa jatkossa. He voivat jatkossa oman tarpeen mukaan soveltaa ja tehdä harjoituksia nuorten kanssa. Tämä on

minulle tärkeää kuulla, koska tiedän päässeeni tavoitteeseen. Pystyn tätä hyödyntämään myös itse tulevaisuudessa työelämässä. Tässä menetelmäkansiossa on paljon hyviä harjoituksia, jotka sopivat moneen paikkaan nuorten kanssa työskennellessä. Olen mielestäni onnistunut kokoamaan tavoitteiden mukaisia ja monipuolisia harjoituksia nuorille. Nuoret olivat pilotoinnissa niistä innoissaan, joten ne olivat riittävän motivoivia ja haastavia kohderyhmälle.

5.3 Kehittämisideoita

Opinnäytetyöni on hyvä ja monipuolinen pohja erilaisia harjoitteita. Se on hyvin suunniteltu ja osoittautunut toteutuksessa toimivaksi kokonaisuudeksi. Aina kuitenkin on jotain pientä kehitettävää ja huomioitavaa jatkossa. Nuorten mielestä kokonaisuus oli hyvä ja heiltä ei kehittämisajatuksia tullut montaa. Nuoret toivoivat taustalle musiikkia, kun tehdään erilaisia harjoitteita. Myös ulos meneminen olisi ollut muutaman nuorten mieleen. Palautteessa nousi myös esille nuorten toiminnallisuus. Toivottiin vielä toiminnallisempaa ja hauskeempaa tekemistä. Nuoret selvästi haluavat oppia asioita huomaamattaan toiminnan kautta.

”Kaikki oli ihan kivaa. Ei tarvi kehittää mitenkään”

”Kuunnellaa musaa ku tehää jotaa juttui”

”Ulos leikkimään”

”Olis hauskeempaa ja toiminnallisempaa”

Työvalmentajat miettivät jatkokehitystä oman työnsä kannalta. He tulevat varmasti kehittämään harjoitteita nuorten mukaan riippuen työskentelevätkö he yksilön vai ryhmän kanssa ja millaisten nuorten kanssa. He voivat myös lisätä harjoitteisiin haastetta nuorten ikätason mukaan. Harjoitukset toimivat pohjana, josta kehittää eteenpäin hyviä uusia ideoita jokaiselle ryhmälle tai yksilölle sopiviksi.

”Kehittämist, joo, sillee varmaan niiku jatkossa, jos mietitään ja käytetään, niin varmaan vähä sen ikä jutun mukaan sovelletaan ja vähän sen ryhmän mukaan. Ja tässä meidän työssä, mut eihän se mitään haittaa....”

”Varmaan sen porukan mukaan mille kulloinkin vedetään niin vedetään vähän eri taval mut se perusrunko ja idea on ehkä sama”

”tota mietitään nyt tässä vaan meillä sitä porukkaa ja sitä miten tätä soveltaa. myöhän ollaa tosi kovii soveltaa”

Mielestäni tämä on kansio, joka ei ole koskaan valmis. Nuorten tilanteet ja ongelmat muuttuvat yhteiskunnan muutoksen myötä. Starttivalmennukseen tulevat nuoret tarvitsevat aina harjoitusta sosiaalisen vuorovaikutuksen taidoissaan, jotta he tulevat pärjäämään tulevaisuudessa opiskelu- tai työelämässä. Tätä kansiota on kehitettävä ja ylläpidettävä jatkossa nuorten tarpeiden mukaan. Mielestäni suurin puute, mikä tässä tällä hetkellä on ilmaisutaidoin harjoitteiden puuttuminen. Nuorille voisi olla erilaisia harjoitteita, joissa he pääsisivät eläytymään erilaisiin rooleihin esimerkiksi työhaastattelutilanne. Tämän kaltaisista harjoituksista voisi olla nuorille hyötyä. He saisivat kokemusta ja tietoa siitä, miten tilanteessa tulisia toimia ja millaisia kysymyksiä siellä voidaan kysyä. Tätä voisi lähteä kehittelemään jatkossa kansioon.

Kansiota voisi mielestäni viedä eteenpäin ja kehittää myös erilaisiin ympäristöihin. Kansiota voisi hyvin hyödyntää lastensuojelussa pienellä kehittämisellä. Sieltä löytyy hyviä harjoituksia, joiden avulla sijaishuollossa olevia nuoria voisi saada tutustumaan toisiinsa ja toistensa vahvuuksiin. Kansiossa on myös itsetuntoon liittyviä harjoituksia, joiden tekeminen yhdessä lastensuojelun nuorten kanssa olisi hyödyllisiä. Lastensuojelun nuoret asiakkaat ovat hyvin samanlaisia starttivalmennuksen nuorten kanssa, jonka takia harjoitusten siirtäminen lastensuojelun maailmaan ei olisi vaikeaa. Nuoria yhdistää kouluviihtymättömyys, heikko itsetunto ja huonot sosiaaliset taidot. Näitä taitoja olisi hyvä harjoittaa erilaisissa ympäristöissä. Lastensuojeluun menetelmäkansio toisi yhteisöpedagogin näkökulmaa ja yhteisöllisyyttä menetelmiin, joita siellä yhdessä nuorten kanssa tehdään. Lastensuojelussa harvemmin ehditään tekemään nuorten kanssa yhdessä ryhmänä yhteisöllisyyteen ja ryhmätoimintaan liittyvää toimintaa. Tällä kansiolla voisi olla paikkansa lastensuojelun kentällä. Aion itse tätä tulevaisuudessa työskennellessäni lastensuojelussa viedä eteenpäin.

6 POHDINTA

6.1 Sosiaaliset taidot ehkäisevät syrjäytymistä

Kokonaisuudessaan näistä pilotointi kerroista voisi sanoa, että ne olivat hyviä. Sain pilotoitua kaikki harjoitukset ja kolme erilaista kertaa. Ryhmä, jonka kanssa niitä tein asetti omat haasteensa, mutta he ovat tietyllä tavalla verrattavissa Startissa käyviin nuoriin. Nuoret siellä ovat ehkä hieman vanhempia ja näin toiminta heidän kanssa on ehkä rauhallisempaa. Pilottiryhmän nuorilla oli vauhtia aikalailla ja jonkin verran keskittymishäiriötä taustalla ja joukossa oli myös yksi maahanmuuttaja, joten ryhmä oli hyvin heterogeeninen ja kuvaa Startin ryhmää siinä mielessä.

Pilotointia ei suoritettu varsinaisen Startin nuorilla vaan ryhmänä oli JOPO-oppilaita ja TEKVA-ryhmän oppilaita. Näillä kaikilla oppilailla on kuitenkin hyvin samantyyppistä taustaa ja haasteita kuin työpajoille tulevilla nuorilla. Heillä on kouluviihtymättömyyttä, oppimisvaikeuksia ja erilaisia keskittymishäiriöitä, jotka vaikuttavat heidän käyttäytymiseen ja toimimiseen ryhmänä. Startilla nuorilla on myös hyvin erilaiset taustat ja he ovat usein erityisnuoria. Nuoret ovat hieman pilotointi ryhmää vanhempia, mutta saattavat hyvinkin olla ikätasoon peilaten nuorempia. Startin nuoret voivat samalla tavalla innostua näistä asioista. Startin nuoriin kuuluu myös jonkin verran JOPO-oppilaita, koska he ovat siellä työssäoppimassa kerran viikossa. Näin ollen nämä saadut tulokset ja kokemukset ovat täysin verrattavissa, jos tämä olisi tehty Startin nuorten kanssa.

