



# Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautuvuuden tukeminen Vamos Helsingissä

Heidi Harju

2020 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

# **Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautu- vuuden tukeminen Vamos Helsingissä**

Heidi Harju  
Sosionomi (YAMK)  
Opinnäytetyö  
Kesäkuu 2020

Heidi Harju

**Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautuvuuden tukeminen Vamos  
Helsingissä**

Vuosi 2020 Sivumäärä 68

---

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää tapoja tukea nuorten itseohjautuvuutta Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos -nuorten palveluissa. Kehittämistyön tueksi selvitettiin NEET -nuorten (not in education, employment or training) omia kokemuksia itseohjautuvuudesta sekä havainnointiin ruotsalaisen nuorisojärjestö Fryshusetin itseohjautuvuutta ja osallisuutta tukevia käytäntöjä. Haastatteluiden ja havaintojen perusteella Vamoksen työyhteisölle järjestettiin kehittämistyöpaja, jossa ideoitiin tapoja tukea nuorten itseohjautuvuutta Vamoksessa.

Teoreettinen viitekehys perustui itseohjautuvuuden teoriaan ja siinä määriteltyihin kolmeen psykologiseen perustarpeeseen; yhteisöllisyyteen, omaehtoisuuteen ja kyvykkyyteen. Aineisto kerättiin teemahaastattelemalla nuoria Vamoksessa ja Fryshusetissa sekä havainnoimalla Fryshuset Malmön toimintaa.

Haastatteluiden perusteella nuorten yhteisöllisyyden kokemusta heikensi yksinäisyys. Nuoret kokivat omaehtoisuutta, mutta sitä vähensi yhteiskunnan asettamat paineet opiskella ja työllistyä. Vuorovaikutus ja toiset ihmiset olivat merkittävässä asemassa nuorten kyvykkyyden kokemuksen kannalta. Fryshuset Malmön keskeisiä itseohjautuvuutta tukevia käytäntöjä olivat työyhteisön moninaisuus, nuorten työllistäminen sekä kokemusasiantuntijoiden hyödyntäminen. Vamoksen työyhteisölle järjestetyn kehittämistyöpajan tuotoksissa korostui kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen, nuorten omista mielenkiinnonkohteista lähtevä toiminta sekä digitaalisuuden hyödyntäminen nuorten itseohjautuvuuden tukemisen keinoina.

Haastatteluista, havainnoista ja kehittämistyöpajasta esiin nousseiden teemojen pohjalta Vamokselle esitettiin neljä jatkokehittämisehdotusta nuorten itseohjautuvuuden tukemiseksi. Jatkokehittämisehdotukset olivat 1) itseohjautuvuus- ja osallisuustaidot osaksi Vamoksen valmennusta, 2) monimuotoisuuden ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen, 3) nuorten toiveista lähtevän harrastustoiminnan lisääminen sekä 4) digitaalisuuden hyödyntäminen.

Asiasanat: itseohjautuvuus, osallisuus, nuoret

Heidi Harju

**Supporting the Self-Determination on youths outside of school and work in Vamos Helsinki**

Year

2020

Pages

68

---

The purpose of this thesis was to develop the Vamos youth services to better support self-determination of NEET youths (not in education, employment or training). Vamos is a part of the Deaconess Foundation. The development was based on observation in a Swedish youthwork organisation Fryshuset and theme interviews in Vamos and Fryshuset. Based on the results of interviews and observation a development workshop was arranged for Vamos youth workers to create ways to support youths' self-determination in Vamos youth services.

The theoretical frame consisted of self-determination theory and the three basic psychological needs; relatedness, autonomy and competence. Data was gathered through theme interviews in Vamos and Fryshuset and participant observation in Fryshuset.

The interviews indicate that loneliness decreased youths experience of relatedness. Youths' were experiencing autonomy, but they felt societal pressure to study and get employed. Social interaction was remarkable for youths to experience competence. Observation in Fryshuset showed that diversity in the workplace, employing youths and utilizing experts by experience were important methods to support self-determination. The development workshop's results revealed that it would be beneficial to utilize experts by experience, organize activities based on youths' own interests and utilize digital tools to support youths' self-determination.

As a conclusion, four development proposals were suggested for Vamos youth services to support youths' self-determination; 1) including self-determination and participation skills in Vamos coaching program, 2) utilizing diversity and experts by experience, 3) increasing activities originating from youths' own interests and 4) utilizing digitalization.

Keywords: self-determination, participation, NEET, youth

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Tietoperusta.....	7
2.1	Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret .....	7
2.2	Nuorisotyö Suomessa ja Ruotsissa .....	9
2.3	Itseohjautuvuuden teoria ja kolme psykologista perustarvetta.....	10
2.4	Nuorten itseohjautuvuus .....	11
2.5	Itseohjautuvuuden tukeminen asiakastyössä .....	13
2.6	Nuorten osallisuus.....	14
2.6.1	Osallisuuden portaat .....	16
2.6.2	Nuorten digitaalinen osallisuus.....	17
3	Kehittämiskysymykset ja menetelmät .....	18
3.1	Kehittämisympäristö.....	19
3.2	Aineiston keruu ja menetelmät .....	19
3.3	Aineiston analyysi .....	21
4	Kehittämistyöpaja.....	22
5	Haastatteluiden ja havainnoinnin tulokset .....	24
5.1	Minä ja muut - nuorten kokemuksia yhteisöllisyydestä .....	24
5.2	Yhteisöllisyys ja kyvykkyys digitaalisessa ympäristössä .....	26
5.3	Minä päätän - nuorten kokemuksia omaehtoisuudesta .....	27
5.4	Minä osaan - nuorten kokemuksia kyvykkyyydestä .....	29
5.5	Haastatteluaineiston pääkohdat .....	31
5.6	Nuorten itseohjautuvuus ja osallisuus Fryshuset Malmössä.....	32
6	Kehittämistyöpajan tulokset.....	36
7	Jatkokehittämisehdotukset .....	38
7.1	Itseohjautuvuus ja osallisuustaidot osaksi Vamoksen valmennusta .....	40
7.2	Monimuotoisuuden ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen .....	41
7.3	Kyvykkyys ja yhteisöllisyys esiin harrastustoiminnan kautta .....	43
7.4	Digitaaliset mahdollisuudet osallisuuden ja itseohjautuvuuden tukena .....	43
8	Kehittämistyön arviointi ja hyödynnettävyys .....	45
8.1	Luotettavuus .....	45
8.2	Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheita.....	46
	Lähteet .....	48
	Kuviot.....	52
	Liitteet .....	53

## 1 Johdanto

Itseohjautuvuudesta puhutaan ja kirjoitetaan nykyään paljon. Se on ensiarvoisen tärkeä ominaisuus niin opinnoissa kuin työelämässä menestymisen kannalta ja sitä edellytetään yhä nuoremmita jo koulutaipaleen alkuvaiheessa. Kaikilla lapsilla ja nuorilla itseohjautuvuuden edellytykset eivät ole samat ja haastavassa elämäntilanteessa itseohjautuvuuden edellytykset eivät aina täyty. Itseohjautuvuutta on kuitenkin mahdollista harjoitella. Parhaiten itseohjautuvuuden opettelu mahdollistaa luottamusta henkivä ja turvallinen ilmapiiri (Norrena 2019, 28).

Ajatus opinnäytetyön aiheesta syntyi kiinnostuksesta heikoimmassa asemassa olevien nuorten hyvinvoinnin tukemiseen. Halusin lähteä syventämään osaamistani ja ymmärrystäni itseohjautuvuudesta ja osallisuudesta, sekä opinnäytetyöni avulla nostaa esiin uudenlaisia kehittämiskäkökulmia Diakonissalaitoksen Vamos nuorten palveluiden hyödynnettäväksi. Vamos tukee työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia 16-29 -vuotiaita nuoria intensiivisen ryhmä- ja yksilövalmennuksen keinoin.

Ryan ja Deci ovat tutkineet motivaatiota ja itseohjautuvuutta 1980 -luvulta lähtien ja luoneet itseohjautuvuuden teorian, jonka mukaan ihmisestä tulee itseohjautuva, kun ympäristö tukee kolmea psykologista perustarvetta; yhteisöllisyyttä, omaehtoisuutta ja kyvykkyyttä. Teorian mukaan näiden kolmen perustarpeen tukeminen tuottaa ihmiselle hyvinvointia. (Ryan & Deci 2017, 7-10.) Työssäni Diakonissalaitoksen Vamos nuorten palveluissa olen huomannut, että haastavassa elämäntilanteessa elävien nuorten kohdalla itseohjautuvuus saattaa olla puutteellista. Vuosia syrjässä olleet nuoret, joilla ei ole koulutusta tai työkokemusta eivät useinkaan omaa opintojen ja työelämän vaatimia valmiuksia itseohjautuvuuteen. Opinnäytetyöni kautta haluan herättää keskustelua nuorten itseohjautuvuuden tärkeydestä ja kehittää ratkaisuja työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautuvuuden tukemiseksi.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos nuorten palveluita niin, että nuorten itseohjautuvuutta voitaisiin tukea aiempaa paremmin osana Vamoksen valmennusta. Nuorten kuuleminen on minulle tärkeää ja siksi kehittämistehtäväni perustana toimii teemahaastattelun kautta kerätyt nuorten omat kokemukset itseohjautuvuudesta.

Kiinnostus Ruotsissa tehtävään nuorisotyöhön heräsi, kun päädyin väliaikaisesti asumaan Etelä-Ruotsiin alkuvuodesta 2019. Halusin kerätä aineistoni kahdessa pohjoismaisessa nuorten palvelussa, koska ajattelin sen tuovan esiin uudenlaisia näkökulmia ja kehittämideoita. Suomessa yhdeksällä eri paikkakunnalla toimiva Vamos on kasvanut kahdentoista vuoden aikana kolmen hengen projektityöryhmästä lähes sadan työntekijän työyhteisöksi. Yksi Vamoksen tavoitteista on tulevaisuudessa tehdä enemmän yhteistyötä kansainvälisesti eri toimijoiden kanssa, joten organisaatiossani kansainvälinen ja kehittämisorientoitunut opinnäytetyöideani otettiin ilolla

vastaan. Oma toiveeni on, että opinnäytetyöni voisi toimia myös alkusysäyksenä Vamoksen ja Fryshusetin väliselle yhteistyölle.

Tein syksyllä 2019 kahden kuukauden mittaisen Erasmus+ -harjoittelujakson Fryshuset Malmössa. Harjoittelujakson aikana tutustuin Fryshusetin toimintaideologiaan ja työmenetelmiin havainnoimalla Fryshusetin toimintaa ja työmenetelmiä. Pidin harjoittelun aikana päiväkirjaa tekemistäni havainnoista ja havaintopäiväkirjani muodostaa osan opinnäytetyöni aineistosta.

Haastattelin Fryshusetin ja Vamoksen toimintaan osallistuvia nuoria liittyen heidän kokemuksiinsa itseohjautuvuudesta. Haastattelut toteutettiin Fryshusetissa syksyllä 2019 ja Vamoksessa helmikuussa 2020. Taustateorian, Fryshusetissa tekemiäni havaintojen sekä nuorten haastatteluiden tulosten pohjalta toteutin Vamos Helsingin työyhteisölle kehittämistyöpajan maaliskuussa 2020. Työpajan tavoitteena oli tarjota Vamoksen henkilökunnalle tutkimukseen perustuvaa tietoa itseohjautuvuudesta ja ideoita yhdessä, miten Vamoksessa voitaisiin tukea nuorten itseohjautuvuutta aiempaa paremmin.

## 2 Tietoperusta

Opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen muodostaa itseohjautuvuuden teoria sekä siinä määritellyt kolme psykologista perustarvetta; yhteisöllisyys, omaehtoisuus ja kyvykkyys. Osallisuus on nuorisotyön keskeinen käsite ja se on tästä syystä oleellinen käsite myös tässä opinnäytetyössä.

### 2.1 Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret

Rodwellin ym. mukaan NEET -nuorilla (Not in Education, Employment or Training) tarkoitetaan nuoria, jotka eivät opiskele eivätkä ole työssä tai työharjoittelussa. NEET -nuorilla on muita suurempi riski kärsiä pitkäaikaisesta vähävaraisuudesta ja syrjäytyä sosiaalisesti. (Rodwell ym. 2018, 1.) Termiä käytetään mittaamaan työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten osuutta eri maissa. Sitä on kuitenkin myös kritisoitu, sillä se pitää sisällään esimerkiksi hoitovapaalla olevat nuoret vanhemmat, pitkäaikaissairaat tai vammaiset sekä välivuotta opinnoista pitävät nuoret (Lödberg, Nilsson & Kostenius 2018, 1-2.)

Aaltosen, Kivijärven ja Myllylän tutkimuksen mukaan työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret aikuiset kokevat hyvinvointinsa kaikilla osa-alueilla muita heikommaksi. Hyvinvointivaje paikantui erityisesti koettuun elämänlaatuun. Tutkimuksessa haastatellut nuoret kokivat itsensä myös verrokkiryhmäänsä useammin yksinäisiksi. (Aaltonen, Kivijärvi & Myllylä 2019, 304.) Simosen tutkimuksessa haastatellut työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat Suomessa asuvat

nuoret kokivat saaneensa laajasti erilaisia tukipalveluita ja olevansa itse vastuussa omasta tilanteestaan. Koulukiusaamiseen puuttuminen, helpommin saavutettavat mielenterveyspalvelut sekä työelämän kynnyksen madaltaminen olivat asioita, jotka nuorten mielestä olisivat olleet heille hyödyllisiä ja saattaneet ennaltaehkäistä työn ja koulutuksen ulkopuolelle jäämistä. (Simonen 2019, 42-46.)

Työn ja opintojen ulkopuolella elävät nuoret kokevat muita todennäköisemmin osattomuutta. Myllyniemi ja Gretchel haastattelivat vuonna 2017 nuorisobarometrin erillisnäytteessä työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria. Haastatteluiden perusteella nämä nuoret eivät kokee kuuluvansa suomalaiseen yhteiskuntaan yhtä vahvasti kuin Nuorisobarometrin perusotoksen nuoret. Yli 12 kuukautta työttömänä olleiden nuorten usko omaan elämään vaikuttamisen mahdollisuuksiin oli heikkoa. Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten mielestä merkittävin syrjäytymistä aiheuttava asia heidän elämässään oli yksinäisyys. (Myllyniemi & Gretschel 2017. 11-14; 23.)

Ruotsin nuoriso- ja kansalaisyhteiskuntakysymyksistä vastaavan viraston mukaan Ruotsissa on opittu tunnistamaan riskitekijöitä, joiden vuoksi osa nuorista ajautuu työn ja koulutuksen ulkopuolella. Näitä riskitekijöitä ovat muun muassa toisen asteen tutkinnon puuttuminen, seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluminen, ulkomaalainen syntyperä, mielenterveysongelmat ja muista syistä johtuva toimintakyvyn vajaus. Kartoitusten avulla on myös tunnistettu NEET -nuorten tukemiseen liittyvät haasteet ja menestystekijät. Haasteita näiden nuorten kanssa työskentelylle aiheuttaa kohderyhmän palveluiden projektiluontoisuus ja lyhytnäköisyys, epä-tietoisuus siitä kuka nuoren kanssa työskentelystä ja kokonaistilanteesta vastaa sekä puutteet eri hallintokuntien yhteistyössä. Menestystekijöitä ovat sujuva yhteistyö eri organisaatioiden välillä, yksilöllinen ja joustava ohjaus, hyvät kohtaamistaidot, nuoren tilanteen kartoitus sekä nuoren tilanteen seuraaminen pitkäjänteisesti. (Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor 2019, 5.)

Yksi erityisen haavoittuvassa asemassa oleva NEET -nuorten joukko ovat alaikäisenä yksin maahan tulleet turvapaikanhakijat. Ruotsin Punaisen ristin raportin mukaan Ruotsiin saapui vuonna 2015 yli 35 000 alaikäistä lasta ja nuorta yksin. Raportin mukaan yksin maahan tulleet lapset ja nuoret ovat suuressa riskissä joutua hyväksikäytön ja ihmiskaupan uhreiksi ja monet heistä kärsivät mielenterveyden haasteista. Myös turvallisen asuinpaikan löytäminen on näille nuorille usein vaikeaa. Yli 90% Ruotsin Punaisen ristin yksiköistä, jotka työskentelevät yksin maahan tulleiden nuorten kanssa, on kohdannut vailla vakituista asuntoa eläviä nuoria. Raporttia varten tehtyyn kyselyyn vastanneista nuorista 19% oli viettänyt öitä ulkona asunnon puutteen takia. (Svenska Röda korset 2020, 6-7.)

Alatalon, Larjan ja Räisäsen mukaan Ruotsin kokonaistyöllisyysaste on ollut voimakkaan talouskasvun ansiosta Suomen työllistymisastetta korkeampi jo pitkään. Myös nuorten



työllisyysasteessa näkyy sama ilmiö, mutta Suomen ja Ruotsin ero on vain vähäinen. Työvoimaan osallistumisasteen perusteella Ruotsi on onnistunut integroimaan väestöään työmarkkinoille Suomea paremmin. (Alatalo, Larja & Räisänen 2019, 6-7.)

## 2.2 Nuorisotyö Suomessa ja Ruotsissa

Euroopan komission mukaan termillä nuorisotyö viitataan hyvin monenlaisiin nuorten aktiviteetteihin. Nuorisotyössä on kuitenkin nähtävissä kolme keskeistä piirrettä, jotka ovat toiminnan kohdistaminen nuoriin, osallistumisen vapaaehtoisuus ja nuorten henkilökohtaisen kehittymisen tukeminen. (European Commission 2014, 4.) Andersson kirjoittaa artikkelissaan nuoristyön ja sosiaalityön yhteisistä rajapinnoista ja jakaa nuorisotyön kuuteen erilaiseen osa-alueeseen, jotka ovat: 1) nuorisoliikkeet ja yhdistykset, 2) vapaa-aikaan ja aktiviteetteihin keskittyvät nuorisotilat, 3) etsivä nuorisotyö, 4) kuntien nuoriin kohdistama sosiaalityö, 5) lastensuojelun asumisyksiköt ja laitokset sekä 6) terapeutin työ. (Andersson 2018, 139-140.)

Andersson toteaa nuorisotyöllä olevan Pohjoismaissa pitkät perinteet, koska nuorten on ymmärretty olevan sosiaalisten ongelmien suhteen herkkä ja haavoittuva ihmisryhmä (Andersson 2018, 138). Forkbyn ja Kiilakosken mukaan Ruotsissa ei ole omaa lainsäädäntöä nuorisotyötä koskien, kun taas Suomessa nuorisotyötä määrittelevä nuorisolaki julkaistiin ensimmäisen kerran vuonna 1972. Lainsäädännön puute aiheuttaa Ruotsissa sen, että paikallisilla päättäjillä on enemmän valtaa sen suhteen, mitkä nuorten palvelut saavat rahoitusta. (Forkbyn & Kiilakoski 2014, 3.) Anderssonin mukaan Ruotsissa on kuitenkin olemassa poliittisia linjauksia nuorisotyötä ja sen käytäntöjä koskien. Nuorisotyötä myös seurataan ja arvioidaan valtion toimesta. (Andersson 2018, 138.)

Toinen huomattava ero suomalaisen ja ruotsalaisen nuorisotyön välillä on nuorisotyöntekijöiden koulutustaustassa. Forkbyn ja Kiilakosken mukaan Ruotsissa nuorisotyön koulutus on kahden vuoden mittainen ammattitutkinto, kun taas Suomessa nuorisotyöntekijäksi voi opiskella sekä toisella asteella että korkeakoulussa. Vaikka Suomessa on olemassa nuorisotyön toisen asteen tutkinto, suurin osa suomalaisista nuorisotyöntekijöistä on nykyään korkeasti koulutettuja. Ruotsissa nuorisotyöntekijät ovat koulutustaustoiltaan moninaisempi joukko. (Forkbyn & Kiilakoski 2014, 3.)

Ruotsin nuoriso- ja kansalaisyhteiskuntakysymyksistä vastaavan viraston mukaan yksi suurimmista työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten tukeen liittyvistä muutoksista viime aikoina on ollut työvoimatoimiston alasajo. Tämä vaikuttaa myös muihin palveluihin ja kunnat joutuvat mahdollisesti tulevaisuudessa ottamaan suuremman vastuun työttömien nuorten tukemisesta. Tällä hetkellä työvoimatoimiston kohtalo on epäselvä ja aiheuttaa laajemminkin

epäselvyyttä koko palvelujärjestelmässä. (Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor 2019, 7.)

### 2.3 Itseohjautuvuuden teoria ja kolme psykologista perustarvetta

Ryanin ja Decin mukaan itseohjautuvuuden teoria käsittelee yksilön motivaatiota, hyvinvointia ja ihmisen psykologisia perustarpeita. Biologiset, sosiaaliset ja kulttuurilliset olosuhteet vaikuttavat oleellisesti ihmisten hyvinvointiin, kehittymisen mahdollisuuksiin ja sitoutumiskykyyn. Itseohjautuvuuden teoria pyrkii ymmärtämään, minkälaisen sosiaalisen ja psykologisen ympäristön ihminen tarvitsee ollakseen toimintakykyinen ja kokeakseen itsensä hyvinvoivaksi. (Ryan & Deci 2017, 3.) Savaspuron mukaan itseohjautuvuudella tarkoitetaan kykyä johtaa itse itseään ja toimia ilman ulkopuolista ohjausta. Suomen kielen sana itseohjautuvuus on melko uusi eikä esimerkiksi kotimaisten kielten keskus tunnista sanaa. Itseohjautuvuuden käsite voidaan siis kokea epäselvänä, vaikka ilmiönä itseohjautuvuus ei ole uusi. (Savaspuro 2019, 25-26.)

Krabbenborgin ym. mukaan ihmisen psykologinen hyvinvointi kärsii ihmisen eläessä itseohjautuvuutta rajoittavassa ilmapiirissa. Hyvinvointi sen sijaan lisääntyy ihmisen eläessä kannustavassa ja turvallisessa ympäristössä, jossa perustarpeiden toteutumista tuetaan. (Krabbenborg ym. 2016.) Myös Ryan ja Deci kirjoittavat sosiaalisen ilmapiirin vaikutuksesta itseohjautuvuuteen. Ympäristö, joka tukee ihmisen perustarpeita, eli yhteisöllisyyttä, omaehtoisuutta ja kyvykkyyttä, ennustaa parempaa työssä suoriutumista ja sitoutumista työhön. Ryanin ja Decin tekemän tutkimuksen mukaan omaehtoisuuteen kannustavan johtajan alaisuudessa työskentelevät ihmiset olivat tyytyväisempiä omaehtoisuuden lisäksi myös kyvykkyyden ja yhteisöllisyyden kokemisen osalta. Omaehtoisuuden tukeminen siis auttoi työntekijöitä täyttämään myös yhteisöllisyyteen ja kyvykkyyteen liittyviä tarpeita. (Ryan & Deci 2014, 18-19.)

