

Vihan ja aggressiivisuuden hoito kouluympäristössä

Aggression Replacement Training (ART)

Tiivistelmä

Tekijä(t) Kuivalainen, Kristian	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Valmistumisaika 2021
	Sivumäärä 40	
Työn nimi Vihan ja aggression hoito peruskouluympäristössä Aggression Replacement Training (ART)		
Tutkinto Sairaanhoitaja (AMK)		
Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio -		
Tiivistelmä <p>Kouluympäristöissä on häiriökäyttäytymistä, koulukiusaamista ja väkivaltaisuutta eri muodoissa. Tämä vaikuttaa useiden henkilöiden oppimiseen, viihtymiseen ja mielenterveyteen monilla eri kauaskantoisilla tavoilla.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kirjallisuuskatsauksen avulla ART-menetelmää ja sen hyödyntämistä lasten ja nuorten kanssa työskennellessä. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa ART-menetelmän tekniikasta, sen vaikuttavuudesta ja käyttöönoton edistämiseksi psykiatrian sairaanhoitajan tehtävissä työskenteleville työympäristöstä riippumatta.</p> <p>Opinnäytetyön menetelmänä oli kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä. Kirjallisuuskatsauksen aineistoa haettiin Cinahl, PubMed, Medic – tietokannoista sekä Google scholarin Teoreettista viitekehystä ja kirjallisuuskatsauksen tiedonhaun tuloksia täydennettiin manuaalisella haulla sekä kirjallisuudella.</p> <p>Tulosten mukaan ART-menetelmällä on positiivisia vaikutuksia aggressiivisiin ja antisosiaalisiin nuoriin. ART-menetelmällä kehitetään puutteellisia sosiaalisia taitoja, opitaan tunnesäätelyä ja vihanhallintaa sekä korjataan ajatusvirheitä.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen avulla pyritään tuomaan ART-menetelmää esille ja laajenevasti käyttöön erityisesti kouluympäristöön.</p>		
Asiasanat sosiaaliset taidot, vihanhallinta, moraalit, aggressiivisuus, nuoret, kouluympäristö		

Abstract

Author(s) Kuivalainen, Kristian	Type of Publication Thesis, UAS	Published 2021
	Number of Pages 40	
Title of Publication Treatment of anger and aggression in school environment Aggression Replacement Training (ART)		
Name of Degree Nursing (UAS)		
Name, title and organization of the client -		
Abstract <p>Disturbing behaviors, bullying and violence takes place in school environments in various forms. This affects the learning, well-being and mental health of many individuals in many different ways with far-reaching consequences.</p> <p>The purpose of the thesis is to research the ART method and its use in working with children and adolescents. This was done with the help of a literature review. The aim of the thesis is to provide information about the technique of the ART method and its effectiveness. The thesis also aims to promote introduction of the method to those working as psychiatric nurses, regardless of the work environment.</p> <p>The method of the thesis was a descriptive literature review. The material was analyzed by inductive content analysis. Literature review material was retrieved from Cinahl, PubMed and Medic databases as well as Google Scholar. The theoretical framework and the results of the information search in the book-ski review were supplemented with a manual search and literature.</p> <p>The results show that the ART method has positive effects on aggressive and antisocial youth. The ART method improves deficient social skills, learns emotion regulation and anger management, and corrects errors of thought</p>		
Keywords social skills, anger management, moral, adolescents, school environment		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	ART-menetelmän keskeiset käsitteet.....	2
3	Aggressiivinen käyttäytyminen.....	3
4	ART-menetelmä.....	5
4.1	Yleistä ART-menetelmästä	5
4.2	ART-ohjelman komponentit	6
4.3	Sosiaaliset taidot – käyttäytymiskomponentti	6
4.4	Vihanhallinta – emotionaalinen komponentti	6
4.5	Moraalinen päättely – kognitiivinen komponentti	7
5	Sosiaalisten taitojen harjoittelu.....	9
5.1	Ryhmätapaamisen kulku.....	9
5.2	Ensimmäisen tapaamisen aloitus ja esittely.....	11
6	Vihanhallinnan harjoittelu.....	12
6.1	Vihan ABC-malli	12
6.2	Häsläämispäiväkirja ja vihanhallintaketju	13
6.2.1	Laukaisijat	13
6.2.2	Vihjeet ja rauhoittajat	14
6.2.3	Muistuttajat	14
6.2.4	Seurausten ajattelemisen	14
6.3	Itsearviointi	15
6.4	Vihaisen käyttäytymisen noidankehä	15
6.5	Sosiaalisen taidon käyttäminen ja koko vihanhallintaketjun harjoittelu.....	16
7	Moraalinen päättely	18
8	Muita menetelmiä lyhyesti.....	21

8.1	KiVa Koulu.....	21
8.2	Aggression portaat, Fast Track & Coping Power	21
8.3	Good Behaviour Game	23
9	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset.....	24
10	Opinnäytetyön toteuttaminen	25
10.1	Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä.....	25
10.2	Tiedonhakuprosessi.....	26
10.3	Induktiivinen sisällönanalyysi	28
11	Tulokset.....	31
12	Pohdinta	35
12.1	Tulosten arviointi ja johtopäätökset.....	35
12.2	Eettisyys ja luotettavuus	35
12.3	Jatkotutkimus- ja kehittämissuositukset.....	36
	Lähteet	38

Liitteet

Liite 1. Kymmenen viikon ART-ohjelma

Liite 2. Nuoren sosiaaliset taidot lista

Liite 3. Sosiaalisten taitojen kotitehtävä

Liite 4. Vihanhallinta, vihan ABC-malli ja esimerkkitapaus

Liite 5. Häsläämispäiväkirja

Liite 6. Janin ongelmatilanne

Liite 7. Keskeiset tulokset

1 Johdanto

Koulutyössä on huomattu paljon tunnesäätelyn vaikeuksia sekä sosiaalisten taitojen puutteita ja siitä seuranneita ongelmia. Usein tunnesäätelyn ongelmat johtavat vihaisuuteen ja jopa väkivaltaiseen käyttäytymiseen. Lapset ja nuoret, joilla on käytösongelmia, tunnustetaan yleensä hyvin, koska käytös näkyy ja kuuluu sekä kodin että koulun arjessa. (Aalto-Setälä ym. 2020.) Koulukiusaamisella ja kouluväkivallalla on vakavia vaikutuksia lapsen ja nuoren kasvuun ja kehitykseen. Kiusaamisen tai kouluväkivallan kohteeksi joutuminen voi aiheuttaa esimerkiksi itsetunnon ja itsearvostuksen alenemista, masentuneisuutta, ahdistusta, itsetuhoisia ajatuksia ja syrjäytymistä. Pahimmillaan seuraukset voivat ulottua aikuisuuteen saakka. Turvallisuuden tunteen menettäminen horjuttaa mieltä, ja sen palauttamiseen tarvitaan tukea. Yhdenkään lapsen tai nuoren ei tulisi joutua pelkäämään tai kohtaamaan minkään muotoista väkivaltaa. Lisäksi on tärkeää huomioida, että kiusaaminen ja kouluväkivalta ovat kehityksellinen riski myös kiusaavalle tai väkivaltaa tekevälle lapselle tai nuorelle. On tärkeää, että syitä kiusaamisen ja väkivallan taustalla kyetään yhteiskunnassamme ehkäisemään sekä puuttumaan niihin ajoissa. (Suomen Psykologiliitto Ry 2020.)

Oppilaiden kokonaisvaltaisemman tukemisen merkitys on suuri työelämässä, koska koulut ovat lain edellyttämänä (Perusopetuslaki 628/1998 2§) merkittävä lasten ja nuorten kasvattaja yhteiskunnassamme. Nuoren psyykinen oireilu ilmenee koulupäivän aikana monin eri tavoin ja myös koulunkäynnin välttelemistä esiintyy usein. Kouluihin tarvitaan nykyistä enemmän matalan kynnyksen mielenterveyspalvelua, esimerkiksi psykiatrian sairaanhoitajia. Turussa ilmiöön on reagoitu tuomalla kouluihin psykiatrisia sairaanhoitajia. Uudella työtavalla haetaan ratkaisua voimakkaasti kasvavaan nuorisopsykiatrian lähetemäärään ja perustason lisätuen tarpeeseen nuorten mielenterveysasioissa. Tavoitteena on tuoda nuorten tarvitsema apu heidän kasvuympäristöönsä helposti tavoitettavana ja toimivana palveluna (Aalto-Setälä ym. 2020, 40). Tämän avulla kouluissa pystytään vaikuttamaan aiemmin ja enemmän nuoren ongelmakäyttäytymiseen, kun psykiatrisella sairaanhoitajalla on aikaa perehtyä yhdessä nuoren kanssa haitalliseen käyttäytymiseen ja siitä eroon pääsemiseen. Suomessa on edelleen harvinaista, että koulupäivän aikana on käytettävissä psykiatrisen sairaanhoitajan osaamista. (Ruutu 2019.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kirjallisuuskatsauksen avulla ART-menetelmää ja sen hyödyntämistä lasten ja nuorten kanssa työskennellessä. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa ART-menetelmän tekniikasta, sen vaikuttavuudesta ja käyttöönoton edistämiseksi psykiatrian sairaanhoitajan tehtävissä työskenteleville työympäristöstä riippumatta.

2 ART-menetelmän keskeiset käsitteet

ART-menetelmässä A-kirjain tarkoittaa aggressiota (engl. aggression), R tulee sanasta korvaaminen (engl. replacement) ja T-kirjain sanasta harjoittelu (engl. training). ART-menetelmä koostuu kolmesta harjoitettavasta osa-alueesta. Nämä ovat sosiaalisten taitojen harjoittaminen, vihanhallinnan opetteleminen ja moraalisen päättelyn harjoittaminen. ART-menetelmässä keskeiset käsitteet ovat sosiaaliset taidot, vihanhallinta ja moraalinen päätely. Alla käsitellään nämä käsitteet lyhyesti.

Sosiaalisten taitojen oppiminen on ART-menetelmän ensimmäinen menetelmä. Sosiaalisten taitojen harjoittamisella tarkoitetaan sitä, että hiotaan ja parannetaan aggressiivisen nuoren vajaita sosiaalisia taitoja. Käytännössä tämä tarkoittaa, että näytetään useita esimerkkejä oikeista toimintatavoista hyödyntäen nuorille tärkeitä sosiaalisia taitoja (mallintaminen). Nuorelle annetaan useita mahdollisuuksia taitojen harjoittamiseen käytännössä (rooliharjoittelu). Nuorelle annetaan hyvää palautetta, kehuja ja ohjeita harjoituksista (palautte suorituksesta). Nuorta motivoidaan ja rohkaistaan osallistumaan ryhmän toimintaan, jonka myötä mahdollisuus opittujen taitojen säilyminen ja yleistyminen nuoren käyttäytymiseen on todennäköisempää (taidon siirtymisen harjoittelu). (Glick & Gibbs 2011, 27–34)

Vihanhallinta on ART-menetelmän toinen osa-alue. Glickin ja Gibbsin (2011, 47–51) mukaan vihanhallinnalla tarkoitetaan, että nuori oppii vihan sijasta vastaamaan provosointiin reaktioketjulla. Reaktioketjussa keskitytään laukaisijoihin, vihjeisiin, rauhoittajiin, muistuttajiin, sosiaalisiin taitoihin ja itsearviointiin. Vihanhallinnan opettamisen tavoitteena on kehittää kykyä parempaan itsehillintään ja tunteiden säätelyyn.

Moraalinen päättely on kolmas osa-alue ART-hoitomenetelmässä. Moraalisella päättelyllä tarkoitetaan sitä, kuinka aggressiivisesti käyttäytyvä nuoren kuuluisi toimia rakentavasti tosielämän tilanteissa sekä oppia hallitsemaan tai ainakin vähentämään impulsiivista vihaa ja aggressiivisuutta. Nuori joutuu pohtimaan moraalisia pulmatilanteita keskusteluryhmässä, jonka muut jäsenet ovat kukin eri moraalisen päättelyn tasolla, millä tuotetaan nuorelle kognitiivinen ristiriita. Kyseisen ristiriidan ratkaiseminen kehittää nuoren moraalista päättelyä sille tasolle, jolla ryhmän kypsemällä tasolla olevat ikätoverit ovat. (Glick & Gibbs 2011, 65–66.)

3 Aggressiivinen käyttäytyminen

Väkivaltaisuus ja vihamielisyys ovat vakavia kanssakäymisen ongelmia. Ne ovat usein laaja-alaisten sosiaalisten ja kasvatuksellisten ongelmien seurauksia. Monissa perheissä, kouluissa ja vapaa-ajalla esiintyy väkivaltaista ja vihamielistä käyttäytymistä. Vaikeasti ristiriitaisen tilanteen tulkitsemisessa ihmiselle on tarjolla luontaiset käyttäytymistäipumukset, joko tilanteesta pakeneminen tai hyökkääminen. Käyttäytymismuotoihin liittyy selkeät laadulliset osa-alueet, kuten tunteet; toisaalta pelko ja ahdistus sekä myös suuttumus ja viha. (Ranta ym. 2018.)

Tuomiston (2008) mukaan diagnoosien määrästä päätellen yhteiskunnan terveydenhuoltojärjestelmässä pidetään ahdistuneisuutta vakavampana avun tarpeen kohteena kuin vihamielisyyttä. Monista sosiaalisia ongelmia koskevista tilastoista voi sen sijaan päätellä, että väkivaltaisuuteen ja vihamielisyyteen liittyvät ongelmat (mm. erityyppinen kiusaaminen ja syrjintä) ovat yhtä yleisiä ja vaikeita seurauksiltaan. Suomen koulutus- ja kasvatustajärjestelmää on pidetty hyvänä, koska se näyttäisi antavan oppilaille hyvät älylliset perustaidot. Sosiaalisten taitojen ja emotionaalisten tasapainon kehittämisessä se ei näytä onnistuneen yhtä hyvin, Suomen väkivaltaisuus- ja koulukiusaamistilastot osoittavat eroa muuhun Länsi-Eurooppaan nähden. Aggressiivisuus on yksi yleisimmistä nuorten ongelmakäyttäytymisen muodoista ja on myös tavallinen nuorisopsykiatrisen hoidon syy. (Mogk ym. 2015.)

Aggressiivista käyttäytymistä pystytään tarkastelemaan sosiaalisten taitojen puuttumisena. Väkivaltainen käyttäytymismalli käsitetään psykologiassa virheellisenä oppimisen tuloksena tai sosiaalisen kehityksen häiriönä. Aggressiivisuus on hyvin pysyvää ihmisessä, koska se on tehokas keino saavuttaa haluttu päämäärä ja siihen on helppo turvautua yhä uudestaan itseään vahvistaen. Aggression pysyvyys vahvenee mitä pidemmälle nuoruuteen aggressiivisuus säilyy. Aggressiivisesti käyttäytyvä lapsi saa nopeasti matkijoita ympäriltään (päiväkoti, koulu) käyttäytymään samalla tavalla. Tämän vuoksi on puututtava väkivaltaisen käyttäytymiseen heti, kun sitä alkaa ilmenemään. (Keltinkangas-Järvinen 2010, 69–71.)

Kroonisesti aggressiivisella nuorella on tyypillisesti vajavaiset tai puuttuvat itsetuntemus- ja vuorovaikutustaidot sekä sosiaaliskognitiiviset taidot. Näiden taitojen muodostamaan kokonaisuuteen perustuu tehokas prososiaalinen käyttäytyminen. Nuorella, jolla on puutteita toimia prososiaalisesti, puuttuu usein tietoja ja taitoja pyytää vaatimisen sijaan, neuvotella, tehdä kompromisseja tai muuten käyttäytyä konfliktitilanteessa tarkoituksenmukaisesti. Sen sijaan hän toimii fyysisesti, kiivastuu ja tulee aggressiiviseksi. Häneltä puuttuu taidot käsitellä turhautumisen tunnetta ja reagoida rakentavasti muiden negatiiviseen käyttäytymiseen, vihaan, ohjeisiin tai syytöksiin. Hänen on vaikea käyttäytyä asianmukaisesti itselleen

tärkeissä tai vuorovaikutusta koskevissa asioissa. Hän toimii impulsiivisesti ja käyttää suoraan tai epäsuorasti opittua väkivaltaista käyttäytymistä. Banduran (1969, 1973) mukaan aggressiivinen käyttäytyminen opitaan kahdella tavalla, suoraan tai epäsuorasti. Suoraan opittu väkivaltaisuus on positiivisesti vahvistettua aggressiivista käyttäytymistä, joka on toistuvuutensa kautta opettanut henkilölle tavan johtavan tehokkaasti toivottuun tulokseen. Epäsuoraa oppimista on, kun havainnoidaan muiden aggressiivista käyttäytymistä ja saadaan siitä palkinto. Aggressiivinen nuori järkeilee kognitiivisella tasolla minäkeskeisellä, konkreettisella ja alkeellisella moraalisen päättelyn tasolla. (Glick & Gibbs 2011, 3–5.)

Lasten- ja nuorten väkivaltakäyttäytymiseen ja mielenterveyden häiriöihin paneutunut nuorisopsykiatrian professori ja ylilääkäri Kaltiala-Heinon (2019) mukaan on tärkeää hoitaa mielenterveyden häiriöitä niiden vaatimalla tavalla ja sen lisäksi pitäisi korjata nuoren väkivaltakäyttäytymiselle altistavia taitopuutoksia. Nuoren saadessa tukea kognitiivisiin vaikeuksiin ja tunteiden säätely ongelmiin voidaan lieventää väkivaltaisuutta aiheuttavia käytöshäiriöitä. Ongelmana pidetään sitä, että nämä nuoret saavat apua vielä vähemmän, koska heidän vanhemmillaankin on usein samoja käyttäytymisongelmia. Nuorita vaaditaan paljon ja heiltä odotetaan vastuuta yhä enemmän liian aikaisin. Nuoret kuitenkin tarvitsevat rajojen asettajaa ja ohjausta elämässään. Kaltiala-Heino (2019) toteaa vanhemmuuden katoavan liian nopeasti kulttuurissamme. Ongelmia seuraa nuorelle, jos hän ei kehitykään ikätasonsa mukaisesti, tästä johtuu aggressiota ja väkivaltakäyttäytymistä.

Psykologi ja psykoterapeuttikouluttaja Parkkinen (2019) toteaa, että aggressiivisuus ei ole sairaus, vaan keino hallita häpeän arvottomuuden ja epäonnistumisen tunteita. Ihminen, joka käyttäytyy aggressiivisesti ei tunnista häpeän tunnetta. Yhteiskunnassamme väkivaltaisesta käyttäytymisestä seuraa rangaistus, joka ei auta aggressiivisuudesta eroon pääsemiseen. Parkkinen (2019) sanoo positiivisen vahvistamisen toimivan paremmin aggressiivisuuden hoidossa. Nuorelle täytyy ensiksi opettaa tunnistamaan erilaiset yllykkeet ja tunteet, jonka jälkeen hän voi oppia harjoittelun kautta erilaisia taitoja käyttäytymisen kypsymiseksi. Näiden taitojen avulla nuori voi hallita esimerkiksi vihan tai häpeän tunteen kautta seurannutta väkivaltaisuutta.