Sosiaaliset vuorovaikutustaidot ja työpajanuoret ovat ajankohtainen ja tärkeä aihe koko ajan muuttuvassa yhteiskunnassa. Koko yhteiskunnan haasteet kasvavat kiristyvän taloustilanteen vuoksi. Yhteiskuntaan on tullut tehokkuus –ajattelu, joka luo vanhemmille ja nuorille paineita. Vanhempien tulisi ehtiä kasvattamaan nuorista yhteiskuntakelpoisia kansalaisia ja suorittajia. Kaikki eivät tähän malliin asetu, jolloin yhteiskunnan ja muiden ihmisten sekä ympäristön luomat paineet aiheuttavat työttömyyttä, asunnottomuutta sekä mielenterveys- ja päihdeongelmia. Nuorten tippumista yhteiskunnasta on pyrittävä ehkäisemään kaikin voimin. Nuorten omia voimavaroja on tuettava, jotta he pystyvät pysymään yhteiskunnan kehityksen mukana.

Sosiaalinen media ja pelimaailma ovat yksi suurimmista nuorten syrjäytymiseen johtavista syistä. Nuoret eivät liiku enää tapaamaan kasvatustensa kavereitaan, vaan tapavat netissä pelien ja sosiaalisen median välityksellä. Nuoret elävät epätodellisessa maailmassa, jossa sosiaaliset vuorovaikutustaidot eivät pääse kehittymään luonnollisella tavalla. Sosiaalisessa mediassa pätevät erilaiset vuorovaikutusnormit. Näin elävät nuoret kadottavat päivärytmin, joka vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin, koulunkäyntiin ja kasvuympäristöön sekä sosiaalisiin taitoihin. Nuorista tulee välinpitämättömiä ja he eivät näe tulevaisuuttaan tärkeänä. Tämä aiheuttaa koulupudokkuutta.

Starttivalmennus on matalan kynnyksen toimintaa ja tarkoitettu juuri näille nuorille, joilla on ongelmia. Starttivalmennuksen avulla pyritään ehkäisemään nuorten syrjäytymistä. Koko yhteiskunnassa olisi kehitettävä matalan kynnyksen palveluita nuorille, joilla pystyttäisiin ehkäisemään nuorten ongelmia. Tällä hetkellä yhteiskunnassa näkyy liian selvästi ylisukupolvisuus niin työttömyydessä kuin mielenterveys- ja päihdeongelmissa. Mielestäni nuoret ovat vankina vanhempiensa huono-osaisuudessa. Tämä kierre pitää yhteiskunnan pystyä katkaisemaan ja luomaan nuoriin uskoa siitä, että kaikista lähtökohdista on mahdollista päästä elämässä eteenpäin ja mukaan yhteiskuntaan. Nuoren omat voimavarat, itsetunto ja sosiaaliset taidot ratkaisevat.

6.2 Nuoret yhteiskunnan voimavarana

Nuoret selvästi pitävät toiminnasta, jossa tekemällä oppiminen on pääosassa. Tämä tulee ilmi myös minun saamassani palautteessa, jossa pyydettiin vielä toiminnallisempaa ja kivaa oli, kun ei tarvinnut opiskella. Kouluviihtymättömät nuoret korostuvat yhteiskunnassa, jossa opiskellaan koulussa paikallaan kirjoista teoriaa. Nuoret tarvitsevat enemmän toiminnallisempaa ja käytännönläheistä oppimista. Pietikäinen on omassa pro gradu tutkielmassaan haastatellut työpajanuoria. Haastatteluissa esille nousee nuorten näkemys koulutusyhteiskunnasta. Nuorten mielestä koulutusta arvostetaan liikaa, etenkin pelkkään tutkintoon perustuvia statusasemia. Oppisopimuskoulutus on nuorille mielekkäämpi tapa hankkia ammatti, kun voi yhdistää teorian tekemiseen. Nuorten mielestä työpaikkoihin katsotaan myös liikaa tutkintotodistuksia eikä käytännön osaamista. (Pietikäinen 2014, 243.) Tämä tukee ajatustani nuorten tekemällä oppimisesta. Nuoret ovat ahkeria ja fiksuja, kun he löytävät oman tapansa oppia ja saavat siihen tukea. He voivat näin menestyä elämässään.

Tämän takia uskon, että työpajoilla nuorten kanssa saavutetut sosiaalisten taitojen ja itsetunnon vahvistuminen on niin korkealla tasolla. Tutkimukset esimerkiksi Seppä 2013, Vartiainen 2008, Jerohin 2012 osoittavat työpajoilla nuorten kehittyvän juuri näissä taidoissa ja sen takia se on nuorille merkityksellinen paikka. Lisäksi nuoret kokevat löytävänsä rohkeuden tehdä päätöksiä ja heidän opiskelukyvykkyytensä kasvaa. Nämä tutkimukset osoittavat myös, että työpajojen avulla nuorten syrjäytyminen pystytään ehkäisemään. (Seppä 2013, Vartiainen 2008, Jerohin 2012.)

Vartiainen (2008) tutkimuksessa nostetaan esille, että nuorilla on omat taidot ja kyvyt hukassa sekä heidän luottamus omaan itseensä on kadonnut. Nuorten itsetuntoa on tärkeä vahvistaa työpajalla, jotta he pystyvät jatkossa parempaa työpajan jälkeen koulutus- tai työelämässä. (Vartiainen 2008, 95.) Huomasin itsekin nuorten kanssa harjoituksia itsetuntoon tehdessäni, että se oli vaikeaa. Nuorilla on vaikeuksia löytää itselleen myönteisiä adjektiiveja, kertoa onnistumisistaan ja omista vahvuuksistaan. Harvempi pilotointi ryhmässä olleista nuorista osasi kertoa haaveistaankaan. Minusta nuorten on tärkeä oppia näkemään itsenä positiivisessa valossa, jotta voi esimerkiksi työhaastattelussa kertoa omista vahvuuksistaan. Vahvalla itsetunnolla selviytyy myös arkielämässä vastaan tulevista epäonnistumisista ja ongelmista.

Nuorten on tärkeä huomata myös yhteistyön merkitys elämässä. He huomaavat omat sekä muiden ihmisten vahvuudet tehdessään yhteistyötä niin koulumaailmassa kuin työelämässä. Ilman muiden huomioimista ja tiimityöskentelyä nuoret eivät tule pärjäämään elämässään. Nykyinen työelämä perustuu hyvin pitkältä tiimityöskentelyyn, jolloin vuorovaikutustaidot nousevat suureen rooliin. Nuorten olisi hyvä oppia niitä jo kotona koulun lisäksi, koska koulu ei voi yksin taata riittävän monipuolisia taitoja jokaiselle. Kotona opitaan malli toimia yhteiskunnassa ja sen eteen tuomissa erilaisissa tilanteissa.

Yhteiskunnallisesti on tärkeää pelastaa mahdollisimman moni syrjäytymisen vaarassa oleva nuori takaisin oikeille raiteille. Tässä kohtaa starttivalmennuksella on suuri rooli kopparina syrjäytymisen ehkäisemisessä. Vanhempien kasvatuksella on myös suuri merkitys nuoren elämän onnistumiselle. Uskon, että jo lapsena koettu epäonnistuminen ja niistä ylitsepääseminen vaikuttaa läpi elämän. Kotoa saadulla mallilla on myös suuri merkitys selviytymiseen koulussa ja työssä sekä itsetunnon vahvistajana ja asioiden käsitellyssä sekä pärjäämisessä kiristyvässä yhteiskunnassa. Kaikki vanhemmat

eivät pysty vastaamaan tähän haasteeseen, jonka takia on hyvä, että nuorille on työpaikkoja. He pystyvät työpaikkojen avulla vahvistamaan sosiaalisia taitoja, itsetuntoa ja vuorovaikutustaitoja. Näin he saavat paremmat valmiudet pärjätä yhteiskunnassa.

