

Sini Joutjärvi

VOIMAANNUTTAVAN ITSEARVIOINTI- TYÖKALUN KEHITTÄMINEN NUORIL- LE MOTIIVI-HANKKEESSA

Opinnäytetyö
Sosionomi (AMK)

2019



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä/Tekijät	Tutkinto	Aika
Sini Joutjärvi	Sosionomi (AMK)	Toukokuu 2019
Opinnäytetyön nimi		
Voimaannuttavan itsearviointityökalun kehittäminen nuorille Motiivi-hankkeessa		45 sivua 7 liitesivua
Toimeksiantaja		
Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu/Luovat alat/Motiivi-hanke		
Ohjaaja		
Lehtori Marko Raitanen		
Tiivistelmä		
<p>Tämä opinnäytetyö on kehittämistyö, jonka tarkoituksena oli kehittää voimaannuttava itsearviointilomake nuorille Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun yliopettaja Tuija Suikkanen-Malinin kehittämän aihion pohjalta. Työn tilaaja on Motiivi-hanke.</p> <p>Kehittämistyön teoreettinen viitekehys muodostuu syrjäytymisen, osallisuuden, voimaantumisen, identiteetin, minäkäsityksen ja itsetunnon käsitteistä. Nämä käsitteet liittyvät hankkeen kohderyhmään sekä teemakysymyksiin, joita on käytetty apuna alkuperäisen sekä kehitetyn itsearviointilomakkeen luomisessa. Syrjäytyneiden nuorten määrä on laskussa, mutta syrjäytyminen on silti edelleen ajankohtainen aihe ja vaatii myös sosiaalialan ammattilaisten huomiota. Tämän kehittämistyön yhtenä tavoitteena oli antaa osallisuuden ja voimaantumisen kokemuksia nuorille yhteiskehittämisen menetelmän kautta, mutta tavoite osoittautui todella haastavaksi.</p> <p>Kehittämistyö lähti varsinaisesti liikkeelle nuorten Tuunaa Tulevaisuutesi-valmennuksessa, joka oli Motiivi-hankkeen ja Kouvolan Ohjaamon yhteistyöprojekti koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääneille nuorille. Valmennukseen osallistuneet nuoret pääsivät käyttämään lomaketta kaksi kertaa ja tämän jälkeen antamaan palautetta lomakkeesta palautekyselyn avulla.</p> <p>Itsearviointilomaketta oli tarkoitus yhteiskehittää nuorten kanssa yhteiskehittämisen periaatteita käyttäen. Yhteiskehittäminen ei kuitenkaan onnistunut, sillä nuoret eivät lähteneet yhteiskehittämiseen mukaan. Tämän takia itsearviointilomakkeen kehittämisessä hyödynnettiin nuorten antamaa palautetta.</p> <p>Syntyneen itsearviointilomakkeen tarkoituksena on auttaa nuorta löytämään omat voimavaransa sekä osallistaa ja voimaannuttaa hänet omaan elämäänsä. Tämän kehittämistyön päätyttyä syntynyt tuotosta voitaisiin edelleen kehittää ja mahdollisesti muuttaa se myös digitaaliseen muotoon. Sosiaalialan asiakkaiden motivointia ja sitouttamista tulisi tutkia enemmän, jotta saataisiin aikaan toimivia yhteiskehittämisen projekteja ja asiakkaiden ääni kuuluviin.</p>		
Asiasanat		
itsearviointi, voimaantuminen, osallisuus, tulevaisuusohjaus, nuoret, syrjäytyminen, kehittäminen, yhteiskehittäminen		

Author (authors)	Degree	Time
Sini Joutjärvi	Bachelor of Social Services	May 2019
Thesis title		45 pages
Developing an empowering self-evaluation tool for young people in Motive-project		7 pages of appendices
Commissioned by		
South-Eastern Finland University of Applied Sciences/Motive-project		
Supervisor		
Marko Raitanen, Senior Lecturer		
Abstract		
<p>This thesis is a developmental thesis aimed at redeveloping an empowering self-evaluation form for young people. The original evaluation form was developed by senior lecturer Tuija Suikkanen-Malin from the South-Eastern Finland University of Applied Sciences. The thesis was commissioned by Motive-project.</p>		
<p>The theoretical framework of the development work forms from the concepts of social exclusion, participation, empowerment, identity, self-identity and self-esteem. These concepts are related to the Motive-project's target group and its theme questions. The theme questions have been used in making the original self-evaluation form for young people. The theme questions were "who am I?", "what I can do?" and "where I'm going?". The number of socially excluded young people is going down, but the subject is still relevant and it requires the attention of social workers. Of the objectives of this thesis was to give the experience of participation and empowerment for the young people who would participate in the co-creation of the evaluation form, but the objective was very challenging.</p>		
<p>The development started from Tuunaa Tulevaisuutesi-training group. The group was organized by Motive-project and One-Stop Guidance Center Kouvola. The group consisted of young people, who were not participating in studying or work activities. The young people of the group had to fill the original evaluation form for two times and after this they gave feedback about the form.</p>		
<p>The self-evaluation form was planned to be developed in co-creation with the young people, but this didn't happen. The young people weren't willing to take part in developing the form. The form was then developed by using the young people's feedback from the original one.</p>		
<p>The object of this developed self-evaluation form was to help a young person to find his own resources and to participate and empower his own life. After this development, the created self-evaluation form could be redeveloped and changed into a digital version. The motivation and commitment of social workers' clients should be researched more, so there could be more co-creation done and clients' voices could be heard better.</p>		
Keywords		
self evaluation, empowerment, participation, youth, future guidance, social exclusion, development, co-creation		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	MOTIIVI-HANKE – NUORTEN TULEVAISUUSTYÖSKENTELYN UUDET MUODOT.	7
3	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA.....	8
3.1	Syrjäytyminen	8
3.2	Osallisuus	11
3.3	Voimaantuminen (empowerment).....	13
3.4	Motiivi-hankkeen teemakysymysten taustaa	16
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	20
4.1	Työn tavoitteet	20
4.2	Kehittämismenetelmä	21
4.3	Kehittäjäryhmä.....	23
5	ITSEARVIOINTILOMAKKEEN KEHITTÄMINEN	24
5.1	Palaute lomakkeesta	24
5.2	Palautteen perusteella tehdyt muutokset itsearviointilomakkeeseen	26
6	KEHITTÄMISEN ARVIOINTI	28
7	POHDINTA JA JATKOKEHITYSIDEAT	32
	LÄHTEET.....	34

LIITTEET

Liite 1. Tuunaa tulevaisuutesi-valmennuksen ohjelma

Liite 2. Nuoren itsearviointilomakkeen alkuperäinen versio

Liite 3. Palautekyselylomake

Liite 4. Nuoren itsearviointilomakkeen kehitetty versio

Liite 5. Itsearviointilomakkeen pisteytyksen leijakuva

KUVALUETTELO

Kuva 1. Kehittämispöcessin yksinkertainen malli.....	30
--	----

1 JOHDANTO

Ihminen on läpi koko elämänsä arvioinnin kohteena. Arviointia tapahtuu jo ennen lapsen syntymää ja se jatkuu läpi koko elämän. Tässä työssä pyrin kehittämään voimaannuttavan itsearviointityökalun, jonka avulla nuori löytää vastaukset kysymyksiin, kuka olen, mitä osaan ja mihin kykenen.

Nuoret ja nuorten syrjäytyminen on aihe, joka on käsittelyssä julkisessa keskustelussa, ja hyvä niin. Syrjäytyminen on yhä edelleen ajankohtainen ilmiö. Me-säätiö arvioi nuorten syrjäytyneiden määräksi 66 000 vuonna 2018. Vuodesta 2007 syrjäytyneiden nuorten määrä on pudonnut 2 600:lla. Me-säätiön mukaan syrjäytymisvaarassa olevat oppilaat tunnistetaan jo varhain, mutta heitä ei osata auttaa ajoissa. Oppilaan kokonaisvaltainen tilanne jää usein kartoittamatta ja huomioimatta, sillä ongelmat johtuvat usein monista eri tekijöistä niin koulussa kuin sen ulkopuolellakin. Oppilas tarvitsee yhteisön, johon kuulua ja joka tarjoaa mielekästä tekemistä, sekä tuekseen luotettavia aikuisia. (Sullström 2018.) Euroopan komission koulutuksen, audiovisuaalialan ja kulttuurin toimeenpanovirasto on tuottamassaan raportissa vuonna 2013 arvioinut, että kolmasosa Euroopan Unionin alueella asuvista nuorista on riskissä syrjäytyä. (Paolini 2013, 17.)

Opinnäytetyöni on kehittämistyö, jonka tarkoituksena on kehittää voimaannuttava itsearviointityökalu nuorille Motiivi-hankkeessa. Itsearviointityökalusta on jo olemassa XAMKin yliopettaja Tuija Suikkanen-Malinin kehittämä aihio, jota minun tuli testata ja yhteiskehittää nuorten ”Tuunaa tulevaisuutesi”-ryhmässä.

Teen tämän opinnäytetyön sen takia, että olen kiinnostunut nuorten syrjäytymisestä ilmiönä ja tämä työ on yksi pieni keino vaikuttaa nuorten syrjäytymiseen. Olen harjoittelussa Motiivi-hankkeessa, jonka kohderyhmänä ovat 16–29-vuotiaat nuoret, jotka eivät ole opiskelu- tai työelämässä ja hankkeen puolelta tulikin sopivasti pyyntö, että jos voisin tehdä heille opinnäytetyön, jossa kehitetään nuorille voimaannuttava itsearviointityökalu. Motiivi-hankkeen tavoitteisiin liittyy arvioinnin kehittäminen ja levittäminen, ja tämä työkalu osaltaan vastaa tähän tavoitteeseen.

Tällä opinnäytetyöllä voin kehittää myös omia ammatillisia taitojani, muun muassa kehittämisen ja tutkimisen taitoja sekä nuorisotyön osaamista.

2 MOTIIVI-HANKE – NUORTEN TULEVAISUUSTYÖSKENTELYN UUDET MUODOT

Motiivi-hankkeen tavoitteena on tukea kohderyhmänä olevia 16–29-vuotiaita nuoria, joilla ei ole työ- tai opiskelupaikkaa eli nuoria, jotka ovat heikommassa työmarkkina-asemassa. Tavoitteena on tukea nuorta löytämään vastaukset kysymyksiin, kuka olen, mitä osaan ja mihin kykenen. Hankkeen yhtenä tavoitteena on myös kehittää Ohjaamojen, nuorten työpajojen ja maahanmuuttajajärjestöjen toimintamalleja liittyen kokonaisvaltaiseen tulevaisuustyöskentelyyn yhdessä nuorten ja ammattilaisten kanssa. Motiivi-hankkeen menetelmiä ovat Motiivi-ryhmätoiminta nuorten työpajoilla, digitaaliset ja pelilliset menetelmät monialaisessa yksilö- ja ryhmäohjauksessa, arviointi ja arviointityökalujen levittäminen sekä Motiivi-ryhmätoiminta maahanmuuttajataustaisten nuorten ryhmissä. (Kaakkois-Suomen Ammattikorkeakoulu s.a.)

Hankkeen osatoteuttajia ovat Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu (XAMK), Metropolia Ammattikorkeakoulu ja R3 Maahanmuuttajanuorten tuki ry. Metropolia Ammattikorkeakoululla on päävastuu hankkeesta. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun osahankkeen projektipäällikkönä toimii Tuija Suikkanen-Malin. Tuija Suikkanen-Malinin lisäksi XAMKin osahankkeessa on kaksi työntekijää. Hankkeen yhteistyökumppaneita ovat muun muassa Ohjaamo Kouvolan ja Suomen Setlementtiliitto. Hanke on ESR-rahoitteinen. Hankkeessa etsitään ja kehitetään myös digitaalisia ja pelillisiä ohjausmenetelmiä. Hanke alkoi 1.3.2017 ja päättyy 31.10.2019. XAMK:n vastuulla ovat digitaaliset ja pelilliset menetelmät monialaisessa yksilö- ja ryhmäohjauksessa.