Väkivaltaisesti ja vihaisesti käyttäytyvän lapsen auttamisessa on keskeistä tarjota apu niin lapselle kuin huoltajille. Lapsi voi oppia sosiaalisia ja vihanhallinnan taitojaan osallistumalla ART-ryhmään. (Mielenterveystalo.fi -verkkopalvelu / HUS 2021.) Näille edellä mainituilla teeseillä lähdettiin tutkimaan kirjallisuuskatsauksen aineistoa ART-menetelmän vaikutavuudesta väkivaltaisesti käyttäytyviin lapsiin ja nuoriin.

4 ART-menetelmä

4.1 Yleistä ART-menetelmästä

Aggression Replacement Training (ART) tarjoaa tieteellisesti tutkitun työkalun lasten- ja nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. Se on lapsille ja nuorille tarkoitettu laaja-alainen hoito-ohjelma aggressiivisuuden ja antisosiaalisuuden hoitoon. Hoito-ohjelma koostuu kolmesta komponentista (sosiaaliset taidot, vihanhallinta ja moraalinen päättely). ART-menetelmää on tutkittu, käytetty ja jatkuvasti kehitetty jo neljän vuosikymmenen ajan. Suomessa toimii Suomen ART-yhdistys, joka on muuan muassa julkaissut alkuperäisteoksesta suomennoksen Aggression Replacement Training – Ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville nuorille. Suomen ART-yhdistys kouluttaa ART-menetelmän käyttöä yksinoikeudella Suomessa. (Suomen ART ry 2021).

ART-menetelmän tavoitteena on toiminnallisten harjoitusten avulla sammuttaa nuoren aggressiivista käyttäytymistä sekä vahvistaa sosiaalista, yleisellä tasolla hyväksyttävämpää käyttäytymistä. Käyttäytymisen pulmat voivat ilmentyä myös antisosiaalisena käyttäytymisenä, johon ART-menetelmä on myös toimiva apukeino. Aggressiivinen käyttäytyminen on ensisijaisesti opittua havainnoinnin, matkimisen, kokemuksen ja harjoittelun kautta, jonka ansiosta on saavutettu haluttu lopputulos ristiriitaan. Aggressiivinen käyttäytyminen saattaa olla nuorelle ainoa vaihtoehto toimia, mikäli hän ei ole oppinut muita käyttäytymismalleja. Aggressiivista käyttäytymistä tukevat muun muassa aggressiiviset pelit, leikit, elokuvat, epäsosiaaliset vertaisryhmät ja ympäristö. Aggressiivista käyttäytymistä on usein vaikea muuttaa, koska se on lyhyellä tähtämellä palkitsevaa. Mikäli nuorelle merkitykselliset aikuiset tukevat aggressiivista käyttäytymistä, on muutoksen tekeminen entistä vaikeampaa. ART-menetelmässä ajatellaan, että kuten aggressiivista käyttäytymistäkin, niin myös sosiaalista käyttäytymistä voidaan oppia ja opettaa (Suomen ART ry:n www-sivut 2021).

Yleisin ja suositeltu ART-ryhmämalli on kymmenen viikkoa kestävä harjoitusohjelma, jossa tapaamisia on kolme kertaa viikossa (yhteensä 30 tapaamista). Viikoittaisista tapaamisista yksi tapaaminen on sosiaalisten taitojen, yksi vihanhallinnan ja yksi moraalisesta päättelyn harjoittelua. Kestoltaan tapaamiset ovat yleensä 45–60 minuuttia. Ryhmän kooksi suositellaan kuudesta kahdeksaan nuorta, mutta ryhmän kokoa voi säädellä yksilöiden tarpeiden ja ominaisuuksien mukaan. Vaikka tässä opinnäytetyössä kuvataan kymmenviikkoinen ryhmävetoinen ohjelma, menetelmän osia voi ja kannattaa hyödyntää myös kaksin nuoren kanssa. (Suomen ART ry:n www-sivut 2021.)

4.2 ART-ohjelman komponentit

ART-menetelmään on valittu ne yksittäiset interventiot, jotka teoreettisesta näkökulmasta katsottuna kohdistuvat tehokkaimmin kolmeen keskeiseen puutteeseen (sosiaaliset taidot, vihanhallinta ja moraalinen päättely). Väkivaltaiseen käyttäytymiseen on useampia erinäisiä sisäisiä ja ulkoisia aiheuttajia, joihin ART-ohjelmassa keskitytään muuttamaan käyttäytymistä sosiaalisia taitoja parantamalla, tehostamalla vihanhallintaa ja parantamalla nuoren moraalista päättelykykyä. Kolmesta rinnakkaisesta komponentista ja kokonaisuuden muodostavasta menetelmästä arvellaan päästävän parhaisiin tuloksiin. Suositeltu 10-viikon ART-ohjelma (liite 1), jota on tavallisesti toteutettu kouluissa ja laitoksissa. (Glick & Gibbs 2011, 13,15–16.)

4.3 Sosiaaliset taidot – käyttäytymiskomponentti

ART-menetelmän ensimmäisessä vaiheessa perehdytään sosiaalisiin taitoihin ja niiden harjoitteluun. Harjoitusohjelma koostuu 50 eri taidosta, jotka on luokiteltu kuuteen luokkaan (perustason sosiaaliset taidot, edistyneemmät sosiaaliset taidot, tunteisiin liittyvät taidot, aggressiiviselle käyttäytymiselle vaihtoehtoiset taidot, stressin sietoon liittyvät taidot sekä suunnittelutaidot). Näistä jokainen taito on jaoteltu vielä pienempiin osiin. Sosiaalisia taitoja harjoitellaan aina samalla rakenteella. Aluksi ohjaajat opettavat taidon ja sen jälkeen näyttävät esimerkin eli mallintavat taidon. Tämän jälkeen nuorille tarjotaan rooliharjoittelun kautta ohjattuja mahdollisuuksia harjoitella taidon käyttämistä nuorten omien arkielämän esimerkkien pohjalta. Seuraavaksi annetaan palautetta taidon käyttämisestä, jonka jälkeen pohditaan, mitä hyötyä taidosta on nuorten arjessa. Nuoret saavat kotitehtäväkseen harjoitella oppimaansa taitoa omassa lähi- ja elinpiirissä tavanomaisessa kanssakäymisessä. (Glick ja Gibbs 2011, 28–32.)

4.4 Vihanhallinta – emotionaalinen komponentti

Vihanhallinnan tavoitteena on edistää kahta toisiinsa liittyvää tarkoitusta: saada jatkuvasti väkivaltaisesti käyttäytyvien nuorten suuttuminen vähenemään sekä antaa tällaisille nuorille keinoja oppia itsehillintää vihaa provosoivissa tilanteissa. Tässä osa-alueessa tarkoitus on yksinkertaistettuna opettaa nuorille mitä heidän ei pitäisi tehdä, kun taas edellä mainitussa sosiaalisten taitojen osuudessa opetetaan mitä heidän pitäisi tehdä. Vihanhallintaharjoittelu opettaa nuorille, kuinka käyttäytyä ei-aggressiivisesti ja kuinka vihanhallinta onnistuu eli vihanhallintamenetelmiä vaikeissa tilanteissa. Ryhmäläisten on opittava, miten vaativat elämäntilanteet kohdataan sosiaalisesti hyväksytyin keinoin eikä vain turvautuen

aggressiiviseen käyttäytymiseen. Harjoitteet koostuvat mallintamisesta, rooliharjoituksista, palautteen antamisesta ja kotitehtävistä.

4.5 Moraalinen päättely – kognitiivinen komponentti

- Piaget'in ja Kohlbergin (Glick & Gibbs 2011, 66) mukaan lasten moraalinen päättelykyky kehittyy normaalissa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Nuoren moraalisen päättelyn kehittyneisyys tai kypsymättömyys on tärkeää, koska ajattelu heijastuu suoraan käyttäytymiseen. Tämä kehityksen viivästymä aiheuttaa kaksi ongelmaa: kypsymättömyyttä moraalisisessa päättelyssä sekä piintyneitä ja vahvoja ajatusvääristymiä. Näitä molempia hoidetaan tässä komponentissa. Kohlbergin teorian päävaiheet sisältävät kypsymättömän moraalin (vaiheet 1–2) ja kypsän moraalin (vaiheet 3–4).
- Vaihe 1: Valta – ”vahvemman oikeus”.
- Vaihe 2: Kaupankäynti- ”auta sinä minua, niin minä autan sinua”.
- Vaihe 3: Vastavuoroisuus- ”kohtele muita niin kuin toivoisit heidän kohtelevan sinua”.
- Vaihe 4: Järjestelmät- ”teetkö osuutesi yhteiskunnassa”.

Äkkinäisesti suuttuvilla ja jatkuvasti vihamielisillä nuorilla ilmenee samankaltaisia ajatusvääristymiä. Keskeisimpiä näistä on poikkeuksellisen vääristynyt minäkeskeisyys, pahimman olettaminen, toisten syyttäminen ja vähättely. Näiden neljän ajatusvääristymän lisäksi aggressiivisesti käyttäytyvät nuoret kääntävät mielessään vääristyneen uskomuksen, jossa he uskottelevat itselleen, että muutkin toimivat samalla tavalla kuin aggressiivinen nuori itse. Näitä ajatusvääristymiä ei ole helppo lähteä oikaisemaan, koska nuoren näkökulmasta ne ovat toimineet hyvin jo useiden vuosien ajan. Ajatusvääristymien uudelleenmuotoiluun voi käyttää apuna tätä seuraavaa kymmenvaiheista harjoituskaavaa. Yhdessä ohjaajat sekä nuoret osallistuvat ryhmässä ajattelun uudelleenmuotoilemiseen.

Ajattelun uudelleenmuotoilustrategioita itseohjauksen opetteluun:

- Kyseenalaista todisteet.
- Kiistä irrationaaliset uskomukset.
 - Täyskäännös: palauta vastuu muutoksesta väärintekijälle äläkä salli toisten syyttämistä.

- Uudelleen määritä, vastusta negatiivisen toiminnan luokittelusta oman edun mukaiseksi ja positiiviseksi.
- Kohtaa, saata tekijät tietoisiksi heidän toimintansa vaikutuksesta muihin.
- Suuntaa huomio vihjeisiin, jotka eivät liity vihamielisyyteen.
- Vähennä katastrofijattelua. (Mikä on pahinta, mitä voi tapahtua?)
- Tutki vaihtoehtoja: luo useita ratkaisumalleja.
- Luo vakuuttuvia, älä aggressiivisia, reaktiotapoja.
- Vähennä vihaa aiheuttaneen tapahtuman vatvomista ja kuvitelmiin värittämistä.
- Vähennä vihaa aiheuttaneen tapahtuman liioittelua.
- Ota huomioon sekä aggressiivisten että prososiaalisten toimintatapojen lyhyen ja pitkän aikavälin seuraukset.
- Suunnittele ennalta prososiaalisia toimintatapoja ja harjoittele niitä vaihe vaiheelta.

5 Sosiaalisten taitojen harjoittelu

5.1 Ryhmätapaamisen kulku

ART-ohjelman sosiaalisten taitojen harjoittelukomponentti koostuu kymmenestä eri harjoituskerrasta. Harjoitusohjelma kestää yhteensä kymmenen viikkoa. Yhden tapaamiskerran kesto on noin yhdestä tunnista puoleentoista tuntiin ryhmäkoon mukaan. Jokainen tapaaminen noudattaa alla esiteltävää kahdeksan vaiheen menetelmää. Tavoitteena jokaisella tapaamiskerralla on saada ryhmän jäsenet käsittelemään kokemuksiaan edellisen viikon harjoittelusta, auttaa ymmärtämään ja oppimaan uusi taito, sekä suoda kaikille mahdollisuus harjoitella valittua taitoa. Joka viikko opetellaan ja harjoitellaan uusi taito. Jokainen taito on voitu määritellä ennakoon nuoren kanssa ensikartoituksen aikana. 50 eri sosiaalisen taidon listasta (liite 2) voi tarkastella yhdessä nuoren kanssa mitkä sosiaalisista taidoista olisi hänelle hyödyllistä harjoitella. (Glick & Gibbs 2011, 29–30.)

Ensimmäistä tapaamiskertaa lukuun ottamatta jokainen ryhmäkerta alkaa tilannekatsauksella. Ohjaaja pyytää ryhmää ottamaan kotitehtävän esiin ja kertomaan kokemuksiaan edellisellä viikolla opitusta taidosta ja sen harjoittelemisesta käytännössä. Seuraavaksi esitellään ryhmäkerran kulku yleisesti vaihe vaiheelta

1. Määritellään taito. Keskustellaan valitusta taidosta. Kysytään mitä kyseinen taito merkitsee heille. Koetetaan houkutella vastauksia nuorilta. Muodostetaan ryhmän jäsenten ajatusten ja määritelmien kautta käytännöllinen määrittely taidosta. Kysytään ryhmältä, onko kukaan käyttänyt taitoa aiemmin, ja rohkaistaan heitä vastaamaan. Muistetaan kiittää vastauksista. Pyydetään ryhmää katsomaan julistetta. Pyydetään heitä lukemaan taidon vaiheet ääneen. Kysytään jokaisen vaiheen jälkeen, onko kyseessä ”toimintavaihe” vai ”ajatteluvaihe”.
2. Mallinnetaan taito. Toisen ohjaajan (tai osallistujan) kanssa tehdään malliesitys. Tärkeää on, että taitoa on valmisteltu ja harjoiteltu ennen ryhmätapaamista. Malliesityksen tulisi olla ”täydellinen” kuvaus kyseisen taidon eri vaiheista, jotta malliopiminen olisi tehokasta.
3. Osoitetaan ryhmän jäsenille tarve taidolle. Pyydetään jokaista ryhmän jäsentä kuvailemaan lyhyesti, missä, milloin ja kenen kanssa heidän mielestään olisi hyödyllistä käyttää taitoa, jonka ohjaajat juuri mallinsivat. Ryhmänvetäjä voi kirjoittaa taululle jokaisen osallistujan nimen ja sen henkilön nimen, jonka kanssa nuori aikoo taitoa käyttää, sekä tilanteen kuvauksen. Jos aikaa ei ole tähän, toinen ohjaaja kirjoittaa muistiinpanot näistä.

4. Valitaan ensimmäisen rooliharjoituksen tekijä ja käynnistetään rooliharjoitus. Ensimmäiseksi pyydetään vapaaehtoista halukasta rooliharjoituksen tekijäksi. Pyydetään häntä kuvailemaan lyhyesti vielä tilanne, jossa hän aikoo käyttää taitoa todellisessa elämässä. Kehotetaan häntä valitsemaan ryhmästä avustaja, joka voisi muistuttaa tosielämän vastaavaa henkilöä. Kysellään lisää tietoa rooliharjoituksen puitteista, kuten fyysinen sijainti, edeltävät tapahtumat, mieliala tai käyttäytymistyyli, jota avustajan täytyy parhaansa mukaan esittää harjoituksen aikana. Harjoituksen alustamisen jälkeen jaetaan vielä ryhmänjäsenille tehtävät, mitkä täytyy muistaa harjoituksen aikana ottaa huomioon. Nämä ovat
 - Rooliharjoituksen tekijää muistutetaan tekemään harjoitus vaihe vaiheelta. Jos on menossa ”ajatteluvaihe” tulee harjoittelijan osoittaa päätään ja sanoa ajatuksensa ääneen.
 - Rooliharjoituksen avustajaa muistutetaan pysymään roolissaan.
 - Muita ryhmän jäseniä kehoitetaan tarkkailemaan harjoitusta. Annetaan kullekin jäsenelle tietty taidon vaihe erityiseksi tarkkailun kohteeksi. Jokainen pyrkii seuraamaan, noudattaako harjoittelija sitä taidon vaihetta, jota nuoren on tarkoitus seurata. Tässä tulee ottaa huomioon ryhmäkoko, useampi henkilö voi seurata samaa vaihetta tai seurattavaksi voi antaa useampia vaihteita.
5. Ohjataan rooliharjoitus. Annetaan rooliharjoituksen tekijälle hänen tarvitsemaansa apua ja ohjausta, jotta harjoitus etenee sujuvasti taidon jokaisen vaiheen aikana. Jos harjoittelijat alkavat suistumaan pois roolistaan, täytyy heitä opastaa takaisin harjoitukseen. Harjoitus keskeytetään tarpeen tullen ja annetaan lisäneuvoja sekä aloitetaan alusta, jos rooliharjoittelija ei noudata taidon vaihteita. Toinen ohjaaja voi seisoa taidon vaiheet- julisteen vieressä ja osoittaa kutakin taidon vaihetta harjoituksen edetessä, jotta harjoituksen tekijän on helpompi noudattaa suorituksen vaihteita.
6. Keskustellaan rooliharjoituksesta ja annetaan palautetta. Pyydetään ensimmäiseksi palautetta harjoituksen avustajalta. Tämän jälkeen palautetta pyydetään muilta ryhmän jäseniltä. Sitten rooliharjoituksen tekijä kertoo omat huomionsa suorituksistaan. Palautteenantokierroksen lopuksi ohjaajat kertovat omat havaintonsa ja antavat vahvistusta suorituksesta ja sen tekijöille.
7. Annetaan kotitehtävä, jolla pyritään opitun taidon siirtämistä käytäntöön. Rooliharjoituksen tekijälle annetaan kotitehtävälomake (liite 3) ja pyydetään täyttämään

yläosa lomakkeesta. Alaosa täytetään, kun taitoa on yritetty käytännössä valitussa tosielämän tilanteessa.

8. Valitaan seuraava rooliharjoituksen tekijä suorittamaan oma rooliharjoituksensa. Näin vaihe vaiheelta toistetaan harjoitusta, kunnes kaikki ryhmän jäsenet ovat päässeet harjoittelemaan taitoa.

