

Miia Häkkinen

NUORTEN KOKEMUKSIA TUKEE! -HANKKEEN TYÖPAJOISTA
KEVÄÄLLÄ 2019

Sosiaalialan koulutusohjelma
2019

NUORTEN KOKEMUKSIA TUKEE! -HANKKEEN TYÖPAJOISTA KEVÄÄLLÄ 2019

Häkkinen, Miia
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2019
Sivumäärä: 36
Liitteitä: 4

Asiasanat: TUKEE! -hanke, neuropsykiatriset häiriöt, sosiaaliset taidot, kehollisuus, kulttuuri, eläinavusteisuus.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millaisia kokemuksia TUKEE! -hankkeen työpajoihin osallistuneilla nuorilla heräsi työpajojen tarpeellisuudesta heille itselleen. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa TUKEE! -hankkeelle siitä, miten nuoret kokivat työpajatoiminnan eri päivinä, ja millaista palautetta nuoret antoivat työpajapäivistä. Tieto auttaa hanketta arvioimaan toteutuksen onnistumista ja näin ollen kehittämään tulevaa toimintaa oikeaan suuntaan.

Työpajat olivat suunnattu 16-25 -vuotiaille kohdennetun mielenterveydellisen tuen tarpeessa oleville nuorille, joiden oirehdinta liittyi joko neuropsykiatrisiin tai käyttäytymisen häiriöiden aiheuttamiin haasteisiin. TUKEE! -hanke järjesti kolme erillistä työpajapäivää kevään 2019 aikana. Työpajojen aiheina olivat kehollisuus, sosiaaliset taidot sekä taide, kulttuuri ja eläinavusteisuus. Nuorilta kerättiin työpajoista palautetta nimettömästi TUKEE! -hanketiimin valmiiksi laatimalla palautelomakkeella. Kolmessa työpajassa jaettiin yhteensä 67 palautelomaketta, joista 40 palautui täytettyinä. Näin ollen tutkimuksen koko vastausprosentti oli 60 prosenttia.

Tutkimus oli luonteeltaan kvalitatiivinen. Analyysimenetelmä tutkimuksessa oli sisälönanalyysi. Tutkimuksessa selvisi, että nuoret kokivat yhdessä tehdyt harjoitukset, vuorovaikutuksen ja rentoutumisen positiivisena asiana työpajoissa. Myös eläinten kanssa oleminen oli nuorten mielestä pääosin helppoa ja mukavaa. Kohderyhmässä koettiin myös tärkeäksi, että ohjeistukset liittyen tekemiseen annettiin selkeästi. Negatiivista palautetta annettiin suhteessa vähemmän kuin positiivista. Muutama negatiivinen palaute annettiin palautelapun täyttämisestä. Negatiivista palautetta annettiin myös liiasta odottamisesta ja seisoskelusta. Työpajoihin osallistuneet nuoret olivat kuitenkin palautelomakkeiden mukaan pääosin tyytyväisiä työpajoihin.

YOUTH'S EXPERIENCES FROM TUKEE! -WORKSHOPS IN SPRING 2019

Häkkinen, Miia

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services, Bachelor of Social Services

November 2019

Number of pages: 36

Appendices: 4

Keywords: TUKEE! -project, neurophysical disorders, social skills, body, culture, animal-assisted therapy.

The purpose of this thesis was to find out what kind of thoughts the youth got from TUKEE! -project workshops. The aim is to produce information to SUPPORT! -project on how young people experienced the workshops and were it useful for them. The information helps the project evaluate the success of the implementation and hence improve plans for the future of TUKEE! -project.

The target group of the project was young people from 16 to 25 of age who have a kind of neurophysical development disorder or challenges with mental health. TUKEE! -project organized three workshops during spring 2019. The topics of the workshops were body, social skills, art, culture and animal-assisted therapy. Anonymous feedback was collected from the youth at workshops. The project team had prepared feedback forms with open questions. 67 young participated in the workshops and 40 young people returned the completed feedback form. The response percent was 60.

The research's nature was qualitative. The method of analysis was content analysis. The young people felt that doing the exercises together, to communicate and to relax were positive things in the workshops. The young people also found was it easy and comfortable to spend time with animals. It was also considered important to youth that the instructions were given clearly. Negative feedback was given less than positive. Some negative feedback was given about the filling of feedback forms. Negative feedback was also given on excessive waiting and standing up. However, according to the feedback forms, the young people who participated in the workshops were mainly satisfied with the workshops.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TUKEE! -HANKKEEN LÄHTÖKOHDAT.....	7
2.1	TUKEE! -hanke	7
2.2	Hankkeen kohderyhmä	8
3	HANKKEEN TYÖPAJAT.....	11
3.1	Kehollisuus, kehotietoisuus	11
3.1.1	Somebody-menetelmä	11
3.2	Sosiaaliset taidot	12
3.3	Taidelähtöiset menetelmät	13
4	TARCOITUS, TAVOITTEET, TUTKIMUSTEHTÄVÄT.....	15
5	AINEISTON HANKINTA JA ANALYSOINTI.....	16
6	TULOKSET	18
6.1	Kehollisuutta käsittelevä työpaja	18
6.2	Sosiaalisia taitoja käsittelevä työpaja.....	20
6.3	Taidetta, kulttuuria ja eläinavusteisuutta käsittelevä työpaja	22
7	TULOSTEN POHDINTA	25
7.1	Tulosten tarkastelu	25
7.2	Tutkimuksen eettisyys	29
7.3	Tutkimuksen luotettavuus.....	31
7.4	Oma ammatillinen kehittymiseni.....	33
	LÄHTEET.....	34
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Neuropsykiatrisia pulmia ja mielenterveyden haasteita omaavien määrä on koko ajan kasvussa (Lämsä 2017). Nykyajan työelämä vaatii työntekijältä valtavaa tehokkuutta ja joustavuutta, jonka takia useampi nuori putoaa koulutuksen ja työelämän rattaista, koska ei pysty vastaamaan niiden asettamiin haasteisiin. Nuorten osallisuuden haasteisiin ja syrjäytymisen uhkaan on tärkeää puuttua mahdollisimman aikaisin, jotta nuori saadaan osaksi yhteiskuntaa. Syrjäytymisellä tarkoitetaan sitä, että henkilö jää yhteiskunnan järjestelmien ulkopuolelle, kuten työelämä ja koulutus (THL 2019). Tästä seuraa usein negatiivisia vaikutuksia hyvinvointiin ja sosiaaliseen elämään. Mikäli ennaltaehkäisevät toimet riittävät nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä ja osallisuuden lisäämisessä, myös yhteiskunnalliset kustannukset laskevat.

Työkentällä näistä nuorista, jotka putoavat pois tavallisesta työelämästä tai koulutuksesta, käytetään nimitystä ”väliinputoajat”. Kaikilla näillä nuorilla ei välttämättä ole edes diagnoosia vaan heidän yksittäiset oireilunsa vaikuttavat osallisuuteen. Kokemukseni mukaan, nämä nuoret eivät halua, eivätkä välttämättä edes kuulu erityisryhmien työtoimintapaikkoihin, mutta eivät välttämättä pärjää todella hektisessä työelämässäkään. Näiden nuorten riski syrjäytyä on suuri. Olisi todella tärkeää löytää heille oma paikka, jossa he saisivat rauhassa kehittyä, saada positiivisia kokemuksia ja tuntea olevansa osallisia yhteiskuntaan. Minusta on tärkeää olla kehittämässä ja muovaa-massa näille nuorille palveluita, jotka auttavat heitä yksilöllisesti opiskelu- ja työelämän haasteissa. Opinnäytetyöni myötä pyrin selvittämään itselleni ammattilaisena, miten nuorilla nykyään menee, ja millaista tukea ja apua he itse kaipaavat.

Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Satakunnan ammattikorkeakoulun TUKEE! -hankkeen parissa. TUKEE! -hankkeen tarkoituksena on kehittää jo olemassa olevien käytäntöjen vierelle uusia jalkautuvia, elämyksellisiä ja kokemusrikkaita työpajoja nuorille, joissa on hyödynnetty myös kolmatta ja yksityistä sektoria. Hankkeen tavoitteena ovat nuorten osallisuuden lisääminen ja syrjäytymisen ehkäiseminen sekä mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevien nuorten yksilöllinen tukeminen. (TUKEE! -hankesuunnitelma 2017) Tutkimuksen kohderyhmänä ovat 16-25 -vuotiaat kohdenne-tun mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevat nuoret (neuropsykiatrisesti oireilevat ja

käyttäytymisen häiriöistä kärsivät). Opinnäytetyöni tarkoituksena on ottaa selvää nuorten omista kokemuksista TUKEE! -hankkeen työpajatoiminnasta. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa ja palautetta TUKEE! -hankkeen työtiimille työpajoista kerätyistä palautteista ja näin ollen mahdollistaa hankkeen arviointi ja kehittäminen.

2 TUKEE! -HANKKEEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 TUKEE! -hanke

TUKEE! -hanke on Satakunnan ammattikorkeakoulun kolmivuotinen osallisuutta tukeva ja syrjäytymistä ehkäisevä hanke. Hanke on käynnistetty 1.9.2017 ja sen arvioitu päättymispäivä on 31.3.2020. Hanketta rahoittaa Euroopan sosiaalirahasto. Hankkeen toteuttajina Satakunnan ammattikorkeakoulun ohella ovat Euran kunta, Lasten ja nuorten Kilpi, Porin kaupungin psykososiaaliset palvelut, Sataedu ja Tukiranka ry. (Valtokivi 2018)

Hankkeen tavoitteena on tukea mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevia nuoria ja ehkäistä heidän syrjäytymistään. Nuorten omien mielipiteiden kuuleminen vahvemmin heille tarkoitettujen palveluiden kehittämisessä on keskeisenä osana hanketta. Hankkeen kautta ammatillaiset puolestaan oppivat uusia, elämyksellisiä ja motivoivia työtapoja, joiden avulla nuoria pystytään tukemaan entistä paremmin heidän omassa arjessaan. (TUKEE! -hankesuunnitelma 2017)

Hankkeessa luodaan ja ohjataan hyödyntämään uusia sektorirajat ylittäviä elämyksellisiä ja kokemuksellisia työpajoja nuorille. Hankkeen tarkoituksena on kehittää ja viedä jalkautuvia palveluita nuoria motivoiviin ympäristöihin. Hanke pyrkii hyödyntämään erityisesti kolmannen sektorin ja yksityissektorin toimijoita monialaisen ja -ammattillisen yhteistyön kehittämisessä. Nuorten kanssa työskenteleville ammatillaisille tarjotaan tarvittavaa tukea, työnohjausta ja mentorointia. Hanke tarjoaa ammatillaisille myös moniammatillista kehittymistä ja yhteistyötä toisten ammatillaisten kanssa. (TUKEE! -hankesuunnitelma 2017)

Hankkeen keskeisimpinä työmuotoina ovat toiminnalliset työpajat. Työpajojen ajatuksena on se, että nuoret saavat kokeilla ja löytää heitä parhaiten palvelevia menetelmiä sekä ammatillaisille uusien näkökulmien ja ideoiden kartuttaminen. Syksyllä 2018 työpajojen aiheet olivat elämyksellisyys ja seikkailullisuus, neuropsykiatristen pulmien huomioiminen ohjaustyössä sekä pelillisyyden hyödyntäminen nuorten parissa. Keväällä 2019 työpajojen aiheet olivat kehollisuus, sosiaaliset taidot ja taidelähtöiset

menetelmät. Muita keskeisiä työmuotoja työpajojen lisäksi ovat monialainen työnohjaus, mentorointi, yhteistyöfoorumit ja koutsaus. (TUKEE! -hankesuunnitelma 2017)

2.2 Hankkeen kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmänä on työpajoissa käyneet 16-25 -vuotiaat kohdennetun mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevat nuoret (neuropsykiatrisesti oireilevat ja käyttäytymisen häiriöistä kärsivät), jotka eivät ole korjaavien tukipalveluiden piirissä, mutta lievien oireidensa vuoksi eivät suoriudu koulutuksen ja työelämän haasteista. Korjaavilla tukipalveluilla tarkoitetaan erikoissairaanhoidon ja vammaispalveluja.

