

Tiina Kiri

SOSIAALISTEN- JA TUNNETAITOJEN VAHVISTAMINEN HYÖDYNTÄMÄLLÄ NON FIGHTING GENERATION TOIMINTAMALLIA

Opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutus

2020



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä/Tekijät	Tutkinto	Aika
Tiina Kiri	Sosionomi (AMK)	huhtikuu 2020
Opinnäytetyön nimi Sosiaalisten- ja tunnetaitojen vahvistaminen hyödyntämällä Non Fighting Generation toimintamallia		
Toimeksiantaja Haminan oppilashuolto		
Ohjaaja Harri Mäkinen		
Tiivistelmä Sosiaaliset ja tunnetaidot sekä vuorovaikutustaidot ovat vielä kehitysvaiheessa ikäryhmässä 12 – 13 vuotiaat. Usein aikuisten huoli koskee kaverisuhteita, heikkoa koulumotivaatiota ja käyttäytymiseen liittyviä ongelmia. Oppilaalle itselleen koulussa haasteita aiheuttavat ryhmäpaine ja roolin ottaminen. Opettaja on usein keinoton ja kokee tarvitsevänsä ulkopuolista tukea selvitäkseen koulun arjesta. Nuorisojärjestö Non Fighting Generation (NFG) toteutti Vehkalahden koulun 6. luokkalaisille pojille ryhmätoimintaa, jonka tavoitteena oli vahvistaa poikien sosiaalisia ja tunnetaitoja vuorovaikutustaitojen parantamiseksi. Kokoontumisia oli kaikkiaan kuusi kertaa ja seurantar ryhmässäni oli neljä poikaa. Jokaisessa harjoituksessa oli eri kasvatuksellinen teema. Teema liittyi arvoihin, itsetuntemukseen ja vuorovaikutukseen. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli oppilaissa herätti, ja oliko siitä heidän käyttäytymisensä muutokselle hyötyä ja millä tavoin. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena ja analyysimenetelmänä käytettiin teorialähtöistä viitekehystä. Tutkimuksen aineisto kerättiin teemahaastatteluilla ja osallistuvalla ja suorahavainnoilla. Analyysin kohteeksi valikoitui myös peruskoulun opetussuunnitelma, josta ilmenee, miten sosiaalisia ja tunnetaitoja toteutetaan koulussa. Tutkimusaineistojen pohjalta NFG:n toimintamalli sai aikaan positiivisia muutoksia. Oppilailla on tarve tulla kuulluiksi ja kertoa näkökulmiaan eri asioista. Käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset näkyivät oppituntien työrauhan ja vuorovaikutuksen parantumisella. Koulumotivaation osalta muutamalle oppilaille oli tullut hyviä muutoksia. Läksyt tulevat paremmin tehdyiksi ja kokeisiin tulee hiukan enemmän luettua. Suurin hyöty, jonka seurantar ryhmä saavutti, oli käytöksen parantuminen opettajia kohtaan. Oppituntien häiritseminen, jankuttaminen ja huuteleminen olivat vähentyneet. Vuorovaikutus opettajien kanssa, tuntiaktiivisuus ja työrauhan antaminen olivat myös olleet positiivisia muutoksia seurantar ryhmän toimintatavoissa. Tutkimustulosten mukaisesti NFG:n toimintamallia voidaan suositella käytettäväksi kouluissa myös tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tuloksia Haminan oppilashuolto voi hyödyntää valitessaan kolmannen sektorin palveluita osaksi kouluyhteisöä.		
Asiasanat vuorovaikutustaidot, Non Fighting Generation, sosiaaliset taidot, tunnetaidot		

Author	Degree	Time
Tiina Kiri	Bachelor of Social Services	April 2020
Thesis title		40 pages 1 appendice
Strengthening of social and emotional skills by using NFG operating model		
Commissioned by		
Hamina's School Services		
Supervisor		
Harri Mäkinen		
Abstract		
Social and emotional skills and interaction skills are still under development at the age of 12 – 13 years. The parents' worries concern friend relationships, weak school motivation and problems in behaviour. For the student, challenges are caused by group pressure and role-taking at school. The youth organization Non-Fighting Generation (NFG) put into practice to sixth - grade boys group activities, the objective of which was to reinforce social and emotional skills to improve their interaction skills. The objective of this thesis was to find out the of experiences from this type of the model got and to find out if it was useful for changing behaviour. The thesis was carried out as a qualitative research. The material of the research was collected with theme interviews, participation and observations. The theoretical framework discusses the development of interaction and social skills. NFG's method brought positive feedback in the observation group. Behaviour changes were reflected in improved peace of mind and interaction. In terms of school motivation, a few students made good progress. The greatest benefit was the improvement in their behaviour towards teachers. The NFG operating model can be recommended for use in the future. The results of the thesis can be used by the Hamina's Student Services when choosing third sector services as part of the school community.		
Keywords		
Interactive Skills, Non-Fighting Generation, Social Skills, Emotional Skills		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	NUOREN SOSIAALISET JA TUNNETAIDOT	8
2.1	Sosiaalisten ja tunnetaitojen sisältö ja merkitys.....	8
2.2	Muutokset nuoren sosiaalisissa ja tunnetaidoissa.....	9
2.3	Tunnetaitojen kehityksen tukeminen	10
2.4	Sosiaalisten taitojen kehityksen tukeminen	11
2.4.1	Opetussuunnitelman tavoitteet vuorovaikutustaitojen osalta	11
2.4.2	Sosiaalisten ja tunnetaitojen haasteet vuorovaikutuksessa	12
3	NON FIGHTING GENERATION – JÄRJESTÖ	13
3.1	Keep Cool -tiimi	14
3.2	NFG:n kasvatusajattelu	15
3.3	NFG:n väkivallattomuustyön vaikuttavuudet	16
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	17
4.1	Tutkimuksen lähtökohta	17
4.2	Tutkimuskysymykset ja aikataulu	18
4.3	Tutkimusmenetelmä	20
4.4	Aineiston keruu.....	21
4.5	Osallistuva ja suorahavainnointi	22
4.5.1	Arvoharjoitus.....	22
4.5.2	Minä – Sinä – Me -kaveripeli	23
4.5.3	Kaverisuhteet.....	24
4.5.4	Tunnekortit.....	24
4.5.5	Arvojana	25
4.5.6	Viimeinen tapaamiskerta ja rentoa keskustelua.....	26
4.6	Aineiston analysointi ja teorialähtöinen sisällönanalyysi.....	27
4.7	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	27
5	TUTKIMUKSEN TULOKSESTA	28

5.1 Teemahaastattelut.....	28
5.2 Osallistuva ja suora havainnointi	31
5.3 Minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli oppilaissa nostatti ?	31
5.4 Mitä hyötyä he kokivat saavuttaneensa osallisuudestaan NFG:n toimintaan ?	31
5.5 Mitkä olivat käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset ?	32
5.6 Opettajan näkemykset NFG:n toimintamallin vaikutuksesta.....	32
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	33
6.1 Tulosten arviointi	33
6.2 Oppinnäytetyöprosessin arviointi ja jatkotutkimusaiheet	35
7 POHDINTA	35
LÄHTEET	37

LIITE 1. Haastattelukysymykset

1 JOHDANTO

Sosiaaliset ja tunnetaidot sekä vuorovaikutustaidot ovat vielä kehitysvaiheessa 12 – 13-vuotiaiden ikäryhmässä. Murrosikäinen voi oireilla psyykkisesti niin kotona kuin koulussakin. Nuori kokee usein epävarmuutta, uhmakkuutta ja tunteiden kuohahtelua. Lisäksi nuori hakee etäisyyttä vanhempiin. Aikuisten huoli voi koskea kaverisuhteita, heikkoa koulumotivaatiota ja käyttäytymiseen liittyviä muutoksia. Koulussa haasteita epäsovielvalle käyttäytymiselle aiheuttavat ryhmäpaine ja roolin ottaminen. Epätoivottu käytös oppitunneilla on usein työrauhan häiritsemistä ts. ei kunnioiteta opettajien ohjeita, mikä ilmenee ylimieleisenä käytöksenä. Pojilla riitatilanteet eskaloituvat usein väkivaltaiseen käyttäytymiseen. Lisäksi välitunneilla sekä vapaa-ajalla tapahtuu erilaisia ”hölmöilyjä”. Opettajat ovat usein keinottomia, koska jälki-istunnot ovat osoittautuneet tehottomiksi. Siten opettajat kokevat tarvitsevansa ulkopuolista tukea selvitäkseen koulun arjesta, jotta kaikilla olisi vähintäänkin siedettävä ja turvallinen oppimisympäristö.

Sosiaalisten ja tunnetaitojen vahvistaminen ovat hyvinkin ajankohtaisia nuorten elämässä, koska ne linkittyvät vuorovaikutustaitoihin, joita tarvitaan sekä kouluyhteisössä että yksityiselämässä. Nuoret tarvitset vuorovaikutustaitoja ratkaistaakseen ongelmatilanteita, etsiäkseen vaihtoehtoja, arvostaakseen ja kunnioittaakseen muita sekä käyttäytyäkseen sääntöjen mukaan. Jos vuorovaikutustaidot ovat puutteelliset on kanssa käyminen melko haastavaa. Onneksi on olemassa eri keinoja ja tahoja, jotka voivat olla nuoren sosiaalisten ja tunnetaitojen kehityksen tukena. Oppinäytetyöni prosessi antaa keinoja ja tietämystä, miten lasten ja nuorten vuorovaikutustaitoja voi vahvistaa, ja miten eri yhteistyötahoja voi koulun arjessa hyödyntää.

Oppilashuolto eli koulun sosiaalityötä tekevä koulukuraattori saa toisinaan ehdotuksia eri lapsi- ja nuorisjärjestöiltä, mitä yhteistoiminnallisia palveluita heiltä voi saada oppilaille ja kouluille. Työharjoitteluni aikana Vehkalahden koululla nuorisojärjestö Non Fighting Generation (NFG) oli yhteydessä koulukuraattoriin ja ehdotti lähtemistä yhteistyöhön mukaan. Heillä oli tarjottavanaan sosiaalisten ja tunnetaitojen vahvistamiselle oleva toimintamalli, joka hyödyntää oppilaiden vuorovaikutustaitoja ja asennemuutosta koulua ja opettajia kohtaan.

Koulukuraattorilla oli jo tiedossaan luokka, joka voisi hyötyä NFG:n toimintamallista, ja kun myös luokanopettaja oli erittäin myöntyväinen yhteistyölle, niin NFG:n toiminta tuli osaksi luokan toimintaan. Kiinnostuin yhteistyöstä ja jäin pohtimaan, mitä hyötyä oppilaat kokevat NFG:n toimintamallista. Ajatuksesta syntyi idea opinnäytetyölleni ja raamit tutkimusaineiston keräämiselle. Opinnäytetyöni ideaa tukivat Haminan oppilashuolto ja koulukuraattori Eija Kiiski. He ilahtuivat opinnäytetyön aiheesta ja näkivät, että on tarpeen dokumentoida, mitä NFG:n toimintamallilla saavutettiin, jotta tulosta voi konkreettisesti esitellä eri yhteistyötahoille. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten oppilaat hyötyivät NFG:n toimintamallista. Lisäksi tutkimustulosten perusteella kouluyhteisö saa palautetta NFG:n onnistumisesta, mikä on jatkoa ajatellen hyödyllinen tieto, kun päätetään kolmannen sektorin osallistumisesta kouluyhteistyöhön.

NFG tarjosi toiminnan tueksi sovelletusti Keep Cool -menetelmää, joka on tarkoitettu väkivaltaisesti käyttäytyville pojille. Menetelmän tavoitteena on poikien ongelmakäyttäytymisen pysäyttäminen varhaisessa vaiheessa. Tämän mahdollistaa käyttäytymisen taustalla olevien arvojen, asenteiden ja tunteiden tiedostamisen sekä muutoksen aikaansaamisen erilaisten ryhmäharjoitusten avulla ja keskusteluilla. (NFG s.a.) Vehkalahden koululta NFG:n ryhmätoimintaan pääsi mukaan 5.luokan tytöt ja 6 luokan pojat. Aikataulullisesti seurasin kuudennen luokan poikien ryhmätoimintaharjoituksia. Pojat jaettiin opettajan toiveiden mukaisesti kahteen ryhmään, ja minun seurantaryhmässäni oli neljä poikaa. Osallistuin kaikkiaan kuuteen tapaamiskertaan aikavälillä marras- ja joulukuu 2019. Kokoontumiset olivat maanantaisin klo 13.45 –15.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää tutkimusryhmän kokemat hyödyt osallisuudesta NFG:n toiminnallisiin ryhmäharjoituksiin. Tutkimuksen pääkysymyksiä ovat: Minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli oppilaissa nostatti? Mitä hyötyä he kokivat saavuttaneensa osallisuudestaan NFG:n toimintaan? Mitkä olivat käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset? Tutkimusaineistonani käytän teemahaastattelua ja suoraa ja osallistuvaa havainnointia. Tutkimustulosten tarkoituksena on antaa Vehkalahden koululle ja oppilashuollolle arvokasta tietoa siitä, mihin sosiaalisten- ja tunnetaitojen osa-alueisiin NFG:n ryhmäharjoituksilla on ollut vaikutusta.