Ryhmäkerran lopuksi kiitetään ja onnitellaan ryhmää hyvin tehdystä työstä. Rohkaistaan nuoria harjoittelemaan taitoa käytännössä ennen ensi kerran tapaamista. Muistutetaan täyttämään lomakkeen alaosa. Kerrotaan, että ensi kerralla he pääsevät kertomaan, kuinka harjoitus oli sujunut. Ohjaajan karttuessa ryhmäkertojen pitäjänä voi myös mukauttaa vaiheiden läpi käyntiä, mikä osoittaa itselleen sujuvammaksi. Esimerkiksi on huomattu, kun antaa vasta lopuksi yhteisesti kaikille kotitehtävälomakkeen vasta, pystyvät kaikki osallistujat tekemään oman harjoituksensa rauhassa loppuun. (Glick & Gibbs 2011, 35–45)

5.2 Ensimmäisen tapaamisen aloitus ja esittely

Tapaamisten tarkoitus on oppia käyttämään taitoja, joiden avulla tulee paremmin toimeen muiden ihmisten kanssakäymisessä. ART-ohjelman osa-alueet käydään läpi ryhmän kanssa ja selitetään lyhyesti, että ohjelma koostuu kolmesta osa-alueesta: sosiaalisten taitojen harjoittelusta, vihanhallinnan harjoittelusta sekä moraalisesta harjoittelusta.

Ryhmän yhteiset säännöt päätetään ja käydään läpi. Tietyt säännöt ovat välttämättömiä, eikä niistä tule neuvotella nuorten kanssa. Keskustellaan tarpeellisista säännöistä, jotka ovat

1. Tule paikalle ja osallistu ryhmän toimintaan
2. Kunnioita muita (ei tappeluita tai muiden haukkumista/lyttämistä)
3. Ole avoin ja rehellinen
4. Ryhmän asioista ei saa keskustella ryhmän ulkopuolella

Kysytään ryhmäläisiltä heidän ehdotuksiaan ryhmän sääntöihin ja lisätään ne listaan. Näin kasvatetaan vastuuntuntoisuutta ryhmän osallistumiseen ja sitä voidaan vielä vahvistaa, että jokainen käy vielä allekirjoittamassa nimensä sääntöihin. Tällä tavalla voidaan muistuttaa myöhemmin, jos sääntöjen rikkomista tapahtuu, että on sitouduttu noudattamaan yhteisesti sovittuja sääntöjä. Avataan mitä ryhmä tulee oppimaan tapaamiskerroilla ja mitä tapaamiset sisältävät (keskusteleminen, mallioppiminen, rooliharjoittelu, kotitehtävä), mutta muistutetaan myös, että hauskaa saa olla harjoituksia tehdessä. Kerrotaan mitä sosiaaliset taidot ovat, ja miksi niissä on hyvä kehittyä. (Glick & Gibbs 2011, 148–149.)

6 Vihanhallinnan harjoittelu

Viha on monimutkaista inhimillistä käyttäytymistä ja sen dynamiikkaa on tutkittu paljon. Viha on luonnollinen tunne ihmisellä. Useimmilla viha purkautuu muulla tavoin kuin aggressiivisena käyttäytymisenä. Se voi esiintyä esimerkiksi vetäytymällä syrjään itseksemme mutisten, murjottaen tai joskus vihaa lietsoen rakentavaan ongelmanratkaisuun. Useimmilla ihmisillä kuitenkin viha johtaa harvoin verbaaliseen tai fyysiseen aggressioon, kun taas kroonisesti aggressiiviset nuoret toimivat haitallisemmalla tavalla. He harvoin tyytyvät inhimillisiin ratkaisuihin, vaan sen sijaan hyökkäävät tarkoituksenaan saada aikaan vahinkoa, tavallisesti nyrkeillä ja yhä useammin aseilla. (Glick & Gibbs 2011, 47.)

ART-ohjelman tunnesäätelyn osa-alue vihanhallinta on suunniteltu käsittelemään tunnetta, joka estää ohjelmaan osallistujaa käyttämästä sosiaalisten taitojen harjoittelussa oppimaansa prososiaalista käyttäytymistä. Vihanhallinnan harjoittelu auttaa vähentämään tilanteita, jotka saavat vihantunteen nousemaan aggressiivisilla nuorilla, ja antaa nuorelle keinoja oppia itsehillintää näissä tilanteissa. Sosiaalisten taitojen harjoittelussa nuori oppii, mitä tulee tehdä vaikeassa tilanteessa, kun taas vihanhallinta opettaa hänelle taitoja ja tekniikoita välttämään tekemästä sellaista, mitä hän ei tule tehdä. (Glick & Gibbs 2011, 47.)

Vihanhallinnan harjoittelussa käytetään samaa tekniikka ja vaiheisuutta kuten sosiaalisten taitojen harjoittelussa eli opetetaan tekniikka, mallinnetaan harjoitus, tehdään rooliharjoitus ja annetaan palaute. Ryhmätapaamisilla opetetaan erilaisia vihanhallintakäsitteitä ja -tekniikoita, sekä vihanhallinnan tapahtumasarja eli vihanhallintaketju.

6.1 Vihan ABC-malli

Istunnon aluksi esitellään vihanhallinnan harjoittelu sekä keskustellaan vihasta ja vihanhallista. Vinkkejä ohjaajalle keskustelun pohjaksi: kysytään ryhmältä, mitä viha on, ja keskustellaan aiheesta. Nuorille kerrotaan vihantunteen olevan normaali asia ihmisellä ja jokainen joskus tuntee vihaa. Lisäksi korostetaan, ettei viha ole itsessään hyvä tai paha, merkitystä on pelkästään sillä, mitä vihantunteen vallassa oleva ihminen tekee. Jos suuttuessaan ihminen muuttuu aggressiiviseksi ja vahingoittaa toisia, joutuu siitä usein vaikeuksiin auktoriteettien kanssa (poliisin, opettajien, vanhempien) tai kaverien kanssa, joka vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin ja siihen, mitä tuntee itseään kohtaan. Ryhmälle esitetään vihanhallinta juliste/dia (liite 4) ja pyydetään jäseniä lukemaan se ääneen. Nuorille kerrotaan, että vihanhallinta-osa-alue auttaa huomaamaan, milloin he alkavat tuntea suuttumusta, ja opettaa itsehillintää, niin etteivät he menetä malttiaan ja joudu sen takia vaikeuksiin. (Glick & Gibbs 2011, 207–208)

Vihanhallinnan onnistumiselle on tärkeää, että ryhmän jäsenet ymmärtävät ja oppivat vihan ABC-mallin. Näytetään vihan ABC-mallin juliste/dia (liite 4) ja käydään se läpi kohta kohdalta. ABC-malli on lyhennetty kirjaimista A sanasta edeltävät tapahtumat (engl. antecedent), B sanasta käyttäytyminen (engl. behaviour) ja C sanasta seuraukset (engl. consequences). Selvennetään vihan ABC-mallia nuorille siten, että ohjaaja miettii oman henkilökohtaisen ongelmatilanteen ja yksilöi tilanteen A, B, C:n mukaisesti ennen ensimmäistä istuntoa, esimerkkitapaus (liite 4). Ryhmän jäseniä pyydetään miettimään omia vihantunteen kokemuksia, joita voidaan tutkia yhdessä ABC-mallin mukaisesti. Tarvittaessa toinen ohjaaja kirjoittaa ryhmän jäsenten ABC:t taululle.

Jos ohjaaja noudattaa Glickin ja Gibbsin (2011) esittämää ART-ohjelman järjestystä (liite 1), käsittelee seuraava tapaaminen moraalista päättelyä. Osallistujien on luettava ongelmatilanne ja vastattava siihen koskeviin kysymyksiin ennen seuraava kertaa. Monet ohjaajat ovat todenneet hyväksi esittää moraalisen päättelyn ongelmatilanteen vihanhallinnan istunnon lopuksi, jotta ohjaajalla on aikaa koota vastaustaulukon ennen seuraava istuntoa.

6.2 Häsläämispäiväkirja ja vihanhallintaketju

Istunto aloitetaan kertaamalla vihan ABC-malli ja palautetaan mieleen sen kolme osaa, jotka ovat läsnä jokaisessa ristiriitatilanteessa. Ryhmän jäseniä pyydetään kertomaan esimerkki tapauksia, joita heidän eteensä on tullut kuluneella viikolla. Nuorille muistutetaan, että heidän henkilökohtainen valtansa lisääntyy, kun he säätelevät vihantunnettaan ja reaktioita muita kohtaan. (Glick & Gibbs 2011, 211.)

Häsläämispäiväkirja (liite 5) auttaa nuoria oppimaan, mikä saa heidät suuttumaan ja millä tavalla he toimivat, niin että he voivat muuttaa käytöstään, joka aiheuttaa heille vaikeuksia. Päiväkirja antaa myös ideoita rooliharjoitteluun. (Glick & Gibbs 2011, 212.)

6.2.1 Laukaisijat

Laukaisijoissa keskitytään vihan ABC-mallin A-osaan eli suuttumusta edeltäviin tapahtumiin. Tavoitteena on auttaa nuoria tunnistamaan ne tekijät, jotka laukaisevat heissä vihausuuden. Laukaisijoiden tunnistaminen on vihanhallinnan ensimmäinen osatekijä ketjussa. Laukaisijat jaetaan Ulkoisiin- ja sisäisiin laukaisijoihin. Ulkoiset laukaisijat voivat olla sanallisia (toinen henkilö määräilee tai haukkuu) tai sanattomia (toinen henkilö tönii tai näyttää rivoja eleitä). Nuoria autetaan tunnistamaan ulkoisia laukaisijoita, jotka ovat saaneet heidät vihaisiksi tai väkivaltaisiksi. Sisäiset laukaisijat ovat niitä mitä ihminen ajattelee tai sanoo itselleen kohdatessaan ulkoisen laukaisijan. Nuoria autetaan tunnistamaan itselle lausutut negatiiviset ajatukset, jotka vaikuttavat sisäisinä laukaisijoina. Negatiiviset ajatukset

toimivat sisäisiä laukaisijoita, jotka yhdistyvät ulkoisiin laukaisijoihin ja johtavat vihaisuuteen ja aggressiiviseen käytökseen. (Glick & Gibbs 2011, 213.)

6.2.2 Vihjeet ja rauhoittajat

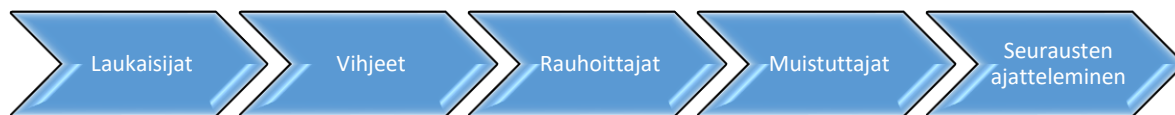
Laukaisijoiden jälkeen seuraava osatekijä vihanhallinnassa on vihjeet. Kaikilla ihmisellä on fyysisiä varoitusmerkkejä, jotka antavat vihjeitä, että he ovat suuttumassa. Näitä voi olla esimerkiksi nyrkkiin puristuvat kädet, lihasjännitys, hamapaiden kiristely, hakkaava sydän tai kiristävä tunne vatsassa. Nuorten täytyy oppia tunnistamaan vihaisuutta ennakoivat fyysiset varoitusmerkit ennen kuin voivat hallita itseään ja lievittää vihantunnetta. (Glick & Gibbs 2011, 217.) Seuraavaksi vihanhallinnassa tulee rauhoittajat. Rauhoittajina voi käyttää syvää hengitystä (oikea tekniikka tärkeää), takaperin laskemista (rauhottaa ja antaa ajatella tilanteessa tehokkaammin) tai rauhoittavia mielikuvia (kuvailtu oma rentouttava paikka). (Glick & Gibbs 2011, 217–218.)

6.2.3 Muistuttajat

Muistuttajat auttavat selviämään paremmin ristiriitaisista tilanteista. Ne ovat itseä ohjaavia lauseita. Kartoitetaan ryhmän jäseniltä mitä he ovat käyttäneet tai olisivat voineet käyttää jossain konfliktitilanteessa (Käytä apuna urheiluvertauksia: varo hänen vasentaan” tai ” ensin suora, perään koukku”). Mietitään yhdessä mitkä voisivat olla hyödyllisiä muistuttajia tilanteissa, jolloin täytyy tosissaan kamppailla ollakseen rauhallisena. Rauhoitu, ota rennosti, se ei ole sen arvoista, hän on ystävänäni eikä tarkoittanut sitä- muistuttajat voi olla toimivampia ratkaisuja. (Glick & Gibbs 2011, 222.)

6.2.4 Seurausten ajattelevinen

Vihanhallintaketjun viimeinen linkki on seurausten ajattelevinen. Seurausten ajattelevinen on keino hallita vihaisuutta konfliktitilanteissa arvioimalla todennäköiset seuraukset siitä, kuinka tulee käyttäytymään tilanteessa. Vihan ABC-mallista seurausten ajattelevinen on kohta C (seuraukset), auttaa ajattelevaan toiminnan kannattavuutta, ennen kuin päättävät, kuinka toimia B (käyttäytyminen). Opetetaan jos-niin-malli (jos teen nyt näin, niin myöhemmin luultavasti käy noin), jolla havainnollistetaan heitä ajattelevaan seurauksia. Keskustelua pitkän ja lyhyen aikavälin seurauksista, rohkaistaan erityisesti miettimään pitkän ajan seurauksia. (Glick & Gibbs 2011, 225) Vihanhallintaketju esiteltynä kuvassa 1.



Kuva 1: Vihanhallintaketju (Glick & Gibbs 2011, 225.)

6.3 Itsearviointi

Itsearvioinnin tarkoitus on päätellä itse, kuinka hyvin suoritui ristiriita- tai ongelmatilanteen hoitamisessa. Tärkeää on oppia arvioimaan omaa toimintaansa ja olemaan valmiina palkitsemaan itsensä, jos suoritui hyvin. Jos tilanne ei mennyt niin kuin oli ajatellut tai harjoitellut, on merkittävää oppia selvittämään itse, kuinka toimia paremmin ensi kerralla eli oppia itsevalmentamista. (Glick & Gibbs 2011, 228–229)

6.4 Vihaisen käyttäytymisen noidankehä

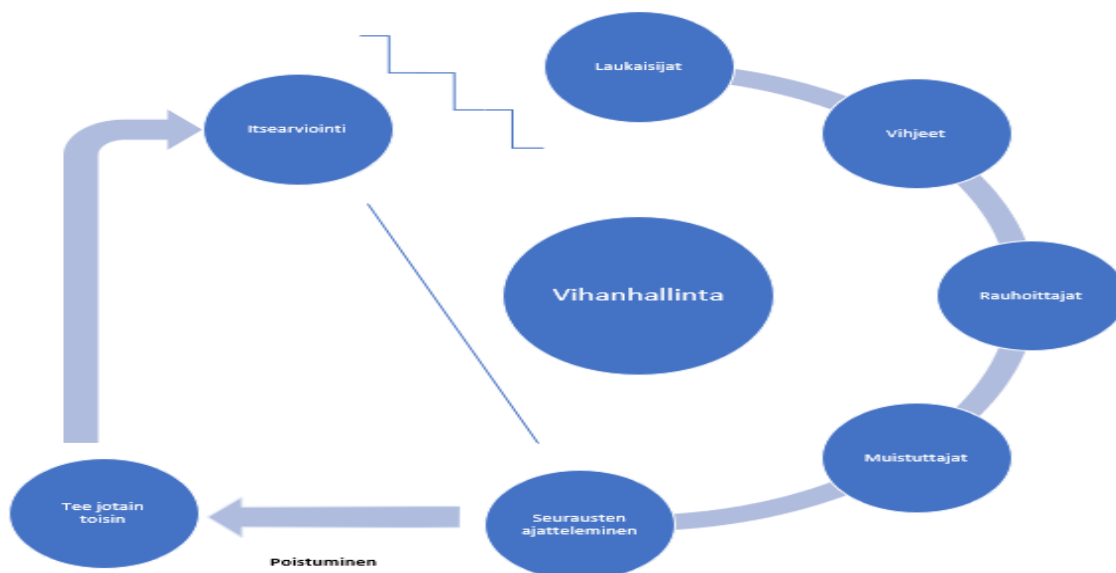
Vihanhallintaketjussa on tähän saakka keskitytty siihen, mitä nuoren täytyy tehdä toisten henkilöiden saadessa hänet vihastumaan. Noidankehässä vaihdetaan näkökulmaa ja tarkastellaan, mitä nuori itse tekee sellaista, mikä saa toiset ihmiset hermostumaan. Kuvassa 2 on kaikki vihanhallintaketjun vaiheet sijoitettu kehämuodostelmaan havainnollistaa noidankehän ajattelua. Vihanhallintaketju voi muuttua vihaisen käyttäytymisen noidankehäksi, jos siihen ei pyri vaikuttamaan.



Kuva 2: Vihaisen käyttäytymisen noidankehä (Glick & Gibbs 2011, 233.)

Noidankehä ajattelulla pyritään saamaan nuoret ymmärtämään, että myös he itse voivat toimia toisen henkilön ulkoisena laukaisijana. Noidankehä jatkuu, kun nuoren laukaisijat saavat muut suuttumaan, jos he eivät siedä suuttumustaan, niin he saavat toimillaan

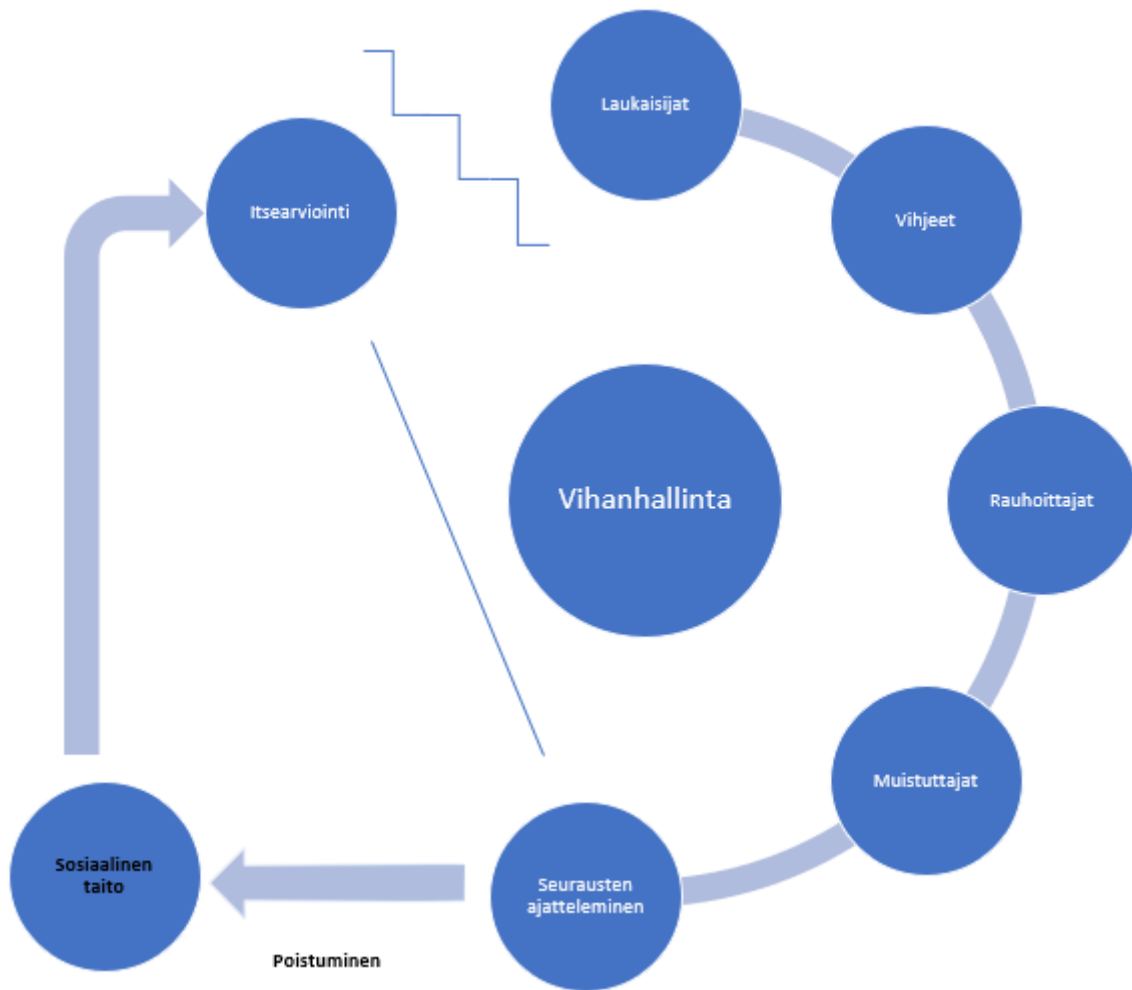
laukaisemaan nuoren vihaiisuuden. Reagoimatta tarkoituksella laukaisijoihin on noidankehä päättämätön, joka kiertää kehää loputtomasti. Vihaisen käyttäytymisen noidankehän voi pysäyttää, jos itse haluaa. Kuvassa 3 esitetään, että omalla toiminnalla voi katkaista noidankehän päättämällä toimia toisin, vaihtoehtoisella keinolla. (Glick & Gibbs 2011, 59–61)



Kuva 3: Poistuminen vihaisen käyttäytymisen noidankehästä. (Glick & Gibbs 2011, 234.)