Hanke järjesti Kouvolan Ohjaamon kanssa yhteistyössä Tuunaa tulevaisuutesi –valmennusryhmän. Ryhmä oli suunnattu 16-29-vuotiaille nuorille, joilla ei ole työ- tai opiskelupaikkaa. Ryhmään otettiin 10 nuorta. Tämän työn lopussa on valmennuksen ohjelma (Liite 1.).

3 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Tässä luvussa käsittelen opinnäytetyöni teoreettista viitekehystä esittelemällä opinnäytetyöhöni liittyvät käsitteet laajemmin. Ensin käsittelen syrjäytymistä ja sen jälkeen osallisuutta, joka voidaan nähdä syrjäytymisen vastavoimana. Osallisuuden jälkeen käsittelen voimaantumista, jota tarvitaan osallisuuden kokemuksen syntymiseen. Tämän jälkeen siirryn käsittelemään Motiivi-hankkeen teemakysymysten taustaa, josta löytyy käsitteitä yksilön minäkuvas- ta, identiteetistä ja itsetunnosta. Käsitteet liittyvät kehittämäni lomakkeen taus- toihin sekä lomakkeen kohderyhmään.

3.1 Syrjäytyminen

Syrjäytymisen määrittely on vaikeaa, sillä se on moniulotteinen ilmiö ja sen määrittely on riippuvaista ajasta ja paikasta. Syrjäytyminen voidaan määritellä sivuun joutumiseksi vaikuttamisesta, vallan käytöstä ja sosiaalisista suhteista, sekä heikoista mahdollisuuksista osallistua koulutukseen, työhön ja yhteisön toimintaan. Syrjäytyminen ilmenee ajautumisena kouluyhteisön ja työelämän ulkopuolelle sekä poikkeavana käyttäytymisenä ja lisäksi syrjäytymisenä nor- maalina pidettävästä kasvusta ja kehityksestä. Syrjäytyneiden asuminen voi olla epävarmaa, terveydentila heikko ja perhesuhteet vaikeat. Usein syrjäyty- neen menneisyys on hurja, nykytilanteen hallinta vaikeaa ja tulevaisuus avoin, negatiivisessa mielessä. (Lindqvist & Virtanen 2015, 2.)

Syrjäytymiseen liittyen käytetään lisäksi käsitteitä huono-osaisuus, alaluokka, marginalisaatio, suhteellinen deprivatio ja toiseus. Syrjäytyneet ovat olemas- sa olevalle yhteisölle toisia, ryhmään kuulumattomia. Syrjäytyminen nähdään usein käyttäytymistäipumuksena tai yksilöpsykkisenä ongelmana, mikä tekee syrjäytyneen käsitteestä leimaavan. (Lämsä 2009, 29.)

Syrjäytyminen on nähty viisivaiheisena prosessina, joka syvenee ja koko ajan pahenee sekä laajenee. Ensimmäisessä vaiheessa yksilöllä esiintyy vaikeuk- sia koulussa, kotona tai tämän sosiaalisessa toimintaympäristössä. Toisessa vaiheessa koulu voi keskeytyä tai yksilö alisuoriutuu koulussa. Kolmannessa vaiheessa tulee siirtyminen työmarkkinoille, jossa tapahtuu ajautuminen huo- noon työmarkkina-asemaan. Neljännessä vaiheessa tapahtuu täydellinen syr- jäytyminen, johon liittyy työn vieroksunta, sosiaaliavustusten varassa toimeen-

tuleminen, alkoholisoituminen, kriminalisoituminen, eristäytyminen tai muu vastaava eristäytyminen yhteiskunnasta. Ensimmäisestä vaiheesta kolmanteen vaiheeseen syrjäytymistä voidaan ehkäistä, mutta neljännessä ja viidennessä vaiheessa syrjäytyminen on jo tapahtunut. Tällöin tarvitaan korjaavia toimenpiteitä. Mitä pidemmälle syrjäytymisprosessi pääsee etenemään, sen vaikeampaa syrjäytymistä on ehkäistä tai korjata. (Valtiontalouden tarkastusvirasto 2007, 19.) Hännisen ja Tolvasen (2014, 8.) mukaan keskeistä syrjäytymiselle on elämänhallinnan ongelmat ja erilaisten ongelmien kasautuminen.

Suurimmassa syrjäytymisvaarassa ovat ylivelkaiset, asunnottomat, pitkäaikaistyöttömät, alkoholiongelmaiset, huumeidenkäyttäjät, oppimisvaikeuksista kärsivät lapset ja nuoret, ongelmaperheiden lapset ja nuoret, pitkäaikaissairaat, vammaiset, mielenterveysongelmaiset sekä maahanmuuttajat (Hänninen & Tolvanen 2014, 10). Myrskylän (2012, 3) analyysissä syrjäytymisen nähdään kohdistuvan erityisesti nuoriin miehiin. Syrjäytyneistä nuorista kaksi kolmasosaa oli miehiä vuonna 2010. Tässä ryhmässä pahin syrjäytymisongelma oli vieraskielisillä miehillä, joilla ei ollut perusasteen jälkeistä koulutusta.

Mattilan (2014, 195) mukaan syrjäytyminen voi johtua myös sosiaalisista peloista ja jännityksestä, kuten sosiaalisten tilanteiden pelosta, ja tätä syytä harvemmin otetaan lukuun. Nuoruuteen liittyy tunne-elämän haasteita, kun nuori siirtyy elämässään uuteen vaiheeseen ja kulkee kohti ennenkokematonta aikuisen identiteettiä. Nuori luultavasti kokee epävarmuutta ja ahdistustakin. Näistä tuntemuksista nuorelle voi kehittyä sosiaalisia pelkoja. Pelot aiheuttavat häpeän tunnetta. Voi olla, että pelkoja ei tiedosteta, vaikka ne ovat vaivanneet joissakin tapauksissa jo peruskoulusta asti. Täten avun saanti lykkäänny ja tästä voi seurata hankalammin hoidettavia seurauksia kuten masennusta.

Sosiaaliset pelot estävät nuorta toteuttamasta itseään. Nuoresta voi myös tulla sosiaalisesti kömpelö ja hitaammin reagoiva, mikä lisää nuoren kokemaa huonommuuden ja häpeän tunnetta. Tunnemaailma voi latistua ja myönteiset tunteet vähenevät ja suljetaan lopulta ulos. Tämä kaikki voi johtaa itsehalveksuntaan ja masennukseen. (Mattila 2014, 200.)

Syrjäytymiskeskustelu heijastelee usein yhteiskunnan ja työelämän sekä kansallisuuden ehtojen jatkuvaa koventumista. Kansalaisuuden normien täyttäminen on muuttunut vaativammaksi ja työläämmäksi. (Sandberg 2015, 133.) Itseohjautuvuutta suositaan nykyisin jo ammattikoulussa, mutta erityisesti akateemisissa opinnoissa. Joskus itseohjautuvuus voidaan kokea yksinohjautuvuutena. Pahimmillaan yksinohjautuvuus johtaa toiseuden tunteeseen ja yhteisöstä eristäytymiseen. (Mäkinen 2012, 109.)

”Yhteiskuntamme asettaa nuorelle valtavasti odotuksia ja paineita ja jo teini-ikäisiltä odotetaan itseohjautuvuutta ja omatoimisuutta, johon kaikki eivät ole valmiita” (Kröger 2018).

Syrjäytymisestä keskusteltaessa puhe kohdistuu yhteiskunnan jäsenyyden ehtoihin. Hyvä kansalaisuus on sosiaalisesti määrittävä käsite. Yksilöltä edellytetään laajojen yhteisten velvollisuuksien hyväksymistä. Kansalaisuus on yhteisöllinen status, jonka eteen on tehtävä työtä. Kansalaisuuteen liittyvät terveyskansalaisuuden, biologisen kansalaisuuden, monikulttuurisen kansalaisuuden, joustavan kansalaisuuden, tieteellisen kansalaisuuden, teknologisen kansalaisuuden, farmaseuttisen kansalaisuuden ja terapeuttisen kansalaisuuden näkökulmat. (Sandberg 2015, 129-130.)

Suomalaiset arvostavat työllisyyttä, koulutusta, hyvinvointivaltiota, terveellisiä elämäntapoja ja oikealla tavalla rakennettua elämänkaarta. Näiden asioiden arvostuksen taustalla on pitkä historiallinen prosessi. (Sandberg 2015, 133.)

Hyvällä kansalaisella on pyrkimys keskeytymättömään koulutukseen ja työllistymiseen. Hyvällä kansalaisella on ehjä perhe- ja lähiyhteisö. Hyvä kansalainen on fyysisesti ja psyykkisesti terve, hän osallistuu poliittiseen vaikuttamiseen ja järjestötoimintaan, on osa sosiaalista yhteisöä, noudattaa lakia, ei käytä haitallisia päihteitä, harrastaa myönteisiä kehittäviä harrastuksia ja huolehtii omasta olemuksestaan. Hyvällä kansalaisella on myönteisiä elämänkokemuksia, hänellä on hyvä perus- ja ammattikoulutus, hän on hyvässä ammatti- ja arvoasemassa. Hyvä kansalainen on sisäistänyt yhteiskunnan normit ja arvot. Hyvä kansalainen on itse aloitteellinen oman elämänkulkunsa riskien hallinnassa. (Sandberg 2015, 131-132.)

Syrjäytymisen riskitekijöitä ovat lastensuojelun sijoitus, toisen asteen koulutuksen puuttuminen, mielenterveyden häiriöt, varhainen äitiys, varhaiset käyttöhäiriöt, vanhemman pitkäaikainen toimeentulotukiasiakkuus, rikokset, alle seitsemän keskiarvo koulussa, isä ei tiedossa, äidin yksinhuoltajuus, vanhempien alhainen koulutustaso, vanhemman mielenterveyshäiriöt, vanhempien ero ja vanhemman kuolema. Myös huono-osaisuuden ylisukupolvisuus on riskitekijä. (THL & Me-säätiö 2018.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2018a.) mukaan nuorten syrjäytymisen merkittävä yhteiskunnallinen tekijä on työmarkkinoiden muutos. Nuoret eivät löydä paikkaansa yhteiskunnassa ja työmarkkinoilla yhtä lailla kuin aiemmin. Työmarkkinoilla heikosti koulutetun työvoiman kysyntä on romahtanut. Tämän lisäksi tehokkuus- ja koulutusvaatimukset ovat kasvaneet. Yksilö, joka ei kykene vastaamaan kasvaneisiin tehokkuus- ja koulutusvaatimuksiin, on vaarassa syrjäytyä.

Koululla on merkityksellinen rooli lapsen ja nuoren kasvun ja kehityksen kannalta. Koulu voi joko tukea kehitystä tai syrjäyttää. Koulukiusaaminen on yksi riskitekijä syrjäytymiseen koulun sektorilla. Heikko koulumenestys peruskoulussa voi johtaa syrjäytymiseen toisen asteen koulutuksesta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018a.)

Koulutuksen ja työelämän ulkopuoliset nuoret voidaan herkästi määritellä syrjäytyneiksi. Joskus kyseessä voi kuitenkin olla nuoren oma tarkoituksellinen syrjään jääminen. Nuori voi poiketa totutusta aikuistumispolusta tai lykätä valintojen tekemistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018a.)

3.2 Osallisuus

Usein osallisuus käsitetään tunteena, jota ihminen kokee, kun hän on osallisen jossakin yhteisössä. Näitä yhteisöjä voivat olla opiskelu-, työ-, harrastus- tai järjestöyhteisö. Osallisuus näyttäytyy yhteisön jäsenten tasavertaisuutena, arvostuksena ja luottamuksena sekä mahdollisuutena vaikuttaa yhteisössä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b.)

Yhteiskunnallinen osallisuus tarkoittaa jokaisen ihmisen mahdollisuutta toimeentuloon, asuntoon, terveyteen, koulutukseen, työhön ja sosiaalisiin suhteisiin. Osallisuus on demokratian perusrakenne. Kansalaisella on oikeus tasavertaisena osallistua ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja yhteiskunnan kehitykseen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b.)

