

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## OPINNÄYTETYÖ

### **Matkalla Seikkailuun!**

Opas seikkailukasvatuksen menetelmistä

*Johanna Kuutti ja Henna Pohjola*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 210 op

Marraskuu 2010

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

### TIIVISTELMÄ

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| <b>Työn tekijät</b> Johanna Kuutti ja Henna Pohjola   | <b>Sivumäärä</b> 42 ja 1 liitesivua |
| <b>Työn nimi</b> Matkalla Seikkailuun! –Opas seikkailukasvatuksen menetelmistä  |                                     |
| <b>Ohjaava opettaja</b> Juha Nikkilä  |                                     |
| <b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Nuorisokeskus Villa Elba/ Ritva Saarikettu   |                                     |
| <b>Tiivistelmä</b> <p>Seikkailukasvatus on kasvatustapa, jonka tarkoituksena on opettaa ja tukea yksilön kasvua uusien kokemusten ja omien rajojen rikkomisen avulla. Seikkailukasvatus on aktiivista toimintaa ja se koostuu erilaisista aktiviteeteista. Seikkailuun kuuluu on yleensä epävarmuus tulevista tehtävistä, eivätkä osallistujat ole aina varmoja mitä tulevan pitää. Seikkailuharjoitteet ovat yleensä luottamusharjoitteita tai ongelmanratkaisutehtäviä. Näiden tavoitteena on itseensä ja ryhmään tutustuminen. Seikkailukasvatus sijoittuu usein luontoon tai vieraaseen ympäristöön. Toiminta on mielenkiintoista ja motivoivaa, vaikkakin haastavaa ja epävarmaa. Yksi seikkailukasvatuksen tärkeistä osa-alueista on purku, jonka avulla seikkailuun osallistujat pääsevät jakamaan tunteitaan ja ajatuksiaan.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa opas seikkailukasvatuksen menetelmistä nuorisosalalla toimiville tahoille. Työ on toiminnallinen opinnäytetyö ja se sisältää teoriaosuuden sekä oppaan. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa väline, jota nuorisosalan toimijat voisivat hyödyntää työssään. Tavoitteena oli myös oppaan avulla tuoda seikkailukasvatus lähemmäksi kunnallista nuorisotyötä. Opas koostuu lyhyestä teoriaosuudesta, joka kertoo seikkailukasvatuksesta, sekä harjoitteista. Harjoitteet on koottu siten, että niiden järjestys parhaiten tukee seikkailukasvatukseen oleellisesti kuuluvaa ryhmäyttämisen ideaa. Opasta varten testasimme harjoitteita testiryhmällä ja havainnoimalla arvioimme, tukevatko harjoitteet seikkailukasvatuksen ajatusta. Oppaan suunnittelimme siis lähdekirjallisuutta hyödyntäen ja testaamalla erilaisia harjoitteita käytännössä.</p> <p>Työelämäkumppanina prosessissa toimi Nuorisokeskus Villa Elba, joka on Opetusministeriön tukema ja valvoma valtakunnallinen nuorisokeskus. Villa Elba järjestää luontokoulussaan muun muassa leirikouluja ja nuorisokeskuksen kansainvälinen osasto on mukana useissa eri hankkeissa, sekä kansainvälisten leirien järjestämisessä. Yksi Nuorisokeskus Villa Elban tärkeistä painopistealueista on nuorten parissa tehtävä kansainvälinen työ. Idean opinnäytetyöhömme saimme Villa Elbalta, jossa seikkailukasvatusta käytetään yhtenä työvälineenä. Opinnäytetyöprosessissa työelämäohjaajamme toimi Nuorisokeskus Villa Elban kansainvälisten asiain sihteeri.</p> <p>Oppaan jatkotutkimusaiheena mielenkiintoinen olisi oppaan käytön ja toimivuuden arviointi nuorisosalalla. Tutkimus voisi selvittää harjoitteiden toimivuutta ja tarkoituksenmukaisuutta esimerkiksi ryhmäyttämistä ajatellen. Tutkimuksen voisi toteuttaa esimerkiksi kysely- tai haastattelututkimuksena. Tutkimuksen avulla opasta voitaisiin mahdollisesti jatkossa kehittää paremmin tarpeita vastaavaksi tai esimerkiksi erityisnuorisotyötä ajatellen.</p> |                                     |
| <b>Asiasanat:</b> Opas, seikkailukasvatus, Nuorisokeskus Villa Elba   |                                     |

**HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES**  
**Degree Programme in Civic Activity and Youth Work**

**ABSTRACT**

|  |  |
|--|--|
| <b>Authors</b> Johanna Kuutti and Henna Pohjola  | <b>Number of Pages</b> 42 <b>Attachments</b> 1 |
| <b>Title</b> Bound for Adventure! -Adventure education guide   |  |
| <b>Supervisor</b> Juha Nikkilä   |  |
| <b>Subscriber and/or Mentor</b> Youth Centre Villa Elba/ Ritva Saarikettu  |  |
| <b>Abstract</b> <p>Adventure pedagogue is a way of education, which educates and supports the growth of a human being by giving the opportunity to experience new things and break own boundaries. Adventure pedagogue is active and it includes different kinds of activities. The idea of adventure is insecurity of future and often the activities are based on trust and solving problems. The aim is getting to know yourself and the group you are in. Adventure pedagogue is often placed in nature or unfamiliar environment. Activities are interesting but challenging and unsure. One of the most important things in adventure pedagogue is handling the activities afterwards so that everyone can share their feelings and thoughts.</p> <p>The purpose of this bachelor's thesis was to make a guide about adventure pedagogue methods for people working in the field of youth work. This bachelor's thesis is functional and it includes two parts; a theoretical part and the actual product which in this case is the guide. The aim of this thesis was to make a tool that the professionals of youth work could use during their work. An other aim was to make adventure pedagogue a bigger part of youth work in municipalities. The guide includes a brief theoretical part describing adventure pedagogue and also exercises. Exercises have been gathered so that the order of exercises supports the idea of team building in the best possible way. For the guide we first tested the exercises with a test group and by observing we evaluated if the exercises supports the idea of adventure pedagogue. We planned the guide by using literature and by testing the exercises.</p> <p>Our partner in this process was Youth Centre Villa Elba, which is a national youth centre supported and supervised by the Ministry of Education. Villa Elba organises for example camp schools in their nature school and the international department have different kind of projects and organises international camps. One of the priorities in Youth Centre Villa Elba's work is the international work among young people. We got the idea for our thesis from Youth Centre Villa Elba, where they use adventure pedagogue as one working tool. Our tutor in this process was the secretary of international affairs of Youth Centre Villa Elba.</p> <p>An interesting follow-up research would be an evaluation of the guide; how it works and is used in the field of youth work. Research could find out how the exercises really work for example in team building process. Research could be carried out as an inquiry or an interview. With the help of follow-up research the guide could be developed to better meet the requirements or for example to meet the needs of special youth work.</p> |  |
| <b>Keywords:</b> Guide, adventure pedagogue, Youth Centre Villa Elba   |  |

## SISÄLLYS

|  |    |
|--|----|
| 1 JOHDANTO                                     | 5  |
| 2 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ALKU                   | 7  |
| 2.1 Nuorisokeskus Villa Elba                   | 8  |
| 2.2 Aiheen rajaus                              | 9  |
| 2.3 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite         | 10 |
| 2.4 Opinnäytetyön muoto                        | 11 |
| 3 SEIKKAILUKASVATUS                            | 13 |
| 3.1 Seikkailukasvatuksen perusajatus           | 13 |
| 3.2 Seikkailukasvatus nuorisotyössä            | 15 |
| 3.3 Turvallisuus                               | 16 |
| 3.4 Ryhmäytys ja ryhmäytyminen                 | 18 |
| 3.5 Purku                                      | 20 |
| 3.6 Ohjaajan rooli                             | 21 |
| 3.7 Seikkailun suunnittelu, ohjaus ja toteutus | 23 |
| 4 OPPAAN HARJOITTEET                           | 26 |
| 5 MATKALLA SEIKKAILUUN -OPAS                   | 28 |
| 5.1 Oppaan suunnittelu                         | 28 |
| 5.2 Oppaan toteutus                            | 29 |
| 5.3 Työelämän tarve                            | 30 |
| 5.4 Oppaan käyttö                              | 31 |
| 6 OPPAAN ARVIOINTI                             | 33 |
| 6.1 Testiryhmän arvio                          | 33 |
| 6.2 Oma arvio                                  | 34 |
| 7 POHDINTA                                     | 37 |
| <br>   |    |
| LÄHTEET  | 41 |
| LIITE  | 43 |

## 1. JOHDANTO

Seikkailukasvatuksen ajatellaan usein olevan kallista extreme -toimintaa, joihin harvalla nuorisotoimella on varaa. Seikkailukasvatus on kuitenkin paljon enemmän. Se on keino luoda ryhmistä tiiviitä ja toimia, sekä vahvistaa yksilön omia vahvuuksia. Koska toiminta on kuitenkin saanut liian kallista -leiman, seikkailukasvatus ei ole saanut sitä arvostusta vielä mikä sille kuuluu. Kiinnostus seikkailukasvatusta kohtaan on kuitenkin kasvamassa. Seikkailuyritykset järjestävät toimintapäiviä niin kouluille, työpaikoille kuin yksityisille ryhmillekin. Seikkaileminen kuuluu kuitenkin vain erityisiin päiviin ja leireihin, eikä sitä ole otettu esimerkiksi kouluissa työvälineeksi opetussuunnitelmaan, vaikka mahdollisuudet ovat laajat. Nuorisotiloilla seikkailukasvatusta järjestetään myös lähinnä leireillä tai erillisinä seikkailupäivinä, ehkäpä juuri leimansa takia. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on osoittaa, että seikkailullisia harjoitteita voi tehdä myös pienillä resursseilla, kuten nuorisotaloilla tai sen pihapiirissä.

Opinnäytetyö tehtiin yhdessä Nuorisokeskus Villa Elban kanssa, joiden toiveena oli saada opas seikkailukasvatuksesta vähillä resursseilla. Oppaaseen kerättiin eri menetelmiä, jotka oli koettu toimiviksi ja motivoiviksi. Idea opinnäytetyöhön tuli Nuorisokeskus Villa Elban kansainvälisen osaston asiain sihteeriltä Ritva Saariketulta. Hän tilasi meiltä työn, jossa hän halusi että kokoaisimme harjoitteita jotka sopisivat esimerkiksi kunnan nuorisotyöhön. Saariketun toivomuksena oli, että heille tehtäisiin opinnäytetyö, johon kerättäisiin seikkailullisia menetelmiä, jotka eivät tarvitsisi paljoa rahaa, erityisiä ohjaustaitoja, välineitä tai siirtymisiä eri ympäristöön. Työmme tulee myös Villa Elban omaan käyttöön, sillä oppaan avulla he voivat järjestää omiin kansainvälisiin vaihtoihin seikkailullisia teemoja.

Opinnäytetyötä lähdettiin kokoamaan keräämällä menetelmiä ja tutkimalla aiheeseen sopivaa kirjallisuutta. Seikkailukasvatus on kuitenkin ohjauksen ja kasvatuksen saralla melko uusi asia, joten kirjallisuuden löytäminen on melko hankalaa. Kirjallisuutta on, mutta harvassa kaupungin kirjastossa sitä on kuitenkin muutamaa kirjaa enemmän. Lähinnä kirjallisuutta löytyi oppilaitoksen kokoelmasta. Opas päätettiin koota sähköiseen muotoon, sillä se koettiin ekologiseksi, rahoitukseen sopivaksi ja yksinkertaiseksi käyttää. Itse opas sisältää pienen teoria osuuden seikkailukasvatuksesta, ryhmän elinkaareen sisältyvät toiminnot ja teoriaa menetelmien purkamisesta. Jokai-

sen harjoitteen tarkoitus, tarvikkeet ja ohjeet on myös kirjattu erikseen. Kaiken kaikkiaan opas on kattava tietopaketti seikkailukasvatuksen menetelmistä pienillä resursseilla.

## 2. OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ALKU

Seikkailukasvatus on kiinnostanut meitä koulutuksen alusta lähtien ja tämän vuoksi halusimme tehdä opinnäytetyömme siihen liittyen. Opiskeluun liittyvä suuntautumisen projektipaikka saatiin Kokkolan Nuorisokeskus Villa Elbasta ja siellä tuli puheeksi seikkailukasvatuksen hyödyntäminen nuorisotalolla, erityisesti nuorisotaloilla. Nuorisokeskus Villa Elban kansainvälisen osaston asiain sihteerin Ritva Saarikettu oli käynyt keskustelua Humakin Tornion kampuksen lehtorin kanssa siitä, että valmistuvien yhteisöpedagogien on vaikea hyödyntää seikkailukasvatuksen oppeja työelämässä, sillä sitä pidetään paljon resursseja vaativana, eikä esimerkiksi kunnilla ole mahdollisuuksia toteuttaa seikkailukasvatusta. Näiden keskustelujen pohjalta rakensimme yhdessä Saariketun kanssa opinnäytetyöllemme lopullisen aiheen.

Saarikettu koki, että oppaasta tulee olemaan hyötyä myös Nuorisokeskus Villa Elballe, sillä he voivat käyttää sitä järjestämillään leireillä ja vaihdoissa. Villa Elballe oli aiemmin koottu yksi vihkonen erilaisista ryhmäytymismenetelmistä, mutta varsinaista seikkailukasvatukseen perustuvaa opasta heillä ei ollut. Saarikettu toimi oppaan tilaajana, joten hän ilmaisi toivomuksensa sen suhteen mitä kaikkea hän halusi sen sisältävän. Me tartuimme aiheeseen ja aloimme Saariketun toivomusten mukaan rakentaa opasta melko itsenäisesti.

Käytämme opinnäytetyössämme oppaan harjoitteista opinnäytetyössämme myös nimitystä menetelmät. Tämä sen vuoksi, että miellämme sanan menetelmä hyvin lähelle sanaa harjoite, vaikkakin menetelmällä voidaan tarkoittaa myös eri asiaa. Halusimme kuitenkin luoda sujuvaa tekstiä, jonka vuoksi valitsimme tämän toisen sanan kuvaamaan oppaan sisältöä, ettei teksti muuttuisi liian yksipuoliseksi.

Vastasimme itse oppaan harjoitteiden valinnasta, sisällöstä, sekä muodosta. Harjoitteet valittiin tilaajan toiveiden mukaan ja pyrkimyksenä on rakentaa mahdollisimman käyttökelpoinen produkti. Ajatuksena oli, että opasta tulotisiin käyttämään kuntien nuorisotoimessa. Opasta ja sen tekoa ei kuitenkaan ole saatu mukaan mihinkään budjettiin, joten markkinointi nuorisotoimelle ei onnistunut.

Nuorisokeskus Villa Elba voi kuitenkin halutessaan jatkaa oppaan markkinointia tai tuottamista haluamallaan tavalla.

## 2.1 Nuorisokeskus Villa Elba

Nuorisokeskus Villa Elba on Opetusministeriön tukema ja valvoma valtakunnallinen nuorisokeskus. Villa Elba järjestää vuosittaisten leirikoulujen ja kansainvälisiä leirien lisäksi myös tyhy- ja tyky-päiviä, sekä luontokoulutoimintaa. Nuorisokeskuksen ohjelmatarjonta on painottunut ympäristökasvatukseen ja merellisiin elämyksiin. Villa Elba sijaitsee Kokkolassa meren rannalla luonnon ympäröimänä. (Villa Elba)

Luontokoulu on tärkeä osa Nuorisokeskus Villa Elban toimintaa. Se tukee ohjaajia ja opettajia ympäristökasvatuksen saralla järjestämällä ympäristöön ja luontoon liittyviä elämyksellisiä kokemuksia, seikkailuita ja yhdessä kohdattavia haasteita. Koululuokka voi esimerkiksi viettää päivän tai leirikoulun luontokoulussa tai toimia kummiluokkana, jolloin luontokoulussa vietetään lukukauden aikana paljonkin aikaa opiskellen. Villa Elban luontokoulu järjestää myös aikuisryhmille kursseja ja ohjelmapalveluita. (Villa Elba)

Nuorisokeskus Villa Elba on myös mukana useissa Keski-Pohjanmaalla toteutettavissa projekteissa. Projektit ovat lasten ja nuorten aktiivisuutta lisääviä sekä heidän oikeuksiaan tukevia. Villa Elban tavoitteena onkin nuorison hyvinvoinnin edistäminen. (Villa Elba)

Nuorisokeskus Villa Elban tärkeä painopistealue on nuorten parissa tehtävä kansainvälinen työ. Kansainvälisen työn avulla nuorisokeskus pyrkii tarjoamaan nuorille mahdollisuuden oppia uusia asioita ja löytämään omat kykynsä monikulttuurisessa ympäristössä. Monikulttuurinen ympäristö luodaan kansainvälisten leirien, koulutusten ja ohjelmien avulla. (Villa Elba)

Villa Elba on mukana kolmessa eurooppalaisessa verkostossa, jotka ovat Reves, Platform Youth mobility ja Suomen nuorisokeskusyhdistys. Verkostojen kautta nuorisokeskus pääsee mukaan kansainvälisille leireille ja koulutuksiin, sekä löytää



helposti yhteistyökumppaneita. (Villa Elba) Villa Elballa on myös vankka kokemus Youth In Action-ohjelmasta, josta heille on myönnetty useaan eri hankkeeseen rahoitus (Cimo).

Nuorisokeskus Villa Elba toimii myös EU:n nuoriso-ohjelman EVS (European Voluntary Service) –alaohjelman koordinoivana järjestönä Länsi-Suomessa. Villa Elba toimii vastaanottavien tahojen koordinoijana, mutta sen tavoitteena on myös lisätä suomalaisten nuorten osallisuutta EVS-ohjelman projekteihin ulkomailla. (Villa Elba)

## 2.2 Aiheen rajaus

Nuorisokeskus Villa Elban toiveissa oli saada laaja opas, joka sisältäisi seikkailukasvatuksen menetelmiä kolmella eri tasolla, eli perustasolla, extreme-tasolla, sekä erityisryhmien tasolla. Tasot luotiin oppaan johdonmukaista suunnittelua varten ja selventämään sitä, mitä kukin oppaan osio olisi pitänyt sisällään. Keskusteltuamme työelämäkumppanimme kanssa huomasimme, että aihe oli liian laaja yhdeksi opinnäytetyöksi, eikä aika olisi riittänyt näille kaikille osioille, joten päädyimme rajaamaan aiheen perustasolle. Opinnäytetyömme antaa myös mahdollisuuden muille opiskelijoille jatkaa työtä, eli toteuttaa Saariketun toivomat kaksi muuta tasoa. Koimme kuitenkin perustason olevan tarpeeksi haasteita vaativa ja siihen sai hyvin luotua tutkimuskysymyksemme, eli millaista seikkailutoimintaa esimerkiksi kunnat voivat järjestää pienillä resursseilla.

Perustelemme rajausta sillä, että perustason seikkailumenetelmiä voivat hyödyntää useammat tahot. Näin ollen oppaasta tulee hyödyllisempi useammalle ryhmälle. Perustason seikkailupedagogiikkaa voidaan myös tarvittaessa soveltaa esimerkiksi erityisryhmien käyttöön ja extreme-tasoon tarvitaan jo niin suuret resurssit pätevistä ohjaajista lähtien, ettei se ehkä palvelisi niin hyvin esimerkiksi Nuorisokeskus Villa Elbaa. Koemme myös järkevämmäksi aloittaa kokoamalla perustason menetelmiä oppaaksi, sillä Villa Elbassa tällaista kaivataan ja mielestämme ei ole viisasta suoraan siirtyä esimerkiksi erityistasolle. Myös kuntien resurssitasoa ajatellen koemme perusmenetelmät hyödyllisemmiksi, sillä niitä on matalampi kynnys

toteuttaa. Lisäksi on järkevää rakentaa nämä kolme osiota ”järjestyksessä” eli ensin perusasiat haltuun ja sitten vasta erikoistumistasot.

Perustasolla tarkoitamme sellaisia seikkailukasvatuksen menetelmiä, joita on helppo toteuttaa ja jotka eivät vaadi ohjaajilta erityisosaamista, erityisiä paikkoja tai kalliita materiaaleja. Näin eri tahot saavat informaatiota siitä, kuinka seikkailukasvatusta voidaan tehdä, vaikka varallisuustilanne olisikin heikko. Oppaan menetelmät on valittu niin, että niitä voivat toteuttaa ohjaajat, jotka ovat opiskelleet seikkailukasvatusta hieman tai ei ollenkaan. Suositus tietenkin on, että ohjaajalla olisi jonkinlaista seikkailukoulutus pohjaa. Olemme pyrkineet valitsemaan oppaaseen toimivia ja mielenkiintoisia menetelmiä, joita voidaan käyttää ryhmän kuin ryhmän kanssa.

### 2.3 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyömme tarkoituksena on luoda käyttökelpoinen opas Nuorisokeskus Villa Elballe ja Kokkolan nuorisotoimelle. Oppaaseen kerätään seikkailukasvatuksen menetelmiä ja toimintatapoja, joita voidaan käyttää pienellä resurssitasolla. Yleensä seikkailukasvatus nähdään kalliina ja erityistaitoja vaativana menetelmänä, jota on vaikea näiden syiden vuoksi käyttää esimerkiksi nuorisotaloilla. Tämän oppaan avulla haluamme tuoda seikkailukasvatuksen lähemmäksi perusnuorisotyötä ja osoittaa, ettei se vaadi erityisvälineitä tai – koulutusta. Ohjaajan tulee tietää seikkailun perusajatus hyödyntääkseen sitä työssään, ettei harjoitteita vaan tehdä huvikseen urheilun vuoksi, vaan, että niillä on jokin tavoite, niin kuin seikkailukasvatuksessa pitäisikin olla. Tekemämme opas vastaa näihin perustason tarpeisiin.

