

Kaattari Saara

PIENRYHMÄTOIMINNAN VAIKUTUKSET NUORTEN
HYVINVOINTIIN JA KEHITYKSEEN NUORTEN POIKIEN JA
HEIDÄN LÄHIYMPÄRISTÖNSÄ KOKEMANA

Sosiaalialan koulutusohjelma

2015

PIENRYHMÄTOIMINNAN VAIKUTUKSET NUORTEN HYVINVOINTIIN JA KEHITYKSEEN NUORTEN POIKIEN JA HEIDÄN LÄHIYMPÄRISTÖNSÄ KOKEMANA

Kaattari, Saara
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2015
Ohjaaja: Rautava, Heli
Sivumäärä: 54
Liitteitä: 4

Asiasanat: nuoret, hyvinvointi, kehitys, vaikuttavuus

Opinnäytetyöni lähtökohtana oli tutkia Otsolan nuorisotyön Sänttis-projektin pienryhmätoiminnan vaikutuksia nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen. Tavoitteena oli selvittää, minkälaiset nämä vaikutukset olivat ja oliko niitä havaittavissa jo tällä hetkellä. Työni tarkoituksena oli osoittaa onko toiminnalla vaikutusta nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen sekä niiden kautta Sänttis-projektin merkityksellisyyttä.

Opinnäytetyössäni työmenetelmäksi valitsin kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimusmenetelmän, koska tutkin Sänttis-projektin työn laatua enkä määrää. Tarkoitukseni oli selvittää vaikutuksia jo tässä ajassa.

Aineistoni keruussa kohderyhmänä olivat Sänttis-projektin Poikien Terveet elämäntavat -ryhmän osallistujat eli pojat, heidän vanhempansa eli kotiväki, heidän koulunsa henkilökunta ja Otsolan nuorisotyön työntekijät. Haastattelin pojat ja heidän kotiväkinsä. Koulun henkilökunnalle ja Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöille tein verkkokyselyn. Haastatteluissa ja kyselyissä kysymykset oli laadullisen tutkimuksen mukaisia. Niillä oli tarkoitus saada kokemuseräisellä tiedolla syvällistä tietoa Sänttis-projektin merkityksestä.

Tutkimuskysymyksiini sain keräämäni aineiston perusteella vastauksia. Pienryhmätoiminnalla oli vaikutettu nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen liittyvissä asioissa melko kokonaisvaltaisesti ja niitä oli havaittavissa jo nyt. Tulokset työssäni osoittavat Sänttis-projektin työn olevan merkityksellistä ja tärkeää nuorten hyvinvoinnin ja kehityksen kannalta.

THE EFFECTS OF THE SMALLGROUP ACTIVITY TO THE YOUTHS' WELFARE AND PROGRESS AS A KNOWLEDGE OF YOUNG BOYS AND THEIR SURROUNDING

Kaattari, Saara

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Training Program of Social Services

November 2015

Supervisor: Rautava, Heli

Number of pages: 54

Appendices: 4

Keywords: youth, welfare, progress, effectivity

The purpose of this thesis was to do research of the effects to the youths' welfare and progress by the Sánttis-project. My aspiration was also find what were those effects and were the effects perceptible here and now. My aspiration was, with my work, were there any effects to youths' welfare and progress and by them to show Sánttis-project significance.

I choose as my work method to be qualitative research because I search qualitative, not the amount of something. My aspiration was to find effects here and now.

As my target group there was boys from the Boys' Healthy Way of Life -group, their parents, their school staff and workers of the Sánttis-project. I did interviews to the boys and their parents. For the school staff and workers of the Sánttis-project I did an inquiry on on-line. The questions on the interview and the inquiry on the on-line were compatible of the qualitative research. The purpose with those kind of questions was to find deep information about the significance of Sánttis-project by all of their knowledge.

I got the answers on my research questions by the collected material from the interviews and inquiry on on-line. There were effects to the young boys' welfare and progress by the small group activity and those were perceptible here and now. The results of my work shows that the work of Sánttis-project is significance and important by the youths' welfare and progress.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	TAUSTAT JA LÄHTÖKOHDAT	8
2.1	Otsolan Kannatusyhdistys ry ja Setlementti	8
2.2	Otsolan nuorisotyö	8
2.3	Tietoa ja taustaa Sänttis-projektista	8
2.3.1	Ajatuksia ja näkemyksiä Sänttis-projektin tarpeesta.....	9
2.3.2	Sänttis-projektin keskeisiä termejä/käsitteitä	11
2.3.3	Poikien terveet elämäntavat -ryhmä	12
3	NUORUUDEN KEHITYS.....	13
3.1	Murrosikä - Mitä se onkaan?	13
3.2	Psyykinen kehitys	14
3.2.1	Nuoruusiän kehitykselliset tehtävät.....	15
3.2.2	Identiteetti	16
3.2.3	Minäkuva ja itsetunto	17
3.3	Kognitiivinen kehitys.....	18
3.3.1	Mitä tapahtuu nuoren aivoissa?	18
3.3.2	Ajattelun taidot kehittyvät	19
3.3.3	Itsesäätelyssä näkyy ajattelun taidot.....	20
3.4	Sosiaalinen kehitys.....	20
3.4.1	Itsenäistyminen - irtaantuminen vanhemmista kiintymyssuhdekontekstissa	20
3.4.2	Kavereiden merkitys.....	22
4	NUORTEN HYVINVOINTI	23
4.1	Nuorten elämäntavat ja terveys.....	23
4.2	Nuorten mielenterveys	24
4.3	Nuorten syrjäytyminen.....	26
4.3.1	Nuorten syrjäytymisen syitä	27
5	OPINNÄYTETYÖNI LAADULLISENA TUTKIMUSTYÖNÄ	29
6	HAASTATELUIDEN JA KYSELYIDEN TAUSTAT JA VASTAUKSET	30
6.1	Poikien haastatteluiden vastaukset.....	31
6.1.1	Väittämien vastaukset poikien haastatteluissa.....	32
6.2	Kotiväen haastatteluiden vastaukset	33
6.3	Koulun henkilökunnan verkkokyselyn vastaukset.....	36
6.4	Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden verkkokyselyn vastaukset	37

7 TULOSTEN ANALYSOINTI	40
7.1 Aika.....	40
7.2 Käsitys ryhmän toiminnasta.....	41
7.3 Ryhmätoiminnan tärkeys pojille	42
7.4 Ryhmätoiminnan vaikutukset	45
7.5 Ryhmätoiminnan jatko ja tarve.....	48
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	49
LÄHTEET.....	52
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aihe alkoi syntyä mielessäni jo ensimmäisessä harjoittelupaikassani, Otsolan nuorisotyössä. He olivat aloittaneet silloin hankkeen nimeltä Sänttis-projekti RAY:n rahoittamana. Heitä seuranneena harjoittelujaksonei aikana, sain huomata, kuinka tärkeää työtä he minun mielestäni tekivät lasten ja nuorten parissa. Syksyllä 2014 menin heidän toimistoonsa ja kysyin, oliko heillä tarvetta tämänkaltaiselle opinnäytetyölle, jossa tutkisin heidän ryhmätoimintansa vaikutuksia lasten ja nuorten kehitykseen ja hyvinvointiin. He katsovat, että aiheeni oli sellainen, josta ei heillä ollut niin paljon tietoa heidän osallistujiltaan eikä osallistujien vanhemmiltaan. Yhteistyö Otsolan nuorisotyön Sänttis-projektin työntekijöiden kanssa opinnäytetyöni parissa alkoi siltä istumalta. He kertoivat minulle, mikä heidän ryhmistään voisi toimia tutkimukseni kohderyhmänä. Sänttis-projektin Poikien Terveet elämäntavat -ryhmä osoittautui hyväksi kohderyhmäksi, sillä ryhmän osallistujien kanssa he olivat tehneet työtä jo ennen projektia, niin myös vanhempien ja muiden yhteistyötahojen kanssa.

Alkuvuodesta 2015 kartoitin ajankohtaa yhdessä Otsolan nuorisotyön työntekijöiden kanssa haastatteluille ja kyselyille. Haastattelut toteutin keväällä pojille ja heidän vanhemmilleen. Kyselyihin verkossa sain vastaukset kesäkuun loppuun mennessä koulun henkilökunnalta sekä Otsolan nuorisotyön työntekijöiltä. Kesällä purasin keräämäni aineistoa ja syksyllä aloitin opinnäytetyön kirjoittamisen.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli saada selville pienryhmätoiminnan vaikutukset nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen nuorten poikien ja heidän lähiympäristönsä kokemana. Käytän työssäni pienryhmätoiminnan käsitettä, sillä Sänttis-projektissa heidän työnsä perustuu osaltaan siihen.

Halusin selvittää, ovatko vaikutukset havaittavissa jo nyt. Jos on, niin millä tavalla. Haluan tuoda opinnäytetyössäni esiin, näillä kysymyksillä, pienryhmätoiminnan ja yleisesti ammatillisesti ohjatun vapaa-ajan toiminnan merkityksen nuoren elämässä. Opinnäytetyössäni haluan osoittaa opinnäytetyöni tuloksilla ko. työn merkityksen nuorten parissa.

Vaikka lapsilla ja nuorilla on ympärillään tarjolla monen moista harrastustoimintaa, silti, varsinkin nuorten syrjäytymisen ja sitä kautta heidän henkisen pahoinvoinnin, on katsottu lisääntyneen. Tämä on myös yksi syy tutkimukselleni.

Opinnäytetyöni tutkimusmenetelmänä, olen käyttänyt kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Opinnäytetyössäni tutkin ryhmätoiminnan laatua ja sen merkittävyyttä kokemusten perusteella.

2 TAUSTAT JA LÄHTÖKOHDAT

2.1 Otsolan Kannatusyhdistys ry ja Setlementti

Otsolan Kannatusyhdistys ry toimii Porissa ja sen ympäristökunnissa. Otsolan toiminnanmuotoja ovat: Kansalaisopisto, Otsolan nuorisotyö ja Mainos Otsola. Kannatusyhdistyksen toimintaa johtaa yhdistyksen hallitus. (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 5.)

Otsolan Kannatusyhdistys ry toimii setlementtiateen mukaisesti. Setlementtiate tarkoittaa ihmiseltä ihmiselle työskentelyn aatetta, joka on lähtenyt 1800-luvun lopussa Englannista, jossa sosiaalityötä on lähdetty tekemään ihmisten keskelle köyhiin pariin. Suomeen setlementtiliike on tullut n. 100- vuotta sitten ja tällä hetkellä se on sivistys- ja sosiaalisen alan suurimpia palvelutuottajia ja työllistäjiä. Erimuotoista toimintaa on 50 paikkakunnalla, liikkeen palveluksessa 4000 ammattilaista ja työssä mukana valtava joukko vapaaehtoisia eri-ikäisiä ja eri taustoista tulevia ihmisiä. (Setlementtiliiton www-sivut.)

2.2 Otsolan nuorisotyö

Otsolan nuorisotyöllä on perusnuorisotyötä sekä Sänttis-projekti kehittämishankkeena. Otsolan perusnuorisotyössä järjestetään pienryhmätoimintaa 7-18 v. lapsille ja nuorille. Ryhmiä ovat mm. kokkikerhot, tietsikkaklubit, kädentaitoryhmät, hiphop ja meidän oma projekti-ryhmät. Lisäksi toimii aktiivinen Otsolan apuohjaajat -ryhmä, johon kuuluvat nuoret toimivat avustavina ohjaajina ryhmissä ja erilaisissa tapahtumissa. (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 5-6.)

2.3 Tietoa ja taustaa Sänttis-projektista

Opinnäytetyöni tilaajana toimii Otsolan nuorisotyön Sänttis-projekti.

Sänttis on Otsolan nuorisotyön toteuttama ja RAY:n rahoittama kehittämisprojekti vuosina 2012-2016. Projektin päätavoitteena on kehittää toimintamalli lasten ja nuor-

ten kasvua ja kehitystä, sosiaalisia taitoja ja koulunkäyntiä tukevasta sekä syrjäytymistä ehkäisevästä pienryhmätoiminnasta ja yksilönohjauksen yhdistämisestä siihen. Idea Sääntis-projektille on syntynyt Otsolan nuorisotyön aiemman Kansalaistaitoja nuorille -projektin kokemusten myötä. Projektirahoitusta haettiin Raha-automaattiyhdistykseltä ensimmäisen kerran vuonna 2009. Kielteisen rahoituspäätöksen jälkeen projektin ideaa täsmennettiin ja vahvistettiin yhteistyösopimuksia yhteistyökumppaneiden kanssa. Myönteinen rahoituspäätös projektille saatiin kolmannella hakukerralla ja projekti käynnistyi keväällä 2012. Sääntis-projektissa työskentelee kolme päätoimista työntekijää: projektipäällikkö sekä kaksi projektityöntekijää. (Sääntis-projektin väliraportti 2012-2013, 4.)

Sääntis-projektin kohderyhmänä ovat porilaiset 10-16-vuotiaat (4-9 lk.) lapset ja nuoret sekä heidän vanhempansa. Toiminta painottuu erityisesti syrjäytymisvaarassa oleviin perheisiin. (Sääntis-projektin väliraportti 2012-2013, 10.)

Sääntis-projektin päämääränä on se, että jokaisella nuorella on mahdollisuus osallistua ammatillisesti ohjattuun vapaa-ajan toimintaan, joka antaa hänelle mahdollisuuden kehittää omia sosiaalisia taitoja, emotionaalisia valmiuksia sekä fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia. Projektin tavoitteena on osallistumis- ja harrastusmahdollisuuksien tarjoaminen sekä osallisuuden tukeminen. Osallistujia huomioidaan elämäntilanteen mukaan ja heitä pyritään tukemaan kokonaisvaltaisesti. Vanhempien kanssa toivotaan aktiivista yhteistyötä ja vuorovaikutusta. (Sääntis-projektin väliraportti 2012-2013, 4.)

2.3.1 Ajatuksia ja näkemyksiä Sääntis-projektin tarpeesta

Otsolan nuorisotyön aikaisemmassa projektissa, Kansalaistaitoja nuorille RAY:n rahoituksella (2007-2010), löysivät he Porin kaupungin vapaa-aikaviraston nuorisoyksikön, koulutoimen ja perusturvan lastensuojelun kanssa toimivia keinoja syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten tavoittamiseen. Projektin aikana kävi ilmi, että jos olisi käytettävissä oleva toimintamalli, jolla nuoren osallistumista pienryhmätoimintaan voitaisiin tukea pitkäjänteisesti ja kokonaisvaltaisesti lapsuudesta myöhäisempään murrosikään saakka, niin nuorten syrjäytymistä ehkäisevällä työllä olisi parhaat onnistumisen edellytykset. Tällaista yhteistyö- ja toimintatapaa ei ollut ennen olemassa (Sääntis-projektin väliraportti 2012-2013, 7).

Ne lapset ja nuoret joiden voidaan katsoa olevan syrjäytymisvaarassa, heillä on sosiaalisen tuen ja luotettavan aikuisen tarve. Osalla vanhemmista työelämä vie paljon aikaa, mikä on pois lasten ja nuorten elämästä. Vanhempien omista vaikeuksista (ihmissuhdeongelmat, työttömyys, mielenterveys- ja päihdeongelmat jne.) johtuen puuttuvat henkiset resurssit ja luotettavana ja turvallisen aikuisena oleminen. Jokainen lapsi ja nuori tarvitsee elämäänsä luotettavan aikuisen sekä aikaa ja huolenpitoa. Syrjäytymisvaarassa olevien tai jo syrjäytyneiden tilannetta ei edistä pelkästään heidän itsensä tukeminen, vaan parempiin tuloksiin päästään, kun kotioloihin vaikutetaan ja tuetaan myös vanhempia kasvatustehtävässään (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 8).

Terveet elämäntavat ovat myös osa elämää. Osalla lapsista ja nuorista myös "aikuisen nälän" lisäksi on myös ruoan nälkä. Terveellisen välipalan valmistaminen ja tarjoaminen osana toimintaa on tärkeää niin ravintoarvoiltaan kuin kasvatuksellisestikin. Liikunta on myös luonnollisesti kasvavan lapsen ja nuoren kehityksessä merkityksellinen asia, johon pienryhmässä voidaan innostaa vähän liikkuvia mukaan toimintaan ja kokeilemaan erilaisia liikuntamuotoja. Pienryhmässä vietetty aika vähentää myös aikaa tietokoneen parissa (pelit, nettimaailma), jossa monet lapset ja nuoret tyydyttävät nykyään sosiaalisia tarpeitaan. Pienryhmässä syntyy aitoja vuorovaikutustilanteita, mahdollisuuksia kommunikointiin ja yhdessäoloon (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 9).