6.5 Sosiaalisen taidon käyttäminen ja koko vihanhallintaketjun harjoittelu

Tähän vaiheeseen (viikko 8) mennessä nuoret alkavat ymmärtämään mistä ART-menetelmän harjoittelussa on kyse. Yleensä myös vihanpurkaukset ovat vähentyneet merkittävästi, eikä häsläämispäiväkirjaan tule enää paljon tosielämän tilanteita. Tässä vaiheessa esitetään opittujen sosiaalisten taitojen käyttöä, kun nuori pääsee pois vihaisen käyttäytymisen noidankehästä. Nuori voi lisätä todennäköisyyttä maksimoidakseen toisten ihmisten positiivisia reaktioita ja minimoidakseen heidän negatiivisia reaktioitansa, kun hän valitsee opitun sosiaalisen taidon saavuttaakseen haluamansa. Viitataan siis vihaisen käyttäytymisen noidankehään, jossa ajatuksena on poistua kehästä jotakin sosiaalista taitoa käyttämällä. (Kuva 4)



Kuva 4: Poistuminen vihaisen käyttäytymisen noidankehästä käyttämällä sosiaalista taitoa (Glick & Gibbs 2011, 237.)

7 Moraalinen päättely

Moraalisen päättelyn ryhmätapaamisissa on tavoitteena, että osallistujat oppivat näkemään maailman tasa-arvoisemmalla ja oikeudenmukaisemmalla tavalla, sekä ottamaan huomioon toisen ihmisen näkökulman. (Glick & Gibbs 2011, 65) Aluksi kerrotaan teoriaa ihmisen sosiomoraalisesta kehityksestä ja sen viivästyisestä. Tämän jälkeen kuvaillaan moraalisesta päättelyn harjoittelua kehityksen tueksi ja viivästymien korjaamiseksi.

Glick ja Gibbs (2011, 66) esittelevät Piaget'n ja Kohlbergin teoreettisen tutkimuksen tulosta, joka korostaa sosiaalista ja kognitiivista eli ”päättelyn” näkökulmaa moraaliin. ART-menetelmän moraalinen päättely komponentti on kehitetty vahvasti Kohlberg:in (1984) edelleen vaikutusvaltaisiin moraalisesta kehityksen tasoihin. Tässä osa-alueessa käytetään kognitiivisen kehityksen näkökulmana Gibbsin (2010) teoreettisista mallia kypsymättömästä ja pinnallisesta (tasot 1 & 2) sekä kypsästä ja syvällisestä (tasot 3 & 4) moraalisesta arviointikyvyistä.

Glickin ja Gibbsin (2011, 66–67) mukaan taso 1 on pinnallinen, jossa moraaliset arvot oikeutetaan fyysisillä ja konkreettisilla keinoilla. Valta toimii vahvemman oikeudella. Yksinkertaisuudessaan isompi ja vahvempi henkilö määrää, kaikki mitä sanotaan ja tehdään, on oikein, sekä kaikki mitä halutaan tehdä ja saada on reilua. Henkilö ei ymmärrä moraalisia syytä säännöiksi, eikä hän kykene vastavuoroisuuteen toisten henkilöiden kanssa, jos se edellyttää useamman kuin yhden näkökulman tarkastelua kerrallaan. Hän kykenee parhaiten asettumaan fyysisesti vahvan henkilön asemaan.

Tasolla 2 ollaan jo psykologisempia, mutta omaa hyötyä korostavalla tavalla edelleen yhtä pinnallisia kuin tasolla 1. Henkilöt varmistavat, että lupaukset ja sopimukset pidetään, kuten on sovittu. Moraali tarkoittaa tässä tapauksessa palvelusten (”minä tein sinulle tämän, joten sinun on parasta tehdä mitä tuo”) tai ilkeyden vaihtokauppaa (anna samalla mitalla takaisin, kuin he ovat antaneet sinulle). Toisin sanoen kultaisen säännön virheellistäminen, ”tee se muille ennen kuin he tekevät sen sinulle”. Pääajatuksena on arvioida oma hyöty, ennen kuin autetaan tai totellaan muita henkilöitä. Tasolla 2 olevilla henkilöillä on edelleen vaikeuksia ymmärtää vastavuoroisuuden ajatus ihmissuhteissa. He ovat alttiita itsekisyyteen ja huomaavat paremmin vuorovaikutuksissa muiden epäreilouden sekä tekemättömyyden hänen hyväkseen, kuin oma epäreilouden ja tekemättömyyden muiden hyväksi. (Glick & Gibbs 2011, 66–67)

Kypsän moraalin tasot (3 & 4) kehittyvät yleisesti lapsille teini-iässä, joilla on ollut mahdollisuus asettua muiden asemaan. Moraalinen päättely kehittyy pinnallisuudesta moraalisien normien, päätösten ja arvojen syvällisempään ymmärtämiseen tasolla 3. Henkilö kykenee

viemään hyötyä korostavaa ajattelua pidemmälle, jonka myötä hän osaa aidosti välittää ja luottaa muihin ihmisiin. Tasolla 3 henkilö ymmärtää ja saavuttaa vastavuoroisuuden suhteessa muihin ihmisiin. Tästä tulee arvo itsessään; luottamus, välittäminen ja molemminpuolinen huolenpito ovat tärkeitä ja todellisia, vaikkakin ovat jotain aineetonta. Tason 3 ajatteluun kuuluu myös ihmiselämän arvostaminen, halu tehdä hyvä vaikutus muihin ihmisiin sekä tuntee olevansa osa ”meitä”. Tason 4 moraaliksi kypsyy saavutetaan, kun nuori on tekemisissä muun maailman kanssa (koulu, työpaikka, matkustaminen) tason 3 käsitys laajenee molemminpuolisesta ymmärtämisen tarpeesta, käsitykseksi yleisesti hyväksytyjen johdonmukaisten käyttäytymisnormien ja keskinäisen riippuvuuden tarpeeksi. Kypsän moraalin viimeiseen tasoon liitetään keskinäinen riippuvuus ja yhteistyö yhteisen hyväksi. Ajatuksen on, että yhteiskunta ei toimi, elleivät ihmiset ota vastuuta, kunnioita toistensa oikeuksia ja täytä velvollisuuksiaan. Se ei korvaa tason 3 ihmisten välistä moraalialia, vaan yhteisöllinen moraalialia on lisäys siihen. (Glick & Gibbs 2011, 67–68.)

Viivästyminen moraalisisessa päättelykyvyssä johtaa pääosin pinnalliseen ymmärrykseen ja konkreettisten, minäkeskeisten perustelujen antamiseen vastuuntuntoisille moraalisisille päätöksille ja arvoille. Tämä itsekeskeisyys harha aggressiivisilla ja käytöshäiriöisillä nuorilla säilyy lapsuuden jälkeen, joka voi pahimmillaan kovettua egoa pönkittäväksi kognitiiviseksi vääristymäksi tai virheellisiksi tavoiksi tarkkailla ja tulkita kokemuksia. Näitä kognitiivisia vääristymiä kutsutaan ajatusvirheiksi. Glick ja Gibbs (2011) määrittelevät minäkeskeiset ajatusvirheet omille näkemyksille, odotuksille, oikeuksille, välittömille tunteille ja haluille annetaan niin suuri asema, että toisten henkilöiden oikeutettuihin näkökulmiin kiinnitetään hyvin vähän tai ei lainkaan huomiota. Tästä syystä minäkeskeisyys on syvälle juurtunut ajatusvirhe, jota tukevat (tai suojelevat) empatian aiheuttamalta ahdistukselta, syyllisyydeltä ja huonolta omaltatunnolta, joita muiden vahingoittaminen aiheuttaa. Muita toissijaisia kognitiivisia vääristymiä ovat pahimman odottaminen, muiden syyttäminen ja vähättely tai väärä tulkinta. (Glick & Gibbs 2011, 69–70)

ART- menetelmä edesauttaa moraalisen päättelyn rakentumista sosiaalisessa päätöksenteossa ryhmätapaamisten avulla. Jokaisella tapaamisella on yksi uusi ongelmatilanne (liite 6) esiteltyinä ja yhdessä nuorten täytyisi oppia selvittämään ongelma kypsällä tavalla. Sosiaalisen päätöksenteon tapaamisissa on tavoitteena korjata nuorten kehitysviivästymisiä, Ohjaaja huolehtii ja tukee nuorten edistymisestä heidän tavoitellessa kypsempää moraalista ymmärrystä. Nuoret ovat yleensä saaneet edellisellä viikolla vihanhallinta kerralla ongelmatilanteen luettavaksi ja vastauslomakkeen täydentäväksi, jotta tämä sujuvoittaa moraalisen päättelyn ryhmäkertaa. Tapaamiset noudattavat neljävaiheista runkoa ongelmatilanteen läpikäymiseksi:

- Vaihe 1: Esittele tämänkertainen ongelmatilanne
- Vaihe 2: Kehitä kypsää moraalista päättelykykyä, anna nuori järkeilee itse ensin.
- Vaihe 3: Korjaa moraalikehityksen viivästymiä, paranna sitä.
- Vaihe 4: Vahvista kypsää moraalialia, sen lujittaminen.

Sosiaalisen päätöksenteon ryhmätapaaminen on tehokas, kun jokainen osallistujat ymmärtävät ongelmatilanteen ja kykenevät liittämään sen omaan elämän. Ryhmän täytyy kertoa mistä ongelmatilanteesta on kyse, miksi se on ongelma ja esiintyykö sellaisia ongelmia todellisuudessa (vaihe 1). Ohjaaja johdattaa keskustelua, jonka tavoitteena on kehittää ryhmän kykyä kypsään moraaliseen päättelyyn ongelmanratkaisemiseksi. Pääpainoa on esittää ryhmälle kysymyksiä, jotta nuoret pääsevät kertomaan omia näkökulmia sekä perusteluja ongelmaan. Ohjaaja pystyy, ongelmatilanteen vastauslomakkeiden, aiempien perustelutapojen ja keskustelun pohjalta muodostamaan kunkin nuoren moraalisen kehityksen asetta ja mahdollisia ajatusvirheitä (vaihe 2). Ryhmäkeskustelun aikana esiin tulleet kypsemät ja vastuuntuntoisemmin perustellut näkemykset, ryhmän kypsemät jäsenet pystyvät haastamaan muiden ryhmäläisten viivästyneet ja vääristyneet näkemykset tilanteeseen. Tässä vaiheessa ohjaaja auttaa ryhmän jäseniä korjaamaan moraalisen päättelyn viivästymiä jatkamalla keskustelua ongelmanratkaisusta ja tavoitteena siinä, että ryhmän ajattelultaan kypsemät jäsenet pystyvät kumoamaan joidenkin jäsenten hyötyä korostavat ja miinäkeskeiset vaikutteet (vaihe 3). Ohjaamalla ryhmää kohti vastuuntuntoisten päätösten ja niiden moraalisesti kypsien perustelujen yksimielistä tukemista (vaihe 4), nuoret yksilöinä, että ryhmänä kokonaisuutena kasvavat henkisesti vaihe vaiheelta edeten. (Glick & Gibbs 2011, 75, 78–83.)

8 Muita menetelmiä lyhyesti

Väkivaltaista ja ongelmakäyttäytymisen torjumista sekä ehkäisyä kouluissa voidaan tutkia paitsi yksittäisen oppilaan myös koko koulun ja laajemmankin yhteisön toiminnan tasolla. Koulu yhteisöille tarkoitettuja kognitiivisten käyttäytymisterapioiden viitekehystä rakennettu väkivallan ehkäiseviä interventioita tai ohjelmia on kehitetty useita. Niissä pyritään vaikuttamaan koulun toimintakulttuuriin sekä ehkäisemään aggressioita, niin kaikille oppilaille kohdistetuina interventioina (primääri- eli universaalipreventio), kuin myös nimenomaan väkivaltaongelmaisille oppilaille suunnatuina interventioina (sekundääri- eli kohdennettu preventio). (Ranta ym. 2018, 233.)

8.1 KiVa Koulu

KiVa Koulu on Turun yliopistossa kehitetty näyttöön perustuva kiusaamisen vastainen toimintapohjainen ohjelma. Menetelmällä pyritään ehkäisemään kiusaamista ennaltaehkäisevästi. KiVa koulu (kiusaamisen vastainen) kulttuurin luominen velvoittaa koko koulu yhteisön sitoutumista siihen, että huolehditaan, ettei kukaan jää syrjään yksin tai tule huonosti kohdelluksi. Lukuvuoden aikana systemaattisesti pidettävillä KiVa-oppituntien avulla voidaan vaikuttaa oppilasryhmien normeihin ja sääntöihin sekä siihen, miten lapset ja nuoret toimivat kiusaamista havaitessaan. (KiVa Program & University of Turku www-sivut 2021.) Tämän ohjelman erilaisia komponentteja ja menetelmiä ovat esimerkiksi kiusaamistapausten selvittämismenettely, kiusaamistilanteen säännöllinen seuranta sekä oppitunnit, joilla oppilaille opetetaan keskinäisessä vuorovaikutuksessa tarvittavia sosiaalisia ja tunnetaitoja. KiVa koulu on universaalipreventio-ohjelma, eli se kohdennetaan koko koulu yhteisölle. (Ranta ym. 2018, 233.)

8.2 Aggression portaat, Fast Track & Coping Power

Suomessa on hyödynnetty Väestöliiton ja Opetushallituksen yhteistyönä toteutettu Aggression portaat -menetelmää, jonka tärkeimpänä tavoitteena on vähentää osallistujien väkivaltaista käyttäytymistä ja lisätä heidän hyvinvointiaan sekä parantaa heidän elämäntilannettansa. Aggression portaat -opetuksesta on saatu lupaavia tuloksia, mutta siitä huolimatta tarvitaan lisää vaikuttavuustutkimusta. (Rikksentorjuntaneuvoston www-sivut 2021.)

Yksi aggressiivisen käyttäytymisen ehkäisemiseen kehitetyistä kouluun kohdennetuista ohjelmista on Fast Track, jonka on kehittänyt laaja tutkijaryhmä vuosittain vaihteessa Yhdysvalloissa. Ohjelma kesto on kauaskantoinen, sillä se alkaa esikouluikästä ja jatkuu

välillä tiiviimmin, välillä väljemmin oppivelvollisuuskoulun päättymisikään asti. (Ranta ym. 2018, 234.) Fast Track (FT) on kattava interventio, joka on suunniteltu vähentämään aggressiivisuutta ja rikollisuutta riskiryhmään kuuluviin lapsiin päiväkodeissa. On havaittu, että FT vähentää merkittävästi epätoivoisen käyttäytymisen todennäköisyyttä murrosiässä ja varhaisaikuisuudessa. Lisäksi interventio vähentää itsemurha-ajatusten ja vaarallisen juomisen todennäköisyyttä murrosiässä ja varhaisaikuisuudessa sekä opioidien käyttöä. Lisä-analyysit osoittavat, että FT:n vaikutus parantaa lasten ihmissuhteisiin (esimerkiksi prososiaalinen käyttäytyminen, auktoriteettien hyväksyntä), henkilöiden sisäisiin (esimerkiksi tunteiden tunnistaminen ja säätely, sosiaalisten ongelmien ratkaisu) ja akateemisiin taitoihin ala- ja yläasteella. FT:n vaikutus ihmissuhdetaitoihin ovat vahvin epäsuora tapa vähentää näitä haitallisia käyttäytymismalleja. (Godwin 2020.)

Kansainvälisesti tunnettu ryhmämuotoinen kognitiivis-käyttäytymisterapeuttinen hoito-ohjelma lasten ja nuorten käytösongelmiin on yhdysvaltalaisen John Lochmanin 1990-luvulta alkaen kehittänyt Coping power. Se on monimoduaalinen ohjelma, joka koostuu oppilaiden ryhmämuotoista kognitiivista ja käyttäytymisterapiaa, yksilötapaamisia (KKT- menetelmiä käyttäen), vanhempien ohjausta ja tavoitteenasetteluun sekä seurantaan liittyvää yhteistyötä opettajien kanssa. Oppilaiden ryhmätapaamisten sisältöjä ovat

- tunteiden huomaaminen
- vihanhallinta
- tapahtumiin omassa mielessä liitettävien tulkintojen huomaaminen ja muokkaaminen (attribuointi)
- eri osapuolten näkökulmien erilaisuuden huomaaminen vuorovaikutustilanteessa (perspektiivinotto)
- sosiaalinen ongelmanratkaisu
- sosiaalisten taitojen harjoittelu
- omien tavoitteiden asettaminen
- ryhmäpaineen kestäminen

Coping power -ohjelmaan voi rinnastaa ryhmätapaamisten oheen tarvittaessa joitakin oppilaan yksilötapaamisia. Ohjelman vaikuttavuudesta tehdyssä tutkimuksessa oli mukana neljäsluokkalaisia lapsia, joilla opettajat olivat havainneet kohtalaista tai vakavampaa aggressiivikäyttäytymisen riskiä. Havaintoja koottiin 17 koulusta. Yhteensä 245 riskissä olevaa lasta oli saatu mukaan tutkimukseen. Yhden vuoden kuluttua interventiosta ohjelmaan osallistuneista oppilaista oli huomattu vähemmän rikemerkintöjä, vähemmän lasten itse ilmoitettuja päihteiden käyttöä sekä paremmat sosiaaliset- ja itsesäätelytaidot, sekä vanhempien

läsnäolo lastensa arjessa oli vahvempaa kuin vertailuryhmän lapsilla. (Ranta ym. 2018, 241–242).