Tavoitteena on selkeyttää lukijalle seikkailukasvatuksen pääpiirteitä, kuten ryhmän elinkaarta, harjoitteiden purkamista, sekä painottaa turvallisuuden merkitystä kaikessa toiminnassa. Opas sisältää teoriaosuuden, joka auttaa ohjaajaa ymmärtämään seikkailun merkitystä, sekä tavoitetta ja menetelmien käyttökelpoisuutta. Oppaassa on myös tarkoin valittuja menetelmiä, joita jokaisella ohjaajalla on mahdollisuus vetää ryhmästä riippumatta.

Opas on rakennettu niin, että se ottaa huomioon tarvittavat materiaalit, kuinka harjoitteet ohjataan ja mikä harjoitteen tarkoitus on. Oppaan menetelmät eivät tarvitse suuria rahallisia panostuksia esimerkiksi materiaalit ovat yleensä sellaisia joita löytyy lähikaupasta tai kotoa. Harjoitteet eivät myöskään tarvitse mitään erityistä koulutusta, vaan niitä voi vetää kuka tahansa seikkailupedagogiikkaan perehtynyt henkilö. Harjoitteet ovat myös valittu niin, että niitä voidaan järjestää melkein missä tahansa tilassa, eikä välttämättä tarvitse matkustaa pois normaalista toimintaympäristöstä.

## 2.4 Opinnäytetyön muoto

Valitsimme opinnäytetyömme työstömenetelmäksi toiminnallisen opinnäytetyön, sillä se vaikutti parhaalta mahdolliselta tavalta työstää opasta. Oppaat ovat yleensäkin työstetty toiminnallisella menetelmällä, joten emme halunneet muuttaa hyväksi huomattua menetelmää. Teoreettinen tutkimus myös tuntui hieman kaukaiselta idealta, sillä toimimme mieluummin lähempänä käytäntöä. Toiminnallisen opinnäytetyön valinta oli hyvin luonnollinen, sillä itse aihe, eli seikkailukasvatus on kaikin puolin toiminnallista.

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Se tavoittelee käytännön toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä ja voi olla näin ollen alasta riippuen käytäntöön suunnattu ohje, opas tai ohjeistus. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös esimerkiksi koulutus tai jonkinlainen tapahtuma. Opinnäytetyön produkti voi olla kirja, kansio, tapahtuma tai kotisivut. Tärkeää opinnäytetyötä tehdessä on, että siinä yhdistyvät tutkimusviestinnällisin keinoin käytännön toteutus ja sen raportointi. (Vilkka & Airaksinen, 2003, 9.)

Valitsimme aiheeksemme oppaan, sillä se on pitkäaikainen konkreettinen asia, joka jää työelämän kumppanille, toisin kuin esimerkiksi pelkkä koulutus, jota myös suunnittelimme opinnäytetyömme aiheeksi. Pohdimme myös tekevämme oppaan videomuodossa, mutta hylkäsimme idean, sillä videota tulkitaan yhtä monella tavalla, kuin on katsojia. Pelkän videon avulla paljon tärkeää teoriaa voi jäädä kertomatta,

joten päädyimme käyttävämmä videomateriaalia vain menetelmien arviointivälineenä opasta työstäessämme. Video voidaan myös kokea vaikeasti lähestyttäväksi, joten tästäkin syystä koimme kirjallisen tuotoksen vastaavan tarpeisiin paremmin.

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Se tavoittelee käytännön toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä ja voi olla näin ollen alasta riippuen käytäntöön suunnattu ohje, opas tai ohjeistus. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös esimerkiksi koulutus tai jonkinlainen tapahtuma. Opinnäytetyön produkti voi olla kirja, kansio, tapahtuma tai kotisivut. Tärkeää opinnäytetyötä tehdessä on, että siinä yhdistyvät tutkimusviestinnällisin keinoin käytännön toteutus ja sen raportointi. (Vilkka & Airaksinen, 2003, 9.)

Pohdimme myös tekevämme oppaan virtuaaliseen ympäristöön, mutta luovuimme ideasta, sillä kumpikaan meistä ei hallitse virtuaalista ympäristöä. Lisäksi toiminnallinen opinnäytetyö on menetelmänä meille uusi, joten emme halunneet ottaa liian montaa uutta asiaa yhtä aikaa, jotta tuloksesta tulisi mahdollisimman laadukas.

Toiminnallinen opinnäytetyö lähtee liikkeelle aiheanalyysistä eli aiheen ideoinnista. Aihepiiri valitaan yleensä kiinnostusten kohteiden mukaan ja valitaan aihe joka motivoi opinnäytetyön tekijää. Opinnäytetyön tarkoituksena on syventää opiskelijan tietoutta, sekä asiantuntijuutta asiasta. (Vilkka & Airaksinen, 2003, 23.) Valitsimme aiheeksemme seikkailukasvatuksen, sillä se kiinnostaa meitä molempia ja haluamme syventää tietämystämme asiasta. Halusimme myös, että opinnäytetyöstämme on jotakin hyötyä ja siitä jää jotakin konkreettista työelämäyhteistyökumppanillemme. Tämän vuoksi päädyimme oppaaseen.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena on jokin konkreettinen tuote. Tämän vuoksi raportoinnissa on käsiteltävä tuotteen tekemisen prosessia. (Vilkka & Airaksinen, 2003, 51.) Käsittelemme opinnäytetyössämme tuotteemme elinkaarta ja lopuksi arvioimme tuloksemme. Lisäksi produktin arvioi testiryhmämme.

### 3. SEIKKAILUKASVATUS

#### 3.1 Seikkailukasvatuksen perusajatus

Seikkailukasvatuksen tarkoitus on järjestää haasteellista ryhmätoimintaa, jonka pyrkimys on yksilön kasvun tukeminen (Karppinen, Latomaa, 2007, 222). Seikkailukasvatuksessa on kolme ulottuvuutta: seikkailu, ulkoilma ja ympäristö, sekä kasvatusta. Seikkailu on kokemus, johon liittyy epävarmuus tulevasta ja se voi tapahtua yksilön henkiselä ja fyysisellä tasolla tai sosiaalisena ryhmätoimintana. Seikkailutoiminta järjestetään yleensä ulkoympäristössä ja sen tarkoituksena on oppiminen. (Karppinen, 2005, 25.) Seikkailutoiminnassa järjestetään aktiviteetteja, jotka haastavat yksilöä ja ryhmää ylittämään rajojaan. Näitä aktiviteetteja ovat esimerkiksi erilaiset leikit ja pelit, luottamusharjoitukset, ongelmanratkaisutehtävät, kiipeily-, melonta-, sekä leiri- ja retkeilytaidot. Seikkailukasvatuksen tarkoituksena on pyrkiä vaikuttamaan tunteisiin ja sitä kautta saada uutta energiaa osallistujille, esimerkiksi sillä pyritään vaikuttamaan haitalliseen käyttäytymiseen ja antaa osallistujille uusia tapoja selviytyä, sekä kouluttaa osallistujia antamalla heille uutta tietoa, tietoisuutta ja asenteita, mutta myös pyrkiä vaikuttamaan käyttäytymiseen ja luoda uusia toimintatapoja. (Karppinen, Latomaa, 2007, 222–223.) Seikkailukasvatuksen peruseriaatteet ovat siis hyvin laajat ja vaikka myös mahdollisuudet ovat laajat, tulokset ovat kuitenkin epävarmoja, sillä toiminnot antavat yksilölle mahdollisuuden käyttää henkilökohtaisia kykyjään ja voittamaan epävarmuutensa. (Karppinen, 2005, 25.) Seikkailukasvatuksen tarkoitus ei ole kuitenkaan lannistaa tai syrjäyttää yksilöä, joten yksi tärkeimmistä osista seikkailutoimintaa on aktiviteettien purkaminen heti toiminnan jälkeen. Seikkailu on siis toimintaa, jolle olennaista on alussa epävarmuus toiminnan tuloksista ja lopussa tarkoituksena on ilo, tyydytys ja helpottuneisuus onnistumisesta (Telemäki 2001, 24).

Seikkailukasvatuksen tunnetuimpana kehittäjänä pidetään Kurt Hahnia. Hänen mukaansa koulun ja opetuksen tavoitteena on kasvattaa aktiivisia kansalaisia ja hän kritisoi koulutusjärjestelmää sen älyllisyyttä korostavasta ja fyysisesti passivoivasta vaikutuksesta lapsiin ja nuoriin. Toiminnallisella kasvatuksella pystytään vaikuttamaan myös sosiaalisiin heikkouksiin, joita aiheuttaa liikkumisen vähentyminen, välinpitämättömyyden lisääntyminen, muistin ja mielikuvituksen

heikentyminen, sekä itsekurin heikentyminen lisääntyneiden ärsykkeiden, virikkeiden ja kiireen maailmassa. (Karppinen, 2005, 31-32.) Hahnin motto ”your disability is your ability” kertoo paljon hänen näkemyksistään kasvatuksen suhteen (Kempainen, 1999, 27). Hän halusi suojella nuorisoa yhteiskunnallisilta sairauksilta, joihin laskettiin huono fyysinen ja psyykinen kunto, aloitekyvyn ja yritteliäisyyden väheneminen, vastuuttomuus, itsekurin ja empaattisuuden puute, sekä pitkäjänteisyyden ja sitkeyden väheneminen. Näiden kaikkien katsottiin johtuvan liikkumisen helpottumisesta, lisääntyneistä virikkeistä ja ärsykkeistä, sekä jatkuvasta tehokkuuden ja kiireen korostamisesta. (Karppinen, 2005, 33.) Hahn ajatteli, että kasvatuksella on suuri rooli näiden yhteiskunnallisten sairauksien ehkäisyssä. Nuori tarvitsee oikeanlaisen kasvuympäristön, sillä ympäristön vaikutus lapsen ja nuoren kehitykseen on suuri. Hahnin mukaan oikeanlainen ympäristö on metsä. Luonnossa liikkumalla ja siellä kokemalla lapsella ja nuorella on mahdollisuuksia löytää uusia ulottuvuuksia itsestään. (Kokljuschkin, 1999, 14–15.) Hahn korosti demokratiaa, sosiaalista mielenlaatua ja kasvatuksen ulottamista mahdollisimman usealle. Hän perusti maaseutukouluja seuraamaan omaa reformipedagogista näkemystään. Hahninlaisen pedagogiikan ydin on kehittää tasapainoa, mieltä, fyysistä kyvykkyyttä, itsenäisyyttä ja yritteliäisyyttä luonnon avulla. (Karppinen, 2005, 33.) Hahn käytti seikkailuelementtiä parantaakseen lasten ja nuorten elämänlaatua (Kempainen, 1999, 27). Hänen mukaansa lasta on kunnioitettava, eikä hänen oppimisestaan saa tehdä liian valmista tai helppoa, oppimisen on tapahduttava lapsen omalla älykkyydellä, nokkeluudella ja luovuudella. (Karppinen, 2005, 39.)

Kanadalaisen seikkailupedagogin Simon Priestin mukaan seikkailu on mikä tahansa kokemus, joka johtaa epävarmaan lopputulokseen. Seikkailussa tärkeää onkin huomioida se, että sen tulisi aina olla vapaaehtoista, eikä siihen saa liittyä pakottamista tai pakkoa. Toiminnan tulisi sijoittua vieraaseen tai vaatimuksia asettavaan ympäristöön, kuten luontoon ja toimintojen tulisi olla sellaisia, joista on vaikea kieltäytyä, toiminta on siis houkuttelevaa ja osallistujista mielenkiintoista. Seikkailua tulisi aina edeltää henkinen suunnittelu, sekä lisäksi toiminta sisältää yllätyksen elementtejä. Seikkailu perustuu yleensä ryhmätoimintaan ja sen vuoksi ryhmän on oltava toimiva. Tärkein osa-alue seikkailussa on turvallisuuden ja kontrollin, sekä arvaamattomuuden ja itsensävoittamisen tasapaino. Toiminnan tulee aina olla turvallista niin fyysiseltä, kuin henkiseltäkin tasolta. (Kempainen, 1999, 28.)

### 3.2 Seikkailukasvatus nuorisotyössä

Seikkailupedagogiikka tarjoaa nuorille jännitystä, itsensä voittamista, elämyksiä ja kokemuksia. Kasvun ja oppimisen tukena käytetään hyvin usein elämyksellisyyttä, sekä kokemuksellisuutta, sillä ne nähdään tärkeänä osana nuoren kasvussa (Karppinen, Latomaa, 2007, 11). Seikkailu luo yksilölle elämyksen, joka auttaa häntä huomaamaan omia kykyjään ja taitojaan. Se on jokaiselle omanlaisensa kokemus, sillä jokainen kokee ja tuntee seikkailun eri tavoin (Kokljuschkin, 1999, 10). Tärkeintä seikkailussa on kokemukset, jotka kehittävät nuoren liikunnallisia taitoja, opettaa huomioimaan erilaisuutta, opetellaan tekemään yhteistyötä, ongelmien ratkaiseminen, elämykset, jännitys ja omien rajojen kokeilu (Kokljuschkin 1999, 35).

Seikkailuelementti liittyy vahvasti nuorisotyöhön, sillä toiminnan tarkoituksena on jatkuva kokemuksellisuus, sekä toiminnallisuus. Nuorisotyössä tällaista toiminnallisuutta ja kokemuksellisuutta suositetaan nuorten elinvoimaisuuden takia. Seikkailupedagogiikan tulisi olla suunniteltu osio nuorisotyössä, eikä niinkään vain muutaman harjoitteiden lisäksi normaalin nuorisotyön yhteydessä. Seikkailupedagogiikassa annetaan jokaiselle nuorelle mahdollisuus voittaa itsensä ja auttaa oppia luottamaan itseensä vaikeissakin tilanteissa. (Kempinen, 1999, 28.) Ennen kaikkea seikkailukasvatus on kasvatus- ja kasvuprosessi, jossa yksilö on kokonaisvaltaisesti mukana. Oikein toteutetulla seikkailukasvatuksella pystytään tukemaan lapsen tiedollisia, motorisia ja sosiaalisia taitoja ja lisäksi voidaan tukea kokonaispersoonallisuuden kehittymistä. Seikkailukasvatuksen tarkoituksena voi myös olla asioiden jakaminen toiminnan kautta, kuten esimerkiksi luonnontietoa. Seikkailu ei ole vain fyysistä toimintaa, vaan yhteistyötaitojen opettelua. Onnistunut seikkailu tarvitsee kaikkia osallistujia. (Kokljuschkin 1999, 31–35.) Aivan kuten Hahnkin on todennut, että kukaan ei saa olla matkustajana, vaan jokainen kuuluu miehistöön (Lehtonen 1998, 14).

Seikkailutoiminta ei toimi kuitenkaan itsestään, vaan onnistunut seikkailutoiminta vaatii huolellista suunnittelua ja päteviä ohjaajia. Seikkailukasvatuksen keskeisin elementti on yllätyksellisyys ja se vaatii osallistujiltaan uskaliaisuutta, lisäksi toiminta

toteutetaan yleensä luonnossa tai osallistujille uudessa tilanteessa. Tämän vuoksi turvallisuus on erittäin tärkeä osa toimintaa. Seikkailukasvatus voidaan jakaa toiminnalliseen ja ei-toiminnalliseen seikkailuun. Toiminnallisessa seikkailussa elämykset tapahtuvat fyysisesti ja ei-toiminnallisessa seikkailussa elämykset tapahtuvat henkisellä tasolla. Nämä ei-toiminnalliset elämykset vahvistavat osallistujan itsetuntoa ja saavat aikaan onnistumisen ja itsensä voittamisen tunteita. Koska kyseessä on näinkin herkkä asia, kuin itsetunto, on tärkeää että ohjaaja ymmärtää toiminnan filosofiset lähtökohdat ja suunnittelee tilanteet omalle ryhmälle sopiviksi oppimistilanteiksi. (Kokljuschkin, 1999, 34.)

### 3.3 Turvallisuus

Seikkailussa on tärkeää sekä fyysinen, että psyykinen turvallisuus. Jo toimintaa suunnitellessa ohjaajan tulee huomioida turvallisuusseikat ja olla tietoinen niistä riskeistä, joita seikkailu pitää sisällään. (Lehtonen 1998, 103.) Jotta ryhmästä ylipäättään muodostuisi mitään, tulee ohjaajan luoda sille rajat ja turvallisuudentunne. Myös ohjaajalla itsellään tulee olla turvallinen olo. Ohjaajan turvallisuudentunnetta lisäävät hyvä suunnittelu sekä selkeät ohjeet ja rajat. (Kaukkila, Lehtonen 2007, 65.)

Turvallisuuden tärkeyttä seikkailutoiminnassa ei voi olla korostamasta liikaa. Toiminnan tulee olla fyysisesti ja psyykkisesti turvallista jokaiselle osallistujalle. Näin ollen, turvallisuus mahdollistaa seikkailun, eikä ole koskaan sen este. Ohjaajan on tärkeää ottaa huomioon toiminnan riskit, tiedostaa ne ja tehdä kaikkensa minimoidakseen mahdolliset vaaratilanteet. (Kokljuschkin, 1999, 51–52).

Seikkailussa turvallisuus ei perustu vain siihen, että riskit pyrittäisiin poistamaan, vaan siihen, että ne ovat hallinnassa. Siksi riskeihin etukäteen perehtyminen on äärimmäisen suotavaa. (Lehtonen, 1998, 103.) Fyysinen turvallisuus on tärkeää, jottei lapsi loukkaa itseään. Psyykkistä turvallisuutta ajatellen on seikkailun purku erityisen tärkeää. Lasta luultavasti jännittää seikkailun aikana ja hän kokee myös muita tunteita. Seikkailun jälkeen on lapsille hyvä aina olla mahdollisuus purkaa tunteitaan ja kokemuksiaan. Purun avulla lapsi saa myös tietää toisten tunteista. Psyykkiseen turvallisuuteen liittyy myös mahdollisuus kieltäytyä toiminnasta.



Lapsella täytyy siis olla mahdollisuus perääntyä tilanteesta, mikäli toiminta tuntuu liian pelottavalta. Ryhmän täytyykin olla sellainen, että siinä voi vapaasti näyttää tunteitaan. Tässä ohjaajallakin on suuri rooli, sillä hänellä täytyy olla kontakti jokaiseen ryhmäläiseen. (Kokljuschkin, 1999, 51–55)

Ryhmä toimii parhaiten silloin, kun kaikilla on turvallinen olo. Seikkailussa turvallisuus on myös sitä, että luotetaan toisiin ja tiukan paikan tullen voidaan turvautua toiseen ja jakaa vastuuta koko ryhmälle (Lehtonen, 1998, 104). Eräänlainen turvallisuus syntyykin siitä avoimuudesta, luottamuksesta, hyväksynnästä, tuen antamisesta ja sitoutumisesta, jota ryhmässä koetaan. Kun ihmiset luottavat toisiinsa, syntyy heidän välilleen turvallisuudentunne. Mitä turvallisemmaksi jäsen kokee oman ryhmänsä, sitä avoimemmaksi hän muuttuu. Avoimuuden lisääntyessä se antaa mahdollisuuksia luottamuksen kasvulle ja näin ollen ryhmä kehittyy ja sen toiminta paranee. (Aalto, 2000, 16.)

Toiminnan on tärkeää olla lapsille ja nuorelle sen verran tuttua, että hän kokee olonsa turvallisiksi ja tuntee hallitsevansa kokonaisuutta. Seikkailussa myös toiminnan päämäärä on tärkeää, jotta jokainen tietää mihin toiminnalla pyritään (Kokljuschkin, 1999, 61). Seikkailussa on tärkeää se, että vaikka toiminnot voivat olla osallistujille haastavia ja jännittäviä, kukaan ei koskaan saisi tuntea oloaan turvattomaksi. Ryhmän ei myöskään tulisi koskaan olla liian suuri, jotta ohjaajalla säilyy kontakti kaikkiin ryhmäläisiin. (Kokljuschkin, 1999, 55.) Pieni ryhmä palvelee turvallisuusajattelua seikkailussa myös siten, että pienessä ryhmässä tunteita on huomattavasti helpompi jakaa kuin suuren ryhmän kesken. Fyysinen turvallisuus on tärkeää, mutta koskaan ei sovi unohtaa myöskään psyykkistä turvallisuutta. Psyykinen turvallisuus voidaan taata luomalla ryhmälle sisäinen luottamus ja rento ilmapiiri, sekä muistamalla harjoitteiden purku. Turvallisuuden kannalta purulla on seikkailukasvatuksessa tärkeä osa, sillä se auttaa ryhmän jäseniä käsittelemään kokemuksia ja kertomaan tunteitaan. Toki purun avulla voidaan miettiä sitä, miten harjoite olisi sujunut myös paremmalla tavalla fyysisen turvallisuuden tasolla.