Lapsilla on luontaista innostua ja kiinnostua toimimaan ryhmässä. Haasteeksi muodostuukin usein siirtymävaihe yläkouluun, jolloin kouluympäristö, kaveripiiri ja kiinnostuksen kohteet saattavat muuttua. Tässä kohtaa usein ajoittuu monien lasten aktiivinen harrastustoiminnan päättyminen. Kuitenkin nuoret haluavat myös kokea kuuluvansa johonkin. Ystävien ja kaveripiirien merkitys korostuukin nuoruusiässä. Tätä kehitysvaihetta voidaan tukea tarjoamalla mahdollisuuksia vuorovaikutukseen ja ystäväystymiseen ryhmätoiminnassa (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 9).

2.3.2 Sänttis-projektin keskeisiä termejä/käsitteitä

Seuraavat käsitteet on määritelty niin, kuten ne Sänttis-projektissa määritellään. Joillakin muilla tahoilla. Joillakin muilla tahoilla voi olla hieman erilainen sävy puhuttaessa samoista käsitteistä.

Pienryhmä: Ryhmä, jossa kaikki ovat tasavertaisia, kaikki osallistujat huomioidaan ja jokaista kuunnellaan ja arvostetaan yksilönä, omana itsenään. Pienryhmässä jokainen tulee näkyväksi, eikä kukaan jää näkymättömäksi. Ryhmässä on rajattu osallistujamäärä, joka on 3-8 henkilöä. Tällöin jokaisella ryhmän jäsenellä on mahdollisuus saada helpommin itsensä kuuluviin, sillä ohjaajat ovat lähellä ja läsnä. Pienessä ryhmässä myös luottamus syntyy helpommin. Ryhmän toiminta on tavoitteellista ja ammatillisesti ohjattua. Pienryhmässä koostuu yhdessä tekeminen ja yhteenkuuluvuuden tunne (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 6).

Säntilliset elämäntavat nuorella: Oman itsensä kunnioittaminen ja itsestään huolehtiminen ovat tärkeitä, sillä silloin löytyy myös taitoa arvostaa toisia ja olla hyvä kaveri. Kyky tehdä oman elämän kannalta terveellisiä valintoja ja ymmärtää niiden merkitys. Omien koulutehtävien huolehtiminen sekä arjen ja ajankäytön hallinta kuuluu oleellisena osana nuoren elämää (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013, 7).

Ammatillisuus työntekijällä: Työntekijältä odotetaan osaamista, tietoa ja taitoa. Hänellä tulee olla kykyä soveltaa ja käyttää teoretietoa käytännössä, joka näkyy toiminnan arviointina, haluna kehittyä, kokonaisvaltaisten asioiden ja tilanteiden huomioimisena ja taitona hoitaa haastavat tilanteet loppuun asti. Harkittujen ja valittujen työskentelytapojen kautta voidaan luoda toiminnan laadukkuutta. Tietysti heittäytymisen rohkeutta vaaditaan tässä työssä tilanteiden tullen. Tärkeää on osata pitää huolta myös omasta jaksamisestaan (Sänttis-projektin väliraportti 2012-2013,7).

2.3.3 Poikien terveet elämäntavat -ryhmä

Tutkimukseni kohteena on Sääntis-projektiin kuuluva pitkäkestoinen monitoimiryhmä. Sen tavoitteena on tukea terveitä elämäntapoja poikia kiinnostavien aiheiden kautta. Kohderyhmänä ovat 6-8 lk. pojat ja tavoitteena poikien kasvamisen ja kehittymisen tukeminen. Kaksi ryhmäläistä on ollut mukana kokoonpanossa jo puolitoista vuotta ennen Sääntis-projektin alkua, osana Otsolan nuorisotyön muuta toimintaa. Ryhmä siirtyi Sääntis-projektin toiminnaksi ja kehittämiskohteeksi syksyllä 2012. Osalle osallistujille kyseinen ryhmä on ainoa ohjattu harrastus. Osallistujat on tavoitettu luokanopettajan, kuraattorin ja toisten ryhmäläisten kautta. Ryhmää ei siis ole mainostettu avoimesti. Kaikki osallistujat ovat erityisopetuksen oppilaita. Yhteistyö myös poikien vanhempien kanssa on tiivistä ja toimivaa. Vanhemmille lähetetään säännöllisesti kotitiedotteita (kuten muissakin Sääntis-ryhmissä) ryhmän toiminnasta. Tarvittaessa soitetaan ja lähetetään tekstiviestejä myös positiivisista kuulumisista (Sääntis-projektin väliraportti 2012-2013, 18).

Projektityöntekijöiden H, Vijan, ja P, Erkon (projektipäällikkö) mukaan, ryhmäkoostumisten alussa on aina terveellinen välipala, jonka osallistujat tekevät itse. Yhdessä syömisellä on tärkeä merkitys. Siinä käydään usein mieltä askarruttavat keskustelut ohjaajien ja muiden ryhmäläisten kanssa.

Kokoontumiskerroilla on aina eri tekeminen. Siksi ryhmää kutsutaankin monitoimiryhmäksi. Esim. kokoontumiskerroilla voidaan mennä uimaan, kokeilemaan seinäkiipeilyä, leivotaan tai vaikkapa tehdään saippuoita. Laidasta laitaan, kunhan se liittyy ja tukee nuorten poikien hyvinvointia.

Ryhmässä on kaksi ohjaajaa. Yksi ohjaajista on Otsolan nuorisotyön Sääntis-projektin työntekijä ja toinen ohjaajista toimii ko. ryhmässä tuntiohjaajana (henkilökohtainen tiedonanto 26.10.2015).

3 NUORUUDEN KEHITYS

3.1 Murrosikä - Mitä se onkaan?

Murrosikä on vaihe elämässä, jossa ihminen kasvaa lapsesta aikuiseksi. Se on ikään kuin ihminen syntyisi uudestaan. Kehossa ja mielessä tapahtuu valtavasti kasvua ja kehitystä kohti aikuisuutta. Tyttöillä murrosikä alkaa hieman aikaisemmin kuin pojilla. Samanikäisten lasten kehityserot voivat olla myös suuret.

Murrosikä on kuitenkin hämmäntävää aikaa, sillä lapsi kamppailee lapsuuden ja nuoruuden välimaastossa. Välillä hän haluaa olla pieni ja käretyä syliin ja toisinaan taas itsenäinen nuori. Se on kuitenkin normaalia, että haluaa vielä samanaikaisesti leikkiä barbeilla ja rakennella legoilla kuin olla salaa ihastunut tai haluta nuorisotalon diskoon. Murrosiässä lapsen on kypsyttävä vähitellen itsenäisyyteen ja etsittävä uudenlainen suhde itseensä ja vanhempiinsa. (MII:n www-sivut.)

Fyysisesti, hormonaaliset muutokset käynnistävät murrosiän. Se kestää n. 2 - 5 vuotta. Muutaman vuoden kuluessa lapsen kehosta kasvaa fyysisesti aikuinen. Tyttöillä murrosikä alkaa yleensä rintojen aristamisella ja kasvamisella. Joillakin tämä tapahtuu 8-vuotiaana, toisilla 13 vuoden iässä. Muita murrosiän merkkejä tyttöillä ovat häpykarvoitus, kasvupyrähdys, kehon muotojen muuttuminen ja kuukautisten alkaminen. Tyttöjen kasvupyrähdys ajoittuu huomattavasti aiemmaksi kuin pojilla. Kuukautiset ilmaantuvat yleensä kasvupyrähdysen jälkeen.

Pojilla murrosiän alkamisesta kertoo kivesten kasvaminen, tavallisimmin 9 - 13 vuoden iässä. Penis alkaa kasvaa vuotta myöhemmin. Poikien murrosiän kehitykseen kuuluvat myös yölliset siemensyöksyt, iho- ja sukuelinkarvoituksen lisääntyminen ja kasvupyrähdys. Pojilla kasvupyrähdys tapahtuu murrosiän loppupuolella. Parta usein kasvaa vasta armeijaiässä. Pojan murrosiän kehitykseen kuuluu myös äänenmurros, jolloin äänen korkeus helposti vaihtelee hallitsemattomasti matalasta korkeaan.

(Väestöliiton www-sivut 2015.)

3.2 Psykkinen kehitys

Nuoren psykkinen kehitys ei etene suoraviivaisesti, vaan kehityksellisen etenemisen ohella myös taantuu. Nuori saavuttaa tietyn kehitysvaiheen, mutta menettää jo saavutetun toimintakyvyn joksikin aikaa. Kehitys kulkee kaksi askelta eteenpäin ja yhden taaksepäin. Nuoren kehitykselle on myös ominaista, että mielen eri toiminnat ja kyvyt kehittyvät eri tahtia. Yleinen sääntö on, että fyysinen kehitys on tunne-elämää edellä. (Aalberg & Siimes 1999, 60.)

Esimerkkinä Jari Sinkkosen kirjasta: "Nuori tyttö kaivaa nuket ja rattaat kaapista kun pienet serkut tulevat kylään ja leikkii niillä tuntikausia antaumuksellisesti. Kun joku huomauttaa tästä leikillisesti, tyttö harmistuu hiukan ja puolustautuu sanomalla, että hän on vain uhrautunut pienten vieraidensa takia." (Sinkkonen 2010, 69.)

Taantumien myötä lapsuudenaikaiset toiveet, niiden onnistuneet ja epäonnistuneet ratkaisut sekä lapsuuden traumat tulevat uudelleen mielen työstettäväksi.

Monet lapsuudenajan häiriöt voidaan ratkaista ja korjata nuoruusiässä, kun nuori kykenee kohtaamaan ne aikaisempaa kehittyneemmällä tavalla ja henkisiltä ominaisuuksiltaan valmiimpana. Nuoruusiän tapahtumaketju muuttaa persoonallisuutta ratkaisevalla ja lopullisella tavalla. Vaikuttavina tekijöinä ovat aikaisemmat kehitysvaiheet, jokaisen synnynnäinen kasvun ja kehityksen voima, pyrkimys kohti aikuisuutta sekä nuoren ja ympäristön vaikutus. (Aalberg & Siimes 1999, 55.)

Nuori käyttää paljon aikaa itsensä pohdiskeluun. Nuorena ihmiset kirjoittavat enemmän runoja, päiväkirjoja ja sarjakuvia kuin missään muussa ikävaiheessa. Nuoruutta onkin kutsuttu toiseksi psykologiseksi syntymäksi, ja sitä pidetäänkin lapsuuden kehityksen jälkeen ihmisen "toisena mahdollisuutena". Käsitys itsestä voi muokkautua niin paljon, että nuoren on mahdollista vapautua monista lapsuuden ongelmista, kuten arkuudesta ja ujoudesta. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 129.)

3.2.1 Nuoruusiän kehitykselliset tehtävät

Nuoruuden kehityksellisenä tehtävänä on Aalbergin ja Siimeksen kirjassa - Lapsesta aikuiseksi - (1999, 55-59) mukaan saavuttaa itse hankittu autonomia – itsenäisyys. Autonomian saavuttamiseksi on nuoren ratkaistava ikäkauteen kuuluvat kehitykselliset tehtävät:

1. Irrottautuminen lapsuuden vanhemmista, heidän tarjoamastaan turvasta ja heihin kohdistuvista toiveista sekä vanhempien löytäminen uudelleen aikuisen tasolla.
2. Puberteetin johdosta muuttuvan ruumiinkuvan, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen
3. Ikätovereiden apuun turvautuminen nuoruusiän kasvun ja kehityksen aikana.

Aalberg ja Siimes jakavat nuoruuden varhaisnuoruuteen, varsinaiseen nuoruuteen ja jälkinuoruuteen. Tällöin nuori kasvaa ja kehittyy sekä psyykkisesti että fyysisestikin. Nuoruusiässä persoonallisuus muovautuu kohti aikuisuuden persoonallisuutta (Väestöliiton www-sivut 2015).

Varhaisnuoruudessa, 12–14-vuotiaana puberteetin alkaessa, kehossa tapahtuvat fyysiset muutokset voivat aiheuttaa levottomuutta, kiihtymystä ja hämmennystä. Varhaisnuoruus on kuohuvaa aikaa. Nuori kohtaa oman selkiytymättömyytensä ja elää ristiriitojen keskellä, eikä oma keho ole vielä täysin hallinnassa. Nuori haluaisi itsenäistyä ja harjoitella vanhemmista irrottautumista.

Varsinaisessa nuoruudessa, 15–17-vuotiaana, ristiriidat suhteessa vanhempiin ovat alkaneet helpottua ja konfliktit vähentyä. Nuoren persoonallisuus alkaa selkiytyä, kun hän samaistuu omiin vanhempiinsa sekä ikätovereihin. Nuori alkaa sopeutua muuttuneeseen ruumiinkuvaansa ja seksuaalisuuden kehitys on keskeistä.

Jälkinuoruus, 18–22-vuotiaana, on jäsentymisvaihe, jossa aikaisemmat kokemukset hahmottuvat kokonaisuudeksi naisena tai miehenä olemisesta. Empatiakyky lisääntyy, itsekeskeiset valinnat vähenevät, nuori osaa ottaa toiset huomioon ja tekee kompromisseja. Nuori sijoittaa itsensä osaksi yhteiskuntaa eikä enää pelkästään osaksi lapsuuden perhettään. Hän alkaa omalta osalta kantaa vastuuta, tekee päätöksiä tulevan ammattinsa sekä perheen perustamisen suhteen. (Väestöliiton www-sivut 2015.)

Robert J. Havighurstin (1953), Human Development and Education teoria taas nuoruusiänkehitystehtävistä perustuu käsitykselle, jonka mukaan ihmisen kehitystä säätelee biologisen kasvun ja sosiaalisen ympäristön vuorovaikutus.(Puuronen 2006, 62.)

Havighurstin mukaan nuoruus sijoittuu ikävuosiin 11-25 ja jakautuu seuraaviin vaiheisiin: varhaisnuoruus (11-14-vuotiaat), keskinuoruus (15-18-vuotiaat) ja myöhäisnuoruus (19-25-vuotiaat). Nuoruuteen liittyvät seuraavat kehitystehtävät: 1. uusien suhteiden luominen ikäkumppaneihin 2. sukupuoliroolien tai sukupuolisopimusten omaksuminen 3. oman fyysisen olemuksen hyväksyminen 4. emotionaalisen riippumattomuuden saavuttaminen omista vanhemmista ja muista aikuisista 5. valmistautuminen eri elämänalueille, kuten parisuhteeseen ja perhe-elämään sekä työelämään 6. ideologian ja maailmankatsomuksen kehittäminen ja/tai omaksuminen ja 7. sosiaalisesti vastuullisen käyttäytymisen omaksuminen.(Nurmi 1995, 257-259; Puuronen 2006, 63.)

Edellä mainitussa kehityspsykologiassa nuori käsitettiin enemmän luontoon kuuluvaksi organismiksi, jonka kehitystä luonnon rytmi säätelee. Uudempi kehityspsykologia tarkastelee (tai ainakin pyrkii siihen) nuorta taas enemmän yhteiskunnallisena olentona, jonka kehitykseen vaikuttaa yhteiskunnan, kulttuurin, instituutioiden, normien ja käytäntöjen kehitys (Nurmi 1995, 158-160; Puuronen 2006, 63.)

3.2.2 Identiteetti

Identiteetillä tarkoitetaan käsitystä itsestään sekä arvoistaan ja tavoitteistaan. Identiteetti jaetaan henkilökohtaiseen ja sosiaaliseen identiteettiin. Henkilökohtainen identiteetti sisältää ominaisuuksia, jotka tekevät yksilöstä ainutlaatuisen. Se siis sisältää minäkäsityksen ja itsetunnon. Sosiaalisella identiteetillä tarkoitetaan ominaisuuksia, joita jaetaan ryhmän jäsenten kesken. (Psykologian kertaus 2011)

Psyykkisen kehityksen kannalta on tärkeää, että ihminen oppii tuntemaan olonsa "kotoisaksi" omana itsenään ja löytää oman paikkansa yhteiskunnassa. Keski- ja myöhäisnuoruuden vaiheessa alkaa jokaisella oma persoona tulla esiin, sillä se on voimakkaan yksilöllisyyden kehittymisen aikaa. Nuori rakentaa näkemystään identiteetistään, jolla tarkoitetaan suhteellisen selkeää ja pysyvää yksilöllistä minäkäsitystä.

Onnistuneeseen identiteettiin kuuluu psyko-fyysis-sosiaalisen hyvinvoinnin kokemus ja luottamus hyvinvoinnin jatkumiseen elämän eri tilanteissa. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 134.)

