
TYTTÖRYHMÄ HYVINVOINNIN TUKENA

Ryhmätoimintamallin kehittäminen Kiipulan ammattiopistoon



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu, syksy 2014

Ulla Lahtinen



HÄMEENLINNA

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Tekijä	Ulla Lahtinen	Vuosi 2014
Työn nimi	TYTTÖRYHMÄ HYVINVOINNIN TUKENA Ryhmätoimintamallin kehittäminen Kiipulan ammattiopis- toon	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia tyttöryhmän toiminnan vaikuttavuutta. Saatujen tulosten perusteella pyrittiin kehittämään toimintamalli, joka tukee opiskelijan hyvinvointia osana ammattiopiston muuta toimintaa. Tekijä oli havainnut työssään ammattiopiston vapaa-aikaohjaajana tarpeen tytöille suunnatulle itsetuntemusta vahvistavalle ja yksinäisyyttä vähentävälle ryhmätoiminnalle. Tyttöryhmän toiminta pohjautui toiminnallisiin menetelmiin. Syyslukukaudella 2013 ryhmä tapasi yhdeksän kertaa.

Opinnäytetyön työelämäyhteys oli Kiipulan ammattiopistoon. Kiipulan ammattiopisto on valtakunnallinen ammatillinen oppilaitos. Kiipulan tarjoama koulutus ja kuntoutus ovat erityistä tukea tarvitseville nuorille ja aikuisille suunnattua ammatillista kuntoutusta. Ammatillisella kuntoutuksella tarkoitetaan toimintaa ja toimenpiteitä, jotka edistävät opiskelijoiden toimintakykyä ja hyvinvointia.

Ryhmän toiminta pohjautui innostamis- ja voimaantumisteorioihin. Toimintaa suunniteltaessa otettiin huomioon osallistujien arkuus uusissa tilanteissa sekä ilmaisun rajoittuneisuus. Käytännön toteutuksessa käytettiin fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia alueita vahvistavia menetelmiä. Tutkimus oli kvalitatiivinen. Tutkimusaineisto koostui janamenetelmällä kerätystä palautteesta sekä havainnoinnista.

Tutkimustulosten mukaan tytöt kokivat ryhmään osallistumisen pääsääntöisesti positiivisena asiana. Liikkumisen ja osallistumisen rohkeus lisääntyivät ryhmässä olon aikana. Toisaalta tutkimuksessa selvisi, että on tärkeää huomioida ryhmäläisten erityisominaisuuksia valittaessa ryhmässä käytettäviä menetelmiä. Opinnäytetyö osoittaa tiettyyn tarpeeseen suunnatun ryhmätoiminnan tukevan opiskelijan toimintakykyä sekä hyvinvointia ja siten ehkäisevän syrjäytymistä.

Avainsanat Sosiokulttuurinen innostaminen, voimaantuminen, tyttövoima, toiminnalliset menetelmät.

Sivut 47 s. + liitteet 2 s.

HÄMEENLINNA
Degree Programme in Crafts and Recreation

Author	Ulla Lahtinen	Year 2014
Subject of Bachelor's thesis	Enhancing Wellbeing by Means of a Girls' Group - Developing a Group Activity Model for Kiiipula Vocational College	

ABSTRACT

Kiiipula Vocational College is a nationwide centre that offers vocational education and rehabilitation for youth and adults with special needs. Vocational rehabilitation refers to activities and operations that encourage students' performance and well-being.

In her job as a recreation instructor for the students at Kiiipula Vocational College the author noticed the need for group activities directed to the girls, in order to strengthen their self-esteem. In the autumn semester of 2013 a group of girls assembled nine times. The aim of the thesis was to examine the group's effectiveness and develop a functional group model which would increase the well-being of the students and become a part of the support that the vocational college offers.

The activities of the group were based on theories on motivation and empowerment. The participants' sensitivity in new situations and their limited expression skills were taken into consideration when planning the activities. Methods that strengthen physical, psychological and social areas were used in the practical exercises. The research was qualitative. The data consisted of observations and non-verbal feedback from the participants, expressing their feelings on a continuum from pleasant to uncomfortable.

According to the research results the participants found the group work mainly a positive experience. Their courage to engage in physical activity and participation clearly increased during the group activities. On the other hand the study pointed out that it is important to pay attention to the group members' special features when choosing the methods to use in each group. This thesis shows that specifically oriented group activity supports student's performance, well-being and thus prevents social exclusion.

Keywords sociocultural animation, empowerment, girl power, action methods

Pages 47 p + appendices 2 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TYÖELÄMÄYHTEYS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ.....	3
2.1	Kiipulan ammattiopisto.....	3
2.2	Ammatillinen kuntoutus.....	3
2.3	Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	4
2.4	Ryhmän muodostaminen ja asiakkaiden valinta.....	6
3	TEOREETTINEN TIETOPERUSTA.....	7
3.1	Sosiokulttuurinen innostaminen, innostajan rooli ja innostamisen tavoite.....	7
3.2	Voimaantumisen ja valtaistuminen.....	8
3.3	Voimaneidot – tyttöjen oma voima haltuun.....	9
3.4	Voimauttavaa valokuvatyöskentelyä mukailleen.....	10
3.5	Toiminnalliset menetelmät.....	11
3.5.1	Käsityö- ja taidekasvatus.....	11
3.5.2	Toimintaa keittiössä.....	12
3.5.3	Rentoutusta käsillä ja pallolla.....	12
4	AINEISTON KERÄÄMINEN.....	12
4.1	Osallistuva havainnointi.....	13
4.2	Palautejanat.....	14
5	TYTTÖRYHMÄN TOIMINTA.....	14
5.1	Ensimmäinen tapaaminen.....	15
5.2	Toinen tapaaminen.....	17
5.3	Kolmas tapaaminen.....	19
5.4	Neljäs tapaaminen.....	21
5.5	Viides tapaaminen.....	23
5.6	Kuudes tapaaminen.....	24
5.7	Seitsemäs tapaaminen.....	26
5.8	Kahdeksas tapaaminen.....	27
5.9	Yhdeksäs tapaaminen.....	30
6	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	31
6.1	Palautejanat kiinnostavuuden mittareina.....	31
6.2	Havainnointi toiminnan kehittäjänä.....	32
6.3	Palautteenkeruun suunnitelmallisuus.....	33
6.4	Tila tukemassa onnistunutta ryhmätoimintaa.....	34
6.5	Oma oppimiseni ohjaajana.....	34
6.6	Johtopäätökset ja kehittämisideat.....	35
7	POHDINTA JA ARVIOINTI.....	36
	LÄHTEET.....	39

Liite 1 Tyttöryhmän kutsu

Liite 2 Adjektiivilista

1 JOHDANTO

Puolitetaan yksinäisyys! Riitta Järventien Puheenaihe-kirjoituksen otsikko Aamulehdessä herätti kiinnostukseni. Uutisessa kerrottiin kuinka poliittinen eliitti on havahtunut yhteiskunnassamme yleistä hyvinvointia kalvaamaan ja kasvavaan ongelmaan. Ongelma on yksinäisyys. Muun muassa sosiaaliministeri Laura Rättyö on järjestämässä yksinäisyysfoorumia ideoimaan ehdotuksia yksinäisyyden ehkäisyyn. Kirjoituksen mukaan Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos on ensimmäistä kertaa koonnut yhteen yksin asuvien sosiaalisia suhteita, terveyttä ja elintapoja koskevaa tilastotietoa. Selvitys avaa murheellisen yleiskuvan. Yksin asuvilla työttömyys, huono terveys, masennus ja epäterveelliset elämäntavat ovat keskimäärin muuta väestöstä yleisempiä. Huomioitavaa mielestäni on yhteys sosiaalisen vuorovaikutuksen ja terveyden välillä. Vaarallisuus asteikolla yksinäisyyttä terveysriskinä verrataan tupakointiin ja ylipainoon.