Hyvän tekemisellä toisille ja toisten auttamisella on myös positiivisia vaikutuksia ihmisen psykologisen hyvinvoinnin kannalta. Martelan ja Ryanin yhteisten tutkimustensa mukaan yhteisöllisyyden, omaehtoisuuden ja kyvykkyyden lisäksi hyvän tekeminen vaikuttaa oleellisesti ihmisen hyvinvointiin. Hyvän tekemisellä tarkoitetaan kokemusta siitä, että omalla toiminnalla on positiivinen vaikutus myös toisten ihmisten elämään. (Martela & Ryan 2016.)

Ryanin ja Decin mukaan ihmisen kolmea psykologista perustarvetta tukemalla ihminen motivoituu luontaisesti. Nämä kolme perustarvetta ovat yhteisöllisyys, omaehtoisuus ja kyvykkyys. Ihmisillä on tarve kokea yhteisöllisyyttä, mikä tarkoittaa yhteenkuuluvuutta toisten ihmisten kanssa, ryhmään kuulumista ja huolenpidon saamista toisilta ihmisiltä. Omaehtoisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta pystyä itse päättämään omista asioistaan ja tekemisistään. Omaehtoisuus on siis eräänlaista vapaaehtoisuuden kokemista. Kyvykkyydellä tarkoitetaan onnistumisen ja aikaansaamisen kokemuksia. Tunne kyvykkyydestä vähenee, mikäli annetut tehtävät ovat

liian haastavia ja ihminen saa negatiivista palautetta. Näitä perustarpeita tukemalla ihmisen luovuus, uteliaisuus, tuottavuus ja myötätunto lisääntyvät. (Ryan & Deci 2017, 5; 10-11.)

La Guardian mukaan läheisyyden, yhteenkuuluvuuden ja arvostetuksi tulemisen kokemukset ovat itsearvostuksen perusta. Yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemuksen ydintä on se, että ihminen voi olla oma itsensä ja tulla omana itsenään arvostetuksi ja rakastetuksi sekä olla huolenpidon kohteena. (La Guardia 2017, 20.) Wandelerin ja Bundickin mukaan yhteisöllisyyden kokemus on itseohjautuvuuden teorian kolmesta osa-alueesta eniten ailahtelevainen ja ympäristöstä riippuvainen. Yhteisöllisyyden kokemukseen vaikuttaa kunkin tilanteen tai paikan sosiaalinen ilmapiiri. (Wandeler & Bundick 2011, 350.)

Decin ja Ryanin mukaan omaehtoisuus määritellään itsemääräämisteoriassa kokemukseksi vapaasta tahdosta ja valinnan mahdollisuuksista, ei niinkään itsenäisyydeksi. Ihminen voi kokea itsenäisyyttä niin suuressa määrin, että se heikentää hyvinvointia. Kokemusta vapaasta tahdosta sen sijaan ei voi olla liiaksi. (Deci & Ryan 2014, 23.) La Guardian mukaan omaehtoisuuden kannalta on tärkeää, että ihminen kokee hänen mielipiteillään ja ajatuksillaan olevan merkitystä muille ihmisille (La Guardia 2017, 20). Norrena kirjoittaa autonomian tarkoittavan selkeästä yksilön tilaa, jossa itseohjautuvuus toteutuu. Autonomiia kuvaillaan usein myös riippumattomuudeksi tai itsemääräämisoikeudeksi, mutta kyse on laajemmasta ilmiöstä kuin vain itsenäisyydestä. Vapauden lisäksi vastuu liittyy oleellisesti autonomian kokemukseen. Länsimaisessa yhteiskunnassa autonomiia ja yksilökeskeisyyttä korostetaan välillä jopa haitallisuuteen asti yhteisöllisyyden kustannuksella. (Norrena 2019, 37.)

Van Asschen ja muut kirjoittavat, että omaehtoisuuden suhteen tyytyväinen ihminen kokee saavansa toimia aktiivisesti omien mielenkiinnonkohteidensa ja arvojensa mukaisesti. Omaehtoisuuden suhteen tyytymätön ihminen sen sijaan kokee, että hänen käyttäytymistään, ajatteluaan tai tunteitaan kontrolloidaan ulkoa päin. (Van Assche 2018.) Myös La Guardian mukaan omaehtoisuuden vastakohta on kontrolloiduksi tuleminen ja kokemus painostuksesta toimia tai käyttäytyä tietyllä tavalla (La Guardia 2017, 20).

La Guardian mukaan kyvykkyys tarkoittaa kokemusta tehokkuudesta, pystyvyydestä ja onnistumisesta. Useimmiten ihmiset kokevat kyvykkyyttä saadessaan uppoutua heitä motivoivaan tekemiseen, joka on sopivan haastavaa. Kyvykkyuden kokemukseen liittyy myös mahdollisuus omien taitojen ja kykyjen kehittämisen. (La Guardia 2017, 20.)

#### 2.4 Nuorten itseohjautuvuus

Itseohjautuvuus on tärkeää oppimisen kannalta ja sen harjoittelu alkaa nykyään jo alakoulussa. Norrena kirjoittaa lasten ja nuorten itseohjautuvuudesta kouluympäristössä. Hänen mukaansa

itseohjautuvuus on suorassa yhteydessä oppimiseen ja se tarkoittaa kykyä suunnata omaa toimintaansa kohti asetettua tavoitetta. Oppimisen näkökulmasta itseohjautuvuus on joukko erilaisia oppimisen taitoja, jotka yhdessä muodostavat perustan oppimistaidoille. (Norrena 2019, 13.)

Norrena kirjoittaa myös itsetunnon vaikutuksista lasten ja nuorten itseohjautuvuuteen. Itsetunto paranee, kun ihminen kokee hallitsevansa omaa toimintaansa. Toisaalta toistuvat pettymykset ja epäonnistumiset saavat ihmisen helposti itseohjautuvuuden sijaan siirtymään selviytymistilaan. Lähtökohdat itseohjautuvuuden oppimiselle eivät ole kaikilla samat. Nuori, joka on saanut elämässään kokea paljon turvallisuutta ja tukea, kohtaa myös haasteet avoimin mielin. Turvattomuus ja läheisyyden puute sen sijaan saa ihmisen puolustautumaan, hyökkäämään tai lamaantumaaan jatkuvasti. Turvassa ollessaan nuori kykenee kuulostelemaan itseään ja tunteitaan ja sitä kautta oppimaan itseohjautuvuutta. (Norrena 2019, 16-26.) Myös Savaspuro korostaa luottamuksen ja turvallisuuden merkitystä itseohjautuvuuden perustana (Savaspuro 2019, 52).

La Haye ym. selvittivät tutkimuksessaan asunnottomien nuorten läheisverkostoja ja läheisten antaman tuen muotoja. Nuoret mainitsivat perheenjäsenten tukevan heitä eniten aineellisesti ja emotionaalisesti. Nuoret, joiden lähiverkosto koostui enimmäkseen toisista kadulla asuvista nuorista, työttömistä ja koulua käymättömistä henkilöistä, kokivat saavansa vähiten tukea läheisiltään. Nuorten tukeminen ylläpitämään hyvää suhdetta perheenjäseniinsä lisää todennäköisesti merkittävästi nuorten tyytyväisyyttä sosiaalisiin verkostoihinsa ja auttaa heitä selviytymään vaikeista tilanteista. (La Haye ym. 2012.)

Yksittäisten tukea antavien ihmisten lisäksi ryhmään kuuluminen on nuorille tärkeää. Sajaniemen ja Mäkelän mukaan yhteistoiminnallisuudella tiedetään olevan keskeinen merkitys erityisesti nuorten elämässä. Yhteistoiminnalla tarkoitetaan yhteistä toimintaa, jossa ryhmän jäsenet kokevat yhteyttä toisiinsa. Toisiin ihmisiin yhteydessä oleminen vahvistaa hyvinvointia ja ehkäisee syrjäytymistä. Ulkopuolisuuden kokemus sen sijaan lisää häpeän, vihan ja masennuksen kokemusta. (Sajaniemi & Mäkelä 2014.)

Juvonen tutki väitöskirjassaan etsivään nuorisotyöhön osallistuvien nuorten toimijuutta ja autonomiaa. Juvosen mukaan syrjäytyneet ja syrjäytymisvaarassa olevat nuoret joutuvat elämäntilanteestaan johtuen usein neuvottelemaan yhteiskunnallisten toimijoiden, kuten sosiaalityöntekijän tai työvoimaviranomaisen, kanssa oman autonomiansa rajoista ja valinnan mahdollisuuksista. Työn ja koulutuksen ulkopuolella oleviin nuoriin kohdistuu yhteiskunnan taholta aktiivisemman toimijuuden odotuksia, mikä voi olla nuorelle haastavaa ja ahdistavaa. Juvonen kirjoittaa velvoittavuuden ja pakon olevan merkittävä yhteiskunnalliseen syrjäytymiseen liittyvä kysymys. Haastavassa elämäntilanteessa elävät nuoret ovat heikoimmilla myös vapauksissa ja valintojen tekemisessä. (Juvonen 2014, 228-229.)

Krabbenborg ym. tutkivat asunnottomien nuorten aikuisten kokemuksia itseohjautuvuudesta ja elämänlaadusta. Tutkimuksessa kävi ilmi, että mitä enemmän nuoret kokivat itseohjautuvuutta, sitä korkeammaksi he kokivat elämänlaatunsa. Nuorten heikko itseohjautuvuus sen sijaan korreloi ahdistuneisuuden ja heikkomman elämänlaadun kanssa. Itseohjautuvuuden osaluista kyvykkyys korreloi vahvimmin hyväksi koettuun elämänlaatuun, vaikka myös yhteisöllisyys ja omaehtoisuus vaikuttivat elämänlaatuun positiivisesti. Kun vaikeassa elämäntilanteessa elävien nuorten itseohjautuvuutta ja elämänlaatua halutaan parantaa, olisi hyödyllistä kiinnittää huomiota erityisesti nuorten kyvykkyiden kokemusten lisäämiseen. (Krabbenborg ym. 2016.)

## 2.5 Itseohjautuvuuden tukeminen asiakastyössä

La Guardia kirjoittaa kirjassaan itseohjautuvuusteorian soveltamisesta käytännön asiakastyössä sosiaali- ja terveysalalla. Hänen mukaansa asiakkaan tukemisessa kohti muutosta olisi hyödyllistä käyttää apuna asiakkaan olemassa olevaa tukiverkostoa. Ammatilainen voi auttaa asiakasta tunnistamaan, hyödyntämään ja vahvistamaan omia läheisiä ihmissuhteitaan, jotta läheiset voivat olla asiakkaan tukena. Merkittävää voi olla esimerkiksi asiakkaan tukeminen vuorovaikutustaitojen kehittämisessä ja kannustaminen tuen pyytämiseen läheisiltä. Tämä voi olla asiakkaan mielestä haastavaa sellaisissa tilanteissa, joissa on perinteisesti tapana turvautua ammattiapuun. (La Guardia 2017, 27.)

Kun asiakasta pyritään tukemaan kohti muutosta, on La Guardian mukaan myös ammattilaisten motivaatio ja sitoutuminen työhönsä merkittävässä asemassa. Ammatilaisen arvostus ja aito kiinnostus asiakkaan tilannetta kohtaan lisäävät asiakkaan toiveikkuutta ja luottamusta tulevaan. (La Guardia 2017, 28.) Wandelerin ja Bundickin mukaan toiveikkuus lisää myös ihmisen kokemusta omasta kyvykkydestään. Tästä aiheutuu positiivinen kehä, jossa kyvykkyys ja toiveikkuus ruokkivat toinen toisiaan. (Wandeler & Bundick 2011, 351.)

Ammattiauttajat voivat tukea työssään asiakkaan omaehtoisuuden kokemusta. Asiakaskeskeinen ja kokonaisvaltainen lähestymistapa on avainasemassa ja ammatilaisen on oltava aidosti kiinnostunut asiakkaan arvoista, tavoitteista ja kokemuksista. Ammatilainen voi tukea asiakkaan omaehtoisuuden ja osallisuuden kokemusta pyrkimällä keskustelemaan asiakkaan esiin nostamista asioista ja kysymällä avoimia kysymyksiä. Tällöin asiakas pystyy ohjaamaan keskustelua ja määrittelemään työskentelyssä käsiteltävät asiat. Reflektoidulla asiakkaan kertomaa ammatilainen voi osoittaa ymmärtävänsä ja arvostavansa asiakkaan näkökulmia. Myös erilisten vaihtoehtojen näkyväksi tuominen asiakkaalle luo omaehtoisuuden kokemusta. (La Guardia 2017, 34.)

La Guardia kirjoittaa struktuurin luomisen sekä oppimis- ja itsearviointitaitojen olevan oleellisessa osassa, kun halutaan tukea asiakkaan kyvykkyyden kokemusta. Asiakkaaseen on tärkeää tutustua työskentelyn alkuvaiheessa, jotta olisi mahdollista tukea häntä asettamaan itselleen sopivan haastavia ja saavutettavissa olevia tavoitteita. Kyvykkyyden kokemus kasvaa, kun ihmistä tuetaan muuttamaan suunnitelmat käytännön toiminnaksi ja hän onnistuu saavuttamaan tavoitteitaan. (La Guardia 2017, 36-37.) Myös Norrenan mukaan sopivan haastavat tavoitteet turvallisessa ympäristössä kehittävät hallinnan tunnetta ja sitä kautta myös itseohjautuvuus kehittyy. Liian suuret ulkoiset haasteet sen sijaan aiheuttavat monesti itseohjautuvuuden ongelmia ja vaikeassa elämäntilanteessa elävän ihmisen voi olla haastavaa madaltaa tekemisensä vaatimustasoa. Uuvuttava elämäntilanne heikentää ihmisen toimintakykyä, jolloin selkeäkin päämäärä voi tuntua saavuttamattomalta. (Norrena 2019, 35; 41.)

## 2.6 Nuorten osallisuus

Tutkimusten mukaan itseohjautuvat, aktiiviset nuoret kokevat osallisuutta ja pääsevät vaikuttamaan yhteiskunnallisiin asioihin työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria useammin. Haastavassa elämäntilanteessa elävien nuorten kokemus osallisuudesta suomalaisen yhteiskuntaan on muita heikompaa ja heidän koettu hyvinvointinsa on myös muita alhaisempaa (Alanen, Kainulainen & Saari 2014; Myllyniemi & Gretchel 2017.)

Alasen mukaan mahdollisuus vaikuttaa oman elämänsä asioihin kuuluu jokaisen ihmisen perusoikeuksiin. Nuorten osallisuuden tukeminen mainitaan niin Suomen nuorisolaissa, lastensuojelulaissa kuin YK:n lasten oikeuksien sopimuksessakin. Kaikkein haastavimmassa elämäntilanteessa olevien nuorten ääni kuuluu silti harvoin poliittisessa päätöksenteossa tai yhteiskunnan palveluissa. Nuoret jäävät lukuisista palveluista ja osallisuushankkeista huolimatta usein yhteisen hyvinvoinnin ulkopuolelle. (Alanen 2015, 77-78.)

Isola ym. kirjoittavat osallisuuden olevan vaikeasti selitettävissä ja ymmärrettävissä oleva käsite. Osallisuutta on selitetty esimerkiksi hahmottamalla sitä aaltoilevina, toisensa risteävinä kehinä, jotka ovat 1) osallisuus omassa elämässä 2) osallisuus ja vaikuttamismahdollisuudet palveluissa, läheisten kesken ja yleisemmin yhteiskunnassa sekä 3) osallisuus paikallisesti eli mahdollisuus liittyä merkityksellistä elämää tukeviin ihmissuhteisiin ja lisätä omaa hyvinvointiaan. (Isola ym. 2017. 3, 23.) Myös Alasen mukaan osallisuus tulee ymmärtää laajana, koko ihmisen arkea koskettavana ilmiönä. Osallisuus liittyy oleellisesti hyvinvointiin eikä sitä tavoiteta keskittymällä pelkästään vaikuttamismahdollisuuksiin ja -rakenteisiin. (Alanen 2015, 78-79.)

Alasen mukaan osallisuuden käsite esiintyy useimmissa nuorten syrjäytymiseen liittyvissä raporteissa ja selvityksissä. Nuorten osallisuudesta keskusteltaessa poliittinen vaikuttaminen kuitenkin usein korostuu ja sosiaalinen ulottuvuus jää vähemmälle. Esimerkkejä nuorten

vaikuttamistoiminnasta ovat edustuksellisesti valitut nuorisovaltuustot ja oppilaskuntien hallitukset. Tämänkaltainen toiminta houkuttelee usein hyväosaisia ja aktiivisia nuoria, joiden kokemusmaailma on hyvin erilainen verrattuna vaikeassa elämäntilanteessa eläviin nuoriin. (Alanen 2015, 79.)

Vaikeassa elämäntilanteessa olevat nuorten ääni ei kuulu yhteiskunnassamme yhtä vahvasti kuin aktiivisten ikätovereiden ääni. Osattomuus ja syrjäytyminen voidaankin nähdä osallisuuden vastakohtana. (Alanen 2015, 79.) Isolan ym. mukaan ihmisen luottamukseen ja turvaan liittyvät vajetilat on korjattava ennen kuin osallisuus voi toteutua (Isola ym. 2017, 29). Työn ja opintojen ulkopuolella elävät nuoret kokevat muita todennäköisemmin osattomuutta. Myllyniemi ja Gretschel haastattelivat vuonna 2017 nuorisobarometrin erillisnäytteessä työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria. Haastatteluiden perusteella nämä nuoret eivät kokeneet kuuluvansa Suomalaiseen yhteiskuntaan yhtä vahvasti kuin Nuorisobarometrin perusotoksen nuoret. Yli 12 kuukautta työttömänä olleiden nuorten usko omaan elämään vaikuttamisen mahdollisuuksiin oli heikkoa. (Myllyniemi & Gretschel 2017, 11-12; 23.)

Nuorille ominaiset osallisuuden väylät voivat erota perinteisistä. Simosen tutkimuksessa nousi esiin, että työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret eivät maininneet äänestämistä osallisuuden kanavana. Sen sijaan nuoret kokivat vaikuttavansa muun muassa omilla kulutusvalinnoillaan, osallistumalla keskusteluun sosiaalisessa mediassa ja tuomalla omia mielipiteitään esiin kahvipöytäkeskusteluissa. (Simonen 2019, 37.) Haanpää ja Roos kuvaavat osallisuuden myös taitona, jota on harjoiteltava. Lapset ja nuoret tarvitsevat tukea kehittääkseen osallisuustaitojaan ja kasvaakseen aktiivisiksi kansalaisiksi. (Haanpää & Roos 2012, 27.)

Isolan ym. mukaan ihmisten osallisuuden kokemusta voidaan lisätä tarjoamalla mahdollisuus riittävään toimeentuloon, varmistamalla tarvittavien palveluiden olemassaolo sekä tarjoamalla tilaisuuksia mielekkääseen toimintaan ja yhteyden luomiseen toisiin ihmisiin. Osallisuuden kannalta on tärkeää pystyä vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun. Osallisuus omassa elämässä on oman potentiaalin löytämistä ja kokemusta päätösvallasta. (Isola ym. 2017, 25.)

Maahanmuuttajataustaisten nuorten kohdalla osallisuuden kokemuksen voivat olla kantaväestöön verrattuna vähäisempiä, sillä sosiaalisten suhteiden rakentaminen uudessa maassa voi olla hankalaa ja nuorilla voi olla kokemuksia syrjinnästä. Jacobson Pettersson tutki lisensiaattityössään ruotsalaisten maahanmuuttajataustaisten nuorten kokemuksia osallisuudesta. Haastatellut nuoret kertoivat osallisuuden toteutuvan heille koulutuksen ja työn kautta. Nuoret kuitenkin kokivat heidän ulkomaalaisen taustansa hankaloittavat työn saantia. Haastatelluille nuorille oli tärkeää olla hyvä kansalainen, auttaa toisia ihmisiä ja osallistua yhteiskunnalliseen päätöksentekoon. (Jacobson Pettersson 2008, 15; 149.)

Särkelä-Kukon mukaan osallisuus koostuu lopulta melko arkisista asioista. Hän kirjoittaa, että osallisuuden tunteen kannalta oleellisia ovat kuulluksi ja huomioduksi tuleminen, sosiaaliset

suhteet sekä mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Haastavassa elämäntilanteessa ihmisen huomio kiinnittyy kuitenkin selviytymiseen osallisuuden sijaan. (Särkelä-Kukko 2014, 36-39.) Myös Isolan ym. mukaan osallisuuden edellytys on aineellisten ja aineettomien perustarpeiden tyydyttyminen. Ihmisellä on oltava yhteys omiin voimavaroihin ja tarpeisiin ollakseen osallinen omassa elämässä. (Isola ym. 2017, 29.)

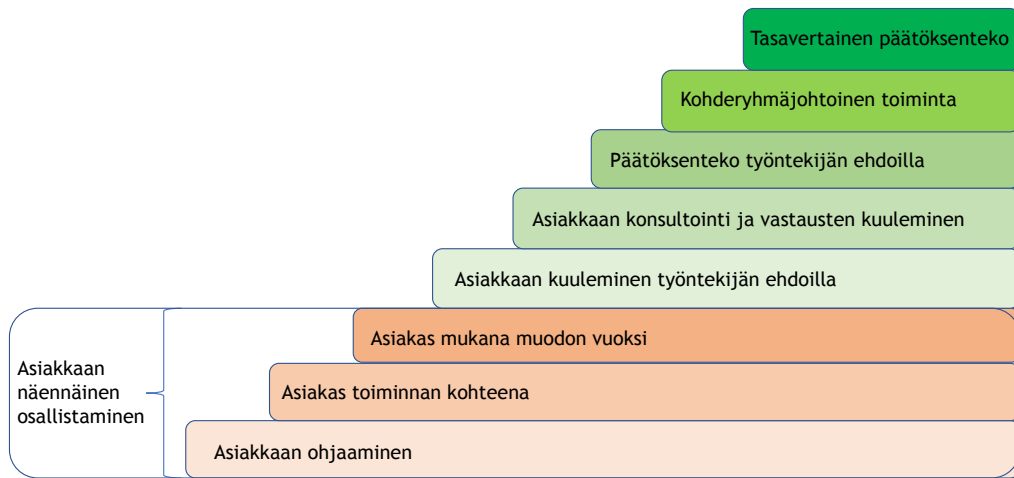
### 2.6.1 Osallisuuden portaat

Arnstein loi vuonna 1969 osallisuuden portaat -mallin, joka kuvaa osallisuuden vaiheet kahdeksan askelman muodossa. Kaksi alinta askelmaa, 1) manipulointi ja 2) terapia, kuvaavat Arnsteinin mukaan näennäistä osallisuutta, jossa työntekijä tietoisesti vaikuttaa asiakkaaseen merkittävästi. Kahdelle alimmalle askelmalle on ominaista, ettei osallisuuteen edes pyritä vaan tarkoituksena on parantaa tai kouluttaa ihmisiä. Kolme seuraavaa askelmaa, 3) tiedottaminen, 4) konsultointi ja 5) tyyntäminen, kuvaavat näennäistä osallisuutta. Vasta viimeiset kolme askelmaa, 6) kumppanuus, 7) jaettu vastuu ja 8) valta kansalaisilla, kuvaavat varsinaista, aitoa osallisuutta. (Arnstein 1969, 25-26.)