Henkilökohtaisen identiteetin lisäksi tarvitaan myös sosiaalinen identiteetti määrittämään ihmisen koko identiteettiä. Ihminen kokee olevansa ainutlaatuinen ja yksilöllinen, mutta samalla hän toivoo yhteenkuuluvuutta ja samankaltaisuutta. Sosiaalista identiteettiä voi määrittää esim. ystävät ja perhe. Jokaisella tasolla on kuitenkin omat yksilölliset piirteet. Ryhmässä koetaan samankaltaisuutta, mutta samalla myös yksilöllisyys korostuu, kun omaa ryhmää verrataan muihin ryhmiin. (Psykologian kertaus 2011.) Viitattu 10.10.2015

Vaikka nuoruus on identiteetin kehityksen voimakkainta aikaa, identiteetin juuret ovat lapsuudessa. Ihminen joutuu koko ajan, muokkaamaan käsitystä itsestään, ja identiteetin kehitys on ihannetapauksessa läpi elämän jatkuva prosessi, joka tähtää sisäisiin ja ulkoihin oloihin sopeutumiseen. Ihmiset, joilla on hahmottomaton identiteetti, eivät ole edes aloittaneet sen rakentamista, eivätkä näin ole myöskään sitoutuneet mihinkään lopulliseen identiteettiin. Identiteetin etsijät kokeilevat erilaisia vaihtoehtoja, eivätkä ole vielä tehneet valintaansa. Tämä voi näkyä nuoruuden kapinointina ja kertoo psyykkisen kehityksen edistymisestä. Kapinointia voi pitää huolestuttavana, jos se jatkuu hyvin pitkään. Identiteettiin ajautuneet ovat ilman minkäänlaista etsintää omaksuneet jonkin valmiin, esim. lapsuudenkodin vaatimusten mukaisen identiteetin. Usein he pyrkivät rajoittamaan elämäänsä, etteivät joutuisi muuttamaan omaksumaansa identiteettiä. Identiteetin saavuttaneet ovat läpikäyneet niin etsintävaiheen kuin identiteettiin sitoutumisenkin ja muodostaneet oman identiteettinsä. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 136.)

3.2.3 Minäkuva ja itsetunto

Minäkuva ja itsetunto kulkevat käsikädessä. Jos minäkuva rakentuu myönteisistä arvoista, tätä myöden myös itsetunto on hyvä. Itsetunto saattaa vaihdella hetkellisesti, mutta yleensä se on suhteellisen pysyvä ominaisuus. (ajatus. www-sivut 2015.)

Minäkuva ja minäkäsitys, eli käsitys itsestään, ominaisuuksistaan ja niiden arvosta, kehitty sen mukaan minkälaisia kokemuksia, havaintoja ja palautteita yksilö on saanut vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Itsetunto on ihmisen minäkäsityksensä positiivisuuden määrä, eli se kuvaa sitä, kuinka paljon hyviä ominaisuuksia hän itsessään näkee. Itsetunto on subjektiivinen tunne omasta hyvyydestä eikä se riipu siitä, miten muut ihmistä arvostavat, eikä se ilmene ulkoisessa menestymisessä. Itsetunto määrää ihmisen suhtautumista itseensä ja kertoo tiedostaako hän itsensä, tuntee ko hän itsensä ja arvostaako hän itseään. Itsetunnon tärkein prosessi on itsensä arvostaminen eli se, minkälaiseksi yksilö kokee arvonsa ja merkityksensä. (Anzhelika, 4.)

Nuoren minäkäsitys alkaa muuttua moniulotteiseksi. Nuori kykenee näkemään itsessään erilaisia, toisistaan riippumattomia puolia, kuten minkälainen hän on fyysisesti, sosiaalisesti, motivationaalisesti, emotionaalisesti ja kognitiivisesti. Tutkimuksissa on havaittu, että moniulotteinen minäkäsitys suojaa yksilöä kielteisten tapahtumien psyykkisiltä vaikutuksilta, kuten masennukselta. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 129.)

Hyvän itsetunnon muodostamiseen nuori tarvitsee hyväksyntää ja arvostusta lähipiiriltään. Varsinkin vanhempien rakkaus ja rohkaisu sekä hyvä koulumenestys edistää hyvää itsetuntoa. Nuoruusiän alussa itsetunto luonnollisesti heikkenee, mutta se vahvistuu peruskoulun viimeisinä vuosina. Itsetunto heikkenee, koska nuori hakee ikätovereiltaan hyväksyntää ja samalla hän myös tiedostaa esim. pukeutumisensa ja ulkonäkönsä olevan kritiikin kohteena. Itsetunto nousee, kun nuori saa vapautta ja vastuuta elämänsä suunnitteluun. (Psykologian kertaus 2011.)

3.3 Kognitiivinen kehitys

3.3.1 Mitä tapahtuu nuoren aivoissa?

Nuoruudessa aivojen massa ei enää oleellisesti kasva, mutta niiden toiminta kehitty ja yhä vaativammat kognitiiviset toiminnot mahdollistuvat. Joillakin aivoalueilla

hermoimpulssien kulku tehostuu. Näin käy esim. niissä aivojen kurikerroksen osissa, jotka vaikuttavat muun muassa keskittymiskyvyn ja tarkkaavaisuuden säätelyyn. Nuori pystyy kohdistamaan huomionsa pitkiksi ajoiksi haluamaansa asiaan ja sulkemaan häiritsevät tekijät tietoisuudestaan. Samalla paranee kyky jakaa tarkkaavaisuutta usean asian kesken. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 120.)

Vauvavaiheessa ja varhaislapsuudessa kehittyvät ne alueet, joiden toiminta liittyy ympäristöstä tulevien, sosiaalisesti merkittävien viestien havaitsemiseen. Varhaisnuoruudessa kypsyy alue, joka auttaa ymmärtämään sosiaalisen informaation emotionaalisia puolia - toisin sanoen nuori kokee tovereidensa ja vanhempiensa sanomiset ja tekemiset suurella tunteella. (Sinkkonen 2010, 42.)

Nuori on käymistilassa, jossa kehittyvät keskushermosto ja vilkastunut hormonitoiminta saavat aikaan tarpeen etsiä voimakkaita elämyksiä ja uusia, intensiivisiä kokemuksia, mutta impulssien säätelylle tarpeellinen aivoalue on vielä keskeneräinen. Siksi monet nuoret syyllistyvät tekoihin, joita eivät voisi ajatellakaan tekevänsä paria vuotta aikaisemmin, ja jotka muutaman vuoden kuluttua nostavat häpeän punan poskille. Osa nuorista ratkaisee ongelman vetäytymällä askeesiin ja kieltämällä itseltään kaiken mielihyvän, koska se voi ryöstäytyä hallitsemattomaksi. (Sinkkonen 2010, 43.)

3.3.2 Ajattelun taidot kehittyvät

Nuoruudessa ajattelu kehittyy Piaget' n teorian mukaan formaalisten operaatioiden tasolle. Hän kykenee irrottautumaan konkreettisista kokemuksista ja olettamaan, miten asiat saattaisivat olla tai minkälaisia asioita olisi voinut tapahtua. Hän voi esim. pohtia millaisia ongelmia maahanmuuttajat kokevat tullessaan Suomeen, vaikka ei itse olisi tavannut yhtäkään maahanmuuttajaa. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 122.)

Lapsuudessa päättely on induktiivista. Kun lapsi esim. näkee paljon harmaita lintuja, joita kaikkia sanotaan variksiksi, hän pääättelee, että harmaat linnut ovat variksia. Nuoruudessa yleistyy deduktiivinen päättely eli nuori kykenee soveltamaan kokemuksista muodostuvia yleisiä lainalaisuuksia ratkaistessaan yksittäisiä ongelmia. Esim. Hollantiin matkustaessaan hän pohtii, tarvitseeko matkalleen viisumia. Hän

tietää, että EU-maihin matkustettaessa ei tarvita viisumia ja että Hollanti on EU-maa. Nuori pystyy lapseen verrattuna käsittelemään laajempia asiakokonaisuuksia (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 122).

3.3.3 Itsesäätelyssä näkyvät ajattelun taidot

Nuoruusiän kognitiiviseen kehityksen myötä psyykinen toiminnanohjaus muuttuu suunnitelmalliseksi ja johdonmukaiseksi. Nuori oppii ottamaan huomioon erilaisten tilanteiden vaatimuksia ja sopeuttamaan toimintansa niihin. Tämän tekee mahdolliseksi metakognitio eli kyky tunnistaa ja säädellä omia kognitiivisia toimintoja. Nuorelle kehittyy tietoisuus omista taidoista, haluista ja mahdollisuuksista. Ajattelun ja kehittyneen toiminnanohjauksen välinen yhteys näkyy keskeisesti moraalipäätelyn monipuolistumisena. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 123.)

3.4 Sosiaalinen kehitys

3.4.1 Itsenäistyminen - irtautuminen vanhemmista kiintymyssuhdekontekstissa

Nuoret itsenäistyvät eivätkä tarvitse enää yhtä paljon aikuisten huolenpitoa kuin lapsena. Vanhempien kanssa vietetty aika vähenee, ja monesti nuoret etäännyvät vanhemmistaan. He alkavat nähdä vanhemmissaan äidin tai isän roolin lisäksi aikuisen, jolla on omat yksilölliset ominaisuutensa, heikkoutensa ja vahvuutensa. Lasten ja vanhempien välit tulevat usein myös ristiriitaisemmiksi ja perheen ilmapiiri muuttuu rauhattommaksi. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 125.)

Kun puhutaan nuoren kapinoinnista, helposti annetaan sen ymmärtää olevan nuoren röyhkeää käyttäytymistä. Helposti lipsutaan siihen, että se kuuluu osana nuoruuden kehitystä. Sinkkonen (2010, 86) kuitenkin kuvaa sen kiintymyssuhdeteoriansa kautta kertoen, että on aika luopua käsityksestä, jonka mukaan aggressiivisuus vanhempia kohtaan, törkeät puheet, selittämättömät oiset poissaolot, rankka päihteiden käyttäminen ja varhain aloitettu seksielämä olisivat merkkejä normaalista, hyvin sujuvasta

nuoruusiän kehityksestä. Vanhempien ja kasvattajien välinpitämättömyys voi vaikuttaa sallivuudelta ja nuorten ymmärtämiseltä, mutta tarkemmin katsottuna kyse on nuorten jättämisestä oman onnensa nojaan.

Kun puhutaan lapsen eriytymisestä, tulisi Sinkkosen (2010, 86) mukaan siitä puhua enemmänkin kiintymyksenä. Uhmaikäinen lapsi ja murrosikäinen nuori itsenäistyvät kiintymyssuhdekontekstissa, siis turvallisen ja rakastavien aikuisten antamassa suojassa (Lyons-Ruth, 1991). Itsenäistyminen ei merkitse näiden siteiden katkeamista. Lapsuudessaan turvallisesti kiintyneen nuoren itsenäistyminen on helpompaa ja mutkattomampaa kuin turvattomasti kiintyneen kehitys.

Nuoren itsenäistyminen ei onnistu, jos sillä tarkoitetaan kiintymyssuhteiden kieltämistä. Raju kuohunta on pikemminkin merkki siitä, että nuorella ei ole riittävän turvallisia sisäistettyjä kokemuksia, kuin siitä, että hän taistelisi irrottautuakseen hyvistä kiintymyssuhteista. (Sinkkonen 2010, 93.)

Sinkkonen ei suinkaan tarkoita tässä sitä, että nuoren pitäisi olla nöyrä, alistuva, kiltti ja sopuisa, vaan on sitä mieltä, lainatessaan D.W. Winnicottia, että kypsymättömyys on kallisarvoinen osa nuoruusikää. Nuoren tarvitsee saada kyllä testata uudet ja tuoreet tunteet ja uusia elämänmuotoja koskevat ajatukset. Se vaatii vaan oman aikansa (Sinkkonen 2010, 86).

Myös Aalber ja Siimes (1999, 100-101) puhuvat rajojen asettamien merkityksestä niin lapsille ja nuorille siinä suhteessa miten se luo turvallisuuden tunnetta. Vanhempien hoiva, joka suojaa lasta sekä ulkomaailman törmäyksiltä että lapsen omien yllykkeiden seurauksilta, tekee lapsen olon turvalliseksi. Vaikka lapset hyväksyisivät turvallisuuden kaiken perustaksi, se ei riitä. Lasten ja nuorten täytyy varmistua yhä uudestaan siitä, että he voivat luottaa vanhempiinsa. Nuorille on ominaista, että he kokeilevat turvallisuustoimia, sääntöjä ja määräyksiä sekä haluavat varmistua, että ne ovat olemassa ja että ne kestävät. Raja, jonka sisällä voi elää, on itse löydettävä. Vaikka se annetaan ja asetetaan ulkoapäin, se on olemassa vasta, kun nuori löytää sen. Usein nuorten vaikeudet ja käyttäytymishäiriöt kärjistyvät, kun ympäristö epäonnistuu tässä tehtävässä.

Ympäristö, koti ja koulu, on hyvin tärkeä siinä tapahtumaketjussa, jonka avulla nuori saavuttaa kypsyyden. Nuori tarvitsee puitteet, joissa hänen riippuvuutensa hyväksytään ja siihen vastataan, sekä sellaiset rajat, jotka toistuvasti kestävät ja sietävät erilaisia hyökkäyksiä. (Aalberg & Siimes 1999, 101.)

Nuoren tulee saada olla epäkypsä omassa turvallisessa rajoja asettavassa ympäristössä. Tästä pääsemmekin siihen kysymykseen, entäs jos näitä rajoja ei ns. ole ja ne ovat vääristyneet. Tavallinen väärinkäsitys on, että nuori alkaisi nauttia elämästään, kun hän rajojen puutteessa toteaa olevansa vapaa. Havaitessaan kehys on murtunut, nuori ei tunne itseään vapaaksi vaan alkaa etsiä niitä rajoja. Nuori, joka ei tunne kotiaan turvalliseksi, etsii neljää seinää kotinsa ulkopuolelta, usein ensimmäiseksi koulusta. Näille nuorille on tarjottava silloin jotain henkilökohtaista ja pysyvää niin kauan kuin he ovat vielä kyllin nuoria hyötymään siitä (Aalberg & Siimes 1999, 102).

3.4.2 Kavereiden merkitys

Varhaisnuoren yleisönä ovat vanhempien asemesta kaverit. Kaikki asiat käyvät läpi ikätoverien testin: vaatteet, hiusmuoti, mielipiteet, musiikkimieltymykset, elokuvat, pelit, seurusteleminen, opettajat ja koulunkäynti. Luokassa on aina tiettyjä vaikutusvaltaisia oppilaita, jotka ovat päässeet asemaansa jostakin syystä, toiset sosiaalisuuttaan ja tarmokkuuttaan, toiset enemmän äänekkyydellä ja röyhkeydellä. Näiden mielipidevaikuttajien peukalon asentoja seurataan valppaasti. Jos peukut kääntyvät alaspäin, asia hylätään kollektiivisesti; jos ne osoittavat ylöspäin, asia on ok. Jos kaverilta ei tule mitään tukea tai arvostusta nuoren pyrkimyksille, ei vanhemmilta saatu kannustus riitä millään kompensoimaan tuota puutetta. (Sinkkonen 2010, 57).

Useat tutkijat ovat esittäneet, että samankaltaisuus herättää hyväksytyksi tulemisen tunteita, mikä on psyykkisen hyvinvoinnin kannalta tärkeää nuorille. Muutosvaihetta elävä ja itseään pohtiva nuori helposti suurentelee vertaisryhmältään saamaansa arvostelua tai ihailua. Ystävyysuhteiden myötä esim. roolinottokyky eli kyky ajatella asioita toisen ihmisen näkökulmasta paranee. Samoin kyky empatiaan eli toisen tunteisiin eläytymiseen kasvaa. (Eronen, Kanninen, Katainen, Kauppinen, Lähdesmäki, Oksala & Penttilä 2001, 126- 128).

4 NUORTEN HYVINVOINTI

Hyvinvointi koostuu monista tekijöistä, joihin kuuluu sekä objektiivisesti mitattavia asioita, että subjektiivisia arvostuksia ja tunteita. Hyvinvoinnin objektiivisiksi osatekijöiksi luetaan sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja onnellisuus. Hyvinvoinnin objektiiviset ja subjektiiviset osatekijät vahvistavat yleensä toinen toistaan. Hyvä terveys ja elinolot sekä turvattu toimeentulo heijastuvat usein subjektiivisena hyvinvointina. (Moisio, Karvonen, Simpura & Heikkilä 2008, 14.) (Aaltonen & Rannila 2013, 20.)

Nuorten terveyteen ja heidän tulevaan terveyteensä vaikuttavat nuorena valitut elämäntavat. Silloin omaksutut liikunta- ravitsemus- virkistäytymis- ja lepotottumukset ovat hyvin pysyviä. Silloin ratkaistaan myös usein oma suhde ja suhtautuminen päih-teisiin, tupakointiin, seksuaalisuuteen ja muihin tärkeisiin elämäntavoihin.