8.3 Good Behaviour Game

Tutkimukseen osallistuneet lapset olivat luokalla, jonka opettaja oli koulutettu käyttämään Good Behaviour Game -ohjelmaa. Lapset olivat kaksi ensimmäistä lukuvuotta ohjelmassa mukana. Opettaja jakoi lapset ryhmiin, joissa oli erilaisesti käyttäytyviä lapsia. Pelin avulla opittiin käyttäytymään yhteisesti ja prososiaalisesti. Toimintaa laajennettiin luokkassa astetta niin, että positiivisen käytöksen palkitseminen muuttui vähitellen välittömästä palkitsemisesta viivästyneempään palkitsemiseen. Ohjelmaan osallistujille tehtiin puhelinhaastattelu, kun he olivat 19–21-vuotiaita. Havaittiin, että interventioon osallistuneilla oli 25 % vähemmän antisosiaalista persoonallisuushäiriötä, sekä rikosrekisterimerkintöjä kuin vertailuryhmissä. Tutkimuksen laatu on määritelty tasokkaaksi ja soveltuvuus suomalaiseen väestöön hyvä, koska on hyvin strukturoitu ja fokusoitu ohjelma, jota on tutkittu myös Euroopassa. (Santalahti 2018.)

9 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kirjallisuuskatsauksen avulla ART-menetelmää ja sen hyödyntämistä lasten ja nuorten kanssa työskennellessä. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa ART-menetelmän tekniikasta, sen vaikuttavuudesta ja käyttöönoton edistämiseksi psykiatrian sairaanhoitajan tehtävissä työskenteleville työympäristöstä riippumatta.

Opinnäytetyössä vastataan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Vaikuttaako ART-menetelmä nuorten käyttäytymiseen?
2. Mikä on ART-menetelmä?
3. Miten ART-menetelmää on hyödynnetty?
4. Miten ART-menetelmää voi hyödyntää koulumaailmassa?

10 Opinnäytetyön toteuttaminen

10.1 Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä

Kirjallisuuskatsaus ymmärretään suhteellisen kapeana tutkimusmenetelmänä, vaikka se pitää sisällä useita erilaisia tyyppejä. Salminen (2011) esittelee kirjallisuuskatsausten jaotteen kolmeen perustyyppiin, jotka ovat kuvailevakirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus sekä meta-analyysi. Tässä opinnäytetyössä on käytetty kuvailevaa kirjallisuuskatsausta päätyyppinä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on menetelmä, jossa pyritään kuvaamaan aiempaa tietoa ilmiölähtöisesti ja ymmärrettävästi. Tutkimuksen ilmiötä voidaan kuvata laaja-alaisesti ja luokittelemaan ilmiön ominaisuuksia. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa kahteen alatyyppeihin, jotka ovat narratiiviseen sekä integroituvaan katsaukseen. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus voidaan erotella vielä kolmeen eri toteuttamistapaan, jotka ovat yleis-, toimituksellinen ja kommentoiva katsaus. Yleiskatsaus on toteuttamistapana laajin. Sen tarkoituksena on tiivistää aiemmin tehtyjä tutkimuksia, joka auttaa päivittämään olemassa olevaa tutkimustietoa. (Salminen 2011, 6–7.)

Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta voidaan käyttää tutkimusmenetelmänä erilaisiin tarkoituksiin. Sillä voidaan muun muassa kohdentaa käsitteellisen ja teoreettisen kehyksen rakentamista, esittää erityiseen aiheeseen liittyvää tietoa, kehittää teoriaa, tarkastella tutkimuksen historiallista kehittymistä, tunnistaa ongelmia ilmiöstä. Perimmäinen tarkoitus on etsiä tutkittua tietoa ja vastata kysymyksiin mitä valitusta aiheesta tiedetään, mitkä ovat keskeiset käsitteet sekä niiden väliset suhteet. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta voidaan käyttää tutkimusmenetelmänä myös nykyisten käytännön suositusten kehittämiseen ja päivittämiseen sekä niiden arvioimiseen. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus jäsennetään neljään vaiheeseen, jotka ovat tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston valitseminen, kuvailun rakentaminen sekä tuloksen analysointi. (Kangasniemi ym. 2013, 294.) Aineiston valitsemista ohjaa tutkimuskysymys(-kysymykset). Aineisto muodostuu tutkimusaiheen kannalta relevantista, ajankohtaisesta tutkimustiedosta. Tutkimustieto haetaan yleisesti tieteellisistä tietokannoista ja manuaalisella haulla tieteellisistä julkaisuista. Kuvailun rakentaminen tutkittavasta ilmiöstä muodostuu vastaamalla tutkimuskysymykseen harkitusti valitsemasta aineistosta, josta syntyy laadullinen kuvailu ja uusien johtopäätöksien tekeminen, jossa yhdistetään tietoa eritutkimuksista ja analysoidaan kriittisesti. Tulosten tarkastelu pitää sisällään sisällöllisen ja menetelmällisen pohdinnan tutkimuksen etiikasta, sekä luotettavuudesta. Kokonaisuudessaan kuvailevaa kirjallisuuskatsausta kannattelee kirjallisuus, mutta on silti merkityksellistä sisällyttää

pohdinta tuotetusta tiedosta. Koota ja tiivistää menetelmän tuottamat keskeiset tulokset ja tarkastella niitä laajemmassa kontekstissa. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)

10.2 Tiedonhakuprosessi

Aineistoa kerättiin opinnäytetyöhön LAB Primo-tiedekirjaston kautta löytyvistä tietokannoista. Tietokannoiksi valittiin Cinahl, PubMed ja Medic. Google-scholarista tehtiin myös hakuja englannin- ja suomen kielellä. Aineiston etsintään tietokannoista käytettiin tutkimuskysymykseen liittyviä asiasanoja. (Taulukko 1)

Suomeksi tai Suomessa tehtyjä laajoja tutkimuksia ei löytynyt valituista tietokannoista eikä manuaalisesti etsimällä internetistä. Muutamia opinnäytetöitä ja tieteellisiä artikkeleita löytyi ja kokemukset ovat olleet niissä hyviä. Valituista tietokannoista haut tehtiin englannin kielellä ja julkaisuajankohdaksi rajattiin kymmenen vuotta. Jos tutkimus oli maksullinen tai lähteenä käytetty toisessa tutkimusartikkelissa, se löytyi Googlen hakukoneella kätevästi internetistä luettavaksi. Tietokannat, josta haut tehtiin, antoivat monesti samoja tutkimuksia. Valituista aineistosta on lopuksi poistettu päällekkäisyydet lopulliseen kirjallisuuskatsaukseen valituista aineistosta. Tiedonhaun tulos antoi kaksi systemaattista tutkimuskatsausta (engl. systematic review), joista on valittu kaksi niissä tarkasteltua tutkimusta. Nämä kaksi tutkimusta on löydetty manuaalisen haun kautta internetistä, jotka päätyivät lopulta kirjallisuuskatsaukseen. Systemaattiset tutkimusten tarkastelut jätettiin pois aineistosta, koska tutkimusten aikaväli (1987–2016), tai ryhmän suuruus ei soveltunut sisäänottokriteereihin

Tietokanta	Hakusanat	Rajaukset	Hakutulos	Valitut aineistot yhteensä
Cinahl	Aggression Replacement Training	Vuosi: 2010-2021 Kieli: Suomi & Englanti Ikä: Nuoret (13-18)	7	2
Cinahl	Aggression replacement training AND Behaviour AND School	Vuosi: 2010-2021 Kieli: Englanti	10	1
PubMed	Aggression replacement training AND art	Vuosi: 2010-2021 Kieli: Suomi & Englanti Ikä: Lapset (6-12) Nuoret (13-18)	4	0
	Aggression replacement training AND behaviour AND school		9	0
PubMed	Aggression AND Replacement AND Training	Vuosi: 2010-2021 Kieli: Suomi & Englanti Ikä: Lapset (6-12) Nuoret (13-18)	17	0
Google Scholar	Aggression replacement training Suomi Koulu	Vuosi: 2020-2021 Kieli: Suomi	31	0
Medic	Nuori AND Aggressiivinen AND Käyttäytyminen	Vuosi: 2010-2021 Kieli: Suomi	8	0
Manuaalinen haku		Vuosi: 2005-2021		2
Kirjallisuuskatsaukseen valittu aineisto yhteensä: 5	Selite: Tietokannat antoivat samoja tutkimuksia, joten valitusta aineistosta on poistettu päällekkäiset osumat.			

Taulukko 1: Tiedonhakuprosessi

Aineiston valinnassa määritettiin hakuprosessin aikana sisäänotto- ja poissulkukriteerit. Tiedonhaun aluksi julkaisujen vuosiväliksi asetettiin 2010–2021, mutta hakuprosessin edessä vuosiväliä laajennettiin vuodesta 2005 alkaen julkaistut tutkimukset hyväksyttiin myös mukaan. (Taulukko 2)

Tutkimuksista täytyi tulla ilmi, että interventiossa oli käytetty kaikkia kolmea komponenttia, jotka sisältyvät ART-menetelmään.

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Tutkimus käsittelee ART-menetelmää ja siinä on käytetty kaikkia kolmea komponenttia	Tutkimus käsittelee osittain / ei lainkaan ART-menetelmää tai ei ole käytetty kaikkia siihen kuuluvia komponentteja
Tutkimus on julkaistu 2005–2021 välisenä aikana	Tutkimus on julkaistu ennen vuotta 2005
Tutkimuksessa on mukana lapset 6–12 ja/tai nuoret 13–18(20)	Tutkimuksessa on mukana alle 6-vuotiaita tai reippaasti yli 20-vuotiata
suomen- tai englanninkielinen	Muu kieli
Tutkimuksessa on käytetty mittareita	Tutkimuksessa ei ole käytetty mittareita
Ryhmän suuruus yli 30 osallistujaa	Ryhmän suuruus alle 30 osallistujaa

Taulukko 2: Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

10.3 Induktiivinen sisällönanalyysi

Tiedonhakuprosessin jälkeen kirjallisuuskatsauksen aineistoksi valikoitui viisi tutkimusta, jotka luettiin huolellisesti useaan kertaan läpi. Tutkittiin tutkimustuloksia ja ART-menetelmän vaikuttavuutta sekä hyödyllisyyttä. Aineiston tuloksia ja johtopäätöksiä tarkasteltaessa pyrittiin löytymään vastauksia tutkimuskysymyksiin. Kirjallisuuskatsauksen valikoitui aineisto, joka vastasi kysymykseen vaikuttaako ART-menetelmä nuorten käyttäytymiseen. (Liite 6)

Induktiivisella sisällönanalyysillä eli aineistolähtöinen laadullinen analyysi jaetaan kolmeen prosessinosaan. Ensimmäisessä prosessin vaiheessa tehdään redusointi eli aineiston pelkistäminen. Aineistoon perehdytään huolellisesti ja kaikki epäolennainen karsitaan pois aineistosta. Etsitään samaa ilmiötä kuvaavat ilmaisut tutkimuksista, poimitaan ne alkuperäisessä muodossa, ja tiivistetään ne pelkistetyiksi ilmauksiksi. Listataan pelkistetyt ilmaukset ja etsitään niistä samankaltaisuudet ja erilaisuudet. Ryhmitellään ja yhdistetään pelkistetyt ilmaukset ja muodostetaan niistä alaluokkia. Jatketaan alaluokkien yhdistämisellä ja muodostetaan niistä yläluokat. Lopuksi yhdistetään yläluokat pääluokiksi tai yhdistäväksi luokaksi, josta muodostetaan kokoava käsite. (Tuomi & Sarajärvi 2017)

Ennen analyysin aloittamista Tuomi & Sarajärvi (2017) mukaan täytyy määrittää analyysiyksikkö, joka voi olla sana, lause, lausuma tai useita lauseita sisältävä ajatuskokonaisuus. Tähän valittiin lausekokonaisuuksia ongelmalliseen ilmiöön, johon pyritään vaikuttamaan. Analyysi aloitettiin käymään aineiston tutkimuksia läpi. Sieltä poimittiin alkuperäisilmaukset johon haluttiin vaikuttaa ART-menetelmällä. Alkuperäiset ilmoitukset pelkistettiin eli redusointiin. (Taulukko 4)

Alkuperäiset ilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset
Children and adolescents with behaviour problems can create substantial difficulties. Youths have strengths but lack many of the personal, interpersonal, and social-cognitive skills that underlie prosocial behaviour.	Lapset ja nuoret, joilla esiintyy käytöshäiriötä tai ongelmakäyttäytymistä, joista on heille itselleen haittaa, koska heillä on puuttuvat henkilökohtaiset ihmissuhde ja sosiaalikognitiiviset taidot.
Frequent impulsiveness and use of aggression to meet their daily needs and longer term goals may reflect impairment in anger control. A form of violent, unpredictable, impulsive, or reactive behavior designed to harm or injure another individual, property, or self	Itsehillintä ja vihanhallinta vaikeuksia. Käyttäytyminen aiheuttaa aineellista vahinkoa ja/tai itselleen/ toiselle henkilölle. Oppinut saaman haluamansa väkivaltaisuuksella.
Adolescents have been shown to respond at more egocentric, concrete, and self-serving level of moral reasoning	Puutteellinen moraalisen päättelyn kyky, kyvyttömyys asettua toisen ihmisen asemaan, vahva uskomus aggressiivisuuden olevan oikeutettu keino.

Taulukko 4: Aineiston pelkistäminen

Redusoinnin jälkeen aineisto ryhmitellään eli klusteroidaan. Aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia, kun samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet on ryhmitelty ja yhdistelty muodostuu näistä alaluokat. Alaluokan luokitteluyksikkönä voi olla tutkittavan ilmiön ominaisuus käsitys tai piirre. Klusteroinnissa luodaan pohja aiheena olevan tutkimuksen perusrakenteelle ja alustavia kuvauksia tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2017,) Aineiston ryhmittely eli klusterointi on kuvattu taulukossa 5.

Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokka
Lapset ja nuoret, joilla esiintyy käytöshäiriötä tai ongelmakäyttäytymistä, joista on heille itselleen haittaa, koska heillä on puuttuvat henkilökohtaiset ihmissuhde ja sosiaalikognitiiviset taidot.	Opetetaan sosiaalisia taitoja, tuetaan ja vahvistetaan niiden käyttöä harjoitusten kautta
Itsehillintä ja vihanhallinta vaikeuksia. Käyttäytyminen aiheuttaa aineellista vahinkoa ja/tai itselleen/ toiselle henkilölle. Oppinut saaman haluamansa väkivaltaisuuksella.	Opetetaan vihanhallintaketjun kaikki osa-alueet ja harjoitellaan niitä käyttämään
Puutteellinen moraalisen päättelyn kyky, kyvyttömyys asettua toisen ihmisen asemaan, vahva uskomus aggressiivisuuden olevan oikeutettu keino.	Moraalioppia hyödynnetään kehittämään nuorten sisäistä puhetta ja ajatusvääristymiä

Taulukko 5: Aineiston klusterointi

Aineiston ryhmittelyn jälkeen tehdään abstrahointi eli käsitteellistäminen, jossa erotellaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Abstrahoinnissa edetään alkuperäisaineiston kuvaamista kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja edeten johtopäätöksiin. Luokituksia tulee yhdistellä niin pitkällä kuin se on mahdollista ja järkevää. (Tuomi & Sarajärvi 2017,) Taulukossa 6 kuvataan aineiston abstrahointi eli käsitteellistäminen.

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka	Yhdistävä tekijä
Opetetaan sosiaalisia taitoja tuetaan ja vahvistetaan niiden käyttöä harjoitusten kautta	Sosiaaliset taidot osaaminen	Yhteisesti kolmea komponenttia hyödyntämällä voidaan edistää lisäämällä prososiaalista käyttäytymistä, vähentämään vihaisuutta ja väkivaltaista käyttäytymistä, lisäämällä ongelmanratkaisukykyä sekä vähentämään ajatusvääristymiä	ART-menetelmän hallitseminen
Opetetaan vihanhallintaketjun kaikki osa-alueet ja harjoitellaan niitä käyttämään	Vihanhallinta osaaminen		
Moraalioppia hyödynnetään kehittämään nuorten sisäistä puhetta ja ajatusvääristymiä	Moraalioppi osaaminen		

Taulukko 6: Aineiston abstrahointi

11 Tulokset

Tämä opinnäytetyö tehtiin määrittämään ART-menetelmän vaikutuksia lasten- nuorten ongelmanratkaisuun, vihaan ja väkivaltaiseen käyttäytymiseen. Kaya & Buzlu (2016) toteavat tutkimuksessaan, että ART-osallistujien vihan taso laski ja vihanhallinnan taso nousi. Osallistujat kokivat alhaisempaa ärsyyntyneisyyttä ja hermostuneisuutta laukaisijoiden edessä. Todettiin, että he käyttivät sosiaalisia taitoja ongelmien ratkaisussa. Tutkimuksen tulos voidaan liittää siihen, että ryhmään osallistujat ovat oppineet ART:n vihanhallintaharjoituksissa vihanhallintaketjun sekä sosiaalisten taitojen hyödyntämisen provokaatiotilanteissa. ART:ia käytettäessä fyysinen aggressiivisuus näyttää vähentyneen ja vihamielisyys sekä suora ympäristön aiheuttama laukaisija (ts. ulkoiset laukaisijat) fysiologinen kiihtyminen (ts. vihjeet, kehon merkit), kognitiivisella tasolla tapahtuva prosessointi (ts. sisäinen puhe, sisäiset laukaisimet, muistuttajat) ja käyttäytymisen säätäminen (ts. sosiaaliset taidot) käyttämällä vihanhallinta komponenttia ART:sta. Fyysinen aggressiivisuus edustaa ulkoista vihaa, vaikka vihamielisyys koskee lähinnä sisäistä vihaa. Korkeampi vihamielisyys katsotaan liittyvän paranoidisten ajatusten kognitiivisiin häiriöihin. ("minusta tuntuu, että joskus ihmiset nauravat minulle") ja hyväksytetään väärinkäyttäytymistä (tämä on minun tapani). Tässä tutkimuksessa ART:n jälkeen nuorten vihamielisyyspisteet vähentyivät, josta voidaan päätellä, että mallioppimisen kautta on opittu hyödyntämään sosiaalisia taitoja. ART-osallistujien nousseet SPSI-RS-kokonaispisteet osoittavat lisääntyneen ongelmanratkaisukyvyn, joka on osoitus sosiaalisten taitojen harjoittelun tuloksesta.