Fyysisestä turvallisuudesta huolehtiminen lisää myös psyykkistä turvallisuutta. Toiminnalliset fyysiset harjoitteet edesauttavat psyykkistä turvallisuutta, sillä niissä heittäytyään toisten ryhmäläisten varaan. Jos joku mokaa, voi fyysinen turvallisuus

olla uhattuna. Kun harjoitteet kuitenkin sujuvat hyvin, lisää tämä keskinäistä luottamusta ja psyykinen turvallisuus vahvistuu. (Aalto, 2000, 16) Periaatteessa turvallisuutta ei voida korostaa liikaa, mutta jos puitteet on luotu niin turvallisiksi, että ryhmän jäsenet eivät koe minkäänlaista jännitystä, tuskin koetaan myöskään kovin seikkailullisia elämyksiä. Hyvä seikkailu on sellainen, jossa vaaroja on, mutta kaikki riskit vaarojen kohtaamiseen on minimoitu.

### 3.4 Ryhmäytys ja ryhmäytyminen

Ryhmätoiminta on ihmisille luontaista, mutta se ei ole aina helppoa. Ryhmässä maailma avautuu rikkaampana ja saamme uutta tietoa toisista ihmisistä, ympäristöstä ja ennen kaikkea itsestämme. Ryhmätoiminta auttaa kehittämään vuorovaikutustaitoja sekä tunnistamaan ja ilmaisemaan omia tunteitamme ja tarpeitamme. Se myös auttaa löytämään oman paikkamme yhteisössä ja yhteiskunnassa. Kun ryhmä on toimiva, tuntee se oman tehtävänsä. Tehtävä tai tavoite voi olla etukäteen mietitty, mutta ryhmä määrittelee sen aina uudelleen. Hyvän ryhmän ilmapiiri on vapaa ja sen sisällä osataan kuunnella ja kertoa tunteita. Hyvässä ryhmässä vallitsee luottamus ja ryhmä valvoo omaa toimintaansa itse. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 12–14).

Ryhmällä on aina oma elinkaarensa, johon kuuluu syntyminen, eteneminen ja usein myös loppuminen (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 24). Seikkailukasvatuksen kannalta elinkaari on oleellista tuntea, sillä ryhmän kehityksen vaihe vaikuttaa muun muassa siihen, millaisia harjoitteita ohjaajan on hyvä ryhmällä teettää. Toisaalta seikkailukasvatus ja sen menetelmät toimivat loistavasti ryhmän kehittäjänä ja sen kehityskulun tukijana. Seikkailumenetelmät ovat nimittäin hyviä ryhmäyttämisen kannalta. Oppaamme toiminnot on jaoteltu ja järjestelty siten, että ne parhaalla mahdollisella tavalla palvelevat ryhmän elinkaarta ja ryhmäytymistä.

Ryhmän elinkaaren ensimmäinen vaihe on muotoutuminen eli ryhmäytyminen. Tällöin ryhmän jäsenet alkavat yhdessä laatia ryhmän sääntöjä, tavoitteita ja toimintatapoja. Ryhmä toimii varovaisesti ja tukeutuu paljon ryhmän ohjaajaan. Ryhmäytymisvaiheessa ryhmäläiset tarkkailevat toisiaan ja etsivät omaa rooliaan

ryhmässä. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 25.) Normaalisti muotoutumisvaiheessa ryhmän jäsenet ovat itseilmaisultaan varovaisia ja pyrkivät käyttäytymään miellyttävästi (Niemistö, 1999, 161). Kaikki yhteisiksi havaitut asiat tuntuvat mukavilta, eikä kukaan halua tehdä virheitä (Kopakkala, 2005, 63). Ryhmäytymisen tässä vaiheessa on hyvä käyttää sulattaja- ja lämmittäjäharjoituksia, jotka auttavat ryhmää virittäytymään uuteen tilanteeseen ja motivoitumaan ryhmään (Aalto, 172).

Alkukankeuden jälkeen ryhmäläiset avautuvat ja haluavat tutustua toisiinsa. He alkavat kertoa tunteistaan, mikä edistää ryhmän työskentelyä. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 25.) Ryhmän toimintakyvyn kannalta kommunikoiva vuorovaikutus on tärkeää (Jauhiainen, Eskola, 1994, 79). Tässä vaiheessa seikkailumenetelmillä on oleellinen tehtävä, sillä erilaisten harjoitteiden avulla voidaan ryhmän jäseniä auttaa helpommin tutustumaan toisiinsa ja löytämään roolinsa. Ryhmän toiminta helpottuu, kun sen jäsenet tuntevat toisensa. Alussa onkin tärkeintä saavuttaa luottamus ryhmäläisten välille ja ohjaajan tehtävänä on luoda turvallisuudentunne. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 63-65.) Tutustumisvaiheen myötä me-henki korostuu ja roolit selkiytyvät, mutta ristiriitoja ei vielä synny. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 25).

Niin sanotun kuherruskuukauden jälkeen ryhmäläiset alkavat ilmaista myös kielteisiä tunteita ja kyseenalaistaa ryhmän tehtäviä (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 25.) He pyrkivät ilmaisemaan omaa yksilöllisyyttään ja saattavat kapinoida ryhmärakenteen syntymistä vastaan (Niemistö, 1999, 161). Konflikteja voi syntyä, mutta se on ryhmän kehityksen kannalta normaalia ja hyvin käsiteltyinä ne parantavat ryhmän toimintaa (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 25).

Kapinointivaiheen jälkeen ryhmä siirtyy yhteistoimintavaiheeseen, jolloin ryhmässä vallitsee yhteisymmärrys ja kunnioitus. Jäsenten erilaisuutta pidetään rikkautena ja sitä osataan hyödyntää. Viestintä sujuu hyvin ja pääasiana on ryhmän tavoitteiden toteuttaminen. Konflikteja tulee edelleen, mutta ne osataan käsitellä ryhmää hyödyttävällä tavalla. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 26.) Yhteistoiminnallisten harjoitteiden myötä, etenkin jos on kyse ongelmanratkaisusta tai astetta vaativimmista harjoitteista, ryhmän dynamiikassa voi tapahtua muutoksia. Pelkojen, kannustamisen, tuen ja myötäelämisen avulla ryhmä voi muuttua turvallisemmaksi ja tiiviimmäksi. Etenkin yhteisen pelon kokeminen ja toisten kannustaminen lisäävät

keskinäistä luottamusta ja vahvistaa ryhmähenkeä. (Aalto, 2000, 420.) Tätä ajatellen ohjaajan on hyvä valita ryhmälle hieman haastavampiakin harjoitteita, mutta ryhmän todella tulee elinkaarensa olla yhteistoimintavaiheessa ja omata riittävä turvallisuustaso, jotteivät Hyvin toimiva ryhmä on kokonaisuus, jossa jäsenet omaksuvat ryhmän suorituskyykyä lisääviä rooleja ja joka käyttää vuorovaikusta ongelmanratkaisuisissa. (Niemistö, 1999, 161). Tähän vaiheeseen päästyä, on ryhmäytys toteutettu onnistuneesti.

Ryhmälle ja sen muotoutumiselle on annettava tilaa, eikä kenenkään olo saa muuttua ahdistavaksi. Siksi harjoitteita on hyvä tehdä tietyssä järjestyksessä edeten siten, että ne vaikeutuvat vaatimustasoltaan pikkuhiljaa. Tärkeää on myös se, että ryhmä keskustelee keskenään. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 67). Ohjaajalla on tärkeä rooli ryhmäytymisen kannalta. Hänen pitää huolehtia siitä, että toiminta on henkisesti ja fyysisesti turvallista ja että kaikki todella tuntevat olonsa turvalliseksi. Ohjaajan tulee kuitenkin muistaa, ettei hän ole ryhmän jäsen, vaan sivusta seuraava voima, sillä puuttamalla liikaa ryhmän toimintaan, voi ohjaaja pahimmassa tapauksessa pilata ryhmäytymisen. (Aalto, 2000, 420.)

### 3.5 Purku

Seikkailuharjoitteet ovat käytännöllisiä ja hyvä valinta ryhmätoimintaan, sillä niitä voidaan käyttää myös hieman turvattomankin ryhmän kanssa. Ratkaisevana osana toimii tällöin purkuprosessi, jonka avulla voidaan päästä hyvin syviinkin kokemuksiin. (Aalto, 2000, 74) Kokemusten purkaminen kuuluu käytännön asioiden lisäksi turvallisuuteen. Purku toimii psyykkisen turvallisuuden vahvistajana ja on erittäin tärkeä osa seikkailukasvatusta. Harjoitteiden ja muiden toimintojen purkamisen tulisi tapahtua mahdollisimman pian harjoitteiden jälkeen, jotta tuntemukset ja toiminta ovat vielä selvästi mielessä. (Kokljuschkin, 1999, 63)

Koska elämme toisten ihmisten joukossa, tarvitsemme palautetta toimistamme. Se kertoo, mitä tunteita tekemme herättävät toisissa ja minkälaisilta ihmisiltä toisten mielestä vaikutamme. (Kaukkila, Lehtonen, 2007, 87.) Sama pätee seikkailussa ja ryhmätoiminnassa. Harjoitteiden jälkeen on hyvä tuoda sen herättämiä asioita julki ja

yhdessä miettiä, miltä toiminta tuntui. Tällaisen purun kautta ryhmä mahdollisesti oppii, mitä ensi kerralla kannattaa tehdä toisin. Samalla ryhmän jäsenet mahdollisesti saavat palautetta omasta toiminnastaan. Purun ei kuitenkaan kannata mennä liian henkilökohtaisuuksiin tai siihen, että toisten toimimista aletaan arvostella.

Purkaminen on tärkeää, sillä se antaa mahdollisuuden tunnistaa omia tunteitaan ja kertoa niistä. Lisäksi tunteitaan voidaan jakaa ryhmässä ja huomata, että omat tunteet ovat tärkeitä ja muillakin on ollut samanlaisia tuntemuksia. (Kokljuschkin, 1999, 61.) Purkaminen on tärkeää myös siksi, että ryhmän toiminnan tuloksellisuus edellyttää tehtyjen tehtävien arviointia. Myös ilmapiirin tiedusteleminen on oleellista, jotta saadaan selville se, miten asiat on koettu, minkälaisia ovat ryhmän jäsenten väliset suhteet ja mitä merkityksiä toiminnoilla ja harjoitteilla on ollut jokaiselle henkilökohtaisesti. (Jauhiainen, Eskola, 1994, 102)

Asioiden purku virittää vuorovaikutusta ja lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta, sillä tavoitteen asettamisen ja toiminnan arvioinnin prosessi aktivoi ja motivoi kaikkia osallistumaan keskusteluun. Purku on hyvä tehdä aina heti varsinkin vaativampien yhteistoimintaharjoitteiden jälkeen, sillä tavoitteet vaihtuvat aina uuden ongelman tai toiminnan tullessa eteen. (Jauhiainen, Eskola, 1994, 102.)

Purkutavat vaihtelevat ryhmän ja sen kehityksen mukaan. Myös tehty harjoite vaikuttaa siihen, millaista purkutapaa on hyvä käyttää. Harjoitteiden purkamisen voi tehdä esimerkiksi suullisesti keskustelemalla. Tämä ei kuitenkaan välttämättä ole paras keino, etenkin jos ryhmä on vasta tutustumisasteella, sillä jokainen ei aina uskalla sanoa omaa mielipidettään tai ajatustaan. Muita keinoja voivat olla fiilisjanat ja kirjalliset palautteet, joita sitten käydään yhdessä läpi, herätellen lisäajatuksia. Purku toimii siis tunteiden ilmaisemisena ja harjoitteiden läpikäymisenä. Se on tärkeä osa seikkailukasvatusta, sillä seikkailu koostuu monista erilaisista kokemuksista, joita sitten käsitellään yhdessä. (Kokljuschkin, 1999, 63).

### 3.6 Ohjaajan rooli

Ohjaajan ja kasvattajan rooli on erityisen tärkeä seikkailukasvatuksessa. Ohjattavan ja ohjaajan välille olisi tärkeää syntyä luottamuksellinen side, joka luo turvallisuuden tunteen osallistujalle. On tärkeää, että ohjaaja hallitsee aina ryhmäänsä, sillä seikkailuharjoitteet ovat sen luontoisia, että niissä helposti tapahtuu niin henkisiä, kuin fyysisiäkin haavoja. Ohjattavien on tiedostettava rajat, jotka ohjaaja asettaa, sillä tämä on tärkeä elementti turvallisuuden luomisessa. Kun ryhmä on turvallinen, jokainen pystyy ilmaisemaan omia tunteitaan, kuten iloa tai pelkoa ja turvallisuus rohkaisee yksilöä oppimaan uusia asioita. Kasvattajan tulee myös huolehtia ryhmästään ja estää sellaisten lasten osallistuminen toimintaan, joilla ei ole edellytyksiä selviytyä siitä. (Kokljuschkin, 1999, 58.) Tärkeintä on lasten ja nuorten kanssa toimimisessa, että jokaisella on mahdollisuus kehittyä positiivisella tavalla, ilman pelkotiloja.

Seikkailuohjaajan tulisi selvittää itselleen omat henkilökohtaiset tavoitteensa ohjaajana, sekä jokaisen ryhmän kanssa erikseen, sillä seikkailuohjaajan on pysyttävä valitsemaan ja toteuttamaan ne toiminnot, jotka vievät osallistujia parhaiten kohti tavoitettaan. Seikkailussa yksilö asetetaan uuteen ja haastavaan tilanteeseen, jonka vuoksi esimerkiksi ryhmän roolit saattavat muuttua, eivätkä omat toimintatavat enää toimi. Tästä seuraa omien toimintatapojen kyseenalaistaminen ja tietoinen uudelleenprosessointi. Uudelleen oppiminen tapahtuu tällöin reflektion kautta ja ohjaajan olisi hyvä varata tähän aikaa. (Lehtonen, 1998, 62–73.) Seikkailukasvatuksessa ohjaajan ei tarvitse ohjata osallistujia heidän suorittaessa harjoitetta. Ohjaajan tulee kertoa jokaisen harjoitteen säännöt, mutta tämän jälkeen siirtyä taka-alalle ja antaa osallistujien ratkaista tehtävät omaa nokkeluuttaan ja yhteistyötä apuna käyttäen.

Seikkailutilanne tulee suunnitella monipuoliseksi ja jokaiselle ryhmälle juuri sopivaksi, jotta seikkailun tarjoamia mahdollisuuksia pystytään hyödyntämään syvällisesti ja kasvatuksellisia tavoitteita voidaan saavuttaa. Toiminnassa on otettava huomioon lasten ja nuorten kehitystasot ja henkiset ja fyysiset kyvyt. Seikkailukasvatus ei ole itsessään tarkoitus, vaan sen toteuttaminen tulee selittää jollakin muulla perusteella kuten esimerkiksi nuorisoryhmän ryhmäyttäminen. (Kokljuschkin, 1999, 31.) Parhaimmillaan seikkailu on kasvattajan työväline, jolla hän voi mahdollistaa ryhmän havainnoinnin ja kehittämisen. Toiminnan edellytyksenä on aina, että kasvattaja on

perillä ryhmäläistensä fyysisistä rajoituksista ja mahdollisuuksista (Kokljuschkin, 1999, 59).

Uuden ryhmän kanssa ohjaajan rooli on keskeinen. Ohjaajan ei missään nimessä kannata korostaa omaa epävarmuuttaan, sillä ryhmä tarvitsee alussa turvallista johtoa (Kopakkala, 2005, 145). Ryhmytymisen alkuvaiheissa ryhmän jäsenet turvautuvat hyvin paljon ohjaajaan, sillä hän toimii turvallisuuden ylläpitäjänä ennen kuin ryhmän keskinäinen luottamus ja turvallisuus on saavutettu. Ryhmän jäsenet ikään kuin etsivät ohjaajasta vihjeitä siitä, millä tavalla ryhmässä kuuluu olla. Ohjaajan tehtävänä onkin alussa selkiyttää ryhmän tulevaisuutta, tavoitteita ja perustehtävää. (Kopakkala, 2005, 63-64) Ohjaaja myös toimii ikään kuin mallikuvana, joten se kuinka avoin ohjaaja on, osaltaan vaikuttaa siihen, kuinka avoimeksi ryhmä muodostuu (Kopakkala, 2005, 145).

Ohjaajan merkitys vähenee sitä mukaa, mitä tiiviimmäksi ja turvallisemmaksi ryhmä kehittyy. Ryhmän siirtyessä elinkaarellaan yhteistoiminnalliseen vaiheeseen ja muodostuessaan hyväksi ryhmäksi, voi ohjaaja kokea tilanteen hankalaksi. Etenkin seikkailukasvatuksessa ohjaajan on kuitenkin tässä vaiheessa tärkeää muistaa oma paikkansa ryhmän ulkopuolisena seuraajana ja antaa ryhmälle tilaa, sillä muuten hän voi pahimmassa tapauksessa estää ryhmän kehittymisen kokonaan. (Kopakkala, 2005, 88)

### 3.7 Seikkailun suunnittelu, ohjaus ja toteutus

Seikkailutoiminnan kolme tärkeää vaihetta ovat toiminnan valmistelu, toteutus ja purku. Vaikka seikkailutoimintaan kuuluu tärkeänä osana yllätyksellisyys ja se ettei toimintaa pysty täysin suunnittelemaan alusta loppuun, on tärkeää että toiminnalla on suunnitelma. Suunnitelma luo turvallisuuden toiminnalle ja tiedon ohjaajille mitä toiminnan aikana tapahtuu. Suunnitelmassa olisi kuitenkin hyvä olla varaa mielikuvitukselle ja sille, että toimintaa voidaan muuttaa kesken kaiken vaativampaan tai helpompaan suuntaan. Paras tapa kehittää toimintaa osallistujille sopivaksi on seurata kohderyhmää ja heidän taitotasoaan. (Kokljuschkin, 1999, 61). Jos ohjaajien on useita, on tärkeää, että ohjaajat toimivat yhdessä, omista havainnoista kertoen,

sillä yhteistyö ja suunnitelmat takaavat toiminnan sujuvuuden (Hohmann, Banet, Weikart, 1993, 86). Seikkailu kannattaa aloittaa valmistelemalla ohjattavat kertomalla esimerkiksi seikkailun kehystarina. Näin ohjattavat saavat pohjustuksen ja ovat henkisesti valmiita toiminnan alkaessa. Toiminnalla tulisi myös olla liitoskohtia normaaliin arkeen, jotta kokemukset olisivat mielekkäitä. (Kokljuschkin, 1999, 61.)

Valmistelussa tärkeää on pitää mielessä mihin seikkailutoiminnalla pyritään, mitkä ovat kasvattajan päämäärät omassa työssään. Toiminnan suunnittelussa päämäärät olisi hyvä tehdä selväksi, jotta elämykset olisivat ohjattaville mahdollisimman suuret. (Kokljuschkin, 1999, 62.) Päämäärät ovat helpointa saavuttaa, jos toiminta on turvallista ohjattaville. Turvallisuus syntyy ammattitaitoisesta ohjauksesta, joka kehittyy ohjaajan usean vuoden kehityskaaresta. Ohjaajan tulisi aina ottaa huomioon toimintaympäristö, sekä omat ohjaustaitonsa. (Karppinen, Latomaa, 2007, 127- 128.)

Seikkailun avulla voidaan esimerkiksi ratkaista arkipäivän ongelmia elämysten ja kokemusten kautta. Luonto ja mielikuviutus avaa rajattomat mahdollisuudet toimia ja toteuttaa ideoita. Joka päivä voi olla seikkailu, jos resurssit vain riittävät toteutukseen. Ohjaajan on tärkeää seikkailun suunnittelussa ottaa huomioon ryhmänsä vahvuudet ja heikkoudet, sekä hänen tulee kannustaa ohjattaviaan ottamaan haasteita vastaan, mutta myös pidettävä huoli, ettei päästä ohjattaviaan seikkailuun, joista heillä ei ole mahdollisuuksia selvittää. (Kokljuschkin, 1999, 58–62.)

Toiminnan jälkeen ohjattavien täytyy saada aikaa ja tilaa purkaa kokemuksiaan. Purun tulisi aina olla tärkeä osa seikkailun suunnitelmaa. Purun aikana ryhmä jakaa yhdessä tuntemuksiaan, sekä rentoutua ja rauhoittua toiminnan jälkeen. (Kokljuschkin, 1999, 63.) Purun aikana ohjattavat huomaavat, että muilla oli samanlaisia tunteita kuin itsellä, eikä kukaan jää yksin tuntemustensa kanssa. Puhuminen tunteista saattaa aluksi olla hankalaa, joten ohjaajan tehtävä on kuunnella ja kunnioittaa lapsen ja nuoren käsityksiä ja johdattaa heidät pohtimaan (Rutanen, 2000, 15.) Seikkailu ei ole vain irrallista toimintaa, vaan se koostuu kokemuksista, joita käsitellään yhdessä (Kokljuschkin, 1999, 63). Oppaassa olemme koettaneet painottaa purkamisessa ohjaajan kannustavan ryhmäläisiään jakamaan toistensa kanssa tuntemuksiaan, mitä esimerkiksi jokin harjoite on aiheuttanut. Jakaminen koetaan erittäin tärkeäksi juuri sen takia, ettei säröjä ihmisen herkkään



mieleen pääsisi syntymään. Tuntemuksilla ja aisteilla on tärkeä osa purkamisprosessissa. Aistit ovat oivaltamisen apuvälineitä ja aisteilla tehdään havaintoja itsestään, sekä ympäristöstään. Tietoa rakennetaan kokeilemalla, tunnustelemalla ja tutkimalla. Nuori havainnoi maailmaa valikoiden ja tietoa tulkiten. (Rutanan, 2000, 24–25.) Aistien kautta koetaan elämykset ja se kehitys mitä seikkailukasvatuksella haetaan. Ohjaajan tulisi aina tukea ryhmäänsä jakamaan tunteitaan toistensa kesken.