Yleisesti nuorten hyvinvointi on parantunut Suomessa 2000-luvulla. Vaikka suurin osa nuorista voi hyvin, eriarvoisuus on vakava ongelma. Hyvinvoinnissa on suuria eroja eri ryhmien välillä. Erot hyvinvoinnissa näkyvät esimerkiksi erilaisesta perhe-tausta tulevien, eri koulutusryhmien sekä sukupuolten välillä. Nuorena aikuisuudes-sa monet elinolot ja elintavat vakiintuvat ja terveys- ja hyvinvointierot kärjistyvät. Myös alueelliset erot koetussa hyvinvoinnissa sekä palveluihin pääsyssä ovat suu-ria. (Thl:n www- sivut 2015.)

4.1 Nuorten elämäntavat ja terveys

Nuottalehden taloussanomissa (2013) olevassa nettiartikkelissa kerrotaan, että nuor-ten elämäntavat ovat huolestuttavia:

"Nyt se on tutkittu: Suomen nuoret istuvat huonosti, syövät epäterveellisesti sekä ovat aiempaa sairaampia ja lääkitympiä."

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n tutkimuksen mukaan nuorten terveyden ja elintapojen kehityksessä on menty aimo harppaus taaksepäin. Tutkimuksen mu-kaan vanhempi väestö uhkaa olla terveemmässä kunnossa kuin nuoret, joiden pitäisi olla elämänsä kunnossa. Isoimmat syyt nuorten huonoon jamaan ovat liikunnan puu-te sekä huonot asennot niin töissä kuin vapaa-ajalla. Myös ruokavaliossa on korjaa-misen varaa. Terveyden kannalta pitäisi syödä paljon enemmän hedelmiä, marjoja,

vihanneksia ja ruisleipää. Lisäksi nuoret syövät yhä enemmän lääkkeitä, etenkin nuoret miehet. (Nuotta www-sivut 2013)

Valtaosa nuorista pitää terveydentilaansa hyvänä. Kuitenkin noin neljännes ilmoittaa ainakin yhden päivittäisen tai lähes päivittäisen stressioireen. Stressioireet lisääntyivät 1990-luvun lopulla ja 2000-luvun alussa. Etenkin väsymys sekä niska-, hartia- ja alaselkävaikeudet yleistyivät. Myös masennus ja ylipaino yleistyivät. Biologinen kypsyminen varhaistui. Tupakointi ja humalajuominen olivat yleisiä ja huumekekoilut ja huumeiden käyttö kasvoivat. Vuoden 2001 jälkeen stressioireet, tupakointi sekä alkoholin ja huumeiden käyttö näyttävät kääntyneen myönteiseen suuntaan. Oppilaiden terveys ja terveyskäyttäytyminen ovat voimakkaassa yhteydessä koulumenestykseen ja perheeseen. Koulujen välillä todetaan suuria eroja, jotka viittaavat siihen, että nuorten terveyteen voidaan vaikuttaa myös koulun työmenetelmillä ja kouluterveyden ja oppilashuollon keinoilla. (Rimpelä 2005.)

Väitöstutkimuksen mukaan lähes joka toinen poika ja kaksi kolmesta tytöstä oli kärsinyt puolen vuoden aikana tuki- ja liikuntaelinkivusta vähintään kahdella kehon alueella. LK Markus Paanasen väitöstutkimuksessa selvitettiin niska-, hartia-, alaselkä- ja raajakipujen yhteisesiintyvyyttä nuorilla sekä kipujen yhteyttä psykososiaalisiin ja elintapatekijöihin. Tutkimusaineiston muodostivat noin 7000 iältään 16–19-vuotiasta nuorta, jotka olivat syntyneet Pohjois-Suomessa 1985–1986.

Tutkimus osoitti, että tuki- ja liikuntaelinkipu usealla kehon alueella oli huomattavan yleistä. Elintapatekijöistä runsas istuminen, lyhyt yöuni, tupakointi ja ylipaino olivat yhteydessä monikipuisuuteen. Tutkimuksessa todetaan, että monikipuisuus, psyykkiset ja sosiaaliset ongelmat sekä huonot elintavat esiintyvät nuorilla usein yhdessä. Niiden varhainen tunnistaminen ja hoito voi keventää tuki- ja liikuntaelinongelmien aiheuttamaa kuormaa yksilölle ja yhteiskunnalle. (Lääkärilehti www-sivut 2011.)

4.2 Nuorten mielenterveys

Eri tutkimusten mukaan noin 20–25 prosenttia nuorista kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä ja ne ovat koululaisten ja nuorten aikuisten tavallisimpia terveysongelmia. Erilaisia häiriöitä voi olla useampia yhtä aikaa. (Thl:n www-sivut 2014.)

Mielenterveyshäiriöt ovat nuoruudessa noin kaksi kertaa yleisempiä kuin lapsuudessa ja saavuttavat esiintyvyyshuippunsa varhaisessa aikuisuudessa. Noin puolet aikuisuuden mielenterveyshäiriöistä alkaa ennen 14 vuoden ikää ja noin kolme neljäsosaa ennen 24 ikävuotta. Nuorten yleisimmät mielenterveyshäiriöt ovat mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöt. Komorbiditeetti (samanaikaissairastaminen) on nuorilla yleistä; valtaosa jostain mielenterveyshäiriöstä kärsivistä nuorista kärsii vähintään kahdesta samanaikaisesta häiriöstä. Nuoren mielenterveyshäiriön jatkuvuus aikuisikään on sitä todennäköisempää, mitä vakavampi häiriö on. Valitettavasti suuri osa mielenterveyshäiriöstä kärsivistä nuorista ei saa tarvitsemaansa hoitoa. Esimerkiksi vakavasti masentuneista suomalaisnuorista alle puolet on psykiatrisessa hoidossa. (Marttunen 2009;27(1):45-48.)

Psyykkisesti sairastuneen nuoren nopea ohjaaminen asianmukaiseen hoitoon on haaste sekä vanhemmille että oppilaitoksille. Ohjaamiseen ja nuoren tukemiseen tarvitaan koulun ja kodin välistä yhteistyötä. Nuoren asioihin perehtyminen, luottamus, avoimuus ja empaattisuus ovat toimivan yhteistyön lähtökohtia (Hirvonen ym. 2002, Kettunen ym. 2002). (Lämsä 2009, 113-114.)

Aalberg ja Siimes (1999, 239) väittävät, että nykyinen psykiatrinen diagnoosikäytäntö on nuoruusiän häiriöissä vielä vakiintumatonta. Tähän vaikuttaa mm. se, että nuoruusikä on hajanainen ja ikäkauteen liittyy normatiivisia, odotuksenmukaista, oireilua.

Sinkkonen (2010, 179) tukee tätä, että monet nuoret syyllistyvät jossakin vaiheessa asosiaalisiin tekoihin, mutta rauhoittuvat ja palaavat tavalliseen arkeen. Hän kertoo, että osasyynä tähän on varmasti keskushermoston kypsyminen ja harkintakyvyn paraneminen. Hän kuitenkin viittaa siihen, että lapsuudessa alkaneen käytöshäiriön oirekuva poikkeaa nuoruusiässä alkaneesta häiriöstä. Toisinsanoin, sillä on eroa, missä kohtaa häiriökäyttäytyminen alkaa. On mahdollista, että näiden häiriötyyppien erilaista kulkua ja ennustetta selittää erilainen perhetausta. Lapsuudessa häiriintyvien taustasta löytyy enemmän vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmia sekä perheväkivaltaa. (Sinkkonen 2010, 179.)

Käytännön diagnostiikka perustuu nykyisin siihen, kehittykö nuori ikätasonsa mukaisesti vai vääristyykö tai pysähtyykö hänen kehityksensä. Nuorellahan esiintyy normatiivisesti oirekäyttäytymistä, joka katsottaisiin aikuisdiagnostiikan mukaan jo psyykkisen häiriön merkiksi. Nykyinen käytäntö ei ole kuitenkaan riittävä, vaan tar-

vitaan tarkempia kriteereitä, joihin hoidon tulee perustua. Nykyisin tehdään esim. diagnostista aliarviointia; nuorten psyykkistä oireilua pidetään helposti nuoruusiän kriisiin liittyvänä silloinkin, kun kyseessä on vakavampi psyykinen häiriö, kuten psykoosi. Samoin moni häiriö luokitellaan virheellisesti sellaiseksi käytöshäiriöksi, johon voidaan vaikuttaa kasvatuksellisin keinoin.(Aalberg & Siimes 1999, 239-240.)

Anna-Liisa Lämsä (2009) kertoo kirjassaan, *Mun on paha olla - Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin*, hänen tutkimuksensa kautta, että nuorten selviytymistä psyykkiseen huonovointisuuteen edistäisivät vertaistuki, ammattilaisten tuki, sekä jokaisen nuoren itse löytämät arkipäivän selviytymiskeinot.

Hänen tutkimukseensa osallistuneet nuoret olivat pohtineet omaa selviytymistään ja löytäneet yksilöllisten selviytymistä edistävien keinojen merkityksen.

Selviytymiskeinojen avulla puretaan paha oloa, kuten levottomuutta, ja etistään rentoutunutta oloa. Niihin liittyy yhtäältä tavoite mielihyvän tai hyvän olon saavuttamisesta ja toisaalta myös tavoitteellisuus sekä pyrkimys elämän kurinalaisuuteen. Esille tulleita selviytymiskeinoja ovat esim. fyysiset suoritukset, musiikin kuuntelu, soittaminen, kirjoittaminen, esiintyminen, maalaaminen ja luonnossa liikkuminen. Erityisesti tytöillä korostuu puhumisen merkitys selviytymiskeinona, kun taas pojilla toiminta ja asioiden pohdiskelu itsekseen.(Lämsä 2009, 119.)

4.3 Nuorten syrjäytyminen

Syrjäytyneiden ja syrjäytymisriskissä olevien nuorten määrästä on keskusteltu vuosia, arvioiden vaihdellessa 14 000:n ja 100 000:n välillä. Suuri vaihtelu arvioissa johtuu siitä, että syrjäytymisellä ei ole vakiintunutta määritelmää. Määrää onkin haasteellista arvioida. Tilastoilla voidaan kuvata erilaisia huono-osaisuuden tiloja tai syrjäytymisen riskejä, kuten osallistumattomuutta yhteiskunnan toimintaan (esim. koulutus tai työmarkkinat) tai ei-toivottuja elämäntapahtumia (esim. työkyvyttömyys, huostaanotto, sairaus, kuolema). Poikkileikkaustilastoista ei voi vielä sanoa, kuka on syrjäytynyt, vaan korkeintaan sen, keille ja monelleko on kasaantunut riskitekijöitä. (Thl:n www-sivut 2015.)

Syrjäytymisestä puhuttaessa tulisi se käsittää enemmänkin prosessina. Yksilö ei suinkaan joutu yhtäkkiseltään syrjäytyneeksi vaan se on pidemmällä ajalla tapahtuva prosessi.

Kun puhutaan syrjäytymisestä, syrjäytyminen nähdään lukuisina eri ongelmina, jotka kietoutuvat prosessin omaiseksi, joissa on perinteisesti mukana sosiaaliset, terveydeliset kuin taloudellisetkin tekijät. Yksittäinen ongelma ei sinänsä aiheuta syrjäytymistä vaan kyse on kasaantuvista ongelmista. Olli Lehtosen (2013, 130) mielestä nuorten elämässä syrjäytyminen etenee vaiheittain sekä se ulottuu lopulta koko elämään ja siksi syrjäytymistä tapahtuu eri tasoilla jonka vuoksi voidaan puhua ei-syrjäytyneistä, syrjäytymisvaarassa olevista ja syrjäytyneistä. Kaikki syrjäytyneet eivät ole samalla tavalla ja samassa määrin syrjäytyneitä, vaan usein heillä on eri riskitekijöitä jotka esiintyvät yksilöiden ja ihmisryhmien elämässä. Yksittäisen ongelman perusteella ei voida nuorta tulkita syrjäytyneeksi eikä kaikkien nuorten kohdalla voida puhua automaattisesti syrjäytyneestä nuoresta. (Metropolia blogit 2013.)

4.3.1 Nuorten syrjäytymisen syitä

Nuorten syrjäytymiseen on monta syytä, mutta yhteiskunnallisen muutoksen voi osaltaan ajatella vaikuttavan siihen. Lämsä (2009, 22) kuvaakin kirjassaan yhteiskunnallisen muutoksen vaikuttaneen perhe-elämän muuttumiseen ja sitä kautta myös nuorten syrjäytymiseen.

Vielä 1950- ja 1960-luvuilla maaseudun suurperhe oli Suomessa tavallinen perhetyyppi. Perheeseen kuului isän, äidin ja lasten lisäksi usein muitakin sukulaisia ja palkollisia. Myös kontaktit lähiyhteisön muihin jäseniin olivat tuolloin yleisempiä kuin nykyään. Nuorta ympäröi sukulaisten ja muiden tuttujen ja turvallisten aikuisten verkosto elämän jäsenyessä kokonaisvaltaisesti perheen kautta. Yhteiskunnan puuttumista perhe-elämään ei juuri tarvittu. Nykyinen modernin perhe (isä, äiti ja lapset) on itsenäisistä yksilöistä koostuva tunne- ja kulutusyksikkö, jossa perheenjäsenten ajankäyttö suuntautuu perhe-elämän ohella yksilöllisiin toimintoihin perheen ulkopuolella. Useimmissa perheissä molemmat vanhemmat käyvät kodin ulkopuolella palkkatyössä. Pienet lapset ovat päivähoidossa ja kouluikäiset lapset ja nuoret koulussa. Tämän lisäksi perheenjäsenillä on omia kodin ulkopuolisia harrastuksiaan. Kärjistetyimmillään koti voi olla kuin huoltoasema, jossa perheenjäsenet käyvät

vaihtamassa vaatteita ja tankkaamassa itsensä, ennen kuin rientävät taas omiin menoihinsa. (Lämsä 2009, 22.)

Perheessä yhteinen aika käy siis melkoisen vähäiseksi. Kasvatusalan ammattilaisten suusta kuuleekin nykyään paljon, että vanhemmat eivät vietä aikaa lastensa kanssa. Tässä mielestäni tarvitsee ottaa huomioon yhteiskuntamme rakenne ja asiat mitä edellä juuri mainittiin.

Vanhempien ei aina ole helppo sovittaa yhteen työtä, perhe-elämää ja mahdollisia muita menojaan. Tilanteen haasteellisuutta lisää myös se, että nykyiset vanhemmat ovat ensimmäinen sukupolvi, joka ei voi kasvattaa lapsiaan täysin samalla tavalla kuin heidän itsensä on kasvatettu. He ovat tilanteessa, jossa omat lapsuudenaikaiset omaksutut toimintamallit eivät sovi nykyiseen yhteiskuntamalliimme ja mahdollisuudet uusien mallien luomiseen ovat rajallisia (Lämsä 2009, 23).

Vanhempien rooli nuorten syrjäytymisessä on melko oleellinen. Kuten edellä on jo mainittu, nuori tarvitsee perheensä tukea hänen itsenäistymisprosessissaan. Puuronen (2006) myös mainitsee nuorisotutkimuksessaan, että vanhemmat vaikuttavat kuitenkin nuorten tulevaisuuden suunnitelmiin edelleenkin varsin vahvasti. Nuoret toimivat yhdessä kavereidensa kanssa tässä ja nyt, mutta vanhemmilla on valtaa esim. ammatinvalintaan liittyvissä ratkaisuissa. (Puuronen 2006, 149.)

Kirjassa Nuoruusiän kriisit Tor-Björ Hägglundin, Kari Pylkkäsen ja Vappu Taipaleen (1979) kirjoittamana, kertovat he kodin ulkopuolisten aikuisten roolista ja vaikutuksista nuoren elämässä. Heidän mukaansa nuoret tarvitsevat kodin ulkopuolisia aikuisia auktoriteettihahmoina myös koulutuksen, ammatin ja yleensä yhteiskunnallisen ajatusrakenteen ja ideologioiden muodostuessa. Nuori voi kokea omat vanhemmat kehitystään määräävinä ja säätelemään pyrkivinä. Kodin ulkopuolisilla auktoriteeteilla ei ole nuoren mielessä tällöin samaa rasiitetta (Hägglund, Pylkkänen & Taipale 1979, 188-189).

Tänä päivänä Lämsän (2009) mukaan nuorten uskoa koulutuksen hyödyllisyyteen ovat silti nakertaneet kokemukset vanhempien ja muiden nuorten työttömyydestä. Tämä näkyy mm. alttiutena jättää toisen asteen opinnot kesken erityisesti näillä koulutusaloilla, joilla työllisyysnäköymät ovat heikot (Lämsä 2009, 25). Tämä vaikuttaa Puuronen (2006) mukaan kirjassaan saksalaisen nuorisotutkijan, Martin Baethgen (1989), mukaan nuorten sosialisointirakenteen muuttumiseen modernissa yhteis-

kunnassamme. Sosialisaaion irtaantuminen työstä vaikuttaa nuoren kehitykseen, käyttäytymiseen ja työasenteisiin mm. seuraavasti; työn ja koulutuksen yhteyden katkeaminen johtaa suurempaan henkiseen riippuvaisuuteen koulutuksesta, koulutuksen pitenemisen myötä nuoret suhtautuvat liian suvaitsevaisesti erehdyksiin ja normien rikkomiseen työelämässä ja nuoret voivat kokea itsensä yhteiskunnalle hyödyllisinä aikaisempaa myöhemmin (Puuronen 2006, 151).