Neuropsykiatrisilla häiriöillä tarkoitetaan aivojen kehityksellisiä haasteita. Häiriöt heikentävät mm. henkilön sosiaalista kanssakäymistä, toimintakykyä ja kehitystä. Yleisimpiä neuropsykiatrisia diagnooseja ovat ADHD, ADD, tourette, autismin kirjon häiriöt, pakko-oireiset häiriöt sekä kielelliset erityisvaikeudet. Näistä yleisin ja tunnetuin on ADHD, jota on diagnosoitu 5-8 % väestöstä. Nykyään neuropsykiatrisesti oireilevasta henkilöstä käytetään lyhennettä nepsy. (Coronaria 2019)

ADHD on tarkkaamattomuutena, yliaktiivisuutena ja impulsiivisena käytöksenä ilmenevä häiriö. Tarkkaavaisuuden haasteet ilmenevät keskittymisvaikeuksina, vaikeutena seurata ohjeita, pitkäkestoisessa toiminnassa ja ärsykeherkkyytenä. Yliaktiivisuus ilmenee liikkumisen jatkuvana tarpeena, levottomuutena ja jatkuvana suorittamisen tarpeena. Impulsiivisuus puolestaan ilmenee erityisesti odottamisen vaikeutena. ADHD-henkilöllä saattaa olla kaikki kolmesta piirteestä tai vain joku niistä, oirekuvat vaihtelevat laajasti. ADHD:ta diagnosoidaan enemmän lapsilla ja nuorilla, mutta myös aikuisiällä on mahdollista saada diagnoosi. Diagnoosin varmistuminen on usein helpotus niin aikuisille kuin lapsillekin, koska silloin niin sanotusti ”huonolle” ja levottomalle käytökselle saadaan selitys. (Käypä hoito www-sivut 2019)

Touretten oireyhtymä ilmenee voimakkuudeltaan ja luonteeltaan erilaisia tic-liikkeinä eli tahdottomina nykimisliikkeitä, joita voivat olla esimerkiksi silmäniskut tai olan kohautukset. Usein pakonomaiset liikkeet kohdistuvat pään alueelle, mutta myös raajojen nykiminen on mahdollista. Myös erilaiset äännähdykset ja tahdottomat sanat saattavat

kuulua oirekuvaan. Tourette ilmenee yleensä jo lapsuudessa tai nuoruudessa ja usein oireet helpottavat hieman aikuisikään tullessa. Väestöstä 0,5-1 prosentilla esiintyy oireyhtymää. Touretten periytyvyys on korkea ja häiriön uskotaan johtuvan keskushermoston motorisia toimintoja säätelevän hermoverkoston häiriöstä. (Korkeila J, Leppämäki S. 2017, 115-125)

Usein touretten oireyhtymän omaava henkilö kykenee pidättelemään oireitaan jonkin aikaa, mutta lopulta oireet tulevat kerralla yhtenä ryppäänä (Joutjärvi 2012). Näkyvien ja kiusallisten oireiden takia henkilöillä voi olla vaikea toimia sosiaalisissa tilanteissa, vaikka henkilön kehityksessä tai aivotoiminnassa ei muuten olisi mitään poikkeavaa. Nykimisoireet ja äännähdykset herättävät ihmisissä kiinnostusta ja usein henkilöt joutuvatkin epämuikavan huomion kohteeksi. Onneksi kuitenkin tietous touretteesta sairautena on kasvanut ja ymmärrys sen mukana lisääntynyt. (Terveyskirjasto 2018)

Autismikirjon häiriön diagnooseja ovat autismi, aspergerin oireyhtymä, rettin oireyhtymä, disintegratiivinen kehityshäiriö ja epätyypillinen autismi. Autismikirjon häiriö on aivojen neurobiologinen kehityshäiriö, joka vaikuttaa ihmisen kommunikaatioon ja vuorovaikutukseen sekä aistimaailmaan. Autismikirjon henkilöillä voi olla aistien yli- tai aliherkkyyksiä ja matala stressin sietokyky. (Autismiliiton www-sivut 2019) Myös rajoittuneet, kaavamaiset ja toistuvat käyttäytymismallit ja kiinnostuksen kohteet kuuluvat autismin kirjon oirekuvaan (Moilanen, Mattila, Loukusa & Kielinen 2012). Oireet vaihtelevat yksilöllisesti hyvinkin paljon ja näin ollen myös tuen tarve vaihtelee itsenäisestä paljon tukea tarvitseviin henkilöihin. (Autismiliiton www-sivut 2019)

Pakko-oireiset häiriöt ilmenevät pakkoajatuksina ja/tai pakkotoimintoina, jotka henkilö kokee ahdistaviksi, tai jotka rajoittavat liiaksi elämää. Yleisiä pakko-oireita on esimerkiksi käsien liiallinen peseminen, ovien tarkastaminen tai sanojen toistaminen. Oireileva henkilö ei saa pakkotoimintoja suorittaessaan mielihyvää vaan hänen tavoitteensa on vähentää ahdistusta, joka johtuu asian jatkuvasta miettimisestä. (Terveyskirjaston www-sivut 2018)

Pakko-oireet lievinä ja satunnaisina ovat varsin yleisiä, mutta elämää rajoittavia pakko-oireita arvioidaan olevan n. 2-3% väestöstä. Oireet alkavat usein näkyä

nuoruudessa tai varhaisaikuisuudessa, mutta myös lapsilla on tavattu pakko-oireilua. Erityisesti stressi ja muutokset voivat lisätä oireita. Pakko-oireet saattavat edesauttaa henkilön sairastumista esimerkiksi syömishäiriöön tai alkoholismiin. Pakko-oireilua esiintyy voimakkaana usein myös muissa sairauksissa, kuten masennus, ahdistuneisuushäiriö tai tourette. (Koponen 2017, 331-333.)

Kielellisissä erityisvaikeuksissa (aiemmin kutsuttu dysfasiaksi) lapsen kielen kehitys on viivästynyt tai se kehittyy poikkeavasti. Lapsella voi olla vaikeuksia ymmärtää puhetta tai tuottaa selkeää ja ymmärrettävää puhetta. Usein haasteet huomataan, kun lapsen ensisanat myöhästyvät, sanoja jää pois sanavarastosta ja uusien sanojen oppiminen on haastavaa. Ymmärtämättömyys ja ymmärtämättömäksi tuleminen saattaa aiheuttaa lapsessa turhautumista, jonka takia olisikin tärkeää, että lapsen kanssa käytettäisiin kommunikaatiota tukevia keinoja, kuten tukiviittomat ja kuvat. Noin seitsemällä prosentilla suomalaisista lapsista on todettu kielellinen erityisvaikeus. Yleensä nuoruudessa ja aikuisuudessa kielellisen erityisvaikeuden oirekuva muuttuu positiivisempaan suuntaan ja haasteita tällöin saattavat olla monimutkaisten lauseiden ymmärtäminen ja itsensä ilmaiseminen sanallisesti ja kirjallisesti. (Aivoliitto 2019)

3 HANKKEEN TYÖPAJAT

3.1 Kehollisuus, kehotietoisuus

Ihminen on moninainen kokonaisuus. Ihmisen mieli ja tunteet vaikuttavat kehoon aiheuttaen siinä reaktioita, esimerkiksi jännittäminen voi aiheuttaa käsien hikoilun. Myös kehon aiheuttamat reaktiot kertovat usein tunteista tai mielen sisäisistä ajatuksista. Jatkuva vatsakipu voi kertoa esimerkiksi liiallisesta stressistä ja kuormituksesta. Näin ollen, kokonaisvaltainen hyvinvointi koostuu siitä, että mieli voi hyvin ja keho on kunnossa. Mieli ja keho toimivat tiiviissä yhteistyössä ja on tärkeää tunnistaa niiden välinen yhteys, jotta tiedostaa kehon ja mielen reaktioita. Kehotietoisuus tarkoittaa siis syvää ja kokonaisvaltaista oman kehonsa tiedostamista, hahmottamista, ymmärrystä ja hallintaa. (Keckman & Vaininen 2018)

3.1.1 Somebody-menetelmä

Somebody on Marjo Keckmanin ja Satu Vainisen kehittämä kehotietoisuutta, tunnetaitoja ja sosiaalisten taitojen opettelua ja kehittämistä yhdistävä menetelmä, jota käytetään ennaltaehkäisevässä ja kuntouttavassa työssä. Menetelmän on rahoittanut sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö, terveyden edistämisen määrärahoista vuosina 2015–2017. THL on myöntänyt menetelmälle 350 000€ rahoituksen vuosille 2018-2020, Rahoituksen avulla pyritään laajentamaan menetelmän käyttöä kuntien hyvinvointityössä. Tavoitteena rahoituksen avulla on myös kehittää PerheSomeBodya ja ruokamoduulia sekä arvioida menetelmän vaikuttavuutta. (Somebody [www-sivut](#) 2019)

Menetelmällä edistetään minäkuvan jäsentymistä, hyvinvointia tukevaa asentoa, rentoutumismenetelmiä sekä hengityksen rauhoittamista. Harjoitusten avulla pyritään kehittämään ja löytämään ratkaisuja keskittymiskyvyn ylläpitämiseen ja parempaan oppimiseen. Harjoitusten avulla pyritään löytämään yhteys omaan kehoon ja oman kehon yhteys ympäristöön. Somebody sopii kaikille, mutta erityisen hyödyllinen se on henkilöille, joilla on keskittymisen, oppimisen, sosiaalisten taitojen tai itsetunnon haasteita. Toiminnallisista harjoituksista heränneet ajatukset puretaan ja käsitellään luottamuksellisesti ja huolella pienryhmissä. (Keckman & Vaininen 2018)

Somebody-menetelmän ryhmätoimintaa on toteutettu eri ikäisille useissa eri organisaatioissa Satakunnassa. Toisen asteen opiskelijoille pidetyt ryhmäharjoitukset koettiin pääosin mielekkäiksi ja osallistujien fiilikset muuttuivat selvästi positiivisempaan suuntaan ryhmätoiminnan loppua kohden. Videoaineistojen perusteella osalla osallistujista on tapahtunut selviä muutoksia kehossa vapautuneempaan ja rentoutuneempaan suuntaan. Osa vastaajista koki tunnistavana nyt paremmin kehon reaktioita ja olemaan rennommin fyysisessä kontaktissa toisen henkilön kanssa. Menetelmästä on koettu siis selvää hyötyä kehon ja mielen yhteistyön ymmärtämisessä. (Keckman & Vaininen 2018)