#### 4. OPPAAN HARJOITTEET

Pyrimme valitsemaan oppaaseen hyviä, hauskoja, helposti toteutettavia ja ohjattavia, mutta ei niin tuttuja harjoitteita. Niiden tuli olla sellaisia, joita pystyy järjestämään esimerkiksi nuorisotalojen tiloissa ja jotka eivät vaatisi ohjaajalta mitään erityistä koulutusta, esimerkiksi kiipeilytaidoista. Kuitenkin, jotta toiminta olisi seikkailukasvatusta, olisi hyvä että ohjaajalla olisi pohjaa seikkailukasvatuksen teoriasta. Toiminnalla on tärkeää olla päämääriä ja pelkkä hauskan toiminnan järjestäminen ei muuta harjoitteita seikkailukasvatukseksi. Oppaan harjoitteiden tavoitteet liittyvät vahvasti Aallon määrittelemiin tavoitteisiin, eli muodostaa toimivia ja turvallisia ryhmiä, sekä opetella elämisen taitoja (Aalto, 1998, 7).

Toimiva ja turvallinen ryhmä on tärkeää harjoitteiden, mutta myös itse ryhmän kannalta. Huonossa ryhmässä saattaa ilmetä pelkoa, joka voi aiheuttaa negatiivisen ilmapiirin ja nostaa kielteisiä asioita ihmisistä. Hyvässä ryhmässä tulee esille ihmisten hyvät puolet ja positiivinen ilmapiiri. Elämisen taidot Aalto on määritellyt olevan itselle ja ympäristölle herkistymistä, omien tarpeiden ja tunteiden tunnistamista ja käsittelyä, toisen tunteiden ja tarpeiden ymmärtämistä ja kohtaamista, palautteen antamistaitoja, sekä kykyä sitoutua ryhmään. (Aalto, 1998, 7-8.) Näissä kahdessa tavoitteessa tulee koko seikkailukasvatuksen idea ilmi ja se mitä varten toimintaa järjestetään. Oppaan menetelmien avulla on mahdollista saavuttaa toimiva ja turvallinen ryhmä, jos ohjaaja pystyy rakentamaan toiminnan ohjattaville sopivaksi.

Perehdyimme eri menetelmiin kirjallisuuden avulla. Käytimme paljon Aallon Mikon Ryppäästä ryhmäksi kirjaa, koska siihen on koottu todella selkeästi erilaisia toimintoja ja teos on todella laaja. Lisäksi tutkimme Villa Elbaan aiemmin tehtyä opasta, sekä heidän omaa kirjallisuuttaan. Valitessamme menetelmiä, pidimme kokoajan mielessä, että toimintojen tulee olla sellaisia joita voi järjestää pienillä resursseilla. Loppujen lopuksi menetelmiä kertyi useita kymmeniä, josta päätimme koota napakan paketin ja valitsimme mieleisiämme aktiviteetteja. Harjoitteissa on mukana joukko hyvin erilaisia toimintoja. Menetelmiin on valittu pelejä ja leikkejä, yhteistoimintaharjoitteita, tehtäviä, sekä itsensä pohdiskelua. Oppaaseen on valittu

melko toiminnallisia harjoitteita, sillä ne on koettu todella hyvin toimiviksi ja ryhmää lähentäviksi harjoitteiksi.

Opas on rakennettu niin, että sitä on helppo lukea ja käyttää. Jokaisessa harjoitteessa on kerrottu menetelmän nimi, tarvittavat välineet ja ohjeet kuinka aktiviteetti toteutetaan. Useat toiminnot ovat hyvin yksinkertaisesti järjestettävissä ja niitä on mahdollista muuttaa omiin resursseihin sopiviksi. Esimerkiksi pullokorit voi korvata muovipusseilla ja niin edelleen. Opas rakentuu pienestä teoria osuudesta, jossa kerrotaan mitä seikkailu kasvatus on ja miksi seikkailukasvatus on hyvä keino nuorisotyössä. Tämän jälkeen on nimetty jokaisen aktiviteetin pääotsikko, esimerkiksi Sulattajat. Pääotsikon alla kerrotaan minkälaisia tämän osion harjoitteet ovat, sekä mikä on niiden tarkoitus. Tämän jälkeen on lueteltu itse harjoitteiden nimet, niiden ohjeet, tarvikkeet ja tarkennetut tarkoitukset.

Opas on tuotettu tilaajalle, eikä oppaalle suunniteltu suurempaa markkinointisuunnitelmaa. Alussa tarkoituksena oli tarjota sitä Kokkolan nuorisotoimelle, mutta aika ja resurssit tulivat vastaan. Näin ollen opas jää Nuorisokeskus Villa Elballe ja heidän käyttötarkoituksiinsa. Opasta voidaan kuitenkin hyödyntää lapsi- ja nuorisotyössä melkein missä tahansa sillä menetelmät ovat helppoja järjestää ja ohjata. Niistä voi luoda esimerkiksi leiriohjelmaa, sillä menetelmät ovat ryhmän elinkaaren mukaisessa aikajärjestyksessä, eli esimerkiksi minkälaisia toimintoja kannattaa valita ryhmäytykseen tai vaikkapa ryhmän luottamuksen syventämiseen.

## 5. MATKALLA SEIKKAILUUN -OPAS

### 5.1 Oppaan suunnittelu

Suunnittelussa lähdimme liikkeelle menetelmien valinnasta. Valinta oli melko helppoa, sillä käytimme apunamme jo aiemmin oppimiamme harjoitteita ja lisäksi käytimme paljon kirjallisuutta eri menetelmävaihtoehdoista. Halusimme valita menetelmiä, joita olimme jo itse kokeilleet ja huomanneet toimiviksi, mutta joukkoon mahtuu myös aivan uusia menetelmiä, jotka vaikuttivat hyvin mielenkiintoisilta. Valitsimme oppaamme lähtökohdaksi toiminnallisuuden, sillä olemme molemmat kokeneet mahdollisimman toiminnalliset menetelmät parhaiksi harjoitteiksi. Lisäksi kokemusten mukaan nuoret viihtyvät paljon paremmin, jos he saavat liikkua ja tehdä kehollaan asioita.

Produktin suunnittelu alkoi jo opinnäytetyön alkuvaiheessa. Se on kuitenkin työstettäessä muokkautunut jatkuvasti. Halusimme, että itse produkti on selkeä ja helposti lähestyttävä. Suunnittelimme ottavamme mukaan tuttuja, mutta myös vähemmän tuttuja harjoituksia, joita olisi helppo käyttää lähes minkälaisen ryhmän kanssa tahansa. Suurin osa harjoituksista on poimittu seikkailukasvatusta käsittelevistä kirjoista, mutta mukana on myös kansainvälisissä tapahtumisissa tehtyjä hyväksi havaittuja menetelmiä. Suunnittelussa pohdimme paljon oppaan ulkoasua ja sitä minkälaiseen muotoon sen tekisimme. Ehdotuksia tuli oppaan tilaajalta paljon, pohdimme kotisivujen tekemistä, jolloin sivuja olisi aina voinut päivittää ja opas olisi jäänyt tällä tavalla elämään. Omat tekniset kykymme rajoittivat melko paljon oppaan tuottamista, sillä emme esimerkiksi osaa kumpikaan tehdä kotisivuja ja niiden opetteluun olisi kulunut liikaa aikaa ilman pätevää opettajaa. Näin ollen päätimme hylätä virtuaaliseen muotoon tehdyn oppaan.

Opas rajattiin käsittelemään seikkailukasvatuksen mahdollistamista pienillä resursseilla. Alussa oppaasta kaavailtiin kolme osasta, jossa ensimmäinen osa olisi ollut tämä tehty opas, toinen osa olisi käsitellyt kiipeilyä ja melontaa ja viimeinen osa erityisnuorille tarkoitettu. Huomasimme kuitenkin etteivät resurssimme riitä tällaisen kokonaisuuden tekemiseen, joten työstimme vain ensimmäisen osan. Oppaaseen piti tulla mukaan myös erillinen vaellus-osio, mutta lopulta päädyimme siihen, ettei se

sopinut oppaan ideaan mukaan, sillä tarkoitus oli valita toimintaa, jota voi järjestää nuorisotaloilla ja sen pihapiirissä. Oppaan tilaaja halusi vielä painottaa, että hän halusi menetelmiä, jotka eivät vaatineet siirtymistä minnekään, joten vaellusosio olisi ollut ristiriidassa oppaan tarkoituksen ja sisällön kanssa.

## 5.2 Oppaan toteutus

Oppaan toteutus alkoi kevään 2010 aikana. Suunnittelutyön jälkeen harjoitteita alettiin koota yhteen ja työstettiin oppaan sisältöä. Oppaan toteutus oli melko yksinkertainen prosessi kun se kirjoitetaan auki. Se alkoi suunnittelulla ja jatkui kirjoittamisella ja ulkoasun muokkaamisella ja päättyi arviointiin. Itse tekeminen on tietysti teoriaa monimutkaisempaa. Harjoitteiden valinnassa täytyi muistaa pysyä oppaan tilaajalle uskollisena, sillä työ tulisi hänen käyttöönsä. Halusimme kuitenkin valita menetelmät omien kokemusten perusteella ja seistä valitsemiemme menetelmien takana. Onneksi saimme tilaajalta hyvin vapaat kädet koota opasta, kunhan vain pitäisimme mielessä hänen antamansa tarkoituksen.

Oppaan ulkoasu muuttui paljonkin tekovaiheessa. Oppaasta piti tulla paperiversio, jota olisi painettu muutamia Nuorisokeskus Villa Elban käyttöön. Rahoitus kuitenkin esti varsinaisen paperiversion tekemisen, sillä tähän prosessiin ei ollut varattu budjettiin rahoitusta, eikä myöskään tekijöillä ollut varaa maksaa omasta pussistaan painatuskuluja. Tämän vuoksi päädyimme sähköiseen versioon, joka on paperista versioita ekologisempi ja kätevämpi. Näin ollen jokainen voi tulostaa produktia niin monta kappaletta kuin tarvitsee, tai sitten käyttää sitä sähköisesti. Ekologisesti mietittynä, suuren määrän painattaminen varastoon olisi ollut hyvin ajattelematonta. Uskomme, että sähköisen version vuoksi, opas on paljon käyttökelpoisempi. Oppaan voi esimerkiksi tallentaa sähköisesti niin moneen paikkaan kuin sitä tarvitaan, eikä tarvitse ottaa useita kopioita, jotka kuluvat ja menevät huonoksi. Lisäksi Villalla on mahdollisuus jatkaa oppaan kehittämistä, jos he esimerkiksi haluavat muokata oppaasta Internet-sivuston, se on paljon helpompaa tehdä valitsemastamme versioista kuin paperiversiosta.

Oppaan nimi muuttui paljon eri vaiheissa. Tuntui hankalalta keksiä nimi, joka kuvaisi oppaan harjoitteita ja innostaisi sen käsiinsä saava lukemaan sen läpi. Lopulta pitkän pohdinnan tuloksena valitsimme Matkalla Seikkailuun! – nimen. Nimi juontaa juurensa siitä, että oppaan lukija on vasta matkalla tulevaan seikkailuun. Hän valitsee harjoitteita ja suunnittelee seikkailua ryhmäläisilleen. Kaikki on siis vasta alussa. Nimen voi ymmärtää myös niin, että harjoitteet ovat osallistujien matka seikkailemaan ja kokemaan uusia elämyksiä.

Oppaamme valmistui syksyn 2010 aikana ja valmis opas lähetettiin työelämän kumppanille, joka sai kertoa oman mielipiteensä työstä ja oliko opas sellainen kuin hän oli toivonutkin. Testiryhmällä kokeilimme aktiviteetteja käytännössä ja arvioimme näin ollen oliko sisältö onnistunut, sillä oppaan kannalta oli tärkeää todeta, toimivatko harjoitteet tarkoituksensa mukaisesti. Produktin arviointiin osallistuivat testiryhmä ja itse opiskelijat. Työelämän kumppanin tuli myös arvioida opas, mutta valitettavasti hänen arvionsa ei ehtinyt valmistua opinnäytetyön palautukseen mennessä. Hän kuitenkin lähetti meille kiitoksen hyvästä työstä ja lupasi antaa arvionsa heti kun vain kiireiltään ehtii. Arvioimme oppaamme omalla tahollamme ja loimme siitä yhtenäisen arviointi kappaleen. Kumpikin sai pohtia omaa arviota oppaastamme, sen teosta ja koko oppimiskokemuksesta.

### 5.3 Työelämän tarve

Oppaan teko lähti liikkeelle työelämäkumppanin tarpeesta. Nuorisokeskus Villa Elban kansainvälisen osaston asian sihteerin Ritva Saariketun pyyntö oli saada produkti, joka käsittelisi seikkailukasvatuksen menetelmiä kunnille, joiden resurssit eivät riitä tekemään kalliita aktiviteetteja. Hän oli keskustellut asiasta Humanistisen ammattikorkeakoulun Tornion kampuksen opettajan kanssa, siitä että koulussa opetellut seikkailukasvatuksen toiminnot eivät pääse oikeuksiinsa työelämässä, sillä kunnan nuorisotoimella ei ole resursseja järjestää esimerkiksi kiipeilytoimintaa. Saarikettu painotti meille, että seikkailukasvatus nähdään yleensä kalliina harrasteluna, jonka vuoksi meidän tulisi tehdä opas, joka osoittaisi toisen näkemyksen seikkailukasvatuksesta. Pohdimme oppaan tavoitteita, joita sen tuli

lukijassa herättää. Eli miksi seikkailukasvatus on tärkeää, miksi sitä kannattaa järjestää nuorisotalolla ja minkälaista toimintaa pystytään järjestämään.

Opinnäytetyömme tutkimuksen kohteeksi valitsimme työelämäkumppanimme kanssa kysymyksen: ”Kuinka seikkailukasvatusta voitaisiin järjestää myös vähävaraisissa kunnissa?” Tästä ajatuksesta lähdimme suunnittelemaan, sekä työstämään opasta. Valitsimme menetelmiä, joita voidaan tehdä esimerkiksi sisällä nuorisotaloissa tai niiden pihapiirissä ja jotka eivät tarvitse kovin kalliita varusteita toteutukseen. Harjoitteet eivät vaadi siirtymistä esimerkiksi pois kaupunkialueelta, vaan useita niitä voidaan käyttää jos toimintaympäristössä on tilaa liikkua ja esimerkiksi muutamia puita. Olemme rakentaneet oppaan jokaiselle ohjaajalle sopivaksi työkaluksi. Toivomme kuitenkin, että oppaan harjoitteita käytetään seikkailukasvatuksen hengessä ja tarkoituksen mukaisesti. Näin ollen toiminta olisi turvallista osallistujille ja se parhaiten palvelisi tarkoitustaan. Ohjaajan ammattitaitoa toimia seikkailuohjaajana kehittää teoriaopiskelun lisäksi omat kokemukset saman tyylisistä harjoitteista. Hyväksi seikkailuohjaajaksi tuleminen vaatii omia kokemuksiaan, sillä ohjaaja on kokemustensa summa. Erilaiset kokemukset kasvattavat ohjaajan tietoja ja taitoja, joita hän pystyy käyttämään hyväksi omassa toiminnassaan (Karppinen, Latomaa, 2007, 128).

Työelämän tarpeesta kertoo myös se, ettei nuorisotaloilla järjestetä seikkailukasvatusta kovinkaan aktiivisesti. Oppaan avulla halutaan kannustaa nuorisotoimia ottamaan seikkailukasvatus yhdeksi osaksi nuorisotilojen toimintaa, jota käytettäisiin esimerkiksi lukukauden alussa uusien nuorisotilojen käyttäjien ryhmäytykseen, motivointiin ja ongelmien ratkaisuun. Vaikka opas ei meidän käsistämme pääse leviämään itse nuorisotoimelle, uskomme Nuorisokeskus Villa Elban jatkavan työstöä oppaan kanssa. Saariketun idea on, että opasta levitettäisiin nuorisotaloille ja -ohjaajille, joten uskomme hänen jatkavan meidän työtämme.

#### 5.4 Oppaan käyttö

Pyrkimyksenä oli tehdä oppaan käytöstä mahdollisimman helppoa. Aktiviteetteihin on kirjattu ylös tarvikkeet, tarkoitus ja ohjeet kuinka jokainen harjoite on tarkoitus

järjestää. Näin ollen esimerkiksi nuoriso-ohjaajan on helppo toteuttaa oppaassa olevia toimintoja nopeallakin aikataululla. Joihinkin harjoitteisiin ei edes tarvitse erityistä valmistautumista, vaan ne voidaan vetää ilman mitään erityisiä tarvikkeita.

Produkti on suunniteltu kaikille niille, jotka haluavat järjestää seikkailutoimintaa. Oppaasta voi valita sopivat menetelmät ryhmätoimintaan, sillä oppaan toiminnot on järjestetty ryhmän elinkaaren mukaisesti, eli ensin on lämmittäjiä ja tutustumisleikkejä, joista siirrytään hieman vaativampiin ryhmän toimintaan liittyviin aktiviteetteihin. Lopussa oppaasta löytyy myönteisysharjoituksia, joiden tarkoitus on olla toiminnan päättäviä harjoitteita. Opas on tehty vastaamaan ohjaajan tarpeita menetelmien suhteen, mutta kovin laajaa seikkailukasvatuksen teoriaosiota siihen ei haluttu laittaa. Tämä johtuu siitä, ettei se koettu sisällöllisesti niin tärkeäksi, kuin itse menetelmät. Kuitenkin itse teoria on tärkeää, ennen kuin seikkailutoimintaa alkaa järjestellä. Ohjaajan tulee tietää peruseriaatteet minkä mukaan toimintaa järjestetään.

Joissakin harjoitteissa, varsinkin yhteistoimintaharjoitteissa on alkutarinoita, jotka valmistelevat osallistujat tehtävän maailmaan ja motivoivat tekemään tehtävää. Oppaassa on neuvottu ohjaajaa kertomaan alkutarinat, mutta myös annettu mahdollisuus jättää ne pois tai muuttaa tarinaa omalle ryhmälle sopivaksi. Jokaisessa harjoituksessa on myös harjoitteen tarkoitus, joten ohjaajan on helppo valita menetelmiä, joita hänen ohjaamansa ryhmä tarvitsee. Opasta voidaan hyödyntää ohjauksessa monella tapaa. Ohjaaja voi valita mieleisiään menetelmiä ja luoda niistä esimerkiksi kattavan paketin omalle ryhmälleen. Tarkoituksena ei siis ole käydä läpi jokaista harjoitetta jokaisen ryhmän kanssa, vaan valita harjoitteista ryhmälleen sopivan kokonaisuuden.



## 6. OPPAAN ARVIOINTI

### 6.1 Testiryhmä arvio

Testasimme opasta testiryhmällä. Muodostimme testiryhmän omista tutuistamme sillä ajatuksella, että halusimme ryhmän jäsenten olevan toisilleen jokseenkin vieraita. Halusimme ryhmän jäsenten myös tulevan erilaisista elämäntilanteista ja ympyröistä. Näin pääsimme parhaiten testaamaan, toimiiko ryhmän kehitys teorian mukaisesti, oppaan harjoituksia hyödyntäen. Meillä olisi ollut mahdollisuus testata opasta myös niin sanotun oikean ryhmän kanssa. Olisimme voineet ryhmäyttää 7. luokkaa oppaan avulla. Koimme ajatuksen kuitenkin huonoksi aikataulujemme vuoksi. Koulun kanssa yhteistyössä toimiminen olisi vaatinut enemmän aikaa ja resursseja. Koimme myös, että omilta tutuilta saisimme helpommin suoraa palautetta opastamme koskien ja tiesimme, että heidät saisimme varmasti tietyllä tavalla motivoitumaan toimintaan.

Järjestimme testiryhmällemme niin sanotun ”ryhmytymispäivän” mökillä. Saimme kasaan yksitoista jäsentä, joista oikeastaan kaikki olivat suunnitelmiamme mukaisesti vieraita toisilleen. Näin pystyimme aloittamaan ryhmäyttämisen ja oppaan testaamisen alusta alkaen. Testasimme ryhmän kanssa lähestulkoon kaikki harjoitteet oppaan ohjeiden mukaisesti. Myös harjoitteiden purut teimme tietenkin oppaan purkujen avulla. Kuvassimme koko testiryhmäprosessin, joten pystyimme analysoimaan tapahtumia myös jälkikäteen. Emme tosin kokeneet sitä kovinkaan tarpeelliseksi, sillä pystyimme toteuttamaan havainnoinnin jo paikan päällä. Toimimme niin, että toinen meistä oli vuorollaan vastuuhjaaja ja toinen avusti. Havainnointi painottui aina avustajalle, mutta kävimme harjoitteiden kulun kahdestaan läpi myöhemmin.