5 OPINNÄYTETYÖNI LAADULLISENA TUTKIMUSTYÖNÄ

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. (Jyväskylän yliopiston Koppa www-sivut 2015.)

Kvalitatiivinen eli laadullinen ote vastaa ensisijaisesti kysymyksiin miksi, millainen ja miten. Se auttaa ymmärtämään kohderyhmää ja ilmiöitä syvällisesti. Kvalitatiivisen tutkimuksen reliabiliteetin eli luotettavuuden varmistaa aineiston riittävyys. Tietoa kerätään, kunnes uudet tapaukset eivät tuota enää uutta informaatiota. Validiteetissa on kyse siitä, että tutkimus on oikein tehty ja pätevä. Validissa tutkimuksessa kuullaan oikeita ihmisiä, kysytään oikeat kysymykset sekä analysoidaan ja tulkitaan aineisto oikein. (Inspirans www-sivut 2014.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen toistettavuutta ei voi muotoilla reliabiliteettiongelmaksi eikä kvalitatiivisen tulkinnan osuvuutta voi rinnastaa tilastollisen mallin osuvuuteen tai selitysvoimaan. Siksi on tarpeen hakea mittapuita, joiden varassa voitaisiin arvioida nimenomaan kvalitatiivisen analyysin onnistuneisuutta. Aineistotyypistä huolimatta on paikallaan kiinnittää huomiota ainakin seuraaviin seikkoihin; aineiston merkittävyys ja yhteiskunnallinen tai kulttuurinen paikka, aineiston riittävyys, analyysin kattavuus ja analyysin arvioitavuus ja toistettavuus. Näitä arviointikriteerejä voidaan käyttää sellaisiin kvalitatiivisiin tutkimuksiin, joissa tutkija kaiken keräämänsä tiedon varassa pyrkii punnitsemaan maailmaa koskevien lauseiden totuusarvoa, siis kuvaamaan ihmisten todellista elämää tai sosiaalisten instituutioiden toimintaa. (Mäkelä 1992, 47-48.)

6 HAASTATTELUIDEN JA KYSELYIDEN TAUSTAT JA VASTAUKSET

Tutkimusaineistoni koostui 14-17 vuotiaista pojista, jotka olivat Poikien terveet elämäntavat -ryhmän osallistujia, heidän vanhemmistaan, heidän koulunsa henkilökunnasta ja Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöistä. Kaikissa haastatteluissa ja kyselyissä käytin Poikien terveet elämäntavat -ryhmästä puhuttaessa, käsitettä poikien ryhmä, sillä kaikki haastateltavat tiesivät mistä silloin puhuttiin.. Kaikki haastattelut ja kyselyt tehtiin kevään ja kesän 2015 aikana.

Poikien ryhmässä oli kuusi poikaa, joista viittä haastattelin. Yksi ei ollut tuolloin ryhmäkerralla mukana. Poikien haastattelut toteutin Porin keskustan Nuorisotalon tiloissa, jossa heidän ryhmäkokoontumisensa olivat. Haasteeksi nousi ajatus siitä, että miten saadaan ko. pojat osallistumaan haastatteluun. Suunnittelimme jo etukäteen yhdessä Otsolan nuorisotyön projektityöntekijän kanssa, joka on ko. ryhmän toinen ohjaajista, miten meidän tulisi kertoa haastattelusta pojille. Halusin, että heille ei tule tunnetta olla "koekaniinina" jossakin tutkimuksessa. Siksi menin keväällä ennen haastattelukertaa yhdelle ryhmäkerralle mukaan. Tällä kerralla olin vain mukana heidän toiminnassa ja touhuissa.

Kotiin oli lähetetty kirjeet, joissa kerroin tekeväni opinnäytetyötä Sänttis-projektille ja halusin haastatella heidän lastaan. Sen jälkeen ko. ohjaaja oli vielä yhteydessä vanhempiin puhelimitse ja lopuksi luvat saatiin.

Haastattelut aloitettiin heti ryhmäkerran aloittaessa. Ohjaaja sai pojat motivoitumaan haastattelusta kertoen, että he olisivat suureksi avuksi minulle osallistuessaan haastatteluun. Muutamat eivät aluksi halunneet ollenkaan osallistua, mutta aloitin niistä jotka olivat enemmän halukkaita. Lopuksi kaikki paikalla olleet, halusivat osallistua haastatteluun. Se oli todella positiivista. Halusin tietysti kiittää jokaista osallistumisesta pienellä makeisella.

Poikien kotiväen haastatteluihin osallistui neljä vanhempaa ja kaksi haastattelua tein puhelinhaastatteluna. Kotiväen kartoitus haastatteluihin työllisti paljon Otsolan nuorisotyön työntekijää, sillä hänen piti olla linkkinä soittamisessa vanhemmille. Se oli kotiväen kohdalla matalampi kynnys osallistua haastatteluun, kun tuttu henkilö otti ensiksi yhteyttä ja kertoi mistä on kyse. Hän ei myöskään voinut antaa kenenkään vanhemman yhteystietoja minulle ilman lupaa. Tämän vuoksi olin paikalla Otsolan

nuorisotyön toimistolla, kun ko. ohjaaja soitteli vanhemmille. Jos hän sai luvan vanhemmalta antaa puhelimen minulle, sovin minä vanhemman kanssa tarkemmat asiat ja ajankohdat haastattelusta.

Kaikki kotiväen haastattelut tehtiin Otsolan toimitalon tiloissa. Haastatteluissa halusin tarjota kahvia ja teetä pienen kastamisen kanssa, rennomman ilmapiirin luomiseksi. Tällöin kysymysten kysyminen ja niihin vastaaminen meni mukavan rennosti samalla kahvia ja pullaa nauttien.

Kyselyitä sähköisesti tein ko. poikien koulun henkilökunnalle ja Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöille. Näin siksi, sillä aikaa ei ollut enää muihin haastatteluihin suunnitellun opinnäytetyöni aikataulussa.

Koulun henkilökunnalle lähetin kyselyitä neljälle henkilölle. Kaksi heistä vastasi kyselyyn. Syy vastauksien määrään todennäköisesti oli se, että sain kyselyt lähetettyä toukokuussa melko myöhään. Silloin oli koulujen loppuminen melko lähellä, joten tämä on saattanut karsia vastauksien määrää.

Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöille lähetin viidelle henkilölle kyselyn. Sain neljä vastausta. Todennäköisesti yksi vastaajista, joka toimi ko. ryhmässä silloin toisena ohjaajana oli jo jäänyt pois työstä, sillä kevään ryhmätoimintakerrat olivat jo loppuneet.

6.1 Poikien haastatteluiden vastaukset

Poikien haastatteluissa esitin heille seitsemän kysymystä ja kuusi väittämää. Väittämiin piti vastata kyllä tai ei ja mahdollisesti myös perustella vastauksensa. (Liite 1)

Kysyttäessä pojilta ensimmäisenä kysymyksenä mitä harrastaa, on kolmessa haastattelun vastauksissa määritelty jotakin esim. jalkapalloa, pyöräilyä ja kesäisin kalastelua, pistooli - sekä ilmakivääriammuntaa. Kahdessa muussa vastauksessa kerrottiin, ettei harrasta mitään.

Kysyttäessä kuinka kauan on ollut poikien ryhmässä, kaksi vastasi 3 vuotta, kaksi vastasi 2 vuotta ja yksi vastasi, että vuoden.

Kysyttäessä pojilta pitävätkö he poikien ryhmää harrastuksenaan, kolme heistä vastasi myöntävästi. Yksi vastasi en tiedä ja yksi kertoi, että ei pidä.

Kysyttäessä pojilta miten tärkeänä he pitivät poikien ryhmää itselleen arvo-asteikolla 1-5, kolme vastasi arvon 3, yksi vastasi arvon 4 ja yksi vastasi arvon 5.

Kysyttäessä pojilta onko poikien ryhmässä oppinut jotain uusia asioita ja jos oli, niin myös minkälaisia asioita. Kaksi määrittelee vastauksessaan jotain esim. nopea suupala ja kiipeily harrastuksenaan. Yksi vastaa oppineensa vähän ja ei osaa kertoa minkälaisia asioita. Yksi vastaa, että ei osaa sanoa ja yksi vastasi, että ei ole oppinut mitään uutta.

Kysyttäessä pojilta, miten ryhmä on vaikuttanut heidän hyvinvointiinsa niin myönteisesti kuin kielteisestikin, heistä kolme myönteisinä asioina mainitsee kaverien vaikuttavan. Yksi kertoo myös, että ruoka, kiipeily ja retkeily ovat vaikuttaneet myönteisesti.

Kielteisinä asioina kaksi vastaa, että toisten ärsyttäminen ja haukkuminen vaikuttavat heidän hyvinvointiinsa. Yksi kertoo myös, että levottomuus ja ikä-ero ryhmässä vaikuttavat kielteisesti hänen hyvinvointiinsa. Yksi kertoo huonon ilmapiirin vaikuttavan.

Yksi ei osaa vastata myönteisinä eikä kielteisinä asioina mitään, mikä olisi voinut vaikuttaa ryhmässä hänen hyvinvointiinsa.

Kysyttäessä, haluaisiko jatkaa tällaisessa ryhmässä, kaksi heistä haluaisi jatkaa. Yksi vastaa myös haluavansa jatkaa, mutta jos olisi vain parempi kellon aika. Loput kaksi vastaavat, että ehkä ja ei osaa sanoa.

6.1.1 Väittämien vastaukset poikien haastatteluissa

Väittämässä, ryhmässä saa olla kavereiden kanssa, on yksi vastannut, että ei saa olla. Hän kertoo, että jos haluaa tuoda kaverin ryhmään, tulee siitä ilmoittaa etukäteen ohjaajalle. Muissa haastatteluissa on vastattu, että kyllä eikä perusteltu sen enempää.

Väittämässä, poikien ryhmässä saa hyviä ideoita välipalojen tekemiseen ja yhdessä kokkaamiseen, kolme vastaa kyllä ja yksi heistä vielä mainitsee, että kaikenlaista on paljon tehty. Kaksi taas vastaa, että ei ole saanut hyviä ideoita välipalojen tekemiseen ja toinen heistä tarkentaa, että ei ole mitään uusia ideoita saanut.

Väittämässä, poikien ryhmässä ohjaajat ovat mukavia ja he auttavat ja kuuntelevat minua, kaikki viisi vastaavat kyllä. Yksi mainitsee vielä ohjaajien olevan yleensä mukavia, mutta jos heitä ärsyttää niin sitten he eivät ole.

Väittämässä, poikien ryhmässä saan olla oma itseni, neljä vastaa myöntävästi, mutta ei perustellen. Yksi vastaa, että hän ei saa olla oma itsensä, mutta ei kerrota perusteita.

Väittämässä, ryhmään voi mennä oli sitten huonolla tai hyvällä tuulella, neljä vastaa kyllä ja yksi vastaus tähdentää, että ryhmään voi tulla millä tuulella onkin, mutta sitä ei saa purkaa muihin. Yksi vastaa, että ei voi tulla ryhmään jos on huonolla tuulella, sillä se vaikuttaisi muihin ryhmäläisiin.

Väittämässä, on oppinut jotain uutta omaan hyvinvointiinsa liittyvissä asioissa, kaikki viisi vastaavat kyllä. Kahdessa näistä vastauksissa on vielä mainittu, että ymmärtää paremmin ruoan suhteen mikä hyvää ja mikä huonoa.

6.2 Kotiväen haastatteluiden vastaukset

Kotiväelle haastattelussa esitin heille seitsemän kysymystä.(Liite 2.)

Kysyttäessä kotiväeltä, kuinka kauan muistaa lapsensa olleen poikien ryhmän toiminnassa, yksi vastaa 2vuotta, yksi 2,5 vuotta ja muut vastaavat 5vuotta mainiten, että ryhmätoiminnan alusta asti ovat olleet mukana.

Kysyttäessä käsitystä poikien ryhmän toiminnasta kotiväeltä, he vastaavat myönteisinä asioina näin sanoin:

"Monipuolista, tultu mielellään ryhmään. Hyvin mietittyä toimintaa. On innostuttu. Kertonut iloisesti mitä on tehty ryhmässä. Ryhmä sopii hänelle, koska on monenmoista."

"Haluaa tulla ryhmään. Ryhmän tekemät reissut kivoja."

"Monipuolista toimintaa, on vaihtoehtoja."

"Opetellaan sosiaalisia taitoja. Yhdessä tekeminen"

"Täydellistä toimintaa. Hyvin harjoiteltu ryhmässä toisen ajattelua. Helpottanut työtä kotona."

"Saanut tukea arkeen."

Sinänsä suoraan kielteisiä asioita ei mainita, mutta haasteena yhdessä haastattelussa vanhempi mainitsi näin omin sanoin:

"Alku ollut haastavaa, mutta tod.näk. johtunut siitä, että ei ole ollut alusta asti, mutta viime vuoden aikana tasoittunut ja helpottunut."

Kotiväelle esitettiin sama arvo-asteikko(1-5), jossa heidän piti arvioida, kuinka tärkeänä he näkevät lapsensa pitävän poikien ryhmää. Kaksi antoi arvon 4 ja kaksi arvon 5.

Kysyttäessä kotiväeltä ryhmätoiminnan vaikutuksista heidän lapsensa koulunkäyntiin he vastaavat mm. näin:

"Suhteet koulukavereihin ovat parantuneet."

"Koulukaverien kanssa olevat erimielisyydet on voitu selvittää ryhmässä."

Kysyttäessä kotiväeltä ryhmätoiminnan vaikutuksista lapsensa kaverisuhteisiin, vastaavat he näin:

"On ryhmän kautta saanut kavereita siten, että viettää vapaa-aikaa heidän kanssaan. Jopa niiden, jotka eivät ole samalla luokalla."

"Vaikutusta on ollut kaverisuhteisiin, sillä sosiaaliset suhteet eivät ole olleet vahvimpia alueita vapaa-ajalla. Ryhmä tukee sitä. Saa harjoitella niitä valvotusti."

"On vaikuttanut, tapaavat koulun ulkopuolellakin."

Itsestensä huolehtimiseen, suurin osa kotiväestä ei kokenut suoranaista vaikutusta, mutta yksi mainitsee, että hänen lapsensa on kaupoissa alkanut katselemaan hintoja.

Osallistumisesta kodin askareisiin kotiväen vastauksissa kerrotaan näin sanoin:

"Haluaa joskus alkaa leipomaan."

"Askarteluja ja kokkailuja tehty kotona. Niitä asioita, jotka on ollut ryhmässä kivoja juttuja, halunnut kotona näyttää muillekin."

Kysyttäessä, että tuleeko näistä edellä mainituista asioista vielä jotain muuta mieleen, yksi vastaa näin:

"Kun ryhmässä on kokeiltu jotain uusia lajeja, haluttu kotoakin käydä myös. Esim. seinäkiipeily."

Kysyttäessä toiminnan vaikutuksista koko perheeseen, vastaa kotiväki kysymykseen näin sanoin:

"Ei tavallaan ole vaikuttanut, ollut arjessa vain mukana."

"Otsolan järjestämissä retkissä, koko perhe on päässyt mukaan."

"Kun ideat ryhmistä on tuotu kotiin, eli ruoanlaitot ja harrastusideat, ne ovat vaikuttaneet positiivisesti perheeseen. Myös se kun on ryhmässä saanut positiivista palautetta hankalissakin tilanteissa, se on näkynyt kotona, ei ole tarvinnut enää kotona selvittää."

"Retket koko perheelle ovat olleet mukavia, myös että ryhmä on tuonut tasapainoisuutta kiireeseen kotona."

Kysyttäessä kotiväeltä, haluaisiko lapsensa jatkavan tämänkaltaisessa ryhmässä, kaikissa vastauksissa ollaan sitä mieltä, että kyllä haluaisi jatkavan. Monet mainitsivat haasteeksi sen, että jatkossa on vain uudet koulut ja ympäristöt, joiden mukaan tarvitsee aikatauluttaa ryhmäkoontumiset.

Haastattelun lopussa kysyin jokaiselta, että tuleeko heille vielä jotain muuta mieleen mitä ei tullut haastattelussa esille. Muutamat vanhemmista vastasi näin lisätäkseen ryhmätoiminnan vaikutuksista:

"On oppinut luottamaan itseensä ja miettii ennen kuin tekee. Sosiaalistunut enemmän. Osaa ottaa muita huomioon. Ryhmässä oppinut työskentelemään. Ennen ollut hankalaa."