Teoreettisessa viitekehyksessä selvitän käyttämäni keskeiset käsitteet sosiaalisten ja tunnetaitojen osalta. Opinnäytetyöni etenee ensin NFG:n järjestön ja toimintamallin esittämisellä. Tämän jälkeen teoria jatkuu lapsen sosiaalisten ja tunnetaitojen tarkastelulla eli miten ne näyttäytyvät koulun vuorovaikutustilanteissa. Lisäksi tuon esille, millä tavoin lapsen tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea esimerkiksi opetussuunnitelman antamissa raameissa

2 NUOREN SOSIAALISET- JA TUNNETAIDOT

2.1 Sosiaalisten ja tunnetaitojen sisältö ja merkitys

Tunteita on hyvin vaikea kuvata niiden näkymättömyyden vuoksi. Tunteet ovat enemmänkin olotiloja, jotka tuntuvat kehossa ja mielessä. Tunnetilat ovat yksilöllisiä, eivätkä kaikki koe samalaisia tunteita samoissa tilanteissa. (Kulmala 2017, 6.) Haapasalon ym. mukaan (2016,16) tunteet ovat mukana vuorovaikutustilanteissa. Vaistoamme toisten tunteita itseämme kohtaan. Tunteiden säätely on itsesäätelyn taitoa, josta nousee kyky toimia tilanteeseen sopivalla tavalla. Lapset, joilla on itsesäätelyn taitoja, tulkitsevat taitavasti toisten lasten tunteita ja osaavat vastata niihin sopivalla tavalla. Cacciatore & Karukivi (2014, 18-21) mukaan tunteet ovat kehittyneet suojelemaan ihmistä. Siten on normaalia, että ensin tulee huolen tunteita, jotka eivät useinkaan ole totta tai tarpeen, vaan ne voi ohittaa. Tunteissa on viesti, muttei tietoa. Siksi päätökset kannattaa tehdä järjellä. Tunne on pelkkä tunne ja sen rinnalla on myös järki ja tahto.

On tärkeää, että nuori uskaltaa kohdata kaikki tunteensa, hyväksyä ne ja pohdita, mitä ne haluavat kertoa. On hyvä muistaa, että tunteet ja niiden tunteminen eivät ole kiellettyjä asioita, vaan tunteen vallassa tehdyt teot voivat olla hyväksyttäviä, tuomittavia tai kiellettyjä. Impulsiivisuus ja epäjohtonmukaisuus ovat teini-iässä vallalla olevia tunteita johtuen hermosoluverkoston kehitymisestä. Siten nuoret eivät ole kovin hyviä tunnistamaan toisten tunteita eivätkä tunne empatiaa, jonka avulla voidaan kehittää myötäelämisen taitoja. Suomen kouluissa ja nuoristyyössä on jo pitkään ollut tarjolla ohjelmia ja malleja mm. vihan käsittelemiseksi, esimerkiksi ART ja aggression portaati. Ohjelmien tavoitteena on opettaa nuorille vaihtoehtoisia malleja tunnekuohussa käyttäytymiseen. (Talvio & Klemola 2017, 29, 43.)

Sosiaaliin taitoihin lukeutuvat kyky ratkaista ongelmatilanteita, etsiä vaihtoehtoja ja halua olla muiden ihmisten kanssa. Sosiaalisissa taidoissa näkyy lapsen kyky arvostaa ja kunnioittaa muita ja käyttäytyä sovittujen sääntöjen mukaan. Rakentava sosiaalinen kanssakäyminen edellyttää tervettä itseluottamusta, tasapainoista tunne-elämää, harkintaa, kykyä kontrolloida ja arvioida omaa käytöstä ja empatiaa. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamentti-piirre, joka kertoo, miten palkitsevaa ihmiselle on muiden seura. Sosiaaliselle ihmiselle itselleen on tärkeää, että hänestä pidetään. Vahva sosiaalisuus tarkoittaa myös epäitsenäisyyttä ja riippuvuutta muiden mielipiteistä. (Keltikan-gas-Järvinen 2010, 23, 36.)

Positiivisella ajattelulla tiedetään olevan vaikutusta ihmisten hyvinvointiin. Neuropsykologi Åse Fagerlund on vetänyt hanketta: *Vahvuus, ilo ja myötätunto*, johon osallistui 140 viidesluokkalaista pääkaupunkiseudulta ja Vaasasta. Mukana oli myös lasten vanhempia ja koulujen henkilökuntaa. Positiiviseen psykologiaan pohjautuvassa tutkimushankkeessa viidesluokkalaiset käyttivät koko lukuvuoden yhden koulutunnin viikossa hyvinvointitaitojen opiskeluun. Lapset oppivat kartoittamaan omia vahvuuksiaan ja näkemään toistensa vahvuuksia, hyväksymään itsensä, tuntemaan kiitollisuutta ja suhtautumaan toisiin myötätuntoisesti. Vanhemmille opetettiin erilaisia menetelmiä kriisien kohtaamiseen, kodin tunnelman parantamiseen ja tietoiseen läsnäoloon lasten kanssa. Tulokset olivat yllättäviä: stressihormonit olivat laskeneet ja lasten hyvinvointi ja positiivinen mieliala parantuneet. Masennusoireet ja negatiivisen ajattelun määrä oli vähentynyt, mikä heijastuu koulun ilmapiiriin kohentumiseen. (Koskinen 2020, B6-B7.)

2.2 Muutokset nuoren sosiaalisissa- ja tunnetaidoissa

Jotta ymmärtäisin seurantaryhmäni 12 – 13 vuotiaiden ikään liittyviä psyykkisiä muutoksia, on tarkoituksenmukaista selvittää, mitä lapsen ajattelun ja persoonallisuuden sekä moraalin kehityksessä tapahtuu varhaisnuoruudessa. Nuoruusikä on yli kymmenen vuotta kestävä vilkas kehitysvaihe, luonteva siirtymä lapsuudesta aikuisuuteen. Nuoruusikä on nähtävä prosessina, jossa sosiaaliset- ja tunnetaidot kehittyvät yksilöllisesti. (Aalberg 2014.) Mannerheimin Lastensuojeluliiton mukaan (2019) varhaisnuoruudessa itsenäistyminen tapahtuu paljolti henkisellä tasolla. Nuori kehittyy omaksi persoonaksi, jolla on

omia mielipiteitä, asenteita ja mieltymyksiä. Samalla nuori hakee etäisyyttä vanhempiin, mikä voi näkyä tunteiden ailahtavuutena ja aikuisten haastamisena. Murrosikäisen tunteet kuohuvat, ja hänellä voi olla vaikea keskittyä oppitunneilla. Toisinaan nuori ei aina hallitse omia tunnereaktioitaan. Nuori saattaa tuntea äärimmäistä epätoivoa, häpeää tai raivoa pienestäkin asiasta, ja siten myös itsetunto voi vaihdella ja hämmentää. Murrosiässä nuori joutuu tekemään töitä tunteidensa kanssa. Syy tunnemyrskyihin, mielialan muutoksiin ja itsekeskeiseen ajatteluun on sekä hormonaalisissa tekijöissä että ulkopuolisisissa vaatimuksissa, joita nuori kohtaa. Vanhemmat voivat vahvistaa nuoren itsetuntoa ja henkilökohtaisia kykyjä puhumalla perheelle tärkeistä arvoista. Arvojen omaksuminen vahvistaa nuoren itsetuntoa ja hän ei ole siten kovin altis epäsoviville houkutuksille. (Cleveland Clinic 2014.)

2.3 Tunnetaitojen kehityksen tukeminen

Kenellä tahansa vanhemmalla tai kasvatustyössä työskentelevällä ammattilaisella tulee mietittyä, mitä arjessa voi tehdä lasten hyväksi, jotta lasten tunnetaitojen ominaisuudet vahvistuisivat. Jääskinen & Pelliccionin (2017, 170-171, 173-174) mukaan tunnetaitoja ei opita puhumalla ja kuuntelemalla viisaita neuvoja, vaan kokemalla ja harjoittelemalla niitä tosi tilanteissa. Tiedetään, että kokemuksellisesta opetuksesta jää ihmiseen vahvin muistijälki, ja aikuisen rooli on merkittävä: hän näyttää mallia ja ohjaa myönteisiin valintoihin. Tunnetaitojen omaksuminen tapahtuu oman oivaltamisen kautta. Vuorovaikutuksessa ja stressitilanteissa korostuvat sisäistetyt keinot toimia tunnekuohuissa. Hyväkin harjoitus jää osittain vajaaksi, jos siinä koettuja tunteita ei avata keskustelulla. Keskustelu on merkityksellistä, koska omat ja toisten havainnot synnyttävät lisää oivalluksia ja ymmärrystä aiheeseen. Mikä tärkeintä, keskustelut lasten kanssa ja niistä saadut oivallukset, ovat mahdollisuus linkittää lapsen arkeen. Miettiä esimerkiksi, millaisissa tilanteissa lapsi on kokenut vastaa-
van tunteen? Miten toimin silloin? Mitä arkisemmalle tasolle taitojen oivallukset saadaan vietyä sitä, enemmän tuetaan lasten tunnetaitojen käyttöä. Lisäksi läheiset vanhempi-suhteet näyttävät olevan Söderlund & Jorosen (2014) tutkimuksen mukaan yhteydessä alakoululaisten parempiin opettaja- ja oppilassuhteisiin. Oletus on, että lapsen läheiset suhteet vanhempiin luovat turvallisen perustan rakentaa ihmissuhteita kouluympäristössä. Myös Juusola (2015, 104) toteaa, että lapset oppivat tunteiden ilmaisutapoja vanhemmiltaan

mallioppimisen myötä. Kun lapsi tiedostaa, mitä tunnetaitoja tai niiden puutteita hän on omaksunut vanhemmiltaan, on hänen helpompi muokata tunnetaitojaan sellaisiksi, miksi ne haluavat olevan.

2.4 Sosiaalisten taitojen kehityksen tukeminen

Kärkkäinen (2017, 65-67) toteaa, että käytöstavat ovat yksi tärkeä lähtökohta sosiaalisille taidoille. Pienet sanat, kuten kiitos, ole hyvä ja anteeksi tehostettuina katsekontaktilla viestivät vastaanottajalle hänen huomionsa ottamista. Jos oppilas kokee esimerkiksi anteeksi pyytämisen vaikeana, kannattaa aikuisen kanssa miettiä, miksi se tuntuu vaikealta ja mikä auttaisi, että anteeksi pyytäminen olisi sujuvaa. Sosiaalisten taitojen tukemisessa kouluympäristössä on huomioitava jokaisen eri tarpeet. Miten luovia tilanteissa siten, että ratkaisu olisi jonkinlainen kompromissi. Tarpeiden yhteen sovittelussa tarvitaan neuvottelua osapuolten välillä. Sopivaa ilmaisua pitää hioa, koska ratkaisua ei saavuteta periaatteella, mitä kovempi metakka sitä varmempi ratkaisu. Rakentava yhteiskeskustelu on kaikkein paras lopputulos. Yleisellä tasolla sosiaaliset taidot ovat keskeisiä elämänhallinnan resursseja. Puutteellisista sosiaalisista taidoista seuraa yksinäisyyttä, joka muuttaa nuoren sosiaalisista tilanteista tekemiä havaintoja, vääristää ajatuksia ja heikentää omia kyvykkyyssuomuksia. Sosiaalisia taitoja voidaan vahvistaa harjoittelemalla vuorovaikutustaitoja opettajan ja luokan tuella. (Hämäläinen, 2019.) Opettajat ja vanhemmat vaikuttavat ratkaisevasti, millainen käsitys lapsella on itsestään. Nuori tarvitsee arvostusta, jotta hänen itsetuntonsa ja arvonsa vahvistuvat. (Purjo & Gjerstad 2011, 151.)