Purkujen, suullisen palautteen ja vapaamuotoisen kirjallisen palautteen avulla pystyimme arvioimaan, kuinka testiryhmäläiset olivat oppaan toiminnot kokeneet. Koimme heidän palautteensa tärkeäksi, jotta tietäisimme olimmeko valinneet oppaaseen mukavia ja ryhmän kannalta mielenkiintoisia harjoitteita. Testiryhmän palautteen lisäksi oli tietenkin tärkeää oma havainnointimme, sillä koko testiryhmän

ideahan oli se, että kokonaisuudessaan saisimme tietoa siitä, miten opas todellisuudessa toimii ja palvelee ryhmäytymisen ideaa.

Testiryhmä koki harjoitteet mielekkäiksi ja mukaviksi. Heistä oli hauskaa toimia yhdessä ratkoen erilaisia tehtäviä. Heidän mielestään harjoitteet lähensivät ryhmää ja helpottivat tutustumaan tuntemattomimpiin henkilöihin. Toiset aktiviteetit koettiin mukavammiksi kuin toiset, mutta pääosin harjoitteet miellyttivät ryhmää. Ryhmäläisten mielestä mukavimpia harjoitteita olisi voinut jatkaa hieman kauemminkin, mutta aikataulun puitteissa jouduimme lopettamaan joitakin harjoitteita liian aikaisin. Monista oli yllättää kuinka hauskaa onkaan leikkiä hippaa uusilla säännöillä pitkästä ajasta. Palaute oli pääosin positiivista, mutta päivän aikana heräsi myös toive, että olisimme välillä tehneet vähän rentouttaviakin aktiviteetteja. Myönsimme, että ohjelma oli melko toimintapainotteinen ja testiryhmän iän huomioiden välillä olisi voinut järjestää rauhallisempia toimintoja. Kaikille jäi kuitenkin positiivinen mieli ja päivä oli mielestämme onnistunut.

Testiryhmän tulokset olivat pääosin positiivista, mikä voi johtua siitä, että osallistujat olivat meille ennestään tuttuja. On mahdollista, etteivät kaikki halunneet kertoa päin naamaa kaikkea mitä olisivat halunneet sanoa, vaikka ohjelman alkaessa painotimme kaikkia kertomaan rehellisesti miltä tuntuu. Toisaalta tutut henkilöt pystyvät arvioimaan toisiaan paljon paremmin, kuin tuntemattomat, sillä he tietävät toistensa heikkoudet ja vahvuudet.

## 6.2 Oma arvio

Opas on mielestämme onnistunut kokonaisuus. Seikkailukasvatuksen ideaa ajatellen, oppaamme koostuu hyvistä harjoitteista, jotka palvelevat ryhmäytymisen ideaa. Halusimme painottaa toiminnallisuutta oppaassamme ja se onnistui mielestämme hyvin, sillä saimme koottua oppaan täyteen toiminnallisuutta. Uskon, että oikein käytettynä opas tukee ryhmän elinkaaren kehittymistä. Harjoitteet ovat sellaisia, että niissä tulee ilmi seikkailukasvatuksen perusajatukset, eli ryhmässä toimiminen, elämysten kokeminen, sekä omien pelkojen ja itsensä kohtaaminen. Tässä mielessä olemme tyytyväisiä oppaaseen. Oppaan sisältö on sitä mitä

haimmekin. Halusimme helposti lähestyttävän oppaan, jossa olisi ideoita seikkailukasvatukseen järjestämiseen ja elämysten luomiseen. Mielestämme onnistuimme tässä asiassa hyvin. Keräsimme paljon harjoitteita yhteen, mutta kuitenkin tiiviiksi paketiksi. Mielestämme ohjaajan on helppo valita oppaan valikoimasta harjoitteita, vaikka hän ei olisi ikinä niistä kuullutkaan. Opas on mielestämme selkeä kokonaisuus, joka kuvastaa meidän ammattitaitoamme, joka on kertynyt Humanistisen ammattikorkeakoulun aikana.

Olemme myös hyvin tyytyväisiä, että päätimme jättää videomuotoon tehdyn osuuden pois kokonaan. Havainnointi kotikameralla tehdystä ja amatöörikuvaajalla kuvatulla videolla ei olisi saanut oikeanlaista tai ammattimaista kuvaa oppaastamme. Havainnointi välineenä se oli kuitenkin hyvä, sillä näimme kuinka ohjaamme ryhmää ja onko meidän ohjeistuksemme selkeitä. Videosta oli siis meille enemmänkin henkilökohtaista hyötyä, mutta ei niinkään opinnäytetyötä ajatellen.

Oppaan ulkomuoto ei ole ihan sellainen, kuin alussa suunnittelimme. Tarkoituksena oli tehdä paperinen versio, johon olisimme halunneet mukaan harjoituksia tarkentavia kuvia, jotka olisivat myös piristäneet oppaan ulkonäköä. Kaikki valokuvat eivät kuitenkaan onnistuneet haluamallamme tavalla, eivätkä sopineet oppaaseen. Lisäksi meiltä loppui aika kesken emmekä ehtineet hankkia enempää kuvia. Mietimme myös piirrettyjä kuvia, mutta taitomme eivät riittäneet niin pitkälle. Totesimme, että piirtämämme kuvat tekivät oppaan halvan näköiseksi ja lähinnä sotkivat selkeää ohjeistusta.

Oppaan työstäminen oli suhteellisen yksinkertaista. Kaikista vaikeinta oli harjoitteiden karsiminen, sillä alussa niitä oli todella paljon. Harjoitteita oli kuitenkin pakko karsia, sillä opas alkoi paisua todella laajaksi. Vaikeaa oli valita juuri ne oikeat harjoitteet monien hyvien joukosta. Harjoitteita ei todellakaan ollut vaikea löytää, sillä olimme keränneet niitä pitkin seikkailukasvatuksen opintoja. Suuri apu oli Aallon Ryppäästä ryhmäksi -kirjasta, sillä se on palvellut meitä loistavasti opintojemme ja opinnäytetyömme aikana. Se toimi myös ikään kuin esimerkkinä selkeää opasta työstettäessä. Harjoitteiden kirjoittaminen auki tuntui suhteellisen vaikealta, sillä vaikka harjoitteiden kulku oli selkeänä omassa mielessä, oli vaikeaa kirjoittaa ohjeet

siten, että kuka tahansa voisi ne ymmärtää. Onnistuimme tässä kuitenkin melko hyvin ja toivon mukaan oppaan käyttäjät ovat myös samaa mieltä.

Oma tiimimme toimi mielestämme loistavasti. Olemme tehneet toistemme kanssa töitä Humanistisen ammattikorkeakoulun alusta saakka ja opiskelleet yhdessä seikkailukasvatuksen opinnot. Olemme myös tehneet paljon töitä yhdessä, joten tiesimme kuinka kumpikin toimii. Pystymme auttamaan toista ja jatkamaan hänen työtään, kun huomaamme, että se ei ala sujumaan. Yhdessä työskentely paransi työmme jälkeä, sillä pystymme luottamaan toisiimme. Tiesimme, kun toiselta loppui ideat ja voimat, toinen kannusti ja jatkoi oppaan ideoimista. Lisäksi pystyimme jakamaan vastuualueita kirjoittamisessa ja täydentämään toistemme töitä. Kaiken kaikkiaan opas onnistui mielestämme paremmin kuin odotimme ja se vastaa tilaajan toivomaa produktia.

## 7. POHDINTA

Opinnäytetyön teko oli hyvin opettavainen kokemus. Opas muokkautui jatkuvasti sitä työstettäessä, mutta tavoitteet oppaan sisällöstä olivat koko ajan selvillä. Oppaasta haluttiin tehdä sellainen, että se palvelee tilaajan toiveita, ammattikorkeakoulun laatukriteereitä ja lisäksi, että se palvelee oppaan tekijöitä. Olimme onnekkaita, sillä saimme tehdä opasta hyvin itsenäisesti ja muokata siitä omanlaisemme taidonnäytteen. Tämä oli meille tärkeää, sillä halusimme että opas palvelee meitäkin kun siirrymme työelämään.

Aikaisemmin olimme tehneet vain pienimuotoisen kyselytutkimuksen, joten toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen oli aivan uusi juttu. Emme olisi koskaan uskonut kuinka suuritöinen produkti oppaan teko on. Vaikka suurin osa työstä onkin kirjoittamista, täytyy sitä koko prosessin ajan pohtia, arvioida, sekä tarkastella onko aineisto juuri sitä mitä tilaaja toivoi. Vaikka oppaan ja opinnäytetyön työstämiseen on kulunut paljon aikaa, on se näin jälkikäteen ajateltuna kuitenkin ollut suhteellisen yksinkertainen prosessi.

Oppimiskokemukset ovat syntyneet monella eri tasolla. Itse oppaan työstäminen oli uusi asia. Sitä tehdessä tuli ottaa huomioon se, että lukija ei välttämättä koskaan ole kyseisestä harjoitteesta kuullutkaan, joten ohjeet tuli kirjoittaa mahdollisimman selkeästi ja pikkutarkasti. Oppaan tuli muutenkin olla mahdollisimman selkeä, jotta sitä olisi helppo lähestyä ja jotta se innostaisi sen käyttäjää jatkossa hyödyntämään seikkailukasvatuksellisia menetelmiä. Seikkailukasvatus oli meille aiheena tuttu jo ennestään, mutta nyt uppouduimme siihen astetta syvemmälle, sillä tällä kertaa oli meidän vuoromme hyödyntää oppimaamme ja toimia asiantuntijoina. Asiantuntijana toimiminen tuntui hieman hankalalta, sillä vaikka seikkailukasvatus on meille aiheena tuttu ja yksinkertainen, on sen perusidea vaikea selittää muille ilman käytännön harjoitteita. Lisäksi aihe on todella laaja ja siitä on tehty monenlaisia tulkintoja, joten näiden tulkintojen yhdistäminen ja tarpeettoman materiaalin karsiminen vaati oman aikansa. Toivon mukaan tekemämme opas kuitenkin toimii niin sanottuna käytännön esimerkkinä ja antaa kuvan siitä, mitä seikkailukasvatus käytännössä on.

Oppaan harjoitteet tukevat seikkailukasvatuksen teoriaa mielestämme monessa suhteessa. Harjoitteisiin on otettu pohjaksi turvallisuuden näkökulma, eli opas noudattaa henkisen ja fyysisen turvallisuuden kriteereitä. Purkamista, sekä fyysistä turvallisuutta on korostettu niissä vaativissa harjoitteissa. Halusimme myös, että opas olisi kokoelma sellaisia harjoitteita, jotka antavat yksilöille ja ryhmille mahdollisuuden kasvamiseen ja kehittymiseen. Uskomme, että harjoitteiden avulla ohjattavat pystyvät huomaamaan itsestään uusia asioita ja kykyjä. Toivomme erityisesti, että näitä harjoitteita käytetään nuorten itsetunnon vahvistamiseen. Harjoitteita on mahdollista vetää nuorisotaloilla, kun ryhmätetään uusia jäseniä nuorisotalon toimintaan mukaan. Opasta harjoitteiden avulla voidaan esimerkiksi luoda yhteiset säännöt talolle. Esimerkiksi ohjaaja voi valita oppaasta harjoitteen, jonka tavoite on luoda hyvää ryhmähenkeä ja motivoida nuoria. Harjoitteen ja sen purun vetämisen jälkeen ohjaajalla on hyvä pohja luoda keskustelua esimerkiksi siitä kuinka talolla tulee käyttäytyä ja kuinka toisia huomioidaan. Harjoitteet luovat myös me henkeä ja mielestämme niillä pystytään vaikuttamaan kiusaamisen ehkäisyyn ja suvaitsevaisuuden kasvuun. Oppaan harjoitteet luovat tilanteita, jotka ovat osallistujille uusia, mutta pohjan ne ammentavat tavallisesta arkielämästä. Esimerkiksi koululuokka voi parantaa ryhmähenkeään tekemällä yhteistyöharjoitteita ja pohtimalla roolejaan luokassa purun avulla. Hyviä harjoituksia myös elämää ajatellen, ovat myönteisysharjoitukset. Niiden avulla jokainen voi löytää itsestään ja muista uusia hyviä puolia, joita ei ole ehkä huomannutkaan. Kaiken kaikkiaan oppaan harjoitteet luovat oikein käytettynä toimivia ryhmiä. Nuorisotaloilla harjoitteiden käyttäminen tarkoittaa sitä, että syksyllä uudet nuorisotilojen käyttäjät voidaan ryhmäyttää harjoitteiden avulla nuorisotalon toimintaan, sääntöihin ja toisiinsa. Näin ollen kynnyks nuorisotilalle tulemisesta madaltuu, kun huomaa että nuorisotiloilla aikaisemmin käyneet nuoret eivät ole niin pelottavia kuin ajatteli. Harjoitteet antavat myös mukavaa tekemistä liikunnan merkeissä ja luovat me – henkeä nuorien välille. Näin ollen nuoriso-ohjaajankin on helpompi käsitellä nuoria, sillä he ovat yksi suuri toimiva ryhmä.

Olemme keskittyneet oppaassa hyvin toiminnallisiin harjoitteisiin, joiden tarkoituksena on laittaa ryhmät liikkumaan. Syy tähän liikunnallisuuteen kumpuaa omasta tarpeestamme liikkua, mutta myös Kurt Hahnin ajatuksista. Hänen mukaansa yhteiskunnallisia sairauksia olivat muun muassa osallistumisen,

aloitteellisuuden ja ruumiillisen kyvykkyyden puutuminen (Telemäki, 1998, 13). Jos Hahn jo aikanaan määritteli osallisuuden ja liikkumisen vähenemisen haittaavan nuoria, niin tänä päivänä ongelmat ovat vain kasvaneet. Liikkumisen helpottumisen lisäksi, jokaisessa kodissa on melkeinpä ainakin yksi televisio, tietokone, pelikonsoli ja monta muuta mukavaa ajan viettämiskeinoa, jotka vaativat paikallaan olemista. Hahnin mukaan tällainen johtaa passiivisuuteen elämässä, sillä ihmiset luovat itselleen elämyksiä liikkumatta paikaltaan tai osallistumatta elämyksen luomiseen (Telemäki, 1998, 13). Me halusimme tulevaa työkenttäämme varten luoda hyvin liikunnallisen oppaan. Toivomuksena olisi, että myös ne nuoret, jotka kokevat esimerkiksi koululiikunnan vastenmielisenä saisivat innostusta liikkumiseen harjoitteiden avulla.

Tärkeänä osana seikkailukasvatusta pidetään myös kehittymistä ihmisenä, niin että yksilö pystyy käsittelemään omia, mutta myös muiden tunteita ja näin ollen toimimaan niiden mukaisesti. Tämä on erittäin tärkeä osa elämisen taitoja, sillä tunteiden läpi luomme elämykset ja merkitykset kokemiimme asioihin. Erityisesti purkamisen on hyvää tämän asian hallinnan harjoitusta. Yhteiskuntamme korostaa hyvin paljon yksilöllisyyttä, joka on omalta osaltaan vaikuttanut siihen kuinka toimimme. Paineet omasta suoriutumisesta ja selviämisestä ovat kovat ja hyvin helposti ihmisiltä unohtuu yhteenkuuluvuus, muulloinkin kuin urheilukisojen aikaan. Seikkailupedagogiikka mahdollistaa yksilölle tuntea ryhmäkuuluvuuden tunnetta, eläytymistä toisen ihmisen asemaan ja saada, sekä antaa apua (Telemäki, 1998, 44). Opasta voidaan hyödyntää lisäämällä esimerkiksi yhdistämällä sellaista ryhmää, jonka yhteenkuuluvuus on syystä tai toisesta alkanut rakoilla. Harjoitteet ja varsinkin niissä onnistuminen luovat jäsenten välille yhteenkuuluvuuden tunnetta ja useimmiten purkujen aikana ryhmän sisällä piilevät ongelmat alkavat purkaantua. Kun ryhmäläisten välillä on luottamusta, asioiden kuten ongelmien julki tuominen helpottuu huomattavasti.

Harjoitteisiin ei ole ikärajoja. Niitä voidaan käyttää kouluryhmistä, työpaikkaporukoihin. Opas on kuitenkin suunnattu nuorisoalan työkentälle, koska koulutuksemme on nuorisoalaa ja oppaan tilaaja työskentelee samalla alalla. Oppaan harjoitteet soveltuvat jokaiselle, sillä niiden keskeinen tavoite on saada ihmiset toimimaan yhdessä yhteisen päämäärän vuoksi. Kuten Kurt Hahnkin

aikoinaan totesi, että jokaisen tulee olla osa laivan miehistöä, eikä kukaan saa olla matkustaja (Telemäki, 1998, 14).

Annamme Villa Elballe oppaan omaan käyttöönsä ja heille mahdollisuuden jatkaa sen työstämistä. He voivat halutessaan tehdä loput kaksi tasoa ja liittää ne meidän luomaamme oppaaseen tai muuttaa oppaan Internet-sivustoksi. He voivat myös käyttää opasta järjestämissään vaihdoissa ja tutkia kuinka opas toimii ja onko se toimiva kansainvälisessä ympäristössä. Toivomme, että oppaasta on heille hyötyä ja se leviää nuorisotoimelle, niin kuin sen alkuperäinen tarkoitus oli.

Onnistumisen kokemukset ovat syntyneet oppaan myötä. Testiryhmällä testatessa harjoitteet toimivat hyvin ja palvelivat tarkoitustaan. Testiryhmältä saatu palaute myös kannusti jatkamaan oppaan kehittämistä, sekä hiomista. Kokonaisuudessaan oppaan sisältö vaikutti hyvältä. Epäonnistumisia on sattunut aikataulujen suhteen, sillä loppupeleissä aika loppui kesken suunnitelmasta huolimatta. Opasta olisi ollut hyvä testata vielä mahdollisesti erilaisen ryhmän kanssa ja muutenkin aikataulut olisi ollut hyvä suunnitella tarkemmaksi. Oppaan ilme voisi myös mahdollisesti olla hieman kutsuvampi. Kokonaisuudessaan opinnäytetyö on kuitenkin jäänyt positiivisena kokemuksena mieleen. Siinä on kiteytynyt kolmen vuoden opiskelut ja kasvu yhteisöpedagogiksi.



## LÄHTEET

Aalto, Mikko, 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Aalto, Mikko, 1998. Seikkailuelämykset. Purku, prosessointi, psyykkinen turvallisuus. My Generation. Ryttylä.

Cimo. Viitattu 9.3.2010

<http://www.cimo.fi/Resource.phx/cimo/youth-in-action/prioriteetit.htx>

<http://www.cimo.fi/Resource.phx/cimo/youth-in-action/tavoitteet.htx>

<http://www.cimo.fi/Resource.phx/cimo/youth-in-action/tuetut-hankkeet.htx>

<http://www.cimo.fi/Resource.phx/cimo/youth-in-action/youth-in-action.htx>

Hohmann Mary, Banet Bernard, Weikart David P. suom. toim. Lius Eeva 1993. Leikin, Tutkin, Opin, toiminnan iloa esiopetukseen. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Jauhiainen Riitta, Eskola Marjatta 1994. Ryhmäilmiö. WSOY:n graafiset laitokset. Juva.

Karppinen Seppo J A. 2005. Seikkailullinen vuosi haastavassa luokassa : etnografinen toimintatutkimus seikkailu- ja elämyspedagogiikasta. Oulun yliopisto. Oulu

Karppinen, Seppo J.A, Latomaa, Timo (toim.) 2007. Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Kaukkila Veli, Lehtonen Elisa 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Mainostoimisto Visuviestintä Oy. Taina Ståhl. Dark Oy.

Kemppinen Pertti, 1999. Nuoriso 2000: nuorisotyön käsikirja, Vantaa : Kannustusvalmennus p. & k., 1999 (Helsinki : Hakapaino)

Kokljuschkin Mikael 1999. Seikkailuun! Varhaiskasvatuksen seikkailukirja. 1. painos. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Kopakkala Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Edita Prima Oy. Helsinki.

Lehtonen, Timo.(toim.) 1998 Elämän seikkailu: näkökulmia elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin. Jyväskylä: Atena Kustannus oy.

Niemistö Raimo 1999. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 2. painos, Tammer-Paino Oy. Tampere.

Rutanen Niina, Riihelä Monika 2000. Kivi ois muurahaiselle vuori. Pienten lasten käsityksiä matematiikasta ja luontoilmiöistä. Helsinki: Oy Edita Ab.

Telemäki Matti. 1998. Johdatus seikkailukasvatuksen teoriaan. Oulun yliopistopaino. Oulu.

Telemäki Matti, Bowles Steve. 2001. Seikkailukasvatuksen teoria ja käytäntö- osa 1. Oulun yliopistopaino. Oulu

Koppinen Marja-Leena, Pollari Jorma 1993. Yhteistoiminnallinen oppiminen. WSOY:n graafiset laitokset. Juva.