"Tämänkaltaiselle toiminnalle tarvetta enemmän. Näin tehdään ennaltaehkäisevää työtä. Tarvitsitte erityismaininnan työstänne. Matalakynnys osallistua, mutta suuri merkitys."

"Toiminta on vahvistanut sosiaalisia vuorovaikutustaitoja, osaa paremmin käsitellä tilanteita."

6.3 Koulun henkilökunnan verkkokyselyn vastaukset

Koulun henkilökunnan verkkokyselyssä oli seitsemän kysymystä.(Liite 3.)

Kysyin myös aikaa yhteistyöstä Sänttis-projektin kanssa koulun henkilökunnalta. Toinen heistä vastaa, että osa hänen mielestään on ehkä käynyt Sänttis-projektin josakin ryhmässä. Toinen taas kertoo vastauksessaan, että on toiminut yhteistyössä kolmen vuoden ajan Sänttis-projektin kanssa.

Kysyttäessä, että minkälaista yhteistyö on ollut Sänttis-projektin kanssa, toinen vastaa, että ei ole kokenut mitään yhteistyötä. Toinen taas kertoo vastauksessaan, että yhteistyö on ollut antoisaa, tarpeellista ja silmiä avaavaa.

Koulun henkilökunnalle esitettiin myös sama arvoasteikko (1-5) ryhmän tärkeydestä ko. pojille. Toinen vastasi arvon 1 ja toinen arvon 5.

Kysyttäessä, ryhmätoiminnan vaikutuksista ko. poikien hyvinvointiin, toinen vastaa ettei ole huomannut mitään vaikutusta oppilaisiaan. Toinen taas mainitsee vastauksessaan, että omatoimisuus, itsenäisyys, sosiaaliset taidot, säännöllisyys ovat lisääntyneet huomattavasti.

Kysyttäessä asioita, mitkä ovat vaikuttaneet ryhmätoiminnassa poikien hyvinvointiin myönteisesti ja kielteisesti, toinen vastaajista ei vastaa kumpaankaan mitään. Toinen vastaa myönteisinä asioina, että ryhmän koko ja ohjaajien ammattitaito vaikuttavat. Kielteinä asioina hän ei ole maininnut mitään.

Kysyttäessä koulun henkilökunnalta, näkevätkö he oppilaissaan sellaisia, jotka tarvitsevat ko. ryhmätoimintaa, vastaavat he näin:

"Pari tyttöä."

" On, tuleva luokkani on 6 lk. lukuvuonna 2015-2016, vanhempien syrjäytymistä, työttömyyttä, alkoholin väärinkäyttöä, kykenemättömyyttä ohjata oppilaita harrastuksiin."

Kyselyssä kysyttiin lopuksi myös koulun henkilökunnaltakin, tuleeko heille vielä jotain muuta mieleen, toinen vastaajista mainitsee vanhempien sosiaalisten taitojen oleva puutteellisia.

6.4 Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden verkkokyselyn vastaukset

Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden verkkokyselyssä oli kuusi kysymystä. (Liite 4.)

Seuraavissa vastauksissa en ole kaikkien kysymysten kohdalla maininnut jokaisen vastaajan vastausta erikseen, sillä vastaukset olivat melko samantyyppisiä aiheiltaan ja tekstiä oli paljon. Olen seuraaviin vastauksiin ottanut esiin jokaisen vastauksista samat asiat ja koonnut niitä hieman yhtäläisyyksiksi.

Kysyttäessä poikien ryhmän aloituksen ajankohdasta, vastaa heistä yksi näin:

"Ryhmä on ollut olemassa jo ennen Sänttis-projektin alkua sekaryhmänä. Sänttisen alkaessa ryhmästä tuli poikien ryhmä syksyllä 2012. Muutamat osallistujat ovat siis olleet ryhmässä mukana jo ennen vuotta 2012 ja jatkaneet kevääseen 2015."

Kysyttäessä yhteistyöstä Sänttis-projektin yhteistyökumppaneiden kanssa liittyen ko. poikien ryhmään, vastaa yksi työntekijöistä näin:

" Yleisesti koulun henkilökunnan, tapaamiset koulukuraattoreiden kanssa, myös yleisistä asioista ilmoittaminen lastensuojelulle. Eli ryhmätoiminnan tiedottaminen ja käynnistäminen joka sisältää ed. mainitut tahot, mutta myös Porin nuorisotoimi."

Vastauksissa mainitaan myös, että tämänkaltainen yhdessä luotu verkostotyö on mahdollistanut toimivan ja tiiviin yhteydenpidon yksittäisen osallistujan tai koko ryhmää koskevissa asioissa tahojen kesken, joihin myös lukeutuu kotiväki.

Kysyttäessä työntekijöiltä heidän ryhmätoimintansa tavoitteita, mainitsivat he yhtäläisesti vastauksissaan seuraavasti:

Tukea osallistujia alakoulusta yläkouluikään saakka, vastata osallistujan yksilöllisiin tarpeisiin, luoda ryhmään kannustava, innostava ja suoristuspaineton ilmapiiri, terveelliset elämäntavat ja valinnat niihin, asenteisiin vaikuttaminen kokemusten, keskustelujen ja yhdessä tekemisen avulla, vuorovaikutustaitojen ja ryhmätyöskentelytaitojen kehittyminen, itsetuntemuksen ja arjen taitojen kehittyminen, vanhempien osallistumisen ja kiinnostumisen lisääntyminen oman nuorensa asioista ja aktivoituminen osallistumaan yhteisiin retkiin sekä suurena tavoitteena syrjäytymiskehityksen ehkäisy ja pysäyttäminen.

Otsolan nuorisotyön projektityöntekijät arvioivat myös kyselyssään asteikolla (1-5), kuinka tärkeä ryhmä on ko. pojille. He kaikki vastasivat arvon 5.

Kysyttäessä ryhmätoiminnan vaikuttavuutta ko. poikien hyvinvointiin vastaavat he poikien kehityksestä ja itsenäistymisestä:

" Pojat ovat kasvaneet ja aikuistuneet todella paljon. Osaavat nyt huolehtia oman paikkansa siistiksi. Myös osaavat vetäytyä omaan rauhaan jos meno ryhmässä käy liian vauhdikkaaksi."

" Kevätkaudella 2014 oli jo selvästi havaittavissa " vanhojen" ryhmäläisten itsenäistyminen, kehittyminen ja omassa elämässä eteenpäin meneminen. Eli näkisin, että ryhmätoiminta on vaikuttanut positiivisesti poikien hyvinvointiin."

"Ohjaajana ollut todistamassa isoja muutoksia poikien käyttäytymisessä, muiden ja itsensä huomioimisessa, itsestensä huolehtimisessa, rohkaistumisessa ja pärjäämisessä."

" Koulussa jaksaminen on ollut myös poikien nostamana puheen aiheena. Myös keskustelussa ovat olleet itsestensä huolehtiminen ja järkevät valinnat."

Kouluarkeen ja kaverisuhteisiin he vastaavat vaikutuksista näin sanoin:

" Sosiaalisen piirin laajentuminen sekä arjen rikastuminen ohjatun vapaa-ajan toiminnan myötä."

" Kaverisuhteet ovat kehittyneet. Kavereita on myös löytynyt ryhmien välisen toiminnan leirien ja retkien aikana. Pojat ovat itse arvioineet palautelomakkeessa (Sänttiksen oma), että ryhmätoiminta on vaikuttanut positiivisesti koulunkäyntiin."

Terveisiin elämäntapoihin ryhmä on vaikuttanut tällä tavoin:

" Terveet elämäntavan teemat ovat tulleet tutuiksi -> vaikuttanut omassa elämässä tehtäviin valintoihin. Syrjäytymiskehitystä on ehkäisty ja pysäytetty."

" Ryhmäläisten suorittamissa kauppaostoksilla ovat vaikutukset selkeästi näkyvillä. Samoin käsien pesu, terveellisen välipalan laitto, astioiden tiskaus, omien jälkien siivoaminen, askarruttavien asioiden esiin tuominen ovat kehittyneet ja alkaneet sujua."

Kysyttäessä asioita, mitkä ovat vaikuttaneet ryhmätoiminnassa poikien hyvinvointiin myönteisesti, vastataan mm.: välipalan merkitys ja sen tekeminen, kokonaisvaltainen huomioiminen, yhteydenpito kotiväen ja koko verkoston kanssa, luotettavan aikuisen tuki, mahdollisuus kuulua ryhmään ja sanoa, että harrastaa jotakin, *ei-tuomitsevat* kaverit, käytännön asioiden oppiminen ja onnistumisen kokemukset saadessa tarvittaessa yksilöllistä tukea aikuiselta ja myös ryhmäkaverilta, ns. ruokapöytäkeskustelut sekä terveisiin elämäntapoihin ja hyvinvointiin liittyvät asiat.

Kielteisinä asioina mainitaan mm.: Osallistujan tai muiden epärehellisyys, väsymys, puhumattomuus, käytännön tekemisen puute sekä osallistujan huolet ja murheet omassa elämässä.

7 TULOSTEN ANALYSOINTI

Haastatteluissa ja kyselyissä pyrin käyttämään melko samanlaista kysymysten kaavaa, jotta aineiston analysointi ja tulosten esittäminen olisi mahdollista.

Olen jakanut saamani aineiston viiteen eri teemaan, jotka ovat; aika, käsitys ryhmän toiminnasta, ryhmätoiminnan tärkeys pojille, ryhmätoiminnan vaikutukset ko. poikiin sekä ryhmätoiminnan jatko ja tarve. Seuraavassa olen analysoinut vastauksia ja esittänyt tulokset näiden teemojen sisällä.

7.1 Aika

Jokaiselta tutkimuskohteen ryhmältä kysyin aikaa, kuinka kauan on ollut toiminnassa mukana. Aikakäsityksellä halusin saada selville, oliko sillä vaikutusta muissa haastatteluiden ja kyselyiden vastauksissa. Mielestäni oli. Tietysti kaikki ne, jotka olivat olleet ko. ryhmätoiminnassa mukana tavalla tai toisella pisimpään, osasivat he vastata laajemmin ja tarkemmin myös muihin kysymyksiin. Tämä tuli esiin kaikissa haastatteluissa ja kyselyissä. Myös niiden kohdalla, jotka olivat olleet vähiten tekemisissä ryhmätoiminnassa, se näkyi myös muissa heidän vastauksissaan tavalla ei osaa sanoa tai ei mitään. Näitä ei ollut kovinkaan montaa.

Halusin kuvata aikakäsitteellä myös, mitä missäkin ajassa tämänkaltaisella ryhmätoiminnalla on saatu aikaan. Otsolan projektityöntekijät mainitsevat, kylläkin eri kysymyksen kohdalla, minkälaista kasvua ja kehitystä he ovat nähneet näissä ko. pojissa, jotka ovat olleet ryhmässä pisimpään. Tässä yhden työntekijän vastauksista:

" Kevätkaudella 2014 oli jo selvästi havaittavissa " vanhojen" ryhmäläisten itsenäistyminen, kehittyminen ja omassa elämässä eteenpäin meneminen..."

Siirtymisessä peruskoulun alaluokilta yläluokille ja sieltä kohti ammattikoulua, tapahtuu nuorella paljon merkittäviä asioita elämässään. Tässä ajassa ympäristöstä tulevat vaikutukset kantavat pitkälle nuoren elämään.

Ajan merkityksellä on tämänkaltaisessa tutkimuksessa tärkeä rooli. Uskoisin, jos n. 5-10 vuoden kuluttua haastattelisin näitä poikia uudestaan, saattaisivat ryhmätoimin-

nan todelliset vaikutukset tulla esiin silloin paremmin. Kyseessä on ennaltaehkäisevä työ ja sen tulokset nähdäänkin vasta myöhemmin.

Tuloksena, vaikutuksia voidaan havaita paremmin, mitä kauemmin on ollut ko. ryhmätoiminnassa mukana joko osallistujana tai muulla tavoin. Tämä on sinänsä ihan loogista, mutta haluan osoittaa, että tässä työssä aika on oleellisena osana tutkiessa ryhmätoiminnan vaikutuksia.

7.2 Käsitys ryhmän toiminnasta

Pojille kysymys esitettiin, että kokivatko he poikien ryhmän heidän harrastukseksi. Enemmistö pojista koki poikien ryhmän heidän harrastukseksi. Vaikka ensimmäisenä kysyin, mitä harrastaa, kukaan ei ollut maininnut siinä kohtaa harrastavansa Sääntöryhmän poikien ryhmää. Pojat kertoivatkin siinä mitä muita harrastuksia heillä on. Pääasiassa liikuntaan liittyviä harrastuksia tai sitten ei mitään.

Voi olla, kun kysytään mitä harrastaa, tulee ensimmäisenä mieleen sanasta harrastus urheiluun ja liikuntaan liittyvä asia. Sinkkonen (2010, 58) mainitsee siitä kirjassaan, että nuorilla on muodostunut käsitys siitä, että henkiset harrastukset eivät ole "cool", eikä niille anneta paljon painoarvoa. Hän perustelee tätä sillä, että sporttisuudella on nuorten keskuudessa suuri myönteinen merkitys, sillä huomio on silloin keskittynyt nimenomaan oman ruumiin kasvuun ja sen toimintoihin. En tarkoita tässä sitä, että pojat mieltäisivät Sääntöryhmän poikien ryhmää "epäcooliksi", vaan he eivät vain ehkä osaa vielä luokitella sitä harrastukseksi tuossa ikävaiheessa.

Yhtenä vaihtoehtona voi olla, miten kysymys esitetään tästä asiasta. Kun kysyin suoraan, mieltävätkö he poikien ryhmän harrastukseksi, kolme heistä vastaa myöntävästi.

Poikien käsitys ryhmästä harrastuksenaan on vastausten perusteella hieman epäselkeä. Toisaalta he pitävät ryhmää harrastuksenaan, mutta kysyttäessä, mitä harrastaa, ryhmää ei mainita silloin vastauksena.

Kotiväki kokee, että tukea on saatu mm. sosiaalisten taitojen opetteluun, harjoitusta toisen ajattelemiseen ja ihan yleisesti on saatu tukea arkeen.

Toiminnan monipuolisuus nähtiin hyvänä asiana. Kaikille ei sovi sellainen, että teki si jotain yhtä asiaa. Vaikka tässäkin ryhmätoiminnassa odotetaan ryhmään sitoutumista, mutta sen tärkeämpää on, että saa osallistua ja olla osallisena ryhmässä. Kun ryhmässä ei sitouduta tekemään vain yhtä asiaa, luo tämä mielekkyyttä sellaiselle nuorelle, jota kiinnostaa monenlaiset asiat tai ei vielä tiedä mikä voisi olla kiinnostavaa ennen kuin kokeilee. Kotiväen käsitys ryhmätoiminnasta on todella positiivinen vastausten perusteella.

Koulun henkilökunnalta kysyin yhteistyöstä Sänttis-projektiin ja ko. ryhmään liittyen. Otsolan nuorisotyön työntekijöiltä kysyin yhteistyöstä heidän yhteistyötahojen parissa.

Koulun henkilökunnan toinen vastaaja ei ole tehnyt ollenkaan yhteistyötä Sänttis-projektin kanssa. Toinen taas vastaa, että on ollut antoisaa, tarpeellista ja silmiä avaavaa. Hänellä on siis todennäköisesti enemmän kokemusta yhteistyöstä ja se on vielä koettu positiivisena ja tarpeellisena.

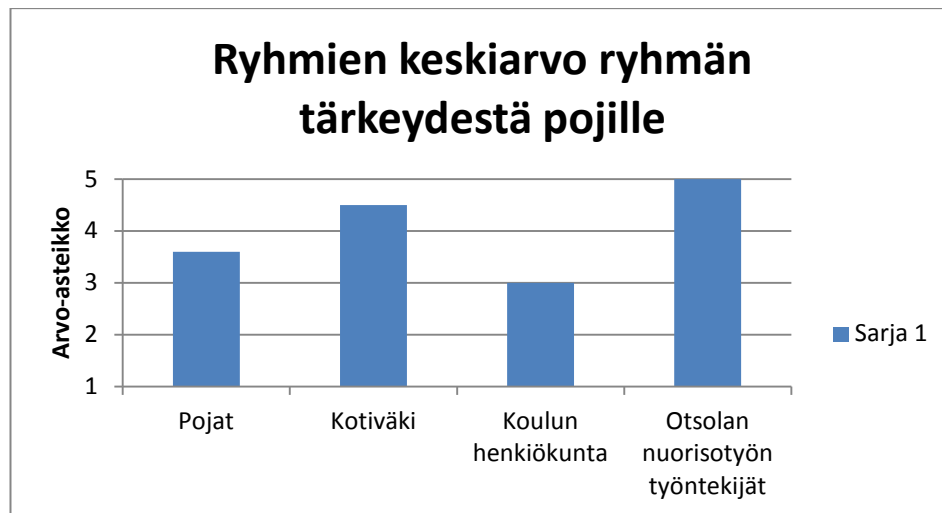
Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden vastauksissa he tuovat esiin monia yhteistyötahoja, joiden kanssa he pitävät tiivistä yhteydenpitoa osallistujan tai koko ryhmään liittyvissä asioissa.