Osallisuutta voidaan määritellä kolmen ulottuvuuden kautta, jotka ovat toiminnallinen osallisuus, riittävä toimeentulo ja hyvinvointi sekä yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys. Jonkin ulottuvuuden puuttuminen tai vajavuus voi lisätä yksilön riskiä syrjäytyä ja se voi olla merkki osallisuuden vähenemisestä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b.) Näitä kolmea osallisuuden ulottuvuutta on määritelty myös englannin kielen sanoja Having, Being ja Acting käyttäen. Having viittaa taloudelliseen osallisuuteen, johon liittyvät työllisyys, koulutus, terveys ja hyvinvointi, talous ja asuminen. Being viittaa yhteisölliseen osallisuuteen, johon liittyy kuuluminen yhteisöön, poliittinen vaikuttaminen ja merkityksellinen työasema. Acting viittaa toiminnalliseen osallisuuteen, johon kuuluu valtaisuus ja toimijuus. (Raivio & Karjalainen 2013, 16.)

Osallisuus voi olla myös tieto-osallisuutta, suunnitteluosallisuutta tai vaikka päätösosallisuutta. Osallisuus ja osallisuuden kokemus on yhteydessä yksilön henkilökohtaiseen elämismaailmaan, ihmiskäsitykseen ja identiteettiin. (Särkelä-Kukko 2014, 35.)

Oman elämän osallisuus muodostuu elämänhallintavalmiuksista, identiteetistä ja voimaantumista. Oman elämän osallisuudessa keskeistä on omaehtoinen toiminta, omakohtainen sitoutuminen, vaikuttaminen omaa elämää koskevissa asioissa sekä vastuunotto. (Mitä on osallisuus? 2014, 9.)

Osallisuuden kokemukset muodostuvat arjen asioista, kuten sosiaalisista suhteista, kuulluksi ja huomioiduksi tulemisesta, omiin asioihin vaikuttamisesta ja omien asioiden päättämisestä sekä keskusteluista ja kohtaamisista (Särkelä-Kukko 2014, 36). Osallisuuden edellytyksenä on yksilön voimaantuminen. Osallisuuden kokemus syntyy, kunhan ihminen oivaltaa osallisuuden mahdollistamat hyödyt. (Rouvinen-Wilenius 2014, 52.)

Vastavuoroisuus tukee osallisuuden syntyä. Vastavuoroisuuden kokemukseen liittyvät yksilön kuuluminen johonkin tiettyyn ryhmään tai paikkaan, toiminnan hyväksyttävyyden sekä yksilön tunnistaminen ja tunnustaminen. (Törrönen & Heino 2013, 17.) Yhteisöön kuulumiseen liittyy tunne samankaltaisuudesta. Yhteisö voi olla fyysinen yhteisö tai vaikka verkossa toimiva yhteisö. Yksilölle on tärkeää tuntee, että hänen olemassa olemisensa on merkityksellistä. Yksilö haluaa, että hänet tunnustetaan ja hänet sekä hänen toimintansa hyväksytään. Merkityksellisyyden kokemukseen liittyy kuulluksi tuleminen, itsemillaisuus sekä määrittämisen mahdollisuus. Vastavuoroisuuteen liittyy myös kysymys toiminnan laillisuudesta sekä arvojen kohtaamisesta. Ihmiset eivät usein mielellään lähde mukaan toimintaan joka rikkoo lakia tai on heidän arvonsa vastaista. (Törrönen & Heino 2013, 18.)

Yksilölle on tärkeää, että hän voi itse määrittellä, miten ja millaisin ehdoin hän kohtaa toisen ihmisen. Yksilö haluaa tulla kohdatuksi omana itsenään, hänen ongelmansa tai sairautensa ei saa olla kohtaamista määrittävä tekijä. (Rouvinen-Wilenius 2014, 60.)

Byrokraattisuus, patriarkaalinen systeemi ja ulkoapäin määrittely heikentävät osallisuutta. Nämä tekijät ilmenevät jo koulun rakenteissa sekä siinä, miten koulussa kohdataan lapset. (Rouvinen-Wilenius 2014, 60.)

Suomalaiset ja etenkin suomalaiset nuoret käyttävät paljon internetiä. Ihmiset käyttävät paljon erilaisia foorumeita sekä sosiaalista mediaa ja voivat näissä kuulua erilaisiin yhteisöihin. (Siikasalmi 2014, 80.) Siikasalmi (2014,85.) kehottaa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia siirtymään verkkoon, näin tavoitettaisiin paljon asiakkaita.

3.3 Voimaantuminen (empowerment)

Voimaantumisen käsite tulee englanninkielisen sanasta empowerment. Voimaantumisen käsite kuvaa muutoksen syntymekanismia sekä sen seurausta. Käsitteellä tarkoitetaan henkilökohtaista ja sosiaalista prosessia, jonka keskiössä on yksilön kokemus voimavarojen lisääntymisestä. Voimaantumiseen liittyy itsetunnon ja pystyvyyden tunteen kasvu. Ihmisen luottamus vaikeuksista selviytymiseen kasvaa. (Reinikainen 2013, 138.) Voimaantumisen määri-

telmiä on monia, mutta yleisesti voimaantumisella tarkoitetaan pyrkimystä auttaa ihmistä löytämään omat voimavaransa ja ottamaan vastuun teoistaan (Luhtalampi 2010, 8).

Pystyvyyden tunne tarkoittaa yksilön käsitystä tämän vaikuttamismahdollisuuksista hänen elämässään merkityksellisissä asioissa. Pystyvyyden tunneella on yksilöä motivoiva tehtävä; mikäli yksilö kokee ettei hän pysty johonkin, hän ei edes yritä. (Helkama ym. 2001, 94.)

Voimaantuminen on kykyä tuoda ilmi ja arvioida toiminnalle asetettuja tarkoituksia, tavoitteita ja niiden toteutumista sekä kykyä nähdä osallisuuden mukanaan tuomat mahdollisuudet vaikuttaa omaa elämää koskevissa asioissa. Yksilötasolla voimaantuminen näyttäytyy yksilön kykyinä tehdä päätöksiä sekä ohjata omaa elämäänsä. (Rouvinen-Wilenius 2014, 52.)

Voimaantumisteoriaan liittyvät voimaantumista jäsentävät osaprosessit, joita ovat päämäärä-, kykyuskomus-, kontekstiuskomus- ja emootiotkategoria. Voimaantumisen prosessi lähtee ihmisestä itsestään ja se on yhteydessä ihmisen omaan haluun, mahdollisuuksiin luottamiseen, näkemykseen omasta itsestä ja tehokkuudestaan sekä omien päämäärien asettamiseen. Voimaantumiseen vaikuttavat olosuhteet, sosiaaliset rakenteet ja toiset ihmiset, vaikka se on henkilökohtainen prosessi. (Siitonen 1999, 117-118.)

Siitosen (1999, 161-164) voimaantumisteoriaan liittyy viisi premissiä, jotka ovat: 1. voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi; voimaa ei voi antaa toiselle. 2. voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, jota jäsentää päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot sekä näiden sisäiset suhteet, 3. voimaantuminen vaikuttaa katalyytin tavoin sitoutumisprosessiin: vahva katalyytti (empowerment) johtaa vahvaan sitoutumiseen ja heikko katalyytti (disempowerment) johtaa heikkoon sitoutumiseen, 4. voimaantuminen on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin, 5. voimaantuneisuus ei ole pysyvä tila.

Päämäärät-kategoriaan sisältyvät toivottu tulevaisuuden tila, arvot ja vapaus. Voimattomalla ihmisellä ei ole päämäärää eikä unelmia tai toiveita, joita tavoit-

tella. Havahduttuaan ihminen muodostaa itselleen kuvan toivotusta tulevaisuuden tilasta ja alkaa muodostaa päämäärää. (Hirvonen 2009, 13.)

Kykyuskomukset-kategoriaan liittyvät ihmisen minäkäsitys, itseluottamus ja itsearvostus, tehokkuususkomukset ja itsesäätely sekä vastuu (Siitonen 1999, 130). Ihmisen uskomus omista kyvyistään muodostuu varhaisessa vaiheessa ja ne voivat olla ristiriidassa kokemuksen, järjen tai koulutuksen kanssa. Uskomukset voivat muokata tai vääristää ja jopa estää tiedon käsittelyä sekä ajattelua. Voimaantumisen prosessin keskeisessä roolissa on ihmisen minäkäsitys. Ihminen, jolla on negatiivinen käsitys itsestään, ei kykene luomaan realistisia päämääriä. Itsetunto- ja tehokkuususkomuksilla tarkoitetaan ihmisen omaa kykyä arvioida, pystyykö hän saavuttamaan omat tavoitteensa ja luottaako hän omiin taitoihinsa ja kykyihinsä. (Hirvonen 2009, 11-12.)

Kontekstiuskomukset-kategoriaan liittyvät hyväksyntä, arvostus, luottamus, kunnioitus, ilmapiiri, toimintavapaus, autenttisuus, yhteistoiminta, kollegiaalisuus ja tasa-arvoisuus (Siitonen 1999, 143). Kontekstiuskomukset liittyvät yksilön toimintaympäristöön. Yksilön kokemus ympäristöltä ja yhteisöltä saadusta tuesta ja arvostuksesta muodostavat kontekstiuskomukset. Hyväksyntä, luottamus, toimintavapaus, ilmapiiri ja tasa-arvoisuus ovat voimaantumiseen vaikuttavia tekijöitä ja ne vaikuttavat myös yksilön kontekstiuskomuksiin. (Hirvonen 2009, 12.)

Emootiot-kategoriaan kuuluvat positiivinen lataus, toiveikkuus, eettisyys, onnistuminen ja epäonnistuminen. Näiden lisäksi emootiot –kategoriaan liittyy säätelevä ja energisoiva toiminta. (Siitonen 1999, 152.) Emootiot vaikuttavat muiden kategorioiden alkuunpanoon ja muodostamiseen. Tunteet säätelevät yksilön toimintaa. (Hirvonen 2009, 12.)

Voimaantumisen rakentumisen kannalta tärkeä emootio on toiveikkuus tai sen puute. Toiveikkuus vapauttaa voimavaroja ja toiveikas yksilö ei luovuta helposti kohdatessaan haasteita tai epäonnistumisia. Toiveikkuutta kokeva yksilö ei myöskään masennu helposti. Toiveikkuus on uskoa omiin kykyihin ja omaan tahtoon saavuttaa itselleen tärkeinä pitämiään asioita. Toiveikkuuden synonyymeinä voidaan nähdä optimismi ja elämänmyönteisyys. (Siitonen 1999, 153-154.)

Voimaantumista voidaan tukea asiakastyössä. Voimaantumisen tukeminen voidaan nähdä sosiaalityön menetelmällisenä lähtökohtana, jonka edellytyksenä on vastavuoroisuuden kokeminen. Tavoitteena on lisätä yksilön tietoja, taitoja, itseluottamusta, itseymmärrystä, elämänhallintaa. Tavoitteena on lisätä myös tietoa esteenä toimivista tekijöistä. Työn keskipisteessä on asiakkaan itsenäisyyden ja omien päämäärien tukeminen. Tämän lisäksi voimaantumisen tukemisessa tulee kiinnittää huomiota rakenteisiin sekä toimintatapoihin, jotka vaikuttavat yksilön toimintamahdollisuuksiin yhteiskunnassa. (Heino & Törrönen 2013, 22.)

Voimaantumisen edellytyksenä on ihmisen valtaistuminen, joka tarkoittaa ihmisen tunnetta siitä, että hänellä itsellään on valta päättää itseään ja elämänsä koskevista asioista. Ilman valtaistumista ihminen ei voi voimaantua. Voimaantumiseen liittyy sisäisen voiman tunne vapaasti valitusta ja suoritettusta tietoisesta oman kasvun ja kehityksen haltuunotosta sekä päämäärien asettamisesta ja uskosta niiden toteutumiseen. (Hirvonen 2009, 10.)

3.4 Motiivi-hankkeen teemakysymysten taustaa

Itsearviointilomakkeen kysymyspatteristoon liittyy kolme isoa kysymystä, jotka on jaettu sitten pienempiin. Nämä kolme isoa kysymystä ovat, kuka olen, mitä osaan ja mihin olen menossa. Kysymykset, kuka olen ja mitä osaan liittyvät identiteettiin, kun taas mihin olen menossa, on tulevaisuusorientoitunut kysymys.