Hart puolestaan esitti Unicefin julkaisemassa lasten osallisuutta koskevassa artikkelissaan erityisesti lasten ja nuorten osallisuutta kuvaavat portaat. Hart kuvasi näennäisen osallisuuden lasten ja nuorten kohdalla tarkoittavan manipuloinnin lisäksi eräänlaista koristelua. Esimerkkinä koristelusta voidaan pitää tilaisuutta, jossa lapset esiintyvät ilman että heille on muuten annettu osallisuuden mahdollisuuksia tilaisuuden suhteen. Näennäisellä osallisuudella Hart tarkoittaa esimerkiksi tilanteita, joissa lapsille annetaan mahdollisuus puhua mutta ilman mahdollisuutta vaikuttaa puheen tyyliin tai aidosti ilmaista omia mielipiteitään. Hartin mukaan näennäisen osallisuuden muodoille on ominaista asiakkaan vahva ohjaaminen, asiakkaan asettaminen toiminnan kohteeksi ja asiakkaan mukana olo eri tilaisuuksissa vain muodon vuoksi. (Hart 1992, 9-10.)

Hartin mukaan varsinainen osallisuus alkaa portaikon neljänneltä askelmalta ja varsinaisen osallisuuden vaiheet ovat nimeltään 4) asiakkaan kuuleminen työntekijän ehdoilla, 5) asiakkaan konsultointi ja vastausten aito kuuleminen, 6) päätöksenteko työntekijän ehdoilla, 7) kohde-ryhmäjohtoinen toiminta sekä 8) tasavertainen päätöksenteko. (Hart 1992, 11-14.) Hartin osallisuuden portaat on kuvattu kuviossa 1.





Kuvio 1: Hartin (1992, 8) osallisuuden portaat

### 2.6.2 Nuorten digitaalinen osallisuus

Anttilan ja Hämäläisen mukaan Suomi on tietoyhteiskunta, jossa on vaikeaa pärjätä ja osallistua ilman taitoa käyttää digitaalisia työkaluja ja palveluita. He kirjoittavat, että digitaalisuus luo vapautta ja uudenlaisia mahdollisuuksia, mutta se voi myös lisätä eriarvoisuutta ja osattomuuden kokemuksia. (Anttila & Hämäläinen 2019, 6.) Nuorista puhutaan yleisesti diginatiiveina vaikka todellisuudessa nuorten digitaalisissa taidoissa on suuria eroja (Pöyskö 2016, 151).

Kaarakainen ja Muhonen selvittivät tutkimuksessaan nuorten tulevaisuustaitoja ja näihin liittyviä teknologian ja internetin käyttötottumuksia. Tutkimuksen mukaan koulutuksesta syrjään jäävät nuoret käyttävät huomattavasti ikätovereitaan vähemmän digitaalista teknologiaa arjessaan. Syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kohdalla vähäinen teknologioiden käyttö vaarantaa tärkeiden tulevaisuustaitojen kehittymisen ja digitaitojen puute estää teknologioiden täyden hyödyntämisen esimerkiksi opinnoissa ja arjen asioinnissa. (Kaarakainen & Muhonen 2016, 15-16.)

Haltia-Nurmi ja af Ursin toteavat, että digitaalisen median pelätään usein passivoivan nuoria. Toisaalta siinä nähdään myös paljon mahdollisuuksia osallisuuden ja aktiivisen kansalaisuuden edistämiseen (Haltia-Nurmi & af Ursin 2013, 67.) Lauhan mukaan yhteiskunnallinen keskustelu digitalisaatiosta on saanut aikaan sen, että myös nuorisotyössä on alettu keskustelemaan digitaalisuuden mahdollisuuksista sekä tunnistamaan uudenlaisia digitaalisia kulttuuri-ilmiöitä (Lauha 2016, 19).

Useissa Euroopan maissa toteutetun Screenagers -tutkimushankkeen tulosten mukaan digitaalinen media tarjoaa nuorille mahdollisuuden oppia ja kokea uutta sekä saada onnistumisen kokemuksia. Hankkeen tutkimustulokset osoittavat, että suomalaiset nuoret käyttävät digitaal-

lista mediaa pääasiallisesti kommunikointiin. Huomattavaa tuloksissa on myös se, että digitalisuus ja media näyttävät tarjoavan osallistumisen mahdollisuuksia myös niille nuorille, jotka eivät muuten osallistuisi nuorille tarkoitettuihin palveluihin ja aktiviteetteihin. (Screenagers 2016, 13; 21.)

Verkkomuotoisten nuorisotyön kehittyminen madaltaa kynnystä hakea apua ja saattaa täten vaikuttaa positiivisesti myös osallisuuden kokemukseen. Ylönen selvitti lisensiaattityössään verkossa tapahtuvan auttamistyön merkitystä nuorille. Tutkimuksen mukaan nuorille on luontevaa etsiä tukea vaikeisiin tilanteisiin omien sosiaalisten suhteiden ulkopuolelta. Verkkokeskustelu mahdollistaa nuorelle enemmän valtaa verrattuna kasvokkain tapahtuvaan keskusteluun ja non-verbaalisten vihjeiden puuttuminen saattaa jopa nopeuttaa luottamuksen syntymistä. Muun muassa näistä syistä johtuen nuorilla on matala kynnys hakea apua verkossa. Verkkouttamisen negatiiviset vaikutukset olivat vähäisiä ja keskeisimpiä niistä on riskit väärinymmärryksille ja avun ulkopuolelle jääminen. (Ylönen 2016, 66-68.)

Sintonen kirjoittaa internetin tarjoavan nuorille mahdollisuuksia itseohjautuvaan oppimiseen, jossa painottuu oma-aloitteisuus. Oppijalla on laajat mahdollisuudet tehdä itsenäisiä päätöksiä esimerkiksi oman opiskelun ajankohdasta ja aiheesta. Parhaassa tapauksessa internet muokkaa käyttäjistään aktiivisia toimijoita ja verkottuminen luo uusia mahdollisuuksia yhteistoimintaan, osallisuuteen ja autonomiaan. (Sintonen 2013, 86-89.)

### 3 Kehittämiskysymykset ja menetelmät

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten omia kokemuksia itseohjautuvuudesta. Nuorten kokemusten lisäksi kehittämistyön tukena hyödynnettiin Fryshuset Malmössä tehtyjä havaintoja nuorten itseohjautuvuutta ja osallisuutta tukevista toimintatavoista. Nuorten haastatteluiden ja Fryshusetissa tehtyjen havaintojen pohjalta järjestettiin kehittämistyöpaja Vamos Helsingin työyhteisölle. Kehittämistyöpajan tarkoituksena oli löytää tapoja tukea nuorten itseohjautuvuutta Vamos nuorten palveluissa. Opinnäytetyöllä pyrittiin löytämään vastauksia erityisesti seuraaviin kysymyksiin:

- 1) Minkälaisia kokemuksia Vamoksen ja Fryshusetin toimintaan osallistuvilla työn ja koulutuksen ulkopuolella olevilla nuorilla on itseohjautuvuuden osa-alueista eli yhteisöllisyydestä, omaehtoisuudesta ja kyvykkyydestä?
- 2) Minkälaisia itseohjautuvuutta ja osallisuutta tukevia toimintatapoja on Fryshuset Malmössä?
- 3) Miten nuorten itseohjautuvuutta voidaan tukea Vamos -nuorten palveluissa?

### 3.1 Kehittämissympäristö

Opinnäytetyön kehittämissympäristönä toimi Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos -nuorten palvelu. Vamos tukee työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia 16-29 -vuotiaita nuoria intensiivisen ryhmä- ja yksilövalmennuksen keinoin. Vamoksen palveluihin kuuluvat muun muassa etsivä nuorisotyö, uravalmennus ja ryhmävalmennus. Vamos on kymmenessä vuodessa kehittänyt vaikuttavan tavan tukea työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria. Helsingin lisäksi kahdeksalle paikkakunnalle Suomessa levinneen Vamoksen tulevaisuuden tavoitteena on käynnistää myös kansainvälisiä projekteja nuorten hyvinvoinnin tukemiseksi.

Lisätiedon saamiseksi ja kehittämisen tueksi haastateltiin Fryshusetissa ja Vamoksessa käyviä nuoria sekä havainnoitiin Fryshusetin toimintaa nuorten osallisuuden ja itseohjautuvuuden näkökulmasta syksyllä 2019. Fryshuset on Ruotsissa vuonna 1984 perustettu kansainvälinen organisaatio, jonka tavoitteena on tarjota nuorille mahdollisuus muuttaa maailmaa omien mielenkiinnonkohteidensa avulla. Fryshusetilla on kohtaamispaikkoja nuorille Ruotsissa ja Tanskassa sekä useita kansainvälisiä projekteja. Fryshusetissa nuorten on mahdollista päästä tekemään itselleen mielekkäitä asioita, osallistua koulutuksiin ja löytää töitä. (Fryshuset 2018.) Malmö on Ruotsin kolmanneksi suurin kaupunki, jonka väestöstä 49 % on alle 35-vuotiaita. Malmö eroaa muista Ruotsin suurimmista kaupungeista sosioekonomiselta rakenteeltaan. Vähävaraisia on Malmössä enemmän kuin muissa Ruotsin kaupungeissa. (Malmö stad 2019.)

### 3.2 Aineiston keruu ja menetelmät

Opinnäytetyön aineisto koostui kahdesta osasta, jotka ovat 1) nuorten teemahaastattelut Fryshuset Malmössä ja Vamos Helsingissä sekä 2) havaintopäiväkirja työharjoittelujakson aikana tehdyistä havainnoista Fryshuset Malmössä. Tässä kappaleessa kuvataan tarkemmin opinnäytetyön aineiston keruuta ja menetelmiä.

Fryshusetin ja Vamoksen toimintaan osallistuvia nuoria haastateltiin itseohjautuvuuden teoriasta nousevien teemojen kautta (liitteet 1 & 2). Haastatteluiden tavoitteena oli tuoda nuorten omat kokemukset osaksi opinnäytetyön kehittämistehtävää. Koska itseohjautuvuusteoriaan liittyvät käsitteet (yhteisöllisyys, omaehtoisuus ja kyvykkyys) voivat olla nuorille vaikeasti ymmärrettäviä, teemoille annettiin selkokielisemmät nimet: 1) minä ja muut, 2) minä päätän ja 3) minä osaan. Teemahaastattelun kysymyksistä muodostettiin mahdollisimman selkeitä ja konkreettisia, jotta nuorten olisi helppo ymmärtää kysymykset. Driskon ja Maschin mukaan avoimilla kysymyksillä on mahdollisuus saada monipuolisia vastauksia (Drisko & Maschi 2015, 101). Honkatukia painottaa, että teemahaastattelun kysymysten on hyvä olla riittävän konkreettisia, sillä yleiset kysymykset tuottavat myös yleistasoisia vastauksia. (Honkatukia 2018, 157.) Näistä

syistä avoimet kysymykset muotoiltiin niin, että niiden kautta nuorten olisi helppo kertoa kokemuksistaan valittuihin teemoihin liittyen.

Opinnäytetyössä on vaikutteita myös narratiivisesta haastattelusta, joka on teemahaastattelun verrattuna vapaamuotoisempi haastattelun tapa. Honkatukia kirjoittaa narratiivisen haastattelun olevan elämänkerrallinen ja siinä nuorta pyydetään kertomaan omin sanoin elämänsä tapahtumista (Honkatukia 2018, 153). Haastattelussa käytettiin avoimia kysymyksiä, joiden avulla oli tarkoitus saada selville kunkin nuoren omia kokemuksia ja ajatuksia itseohjautuvuudesta ja sen osa-alueista. Haastattelut nauhoitettiin, jotta haastattelutilanteessa oli helpompi keskittyä nuoren kertomukseen ja lisäkysymysten esittämiseen.

Opinnäytetyöprosessin aikana kiinnitettiin erityistä huomiota luottamuksellisuuteen ja haastateltavien yksityisyyden suojaamiseen. Haastateltavien anonymiteetti varmistettiin sillä, että haastattelutilanteessa ei kerätty henkilötietoja. Haastatteluihin osallistuminen oli nuorille vapaaehtoista ja haastattelut tehtiin nimettöminä. Iältään haastateltavat olivat 18-25-vuotiaita. Haastattelupaikkoina toimivat Vamoksen ja Fryshusetin tilat, jotka olivat nuorille jo ennestään tutut. Tutun ympäristön ajateltiin luovan osaltaan nuorille turvallisuuden tunnetta. Fryshusetissa haastatteluun pyydettiin nuoria, joiden englannin tai ruotsin kielen taito oli haastattelun tekemisen kannalta riittävän hyvällä tasolla. Vamoksessa haastateltavien rekrytoimisen hoitivat Vamoksen valmentajat ja mahdollisuutta osallistua haastatteluun tarjottiin kolmen Vamoksessa toimivan valmennusryhmän nuorille. Haastateltavat nuoret eivät olleet haastattelijalle ennestään tuttuja eikä heidän taustastaan ollut tietoa ennen haastattelutilannetta. Haastattelun ulkopuolelle jäivät kaikkein heikoimmassa asemassa olevat nuoret, jotka eivät puuttuvan motivaation, ahdistuksen tai esimerkiksi vaikean päihdeongelman vuoksi pysty osallistumaan tukitoimiin, kuten Vamoksen tai Fryshusetin tarjoamaan toimintaan.

Ennen haastattelun alkua jokaisen nuoren kanssa käytiin läpi opinnäytetyön tarkoitus ja prosessin eteneminen. Nuorille kerrottiin, että haastatteluaineiston avulla tullaan kehittämään Vamos -nuorten palveluita. Nuoret lukivat ja allekirjoittivat suostumuksen tutkimukseen osallistumisesta, jossa he antoivat luvan haastattelumateriaalin käyttöön opinnäytetyössäni (liitteet 3 & 4). Myös suostumuslomakkeen sisältö käytiin läpi yhdessä jokaisen haastateltavan kanssa. Haastattelun vapaaehtoisuutta ja yksityisyyden suojaa korostettiin kertomalla, ettei kenenkään henkilöllisyyttä voi tunnistaa valmiista työstä. Kaikki haastatellut nuoret olivat täysi-ikäisiä, joten vanhempien suostumus haastatteluun ei ollut tarpeellinen. Opinnäytetyöraportin tultua hyväksytyksi kaikki kerätty haastatteluaineisto hävitetään.

Fryshusetin toimintaa, työyhteisöä ja työmenetelmiä havainnoitiin syksyllä 2020 ja havainnot kirjattiin päiväkirjamuotoon. Tuomen ja Sarajärven mukaan havainnointi auttaa näkemään asiat niiden oikeissa yhteyksissään. Havainnointi voi myös tuoda erilaiset normit haastatteluun verrattuna paremmin esiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Vilkan mukaan tutkimuksellisen

havainnointi eroaa arkihavainnoinnista suunnitelmallisuudellaan ja järjestelmällisyydellään (Vilka 2006, 11). Havainnoissa keskityttiin erityisesti niihin Fryshusetin toimintatapoihin, jotka tukevat nuorten osallisuutta ja itseohjautuvuutta.

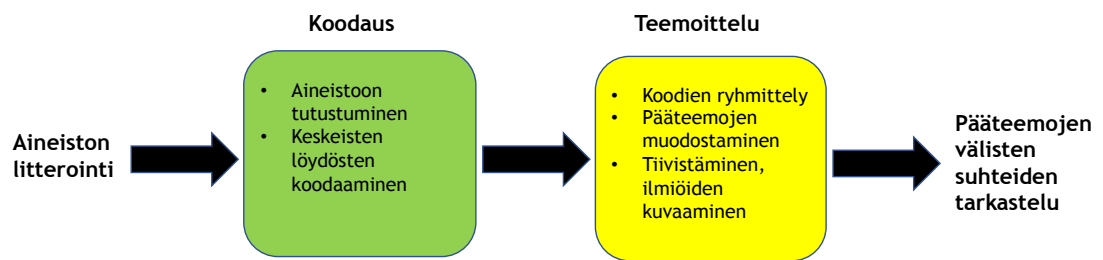
Opinnäytetyössä käytettiin menetelmänä osallistuvaa havainnointia. Vilka (2006, 45) kirjoittaa osallistuvan havainnoinnin kannalta olevan oleellista, että tutkija pääsee sisään tutkimuksen kohteena olevaan yhteisöön ja onnistuu luomaan luottamuksellisen suhteen tutkimukseen osallistuviin ihmisiin. Myös Tuomi ja Sarajärvi (2018) korostavat vuorovaikutuksen merkitystä osallistuvassa havainnoinnissa. Kahden kuukauden mittainen Erasmus+ -työharjoittelujakso tarjosi hyvät mahdollisuudet havainnoinnin toteuttamiseen. Harjoittelu mahdollisti luottamuksen rakentamisen nuorten kanssa ja tätä kautta myös haastateltavien löytäminen helpottui.

### 3.3 Aineiston analyysi

Haastatteluissa kertynyt aineisto analysoitiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä hyödyntäen. Tuomen ja Sarajärven mukaan teoriaohjaavassa analyysissä teoria toimii apuna, mutta analyysi ei pohjautu suoraan teoriaan (Tuomi & Sarajärvi 2018). Itseohjautuvuuden teoria toimii analyysin taustana mutta aineistosta nousi myös asioita, jotka eivät suoraan liity itseohjautuvuuden teoriaan. Aineiston hahmottaminen aloitettiin itseohjautuvuusteoriaan liittyvien kolmen psykologisen perustarpeen, yhteisöllisyyden, omaehtoisuuden ja kyvykkyyden pohjalta, joiden mukaan myös teemahaastattelun kysymykset oli muotoiltu.

Haastatteluissa kertynyt aineisto litteroitiin analyysia varten. Driskon ja Maschin mukaan aineiston koodauksen ensimmäisessä vaiheessa on tarkoitus tutustua aineistoon mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston koodauksen tarkoituksena on tunnistaa, kuvata ja tiivistää aineistosta nousevia asioita. (Drisko & Maschi 2015, 102.) Litteroitu haastatteluaineisto käytiin läpi kiinnittäen huomiota tutkimuskysymysten kannalta oleellisiin asioihin ja merkittävät löydökset koodattiin. Koodaus tehtiin Word -tekstinkäsittelyohjelmaa käyttäen. Nuorten kertomuksista muodostettiin ja nimettiin koodeja, joita olivat muun muassa läheisten puute, arjen yhteisön puute ja ulkopuolisuus.

Tuomen ja Sarajärven mukaan koodaamista seuraa teemoitteluvaihe, jossa aineisto pilkotaan eri aihepiirien mukaan ja nostetaan esiin mitä kustakin teemasta on sanottu. Aineistoa analysoidessa on oleellista keskittyä tutkimuskysymysten kannalta oleellisiin asioihin ja kerto niistä mahdollisimman moniulotteisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Haastatteluaineiston analyysin vaiheet on havainnollistettu kuviossa 2.



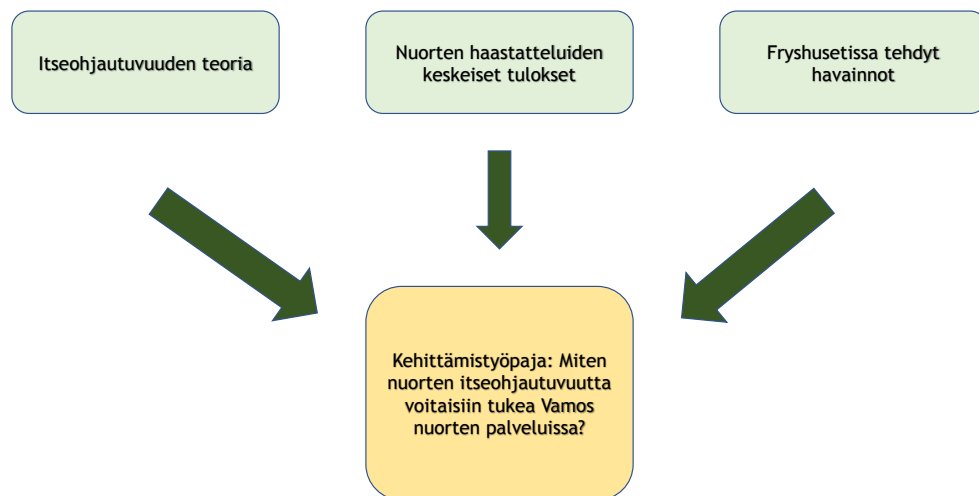
Kuvio 2: Sisällönanalyysin vaiheet

Analyysin alkuvaiheessa yläkäsitteinä käytettiin itseohjautuvuusteoriasta nousevia yhteisöllisyyttä, omaehtoisuutta ja kyvykkyyttä. Tämän jälkeen yläkäsitteiden alle ryhmiteltiin erillisiä kokonaisuuksia. Ryhmittelyssä käytettiin apuna post it -lappuja, joiden avulla kokonaisuus oli helppo hahmottaa visuaalisesti sekä tarvittaessa siirrellä ja yhdistellä koodeja. Tämän jälkeen tarkasteltiin eri teemojen suhdetta ja vaikutuksia toisiinsa.

Fryshusetissa tehtyihin havaintoihin perustuva havaintopäiväkirja analysoitiin myös sisällönanalyysiä hyödyntäen. Havaintopäiväkirja käytiin läpi koodaten keskeiset löydökset. Apuna havaintojen analysoimisessa käytettiin myös tutkimuskysymyksiä, jotta aineistosta löytyisi erityisesti tutkimuskysymysten kannalta kiinnostavaa tietoa. Havainnointipäiväkirjan koodien ryhmittelyssä käytettiin yläteemoina itseohjautuvuusteoriasta nousevia yhteisöllisyyttä, omaehtoisuutta ja kyvykkyyttä sekä osallisuuden portaiden aitoa osallisuutta kuvaavia ylimpiä askelmia.