Gundersen & Svartdal (2006) Norjassa tehdyn tutkimuksen ensisijainen havainto oli, että ART-interventio tuotti positiivisen ja luotettavan tuloksen. Osallistujien sosiaaliset taidot parantuivat ja käytösongelmat vähentyivät ennakkotesteistä jälkitesteihin. ART-ryhmät osoittivat merkittävää parannusta 9/10 testeissä, kun taas vertailuryhmä näytti parannusta 2/10 testeissä. Tämä tutkimus oli ensimmäinen Skandinaviassa tehty tutkimus ART-menetelmän vaikuttavuudesta kouluympäristössä toteutettuna. Tulokset ovat vastaavia, mitä on saavutettu yhdysvaltaisista tutkimuksista. Näin voidaan osoittaa ART-toimenpiteellä olevan positiivisia vaikutuksia kulttuurista huolimatta. Interventiot tapahtuivat koulu- ja oppilaitoksien ympäristössä, olivat positiiviset vaikutuksen myös ilmeisiä kotiympäristössä (vanhempien arvioimina). Huomionarvoista on myös, että 4/5 nuorten antamista itsearvioinneista osoittivat ART-menetelmän antaneen heille myönteisiä vaikutuksia. Tämä osoittaa ristikkäisvaikutuksen, joka vahvistaa yleisen interventiovaikutuksen kokonaisuuteen. Tulokset kertovat paljon samaa positiivista tulosta, riippumatta siitä kuka arvioinnin on tehnyt (vanhemmat, opettajat ja nuorisot). Kattavan testipatteriston käyttäminen tutkimuksessa mittaamaan muutoksia ongelmakäyttäytymiseen ja sosiaalisten taitojen kehittymiseen osoittivat myös suurta

johdonmukaisuutta testitulosten välillä. Kaikki kansainvälisesti pätevät testimittarit (CBCL, SSRS, CADBI, HIT) kuvasivat positiivista testitulosta. Se täytyy ottaa myös huomioon, että 2/3 subjektiivisesta testimittarista (CBCL, Y-scale ja HIT) osoittivat ART-ryhmissä positiivisen tuloksen, mutta tämä ilmeni myös kontrolliryhmässä. ART- ja kontrolliryhmän interventioiden olosuhteiden, esimerkiksi niiden samankaltaisuuden, vuoksi tulosten erottelu toisistaan oli melko vaikeaa. Tämä vaikutus ei kuitenkaan näkynyt opettajien arvioinneissa, mikä olisi luultavimmin tapahtunut, jos olosuhteiden samankaltaisuus olisi ollut merkittävä ongelma tässä tutkimuksessa.

Ondrus (2016) toteuttama satunnaistettu vertailututkimuksen tulokset viittaavat siihen, että ART-ryhmien osallistumistasojen (tarkkaavainen, tarkkaamaton ja vastustava) välillä oli huomattavia eroja AQ-pisteillä mitattuna. Lisäksi tulokset osoittavat, että ryhmän osallistumistaso voi vaikuttaa onnistuneesti epänormaalien aggressiivisen käyttäytymisen vähenemiseen ja lisääntyneeseen omaan vihanhallintaan nuorilla. ART-ryhmähoitoon aktiivisesti osallistuneet nuoret itsearvioivat positiivista vaikutuksista. Itsearvioinnin tuloksista kävi ilmi, että nuorten väkivaltaisuus vähentyi ja vihanhallinta lisääntyi. Ondrus (2016) tutkimustulokset tukevat sitä, että nuoriso oppi uusia taitoja, jotka ilmenevät positiivisina sosiaalisina muutoksina.

Hornsveld ym. (2014) vertasivat tutkimuksessaan oikeuspsykiatrisen klinikan potilaita (n=123) toisen asteen ammattiopiskelijoita (n=275) ART-menetelmän vaikutuksesta. Potilaat saivat huomattavasti korkeammat pisteet vihan luonteessa, vihamielisyydessä, väkivaltaisuudessa ja merkittävästi pienemmät miellyttävyydestä ja sosiaalisesta ahdistuksesta kuin vertailuryhmä. Tämä tulos oli odotettavissa, koska potilaita luonnehdittiin egoistisemmiksi (vähemmän miellyttävimmiksi), vihaisiksi, vihamielisiksi ja aggressiivisiksi. Tutkimuksen aikana 61 potilasta 123:sta ei suorittanut koulutusta loppuun eli keskeyttämistulos oli lähes 50 %. Enneaikaisesti vetäytyneet potilaat saivat huomattavasti korkeammat psykopatian, kroonisesti epävakaan ja antisosiaalisuuden pisteytyksen. Keskeyttämistulos ja luonne on linjassa muiden tutkimusten tulosten kanssa, joissa on todettu hoidon keskeyttäjien piirteitä. Keskeyttäjillä on huomattu liittyvä suurempaa todennäköisyyttä aggressiivisen käyttäytymisen jatkuvuuteen ja rikosten uusiutumisen riskiin. ART- hoidon läpi käyneet potilaat eivät muuttuneet useimmissa asioissa, joihin pyrittiin saamaan vaikutusta ART-menetelmällä. Hoidon ja odotusajanjakson jälkeen, kuitenkin viha kasvoi merkittävästi ajanjakson aikana, johon ei saatu selkeää selitystä. ART-menetelmän ansioista saatiin kuitenkin merkittävää fyysisen väkivallan ja sosiaalisen ahdistuneisuuden vähentymistä. (Hornsveld ym. 2014, 9–13)

Amendola & Olivier (2013) arvioivat tutkimuksessaan ART-menetelmän vaikutusta Pennsylvanian Erie:ssa sijaitsevan The Perseus House:n asukkaisiin. Perseus House on moniulotteinen nuorten palvelu organisaatio, jossa on erilaisia lastensuojelu- ja hoitoyksiköitä, jotka tarjoavat turvallisen ja huolehtivan ympäristön erikoishoitoa tarvitseville nuorille (Perseus House, Inc. 2020). Arviointiin otettiin kaksi ryhmää, jotka olivat eri hoito-ohjelmasta. Ensimmäinen ryhmä oli Laaja-alaiseen yhteistyöhön perustuva intensiivinen yhteisön hoito-ohjelma (engl. the collaborative intensive community based program eli CICTP) sekä toinen ryhmä koostui eri asuinhoitoyksiköiden asukkaista, johon kuuluu seitsemän erilaista asuinhoitolaitosta (engl. the perseus house residential program eli PHRP) kuten asuinhoitolaitos, tehostettu asumishoitolaite ja tehohoito-ohjelma (Perseus House, Inc. 2020). Nuorten tuomioistuimien lähettämät nuoret osallistumaan ART-ohjelmaan joko lykätyllä sijoitus tai uudelleenintegraation perusteella, jota seuraa jakso asumisyksikössä. Amendola & Olivier (2013) esittävät tutkimuksessaan CICTP-ryhmän jäsenten merkittävää kasvua sosiaalisten taitojen saavuttamisessa sekä kokonaisvaltaista kehittymistä psykologisesti, että sosiaalisesti (Global assessment of functioning, mittari APA). Myös huomattavaa vähentymistä esiintyi aggressiossa (aggression scores, mittari aggression questionnaire, eli AQ) ja ajatusvääristymissä (how i think, HIT). Nuorten uudelleen pidätysaste 12 kuukauden seurantaajaksella ohjelman jälkeen oli 10,5 %. Taulukossa 7 on esitetty 1127 CICTP-ryhmän jäsenen tulokset ennen ja jälkeen ART-menetelmän. Kymmenen vuoden aikana seurattiin jokaista ohjelman käynnistä nuorta vuoden ajan ART-ohjelman jälkeen, rikoksen uusintariski oli kymmenen vuoden aikana 10,5 %.

	Pre-Scores	Post-Scores
Global assessment of Functioning	55,7	61,1
Skillstreaming (youth)	168,3	188,4
Skillstreaming (trainer)	143,8	163,5
Skillstreaming (Parents)	156,3	172,2
Aggression Scores	54,6	51,3
Thinking errors (HIT)	2,8	2,4
Grade Point Average	1,8	2,2

Taulukko 7: CICTP-ryhmän tulokset

Amendola & Olivier (2013) noteraavat samankaltaisen kehityksen ilmenevän ryhmän kaksi (PHRP) osallistujilla. (Taulukko 8) PHRP-ryhmästä kymmenen vuoden aikana 853 henkilöä suoritti ART-ohjelman. Tämän seurauksena 12 kuukauden seuranta ajanjakson aikana uudelleenpidätysprosentti oli 7 %.

Mittari	Pre-Scores	Post-Scores
Global assessment of Functioning	44,2	51,2
Skillstreaming (youth)	170,7	189,4
Skillstreaming (trainer)	136,6	171,5
Skillstreaming (Parents)	143,5	172,5
Aggression Scores	53,8	50,0
Thinking errors (HIT)	2,60	2,10
Grade Point Average	2,1	2,9

Taulukko 8: PHRP-ryhmän tulokset

12 Pohdinta

12.1 Tulosten arviointi ja johtopäätökset

Opinnäytetyön tarkoituksen oli selvittää ART-menetelmää ja sen vaikuttavuutta aggressiivisten nuorten käyttäytymiseen sekä soveltuvuutta suomalaiseen kouluympäristöön. Kirjallisuuskatsauksen tuloksista kävi ilmi, että ART-menetelmällä on paikoin merkittävää vaikuttavuutta sosiaalisiin taitoihin, vihanhallintaan kuin myös moraalisen päättelyn kehittymiseen. ART- menetelmää tulisi käyttää, niin kuin se on suunniteltu, jotta se toimisi tehokkaasti. Kuitenkaan ei voida ennustaa, että se olisi aina mahdollista, joten täytyy olla kykyä sopeuttaa sitä yksilön ja ryhmän vaatimusten mukaisesti. Tärkeäksi huomioitavaksi asiaksi nousi ohjaajien ammattitaito. Suunnitelma vaiheessa ajatuksena oli tehdä aiheesta myös manuaali, jota voitaisiin hyödyntää ryhmäkertojen pitämisen tueksi. Kuitenkin asiaan perehtyessä kävi selväksi, että se olisi lähinnä turhaa. ART-menetelmän käyttöön tulee perehtyä huolella ja harjoitella etukäteen, jotta siitä olisi hyötyä ja saataisiin aikaan toivottuja muutoksia. Tähän palvelee erinomaisesti kattava, selkokielineen ja helposti ymmärrettävä aggression replacement training – vihanhallinta menetelmä aggressiivisille nuorille kirja. Vaikka menetelmää voi käyttää kirjan avulla itseopiskeltuna, tuli aineistossa esille, kuinka tärkeää olisi perehdyttää ja kouluttaa ohjaajat menetelmän käyttöön.

Kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan pohjautuva ART-menetelmä on näyttöön perustuva ja tieteellisesti hyväksytty. ART-ohjelman tehokkuuteen mainittiin useasti, että on tärkeää ottaa vanhemmat mukaan. Vanhempien opastusta menetelmään on positiivisen käyttäytymisen jatkuvuuden kannalta tärkeää, jotta nuori saa vahvistuksia käyttäytymiselleen, kun on toiminut ja käyttäytynyt prososiaalisesti. ART-menetelmästä saatiin positiivisia tuloksia Norjassa tehdyissä tutkimuksissa, joissa oli mukana koulujen oppilaita. Pohjoismaalaisena tutkimuksena voitaisiin tehdä johtopäätös, että Suomessakin kouluissa voitaisiin saada positiivisia tuloksia aikaan. Itsenäistymisen, merkityksellisyyden ja minäpystyvyyden vahvistamiseksi, joilla on valtavia mielenterveydellisiä vaikutuksia, voitaisiin tukea ART-menetelmän opein. Käytöshäiriöisiä, väkivaltaisia ja antisosiaalisia nuoria ohjautumaan elämässään oikealle polulle, eikä jättää heitä vaikeuksien keskelle yksinään keinoitta.

12.2 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) ja suomalainen tiedeyhteisö ovat yhdessä laatineet tutkimuseettisen ohjeen hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Tieteellinen tutkimus on eettisesti hyväksyttävä, luotettava ja tulokset uskottavia vain, jos tutkimus on tehty hyvän tieteellisen käytäntöjen mukaisesti. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012)

Eettisyys täytyy huomioida koko tutkimusprosessin ajan, aina ideoinnista raportointiin saakka. Hyvä tieteellinen käytäntö on yksinkertaistettuna sitä, että tutkijat noudattavat eettisesti kestäviä tiedonhankintamenetelmiä ja tutkimusmenetelmiä. Tämän noudattaminen velvoittaa jokaista tutkijaa samalla tavalla käyttämään sellaisia tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä, jotka ovat tiedeyhteisön hyväksymiä. Hyvä tieteellinen käytäntö edellyttää tutkijan osoittavan rehellisyyttä ja vilpittömyyttä. Tämä tarkoittaa, että tutkijan on kunnioitettava toisten tutkijoiden saavutuksia ja tutkimuksia. Rehellinen tutkija toimii läpinäkyvästi ja osoittaa tekstissään lähdeviitteet määritysten mukaisesti. (Vilka 2021.)

Aineiston valinnassa ja käsittelyssä eettisyys korostuu raportoinnin tasavertaisuuden, rehellisyyden ja oikeudenmukaisuuden kannalta. Opinnäytetyönprosessin eettisyyttä ja luotettavuutta voidaan parantaa avoimella ja johdonmukaisella etenemisellä tutkimuskysymyksistä johtopäätöksiin. Luotettavuutta tarkasteltaessa on tärkeää, että tutkimuskysymys ja valittu menetelmä on esitelty selkeästi ja perusteltu. Aineiston perusteleminen täytyy myös raportoida, ettei luotettavuus heikkene. Tämä johtaa johtopäätöksien kyseenalaistamiseen ja koko aineiston hyödynnettävyys voi jäädä käyttämättä. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta voi horjuttaa myös, jos analysoitu aineisto yhdistetään liian latteasti teoreettiseen taustaan. Vaarana voi olla myös keskittyminen tutkimusten sijaan tutkijoihin tai pysähtyminen nykytilanteeseen, jolloin tulevaisuuden tutkimuskohteet voi jäädä havainnoimatta. (Kangasniemi ym. 2013, 297–298.)

Opinnäytetyön tiedonhakuprosessissa oli tarkat sisäänotto- ja poissulkukriteerit, jonka myötä aineisto vähäisyys ei jättänyt paljoa valinnanvaraa kirjallisuuskatsauksen aineistolle. Vaikka aineiston luotettavuuden kannalta pyrittiin löytämään alle kymmenen vuotta vanhoja julkaisuja, oli aiheen viimeisimpien tutkimusten vähäisyyden vuoksi, täytyi ottaa mukaan myös hieman vanhempia tutkimuksia. Opinnäytetyön luotettavuutta lisää se, että aineisto on haettu luotettavista ja tieteellisistä lähteistä. Lähteet ja lähdeviittaukset on merkitty avoimesti ammattikorkeakoulun opinnäytetyönraportin kirjoitusohjeen mukaisesti. Tutkimuksessa ei tarkasteltu henkilöitä tai muuta arkaluontaista tietoa, joten eettinen ennakoarviointi ei ollut tarpeellista.

12.3 Jatkotutkimus- ja kehittämis ehdotukset

Tutkimuksia on tehty aiheesta ympäri maailman, niin pienemmällä kuin suuremmalla otannalla, jossa tarkastelujaksot ovat olleet kuukausista vuosiin. ART-menetelmää on tutkittu ja kehitetty 1980-luvulta saakka. Kuitenkaan Suomessa ei ole tehty yhtään laajempaa tutkimusta ART-menetelmän käytöstä ja sen vaikuttavuudesta. Jotain opinnäytetöitä löytyy. ART-menetelmä voi olla yksi tarpeellinen ja käytännöllinen keino auttaa nuoria. Kouluihin

tämä olisi helppo integroida koulupäivän yhteyteen. ART-ryhmien vetäminen kouluissa voisi olla helpommin lähestyttävää, kun koulutettu ohjaaja olisi tuttu persoona ja kasvo.

Voisin väittääkin, että olisi huomattavasti taloudellisestikin hyödyttävämpää tarjota interventioita oireilun alkujuurille kuin alkaa hoitamaan pitkälle edenneitä, juurtuneita haitallisia käyttäytymistapoja. Tällä voitaisiin saavuttaa lyhyen ja pidemmän aikavälin positiivisia tuloksia nuorten elämään.

Usein oppilaat saavat rangaistuksen (jälki-istunto, kasvatustalkoot, kirjallinen varoitus), joka ei välttämättä opeta tai merkitse nuorelle mitään, eikä muutosta käyttäytymiseen näin tapahdu. Voitaisiin alkaa kääntämään ajatusta ja palkitsemisen kautta saamaan niitä toivottuja positiivisia vahvistuksia nuoren kypsälle käyttäytymiselle. Nuorten puutteelliset taidot, tunnesäätelyn hallitsemattomuus ja vajavainen moraalinen päättely tarvitsee tukea ja apua niiden kehittämisessä. Taidot, jotka ovat yhä tärkeämmässä asemassa jatkuvasti kehittyvässä sivistyneessä yhteiskunnassa. Ei voida olettaa, että nuori välttämättä oppii ne itsenäisesti, jos kukaan ei ole vielä niitä opettanutkaan tai mallioppiminen ei ole ollut yhteiskuntanormien mukaista.

Työssäni (peruskouluissa) olen todistanut ja huomannut, että mielenterveyden ammattitaitoa tarvitaan kouluympäristöön koko koulupäivän ajaksi, varsinkin useamman sadan oppilaan peruskouluihin. Opettajille ja rehtoreille ei voi tätä taakkaa vastuutta, he venyvät jo muutenkin. Koulukuraattorit ja psykologit ovat ylityöllistettyjä myös ja yleisesti ottaen muuttaman hetken viikosta tavoitettavissa. Jonot nuorisopsykiatrian palveluihin ovat vähintään kuukauden pituisia. Tähän ongelmaan psykiatrinen sairaanhoitaja voisi olla toimiva ja helposti toteutettava ratkaisu.