(Riitta Järventie, Aamulehti 30.10.2014, B3)

Artikkeli vahvisti huoleni tyttöjen hyvinvoinnista. Huoleni kohdistuu erityisesti hiljaisiin ja yksinäisiin tyttöihin. Työssäni Kiipulan ammattiopiston opiskelijoiden vapaa-aikaohjaajana olen havainnut tarpeen vain tytöille kohdennetulle ryhmälle. Sukupuolisidonnainen ryhmä sulkee pois erilaiset roolit, joita nuori saattaisi käyttää ryhmässä, jossa on molempia sukupuolia. Varmuutta pelkäämistään tytöille suunnatusta toiminnasta olen saanut valtakunnallisesta Tyttöjen talo-toiminnasta, jossa korostuu sukupuolisensitiivinen työ. Tyttötyössä korostetaan sukupuoliin liittyviä käsityksiä ja vahvistetaan naiseksi kasvamista (Tampereen Tyttöjen Talo 2014).

Hämeen ammattikorkeakoulun opintoihin sisältyvänä järjestin syyslukukaudella 2013 pedagogisen pääaineeni projektina Kiipulan ammattiopiston tytöille suunnatun tyttöryhmän, Voimaneidot. Innostuin tyttöryhmän saamasta positiivisesta vastaanotosta ja toivoin jatkoa ja säännöllisyyttä vastaavanlaisille toiminnallisille menetelmille perustuville erityisryhmille. Valitsin Voimaneidot-ryhmässä käyttämäni menetelmät siten, että ne tarjoaisivat mielekkäitä ja voimauttavia kokemuksia sekä tukea ja rohkaisua erilaisiin tilanteisiin, joissa koetaan jännitystä tai arkuutta. Ryhmän toiminnan tarkoitus oli vaikuttaa osallistujien itsetuntoon positiivisella tavalla. Lisäksi onnistunut toiminta auttaa opiskelijaa jaksamaan opinnoissaan ja ehkäisee siten opintojen keskeytymisen. Tyttöryhmän toiminnan dokumentointi toteutettiin kokoamalla kullekin ryhmäläiselle oma kansio.

Kiipulan ammattiopisto on toisen asteen koulutusta tarjoava sisäoppilaitos. Opiskelijamme asuvat koulukampuksella maanantaista perjantaihin. Heille on tarjolla monipuolinen valikoima vapaa-ajan mahdollisuuksia ja liikuntaan sekä ulkoiluun sopivia tiloja. Opiskelijat voivat halutessaan osallistua ohjattuun toimintaan tai harrastaa itsenäisesti mieleistään lajia. Opiskelijat voidaan myös ohjata johonkin tiettyyn ryhmään. Kiipulassa toimii lisäksi erilaisia avoimia harrasteryhmiä, kuten musiikki- ja kuvataidekerhoja.

Toisinaan ammattiopistossa on ollut tarjolla myös johonkin tiettyyn tarpeeseen räätälöityjä ryhmiä terapeuttien, psykologien sekä vapaa-ajan- ja asumisohjaajien järjestäminä. Tällaiset ryhmät ovat useimmiten ns. suljettuja ryhmiä. Se tarkoittaa, että ryhmään ei oteta uusia jäseniä kesken toiminnan. Näin varmistetaan häiriötön, turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri ryhmässä. Tämän tyyppisille erityisryhmille olisi enemmänkin kysyntää, mutta työvoimaresurssimme ei mahdollista ryhmien säännöllistä tarjontaa. Myös ammattiopiston kuntoutusyhteistyössä on noussut esille tarve erilaisille tukiryhmille. Ryhmänohjaajat (=opiskelijan luokanvalvojat) kokevat opiskelijoiden hyötyvän, jos heille olisi tarjolla tiettyyn tarpeeseen suunnattua toimintaa ja tukea opiskelun lisäksi. Tyttöryhmän tavoite on olla yksi tukimuoto opiskelijan polulla.

Kiipulan ammattiopisto on toimintastrategiassaan panostanut ennaltaehkäisevien toimenpiteiden kehittämiseen koulunkäynnin keskeyttämisen ehkäisemiseksi. Kero (2004, 56 - 58) kirjoittaa Kiipulassa toteutetusta Sieppari-projektista, että yhteisöllisyys ja osallistaminen ovat oppilaitoksen toiminnassa keskeisiä arvoja, joita pyritään elämään todeksi sekä organisaation tasolla että opetuksellisissa tiimeissä. Erityisopiskelijan elämänhallintataitojen vahvistaminen sisältyy perustehtävään ja on kaikkien toimijoiden yhteisenä työn kohteena osana ammatillista kehittymistä. Kero jatkaa, että varhainen puuttuminen edistää opiskelijan sitoutumista opintoihinsa ja oppilaitosyhteisöön, mikä osaltaan ennaltaehkäisee opintojen keskeyttämisiä. Parhaimmillaan opiskelijayhteisö toimii yhteisvastuullisesti luoden positiivista sosiaalista painetta opiskelijoiden kesken.

Syyslukukaudella 2013 kokoontuneen tyttöryhmän toiminnan vaikuttavuuden tutkimus on opinnäytetyöni aihe. Tutkimustuloksien pohjalta keskeiseksi tavoitteeksi nousee sellaisen tytölle suunnatun toiminnallisen ryhmämallin kehittäminen, joka vahvistaa osallistujien jo olemassa olevia taitoja ja vahvuuksia. Parhaimmillaan yhdessä toimiminen tarjoaa voimauttavia vuorovaikutussuhteita.

Kiipulan ammattiopiston kannalta tavoitteenani oli kehittää ryhmätoimintamalli perustettaessa vastaavanlaisia ryhmiä. Vahvana ajatuksena on toiminnan säännöllisyys. Toiminnan sisältöjä suunnitellessani olen pyrkinyt ottamaan huomioon osallistujien tarpeiden lisäksi Kiipulan ammattiopiston arvot. Arvoista rohkeuden ja kumppanuuden lisääntyminen näkyvät suoraan opinnäytetyöni tavoitteissa. Kohtuullisuuden ja inhimillisyyden tulisi näkyä tavassani työskennellä ryhmän tyttöjen kanssa. Aikaansaa- vuutta tavoittelen muun muassa onnistuneella opinnäytetyöllä. Kaikki arvot näkyvät sivun kymmenen kuvassa yksi.