#### 4 Kehittämistyöpaja

Haastatteluiden ja havainnoinnin keskeiset tulokset toimivat pohjana Vamos Helsingin työyhteisölle järjestetyssä kehittämistyöpajassa maaliskuussa 2020. Kehittämistyöpajan tavoitteena oli tarjota Vamoksen työyhteisölle tutkimukseen perustuvaa tietoa itseohjautuvuudesta ja käynnistää nuorten itseohjautuvuuden tukemiseen keskittyvä kehittäminen. Kehittämistyön sisällön muodostuminen on esitetty kuviossa 3.



Kuvio 3: Kehittämistyöpajan sisältö

Työpaja on yhteistoiminnallinen menetelmä, joka mahdollistaa tiedon vaihtamisen ja keräämisen. Työpajatyöskentely mahdollistaa syvällisen paneutumisen tietyn aiheen eri osa-alueisiin. (Haukijärvi, Kangas, Knuutila, Leino-Richert & Teirasvuo 2014, 35-36.) Kehittämistyöpajan osallistujat olivat Vamos Helsingin valmentajia ja esimiehiä sekä projektipäälliköitä. Yhteensä työpajaan osallistui 23 henkilöä ja se pidettiin Vamoksen tiloissa. Työpajan kesto oli kaksi tuntia ja se pidettiin osana koko päivän kestävästä työyhteisön kehittämisspäivää.

Kehittämistyöpajan aluksi esiteltiin opinnäytetyön lähtökohdat ja tavoitteet. Itseohjautuvuuden teoriaan pääkohdat käytiin läpi sekä esiteltiin Fryshusetissa tehtyjä havaintoja ja nuorten haastatteluiden tuloksia. Näiden pohjalta fasilitoitiin pienryhmätyöskentely, jossa Vamos Helsingin valmentajat ja esimiehet pääsivät pohtimaan 3-4 hengen ryhmissä, miten nuorten itseohjautuvuutta voitaisiin Vamoksessa tukea aiempaa paremmin. Kehittämistyöpajassa käytetty esitys löytyy opinnäytetyön liitteistä (liite 5).

Vamoksen työntekijät saivat työpajan ryhmätyöskentelyosiossa tehtäväkseen pohtia, minkälaisia vaikutuksia Fryshusetissa nuorten osallisuutta ja itseohjautuvuutta tukevilla työtavoilla voisi olla Vamoksen nuorten näkökulmasta. Näihin kysymyksiin vastaaminen toteutettiin osallistavan Mentimeter -esitystyökalun avulla (Mentimeter 2020). Osallistujat vastasivat kysymyksiin anonyymisti omalla puhelimella ja vastaukset heijastuivat reaaliajassa seinälle kaikkien osallistujien nähtäväksi. Kaikki eivät koe helpoksi ilmaista ajatuksiaan isossa porukassa. Tietotekniikkaa käytettiin apuna, jotta jokainen osallistuja saisi äänensä kuuluviin työpajan aikana.

Kehittämistyöpajan ryhmätyöskentely tapahtui kuudessa pienryhmässä, joista viidessä oli neljä osallistujaa ja yhdessä kolme. Ryhmiin jakautuminen toteutettiin ottamalla luku kuuteen, jolloin ryhmiin tuli työntekijöitä tasaisesti Vamoksen eri toiminnoista. Jokainen ryhmä sai pohdittavakseen itseohjautuvuuteen liittyvän kysymyksen (Liite 6). Osallistujille korostettiin, että ryhmä voi ideoida keinoja ilman että heidän tarvitsee arvioida niiden toteuttamiskelpoisuutta omassa työssään tai huomioida resurssikysymyksiä. Työpajan kysymykset laadittiin Fryshusetissa tehtyjä havaintoja, nuorten haastatteluissa nousseita pääteemoja sekä itseohjautuvuus-teoriaa hyödyntäen. Kysymyksillä haluttiin saada tietoa siitä, millä eri tavoilla Vamoksen työntekijöiden mielestä nuorten itseohjautuvuutta voitaisiin tukea.

## 5 Haastatteluiden ja havainnoinnin tulokset

Nuorten haastattelut toteutettiin Fryshusetissa lokakuussa 2019 ja Vamoksessa helmikuussa 2020. Fryshusetissa haastatteluun osallistui yhteensä viisi nuorta ja Vamoksessa yhdeksän nuorta. Nuoret olivat iältään 18-25-vuotiaita ja kuusi heistä oli ulkomaalaissyntyisiä. Haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin.

Tulosten lomaan kirjoitetut sitaatit ovat suoria lainauksia nuorten haastatteluista. Sitaatit on merkitty F1-5 merkinnällä kun kyseessä on Fryshusetissa haastateltu nuori ja V1-9 merkinnällä kun kyseessä on Vamoksessa haastateltu nuori. Englannin- ja ruotsinkielisten haastatteluiden sitaatteja ei ole käännetty suomeksi, jotta nuoren sanoma pysyisi muuttumattomana.

Havainnot nuorten itseohjautuvuutta ja osallisuutta tukevista käytännöistä Fryshuset Malmössä on avattu kappaleessa 5.6. Osallistuva havainnointi tehtiin kahden kuukauden mittaisen Erasmus+ -harjoittelujakson aikana syksyllä 2019. Myös havaintopäiväkirjasta on esitetty suoria sitaatteja tekstin lomassa.

### 5.1 Minä ja muut - nuorten kokemuksia yhteisöllisyydestä

Teemahaastattelun ensimmäisessä osiossa nuorilta kysyttiin kysymyksiä liittyen läheisiin ihmisiin. Läheisistä ihmisistä kysyttäessä haastatellut nuoret jakoutuivat niihin, joilla on läheinen yhteys omiin perheenjäseniin ja ystäviin sekä niihin, jotka eivät kokeneet omaavansa läheisiä ihmisiä tai läheisiä oli vain yksi. Moni nuorista kertoi yksinäisyyden kokemuksista. Joillekin kysymys läheisistä ihmisistä oli selvästi vaikea ja osa nuorista ei osannut nimetä yhtään itselleen läheistä ihmistä. Yksinäisyyden koettiin passivoivan ja luovan merkityksettömyyden tunnetta.

*”Kauheen vaikee tehdä mitään, jos on sellainen olo, että on yksin ja ei oo mitään välii.” (V2)*



Perheen merkitys korostui sekä yksinäisten että perheensä kanssa läheisissä väleissä olevien nuorten kertomuksissa. Suurin osa haastatelluista nuorista mainitsi vanhemman tai sisaren itselleen kaikkein läheisimmäksi. Vaikka kavereita oli, heitä ei välttämättä koettu läheisiksi. Nuoret kertoivat myös unelmoivansa omasta perheestä ja toivovansa, että heillä olisi läheisiä ihmissuhteita.

*”Jag hela tiden drömmer om att ha en familj, bra familj som kan hjälpa mig. Jag tror att det skulle vara fantastisk” (F1)*

*”Mulla ei oo kavereita, joista mä pidän hyvin, hyvin paljon. Mulla on kavereita, mutta sanon vaan moi ja toleen. Ei ne auta mua mihinkään.” (V8)*

*”Det är inte kul att vara ensam. Då...jag har levt mitt liv... nästan hela mitt liv själv... så jag har lärt mig att leva mig själv. Det var först svårt men efter det jag har lärt mig att leva själv. Det är okej för mig men inte roligt.” (F4)*

Nuoret kertoivat kavereilla olevan heihin sekä positiivisia että negatiivisia vaikutuksia. Toisaalta kavereiden kanssa vietetty aika antoi heille energiaa, mutta toisaalta kavereilla saattoi olla heihin myös negatiivisia vaikutuksia. Nuoret mainitsivat viettävänsä joskus aikaa kavereiden kanssa vasten tahtoaan, jotta eivät jäisi jostain paitsi. Kavereiden kerrottiin myös lisäävän päihteiden käyttöä, mikä koettiin negatiiviseksi vaikutukseksi. Haastatteluissa keskusteltiin myös koulukiusaamisesta, joka oli syy sille, ettei kaverisuhteita ollut ja niitä tuntui haastavalta muodostaa, koska uudelleen kiusatuksi tuleminen pelotti.

*”Mua ahdistaa paljon toiset ihmiset, varsinki mun oman ikäiset. Se johtuu henkilökohtasista traumaista mitä mä oon kokenut aikasemmin mun elämässä.” (V5)*

*”Ne (kaverit) taas vaikuttaa mun sille tavalla, et mä en voi mennä niiden kanssa illanviettoon välttämättä, ku sit mun tulis juotua. Ni se on semmonen riskitekijä. Ne vaikuttaa sille negatiivisella tavalla.” (V4)*

Useat nuoret kertoivat yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteen puuttuvan heidän elämästään. Nuoret toivoivat, että heidän elämässään olisi arjen yhteisö, eli ihmisiä, joita tapaa säännöllisesti ilman erillistä sopimista. Yhteenkuulumattomuuden kokemusta edesauttoi se, että nuori oli tyytymätön omaan elämäntilanteeseensa. Nuoret kokivat yhteenkuuluvuuden rakentuvan yhteisen keskustelun kautta sekä siitä, että ryhmän jäsenillä on sama päämäärä ja jotain yhteistä keskenään. Myös erilaisuuden hyväksyminen koettiin tärkeäksi osaksi yhteenkuuluvuutta. Osalla nuorista oli myös kiusaamiskokemuksia, jotka vaikuttivat siihen, ettei yhteenkuuluvuutta ollut helppo kokea.

*"I was always a weirdo. I have this long experience of not belonging to school, not belonging my family because I was kind of neglected. I never really learned how to feel that I belong." (F2)*

*"Ihan hyvältä tuntuu olla tässä (Vamoksen) ryhmässä vaikka mä en ite tunne olevani osa sitä ryhmää. Ja mua ärsyttää vaan se, että mä en pysty ystäväystyy näiden tyyppien kaa." (V5)*

*"I feel like all those other people they are all the same and I'm just not like them." (F2)*

Nuoret kertoivat läheiseen ihmissuhteeseen kuuluvan rehellisyyden, avoimuuden, ymmärryksen sekä molemminpuolisen luottamuksen ja asioiden jakamisen. Läheisten kerrottiin auttavan käytännön asioissa ja merkityksellisyiden kokemus liitettiin myös läheisiin ihmissuhteisiin. Nuoret kokivat sosiaalisten taitojen olevan tärkeitä kavereiden saamisen ja yhteenkuuluvuuden tunteen kannalta. Toisten ihmisten kanssa tekemisissä oleminen rakensi positiivista minäkuvaa ja auttoi näkemään omia vahvuuksia.

*"Ihmiset ja läheiset on jotenkin se kaikkein tärkein. Sitä kautta syntyy se merkityksellisyiden kokemus." (V2)*

## 5.2 Yhteisöllisyys ja kyvykkyys digitaalisessa ympäristössä

Iso osa haastatteleistani nuorista piti aktiivisesti yhteyttä kavereihin sosiaalisen median ja erilaisten peliyhteisöjen välityksellä. Kaikki nuoret mainitsivat kuuluvansa keskusteluryhmiin WhatsApp-sovelluksessa. Eräs nuori kuvasi WhatsApp-ryhmiä koko ajan taustalla käynnissä oleviksi keskusteluiksi kavereiden kanssa.

Moni oli luonut kaverisuhteita verkossa ja koki uusiin ihmisiin tutustumisen helpommaksi verkon välityksellä. Kasvottomuus, suojassa olemisen kokemus ja yhteinen mielenkiinnon kohde helpottivat tutustumista verkkoympäristössä. Verkon välityksellä tapahtuviin sosiaalisiin tilanteisiin koettiin liittyvän vähemmän ennakkoluuloja ja ulkonäköpaineita. Nuoret kertoivat myös yhteisöön kuulumisen tunteen heräävän helpommin nettiyhteisöissä, joista puuttuu kasvotusten tapahtuviin sosiaalisiin tilanteisiin liittyvät paineet. Toisaalta online -kaveruudessa ei koettu olevan aivan samankaltaista, positiivista kontaktia kuin livekavereiden kanssa.

*"I think it's easier online because usually online you can like... you find the people because you have the similar interests, or you have something in common and you like the same things so it's already easier." (F2)*

Muutama nuorista koki sosiaalisen median käytön lisäävän paineita ja aiheuttavan alemmuuden tunteita. Nämä nuoret kokivat sosiaalisen median myrkylliseksi ympäristöksi, jossa ihmiset ylläpitävät kulissia eivätkä pysty kertomaan todellisesta elämästään avoimesti. Joidenkin nuorten kohdalla myös oma yksinäisyyden kokemus korostui sosiaalisen median vaikutuksesta.

*”Mä oon silleen sosiaalisen median kaa et mä en mielellään seuraa ketään, koska mul tulee helposti kaikkii alemmuuskomplekseja.” (V3)*

*”Se (sosiaalinen media) synnyttää kovasti painetta antaa elämästä tietynlaista kuvaa. Sen takia mä sen poistin.” (V6)*

*”Ihmiset ylläpitää semmosta vale-elämää, valeystävyyttä. Mulla ei oo enää instaa. Jos mulla oli siellä vaikka 250 seuraajaa, 250 ystävää lainausmerkeissä, niin nyt kun mulla ei oo sitä, niin kuinka moni niistä pitää yhteyttä? Kuinka moni niistä välittää oikeesti tai kuinka monesta mä oikeesti välitän?” (V6)*

Haastatteluun osallistuneet, paljon pelaavat nuoret kertoivat saavansa pelaamisen kautta onnistumisen ja kehittymisen kokemuksia. Näiden nuorten kohdalla kyvykkyyden kokemukset liittyivät juurikin pelaamiseen. Pelien kautta nuoret olivat myös jatkuvassa vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja solmivat kaveruussuhteita. Pelimaailmassa kyvykkyyden kokemusta lisäsi joillain nuorilla myös johtavaan asemaan pääseminen pelitiimissä. Johtavaan asemaan pääseminen lisäsi itseluottamusta omiin kykyihin ja pärjäämiseen.

*”Pelistä mä saan onnistumisen ja kehityksen, et tuntuu et mä meen eteenpäin siinä. Mä käytän paljon statistiikka, et mä nään miten mä oon illan vaikka pelannut. Mä nään sen heti sieltä tilastoista, et mitä mä voin tehdä paremmin. Et se on harrastus ja mä kehityn siinä harrastuksessa koko ajan” (V4)*

*”Tossa (peliryhmän johtajistossa) sai tosi hyvän kokemuksen, et mä pärjään, vaikka mä olin silloin tosi ujo. Nyt jos mä pääsisit uudestaan ni mä varmaan pärjäisin vähän paremmin, mä oon kasvanut sillee. (V5)*

### 5.3 Minä päätän - nuorten kokemuksia omaehtoisuudesta

Suurin osa haastatteluihin osallistuneista nuorista koki saavansa tehdä omaan elämään liittyvät päätökset itse eivätkä muut ihmiset tai tahot ohjailleet heidän päätöksiään. Nuoret kokivat myös saavansa tehdä arjessaan heille mieluisia asioita. Asiat, joita nuoret kertoivat tekevänsä vapaaehtoisesti ja mielellään liittyivät vapaa-ajan harrastuksiin ja mielenkiinnonkohteisiinsa kuten pelaamiseen, ruoanlaittoon, sisustamiseen ja ystävien tapaamiseen. Näitä asioita tehdessään nuoret kertoivat kokevansa mielihyvää ja rentoutuvansa sekä saavansa onnistumisen

kokemuksia ja konkreettisia aikaansaannoksia. Mieluisien asioiden tekeminen koettiin myös terapeuttiseksi ja sen koettiin lisäävän hyvinvointia. Pakollisiksi ja vähemmän mieluisiksi nuoret kokivat kotityöt, virallisten asioiden hoitamisen ja terveydestä huolehtimisen. Yksi nuori kertoi myös työn ja koulutuksen tuntuvan pakolliselta, kun omaa innostavaa juttua ei ole vielä löytynyt.

Osa nuorista kertoi, että päätöksentekoa ohjaa ikävien asioiden välttely tai päivästä toiseen selviytymisen pakko eikä niinkään vapaaehtoisuus. Päätösten tekeminen koettiin myös vaikeaksi ja nuoret kertoivat tarvitsevansa päätöksiin myös muiden ihmisten tukea.

*”Tavallaan on ite saanut valita, mut samaan aikaan on ollut sellanen paine, että nää nyt pitäis tehdä, et sitä on aika vaikeekin välillä erottaa et minkä päätöksen on nyt ihan oikeesti tehny ite” (V2)*

Nuorten kokivat nuoruuteen elämänvaiheena kuuluvan paljon isojen päätösten tekemistä. Tulevaisuuteen liittyvät päätökset tuntuivat useista nuorista lopullisilta ja he kokivat paineita onnistua päätöksissään. Nuoret kokivat myös paljon epävarmuutta tekemiinsä päätöksiin, niiden pitävyyteen ja niissä onnistumiseen liittyen.

*”Mulle on aika vaikee tehdä varsinkin isoja päätöksiä. Ja tän ikäsenä tuntuu et niitä on kauheen paljon tai sit ne tuntuu niin lopullisilta, et sit on ollut vaikee sitoutua niihin. Et se on iso haaste.” (V9)*

*”I just don't often believe I'll succeed fulfilling the decision” (V3)*

Nuoret puhuivat yhteiskunnan taholta tulevista paineista liittyen kouluttautumiseen ja työelämään siirtymiseen. Vaikka nuoret kokivat saavansa tehdä valintoja vapaasti, he kokivat paineita koska itseä kiinnostavaa alaa ollut vielä löytynyt. Osa nuorista koki epäonnistuneensa, koska ei ollut odotusten mukaan vielä pystynyt opiskelemaan itselleen ammattia ja siirtymään työelämään. Nuorten kokemuksissa alavalintaan liittyen korostui kaveriporukan mukana meneminen, koulun valitseminen keskiarvorajan perusteella sekä tiedon puute eri vaihtoehtojen ja mahdollisuuksien suhteen. Useat nuoret kertoivat, etteivät he olleet saaneet tukea itselleen sopivan ja motivoivan opiskelupaikan löytämiseen.

*”Mä kannan paljon huolta, ku mä oon niin epätietonen ja mä pelkään et mä en vaan tiedä mitä pitäis tehdä eikä kukaan muukaan tiedä ja mitä jos se ei koskaan selkene mun päässä?” (V6)*

Useat nuoret kertoivat tekemistään isoista päätöksistä, kuten päihteidenkäytön lopettamisesta, hoitoon hakeutumisesta mielenterveysongelmien takia ja oman kotimaan ja perheen jättämisestä. Tällaisissa vaikeissa tilanteissa nuoret kertoivat päätöksen olleen pakollinen, muita vaihtoehtoja ei heidän mukaansa tilanteessa enää ollut. Tällaisissa isoissa päätöksissä korostui

nuorten kertoman mukaan oma sisäinen motivaatio, päättäväisyys ja myös joissain tapauksissa läheisten tuki sekä elämänmuutokseen liittyvä, toisilta saatu positiivinen palaute.

*”yks päätös minkä mä oon viime aikoina tehnyt välittämättä muista, ni mä tossa vuodenvaihteessa päätin et mä lopetan sen alkoholin. Mä oon aikasemmin ollu tipattomalla, mut aina joku muu on mulle sanonu et oisit tipattomalla, et säästyis rahaa ja terveyttä. Mut nyt mä tein sen päätöksen mun oman hyvinvoinnin takia.” (V4)*

Nuoret kertoivat, että päätöksentekotilanteissa heitä auttoi seuraavat asiat: 1) läheisten kanssa keskustelu ja vahvistuksen saaminen omalle päätökselle, 2) tiedon etsiminen sekä vaihtoehtojen ja näkökulmien selvittäminen 3) muiden ihmisten tuki yhdistettynä omaan aktiivisuuteen, 4) toiveikkuus ja omien arvojen tunteminen, 5) oikea hetki ja sisäinen motivaatio sekä 6) terve itsekkyyys ja oman edun tunnistaminen.

Haastatelluista nuorista neljä oli pakolaistaustaisia ja kaksi jättänyt kotimaansa Euroopassa oman hankalan elämäntilanteensa tai syrjityksi tulemisen vuoksi. Muihin nuoriin verrattuna näiden nuorten kertomuksissa korostui elämäntilanteen aiheuttama pakko enemmän kuin vapaaehtoinen toiminta ja valinnanvapaus.

*”(kotimaasta pakeneminen 13 -vuotiaana) Det var så svårt. Det käns som... som mitt hjärta ska... mitt hjärta ska dö.” (F4)*

Maahanmuuttajataustaisten nuorten kertomuksissa korostui myös kotimaan kulttuuriset tavat. Nuoret kertoivat perheen ja kulttuurin määrittelevän valintoja liittyen esimerkiksi seurustelun aloittamiseen ja opiskeluun. Suomessa syntyneiden nuorten kertomuksissa sen sijaan korostui vapaaehtoisuus ja valinnan mahdollisuudet. Vaikka päätöksiin liittyen koettiin paineita, ne tulivat enemmän yhteiskunnan taholta kuin muilta ihmisiltä.

*”Meillä (kulttuurissa) ei saa seurustella. Mä sanoin et mä kerron sun perheelle. Hän sanoi älä, en mä tiennyt et sä huomaat niin helposti.” (V8)*

#### 5.4 Minä osaan - nuorten kokemuksia kyvykkyydestä

Toiset ihmiset olivat merkittävässä osassa haastateltujen nuorten kyvykkyyden kokemuksen suhteen. Nuorten kertomusten mukaan muiden antama positiivinen palaute ja omien vahvuuksien tunnistaminen edesauttoivat kyvykkyyden kokemusta. Vamoksen toimintaan osallistuvat nuoret kokivat, että myös valmennus ja ohjaus olivat merkittävässä roolissa omien vahvuuksien tunnistamisessa. Nuorten kertomusten mukaan kyvykkyyden kokemus liittyi myös eteenpäin

menemisen tunteeseen. Vaikeassa elämäntilanteessa eteenpäin menemisen kokemuksessa auttoi nuorten mukaan läheisen tai ammattilaisen tuki.

*”(Vamoksen ryhmässä) on ollut tehtäviä, et arvioidaan toisia ihmisiä nimettömästi, eri vahvuuksia, ni sieltä on tullu et on älykäs ja kaikkee sellasta, ni ne luo semmosta et ehkä mä sit tajuunkin jotain jostain” (V4)*

Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten ollessa kyseessä, kyvykkyyden kokemukset liittyivät enimmäkseen arkipäiväisiin asioihin ja elämönhallinnan kokemuksiin. Elämönhallinnan kokemus ja positiivinen hallinnan tunne syntyi nuorten mukaan arjen rytmistä ja rutiineista. Oman hyvinvoinnin kannalta merkityksellisten asioiden omaksumisessa auttoi myös se, että taitoa oli harjoiteltu käytännössä esimerkiksi Vamoksessa. Useimmat Vamoksen ryhmätoimintaan osallistuvat nuoret kuvasivat arkirytmien ja vuorovaikutteisen ryhmätoiminnan parantaneen heidän luottamustaan itseensä ja omiin vahvuuksiinsa sekä antaneen heille lisäenergiaa myös muilla elämän osa-alueilla.