2.4.1 Opetussuunnitelman tavoitteet vuorovaikutustaitojen osalta

Opetussuunnitelman perusteet määräytyvät Opetushallituksen antamien linjausten mukaisesti, jonka mukaan paikalliset opetussuunnitelmat laaditaan. (Opetushallitus 2020). Valtakunnallisen määräyksen mukaisesti Haminan kaupunki on laatinut oman paikallisen opetussuunnitelman vuonna 2016. Kiinnostuin paikallisesta opetussuunnitelmasta sen vuoksi, että halusin tietää, miten kouluyhteisössä ja opetuksessa huomioidaan oppilaiden sosiaalisten- ja tunnetaitojen vahvistaminen ja vuorovaikutuksen kehittyminen. Haminan opetussuunnitelmassa todetaan, että oppilaita kannustetaan huolehtimaan itsestä ja

toisista, harjoittelemaan oman elämän ja arjen kannalta tärkeitä taitoja sekä lisäämään ympäristönsä hyvinvointia. Oppilaat oppivat perusopetuksen aikana kantamaan vastuuta omasta ja yhteisestä työstä sekä kehittämään tunnetaitojaan ja sosiaalisia taitojaan. Lisäksi oppilaat kasvavat huomaamaan ihmissuhteiden ja keskinäisen huolenpidon tärkeyden. Paikallisessa opetussuunnitelmassa on mainittu, että jokaisella on yhteinen vastuu koulupäivästä. Tällä tarkoitetaan oppilaan kohdalla reiluna ja arvostavana suhtautumisena koulutovereihin ja koulun aikuisiin sekä yhteisten sääntöjen noudattamisena. Toisia ihmisiä ei tahallisesti loukata, ja muiden työtä sekä työrauhaa kunnioitetaan. Sovituista tehtävistä huolehditaan, mikä on koulutyössä välttämätöntä. (Haminan opetussuunnitelma 2016.)

Menetelmät, joita käytetään oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämiseksi ovat esimerkiksi KiVa-koulu eli kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma (käytössä 87%:ssa kouluja), Lions Quest lasten- ja nuorten elämisen taitoja -ohjelma ja Askeleittain-ohjelma, jolla edistetään tunne- ja vuorovaikutustaitoja. (Huurre ym. 2015.) Opetussuunnitelmassa on oppilaan oma ajattelu ja pohdiskelu avainasemassa. Tavoitteena on vahvistaa oppilaan kykyä selviytyä elämässä. Tavoitellaan itseymmärryksen ja tunnetaitojen merkitystä, kuinka tulemme toimeen itsemme ja toisten kanssa. (Tunne & Taida 2020.) Myös Talvio & Klemolan (2017, 33) mukaan perusopetuksen opetussuunnitelmassa kannustetaan omiin valintoihin itsenäisesti, koska tulevaisuuden työelämässä tarvitaan taitoja pohtia ja tehdä päätöksiä itsenäisesti. Jäin pohtimaan, miten käytännön tilanteissa kannustetaan oppilaita omiin valintoihin ilman, että aikuiset ratkaisevat ongelmat heidän puolestaan.

2.4.2 Sosiaalisten- ja tunnetaitojen haasteet vuorovaikutuksessa

Parvelan (2011, 154-155) mukaan monet opettajat ovat yhtä mieltä, että lasten sosiaalisissa taidoissa on kahta ääripäätä. On lapsia, jotka ovat hyvin avoimia, toisia kunnioittavia ja erilaisuutta sietäviä. Toisaalta on vuorovaikutustaidoiltaan moniongelmaisia oppilaita, joiden kyky toimia ryhmässä on rajoittunut, joskus lähes olematon. Näin ollen nykypäivänä luokkaan mahtuu monenlaisin sosiaalisin taidoin varustettuja lapsia, joiden pitäisi tulla toimeen kes-

kenään ja kyetä toimimaan ryhmänä ja ryhmässä. Tilanne on opettajien kannalta haastava ja opettajaa kuormittava johtuen luokassa esiintyvistä rauhatomuudesta.

Yksilökeskeisyys ja pärjääminen korostuvat nykyisin arvoissa. Oman edun tavoittelemisen malli heijastuu lapsen arvomaailmaan. Kyky asettua toisen ihmisen asemaan ei ole pysynyt muiden tunnetaitojen kelkassa. Suomessa nähdään, että sosiaalisen median paikoin hyvin raadollisellakin ilmapiirillä, mutta myös lähipiirin arvoilla ja asenteilla on valtava merkitys kasvavan lapsen tunnetaitojen kehittymiselle. Ja etenkin empatian puute näkyy sosiaalisessa mediassa. Somenöyryyttäminen on todella yleistä niin ala- kuin yläkoululaisilla. Yhteiskunnan pitäisi kiinnittää huomiota tunnetaitojen kehittämiseen myös koulumaailman ulkopuolella. Vahvimmillaan tunnetaidoissa ovat lapset, joiden kotona kaikki tunteet ovat sallittuja, ja niitä saa myös ilmaista. Empatia- ja tunnetaidot kehittyvät, kun vanhempi on kiinnostunut lapsesta ja viettää aikaa tämän kanssa. (Savolainen, 2016.) Myös Jantusen & Ojasen mukaan (2011, 41) arvomaailmaltaan vahva aikuinen uskaltaa rajoittaa ja ohjata rohkeasti nuorta valitsemaan oikeat arvot eri tilanteisiin. Rakastava ja arvomaailmaltaan jämäkkä kasvattaja kestää nuoren uhman ja kiukun kieltäessään nuorta epäsovivasta käyttäytymisestä tai valinnoista.

Kokkosen (2010, 99) käsityksen mukaan oppilaiden tunteiden säätelyn ongelmat ajatellaan vaikeuttavan koulusuoriutumista koska, ne huonontavat oppilaan suhteita opettajiin ja luokkatovereihin. Tunteitaan puutteellisesti tai kyseenalaisin keinoin säätelevät oppilaat voivat joutua toisten lasten vieroksumiksi ja saada häiritsevistä käyttäytymisistä tarpeekseen saaneelta opettajalta vähemmän ohjeita ja palautetta. Tämä vaikuttaa negatiivisesti oppilaan koulumotivaatioon ja kaverisuhteisiin.

3 NON FIGHTING GENERATION –JÄRJESTÖ

Non Fighting Generation –järjestö tekee työtä nuorten väkivallan ja kiusaamisen vähentämiseksi. NFG on vuonna 1996 perustettu valtakunnallinen nuorisokasvatusjärjestö, joka on erikoistunut nuorten väkivaltaisuuden vähentämiseen arvo- ja väkivallattomuuskasvatuksen keinoin. Kohderyhmää ovat 10-24-vuotiaat lapset ja nuoret, jotka oireilevat väkivaltaisesti, kiusaamalla tai käyt-

täytymällä itsetuhoisesti. Järjestö noudattaa kasvatustoiminnassaan itse kehitettyä kasvatuksellista teoriaa, joka perustuu arvo- ja tarkoituskeskeiseen filosofiaan ja pedagogiikkaan. Arvokasvatuksen tavoitteena on, että nuori pystyy valitsemaan sellaisia arvoja, jotka edistävät väkivallattomuutta ja hyvää elämää. Hyvään elämään kuuluu niin muiden ihmisten, oman itsensä kuin ihmisen koko elinympäristön huomioiminen. Pyrkimyksenä kasvatustyössä on herättää nuorissa vastuullisuutta heidän omasta sekä muiden hyvinvoinnista. Tavoitteeseen päästään, kun nuorissa herätellään heidän eettisyyttään ja vastuullisuuttaan sekä opetellaan sellaisia elämäntaitoja, joiden avulla nuori pystyy kohtaamaan hankaliakin elämäntilanteita ilman, että hän turvautuu väkivallan käyttöön muita tai itseään kohtaan. Nuoria ohjataan pohtimaan oman elämänarvojaan, omia ja muiden tunteita, omia asenteita sekä näihin perustuvia valintoja eri tilanteissa, erityisesti tilanteissa, joissa opittu käyttäytyminen on aiemmin johtanut väkivaltaan ja aggressiiviseen käyttäytymiseen. Nuoren omaksumat arvot vaikuttavat hänen kaikkiin valintoihinsa ja toimintaansa myös tulevaisuudessa. (NFG s.a.)

NFG on yleishyödyllinen yhdistys, jonka toiminnan rahoitus perustuu avustuksiin, apurahoihin ja lahjoituksiin. Rahoitus mahdollistaa NFG:n väkivallan ja kiusaamisen vähentämiseen pyrkivän ennaltaehkäisevätyön. Julkinen rahoitus muodostaa merkittävimmän osan. Siitä Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) osuus on suurin. Muita merkittäviä julkisia rahoittajia on Helsingin kaupunki. Yksityisestä rahoituksesta merkittävimpiä ovat säätiöt, jotka tukevat yleishyödyllistä toimintaa ja tutkimusta. (NFG s.a.)

3.1 Keep Cool -tiimi

Non Fighting Generation nuorisojärjestöllä on käytössään viisi erilaista toimintamallia ja yksi käynnissä oleva hanke. Käynnissä oleva hanke on KIPU (kiusaamiseen puututaan), ja toimintamallit ovat: valoa elämään, arvokas kasvatusta, levottomat tuhkimot, EVVR ja Keep Cool -tiimi. Näistä jälkimmäiseen perehdyn tarkemmin, koska se toimii pohjana seurantaryhmäni toimintamallina. NFG:n ohjaajien mukaan Keep Cool -toimintamalliin on otettu mukaan myös palasia arvokas kasvatusta -toimintamallista. Keep Cool -tiimi (KCT), on tarkoitettu 11-24-vuotiaille väkivaltaisesti käyttäytyville pojille. Toiminnan on poikien

ongelmakäyttäytymisen pysäyttäminen varhaisessa vaiheessa, käyttäytymisen taustalla olevien arvojen, asenteiden ja tunteiden tiedostaminen sekä muutoksen aikaansaaminen. Pojille tarkoitettu toiminta on osa NFG:ssä toteutettavaa sukupuolierityistä väkivaltatyötä.

Keep Cool –toimintamalli pohjautuu käyttäytymismuutokseen, joilla saadaan ohjattua nuoria tekemään järkeviä valintoja ja päätöksiä. Käyttäytymistä ohjauksi tekijöiksi oletetaan mm. arvot, omantunnon mukainen arvomaailma, joka edistää hyvää elämää ja ihmissuhteita. Vahvistetaan ja syvennetään tunnetaitoja, jotta nuori pystyy elämään tunteidensa kanssa. Mietitään asenteita pyrkimyksenä myönteisiin asenteisiin itseä ja muita kohtaan. Pohditaan toimintatapoja, joilla vahvistetaan oikeaoppisia tapoja toimia uhkaavissa tilanteissa ja luovutaan vääristä toimintatavoista. (Keep Cool -tiimit 2007, 2-5.)

3.2 NFG:n kasvatuserittelu

NFG:n kasvatuserittelun pohjana on ajatus, jonka mukaan kasvatuksen perustana tulee olla epätoivotun käyttäytymisen kitkemisen sijaan kasvatusta kohti hyvää. Kasvatuserittelussa on oleellista sitoutuminen kokonaisvaltaiseen ihmiskäsitykseen ja universaaleihin eettisiin arvoihin sitoutuminen. NFG:n mukaan universaaleja eettisiä arvoja ovat hyvyys, kauneus, rakkaus ja totuus. Eettiset arvot ovat valikoituneet, koska ne ovat pysyviä eivätkä riipu yksittäisen ihmisen tai yksittäisissä yhteiskunnissa tai kulttuureissa tärkeinä pidetyistä arvostuksista, vaan ovat kaikille ihmisille tärkeitä. Ihminen ei luo arvoja, ne ovat valmiina maailmassa, johon ihminen syntyy. Esimerkiksi rakkaus on ajasta ja paikasta riippumaton ja pysyvä arvo. Sen merkityksen välittyminen nuorille on tärkeä kasvatuspäämäärä. NFG:n näkemyksien mukaan eettisiin arvoihin perustuva arvokasvatusta on eettisesti kestävä pohja kasvatukselle. Lisäksi väkivaltaisuus nähdään elämäntaidollisena ongelmana, johon yritetään saada muutos vaikuttamalla nuoren maailmankuvaan. Kasvun perustana tulisi olla yllikkeiden luominen hyvään eli tuodaan myönteisiä asioita esille. Tavoitteena on luoda virikkeitä merkitykselliseen elämään. Kasvatusta tulee olla lapsen myönteisiä vahvuuksia edistävää, eikä kasvatusta ole pelkästään rajoittamista ja kontrollia. NFG:n kasvatusta ideologina on myös auttaa lasta löytämään oma polkunsu rohkaistun ja kannustamisen avulla. Tavoitteena on myös ohjata lasta kohteilemaan muita arvostavasti ja kunnioittavasti. Pahin

virhe, minkä kasvattaja voi tehdä, on esittää itse tietävänsä asiat nuoria paremmin. Kasvattajan on syytä muistaa, että hän on keskeneräinen elämää ihmettelevä ihminen yhtä lailla kuin nuorikin. (Lesojeff 2013, 51-54, 68.)

Nuorille on välitettävä arvoihin ja tarkoituksiin perustuvaa toivoa tulevaisuudesta ja korostettava, että siihen on mahdollisuus vaikuttaa omilla ratkaisuilla ja aktiivisilla teoilla. Arvokasvatus on nykyään tärkeämpää kuin ennen, koska elämme hyvinvointiyhteiskunnassa yltäkylläisyyden ja tietotulvan keskellä. Kasvatuksessa vastuulliseen elämään on painotettava selektiivisyyttä eli valikoivuutta ts. tarkkuutta valintoja tehtäessä. Valikoivuus on sitä, että nuori kykenee ratkaisuihin monien ristiriitaisten vaihtoehtojen välillä. Nuoren on opittava kaikessa erottomaan, mikä on olennaista ja mikä on epäolennaista. (Purjo 2014, 132.)