Kaikki ei ole kuitenkaan mielestäni kiinni nuorista ja heidän vanhemmistaan, vaan yhteiskunnan on myös pystyttävä tukemaan nuoria ja huomattava nuorten merkitys tulevana yhteiskunnan rakentajina. Yhteiskunnallisesti on päätetty esimerkiksi Nuorisotakuusta, jonka tarkoituksena oli saada nuorille työ- tai koulutuspaikka. Tämän hankkeen toteutus on kuitenkin jäänyt hieman vajaaksi, se ei näy nuorille riittävästi. Työnantajat eivät tarjoa nuorille riittävästi työpaikkoja, jolloin nuorisotakuun toteutuminen jää käytännössä vähiin. Päätäjät eivät myöskään kannusta nuorten opiskelua ja itsensä kehittämistä. Koko ajan leikataan koulutuspaikkoja, jolloin nuoria jää ilman opiskelupaikkaa ja se voi olla nuorelle ratkaiseva kohta yhteiskunnan ulkopuolelle jäämisen kannalta. Päätäjien on tehtävä enemmän konkreettisia päätöksiä nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi, jotka tulevat näkymään myös nuorille.

Meidän yhteiskunnallamme ei ole varaa menettää nuoria toisen asteen koulutuksen ulkopuolelle. Tilastojen mukaan vuosittain noin 5 000 nuorta jää ilman peruskoulun jälkeistä opiskelupaikkaa (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012, 8). Nuorten aikuisten osaamisohjelma on 20-29-vuotiaita nuoria varten, jotka ovat ilman peruskoulun päätötodistusta. Ohjelma on onnistunut tavoittamaan tätä tärkeää kohderyhmää, mutta silti työmarkkinoilla ja niiden ulkopuolella on paljon tällaisia nuoria, jotka ovat perusasteen varassa. Heidän odotettu työuran pituus on melko lyhyt. Tähän aikuiskoulutukseen vaikuttavat tulevaisuudessa säästöpainet, joita yhteiskunnalla on. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 9, 13.) Tämä koulupudokkuus on saatava katkaistua ja pystyttävä kouluttamaan kaikki nuoret, jotta meillä on yhteiskunnan työntekijöitä, päättäjiä, kehittäjiä ja rakentajia myös tulevaisuudessa.

Tällä hetkellä yhteiskunnan kiristyvässä ja muuttuvassa taloustilanteessa vaaditaan osaamista, sosiaalisia taitoja ja hyvää itseluottamusta. Nuorella on oltava itseensä uskova asenne, jolla hän pystyy selviytymään eteen tulevista haasteista ja saamaan kovassa kilpailussa itselleen opiskelu- tai työpaikan.

LÄHTEET

Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tampere: Tammerpaino Oy.

Ahonen-Walker, Mari 2015. Tekemällä oppii –työpajoilla hankittu osaaminen pitää tunnustaa. Takuulla nuorista! –blogi. WWW-dokumentti.
http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu/tietoa_takuusta/ajankohtaista/takuulla_nuorista!_blogi/tekemalla_oppii_tyopajoilla_hankittu_osaaminen_pitaa_tunnustaa.117802.
 blog. Päivitetty 30.3.2015. Luettu 1.4.2015.

Ahonen-Walker, Mari & Pietikäinen, Reetta 2014. Nuorisotakuu –kerman kuorintaa ja tyhjiä lupauksia. Teoksessa Gretchel, Anu, Paakkunainen, Kari, Souto, Anne-Mari, Suurpää, Leena (toim.) 2014. Nuorisotakuun arki ja politiikka. PDF-dokumentti.
http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/nuorisotakuun_arki_ja_politiikka.pdf
 Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 150. Verkkojulkaisu 76, 69-73.

Cacciatore, Raisa, Korteniemi-Poikela, Erja, Huovinen, Maarit 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Juva: WS-Bookwell Oy.

Hilpinen, Kari, Huuromonen, Soile, Kiviranta, Jari, Välimaa, Anne (toim.) 2014. Startti parempaan elämään –starttivalmennuksen perusteet. Valtakunnallinen työpajayhdistys ry. Vaajakoski: Painotalo C-4.

Jerohin, Minna 2012. Työpaja mahdollisuutena? Työpajakoulutuksen merkitys nuorten elämäkulussa. Jyväskylän yliopisto/Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Sosiaalityö. Pro Gradu –tutkielma.

Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo, Liukkonen, Jarno 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Juva: PS-kustannus.

Kauppila, Reijo 2006. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Opetus 2000. Juva: PS-kustannus.

KSAO 2014. AVA –koulutus. TEKVA –koulutus. WWW-dokumentti.
<http://www.ksao.fi/koulutustarjonta/avakoulutus.html>. Ei päivitystietoja. Luettu 2.12.2014.

Käpylä, Anu 2013. Työpajanuorten koulukokemuksia peruskouluajoilta. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro Gradu-tutkielma.

OKM 2014. Nuorten työpajat. WWW-dokumentti.
http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoytus/tyoepajat/?lang=fi.
 Ei päivitystietoja. Luettu 7.10.2014.

OKM 1 2014. Koulupudokkaiden aktivointi / Joustava perusopetus. WWW-dokumentti.
http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/artikkelit/koulupudokkaiden_aktivointi/?lang=fi.
 Ei päivitystietoja. Luettu 2.12.2014.

Opetushallitus 2011. Näyttötutkinnon perusteet. Työvalmentajan erikoisammattitutkinto 2011. Määräys 33/011/2011. PDF-dokumentti.
http://www.oph.fi/download/138628_Tyovalmennuksen_eat_2011_net.PDF. Päivitetty 20.01.2012. Luettu 30.3.2015.

Opetusministeriön päätös 2005. Nuorten työpajatoiminnan yleiset perusteet ja suositukset. PDF-dokumentti.
http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rah_oitus/tyoepajat/Liitteet/OPM_paatos_25102006.pdf. Päivitetty 16.2.2010. Luettu 7.10.2014.

Parik 2014. <http://www.parik.fi/starttivalmennus.html>. Päivitetty 20.12.2013. Luettu 8.8.2014.

Parik 1 2014. <http://www.parik.fi/toimintalinjat.html>. Päivitetty 19.12.2013. Luettu 18.8.2014.

Pietikäinen, Reetta 2007. Palveluiden väliinputoamisesta yhtenäisiin palvelupolkuihin? Tutkimusinventaaari nuorten nivelvaiheen palveluja koskevista tutkimuksista. PDF-dokumentti. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/inventaari.pdf>. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisu, 13. Päivitetty 5.2.2014. Luettu 8.10.2014.

Pietikäinen, Reetta 2014. Vaihtoehtoisia polkuja etsimässä – Työpajanuorten orientaatit. Teoksessa: Aapola, Sinikka, Ketokivi, Kaisa (toim.) 2014. Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 56. Helsinki: Unigrafia, 219-253.

Pohjantammi, Ismo 2007. Ylisukupolvinen työttömyys nuorten työpajoilla. PDF-dokumentti. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/tyopaja.pdf>. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisu, 12. Päivitetty 19.6.2007. Luettu 10.12.2014.

Sahi, Liisa 2014. Nuorisotakuun toteutuminen nuorisotoimen näkökulmasta. Tietoa vuosilta 2012-13. WWW-dokumentti.
http://www.avi.fi/documents/10191/149165/esavi_nuorisotakuu_web/d1463674-37c2-4ce8-b810-09d517219bc3_31/2014. Etelä-Suomen aluehallintoviraston julkaisuja. Opetus ja kulttuuritoimi. Päivitetty 1.4.2014. Luettu 29.10.2014.