Identiteetti tarkoittaa yksilön yksilöllistä käsitystä omasta itsestä. Identiteetin perustan luovat yksilön persoonalliset ominaisuudet, jotka eivät ole pysyviä, vaan ne voivat muuttua tai kehittyä vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Identiteetin kehittyminen vaatii mahdollisuuksia kokeilla eri asioita, mahdollisuuksien näkemistä, erilaisten ajatusten ja ajatusmaailmojen pohtimista sekä mahdollisuutta valita näiden väliltä. (Vernerinet 2014.)

Yksilö hallitsee elämänsä asettamalla itselleen tavoitteita ja tekemällä valintoja. Yksilön sitoutuessa tekemiinsä päätöksiin tämä rakentaa omaa identiteettiään. (Marttinen 2017, 7.)

Yksilön identiteetin käsite on paljolti peräisin Erik Eriksonin tutkimuksista 1940-luvulta. Erikson näki nuoruuden identiteetin etsinnän vaiheena. Tämä vaihe päättyy identiteetin muodostumiseen tai rooleihin hajoamiseen. (Antikainen 1998, 109.) Identiteetin muodostuminen tapahtuu emotionaalisesti latautuneissa olosuhteissa. Perusturvallisuuden kokeminen ja emotionaalinen kiintymys merkityksellisiin muihin ihmisiin, kuten äitiin tai muuhun rakastavaan ja huolehtivaan henkilöön ovat isossa osassa identiteetin muodostuksessa. (Antikainen 1998, 110.)

Identiteetti voi joskus olla omaksuttu identiteetti, jolloin yksilön elämä rakentuu muiden asettamien odotusten suorittamiseen. Omaksuttuun identiteettiin liittyy kyseenalaistamattomuus, jolloin yksilö ei kyseenalaista häneltä pyydettyjä asioita. Mikäli yksilön identiteetti on vahva ja kypsä, yksilö pystyy toteuttamaan itseään ja elämään sopusoinnussa oman itsensä, arvojensa ja valintojensa kanssa kaikilla elämänalueillaan. Tällainen identiteetti on joustava ja sietää hyvin muutoksia. (Vernerinet 2014.)

Nuorista aikuisista 40 %:lla on hajanainen ja selkiintymätön tai osittain selkiintymätön identiteettiprofiili. Hajanainen identiteettiprofiili on yhteydessä vähäisiin sosiaalisten suhteiden tavoitteisiin, kohonneeseen opiskelu-uupumukseen ja masennusoireisiin. (Marttinen 2017, 7.)

*”Jos on hukassa identiteettinsä kanssa ei voi hyvin. --
Kun valinnanmahdollisuuksia on liikaa, valintaa ei
osaa tehdä.” (Gronow 2018.)*

Minäkuva vastaa kysymykseen kuka minä olen. Minäkuva on käsitys omasta itsestä ja suhteesta ympäröivään maailmaan. Minäkuva muuttuu ja kehittyy koko ajan sen perusteella millaista palautetta yksilö saa vuorovaikutuksessa muilta ihmisiltä omasta toiminnastaan ja persoonastaan. (Vernerinet 2014.) Minäkuva eroaa itsetunnosta siinä mielessä, että minäkuva on luonteeltaan pysyvämpi. (Lindevall 2012, 11.)

Minäkuva voidaan jakaa kolmeen ulottuvuuteen, jotka ovat reaalinäkuva, ihanneminäkuva ja normatiivinen minäkuva. Reaalinäkuvas-
sa vaikuttavat

julkinen ja yksityinen minäkuva. Julkista minäkuvaa yksilö ilmaisee sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja yksityinen minäkuva pidetään itsellä, usein muilta piilossa. Reaaliminäkuva on yksilön käsitys siitä, mitä tämä todellisuudessa on. Ihanneminäkuva käsittää sen, mitä yksilö haluaisi olla. Normatiivinen minäkuva käsittää yksilön käsityksen siitä, millainen tämän muiden mielestä tulisi olla. (Lindevall 2012, 11.)

Nämä ulottuvuudet voidaan vielä jakaa sosiaaliseen, emotionaaliseen, fyysismotoriseen ja suoritusminäkuvaan. Emotionaalinen minäkuva sisältää yksilön käsityksen omasta tunne-elämästään ja luonteestaan. Sosiaalinen minäkuva on yksilön käsitys itsestä ryhmän jäsenenä. Fyysismotorinen minäkuva käsittää yksilön käsityksen omista fyysisistä ja ulkoisista ominaisuuksista. Suoritusminäkuva kuvaa yksilön käsitystä omasta suoriutumisestaan kognitiivisissa suoritus tilanteissa. (Lindevall 2012, 11-12.)

Yksilöllä voi joskus olla kielteinen käsitys omista kyvyistään, mikä aiheuttaa sen, että yksilö voi suhtautua elämäänsä varauksellisesti, vältellä haasteita ja pelätä epäonnistumisia. Myönteisen minäkuvan omaava yksilö suhtautuu elämäänsä rohkeasti ja avoimesti. (Vernerinet 2014.)

Omanarvontunne eli itsetunto kertoo millä tavoin yksilö arvostaa itseään. Itsetunto on itsensä hyväksymistä ja omiin mahdollisuuksiinsa luottamista. Itsetunto voi vaihdella tilanteen mukaan. Hyvän itsetunnon omaavalla yksilöllä on totuudenmukainen minäkuva, mikä tarkoittaa sitä, että yksilö tietää omat vahvuutensa, mutta pystyy havainnoimaan myös omia heikkouksiaan. Yksilö kykenee tekemään elämäänsä koskevia ratkaisuja itsenäisesti sen perusteella mitä itse haluaa, kuitenkin loukkaamatta muita ihmisiä. Yksilö kykenee myös sietämään epäonnistumisia ja pettymyksiä. (Vernerinet 2014.)

Itsetunnon rakentumisen kannalta keskeisiä tekijöitä ovat yksilöllisyyden tunne, mukavuuden ja turvallisuuden tunne, kyky luottaa yksilöihin ja tilanteisiin, hyväksytyksi tuleminen tunne, arvostuksen tunne, luottamuksen tunne, saavutettu itsetunto (oikea ja realistinen kuva itsestä), kuulumisen tunne, hyväksynnän tunne, liittymisen tunne, sääntöjen ja rajojen ymmärtäminen, vahvuuksien tiedostaminen, heikkouksien hyväksyminen, menestymisen tunne, loppuun suorittamisen tunne, tunne tulevaisuuden hallinnasta, tunne elämän tarkoituk-

sesta, kyky ottaa vastuu omista päätöksistään sekä voimavarojensa tunnistaminen. (Aaltonen ym. 2011, 186.) Itsetuntoon vaikuttavat eri elämän vaiheissa saatu palaute. Onnistumisen kokemukset, läheinen vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa sekä saadut tunnustukset rakentavat hyvää itsetuntoa. (Aaltonen ym. 2011,187.)

Omaan ja muiden itsetuntoon voi vaikuttaa luomalla turvallisen keskusteluympäristön, osoittamalla arvostusta, liittymällä toiseen, korostamalla henkilön vahvuuksia ja kirkastamalla elämän missiota. Hyvä itsetunto luo pohjan itsensä kehittämiseksi. (Aaltonen, Pajunen & Tuominen 2011,187.)

Liisa Keltikangas-Järvinen (2004) on kuvannut hyvää itsetuntoa tässä kappaleessa olevien asioiden mukaisesti. Yksilöllä, jolla on hyvä itsetunto, on minäkäsityksessään vallalla positiiviset ominaisuudet, mutta tämä pystyy samanaikaisesti näkemään realistisesti omat heikkoutensa. Itsetunto on itsensä arvostamista ja itseluottamusta. Yksilö pitää omista arvoistaan ja päämäärästään kiinni. Yksilö näkee oman elämänsä arvokkaana ja ainutkertaisena, eikä tämän tarvitse osoittaa sitä muille jatkuvasti erilaisin keinoin. Itsetuntoon liittyy myös kyky arvostaa muita ja yksilö pystyy antamaan muille arvostusta. Itsetunto on riippumattomuutta muiden mielipiteistä ja kykyä tehdä omaan elämään liittyviä päätöksiä. Itsetunto on pettymysten ja epäonnistumisten sietämistä, jossa epäonnistuminen ei tarkoita huonoutta. Vastaantulevat pettymykset ja epäonnistumiset eivät lamaannuta ihmistä tai saa tätä potemaan huonommuutta. Myös kyky vastaanottaa apua on yksi hyvän itsetunnon piirre. (Aaltonen ym. 2011, 185-187.)

Hyvän itsetunnon vastakkainen käsite on huono itsetunto, joka muodostuu hyvän itsetunnon ominaisuuksista käänteisesti. Yksilö, jolla on heikko itsetunto, käyttäytyy eri tavoin kuin yksilö, jolla on hyvä itsetunto. Heikko itsetunto vaikuttaa moniin eri asioihin, kuten sosiaalisiin suhteisiin, suoritustilanteisiin ja tavoitteiden asettamiseen. Heikon itsetunnon omaava yksilö asennoituu negatiivisesti suoritustilanteisiin, asettaa epärealistisia tavoitteita, valitsee joko liian helppoja tai vaikeita tehtäviä itselleen ja suoriutuu sosiaalisissa suhteissa muita huonommin. Heikolla itsetunnolla varustettu yksilö voi nähdä maailman pelottavana paikkana ja tämän voi olla vaikeaa päästä käsiksi onnellisuuden tun-

teeseen. Heikko itsetunto on myös itsensä arvostamisen puutetta, riittämättömyyden tunnetta ja itseluottamuksen puutetta. (Salonen 2015, 5-6.)

Aikuiset voivat auttaa heikon itsetunnon omaavaa nuorta kehittämään itsetuntoaan. Avainasemassa ovat nuoren vanhemmat, mutta myös muut aikuiset voivat auttaa. Tärkeää on olla kiinnostunut nuoresta, kertoa tämän vahvuuksista, tukea ja kannustaa nuorta sekä suhtautua nuoren tulevaisuuteen luottavaisesti. Aikuisen oma hyvä itsetunto voi heijastua nuoreen. Nuori tarvitsee turvallisen ympäristön, jossa hänen ei tarvitse pelätä nolaamista tai vähätelyä, vaan hän saa olla oma itsensä. Nuorelle tulisi antaa mahdollisuus tehdä itsenäisiä päätöksiä ja olla vastuussa päätöksistään. Nuorelle tulisi antaa itsenäisiä tehtäviä, joista hän selviytyy ja saisi kokemuksen siitä, että hän on josakin hyvä. Kasvatus- ja ohjaustilanteessa työntekijän tulisi esiintyä nuoren avustajana tai tukena. (Salonen 2015, 9-10.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Työn takana oleva ajatus on se, että itsearviointin avulla nuoren itsetuntemus lisääntyisi ja sitä kautta hänen hyvinvointinsa paranisi. Nuori löytäisi omia voimavarojaan, taitojaan ja hyviä puoliaan sekä valtaistuisi omaan elämäänsä. Nuori oppisi katsomaan tulevaisuuteen luottavaisesti ja hänen osallisuutensa paranisi.

Tässä työssä käytetään valmista lomakemuotoista itserviointikyselyä, jota lähdetään kehittämään eteenpäin yhteistutkimisen menetelmää hyväksikäyttäen. Kysymykset muodostuvat kolmesta eri osa-alueesta, jotka ovat Motiivihankkeen keskeisimmät kysymykset; kuka minä olen, mitä minä osaan ja mihin minä kykenen.

4.1 Työn tavoitteet

Opinnäytetyöni tarkoituksena on edelleen kehittää voimaannuttavaa itsearviointimenetelmää nuorille. Tämän itsearviointin avulla nuori pystyy vastaamaan kysymyksiin kuka olen, mitä osaan ja mihin kykenen. Opinnäytetyöni tavoitteena on myös osallistaa ja voimaannuttaa nuoria yhteiskehittämisen menetelmän kautta.

Opinnäytetyön tuloksena syntyy arviointiväline, jolla pyritään vahvistamaan nuoren omaa itsearviointia ja voimaannuttamaan nuorta. Nuori pystyisi itsearvioinnin avulla refleктоimaan kehittymistään ja löytämään omia voimavarojaan, näiden asioiden kautta nuori voisi kokea voimaantumista.