Suomen opetus- ja kulttuuriministeriö valmistelee (2021) toimia lasten- ja nuorten hyvinvoinnin toimintakyvyn tukemiseksi. Vahvasti on esillä myös koulukiusaamisen ehkäisy ja nuorten väkivaltaisuus. ART-menetelmä voisi on yksi toimiva keino ja ratkaisu. Koulujen toimintamallin kehittämistä ja nuorten mielenterveyspalveluiden saavuttamista vielä lähemmäksi nuoria täytyy parantaa, jotta olisi mahdollista tehdä tutkimuksia aiheesta Suomessa.

Lähteet

- Aalto-Setälä, T. Huikko, E. Appelqvist-Schmidlechner, K. Haravuori, H. & Marttunen, M. 2020. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Opas. Viitattu 16.2.2021. Saatavissa <https://www.julkari.fi/handle/10024/140590>
- Amendola, M. & Oliver R.W. 2013. Aggression Replacement Training and Childhood Trauma
- Brännström, L. Kaunitz, C. Andershed, A.K. South, S. & Smedslund, G. 2016. Aggression replacement training (ART) for reducing antisocial behavior in adolescents and adults: A systematic review.
- Ensaifdaran, F. Krahe, B. Soodabe, B.N. & Arshadi, N. 2019. Efficacy of different versions of Aggression Replacement Training (ART): A review
- Gibbs, J.C. 2010. Moral development and reality: Beyond the theories of Kohlberg and Hoffman. 2.painos. Boston: Pearson Allyn & Bacon.
- Glick, B. & Gibbs, J.C. 2011. Aggression Replacement Training – A Comprehensive Intervention for Aggressive Youth (Third Edition – Revised and Expanded) Champaign, Illinois, USA: Research Press.
- Godwin, J.W. 2020. The Fast Track intervention's impact on behaviours of despair in adolescence and young adulthood.
- Goldstein, A.P. Glick, B. & Gibbs, J.C. 1998. Aggression replacement Training. Suomenkielisen painoksen esipuhe Tuomisto, M.T. Professori, Psykologian laitos, Tampereen yliopisto 10/2008. Champaign, Illinois, USA: Research Press.
- Gundersen, K. & Svartdal, F. 2006. Aggression Replacement Training in Norway: Outcome evaluation of 11 Norwegian student projects.
- Kangasniemi, M. Utriainen, K. Ahonen, S.M. Pietilä, A.M. Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvallinen kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede* 2013, 25 (4), 291–301.
- Kaya, F. & Buzlu, S. 2016. Effects of Aggression Replacement Training on Problem Solving, Anger and Aggressive Behaviour among Adolescents with Criminal Attempts in Turkey: A Quasi-Experimental Study. *Archives of Psychiatric Nursing* vol 30 issue 6. Viitattu 17.2.2020. Saatavissa <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0883941716301108>

Keltinkangas-Järvinen L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö

Mielenterveystalo- verkkopalvelu 2021. Viitattu 11.4.2021. Saatavissa https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/kayttaytymisen_hairiot/Pages/lapsen_vakivaltaisen_ja_tai_uhkaava_kaytos.aspx

Mogk, H. Röning, T. Reiman-Möttönen, P. Isojärvi, J. & Mäkinen, E. 2015. Auttaako käyttäytymisterapeuttinen ryhmäterapia aggressiivisesti käyttäytyvää nuorta? Viitattu 16.2.2021. Saatavissa https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/231094/SLL172016_1240.pdf?sequence=1

Näreaho, S. Kettunen, J. Kärki, A. & Päälysaho, S. 2020. Vastuullinen opinnäytetyö Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset Arene, 2020. Viitattu 16.2.2021. Saatavissa www.arene.fi

Ondrus, C.A. 2016. Outcomes of Aggression Replacement Training for U.S. Adolescents in Residential Facilities.

Peltonen, M. 2019. Lapsen ja nuoren psyykinen oireilu lisää riskiä keskeyttää koulunkäynti. Helsingin yliopisto. Viitattu 8.2.2021. Saatavissa <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/koulutus-kasvatus-ja-oppiminen/lapsen-ja-nuoren-psykinen-oireilu-lisaa-riskia-keskeyttaa-koulunkaynti>

Perhekuntoutuskeskus Lauste 29.3.2019. Miten ennaltaehkäistä nuoren väkivaltaista käyttäytymistä. Viitattu 11.4.2021. Saatavissa <https://lauste.fi/ajankohtaista-nuorten-vakivalta-kayttaytyminen/>

Perseus House, Inc. 2020. Collaborative Intensive Community Treatment Program (CICTP). Viitattu 17.4.2021. Saatavissa <https://www.perseushouse.org/our-services/alternative-to-residential-treatment-cictp/>

Perseus House, Inc. 2020. Residential Viitattu 17.4.2021. Saatavissa <https://www.perseushouse.org/our-services/residential/>

Perusopetuslaki 628/1998. Saatavissa <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>

Ranta, K. Fredriksson, J. Koskinen, M. & Tuomisto, M.T. 2018. Lasten ja nuorten kognitiiviset ja käyttäytymisterapiat. Helsinki: Duodecim

Rikksentorjuntaneuvosto, oikeusministeriö 2021. Viitattu 29.3.2021. Saatavissa www.rikksentorjunta.fi/aggression-portaat

Ruud, H. Hornsveld, J. Floris, W. Kraaimaat, P. Muris, A. Zwets, J. & Kanters, T. 2014. Aggression Replacement Training for Violent Young Men in a Forensic Psychiatric Outpatient Clinic. Julkaisija: Sage

Ruutu, P. 2019 Psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa hoidettujen lasten ja nuorten koulunkäynnin tukeminen perusopetuksessa ja sairaalaopetuksen koetut vaikutukset koulunkäyntiin. Helsingin yliopisto, Kasvatustieteellinen tiedekunta. Kasvatustieteellisiä tutkimuksia, numero 57. Viitattu 17.2.2020. Saatavissa <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305843/Psykiatr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisu. 6–7. Viitattu 20.11.2020 Saatavissa https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Santalahti, P 2018. Kouluissa universaalisti toteutettavat tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimisen ohjelmat käytösongelmien vähentämiseksi. Viitattu 29.3.2021. Saatavissa kaypa-hoito.fi/nak09067

Suomen ART ry. 2021. Viitattu 16.2.2021. Saatavissa www.suomenart.com

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020. Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelut, tuottajavertailu. Viitattu 8.2.2020. Saatavissa https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/eshjono/psyka/summary_psykiatria02?paltu_0=516039&eala_0=516062&aika_0=456761&mittarit_0=18629

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi

Turun yliopisto 2021. Viitattu 29.3.2021. Saatavissa www.kivakoulu.fi/kivaohjelmasta

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvän tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 21.4.2021. Saatavissa https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Liite 1. Kymmenen viikon ART-ohjelma

Viikko	Harjoitettava alue		
	Sosiaaliset taidot	Vihanhallinta	Moraalinen päätely
1	Ryhmäkerta 1 Tyytymättömyyden ilmaiseminen	Ryhmäkerta 2 Vihan ABC-malli	Ryhmäkerta 3 Janin ongelmatilanne
2	Ryhmäkerta 4 Toisen henkilön tunteiden ymmärtäminen	Ryhmäkerta 5 Häsläämispäiväkirja ja laukaisijat	Ryhmäkerta 6 Jessen ongelmatilanne
3	Ryhmäkerta 7 Vaikeaan keskusteluun valmistautuminen	Ryhmäkerta 8 Vihjeet ja rauhoittajat	Ryhmäkerta 9 Miron ongelmatilanne
4	Ryhmäkerta 10 Toisen henkilön suuttumuksen sietäminen	Ryhmäkerta 11 Muistuttajat	Ryhmäkerta 12 Joonaksen ongelmatilanne
5	Ryhmäkerta 13 Muiden auttaminen	Ryhmäkerta 14 Seurausten ajatteleva	Ryhmäkerta 15 Samin ongelmatilanne
6	Ryhmäkerta 16 Riidan tai tappelun välttäminen	Ryhmäkerta 17 Itsearviointi	Ryhmäkerta 18 Leon ongelmatilanne
7	Ryhmäkerta 19 Syytökseen vastaaminen	Ryhmäkerta 20 Vihaisen käyttäytymisen noidankehän	Ryhmäkerta 21 Roopen ongelmatilanne
8	Ryhmäkerta 22 Ryhmäpaineen sietäminen	Ryhmäkerta 23 Sosiaalisen taidon käyttäminen ja koko vihanhallintaketjun harjoittelu	Ryhmäkerta 24 Oskarin ongelmatilanne
9	Ryhmäkerta 25 Välittämisen ilmaiseminen	Ryhmäkerta 26 Koko vihanhallintaketjun harjoittelu	Ryhmäkerta 27 Juuson ongelmatilanne
10	Ryhmäkerta 28 Epäonnistumisen sietäminen	Ryhmäkerta 29 Yhteenveto ja koko vihanhallintaketjun harjoittelu	Ryhmäkerta 30 Anttonin ongelmatilanne

Liite 2. Nuoren sosiaaliset taidot lista

Ryhmä 1: Perustason sosiaaliset taidot

Nro	Taito	Taidon vaiheet
1	Kuunteleminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä haluat kysyä. 2. Mieti, keneltä voisit kysyä sitä. 3. Mieti erilaisia tapoja esittää kysymys. 4. Valitse oikea aika ja paikka. 5. Esitä kysymyksesi.
2	Keskustelun aloittaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tervehdi. 2. Jutustele. 3. Päät ele, kuunteleeko toinen sinua. 4. Ota esiin keskustelun varsinainen aihe
3	Keskusteleminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kerro asiasi. 2. Kysy, mitä mieltä toinen on siitä. 3. Kuuntele, mitä hän sanoo. 4. Kerro, mitä itse ajattelet. 5. Päätä keskustelu jollain sopivalla kommentilla.
4	Kysyminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä haluat kysyä. 2. Mieti, keneltä voisit kysyä sitä. 3. Mieti erilaisia tapoja esittää kysymys. 4. Valitse oikea aika ja paikka. 5. Esitä kysymyksesi.
5	Kiittäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, onko toinen sanonut tai tehnyt jotain, mistä haluat kiittää häntä. 2. Valitse oikea aika ja paikka. 3. Kiitä ystävällisesti. 4. Kerro, miksi kiität.
6	Esittäytyminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Valitse sopiva aika ja paikka. 2. Tervehdi ja kerro nimesi. 3. Jos et tiedä toisen nimeä, kysy sitä. 4. Sano tai kysy jotain, mikä helpot aa
7	Muiden esittelemisen toisilleen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sano ensimmäisen henkilön nimi ja kerro hänelle toisen nimi. 2. Sano toisen henkilön nimi ja kerro hänelle ensimmäisen nimi. 3. Sano jotain, mikä auttaa heitä aloittamaan keskustelun ja tutustumaan toisiinsa.
8	Kehuminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä mukavaa haluaisit sanoa toiselle. 2. Mieti, miten sanoisit sen. 3. Valitse sopiva aika ja paikka. 4. Kehu häntä.

Ryhmä 2: Edistyneemmät sosiaaliset taidot

Nro	Taito	Taidon vaiheet
9	Avun pyytäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mikä on ongelmasi. 2. Mieti, haluatko apua. 3. Mieti, keneltä apua kannattaa pyytää. 4. Kerro ongelmasi hänelle ja pyydä apua.
10	Mukaan meneminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, haluatko liittyä toisten seuraan. 2. Mieti, mikä olisi hyvä tapa tehdä se. 3. Valitse sopiva hetki. 4. Mene mukaan.
11	Ohjeiden antaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä pitää tehdä. 2. Mieti, kuka voisi tehdä sen. 3. Pyydä häntä tekemään se. 4. Kysy, ymmärtääkö hän, mitä pitää tehdä. 5. Muuta tarvittaessa ohjeita tai toista ne.
12	Ohjeiden noudattaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kuuntele tarkkaan, kun sinulle annetaan ohjeet. 2. Kysy, jos et ymmärrä jotain. 3. Mieti, haluatko noudattaa annettuja ohjeita, ja kerro se ohjeiden antajalle. 4. Kertaa ohjeet. 5. Toimi ohjeiden mukaan.
13	Anteeksi pyytäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, pitäisikö sinun pyytää anteeksi jotain, mitä olet tehnyt. 2. Mieti eri tapoja tehdä se. 3. Valitse sopiva aika ja paikka. 4. Pyydä anteeksi.
14	Muiden vakuuttaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, haluatko saada jonkun vakuuttuneeksi jostain asiasta. 2. Kerro hänelle näkemyksesi. 3. Kysy, mitä hän ajattelee asiasta. 4. Perustele, miksi sinun näkemyksesi on mielestäsi hyvä. 5. Pyydä toista ajat elemaan sanomaasi ennen kuin hän päättää oman kantansa asiaan.

Ryhmä 3: Tunteiden käsittelyyn liittyvät taidot

Nro	Taito	Taidon vaiheet
15	Omien tunteiden tunnistaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tarkkaile oloasi ja kehosi tuntemuksia. 2. Mieti, mikä sai tuntemukset aikaan. 3. Mieti, millä sanalla voisit kuvata tunnetilaasi.
16	Tunteiden ilmaiseminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tarkkaile oloasi ja kehosi tuntemuksia. 2. Mieti, mikä sai tuntemukset aikaan. 3. Mieti, mistä tunteesta on kyse. 4. Mieti eri tapoja ilmaista tunne ja valitse niistä yksi. 5. Ilmaise tunteesi.
*17	Toisen henkilön tunteiden ymmärtäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Katso toista henkilöä. 2. Kuuntele, mitä hän sanoo. 3. Mieti, miltä hänestä mahtaa tuntua. 4. Mieti erilaisia tapoja osoittaa, et ä ymmärrät hänen tunteensa. 5. Valitse paras tapa ja toimi.
*18	Toisen henkilön suuttumuksen sietäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kuuntele vihaista henkilöä. 2. Yritä ymmärtää, mitä hän sanoo ja tuntee. 3. Mieti, voitko vaikuttaa tilanteeseen sanomalla tai tekeillä jotain. 4. Yritä pärjätä hänen suuttumuksensa kanssa.
*19	Välittämisen ilmaiseminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, onko sinulla positiivisia tunteita jotakuta kohtaan. 2. Mieti, haluaisiko hän tietää tunteistasi. 3. Valitse paras tapa osoittaa tunteesi. 4. Valitse sopiva aika ja paikka tunteiden ilmaisemiseen. 5. Ilmaise tunteesi ystävällisesti.
20	Pelon sietäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, pelottaako sinua. 2. Mieti, mikä saattaisi olla pelon syynä. 3. Mieti, onko pelkosi aiheellinen. 4. Yritä saada pelko vaiheittain hallintaasi.
21	Itsensä palkitseminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, oletko tehnyt jotain palkitsemisen arvoista. 2. Mieti, miten voisit kehua itseäsi. 3. Mieti, mitä voisit tehdä palkitaksesi itsesi. 4. Palkitse itsesi.

Ryhmä 4: Aggressiiviselle käyttäytymiselle vaihtoehtoiset taidot

Nro	Taito	Taidon vaiheet
22	Luvan kysyminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, tarvitsetko luvan jonkin asian tekemiseen. 2. Mieti, keneltä lupa pitää pyytää. 3. Mieti, miten pyydät sitä. 4. Valitse sopiva hetki. 5. Kysy lupa.
23	Omastaan jakaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, haluatko jakaa jonkun toisen kanssa jotain, mitä sinulla on. 2. Mieti, mitä tuo toinen ajattelisi asiasta. 3. Tarjoudu jakamaan asia suoraan ja ystävällisesti.
24	Muiden auttaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mahtaisiko toinen tarvita ja haluta apuasi. 2. Mieti, millä tavalla voisit auttaa häntä. 3. Kysy, haluaako hän apuasi. 4. Auta häntä.
25	Neuvotteleminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, oletko eri mieltä toisen henkilön kanssa. 2. Kerro hänelle oma näkemyksesi erimielisyyden aiheesta. 3. Kysy, mitä hän asiasta ajattelee. 4. Kuuntele vastaus avoimin mielin. 5. Mieti, miksi hän ajattelee sillä tavalla. 6. Ehdota kompromissia.
26	Itsehillintä	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tarkkaile oloasi ja huomioi merkit, jotka kertovat, että olet menettämässä itsehillintäsi. 2. Mieti, mikä sai sinut tuntemaan sillä tavalla. 3. Mieti tapoja, joiden avulla voisit hillitä itsesi. 4. Valitse paras tapa ja toteuta se.
27	Omien oikeuksien puolustaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tarkkaile oloasi ja huomioi merkit, jotka kertovat, että olet tyytymätön tilanteeseen ja haluaisit puolustautua. 2. Mieti, mikä sai sinut tyytymättömäksi. 3. Mieti tapoja, joilla voisit puolustaa oikeuksiasi, ja valitse niistä yksi. 4. Puolusta oikeuksiasi suoraan ja järkevällä tavalla.
28	Kiusaamiseen reagoiminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, kiusataanko sinua. 2. Mieti tapoja, joiden avulla voisit selvitä kiusaamisesta. 3. Valitse paras tapa ja toimi.
29	Hankaluuksien välttäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, oletko tilanteessa, jossa voit joutua vaikeuksiin. 2. Päätä, haluatko pois tilanteesta. 3. Kerro muille, mitä olet päättänyt ja miksi. 4. Mieti, mitä muuta voisit tehdä. 5. Tee niin kuin itsellesi on parasta.
*30	Riidan tai tappelun välttäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pysähdy ja mieti, miksi haluat riidellä tai tapella. 2. Mieti, mitä haluaisit tapahtuvan. 3. Mieti muita tapoja reagoida tilanteeseen. 4. Valitse paras tapa selvitä tilanteesta ja toimi sen mukaan.