Salonen, Kristiina 2006. Lapsen itsetunto rakentuu aikuisen tuen avulla. Mielenterveys –lehti vol 42, nro. 1/2006, 6-9.

Seppä, Helena 2013. Työpaja nuorten kokemana etnografinen tapaustutkimus verkostomuotoisesta työpajatoiminnasta. Jyväskylän yliopisto/Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Sosiaalityö. Pro Gradu-tutkielma.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Työvoimatutkimus. ISSN=1798-7830. Tammikuu 2015. Helsinki: Tilastokeskus. WWW-dokumentti.
http://www.stat.fi/til/tyti/2015/01/tyti_2015_01_2015-02-24_tie_001_fi.html. Ei päivitystietoja. Luettu 23.3.2015.

Takkunen, Ulla-Maija, Heikkuri, Martti, Takkunen, Heikki 2009. Palveluiden ulkopuolelle jäävät nuoret. PDF-dokumentti.
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100652/takkunen.pdf?sequence=1>. Yhteiskuntapolitiikka 74 (2009):4. Päivitetty 26.8.2009. Luettu 10.12.2014.

TPY 2014. Startti parempaan elämään –hanke. WWW-dokumentti.
http://www.tpy.fi/mita_me_temme/hankkeita/startti_parempaan_elamaan/lisatietoja_hankkeesta/. Päivitetty 30.9.2014, Luettu 30.9.2014.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2015. Nuorisotakuu-työryhmän loppuraportti ja suositukset jatkotoimenpiteiksi. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys. 19/2015. PDF-dokumentti.
https://www.tem.fi/files/42493/TEMjul_19_2015_web_19032015.pdf. Päivitetty 19.3.2015. Luettu 31.3.2015.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2012. Nuorten yhteiskuntatakuu 2012. TEM raportteja 8/2012. Työllisyys- ja yrittäjyysosasto. WWW-dokumentti.
http://www.nuorisotakuu.fi/files/34024/Nuorten_yhteiskuntatakuu_2013_-raportti.pdf. Päivitetty 5.4.2012. Luettu 3.11.2014.

Työpajatieto 2014. Mikä on työpaja? WWW-dokumentti.
http://www.tyopajatieto.fi/tyopajatieto/mika_on_tyopaja/. Päivitetty 7.10.2014. Luettu 7.10.2014.

Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

Vartiainen, Sini 2008. Eväitä elämänhallintaan tapaustutkimus Ilmaisui-Startin nuorisista Tampereella. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Sosiaalipolitiikka. Pro Gradu –tutkielma.

Vesalainen, Kai-Pekka 2014. Ponnahduslauta eteenpäin. Pohjois-Kymenlaakso, 1.10.2014, 14.

Hei JOPO-opettaja,

olen Mikkelin ammattikorkeakoulun kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelman yhteisöpedagogi –opiskelija. Teen Parik-säätiön Startin kanssa yhteistyössä opinnäytetyötäni. Työni tavoitteena on kehittää Startin toimintaa. Ohjaan kolme noin puolitoista tuntia kestäväää toiminnallista kertaa, joissa teemana ovat sosiaaliset vuorovaikutustaidot. Harjoitukset liittyvät mm. ongelmanratkaisuun, luottamukseen ja omiin vahvuuksiin. Perjantaina Startissa olevat JOPO-oppilaat osallistuisivat toiminnallisiin kertoihin 14.11, 21.11 ja 28.11. Näiden kertojen jälkeen kerään osallistujilta anonyymien palautteiden toiminnasta ja sen sopivuudesta Starttiin.

Jos ilmenee kysyttävää, niin minuun voi ottaa yhteyttä sähköpostilla.

ystävällisin terveisin,

Hanna Konttinen

Yhteisöpedagogi -opiskelija

hanna.konttinen@edu.mamk.fi

TOIMINNALLINEN KERTA 1

- **Virittäytyminen**
 - Voidaanko vielä parantaa? (5min)
 - Piiri, jossa kuljetetaan kynää niin, että se käy jokaisella mukanaolijalla molemmissa käsissä. Tästä otetaan aikaa ja kysytään kierroksen jälkeen osallistujilta vieläkö he voivat parantaa aikaansa. Kolme yritystä, joiden välillä annetaan yhteinen pieni pohdinta tauko.
 - Fiilispiiri (5-10min)
 - Piirissä istuen tai seisten, jossa yksi on keskellä. Keskellä olija kysyy kysymyksen esim. Ketä väsytti aamulla? Kenellä on hyvä päivä tänään? Ne, jotka tunnistavat tunteen liikkuvat ja yrittävät löytää itsellensä uuden paikan. Ilman paikkaa jäänyt jää keskelle esittämään kysymyksen.
- **Toiminta**
 - Sauva maahan/painovoima (10min)
 - Ryhmäläiset käyvät toisiaan vastakkain riviin ja laittavat etusormet vastakkain, jonka jälkeen ohjaaja laittaa niiden päälle hiihtosauvan. Sauva yritetään yhteistyöllä saada maahan pudottamatta sitä etusormien päältä. Tämän jälkeen voidaan vaikeuttaa ja yhdistää ryhmät (jos useampi ryhmä). He käyvät samaan aloitusasentoon ja saavat mato-ongen etusormiensa päälle.
 - Voimatorni (20-30min)
 - Maassa on ympäriinsä 6-8 puupalikkaa, jotka on tarkoitus kerätä ryhmän voiman avulla pinoon. Jokainen saa käteensä narun, joka menee ”koukkuun”, jolla siirrellään palikoita. Ryhmän tarvitsee kommunikoida ja tehdä yhteistyötä, jotta tehtävä onnistuu. Tehtävää voi soveltaa laittamalla joka toisen ”sokeaksi”, jolloin kommunikaatiolla on vielä suurempi merkitys.
 - Paperitorni (5-10min)
 - Ryhmälle/ryhmille annetaan kasa A4-paperia, koista he ilman apuvälineitä ja repimistä yrittävät kasata mahdollisimman korkean paperitornin. Jos ryhmiä on useampi kuin yksi voidaan tehdä kisa esim. kymmenen minuuttia aikaa, kenellä korkein.
- **Rentoutus (5min)**
 - Rauhallista musiikkia taustalla ja jokainen ottaa itselleen omaa tilaa.
- **Palaute (5min)**
 - Paljon erilaisia kuvia esillä, joista jokainen valitsee itselleen toiminta kerrasta jääneeseen fiilikseen sopivan kuvan ja kertoo siitä muille.