Vilka Hanna & Airaksinen Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Villa Elba. Viitattu 1.7.2010

<http://www.villaelba.fi/>

[http://www.villaelba.fi/international.asp?luokka\\_id=8&main=1](http://www.villaelba.fi/international.asp?luokka_id=8&main=1)

[http://www.villaelba.fi/international.asp?page\\_id=295&luokka\\_id=8&main=1](http://www.villaelba.fi/international.asp?page_id=295&luokka_id=8&main=1)

[http://www.villaelba.fi/nature.asp?luokka\\_id=7&main=1](http://www.villaelba.fi/nature.asp?luokka_id=7&main=1)

[http://www.villaelba.fi/project.asp?luokka\\_id=241](http://www.villaelba.fi/project.asp?luokka_id=241)

LIITE

MATKALLA SEIKKAILUUN -Opas

# MATKALLA SEIKKAILUUN!

- OPAS SEIKKAILUKASVATUKSEN MENETELMISTÄ -



Johanna Kuutti

Henna Pohjola

humak  
Humanistinen  
ammattikorkeakoulu

## Esipuhe

Tämä opas on tarkoitettu sinulle, joka työskentelet seikkailupedagogisin keinoin. Oppaan tarkoituksena on antaa neuvoja ja vinkkejä erilaisista toiminnallisista menetelmistä, joita voi toteuttaa melkein missä vain. Harjoitteet ovat helppoja ohjata ja toimivat hyvin kaikenlaisissa ympäristöissä. Ne sopivat ulkoilualueille, mutta myös sisätiloihin. Opas rakentuu erilaisista menetelmistä. Jokaisen harjoitteen kohdalla on kerrottu mitä välineitä tarvitaan, harjoitteen tarkoitus, sekä ohjeet toteutukseen. Opas sisältää myös hieman teoretietoa seikkailupedagogiikasta.

Opas on osa Humanistisen ammattikorkeakoulu opiskelijoiden opinnäytetyötä. Yhteistyökumppanina tässä opinnäytetyöprosessissa on toiminut Nuorisokeskus Villa Elban kansainvälisen osaston työntekijät.

Kiitämme yhteistyöstä Nuorisokeskus Villa Elbaa, sekä Ritva Saarikettua joka mahdollisti oppaan toteutuksen.

Kokkolassa 11.11.2010

yhteisöpedagogiopiskelijat

Johanna Kuutti     Henna Pohjola

# SISÄLLYS

## ESIPUHE

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| SEIKKAILUKASVATUKSEN TEORIAA ..... | 4  |
| RYHMIINJAKAMINEN .....             | 5  |
| SULATTAJAT .....                   | 7  |
| LÄMMITTÄJÄT .....                  | 9  |
| TUTUSTUMISET .....                 | 11 |
| ITSENSÄ ILMAISEMINEN .....         | 15 |
| HULLUTTELU.....                    | 17 |
| YHTEISTOIMINTA .....               | 21 |
| MYÖNTEISET .....                   | 28 |
| PURKU JA ARVIOINTI .....           | 29 |
| LOPUKSI .....                      | 33 |
| LÄHTEET.....                       | 34 |

## SEIKKAILUKASVASVATUKSEN TEORIAA

Seikkailu- ja elämyspedagogiikan oletetaan yleensä olevan kallista, erityisiä välineitä ja paikkoja tarvitsevaa, mutta aina ei tarvita kalliita varusteita tai siirtymistä erityisiin paikkoihin, jotta seikkailu saadaan aikaan. Erilaisilla harjoitteilla ja teemoilla on mahdollista luoda seikkailu vaikkapa nuorisotalon pihassa tai sisätiloissa. Ja ainoa mitä tarvitset, on kehosi ja mielikuvituksesi!

Seikkailukasvatuksen tarkoituksena on yksilön kasvun tukeminen. Se on kokemus, johon liittyy epävarmuus tulevasta ja se voi tapahtua yksilön henkisellä ja fyysisellä tasolla tai sosiaalisena ryhmätoimintana. Seikkailutoiminnassa järjestetään aktiviteetteja, jotka haastavat yksilöä ja ryhmää ylittämään rajojaan. Näitä aktiviteetteja ovat esimerkiksi erilaiset leikit ja pelit, luottamusharjoitukset, ongelmanratkaisutehtävät, kiipeily-, melonta-, sekä leiri- ja retkeilytaidot. Tässä oppaassa on keskitytty erilaisiin tehtäviin ja harjoitteisiin, sillä oppaan tarkoituksena on esitellä harjoitteita, joita voi hyödyntää esimerkiksi nuorisotalojen olosuhteissa. Oppaan harjoitteet ovat sellaisia, että ne käyvät jokaiselle ryhmälle ikään tai muihin ominaisuuksiin katsomatta.

Onnistunut seikkailutoiminta vaatii huolellista suunnittelua. On tärkeää, että toiminnassa otetaan huomioon se, mitä toiminnalla haetaan, eli mikä on sen tarkoitus, miksi toimitaan ja mitä se antaa osallistujille. Seikkailukasvatuksen keskeisin elementti on yllätyksellisyys ja se vaatii osallistujiltaan uskaliaisuutta, lisäksi toiminta toteutetaan yleensä luonnossa tai osallistujille uudessa tilanteessa. Tämän vuoksi turvallisuus on erittäin tärkeä osa toimintaa. Turvallisuuden tärkeyttä seikkailutoiminnassa ei voi olla korostamasta liikaa. Toiminnan tulee olla fyysisesti ja psyykkisesti turvallista jokaiselle osallistujalle. Näin ollen, turvallisuus mahdollistaa seikkailun, eikä ole koskaan sen este. Ohjaajan on tärkeää ottaa huomioon toiminnan riskit, tiedostaa ne ja tehdä kaikkensa minimoidakseen mahdolliset vaaratilanteet. Ryhmän toiminta on parhaimmillaan silloin kuin ryhmällä on turvallinen olo fyysisesti ja henkisesti. Fyysinen turvallisuus tarkoittaa sitä, että harjoitteet ovat turvallisia, ohjaaja tietää mitä tekee, eikä kukaan voi satuttaa itseään harjoitteen lomassa. Ohjaajan olisi hyvä aina tarkistaa maasto missä toimitaan, ettei siellä ole esimerkiksi teräviä kantoja joihin osallistujat voivat satuttaa itseään. Henkinen turvallisuus on taas sitä, että tehtävät puretaan, niin

että jokaisella on mahdollista purkaa tuntemuksiaan mitä harjoite on hänessä herättänyt, eikä kenellekään jää pahaa mieltä harjoitteista.

Ryhmän turvallisuutta lisää hyvä ryhmäytytys. Ryhmällä on aina oma elinkaarensa, johon kuuluu syntyminen, eteneminen ja usein myös loppuminen. Seikkailukasvatuksen kannalta elinkaari on oleellista tuntea, sillä ryhmän kehityksen vaihe vaikuttaa muun muassa siihen, millaisia harjoitteita ohjaajan on hyvä ryhmällä teettää. Toisaalta seikkailukasvatus ja sen menetelmät toimivat loistavasti ryhmän kehittäjänä ja sen kehityskulun tukijana. Seikkailumenetelmät ovat nimittäin hyviä ryhmäyttämisen kannalta. Oppaamme toiminnot on jaoteltu ja järjestelty siten, että ne parhaalla mahdollisella tavalla palvelevat ryhmän elinkaarta ja ryhmäytymistä.

## **RYHMIIN JAKAMINEN**

Ison porukan ryhmiin jakamisen ei tarvitse aina olla perinteistä ja tylsää ”jako neljään”-tyyliä vaan siitä voi tehdä myös ohjelmanumeron tai sen voi hoitaa erilaisten leikkien avulla.

### **👉 Perhe**

Tarkoitus:

Porukan jakaminen pienempiin ryhmiin.

Ohjeet:

Isomman ryhmän voi jakaa pienempiin ryhmiin siten, että ohjaaja pyytää muodostamaan perheitä. Isää ja äitiä esitetään seisomalla käsikkäin. Kun perheeseen kuuluu myös lapsi, esitetään tätä polvillaan seisten ja pitäen kiinni toisen vanhemman kädestä. Perheeseen voi kuulua myös useampi lapsi tai koira, jota esitetään olemalla kontallaan.

Ohjaaja sanoo esimerkiksi näin: ”Vanhemmat, lapsi ja koira”, jolloin ryhmän jäsenet pyrkivät mahdollisimman nopeasti muodostamaan kyseisen perheen. Leikki on haus-



ka, joten ohjaaja voi antaa useamman ohjeen ennen lopullista ”perhettä”, jonka perusteella pienryhmäjako sitten tehdään.

### ➤ **Hörrönen, Lörrönen, Sörrönen**

Tarkoitus:

Porukan jakaminen pienempiin ryhmiin.

Tarvikkeet:

Paperilappusia, kyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on jo valmiiksi kirjoittanut lappuihin nimiä ”Hörrönen, Sörrönen, Lörrönen, Pörrönen, Körrönen” jne. Kutakin nimeä on niin monta lappua, kun ohjaaja haluaa jäseniä olevan pienryhmässä. Jokainen ryhmän jäsen nostaa purkista lapun. Kun ohjaaja sanoo ”hep”, alkavat kaikki toistamaan lapussa olevaa nimeä ja etsimään samannimisiä henkilöitä. Tarkoituksena on, että jokainen löytää oman perheensä.

Leikkiä voi leikkiä myös eläinten äänillä. Tällöin lapuissa lukee jonkin eläimen nimi ja ohjaajan sanoessa ”hep”, alkavat kaikkia matkia kyseistä eläintä ja etsiä omia lajitovereitaan.

### ➤ **Tutut perheet**

Tarkoitus:

Porukan jakaminen pienempiin ryhmiin.

Tarvikkeet:

Maalarinteippiä, kyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on jo valmiiksi kirjoittanut maalarinteipin palasiin tunnettujen perheiden tai ryhmien jäsenten nimiä. Laput kiinnitetään ryhmäläisten otsaan niin, ettei kukaan missään tapauksessa näe omaa nimeään ja heidän tehtävänä on etsiä oma per-

heensä. Perhettä etsitään kiertelemällä muiden keskellä ja kysymällä kysymyksiä, joihin saa vastata vain kyllä tai ei. Tarkoituksena on siis saada selville oma henkilöllisyys ja sitä kautta löytää ne henkilöt, jotka kuuluvat samaan perheeseen.

Leikissä kannattaa käyttää hahmoja, jotka muodostavat tunnettuja perheitä tai ryhmiä. Kaikki luultavasti tuntevat Simpsonien perheen, Disneyn prinsessoja, Frendit tai Ruotsin kuningasperheen.

## SULATTAJAT

Näiden harjoitteiden tehtävänä on saada ryhmäläiset irtautumaan arjesta ja saada heidät keskittymään uuteen tilanteeseen ja ryhmään, sekä sen toimintaan. Sulattajien ei ole tarkoitus olla erillinen harjoitteiden alue, vaan se on tapa käyttää muita harjoitteita kuten leikkejä. Sulattajilla pyritään avaamaan ryhmäläisten mielet uusille tilanteille. Näillä harjoitteilla pyritään motivoimaan ryhmää, eikä niitä tarvitse purkaa.

### ➔ Fiilisjana

Tarkoitus:

Kartoittaa ryhmän alkufiiliksiä.

Ohjeet

Ohjaaja kuvailee ryhmälle kuvitteellisen janan, joka kulkee esimerkiksi huoneen toisesta päästä toiseen. Janan toisessa päässä on esimerkiksi hyvä ja toisessa huono. Jana voi muodostua myös numeroista, jolloin toisessa päässä on 100 ja toisessa 0, tai sanoista paljon/vähän, kyllä/ei, positiivinen/negatiivinen ym.

Ryhmän ohjaaja muodostaa ryhmälle kysymyksiä ja ryhmän jäsenet sijoittuvat janalle siihen kohtaan, mihin tuntuvat kuuluvansa. Kysymyksinä voi olla esimerkiksi seuraavia: Mitä tunteita tänne tulo on herättänyt? Kuinka innoissasi olet tästä päivästä? Jännittääkö?

Kun ryhmän jäsenet ovat sijoittuneet janan asteikolle voi ohjaaja kysyä muutamalta henkilöltä tarkemmin, miksi he ovat sijoittuneet juuri sille kohtaa asteikkoa.

### ➔ Pariterapiaa

Tarkoitus:

Kartoittaa ryhmän alkufiiliksiä

Tarvikkeet:

Paperia, kyniä, värikyniä

Ohjeet:

Ryhmä miettii pareittain odotuksia ja päällä olevia fiiliksiä. Parit keskustelevat aiheesta ja tuovat ajatuksensa esille esimerkiksi kirjoittamalla lapuille, piirtämällä tai kertomalla suullisesti. Laput ja kuvat kerätään yhteen ja ohjaaja käy ne läpi ryhmän edessä. Ohjaaja voi miettiä, mikä tapa sopii parhaiten kyseiselle ryhmälle ja voiko parin sijasta asioita pohtia pienissä ryhmissä. Jos ryhmä on tuttu, voi puhuminen olla hyvä vaihtoehto, mutta esimerkiksi lasten ja nuorten kanssa kirjoittaminen ja piirtäminen voi olla ryhmäläisille helpompaa.

### ➔ Lappuset

Tarkoitus:

Tarkoituksena on saada selville ja jakaa ryhmän odotuksia ja tunteita.

Tarvikkeet:

Isoja kartonkeja, teippiä, kyniä, värikyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on kirjoittanut valmiiksi otsikot suuriin lappuihin ja sijoittanut ne eri puolille toimitilaa. Otsikkoina voi olla esimerkiksi "Odotan..", "Pelkään..", "Toivoisin..", "Minua jännittää.." ym. Ryhmä kiertää kirjoittamassa lappuihin ajatuksiaan. Lopuksi ohjaaja tai halukas ryhmän jäsen lukee laput yksi kerrallaan.

## ➔ Erilaisia leikkejä

Myös erilaiset leikit voivat toimia sulattajina ja saada ryhmän keskittymään tulevaan. Leikkien ei kuitenkaan tulisi olla kovin monimutkaisia ja sulattajina toimivat parhaiten lyhyet leikit. Pikaleikkeinä voi käyttää esimerkiksi erilaisia hippaleikkejä.

## LÄMMITTÄJÄT

Lämmittelyharjoitusten tarkoituksena on nimensä mukaisesti auttaa ryhmää virittäytymään tunnelmaan ja teemaan, joka ohjelmassa on aiheena. Työskentely kannattaa yleensä aina aloittaa lämmittelyharjoituksilla, jotta ryhmää saadaan motivoitua tulevaan tilanteeseen. Näiden harjoitteiden avulla ohjaaja pystyy lisäämään kiinnostusta esillä olevaan asiaan. Lämmittäjät eroavat sulattajista niin, että sulattajilla ryhmä siirtyy oppimistilanteeseen arjesta, ja lämmittäjillä orientoituu uuteen ryhmään, tilanteeseen ja ohjelmaan. Näissäkään harjoitteluissa purkua ei tarvitse suorittaa.

## ➔ Lohikäärme

Tarkoitus:

Tarkoituksena on lämmitellä ryhmää liikuttamalla ja ottamalla kontaktia toisiinsa

Osallistujia:

Vähintään 13

Ohjeet:

Ryhmää pyydetään asettumaan ympyrämuodostelmaan. Osallistujia pyydetään jakautumaan kolmenhengen ryhmiin kahden häntä lähinnä olevan henkilön kanssa ja samalla pysytään ympyrämuodostelmassa. Jokaisessa ryhmässä on yksi vasen torni, yksi oikea torni ja lohikäärme. Oikea ja vasen torni ottavat toisiaan käsistä kiinni ja lohikäärme asettuu heidän väliinsä. Osallistuja, jolle ei ole kahta kaveria, asettuu ympyrän keskelle ja leikki voi alkaa. Keskellä olija huutaa joko vasenta tornia, oikeaa tornia, lohikäärmettä tai kaikkia vaihtamaan paikkaa ja yrittää itse päästä mukaan johonkin kolmen hengen ryhmään. Vasemmalla tornilla liikkuu vasemmat tornit, oikealla

oikeat ja niin edelleen. Ohjaaja huolehtii leikin kestosta, ettei se venähdä liian pitkäksi.

### ➤ Koriviesti

Tarkoitus:

Ryhmän on tarkoitus toimia yhdessä ja samalla ohjaaja voi lämmitellä ryhmää toimimaan toistensa kanssa.

Tarvikkeet:

Pullokoreja ryhmän vaatima määrä ja kaksi maassa lähtö ja maali

Ohjeet:

Ryhmän täytyy päästä pisteestä A pisteeseen B korien avulla. Korit ovat alkuasetel-massa lähtöviivan takana. Kaikkien on seisottava korien päällä ja päästävä kokoajan korien päällä seisten eteenpäin. Maahan ei saa koskea millään, paitsi korilla. Tehtävä on suoritettu läpi kun kaikki oppilaat ovat päässeet maaliviivan yli. Korien ei tarvitse päästä maaliviivan yli. Koreja voidaan vähentää ryhmältä, jos tehtävä näyttää menevän liian helposti. Tehtävässä voidaan käyttää myös esimerkiksi jätösäkkejä, jos pullokoreja ei ole saatavilla.

### ➤ Hyvä me!

Tarkoitus:

Ryhmä kehittää itselleen huudon ja tuuletuksen. Lämmittelee ryhmäläisiä, luo me- henkeä.

Ohjeet:

Ryhmän on tarkoitus kehittää itselleen ryhmää kuvaava huuto ja tuuletus. Ohjaaja antaa ryhmäläisille vapaat kädet luoda ryhmän oma kannustus. Kannustusta voidaan käyttää esimerkiksi ennen vaikeaa



tehtävää tai hetkessä, jolloin ryhmä tarvitsee kannustusta toisiltaan.

## TUTUSTUMISET

Yksi ryhmän muotoutumisen kannalta oleellinen seikka on keskinäinen tunteminen. Se lisää turvallisuutta ja tietoisuutta siitä, minkälaisista persoonista ryhmä koostuu. Tutustumisharjoitteet ovatkin oleellisia ryhmädynamiikan synnyssä. Niiden avulla ryhmän jäsenet oppivat tuntemaan toistensa eri tasoilla. Kun ryhmäläiset oppivat tuntemaan toisiaan, myös ryhmän toiminta helpottuu. Tutustumisharjoitteet ovat leikki-mielisiä ja niiden työskentelytavoilla voidaan lisätä tuntemisen laajuutta. Kun ryhmän turvallisuus lisääntyy, voidaan pikkuhiljaa siirtyä harjoitteisiin, jotka lisäävät tutustumisen syvyyttä. Yleensä tutustumisen laajentuminen on ryhmän kannalta aina hyödyllistä, mutta on hyvä miettiä, mitkä ovat ohjelman tavoitteet ja kuinka syvälle tutustumista on tarkoitus jatkaa. Tutustumisharjoitteiden hyöty on myös se, että ne toimivat usein myös itsetuntemusharjoitteina.

### ➔ Väärät nimilaput

Tarkoitus:

Oppia tuntemaan ryhmän jäseniä nimeltä

Tarvikkeet:

Pieniä paperilappusia, kyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on etukäteen kirjoittanut kaikkien ryhmän jäsenten nimet lapuille ja laittanut ne jonkinlaiseen pieneen purkkiin. Ohjaaja ohjeistaa ryhmän siten, että jokaisen tulee nostaa purkista yksi lappu ja etsiä kyseinen henkilö. Kun henkilö on löytynyt, jäävät he paikoilleen ja voivat esimerkiksi jutella toisten vielä jatkaessa tehtävää. Leikki toimii parhaiten ryhmällä, jossa jäsenet eivät ollenkaan tunne toisiaan, sillä silloin ryhmäläiset joutuvat kysymään ehkä moneltakin henkilöltä nimeä, ennen kuin löytävät sen oikean. Lisähaastetta tuovat erimaalaiset ryhmän jäsenet, jolloin nimen väärin lausuminen voi aiheuttaa erehdyksiä.

Tutustumista voi vielä syventää siten, että kun oikea henkilö on löytynyt, kysytään häneltä muutama ohjaajan valmiiksi määrittelemä kysymys ja lopuksi esitellään hänet vastausten avulla muulle ryhmälle tyyliin ”Tässä on Maija. Hänen lempiruokansa on makaronilaatikko ja häntä jännitti tulla tänne”

### ➔ Lännen nopein

Tarkoitus:

Oppia tuntemaan ryhmän jäsenet nimeltä

Ohjeet:

Ryhmä muodostaa piirin ja yksi ryhmän jäsenistä menee piirin keskelle. Keskellä oleva osoittaa ”pyssyllä” jotakin piirissä olevaa ja sanoo esimerkiksi ”pam”. Se jota ammutaan, menee kyykkyyyn ja hänen molemmilla puolilla olevat yrittävät ”ampua” toisiaan osoittamalla sormipyssyllä ja huutamalla toisensa nimen. Se, joka on huomattavasti hitaampi tai muuten vaan mokkaa, joutuu piirin keskelle ampumaan.



### ➔ Nimijumppa

Tarkoitus:

Leikin tarkoituksen on oppia tuntemaan ryhmän jäsenet nimeltä. Eri variaatioilla voidaan tuoda leikkiin lisää syvyyttä, jolloin myös jäsenten henkilökohtaisen piirteet ja mieltymykset tulevat esille.

Ohjeet:

Ryhmä muodostaa piirin. Joku ryhmän jäsenistä aloittaa kierroksen. Hän sanoo oman nimensä ja tekee samalla vapaavalintaisen liikkeen. Liike voi olla minkälainen tahansa. Tämän jälkeen koko muu ryhmä toistaa nimen ja liikkeen ja vuoro siirtyy seuraavalle. Sama toistuu, mutta nyt ryhmä toistaa ensin edellisen nimen ja liikkeen ja sitten

vasta sen, joka juuri sanottiin. Sama jatkuu ja aina tulee ensin toistaa myös kaikki edelliset nimet ja liikkeet kunnes koko ryhmä on käyty läpi. Mikäli ryhmä on suuri, voi leikki väsyttää ryhmäläiset helposti. Leikki toimii siis myös hyvänä energianpurkuvälineenä.