Mielestäni NFG:n kasvatusmallin ajatuksena on, että lapsi on kyvykäs arvokkaaseen ja hyvään elämään, kun hänessä piilossa olevat mahdollisuudet saadaan esiin. Toisaalta NFG yllyttää ponnistamaan kohti sellaisia arvoja, kuten vastuullisuus, hyvän tahtominen ja suvaitsevaisuus, mitkä lisäävät lapsen itsensä ja toisten hyvinvointia. Universaalit arvot voivat tuntua yleismaailmaisilta, mutta esimerkiksi rakkauteen voi rinnastaa persoonan kunnioituksen ja arvostuksen, mitkä ovat osa rakkauden sisältöä. Hyvyys arvona pitää sisällään kaiken hyvää tuottavan toiminnan, jota voi toteuttaa muiden ihmisten hyväksi.

3.3 NFG:n väkivallattomuustyön vaikuttavuudet

NFG:ssä seurataan ja arvioidaan toiminnan tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta. Arviointimateriaalia saadaan toiminnassa mukana olevilta nuorilta, keskusteluryhmien ohjaajilta sekä yhteistyötahoilta, joiden kautta nuoret ovat ohjautuneet toimintaan mukaan. Arviointitiedot on saatu keskusteluryhmiin osallistuneiden nuorten kirjallisten itsearvioinnin avulla (täytetään ensimmäisellä ja viimeisellä tapaamiskerralla) ryhmän aikana tapahtuneesta kehityksestä ja oivalluksista. Lisäksi nuoria on haastateltu ja ohjaajat ovat arvioineet nuorissa tapahtuneita kehitysaskeleita ryhmän aikana ja nuoria ryhmään ohjanneiden tahojen (mm. koulut) arviointien perusteella. Laajin selvitys on Kalle Videojan ja Jori Valto-

sen *Katsaus NFG:n toiminnan kasvatustaikutuksiin vuosina 2005-2011*, johon osallistui noin 1200 nuorta. Arvioinnit osoittavat kasvatustyön vähentävän nuorten väkivaltaa, lisäävän väkivallatonta käyttäytymistä ja elämäntapaa. Samalla nuorten elämäntaidot ja -hallinta ovat kehittyneet. Nuorten saamat vaikutukset NFG:n keskusteluryhmissä ovat olleet esimerkiksi päätöksiä muuttaa väkivaltaista tai muuten vahingollista käyttäytymistä ja oivaltaminen väkivallan mahdollisista seurauksista sekä vaihtoehtojen löytäminen väkivallan tilalle. Elämäntaitojen ja -hallinnan osalta muutokset ovat tapahtuneet mm. empatiakyvyn ja muiden ymmärtämisen lisääntymiselle, yhteistyökyvyn kasvulla ja minäkuvan vahvistumisella positiiviseen suuntaan. Pidemmän aikavälin kasvatustyön vaikutukset ovat todettavissa, että nuorten oman käyttäytymisen kontrollointi ja tilanteiden ennakointikyky ovat parantuneet. Myös arvomaailmaan heijastuvat toimintatavat olivat kehittyneet positiiviseen suuntaan. (Purjo & Tervahauta 2014, 37-41, 47,50.)

Myös Tiittasen (2017,15) tutkimustyön mukaan NFG:n väkivallattomuustyö on ollut tuottoisaa. Nuoret ovat kokeneet ryhmäkeskustelut yleisellä tasolla hyödyllisinä, avartavina ja tärkeinä. Monen nuoren kokemuksen mukaan ryhmissä oli mahdollista puhua ja oivaltaa asioita, joita ei normaalisti ollut mahdollista lähestyä muissa yhteyksissä. Lisäksi ryhmissä vallitseva hyväksyvä ilmapiiri oli yleisesti koettu onnistuneena ja luottamusta herättävänä, mikä mahdollistaa syvälliset keskustelut aroistakin aiheista.

Tutkimustulokseni vahvistavat aikaisempia tutkimuksia. Tutkimustulosteni mukaan käyttäytyminen aikuisia kohtaa oli parantunut ja koulumotivaatioon oli tullut positiivisia muutoksia siltä osin, että läksyt tulevat paremmin tehdyiksi. Uskon, että nuoret kokivat eri sosiaalisten- ja tunneharjoitusten kautta oivalluksia arvoihin, jotka heijastuivat omiin asenteisiin, arvostuksiin ja päämääriin.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

4.1 Tutkimuksen lähtökohta

Ajatus opinnäytetyöideasta sain työharjoitteluni aikana Vehkalahden koululta, joka oli valikoitunut nuorisojärjestö Non Fighting Generation yhteistyökumppaniksi. Toimeksiantaja Haminan oppilashuolto ja tutkimustyön ohjaaja Eija Kiiski tukivat opinnäyteideaani. He näkivät, että on tarpeen dokumentoida,

mitä NFG:n toimintamallilla saavutettiin, jotta tulosta voi konkreettisesti esitellä eri yhteistyötahoille. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten oppilaat hyötyivät NFG:n toimintamallista. Lisäksi tutkimustulosten perusteella kouluyhteisö saa palautetta NFG:n onnistumisesta, mikä on jatkoa ajatellen hyödyllinen tieto, kun päätetään kolmannen sektorin osallistumisesta kouluyhteistyöhön.

Yhteistyö nuorisjärjestö NFG:n kanssa alkoi tutustumiskäynnillä Vehkalahden koululla 28.10.2019. Vehkalahden koululta NFG:n ryhmätoimintaan pääsi mukaan 5. luokan tytöt ja 6. luokan pojat. Aikataulullisesti seurasin kuudennen luokan poikien ryhmätoimintaharjoituksia. Pojat jaettiin opettajan toiveiden mukaisesti kahteen ryhmään, seurantaryhmässäni oli neljä poikaa. Osallistuin kaikkiaan kuuteen tapaamiskertaan marras- ja joulukuun 2019 aikana. Kokoukset olivat maanantaisin klo 13.45 – 15. Ryhmätoimintojen teemat eri tapaamiskerroilla vaihtuivat, mutta alkulämmittely ns. fiiliskierros oli aina sama.

4.2 Tutkimuskysymykset ja aikataulu

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, tutkimusryhmän (n=4) kokemat hyödyt osallisuudesta NFG:n toiminnallisiin ryhmäharjoituksiin teemahaastattelulla ja havainnoimalla ryhmän toimintaa kokoukserroilla. Tutkimukseni pääkysymyksiä ovat:

1. Minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli oppilaissa nostatti ?
2. Mitä hyötyä he kokivat saavuttaneensa osallisuudestaan NFG:n toimintaan?
3. Mitkä olivat käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset ?

Teemahaastattelu valikoitui, koska menetelmän avulla saadaan tietoa tutkimukseen osallistujien kokemuksista. Ennen teemahaastattelua hahmottelin haastattelurungon, jonka puitteissa haastattelu on helppo pitää aiheessa (liite1.) Haastattelukysymykset valikoituivat siten, että kysymykset 1-4 ja 8 antavat vastauksen tutkimuksen pääkysymykseen: Minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli nostatti? Kysymyksien tarkoitus on peilata omia tunte-

muksiaan harjoitusten sisältöön ja löytää kaikkein mieluisin harjoitus. Seuran-
taryhmäni palaute eri harjoituksista antaa NFG:lle hyödyllistä tietoa siitä, mikä
harjoitus on erittäin mielekäs ja millä perusteella. Toisaalta palaute myös ke-
hittää ja haastaa, jos jokin harjoitus on koettu epämiellyttäväksi. Kysymykset
5-7 vastaavat pääkysymyksiin NFG:n osallistumisen hyödyistä ja käyttäytymi-
sessä tapahtuneista muutoksista. Näin tekee varsinkin kysymys numero
kuusi: Mitä muutoksia huomasit käyttäytymisessäsi tai toimintatavoissasi
NFG:n toiminnan jälkeen? Funktio linkittyy suoraan käyttäytymisen tai toimin-
tatapojen muutoksiin.

Opinnäytetyön tekeminen ajoittui marraskuun 2019 ja toukokuun 2020 välille.
Opinnäytetyöni suunnitelman esitin alkuseminaarissa joulukuussa 2019. Ha-
vainnoin aloitin 4.11.2019 osallistumalla yhtenä osallistujana ryhmäharjoituk-
siin. Muut havainnointikerrat olivat 11.11, 18.11, 2.12, 9.12 ja 16.12.2019.
Ryhmät kokoontuivat maanantaisin klo 13.45 –15. Tapaamiskerroilla mukana
oli kahtena kertana koko ryhmä, mutta muilla kerroilla oli kolme osallistujaa.
Lisäksi 16.12.2019 viimeisellä kokoontumiskerralla oli kaikki kahdeksan poi-
kaa koolla, koska ohjaaja oli yksin sairaustapauksen vuoksi, joten ryhmät oli
yhdistettävä. Haastattelut toteutin 16.1.2020. Tämän jälkeen (01/2020) NFG:n
toiminta Vehkalahden koululla vielä jatkui yksilökohtaisilla tapaamisilla tietyille
oppilaille, niissä en ollut enää mukana.

Opinnäytetyön	aikataulu
Sopimus opinnäyte- työstä	11/2019
Tutkimussuunnitelma	11/2019
Suunnitteluseminaari	11.12.2019
Tutkimuslupa	12/2019
Aineiston keruu	1-2/2020
Aineiston analysointi	2-3/2020
Väliseminaari	13.2.2020
Opinnäytetyön viimeis- tely	3/2020
Esitarkastusversio	3/2020

Päättöseminaari	4/2020
Kypsyysnäyte	5/2020
Opinnäytetyön julkaisu	6/2020

Kuva 1. Opinnäytetyön aikataulu

Opinnäytetyön aikataulu osoittautui melko tiukaksi, koska tein ohessa työharjoittelujaksoja. Systemaattisella työotteella, perheen tuella ja hyvällä suunnitellulla opinnäytetyö pysyi aikataulussa. Talven aikana 2020 analysoin varsin monipuolisen aineiston. Aineiston analyysissä eniten yllätti, kuinka hidasta ja toisinaan vaikeaa on aineiston litterointi.

4.3 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusmenetelmäsi opinnäytetyöhön valikoitui laadullinen teemahaastattelututkimus, jota tuki osallistuva ja suorahavainnointi. Kokonaisuudessa tutkimusmenetelmää määritteli triangulaatio eli monimetodinen lähestymistapa. Vilkan (2015, 70-71) mukaan triangulaation ensisijainen tavoite on lisätä tutkimuksen kattavuutta ja siten vähentää tutkimuksen luotettavuusvirheitä.

Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on tarkastella merkitysten maailmaa, joka on ihmisten välinen ja sosiaalinen. Laadullinen tutkimus soveltuu uuden ilmiön ymmärtämiseen: mistä tässä on kyse? Lisäksi laadullisella tutkimuksella tavoitellaan ihmisen omia kuvauksia koetusta todellisuudesta. Kuvaukset oletetaan sisältävän asioita, joita ihminen pitää itselleen merkityksellisinä ja tärkeinä. On huomioitava, että laadullisen tutkimusmenetelmän ja sen aineiston keräämisen tavoite on aineiston sisällöllinen laajuus kuin aineiston määrä kappaleina. Teemahaastattelu soveltuu tutkimusongelmani metodiksi parhaiten, koska siinä poimitaan keskeiset teemat tutkimusongelmaan vastaamiseksi. (Vilkka 2015, 118, 124, 129.) Olen valinnut teemahaastatteluuni kahdeksan kysymystä (liite 1.), jotka esitän samansisältöisinä kaikille haastateltavilleni yksilöhaastatteluna.

Laadullista tutkimusta on vaikea määritellä yksiselitteisesti, sillä tutkija vaikuttaa aina myös laadullisen tutkimuksen tuloksiin tulkitsemalla niitä omalla taval-

laan Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on tutkia kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja kuvata todellista elämää, huomio kiinnitetään määrän sijaan toiminnan laatuun. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 17).

4.4 Aineiston keruu

Aineistoni koostui seurantaryhmäläisten (n=4) haastatteluista, osallistuvasta ja suorahavainnoinnista kuuden tapaamiskerran perusteella. Aineistojen saamiseen anottiin Haminan oppilashuollolta tutkimuslupaa haastatella ja havainnoida seurantaryhmää. Aineistolleni oli luontevampaa tehdä yksilöhaastattelut kuin tiedon kerääminen kyselylomakkeen muodossa otoksen pienuuden takia. Triangulaatio valikoi ikään kuin puolivahingossa, koska huomasin olevani tilanteessa, jossa aineistoa oli saatavilla kolmesta eri kanavista. En kokenut sitä mitenkään hankalaksi vaan mielestäni se toi varmuutta tulosten luotettavuuden kannalta.