TOIMINNALLINEN KERTA 2

- **Virittäytyminen**
 - Uusi käyttötarkoitus (5min)
 - Muutama esine, jolle pyritään keksimään mahdollisimman monta uutta käyttötarkoitusta.
 - Kadonnut kuva (5-10min)
 - Osallistuja käyvät peräkkäin jonoon. Ensimmäiselle annetaan kynä ja paperi ja viimeiselle näytetään piirrettävä kuva. Viimeinen piirtää sen edellä olevan selkään, joka jatkaa sitä eteenpäin aina ensimmäiselle asti. Ensimmäisen pitäisi piirtää kuva paperille.
- **Toiminta**
 - Adjektiivityöskentely (10min)
 - Jokainen saa itselleen 5 positiivista adjektiivia tai 3 adjektiivia ja kaksi tyhjää lappua. Adjektiiveja vaihdellaan ryhmäläisten kesken niin, että jokaisella olisi adjektiivit, jotka kuvaavat itseä. Tämän jälkeen ne käydään läpi ja kerrotaan muille.
 - Esineiden merkitys (10-15min)
 - Pöydällä on paljon erilaisia esineitä. Ohjaaja kysyy kysymyksiä esim. Mikä on unelma ammattisi? Mikä on seuraavan vuoden tavoitteesi? Osallistujat etsivät pöydältä sellaisen esineen, jonka he voivat jollakin tavalla liittää tähän kysymyksen vastaukseen. Sen kautta keskustellaan haaveista ja pyritään liittämään esine siihen.
 - Swot-analyysi (n. 30min)
 - Jokainen saa paperin, jonka jakaa neljään osaa omalla tavallaan. Kenttiin pyritään löytämään omat vahvuudet, onnistumiset, tavoitteet/haaveet, voimavarat/tärkeät asiat. Tämän voi toteuttaa kirjoittaen piirtäen tai lehdistä leikaten kuvia. Pyritään hyödyntämään edellisiä tehtäviä. Lopuksi esitellään muille, jos haluaa.
- **Rentoutus (10-15min)**
 - Jokaiselle kolme paperia ja kaksi kynää, joissa värit päivän fiiliksen mukaan. Ensimmäisille paperille piirretään molemmin käsin niin, että kädet piirtävät peilikuvaa. Toiselle paperille piirretään niin, että kädet piirtävät samaan suuntaan. Kolmannelle paperille kädet saavat piirtää vapaasti. Taustalla soi rauhallinen musiikki.
- **Palaute (5min)**
 - Post it- palaute. Jokainen kirjoittaa posti t –lapulle palautetta toiminnallisesta kerrasta ja sen jättämästä fiiliksestä. Myös pieni kierros ääneen, jokaiselta yksi kertaa kuvannut sana/lause.

TOIMINNALLINEN KERTA 3

• Virittäytyminen

- 1,2,3, pitsa, pasta (5min)
 - Osallistujat ovat piirissä ja laskevat ääneen 1,2,3,pitsa,pasta nopeuttaen tahtia. Väärin laskenut tai oman vuoronsa unohtanut tippuu pois piiristä. Tarkoituksena on kuunnella muita ja pysyä mukana tahdissa mahdollisimman pitkään.
- Solmu (5min)
 - Mennään kaikki tiiviiseen yhteen kasaan kädet ylhäällä. Oteetaan kiinni toistemme käsistä niin, että kukaan ei ole saman ihmisen kanssa eivätkä omat kädet ole ristissä. Tämän jälkeen avataan solmu piiriksi.

• Toiminta

- Laskukone (20-30min)
 - Huoneeseen tehdään ympyrä, johon laitetaan numerot 1-20 lapuilla. Ryhmän tulee koskettaa näitä numeroita järjestyksessä 40 sekunnin aikana. Osallistuja ryhmä saa itselleen ohje lapun (hiljaisuus huoneessa, järjestys, aika), jonka jälkeen ohjaaja siirtyy sivusta seuraajaksi ja vain keskeyttää toiminnan, jos tapahtuu virhe.
- Kamera ja valokuvaaja (10min)
 - Pareittain niin, että etummaisella (kamera) on silmät kiinni ja takimmainen kuljettaa (valokuvaaja) häntä hartioista ympäri tilaa. He pysähtyvät ottamaan kolme kuvaa, jolloin valokuvaaja asettelee kameran oikealle paikalle ja kamera saa avata silmät kuvan ottamista varten. Osat vaihtuvat kolmen kuvan jälkeen. Tehtävän jälkeen jokainen pari kertoo ainakin yhden valokuvan.
- Heiluri (10-15min)
 - Tehdään tiivispiiri ja yksi menee keskelle ja laittaa silmät kiinni (voi myös olla auki?) Keskellä olija ”kaatuu” ringiin ja muut lähtevät heijaamaan häntä ringissä. Voidaan toteuttaa myös kolmesta niin, että yksi keskellä ja kaksi sivuilla ottamassa vastaan. Tällöin liikkuu eteen ja taakse.
- Seinäjuoksu (10min)
 - Pareittain kädet suorana toista vastaan. Yksi on hieman kauempana ja lähtee juoksemaan kohti ”pariseinää”, jossa jokainen pari vuorollaan nostaa kädet ylös, kun juoksija tulee.

- **Yhteisötaide (20-25min)**

- Ensin aloitetaan pareittain piirtäminen yhteiselle A3 –paperille, johon molemmat piirtävät ilman puhetta. Piirtämisen aikana ohjaaja voi vaihdella ja yhdistellä parien papereita. Osallistujat ovat hiljaa ja kuuntelevat taustalla olevaa musiikkia. Tämän jälkeen otetaan isopaperi lattialle, josta jokainen ottaa oman paikan ja alkaa maalata vapaasti. Tässä tehdään tasasin väliajoin paikan vaihtoja, jotta jokaisen käden jälki näkyy koko paperilla.

- **Palaute**

- Tästä kerrasta oma fiilisjana, jossa jokainen saa sanoa muutaman sanan. Kaikista toiminnallisista kerroista kerään palautteen.

KYSYMYKSIÄ NUORILLE

- Jokaisen kerran loppuksi
 - Millainen tunnelma/fiilis sinulle jäi tästä kerrasta?
 - Mikä toiminnassa oli hyvää/huonoa? Miten sitä voisi kehittää?

- Viimeisen kerran loppuksi
 - Miten nämä harjoitukset sopivat Starttiin?
 - Olivatko harjoitukset mielenkiintoisia? Miksi?/Miksi ei?
 - Mikä oli hyvää/huonoa? Miksi?
 - Miten kehittäisit toimintaa?

 - Voisitko jatkossa osallistua tällaiseen toimintaan? Perustele

Keskustelukysymyksiä työ- ja yksilövalmentajalle

- **Prosessi ja tarve**
 - Miten mielestänne prosessi on edennyt?
 - Onko teidän tarpeet huomioitu prosessissa?
 - Miten kuvailisitte prosessia?

 - Oliko opinnäytetyölle tarvetta?
 - Vastasiko se teidän odotuksia?

- **Onnistuminen ja hyöty**
 - Miten pilotointi onnistui?
 - Onko tuotos kansio onnistunut, hyvä?
 - Millainen on sen sisältö? jäsenyys?

 - Näettekö, että tästä oli hyötyä teille? Millaista?
 - Voisitteko jatkossa hyödyntää kansiota ja sen sisältöä?

- **Kehittäminen**
 - Millaisia kehittämisen paikkoja näette tässä prosessissa?
 - entä työssä?
 - Muita kehittämisideoita?

TOIMINNALLINEN KERTA 2 MATERIAALIA

Esineiden merkitys kysymykset

- Missä olet hyvä? (vahvuudet)
- Mikä on haave ammattisi?
- Mikä on sinulle tärkeää tällä hetkellä?
- Mikä on sinun seuraava tavoitteesi? (Mitä tavoittelet?)
- Missä olet onnistunut?
- Mistä haaveilet?
- Missä olet viiden (5) vuoden päästä?