4.2 Kehittämismenetelmä

Nuorten itsearviointilomaketta kehitetään XAMKin yliopettaja Tuija Suikkanen-Malinin raakaversiosta perusteella (Liite 2). Ensimmäinen lomaketta testattiin Tuunaa tulevaisuutesi -valmennusryhmän nuorilla. Nuoret täyttivät lomakkeen valmennusryhmän toisen päivän jälkeen (10.10.2018) sekä vielä uudelleen viimeisen päivän (25.10.2018) jälkeen. Nuorten antamia itsearviointivastauksia ei ole käytetty tässä työssä. Nämä nuoret saivat halutessaan osallistua lomakkeen jatkokehittämiseen ja lomakkeesta tehtiin palautekysely (Liite 3.). Tämän perusteella kehitin lomaketta lisää ja lopulta tuli valmis tuotos, jota Motiivi-hanke voi vielä halutessaan kehittää lisää. Tätä tuotosta käytetään ja testataan maaliskuun 2019 lopussa alkavassa uudessa Tuunaa tulevaisuutesi-valmennusryhmässä.

Tämän menetelmän pahin uhka oli se, että nuoret eivät haluakaan osallistua itsearviointityökalun kehittämiseen. Tämän uhkakuvan toteutumisen estämiseksi pyrin motivoimaan nuoria jo valmennuksen aikana osallistumaan kehittämiseen ja kehittämiseen oli varattu aikaa valmennuksen ohjelmassa.

Ajatukseni oli myös käyttää erilaisia digitaalisia menetelmiä kehityksen tukena. Discordin (pikaviestinsovellus) avulla aioin pitää yhteyttä nuoriin ja jakaa siellä erilaisia digitaalisia menetelmiä, joista olisin pyytänyt nuoria poimimaan hyviä asioita ja niitä asioita, joita olisimme voineet hyödyntää itsearviointityökalun kehittämisessä. Discordia käytettiin nuorten kanssa jo valmennuksen aikana ja minä itse olin päivystämässä valmennusiltoina, mikäli nuorilla olisi ollut kysyttävää tai muita asioita, joista he olisivat halunneet keskustella. Lopulta Discordin käyttö jäi vähäiseksi jo valmennuksen aikana, vaikka yritin itsekin virittää keskustelua nuorten kanssa.

Opinnäytetyössäni noudatetaan yhteistutkimisen periaatteita, joita ovat vuorovaikutussuhteessa tapahtuva toiminta, vapaaehtoisuus, voimaantuminen, tasavertainen ja avoin asiantuntijuus, luottamus ja tunteminen, yhteissuunnittelu, yhteistoiminta, vaikuttaminen ja eettisyys. (ks. Palsanen 2013, 8.)

Yhteistutkiminen on vuorovaikutussuhteessa tapahtuvaa toimintaa, jossa on läsnä vähintään yksi ammattilainen ja yksi kohderyhmän edustaja. Yhteistutkiminen on dialogista toimintaa. Yhteistutkimisessa korostuu tasavertainen asema ammattilaisen ja asiakkaan kesken. Osallisten tulee ymmärtää, että osalliset vaikuttavat toisiinsa ja edistävät toisissaan myönteisiä muutoksia. Yhteistutkiminen on pääsääntöisesti ryhmätoimintaa. Ryhmä antaa oheistuotteena asiakkaille vertaistukea ja siinä on terapeuttinen aspekti. Ensisijaista osallistujille on mahdollisuus päästä vaikuttamaan ja tulla kuulluksi. Ryhmän jäsenet pääsevät jakamaan elämäkokemuksiaan ja samalla antamaan näkökulman samassa tilanteessa olevien ihmisten asioista. Ryhmän tuotos on laajempi kuin yhden henkilön näkökulma. (Palsanen 2013, 8-9.)

Vapaaehtoisuus on tärkeää yhteistutkimisessa. Osallistuja voi osallistua ryhmään siten, kuin itse haluaa määrittäen itselleen sopivan tavan ja sitoutumisen. Usein vapaaehtoisuudesta voi seurata sitoutuminen ryhmään. Kysymys on siitä, että asiakas saa mahdollisuuden valtaistua omassa elämässään kuin myös yhteiskunnan jäsenenä. (Palsanen 2013, 10.)

Ryhmässä voimaantuminen tapahtuu narratiivisen työotteen kautta; asiakas pääsee kääntämään omat kokemuksensa voimavaraksi. Yhteistutkimiseen osallistuminen on ollut monille osallistujille voimaannuttava ja merkittävä kokemus, joka on lisännyt heidän hyvinvointiaan. Myös työntekijät ovat saaneet hyötyä omaan työssä jaksamiseensa ja ammatilliseen kehittymiseen. Yhteistutkiminen on samalla sosiaalityötä, jossa tavoitteena on antaa asiakkaalle ääni ja mahdollisuus tulla kuulluksi. (Palsanen 2013, 10-11.)

Yhteistutkimisen ryhmässä asiakkaat ovat asiantuntijoita eli samalla viivalla ammattilaisten kanssa. Asiantuntija-asema voi voimaannuttaa ja valtaistaa asiakasta ja tällä tavoin lisätä sosiaalityön vaikuttavuutta. (Palsanen 2013, 12.)

Yhteistutkimiseen sisältyy keskinäinen luottamus ja tunteminen; näin toiminta voimaannuttaa osallistujaa. Jokaisen osallistujan tulee antaa itsestään henkilökohtaisella tasolla, jotta yhteistyö onnistuu ja luottamus ja tunteminen muodostuvat. Tähän vaaditaan oma aikansa ja panostuksensa. (Palsanen 2013, 12.)

Yhteistutkimisen ryhmä voi koostua muistakin henkilöistä kuin vain asiakkaista ja työntekijöistä. Näitä muita voivat olla esimerkiksi tutkijat, kehittäjät ja opiskelijat. Osallistujien roolit ja odotukset tulee käydä avoimesti läpi ja rooleja voidaan myös vaihtaa. Tärkeintä on, että kaikki osallistujat osallistuvat yhteiseen tekemiseen. (Palsanen 2013, 14.) Tässä työssä osallistujia ovat minä, nuoret, Motiivin henkilöstö sekä mahdollisesti yhteistyökumppaneiden henkilöstö.

Yhteistutkimisessa monia motivoi vaikuttamisen mahdollisuus. Tuotettu tieto pitää saada eteenpäin, jotta voidaan vaikuttaa. Tiukkaa vaikutuskeinoa ei tarvitse olla etukäteen, vaan se suunnitellaan yhdessä. Vaikuttamisen väylän tulee tyydyttää kaikkia osapuolia. (Palsanen 2013, 14.) Tässä työssä nuoret pääsevät vaikuttamaan itsearviointityökalun sisältöön ja ulkonäköön, eivät niinkään yhteiskuntaan.

4.3 Kehittäjäryhmä

Kehittäjäryhmään kuuluvat Motiivi-hankkeen henkilöstö (3 kpl + muiden osahankkeiden henkilöstö), Tuunaa tulevaisuutesi -valmennusryhmän nuoret (10 kpl) sekä minä itse. Lisäksi pyrin saamaan mukaan myös Motiivin verkoston henkilöitä mahdollisuuksien mukaan.

Lopulta tähän kehittäjäryhmään kuuluivat Tuunaa tulevaisuutesi -valmennusryhmän nuoret sekä minä itse. Ensimmäisellä kerralla (10.10.2018) itsearviointiin osallistui kahdeksan henkilöä ja toisella (25.10.2018) kerralla kuusi henkilöä. Nuorten määrä oli pudonnut viimeisellä kerralla, sillä valmennuspäivään ei tullut paikalle kuin nämä kuusi henkilöä.

5 ITSEARVIOINTILOMAKKEEN KEHITTÄMINEN

Alkuperäisessä lomakkeessa oli 24 väitettä Motiivin teemakysymysten perusteella lokeroituna. Vastauksissa käytettiin asteikkoa 0-10, jossa 0 tarkoittaa, että väite ei sovi lainkaan, ja 10 väite sopii erinomaisesti. Alkuperäinen lomake on nähtävissä liitteestä 2, kuten aiemmin tässä työssä on mainittu.

Lomakkeen kehittäminen lähti liikkeelle siten, että Tuunaa tulevaisuutesi – valmennusryhmän nuoret pääsivät tutustumaan itsearviointilomakkeen raakaversioon. Nuoret täyttivät lomakkeen valmennuksen toisena päivänä 10.10.2018. Nuorten vastausten perusteella piirsin heille kuvat heidän vastauksistaan. Palautin nuorille heidän täyttämänsä lomakkeet sekä tekemäni kuvat. Viimeisenä valmennuspäivänä 25.10.2018 nuoret pääsivät taas täyttämään itsearviointilomakkeet. Piirsin nuorille jälleen kuvaajat heidän vastauksensa perusteella. Palautin nuorille heidän omat lomakkeensa sekä kuvaajat. Tämän lisäksi nuoret täyttivät palautekyselyn lomakkeesta.

5.1 Palaute lomakkeesta

Pyysin nuorilta kirjallisen palautteen lomakkeesta. Tätä varten loin palautekyselyn, joka sisälsi neljä kysymystä: mitä mieltä olet lomakkeesta, miten muuttaisit kysymyksiä, miten muuttaisit lomakkeen ulkoasua ja millainen fiilis tästä tuli. Valitsin nämä kysymykset, sillä halusin tietää nuorten mielipiteet lomakkeesta sekä sen, miten he muuttaisivat lomakkeen ulkoasua sekä kysymyksiä. Viimeisellä kysymyksellä halusin tietää, millainen olo nuorille tuli lomakkeen täytöstä.

Keräsin vastaukset ja loin tiedoston, johon laitoin vastaukset kysymyksiin aina jokaisen kysymyksen alle. Kysely oli anonymi, sillä siihen ei tarvinnut laittaa palautteen antajan nimeä. Kyselyn anonymiydellä pyrin siihen, että palautteen antajat voisivat kirjoittaa juuri sen palautteen kuin haluavat, ilman että heidän täytyy miettiä palautteen antamisen seurauksia. Palautetta antoi yhteensä kuusi ihmistä.

Ensimmäiseen kysymykseen sain vastauksiksi:

“Ihan kiintoisa.”

”Mielenkiintoinen testi, jonka avulla huomaa pienenkin ajan saattossa tulleen muutoksen omaan asenteeseen.”

”Ensimmäinen kysymys tuntuu vähän turhalta/on epäselvää, mitä sillä varsinaisesti haetaan takaa. Muut kysymykset OK. Arvosana-asteikko 1-5 tuntuisi helpommalta vastata kuin 0-10. (Nyt niin iso skaala, että kaikki tuntuu jäävän keskivaiheille.)”

”Mielenkiintoiset kysymykset, selkeä.”

”Ihan kiva, aika selkeä, mutta silti itselleni hieman liian sekavan näköinen johtuen viivoista ja eri väreistä.”

”Osallisuutta ja voimaantumista (lähtökohta) voisi avata alussa enemmän.”

Toisen kysymyksen vastaukset:

”En osaa sanoa.”

”Vaihtaisin järjestystä, sekoittaisin eri alueen kysymykset keskenään.”

”En muuttaisi kysymyksiä.”

”Voisiko väitteillä olla tukitekstejä, jotta joitakin kohtia olisi helpompi ymmärtää?”

Olisin toivonut tähän enemmän vastauksia sekä myös vähän toisenlaisia vastauksia, jotka olisivat auttaneet kysymysten muotoilussa sekä tietoa siitä, olisiko jotakin pitänyt erityisesti olla mukana itsearviointissa. Tähän olisi voinut auttaa kysymyksen parempi muotoilu tai vielä aivan erillinen kysymys.

Kolmannella kysymyksellä halusin selvittää, mitä mieltä lomakkeen ulkoasusta ollaan. Kolmannen kysymyksen vastaukset:

”En mitenkään.”

”Hyvä ja selkeä on!”

”Ihan OK jo nyt 😊”

”En mitenkään, tämä on hyvä.”