*”Mulle on jossain kerrottu niistä (hengitys- ja rentoutumisharjoituksista), mut ei oo ees harjoiteltu niitä, et on vaan sanottu et sun pitää käyttää niitä, ni sit mä oon ollut vähän hukassa, et miten voi käyttää ku ei oo opetettu. Täällä me joka kertaa tehdään ne, ni on oppinut niitä” (V4)*

*”Elämönhallinnan toive, et nyt ku kaikki menee hyvin, mä käyn täällä ja käyn muissakin ryhmissä, ni sit halua et kotikin on siisti” (V3)*

Nuorilta kysyttiin myös selviytymisen kokemuksista. Osa nuorista kertoi aikaisemmista haastavista tilanteista selviytymisen vahvistaneen luottamusta omaan selviytymiseen myös tulevaisuudessa. Toisaalta jos aikaisemmin oli selviytynyt hyvin, saattoi nuoren itseluottamukselle olla suuri kolaus, kun vaikeassa elämäntilanteessa ei enää suoriutunutkaan aikaisemmin helpolta tuntuneista asioista. Nuorten elämässä tapahtuneet raskaat asiat vaikuttivat myös siten, että heidän oli vaikea luottaa omaan selviytymiseensä.

*”Se voi myös kääntyä vähän jopa itseään vastaan, että kun aikaisemmin on suoriutunut hyvin ja sitten kun ei suoriudukaan.” (V2)*

*”För mig är det hela tiden negativt. Livet är orättvist. Det finns människor som har allt och människor som har ingenting.” (F1)*

Vaikeissa elämäntilanteissa nuoret kertoivat saaneensa tukea sekä läheisiltä että ammattiauttajilta. Näissä vaikeissa tilanteissa oleellista oli ollut, että toinen ihminen auttoi eteenpäin ja tarjosi vaihtoehtoja tilanteen parantamiseksi.

”Mä en oo aina ollut näin läheinen niiden (perheenjäsenten) kanssa. Se kokemus (sairastuminen) opetti että näihin ihmisiin mä voin luottaa ja näistä ihmisistä mä haluan pitää kiinni koska ne ei kadonnut mihinkään silloin ku mulla oli kaikki ihan päin helvettiä.”

”Oli tosi huono tilanne (terveydellisesti) ja muutenkin. Mä selitin että tuntuu et seinät kaatuu päälle, ni sit mut siirrettiin Typin (työvoiman palvelukeskuksen) puolelle ja kävin siellä tapaamisissa. Siellä selvitettiin tilannetta ja miten vois edetä.”

## 5.5 Haastatteluaineiston pääkohdat

Haastatteluiden tulokset teemoiteltiin itseohjautuvuuden teorian kolmea osa-aluetta hyödyntäen. Osa-alueet ovat itseohjautuvuuden mahdollistavat kolme psykologista perustarvetta; yhteisöllisyys, omaehtoisuus sekä kyvykkyys. Litteroidusta haastatteluaineistosta nousi esiin seuraavat pääteemat: 1) yksinäisyys itseohjautuvuuden haastajana 2) digitaalisten yhteisöjen merkitys 3) yhteiskunnan nuorille asettamat paineet sekä 4) vuorovaikutuksen merkitys kyvykkyuden kokemuksen kannalta. Aineistosta löydetty pääteemat ja niiden sisältö on esitetty kuviossa 4. Nämä neljä pääteemaa korostuivat nuorten kertomuksissa ja itseohjautuvuuden teoriaan peilaten niillä näyttäisi olevan vaikutuksia nuorten kokemaan itseohjautuvuuteen.



Kuvio 4: Nuorten itseohjautuvuuteen vaikuttavat pääteemat

Haastatteluiden perusteella työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautuvuutta estäviä tekijöitä olivat yksinäisyys ja yhteenkuuluvuuden tunteen puuttuminen sekä yhteiskunnan taholta tulevat paineet nuoruuteen liittyvien isojen päätösten äärellä. Nuoret kokivat olevansa vapaita valitsemaan ja päättämään elämänsä liittyvistä asioista. Toisaalta nuoruuteen

liittyvät päätöksen koettiin isoiksi sekä vaikeiksi ja yhteiskunnan asettamat paineet ammatin opiskelamiseen ja työllistymiseen liittyen vaikuttivat nuorten omaehtoisuuden kokemukseen.

Kyvykkyyden kokemus oli nuorten kertomuksissa vahvasti sidoksissa toisiin ihmisiin ja vuorovai-  
kutukseen. Nuorten kertomuksissa toisilta ihmisiltä saatu palaute ja kannustus liittyivät oleel-  
lisesti kyvykkyyden kokemuksiin. Haastatteluiden mukaan yksinäisyyden kokemus näyttäisi ole-  
van yhteydessä vähäiseen kyvykkyyden kokemukseen.

Digitaaliset yhteisöt ja niiden tarjoaman mahdollisuudet olivat merkittäviä usean nuoren elä-  
mässä erityisesti yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteen kannalta. Kuitenkin osalle nuo-  
rista sosiaalinen media aiheutti alemmuuden tunteita ja ahdistusta. Nuorten kertomusten mu-  
kaan digitaaliset yhteisöt tarjosivat mahdollisuuksia oppimiseen, kehittymiseen ja vastuullisiin  
tehtäviin. Yhteisöllisyyden kokemuksen lisäksi nuoret kertoivat saavansa kyvykkyyden kokemuk-  
sia digitaalisten yhteisöjen kautta. Kyvykkyyden kokemuksia netissä toi peleissä kehittyminen  
ja kehityksen seuraaminen statistiikan avulla sekä vastuullisessa roolissa toimiminen peliyhteis-  
sössä.

## 5.6 Nuorten itseohjautuvuus ja osallisuus Fryshuset Malmössä

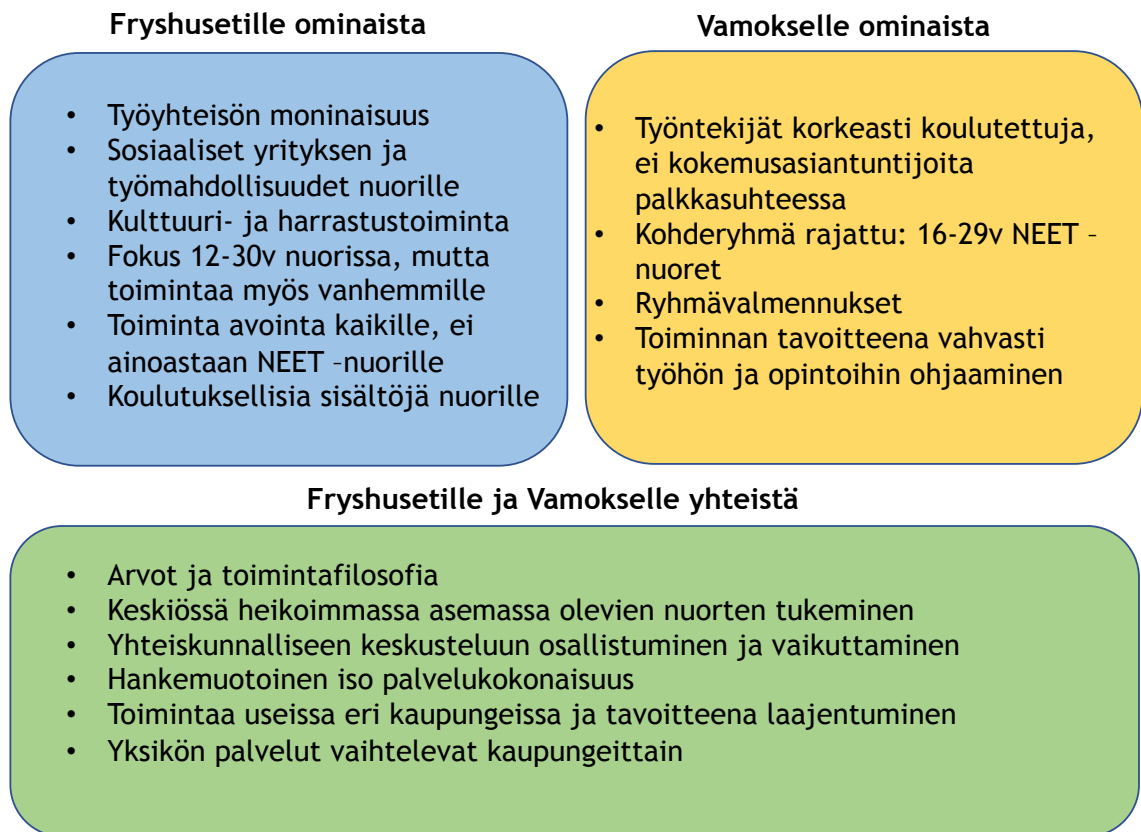
Havaintojen ja päiväkirjamerkintöjen mukaan arvopohjaltaan Vamos ja Fryshuset ovat hyvin  
samankaltaisia. Molempien organisaatioiden tavoitteena on tukea nuorten osallisuutta ja auttaa  
heitä löytämään omat vahvuutensa ja oma paikkansa yhteiskunnassa. Toisaalta myös haasteet  
näyttävät samanlaisina. Molempien rahoitus pohjautuu projektirahoitukseen, mikä luo epä-  
varmuutta työsuhteisiin.

*”Fryshusetin tarinassa on paljon samaa kuin Vamoksessa. Molemmille tärkein kohderyhmä on kaikkein heikoimmassa asemassa olevat nuoret ja toiminta läh-  
tee heidän tarpeistaan. Joustavuus ja jatkuva uuden kehittäminen on molem-  
missa keskeistä”*

*”Luin Fryshusetin toimintasuunnitelmaa vuodelle 2019. Tavoitteissa on todella paljon samankaltaisuuksia Vamoksen kanssa. Muun muassa jatkuva kasvun ta-  
voittelu ja verkostoituminen päättäjien kanssa, yhteiskunnallinen vaikuttamis-  
työ sekä rahoituksen jatkuvuuden takaaminen ovat Fryshusetin tavoitteita.”*



Havaintojeni pohjalta kootut Vamoksen ja Fryshusetin erot ja yhtäläisyyden on esitetty kuviossa 5.



Kuvio 5: Vamoksen ja Fryshusetin yhtäläisyydet ja erot

Fryshuset on perustamisestaan alkaen järjestänyt nuorille paljon kulttuuriin, liikuntaan ja harrastamiseen liittyvää toimintaa ja nämä aktiviteetit näkyvät Fryshusetin toiminnassa edelleen vahvasti. Laaja kulttuuri- ja harrastustoiminta saa aikaan sen, että toiminta tavoittaa hyvin laajan ja moninaisen joukon nuoria. Yhteisen mielenkiinnonkohteen ympärille rakentuva toiminta luo osaltaan mahdollisuuksia itseohjautuvuuden ja osallisuuden kokemuksille. Havaintojen mukaan tämän tyylinen toiminta tavoitti matalalla kynnyksellä ja ennaltaehkäisevästi myös niitä nuoria, jotka eivät olisi välttämättä osallistuneet valmennukselliseen, työhön ja opintoihin tähtäävään toimintaan. Harrastustoiminnan ohessa myös muunlainen Fryshusetin toiminta tuli nuorille tutuksi ja kynnys osallistua myös muuhun toimintaan saattoi madaltua.

*”Tanssinopettajat pitävät Fryshusetin tiloissa tanssitunteja eri ikäisille lapsille ja nuorille useana iltana viikossa. Nuoret voivat varata Fryshusetin musastudion käyttöönsä koska vaan, myös iltaisin (klo 23 pitää poistua). Musaprojektit ovat nuorten omia ja he saavat työntekijältä apua tarvittaessa. Ungdomskulturin*

*tavoitteena on kasvattaa toimintaa ja järjestää laajemmin erilaisia tapahtumia yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Esim. koodausworkshop Malmön E-sport -keskuksen ja ison pelialan yrityksen kanssa sekä ohjelmaa Malmön tanssi- viikoille on suunnitteilla.”*

Opiskelu ja työllistyminen ovat nuorille merkittäviä osallisuuden kokemuksen kannalta. Työhön liittyy usein yhteisöllisyyttä ja merkityksellisyyden kokemista, jotka ovat tärkeitä itseohjautuvuuden kannalta. Opinnoilla ja työn tekemisellä on merkittävä rooli usein myös kyvykkyyden kokemukseen liittyen. Fryshuset työllistää nuoria monenlaisiin tehtäviin. Fryshuset Malmöllä on oma ruokarekka ja catering -palvelu, jossa ravintola-alasta kiinnostuneet nuoret pääsevät oppimaan työelämätaitoja ohjatusti ja saavat ensimmäisiä merkintöjä omaan ansioluetteloon. Fryshusetin kiinteistön siisteydestä pitää huolta kaksi palkkatukityöllistettyä nuorta. Suunnitteilla on myös pyöräkorjaamon perustaminen. Fryshusetissa toimivassa jengirikollisuudesta irrottautumisesta tukevassa Passus -ohjelmassa ammattilaisten rinnalla työskentelee rikollisen taustan omaavia kokemusasiantuntijoita.

*”Tänään alkoi Folkets Parkissa syysloman kunniaksi skräckveckan. Pääsin kurkistamaan myös Food Truckiin (Fryshusetin sosiaalinen yritys), joka tarjosi syyslomalaisille kurpitsakeittoa. Töissä oli tänään ohjaajan lisäksi kolme nuorta, joista yksi kertoi olevansa keikalla ekaa kertaa. Nuoret saavan työstä tuntipalkan. Kesäkaudella töitä on enemmän erilaisten festareiden myötä. Talvelle on yritetty saada catering keikkoja, mutta markkinointia pitäisi vielä sen suhteen parantaa.”*

*”Aloin jutella tapaamista odottavan nuoren miehen kanssa. Luulin häntä asiakkaaksi, mutta hän kertoi olevansa Fryshusetissa töissä. Oli kuulemma saanut täältä aikoinaan apua ja nyt työskentelee tarvittaessa tulkkina tuntipalkalla”*

Positiiviseksi koetut, läheiset ihmissuhteet ovat merkittäviä itseohjautuvuuden kokemisen kannalta ja siksi myös nuorten suhdetta heidän perheisiinsä olisi tärkeää tukea. Yksi Fryshuset Malmön toiminnoista on nimeltään Barn till Ensamma Mammor (suom. yksinhuoltajaäitien lapset). Toiminnan keskiössä ovat lapset sekä nuoret ja tavoitteena on tarjota positiivisia, yhteisiä kokemuksia yksinhuoltajaperheille. Toimintaan osallistuville äideille järjestetään myös kouluksellisia sisältöjä ja tukea vanhemmuuteen. Havaintojen mukaan koko perheen tunteminen ja tukeminen teki työskentelystä hyvin kokonaisvaltaista.

*”Barn till ensamma mammor ja Malmön kaupunki järjestivät tänään osallisuuden liittyvän workshopin yksinhuoltajaäideille. Työpajan ajan lähes 20 lasta oli meidän (harjoittelijoiden ja vapaaehtoisten) hoivissa. Lapsille aktiviteetteina oli hamahelmet, maalaus ja tanssitunti. Syötiin myös Food Truckin valmistamia hampurilaisia. Äidit vaikuttivat nauttivan illasta kovasti.”*

Monimuotoisuus näyttäytyi positiivisesti Fryshuset Malmössä. Sen lisäksi, että iso osa työntekijöistä oli maahanmuuttajataustaisia, myös heidän koulutustaustansa vaihtelivat ja palkkasuhteissa työskenteli myös kokemusasiantuntijoita. Työntekijöiden joukossa oli eri ikäisiä ihmisiä ja yli puolet Fryshuset Malmön työntekijöistä oli miehiä.

*”(Fryshusetin) henkilökunnassa on paljon enemmän moninaisuutta kuin suomalaisilla työpaikoilla. Tähän mennessä olen tavannut kaksi kantaruotsalaista työntekijää, muilla maahanmuuttajatausta. Täällä puhutaan monia eri kieliä päivittäin. Kaikilla ei ole sosiaalialan koulutusta vaan myös koulutustaustat vaihtelevat. Osittain tästä varmasti johtuu, että itsekkin ulkomaalaisena koen itseni tervetulleeksi.”*

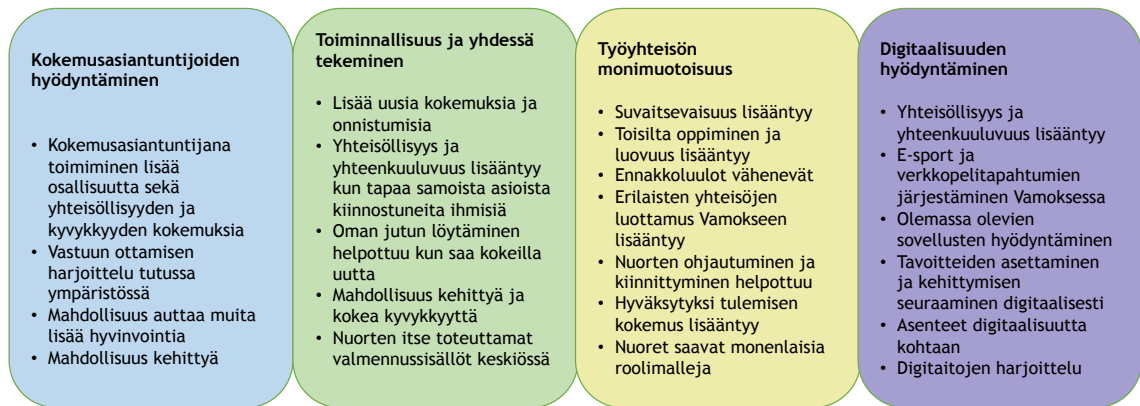
Työntekijöihin kuului useita seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia henkilöitä, mikä näyttäytyi positiivisesti siinä, miten sateenkaarinuoret huomioitiin toiminnassa. Itse seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien työntekijöiden oli helppo huomioda ja ottaa puheeksi näihin teemoihin liittyviä asioita nuorten kanssa. Työntekijöillä oli myös iso rooli siinä, että seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat, yksin maahan tulleet nuoret kokivat Fryshusetin avoimen kohtaamispaikan itselleen turvalliseksi tilaksi. Fryshusetissa kokoontui viikoittain myös sateenkaarinuorten vertaisryhmä.

*”He (Fryshusetin avoimen kohtaamispaikan työntekijät) kertoivat, että kävijöissä on useita seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia maahanmuuttaja/turvapaikanhakijanuoria. Työntekijät kertoivat itse myös kuuluvansa vähemmistöön ja pitävänsä tärkeänä, että nämä nuoret kokevat olevansa turvassa ja tervetulleita. Syrjivään kielenkäyttöön on puututtava. Tällaista ei illan aikana kuitenkaan tapahtunut ja kaikki sujui hyvin. Nuorten ja työntekijöiden kesken oli lämmin ja välittävä ilmapiiri. Tuntui poikkeukselliselta, että kaikki nämä nuoret (eri kulttuureista, rikollisjengeistä, vähemmistöistä) olivat sulassa sovussa samassa tilassa”*

Työntekijöiden rekrytointiin liittyen Fryshusetin esimiehet korostivat persoonallisuuspiirteitä sekä henkilön soveltuvuutta kyseiseen työyhteisöön ja vaatimaan asiakastyöhön. Havaintojen mukaan monimuotoisuus vaikutti positiivisella tavalla nuorten Fryshusetissa kokemaan yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Yhä useampi nuori voi kokea olonsa hyväksytyksi, kun samaistuttavia aikuisia on monenlaisia. Myös työntekijöiden omaava kielitaito voi vaikuttaa positiivisesti maahanmuuttajataustaisten nuorten kokemukseen ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Monimuotoisuus näkyi myös Fryshusetissa käyvissä nuorissa. Esimerkiksi kulttuuri- ja harrastustoimintaan osallistui nuoria monenlaisista taustoista. Kun toimintaa ei ollut rajattu tiukasti työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille, toiminnassa kohtasi eri elämäntilanteissa olevat nuoret.

## 6 Kehittämistyöpajan tulokset

Vamos Helsingin työyhteisölle järjestetyn kehittämistyöpajan ohjelma rakentui itseohjautuvuusteorian ja opinnäytetyön tavoitteiden läpikäymisestä sekä Fryshusetissa tehtyjen havaintojen ja nuorten haastatteluiden tulosten esittelystä (liite 6). Työntekijöiden työpajassa kirjaamat ideat löytyvät liitteistä (liite 7). Työpajan keskeisimmät tulokset on esitetty kuviossa 6.



Kuvio 6: Kehittämistyöpajan keskeisimmät tulokset

Työpajassa työntekijät pohtivat työyhteisön monimuotoisuuden vaikutuksia Vamoksen nuorten näkökulmasta. Osallistujien mukaan työyhteisön monimuotoisuus lisäisi suvaitsevaisuutta ja luovuutta sekä vähentäisi ennakkoluuloja. Vastauksissa korostui myös toisilta oppiminen sekä uudenlaiset ideat Vamoksen toiminnan kehittämiseksi. Monimuotoisuuden nähtiin edistävän luottamusta erilaisiin yhteisöihin ja tätä kautta vaikuttavan positiivisesti myös nuorten ohjautumiseen Vamoksen toimintaan. Mikäli nuorille olisi Vamoksessa nähtävissä erilaisia aikuisen malleja, voisi se vaikuttaa myös nuorten hyväksytyksi tulemisen kokemukseen ja itsetuntoon. Joissakin vastauksissa arveltiin, että monimuotoisuuden lisääminen ei välttämättä vaikuttaisi nuoriin mitenkään.

Vamoksen työntekijät saivat pohdittavakseen miten aiempaa monipuolisempi kulttuuri- ja vapaa-ajan toiminta vaikuttaisi Vamoksen nuoriin. Vastauksissa korostuivat onnistumisen kokemukset, yhteisöllisyys, osallisuus ja samasta asioista kiinnostuneiden ihmisten kohtaaminen. Harrastustoiminnan lisäämisen vaikutuksina nähtiin myös uudenlaiset kokemukset ja oman jutun löytäminen, kun saa mahdollisuuden kokeilla erilaisia asioita. Tämän tyyppinen toiminta tukisi nuorten osaamisen kehittymistä ja omien vahvuuksien tunnistamista. Positiivisena nähtiin myös se, että harrastustoiminnassa kohtaisivat eri elämäntilanteissa olevan nuoret, mikäli toimintaa ei rajattaisi tiukasti tietyille kohderyhmälle. Harrastustoiminta saattaisi helpottaa nuorten ohjautumista myös muihin Vamoksen palveluihin.