3.2 Sosiaaliset taidot

Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot mielletään usein virheellisesti samaksi asiaksi. Sosiaalisuus tarkoittaa sitä, kuinka henkilö viihtyy muiden seurassa. Sosiaaliset taidot tarkoittavat opittuja taitoja vuorovaikutuksessa; taitoa ja kykyä olla muiden ihmisten seurassa. Sosiaalisia taitoja pystyy siis oppimaan ja kehittämään, kun taas sosiaalisuus nivoutuu enemmän ihmisen temperamenttiin. Sosiaalisuuden ja sosiaalisten taitojen välillä ei siis automaattisesti ole yhteyttä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17)

Sosiaaliset taidot muovaantuvat kokemusten ja kasvatuksen avulla, jota kutsutaan sosiokulttuuralliseksi oppimiseksi (Keltikangas-Järvinen 2010, 18). Näin ollen sosiaaliset taidot eivät ole kaikille ihmisille samanlaisia, vaan ne vaihtelevat esimerkiksi kulttuurin, uskonnon ja ajanjakson vaikutuksesta. Nykyään sosiaalisilta taidoiltaan taitava henkilö mielletään sellaiseksi, joka osaa solmia nopeasti kontaktin erilaisiin ihmisiin, keskustelemaan luontevasti ihmisten seurassa, osaa verkostoitua ja puhua ”small talkia”. (Keltikangas-Järvinen 2010, 20)

Sosiaalisten taitojen kehittyminen alkaa jo pienellä lapsella hänen seurattessaan ympärillään olevia ihmisiä ja heidän toimintaansa. Vanhempien ja päiväkodin tulisi aloittaa sosiaalisten taitojen opetus jo mahdollisimman aikaisin, jotta taidot pääsevät kehittymään vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Lapsi luo toistuvista tilanteista

tiedostamattaan mieleensä sisäisiä malleja eli ikään kuin käsikirjoituksia, jotka ohjaavat häntä toimimaan erilaisissa tilanteissa. Sosiaaliset mallit syntyvät lapsen oman kokemuksen ja hänelle opettettujen asioiden kautta. Myös lapsen saama palaute toiminnastaan muokkaa sosiaalisia malleja. Positiivinen palaute vahvistaa mallia ja rakentava palaute korjaa puutteellista tai väärää mallia. (Kauppila 2005, 131)

Kun sosiaaliset taidot jostain syystä ovat puutteelliset tai heikot, voi ihminen turvautua aggressiivisuuteen. Aggressiivisuus on opittu käytösmalli tilanteisiin, jossa henkilö ei löydä muuta ratkaisua tilanteelle. Usein henkilö on myös mallioppinut, että aggressiivinen käytös on tehokasta ja näin tilanteeseen saadaan omalta kannalta toivottu päätös. Aggressiivisuutta on vaikea kitkeä ihmisen käytöksestä kokonaan pois ja usein aggressiivinen käyttäytyminen noudattaakin oravanpyörää, josta on vaikea päästä pois. (Keltikangas-Järvinen 2010, 65-67) Frustraatio-aggressioteoriaksi kutsutaan siis tilannetta, jossa henkilön pääsy toivottuun päämäärään omilla keinoilla estyy, jolloin henkilö turvautuu tuttuun ja toimivaan keinoon, aggressioon. (Keltikangas-Järvinen 2010, 76)

Sosiaaliset taidot ovat merkityksellisiä nykyajan hektisessä ja kilpailevassa työelämässä. Syrjäytymisen vaara on suuri, mikäli selviytyminen sosiaalisista tilanteista ja vuorovaikutuksesta on haasteellista. (Kauppila 2005, 159) Siksi onkin tärkeää, että taitojen opettelu aloitetaan mahdollisimman varhain ja taitoja vahvistetaan koko kouluaikana aktiivisesti. Sosiaalisia taitoja voidaan toki opetella ja kehittää myös aikuisiällä. Taitojen kehittäminen vaatii toistuvia kertoja tilanteiden harjoittelua sekä oman käyttäytymisen reflektointia. Tärkeää on myös oppia rentoutumaan tilanteissa ja purkamaan jännitystä itselle sopivin keinoin.

3.3 Taidelähtöiset menetelmät

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen mukaan taidelähtöisillä menetelmillä laajennetaan ja monipuolistetaan arkista vuorovaikutusta, herkistetään aisteja, tunteita ja mieltä. Taidetta voidaan käyttää kaikenikäisten ohjauksen tukena, mutta suurinta hyötyä siitä on huomattu olevan erityisesti lasten ja nuorten parissa. Taiteella on todettu olevan vahvistava vaikutus aikuisen ja nuoren vuorovaikutussuhteen kehittymisessä. Se auttaa myös itsensä ilmaisemisessa, itsetunnon ja tuntemuksen vahvistamisessa.

Tavoitteena taidelähtöisyydessä on löytää jokaiselle merkityksellisin ja toimivin taiteen muoto, jonka avulla ihminen oppii itsestään ja ympäristöstään, ja jonka kokee voimauttavana. Tieto ja kokemus taiteesta ei ole keskeistä, vaan jokainen voi tehdä ja kokea taidetta omista lähtökohdistaan. (THL 2018) Taide mielletään usein liian mustavalkoiseksi, esimerkiksi pelkäsi kuvataiteeksi. Taiteeseen kuuluu kuitenkin laaja kirjo erilaisia aloja: musiikki, tanssitaide, kuvataide, sanataide, teatteritaide, käsityötaide, elokuva- ja mediataide ja taideteollisuus (Wikipedia 2019).

David Radcliffe tutki opinnäytetyössään *Spaces of wellbeing. What is so special about special needs art studios?* (2013) taiteen vaikutusta ihmisille taidetyöpajoissa. Tulosten mukaan taide tukee ihmisen hyvinvointia monessa ulottuvuudessa. Emotionaalisesti taide toi positiivisia kokemuksia ja onnistumisen tunteita. Psykologinen ulottuvuus tulee esille siinä, että taidetyöpajassa ihmiset löysivät päämääriä, joita kohti pyrkii sekä jatkuvuuden tunnetta. Sosiaalisesti taidepajat tarjosivat työvälineitä vuorovaikutukseen, positiivista huomiota ja loivat tukea antavia sosiaalisia normeja ihmisen elämää helpottamaan.

Eläinavusteisuudella tarkoitetaan eläimen hyödyntämistä ohjaus-, kuntoutus- ja terapiatyössä. Menetelmästä on todettu olevan hyötyä etenkin ihmisten psyykkiseen vointiin. Pietarinen tutki pro gradu -tutkielmassaan (2017) koiran vaikutusta sosiaalityön, tässä tapauksessa kuraattorityö, tuloksellisuuteen. Koiran läsnäolo käänsi mielialan ja asenteen selvästi positiivisemmiksi. Myös koiran antama positiivinen huomio vaikutti kohderyhmän tunteisiin. Huomion saaminen ja kuunnelluksi tuleminen on tärkeää itseään etsiville nuorille. Koiran läsnäololla oli myös mieltä rauhoittava vaikutus. Pietarisen tutkimuksessa selvisi myös se, että eläinavusteisuudella on vaikutusta myös sosiaalisiin taitoihin. Eräs vastaajista totesi, että on helpompi puhua vaikeista asioista, kun voi välillä keskittää huomionsa koiraan ja rapsutella sitä.

Järvenpää ja Poropudas tutkivat opinnäytetyössään (2015) eläinten vaikutusta nuorten psyykkiseen hyvinvointiin lastensuojeluyksikössä. Nuoret kokivat eläimet lohduttavina ja mielialaa kohottavina. Eläimille oli helpompi purkaa ajatuksiaan ja tunteitaan ja hakea niistä turvallisuuden tunnetta. Eläimet lievittivät yksinäisyyttä ja niiden läsnäolo rentoutti nuoria. Tutkimuksessa kävi ilmi, että eläimillä oli kokonaisvaltainen positiivinen vaikutus kohderyhmän psyykkiseen terveyteen.

Trina McMillin kertoo blogissa eläimistä, jotka ovat koulutettuja autistisen ihmisen avustajiksi. Eläimet on tarkoitettu auttamaan autistista ihmistä sosiaalisissa tilanteissa ja takaamaan henkilön turvallisuutta. Eläimet voivat toimia esimerkiksi autistiselle ihmiselle ”jäänmurtajana” tilanteissa, joissa vuorovaikutus on hankalaa. Tämä tarkoittaa, että henkilön on helpompi aloittaa keskustelu vaikkapa juuri eläimestä ja rikkoo näin hiljaisuus ja sosiaalinen paine. Myös tämä kertoo sen, kuinka suuri merkitys eläimellä on ihmiselle kaikella tavalla. Eläimen antama tuki ja apu on erityisen merkittävää juuri erityistä tukea tarvitsevalle henkilölle, jolla sosiaaliset kontaktit ja tunne-elämän käsittely ovat haastavia.

4 TARKOITUS, TAVOITTEET, TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, millaisia kokemuksia Tukee-hankkeen työpajoihin osallistuneilla nuorilla on pajojen (3 työpajaa) tarpeellisuudesta ja hyödyllisyydestä heille itselleen. Tavoitteena työssäni on tuottaa tietoa ja palautetta Tukee-hankkeen työtiimille nuorten kokemuksista ja näin ollen edesauttaa hankkeen arviointia.

Opinnäytetyöni tutkimustehtävät määräytyvät työpajojen teemojen mukaan:

1. Millaisia ajatuksia nuorilla heräsi kehollisuutta käsittelevästä työpajasta?
2. Millaisia ajatuksia nuorilla heräsi sosiaalisten taitojen vahvistamista käsittelevästä työpajasta?
3. Millaisia ajatuksia nuorilla heräsi taidelähtöisiä työmenetelmiä käsittelevästä työpajasta?

5 AINEISTON HANKINTA JA ANALYSOINTI

Tutkimuksellinen opinnäytetyöni on laadultaan kvalitatiivinen. Tukee-hankkeen työtiimi on laatinut valmiiksi palautelomakkeen, jossa on neljä avointa kysymystä. Tätä palautelomaketta käytettiin kaikissa kolmessa työpajassa keväällä 2019. Työtiimi keräsi palautteet jokaisen työpajapäivän lopuksi ja toimitti ne opinnäytetyön tekijälle ke-
säkuussa 2019. Palautelomakepohja liitetään opinnäytetyön liitteeksi (liite 1).

Palautelomake koostuu neljästä avoimesta kysymyksestä: *Minusta oli helppoa ja kivaa? Minusta oli tärkeää? Minusta oli vaikeata ja turhaa? Minusta oli ärsyttävää?* Palautteeseen vastaaminen on ohjeistettu näin: *Palautettasi tarvitaan! Kirjoita alla oleviin laatikoihin mielipiteesi työpajasta, kiitos!*

Käytän aineiston metodina aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Jaottelen saadut palautekyselyt työpajapäivän mukaan, jotta samasta aiheesta saadut palautteet ovat vertailukelpoisia. Aiheen olen rajannut tutkimuskysymysteni avulla. Tämän jälkeen litteroin aineiston eli käyn sen läpi ja merkitsen asiat, joista olen tutkimuskysymysten valossa kiinnostunut. Sen jälkeen pelkistän palautekyselyistä saadut vastaukset ja listaan ne taulukkoon. Tämän jälkeen ryhmittelen pelkistetyt vastaukset alaluokkiin ja yläluokkiin samankaltaisuuksien mukaan. Lopuksi käsitteellistän taulukointia yhdistämällä luokituksia eli abstrahoin. Luokkien ja ryhmien määrä ei voida sanoa ennakkoon vaan vasta kyselylomakkeita tarkastellessa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105-109) Taulukko sisällönanalyysin luokitteluista liitteenä (liite 3 & 4).