Nro	Taito	Taidon vaiheet
*31	Tyytymättömyyden ilmaise- minen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mihin asiaan olet tyytymätön. 2. Mieti, kenelle aiot valittaa asiasta. 3. Kerro tuolle henkilölle, miksi olet tyytymätön. 4. Kerro, mitä haluaisit asialle tehtävän. 5. Kysy, mitä mieltä hän on siitä, mitä sanoit.
32	Negatiiviseen palautteeseen vastaaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kuuntele negatiivinen palaute. 2. Pyydä selventämään kohdat, joita et ymmärrä. 3. Kerro, et ä ymmärrät asian. 4. Kerro oma näkemyksesi asiasta ja myönnä palaute oi- keaksi, jos siihen on aihetta. 5. Ehdota, mitä voisit tehdä asialle.
33	Urheiluhengen osoittaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti omaa ja toisen toimintaa pelissä. 2. Mieti, mitä myönteistä voisit sanoa toisen suorituk- sesta. 3. Mieti, miten hän suhtautuisi sanomaasi. 4. Valitse mielestäsi paras palaute ja kerro se.
34	Häpeän sietäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, häpeätkö jotain. 2. Mieti, mikä sai sinut tuntemaan häpeää. 3. Mieti, mikä auttaisi viemään tunteen pois, ja toimi niin.
35	Ulkopuolisuuden sietäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, onko sinut jätetty jonkin asian ulkopuolelle. 2. Mieti, miksi sinut on jätetty ulkopuolelle. 3. Mieti, mitä voisit tehdä asialle. 4. Valitse paras tapa ja tee se.
36	Ystävän puolustaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, onko ystäväsi kohdeltu epäoikeudenmukaisesti. 2. Mieti, haluaako ystäväsi sinun puolustavan itseään. 3. Mieti, miten voisit tehdä sen. 4. Puolusta ystäväsi.
37	Suostutteluun vastaaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kuuntele, mitä toinen sanoo. 2. Mieti, mitä itse ajattelet asiasta. 3. Vertaa omaa ja toisen mielipidettä. 4. Mieti, kumpi kanta tuntuu paremmalta, ja kerro se toi- selle.
38*	Epäonnistumisen sietämi- nen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, oletko epäonnistunut jossain asiassa. 2. Mieti, miksi epäonnistuit. 3. Mieti, miten voisit välttää epäonnistumisen seuraavalla kerralla. 4. Mieti, haluatko yrittää uudelleen. 5. Yritä uudelleen toisella tavalla.
39	Ristiriitaisten viestien kanssa pärsyminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, viestittäkö joku sinulle samaan aikaan kahta vastakkaista asiaa. 2. Mieti, miten voisit kertoa hänelle, ettet ymmärrä, mitä hän tarkoittaa. 3. Valitse paras tapa ja kerro, ettet ymmärrä.

Ryhmä 5: Stressinsietoon liittyvät taidot

*40	Syytökseen vastaaminen	<ol style="list-style-type: none">1. Mieti, mistä sinua syytetään.2. Mieti, miksi sinua syytetään.3. Mieti eri tapoja vastata syytökseen.4. Valitse paras tapa ja toteuta se.
*41	Vaikeaan keskusteluun valmistautuminen	<ol style="list-style-type: none">1. Mieti, miltä sinusta voi keskustelun aikana tuntua.2. Mieti, miltä toisesta osapuolesta saattaa tuntua.3. Mieti eri tapoja esittää asiasi.4. Mieti, miten toinen saattaa vastata.5. Mieti, mitä muuta keskustelun aikana voi tapahtua.6. Valitse paras tapa sanoa asiasi ja kokeile sitä.
*42	Ryhmäpaineen sietäminen	<ol style="list-style-type: none">1. Mieti, mitä ryhmä haluaa sinun tekevän ja miksi.2. Mieti, mitä itse haluat.3. Päätä, miten kerrot ryhmälle, mitä itse haluat.4. Kerro se ryhmälle.

Ryhmä 6: Suunnittelutaidot

Nro	Taito	Taidon vaiheet
43	Kivan tekemisen keksiminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, onko sinulla tylsää. 2. Mieti, minkälaisista asioiden tekemisestä pidät. 3. Mieti, mitä niistä voisit tehdä nyt. 4. Ryhdy puuhaan.
44	Ongelman syyn selvittäminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mikä on ongelmana. 2. Mieti mahdollisia syitä ongelmaan. 3. Mieti, mitkä syistä ovat todennäköisimmät. 4. Selvitä ongelman todelliset syyt.
45	Tavoitteen asettaminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä haluat saavuttaa. 2. Etsi tietoa siitä, miten voisit saavuttaa tavoitteesi. 3. Mieti, mitä kaikkea sinun täytyy tehdä tavoitteen saavuttamiseksi. 4. Ota ensimmäinen askel kohti tavoitettasi.
46	Omien taitojen arvioiminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä taitojasi haluat käyttää. 2. Mieti, miten olet pärjännyt taidoillasi aikaisemmin. 3. Kysy muiden mielipidettä taidoistasi. 4. Mieti selville saamiasi asioita ja arvioi, kuinka hyvin käytät taitojasi.
47	Tiedon hankkiminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä tietoja tarvitset. 2. Mieti, miten voisit saada tarvitsemasi tiedot. 3. Hanki tiedot.
48	Ongelmien asettaminen tärkeysjärjestykseen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti ongelmia, jotka vaivaavat sinua. 2. Luetteloi ongelmat tärkeimmästä vähiten tärkeään. 3. Lykkää vähemmän tärkeiden ongelmien ratkaisemista. 4. Ryhdy ratkaisemaan kaikkein tärkeimpiä ongelmia.
49	Päätöksen tekeminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti asiaa, jonka suhteen sinun pitää tehdä päätös. 2. Mieti eri päätöksiä, joita voisit tehdä. 3. Kerää täsmällistä tietoa siitä, mihin päätökset johtaisivat. 4. Mieti keräämiesi tietojen valossa eri vaihtoehtoja uudelleen. 5. Tee paras päätös.
50	Tehtävään keskittyminen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieti, mitä sinun pitäisi tehdä. 2. Mieti sopiva aika tehtävän tekemiseen. 3. Kerää asiat, joita tarvitset tehtävän tekemiseen.

Liite 2. Sosiaaliset taidot lista (Glick & Gibbs 2011.)

Liite 3. Sosiaalisten taitojen kotitehtävä

Tyytymättömyyden ilmaiseminen

Nimi _____ Pvm _____

TAIDON VAIHEET

1. Mieti, mihin asiaan olet tyytymätön.
2. Mieti, kenelle aiot valittaa asiasta.
3. Kerro tuolle henkilölle, miksi olet tyytymätön.
4. Kerro, mitä haluaisit asialle tehtävän.
5. Kysy, mitä mieltä hän on siitä, mitä sanoit.

TÄYTÄ RYHMÄTAPAAMISEN AIKANA

Missä aiot kokeilla taitoa?

Kenen kanssa aiot kokeilla sitä?

Milloin aiot kokeilla taitoa?

TÄYTÄ SEN JÄLKEEN, KUN OLET HARJOITELLUT TAITOA

Mitä tapahtui, kun harjoiteltit taitoa?

Mitä taidon vaiheita noudatit?

Kuinka hyvin mielestäsi onnistuit (*valitse yksi vaihtoehto*):

erittäin hyvin hyvin melko hyvin huonosti

Liite 3: Sosiaalisten taitojen harjoittelu – kotitehtävälomake (Glick & Gibbs 2011.)

Vihanhallinta

Vihanhallinta tarkoittaa sitä, että pystyy hallitsemaan suuttumuksensa huolimatta muiden yrityksistä ärsyttää. Se lisää itse-

VIHAN ABC-MALLI

A: EDELTÄVÄT TAPAHTUMAT

- Mitä tapahtui?

B: KÄYTTÄYTYMINEN

- Mitä teit?
- Miten reagoit kohtaan A?

C: SEURAUKSET

- Mitä käyttäytymisestäsi (B) seurasi?

Esimerkkitapaus:

Minut erotettiin koulusta määräajaksi (C), kun kaverini mollasi minua kirjastossa (A) ja iskin häntä naamaan (B).

Liite 5. Vihanhallinnan häsläämipäiväkirja

Vihanhallinnan harjoittelu – häsläämispäiväkirja

Nimi _____ Pvm _____

Aamu Iltapäivä Ilta

1. Missä olit?

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Luokassa/koulussa | <input type="checkbox"/> WC:ssä | <input type="checkbox"/> Kadulla |
| <input type="checkbox"/> Asuntolassa | <input type="checkbox"/> Kansliassa | <input type="checkbox"/> Käytävällä |
| <input type="checkbox"/> Liikuntasalissa | <input type="checkbox"/> Ruokalassa | <input type="checkbox"/> Töissä |
| <input type="checkbox"/> Oleskelutiloissa | <input type="checkbox"/> Ulkona/pihalla | <input type="checkbox"/> Muualla _____ |

2. Mitä tapahtui?

- Joku kiusasi minua.
 Joku otti jotain minulle kuuluva.
 Joku teki jotain, mistä en pitänyt.
 Tein jotain väärin.
 Joku alkoi riidellä tai tapella kanssani.
 Muuta _____

3. Kuka tuo toinen henkilö oli?

- Toinen nuori Vanhempi/hoitaja Opettaja Koulukuraattori
 Joku muu _____

4. Mitä teit?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Löin takaisin. | <input type="checkbox"/> En välittänyt asiasta. |
| <input type="checkbox"/> Juoksin pois. | <input type="checkbox"/> Hoidin asian puhumalla. |
| <input type="checkbox"/> Huusin. | <input type="checkbox"/> Käytin vihanhallinnan menetelmää (mitä?) _____ |
| <input type="checkbox"/> Itkin. | _____ |
| <input type="checkbox"/> Kävelin pois rauhallisesti. | _____ |
| <input type="checkbox"/> Rikoin jotain. | <input type="checkbox"/> Käytin sosiaalista taitoa (mitä?) _____ |
| <input type="checkbox"/> Kerroin aikuiselle. | _____ |
| <input type="checkbox"/> Kerroin kaverille. | <input type="checkbox"/> Jotain muuta _____ |

5. Kuinka vihainen olit?

- Kihisin raivosta Todella vihainen Melko vihainen Lievästi vihainen mutta silti OK En lainkaan vihainen

Liite 5. Häsläämispäiväkirja (Glick & Gibbs 2011.)

Liite 6. Janin ongelmatilanne

Moraalinen päättely – viikko 1: Janin ongelmatilanne

Nimi _____ Pvm _____

Jani ja Jere ovat koulukavereita. Janin syntymäpäivät ovat tulossa, ja hän on maininnut Jerelle, miten hienoa hänestä olisi kuunnella MP3-soittimesta musiikkia samalla kun hän tekee työtään pakettiautokuskina. Jere varastaa MP3-soittimen autosta koulun pysäköintipaikalta ja antaa sen Janille syntymäpäivälahjaksi. Jani on kiitollinen eikä tajua, että lahja on varastettu. Seuraavana päivänä Jani tapaa Simon, toisen ystävänsä. Jani mainitsee saaneensa syntymäpäivälahjaksi MP3-soittimen. ”Hieno juttu”, Simo sanoo huokaisten.

”Vaikutat apealta, Simo. Mikä hätänä?” Jani kysyy.

”Minulta kähvellettiin jotain”, Simo vastaa.

”Voi ei. Mitä?” Jani kysyy.

”MP3-soitin”, Simo vastaa ja kuvailee varastettua soitinta.

Myöhemmin Jani alkaa miettiä, miten outoa on, että Simon MP3-soitin varastettiin juuri silloin, kun Jere antoi hänelle samanlaisen soittimen lahjaksi. Jani tulee epäluuloiseksi ja soittaa Jerelle. Jere tunnustaa varastaneensa soittimen, ja auto, josta hän sen otti, osoittautuu Simon autoksi.

Simo on matkalla Janin luo tekemään läksyjä ja luultavasti tunnistaa soittimen omakseen. Simo on ovella ja soittaa ovikelloa.

Mitä Janin pitäisi sanoa tai tehdä?

1. Pitäisikö Janin kertoa Simolle, että Jere varasti Simon MP3-soittimen?
 pitäisi kertoa ei pitäisi kertoa en osaa sanoa (valitse yksi vaihtoehto)
2. Kuinka hyvä ystävä Jere on? Voiko Jani luottaa siihen, ettei Jere varasta häneltä?
 voi luottaa ei voi luottaa en osaa sanoa (valitse yksi vaihtoehto)
3. Jere varasti soittimen hyvästä syystä (Janille syntymäpäivälahjaksi). Oikeuttaako se varastamisen?
 kyllä ei en osaa sanoa (valitse yksi vaihtoehto)
4. Entä jos Jere ei olisi varastanut soitinta Simon vaan jonkun tuntemattoman ihmisen autosta? Olisiko silloin ollut hyväksyttävää varastaa soitin Janille syntymäpäivälahjaksi?
 kyllä ei en osaa sanoa (valitse yksi vaihtoehto)

Liite 5: Moraalinen päättely - Janin ongelmatilanne (Glick & Gibbs 2011.)

Liite 7. Keskeiset tulokset

Tutkimukset: Tekijät, vuosi, nimi ja julkaisumaa	Tutkimuksen tarkoitus:	Tutkimusmenetelmä ja aineisto:	Mitattavat toimenpiteet ja mittarit	Jälkiseuranta:	Keskeiset tulokset:
Amendola, M. & Oliver, R. 2013. Aggression Replacement Training and Childhood Trauma. Pennsylvania, Yhdysvallat. Reclaiming Journal.	ART-menetelmän vaikuttavuus 10 vuoden aikana.	Ryhmä 1. (N=1127) ART-ohjelma, 12vkoa, 7x/vko tapaamiset Ryhmä 2. (N=853) ART-ohjelma, 3x/vko laitoksessa oloajan, Vanhemmat mukana ohjelmassa myös.	Psykologinen ja sosiaalinen kokonaisvaltaisuus= Global assesment of functioning (APA) Aggressio= Aggression Questionnaire (AQ) Ajatusvirheet = How I Think (HIT)	Ennen ja jälkeen testit 12kk seurannalla	Ryhmä 1: 12kk uudelleen pidätysaste 10,5 % Ryhmä 2: 12kk uudelleen pidätysaste 7 %. Molemmat ryhmät: Merkittävää vähentymistä aggressiivisuudessa ja ajatusvääristymissä. Merkittävää kehittymistä sosiaalisissa taidoissa, saavutuksissa ja kokonaisvaltaisessa toiminnassa ennen ja jälkeen testeistä.
Kay, F. & Buzlu, S. 2016. Effects of Aggression Replacement Training on Problem Solving, Anger and Aggressive Behaviour among Adolescents with Criminal Attempts in Turkey: A Quasi-Experimental Study. Turkki. Archives of psychiatric nursing.	ART-menetelmän vaikuttavuus nuoriin rikoksentekejiin	Osallistujia N=65 Ikä keskiarvo 16,13 vuotta. Standardi ART-ohjelma osallistuva ryhmä (n=32) Kontrolli ryhmä (n=33)	Aggressio = Trait anger (T-Anger, Anger) expression scales (AngerEx), Aggression Questionnaire (AQ) Sosiaaliset taidot = Social problem-solving inventor -revised short form (SPSI-RS)	Ennen jälkeä testit kontrolliryhmällä	ART-ryhmässä merkittävää vähentymistä vihan piirteisä, vihamielisyydessä ja fyysisessä aggressiivisuudessa, ja lisääntyvää vihanhallintaa sekä ongelmanratkaisukykyä. Ei muutosta AQ:n viha-asteikolla, verballisessa ja epäsuorassa aggressiossa. Ei havaittua muutosta kontrolliryhmässä.
Ondrus, C.A. 2016. Outcomes of aggression replacement training for U.S. adolescents in residential facilities. Yhdysvallat. Walden university.	ART-tehokkuuden vertailu kolmessa osallistujaryhmässä, joiden asenne ohjelmaan osallistumiseen eroaa.	Osallistujia N=160 Ryhmäjako: Tarkkavainen/avoimin mielin (engl. attentive) Tarkkaamaton, neutraali suhtautuminen (engl. inattentive) Vastustava osallistuminen (engl. resistant participation)	Aggressio ja viha = Aggressio questionnaire (AQ)	Ennen ja jälkeen testit ryhmien välillä	avoin- ja neutraali suhtautumisen omaavat ryhmät saivat matalimmat aggressiopisteet kuin vastustavasti suhtautuneet ja näytti että ryhmien 1 & 2 osallistujilla aggressiivisuus väheni ennen ja jälkeen testien.
Hornsveld, R. Kraaimaat, F. Muris, P. Zwets, A. & Kanters, T. 2015. Aggression Replacement Training for Violence Young Men in a Forensic Psychiatric Outpatient Clinic. Alankomaat. Sage Journals.	ART-menetelmän vaikuttavuus väkivaltarikoksista tuomittuihin nuoriin avoimissa	Osallistujia N=62 Keski-ikä 17,25 vuotta. Pelkästään miespuolisia. Vertailuryhmä N=275 Keski-ikä 18,14 vuotta. Ammattikoulun opiskelijoita. Tapaamiset 1,5h 15 viikon ajan.	Psychopathy Checklist- Revised (Hare, 1991.); NEO Five-Factor Inventory, Trait anger (T-anger), Adapted version of picture-frustration test, Aggression Questionnaire (AQ), NAS part of the anger scale-provocation inventory (NAS-PI), Inventory of inter-person situations	Ennen ja jälkeen kontrolliryhmä kolmesti viiden viikon välein seuranta.	Pieni, mutta merkittävä väkivaltaisuu den ja antisosiaalisuuden väheneminen jälkiseurantatestin itsearviointier mukaan. Positiivista suunnanmuutosta suuttumuksessa ja vihaiisuudessa. Ei muutosta sosiaalisissa taidoissa.
Gundersen, K. & Svartdal, F. 2006. Aggression Replacement Training in Norway: Outcome evaluation of 11 Norwegian student projects. Norja. Scandinavian journal of educational research.		ART-ryhmät: 8 ryhmää N=47 Kontrolliryhmät: 3 ryhmää N=18	Vihanhallinta, sosiaaliset taidot ja moraalinen päättely Mittarit: Social skills rating system (SSRS), How i think (HIT), Child and adolescent disruptive behaviour inventory (CADBI), Child behaviour checklist (CBCL)	Lyhytaikainen	Vanhempien arviointi: Art-menetelmään osallistuneilla parannusta SSRS & CBCL arvioinneissa. Ei merkittävää vaikutusta CADBI-mittarilla mitattuna. Opettajien arviointi: SSRS-mittarilla merkittävää parannusta ART- ja kontrolliryhmien välillä CADBI:lla arvioituna edistymistä molemmilla vertailuryhmissä, mutta kontrasti näyttää vain vaikutuksen ART:n osallistuneilla. Ei merkittävää ajallista- tai vuorovaiikutuksellista eroa toistetuista toimenpiteistä (SSRS, CADBI, CBCL). Merkittävää edistymistä ART-ohjelmaan osallistuneilla verrattuna kontrolliryhmään. CBCL:llä arvioituna kontrasti analyysi näyttää pisteissä parantuneet ART-ryhmäläisillä, mutta ei kontrolliryhmäläisillä. Nuorten arviointi:

					Ei merkittävää ajallista tai vuorovai- kutuksellista vaikutusta toistetuista toimenpiteistä (SSRS, HIT, CBCL). Ei merkittävää muutosta ennen-jäl- keen teisteissä ART- ohjelman ja kontrolliryhmän osallistumisesta SSRS-mittarilla arvioituna. HIT ja CBCL-mittareilla arvioituna edisty- mistä on tapahtunut.
--	--	--	--	--	---

Liite 7. Analyysin valittu aineisto.