Opinnäytetyöni pääkysymys on Millaisina ryhmän toiminnassa käytettävät menetelmät koettiin? Pääkysymystä tukevat alakysymykset Miten menetelmät soveltuvat jatkokäyttöön? Millaista vuorovaikutusta ryhmässä syntyi? Syntyikö havaintoja voimaantumisesta tai rohkaistumisesta? Tuloksiin pääsen tutkimalla käyttämäni menetelmien toimivuutta, niiden vahvuuk-

sia ja heikkouksia sekä sitä, kuinka ryhmäläiset kokivat ne. Tutkimusmenetelminä käytän havainnointia ja janamenetelmää.

2 TYÖELÄMÄYHTEYS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tässä pääluvussa esittelen opinnäytetyön yhteistyötahon, Kiipulan ammattiopiston ja avaan ammatillisen kuntoutuksen käsitettä, koska opiskelijan opiskelua Kiipulan ammattiopistossa kutsutaan ammatilliseksi kuntoutukseksi. Esittelen tarkemmin opinnäytetyöni tavoitteet ja tutkimuskysymykset. Lopuksi kerron ryhmän synnystä ja siitä, kuinka tytöt tulivat valituiksi ryhmään.

2.1 Kiipulan ammattiopisto

Taustaorganisaationa on Kiipulasäätiön Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus. Kiipulan ammattiopisto toimii 10 paikkakunnalla Etelä-Suomessa. Pääpaikka sijaitsee Janakkalassa, jossa myös itse työskentelen.

Kiipulan ammattiopisto on valtakunnallinen ammatillinen oppilaitos. Oppilaitoksessa järjestetään ammatillista koulutusta ja kuntoutusta erityistä tukea tarvitseville nuorille ja aikuisille. Tarjontaan kuuluu ammatillista perus- ja lisäkoulutusta, työvoimakoulutusta, valmentavaa ja kuntouttavaa opetusta ja ohjausta, ohjaavaa koulutusta ja ammatillisia kuntoutuskursseja. Oppilaitoksen toimintaa ovat myös koulutukseen liittyvät kuntoutus- ja tukipalvelut, työelämän ja erityisopetuksen asiantuntija- ja kehittämistehtävät. (Hakijan opas 2014, 3.) Oma työpanokseni kohdentuu ammatilliseen kuntoutukseen ja kuntouttavaan ohjaukseen.

Opetussuunnitelman B-osasta (2012, 7) selviää, että erityisopetus on tarkoitettu opiskelijoille, jotka tarvitsevat vamman, sairauden, kehityksessä viivästyksen, tunne-elämän häiriön tai muun työ- ja toimintakyvyn heikkenemiseen liittyvän syyn vuoksi erityistä tukea opinnoissaan ja kuntoutumisessaan. Useimmilla Kiipulan opiskelijoista tuen tarve on niin suuri, että opiskelu yleisessä ammattioppilaitoksessa on heille vaikeaa. Ammatillisen kuntoutuksen tavoitteena on opiskelijan fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisääminen ja aikuistumisen tukeminen.

2.2 Ammatillinen kuntoutus

Selvittäessäni käsitettä ammatillinen kuntoutus nousi esiin tarve selvittää myös ammatillisten ja erityisoppilaitosten eroavaisuutta. Ammatillisen kuntoutuksen kohdalla käytän kolmea lähdettä, Kiipulan ammattiopiston, taideterapeutti Hannu Aulion sekä Kuntoutusportin määritelmiä.

Kiipulan ammattiopistossa ammatillisella kuntoutuksella tarkoitetaan toimintaa ja toimenpiteitä, jotka edistävät opiskelijoiden toimintakykyä, itse-

näistä selviytymistä ja hyvinvointia. Tavoitteena on opiskelijan arjen muuttuminen paremmaksi. Kuntoutuksellisten tukitoimien avulla opiskelijan mahdollisuudet opiskella, tehdä jatkosuunnitelmia, selviytyä ammatillista opinnoista ja työllistyä lisääntyvät. (Opetussuunnitelma B-osa 2012, 26.)

Kiipulassa työskentelevän taideterapeutti Hannu Aulion määritelmän nostan esiin, koska hän työskentelee saman asiakasryhmän kanssa kuin itsekin työskentelen. Päätötyöössään Kuvataideterapian soveltaminen ammatilliseen kuntoutukseen Aulio kirjoittaa, että WHO (maailman terveysjärjestö) jakaa kuntoutusjärjestelmän neljään osaan: lääkinnällinen, sosiaalinen, kasvatuksellinen ja ammatillinen kuntoutus. Aulio jatkaa, että ammatillista kuntoutusta ohjataan mm. laissa ammatillisesta koulutuksesta. Opiskelija voi saada ammatillista kuntoutusta varten kuntoutustukea Kelalta (Kansaneläkelaitokselta) edellyttäen, että kuntoutettavaa on uhannut syrjäytyminen. Aulio lisää, että tämä ammatillisen kuntoutuksen päätös pohjautuu aina lääkärin tekemään arvioon kuntoutustarpeesta. Tämä arvio kirjataan lääkärinlausunnon B-lomakkeelle. (Aulio 2005, 4, 7.) Myös Kuntoutusportti jäsentää kuntoutusta ja kuntoutusjärjestelmää jakamalla sen neljään toiminnan alueeseen. Rahoitusta saadaan verovaroista, pakollisista ja vapaaehtoisista vakuutusmaksuista sekä Raha-automaattiyhdistyksen kautta. Kuntoutuspalveluja tuottavat julkiset, yksityiset ja kolmannen sektorin toimijat. Tekstissä mainitaan, että aina ei ole selvää, mikä on kuntoutusta ja mikä terveyden- tai sairaanhoitoa. (Kuntoutusportti 2014.)