Tutkimuksen eettisyys tulee esille siinä, että kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista. Kyselylomakkeen vastausten käytöstä ja tarpeesta kerrottiin vastaajille etukäteen. Kyselytutkimukseen vastaavat henkilöt täyttivät lomakkeen itsenäisesti ja nimettöminä, jolloin oletetaan, että vastaukset ovat todenmukaisia. Kyselylomakkeen täyttäminen tapahtuu heti työpajapäivän päätteeksi, jolloin käydyt asiat ja harjoitteet on hyvin muistissa ja mielessä. Kysymykset ovat avoimia, joten niihin voi kirjoittaa vapaasti omista ajatuksistaan. Tämä tuo siinä mielessä haastetta tutkijalle, että vastaukset täytyy pelkistää, jotta niitä voidaan luokitella ja teemoitella. Tutkijan oletukset tai omat ajatukset eivät saa näkyä aineiston käsittelyssä ja analyysissä.

Pyrin kuvaamaan tutkimustuloksissa tarkasti analyysin vaiheita ja lisäämään liitteeksi mukaan myös taulukon, jonka avulla luokittelen aineistoa. Pelkistämisvaiheessa poistan tarvittaessa vastauksista piirteitä, joista vastaajan voisi mahdollisesti tunnistaa. Pyrin lisäämään tutkimukseni luotettavuutta tuomalla raporttiin suoria lainauksia vastaajien lomakkeista. Kuvaan raportissa myös otannan ja vastausprosentin ja pyrin etsimään syitä sille, miksi kysymyksiin on jätetty vastaamatta. Vastausprosentti ja vastaajien määrä kertoo oleellisesti tutkimuksen luotettavuudesta.

6 TULOKSET

TUKEE! -hankkeen työntekijät jakoivat palautelomakkeet nuorille työpajapäivien päätteeksi. Lomakkeita jaettiin kolmen työpajapäivän aikana yhteensä 67 kappaletta. Täytettyjä palautelomakkeita palautui 40 kappaletta, jolloin vastausprosentiksi muodostui 60 prosenttia. Yhteen palautelomakkeeseen oli vastattu pelkillä viivoilla, joten kyseinen palautelomake hylättiin. Nuorista 40 prosenttia jätti vastaamatta palautelomakkeeseen. Vastaamattomuus saattoi johtua neuropsykiatrisista haasteista, kuten lomakkeiden täytön haasteista tai tekstin tuottamisen vaikeudesta. Yhdessä palautelomakkeessa mainittiin palautelomakkeen täyttäminen vaikeaksi ja turhaksi ja kahdessa palautelomakkeessa se nimettiin ärsyttäväksi. Vastaamattomuus saattoi johtua myös siitä, ettei palautelomakkeen täyttämiseen jaksettu enää keskittyä työpajapäivän loppussa.

6.1 Kehollisuutta käsittelevä työpaja

Kehollisuutta käsittelevässä työpajassa paikalla oli 18 nuorta. Palautelomakkeita palautui 14 kappaletta, joista yksi oli täysin tyhjä. Tyhjä lomake hylättiin tulosten tarkastelusta. Näin ollen täytettyjä palautelomakkeita oli 13 kappaletta. Vastausprosentti työpajapäivässä oli 72 prosenttia.

Valtaosan vastaajista (n=9) mielestä helppoa ja kivaa oli harjoitukset, joita työpajassa tehtiin. Erityisesti mainittiin kävelyharjoitukset, joissa harjoiteltiin liikkumista erilaisissa mielentiloissa. Myös loppurentoutusta pidettiin helppona ja kivana toimintana. Kaksi vastaajista (n=2) kertoi kuuntelemisen ja olemisen vuorovaikutuksessa toisten kanssa helpoksi ja kivaksi. Yksi vastaajista (n=1) vastasi kaiken olleen helppoa ja kivaa. Yksi vastaajista (n=1) piti diaesitystä aiheesta helppona ja kivana. Yksi vastaaja (n=1) oli tyytyväinen tauolla olleeseen tarjoiluun. Yksi nuori (n=1) jätti kyseiseen kohtaan vastaamatta.

”Minusta helppoa ja kivaa oli harjoitukset, ja erityisesti loppurentoutus. Se olisi voinut olla pidempi.”

”Minusta oli helppoa ja kivaa olla harjoituksissa mukana ja olla vuorovaikutuksessa.”

Harjoitukset koettiin helpon ja kivan lisäksi myös tärkeäksi (n=4). Kolme vastaajista (n=3) mainitsi työpajassa vierailevien henkilöiden kertomukset ja omat kokemukset tärkeiksi. Kaksi vastaajista (n=2) sanoi kaiken kokonaisuudessaan olleen tärkeää. Kaksi vastaajista (n=2) vastasi tutustumisen vieraisiin ihmisiin tärkeäksi. Yksi vastaaja (n=1) vastasi tulemisen paikalle olleen tärkeää. Yksi vastaajista (n=1) piti tärkeänä uusien kokemusten saamista työpajasta. Yksi vastaaja (n=1) vastasi hyvinvointiin keskittymisen olleen tärkeää. Yksi nuori (n=1) jätti vastaamatta kyseiseen kohtaan.

”Minusta oli tärkeää tulla tänne”

”Minusta oli tärkeää tulla tutustumaan ja saada uusia kokemuksia.”

Kahdeksan vastaajista (n=8) jätti vastaamatta kohtaan, jossa kysyttiin, mikä oli vaikeata tai turhaa. Kaksi vastaajista (n=2) vastasi ettei mikään ollut vaikeaa tai turhaa. Yksi vastaajista (n=1) vastasi, että vaikeaa ja turhaa oli jotkut harjoitteet. Yksi vastasi, että omien vahvuuksien miettiminen ja lapun täyttäminen oli vaikeata ja turhaa.

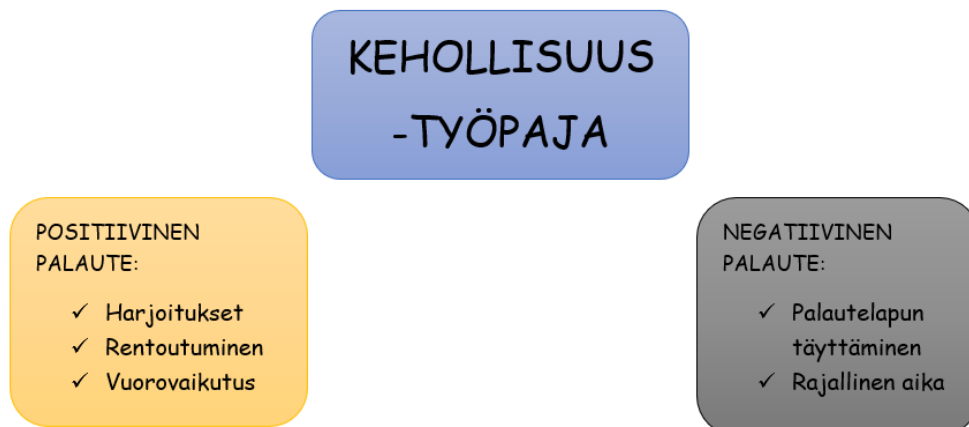
”Minusta oli vaikeata ja turhaa, missä olen hyvä ja lapun täyttäminen.”

”Minusta oli vaikeata ja turhaa jotkut harjoitteet.”

Seitsemän vastaajista (n=7) jätti vastaamatta siihen, mikä oli ärsyttävää. Kaksi vastaajista (n=2) vastasi ei mikään. Yksi vastaajista (n=1) vastasi tulemisen paikan päälle ärsyttäväksi. Yksi vastaaja (n=1) vastasi palautelapun teon olleen ärsyttävää. Yksi vastaaja (n=1) puolestaan kirjoitti, että ärsyttävää oli, kun työpaja kesti niin vähän aikaa.

”Minusta oli ärsyttävää palautelapun teko ku ei keksi mitää.”

”Minusta oli ärsyttävää että kesti niin vähän aikaa.”



Kuvio 1. Kehollisuus-työpajan keskeisimmät aiheet palautteissa.

6.2 Sosiaalisia taitoja käsittelevä työpaja

Sosiaalisia taitoja käsittelevässä työpajassa paikalla oli 12 nuorta. Palautelomakkeita palautui täytettynä 10 kappaletta. Vastausprosentti oli näin ollen 83 prosenttia.

Kaksi vastaajista (n=2) vastasi kaiken olleen helppoa ja kivaa. Yksi vastaajista (n=1) vastasi helppoa ja kivaa olleen keskustelu ja samaa mieltä oleminen asioista. Yhden vastaajan (n=1) mielestä työpajojen olleen helppoa ja kivaa. Yksi vastaaja (n=1) vastasi, että oli helppoa ja kivaa, kun oli mukavaa. Yksi vastaajista (n=1) kirjoitti, että helppoa ja kivaa oli olla osa tilaisuutta. Yksi vastasi (n=1) porukka, opiskelijat ja lankku kyseiseen kohtaan. Yksi vastasi kysymykseen, että oli tylsää. Yksi vastaaja (n=1) vastasi vain emojilla ja yksi (n=1) jätti kohdan kokonaan tyhjäksi.

”Minusta oli helppoa ja kivaa olla osa tilaisuutta.”

”Minusta oli helppoa ja kivaa keskustella ja olla samaa mieltä asioista.”

Kolmen vastaajan (n=3) mielestä tärkeää oli kuunnella. Yksi (n=1) heistä tarkensi, että kuunnella esitelmiä ja toinen (n=1) tarkensi, että kuunnella muiden mielipiteitä ja näkökulmia. Kaksi vastaajaa (n=2) vastasi, että tärkeää oli keskustelu ja vuorovaikutus. Kaksi vastaajaa (n=2) kirjoitti, että läpikäytyt asiat, olivat heidän mielestään tärkeitä. Yksi vastaaja (n=1) vastasi tutustumisen olleen tärkeää. Yhden (n=1) mielestä tärkeää oli se, että työpaja oli osallistava. Kaksi nuorta (n=2) jätti kohtaan vastaamatta ja yksi (n=1) vastasi pelkällä emojilla.

”Minusta oli tärkeää asiat, joista puhuimme”

”Minusta oli tärkeää vuorovaikutus ja osallistava koulutus.”

Kuusi vastaajista (n=6) jätti vastaamatta siihen, mikä oli vaikeata tai turhaa. Kaksi vastaajista (n=2) kirjoitti, että vaikeata ja turhaa oli istua vain paikallaan. Yksi (n=1) vastasi, että mikään ei ollut vaikeata tai turhaa. Yhden (n=1) mielestä turhia asioita oli liikaa.