Ryhmätyöskentelyosiossa useampi ryhmä nosti esiin kokemusasiantuntijuuden hyödyntämisen ja mentoritoiminnan käynnistämisen Vamoksessa. Tällainen toiminta tukisi nuoren yhteisöllisyyden, yhteenkuuluvuuden ja kyvykkyyden koemusta sekä antaisi mahdollisuuden konkreettiseen kehittymiseen ja eteenpäin menemiseen Vamoksen sisällä. Kokemusasiantuntijana tai mentorina toimiminen tarjoaisi nuorille mahdollisuuden harjoitella vastuun ottamista tutussa yhteisössä ja myös auttaa muita.

Perhetyön mahdollisuuksia Vamoksessa pohtinut ryhmä ideoi, että täysi-ikäisten nuorten vanhempia voisi aktiivisemmin pyytää mukaan verkostotapaamisiin nuoren niin halutessa. Oleellisempina koettiin kuitenkin tukea nuoria itsenäistymisessä ja omien rajojen vahvistamisessa tapauksissa, joissa nuoren vanhemmilla on päihde- tai mielenterveysongelmia. Myös vanhempien vertaistukiryhmien ohjaaminen Vamoksessa nähtiin yhtenä vaihtoehtona tukea nuorten perhesuhteita. Ryhmä toi ideoissaan esiin myös sen, että on tärkeää kysyä nuorilta itseltään, minkälaista tukea he toivovat omaan perheeseensä liittyen.

Nuorten omien mielenkiinnonkohteiden pohjalta toteutettava harrastus- ja leiritoiminta nousi esiin useamman ryhmän ehdotuksissa. Yhteisen mielenkiinnonkohteen ympärille rakentuvan toiminnan ajateltiin lisäävän nuorten kokemusta yhteisöllisyydestä ja yhteenkuuluvuudesta sekä vaikuttavan positiivisesti myös nuorten kyvykkyyden kokemukseen. Tarjoamalla erilaisille harrastusryhmille ja tapahtumatoimijoille mahdollisuutta käyttää Vamoksen tiloja ilta- ja viikonloppuaikoina voitaisiin mahdollistaa Vamosnuorten osallistuminen kiinnostaviin aktiviteetteihin tutussa ympäristössä. Myös erilaiset vaihto-ohjelmat ja mahdollisuus vapaaehtoistöihin sekä matkoihin koettiin tukevan nuorten yhteisöllisyyden ja kyvykkyyden kokemuksia.

Kyvykkyyden kokemuksen kannalta nähtiin tärkeäksi, että toiminnallisuus ja yhdessä tekeminen olisivat keskiössä Vamoksen toiminnassa. Kyvykkyyden kokemuksen kannalta tärkeänä nähtiin myös se, että nuoret olisivat alusta asti mukana suunnittelemassa sekä toteuttamassa toimintaa Vamoksessa ja että he saisivat myös mahdollisuuksia toimia ohjaajan roolissa. Kyvykkyyden kokemuksen lisäämistä Vamoksessa pohtinut ryhmä nosti esiin myös, että nuoret voisivat oman osaamisen ja mielenkiinnon kohteidensa pohjalta toteuttaa valmennussisältöjä toisille nuorille sekä myös Vamoksen valmentajille. Myös oman oppimisen seuraamista oppimispäiväkirjan ja tavoitteiden asettamisen kautta ehdotettiin keinoksi kyvykkyyden kokemuksen konkretisoidmiseksi ja lisäämiseksi.

Nuorten palkkatyömahdollisuuksia Vamoksessa pohtinut ryhmä koki työllistymisen lisäävän nuorten kyvykkyyden kokemusta ja auttavan nuoria näkemään omat vahvuutensa. Harjoittelu- ja työskentelymahdollisuuksien koettiin myös vaikuttavan positiivisesti nuorten ja työntekijöiden välisen rajan madaltumiseen. Ryhmä ideoi mahdollisia työtehtäviä nuorille Vamoksessa olevan hävikkiruokakahvilan pyörittäminen, asiointiapu, digitaitojen opettaminen,

kaupunkipuutarhan ylläpitäminen, tulkkausapuna toimiminen, vertaisohjaajana toimiminen, kulttuurituotanto sekä siivous.

Digitaalisissa alustoissa ja foorumeissa nähtiin mahdollisuuksia nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemuksen lisäämiseksi. Digitaalisuuden mahdollisuuksia itseohjautuvuuden tukemisessa pohtinut ryhmä ehdotti myös e-sport -turnausten ja lanien, eli verkkopelitapahtumien, järjestämistä nuorille Vamoksen tiloissa. Digitaalisuuden nähtiin tarjoavan mahdollisuuksia myös esimerkiksi kyvykkyyden kokemuksen tukemiseksi ja kehittämiseksi. Nuorille voisi rakentaa verkkotyökalun, joka auttaisi omien tavoitteiden asettamisessa ja oman kehittymisen seuraamisessa. Tärkeäksi koettiin myös olemassa olevien sovellusten ja alustojen hyödyntäminen Vamoksen valmennustyön tukena. Digitaidot ja asenteet digitaalisuutta kohtaan nähtiin tärkeäksi huomioida Vamoksen työssä. Osallisuuden ja omaehtoisuuden näkökulmasta koettiin tärkeäksi, että sekä nuorilla että Vamoksen henkilökunnalla on tarvittavat taidot hyödyntää digitaalisuuden tarjoamia mahdollisuuksia. Digitaalojen koettiin olevan myös liitoksissa omaehtoisuuden kokemukseen digitaalistuvassa maailmassa. Tärkeää olisi myös pyrkiä vaikuttamaan ihmisten asenteisiin niin, että digitaalisiin työkaluihin suhtauduttaisiin positiivisesti ja ne koettaisiin hyödyllisiksi.

Omaehtoisuuden tukemista pohtineen ryhmän mielestä nuorten kanssa olisi tärkeää keskustella omaehtoisuudesta sekä opetella yhdessä päätöksenteon mekaniikkaa. Nuorten omaehtoisuuden näkökulmasta nähtiin tärkeäksi tehdä nuorille näkyväksi erilaisia vaihtoehtoja sekä auttaa nuoria muotoilemaan heidän toiveitaan ja tavoitteitaan konkreettisiksi vaihtoehdoiksi. Omaehtoisuuden tukemisen näkökulmasta nähtiin tärkeäksi edetä valmennuksessa nuorelle sopivaan tahtiin eikä pyrkiä liian isoihin muutoksiin liian nopeasti. Vamos voisi vähentää nuorten kokemia paineita yhteiskunnan taholta tekemällä enemmän vaikuttamistyötä myös Vamoksen ulkopuolella. Vaikuttamistyön kautta olisi tärkeää jakaa tietoa siitä, miksi aidosti motivoivan alan löytämiseen kannattaa käyttää aikaa ja siitä, miksi työn tai opintojen aloittaminen hankalassa elämäntilanteessa ei välttämättä ole kestävä ratkaisu. Työntekijöille asetettu tavoite ohjata nuoria eteenpäin koulutukseen ja työhön nopeasti aiheuttaa paineita mahdollisesti myös nuorille. Nuorten omaehtoisuutta tukisi se, että eteenpäin ohjaamisen kulttuuria pyrittäisiin häilyttämään niin Vamoksessa kuin muissakin nuorten kanssa työskentelevissä organisaatioissa.

## 7 Jatkokehittämisehdotukset

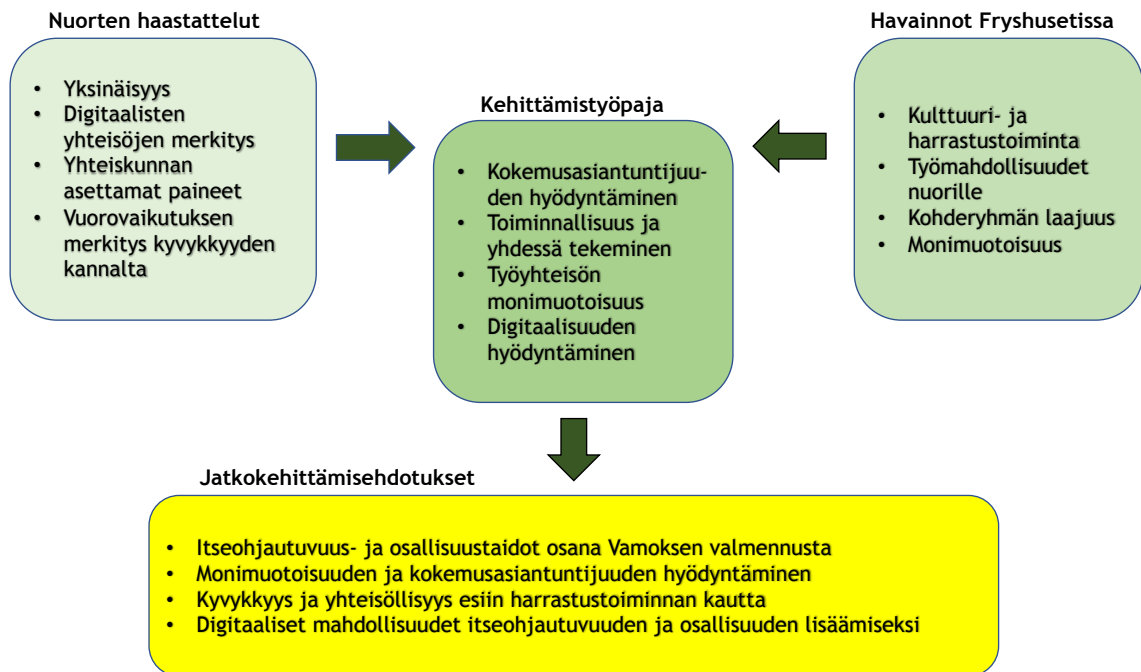
Itseohjautuvuus ja osallisuus nivoutuvat yhteen ja kulkevat käsi. Isolan ym. (2017, 25) mukaan ihmisten osallisuutta voidaan lisätä muun muassa tarjoamalla mahdollisuuksia luoda yhteyksiä toisiin ihmisiin ja vaalimalla yksilön autonomiaa. Sekä osallisuuden että itseohjautuvuuden kokemisen syvyys liittyy olennaisesti ihmisen perustarpeiden tyydyttymiseen. Mikäli elämäntilanne on haastava, suuntautuu ihmisen huomio selviytymiseen osallisuuden sijaan. (Särkelä-

Kukko 2014, 39; Isola ym. 2017, 29). Hyviä, sosiaalisia suhteita, omasta elämästä päättämistä sekä vaikuttamisen ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia tarvitaan niin osallisuuden kuin itseohjautuvuudenkin toteutumiseksi.

Nuorten osallisuus on Vamoksessa tärkeä arvo ja sitä toteutetaan monella eri tavalla. Nuoret saavat itse määritellä työskentelyn tavoitteensa ja asiat, joihin valmennuksessa pureudutaan. Valmennusryhmien toiminta suunnitellaan yhdessä ryhmäläisten kanssa. Vamoksen kautta nuorille tarjotaan erilaisia mahdollisuuksia vaikuttaa esimerkiksi osallistumalla tutkimuksiin ja antamalla haastatteluita medialle. Toisinaan nuoret ovat myös mukana esittelemässä Vamoksen toimintaa päättäjille ja vierailijoille. Hartin osallisuuden portaiden (kuvio 1) mukaan asiakkaiden osallisuuden ensimmäiset tasot ovat asiakkaan kuuleminen työntekijän ehdoilla sekä asiakkaan konsultointi niin, että asiakkaan sanoma todella kuullaan. Seuraava osallisuuden taso on asiakkaiden ottaminen mukaan päätöksentekoon, jota työntekijät kuitenkin ohjaavat. (Hart 1992, 11-14.) Nämä kolme osallisuuden tasoa Vamoksessa kokemukseni mukaan täyttyvät. Kahdelle osallisuuden korkeimmalle tasolle ei kuitenkaan Vamoksen toiminnassa yllätä. Vamoksessa ei ole juurikaan kohderyhmäjohtoista toimintaa eivätkä nuoret ole tasavertaisina mukana Vamoksen päätöksenteossa. Vamoksessa on hyvät edellytykset yltää nuorten osallisuuden suhteen myös näille ylimmille osallisuuden askelmille.

Myös lähtökohdat nuorten itseohjautuvuuden tukemiselle ovat hyvällä pohjalla Vamoksessa. Sekä Norrenan (2019, 28) että Savaspuron (2019, 52) mukaan luottamuksellinen ja turvallinen ilmapiiri on itseohjautuvuuden peruspilari. Vamoksen luottamukseen ja välittävään vuorovaikutukseen perustuva valmennus tarjoaa hyvät lähtökohdat nuorten itseohjautuvuuden kehittymiselle. Vamoksen työskentelytavalle ominaista on valmennuksen sisältöjen suunnittelu nuoren tarpeista ja toiveista lähtöisin, mikä tukee omaehtoisuutta. Vamoksessa tarjotaan nuorille monenlaisia mahdollisuuksia kokeilla erilaisia asioita ja aktiviteetteja, mikä parhaimmillaan tukee kyvykkyyden kokemusta ja auttaa tunnistamaan omia vahvuuksia sekä mielenkiinnonkohteita. Myös yhteisöllisyys on Vamoksen toiminnassa oleellisesti läsnä. Vamoksen toimintaa voidaan kuitenkin edelleen kehittää, jotta se tukisi nuorten itseohjautuvuutta ja siihen liittyvien kolmen psykologisen perustarpeen tyydyttymistä vielä entistä paremmin.

Vamoksen hyödynnettäväksi on kootti jatkokehittämisehdotuksia nuorten haastatteluiden, Fryshusetissa tehtyjen havaintojen sekä Vamoksessa pidetyn kehittämistyöpajan pohjalta. Koko opinnäytetyön kehittämisprosessi ja jatkokehittämisehdotusten tausta on esitetty kuviossa 7. Jatkokehittämisehdotuksissa halutaan tuoda esiin konkreettisia keinoja nuorten itseohjautuvuuden ja osallisuuden lisäämiseksi Vamoksessa.



Kuvio 7: Jatkokehittämissuhteiden tausta

### 7.1 Itseohjautuvuus ja osallisuustaidot osaksi Vamoksen valmennusta

Norrenan (2019, 67) mukaan itseohjautuvuutta harjoitellessa tärkeää on sisäisen ja ulkoisen säätelyn tasapaino. Vamoksen valmennuksen sisältöjä olisikin tärkeää tarkastella itseohjautuvuuden kannalta ja pohtia, antavatko olemassa olevat rajat nuorille tarpeeksi tilaa itseohjautuvuuden oppimiselle olematta kuitenkaan liian väljät. Vastuun antaminen nuorille toiminnan suunnittelussa aiempaa enemmän voisi lisätä nuorten itseohjautuvuuden taitoja sekä osallisuuden kokemusta. Sopivan haastavat tilanteet turvallisessa ympäristössä kehittävät sinnikkyyttä sekä hallinnan tunnetta ja sitä kautta myös itseohjautuvuus lisääntyy (Norrena 2019, 41). Vamoksessa pidetyssä kehittämistyöpajassa ehdotettiin, että nuoret voisivat toteuttaa Vamoksessa omia valmennussisältöjä ja toimia ohjaajina työntekijöiden ollessa taustatukena. Ihmisen todellinen osaaminen ei puhkea kukkaan, jos hän ei saa mahdollisuutta aidosti toteuttaa itseään vaan sopeutuu muiden odotuksiin (Norrena 2019, 63).

Itseohjautuvuus on epämääräinen termi, eikä sen merkitys avaudu kaikille. Itseohjautuvuuden oppimisen ja kehittymisen kannalta olisi oleellista käsitellä aihetta nuorten kanssa selkokielisesti ja tuoda nuorille konkreettisesti näkyväksi miksi itseohjautuvuutta olisi hyvä oppia ja min-käläisiä hyötyjä sillä on ihmisen hyvinvoinnin kannalta. Vamoksessa käyvät nuoret ovat iältään 16-29 -vuotiaita. Tämän ikäryhmän kanssa voi olla hyödyllistä käydä läpi käsitteen sisältöä, jotta sen hahmottaminen opintojen tai työelämän kautta aukeaisi paremmin. Nuorten itseohjautuvuutta ja sen tukemista Vamoksessa olisi myös hyödyllistä kehittää yhdessä oppilaitosten



ja työelämän edustajien kanssa. Oppilaitosten ja työelämän edustajilla on ajankohtaisin tieto siitä, mitkä ovat opiskelun tai työelämän ajankohtaiset vaatimukset itseohjautuvuuteen liittyen.

Haastatteluihin osallistuneet nuoret kertoivat kokevansa yhteiskunnan taholta paineita opiskeluun ja työllistymiseen liittyen. Myös Juvonen kirjoittaa väitöskirjassaan työn ja koulutuksen ulkopuolella oleviin nuoriin kohdistuvan yhteiskunnan taholta aktiivisemmän toimijuuden odotuksia, mikä voi olla nuorelle haastavaa ja ahdistavaa. Juvonen kirjoittaa velvoittavuuden ja pakon olevan merkittävä yhteiskunnalliseen syrjäytymiseen liittyvä kysymys. (Juvonen 2014, 228-229.) Yhteiskunnan asettamien paineiden auki puhuminen ja käsitteleminen nuorten kanssa on tärkeää mutta tarvitaan myös laajempaa yhteiskunnallista keskustelua koskien velvoitteiden nuorille luomia paineita. Vaikeassa elämäntilanteessa olevien nuorten tarinoita tulee nostaa yhteiseen keskusteluun ja pyrkiä luomaan yhä uudenlaisia joustavia ratkaisuja, jotta vaikeassa elämäntilanteessa olevien nuorten olisi mahdollista opiskella ammatti ja työllistyä.

Myös Vamoksen valmentajat tarvitsevat tukea pystyäkseen toteuttamaan osallisuutta ja itseohjautuvuutta tukevia valmennussisältöjä. Näiden teemojen kehittämistä Vamoksessa voidaan tukea työnohjauksella ja konsultoimalla eri asiantuntijoita. Kehittämistyöllä on tärkeää olla johdon tuki ja sitä on hyvä seurata säännöllisesti. Asiakaskeskeinen työote, arvostava kohtaaminen ja kokonaisvaltaisen tuen tarjoaminen ovat keskiössä, kun itseohjautuvuutta halutaan tukea asiakastyössä (La Guardia 2017, 34-35). Näitä teemoja on tärkeää ajoittain tarkastella työntekijöiden ja nuorten kanssa sekä pohtia miten ne Vamoksessa käytännössä toteutuvat.

## 7.2 Monimuotoisuuden ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen

Haastatteluiden perusteella merkittävä nuorten itseohjautuvuutta haastava tekijä oli yhteenkuuluvuuden tunteen puute. Fryshusetissa tehtyjen havaintojen mukaan työyhteisön moninaisuus ja kokemusasiantuntijat osana työyhteisöä vaikuttivat positiivisesti nuorten yhteisöllisyyteen ja yhteenkuuluvuuden kokemukseen. Myös Vamoksen työntekijät nostivat kehittämissyöpajassa esiin mentori- ja kokemusasiantuntijatoiminnan potentiaaliset hyödyt Vamoksen nuorten kannalta. Jos nuorille tarjottaisiin Vamoksessa mahdollisuus kouluttautua mentoriksi tai kokemusasiantuntijaksi ja sitä kautta kokea uudenlainen rooli tutussa yhteisössä, voisi se syventää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lisätä myös yhteisöllisyyden ja kyvykkyyden kokemuksia. Martelan ja Decin (2014, 28) tutkimusten mukaan hyvän tekemisellä ja toisten auttamisella näyttäisi olevan positiivisia vaikutuksia ihmisen itseohjautuvuuteen ja elämänlaatuun. Kokemukseni mukaan monet Vamoksesta apua saaneet nuoret ovat kiinnostuneita ihmisläheisistä aloista ja haluavat toivuttuaan auttaa muita vaikeassa asemassa olevia ihmisiä.

Ruotsissa tehdyn kartoituksen mukaan muun muassa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat nuoret ovat muita suuremmassa riskissä ajautua työn ja koulutuksen ulkopuolelle (Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor 2019, 5). Fryshusetissa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat nuoret otettiin toiminnassa hyvin huomioon havaintojeni mukaan osittain siksi, että työyhteisöön kuului eri näiden vähemmistöryhmien edustajia. Kokemukseni mukaan tämä auttoi seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia nuoria kokemaan yhteenkuuluvuutta ja yhteisöllisyyttä.

Harjoittelun aikana näin myös, miten erilaisen kontaktin rikollisen taustan omaavat kokemusasiantuntijat saivat luotua asiakkaiden kanssa. Palukan, Tiilikan ja Auvisen mukaan työntekijän ja asiakkaan välinen hierarkia hankaloittaa usein luottamuksen rakentumista. Kokemusasiantuntija saattaa saada luottamuksen rakennettua helpommin yhteisten kokemusten takia sekä toimia esikuvana ja kannustaa muutokseen toisella tavalla kuin ammattilainen. (Palukka, Tiilikka & Auvinen 2019, 26.) Ammattilaisen ja kokemusasiantuntijan työparityöskentely voisi vaikuttaa positiivisesti luottamuksen rakentumiseen asiakastyössä ja helpottaa vaikeiden asioiden puheeksiottoa.

Muutama nuori kertoi haastattelussa vastuutehtävien kohottavan itsetuntoa ja tarjoavan kokemuksen vaikuttamisen mahdollisuudesta. Kokemusasiantuntijana toimiminen voisi tuoda nuorille lisää mahdollisuuksia vastuunottoon, osallisuuteen ja kehittymiseen. Vamoksen toiminnassa olisi hyvät mahdollisuudet hyödyntää kokemusasiantuntijuutta monellakin eri tavalla. Kokemusasiantuntijoiden työtehtäviä suunniteltaessa koen kuitenkin tärkeäksi, että heidän työpanostaan arvostettaisiin niin, että heille maksettaisiin tehdystä työstä palkkio. Kokemusasiantuntijoiden työpanoksen merkitys olisi tärkeää huomioida jo rahoitusten haun yhteydessä sekä suunnitella ja budjetoida kokemusasiantuntijoiden osuus mukaan hankesuunnitelmaan jo hakuvaiheessa.