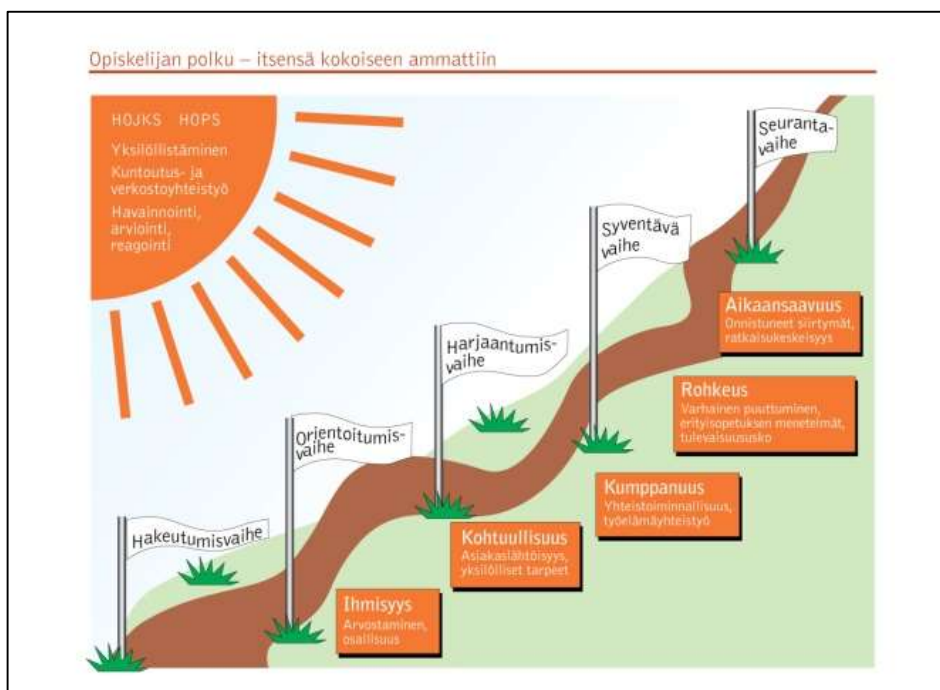
Ammatillista kuntoutusta järjestetään ammatillisissa erityisoppilaitoksissa. Varsinaisesti kyseessä on ammatillinen oppilaitos, jolle opetusministeriö on määrännyt, että koulutuksen järjestäjän erityisenä tehtävänä on huolehtia erityisopetuksen järjestämisestä, erityisopetuksen yhteydessä annettavasta valmentavasta ja kuntouttavasta opetuksesta ja ohjauksesta sekä opetukseen liittyvistä kehittämis-, ohjaus- ja tukitehtävistä. (Aulio 2005, 8.)

2.3 Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Ennen opinnäytetyön tavoitteiden tarkempaa selvitystä avaan ammattiopiston opiskelijan tavoitteita. Opinnäytetyöni kannalta on merkityksellistä ymmärtää millaisia haasteita ja tuen tarpeita opiskelijoillamme on ja miten niihin pyrin opinnäytetyöni tutkimuskohteena olleella tyttöryhmän toiminnalla vastaamaan.

Opiskellessaan Kiipulan ammattiopistossa opiskelijan tavoitteena mahdollisen tutkinnon lisäksi on itsenäistyminen ja aikuistuminen. Kiipulan tarjoaman opiskelun tavoitteita ovat muun muassa oman arjen hallinnan lisääntyminen ja sellaisten valmiuksien kehittäminen, jotka tukevat selviytymistä päivittäisissä tilanteissa. Koska opiskelijoilla on erityisiä tuen tarpeita, tulee meidän kaikkien työntekijöiden osaltamme pyrkiä tarjoamaan opiskelijoille kokemuksia ja tilanteita, joissa hän voi kehittyä, saada voimaantumisen tunnetta ja eväitä jaksamiseen. Opiskelijoille tehdään henkilökohtainen opintojen järjestämistä koskeva suunnitelma, HOJKS, johon kirjataan kunkin omat tavoitteet. Opiskelun tavoitteena on valmistua itsen-

sä kokoiseen ammattiin ja hyvään elämään. Tätä opiskelijan matkaa Kiipulassa kuvataan opiskelijan polkuna (kuva 1). Kuvauksessa tehdään näkyväksi työ, jota tehdään yhteistyössä henkilökunnan ja opiskelijan kanssa Kiipulan arvoihin pohjautuen. Opiskelijan polussa painotetaan yksilöllisyyttä ja yhteisöllisyyttä. (Leino, sähköpostiviesti 16.9.2014.)



Kuva 1 Opiskelijan polku

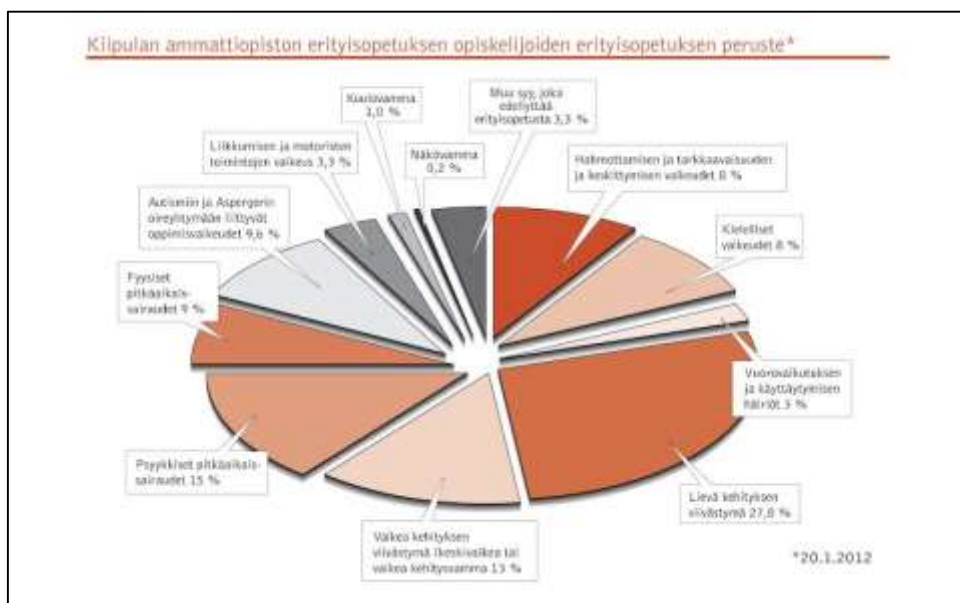
Tämän opinnäytetyön tarkastelun ja arvioinnin kohteena on toiminnallinen tyttöryhmä, jonka keskeisenä tavoitteena on tyttöjen kasvun tukeminen. Yhdessä tekeminen ja oleminen turvallisessa ympäristössä vahvistavat positiivisella tavalla kokemusta omasta itsestä. Onnistunut prosessi voimaannuttaa ja rohkaisee osallistujia. Mutta kuinka mitata voimaantumista ja voiko mahdollista rohkaistumista näyttää toteen? Tutkimalla pääkysymystäni Millaisina ryhmän toiminnassa käytettävät menetelmät koettiin? saan vastauksen toiminnan onnistumisesta. Onnistunut toiminta luo ryhmään positiivista ilmapiiriä, joka puolestaan mahdollistaa turvalliset puitteet ryhmässä ololle. Turvallinen ympäristö mahdollistaa vuorovaikutuksen syntyä. Ryhmän tasolla yhdessä toimimisen tarkoitus on lisätä yhteisöllisyyden tunnetta ja vähentää yksinäisyyttä.

Opinnäytetyöni on työelämälähtöisyyden lisäksi luonteeltaan toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyöni on raportti, jossa kuvaan tyttöryhmän toiminnan, sen tulokset ja päätelmät. Vilkan ja Airaksisen (2003, 65) mukaan toiminnallisesta opinnäytetyöstä tulee selvittää, mitä, miksi ja miten olen tehnyt, millainen työprosessini on ollut sekä millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin olen päätenyt. Raportista tulee ilmetä myös oman prosessin ja oppimisen arviot.