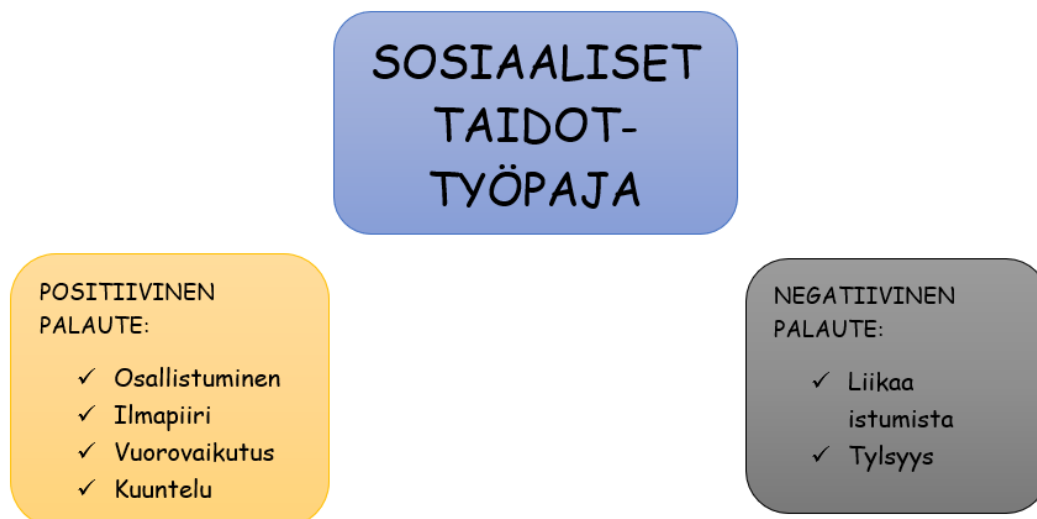
”Minusta oli vaikeata ja turhaa istua vain hiljaa tekemättä yhtään mitään.”

”Minusta oli vaikeata ja turhaa, kun turhaa lörpöttelyä oli liikaa.”

Kuusi vastaajista (n=6) jätti vastaamatta siihen, mikä oli ärsyttävää. Kaksi nuorta (n=2) vastasi ettei mikään ollut ärsyttävää. Yhden (n=1) mielestä ärsyttävää oli kun Kahoot-tietovisaa pelattiin väärin. Yksi vastaajista (n=1) vastasi, että ärsyttävää oli kun oli sijoittunut liian lähelle isoa näyttöä.

”Minusta oli ärsyttävää iso näyttö, olin liian lähellä, niska väsyi. Olisi pitänyt seisoa.”

”Minusta oli ärsyttävää pelata kahoottia väärin.”



Kuvio 2. Sosiaaliset taidot -työpajan keskeisimmät aiheet palautteissa.

6.3 Taidetta, kulttuuria ja eläinavusteisuutta käsittelevä työpaja

Taidetta, kulttuuria ja eläinavusteisuutta käsittelevässä työpajassa oli paikalla 37 nuorta. Täytettyjä palautelomakkeita palautui 18 kappaletta. Näin ollen vastausprosentti oli 49 prosenttia. Tässä työpajassa vastauksia kertyi siis vähiten, mutta vastausten laajuudet olivat edellisiä työpajoja huomattavasti suuremmat.

Kymmenen nuorta (n=10) kirjoitti eläinten seurassa olon ja/tai rapsuttamisen ja/tai taltuttamisen olleen helppoa ja kivaa. Kaksi vastaajaa piti helppona ja kivana kuulla tietoa eläinterapiasta. Kahden (n=2) mielestä mukanaolo työpajassa oli helppoa ja kivaa. Kaksi vastaajaa (n=2) piti helppona ja kivana syömistä. Kahden (n=2) mielestä kaikki oli helppoa ja kivaa. Yksi (n=1) piti helppona ja kivana koulun tiloja ja bussikyttä. Yhden mielestä oppiminen oli helppoa ja kivaa. Yksi (n=1) vastasi, että helppoa ja kivaa oli tehdä helmiavaimenperä. Yksi (n=1) nuori piti kivana myös sitä, että kierrettiin ryhmissä. Yksi vastaaja (n=1) kirjoitti, että tekeminen oli kaikille sopivaa ja kannustettiin, vastaaja mainitsi helppona ja kivana myös bänditreenin.

”Minusta oli helppoa ja kivaa, kun kaikki tekeminen oli sellaista, johon kaikki pystyy ja kannustus oli läsnä. Eläinterapia oli aivan ihanaa, samoin se bänditreeni.”

”Minusta oli helppoa ja kivaa ”vain” olla mukana.”

Viisi vastaajista (n=) vastasi eläinten kanssa olemisen tärkeäksi työpajassa. Kolme nuorta (n=3) piti tärkeänä sitä, että heille kerrottiin Auroosassa, miten eläinten kanssa toimitaan. Kaksi nuorta (n=2) piti Auroorassa vierailua ylipäätään tärkeänä. Kahden vastaajan (n=2) mielestä syöminen ja tarjoilu oli tärkeää. Yksi vastaaja (n=1) piti tärkeänä vain mukana oloa työpajassa. Yksi nuori (n=1) piti tärkeänä sitä, että oli mielekästä ja mukavaa tekemistä. Yhden (n=1) mielestä tärkeää oli työpajan jäsenten hyvinvointi. Yksi vastaaja (n=1) kirjoitti, että hevosten kanssa oleminen vähensi hänen pelkoaan niitä kohtaan, minkä vastaaja on kokenut tärkeänä. Yksi nuori (n=1) piti tärkeänä, että oli mahdollisuus rentoutua hetki. Yksi vastaaja (n=1) piti vapaaehtoisuutta ja toimintaan kannustamista ja tukemista tärkeänä. Kaksi vastaajista (n=2) jätti vastaamatta kyseiseen kohtaan.

”Minusta oli tärkeää vapaaehtoisuus, painotettiin, että osallistuminen vain, jos tuntuu itsestä hyvältä. Kannustettiin kuitenkin ja tuettiin ja autettiin tekemisessä.”

” Minusta oli tärkeää saada hetki rentoutua.”

Viisi nuorta (n=5) jätti vastaamatta kohtaan, jossa kysyttiin, mikä oli vaikeaa ja turhaa. Neljä nuorta (n=4) vastasi, ettei mikään ollut vaikeata ja turhaa. Kaksi vastaajaa (n=2) kirjoitti, ettei tiedä tai osaa sanoa mikä oli vaikeata ja turhaa. Kahden vastaajan (n=2) mielestä puhe oli liian pitkä ja sen kuunteleminen oli vaikeata ja turhaa. Yksi nuori (n=1) vastasi kyseiseen kohtaan turha seisoskelu. Yksi nuori (n=1) vastasi, että ei nähnyt kissoja, lampaita ja hevosia, mikä oli vastaajan mielestä vaikeata ja turhaa. Yhden vastaajan (n=1) mielestä rumpupaja oli vaikeaa ja turhaa. Yksi nuori (n=1) kirjoitti, että piirtäminen oli vaikeaa, mutta ei turhaa. Yhden vastaajan (n=1) mielestä hevosvälineiden veikkaaminen oli vaikeata ja turhaa.

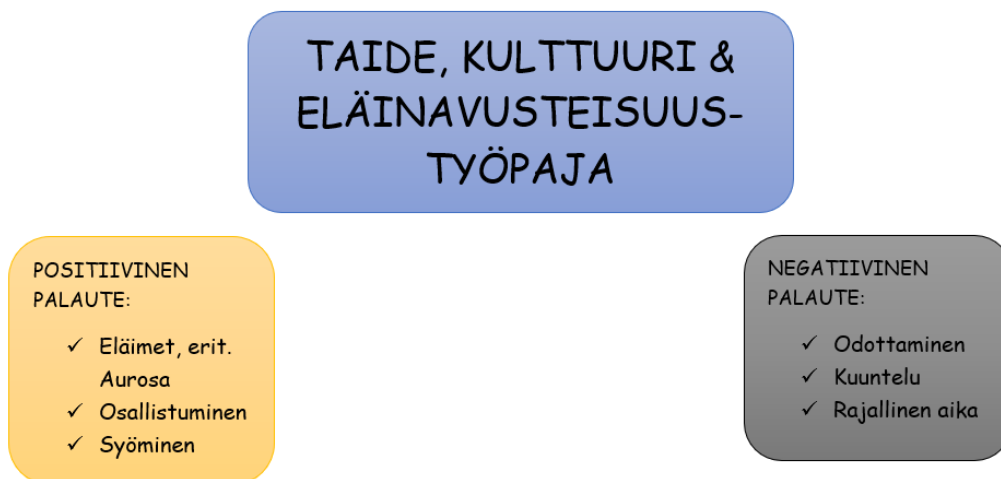
”Minusta oli vaikeata ja turhaa keskittyä alkupuheen aikana. Se oli ehkä vähän pitkä.”

”Minusta oli vaikeata ja turhaa, kun kissoja, lampaita ja hevosia ei näkynyt.”

Viisi (n=5) nuorta jätti vastaamatta kohtaan, jossa kysyttiin, mikä oli ärsyttävää työpajapäivässä. Viisi (n=5) nuorta vastasi, ettei mikään ollut ärsyttävää. Kaksi (n=2) vastaajista oli sitä mieltä, että ärsyttävää oli, kun aikaa oli liian vähän ja toinen heistä mainitsi myös odottamisen. Kahden (n=2) nuoren mielestä kylmä ilma oli ärsyttävää. Yhden (n=1) nuoren mielestä diaesitys olisi pitänyt heijastaa seinälle tai verholle. Yksi (n=1) vastaaja kirjoitti, että ärsyttävää oli tulla paikalle. Yksi (n=1) vastaaja piti veegaanisen kahvimaidon puutetta ärsyttävänä työpajapäivässä. Yksi (n=1) vastaaja koki ärsyttäväksi lappujen täytteleminen.

”Minusta oli ärsyttävää odottaminen ja se, että aika oli rajallista.”

”Minusta oli ärsyttävää täytellä lappuja.”



Kuvio 3. Taide, kulttuuri ja eläinavusteisuus -työpajan keskeisimmät aiheet palautteissa.

7 TULOSTEN POHDINTA

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli ottaa selvää, miten nuoret kokivat TUKEE! -hankkeen työpajatoiminnan ja siihen liitetyt menetelmät. Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuottaa tietoa ja tiivistettyä palautetta TUKEE! -hankkeen työtiimille työpajoista kerätyistä palautteista ja näin ollen mahdollistaa hankkeen arviointi ja kehittäminen.

Palautelomakkeita palautui kevään 2019 työpajapäivistä 40 kappaletta. Kaikkiaan palautelomakkeita oli jaettu 67 kappaletta, joten vastausprosentiksi muodostui 60 prosenttia. Mielestäni tämä hyvä vastausprosentti, koska kohderyhmänä on kuitenkin nuoret, joilla on neuropsykiatrisia haasteita, mikä taas osaltaan vaikuttaa kirjallisen tekstin tuottamiseen ja keskittymiseen. Vastaamattomuusprosentti on näin ollen 40 prosenttia. Vastaamattomuus saattaa korreloida kohderyhmän haasteiden, kiinnostuksen puutteen tai vireystason kanssa.

7.1 Tulosten tarkastelu

Ensimmäinen tutkimustehtäväni oli selvittää, millaisia ajatuksia nuorilla heräsi kehollisuutta käsittelevästä työpajasta. Palautelomakkeita jaettiin 18 kappaletta ja niistä palautui 13 kappaletta. Näin ollen vastausprosentiksi muodostui 72 prosenttia.