Tutkimusmenetelmät: teemahaastattelut ja suora ja osallistuvahavainnointi. Tutkimuskysymyksien osalta (1-2) teemahaastattelut antavat vastauksia NFGn toimintamallin hyödyllisyydestä ja käyttäytymisessä tapahtuneista muutoksista. Suora- ja osallistuvan havainnoinnin menetelmällä hain vastauksia empiiriseen tutkimuskysymykseen aistimalla ryhmadynamiikkaa, harjoitusten sisällön arviointia, poikien motivaatiota, keskusteluja ja osallistumisinnostusta.

Opinnäytetyöhöni liittyvät haastattelut tein 16.1.2020 Vehkalahden koululla. Haastattelutilaksi oli varattu koulun neuvotteluhuone. Se oli hyvä, koska äänitallenne on hyvin herkkä taustamelulle, ja toisaalta erillinen tila antaa osallistujille keskittymisrauhan. Ennen varsinaista haastattelua käytin muutaman minuutin rentoon jutusteluun, jonka tarkoituksena oli vapauttaa jännitystä ja luoda rento ilmapiiri. Vapautuneella olemuksella haastattelijä voi motivoida ja auttaa haastateltavaa rentoutumaan (Vilkkä 2015, 133). Otin huomioon myös istumajärjestyksen, jolla välttään valta-asemalta. Istuimme pöydän ääressä vierekkäin ja haastateltavalla oli edessään haastattelukysymykset. Haastattelut etenivät kysymysten mukaisessa järjestyksessä ja kestivät 17 minuutista 24 minuuttiin. Haastateltavien vastaukset olivat melko niukkoja ja haastattelijan oli tehtävä lisäkysymyksiä. Haastattelut nauhoitin ja varmuuden vuoksi tein

haastattelunaikana lyhyitä muistiinpanoja, jos äänitallenteiden litterointi vaiheessa olisi ilmennyt ongelmia. Nauhoitukset onnistuivat hyvin eikä teknisiä ongelmia ilmennyt. Sain myös lyhyen palautteen luokanopettajalta, miten seurantaryhmäni käyttäytymisen muutoksen ovat ilmenneet oppitunneilla.

4.5 Osallistuva ja suora havainnointi

Tutkimuksen tuloksista yksi osuus muodostui osallistuvasta ja suora havainnointi tapaamiskerroista, joissa sain olla mukana. Havainnoin aloitin 4.11.2019. Muut havainnointikerrat olivat 11.11, 18.11, 2.12, 9.12 ja 16.12.2019. Tein jokaisella tapaamiskerralla muistiinpanoja samalla kuin osallistuin ryhmän harjoituksiin. Suunnittelin etukäteen havainnointini merkitykseksi ryhmädynamiikan aistimisen, harjoitusten sisällön arvioinnin, poikien motivaation, keskustelut ja osallistumisinnostuksen. Tiedonkeruumenetelmänä suorassa havainnoinnissa tutkija seuraa ilmiöön liittyviä tapahtumia paikan päällä ja osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on itse mukana toiminnassa. Osallistuvan havainnoinnin etuna on, että tutkija pääsee kiinni tutkittavan ilmiön olemukseen, vaikka hän ei ole varsinainen työyhteisön jäsen. Suorassa havainnoinnissa osallistujat ovat tietoisia tutkijan läsnäolosta. Yleisesti havainnoinnin etuna on autenttisuus, koska ilmiö tapahtuu luonnollisessa ympäristössään ja kontekstissaan. (Kananen 2010, 49-50.)

4.5.1 Arvoharjoitus

Ensimmäisellä tapaamiskerralla oli selvästi havaittavissa jännitystä, mikä oli ihan ymmärrettävää. Läsnä oli tuntematon ohjaaja ja osallistuja sekä poikien (n=3) epävarmuus, mitä tapaamiskerroilla tehdään. Huoli oli jokseenkin turha sillä, ohjaajan määrätietoisuus välittyi osallistujiin turvallisuuden tunteena. Ensimmäinen harjoitus oli ns. arvoharjoitus, jonka pohjalta kävimme keskustelun. Keskustelun teemoina olivat, osaatko arvostaa tai kunnioittaa valitsemiasi arvoja arjessasi ja millä tavoin. Arvoharjoituksen tavoitteena oli oppia tunnistamaan arvoja, joista on hyötyä nuorelle itselleen. Pojille ei tyrkytetä valmiita arvoja, vaan osallistujat miettivät oman arvojärjestelmän. Jos osallistuja pitää esimerkiksi rahaa ja muita materialistisia asioita hyvin tärkeänä, niin ohjaajan tulee herätellä häntä miettimään, ovatko ne todella tärkeitä asioita, ja mitä aitoja arvoja hän voisi saada niiden tilalle. Pojat nostivat tärkeiksi arvoiksi mm.

terveyden, mummin, kavereiden kanssa oleilun, urheilun, ruuan, lätkävarusteet, vaatteet, puhelimen, kodin ja nukkumisen. Kaikille tärkein arvo oli perhe, jonka kaikki olivat kirjoittaneet. Pojat eivät osanneet sanallistaa, miksi perhe nousi tärkeimmäksi arvoksi. Keskustelimme yhdessä, miten perheen tuki on tärkeää ja on hyvä asia, että vanhemmat huolehtivat ja kannustavat kaikissa arjen asioissa.

Tapaamiskerrat alkoivat ”fiiliskierroksella”, jonka tarkoituksena oli löytää tunteet ja kertoa niistä. Ohjaajan esittämät kysymykset olivat, miten viikonloppu meni ja miten viikko alkoi. Pöydällä oli susikortteja eri ilmeinä ja niistä jokainen valitsi tuntemuksiansa kuvaavan kortin, joka toimi keskustelun pohjana. Yleensä viikonloppu pojilla oli mennyt eri harrastuksien parissa, (kaksi ryhmäläisistä harrasti jääkiekkoa) konsolipelejä pelaten, kavereiden kanssa ja oleillen. Melko tavallinen tuntemus kysymykselle, miten viikko alkoi, liittyi kouluun ja sen negatiivisiin tuntemuksiin. Pojat mainitsivat, että maanantai ärsyttää aina, kun kouluviikko alkaa. Muita kommentteja olivat: koulussa on pahaa ruokaa, tunneilla on tylsää, herääminen ja ruotsin kieli. Tapaamiskerroilla ei tullut yhtään positiivista asiaa, miksi kouluun on kiva tulla. Havainnointini mukaan poikien viikonloppuun sisältyy erittäin paljon konsolipelaamista, joidenkin kohdalla ihan liikaa. Peli-aikojen rajaamista vanhempien taholta ei vaikuta olevan. Omaehtoista liikuntaa on myös yllättävän vähän. Ne, jotka ovat seuratoiminnassa mukana liikkuvat melko hyvin, mutta jos säännöllinen liikuntaharrastus puuttuu, jää liikunta arkena sekä viikonloppuna todella vähäiseksi.

4.5.2 Minä – Sinä – Me -kaveripeli

NFGn arvokasvatus pohjautuu keskusteluun, jonka pohjalta osallistuja oivaltaa, mitkä asiat tai arvot ohjaavat omaa käyttäytymistä kanssaihmiesten kanssa. Siten tapaamiskertojen harjoituksilla oli iso rooli, minkä tehtävänä oli herättää keskustelua, miten omaa käyttäytymistään muita ihmisiä kohtaan voisi muuttaa. Toisella tapaamiskerralla pelasimme Minä – Sinä – Me -Kaverilautapeliä. Pelissä oli neljän eri teeman mukaisia kortteja: ihastus, totta/tarua, kaveruus ja erilaisuus. Pelin ideana ja tarkoituksena oli herättää keskustelua kaveruuteen, seurusteluun, ristiriitojen ratkaisemiseen ja murrosikään liittyvistä teemoista. Jokainen nosti vuorollaan pelilaudalla osoittavan ruudun mukaisen kortin ja kertoi tuntemuksistaan. Havainnointini perusteella poikien oli

yllättävän helppo sanoittaa tai löytää itseään kuvaavia ajatuksia vaikeistakin asioista. Esimerkiksi seuraavia aiheita tunnekorteista ilmeni: mikä tuo iloa elämääsi? Pystytkö pitämään pääsi? Minkä asian muuttaisit elämässäsi? Miten itsekäs ihminen käyttäytyy?

Minkälaisia ongelmia voi liittyä ystävyssuhteisiin? Jokainen vastasi ensi itse oman tunnekortin kysymykseen ja tämän jälkeen muut saivat halutessaan vastata. Välillä keskustelua häiritsi toisten vastauksille nauraminen, josta ohjaaja kyllä huomautti. Muuten olin hyvin tyytyväinen antoisaan keskusteluun, johon lähes kaikki osallistuivat aktiivisesti. Ilahtuin, kuinka järkeviä ajatuksia pojat osasivat esittää liittyen teeman mukaisiin aiheisiin. Harjoituksen ydin oli tunnetaitojen ja minätietoisuuden vahvistaminen, mitkä auttavat vuorovaikutustilanteissa ja järkevien päätösten tekemisissä.

4.5.3 Kaverisuhteet

Kolmannella harjoituskerralla (fiiliskierroksen jälkeen) jokainen sai täytettäväkseen Kaverit-monisteen. Harjoituksen tarkoituksena oli miettiä, minkälainen olen itse kaverina ja mitä odottaa tai toivoo kaverilta. Kun jokainen oli täyttänyt omalta kohdaltaan monisteen, kävimme vastaukset yhdessä läpi jokaisen osallistujan kohdalta. Kysymyksiä oli kaikkiaan 16. Esitän muutamia kysymyksiä ja niihin muodostuneita ajatuksia. Kysymykseen: Minkälainen kaveri haluaisit olla? Pojat vastasivat, reilu, kiva ja mukava. Vastaukset olivat melko yleisiä ja heidän oli hankala esimerkiksi määritellä, millainen on kiva kaveri. Mikä kaverini kanssa on tärkeää? Jokaisen vastauksista ilmeni, että yhdessä pelaaminen on tärkeää ja kivaa sekä myös vapaa-ajan viettäminen muuten yhdessä. Miten toimit riidan jälkeen? Pojat vastasivat, että he pyrkivät selvittämään ja tekemään sovinnon, vaikka aina se ei onnistu tai ole helppoa. Harjoituksen suorittamista häiritsi kahden pojan levoton käyttäytyminen, keskittymiskyvyn puute ja toisilleen naureskelu. Kielloista huolimatta pysyvää muutosta poikien käytökseen ei tullut. Lisäksi ohjaajalle ja minulle jäi epäselväksi, mistä sen hetkinen levoton käytös johtui.

4.5.4 Tunnekortit

Tunnekorttien ideana oli, kertoa, milloin tai missä tilanteessa on ko. tunteen kokenut. Toiminnan tarkoituksena oli omien tunteiden, arvojen, heikkouksien

ja vahvuuksien tunnistaminen sekä yhteyden saaminen omiin tunteisiin. Tunnekorteissa oli vaihtoehtoina esimerkiksi innostunut, reipas, vihainen, kateellinen ja ihastunut. Jokainen nosti vuorollaan tunnekortin ja pohti, missä tilanteessa juuri sen tunteen on kokenut. Esitän muutamia vastauksia, joita pojat nimesivät tunteen kohdalla. Kortti: Innostunut, vastattu: Olin innostunut, kun latasin uuden pelin. Kortti: Vihainen, vastattu: Silloin kun pikku veljet ovat ärsyttäneet. Kortti: Iloinen toisen puolesta, vastattu: Kun äidillä menee miesystävän kanssa hyvin. Äiti ja isä pystyvät olemaan samassa tilassa keskenään. Kortti: Onnellinen, vastattu: Viikonloppuna oli jääkiekkopelit, kun en ollut kotoa, sain kokeesta 9-. Kortti: Pettynyt, vastattu: Sain huonon numeron kokeesta, kun ope ei anna tehdä tehtäviä, vaikka osaisin, (opetusta on ensin kuunneltava, ja vasta sitten saa aloittaa tehtävät) hävittiin jääkiekkopeli. Havaittiin, että pojilla oli suhteellisen helppo löytää tuntemukset, joita tunnekorteissa esiintyi. Lisäksi kaikki osallistuivat keskusteluun aktiivisesti. Koin, että pojat halusivat tulla kuulluksi, minkälaisen ja missä tilanteessa tuntemus on herännyt.

4.5.5 Arvojana

Arvojana harjoituksen tarkoituksena oli sijoittaa ennalta annetuista arvoista itse piirretylle janelle oma mielipide rasti merkinnällä. Janan ääripäissä olivat vaihtoehdot: täysin samaa mieltä ja täysin eri mieltä. Valinnat pystyi sijoittamaan näiden vaihtoehtojen välille riippuen, kumpaan vaihtoehtoon oma tuntemus painottuu. Väittämiä oli kaikkiaan kymmenen. Väittämiä olivat mm.