2.4 Ryhmän muodostaminen ja asiakkaiden valinta

Olen työskennellyt Kiipulan ammattiopistossa vapaa-aikaohjaajana 14 vuotta. Työssäni syntyneiden havaintojen ja ryhmänohjaajilta tulleiden viestien pohjalta sain idean tytöille suunnatusta ryhmästä. Ajatustani pelkääntään tytöille suunnatusta ryhmästä vahvistivat medioissa olleet kirjoitukset yksinäisyyden vaaroista. Myös paljon huomiota saanut Miina Savolaisen työskentely heikon itsetunnon omaavien tyttöjen kanssa rohkaisi minua ryhmän perustamisessa. Savolaisen valokuvaan perustuvasta työskentelystä kerron tarkemmin luvussa 3.4 sivulla 14. Tyttöryhmästä tuli toiminnallisia menetelmiä käyttävä ryhmä, koska itselläni on kokemusta niiden käytöstä nuorten kanssa. Toiminnallisiin menetelmiin perustuvan tyttöryhmän katson myös eduksi Kiipulan ammattiopiston näkökulmasta, koska se mahdollistaa uuden tavan tarjota tukea ja vahvistaa osallistujien omia voimavaroja. Toiminta tukee siten myös Kiipulan perustehtävää. Väsynyt ja ahdistunut opiskelija saattaa helposti keskeyttää opintonsa. Myös yksinäisyys voi johtaa syrjäytymiseen.

Koulukiusaamistausta on hyvin yleinen Kiipulan opiskelijoilla. Se ei kuitenkaan ole peruste erityisopiskeluun. Opiskelijoiden B-lausunnoista selviää erityisopiskelun perusteet diagnooseittain (kuva 2). Suurimpia ryhmiä ovat lievät kehityksen viivästymät (27,8 %), psyykkiset pitkäaikaissairaudet (15 %), vaikea kehityksen viivästymä (13 %), Autismin ja Aspergerin oireyhtymään liittyvät oppimisvaikeudet (9,6 %), fyysiset pitkäaikaissairaudet (9 %), hahmottamisen, tarkkavaisuuden ja keskittymisen vaikeudet (8 %) sekä kielelliset vaikeudet (8 %). Diagnoosiryhmiä on kaikkiaan 12. (Leino, sähköpostiviesti 16.9.2014.)



Kuva 2 Opiskelijoiden ensisijainen erityisopetuksen peruste lukuvuonna 2011 - 2012

Melkein kolmanneksella opiskelijoista esiintyvää kehityksen viivästymää voi pitää melko yleisenä. Kehityksen viivästymästä seuraa monesti heikko itsetunto. Heikon itsetunnon omaava nuori ei tuo itseään ja asiaansa esille,

vaan on mieluummin hiljaa. Tällöin toiminnan ilmaisuuden taso heikkenee ja on rajoittunutta ja nuoren on vaikea tehdä itsenäisiä ratkaisuja. Tämä havainto oli yhtenä lähtökohdista suunnitellessani tyttöryhmän toimintoja.

Kiipulassa on 24 tunnin OPS, opetussuunnitelma, joka tarkoittaa, että vapaa-ajalla toteutuva suunniteltu toiminta voi olla osa opiskelijan kuntoutussuunnitelmaa. Kuntoutusyhteistyö, joka tarkoittaa säännöllistä yhteistyötä opettajien, erityistyöntekijöiden ja ohjaajien välillä, oli apuna etsiesäni ryhmään sopivat tytöt. Kevätlukukauden 2013 lopulla aloitin tyttöryhmän kokoamisen suunnittelun. Kalenterista mietin kokoontumispäivät ja ajat, varasin käytettävät tilat ja mietin toiminnalle rungon, jota voisin täydentää myöhemmin. Tein ryhmästä mainoksen, jonka lähetin ryhmäohjaajille saatesanoin varustettuna. Päädyin valitsemaan ryhmääni toisen vuoden opiskelijoita, koska siten käytössä oli tietoa opiskelijan henkilökohtaisista tuen tarpeista. Lisäksi valittujen opiskelijoiden tuli asua koulukampuksella. Tämä mahdollisti koulupäivän jälkeen kokoontuvaan ryhmään osallistumisen, koska alueelta ei ole joukkoliikennettä iltapäivän jälkeen.

3 TEOREETTINEN TIETOPERUSTA

Ryhmäni onnistumisen kannalta merkityksellistä oli sellaisten toimintojen valinta, jotka olisivat niin mielenkiintoisia, että tytöt tulisivat mukaan ja jaksaisivat myös olla mukana ryhmän toiminnan loppuun saakka. Tehtäväni oli ensin valita toimintoja ja harjoitteita, jotka sitouttaisivat osallistumaan, kasvattaisivat itsenäisemmäksi ja varmemmaksi sekä tuottaisivat onnistumisen kokemuksia. Toimintojen valinnassa vaikuttivat myös aiemmat kokemukseni niiden käytöstä.

Ryhmän käyttöön valikoitui toimintoja kolmelta osa-alueelta: fyysistä toimintaa edustivat rentoutusharjoitteet, psyykkistä puolta itseen tutustuminen erilaisten tehtävien ja valokuvien avulla sekä keskustelut. Sosiaalista puolta vahvisti ryhmätehtävä. Sosiaalisuus vahvistui myös yhdessäololla. Ryhmässä toteutetut käsityöt vahvistivat kaikkia edellä lueteltuja osa-alueita.

Opinnäytetyöni avainsanoja ovat sosiokulttuurinen innostaminen, voimaantuminen, tyttövoima ja toiminnalliset menetelmät. Omissa alaluvuissaan kerron kunkin teoria soveltamisesta juuri tähän opinnäytetyöhön.

3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen, innostajan rooli ja innostamisen tavoite

Sosiokulttuurisella innostamisella on pitkät perinteet aina kreikkalaisesta jumaltarustosta saakka. Modernin ranskalaisen innostamisen teorian mukaan ylijumala Zeuksen poika Hermes on esikuvana innostajasta. Innostajan rooli on olla opas, ohjaaja ja tien turvaaja. Innostaja saattaa ihmisiä yhteen, omaa taidon luoda suhteita, hän on toiminnan ja kommunikaation

edistäjä sekä ihmisten usein erillään olevien arkipäivän maailmojen yhdistäjä ja dialogiin johdattaja. (Kurki 2000, 8.)