”Itseäni ehkä hieman häiritsee se, että ”sarakkeet” ei ole saman kokoisia.”

”Vähän ehkä liikaa Excelmäinen. Voisi olla visuaalisesti tyylikkäämpi ja ”yksinkertaisempi”. Teemat voisi tuoda visuaalisesti selkeämmin esiin.”

Neljännän kysymyksen vastaukset:

"Ihan positiivinen."

"Ajatteleva."

"Ei oikein minkäänlainen. Perus itsearviointi."

"Pohdiskeleva."

"Hyvä fiilis ja oli kiva, että itsearviointi tehtiin alussa sekä lopussa.

Koska huomasi omien vastauksien osittain muuttuneen. Tämä itsearviointi sai silmiä avautumaan omaa itseään kohtaan, että minä riitän. Mutta pystyn "parantamaan" elämäni."

"Pintapuoleinen. Ehkä menetelmän/työkalun kokonaisvaltainen kehittäminen olisi tarpeen -> purkukeskustelut yms. loppuanalyysi, jotta lomakkeen täytöstä olisi oikeasti hyötyjä 😊"

5.2 Palautteen perusteella tehdyt muutokset itsearviointilomakkeeseen

Tein lomakkeen alkuun ohjeistuksen lomakkeen käytöstä. Tällaista lomakkeessa ei vielä aiemmin ollut.

Lomakkeeseen tuli selventäviä lauseita avaamaan käsitteitä. Nuorille ei välttämättä ole itsestään selvää, mitä tarkoittavat käsitteet osallisuus ja voimaantuminen. Tämän vuoksi avasin käsitteet lomakkeen alussa olevassa ohjeistuksessa.

Lomakkeen ohjeistukseen lisäsin myös ohjeen lomakkeen täytön jälkeiselle ajalle, jossa suosittelen käymään lomaketta läpi nuoren oman työntekijän kanssa ja keskustelemaan tuloksista. Keskustelua tulisi käydä siitä, mitkä asiat ovat hyvin, missä asioissa on kehitettävää sekä miten näitä asioita voi kehittää.

Olen pyrkinyt selkeyttämään lomaketta laittamalla kysymykset taulukkoon, jonka joka toinen rivi on värillinen. Väriksi tähän valitsin violetin, sillä koin, että se on tietyllä tapaa neutraali, mutta sopii hyvin tuomaan väriä lomakkeeseen. Lisäksi laitoin teemakysymykset myös taulukkoon niin, että teeman otsikkokysymys on ennen teemaan liittyviä kysymyksiä lihavoituna. Jokaisen teeman

kysymykset omat omalla värillään. Nämä värit muutin alkuperäiseen lomakkeeseen nähden toisiksi. Muutin myös hieman asteikon värejä.

Säilytin melkein kaikki lomakkeen alkuperäiset kysymykset. Osan kysymysten sanamuotoja hieman muokkasin. Vaihdoin kysymysten järjestystä teemojen sisällä. Pysin luokitteluun samaan asiaan tähtäävät kysymykset allekkain, jotta niistä muodostuisi tietynlainen jatkumo, jotta nuoren ajatus fokusoituisi kysymysten mukana. Eniten muokkasin ensimmäistä kysymystä, joka oli alun perin muotoa: ”Tunnen oman historiani”. Tämä kysymys on koettu hankalaksi ymmärtää, joten muotoilin kysymyksen muotoon: ”Tunnen oman historiani. Tiedän mistä tulen”.

Tämän lisäksi lisäsin jokaiseen teemaan liittyen kaksi kysymystä. Näin ollen lomakkeeseen tuli yhteensä 30 kysymystä, kun aiemmin niitä oli 24. Kuka minä olen –teemaan lisäsin kysymykset: ”voin osallistua haluamiini asioihin” ja ”minuun ja kykyihini uskotaan”. Tämän lisäksi muokkasin vielä kysymystä: ”pystyn näkemään itsessäni hyviä asioita” muotoon: ”näen itsessäni hyviä asioita”. Tässä koin tärkeäksi sen, että nuori *näkee* itsessään hyviä asioita, eikä niin sanotusta vain *pysty* näkemään itsessään hyviä asioita. Mielestäni näillä on eroa keskenään.

Mitä minä osaan –teeman kysymyksiin lisäsin kysymykset: ”osaan päättää omista asioistani” ja ”saan päättää omista asioistani”. Koin nämä tärkeiksi kysymyksiksi ajatellen yksilön osallisuutta ja sen mahdollisuuksia. Muutin kysymyksen: ”uskallan sanoa omat mielipiteeni” muotoon: ”uskallan ilmaista omat mielipiteeni”. Koin tässä tärkeäksi sen, että mielipiteen voi ilmaista muullakin tavoin kuin suullisesti.

Mihin olen menossa –teeman kysymyksiin lisäsin kysymykset: ”osaan asettaa tavoitteita” ja: ”uskon, että puolen vuoden päästä minulla on opiskelu- tai työpaikka” sekä: ”uskon, että elämäni on puolen vuoden päästä hyvää”. Näillä kahdella viimeisellä kysymyksellä haluan selvittää, näkeekö nuori opiskelu- tai työelämän olevan mahdollista hänelle puolen vuoden päästä. Halusin kuitenkin nuoren pohtivan sitä, onko hänen elämänsä puolen vuoden päästä hyvää. Näillä kahdella kysymyksellä halusin tehdä eron koetun hyvän elämän ja opiskelu- ja työelämän välille. Nuoren kanssa olisi hyvä keskustella näistä aiheista

lisää tämän vastausten perusteella. Koen, että nuoren elämä voi olla hyvää, vaikkei hän olisi opiskelu- tai työelämässä sekä toisin päin, ja tätä halusin kysymyksillä nuoren kartoittavan omassa elämässään.

Itsearviointilomakkeen kehitetty versio (Liite 4.) on työn lopussa. Itsearviointilomakkeeseen liittyy leijakuva (Liite 5.), joka toimii pohjana, jolle nuoren antamat vastaukset siirretään itsearviointilomakkeelta. Leijakuvaan tulleet pisteet yhdistetään ja niiden muodostama pinta-ala väritetään. Kuvan pinta-alan täytösteestä nuori voi huomata alueet, joilla hän tarvitsee kehitystä. Nämä alueet ovat siis jääneet ilman väritystä. Alkuperäisessä leijakuvassa oli lohkot kahdeksalle kysymykselle per teema. Liitteestä 5 löytyvä leijakuva on päivitetty versio, jossa on lohkot jokaiselle kymmenelle kysymykselle per teema.

6 KEHITTÄMISEN ARVIOINTI

Pyrkimyksenäni oli saada nuoret kehittämään lomaketta myös valmennuksen ulkopuolella, mutta tämä ei onnistunut. Ilmeisesti en kyennyt motivoimaan heitä osallistumaan vielä enemmän. Arvostan kuitenkin nuorten antamaa palautetta lomakkeesta. Nuorten antama palaute on ollut lähtökohta kehittämistyönsäni.

Päädyin siis tilanteeseen, jossa sain kerättyä valmennusryhmän nuorilta palautetta itsearviointilomakkeesta, mutta en saanut heitä motivoitua varsinaiseen yhteiskehittämiseen, joten kehitin lomaketta heidän palautettaan apuna käyttäen. Keskustelin hankkeen työntekijän kanssa epäonnistumisestani nuorten motivoinnin suhteen ja sain kuulla, että hän ei oikeastaan ihmettele, miksen saanut nuoria innostumaan asiasta tämän enempää. Käyty keskustelu kuitenkin helpotti omaa epävarmuuden tunnettani asiasta.

Motivointi on vaikeaa. Olen keskustellut motivoinnista ja kysynyt ammattilaisilta, miten motivoida asiakasta. Vastaukset ovat olleet, että asiakkaan kanssa tulee keskustella ja tätä pitää kannustaa ja kehua. Pidän yhteiskehittämisen periaatteita jo itsessään motivointiperustaisina, mutta ne eivät itsessään ole riittäviä puhuttaessa motivaatiosta ja motivoinnista, vaan avuksi tarvitaan muutakin teoriaa sekä erilaisia motivoinnin keinoja. Näkisin myös vastavuoroi-

suuden isona tekijänä sekä sen, että asiakkaalle työskentelystä on oltava selkeää hyötyä.

Motivaatio sanana liittyy käyttäytymistä virittäviin ja ohjaaviin tekijöihin. Motivaatio liittyy yksilön tarpeisiin, tunteisiin, haluihin, vietteihin, sisäisiin yllykkeisiin sekä palkkioihin ja rangaistuksiin. Voidaan puhua yksilön motiiveista, jotka virittävät ja ylläpitävät tämän käyttäytymistä kohti tiettyjä päämääriä. Motiivit voivat olla tiedostettuja tai tiedostamattomia. Motiivien taustalla vaikuttavat yllykkeet, suunta ja tavoite, joihin vaikuttavat ärsykkeet, erilaiset vihjeet sekä toimintaympäristö. Motivaatio antaa käyttäytymiselle suunnan ja yksilölle energiaa toteutukseen. Se on tiettyyn tilanteeseen liittyvä psyykinen tila, joka osaltaan määrää, millä intensiteetillä yksilö toimii ja mihin tämän mielenkiinto kohdistuu. Motivaation tila syntyy syistä, vaikuttimista, tarpeista ja yllykkeistä. Motiivit ylläpitävät, virittävät ja ohjaavat yksilön sekä ryhmän käyttäytymistä. (Aaltonen, Pajunen & Tuominen 2011, 40-41.)

En itse koe, että lomakkeeseen tuli liikaa väitteitä, vaikka lisäsin väitteiden määrää yhteensä kuudella väitteellä. Lisätyt väitteet olivat mielestäni aivan perusteltuja lisätä lomakkeeseen. Huonoa on kuitenkin omastakin mielestäni se, että väitteet eivät enää mahtuneet samalle sivulle.

Itsearviointilomaketta testattiin uudessa Tuunaa Tulevaisuutesi - valmennusryhmässä tiistaina 26.3.2019. Tämä testaus on siis jo tapahtunut, kun tämä opinnäytetyö on valmistunut. Sain jo hieman palautettakin kehittämistäni lomakkeesta uuden valmennusryhmän nuorilta.

Huonoa palautteen mukaan oli se, että viimeinen osio ei ollut mahtunut samalle paperille. Tämän vuoksi vastausten numerot eivät näy seuraavalla sivulla. Tähän olisi haluttu vielä erillinen vastausnumeroiden palkki ylälaitaan.

Ilmeisesti edelleenkin väitteissä on jotakin, mistä on hankala saada kiinni mitä väitteellä haetaan takaa. Tällaisia kysymyksiä ovat esimerkiksi ”minua on kannustettu olemaan itseni”, ”minua on kannustettu näyttämään taitojani”, ”minun on annettu päättää tavoitteistani”. Näihin olisi haluttu tarkennusta määrittelemällä kuka on kannustanut tai kuka on antanut luvan. Näissä kysymyk-

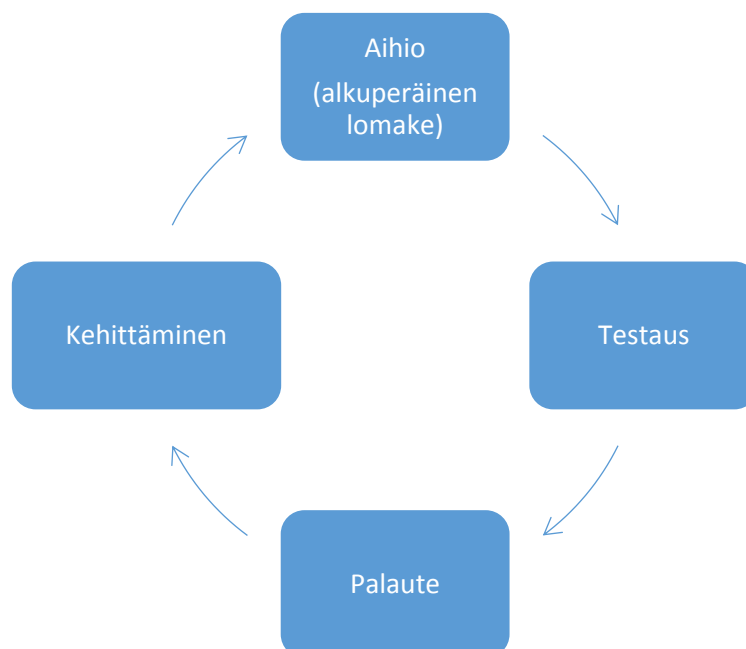
sissä voitaisiin käyttää vaikka ”lähipiirini”, ”ystäväni”, ”vanhempani”, ”minulle tärkeät ihmiset” määrittämään sitä, kuka on kannustanut tai antanut päättää.