- *kaverini mielipiteet ohjaavat käyttäytymistäni*
- *uskallan sanoa omat mielipiteeni*
- *olen tyytyväinen itseeni*
- *mielestäni kavereiden välille ei kuulu ilkeästi puhuminen toisesta ei edes läpällä*
- *minulla on motivaatiota opiskeluun*
- *mielestäni tytöt eivät ole yhtä hyviä kuin pojat*
- *koen kuuluvani osaksi porukkaa.*

Palauteen kävimme yhdessä keskustellen siten, että jokainen kertoi, mihin kohtaa janaa kunkin väittämän rastitti ja minkä takia. Keskustelua herätti väittämä: *mielestäni tytöt eivät ole yhtä hyviä kuin pojat*. Totesimme yksimielei-

sesti, että tytöt voivat olla jopa parempia monessa asiassa kuin pojat, ja tarvitseko paremmuutta arvottaa sukupuolen mukaan. Kyvyt ratkaisevat enemmän kuin sukupuoli. Täysin samaa mieltä pojat olivat väittämästä ”koen olevani tärkeä”, ja yksi pojista mainitsi erikseen kokevansa oleva tärkeä perheelle. Muuten vastaukset hajautuivat arvojanalle vaihtelevasti. Arvojanan harjoituksen yhtenä pyrkimyksenä oli asenteisiin vaikuttaminen. Keskustelimme, jos jotakin asiaa ei voi muuttaa tai itse siihen vaikuttaa, voi säilyttää positiivisuuden etsimällä hyviä puolia vastoinkäymisistä.

4.5.6 Viimeinen tapaamiskerta ja rentoa keskustelua

Viimeisellä tapaamiskerralla kaikki NFG:n ryhmätoimintaan osallistuneet pojat oli yhdistetty yhdeksi ryhmäksi. Järjestely oli välttämätön, koska ohjaaja oli yksin. Paikalla oli seitsemän poikaa. Vapaamuotoisen tapaamiskerran tavoitteena oli toisten tunnetilojen ja mielipiteiden kuuleminen ja niiden hyväksyminen. Pojille sanottiin, että jokaisen mielipide on arvokas ja hänen omansa. Samaa mieltä ei tarvitse olla, mutta on kohteliasta hyväksyä muiden erilaiset mielipiteet ja näkökulmat. Ryhmätoiminta alkoi tututtuun tapaan fiiliskierroksella, mutta tällä kertaa otimme yhden fiiliskortin, jolla piti kuvata sen hetkistä tunnetilaa. Yleisesti poikien tunnelmat olivat joululomaa odottavia. Pojat olivat kyllästyneen oloisia ja odottivat kovasti joululomaa. Yksi pojista totesi: ”mun asenne koulua kohtaan on, et mä haluaisin kuolla.” Havainnointini mukaan poika oli väsynyt ja loman tarpeessa. En usko tai halua uskoa, että kyseessä olisi pysyvä tuntemus. Halusimme ohjaajan kanssa tietää poikien mielipiteitä ryhmätoimintaan osallistumisesta. Palaute oli, *ihan hauskaa, ei hyötyä yhteishengen kannalta, Kalevista on tullut hauskempi (nimi muutettu), olen nauttinut, ihan jees, aiheet ovat olleet mielenkiintoisia, lautapeli oli kiva, olen tullut kuulluksi, mitä pitää tehdä, että saa jatkaa tässä ryhmässä*. Lopuksi, kun oli selvästi havaittavissa levottomuutta ja keskittymiskyvyttömyyttä poikien osallistumisessa, kävimme lyhyen keskustelukierroksen aiheena, mitä odotat tai teet joululomalla. Enemmistön lomasuunnitelmat olivat pelaaminen ja nukkuminen. Muita suunnitelmia olivat kavereiden kanssa oleilu ja vaateostokset. Tutkijan mieluisa havainto oli, kun pojilla oli lupa lähteä kotiin, luokkaan jäi neljä poikaa juttelemaan keskenään ja ohjaajien kanssa eikä heillä ollutkaan kiire kotiin tai kavereille. Tärkeintä heille tuntui olevan kuulluksi tuleminen ja keskustelu.

4.6 Aineiston analysointi ja teorialähtöinen sisällönanalyysi

Aineiston työteliäin osuus oli litterointi. Toisaalta haastatteluaineiston muuttaminen tekstimuotoon helpotti tutkimusaineiston analysointia eli tutkimusaineiston järjestelmällistä läpikäyntiä. Litteroinnissa tapahtuvasta tutkijan ja aineiston välisestä vuoropuhelusta on hyötyä silloin, kun tutkimuksen edetessä tutkija määrittelee, mikä on riittävä aineisto ja tulkinta tutkimusongelman kannalta. (Vilka 2015, 137.) Osallistuvan ja suoranhavainnoin etu oli hyvät muistiinpanot, joita olin kirjoittanut jokaisen tapaamiskerran aikana. Lisäksi säilytin kaikki harjoitusmonisteet, joita tapaamisten aikana käytimme. Harjoitusmonisteet auttoivat palauttamaan omaan mieleeni ja haastateltavan mieleen, mitä kullakin tapaamiskerralla oli tehty. Teemahaastattelut toteutin 16.1.2020 Vehkalahden koululla. Olin sopinut haastatteluista opettajan kanssa etukäteen. Haastattelukysymykset kahdeksan kappaletta muodostuivat melko helposti, koska tutkimuksen pääkysymykset olivat selkeät, ja niiden ympärille oli helppo määritellä apukysymykset, jotka johdattaisivat tutkimusongelman ratkaisuun.

Teoreettisessa sisällönanalyysissä hain tietoa, mitkä kasvatusajatukset tai tavoitteet ohjaavat kasvatusta 12 – 13 -vuotiaiden ikäryhmässä, mikä oli seurantaryhmäni mediaani-ikä. Teoreettisen sisällönanalyysin ympärille mukautuvat myös lasten vuorovaikutustaidot etenkin kouluympäristössä ja opetussuunnitelman tavoitteet, miten siinä näkyvät koulun kasvatusvastuu vuorovaikutus- ja sosiaalisten taitojen osalta. Vilkan (2015, 170) mukaan analyysissä teorialähtöisyys tarkoittaa sitä, että ensin mietitään mitä osa-alueita sosiaalisten ja tunnetaitojen käsitteisiin kuuluu. Tämän jälkeen osa-alueet otetaan aineiston luokittelun kehyksiksi.

4.7 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tämän opinnäytetyön suunnittelussa, toteutuksessa ja raportoinnissa on huomioitu kokonaisuudessaan tutkimuksen tekemisen eettisyys Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeistuksen mukaisesti. *”Tieteellinen tutkimus voi olla eettisesti hyväksyttävää ja luotettavaa ja sen tulokset uskottavia vain, jos tutkimus on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla.”* Tämä tarkoittaa asianmukaisten tutkimuslupien hankkimista ja aineiston käsittelyä tietoturvuoja huomioon ottaen. Opinnäytetyön aikana syntyneet aineistot tallennet-

tiin ja käsiteltiin tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Tutkimuksessani analysoitavia dokumentteja käsiteltiin huolella tietoturva huomioon ottaen.

Laadullisen tutkimusmenetelmän luotettavuuden arviointia tehdään koko opinnäytetyön kirjoittamisprosessin ajan. Luotettavuutta arvioidaan suhteessa teoriaan, analyysitapaan, tutkimiseen, tulkintaan ja tuloksiin. Tutkijan on pystyttävä perustelemaan, mistä valintojen joukosta valinta on tehty, mitä ratkaisut ovat olleet ja miten lopullisiin ratkaisuihin on päädytty sekä arvioimaan ratkaisujen toimivuutta tavoitteiden kannalta. (Vilkka 2015, 196-197.) Mielestäni tutkimukseni luotettavuutta heikentää seurantaryhmäni (n=4) pienuus. Luotettavuus sinänsä kahta tutkimusmenetelmää käyttäen antaa luotettavaa tietoa, mutta tutkimustietoa ei voi yleistää otoksen pienuuden takia. Mutta toimii kuitenkin suuntaa antavana NFG:n toiminnan hyödyllisyydestä. Opinnäytetyöni tuloksissa olen käyttänyt vain aineistosta esiin nousseita seikkoja.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSESTA

5.1 Teemahaastattelut

Teemahaastattelun ensimmäisenä kysymyksenä oli selvittää haastateltavien NFG:n ryhmäharjoitusten mielekkyyttä, mikä heistä oli kivointa harjoituksissa. Vastauksissa oli yhdennäköisyyttä siitä, että NFG:n kaverilautapeli oli hauska. Haastattelija kysyi tarkentavasti: ”Mikä siitä lautapelistä teki erityisen kivan”? Haastateltavat eivät osanneet sitä tarkentaa, vaan se oli heidän mielestään yksiselitteisesti hauska tai kiva. Muita mielekkäitä harjoituksia olivat arvoharjoitus ja viimeisellä kerralla käyty vapaa keskustelutuokio. Yhden haastateltavan, oli vaikea yksilöidä, mikä oli kivointa. *”En mä muista, muistan vaan, et oli kivaa. Kaikki oli kivoi.”*

Toiveita muille harjoituksille tai keskusteluaiheille haastateltavat eivät juuri-kaan osanneet esittää. Yleisin vastaus oli: *”En tiä, oli paljon kaikkee. En mitään.”* Yksi haastateltavista mainitsi, että olisi halunnut keskustella terroristeista (oli kuullut, että toinen ryhmä oli niistä puhunut): *”Terroristeista, se olisi ollut mielenkiintoista.”* Haastattelija halusi tietää, olisiko jonkin harjoituksen tai keskustelun voinut jättää tekemättä. Haastateltavat olivat lähes yksi mielisiä,

että kaikki harjoitukset olivat hyödyllisiä. Eräs haastateltava vastasi: *"Kaveri moniste oli vähä (hiljaisuus) olisin voinut jättää pois, kun piti kirjoittaa. Tunnekortit oli ihan kivaa."* Myös toinen haastateltava mainitsi, että Kaveri monisteseen oli vaikea keksiä vastauksia. Haastateltavien mielipiteet eri harjoitusten mielekkyydestä vaihtelivat. Yksi piti ensimmäisen tapaamiskerran arvoharjoituksesta, yhden mielestä kaikki harjoitukset olivat kivoja sen enempää yksilöintiä, tunnekortit mainitsi eräs ja tapaamiskertojen "lämmittely" harjoituksena tehty fiiliskierroksesta piti eräs haastateltava. Perusteluita haastateltavien oli vaikea sanoittaa: *"En tiä se oli vaan ylipäättään mukava harjoitus."* (haastateltava viittasi tunnekortteihin). *"Joka kerta kun alussa oli se fiiliskierros, miten on mennyt viikonloppu. Noooo, kaikki pelit, mitä me pelattiin. Kaveripeli oli paras."* Haastattelija halusi tietää, oliko haastateltavien vaikea sanoittaa tai löytää tunteita, joita keskustelut herättivät. Valitsin kysymyksen, koska tapaamiskerroilla keskustelimme melko syvällisistä ja tunteita herättävistä aiheista, kuten ihmis-suhteista ja omasta identiteetistä. Lähes yksiselitteisesti yhtä poikkeusta lukuun ottamatta haastateltavien oli helppo sanallistaa tunteet ja osallistua keskusteluun. Yhden haastateltavan vastaus poikkesi muista: *"Joo oli, en ollu varma osasinko oikein selittää, en ole varma. Muilla osallistumiskerroilla oli helpompaa."* Haastattelija päätteli, että kokemuksen myötä ja harjoittelemalla haastateltavan tunteiden sanoittaminen helpottui jokaisella tapaamiskerralla.