Valtaosan mielestä harjoitukset olivat työpajapäivän parasta antia. Erityisesti keuhuttiin kävelyharjoituksia, jossa piti pohtia sitä, millä tavalla ihminen liikkuu eri tunnetiloissa ja miten liikkuminen vaikuttaa omaan mieleen ja tunteisiin. Osallistuessani itse kyseiseen harjoitukseen, huomasin nuorten ymmärtävän sen, kuinka paljon fyysinen olemus ja kehon liike vaikuttavat tunnetilaan. Kun mieltä painaa jokin asia ja kehokin liikkuu raskaasti, voi mieltä koittaa ”huijata” suoristamalla ryhtiä ja ”reipastamalla” askelta. Erityisestikohderyhmälle, jossa useammalla saattaa olla tunteiden säätelyssä, tunteiden tunnistamisessa ja esille tuonnissa haasteita, oli varmasti hyötyä kyseisestä harjoituksesta. Keho ja mieli toimivat tiiviissä yhteistyössä ja on varsin tärkeää oppia tuntemaan niiden toimintaa ja reaktioita. Myös Keckmanin ja Vainisen Somebody-hankkeen loppuraportissa mainitaan, että kehon ja mielen yhteistyö -harjoituksista on ollut näkyvää hyötyä nuorille sosiaalisissa tilanteissa, etenkin sellaisissa, joissa vaaditaan

fyysistä koskettamista tai lähellä olemista (Keckman & Vaininen 2018). Kehon ja mielen yhteistyöharjoitukset koettiin siis myös tässä työpajassa hyödyllisiksi. Myös rentoutumisharjoitusta pidettiin positiivisena ja kehitysehdotuksena siihen annettiin, että se olisi voinut olla vielä pidemmän mittainen. Myös rentoutuminen ja stressin säätely ovat todella oleellisena osana kaikkien ihmisten elämää, mutta erityisen suuressa osassa heillä, joiden stressitasot nousevat tavallista herkemmin. Erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevilla henkilöillä sosiaaliset ja keskittymistä vaativat tilanteet kasaavat ”stressikuppiin pisaroita” ja jossakin vaiheessa kuppi täyttyy ja se ilmenee erilaisina haasteina tai ahdistavina olotiloina. Stressikuppia onkin välillä tärkeää tyhjentää rentoutumalla ja pysähtymällä hetkeksi. Myös työpajassa vierailevien henkilöiden kertomat tarinat ja kokemukset koettiin positiivisena asiana ensimmäisessä iltapäivässä. Nuorille on tärkeää saada vertaistukea ja kokea, etteivät ole yksin haasteiden ja ajatusensa kanssa. Myös toisten työpajalaisten kohtaaminen ja heihin tutustuminen koettiin muutamassa lapussa positiivisena.

Ensimmäisestä työpajapäivästä annettiin vain vähän negatiivista palautetta. Kaksi vastaajista kirjoitti, että palautelapun täyttäminen oli vaikeaa ja ärsyttävää. Tämä saattoi johtua siitä, että palautelapussa oli vain avoimia kysymyksiä, joihin vastaaminen edellytti sitä, että piti keskittyä miettimään mitä kirjoittaa. Nuoria olisi ehkä helpottanut se, että kysymyslomakkeessa olisi ollut vaikkapa vaihtoehtoja. Tämä olisi toki voinut vaikuttaa kyselyn tulokseen, koska tuloskirjo olisi voinut olla suppeampi. Yksi vastaaja mainitsi ärsyttävänä sen, että työpaja kesti liian vähän aikaa, mikä oli toisaalta myös positiivinen palaute, koska tämän voisi tulkita tarkoittavan, että työpaja oli jollain tavalla mielenkiintoinen tai miellyttävä vastaajan mielestä.

Toisena tutkimustehtävänäni oli selvittää, millaisia ajatuksia nuorilla heräsi sosiaalisten taitojen vahvistamista käsittelevästä työpajasta. Palautelomakkeita jaettiin kaikille 12 nuorelle ja niitä palautui takaisin täytettynä 10 kappaletta. Näin ollen vastausprosentiksi muodostuu 83 prosenttia, mikä on todella hyvä prosenttiosuus. Työpajan palautelomakkeissa vastaukset olivat tällä kertaa melko jakautuneita ja yksittäisiä. Positiiviseksi palautteeksi mainittiin ”kaikki” ja ”työpaja” kolmessa palautteessa. Näiden palautelomakkeiden kirjoittajat ovat joko oikeasti olleet tyytyväisiä kaikkeen työpajassa tai eivät ole jaksaneet/osanneet eritellä sitä, miten ovat kokeneet erilaiset aktiviteetit.

Positiivista palautetta annettiin eniten liittyen työpajan vuorovaikutukseen eli kuunteeluun ja keskusteluun. Nuoret kokivat tärkeänä, että olivat ylipäättään tulleet työpajaan. Tällainen palaute on todella tärkeä, koska se kertoo siitä, että nuori on luultavasti oppinut tai oivaltanut jotain merkityksellistä tai ainakin nuori on kokenut olonsa hyväksi osallistuessaan toimintaan. Työpajassa oltiin tyytyväisiä myös osallistuneeseen joukkoon kokonaisuudessaan eli nuoriin, aikuisiin ja vieraileviin opiskelijoihin. Sosiaaliset taidot kehittyvät parhaiten ympäristössä, jossa ihminen kokee olevansa tasavertainen ja hyväksytty muiden keskuudessa. Kun yhteishenki on hyvä, ihminen uskalttaa olla oma itsensä. Yksi vastaaja piti tärkeänä sitä, että työpaja oli osallistava. Mikäli sosiaaliset taidot ovat puutteelliset, voi toimintaan osallistumisen kynnyksellä olla korkea. Näin ollen on tärkeää, että työpajassa osallistetaan nuoria, mutta osallistumisen kynnyksellä on alkuunsa suhteellisen matala ja toiminta on ”turvallista”. Turvallisuudella tarkoitan sellaista toimintaa, missä nuoren ei tarvitse tietää tai osata mitään ennalta ja jossa ei häpäistä nuorta. Osallistumisen kynnyksellä madaltuu jokainen kerta, kun nuori uskalttaa osallistua johonkin, mistä saa positiivisen kokemuksen ja hyvän mielen.

Negatiivista palautetta sosiaalisia taitoja käsittelevästä työpajasta annettiin enimmäkseen vain liiasta istumisesta (2 vastaajaa). Tällä palautteella ymmärrettiin niin, että kahden nuoren mielestä pelkkää istumista ja kuuntelua oli liikaa, joka näin ollen saattoi vaikuttaa esimerkiksi keskittymiseen ja asioiden kuunteluun. Tutkimuksen kohderyhmässä on varmasti henkilöitä, joiden kehossa on aktiivisempi tarve liikkua kuin tavanomaisilla ihmisillä. Nämä henkilöt tarvitsevat enemmän liikettä kehoonsa ja esimerkiksi taukoja, jotta keskittyminen aiheeseen pysyisi tiiviimpänä. Jatkossa tämä voitaisiin huomioida esimerkiksi välikeskusteluilla, taukojumpilla tai toiminnan ja kuuntelun aktiivisemmalla vuorovaihtelulla. Yksi vastaaja vastasi, että turhia asioita oli liikaa, mikä viittaa siihen, että nuori koki, että työpajassa olisi pitänyt keskittyä toisenlaisiin asioihin. Koska palautetta ei ole avattu tarkemmin, on mahdotonta selvittää, mitkä asiat olisivat vastaajan mielestä olleet olennaisempia.

Kolmantena tutkimustehtävänäni oli selvittää, millaisia ajatuksia nuorilla heräsi taidetta, kulttuuria ja eläinavusteista toimintaa käsittelevästä työpajasta. Paikalla työpajassa oli 37 nuorta. Nuorista 18 palautti täytetyn palautelomakkeen, jolloin vastausprosentti tuona päivänä oli 49 prosenttia. Tästä työpajasta palautteita tuli

prosentuaalisesti vähiten, mutta palautteiden laajuus oli ehdottomasti suurin verrattuna kahteen edelliseen työpajaan.

Yli puolet nuorista vastasi, että positiivista oli eläinten kanssa puuhaaminen. Tätä palautetta tukee Järvenpään ja Poropudaksen opinnäytetyö (2015) sekä Pietarisen pro gradu -tutkielma (2017). Kummassakin tutkimuksessa eläinten läsnäololle koettiin olevan mielialaa ja psyykkistä hyvinvointia kohottava vaikutus. Eläimet vievät ajatukset pois negatiivisista asioista ja haasteista ja antavat positiivista huomiota ihmiselle. Eläinterapiaa ja eläinavusteista ohjausta pitäisi olla ehdottomasti enemmän ja laajemmin saatavilla erilaisille kohderyhmille. Ratsastusterapiaa ja kaverikoiria käytetään jonkin verran, mutta muiden eläinten käyttö ohjauksessa on selvästi harvemmassa. Yksi vastaaja jopa kirjoitti, että hevosten läsnäolo vähensi hänen pelkojaan hevosia kohtaan, mikä on hienoa, että kehittymistä tapahtuu jopa vain yhden työpajapäivän aikana. Eläinten seurassa oloa pidettiin myös rentouttavana. Lääkäri ja palkittu kiputukija Helena Miranda kertoo kirjassaan *Ota kipu haltuun* (2016), että lemmikit lievittävät stressiä ja niiden seurassa syke laskee sekä stressihormonin tuotanto vähenee. Kirja kertoo kivunlievityksestä, mutta tutkimustulos on silti pätevä kaikkien ihmisten kohdalla.

Myös ruokailun, tilojen ja bussikyytien järjestämistä pidettiin positiivisina asioina työpajassa, mitkä ovat nuorille tietenkin tärkeä osa työpajaa. Yksi vastaaja piti helmiavaimenperän tekoa helppona ja kivana. Toinen piti bänditreeniä ”ihanana”. Nämä olivat ainoa palautteet, jotka koskivat jotain muuta kuin eläinavusteisuuden liittyvää osuutta. Tästä voidaan siis päätellä, että eläinavusteisuus herätti eniten mielenkiintoa ja se jäi pajasta päällimmäisenä mieleen. Voi olla, että helmiavaimenperän teko ei ole tämän ikäisille nuorille kiinnostavinta. Toki huomattavaa on myös se, ettei näistä osista työpajaa tullut myöskään juurikaan negatiivista palautetta.

Negatiivisia tai kehittämiskohteita kysyviin kohtiin palautelomakkeessa jätettiin vastaamatta melko paljon, minkä voisi tarkoittaa sitä, ettei vastaajat keksineet negatiivista palautetta pajasta, tai eivät osanneet/jaksaneet kirjoittaa sitä. Viisi nuorta vastasi, ettei mikään ollut ärsyttävää. Negatiivista palautetta annettiin siitä, että puheen pituus oli liian pitkä ja näin ollen sen kuuntelu oli vaikeaa. On vaikea päätellä, mihin asiaan liittyvä puhe oli liian pitkä, mutta palaute on silti tärkeä, koska on hyvä huomioida,

että puheenvuorojen tulisi olla tarpeeksi tiiviitä ja mielenkiintoisia, jotta kiinnostus ja keskittyminen saataisiin pidettyä aiheessa. Kaksi nuori vastasi myös tässä työpajassa negatiiviseksi asiaksi turhan seisoskelun ja odottamisen. Yksi nuori vastasi, ettei nähnyt eläimiä Auroosassa. Tässä palautteessa ei ole tarkemmin kerrottu syytä sille, miksi nuori ei ole nähnyt eläimiä, joten tiedossa ei ole, onko syy nuoresta riippuva, järjestäjistä riippuva vai tilanteesta riippuva. Yhden vastaajan mielestä rumpupaja oli vaikea ja toisen mielestä piirtäminen oli vaikeaa. Näistä palautteista ei selviä, tarkoitettiinko vaikealla sitä, että nuori koki, että piirtäminen ja rumpujen soitto ovat yleisesti heille vaikeita vai sitä, että kyseisessä tilanteessa toiminta oli vaikeaa tai vaikeasti järjestettyä. Oletettavaa on, että nuoret kokevat kyseiset toiminnat muutenkin vaikeina ja pitivät näin ollen niitä negatiivisina toimintoina. Yksi vastaaja koki myös tässä työpajassa ärsyttäväksi lappujen täyttämisen. Tämäkin palaute saattaa liittyä kielellisiin ja keskittymiseen liittyviin haasteisiin, kun ensimmäisen työpajan palautteiden pohdinnassa jo kirjoitin.