Ohjaajakokemukseni perusteella ohjaajan tärkein työkalu on oma persoonana ja tapa tehdä työtä. Substanssia, asiasisältöä, oppii työtä tekemällä, mutta persoonan muuttaminen on hitaampaa ja työläämpää. Kurki (2000, 83) nostaa innostajan työnteon perusasenteen tärkeimmäksi välineeksi, joka säätelee innostajan ja hänen ryhmänsä elävää ja alati muuttuvaa suhdetta. Olen Kurjen kanssa samaa mieltä innostajan ja omassa tapauksessani ohjaajan tärkeimmistä ominaisuuksista sosiaalisessa kanssakäymisessä. Niitä ovat innostajan omat asenteet, odotukset, uskomukset ja persoonalliset piirteet (Kurki 2000, 83). Rinnastan tässä opinnäytetyössä innostajan ohjaajaan.

Kurki (2000, 13) kirjoittaa sosiokulttuurisen innostamisen syntyneen yhteiskunnan tarpeista. Myös ihmisten vapaa-ajan lisääntyminen on osaltaan vaikuttanut innostamisen syntymiseen. Kurki (2000, 19) jatkaa sosiokulttuurisen innostamisen olevan tapa herättää ihmisten tietoisuutta ja saada ihmiset liikkeelle. Innostaminen suuntautuu sosiaalisen kommunikaation edistämiseen ja ihmisten välisen vuorovaikutuksen lisäämiseen.

Sosiokulttuurisen innostamisen tavoite on edistää ihmisten omaa osallistumista kulttuuriseen kehitykseensä luomalla tilanteita ja mahdollisuuksia ihmisten väliselle kommunikaatiolle ja vuorovaikutukselle (Kurki 2000, 21). Opinnäytetyöni tutkimuskohteessa, Tyttöryhmässä, tämä tavoite tulee näkyväksi osallistujien tarpeiden huomioon ottamisena ja keskustelu- ym. vuorovaikutukseen houkuttelevien tilanteiden tarjoamisena. Osallistujille tulee näin luotua mahdollisuus vaikuttaa muutokseen omassa elämässään.

3.2 Voimaantuminen ja valtaistuminen

Voimaantuminen, valtaistuminen, empowerment ovat käsitteitä, jotka liitetään ihmisen sisäiseen voimantunteeseen. Englanninkielistä empowerment-käsitettä pidetään sisäisen voimantunteen synonyymina.

Juha Siitonen on tehnyt väitöstyön (1992 - 1999) Oulun yliopistoon Voimaantumisteorian perusteiden hahmottamisesta. Sen mukaan voimaantumisteoria koostuu viidestä premissistä eli olettamuksesta. Yhdessä ne muodostavat teorian ihmisen voimaantumisesta. Siitonen on päätenyt siihen, että voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, joka on lähtöisin ihmisestä itsestään. Voimaantumista jäsentävät päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset (asiayhteys-) ja emotiot. Huomioitavaa mielestäni on Siitosen havainto voimaantumisen vaikuttamisesta katalyyttin tavoin sitoutumisprosessiin. Toisaalta yllättävää ei ole tieto, että voimaantuminen on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin ja että se ei ole pysyvä tila. (Siitonen 1999, 161 – 164.)

Kuinka oman voiman haltuunotto näkyy Tyttöryhmän toiminnassa? Luottamus omiin mahdollisuuksiin, näkemys omasta itsestä ja kyky asettaa omia päämääriä ovat voimaantumisprosessin tulosta (Siitonen 1999, 117).

Tyttöryhmässä etsimme positiivisia ominaisuuksia omasta itsestä ja opet-
telemme tuntemaan itseämme ja käyttäytymistämme haastavissa tilanteis-
sa. Siitonen (1999, 119) painottaa voimaantumisen kannalta ratkaisevan
tärkeäksi mahdollisuuden asettaa tulevaisuudenunelmia. Ryhmässäni voi-
mamaisemaan liitettävä Cinquain-runo tuo todeksi yhden tällaisen unel-
man. Siitonen (1999, 129 - 130) painottaa kykyuskomusten merkitystä:
kun ihminen uskoo (tai kun ei usko) mahdollisuuksiinsa saavuttaa asetta-
mansa päämäärän, hän on jo tehnyt tietoisesti tai tiedostamattaan arvioin-
tiprosessin tulevaisuudestaan, menneisyydestään ja nykyisyydestään sekä
odotuksistaan ja toisten ihmisten mahdollisesta suhtautumisesta. Ryhmäs-
säni näihin uskomuksiin omista kyvyistä pyrin vaikuttamaan keskustelui-
den avaamisella, antamalla positiivista palautetta sekä nostamalla esiin ja
vahvistamalla kunkin osallistujan omaa osaamista ja taitoja.

Hyvin onnistunut ryhmätoiminta sitouttaa osallistujat, eli kuten Siitonen
(1999, 162) kirjoittaa: vahva katalyytti (empowerment) johtaa vahvaan si-
toutumiseen. Hyvin sitoutunut ryhmäläinen on hyvinvoiva. Siitosen (1999,
162) mukaan hyvinvointia ajatellaan sekä yksilön että ryhmän hyvinvoin-
tina. Hyvinvointi taas parantaa itsetuntoa. Itse näen tapahtumat kehänä,
jossa ohjaaja innostajana laittaa ikään kuin positiivisen aallon liikkeelle.
Jatkaessaan etenemistä aalto kasvaa.

3.3 Voimaneidot – tyttöjen oma voima haltuun

Iskevä kirjan nimi, Voimaneidot, kuuluu Mari Lankisen (2011) kirjalle.
Kirja on opas tyttöjen oman voiman haltuunottoon ja se on syntynyt Mal-
min tyttöryhmän ohjaamisen kokemuksista. Kirjassa Voimaneidot-
ryhmätyöskentely vastaa kysymyksiin: Millainen minä olen? Mitä eri puo-
lia minussa on? Mitä vahvuuksia minulla on? Miten ilmaisen tahtoani?
Kirjasta nousee esiin teemat vertaisryhmätoiminta sekä tunnekasvatus.

Lankinen (2011, 11) nostaa esiin Siitosen (1999) voimaantumisteorian.
Hän on samaa mieltä ryhmän toiminnan tarkoituksesta ohjata ja opastaa
oman voiman haltuunottoon, jolloin tapahtuu voimaantumista. Edelleen
Lankinen (2011, 11) on samoilla linjoilla Siitosen (1999) kanssa keinoista
saavuttaa voimaantumista: luovuutta tukevat menetelmät, vertaisryhmä,
kannustaminen ja kehuminen sekä tilan virittäminen ryhmää varten. Mo-
lemmat pitävät myös ohjaajan oman tietoisuuden tunnistamista tärkeänä.

Lankisen (2011, 51) voimavara-näkökulma tarkoittaa, että harjoitukset oh-
jaavat tyttöjä hyödyntämään omaa ja ryhmäläisten elämäkokemusta ryh-
män työskentelyssä. Tyttöryhmässä tämä näkyy esimerkiksi jakamalla
kunkin ryhmäläisen omia kokemuksia haasteellisissa tilanteissa olemisesta
ja miettimällä yhdessä niihin ratkaisuja. Tyttöjä voimaannutetaan koko
ryhmän ajan kannustamalla, rohkaisemalla ja kehumalla (Lankinen, 2011,
51).