Monimuotoisuuden arvostus näkyi Fryshusetin toiminnassa myös siten, että esimerkiksi vapaaehtoisten valmennuksessa yhtenä aiheena oli normikriittisyys. Setan mukaan normikriittisyys tarjoaa työkaluja pohtia, mitä syrjinnän ja kiusaamisen taustalla on. Normikriittisyys voi auttaa yhteisöjä kehittymään yhdenvertaisiksi tiloiksi kaikille. (Seta ry 2013, 7.) Normikriittisyys voisi olla hyödyllinen viitekehys monimuotoisuuden lisäämisen suhteen myös Vamoksessa. Normikriittisyys voisi olla osa Vamoksen valmennussisältöjä ja kuulua uusien työntekijöiden ja vapaaehtoisten perehdyttämiseen. Nuoria ja vapaaehtoisia kouluttamalla saataisiin levitettyä normikriittisyyden ajatusta ja työkaluja myös Vamoksen ulkopuolelle.

### 7.3 Kyvykkyys ja yhteisöllisyys esiin harrastustoiminnan kautta

Yksinäisyys ja yhteenkuuluvuuden tunteen puuttuminen nousivat nuorten kertomuksissa selkeästi esiin. Itseohjautuvuuden kannalta yhteisöllisyyden kokemus on merkittävässä roolissa ja siksi nuorten yksinäisyyden kokemukseen olisi syytä tarttua. Myös Myllyniemen ja Gretschelein tutkimustaan varten haastatteleminen työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten mukaan yksinäisyys oli merkittävin syrjäytymistä aiheuttava tekijä heidän elämässään. (Myllyniemi & Gretschelein 2017, 14-15.)

Vamoksen toiminnan tavoitteena on ohjata nuoria kohti opintoja ja työelämää. Vaikka Vamoksen valmennus on laaja-alaista ja monipuolista, suurin osa toiminnasta keskittyy erityisesti työ- ja opiskeluvaikeuksien kehittämiseen. Nuorten mielenkiinnonkohteiden pohjalta suunniteltu harrastustoiminta helpottaisi samoista asioista kiinnostuneiden ihmisten kohtaamista ja voisi näin vähentää yksinäisyyttä sekä lisätä yhteenkuuluvuuden kokemuksia. Osallisuuden näkökulmasta harrastustoiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa nuorilla itsellään tulisi olla keskeinen rooli. Hartin (1992, 8) osallisuuden portaita korkein osallisuuden taso saavutetaan, kun toiminta on kohderyhmälähtöistä ja -johtoista ja asiakkaat ovat tasavertaisesti mukana kaikissa päätöksenteossa.

Krabbenborgin ym. (2016) tekemän tutkimuksen mukaan itseohjautuvuuteen vaikuttavista kolmesta perustarpeesta kyvykkyyden kokemus on vahvimmin yhteydessä hyvinvointiin. Tästä syystä juuri kyvykkyyden kokemusta kannattaisi pyrkiä lisäämään, kun nuorten itseohjautuvuutta halutaan tukea. Haastatteleminen nuorten kertomuksissa toiset ihmiset olivat oleellisessa roolissa kyvykkyyden kokemuksen kannalta. Toisilta saatu positiivinen palaute ja kannustus auttoivat nuorten mukaan omien vahvuuksien hahmottumisessa. Nuorten omien mielenkiinnonkohteiden pohjalta toteutettu toiminta loisi nuorille mahdollisuuksia kokeilla ja oppia uusia asioita sekä saada kyvykkyyden kokemuksia

Fryshusetin toiminnassa nuorten omat mielenkiinnon kohteet ovat toiminnan lähtökohta ja työntekijät toimivat mahdollistajina. Nuoria halutaan tukea tekemään niitä asioita, joista he ovat kiinnostuneita ja sitä kautta tukea heitä yhteiskuntaan kiinnittymisessä. Havaintojeni mukaan Fryshusetissa harrastustoiminta tarjosi myös matalan kynnyksen ohjautua Fryshusetin tarjoamiin palveluihin ja saada tukea vaikeassa elämäntilanteessa. Myös Vamoksessa harrastustoiminnan kautta Vamoksen tuen piiriin voisi ohjautua yhä laajemmin tukea tarvitsevia nuoria.

### 7.4 Digitaaliset mahdollisuudet osallisuuden ja itseohjautuvuuden tukena

Moni haastatelluista nuorista oli solminut ystävyysuhteita netin välityksellä ja tapasi ystäviään usein netin välityksellä. Nuoret kertoivat myös, että yhteenkuuluvuuden kokemus heräsi

helpommin netin kautta, koska samoista asioista kiinnostuneita ihmisiä oli helppo löytää netin kautta. Vamoksessa voitaisiin hyödyntää aiempaa enemmän digitaalisia mahdollisuuksia kokea yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta. Kehittämistyöpajassa ehdotettiin E-sport -turnausten ja lanien järjestämistä Vamoksessa. Myös tällaisissa tilaisuuksissa tarjoutuisi mahdollisuus tavata samoista asioista kiinnostuneita ihmisiä ja kokea yhteenkuuluvuutta.

Tekemieni haastatteluiden perusteella nuoret käyttävät digitaalisia mahdollisuuksia erityisesti toisten kanssa kommunikoimiseen. Haastateltujen nuorten joukossa oli sekä paljon koneella aikaa viettäviä nuoria että hyvin vähän tietotekniikkaa käyttäviä nuoria. Pöyskön (2016, 151) mukaan nuorista puhutaan yleisesti diginatiiveina vaikka todellisuudessa nuorten digitaalisissa taidoissa on suuria eroja. Erityisesti työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret käyttävät vähän digitaalisia alustoja ikätovereihinsa verrattuna ja ovat näin ollen muita heikommassa asemassa monien tärkeiden tulevaisuustaitojen kehittymisen suhteen (Karakainen & Muhonen 2016, 15-16). Vamoksen valmennuksen avulla on mahdollista tukea työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten digitaaitojen kehittymistä ja sitä kautta vähentää eriarvoisuutta sekä lisätä osallisuutta.

Nuorten digitaaitojen kehittyminen Vamoksen valmennuksen aikana edellyttää työntekijöiden sitoutumista digitaaitovalmennuksen toteuttamiseen. On huolehdittava, että valmentajilla on tarvittavat taidot ja heitä tulee tukea uudenlaisten menetelmien kokeilemisessa. Vamoksessa pitämässäni kehittämistyöpajassa keskusteluun nousi myös kielteiset asenteet digitaalisuutta ja tietotekniikan käyttöä kohtaan. Koulutuksen ja kannustuksen avulla voitaisiin varmasti vaikuttaa myös digitaalisuutteen liittyvien kielteisten asenteiden muuttumiseen positiivisempaan suuntaan.

Paljon pelaavat nuoret kertoivat haastattelussa saavansa pelaamisen kautta muun muassa kehittymisen ja onnistumisen kokemuksia. Paljon pelaavien nuorten kohdalla olisi hyvä oppia hyödyntämään pelien tarjoamia mahdollisuuksia esimerkiksi nuoren osaamisen ja vahvuuksien tunnistamisessa. Digitaalisten ympäristöjen hyödyntäminen valmennuksessa voisi myös hyödyttää nuorten digitaaitojen kehittymistä ja helpottaa näin opintoihin tai työelämään siirryttäessä. Digitaalisia alustoja on olemassa jo lukuisia ja olisi hyvä kartoittaa Vamoksen valmennukseen soveltuvia, jo olemassa olevia sovelluksia. Kun digitaalisia valmennusmenetelmiä suunnitellaan Vamoksessa on nuorten tärkeää olla mukana suunnittelussa alusta asti. Näin voidaan varmistaa digitaalisten työkalujen hyödyllisyys ja käyttökelpoisuus kohderyhmän näkökulmasta.

Digitaaliset alustat voivat parhaimmillaan tehostaa viestintää. Kun nuorille tarjotaan mahdollisuuksia osallisuuteen ja yhteiskehittämiseen, olisi tiedon tärkeää kulkea kaikille. Isolan ym. mukaan yhteiskehittämisen tärkeä lähtökohta on, että kaikilla asiakkaila on mahdollisuus osallistua. Tiedotus on tärkeää hoitaa niin, että jokainen saa tiedon yhteiskehittämisen mahdollisuuksista. (Isola ym. 2017, 32.) Vamoksessa nuorille tarjotaan monenlaisia vaikuttamisen ja

yhteiskehittämisen mahdollisuuksia, mutta tieto ei kulje kaikille. Digitaalisten alustojen kautta tiedonkulkua olisi mahdollista parantaa niin, että nuoren saisivat tasapuolisesti ja oikea-aikaisesti tiedon Vamoksen kautta tarjoutuvista osallisuuden mahdollisuuksista.

## 8 Kehittämistyön arviointi ja hyödynnettävyys

Opinnäytetyöni aihe nousi omasta kiinnostuksesta osallisuuden ja itseohjautuvuuden teemoja kohtaan. Kymmenen vuotta sitten tekemäni Sosionomi AMK -opinnäytetyö liittyi osittain samoihin teemoihin. Tutkin tuolloin nuorten mielenterveyskuntoutujien liikuntamotivaation tukemista ja käytin taustateorianä ja menetelmänä motivoivaa haastattelua sekä muutosvaihtelua. Myös itseohjautuvuuden teoria linkittyy vahvasti sisäiseen motivaatioon. Halusin tässä YAMK-opinnäytetyössä jatkaa itseäni kiinnostavan teeman tarkastelua ja koen opinnäytetyöprosessin syventäneen ammatillista osaamistani.

### 8.1 Luotettavuus

Opinnäytetyöprosessissa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä (Hyvä tieteellinen käytäntö 2012). Opinnäytetyöprosessi on kuvattu mahdollisimman tarkasti ja sen pääkohtia ja tuloksia on havainnollistettu erilaisin kuvin. Haastatteluista ja havainnoinnista koostuva aineisto on monipuolinen, mikä toi yhdessä kehittämistyöpajan kanssa opinnäytetyöhön useita näkökulmia. Toisaalta laajan aineiston haasteita oli työn teemojen rajaaminen ja selkeyden säilyttäminen. Myös Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan laadullisen sisällönanalyysin haaste voi olla aineistosta löytyvien kiinnostavien asioiden runsaus.

Työelämäyhteistyö oli opinnäytetyöprosessissa mukana alusta asti. Aihetta valitessani keskustelin Vamoksen johtoryhmän jäsenten kanssa ja sain heiltä vahvistusta valitsemani aiheen hyödyllisyydestä. Vamoksen johdon alustavan suostumuksen jälkeen hain opinnäytetyötä varten tutkimusluvan Helsingin Diakonissalaitoksen eettiseltä toimikunnalta, jolle toimitin oppilaitoksen hyväksymän opinnäytetyösuunnitelman lisäksi ohjaavan opettajan puoltolausunnon, tutkimukseen osallistuvien suostumuslomakkeen sekä haastattelukysymykset. Opinnäytetyöprosessin aikana olen pitänyt Vamoksen edustajat ajan tasalla työni etenemisestä.

Haastatteluaineistoni koostui 14 haastattelusta. Pienestä otannasta johtuen tulokset ovat suuntaa-antavia eikä pitkälle vietyjä päätelmiä ole mahdollista tehdä. Pysin opinnäytetyössä yleistettävyyden sijaan tarkastelemaan osallisuuteen ja itseohjautuvuuteen liittyviä ilmiöitä tietyssä ympäristössä Vamoksessa ja Fryshusetissa. Haastattelemani 14 nuoren joukko oli mielestäni riittävän kattava kuvaamaan työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria tässä opinnäytetyössä.

Vaikka iällisesti nuoret olivat melko saman ikäisiä, oli heidän taustansa melko vaihtelevat. Fryshusetissa haastattelemani nuoret osallistuivat kerran viikossa järjestettävän avoimen kohtaamispaikan toimintaan, kun taas Vamoksessa haastattelemani nuoret osallistuivat kolmena tai neljänä päivänä viikossa tavoitteelliseen ryhmävalmennukseen. Vamoksen ryhmävalmennuksissa panostetaan ryhmäytymiseen ja toisiin tutustumiseen, kun taas Fryshusetin avoimen kohtaamispaikan toiminta oli vapaamuotoisempaa. Koin tämä seikan vaikuttavan nuorten sitoutumisen asteeseen Vamosta ja Fryshusetia kohtaan sekä näin vaikuttavan myös heidän vastauksiinsa haastattelutilanteessa. Vamoksen valmennusryhmissä tehdään paljon itsetutkiskelua ja pohditaan esimerkiksi tavoitteita ja sosiaalisia suhteita, kun taas Fryshusetin avoimessa toiminnassa tällaista ei juurikaan tehdä. Myös tämä kuului haastateltavien vastauksissa.

Haastattelemani maahanmuuttajataustaiset nuoret kertoivat byrokraatiaan liittyvistä haasteista uudessa maassa, asunnottomuudesta, yksinäisyydestä ja mielenterveyden haasteiden kanssa kamppailusta. Näiden nuorten oli selvästi vaikeampi saada kiinni omaehtoisuuteen ja kyvykkyyteen liittyvistä kysymyksistä haastattelutilanteessa. Maahanmuuttajataustaisten nuorten kohdalla haastatteluissa vaikutti myös kielitaidon puutteellisuus: Fryshusetissa toteutetut viisi haastattelua käytiin kielellä, joka ei ollut haastateltavan eikä haastattelijan äidinkieli. Tämä seikka vaikutti kysymysten ja vastausten ymmärtämiseen ja tulkintoihin varmasti.

Vamoksen henkilöstölle pitämäni kehittämistyöpajan suunnittelin yhteistyössä Vamos Helsingin esimiesten kanssa. Nuorten itseohjautuvuus aiheena otettiin työyhteisössä ilolla vastaan, sillä työntekijöiden itseohjautuvuus on yksi Diakonissalaitoksen organisaatiotason kehittämiskohteista. Kehittämistyöpajan päätteeksi kysyin osallistujilta palautetta työpajasta Mentimeter -työkalun avulla. Osallistujat kokivat työpajan lisänneen tietoa itseohjautuvuudesta ja sen mekanismeista sekä synnyttäneen ideoita käytännön valmennustyön kehittämiseksi.

Fryshusetissa viettämäni aika oli ammatillisesti erittäin opettavaista ja opin paljon kansainvälisen yhteistyön mahdollisuuksista. Oman mukavuusalueen ulkopuolelle heittäytyminen toi oppimisen mahdollisuudet oman lisämausteensa. Työskentelin vieraalla kielellä vieraassa maassa ilman omia ammatillisia verkostoja. Kokemus tarjosi myös uudenlaisen mahdollisuuden havainnoida oman organisaation työtapoja ja toimintaa ulkopuolisen silmin. Kehittämiskohteiden lisäksi ajatukseni Vamoksen vahvuuksista ja erityispiirteistä kirkastuivat. Toivon pääseväni hyödyntämään harjoittelun aikana kertyneitä ideoita ja verkostoja tulevaisuudessa työssäni ja uskon niistä olevan paljon hyötyä jatkossa myös Vamoksen kehittämistyön kannalta.

## 8.2 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheita

Pitämäni kehittämistyöpajan palautteiden perusteella aihe oli Vamoksen työntekijöiden sekä esimiesten mielestä mielenkiintoinen ja tärkeä. Työntekijöiden itseohjautuvuuden käsittely

tulee jatkumaan Vamoksessa, sillä se on osa Helsingin Diakonissalaitoksen organisaatiossa kehittämistä. Opinnäytetyöni valmistuttua tulen esittelemään sen tuloksia Vamoksen työyhteisölle ja mahdollisuuksien mukaan myös muille nuorten kanssa työskenteleville. Haluan aktiivisesti pitää keskustelussa nuorten itseohjautuvuuden tukemisen tärkeyttä ja olla myös jatkossa mukana kehittämässä uudenlaisia ratkaisuja nuorten osallisuuden ja itseohjautuvuuden lisäämiseksi Vamoksessa ja laajemminkin nuorisotyön kentällä. Kansainvälisen yhteistyön mahdollisuudet nuoristyön kentällä ovat laajat. Toivon opinnäytetyöni toimivan inspiroivana esimerkkinä rajat ylittävästä kehittämistyöstä ja kannustavan nuorisotyötä tekeviä organisaatioita laajentamaan katsettaan myös Suomen ulkopuolelle.

Opinnäytetyöni tarjoaa jatkokehittämisehdotuksia nuorten osallisuuden ja itseohjautuvuuden lisäämiseksi Vamoksessa. Jatkokehittämisehdotukset ja opinnäytetyöprosessissa esiin nousseet teemat ovat hyödynnettävissä myös muissa nuorten kanssa työskentelevissä organisaatioissa. Jatkossa olisi hyödyllistä kehittää Vamoksen ryhmä- ja yksilövalmennuksen kannalta konkreettisia harjoituksia ja mittareita, joilla nuoret sekä valmentajat voisivat seurata itseohjautuvuuden eri osa-alueiden kehittymistä.

Itseohjautuvuus on laaja aihe ja opinnäytetyöni tarjoaa ainoastaan pintaraapaisun työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten itseohjautuvuuteen. Jokaista itseohjautuvuusteorian psykologista perustarvetta voisi tarkastella omana alueenaan ja näin löytää lisää keinoja nuorten itseohjautuvuuden tukemiseksi. Nuorten kokemus yksinäisyys ja yhteenkuuluvuuden tunteen puute vaikuttavat monella tavalla nuorten arkeen ja elämän laatuun. Koen että nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemuksen mekanismeja olisi hyödyllistä tuntee paremmin. Yhteiskunnassamme laajemminkin näyttäytyvän yksinäisyyden vähentämiseksi olisi tärkeää löytää uudenlaisia käytännön ratkaisuja.

Tekemäni haastattelut antoivat viitteitä siitä, että maahanmuuttajataustaisilla työn ja koulutuksen ulkopuolella olevilla nuorilla saattaa olla elämässään useita itseohjautuvuutta ja osallisuutta haastavia seikkoja, kuten sosiaalisten verkostojen vähäisyys, kielitaidon puute ja työllistymisen haasteet. Olisi tärkeää saada lisää tietoa siitä, miten maahanmuuttajataustaisten nuorten osallisuutta ja itseohjautuvuutta voitaisiin tukea jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

## Lähteet

## Painetut

Andersson, B. 2018. The relationship between youth work and social work in Sweden. The history of youth work in Europe-volume 6, 6, 137.

Arnstein, R. 1969. A ladder of citizen participation. *Journal of the American Planning Association*, 35(4), 216-224.

Deci, E. & Ryan, R. 2014. The Importance of Universal Psychological Need for Understanding Motivation in the Workplace. Teoksessa: Gagne, M. (toim.) *The Oxford Handbook of Work Engagement, Motivation and Self-Determination Theory*. Oxford: Oxford University Press. 13-32.

Drisko, J. & Maschi, T. 2015. *Content Analysis*. Oxford: Oxford Scholarship Online.

Forkby, T. & Kiilakoski, T. 2014. Building capacity in youth work: Perspectives and practice in youth clubs in Finland and Sweden. *Youth & Policy*, 112, 1-17.

Honkatukia, P. 2018. Teoksessa Kiilakoski, T. & Honkatukia, P. (toim.) *Miten tutkia nuoria ja nuorisotyötä*. Tampere: Vastapaino.

Jacobson Pettersson, H. 2008. Socialt medborgarskap och social delaktighet. Lokala upplevelser bland unga kvinnor och män med utländsk bakgrund. Rapportserie i socialt arbete. Nr 3, 2008. Växjö universitet.

La Guardia, J. 2017. *Self-Determination Theory in Practice. How to Create an Optimally Supportive Health Care Environment*.

la Haye, K., Green, H. D., Kennedy, D. P., Zhou, A., Golinelli, D., Wenzel, S. L., & Tucker, J. S. 2012. Who is supporting homeless youth? Predictors of support in personal networks. *Journal of Research on Adolescence*, 22, 604-616.

Lauha, H. 2016. Nuorisotyö osana yhteiskunnan digitalisoitumista. Teoksessa Lauha, H. & Tuominen, S. (toim.) *Kohti digitaalista nuorisotyötä*. Helsinki: Verke, 19-24.

Lödberg, U., Nilsson, B. & Costenius, C. 2018. "Thinking about the future, what's gonna happen?" - How young people in Sweden who neither work nor study perceive life experiences in relation to health and well-being. *International Journal of Qualitative Studies on Health & Well-Being*, 13(1).

Martela, F. & Ryan, R.M. 2016. The Benefits of Benevolence: Basic Psychological Needs, Beneficence, and the Enhancement of Well-Being. *Journal of Personality*, vol. 84, no. 6, pp. 750-764.

Norrena, J. 2019. *Oman oppimisen kapteeni*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Palukka, H., Tiilikka, T. & Auvinen, P. 2019. Kokemusasiantuntija mielenterveys- ja päihdepalveluissa - Osallisuuden mahdollistaja vai osallistamispolitiikan väline? *Janus sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti 1/2019*, 21-37.

Pöyskö, A. 2016. Mediakasvatus nuorisotyössä - keskustellaan ja kokeillaan uutta. Teoksessa: Lauha, H. & Tuominen, S. (toim.) *Kohti digitaalista nuorisotyötä*. Helsinki: Verke, 151-154.

Rodwell, L., Romaniuk, H., Nilsen, W., Carlin, J. B., Lee, K. J., & Patton, G. C. 2018. Adolescent mental health and behavioural predictors of being NEET: A prospective study of young adults not in employment, education, or training. *Psychological Medicine*, 48(5), 861-871.



Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2017. Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness. The Guilford Press.

Sajaniemi, N. & Mäkelä, J. 2014. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus.

Savaspuro, M. 2019. Itseohjautuvuus tuli työpaikoille, mutta kukaan ei kertonut miten sellainen ollaan. Helsinki: Alma Talent.

Snyder, C. R. 1995. Conceptualizing, Measuring and Nurturing Hope. *Journal of Councelling & Development*, 73(3), 355-360.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Van Assche, J., van der Kaap, DJ., Audenaert, D., De Schryver, M., Vansteenkiste, M. & van der Kaap-Deeder, J. 2018. Are the benefits of autonomy satisfaction and the costs of autonomy frustration dependent on individuals autonomy strenght? *Journal of personality*, 86(6), 1017-1036.

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Wandeler, C. & Bundick, M. 2011. Hope and self-determination of young adults in the workplace. *The Journal of Positive Psychology*, 6(5), 341-354.