Esineiden merkitys esineet

- kynä
- puhelin
- pikkuauto
- pehmonalle
- kauha
- työkalu esim. jakoavain ja mitta
- sakset
- pallo
- tietokoneeseen liittyvä esine tai kuva
- kirja
- lusikka
- lehti
- Riga-magneetti (matkailu)
- musiikkiin liittyvä esine esim. levy



MENETELMÄKANSIO

Yhteistyö, ongelmanratkaisu,

itsetunto & luottamus



SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.	
2	VIRITTÄYTYMINEN	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.	
2.1	Voidaanko vielä parantaa?		2
2.2	Fiilispiiri		2
2.3	Uusi käyttötarkoitus		2
2.4	Kadonnut kuva		3
2.5	1,2,3, pitsa, pasta		3
2.6	Solmu		3
2.7	Ryhmän kääntö		4
2.8	Sääpallo		4
3	YHTEISTYÖ JA ONGELMANRATKAISU		5
3.1	Sauva maahan/painovoima		5
3.2	Voimatorni		5
3.3	Paperitorni		6
3.4	Laskukone		6
3.5	Taikamatto		7
3.6	Vierivä purkki		7
3.7	Solmu köyteen		7
4	ITSETUNTO	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.	
4.1	Adjektiivi työskentely		8
4.2	Esineiden merkitys		8
4.3	Swot-analyysi muunnelma		8
5	LUOTTAMUS	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.	
5.1	Kamera ja valokuvaaja		9
5.2	Heiluri		9
5.3	Seinäjuoksu		9
6	RENTOUTUMINEN .	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.	
6.1	Mielikuvatarina		10
6.2	Kädet liikkuu		10
6.3	Yhteisötaide		10

7	REFLEKTOINTI	VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.
7.1	Kuvat.....	11
7.2	Fiilisjana	11
7.3	Sana.....	11

LIITTEET

1 JOHDANTO

Tämä kansio on tarkoitettu Parik-säätiön, erityisesti Startin yksilö- ja työvalmentajan käyttöön. Startti on yksi Parikin kahdeksasta työvalmennusyksiköstä, joka on tarkoitettu nuorille ja toimii starttivalmennuksen peruseriaatteiden mukaisesti. Heidän tavoitteenaan on tukea nuoria mahdollisimman paljon eri elämänosa-alueilla.

Yksilö- ja työvalmentajan on mahdollista näiden kansion harjoitusten avulla harjoitella nuorten kanssa sosiaalisia vuorovaikutustaitoja. He voivat toteuttaa harjoituksia pienryhmätoimintana tai yksilötyöskentelyinä. Harjoituksista voi koota isompia kokonaisuuksia tai käyttää yksittäistä harjoitusta tilanteen mukaan. Harjoitusten teemoina on yhteistyö, ongelmanratkaisu, itsetunto ja luottamus, jotka ovat tärkeä osa starttivalmennuksen tavoitteita. Kansion on tarkoitus antaa ideoita ja uusia ajatuksia työvalmentajille nuorten kanssa työskentelyyn. Kansiossa olevat harjoitukset toimivat pohjana työlle, jota yksilö- ja työvalmentaja tekevät nuorten kanssa. He soveltavat harjoituksia tarpeen ja ryhmän mukaan.

Tämä kansio on valmistunut Startin yksilö- ja työvalmentajan toiveesta saada menetelmäkansio, jossa olisi uusia toiminnallisia harjoituksia nuorten kanssa työskentelyyn. Olen omien huomioideni ja kiinnostuksen pohjalta valinnut teemat. Ne nousevat huomaamistani nuorten haasteista ja starttivalmennuksen tavoitteista sekä tutkimuksissa nuorten antamista merkityksistä työpajalla olon vaikutuksista heidän elämäänsä. Harjoitusten avulla voidaan vahvistaa nuorten sosiaalisia vuorovaikutustaitoja.

Kansio on jaettu kuuteen osaan: virittäytyminen, yhteistyö ja ongelmanratkaisu, itsetunto, luottamus, rentoutuminen ja reflektointi. Jokainen osa sisältää erilaisia harjoituksia, joihin on arvioitu kuluva aika ja tarvittavat välineet sekä ohjeistus ohjaajalle. Kansion kaikki harjoitukset ovat tarkoitettu pienryhmätoimintaan.

2 VIRITTÄYTYMINEN

2.1 Voidaanko vielä parantaa? ¹

Aika: 5min

Välineet: kynä, sekuntikello

Tehdään piiri, jossa kuljetetaan kynää niin, että se käy jokaisella mukanaolijalla molemmissa käsissä. Tästä otetaan aikaa ja kysytään kierroksen jälkeen osallistujilta vieläkö he voivat parantaa aikaansa. Kolme yritystä, joiden välillä annetaan yhteinen pieni pohdinta tauko.

2.2 Fiilispiiri ²

Aika: 5-10min

Piirissä istuen tai seisten, jossa yksi on keskellä. Keskellä olijalla kysyy kysymyksen esim. Ketä väsytti aamulla? Keskellä on hyvä päivä tänään? Ne, jotka tunnistavat tunteen liikkuvat ja yrittävät löytää itsellensä uuden paikan. Samalle paikalle ei saa mennä, josta nousi. Ilman paikkaa jäänyt jää keskelle esittämään kysymyksen.

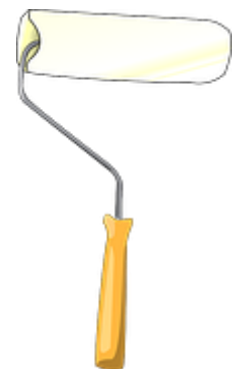


2.3 Uusi käyttötarkoitus ³

Aika: 5-10min

Välineet: 3-4 esinettä

Muutama esine, jolle pyritään keksimään mahdollisimman monta uutta käyttötarkoitusta. Ryhmän voi jakaa joukkueisiin, jotka keksivät yhdessä uusia ratkaisuja. Voi toteuttaa myös piirissä, jossa jokainen keksii vuorollaan esineelle uuden tarkoituksen.



¹ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2014, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

² Konttinen, Hanna 2014. Soveltaen: ² Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tammerpaino Oy. Tampere.

³ Konttinen, Hanna 2014.

2.4 Kadonnut kuva ⁴

Aika: 10min

Välineet: Ryhmäläisten määrän verran yksinkertaisia piirrettyjä kuvia esim. talo, aurinko, sieni yms. Kynä ja paperia

Osallistuja käyvät peräkkäin jonoon. Ensimmäiselle annetaan kynä ja paperi ja viimeiselle näytetään piirrettävä kuva. Viimeinen piirtää sen edellä olevan selkään, joka jatkaa sitä eteenpäin aina ensimmäiselle asti. Ensimmäisen pitäisi piirtää kuva paperille.



2.5 1,2,3, pitsa, pasta ⁵

Aika: 5min

Osallistujat ovat piirissä ja laskevat ääneen 1,2,3,pitsa,pasta nopeuttaen tahtia. Väärin laskenut tai oman vuoronsa unohtanut tippuu pois piiristä. Tarkoituksena on kuunnella muita ja pysyä mukana tahdissa mahdollisimman pitkään.

2.6 Solmu ⁶

Aika: 5-10min

Ryhmä menee tiiviiseen yhteen kasaan kädet ylhäällä. Otetaan kiinni toistemme käsistä niin, että kukaan ei ole saman ihmisen kanssa eivätkä omat kädet ole ristissä. Tämän jälkeen otetaan niin paljon etäisyyttä, kun pystytään ja lähdetään avaamaan solmua piiriksi.

⁴ Konttinen, Hanna 2014. Soveltaen: Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

⁵ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

⁶ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2013, Mikkelin ammattikorkeakoulu./Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo, Liukkonen, Jarno 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. PS-kustannus, Juva

2.7 Ryhmän kääntö ⁷

Aika: 5-10min

Ryhmä piiriin niin että jokaisella on selkä piirin keskelle päin. Otetaan toisia kädestä kiinni. Tarkoituksena saada käännettyä kaikkien kasvot piiriä kohti ilman, että tarvitsee irrottaa käsiä toisistaan.

2.8 Sääpallo ⁸

Aika: 10-15min

Välineet: pallo

Mielikuvituksen avulla jokainen kertoo vuorollaan sääennustuksen edellisestä tai meneillään olevasta päivästä. Ryhmäläisillä voi kierrättää palloa oman vuoron merkinä.