Mikäli ryhmä on helposti villiintyvä, voidaan käyttää leikin yksinkertaisempaa versiota. Siinä jokainen sanoo oman nimensä ja näyttää liikkeen ja muu ryhmä toistaa saman perässä. Tämän jälkeen siirrytään seuraavaan henkilöön, mutta edellisen henkilön nimeä ja liikettä ei tarvitse toistaa.

Liikkeen voi korvata myös esimerkiksi kertomalla jonkin luonteenpiirteen ja asian josta pitää. Esimerkiksi ”Minä olen Matti, olen puhelias ja pidän jalkapallosta”. Muu ryhmä toistaa perässä ”Hän on Matti, hän on puhelias ja pitää jalkapallosta”. Tällöin ryhmäläiset saavat myös tietää jotain henkilökohtaista ja uutta toisistaan.

### ➔ Hedelmäsalaatti

Tarkoitus:

Tarkoituksena on tutustua ryhmään vähän paremmin ja saada sen jäsenistä erilaista tietoa. Hedelmäsalaatti on monipuolinen leikki, jota voidaan käyttää myös alkufiiliksiä kysellessä tai arviointivälineenä.

Ohjeet:

Ryhmä muodostaa piirin, jonka keskellä seisoo yksi henkilö. Keskellä oleva sanoo erilaisia väittämiä ja ne, jotka tunnistavat väittämästä itsensä, lähtevät paikaltaan tavoitteena ehtiä jonkin toisen liikkeellä olevan ryhmäläisen paikalle. Myös keskellä olija pyrkii kerkeämään jonkun liikkeellä olevan paikalle ennen toista. Se, joka jää ilman paikkaa, joutuu keskelle.

Ohjaaja voi antaa ryhmälle valmiita aiheita väittämiä koskien tai ryhmä voi keksiä aiheet myös itse. Väittämät voivat koskea esimerkiksi mieltymyksiä ja kokemuksia. Keskellä olija voi huutaa esimerkiksi ”Lempimakeiseni on salmiakki” tai ”Olen kokeillut kajakkimelontaa”. Kysymykset muokkautuvat sitä mukaa, mikä asia ketäkin kiinnos-



taa. Ryhmän kehittyessä ja muuttuessa turvallisemmaksi, voivat väittämät muuttua yhä syvällisemmiksi.

### ➤ Haastattelu

Tarkoitus:

Kerätä tietoa ryhmän jäsenistä ja tutustua toisiin

Tarvikkeet:

Paperia, kyniä, värikyniä

Ohjeet:

Ryhmä jaetaan pareihin esimerkiksi siten, että henkilöiden täytyy löytää joku, jolla on jotakin samantapaista päällä. Parit voi toki jakaa muillakin keinoin. Tehtävänä on haastatella toista. Ohjaaja on määritellyt kysymykset jo etukäteen ja kirjoittanut ne näkyvälle paikalle. Parit haastattelevat toisiaan ja kirjoittavat tai piirtävät vastaukset paperille. Kun kaikki ovat käyneet kysymykset läpi, asetutaan rinkiin istumaan ja jokainen vuorollaan esittelee oman parinsa.

Kysymykset voivat käsitellä harrastuksia, ikää, perhettä, mieltymyksiä, tulevaisuuden suunnitelmia, ammattia, opiskelua ja toiveita. Kysymykset on hyvä määritellä etukäteen, mutta ohjaaja voi myös mainita, että jokainen voi kysyä myös itse keksimiään kysymyksiä tai kertoa asioita, joista haluaa muiden tietävän. Kun jokainen on esitellyt parinsa, voidaan laput kerätä ja kiinnittää seinälle, josta jokainen voi halutessaan tutkia lappuja tarkemmin.

### ➤ Nimijana

Tarkoitus:

Leikin päällimmäinen tarkoitus on muodostaa ryhmä tiiviimmäksi fyysisen kontaktin avulla. Samalla voidaan opetella esimerkiksi nimiä, ikä tai syntymäpäiviä.

Tarvikkeet:

Pitkiä penkkejä tai tuoleja, sokkoliinoja

Ohjeet:

Penkit/tuolit on aseteltu riviin tilan kannalta sopivalla tavalla. Mieluiten niin, etteivät ne ole seinien lähetyillä, jolloin seinistä ei myöskään tehtävän aikana voi ottaa tukea. Ohjaaja ohjeistaa leikin siten, että pyytää ryhmää ensimmäisenä nousemaan penkeille seisomaan. Jo leikin alussa ohjaajan on tärkeää korostaa varovaisuutta. Kun kaikki seisovat penkillä, antaa ohjaaja seuraavan ohjeen. Ensimmäisenä on hyvä aloittaa yksinkertaisesta, eli esimerkiksi pyytää ryhmän jäseniä asettumaan etunimien mukaiseen aakkosjärjestykseen puhumatta, penkkien päällä liikkuen ja lattiaan koskematta. Toisistaan ryhmäläiset voivat tuki ottaa. Ohjaaja antaa ryhmän toimia omia aikojaan ja pyytää ryhmää kertomaan, kun se on saanut tehtävän suoritettua. Lopuksi nimijana käydään läpi ja ikään kuin tarkistetaan, onnistuiko tehtävä.

Nimien lisäksi ryhmää voi pyytää järjestäytymään janaan syntymäpäivien, iän tai esimerkiksi pituuden mukaan. Nimijana leikistä voi tehdä vieläkin erilaisemman version siten, että kaikkien ryhmän jäsenten silmät sidotaan. Tällöinkin ryhmä voidaan ohjeistaa niin, että tehtävän aikana kukaan ei saa puhua. Silmät sidottuina ja puhumatta tehtävä voi onnistua esimerkiksi pituusjanan suhteen, mutta jos ryhmäläiset eivät näe, voi olla suotavaa, että heille annetaan lupa kommunikoida suullisesti.

Leikin aikana syntyy väkisinkin kosketusta ryhmäläisten kesken ja tilanne voi olla monelle jännittävä. Siksi tehtävä onkin hyvä purkaa esimerkiksi kyselemällä miten tehtävä meni ja mikä oli vaikeinta ym.

## **ITSENSÄ ILMAISEMINEN**

Itsensä ilmaisemisen avulla pyritään löytämään ja tunnistamaan oman persoonan ulottuvuuksia ja niiden ilmaisemista. Nämä harjoitteet auttavat yksilöä ilmaisemaan itseään, mutta harjoitteilla on myös ryhmäyttävä merkitys, sillä se lisää luottamusta ryhmäläisten kesken, sekä lisää turvallisuutta ryhmän sisällä. Harjoitteisiin kuuluu nonverbaali/verbaali-aspekti. Harjoitteissa pyritään löytämään nonverbaali tapa ilmaista itseään, josta voi jatkaa verbaaliin ilmaisuun. Tarkoituksena on oppia arvos-

tamaan oman persoonansa eri ulottuvuuksia. Harjoitteet puretaan ohjaajan valitse-  
malla tavalla.

## ➡ Kartta

Tarkoitus:

Osallistujat tutustuvat ryhmäänsä. Ohjaaja havainnoivat, kerää tietoa ja tulkitsee ryh-  
mää. Kartta-harjoitteella ohjaaja saa tietoa ryhmästä ja sen yksilöistä.

Tarvikkeet:

Sisällä maalarin teippi, ulkona esimerkiksi keppi, jolla kartan voi piirtää hiekkaan

Ohjeet:

Ohjaajan tulee tehdä mahdollisimman selkeä kartta esimerkiksi maalarinteipillä lattial-  
le. Kun kartta on tehty, ohjaaja voi lämmitellä ryhmää kyselemällä osallistujilta mitä he  
näkevät. Lämmittelyn jälkeen ohjaaja opastaa osallistujia olemaan puhumatta ja totte-  
lemaan hänen käskyjään. Ohjaaja voi pyytää osallistujia siirtymään kartalla sinne  
kohdalle, missä esimerkiksi osallistujat:

- ➡ ovat syntyneet
- ➡ haluavat matkustaa
- ➡ ovat opiskelleet
- ➡ saivat ensisuudelmansa

Tämän jälkeen ohjaajan on hyvä tehdä avauskierros, jossa hän kyselee missä kukin  
on. Kaikille tulee jokin kuva muista ryhmäläisistä. Lisäksi ohjaaja voi jatkaa ohjeistus-  
ta pyytämällä osallistujia kertomaan esimerkiksi:

- ➡ mitä muistoja paikka tuo mieleen
- ➡ jonkin asian lapsuudesta
- ➡ mitä heille on tapahtunut kyseissä paikassa

Asioita voidaan jakaa pareittain tai pienissä kolmen-neljän hengen ryhmissä. Tällai-  
nen työskentely lisää luottamusta ja lisätään ryhmän turvallisuutta. Eri puolille karttaa  
muodostuu ryhmiä, esimerkiksi samalla paikkakunnilla työskentelevät, samasta turis-  
tikohteesta kiinnostuneet ja niin edelleen. Näitä ryhmiä voidaan käyttää esimerkiksi:

- Kunnan nuorisotoimen esittelyssä, paikkakunnan esittelyssä, itsensä esittelyssä paikkakunnan kautta, esimerkiksi savossa syntyneet
- Tutustumisessa, esimerkiksi savolaiset kertokaa Pohjolaisille murteestanne ym.

Karttatyöskentely puretaan yleensä keskustelua. Esimerkiksi:

- Kenen kanssa puhuitte syvällisiä
- Ketä haluat kiittää
- Kenen kanssa synkkasi
- Kenen kanssa haluaisit tutustua

Kartat voivat myös olla erilaisia, kuten Suomenkartta, maailmankartta, kotikartta, missä näkyy talon pohjapiirustus, koulukartta, leirikeskuskartta ja niin edelleen.

## HULLUTTELU

Hulluttelussa tavallisista leikeistä siirrytään hieman hullumpaan suuntaan. Hulluttelu-leikeissä ei tarvitse olla järkeä, vaan ideana on, että niissä ylitetään nolouden raja tekemällä hullunkurisia asioita. Hulluttelu auttaa osanottajia irrottautumaan rooleista ja poistaa eriarvoisuutta. Hulluttelun aikana ryhmän jäsenet voivat löytää uusia kohtauksia toistensa kanssa. Hulluttelua ennen on hyvä muistaa, että ryhmän keskeisen turvallisuuden tulee olla korkea, sillä hulluttelu vaatii heittäytymistä.

### ➤ Röh-viesti

Tarkoitus:

Pitää hauskaa ja saada tehtävässä mahdollisimman hyvä aika

Tarvikkeet:

Sekuntikello



Ohjeet:

Ryhmä asettuu piiriin. Ohjaaja ohjeistaa ryhmän siten, että kertoo kyseessä olevan nopeusleikki. Leikin ideana on saattaa Röh-viesti mahdollisimman nopeasti loppuun. Ohjaaja voi määrätä aloittajan, joka aloittaa sanomalla ”röh”. Aloittajan oikealla puolella oleva jatkaa viestiä sanomalla myös ”röh” ja kierros jatkuu näin loppuun asti. Ohjaaja laskee sekuntikellon avulla ajan, kuinka kauan röh-viestin matka alusta loppuun kestää. Ryhmä voi halutessaan yrittää parantaa aikaa niin monta kertaa kuin halua riittää. Leikkiin voi käyttää myös muita hullunkurisia sanoja tai vaikkapa lauseita.

### ➡ Päinvastoin-leikki

Tarvikkeet:

Viisi (5) tuolia, viisi (5) hattua, esim. lakritsipatukoita ”sikareiksi”

Ohjeet:

Valitaan tehtävän suorittajiksi esimerkiksi neljä (4) ryhmän jäsentä. Muu ryhmä toimii katsojana. Neljän valitun henkilön tehtävänä on toimia päinvastoin kuin ohjaaja.

Tuolit on aseteltu siten, että neljä tuolia on rinnakkain ja yksi niitä vastapäätä. Yksinäinen tuoli on ohjaajan, neljä osanottajien. Ohjaaja pyytää osanottajia toimimaan päinvastoin kuin hän. Kun ohjaaja istuu, on osanottajien noustava seisomaan ja päinvastoin. Tässä vaiheessa on leikkiä hyvä jo testata.

Lisävaikeutta tuovat hatut ja ”sikarit”. Kun ohjaaja laittaa hatun päähänsä, osanottajat ottavat hatun pois päästä ja kun ohjaaja ottaa hatun pois, laittavat osanottajat hatun päähän. Kun ohjaaja yhdistää istumisen/nousemisen ja hatun laittamisen päähän/hatun ottamisen pois päästä, voi moni jo seota. Tässäkin vaiheessa on siis hyvä jo testata miten homma toimii. Viimeisenä ohjaaja lisää leikkiin ”sikarit”. Kun ohjaaja laittaa sikarin suuhun, ottavat osanottajat sen pois suusta ja päinvastoin. Kaikki kolme toimintoa saa osanottajat luultavasti hyvin sekaisin ja katsojilla on hauskaa. Kun leikkiä on leikitty riittämiin, voidaan osanottajia vaihtaa.

### ➡ Jää-hippa

Tarkoitus:

Lähentää ryhmäläisiä ja pitää hauskaa

Ohjeet:

Ryhmän koosta riippuen valitaan muutama jäädyttäjä, joiden tarkoituksena on jäädyttää muut ryhmäläiset. Jäädyttäminen tapahtuu ottamalla muita kiinni. Kun jäädyttäjä saa jonkun kiinni, jäätyy kyseinen henkilö paikoilleen. Jäätyneen voi kuitenkin sulattaa sellainen henkilö joka ei vielä ole jäänyt kiinni. Sulattaminen tapahtuu halaamalla.

Kun jäädyttäjät ovat saaneet koko muun ryhmän jäädytettyä tai kun leikkiä on kestänyt tarpeeksi kauan, vaihdetaan jäädyttäjiä. On huomioitavaa, että leikkiä ei kannata leikkiä ryhmän kanssa, joka ei ole vielä muodostunut tarpeeksi tiiviiksi. Leikki ei tällöin välttämättä ole sopiva ryhmän turvallisuuden kannalta ja jotkut voivat tuntea liian läheisyyden ahdistavaksi.

### ➔ **Porkkanamaa**

Tarkoitus:

Pitää hauskaa ja luoda ryhmää tiiviimmäksi fyysisten kontaktien avulla.

Ohjeet:

Ryhmästä valitaan yksi voimakas maanviljelijä ja loput ovat porkkanoita. Porkkanat asettuvat lattialle rinkiin makaamaan siten, että kaikkien kasvot ovat keskustaan päin. Ringistä tehdään mahdollisimman tiivis ja kaikki ottavat lujasti kiinni viereisestä henkilöstä. Maanviljelijän tehtävänä on kiskoa porkkanat irti maasta. Kun porkkana irtoaa, tulee hänestä maanviljelijän apuri ja hän siirtyy auttamaan maanviljelijää porkkanoiden nostamisessa. Porkkanat pyrkivät pysymään tiiviisti maassa, mutta jos joku niistä irtoaa, ei irronneen porkkanan viereiset porkkanat enää saa tarrautua uuteen porkkanaan kiinni.

### ➔ **Sukkatehdas**

Ohjeet:

Leikin tarkoituksena on selvittää kenellä pysyy sukat kauimmin jalassa. Tehtävänä on repiä toisilta sukkia jalasta.

### ✚ Kosketukset

Tarkoitus:

Pitää hauskaa ja ottaa fyysistä kontaktia

Ohjeet:

Ohjaaja pyytää ryhmää toimimaan hänen ohjeistuksensa mukaan. Jos ohjaaja huutaa esimerkiksi viisi (5) jalkaa ja neljä (4) nenää, tulee ryhmän muodostaa pienemmissä ryhmissä itsestään ”patsaita”, joissa kyseiset ruumiinosat koskettavat toisiaan. Tässä esimerkissä patsaalla siis viisi jalkaa koskettaa toisiaan ja 4 nenää koskettavat toisiaan.

Leikistä voi tehdä myös erilaisen variaation, jossa koko ryhmä toimii yhdessä ja rakentaa itsestään patsaan, jolla on aina tietty ohjaajan määräämä määrä jalkoja ja käsiä maassa. Ohjaaja voi huutaa esimerkiksi ”15 jalkaa ja 8 kättä”, jolloin ryhmän pitää muodostaa patsas, jolla on 15 jalkaa ja 8 kättä maassa. Muut jalat ja kädet eivät saa koskettaa maata.

### ✚ Perhosleikki

Tarkoitus:

Lisätä luottamusta ja turvallisuutta ryhmässä

Tarvikkeet:

Sokkoliinoja, avara tila

Ohjeet:

Kaikilta sidotaan silmät ja ohjaaja ohjeistaa kaikkia olemaan puhumatta leikin ajan. Ohjaaja korostaa leikin alussa varovaisuutta ja on jo aiemmin valinnut perhosen ja selittänyt leikin idean niin, ettei kukaan muu sitä tiedä. Leikin idea on se, että koko ryhmä liikkuu tilassa silmät sidottuina. Vain perhonen itse tietää olevansa perhonen ja

kun hän törmää ihmiseen, ohjaa hän tämän ryömimään hänen haarojensa läpi perhosen selkäpuolelle ja ottamaan kiinni perhosen hartioista. Tämän jälkeen he liikkuvat letkassa ja aina uuteen ihmiseen törmätessään ohjaavat ihmisen haarojen läpi ryömien letkan perälle. Leikki jatkuu niin kauan, kunnes viimeinenkin on kiinni letkassa.

Ideana on, että vain perhonen tietää olevansa perhonen ja hän tietää myös leikin idean. Tarkoituksena on sokkona toinen toisiaan ohjaten saada aikaan pitkä letka.

## **YHTEISTOIMINTA**

Yhteistoiminta harjoitteet ovat tehtäviä, joilla on selkeä tavoite. Yhteistoiminta harjoitteiden tavoitteena on kannustaa ryhmää toimimaan yhdessä ja esimerkiksi ratkaisemaan ongelman. Toimintojen tavoitteena on saada jokainen ryhmäläinen osallistumaan harjoituksen suorittamiseen. Yhdessä koetut ja jaetut hetket yhdistävät ryhmän ja näin ollen kasasta yksilöitä tulee yksi ryhmä. Yhdessä kokeminen on hauskaa, mutta lisäksi osallistujat tutustuvat toisiinsa aivan uudella tavalla. Yleensä toisissa huomaa aivan uusia piirteitä ja ryhmän roolit saattavat muuttua.

Ryhmän turvallisuusasteen on oltava hyvä, että ihmiset voivat vapautua ja toimia avoimesti ryhmässä. Tärkeintä on että ryhmäläiset alkavat tuntea kuuluvansa tähän ryhmään. Parhaassa tapauksessa yhteenkuuluvuus, ryhmän ainutlaatuisuus ja tunteet ryhmää kohtaan vahvistuvat. Toimintaharjoitteet puretaan ohjaajan valitsemalla menetelmällä.

### **🔻 Paimen**

Tarkoitus:

Toimimia ryhmänä

Tarvikkeet:

Sokkoliinoja, kenttä



Ohjeet:

Leikkijöiden silmät peitetään liinoilla ja annetaan hetki aikaa pohtia tehtävän toteutusta. Heille kerrotaan, että yksi heistä tulee olemaan paimen ja muut ovat lampaita.

Paimen näkee, mutta ei pysty liikkumaan. Lampaat ja paimen voivat kommunikoida vain lampaan kielellä eli määkimällä. Paimenen tehtävä on saada lampaansa aitaukseen, joko olemalla itse mukana tai ei. Tämä riippuu leikkijöiden päätöksestä. Tämän jälkeen leikkijät pyörivät ympyrässä muutaman kierroksen, kunnes lähtevät jokainen kulkemaan sokkona niin kauas kuin itsestä tuntuu hyvältä. Pyörimisen aikana ohjaaja käy tekemässä aitauksen esimerkiksi naruista. Ohjaaja myös valitsee lampaiden joukosta paimenen, kunhan he ovat aikansa vaellelleet kentällä. Paimen saa ottaa liinan silmiltään ja tehtävä voi alkaa. Tehtävä suoritetaan leikkijöiden sopimalla tavalla.

### ➤ Kuviot

Tarkoitus:

Tehtävän tarkoituksena on muodostaa kuvioita, niin että jokainen ryhmäläinen löytää paikkansa ja osallistuu kuvion tekoon. Tehtävä kannustaa yhteistyöhön ja ongelmanratkaisuun.

Tarvikkeet:

Liinoja silmien peitoksi, narua, tilava alue tai kenttä

Ohjeet:

Ohjaaja kertoo osallistujille, että he ovat joutuneet pimeään vankileiriin, josta pääsee pois vain salaisen kuvion avulla. Kuvio on muodostettava osallistujilla itselleen. Kuvioita voi olla erilaisia kuten neliö, kolmio, jana ym. Kuviot voidaan muodostaa siten, että esimerkiksi

➤ neliössä neljä henkilöä on neliön kulmat ja loput sivuja

➤ kolmiossa kolme ovat kulmia ja loput sivuja



➡ jana, jossa jokaisen osallistujan välillä on kaksi metriä

Ohjaajan tulee kertoa yksityiskohdat tarkkaan ennen leikin alkua ja muistuttaa ohjattavinaan säännöistä tarvittaessa. Naruja ja köysiä voidaan käyttää esimerkiksi sivujen mittana.