Eniten keskustelua haastateltavissa herätti pohdinnat NFG:n toimintaan osallistumisen muutoksista käyttäytymisessä tai toimintatavoissa. Muutokset koskivat heissä koulumotivaatiota ja käyttäytymistä opettajia kohtaan. Kaikki haastateltavat mainitsivat jonkin muutoksen ja osa mainitsi useitakin muutoksia käyttäytymisen osalta. Kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että käyttäytyminen opettajia kohtaan on muuttunut parempaan suuntaan: *"No, opettajan kans menee paremmin, juttelen enemmän open kans asioist."* *No, en jankuta vastaan tai muuta opettajalle mitään."* *No on se muuttunut, kai parantunut."* *En käyttydy huonosti niitä kohtaan tunneilla, koska sekin on häiritsemistä, jos ei anna työrauhaa opettaa."* *"Etten pelleile enää niin paljoo."* Sen sijaan NFG:n toimintaan osallistumisella ei tapahtunut muutoksia kaverisuhteisiin tai välitunti/vapaa-ajalla tapahtuviin konflikteihin. Haastateltavat olivat yksimielisesti sitä mieltä, että kaveriporukoissa on mennyt aina hyvin tai vähintäänkin yhtä

hyvin kuin aiemmin: *"Kavereitten kans menee hyvin, ei ollut ongelmia aikaisempaankaan."* *"Ei mul oo ollu ikinä kavereitten kaa ongelmia. Välitunnilla pelaan aina jalkapalloo kavereitten kaa. Riitatilanteet selvitetään aina jotenkii."* Koulumotivaation osalta NFG:n toimintaan osallistumisesta oli positiivista hyötyä. Muutama mainitsi, että läksyt tulee paremmin tehdyiksi, tuntiaktiivisuus on lisääntynyt ja kokeisiin tulee paremmin luettua: *"En oo saanut yhtään läksymerkintää, mut koulu ei kyllä kiinnosta yhtään enempää kuin ennenkään."* *"Oon yrittänyt lukea kokeisiin, jos oon muistanut, mutta yritän. Saan kokeet aina läpi, vaikka en lue, se on aina seiskasta ylöspäin. Läksyt tulee tehtyä."* Yksi osallistuja oli ainoastaan sitä mieltä, ettei NFG:n toimintaan osallistumisella ollut vaikutusta koulumotivaatioon ja hän otti puheeksi myös, mikä koulussa ärsyttää: *"Koulu on edelleen sellainen paikka, mihin en haluais tulla."* Haastattelija halusi tietää syitä, miksi haastateltava ei halua tulla kouluun: *"Oletko miettinyt syitä?"* Haastateltava: *"No mun mielestä tää ei oo mikään mukava paikka."* Haastattelija: *"Johtuuko se aikuisista, kavereista vai oppiaineista?"* Haastateltava: *"No oppiaineet lähinnä. Matikka oli ennen kivaa mutta nykyään kun ei saa tehdä tehtäviä samalla kun opettaja selittää vaikka osais, jos sä osaat sä joudut vaan kuuntelemaan. Silleen käy aika usein. Se häiritsee eniten, jos tulee läksyks vaikka olisi ollut aikaa ne tunnilla tehdä."*

Haastateltavat kokivat suurimmaksi hyväksi asiaksi NFG:n toimintaan osallistumisessa kuulluksi tulemisen ja osallisuuden. Kolme neljästä haastateltavasta mainitsi tärkeäksi tapaamiskerroilla käydyt keskustelut ja puhumisen: *"Vapaat keskustelut ja sai muutenkin keskustella."* *"E erityisen hyvää oli kun keskusteltiin, mitä viikonloppuna on tehnyt."* Muita NFG:n toimintaan osallistumisen hyviksi puoliksi haastateltavat mainitsivat: *"Maanataista tulee vähän parempi."* *"Yleensä oli koulupäivän kivoin tunti."* NFG:n toimintaan osallistumisen huonoista puolista tuli hyvin vähän negatiivista palautetta. Haastateltavat olivat tyytyväisiä ryhmään pääsystä ja toiminnasta. Haastateltavat mainitsivat huonoiksi puoliksi: *"No ei oikeestaan ollu huonoj puolii. Paitsi ehkä se kerta kun NFG peruuntui."* Tapaaminen peruuntui ohjaajan sairastumisen vuoksi. Lisäksi toinen haastateltava oli myös harmistunut, kun tapaaminen oli peruuntunut. NFG:n toimintamalli sai seurantaryhmältä erittäin hyvän kouluarvosanan. Annetut arvosanat olivat 10, 8, 10 ja 9. Keskiarvoksi muodostui 9,25. Haastattelijan kokemus haastatteluista oli myönteinen, vaikka vastaukset olivat usein niukkoja, mutta lisäkysymyksiä esittämällä vastauksiin sai enemmän sisältöä.

5.2 Osallistuva ja suorahavainnointi

Osallistuva ja suorahavainnoinnin merkitys tulosten kannalta oli merkittävä. Tutkijan näkemyksenä pojat hyötyivät NFG:n toiminnan monipuolisista harjoituksista oleellisesti. Vaihtuvat harjoitukset auttoivat poikia tunteiden tunnistamiseen, arvojen pohdintaan, itsesäätelykykyyn ja syy-seuraussuhteiden pun-taroimiseen. Lisäksi harjoitukset sisälsivät aiheita, jotka opettavat ja vahvista-vat empatiakykyä. Vahvistamalla empatiakykyä pyritään välttämään tilanteita, joista tulisi toiselle tahallisesti aiheuttamalla huono mieli. NFG:n toimintamallin alkuperäisenä ajatuksena oli sosiaalisten ja tunnetaitojen vahvistaminen, niin mielestäni osallistuva ja suorahavainnoinnin perusteella annetut tavoitteet saavutettiin. Tutkija näki positiivisen kehityksen alkutilanteesta viimeiseen ko-koontumiskertaan. Seurantaryhmän vuorovaikutustaidoissa tapahtui iso muu-tos. Ensimmäisillä tapaamiskerroilla tunteita tai ajatuksia oli vaikea sanoittaa, ja joka harjoitus kerran jälkeen oli nähtävissä vuorovaikutustaitojen vahvistu-minen.

5.3 Minkälaisia kokemuksia NFG:n toimintamalli oppilaissa nostatti ?

Teemahaastattelujen ja suora ja osallistuvan havainnointien perusteella seu-rantaryhmän kokemukset NFG:n toimintaan osallistumisesta olivat positiiviset. Tapaamiskertojen erilaiset harjoitukset olivat mielekkäitä eikä niihin ehdotettu parannettavaa. Oivalsin, miten tärkeää nuorelle on tulla huomioduksi ja kuul-luksi. He kokivat keskustelun tärkeyden yhdeksi motivoivaksi tekijäksi ryhmä-tapaamisissa. Nuorilla oli monia ajatuksia eri aiheisiin ja erilaisia näkökulmia, mitä aikuinen ei tule ajatelleeksi. Uskallan väittää, että osallistujista melkein kaikki haluaisivat jatkaa vastaavan muotoista ryhmätoimintaa. Väitteeni perus-tuu haastatteluissa esille nousseisiin mielipiteisiin ja tapaamiskerroilla aistittui-hin ja havaittuihin osallistujien keskusteluaktiivisuuteen ja ryhmädynamiik-kaan.

5.4 Mitä hyötyä he kokivat saavuttaneensa osallisuudestaan NFG:n toi-mintaan ?

Koulumotivaation osalta muutamalle oppilaille on tullut positiivisia muutoksia. Läksyt tulevat paremmin tehdyiksi ja kokeisiin tulee hiukan enemmän luettua.

Asennemuutosta koulun käyntiä kohtaan ei tullut. Koulu koetaan tylsänä ja epämukavana paikkana. Tämä näkyy tiettyjä oppiaineita kohtaan, mistä ei tykätä tai osataan hyvin, mutta opetusta ei haluta kuunnella vaan tehdä omatahtisesti tehtäviä. Osallistuva ja suora havainnoinnin perusteella seurantaryhmän vuorovaikutustaidot vahvistuivat ja eri vaihtoehtojen välinen arviointikyky kehentyi.

5.5 Mitkä olivat käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset ?

Suurin hyöty, jonka seurantaryhmäni saavuttivat, oli käytöksen parantuminen opettajia kohtaan. Pelleily, oppituntien häiritseminen, jankuttaminen ja huuteleminen olivat vähentyneet. Vuorovaikutus opettajan kanssa, tuntiaktiivisuus ja työrauhan antaminen ovat myös olleet positiivisia muutoksia seurantaryhmän toimintatavoissa. Kaverisuhteisiin NFG:n toimintaan osallistumisesta ei ollut vaikutusta. Kaikki sanoivat olevansa tyytyväisiä kaverisuhteisiin ja osaavansa selvittää riitatilanteet keskenään. Välitunneilla tapahtuvissa riitatilanteissa välituntivalvojaa osataan pyytää välien selvittelyyn. Myös opettajan palaute oli varovaisen positiivista. Osalla käytös oli parantunut, mutta ei kaikilta. Tämän vuoksi yksilökohtaisille harjoituksille oli selvä tarve.

5.6 Opettajan näkemykset NFG:n toimintamallin vaikutuksesta

Opettajan mukaan ryhmätoimintaan valitut pojat lähtivät mielellään mukaan jokaiselle ryhmätapaamistunnille. Opettajan mukaan innostus oli jopa liiallista, jonka turvin oppilaat hehkuttivat luvallista poissaoloa oppitunneilta. Myös opettaja oli yhtä mieltä siitä, että pojat pitivät selvästi keskusteluista. Joulun jälkeen alkaneet yksilökohtaiset keskustelut ja harjoitukset ovat kuitenkin enemmän rauhoittaneet poikia. Osa pojista hyötyi selkeästi NFG:n toimintamallista, muutaman kohdalla hyöty jäi epäselväksi. Käytösongelmat jatkuvat muutamien oppilaiden kohdalla edelleen, mutta olisivat opettajan mukaan jatkuneet joka tapauksessa. Kaikki keskustelutuki pojille on ollut tarpeellista, toteaa opettaja.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Tulosten arviointi

Tutkimusaineisto osoitti, että NFG:n toimintamallista oli hyötyä sekä oppilaille että opettajalle. Tutkimuskysymyksiin: Mitkä olivat käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset? Ja mitä hyötyä he kokivat saavuttaneensa osallistuessaan NFG:n toimintaan? Teemahaastattelujen tulosten mukaan käyttäytymisessä tapahtuneet muutokset näkyivät oppituntien työrauhan ja vuorovaikutuksen parantumisella. Koulumotivaation osalta muutamalle oppilaille oli tullut hyviä muutoksia. Läksyt tulevat paremmin tehdyiksi ja kokeisiin tulee hiukan enemmän luettua. Suurin hyöty, jonka seurantaryhmä saavutti, oli käytöksen parantuminen opettajia kohtaan. Oppituntien häiritseminen, jankuttaminen ja huuteleminen olivat vähentyneet. Vuorovaikutus opettajien kanssa, tuntiaktiivisuus ja työrauhan antaminen olivat myös olleet positiivisia muutoksia seurantaryhmän toimintatavoissa. Monet NFG:n harjoituksista liittyivät tunnetaitojen vahvistamiseen ja tunteiden ilmaisemiseen. Tunnetaitojen vahvistamista tukee myös Niemi, (2014, 59) jonka mukaan hyvät tunnetaidot ovat tavoittelemisen arvoinen asia. Tunteet seuraavat voimavarana ihmissuhteisiin, ne vahvistavat itsetuntoa ja hyvinvointia monella tapaa. Teoriaan peilaten toiminnallisten harjoituksien kautta tavoite sosiaalisten ja tunnetaitojen vahvistamiseksi saavutettiin. Harjoittelimme tunteiden tunnistamista, kykyä asettua toisen ihmisen asemaan, itsetunnon vahvistamista ja ajatusmaailman muuttamista yksilökeskeisyydestä kohti yhteisökeskeisyyttä, mitä teoreettisessa viitekehyksessä tuli tutkittua.

Kokonaisuutena sekä teemahaastattelujen ja osallistuvan ja suorahavainnoinneista saadut tulokset yllättivät myönteisesti tutkijan. Lisäksi opettajalta saama positiivinen palaute ilahdutti. Tutkimus tulosten mukaan on ilmiselvä tarve vastaavanlaiselle ryhmätoiminnalle, jossa vahvistetaan tunne- ja sosiaalisia taitoja vuorovaikutusharjoituksilla. Tarvetta itsensä ilmaisuun ja ajatusten vaihtoon omassa ikäryhmässä on selvästi. Ryhmätoiminnalla vahvistetaan myös yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys syntyy yhdessä tekemällä ja onnistumalla sekä iloisista kohtaamisista (Haapasalo ym. 2016, 27). Lapsen sosiaalisten taitojen vahvistamisella on myös vanhemmilla iso merkitys. Kasvatustyyllissä voidaan auttaa lasta kehittämään ongelmanratkaisutaitoa ja itsesäätelykykyä. Lasta tulee ohjata nopeasti ja jämäkästi, sensitiivisesti ja rakkaudella. (Haapasalo ym.

2016, 25.) Tutkimuksesta ei voinut päätellä vanhempien osallisuutta lasten sosiaalisiin ja tunnetaitojen vahvistamiseen.