Esim. Aamulla sää oli sateinen. Iltapäivällä alkoi paistaa aurinko ja tuuli hieman. Ilta oli sumuinen. Ennustettaan voisi selittää muille halutessaan.

⁷ Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tammerpaino Oy. Tampere.

⁸ Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tammerpaino Oy. Tampere.

3 YHTEISTYÖ JA ONGELMANRATKAISU

3.1 Sauva maahan/painovoima⁹

Aika: 10-15min

Välineet: hiihtosauvoja, mato-onki



Ryhmäläiset käyvät toisiaan vastakkain riviin ja laittavat etusormet lomittain vierekkäin, jonka jälkeen ohjaaja laittaa niiden päälle hiihtosauvan. Sauva yritetään yhteistyöllä saada maahan pudottamatta sitä etusormien päältä.

Tämän jälkeen voidaan vaikeuttaa ja yhdistää ryhmät (jos useampi ryhmä). He käyvät samaan aloitusasentoon ja saavat mato-ongen etusormiensa päälle.

3.2 Voimatorni¹⁰

Aika: 20-30min

Välineet: Voimatorni

Maassa on ympäriinsä 6-8 puupalikkaa, jotka on tarkoitus kerätä ryhmän voiman avulla pinoon. Jokainen saa käteensä narun, joka menee ”koukkuun”, jolla siirrellään palikoita. Ryhmän tarvitsee kommunikoida ja tehdä yhteistyötä, jotta tehtävä onnistuu. Tehtävää voi soveltaa laittamalla joka toisen ”sokeaksi”, jolloin kommunikaatiolla on vielä suurempi merkitys.



⁹ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

¹⁰ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

3.3 Paperitorni¹¹

Aika: 15-20min

Välineet: A4-paperia

Ryhmälle/ryhmille annetaan kasa A4-paperia, joista he ilman apuvälineitä ja repimistä yrittävät kasata mahdollisimman korkean paperitornin. Jos ryhmiä on useampi kuin yksi voidaan tehdä kisa esim. kymmenen minuuttia aikaa, kenellä korkein. Tornille voi myös määritellä pystyssä pysymisajan esim. 30s.



3.4 Laskukone¹²

Aika: 20-30min

Välineet: narua, numerot, ohjeet (liite1)

Huoneeseen tehdään ympyrä, johon laitetaan numerolappuja, 1-35. Ryhmän tulee koskettaa näitä numeroita järjestyksessä tietyinä aikana. Ryhmä valitsee keskuudestaan tehtävän suorittajat tai suorittajan sekä taktiikan kuinka tehtävän aikoo tehdä.

Osallistuja ryhmä saa itselleen ohje lapun (hiljaisuus huoneessa, järjestys, aika), jonka jälkeen ohjaaja siirtyy sivusta seuraajaksi ja vain keskeyttää toiminnan, jos tapahtuu virhe. Numerot ja aika muuttuu ryhmän mukaan. Esim. noin 20 osallistujaa numerot 1-35 ja aika 75s. Tästä kaavasta voi laskea itselleen sopivan numeroiden määrän ja ajan.

¹¹ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu./ Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

¹² Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

3.5 Taikamatto¹³

Aika: 20min

Välineet: matto/kangas noin. 6hlö 100x120cm

Koko ryhmä seisoo maton päällä. Ryhmä pyrkii kääntämään maton ympäri ilman, että kukaan poistuu maton päältä. Kaikkien jalkojen ei ole pakko koskettaa mattoa koko aikaa. Toisen voi ottaa tarvittaessa reppuselkään yms.

3.6 Vierivä purkki¹⁴

Aika: 20-30min

Välineet: kangas, jonka ympärille noin 6 hlöä, purkkeja 4-6kpl

Jokainen ottaa kankaan reunasta kiinni molemmilla käsillä. Kankaassa on muutamia reikiä, johon purkki pitää vierittää. Reiät voivat olla numeroituja ja purkit eri värisiä, jolloin tehtävää voi vaikeuttaa esim. punainen purkki saatava reikään numero 3.

Ohjaaja nostaa kankaalle yhden purkin kerrallaan ja antaa ohjeen miten ja mihin se tulee tipauttaa. Purkkeja voi olla samaan aikaan useampi kankaalla. Alkuun helppoja ohjeita, jotta ryhmä oppii käsittelemään kangasta ja pikku hiljaa vaikeampia tehtäviä.

3.7 Solmu köyteen¹⁵

Aika: 15min

Välineet: köyden/narun pituus osallistujat x 1m+ 2m

Ryhmä pitää köydestä kiinni tasaisin välein. Heidän tarkoituksena on saada köyden puoliväliin solmu ilman, että he irrottavat otetta köydestä.

¹³ Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo, Liukkonen, Jarno 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. PS-kustannus, Juva

¹⁴ Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

¹⁵ Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

4 ITSETUNTO

4.1 Adjektiivi työskentely ¹⁶

Aika: 10-15min

Välineet: paljon erilaisia adjektiiveja

Jokainen saa itselleen 5 positiivista adjektiivia tai 3 adjektiivia ja kaksi tyhjää lappua. Adjektiiveja vaihdellaan ryhmäläisten kesken niin, että jokaisella olisi adjektiivit, jotka kuvaavat itseä. Tämän jälkeen ne käydään läpi ja kerrotaan muille.

Voi toteuttaa myös laittamalla adjektiivit pöydälle näkyville. Tällöin jokainen valitsee itselleen viisi sopivaa adjektiivia. Tämän jälkeen käydään läpi adjektiivit ja miten ne kuvaavat henkilöä.

4.2 Esineiden merkitys ¹⁷

Aika: 10-15min

Välineet: Kysymyksiä, erilaisia esineitä

Pöydällä on paljon erilaisia esineitä. Ohjaaja kysyy kysymyksiä esim. Mikä on unelma ammattisi? Mikä on seuraavan vuoden tavoitteesi? Osallistujat etsivät pöydältä sellaisen esineen, jonka he voivat jollakin tavalla liittää tähän kysymyksen vastaukseen. Sen kautta keskustellaan haaveista ja pyritään liittämään esine siihen.

4.3 Swot-analyysi muunnelma ¹⁸

Aika: 30min

Välineet: paperia, kyniä, lehtiä

Jokainen saa paperin, jonka jakaa neljään osaa omalla tavallaan. Kenttiin pyritään löytämään omat vahvuudet, onnistumiset, tavoitteet/haaveet, voimavarat/tärkeät asiat. Tämän voi toteuttaa kirjoittaen piirtäen tai lehdistä leikaten kuvia. Helpointa toteuttaa yksilöllisesti käyden jokainen kenttä erikseen läpi pohtien omia valintoja.



¹⁶ Konttinen, Hanna 2014. Soveltaen: Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Lasten keskus Oy.

¹⁷ Konttinen, Hanna 2014.

¹⁸ Konttinen, Hanna 2014.

5 LUOTTAMUS

5.1 Kamera ja valokuvaaja ¹⁹

Aika: 10min

Välineet: paperia tarvittaessa

Pareittain niin, että etummaisella (kamera) on silmät kiinni ja takimmainen kuljettaa (valokuvaaja) häntä hartioista ympäri tilaa. He pysähtyvät ottamaan kolme kuvaa, jolloin valokuvaaja asettelee kameran oikealle paikalle ja kamera saa avata silmät kuvan ottamista varten. Osat vaihtuvat kolmen kuvan jälkeen. Tehtävän jälkeen jokainen pari kertoo ainakin yhden valokuvan tai voi vaihtoehtoisesti piirtää sen paperille.