3.4 Voimauttavaa valokuvatyöskentelyä mukailleen

Voimauttava valokuva on Miina Savolaisen kehittämä sosiaalipedagoginen menetelmä, jonka yhtenä tuotoksena on syntynyt kirja *Maailman ihminen*. Miina Savolainen toteaa (2008), että valokuvien ja kuvaamisen avulla tutkitaan elämäntarinaa, perhesuhteita ja omia erilaisia puolia ja rooleja sekä tehdään näkyväksi sellaisia eri elämänalueisiin liittyviä teemoja, joita halutaan vahvistaa. Hän jatkaa, että kuvien käyttö auttaa selkeyttämään hajanaisia ja tunnepitoisia asioita sekä löytämään piiloon jääneitä voimavaroja. Savolaisen kirja sekä omat kokemukseni Hämeen ammattikorkeakoulun kursseilta *Valokuvatyöpaja* ja *Voimauttava albumityöskentely* skräppäyksen keinoin olivat sysäyksenä ottaa valokuvan käyttö välineeksi tyttöryhmässäni.

Myös Savolainen (n.d.) puhuu voimauttamisesta samoin kuin Siitonen (1999): voimautumisen keskeinen idea on se, ettei toista ihmistä voi voimauttaa. Savolainen (n.d.) jatkaa tämän koskevan myös kaikkea auttamistyötä. Savolainen (n.d.) korostaa myös työskentelyn eettisiä raameja, joiden sisällä valokuvaa voidaan käyttää turvallisesti terapeutukseen identiteettityöhön ja vuorovaikutustaitojen parantamiseen perheessä, vertaisryhmässä, työyhteisössä tai ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Voimauttavan valokuvan työväline ei oikeastaan ole valokuvaus, vaan katse ja näkemisen tapa – se, miten voimme tietoisesti valita katsoa toisin ja nostaa kuormittavien asioiden sijasta näkyväksi sellaisenkin eheyden, joka on niin haurasta, ettei se vielä ole oikeastaan edes olemassa. Kuitenkin auttamistyön kannalta on äärettömän tärkeää, että joku uskoo asiakkaan puolesta hyvän näkyväksi tulemiseen silloinkin, kun hän itse ei siihen usko, tai koko työyhteisö kokee keinojensa loppuvan.

Työssäni nuorten parissa olen havainnut ulkonäköasioiden vaikuttavan voimakkaasti käsitykseen omasta itsestä. Nuoren huomio kiinnittyy johonkin yksittäiseen kohtaan itsessä. Usein tämä on kohta, johon ei olla tyytyväisiä ja se määrittää negatiivisesti koko ajatusta omasta ulkonäöstä. Tuoreessa Pakilan yläasteella tehdyssä kyselyssä nuoret kertovat ulkonäköön liitettävän liikaa paineita. Tytöt kertovat muun muassa, että koulussa on liikaa peilejä, joiden luokse tytöt kerääntyvät peilailemaan. He kritisoiivat liian pitkälle vietyjä kauneushanteita, joista saattaa pahimmillaan seurata anoreksiaa. Artikkelista selviää nuorten lisääntynyt tyytymättömyys omaan kehoon. (Saari 2014, *Iltasanomat*, Sunnuntai 13. - 14.9.2014, 6 - 9.)

Tyttöryhmän ohjaajana tavoitteeni on löytää ja vahvistaa ryhmäläisen positiivisia puolia. Tyttöryhmässäni valokuvan käyttöä yhtenä välineenä perustelen sen tehokkuudella ja vaikuttavuudella. Valokuvatyöskentelystä kehittämäni menetelmän avulla pyrin vahvistamaan itsensä hyväksymistä. Oman itsensä katsomista valokuvissa ja hyväksyä näkemänsä ei välttämättä ole itsestään selvyys. Mukailussa valokuvatyöskentelyssäni on elementtejä Savolaiselta ja voimauttavasta skräppäyksestä. Menetelmä toteutetaan tulosta - leikkaa - liimaa -tekniikalla. Luvussa viisi avaan käyttämäni menetelmää.

3.5 Toiminnalliset menetelmät

Ryhmääni osallistuneiden tyttöjen ilmaisun rajoittuneisuus vaikutti toiminnallisten menetelmien valintaan. Rajoittuneisuudella tarkoitan tässä muun muassa ilmaisu- tai ymmärtämisvaikeutta, joka haittaa tunteiden ilmaisua ja käsittelyä. Pyrin löytämään sellaista tekemistä, jossa myös onnistumisen kokemus voitaisiin varmimmin saavuttaa. Valitsin yhden ompelutyön ja kaksi kollaasi-tekniikalla toteutettavaa työtä, kaksi rentoutusmenetelmää ja välipalan teon. Minulla oli aiempaa kokemusta valitsemistani menetelmistä. Lisäksi valittujen toimintojen etuna on niiden muokattavuus eri tilanteisiin. Sivuteemana ohjauksillani on kierrätyksen esille tuominen. Vaikka en nosta ryhmässä esille kulutusta varsinaisena teemanä, haluan esimerkillä näyttää, millaisia mahdollisuuksia käytetyssä materiaalissa on. Toinen sivuteema oli terveellinen ruokavalio.

3.5.1 Käsityö- ja taidekasvatus

Kasvatus käsityön ja taiteen avulla on kasvatusta kohti tekevää, kokevaa ja reflektioivasti ajattelevaa ihmistä. Siinä otetaan huomioon myös tulevaisuus siten, että tuetaan ihmisten omia valintoja ja päätöksiä. Käsityön ja taiteen avulla kasvattaminen on kasvatusta kohti inhimillistä olemista, jossa yksilö kokee itsensä tärkeäksi ja toimintansa mielekkääksi osana sosiaalista ja kulttuurista yhteisöä. (Karppinen 2005, 40.) Karppinen esittelee käsityön prosessina, jossa yhdistyvät käden ja aivojen toiminnot ja jossa aktivoituvat ihmisen niin henkiset, fyysiset kuin psyykkiset alueet, siis koko keho (Karppinen 2005, 57).

Tyttöryhmään valitsemani voimatyynyjen teon taustalla oli tämä ajatus käsillä tekemisen monitahoisesta vaikutuksesta. Tämän ja tekemisen ilon lisäksi tavoitteenani oli toteuttaa Karppisen (2005, 56) mainitsemaa taidekasvatusta, jonka tarkoitus on ohjata osallistujia pohtimaan suhdetta itseensä ja maailmaan sekä löytää omia tapoja kokea ja kohdata asioita. Itse ajattelen tekemistä prosessina, jonka aikana omat taidot kehittyvät, aivot tuottavat oivalluksia ja ajatuksia, osaaminen karttuu ja tuottaa siten hyvää mieltä.