7.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksessa on tärkeää, että tutkija/tutkijat noudattavat eettisesti kestäviä tiedonhankintamenetelmiä ja tutkimusmenetelmiä. Tutkimuksen tulee olla eettisesti kestävä aiheen valinnasta raportin ja tulosten esittelyyn saakka. Siihen välille mahtuu muun muassa kirjallisuuden ja tietokantojen eettisyys sekä tulosten eettinen kerääminen ja käsittely. (Vilkka 2015)

Ennen tutkimukseni aloittamista on laadittava opinnäytetyösopimus, joka allekirjoitetaan opiskelijan, tilaajan, opinnäytetyön ohjaajan sekä ammattikorkeakoulun puolesta. Sopimus kattaa opinnäytetyöhön liittyvän informaation ja ehdot. Opinnäytetyösopimus tästä tutkimuksesta löytyy raportin liitteenä (liite2). Tutkimustani varten palautelomakkeet oli kerätty valmiiksi TUKEE! -hankkeen toimesta, joten tutkimuslupaa ei näin ollen ollut tarvetta anoa. Yleensä tutkimuksen koskiessa ammattikorkeakoulun toimintaa tai koulun ulkopuolista toimintaa, tutkimuslupaa tulee hakea (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2019).

Palautelomakkeet jaettiin jokaisen työpajapäivän päätteeksi nuorille. Ennen palautelomakkeen jakamista, nuoria oli ohjeistettu palautelomakkeen täyttämistä ja siitä, mihin tarkoitukseen palautelomakkeen tiedot tulevat. Palautelomakkeen täyttäminen oli nuorille täysin vapaaehtoista. Näin ollen tutkimukseen osallistujilta on saatu suostumus käyttää tietoja tieteelliseen tutkimukseen. Vapaaehtoisuus on ehdottoman tärkeää tutkimuksessa, koska jokaisella ihmisellä tulee olla oikeus kieltäytyä tutkimuksesta, mikäli niin haluaa. Nuoret palauttivat palautelomakkeet pinoon pöydälle, josta hankkeen työntekijä keräsi ne. Näin ollen vastaajien henkilöllisyys ei paljastunut papereita tuodessa. (Kahala sähköposti 28.10.2019)

Palautelomakkeisiin ei pyydetty nimiä eikä muita tunnistetietoja, koska niillä ei tutkimuksen kannalta ole merkitystä. Mikäli tunnistetietoja olisi kysytty lomakkeessa, esimerkiksi ikä, sukupuoli, ne eivät olisi saaneet horjuttaa tutkittavien anonymiteettiä. Kohderyhmästä tiedettiin ainoastaan se, että he ovat ikähaarukaltaan 16-25 -vuotiaita kohdennetun mielenterveydellisen tuen tarpeessa olevia nuoria. TUKEE! -hankkeen työntekijät keräsivät nuorilta palautelomakkeet ja antoivat niistä kopiot tutkijalle suljetussa kirjekuoressa tutkimustulosten käsittelyä ja analysointia varten (Kahala sähköposti 27.10.2019). Näin ollen tutkimustulokset ovat vain tutkijalla lukollisessa kaapissa ja hankkeen työntekijällä. Tutkimuksen päättyessä ja opinnäytetyön valmistuessa palautelomakkeet hävitetään asianmukaisesti, jotta paperit eivät joudu väärin käsiin.

Tutkimusaiheen eettisyys pohtii sitä, miksi juuri kyseisen aiheen tutkiminen on perusteltua. Nuorten psyykinen hyvinvointi ja syrjäytymisen ehkäiseminen on tällä hetkellä ajankohtaisia aiheita sosiaalialalla. Syrjäytyminen tulisi ehkäistä mahdollisimman aikaisessa vaiheessa, jolloin voitaisiin käyttää ennaltaehkäiseviä toimia eikä korjaavia toimia. Ongelmiin ja haasteisiin pyritään luomaan uusia, yksilöllisiä ja innovatiivisia ratkaisuja, joita ovat esimerkiksi taiteen tai eläinavusteisuuden käyttäminen ohjauksen tukena. Tämän vuoksi TUKEE! -hankkeen työpajatoiminnan tutkiminen on varsin ajankohtainen aihe tutkimukseen.

Aineistonkeruumenetelmänä tutkimuksessa käytettiin TUKEE! -hankkeen valmiiksi laatimia avoimia kysymyksiä sisältäviä palautelomakkeita. Palautelomakkeet ovat eettisesti sopivin ratkaisu tällaiseen tutkimukseen, sillä tutkittavia on suurempi joukko ja

anonymisti tehtäviin palautelomakkeisiin on helpompi kirjoittaa rehellisemmin mielipiteitä kuin esimerkiksi haastattelulla tehtyyn kyselyyn. Avoimet kysymykset ovat siitä hyviä, että niihin voi vastata juuri niin kuin ajattelee, eikä mikään rajoita vastauksen aihepiiriä. Mikäli lomakkeessa olisi ollut vastausvaihtoehtoja, olisi se voinut rajata palautteiden laajuutta. Toisaalta avoimissa kysymyksissä on siinä mielessä myös haasteensa, sillä vastaaja saattaa jättää vastaamatta niihin kunnolla tai ollenkaan, johtuen siitä, ettei jaksaa/osaa muotoilla vastausta.

Tutkimustulosten analysoinnin ja raportoinnin eettisyys näkyy siinä, ettei tutkimuksesta voida tunnistaa yksittäisiä henkilöitä missään tutkimuksen vaiheessa. Tässä tutkimuksessa, kuten edellä kirjoitettiin, ei kerätty minkäänlaisia tunnistetietoja, minkä vuoksi edes tutkijalla itsellään ei ollut tiedossa tutkittavista minkäänlaisia tunnistetietoja. Raportin tuloksissa on esitetty sitaatteja, jotka ovat nuorten itsensä kirjoittamia, mutta jotka ovat tarkastettu ja korjattu niin, ettei niistä voida kieliasun tai murteiden perusteella tunnistaa tutkittavaa kohderyhmästä. Suorat sitaatit ovat tutkimuksen lukijoiden nähtävillä, jotta tulokset olisivat mahdollisimman eettisiä. Myös palauteaineiston sisällönanalyysin etenemistä on kuvattu liitteisiin lisätyllä taulukolla, josta tutkimuksen lukija voi tarkastella sitä, miten tuloksia on käsitelty ja analysoitu.

Tulosten pohdinta -osiossa tutkija analysoi saatuja tuloksia ja pohtii niitä mahdollisimman eettisesti ja monipuolisesti, jotta tutkimus säilyttää mahdollisimman objektiivisen näkökulman. Objektiivisyys tarkoittaa sitä, että tutkija ei henkilökohtaisilla mielipiteillään tai taustallaan ylipäätään vaikuta tutkimustulokseen (Tieteentermipankki 2019). Täysin puhdas objektiivisyys on mahdotonta tutkimuksessa, koska tällöin tutkijan tulisi tarkastella ja tutkia aihetta kokonaan erillisenä ja ulkopuolisena henkilönä, mikä on tietenkin mahdottomuus. Objektiivisyyteen tulee kuitenkin kiinnittää erityistä huomiota, jotta luotettavuus ja eettisyys säilyy.

7.3 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkijan rehellisyys on olennaisin osa laadullista tutkimusta. Tutkimukselle ja tutkitaville on oltava rehellinen ja mahdollisimman tarkka tutkimuksen alusta loppuun saakka, kaikissa sen vaiheissa. (Vilkka 2005, 158-159) Koska tutkija on tutkimuksensa

keskeinen tutkimusväline, tutkija vaikuttaa aina hieman tutkimuksen lopputulokseen. Tärkeää on kuitenkin minimoida tämä ja pyrkiä mahdollisimman objektiiviseen katsontakantaan.

Tutkimuslomakkeen arviointi on tärkeää pohdittaessa tutkimustuloksen luotettavuutta. Tässä tutkimuksessa käytettiin jokaisessa työpajapäivässä samanlaista avoimia kysymyksiä sisältävää palautelomaketta. Kysymykset olivat selkeitä ja vastaustilaa oli riittävästi. Koska jokaisella kerralla oli sama paperi, saattoi olla helpompaa vastata kysymyksiin, kun ne tiedettiin ennalta ja niitä oli saattanut jo pohtia työpajapäivän aikana. Avoimet kysymykset ovat siinä mielessä haasteellisia, että ne vaativat enemmän asian pohtimista ja enemmän kirjallista taitoa. Koska kohderyhmänä oli neuropsykiatrisesti oireilevia nuoria, on oletettavaa, että joillakin heistä saattoi olla haasteena keskittymisen, kirjallisen tekstin tuottaminen tai ajatusten kokoaminen mielessä. Esimerkiksi nämä seikat voivat vaikuttaa palautteiden laajuuteen ja näin ollen luotettavuuteen.

Tutkimukseen osallistui työpajassa käyneitä nuoria. Ensimmäisessä työpajassa vastausprosentti oli 72 prosenttia, toisessa työpajassa 83 prosenttia ja kolmannessa työpajassa 49 prosenttia. Kahdessa ensimmäisessä työpajassa vastausprosentit olivat suhteellisen korkeat, joten luotettavuutta näissä työpajoissa voidaan pitää hyvänä. Viimeisessä työpajassa vastausprosentti jäi selvästi matalammaksi, jolloin tutkimuksen luotettavuus tämän työpajan osalta ei ole niin vahva. Viimeisessä työpajassa vastaukset olivat kuitenkin yhtenevämpiä kuin muissa, joka taas osaltaan lisää luotettavuutta niihin tuloksiin, joita työpajasta on saatu.

Pyrin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti tutkimusprosessia ja liitin tutkimusraportin liitteeksi vielä taulukon, jossa havainnollistan sitä, miten tulosten analysointi ja kokoaminen tapahtui. Raportissani esittelen myös nuorten suoria lainauksia palautelomakkeista, jotta lukija saa tarkemman ja rehellisen käsityksen tuloksista. Tutkimuksen läpinäkyvyys ja lukijan tarkka informointi siitä, mitä tutkimusprosessin aikana on tapahtunut, on tärkeää, jotta voidaan ymmärtää, luottaa ja mahdollisesti myös kyseenalaistaa saatuja tutkimustuloksia.

Tutkimuksen aikataulu venyi muutamalla kuukaudella, johtuen tutkimuksen ulkopuolisista seikoista. Aikataulun venymisellä en kuitenkaan usko olevan vaikutusta

tutkimuksen laatuun tai luotettavuuteen. Tutkimusta on tehty tasaisesti ja tutkimussuunnitelmaa seuraten, jotta lopputulos olisi eheä ja tarkoin toteutettu.

7.4 Oma ammatillinen kehittymiseni

Opinnäytetyöni tavoitteena itselleni ammatillisen kasvun kehittämistä ajatellen oli selvittää, miten nuorilla nykyään menee ja millaista tukea he kokevat itse kaipaavansa. Tulokset yllättivät minut siinä mielessä, että palautelomakkeisiin oli vastattu yllättävänkin laajasti ja ajatuksella. Alkuun ajatukseni oli, että tutkimustulos voi jäädä hyvinkin suppeaksi, koska kaikki nuoret eivät yleensä jaksu keskittyä palautteiden täyttämiseen. Oli ilo huomata, miten nuorten vastauksista huokui se, miten he haluavat kehittyä haasteissaan ja kokeilla uusia asioita.