5.2 Heiluri ²⁰

Aika: 10-15min

Tehdään tiivispiiri ja yksi menee keskelle ja laittaa silmät kiinni (voi myös olla auki?) Keskellä olija ”kaatuu” rinkiin ja muut lähtevät heijaamaan häntä ringissä.

Voidaan toteuttaa myös kolmestaan niin, että yksi keskellä ja kaksi sivuilla ottamassa vastaan. Tällöin keskellä olija liikkuu eteen ja taakse silmät kiinni.

5.3 Seinäjuoksu ²¹

Aika: 10min

Pareittain kädet suorana toista vastaan. Yksi on hieman kauempana ja lähtee juoksemaan kohti ”pariseinää”, jossa jokainen pari vuorollaan nostaa kädet ylös, kun juoksi- ja tulee.

¹⁹ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

²⁰ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu./Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo, Liukkonen, Jarno 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. PS-kustannus, Juva

²¹ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

6 RENTOUTUMINEN

6.1 Mielikuvatarina²²

Aika: 5min

Välineet: tarina (liite 2 esimerkki)

Jokainen ryhmäläinen ottaa itselleen paikan, jossa on omaa rauhaa ja laittaa silmät kiinni.

Ohjaaja lukee mielikuvatarinan.



6.2 Kädet liikkuu²³

Aika: 10min

Välineet: paperia, kyniä, teippiä

Jokaiselle kolme paperia ja kaksi kynää, joissa värit päivän fiiliksen mukaan. Ensimmäisille paperille piirretään molemmin käsin niin, että kädet piirtävät peilikuvaa. Toiselle paperille piirretään niin, että kädet piirtävät samaan suuntaan. Kolmannelle paperille kädet saavat piirtää vapaasti. Taustalla soi rauhallinen musiikki. Paperit voi teipata pöytään kiinni, jolloin ne eivät liiku.

Tarkoituksena on keskittyä vain omaan tekemiseen ja näin tyhjentää ajatuksia.

6.3 Yhteisötaide²⁴

Aika: 20-25min

Välineet: isoa paperia, A3-paperia, tusseja/peiteväriä/sormiväriä

Ensin aloitetaan pareittain piirtäminen yhteiselle A3 –paperille, johon molemmat piirtävät ilman puhetta vastakkain. Piirtämisen aikana ohjaaja voi vaihdella ja yhdistellä parien papereja. Osallistujat ovat hiljaa ja kuuntelevat taustalla olevaa musiikkia.

Tämän jälkeen otetaan isopaperi lattialle, josta jokainen ottaa oman paikan ja alkaa maalata vapaasti. Tässä tehdään tasaisin väliajoin paikan vaihtoja, jotta jokaisen kädenjälki näkyy koko paperilla.

Aloittaa voi myös suoraan isolle paperille piirtämisestä musiikkia kuunnellen.



²² Konttinen, Hanna 2014. Soveltaen: Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo, Liukkonen, Jarno 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. PS-kustannus, Juva

²³ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2014, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

²⁴ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2014, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

7 REFLEKTOINTI

7.1 Kuvat²⁵

Aika: 5-10min

Välineet: paljon erilaisia kuvia

Jokainen valitsee itselleen kertaa/harjoitusta kuvastaneen kuvan. Tämän jälkeen kuvan avulla kerrotaan omista tuntemuksista ja huomioista, mitä harjoituksesta jäi.



7.2 Fiilisjana²⁶

Aika: 5min

Määritellään janan alku ja loppu päät, joissa on hyvä ja huono. Tämän jälkeen ryhmäläiset jakaantuvat kuvitellulle janalle sen mukaan millainen olo harjoituksesta jäi. Tämän jälkeen ohjaaja kysyy hieman perusteluja, miksi on missäkin kohtaa seisomassa.

7.3 Sana²⁷

Aika: 5-10min

Välineet: lappuja, joille voi kirjoittaa, kyniä

Ryhmäläiset kirjoittavat lapulle yhden sanan tai vaihtoehtoisesti yhden lauseen, joka kuvastaa harjoitusta. Jos ryhmäläisiä on paljon he voivat ensin pienissä ryhmissä kertoa omasta sanastaan ja siitä, miksi kirjoittivat juuri sen. Tämän jälkeen isossa ryhmässä ohjaajan johdolla keskustellaan harjoituksesta ja sanoista, joita ryhmä kirjoitti.

²⁵ Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012, Mikkelin ammattikorkeakoulu.

²⁶ Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tammerpaino Oy. Tampere.

²⁷ Konttinen, Hanna 2014. Soveltaen: Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 2012. Mikkelin ammattikorkeakoulu.

KUVAT

Konttinen, Hanna 2014. Omat kuvatiedostot.

pixabay.com 2014. <http://pixabay.com/>

LASKUKONE

HUONEESSA ON NARUSTA TEHTY YMPYRÄ HALKAISIJALTAAN NOIN 6 METRIÄ. TÄSSÄ YMPYRÄSSÄ ON PIENIÄ PAHVIKORTTEJA, JOISSA ON NUMEROITA YHDESTÄ KOLMEENKYMMENEENVIITEEN (1-35).

TEHTÄVÄNNE ON KOSKETTAA KAIKKIA KORTTEJA NUMEROJÄRJESTYKSESSÄ 75 SEKUNNIN AIKANA.

SÄÄNNÖT

HUONEESSA EI SAA PUHUA.

SUORITTAMISEEN AIKAA NOIN 30 MINUUTTIA

RYHMÄLLÄ ON VIISI (5) YRITYSTÄ.

VAIN YKSI IHMINEN KERRALLAAN YMPYRÄN SISÄLLÄ, MUUT ULKOPUOLELLA.

YMPYRÄN ILMATILA ON MYÖS KIELLETTYÄ ALUETTA. VARO ETTEI KÄDET TAI JALAT MENEN YMPYRÄÄN, KUN JOKU ON SISÄLLÄ.

TOIMINTA KESKEYTYY YMPYRÄN LUONA JOS...

1. AIKA ON LOPPUNUT
2. JOKU PUHUU
3. USEAMPIA HENKILÖITÄ ON YHTÄ AIKAA YMPYRÄSSÄ
4. NUMEROITA EI KOSKETETTU OIKEASSA JÄRJESTYKSESSÄ

MIELIKUVATARINA

Ota hyvä ja rauhallinen asento, jossa voit olla rennosti.

Sulje silmäsi ja kuvittele olevasi jossakin tutussa ja rauhallisessa metsässä.

Näet polun edessäsi ja lähdet kävelemään sitä pitkin rauhallisesti eteenpäin.

Hengität syvään sisään ja ulos raikasta ilmaa.

Ilmassa tuoksuu havupuut ja raikas luonto.

Kuulet linnun laulua ja katselet ympärillesi, mistä puun latvasta se mahtaa kuulua.

Kuulet oksien ja lehtien liikkuvan tuulen mukana. Tuuli tuntuu myös kasvoillasi.

Kävelet vielä hieman eteenpäin rauhallisesti.

Löydät itsellesi hyvän paikan istahtaa hetkeksi katselemaan maisemia.

Katsele tarkkaan ympärillesi, näet lintuja, koivun, kuusen ja männyn, oravia ja kauniita kukkia....

Tunnustelet maata vieressäsi. Se tuntuu hieman kylmältä.

Huomaat vieressä solisevan puron, jossa vesi virtaa hitaasti kivien yli alaspäin.

Kuuntelet ja seurailet sitä hetken aikaa.

Ota hetki aikaa itsellesi ja hengittele rauhallisesti.

Palaa takaisin tänne, missä nyt olet.

Avaa silmät rauhallisesti ja tunne hyvä rentoutunut olo.