#### Sähköiset

Aaltonen, S., Kivijärvi, A. & Myllylä, M. 2019. Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten koettu hyvinvointi. *Yhteiskuntapolitiikka* 3/2019. 301-311. Viitattu 15.10.2019. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137076/YP1903\\_Aaltonenym.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137076/YP1903_Aaltonenym.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Alanen, O. 2015. Nuoret osallisiksi. Teoksessa Määttä, M. & Määttä, A. (toim.) Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen. Valtion selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 16/2015. Viitattu 15.10.2020. [https://vnk.fi/documents/10616/1456483/VNK+16\\_2015.pdf/2efb35eb-0f6e-4428-93bf-5998df7d983d](https://vnk.fi/documents/10616/1456483/VNK+16_2015.pdf/2efb35eb-0f6e-4428-93bf-5998df7d983d)

Alatalo, J., Larja, L. & Räisänen, H. 2019. Työllisyysaste-erot Pohjoismaissa ja eräitä taustatekijöitä niille. *TEM-analyysjä* 91/2019. Viitattu 27.11.2019. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161573/Ty%c3%b6llisyysaste-erot%20Pohjoismaissa%20ja%20er%c3%a4it%c3%a4%20taustatekij%c3%b6it%c3%a4%20niille\\_.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161573/Ty%c3%b6llisyysaste-erot%20Pohjoismaissa%20ja%20er%c3%a4it%c3%a4%20taustatekij%c3%b6it%c3%a4%20niille_.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

Anttila, J. & Hämäläinen, M. 2019. Saavutettavuus, inklusiivisuus ja osallisuus - digitaalinen inklusiivisuus ja yhdenvertaisuus kulttuurin ja vapaa-ajan toimialan tavoitteena. Helsinki: Demos Helsinki. Viitattu 24.1.2020. [https://www.demoshelsinki.fi/wp-content/uploads/2019/10/demos\\_digitaalinen\\_inklusiivisuus\\_web.pdf](https://www.demoshelsinki.fi/wp-content/uploads/2019/10/demos_digitaalinen_inklusiivisuus_web.pdf)

European Commission 2014. Working with young people: the value of youth work in the European Union, European Commission, Brussels. Viitattu 21.11.2019. [https://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report_en.pdf)

Fryshuset 2018. Om Fryshuset. Viitattu 4.4.2019. <https://fryshuset.se/om-fryshuset/>

Haanpää, L. & Roos, S. 2013. Nuoret luupin alla 2012. Osallisuudesta hyvinvointiin. Turun lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen julkaisuja 7/2013. Viitattu 14.6.2019. [https://www.utu-pub.fi/bitstream/handle/10024/94196/Luuppi\\_loppuraportti\\_2012.pdf?sequence=2](https://www.utu-pub.fi/bitstream/handle/10024/94196/Luuppi_loppuraportti_2012.pdf?sequence=2)

Haltia-Nurmi, M. & af Ursin, P. 2013. Osallisuus netissä - näkökulmia nuorten aktiiviseen kansalaisuuteen. Teoksessa: Kupiainen, R., Kotilainen, S., Nikunen, K. & Suoninen, A. Lapset netissä - puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. Helsinki: Mediakasvatusseura. Viitattu 21.1.2020. <http://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2018/06/ISBN978-952-67693-3-2.pdf>

Hart, R. 1992. Children's Participation: From Tokenism to Citizenship. Florence: UNICEF International Children Development Centre. Viitattu 28.1.2020. [https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens\\_participation.pdf](https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens_participation.pdf)

Haukijärvi, N., Kangas, A., Knuutila, H., Leino-Richert, E. & Teirasvuo, N. 2014. Tavoitteena aktiivinen ja työelämälähtöinen oppiminen. Käytännön opetusmenetelmiä opiskelija- ja työelämälähtöiseen opetukseen ja koulutukseen. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 7.4.2020. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522165107.pdf>

Hyvä tieteellinen käytäntö 2012. Viitattu 28.4.2020. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leeman, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S., & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 3.9.2019. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN\\_ISBN\\_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kaarakainen, M-T. & Muhonen, M. 2016. Koulutuksen ja digitalisaation reunamilla? Teoksessa: Pihlajaniemi, S., Haltia, N., Ranta, N., Saaranen-Kauppinen, A. & Väänänen, I. (Toim.) Avoin tiede ja koulutus? Opiskelijatutkimuksen vuosikirja 2016. Helsinki: Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus, 6-18. Viitattu 21.1.2020 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169196/R%c3%a4is%c3%a4nen\\_Katriina.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169196/R%c3%a4is%c3%a4nen_Katriina.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Malmö stad 2019. Fakta och statistik. Viitattu 14.6.2019. <https://malmo.se/Service/Om-Malmo-stad/Demokrati-beslut-och-paverkan/Fakta-och-statistik.html>

Mentimeter 2020. Create interactive presentations & meetings, wherever you are. Viitattu 7.4.2020. <https://www.mentimeter.com/>

Myllyniemi, S. & Gretchel, A. 2017. Työtä, koulutus- tai harjoittelupaikkaa ilman olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta ja julkisista palveluista - Nuorisobarometrin erillisiä aineistonkeruu. Viitattu 26.5.2019. [http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/hankkeet/nuorisobarometrin-erillis-nayte/eriarvoistumistyoryhma\\_gretschelmyllyniemi\\_neet\\_aineistokooste\\_05122017\\_netiiin.pdf](http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/hankkeet/nuorisobarometrin-erillis-nayte/eriarvoistumistyoryhma_gretschelmyllyniemi_neet_aineistokooste_05122017_netiiin.pdf)

Myndigheten för ungdoms och civillsamhällesfrågor 2019. Stöd till unga som varken studerar eller arbetar. Delrapport april 2019. Viitattu 18.11.2019. [https://www.muuf.se/sites/default/files/publikationer\\_uploads/delrapport\\_uvas\\_april\\_2019.pdf](https://www.muuf.se/sites/default/files/publikationer_uploads/delrapport_uvas_april_2019.pdf)

Screenagers 2016. Using ICT, digital and social media in youth work. A review of research findings from Austria, Denmark, Finland, Northern Ireland and the Republic of Ireland. National Youth Council of Ireland. Viitattu 23.1.2020. <http://www.youth.ie/sites/youth.ie/files/International%20report%20final.pdf>

Seta ry. 2013. Älä oletta. Normikriittinen käsikirja yhdenvertaisuudesta ja syrjinnän vastustamisesta ja vapaudesta olla oma itsensä. Viitattu 26.3.2020. <https://www.tasa-arvo.fi/documents/10181/34936/AlaOletaNormitNurin.pdf/a5aae854-8783-4277-908b-3a28f30842e8>

Simonen, J. 2019. "Mä koitan itse selviytyä kaikesta" Tutkimus työn ja koulutuksen ulkopuolella olevista nuorista. Viitattu 14.6.2019. [https://e2.fi/julkaisut/ma\\_koitan\\_itse\\_selviytya#.XQHKnEexUE9.facebook](https://e2.fi/julkaisut/ma_koitan_itse_selviytya#.XQHKnEexUE9.facebook)

Svenska Röda Korset 2020. Den humanitära situationen för ensamkommande unga. En undersökning av Svenska Röda Korset. Viitattu 30.1.2020. [https://www.rodakorset.se/globalassets/rodakorset.se/dokument/om-oss/fakta-och-standpunkter/rapporter/20200101\\_humantara-situationen-for-ensamkommande.pdf](https://www.rodakorset.se/globalassets/rodakorset.se/dokument/om-oss/fakta-och-standpunkter/rapporter/20200101_humantara-situationen-for-ensamkommande.pdf)

Särkelä-Kukko 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Mistä puhumme, kun puhumme osallisuudesta? Teoksessa: Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Saarijärvi: Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys. Viitattu 24.1.2020. <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/osallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>

Ylönen, K. 2016. Nuorten vuorovaikutuksellinen verkkoauttaminen - Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Lisensiaatin tutkimus. Lapin yliopisto. Viitattu 22.1.2020. <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62435/YL%c3%b6nen.Katri.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

## Kuviot

Kuvio 1: Hartin (1992, 8) osallisuuden portaat .....	17
Kuvio 2: Sisällönanalyysin vaiheet.....	22
Kuvio 3: Kehittämistyöpajan sisältö .....	23
Kuvio 4: Nuorten itseohjautuvuuteen vaikuttavat pääteemat .....	31
Kuvio 5: Vamoksen ja Fryshusetin yhtäläisyydet ja erot.....	33
Kuvio 6: Kehittämistyöpajan keskeisimmät tulokset .....	36
Kuvio 7: Jatkokehittämissuhteiden tausta .....	40

## Liitteet

Liite 1: Teemahaastattelukysymykset (Vamos) .....	54
Liite 2: Intervjufrågor (Fryshuset).....	56
Liite 3: Suostumus haastatteluun osallistumisesta .....	58
Liite 4: Samtycke om intervjun (Fryshuset) .....	59
Liite 5: Kehittämistyöpajan esitys .....	60
Liite 6: Kehittämistyöpajan kysymykset.....	65
Liite 7: Kehittämistyöpajan ryhmätyöskentelyn tuotokset.....	66

## Liite 1: Teemahaastattelukysymykset (Vamos)

### Lämmittelykysymykset

1. Miten ja milloin aloitit Vamoksessa?
2. Minkä ikäinen olet?

### Minä ja muut (yhteisöllisyys)

3. Kerro sinulle läheisistä ihmisistä? Minkälainen suhde sinulla on (mainitsemaasi) läheiseen ihmiseen?
4. Mitä toiset ihmiset merkitsevät sinulle? Miten he vaikuttavat hyvinvointiisi?
5. Kerro sinulle tärkeistä yhteisöistä/porukoista?
6. Oletko kuulunut ryhmään/yhteisöön, jossa koit yhteenkuuluvuuden tunnetta?
7. Minkälaiset asiat saivat sinut tuntemaan olosi hyväksi kyseisessä ryhmässä?
8. Millaisiin yhteisöihin tai ryhmiin kuulut netissä? Mitä ne sinulle merkitsevät?
9. Onko sinulle ystäviä, joita tapaavat vain netissä?
10. Mitä eroa on nettikavereilla ja livekavereilla?
11. Kerro ihmisistä Vamoksessa? Minkälainen yhteisö Vamos on?

### Minä päätän (omaehtoisuus)

12. Mitä asioita teet täysin vapaaehtoisesti? Miltä näiden asioiden tekeminen tuntuu? Saatko tehdä niitä tarpeeksi?
13. Minkälaisia asioita on pakko tehdä?
14. Kerro tilanteesta, jossa olet saanut itse päättää jostain asiasta? Miten teit päätöksen?
15. Kerro tilanteesta, jossa joku muu päätti puolestasi? Miltä se tuntui? Miksi päätöksen teki silloin toinen ihminen?

16. Miten Vamoksen valmennus on auttanut sinua tekemään päätöksiä?

**Minä osaan (kyvykkyys)**

17. Minkälaisia tavoitteita sinulla on?

18. Minkälaiset asiat auttavat sinua saavuttamaan tavoitteesi?

19. Kerro tilanteesta, jossa onnistuit. Mikä auttoi sinua onnistumaan?

20. Kerro tilanteesta, jossa sait positiivista palautetta? Miltä palaute tuntui? Mitä siitä seurasi?

21. Muistele vaikeaa tilannetta, josta selvisit? (halutessasi voit kertoa tilanteesta)

22. Mikä auttoi sinua selviytymään?

23. Minkälaisia taitoja olet oppinut Vamoksessa

## Liite 2: Intervjufrågor (Fryshuset)

### Uppvärmningsfrågor

1. Hur gammal är du?
2. Hur hittade du Fryshuset? Varför kommer du hit? Har du fått stöd?

### Jag och andra människor (Tillhörighet)

3. Berätta om dina närmaste människor? Hurdant relation har du med hen som du berättade om?
4. Vad betyder dessa nära människor för dig?
5. Hur påverkar andra människor hur du mår?
6. Berätta om grupper eller gemenskaper där du är med?
7. Har du varit med i någon grupp där du kände att du hörde hemma?
8. Vilka saker påverkade det du kände?
9. Har du vänner/gemenskaper online? Vad betyder dom för dig?
10. Hur skiljer vänskap online från face to face -vänskap?
11. Hurdant gemenskap är det på Fryshuset?

### Jag bestämmer (självständighet/autonomi)

12. Vilka saker i livet gör du helt frivilligt? Får du göra sådana saker tillräckligt?
13. Vilka saker är du tvungen att göra?
14. Berätta om en situation när du har fått bestämma någonting själv. Hur gjorde du det beslutet?
15. Berätta om en situation när någon annan bestämde för dig. Hur kändes det? Varför gick det så?



16. Hur bestämmer ni saker med din klientcoach? Hur hjälper din klientcoach dig att göra olika beslut?

**Jag kan (kompetens)**

17. Har du något mål i livet som du skulle vilja nå?

18. Hurdana steg har du redan tagit för att nå målet?

19. Vilka saker skulle hjälpa dig att nå ditt mål?

20. Minns du en situation när du fick positiv feedback? Hur gick det? Hur kände det?

21. Tänk på en situation när du lyckades med någonting. Vad hjälpte dig att lyckas?

22. Berätta om en situation när du klarade någonting svårt? Vad hjälpte dig att klara den?

23. Vad har du lärt dig på Fryshuset?

### Liite 3: Suostumus haastatteluun osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten kokemuksia itseohjautuvuudesta Vamos Helsingissä ja Fryshuset Malmössä

Opinnäytetyön tekijä: Heidi Harju

Kuvaus: Opinnäytetyö on osa Laurea-ammattikorkeakoulussa ylempää ammattikorkeakoulututkintoa sosiaalialan käytäntöjen asiakaslähtöinen kehittäminen -koulutusohjelmassa. Opinnäytetyö käsittelee nuorten itseohjautuvuuden kokemuksia, ja työtä varten haastatellaan nuoria Helsingin Vamoksessa ja Fryshuset Malmössä, Etelä-Ruotsissa. Haastattelu koostuu teemahaastattelukysymyksistä. Haastattelu nauhoitetaan ja kaikki haastatteluaineistot hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Valmis opinnäytetyö julkaistaan sähköisessä muodossa Theseus -sivustolla.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että minua haastatellaan ja antamani tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin. Voin halutessani keskeyttää tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistäni tai että se vaikuttaa minun asiakassuhteeseen.

---

Päivämäärä

---

Haastateltavan allekirjoitus

---

Haastateltavan nimenselvennös

#### Liite 4: Samtycke om intervjun (Fryshuset)

Hej

Vad kul att du vill delta i intervjun. Jag heter Heidi Harju och jag studerar till min masters i klientorienterad utveckling av socialtjänster vid högskolan Laurea i Finland. För tillfället skriver jag min masters uppsats om ungdomars erfarenheter om självbestämmande. Jag kommer att intervjua ungdomar både vid Fryshuset i Malmö och vid Vamos i Helsingfors.

Jag spelar in intervjuerna men alla material kommer att raderas när uppsatsen är färdigt. Inga namn eller övriga personuppgifter kommer att nämnas i texten. Den färdiga uppsatsen publiceras på webben på theseus.fi -portalen.

Du får när som helst avbryta intervjun och förbjuda användningen av intervjun i uppsatsen.

Samtycke

Jag har fått tillräckligt med information om intervjun och uppsatsen och accepterar att mina svar användas i uppsatsen.

---

Datum och underteckning

## Liite 5: Kehittämistyöpajan esitys



## Ohjelma

Kokemuksia Fryshuset Malmöstä  
Itseohjautuvuuden teoria  
Nuorten kokemuksia itseohjautuvuudesta  
Ryhmätyöskentely  
Purku

## Fryshuset Malmö

"På Fryshuset i Malmö erbjuder vi verksamhet inom idrott, kultur och kreativt skapande. Här får du en rolig och meningfull fritid. Vi bygger ett inkluderande Sverige där unga får stöd, utbildning och utveckling."

Minkälaista lisäarvoa nuorille syntyisi, jos Vamos voisi tarjota enemmän vapaa-aikaan liittyvää toimintaa nuorille?

Mitä seuraisi jos Vamoksen henkilökunnassa olisi enemmän monimuotoisuutta?

#### Itseohjautuvuus



#### Hyvinvointi

- Itseohjautuvuudella tarkoitetaan kykyä johtaa itse itseään ja toimia ilman ulkopuolista ohjausta
- Kolme psykologista perustarvetta ovat yhteisöllisyys, omaehtoisuus ja kyvykkyyks
- Perustarpeiden toteutuessa ihminen motivoituu luontaisesti ja toimii määrätietoisesti, innokkaasti sekä ottaa vastuuta

- Perustarpeita tukemalla ihmisen luovuus, uteliaisuus, tuottavuus ja myötätunto lisääntyvät
- Kun ympäristö tukee perustarpeiden tyydyttymistä, hyvinvointi lisääntyy

(Savaspuro 2019; Ryan & Deci 2017)

**YHTEISÖLLISYYS**

Tarkoittaa yhteenkuuluvuuden kokemusta, ryhmään kuulumista ja huolenpidon saamista toisilta

**OMAEHTOISUUS**

On valinnan vapautta ja mahdollisuutta päättää itse omista asioistaan ja elämästään

**KYVYKKYYS**

Tarkoittaa onnistumisen ja aikaansaamisen kokemuksia sekä mahdollisuutta kehittyä

(Ryan & Deci 2017)

## Nuorten kokemuksia yhteisöllisyydestä

"I feel like all those other people they are all the same and I'm just not like them"

"Kauheen vaikee tehdä mitään, jos on sellainen olo että on yksin ja ei oo mitään välii"

"Mulla ei oo kavereita joista mä pidän hyvin, hyvin paljon. Mulla on kavereita mutta sanon vaan moi ja tolleen. Ei ne auta mua mihinkään"

## Nuorten kokemuksia yhteisöllisyydestä

**Yksinäisyys**

- Vaikka kavereita on, heitä ei koeta välttämättä läheisiksi
- Kiusaamiskokemukset vaikeuttivat ystävystymistä
- Osa nuorista ei osannut mainita yhtään läheistä ihmistä tai mainitsi vain yhden.

**Yhteenkuuluvuus**

- Moni haastattelemistani nuorista ei kokenut yhteenkuuluvuutta
- Nettiyhteisöissä yhteenkuuluvuuden kokemus herää helpommin
- Nuoret toivoivat omaa arjen yhteisöä

**Perhe**

- Useat nuoret mainitsivat vanhemman tai sisaren läheisimmäksi ihmiseksi
- Perheenjäsenet auttavat ja tukevat monella tasolla (henkisesti, käytännössä)
- Useampi nuori kertoi haaveilevansa omasta perheestä

## Nuorten kokemuksia omaehtoisuudesta

"Jag har ingen val. Jag måste"

"Mä kannan paljon huolta ku mä oon niin epätietoinen ja mä pelkään et mä en vaan tiedä mitä pitäis tehdä eikä kukaan muukaan tiedä ja mitä jos se ei koskaan selkene mun päässä?"

"Mulle on aika vaikee tehdä varsinkin isoja päätöksiä. Ja tän ikäsenä tuntuu että niitä on kauheen paljon tai sit ne tuntuu niin lopullisilta"

## Nuorten kokemuksia omaehtoisuudesta

### Omaehtoiset päätökset

- Nuoret kokevat saavansa päättää omaa elämäänsä koskevista asioista ilman ulkopuolista painetta
- Päätöksenteko on nuorista vaikeaa ja nuoruuteen liittyy paljon isoja päätöksiä

### Pakko

- Vaikeassa elämäntilanteessa pakko ja ikävien asioiden välttely ohjaavat päätöksentekoa
- Maahanmuuttajataustais et nuoret toivat esiin perheen ja kulttuurin vaikutuksen päätösten teossa (esim. seurustelu, opiskelu jne.)

### Yhteiskunnan asettamat paineet

- Nuoret kokevat yhteiskunnan taholta paineita tehdä päätöksiä tulevaisuuteen liittyen

## Nuorten kokemuksia kyvykkyydestä

"Se voi myös kääntyä vähän jopa itseään vastaan, että kun aikaisemmin on suoriutunut hyvin ja sit kun ei suoriudukaan."

"(Vamoksen ryhmässä) on ollut tehtäviä et arvioidaan toisia ihmisiä nimettömästi, eri vahvuuksia, ni sieltä on tullut et on älykäs ja kaikkee sellasta, ni ne luo semmosta et ehkä mä sit tajunkij jotain jostain"

"Pelistä mä saan onnistumisen ja kehityksen, et tuntuu et mä meen eteenpäin siinä... Et se on harrastus ja mä kehityn siinä harrastuksessa koko ajan"

## Nuorten kokemuksia kyvykkyydestä

### Arjen kyvykkyys

- Arjen rytmi ja rutiinit lisäävät kyvykkyyden kokemusta
- Arjenhallinnan positiivinen kierre

### Toiset ihmiset

- Vuorovaikutus toisten kanssa auttaa näkemään oman kyvykkyyden
- Positiivinen palaute ja omien vahvuuksien tunnistaminen lisäävät kyvykkyyden kokemusta

### Eteenpäin meneminen

- Kokemus omasta kehitymisestä (arjessa, harrastuksissa)
- Läheisten ja ammattilaisten tuki vaikeassa tilanteessa herättää kyvykkyyden kokemuksen

## Ryhmätyöskentely

Jokainen ryhmä saa pohdittavakseen nuorten itseohjautuvuuteen liittyvän kysymyksen.

Kirjatkaa ehdotuksenne ja valmistautukaa esittelemään ne muille.

## Ryhmätöiden purku ja loppufiilikset

Mitä viet mukanasasi aamupäivästä?



## Liite 6: Kehittämistyöpajan kysymykset

Mentimeter esitystyökalulla toteutetut kysymykset:

- 1) Minkälaista lisäarvoa nuorille syntyisi, jos Vamos voisi tarjota enemmän vapaa-aikaan liittyvää toimintaa?
- 2) Mitä seuraisi, jos Vamoksen henkilökunnassa olisi enemmän monimuotoisuutta?
- 3) Loppufiilikset? Mitä viet mukanas aamupäivästä?

Ryhmätyöskentelyn kysymykset:

- 1) Millä keinoilla Vamoksessa voitaisiin tukea nuorten yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemusta aiempaa paremmin?
- 2) Miten Vamoksessa voitaisiin tukea nuorten suhdetta vanhempiinsa ja perheeseen?
- 3) Millä keinoilla Vamoksessa voitaisiin tukea nuorten omaehtoisuuden kokemusta aiempaa paremmin? Miten nuorten kokemia paineita yhteiskunnan taholta voisi vähentää?
- 4) Millä keinoilla Vamoksessa voitaisiin tukea nuorten kyvykkyyden kokemusta aiempaa paremmin?
- 5) Jos Vamos voisi työllistää nuoria erilaisiin tehtäviin, mitä hyvää tämä toisi nuorille? Minkälaisia työtehtävät voisivat olla?
- 6) Miten digitaalisia ympäristöjä ja mahdollisuuksia voisi itseohjautuvuuden näkökulmasta hyödyntää Vamoksessa aiempaa enemmän?

Liite 7: Kehittämistyöpajan ryhmätyöskentelyn tuotokset