Kysymyslomakkeesta olisi pitänyt poistaa värit vastaustaulukosta. Tämä olisi pitänyt tehdä sen takia, jotteivat vastaukset arvotu. Kaikki vastausvaihtoehdot koettiin palautteen mukaan yhtä arvokkaiksi, mutta vastaustaulukon värien takia tulee mielikuva, että vain tietyt vastaukset ovat arvokkaita.

Teemojen kysymykset (kuka minä olen, mitä minä osaan ja mihin olen menossa) olisi pitänyt jättää pois. Nyt ne aiheuttavat hämmennystä, sillä niihin ei edes kuulu vastata.

Mielestäni alkuperäinen lomake oli jo melko hyvä ja sisälsi hyvin teemojen kysymyksiä, joten tekemäni muutokset eivät ole kovin suuria. Muutoksiin vaikutti myös palautteet sekä varsinaisen yhteiskehittämisen puuttuminen.

Alla on kuva 1, jossa olen pyrkinyt hahmottamaan pelkän kehittämistyöni prosessia yksinkertaisesti. Kehittäminen lähti liikkeelle Tuija Suikkanen-Malinin itsearviointilomakkeen aiheista, jota testasin. Testauksen jälkeen keräsin aiheista palautetta ja tämän jälkeen kehitin aiheita lisää. Periaatteessa tämän syklin jälkeen syntyi jälleen uusi aihe, jota testattiin ja se sai yllä olevaa palautetta. Tämän lisäksi työhöni liittyi myös teoreettisen viitekehyksen luominen ja sen kirjoittaminen.



Kuva 1. Kehittämisprosessin yksinkertainen malli

Opinnäytetyötä tulee tehdä hyvän tieteellisen käytännön mukaan. Olen työnsäni pyrkinyt noudattamaan näitä käytäntöjä, mutta kehittämistyön luonteen takia tämä on ollut hieman haasteellista. Haasteellisuuteen ovat vaikuttaneet aikataulut ja nopeat ratkaisut aikataulujen takia.

Tätä työtä varten ei ole kerätty henkilötietoja. Työhön osallistuneiden nuorten nimet eivät myöskään tule esiin työssä. Opinnäytetyöni käy läpi myös plagiaattitarkastuksen Urkund-palvelussa.

Tutkimuksen arviointiin liittyvät käsitteet pätevyys (validiteetti) ja luotettavuus (reliabiliteetti). Validiteetti tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoituksena mitata. Reliabiliteetti taas tarkoittaa tutkimuksen tulosten tarkkuutta eli sitä, että tulokset eivät ole sattumanvaraisia ja että tulokset ovat toistettavissa, mikäli toinen tutkija käyttää samaa mittausta saman henkilön kohdalla. (Vilka 2005, 161.) Kehittämistyössä näitä käsitteitä joudutaan kuitenkin soveltamaan, sillä ne eivät suoraan taivu kehittämistyön arviointiin. Näiden käsitteiden lisäksi kehittämistyöhön liittyy muitakin käsitteitä. Kehittämistyössä luotettavuus voidaan nähdä tutkimuksen käyttökelpoisuutena. (Toikko & Rantanen 2009, 121.) Käyttökelpoisuus tarkoittaa erityisesti kehittämisprosessin synnyttämien tulosten hyödynnettävyyttä. Tulosten hyödynnettävyyteen liittyvät toimintasuositukset, jotka annetaan tulosten perusteella. Olennaista on tutkimustulosten yleistyminen käytännössä ja tulosten leviäminen muihin toimintaympäristöihin. (mts. 125) Tutkimustulosten siirrettävyys tarkoittaa sitä, että tulokset ovat siirrettävissä toiseen ympäristöön. Usein tämä on hankalaa, sillä tulokset ovat syntyneet tietyn organisaation toiminnassa saatujen aineistojen perusteella. (mts. 126)

Koen itse, että kehittämistyössäni syntynyt tuotos on käyttökelpoinen, sillä sitä on jo käytetty yhden kerran hankkeen järjestämässä uudessa Tuunaa Tulevaisuutesi-valmennusryhmässä. Työn tuotos on myös tietyn ehdoin siirrettävissä toiseen ympäristöön. Tällainen toinen ympäristö voisi olla esimerkiksi Ohjaamo tai muu toimija, joka työskentelee nuorten hyväksi.

Kehittämistyön arvioinnissa huomiota kiinnitetään myös toimijoiden sitoutumiseen projektissa. Kehittämistyö on sosiaalinen prosessi, jossa kehittäjät osal-

listuvat toimintaan ja toimijat kehittämiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 124.) Tässä työssä kehittäjien määrä jäi vähäiseksi ja etenkin yhteiskehittäminen ei toteutunut niin kuin olin suunnitellut. Näen itse, että kehittämiseen ei oltu erityisen sitoutuneita, sillä kukaan nuorista ei lähtenyt mukaan varsinaiseen kehittämiseen.

7 POHDINTA JA JATKOKEHITYSIDEAT

Nuorten syrjäytyminen ja osattomuus ovat suuri ja tärkeä puheenaihe tälläkin hetkellä yhteiskunnassamme. Syrjäytymiseen tulisi oman näkemykseni mukaan puuttua jo todella varhain. Joissakin tapauksissa tällainen puuttuminen tulisi kyseeseen jo raskausaikana. Huono-osaisuus on valitettavan periytyvä ilmiö. Yhteiskunnan rakenteita tulisi myös muuttaa huono-osaisia tukevammiksi ja eriarvoisuutta vähentäviksi.

Toivon, että kehittämäni lomake tulee Motiivi-hankkeessa käyttöön ja että sitä kehitettäisiin eteenpäin, jotta olisi mahdollista saada siitä toimiva ja voimaannuttava malli itsearviointiin. Lomakkeesta olisi hienoa saada myös digitaalinen versio, jota voitaisiin käyttää digiohjauksen tukena. Tähän tosin tarvittaisiin tietotekniikan osaajaa. Toivon myös, että lomake hyödyttää sitä käyttäneitä nuoria ja että he oppisivat huomaamaan hyvän etenkin heissä itsessään, mutta samalla myös muissa ihmisissä.

Digitaalisen version toive juontaa juurensa Motiivi-hankkeen yhteen osatavoitteen, joka on etsiä ja kehittää digitaalisia ja pelillisiä ohjausmenetelmiä nuorisotyöhön. Olisi hienoa, jos itsearviointiin saataisiin liitettyä myös pelillisiä ominaisuuksia. Pelillisinä itsearviointi esimerkkeinä voidaan pitää Siä Päätät-hankkeessa kehitettyjä Itsenäistyvän nuoren roolikartta-pelikortteja sekä ammattiopisto Luovin kehittämää Ruori-itsearviointipeliä (ks. <https://www.luovi.fi/ruoripeli/>), joka on myös digitaalinen.

Lomaketta tulisi kehittää eteenpäin 26.3.2019 testauksessa saadun palautteen mukaan. Tällöin lomakkeeseen tulisi muutoksia ja täsmennyksiä tiettyihin lauseisiin, kuten: ”Minua on kannustetta olemaan oma itseni”. Vastausvaihtoehdoista otettaisiin värit pois ja lomakkeen toiselle sivulle tulisi ylös vielä vas-

tausnumeroiden palkki. Lisäksi teemojen kysymykset otettaisiin pois väitteiden välistä.

Lisäksi toivoisin, että yhteiskehittämisen menetelmää käytettäisiin enemmän silloin, kun suunnitellaan menetelmiä tai palveluita, joita sosiaalialan asiakkaat käyttävät. Näin heidän äänensä olisi mahdollista saada paremmin kuuluviin ja nämä asiakkaat saisivat vastavuoroisuuden ja osallisuuden kokemuksia. Tässä ongelmana on asiakkaiden motivointi ja sitouttaminen, mikä voi olla haasteellista aivan tavan sosiaalialan asiakastyöskentelyssäkin. Tähän tulisi kuitenkin mielestäni kiinnittää huomiota, vaikka tiedänkin, että yhteiskehittämisen hankkeita on sosiaalialalla ollut ja asiakkaiden osallistuminen niihin on ollut vähäistä yrityksistä huolimatta.

LÄHTEET

Antikainen, A. 1998. Kasvatus, elämäntietä ja yhteiskunta. 1. painos. Helsinki: WSOY.

Aaltonen, T., Pajunen, H. & Tuominen, K. 2011. Syty ja sytyt. Valmentavan johtamisen filosofia. 3. painos. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Gronow, K. 2018. Monen aikuisen identiteetti on hukassa, ja se on todellinen kriisi, sanoo psykologi – Yksi kysymys paljastaa, millainen identiteettisi on. Helsingin Sanomat. Julkaistu 28.3.2019 klo 2:00. Päivitetty 28.3.2019 klo 6.36. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.hs.fi/elama/art-2000006050117.html?share=7c39644defb1b1a6c5e35d39f8ac6be6> [viitattu 30.3.2019].

Heino, E. Veistilä, M. & Törrönen, M. 2013. Vastavuoroisuuteen perustuva voimaantumisen tukeminen sosiaalialan hyvänä käytäntönä. Teoksessa Heino, E. Veistilä, M. Hännikäinen, P. Vauhkonen, T. & Kärmeniemi, N. (toim.) Vastavuoroiset ja voimaantumista tukevat käytännöt perhetyön kehittämiseksi. Helsingin yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Kotkan yksikkö. Kopijyvä Oy. 21-28.

Helkama, K. Myllyniemi, R. & Liebkind, K. 2001. Johdatus sosiaalipsykologiaan. 3.-4. painos. Helsinki: Edita.

Hirvonen, E. 2009. Voimaa sulle ja sulle ja hiukan sulle – Kuinka työhönvalmentajat kuvailevat asiakkaansa voimaantumista. Metropolia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6217/Voimaa%20sulle%20ja%20sulle%20ja%20hiukan%20sulle.pdf?sequence=1> [viitattu 7.10.2018].

Hänninen, M. & Tolvanen, E. 2014. Syrjäytymisen ehkäisy työpajoilla työntekijöiden näkökulmasta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Erityispedagogiikan pro gradu –tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/44389/URN:NBN:fi:juu-201410082953.pdf?sequence=1> [viitattu 3.10.2018].

Identiteetti, minäkuva ja itsetunto. 2014. Vernerinet.net. www-sivu. Päivitetty 26.3.2014. Saatavissa: <https://verneri.net/yleis/identiteetti-minakuva-ja-itsetunto> [viitattu 19.9.2018].

Kaakkois-Suomen Ammattikorkeakoulu s.a. Motiivi – Nuorten tulevaisuustyöskentelyn uudet menetelmät. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/tutkimus-ja-kehitys/motiivi-nuorten-tulevaisuustyoskentelyn-uudet-menetelmat/> [viitattu 19.9.2018].

Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.

Kröger, T. 2018. Yksi haluaa kuolla, toinen on korvaushoidossa ja raskaana – YLE seurasi päivän etsivää nuorisotyötä: ”Yhteiskunta asettaa nuorelle valtavasti paineita”. YLE Uutiset. www-sivu. Julkaistu 5.12.2018 klo 9.15. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-10526301> [viitattu 5.3.2019].

Lindevall, M. 2012. ”Jos uskot itseesi, mikään ei ole sinulle mahdotonta” – Elämäntaito-ryhmän merkitys nuoren elämälle. Opinnäytetyö. Sosiaalinen kuntoutus. Sosiaalialan koulutusohjelma. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa:

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40373/oppari.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 5.4.2019].