Näiden vastausten perusteella, yhteistyö on koettu tarpeelliseksi ja onnistuneeksi koulun henkilökunnan ja Otsolan nuorisotyön työntekijöiden osalta.

7.3 Ryhmätoiminnan tärkeys pojille

Kaikille oli esitetty kysymys, kuinka tärkeänä he pitävät poikien ryhmää pojille. Pojilta itseltään kysyttiin suoraan, kuinka tärkeänä he pitävät ryhmää itselleen. Kotiväelle taas, että kuinka tärkeänä he näkivät lapsensa (poikien) pitävän ryhmää. Koulun henkilökunnalta ja Otsolan nuorisotyöntekijöiltä kysyin, kuinka tärkeä ryhmä on ko. pojille.

Seuraavassa olen kuvannut vastausten perusteella tulokset pylväskuvaajana, jossa on jokaisen ryhmän (pojat, kotiväki, koulun henkilölunta, Otsolan nuorisotyön projektityöntekijät) laskennallinen keskiarvo ryhmän tärkeydestä pojille asteikolla 1-5. 1 = ei ole tärkeä, 2 = jonkin verran tärkeä, 3 = melko tärkeä, 4 = tärkeä 5 = hyvin tärkeä.



Pokien vastausten keskiarvo on 3,6. Ryhmä on vastausten perusteella pojille melko tärkeä tai jopa melkein tärkeä, sillä keskiarvo on yli kolmen.

Kotiväen vastausten keskiarvo on 4,5. Ryhmätoiminnan tärkeys pojille, kotiväen näkökulmasta vaikuttaa tärkeältä tai hyvinkin tärkeältä, sillä se on yli arvon 4.

Koulun henkilökunnan keskiarvo on 3. Heidän näkökulmasta ryhmän tärkeys pojille on melko tärkeä.

Otsolan nuorisotyöntekijöiden keskiarvo on 5. Heidän mielestään ryhmä on hyvin tärkeä pojille.

Tulee ottaa huomioon, että kaikissa ryhmissä ei ollut saman verran vastaajia. Esim. koulun henkilökunnassa oli vain kaksi vastaajaa. Mutta kuten heidän vastauksiaan katsotaan, toinen heistä kokee ryhmän pojille hyvin tärkeäksi ja toinen taas ei ollenkaan tärkeäksi. Heidän laskennallinen keskiarvo on tällöin muihin verrattuna melko matala. Mutta tästä ei voi mielestäni vetää sellaista johtopäätöstä, ettei koulu pitäisi ko. ryhmätoimintaa niin tärkeänä. Tarkoitan, jos vastaajia olisi ollut enemmän, olisi se mahdollisesti vaikuttanut keskiarvoon eri tavalla. Ei kuitenkaan heidän laskennallinen keskiarvo ole silti huono, sillä he kokevat sen mukaan ryhmän olevan melko tärkeä pojille.

Myös tulee arvioida Otsolan nuorisotyön työntekijöiden vastauksia. Kaikki heistä antoivat arvon 5. Tietysti he kokevat ryhmän tärkeäksi pojille, sillä se on heidän työtään. Eiväthän he silloin tekisi työtä sen eteen, jos he eivät itse kokisi tekemänsä työn olevan tärkeää pojille.

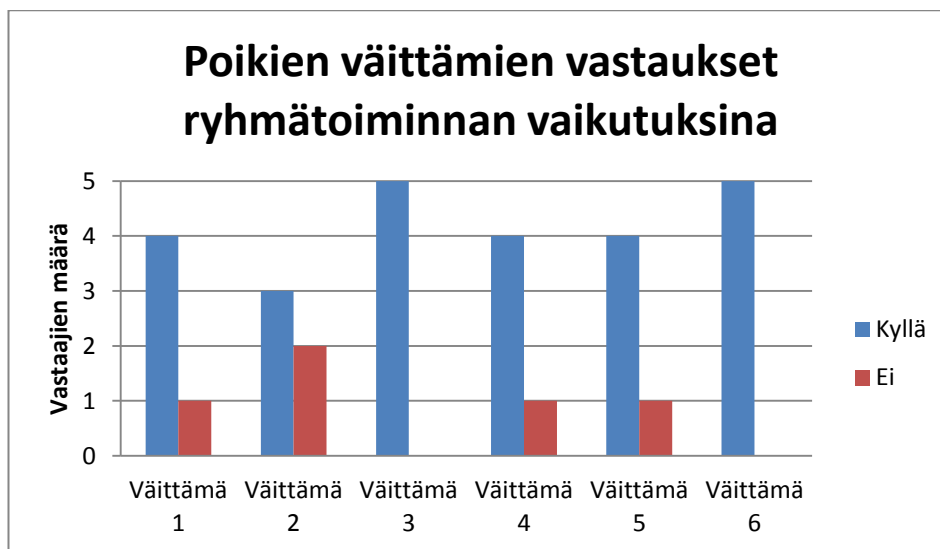
Kuvaajalla saa kuitenkin hieman havainnollistettua, ketkä kokivat ko. ryhmätoiminnan tärkeimmäksi pojille. Otsolan nuorisotyön työntekijöiden jälkeen kotiväki kokee seuraavan ryhmän olevan tärkeä pojille.

Pojat itse määrittävät ryhmän heille melko tärkeäksi tai tärkeäksi. Vaikkakaan he eivät suoraan osaa määritellä ko. ryhmää harrastukseksi, he kokevatkin ryhmän silti tärkeäksi itselleen.

Jos kaikkien ryhmien keskiarvoista lasketaan yhteinen keskiarvo, on tulos pyöristettynä arvoltaan 4 (4,025). Kokonaisuudessaan ryhmä koetaan tärkeäksi pojille kaikkien haastatteluihin ja kyselyihin vastanneiden kesken.

7.4 Ryhmätoiminnan vaikutukset

Seuraavassa olen kuvannut kuvaajilla ryhmätoiminnan vaikutuksia poikien ja kotiväen näkökulmasta. Koulun henkilökunnan ja Otsolan nuorisotyön projektitekijöiden vastaukset olen analysoinut yhdessä, sillä niissä oli yhtäläisyyksiä tähän teemaan liittyen.



Väittämä 1: Poikien ryhmässä saa olla kavereiden kanssa.

Väittämä 2: Poikien ryhmässä saa hyviä ideoita välipalojen tekemiseen ja yhdessä kokkaamiseen.

Väittämä 3: Poikien ryhmässä ohjaajat ovat mukavia ja he auttavat ja kuuntelevat minua.

Väittämä 4: Poikien ryhmässä saan olla oma itseni.

Väittämä 5: Voin mennä ryhmään olen sitten huonolla tai hyvällä tuulella.

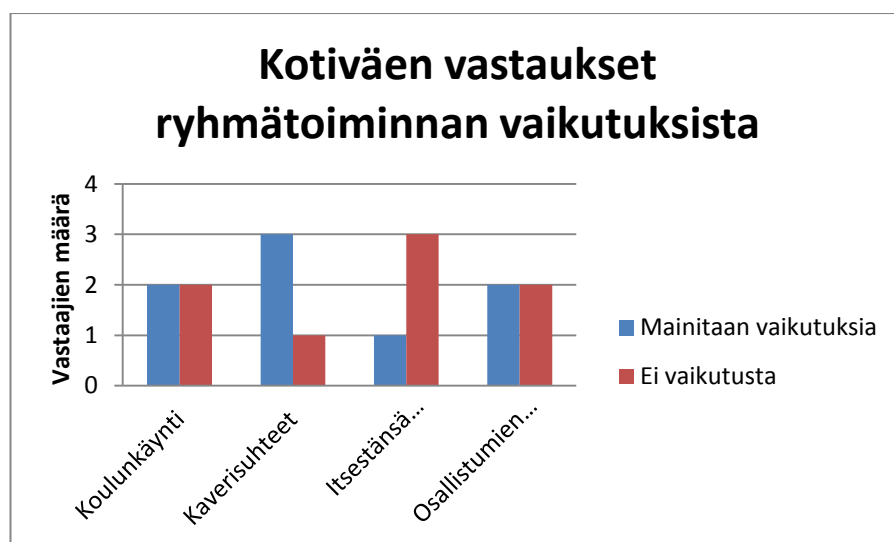
Väittämä 6: Olen poikien ryhmässä oppinut uutta omaan terveyteen ja hyvinvointiini liittyvissä asioissa.

Kaaviota katsoessa, pääasiassa ryhmän toiminta on poikien mielestä todella positiivista ja he kokevat ryhmän mieleiseksi paikaksi. He kokevat, että heitä kuunnellaan ja saavat olla oma itsensä ryhmässä. Voisi ajatella, että pienryhmätoiminnalla on tehdy tulosta tässä asiassa.

Väittämillä voidaan myös osoittaa, että tulosta on saavutettu esim. terveellisten elämäntapojen parissa. Viimeisessä väittämässä ovat kaikki vastanneet kyllä, joten jokin kokee, että ryhmässä on myös oppinut jotain uutta omaan terveyteen ja hyvinvointiinsa liittyvissä asioissa. Muutamat heistä perustelevatkin, että ovat ymmärtäneet ruoan suhteen mikä on hyvää ja mikä huonoa. Muissa haastattelun vastauksis-

sa muutamat mainitsevat, että ryhmässä on oppinut tekemään nopeita suupaloja ja ryhmän kautta on löytynyt uusia harrastusmahdollisuuksia esim. seinäkiipeily. Pojista kolme mainitsivat myös kaverien vaikuttavan myönteisesti heidän hyvinvointiinsa ryhmässä.

Voidaan päätellä, että ko. ryhmätoiminnalla on ollut vaikutusta poikien hyvinvointiin sosiaalisella alueella, terveellisissä elämäntavoissa ruoan suhteen sekä ryhmän kautta on löytänyt uusia harrastusmahdollisuuksia liikunnan parissa.



Kuvaajalla haluan havainnollistaa sitä, missä kotiväki on kokenut ryhmätoiminnan vaikutuksia eniten. Sen perusteella vaikutuksia näyttäisi olevan eniten kaverisuhteiden parissa. Monet vanhemmista olivatkin sitä mieltä, että ryhmän toiminta on vaikuttanut paljon sosiaalisen piirin kasvuun eli on saanut ryhmän kautta kavereita. Ryhmä on vaikuttanut kaverisuhteisiin myös niin, että aikaa vietetään kavereiden kanssa myös vapaa-ajalla, koulun ulkopuolellakin. Yhdessä vanhemman vastauksessa kerrotaan, kun ryhmässä on saanut opetella sosiaalisia taitoja ja pulmia on ratkottu ryhmässä, kotona ei ole tarvinnut enää tehdä niin paljon työtä niiden parissa.

Ryhmätoiminnalla on ollut kaikista eniten vaikutusta sosiaalisissa asioissa, kuvaajan lisäksi, kotiväen haastattelun lopussa olevien vastausten perusteella:

"On oppinut luottamaan itseensä ja miettii ennen kuin tekee. Sosiaalistunut enemmän. Osaa ottaa muita huomioon. Ryhmässä oppinut työskentelemään. Ennen ollut hankalaa."

"Tämänkaltaiselle toiminnalle tarvetta enemmän. Näin tehdään ennaltaehkäisevää työtä. Tarvitsisitte erityismaininnan työstänne. Matalakynnys osallistua, mutta suuri merkitys."

"Toiminta on vahvistanut sosiaalisia vuorovaikutustaitoja, osaa paremmin käsitellä tilanteita."

Myös vaikutuksia mainitaan koulunkäyntiin ja osallistumisessa kodin askareisiin liittyen. Koulunkäynnissä mainitaan siinäkin koulukaverisuhteiden parantuneen, joten sekin liittyy sosiaalisen alueen kehittymiseen. Kodin askareissa mainitaan, että on kotona haluttu tehdä niitä asioita, mitä ryhmässäkin, kuten esim. innokkuutena kotona alkaa leipomaan ja samoja ruokia on tehty kotona mitä ryhmässäkin eli terveellisiin elämäntapoihin ruoan suhteen on vaikutettu ryhmätoiminnalla.

Tutkimuksessani en sinänsä tutki määrää vaan laatua. Vaikka tässä kaaviossa tulee esiin vastausten määrä, niistä ei voi silti vetää suoranaisia johtopäätöksiä. Esim. kohdassa, kotiväen kokemus ryhmätoiminnan vaikutuksista poikien itsestensä huolehtimisessa, olivat siihen muutamit vastanneet etteivät osaa sanoa. Olen kuvaajassa sijoittanut ne pylväeseen ei vaikutusta. Keskustelua tuli siinä kohtaa monen vanhemman kanssa, että muut asiat ovat saattaneet vaikuttaa siihen, kuin suoranaisesti ryhmän toiminta. Yksi vanhemmista kuitenkin mainitsi, että hänen lapsensa on kauppoissa alkanut katselemaan hintoja, jonka hän ajatteli olevan ryhmätoiminnan vaikutus. Hintojen seuraaminen on mielestäni hyvä tapa pitää huolta omasta rahankäytöstään, jonka voisi mieltää itsestensä huolehtimiseen.

Koulun henkilökunnan ja Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden vastauksissa ko. ryhmätoiminnan vaikutuksissa poikien hyvinvointiin ja kehitykseen, ovat he kokeneet pojilla kasvua ja kehitystä poikien omatoimisuudessa, itsenäistymisessä ja sosiaalisissa taidoissa. Otsolan nuorisotyö mainitsee vielä, että terveellisiin elämäntapoihin on heidän mielestään vaikutettu. Se voidaan todistaa poikien vastausten perusteella.

Ryhmätoiminnan myönteisenä vaikutuksena poikien hyvinvointiin, koulun henkilökunnan toinen vastaajista mainitsee ryhmän koosta ja ohjaajien ammattitaidosta. Hän kokee pienryhmätoiminnan ja Otsolan nuorisotyöntekijöiden ammattitaitoisen ohjaamisen myönteiseksi vaikutukseksi poikien hyvinvoinnille. Tietysti, pienessä

ryhmässä osallistujan on helpompi saada äänensä kuuluviin ja samalla myös ohjaajan on helpompi olla läsnä ja antaa yksilöohjausta.

Jos näitä vastauksia verrataan esim. poikien ja kotiväen vastauksiin, ne mielestäni tukevat toisiaan. Kaikki mainitsevat sosiaalisilla alueella tapahtuneen edistystä ja muutosta.

7.5 Ryhmätoiminnan jatko ja tarve

Haastatteluissa ja kyselyissä kysyin lopuksi ko. ryhmätoiminnan jatkosta ja tarpeesta. Pojille kysymys esitettiin, että haluaisiko itse jatkossa jatkaa samanlaisessa ryhmässä. Enemmistö pojista oli halukkaita jatkamaan ko. ryhmässä jatkossakin. Yksi heistä kuitenkin toteaa, jos olisi vain parempi kellonaika. Keväällä suurimmalla osalla ko. pojista oli peruskoulu päättymässä ja syksyllä oli odotettavissa uudet kouluympäristöt. Tämä saattoi kellonaikaan viitaten olla jo mielessä.

Kaksi pojista vastaavat epävarmasti jatkon kannalta. En osaa sanoa silti varmaksi, oliko heilläkin tässä mielessä jo seuraavan syksyn epävarmuus uusista kouluympäristöistä vaan joistakin muista asioista riippuen.

Kotiväen vastauksissa ollaan myönteisin mielin jatkon kannalta, mutta he tuovat esiin juurikin saman asian uusista kouluympäristöistä. He eivät näe uusia kouluja kuitenkaan esteenä, ettei ryhmän toimintaa voisi jatkaa niiden suomin ehdoin.

Koulun henkilökunnalle kysymys esitettiin hieman eri näkökulmasta. Kysymys esitettiin, näkivätkö he oppilaissaan muita, jotka olisivat ko. ryhmätoiminnan tarpeessa. Vaikka toisella vastaajista ei ollut muissa kysymyksissä paljon vastattavaa, tässä hän näki oppilaissaan parilla tytöllä olevan tarvetta ko. ryhmätoimintaan. Vaikka hän ei ole tehnyt Sänttis-projektin kanssa yhteistyötä, näkee hän kuitenkin tarpeen muuttamalla tytöllä ko. ryhmän toiminnalle, joka on tärkeä tieto.

Toinen koulun henkilökunnan vastaajista kertoo selvästi tulevissa uusissa oppilaissaan tarvetta ko. ryhmätoiminnalle. Hän kuvaa minkälaista tarve on ja kertoo myös vanhemmillä olevan tarvetta sosiaaliseen tukeen.