Purku:

Purussa voidaan käsitellä seuraavia kysymyksiä:

- ➡ miten onnistuttiin?
- ➡ mikä oli hauskaa?
- ➡ miksi onnistuttiin/epäonnistuttiin?
- ➡ miltä tuntui olla sokkona?
- ➡ miltä tehtävä tuntui?
- ➡ miltä lopputuloksen näkeminen tuntui?
- ➡ miltä tuntui keksiä ratkaisu tehtävään?

### ➡Tornin rakennus

Tarkoitus:

Tornin rakentamisen tarkoituksena on rakentaa mahdollisimman suuri torni A4 paperiarkeista.

Tarvikkeet:

20 kpl A4 paperiarkkia

Ohjeet:

Ohjaaja kertoo ryhmälle kehyskertomuksen, että osallistujien tulee rakentaa mahdollisimman suuri torni paperiarkeista tornien rakentamisen maailmanmestaruus kisoissa. Papereita saa taitella, mutta ei repiä. Ohjaajan tehtävänä on seurata ryhmän suoritusta.

Purku:

Ohjaaja purkaa kysymällä esimerkiksi seuraavia kysymyksiä,

- mitä tunteita tehtävän suoritus herätti? (onnistumisen ilo, epäonnistumisen tunne, ratkaisun keksimisen mielihyvä)
- miltä tehtävän tekeminen tuntui?
- miltä ratkaisun keksiminen tuntui?
- miltä tuntui saada tehtävä päätökseen?

## ➤ Palapeli

Tarkoitus:

Ryhmäläiset kokoavat palapelin niin, että puolet ryhmästä ovat näkeviä ja puolet sokeita.

Tarvikkeet:

Iso palapeli, jossa noin 6-12 palasta.

Ohjeet:

Ohjaaja kertoo ryhmäläisille kehyskertomuksen, että he ovat joutuneet lohikäärmeen vangiksi ja ainoa mahdollisuus paeta on koota lohikäärmeluolan lattia kokoon. Vain sokeat ryhmäläiset saavat koskea paloihin ja näkevien tulee antaa ohjeita palapelin kokoamiseksi. Ohjaajan tehtävä on seurata tehtävän suoritusta ja kääntää väärinpäin kääntyneet palat oikeinpäin.

Purku:

Purussa olisi hyvä käydä läpi seuraavia asioita,

- miltä sokeana olo tuntui?
- miltä tuntui saada/antaa ohjeita?
- miltä tuntui auttaa toisia?
- miltä tuntui ottaa vastaan apua?
- miltä tuntui kun ei saanut ohjeita?

## ➤ Pako

Tarkoitus:

Päästä pois köydellä rajatulta alueelta, lankkua apuna käyttäen. Alue rajataan esimerkiksi puiden väliin kahden metrin korkeuteen. Tarkoituksena on vahvistaa ryhmän kesken luottamusta ja turvallisuutta.

Tarvikkeet:

Lankku ja köysi.

Ohjeet:

Ohjaaja on aidannut tietyn alueen noin kahden metrin korkeudella maasta. Hän johdattaa ryhmän aidatun alueen sisäpuolelle ja kertoo kehystarinan. Teidät on vangittu tälle alueelle ja teidän on päästävä sieltä pois ennen kuin vangitsijanne saapuvat. Apunanne saatte käyttää tätä lankkua. Puut ja köysi ovat sähköistettyjä, joten ette voi käyttää niitä apunanne. Ohjaaja seuraa tehtävän suoritusta.

Purku:

Purkamisessa kannattaa kysellä esimerkiksi:

- ➡ miltä tuntui luottaa toiseen?
- ➡ miltä tuntui antaa apua ja vastaanottaa sitä?
- ➡ miltä tuntui löytää ratkaisu tehtävään?

### ➡ **Hämähäkinseitti**

Tarkoitus:

Ryhmän täytyy päästä hämähäkinseitin läpi, niin että yhtä aukkoa voidaan käyttää vain kerran.

Tarvikkeet:

Narua tai köyttä

Ohjeet:

Seitti rakennetaan kahden puun tai tolpan väliin. Ohjaaja määrittelee minkä kokoisia aukot ovat. Aukkoja tulisi olla yhtä monta kuin ryhmäläisiäkin tai enemmän. Ohjaaja kertoo ryhmälle kehystarkoituksen, että kaikkien ryhmäläisten tulisi päästä hämähäkinseitin läpi. Hämähäkki asuu puussa ja jos puihin tai seittiin osutaan liian kovaa

hämähäkki herää ja hyökkää. Ryhmäläisille on myös ohjeistettava, että toiselta puolelta saa auttaa vasta sitten kuin sinne on päässyt. Ryhmän on vastattava omasta turvallisuudestaan.

Purku:

- miltä tuntui luottaa toiseen?
- mitä tunteita tehtävä herätti?

### ➤ Sokkomatka

Tarkoitus:

Ryhmän tulee löytää sokkona liina matkan päästä, kunhan he ovat ensin saaneet tutkia reittiä ja tehdä suunnitelman kuinka tehtävä suoritetaan. Tarkoituksena on ryhmän suunnittelu ja organisointikyvyn harjoittaminen.

Tarvikkeet:

Jokaiselle sokkoliina, sekä yksi ylimääräinen liina.

Ohjeet:

Etsitään tasainen maasto, jossa on muutamia puita tai muita kiintopisteitä. Yli määräinen liina kiinnitetään noin 50–100 metrin päähän alkupisteestä. Ryhmän tulee löytää sokeana liina, niin että lopussa jokainen on liinan luona. Ryhmä saa ennen tehtävän aloittamista tutustua maastoon ja suunnitella kuinka he aikovat suorittaa tehtävän. Suunnitelman valmistuttua ryhmäläiset ilmoittavat ohjaajalle ja tehtävän suoritus alkaa. Liinat sidotaan ryhmäläisille silmien peitoksi ja ryhmä lähtee etsimään reittiä liinan luo. Ohjaaja huolehtii ettei ryhmä ajaudu vaaralliselle alueelle.

Purku:

Esimerkki kysymyksiä:

- miltä tuntui keksiä reitti liinan luo?
- miltä liinan löytyminen tuntui?
- miltä sokkona olo tuntui?

### ➤ Pommin purku

Tarkoitus:

Tarkoituksena on yhteistyössä ”purkaa pommi”.

Tarvikkeet:

40 metrin köysi, kaksi 15 metrin köyttä ja ”pommi”, esimerkiksi pullokori

Ohjeet:

Ohjaaja valmistelee tehtävän rajaamalla nelikulmaisen alueen esimerkiksi puita apuna käyttäen. Yksi neliön sivu on noin 8 metriä. Keskelle aluetta asetetaan virvoitusjuomakori. Ohjaaja kertoo kehyskertomuksen ryhmälle. ”Tämän alueen sisällä on pommi, joka ei ole vielä räjähtänyt. Teillä on apuna kaksi köyttä, joilla teidän tulee purkaa pommi. Rajatulle alueelle ei saa astua, sillä pommi voi räjähtää. Teidän on saatava kori pois liikuttamatta sitä maata myöten. Kun pommi on kerran saatu ilmaan, sitä ei saa enää tiputtaa maahan.” Tämän jälkeen ryhmäläiset aloittavat tehtävän ja ohjaaja seuraa tehtävän suoritusta.

Purku:

Ohjaaja kyselee esimerkiksi,

- ➡ miltä ratkaisun löytyminen tuntui?
- ➡ kuinka ryhmätyö onnistui?
- ➡ kuinka ratkaisu mielestänne toimi?

### ➡ Patsaat

Tarkoitus:

Ryhmä luo itsestään erilaisia patsaista yhteistyön ja luovuuden avulla.

Ohjeet:

Ohjaaja kertoo ryhmäläisille, minkälaisia patsaita heidän tulee tehdä. Aiheita voivat olla:

- ➡ meidän ryhmä
- ➡ meidän koulu/leiri
- ➡ ilo/suru/pelko/viha/onni/rauha

➤ kaunis/rohkea/viisas/nopea

➤ auto/koira/pöytä/tietokone

### ➤ **Solmu**

Tarkoitus:

Ryhmän tulee yhteistyöllä ratkaista ongelma.

Ohjeet:

Ryhmäläiset menevät ympyrä muodostelmaan. Ympyrämuodostelmasta lähdetään kävelemään kädet eteenpäin ojennettuina kohti ympyrän keskipistettä. Jokaisen tulisi ottaa kädestä kiinni toista henkilöä, kuitenkin niin että molemmissa käsissä on eri henkilöt. Kun jokaisen käsi on jonkun toisen kädessä kiinni, ryhdytään avaamaan solmua ja selvittämään lopputulosta.

## **MYÖNTEISYYSHARJOITUKSET**

Myönteisyysharjoitusten ideana on antaa ihmisille elämyksiä minuudesta, sekä ihmisyydestä. Elämykset ovat sellaisia, joita jokaisen tulisi kokea elämänsä aikana, jotta voi elää tyytyväistä elämää. Tällaisia kokemuksia ovat esimerkiksi tunne siitä, että minulla on paljon hyviä ominaisuuksia ja taitoja, tietoisuus siitä että on arvokas, minusta välitetään ja olen tervetullut ryhmään. Harjoitteet perustuvat todellisuuteen ja niissä saadaan aikaan samanlaisia kokemuksia kuin arjen tilanteissa. Tärkeää näissä harjoitteissa on myönteisen palautteen antaminen, sen vastaanottaminen, välittäminen ja myönteisten puolien näkeminen. Purku ei ole välttämätön, mutta jos puretaan, on kiinnitettävä huomiota mitä tunteita myönteisen palautteen saaminen ja vastaanottaminen herätti.

### ➤ **Selkälaput**

Tarkoitus:

Osallistujat kirjoittavat toisten selkiin kiinnitettyihin lappuihin myönteistä palautetta.

Tarvikkeet:

Paperia, kyniä ja maalarinteippiä

Ohjeet:

Jokainen osallistuja saa lapun, joka kiinnitetään maalarinteipillä selkään. Jokaisen osallistujan selkään käydään kirjoittamassa jotakin myönteistä hänestä. Asia voi koskea mitä tahansa, luonnetta, taitoja tai persoonaa. Ohjaajan tulee huomioida, ettei joku jää ilman palautetta. Tehtävän voi myös suorittaa ympyrässä istumalla, jolloin laput kiertävät jokaiselle.

### 👉 Onnitelut

Tarkoitus:

Järjestää onnitteluseremonia jostakin myönteisestä syystä.

Tarvikkeet:

Mitä ryhmäläiset toivovat, paperia, kyniä, kasvovärejä, serpentiiniä

Ohjeet:

Jokainen ryhmäläinen menee vuorollaan oven taakse ja astuu sisälle huoneeseen, kun hänet kutsutaan. Henkilön ollessa poissa, keksitään yhdessä syy, miksi henkilöä onnitellaan ja hänelle järjestetään onnitelujuhlat. Valmisteluaikaa annetaan noin 5 minuuttia. Kun valmistelut on tehty, henkilö kutsutaan huoneeseen ja juhlat alkavat. Syy onniteluun voi olla mikä tahansa, kuten hänen persoonansa, kykynsä, ominaisuutensa tai taitonsa. Jokainen ryhmäläinen käy vuorollaan omilla juhlissaan.

## PURKU JA ARVIOINTI

Purku on tärkeää seikkailukasvatuksellisia harjoitteita tehdessä. Se on yhtä oleellinen osa seikkailukasvatusta, kuin itse harjoitteetkin. Purku tulisi tehdä mahdollisimman pian harjoitteiden jälkeen ja niiden välissä. Se toimii yhtenä turvallisuustekijänä, sillä purun avulla osallistujat pääsevät ilmaisemaan tunteitaan kertoen, miltä harjoitteet heistä tuntuivat. Samalla ryhmä saa tietoa myös toistensa ajatuksista ja tunteista. Pu-



run ja arvioinnin avulla harjoitteiden vetäjä saa palautetta toiminnasta, mutta vielä tärkeämpää on se, että itse ryhmän jäsenet saavat palautteen omasta toiminnastaan. Palautteen ja harjoitteiden käsittelyn avulla ryhmä mahdollisesti oppii, mitä seuraavalla kerralla kannattaa tehdä toisin. Purkutapa riippuu tehdystä harjoitteesta ja ryhmän elinkaaren vaiheesta. Purun ja arvioinnin voi tehdä suullisesti tai esimerkiksi erilaisten harjoitteiden avulla. Kaikkien seuraavien harjoitteiden tarkoitus on siis kartoittaa ryhmän jäsenten tunteita ja ajatuksia.

### ➔ Hedelmäsalaatti 2

Ohjeet:

Idea on sama, kuin tutustumisleikkien hedelmäsalaatissa. Ryhmä muodostaa piirin, jonka keskellä seisoo yksi henkilö. Keskellä oleva sanoo erilaisia väittämiä ja ne, jotka tunnistavat väittämästä itsensä, lähtevät paikaltaan tavoitteena ehtiä jonkin toisen liikkeellä olevan ryhmäläisen paikalle. Myös keskellä olija pyrkii kerkeämään jonkun liikkeellä olevan paikalle ennen toista. Se, joka jää ilman paikkaa, joutuu keskelle. Purussa hedelmäsalaatin keskellä olijan on ainakin aluksi hyvä olla itse ohjaaja, myös jatkossa ohjaaja voi olla se, joka esittää kysymyksiä ja väittämiä, vaikka keskellä olisi joku muu. Toki jos keskellä olija haluaa, voi hän itse esittää kysymykset.

Ohjaaja siis esittää tehtyyn harjoitteeseen liittyviä kysymyksiä ja väittämiä, joiden avulla hän saa esille ryhmäläisten tunteita ja ajatuksia. Hän voi huutaa esimerkiksi ”Harjoite onnistui mielestäni hyvin” tai ”Minulla on hyvä fiilis harjoitteen vuoksi”. Riippuen ryhmästä, ohjaaja voi pikkuhiljaa syventää väittämien ja kysymysten tasoa.

### ➔ Arvojanat

Ohjeet:

Ohjaaja kertoo janan sijainnin ja sen, että toisessa päässä janaa on negatiivinen puoli ja toisessa positiivinen. Janan päät voidaan nimetä myös numeerisesti siten, että toisessa on numero 1 ja toisessa 10. Arvojanan idea on se, että ohjaaja esittää kysymyksiä tai väittämiä ja pyytää ryhmäläisiä sijoittumaan janalle sen mukaan, mihin he kokevat kuuluvansa. Väittämät voi olla esimerkiksi seuraavanlaisia: Tehty harjoite onnistui mielestäni hyvin, Minua jännitti, Opin uutta itsestäni harjoitteen aikana, ym.

Kun ryhmäläiset ovat asettuneet janalle aina jokaisen väittämän jälkeen, voi ohjaaja tarkentaa vastauksia kysymällä joiltakin ryhmän jäseniltä, miksi he ovat sijoittuneet juuri siihen kohtaan janaa.

### ➔ **Nimetön palaute**

Tarvikkeet:

Paperia ja kyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on kirjoittanut valmiiksi kysymyksiä, joihin haluaa ryhmän jäseniltä nimettömät vastaukset. On kuitenkin hyvä korostaa, että kysymysten perään voi jokainen lisäksi kirjoittaa myös vapaasti omia ajatuksiaan ja lappuun voi laittaa nimen jos ehdottomasti haluaa. Lopuksi laput kerätään ja ohjaaja lukee vastaukset ääneen, jotta kaikki saavat tietää myös muiden ajatukset.

### ➔ **Galleriakävely**

Tarvikkeet:

Kartonkeja ja kyniä

Ohjeet:

Ohjaaja on jo valmiiksi kirjoittanut kartonkeihin otsikot, joissa tiedustellaan ajatuksia ja fiiliksiä. Otsikkoina voi olla esimerkiksi seuraavia lauseita: Minä pidin.., Minä en pitänyt.., Olisin toivonut.., Jatkossa haluaisin.., Parasta oli.., Onnistuin mielestäni.., ym.

Kartongit sijoitetaan siten, että jokainen voi rauhassa käydä niihin kirjoittamassa mietteitään. Kun kaikki ovat kirjoittaneet ajatuksensa jokaiseen kartonkiin, suoritetaan galleriakävely. Kävely voidaan tehdä koko porukan kanssa, mikäli tilat antavat myöten, muuten pienryhmät voivat olla hyvä idea. Galleriakävelyssä joku lukee kartonkiin kirjoitetut ajatukset ääneen ja niistä keskustellaan, mikäli keskustelua syntyy. Ohjaaja voi halutessaan esittää tarkentavia kysymyksiä.

### ➔ **Pienryhmäkeskustelu**

Tarvikkeet:

Paperia ja kyniä

Ohjeet:

Ryhmä jaetaan pienryhmiin, joissa jäsenet keskustelevat tehdystä harjoitteesta. Esille tulleet ajatukset pienryhmät kirjoittavat ylös. Ohjaajan on hyvä ollut jo valmiiksi laittaa esille kysymyksiä, joihin hän haluaa ryhmältä vastaukset. Kun pienryhmät ovat valmiita, käydään jokaisen ryhmän ajatukset vuorotellen läpi.

Pienryhmäkeskustelu saattaa toimia vähän oudommallakin ryhmällä, sillä pienemmässä ryhmässä jäsenten on helpompi avautua. Vaarana saattaa tosin olla se, että kuitenkin hiljaisempien jäsenten ajatukset jäävät vähemmälle huomiolle. Ohjaajan onkin hyvä hieman tarkkailla, minkälaisia pienryhmiä muodostaa.

### ➔ **Miltä tuntui?**

Ohjeet:

Tämä purkutapa on hyvä ryhmälle, jossa jäsenet tuntevat olonsa turvalliseksi. Ideana on yksinkertaisesti keskustella tehdystä harjoitteesta ja ajatus on sama kuin nimettömässä palautteessa, mutta asiat käydään läpi suullisesti. Tämä purku voi olla helppoin tehdä rennossa ympäristössä, esimerkiksi syödessä tai vaikkapa leiritulen ääressä.

### ➔ **Peukku**

Ohjeet:

Ohjaaja ohjeistaa harjoitteen ja pyytää ryhmää sulkemaan silmänsä. Ideana on, että ohjaaja sanoo väittämiä ja ryhmän jäsenet nostavat peukun ylös, vaakatasoon tai laskevat alas, sen mukaan mitä mieltä he väittämästä ovat. Tällä tavoin ohjaaja saa palautteen toiminnasta ja ryhmäläiset pääsevät kertomaan mielipiteensä ilman, että kukaan näkee mitä mieltä toiset ovat. Peukkua on hyvä käyttää sellaisissa tilanteissa, jolloin ryhmän keskinäinen tunteiden vaihtaminen ei ole tärkeää, vaan lähinnä ohjaaja itse kaipaa palautetta.

## ➔ Kolmas persoona

Tarvikkeet:

Jonkinlainen esine kuvaamaan kolmatta persoona, esim. käpy

Ohjeet:

Jokaisella ryhmän jäsenellä on esine, jonka kautta hän voi kuvata kolmannen persoonan kautta tunteitaan. Esine voi olla esimerkiksi käpy. Kun harjoitteen jälkeen suoritetaan purku, kertovat ryhmäläiset tunteitaan kävyn kautta tyyliin: "Kalle-käpy on iloinen, koska..". Kolmannen persoonan kautta tunteiden kuvaileminen voi olla helpompaa, sillä silloin kukaan ei varsinaisesti kerro suoraan omista tunteistaan vaan liittää ne ulkopuoliseen osapuoleen.

## LOPUKSI

Oppaan tarkoitus on antaa ideoita seikkailutoiminnan toteuttamiseen. Ohjaaja voi valita ryhmälleen sopivia harjoitteita ryhmän elinkaaren mukaisesti. Tarkoituksena ei ole siis käydä koko opasta läpi yhden ryhmän kanssa, vaan valita sopivia menetelmiä ohjattavilleen. Seikkailukasvatuksella on mahdollisuuksia saada aikaan tiiviitä ryhmiä ja kasvattaa luottamusta erilaisten ihmistenkin kesken. Lisäksi se on hyvä tapa saada sekoitettua pakkaa, koska ryhmän roolit voivat muuttua paljonkin toiminnan aikana.

Toivomme, että opas antaa paljon ideoita ja innostusta seikkailutoiminnan toteuttamiseen.

*Sinusta itsestäsi löytyy ikävöimäsi toinen todellisuus.*

*En voi antaa sinulle mitään, mitä sinussa ei jo ole.*

*En voi avata mitään muita kuvia kuin oman sielusi.*

*Voin antaa sinulle mahdollisuuden, impulssin, avaimen.*

*Siinä kaikki.*

*(Herman Hesse)*

## LÄHTEET

Aalto Mikko 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Karppinen Seppo J A. 2005. Seikkailullinen vuosi haastavassa luokassa : etnografinen toimintatutkimus seikkailu- ja elämyspedagogiikasta. Oulun yliopisto. Oulu

Kaukkila Veli, Lehtonen Elisa 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Mainostoimisto Visuviestintä Oy. Taina Ståhl. Dark Oy.

Kokljuschin Mikael. 1999. Seikkailuun- Varhaiskasvatuksen seikkailukirja. Tampere: Tammer- Paino oy.