Lindqvist, M. & Virtanen, J. 2015. Nuorten syrjäytymiseen johtavat tekijät ja ennaltaehkäisy – Kouluterveydenhoitajien näkemykset ja kehitysehdotukset. Hämeen ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa:

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/89307/Lindqvist_Maija_Virtanen_Jenni.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 3.10.2018].

Luhtalampi, T. 2010. Voimaantumisen arviointilomake 18-25 –vuotiaalle muuttossosiaalityön asiakkaille. Laurea-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa:

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/10912/Luhtalampi_Tuija.pdf?sequence=1 [viitattu 7.10.2018].

Lämsä, A.-L. 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä – Lasten ja nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. Väitöskirja. Oulun yliopisto. PDF-dokumentti. Saatavissa:

<http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789514290213.pdf> [viitattu 25.2.2019].

Marttinen, E. 2017. Deciding on the Direction of Career and Life – Personal Goals, Identity Development, and Well-being during the Transition to Adulthood. University of Jyväskylä. Department of Psychology. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House. PDF-dokumentti. Saatavissa:

https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/54287/978-951-39-7094-9_vaitos17062017.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 2.4.2019].

Mattila, J. 2014. Herkkyys ja sosiaaliset pelot. 2. painos. Viro: Tallinna Raamatu-rukikoda.

Myrskylä, P. 2012. Hukassa – Keitä ovat syrjäytyneet nuoret?. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.eva.fi/wp-content/uploads/2012/02/Syrjaytyminen.pdf> [viitattu 30.3.2019].

Mäkinen, M. 2012. Yliopiston turvallisuuskulttuuri – Kiinnittymistä opintoihin ja uskoa toiveikkaaseen tulevaisuuteen. Teoksessa Lindfors, E. (toim.) Kohti turvallisempaa oppilaitosta! Oppilaitosten turvallisuuden ja turvallisuuskasvatuksen tutkimus- ja kehittämishaasteita. 2012. OPTUKE-verkoston I tutkimus- ja kehittämissymposium Hämeenlinnassa 8.-9.2011. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö. Nurmijärvi: Suomen Painoagentti Oy. 101-119. PDF-dokumentti. Saatavissa:

https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/65529/kohti_turvallisempaa_oppilaitosta_2012.pdf?sequence=1%20-%20page=135

Osallisuudesta on kyse. 2014. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp->

content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf [viitattu 4.4.2019].

Palsanen, K. 2013. Yhteistutkiminen versio 2.0 - Opas sosiaalityöhön. Soccan työpapereita 2013:3. PDF-dokumentti. [viitattu 28.9..2018].

Paolini, G. 2013. Youth Social Exclusion and Lessons from Youth Work - Evidence from literature and surveys. Education, Audiovisual and Culture Executive Agency. European Commission. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/reports/eurydice-study-social-exclusion-2013.pdf> [viitattu 15.4.2019].

Raivio, H. & Karjalainen, J. 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissä. Teoksessa Era, T. (toim.) Osallisuus – Oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. 12.-34. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64153/JAMKJULKAISUJA1562013_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 4.4.2019].

Reinikainen, S. 2013 Kielen katse ja puheen paino. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. 133-143. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104421/URN_ISBN_978-952-245-853-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 7.10.2018].

Rouvinen-Wilenius, P. 2014. Kohti osallisuutta – Mikä estää, mikä mahdollistaa. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf> [viitattu 4.4.2019].

Salonen, V. 2015. ”Joskus tuntuu siltä, että haluais olla joku muu, sellanen paljon rohkeampi tyyppi”. Materiaalipankin kehittäminen nuoren itsetunnon vahvistamiseksi. Opinnäytetyö. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma. Mikkelin ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/99475/salonen_veera_oppari.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 5.4.2019].

Sandberg, O. 2015. Hallittu syrjäytyminen. Miten syrjäytymisestä muodostui lähes jokaiseen meistä ulottuva riski? Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy: Juvenes Print. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/96542/978-951-44-9677-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Siikasalmi, S. 2014. Digitaalinen osallisuus – utopiaa vai totta?. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf> [viitattu 4.4.2019].

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun opettajakoulutuslaitos. Väitöskirja. Oulun yliopisto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://jultika oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf> [viitattu 7.10.2018].

Sullström, H. 2018. Syrjäytyneitä nuoria on Suomessa lähes 66 000 – Pojille lähes kaksi kertaa enemmän tehostettua tukea koulussa kuin tytöille. YLE Uutiset. WWW-dokumentti. Päivitetty 22.3.2018 klo 13.27. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-10127622> [viitattu 3.10.2018].

Särkelä-Kukko, M. 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf> [viitattu 4.4.2019].

Mitä on osallisuus?.2014. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf> [viitattu 4.4.2019].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018a. Syrjäytyminen ja syrjäytymisen riskitekijät. www-sivu. Saatavissa: https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjailyminen/syrjailyminen-ja-syrjailyminen-riskitekijat [viitattu 30.3.2019].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018b. Osallisuus. Päivitetty 6.11.2018. www-sivu. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus> [viitattu 25.3.2019].

THL & Me-säätiö. 2018. Missä elämänvaiheissa syrjäytyminen syntyy?. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://data.mesaatio.fi/syrjailytymisen-dynamiikka/> [viitattu 30.3.2019].

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta - Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print

Törrönen, M. & Heino, E. 2013. Vastavuoroisuus sosiaalityössä. Teoksessa Heino, E. Veistilä, M. Hännikäinen, P. Vauhkonen, T. & Kärmeniemi, N. (toim.) Vastavuoroiset ja voimaantumista tukevat käytännöt perhetyön kehittämisessä. Helsingin yliopiston Koulutus- ja kehittämisskeskus. Kotkan yksikkö. Kopijyvä Oy. 15-20.

Valtiontalouden tarkastusviraston toiminnantarkastuskertomus 146/2007. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. 2007. Valtiontalouden tarkastusvirasto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.vtv.fi/app/uploads/2018/07/03142740/nuorten-syrjailytymisen-ehkaisy-146-2007.pdf>

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. 1.-2. painos. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuunaa tulevaisuutesi!

Sparraamalla taidot käyttöön- valmennusohjelma

Tuunaa tulevaisuutesi -valmennus on tarkoitettu ilman työ- ja opiskelupaikkaa oleva 16 - 29 vuotiaalle nuorelle. Valmennus toteutetaan Kouvolassa ja siihen otetaan osallistujiksi 10 nuorta, jotka haastatellaan ennakkoon.

Valmentajina toimivat Ohjaamon työntekijän parina Duunista toimeen sekä Motiivihankkeiden toimijat ja muut asiantuntijat. Valmennuksessa hyödynnetään digitaalisia välineitä.

Valmennuspäivät toteutuvat päivittäin klo 10-15.

Valmennus-päivä	Päivän teema	Päivän tavoite/sisältö
9.10.2018	Tähtäimessä tulevaisuus	mieltä/hahmottaa unelmia ja konkretisoida seuraavia askelia/keinoja niiden saavuttamiseksi
10.10.2018	Kuka olen?	hahmottaa omaa itseä ja omaa potentiaalia suhteessa koulutukseen, työhön ja hyvinvointiin
11.10.2018	Mihin minä pystyn?	selvittää oma fyysinen pystyvyys ja saada valmennusta pystyvyyden lisäämiseksi
15.10.2018	Mun arki	päivittää arjen hallintaan liittyvät tiedot ja taidot esim. talous, ravinto, puhtaus, liikunta uni, hyvinvointi
16.10.2018	Mä osaan!	hahmottaa oma osaaminen, osaamisen hyödyntäminen ja tehdä se näkyväksi
17.-19.10.2018	Mun duuni	Jakson avulla tutustutaan työhön/koulutukseen reflektoiden päivien kokemuksia digitaalisen ohjauksen avulla
23.10.2018	Mahdollisuuksien kartta	reflektoida valmennuksen sisältöä suhteessa omaan valmiuksiin ja konkretisoida omat tulevaisuuden mahdollisuudet
25.10.2018	Omalla tiellä	Uraohjaus niin, että jokaisella osallistujalla on vähintään yksi tavoite ja keino, jota kohti hän lähtee etenemään.

Lisätietoja: Kouvolan Ohjaamo: Elisabet Mäkinen (elisabet.makinen@te-toimisto.fi)

Duunista toimeen: Taru Mikkonen (taru.mikkonen@kinno.fi) p. 020 615 5484

Motiivi: Kirsi Purhonen (kirsi.purhonen@xamk.fi) p. 044 702 8487



Itsearviointi Nuorille

Virtuaalisten työkalujen ja etäohjauksen arviointi

Lähtökohtana osallisuus ja voimaantuminen

Teemat: Kuka minä olen? Mitä minä osaan? Mihin olen menossa?

Anna itsellesi arvosana kunkin väittämän suhteen. 0= ei lainkaan, 1= todella heikosti.....10= erinomaisesti

Väite	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tunnen oman historiani											
Minua on kannustettu olemaan itseni											
Minulla on monenlaisia taitoja											
Tunnen itseni hyödylliseksi											
Voin tehdä muutoksia elämäni, jos haluan											
Pystyn näkemään itsessäni hyviä asioita											
Saan mielihyvää harrastuksistani											
Olen tyytyväinen elämäni											
Tiedän mitä osaan											
Minua on kannustettu näyttämään taitojani											
Minulla on hyviä kaverisuhteita											
Koen olevani tarpeellinen lähipiirilleni											
Apua on helppo pyytää tarvittaessa											
Luotan ihmisiin											
Osaan toimia osana ryhmää											
Uskallan sanoa omat mielipiteeni											
Tiedän mitä tavoittelen											
Minun on annettu päättää tavoitteistani											
Suhtaudun tulevaisuuteen toiveikkaasti											
Uskon, että saavutan tavoitteeni											
Tavoitteeni on tärkeä											
Jos en saavuta tavoitteitani, asetan uusia tavoitteita											
Voin vaikuttaa omaan elämäntilanteeseeni tekemällä itsenäisiä päätöksiä											
Koen olevani osa yhteiskuntaa											
Väite	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Palautekysely itsearviointityökalusta

25.10.2018

1. Mitä mieltä olet lomakkeesta?
2. Miten muuttaisit kysymyksiä?
3. Miten muuttaisit lomakkeen ulkoasua?
4. Millainen fiilis tästä tuli?

Nuoren itsearviointilomake

Ohjeet lomakkeen täyttöön

Arvioinnin lähtökohtana on nuoren oma osallisuus ja voimaantuminen. Osallisuus tarkoittaa sitä, että pystyt ja voit päättää itse omista asioistasi. Tunnet kuuluvasi johonkin, esimerkiksi yhteiskuntaan, työ- tai opiskeluyhteisöön, kaveripiiriisi tai perheeseesi ja pystyt näissä vaikuttamaan itseesi liittyvissä asioissa.

Voimaantuminen taas tarkoittaa sitä, että huomaat omat voimavarasi ja ne lisääntyvät. Itsetuntosi ja pystyvyytesi kasvavat sekä tunnet selviytyväsi vaikeuksista paremmin.

Itsearviointin teemoja ovat: Kuka minä olen? Mitä minä osaan? Mihin olen menossa?. Ensimmäinen teema kartoittaa sitä, kuka sinä olet. Toinen teema kartoittaa kykyjäsi ja osaamistasi. Kolmas teema liittyy tulevaisuuden kuvaasi, mitä näet tulevaisuudessasi?

Arvioi väitteen sopivuutta itseesi ja anna tämän perusteella arvosana väittämälle. 10 = erinomaisesti, 0 = ei lainkaan ja muut luvut ovat tältä väliltä. As-teikko voi tuntua hankalalta, joten valitse se luku, jonka ensimmäisenä tunnet omaksesi.

Ohjeet lomakkeen täytön jälkeiseen aikaan

Lomakkeen pohjalta olisi hyvä käydä nuoren ja työntekijän välistä keskustelua, jossa käydään läpi asioita, jotka ovat nuoren elämässä hyvin sekä niitä asioita, joissa on kehitettävää ja keskustella, miten näitä asioita voitaisiin parantaa. Lomaketta voi käyttää useamman kerran, esimerkiksi asiakkuuden alkuvaiheessa, keskivaiheessa sekä loppuvaiheessa, jotta nuori voisi huomata tapahtuneen kehityksen itsessään.