Koulun henkilökunta kokee näiden vastausten perusteella tarvetta ko. ryhmätoiminnalle.

Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöille en ole esittänyt kysymystä jatkoon kannalta, sillä kenestä lapsista tai nuorista he olisivat kertoneet. Olisin voinut kysyä tietysti yleisellä tasolla, näkevätkö he lapsilla ja nuorilla tarvetta ko. ryhmätoimintaan. Jätin sen kysymyksen kysymättä, sillä yleisellä tasolla vastaaminen ei olisi mielestäni sopinut tutkimukseni asiakokonaisuuteen. Tietysti myös sillä ajatuksella, että tämä tieto tulee heille, sillä heidän työnsä tarpeesta on tässä kysymys.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäyteytäni tehdessä sain huomata, etten ollut valinnut aihetta ihan helpoimmasta päästä. Kun työni aihe oli vielä omassa päässäni, se vaikutti todella mielenkiintoiselta ja ehkä helpoltakin. Sain todeta, että aiheeni oli melko laaja ja haasteeksi tuli aiheen rajaaminen.

Aluksi olin ajatellut tehdä työn lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen liittyen, mutta rajasin kohdennetusti sitä nuoriin, sillä tutkimuskohteenani olivat nuoret pojat. Jo käsitteet nuorten hyvinvointi ja kehitys ovat kokonaisuuksiltaan laajoja, joten niiden käsitteiden hallittavuus työssäni toi haastetta.

Haastatteluiden ja kyselyiden teko osoittautui myös melko haasteelliseksi työni laajuuden takia. Tukea ja apua sain niiden tekemiseen Otsolan nuorisotyön työntekijöiltä ja omalta ohjaavalta opettajaltani.

Koin kuitenkin opinnäyteytöni tekemisen todella mielekkääksi sen haastavuudessaan. Tietysti, tämä oli elämässäni ensimmäinen tekemäni opinnäytetyö, joten siinäkin mielessä työ on ollut mielenkiintoista.

Työni tavoitteena oli osoittaa pienryhmätoiminnan vaikutuksia nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen. Tutkimuskysymyksillä, onko pienryhmätoiminnan vaikutukset havaittavissa jo nyt ja minkälaisia ne vaikutukset ovat, halusin osoittaa ko. työn merkittävyyttä nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen. Opinnäytetyöni tuloksien perusteella,

pienryhmätoiminnalla on vaikutettu ko. nuorten poikien hyvinvointiin ja kehitykseen heidän itsensä, kotiväen, koulun henkilökunnan ja Otsolan nuorisotyön projektityöntekijöiden kokemana. Varsinkin sosiaalisen hyvinvoinnin ja kehityksen tukemisella, on pienryhmätoiminnalla ollut isoin merkitys tulosten perusteella. Myös terveellisiin elämäntapoihin oli vaikutettu eniten ruoan parissa.

Sänttis-projekti tarjoaa, nuorille työkaluja elämiseen, joilla he voivat käsitellä erilaisia kohtaamiaan asioita elämässä. Oli se sitten ravinnon tärkeys, arjen ja talouden hallintaa tai sosiaalisten tilanteiden kohtaamista. Työllä voidaan siis vaikuttaa nuorten tekemiin valintoihin tulevaisuudessa. Sänttis- projektin työllä annetaan nuorelle sellaista, mitä hän ei välttämättä saa kotoa tai muualta lähiympäristöstään. Sänttiksen ryhmä voi olla sellainen paikka, uusien asioiden oppimisen lisäksi jossa voi saada lisää henkistä voimavaraa. On paikka, jossa ollaan kiinnostuneita nuoresta ja häntä kuunnellaan.

Mielestäni jo näillä tuloksilla voidaan osoittaa ko. työn tärkeyttä nuorten parissa. Sil- lä, jos jokaisella haastatteluun ja kyselyyn vastaajalla oli käsitys ryhmästä positiivi- nen ja tarpeellinen, ryhmä oli kaikkien mielestä keskimääräisesti melko tärkeä, ryh- mä oli vaikuttanut jokaisen mielestä poikien hyvinvointiin ja kehitykseen sekä ryh- mätoiminnan jatkolle nähtiin tarvetta ja halua, voidaan perusteellisesti todeta ko. työn olleen merkityksellistä nuorten hyvinvoinnin ja kehityksen suhteen.

Otsolan nuorisotyö on hakenut RAY:n kohdennettua toiminta-avustusta, jotta he voi- sivat jatkaa työtään Sänttis-projektin päättymisen jälkeenkin. Myös kaikki heidän yhteistyökumppaninsa (Porin kaupungin vapaa-aikaviraston nuorisoyksikkö, koulu- toimen ja perusturvan lastensuojelu) ovat halukkaita jatkamaan yhteistyötä heidän kanssaan. Sänttis-projektissa kehitetty ja poikien ryhmässä toteutettu toimintamalli halutaan ylläpitää siis jatkossakin ja tutkimukseni tukee tätä tarvetta ja sen toimin- nasta saatavia hyötyjä.

Jatkotutkimusaiheeksi omasta mielestäni ilmeni työni aikana, miten ko. työ vaikuttaisi syrjäytymisen ehkäisyssä. Sänttis-projektin työn tavoitteena on ehkäistä syrjäyty- misvaarassa olevia lapsia ja nuoria sekä heidän perheitään. Kun hyvinvointiin ja ke- hitykseen saadaan vaikutettua kokonaisvaltaisesti, ehkäisee se myös syrjäytymistä. Vaikka työssäni sitä aihetta myös käsitelin, tulin havainneeksi, että siitä saisi ihan

oman lukunsa. Jatkotutkimukseni aiheena voisikin olla esim. ammatillisesti ohjatun vapaa-ajantoiminnan merkitys nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä. Siihen voisi lisätä vielä näkökulmaa, miten se vaikuttaisi myös vielä yhteiskunnallisella tasolla.

Haluan kiittää kaikkia, jotka ovat olleet osallisena opinnäytetyössäni tavalla tai toisella. Erityisesti, kiitokset haastatteluihin osallistuneille ja kyselyihin vastanneille henkilöille. Myös kaikille niille, jotka ovat olleet tukemassa ja ohjaamassa opinnäytetyöni kulussa, kuten ohjaavalle opettajalleni ja Otsolan nuorisotyön kaikille työntekijöille.

LÄHTEET

Aalberg, V & Siimes, M. 1999. Lapsesta aikuiseksi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino oy.

Aaltonen, J & Rannila, M 2013 - Nuorten kokemuksellinen hyvinvointi toisen asteen oppilaitoksissa. Amk-opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.10.2015.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/67098/Rannila_Miia.pdf?sequence=1

Anzhelika, B. Lapsen itsetunnon tukeminen -opas esi- ja alkuopetuksen opettajalle. AMK-opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.10.2015.

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34146/LIITE1.pdf?sequence=1>

Eronen, S., Kanninen, K., Katainen, S., Kauppinen, L., Lähdesmäki, M., Oksala, E. & Penttilä, M. 2001. Persoon Kehityopsykologia. Helsinki: Edita Oyj.

Erkko, P. Vija, H. Westerlund, E. 2014. Sänttis-projektin väliraportti. Otsolan Kannatusyhdistys ry. Pori.

Havighurst, R.J. 1953. Human Development and Education. New York: McKey.

Hirvonen, E., Pietilä, A-M. & Eirola, R. 2002. Terveyskeskustel - tavoitteena dialogi terveyden edistämässä. Teoksessa A.-M. Pietilä, T. Hakulinen, E. Hirvonen, P. Koponen, E.-M. Salminen & K. Siirola. Terveyden edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät. Helsinki: WSOY, 219-238.

Hägglund, T-B. Pylkkänen, K. Taipale, V. 1979. Nuoruusiän kriisit. Gummerus. Jyväskylä.

Inspirans www-sivut. 2014. Viitattu 3.11.2015.

<http://www.inspirans.fi/kvalitatiivinen-tutkimus/>

Jyväskylän yliopiston Koppa www-sivut. 2015. Viitattu 3.11.2015.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>

Kettunen, T. Poskiparta, M. & Kahila P. 2002. Voimavarakeskeinen neuvontakeskustelu. Hoitotiede 14, 213-222.

Lehtonen, Olli 2013. Janus sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti 128–143.

Lämsä, A-L. 2009. Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. PS-kustannus. Jyväskylä.

Lääkärilehti www-sivut 2011. Lääkärilehden uutisia. Viitattu 17.10.2015

http://www.laakarilehti.fi/uutinen.html?type=1/news_id=11330/Nuorten+psyykkiset+ongelmat+ja+huonot+elintavat+ovat+yhteydess%E4+monikipuuteen

- Marttunen, M. 2009. Suomen Työterveyslääkäriyhdistys r.y., 45-48. Viitattu 17.10.2015. http://www.ebm-guidelines.com/dtk/shk/avaa?p_artikkeli=t100585
- Metropolia blogit. 2013. Nuorten syrjäytyminen ilmiönä. 8.10.2013. Viitattu 19.10.2015. <http://blogit.metropolia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2013/10/08/nuorten-syrjautyminen-ilmiona/>
- Mll:n www-sivut. n.d. Vanhemainnetti. Viitattu 20.9.2015. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/murrosian_kynnyksella/
- Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J & Heikkilä, M. 2008. Johdanto. Teoksessa: Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J & Heikkilä, M. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus ja kehittämiskeskus (Stakes), 14.
- Mäkelä, K. 1992. Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Prima Offset Ky.
- Nuotta www-sivut 2013. Taloussanommat. Viitattu 17.10.2015. <http://nuotta.com/taloussanommat-nuorten-elamantavat-huolestuttavia>
- Nurmi, J. 1995. Nuorisossa tulevaisuus. Suomalaisen nuorisotyön historia. Nuorisotutkimusseura ja Lasten keskus. Helsinki.
- Psykologian kertaus. 2011. Viitattu 9.10.2015. <http://psykertaus.blogspot.fi/2011/12/identiteetin-muodostuminen-nuoruusiassa.html>
- Puuronen, V. 2006. Nuorisotutkimus. Osuuskunta Vastapaino. Tampere.
- Rimpelä, A. 2005. Duodecim terveyskirjasto 18.7.2005. Viitattu 19.10.2015. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00046
- Setlementtiliiton www-sivut. n.d. Viitattu 20.10.2015. <https://setlementti-fi.directo.fi/setlementtiliitto/setlementtiliitto>.
- Sinkkonen, J. 2010. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Thl:n www-sivut. 2014. Nuorten mielenterveys. Viitattu 17.10.2015 <https://www.thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielenterveys/nuorten-mielenterveys>
- Thl:n www-sivut. 2015. Hyvinvointipolitiikka. Nuorten syrjäytyminen. Viitattu 19.10.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjautyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjautyminen>
- Thl:n www-sivut. 2015. Hyvinvointipolitiikka. Nuorten elinolot ja hyvinvointi. Viitattu 19.10.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjautyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjautyminen/nuorten-elinolot-ja-hyvinvointi>

Thl:n www-sivut. 2015. Kouluterveyskyselyt. Elinolot. Viitattu 19.10.2015.
<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/elintavat>

Vija, H. Erkkö, P. 26.20.2015. Sääntis-projekti. Pori. Henkilökohtainen tiedonanto 26.10.2015.

Väestöliiton www-sivut. 2015. Viitattu 24.9.2015.
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/murrosian-kasvu-ja-kehitys/>

Väestöliiton www-sivut. 2015. Viitattu 27.9.2015.
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden_kehitystehtavat/

Winnicott, D. 1971. Playing and reality. Harmondsworth: Penguin Books.

.ajatus. www-sivut. 2015. Viitattu 9.10.2015.
<http://www.ajatus.org/tekstit/joanna/itsetunto>

Kysymyksiä pojille **Haastattelu**

Ikä:

1. Mitä harrastat?

2. Kuinka kauan olet ollut poikien ryhmässä?

3. Onko tämä poikien ryhmä mielestäsi sinun harrastuksesi?

4. Kuinka tärkeä poikien ryhmä sinulle on asteikolla 1-5?

5. Oletko oppinut uusia asioita poikien ryhmässä? Jos olet, niin minkälaisia asioita?

6. Mitkä asiat poikien ryhmässä vaikuttavat sinun hyvinvointiisi

a) myönteisesti?

b) kielteisesti?

7. Haluaisitko jatkaa tällaisessa ryhmässä?

8. Vastaa väittämiin KYLLÄ tai EI. Perustele vastauksesi.

a) Poikien ryhmässä saa olla kavereiden kanssa.

Vastaus:

b) Poikien ryhmässä saa hyviä ideoita välipalojen tekemiseen ja yhdessä kokkaamiseen.

Vastaus:

c) Poikien ryhmässä ohjaajat ovat mukavia ja he auttavat ja kuuntelevat minua.

Vastaus:

d) Poikien ryhmässä saan olla oma itseni.

Vastaus:

e) Voin mennä ryhmään, olen sitten huonolla tai hyvällä tuulella.

Vastaus:

f) Olen poikien ryhmässä oppinut uutta omaan terveyteeni ja hyvinvointiini liittyvissä asioissa.

Vastaus:

Kysymyksiä vanhemmille **Haastattelu**

1. Kuinka kauan lapsesi on ollut mukana poikien ryhmän toiminnassa?
2. Minkälainen käsitys Teille on muodostunut poikien ryhmän toiminnasta?
 - a) Myönteistä?
 - b) Kielteistä?
 - c) Muuta?
3. Arvioi asteikolla 1-5, kuinka tärkeänä lapsesi pitää poikien ryhmää.
4. Miten poikien ryhmän toiminta on vaikuttanut, Teidän mielestänne lapsesi
 - a) koulunkäyntiin?
 - b) kaverisuhteisiin?
 - c) itsestäänsä huolehtimiseen?
 - d) osallistumiseen kodin askareissa?
 - e) Muuta? Miten?
5. Miten poikien ryhmän toiminta on vaikuttanut Teidän koko perheeseen?
6. Haluaisitko lapsesi jatkavan tällaisessa ryhmätoiminnassa?
7. Haluaisitko vielä kertoa jotain muuta?

Kysymyksiä koulun henkilökunnalle [Verkkokysely](#)

Kysely koskee Otsolan nuorisotyön Sänttis-projektin poikien terveet elämäntavat -ryhmän vaikutuksia ko. poikien hyvinvointiin. Kyselyllä kerään tietoa pienryhmätoiminnan vaikutuksista lasten ja nuorten hyvinvointiin opinnäytetyöni aiheena. Kysely tehdään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Kyselyn vastauksia tulen käyttämään aineistona vain ja ainoastaan opinnäytetyötäni varten ja sen jälkeen lomakkeet hävitetään. Opinnäytetyöni tulisi olemaan valmis vuoden 2015 lopussa.

1. Kuinka kauan olet toiminut yhteistyössä Sänttis-projektin kanssa?
2. Minkälaista yhteistyö on ollut?
3. Arvioi asteikolla 1-5, kuinka tärkeä poikien ryhmä on ko. pojille?
4. Miten ryhmän toiminta on vaikuttanut ko. poikien hyvinvointiin? (esim. kaverisuhteissa, koulunkäynnissä, itsestään huolehtimisessa...)
5. Mitkä asiat ryhmässä vaikuttavat ko. poikien hyvinvointiin
 - a) myönteisesti?
 - b) kielteisesti tai jollakin muulla tavoin?
6. Onko oppilaissasi muita, jotka tarvitsisivat ko. ryhmätoimintaa?
7. Haluaisitko vielä kertoa jotain muuta?

Kysymyksiä Sääntis-projektin työntekijöille [Verkkokysely](#)
Kysely koskee Otsolan nuorisotyön Sääntis-projektin poikien terveet elämäntavat -ryhmän vaikutuksia ko. poikien hyvinvointiin. Kyselyllä kerään tietoa pienryhmätoiminnan vaikutuksista lasten ja nuorten hyvinvointiin opinnäytetyöni aiheena. Kysely tehdään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Kyselyn vastauksia tulen käyttämään aineistona opinnäytetyötäni varten ja sen jälkeen lomakkeet hävitetään. Opinnäytetyöni tulisi olemaan valmis vuoden 2015 lopussa.

1. Milloin tämä ko. poikienryhmä on aloitettu?
2. Minkälaista yhteistyötä olet tehnyt Sääntis-projektin yhteistyökumppaneiden kanssa liittyen poikien ryhmään?
3. Mitkä ovat ryhmätoiminnan tavoitteet?
4. Arvioi asteikolla 1-5 kuinka tärkeä ryhmä on ko. pojille.
5. Miten ryhmän toiminta on vaikuttanut ko. poikien hyvinvointiin? (esim. kaverisuhteissa, koulunkäynnissä, itsestensä huolehtimisessa...)
6. Mitkä asiat ryhmässä vaikuttavat ko. poikien hyvinvointiin
 - a) myönteisesti?
 - b) kielteisesti tai jollakin muulla tavoin?