Itseä kiinnostaa erityisesti eläinavusteisuus ohjauksen tukena, mikä vaikutti kiinnostavan myös nuoria. Eläimet ovat turvallinen ja helppo väline esimerkiksi luottamisen harjoitteluun ja tunteiden tunnistamisen ja sanoittamisen harjoitteluun. Itse tulevana ammattilaisena aion ehdottomasti hyödyntää eläinavusteisuutta työssäni erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden parissa.

Tehdessäni opinnäytetyötä, opin paljon uutta tietoa neuropsykiatrisesti oireilevista henkilöistä sekä esimerkiksi Somebody-hankkeesta. Somebody-hankkeen keskeinen sisältö on toteutettavissa jokaiselle ihmiselle, lähtökohdista riippumatta, mikä on minusta hienoa. Kehon ja mielen vaikutuksista toisiinsa ei vielä kukaan puhuta tarpeeksi, joten toivon, että hanke ja keskeinen ajatus jatkaa kulkuaan ja leviää laajemminkin.

Jatkokehittämissuunniteluksena voisi seuraavalle opinnäytetyölle olla samankaltaisten työpajojen kokeilu toisen kohderyhmän kanssa, jolloin saataisiin selville paremmin se, kuinka samankaltaisia/erilaisia palautteita toinen kohderyhmä tuottaisi. Tämä taas kertoisi sen, onko tutkimus yleistettävissä eli tulisiko seuraavasta tutkimuksesta samankaltaisia tuloksia.

LÄHTEET

Aivoliiton www-sivut. 2019. Kielellinen erityisvaikeus. Viitattu 7.6.2019. <https://www.aivoliitto.fi/kielellinen-erityisvaikeus/tietoa/>

Autismiliitto www-sivut. Autismikirjo – mistä on kysymys? Viitattu 7.6.2019 <https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo>

Coronaria. 2019. Lasten ja nuorten neuropsykiatriset oireet ja häiriöt. Viitattu 29.5.2019. <https://www.coronaria.fi/kuntoutus-ja-terapiapalvelut/lasten-ja-nuorten-neuropsykiatriset-oireet-ja-hairiot/>

Joutjärvi, M. 2012. Tourette pakottaa nytkahtelemaan. Viitattu 29.5.2019. <https://www.tehylehti.fi/fi/terveys/tourette-pakottaa-nytkahtelemaan>

Kahala, M. Tukee-tiimin palaverit. Vastaanottaja: Miia Häkkinen. Lähetetty 27.10.2019. Viitattu 1.11.2019.

Keckman, M. & Vaininen, S. 2018. SomeBody® - menetelmän kehittäminen ja juurruttaminen lasten ja nuorten toimintaympäristöihin: SomeBody -hanke 2015-2017 loppuraportti. Raportti. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.10.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-633-264-5>

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

Koponen H. 2017. Pakko-oireiset häiriöt. Psykiatria. Kustannus Oy Duodecim.

Korkeila J, Leppämäki S. 2017. Keskushermoston kehitykseen liittyvät häiriöt. Autismikirjon häiriöt. Psykiatria. Kustannus Oy Duodecim.

Käypä hoito www-sivut. 2019. ADHD – varhaisella tuella arki toimivaksi. Viitattu 7.6.2019. <https://www.kaypahoito.fi/khp00071>

Järvenpää, S. & Poropudas, T. 2015. Eläinten vaikutus nuorten psyykkiseen hyvinvointiin lastensuojeluyksikkö Villanutussa. Kokemuksia nuorten kertomana. Opinnäytetyö. Oulun ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.7.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015111716637>

Lämsä, R. 2017. Autismi-lehti. Missä mennään neuropsykiatrisessa hoidossa? Viitattu 25.5.2019. https://www.autismiliitto.fi/liitto/autismi-lehden_sivuilta/tutkimukset_ja_kuntoutus/missa_mennaan_nuorten_neuropsykiatrisessa_hoidossa.3264.news?3254_o=10

McMillin, T. 2017. Animals and autism: A promising treatment approach. Viitattu 6.11.2019. <https://www.relias.com/blog/animal-assisted-therapy-for-autism>

Miranda, H. 2016. Ota Kipu haltuun. Helsinki: Kustannus Otava.

Moilanen, I., Mattila, M., Loukusa, S. ja Kielinen, M. 2012. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Autismikirjon häiriöt lapsilla ja nuorilla. Viitattu 25.5.2019. <https://www.duodecimlehti.fi/duo10395>

Pietarinen, R. 2017. Eläinavusteinen työskentely sosiaalityössä. Oppilaiden ja kuraattorin kokemuksia eläinavusteisesta koulukuraattorin työstä. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 22.10.2019. http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20170433/urn_nbn_fi_uef-20170433.pdf

Radcliffe, D. 2013. Spaces of wellbeing. What is so special about special needs art studios? AMK-opinnäytetyö. Viitattu 6.11.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-228-8>

Satakunnan ammattikorkeakoulu Oy. 2017. TUKEE! -hankesuunnitelma. 29.5.2017.

Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut. 2019. Somebody. Kehotietoisuus toimintakyvyn ja osallisuuden tukena. Viitattu 11.6.2019. <https://somebody.samk.fi/>

Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut, Oiva-intra. 2019. Opinnäytetyön suunnittelu. Viitattu 22.10.2019. <https://oiva.samk.fi/opinnaytetyo/suunnittelu/>

Schopp, L. & Kaartinen, M. Nepsy-hanke: Nepsy lapsiko? Viitattu 28.5.2019. <https://www.tampere.fi/liitteet/n/5oc8CR1Xc/nepsylapsiko.pdf>

Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2018. Viitattu 28.5.2019. https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelma

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2019. Viitattu 26.6.2019.
https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen

Terveyskirjaston www-sivut. 2018. Pakko-oireinen häiriö. Viitattu 11.6.2019.
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00403

Terveyskirjaston www-sivut. 2018. Nykimishäiriöt (Touretten syndrooma). Viitattu 6.11.2019.
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00524

Tieteen termipankin www-sivut. 2019. Objektiivisuus. Viitattu 22.10.2019.
<http://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:objektiivisuus>

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Valtokivi, H. 2018. Nuoruudesta selviää, kun saa TUKEE!. Viitattu 15.5.2019.
<https://www.samk.fi/uutiset/tarinoita-nuoruudesta-tukea-syrjaytymisvaarassa-oleville-nuorille/>

Vilkka, H. 2015. Tutki ja Kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 22.10.2019
<https://www.ellibslibrary.com/reader/9789524517560>

Vilkka, H. 2005. Tutki ja Kehitä. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Wikipedia. 2019. Taide. Viitattu 11.6.2019. <https://fi.wikipedia.org/wiki/Taide>

LIITE 1

Palautettasi tarvitaan! Kirjoita alla oleviin laatikoihin mielipiteesi työpajasta, kiitos!


Minusta oli helppoa ja kivaa:

Minusta oli tärkeää:


Minusta oli vaikeata ja turhaa:

Minusta oli ärsyttävää:

Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

samk 

Vipuvoimaa
EU:lta
2014-2020


Euroopan unioni
European Union



SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä	
Opinnäytetyön tekijä: Miia Häkkinen	
Opiskelijanumero: 1601478	Aloituserhmä: NSO16SPA
Koulutusohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma	
Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Heli Lepistö, heli.lepisto@samk.fi, +358 44 710 3948, Satakunnankatu 23, 28101 Pori	
Toimeksiantajan, yhteyshenkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Satakunnan ammattikorkeakoulu, TUKEE! -hanke, Minna Kahala, minna.kahala@samk.fi, +358 44 710 3129 Satakunnankatu 23, 28101 Pori	
Opinnäytetyön nimi: Nuorten kokemuksia TUKEE! -hankkeen työpajoista keväällä 2019	
Työn etenemisaikataulu: Opinnäytetyön tavoitteellinen valmistumisaika lokakuussa	
Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projektisuunnitelmassa.	
Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan kärjajoikeudessa. Tätä sopimusta on laadittu 3 kappaletta, yksi kullekin osapuolelle.	
Olemme lukeneet sopimusehdot (sivu 2) ja hyväksymme ne.	
Päiväys: 12.6.2019	
Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimi ja nimen selvennys	
 <u>Minna Kahala</u> <small>Minna Kahala (13. kesäkuuta 2019)</small>	
Osaamisalueen johtajan allekirjoitus ja nimen selvennys	
 <u>Tiina Savola</u> <small>Tiina Savola (17. kesäkuuta 2019)</small>	
Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus	
 <u>Heli Lepistö</u> <small>Heli Lepistö (18. kesäkuuta 2019)</small>	
Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus	
  <small>Miia Häkkinen (11. kesäkuuta 2019)</small>	

LIITE 3

NUOREN PALAUTE ALKUPERÄISESSÄ MUODOSSA	PELKISTETTY MUOTO	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
<i>"Minusta oli helppoa ja kivaa olla eläinten kanssa."</i>	Olla eläinten kanssa	Olla eläinten kanssa	Eläimet	Eläinavusteisuus positiivista ohjaustyössä
<i>"Minusta oli helppoa ja kivaa eläimiin tutustuminen ja niiden kanssa touhuaminen, etenkin ponien taluttaminen."</i>	Eläimiin tutustuminen ja niiden kanssa touhuaminen	Eläimiin tutustuminen ja olla eläinten kanssa	Eläimet	Eläinavusteisuus positiivista ohjaustyössä
<i>"Minusta oli helppoa ja kivaa nähdä alpakat, silittää ja taluttaa alpakat, silittää ja taluttaa ponia, rapsuttaa koiria."</i>	Nähdä alpakat, silittää ja taluttaa ponia, rapsuttaa koiria	Nähdä alpakat ja olla eläinten kanssa	eläimet	Eläinavusteisuus positiivista ohjaustyössä
<i>"Minusta oli tärkeää kun kaikki saivat mahdollisuuden olla eläinten kanssa."</i>	Kaikki saivat mahdollisuuden olla eläinten kanssa	kaikilla mahdollisuus olla eläinten kanssa	Mahdollisuus eläinten kanssa olemiseen	Eläinavusteisuus positiivista ohjaustyössä
<i>"Minusta oli tärkeää... koiria sai silittää."</i>	Koiria sai silittää	Mahdollisuus silittää	Mahdollisuus eläinten kanssa olemiseen	Eläinavusteisuus positiivista ohjaustyössä

LIITE 4

NUOREN PALAUTE ALKUPERÄISESSÄ MUODOSSA	PELKISTETTY MUOTO	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
<i>"Minusta oli vaikeata ja turhaa...turhaa löpöttelyä oli liikaa."</i>	Turhaa löpöttelyä oli liikaa.	Turhaa puhumista oli liikaa	Tarpeetonta asiaa liikaa	Osan asiasisällön tarpeettomuus
<i>"Minusta oli vaikeata ja turhaa istua vaan hiljaa tekemättä yhtään mitään."</i>	Istua tekemättä mitään	Istua tekemättä mitään	istuminen	tekemättömyys
<i>"Minusta oli vaikeata ja turhaa istuminen."</i>	istuminen	istuminen	istuminen	tekemättömyys