Ennakko-odotukseni olivat aluksi ristiriitaiset NFG:n toiminnan hyödyllisyydestä. Epävarmuuteni saattoi johtua tietämättömyydestäni uuden asian suhteen. Haastatteluissa epäilyni NFG:n toiminnan hyödyllisyydestä tuli kuitenkin osoitettua vääräksi. Aluksi olin ryhmätapaamisissa hiukan epäileväinen harjoitusten fokuksista, mutta ryhmätapaamisten jälkeen tuntemukseni NFG:n toiminnan hyödyllisyydestä ja harjoitusten tavoitteista muuttuivat varmemmiksi. Sosiaalisten ja tunnetaitojen sisältö ja merkitys sekä niiden kehityksen tukeminen tuli teoreettisesti hyvin käsitellyiksi ja toiminnallisilla harjoituksilla oli vahva merkitys. Teoriassa tuli ilmi, että tunnetiloja oppii parhaiten kokemalla ja harjoittelemalla eri tilanteissa. Teoreettinen viitekehys tuo esille sen, että tunne- ja sosiaaliset taidot ohjaavat käyttäytymistä ja niitä harjoittelemalla taidot vahvistuvat. Ne auttavat selviytymään vuorovaikutustilanteissa. Teoreettinen osuus peilasi tutkimuksen tavoitteita ja tutkimuskysymyksiä. Toiminnallisissa harjoituksissa opimme tunnetiloja kokemalla ja harjoittelemalla niitä erilaisissa tilanteissa. Tutkimuskysymykset oli laadittu tavoitteiden mukaisesti, jotta NFG:n toimintamallista saatava tieto olisi arvokasta. Olen tyytyväinen, että aineiston keruumenetelmänä sain käyttää monimetodista tutkimusmenetelmää triangulaatiota. Sain tutkimuskysymyksiin tarvittavat tiedot molempien aineistojen keruumenetelmien tuloksena.

Johtopäätöksien luotettavuus voidaan osaksi todentaa Minä – Sinä – Me -kaveripelin saavuttamilla hyödyillä, jotka viittaavat käyttäytymiseen toisia ihmisiä kohtaan. Tehtävänä oli herättää keskustelua, miten omaa käyttäytymistään muita ihmisiä kohtaan voisi muuttaa. Tästä voidaan päätellä, että oppilaat oivalsivat hyvän käyttäytymisen merkityksen toisia kohtaan, mikä oli havaittavissa tutkimustuloksissa, jotka paljastivat käyttäytymisen muutokset etenkin aikuisia kohtaan. Tutkimustulosten mukaan NFG:n toiminnallisilla harjoituksilla oli vaikutusta läksyjen tekoon ja kokeiden lukemisaktiivisuuteen. Uskon, että ed. tutkimustuloksiin oli arvojana harjoituksella merkitys, koska sen tavoitteena oli asenteisiin vaikuttaminen. Luulen, että oppilaat oivalsivat, että koulu-tehtävät ja kokeet ovat heitä itseään varten. He itse hyötyvät oppimisesta ja

kokeet testaavat, kuinka hyvin he ovat tiedon omaksuneet. Kaikkien toiminnallisten harjoitusten keskiössä oli oman ymmärryksen ja oivaltamisen löytäminen ja sen peilaaminen vuorovaikutustilanteisiin.

6.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi ja jatkotutkimusaiheet

Tutkimusmenetelmän ja analysointimenetelmän opetteleminen ja sisäistäminen toivat tutkimuksen tekemiseen omat haasteensa. Ilman ”tutki ja kehitä” kirjaa opinnäytetyö olisi ollut mahdotonta toteuttaa. Tiesin, että opinnäytetyölteni on toimeksiantajan näkökulmasta tarve, kun työharjoitteluni aikana näin, ettei yhteisöllistä oppilastyötä ehditä dokumentoida. Pidin erityisesti, kun sain olla mukana kuudessa ryhmätapaamisissa ja osallistua yhdenvertaisesti harjoituksiin. Miten mielenkiintoisia keskusteluja ja ajatusten vaihtoa koinkaan ! Osallisuus auttoi lisäksi ymmärtämään harjoitusten tavoitteita. Aineiston keruun osalta ennako-odotukset haastatteluista yllättivät. Yllätyin, miten niukkasanaisia haastateltavat olivat, ja ilman lisäkysymyksiä litterointi olisi ollut hyvin nopea toimenpide. Haastateltavat olivat kuitenkin olleet harjoituksissa avoimia ja aktiivisia keskustelijoita, siksi yllätyin haastattelun niukkasanaisuudesta, vaikka olin heille tuttu henkilö. Aineiston runsaus oli positiivinen asia loppu tuloksen kannalta. Osallistuvan ja suorahavainnoin sekä teemahaastattelujen tuottama aineisto antoi varmuutta NFG:n toimintamallin luotettavuudesta. Kiinnostavia jatkotutkimusaiheita voisi olla vertailu muiden NFG:n toiminnassa mukana olleiden kokemuksista ja hyödyllisyydestä, koska siten tutkimustulokset olisivat yleispäteviä.

7 POHDINTA

Kokonaisuutena opinnäytetyön koko prosessi oli erittäin mielekäs. Innostukseeni vaikutti myönteisesti se, että opinnäytetyön idea syntyi omasta ajatuksesta eikä ulkopuolisista tekijöistä. Lisäksi sain vapaasti ilman ennako-odotuksia toteuttaa työtäni. Omia vahvuuksiani opinnäytetyötä tehdessä ovat olleet ajanhallinta ja mielenkiinto aihetta kohtaan. Laatimani opinnäytetyöni aikataulu oli tiukahko ja varsinkin opinnäytetyön alussa aikataulussa pysyminen epäilytti. Opinnäytetyön prosessia helpotti, kun sain sovittua haastattelut en-

nen kolmannen työharjoittelun alkamista, ja kaikki neljä haastateltavaa pääsivät osallistumaan yhdellä käyntikerralla. Haastattelujen sujuvuus vaikutti myös aikataulussa pysymiseen.

Opinnäytetyöprosessin mieluisin vaihe oli ehdottomasti tutkimuksen laadinta, toteutus ja tulosten analysointi, koska se tuotti uutta tietoa. Tiesin, että uuden tiedon tuottaminen on merkityksellistä tutkijalle, toimeksiantajalle ja NGF:n organisaatiolle. Välillä kirjoittaminen ja aiheen pyörittäminen kyllästytti ja oli otettava etäisyyttä kirjoitusprosessiin, jotta uusia ajatuksia pystyi tuottamaan. Väliseminaari ja opinnäytetyöni esitarkastus olivat erittäin hyödyllisiä, jotka tuottivat uusia ajatuksia ja hyviä parannusehdotuksia. Seurantaryhmäni luokanopettajan palautetta piti kysellä muutamaan kertaan, mutta onneksi sain myös hänen näkemyksensä, mitä muutoksia pojissa on tapahtunut. Opettavaista oli ymmärtää, miten tutkimuksellinen opinnäytetyöprosessi etenee vaiheittain, ja mitä vaatimuksia sille asetetaan. Jatkoa ajatellen tutkimuksen tekemisen eettisiin periaatteisiin ja laadulliseen tutkimukseen perehtyminen ovat antaneet itselleni hyviä valmiuksia tieteellisen tutkimuksen tekemiseen myös tulevaisuudessa. Tutkimuksellinen työote sosiaalialan työtehtävissä olisi mielekästä ja kiehtovaa. Olen oppinut ymmärtämään kolmannen sektorin palveluiden tärkeyden ja osallisuuden kouluyhteisössä. Koen NFG:n toimintamallin erittäin mielekkääksi ja merkitykselliseksi, ja toivoisinkin näkeväni tämänkaltaisen toiminnan lisäämistä koulutusinstituutiossa laajemminkin.

LÄHTEET

Aalberg, V. 2014. Nuoruusiän ahdistuneisuus - kehitykseen kuuluvaa vai psykopatologiaa? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim nro 13:1319-23. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2014/13/duo11735> [viitattu 25.1.2020].

Cacciatore, R. & Karukivi, M. 2014. Mielelön fiilis. Hyvän mielen käsikirja. Painettu EU:ssa: Tammi.

Cleveland Clinic. 2014. Social Development During the Teen Years. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/9983-social-development-during-the-teen-years> [viitattu 18.1.2020].

Haapasalo, T., Kirkkopelto, K. & Repo, L. 2016. Mun ja sun juttu ! Lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä. Helsinki: Premedia.

Haminan opetussuunnitelma 2016. Haminan kaupunki. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sites.google.com/a/koulut.hamina.fi/haminan-opetussuunnitelma-2016/home> [viitattu 22.01.2020].

Huurre, T., Santalahti, P., Anttila, N. & Björklund, K. 2015. Mielenterveyden ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämisen menetelmät ja käytännöt peruskouluissa. THL. Päivitetty 5.3.2015. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125821/URN_ISBN_978-952-302-038-2.pdf?sequence=1 [viitattu 24.1.2020].

Hämäläinen, T. 2019. Juurisyyanalyysi: Nuorten elämänhallinta ja mielenterveys. WWW-dokumentti. Päivitetty 29.9.2019. Saatavissa: <https://www.sitra.fi/julkaisut/juurisyyanalyysi-nuorten-elamanhallinta-ja-mielen-terveys/#haasteiden-ja-voimavarojen-tasapaino> [viitattu 19.1.2020].

Jantunen, T. & Ojan, E. 2011. (toim.) Arvot kasvatuksessa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Juusola, M. 2015. Kohti hyvää aikuisuutta. Sosiaalisten taitojen treenikirja. Helsinki: Voimakirja Oy

Jääskinen, A-M. & Pelliccioni, S. 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunteiden tukeminen. Helsinki: Lasten keskus ja Kirjapaja Oy.

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisu. Tampere: Juvenes Print.

Keep Cool -tiimit. 2007. Ohjaajan käsikirja. Helsinki: Non Fighting Generation ry.

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

Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Jyväskylä: PS -kustannus.

Koskinen, T. 2020. Kauhean vaikea optimismi. *Kymen sanomat* 22.3.2020, B6-B7.

Kulmala, M. 2017. Tuttu tunne -tunneopas. Aivoliitto ry. Turku: Nord Print.

Kärkkäinen, K. 2017. Vahvista lasta. Helsinki: Duodecim.

Lesojeff, H., Purjo, T., Tervahauta, M. & Videoja, K. 2013. Kasvatus arvoihin – arvoa kasvatukseen. Tampere: Juvenes Print.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2019. 12-15 vuotiaan persoonallisuuden kehitys. WWW-dokumentti. Päivitetty 29.8.2019. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/12-15-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/> [viitattu 25.1.2020].

Niemi, P. 2014. Hyvää mieltä & tunnetaitoja. Hämeenlinna: Jelgava Printing House.

Non-Fighting Generation ry. s.a. Pää kylmänä – sydän lämpimänä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://nfg.fi/tietoa-meista/> [viitattu 07.01.2020].

Opetushallitus. 2020. Perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-opetussuunnitelmien-perusteet> [viitattu 22.01.2020].

Purjo, T. & Gjerstad, E. 2011. Arvojen ja arvostuksen pedagogiikka. Tampere: Juvenes Print.

Parvela, T. & Sinkkonen, J. 2011. Kouluun ! Ekaluokkalaisten vanhemmille. EU: WSOY.

Purjo, T. 2014. Arvot ovat ihmisen toiminnan perusta. Tampere: Juvenes Print.

Purjo, T. & Tervahauta, M. 2014. Nuorten väkivallattomuuskasvatus (toim.). Helsinki: Books on Demand.

Savolainen, L. 2016. Miksei meille koulu opettanut tätä? Nykylapset oppivat tunnistamaan miltä toisesta tuntuu. Yle. WWW -dokumentti. Päivitetty 30.03.2016. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-8751001> [viitattu 5.1.2020].

Söderlund, E. & Joronen, K. (2014). Vanhempi-lapsisuhteen läheisyys ja kouluyhteisön sosiaaliset suhteet. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 50(4). Saatavissa: <https://journal.fi/sla/article/view/41280> (Viitattu: 8.1.2020).

Talvio, M. & Klemola, U. 2017. Toimiva vuorovaikutus. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tiittanen, J. 2017. Nuorten väkivallattomuus- ja arvokasvatuksen kehittäminen 7–8 -vuotiaalle soveltuvaksi Non Fighting Generation ry:llä. Metropolia ammatikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF -dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/124150/ONT_Valmis1.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 16.1.2020].

Tunne ja Taida. 2020. Tunnetaitojen tukeminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaitojen-tukeminen/> [viitattu 16.1.2020].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 9. painos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkaus-epäilyjen käsitteleminen Suomessa. PDF-tiedosto. Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf [viitattu 10.1.2020].

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Teemahaastattelukysymykset

1. Mikä oli kivointa NFGn ryhmäharjoituksissa ?
2. Mitä harjoituksia tai keskusteluaiheita olisit toivonut enemmän ?
3. Olisitko halunnut jättää jonkin harjoituksen tai keskustelun tekemättä ?
4. Mistä harjoituksesta tai aiheesta pidit eniten ?
5. Oliko mielestäsi vaikea sanoittaa tunteita, joita keskustelut herättivät ?

Perustelee

6. Mitä muutoksia huomasit omassa käyttäytymisessäsi tai toimintatavoissasi NFGn toiminnan jälkeen?

koulumotivaatio

kaverisuhteet

välitunti/vapaa-ajan tilanteet

käyttäytyminen opettajia kohtaan

7. Kerro NFGn toimintaan osallistumisestasi hyvät ja huonot puolet (mitä oivalsit) ?
8. Anna kouluarvosana (4-10) NFGn toimintamalli