Pidän voimatyynyliinon teknistä onnistumista tärkeänä elementtinä tuottamaan onnistumisen kokemus tekijälle. Mutta yhtä tärkeä on koko tekemisen prosessi. Karppinen sanoo tästä prosessista, että se ei ole pelkästään käden ja kehon liikuntaa, vaan käsityön avulla voidaan saavuttaa jotain sellaista, mikä tukee hyvää inhimillistä elämää. Karppisen ajatukset ovat samoilla linjoilla Nygren-Landgärdsin (2000) kanssa tekemisen prosessin tärkeydestä ja sen päämäärätietoisuudesta. Valmistuvat tuotteet ovat vain yksi osa tätä prosessia, ja ne voivat myös edistää hyvää mieltä ja osaamista. (Karppinen 2005, 73.)

3.5.2 Toimintaa keittiössä

Ryhmään osallistuvat tytöt olivat hiljaisia ja arkoja puhumaan uusissa tilanteissa. Yhdessä tekeminen ei vaadi heti puhetta. Tämän vuoksi olin valinnut ensimmäiselle kerralle toimintaa keittiössä. Tavoitteeni oli myös lisätä motivaatiota osallistua ryhmään, koska kokemukseni mukaan nuoret ovat poikkeuksetta innokkaita puuhailemaan keittiössä. Ryhmän tytöt oppivat tekemään pienen välipalan, joka nautittiin teekupin ääressä. Muki kädessä oli helpompaa ja turvallisempaa aloittaa jutustelu alkavasta ryhmästä.

3.5.3 Rentoutusta käsillä ja pallolla

Suomalaisessa kulttuurissa toisen koskettaminen ei ole tapa. Ihminen tarvitsee kuitenkin koskettamista, koska se viestii meille muun muassa hyväksyntää. Erilaisia koskettamisen tapoja kättelyn lisäksi ovat halaus tervehdittäessä ja lohdutettaessa, erilaiset auttamistilanteet sekä hieronnat. Vappu Pitkänen (2012) kirjoittaa Turun Sanomien Terveys-liitteessä koskettamisen vaikutuksista itsetuntoon ja asenteisiin seuraavaa:

”Koskettaminen on ihmiselle niin tärkeää, että lohdutamme, rauhoitamme ja hoidamme itseämme myös omalla kosketuksella. Sormien taikaa on hyödynnetty eri rentoutus- ja hoitomuodoissa vuosituhansia. Rauhoittava kosketus ja hieronta laskevat stressihormoni kortisolin tasoa ja vapauttavat mielihyvähormoneja, kuten oksitosiinia ja endorfiineja”.

Valitessani käsien hieronnan ja rentoutushieronnan menetelmiksi ryhmään oli alkutavoitteeni tarjota tytöille hyvänolon hetkiä. En ollut aiemmin tutustunut hieronnan tutkimuksiin, vaan valintani perustui omiin positiivisiin kokemuksiini hierojana ja hierottavana. Pitkäsen (2012) kirjoituksessa lastenpsykiatri Raisa Cacciatore kertoo kosketuksen olevan varhaisin ja sosiaalisiin aistimme. Se rakentaa vauvalle tunteen, että kuulun johonkin, en ole yksin, olen toivottu lapsi. Hoivalla ja sylillä rakennetaan sosiaalisuutta, hyväntahtoisuutta ja luottamusta kanssaihmiä kohtaan sekä jopa kehitetään älyä. Vanhustyössä kevyt hieronta lisää heidän sosiaalisia kontaktejaan, kohentaa yleiskuntoa ja parantaa muistia.

Tutustuttuani Pitkäsen kirjoitukseen lisään valitsemieni hierontojen tavoitteeksi hyvänolon hetken ohella tarjota ryhmäni tytöille keinon koskettaa toista. Samalla saa itse tuntea toisen kosketuksen turvallisessa ympäristössä. Otaksumani oli, että heidän iässään ei enää luontaisesti halailta toisia tai tms. Toisaalta Pitkänen (2012) kirjoittaa nuoremman sukupolven olevan muuttamassa pidättyväisyytemme perinnettä.

4 AINEISTON KERÄÄMINEN

Tässä luvussa kuvaan tutkimuksen toteutuksen ja käytetyt menetelmät mahdollisimman tarkasti. Tutkimuksen olen toteuttanut tutkijan ja tutkitavien vuorovaikutuksellisessa yhteistyössä. Tutkimusaineistoani ovat ja-

namenetelmällä keräämäni palautteet sekä kirjaamani havainnot. Aineisto on koottu luonnollisessa ympäristössä, Toimarilla. Kerron Toimarista luvussa viisi. Tutkimukseeni sisältyy ajatus paremman elämän ts. hyvinvoinnin tuottamisesta osallistujille.

4.1 Osallistuva havainnointi

Aluksi ajattelin havainnoinnin olevan vähemmän arvokasta tiedonkeruuta kuin esimerkiksi haastattelut ja kyselyt. Mutta Hirsjärven ym. (2004, 201, 203) mukaan havainnoinnilla saadaan tietoa, toimivatko ihmiset niin kuin he sanovat toimivansa. Kun taas kyselyn ja haastattelun avulla saadaan selville, mitä henkilöt ajattelevat, tuntevat ja uskovat. Havainnoinnin lajeja ovat systemaattinen ja osallistuva havainnointi. Tutkimuksessani käytän osallistuvaa havainnointia.

Havainnoin tyttöryhmän toimintaa koko ajan olemalla läsnä. Osallistuva havainnointi voi olla täysin vapaata ja luonnolliseen toimintaan mukautunutta. Osallistuvassa havainnoinnissa on tyypillistä, että tutkija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa. Tutkijan pääseminen tutkittavan ryhmän jäseneksi ei tarkoita vain fyysistä olemista, vaan tutkija pyrkii jakamaan elämäkokemuksia ryhmän jäsenten kanssa, ”astuu heidän kulttuuriseen ja symboliseen maailmaansa”, heidän kielenkäyttöönsä jne. Osallistuva havainnointi on kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmä. (Hirsjärvi ym. 2004, 203 - 205.)

Menetelmänä osallistuva havainnointi soveltuu myös joustavuutensa vuoksi käytettäväksi tyttöryhmässä. Hirsjärven ym. (2004, 202) mukaan havainnointi on erinomainen menetelmä muun muassa vuorovaikutuksen tutkimuksessa samoin kuin tilanteissa, jotka ovat vaikeasti ennakoitavissa ja nopeasti muuttuvia. Se sopii myös silloin, kun tutkittavilla henkilöillä on kielellisiä vaikeuksia tai kun halutaan saada tietoa, josta tutkittavat eivät halua kertoa suoraan haastattelijalle. Ryhmäläisten kielelliset vaikeudet puolsivat osallistuvan havainnoinnin valintaa aineistonkeruumenetelmäksi.

Kulloisenkin ryhmäkerran aikana pyrin havainnoimaan tyttöjen tapaa saapua paikalle, liikkua tilassa, tarkkailla heidän etäisyyttä toisiinsa nähden sekä työskentelynsä tapaa. Keskustelua tavoitellen tein työskentelyn lomassa erilaisia kysymyksiä liittyen tyttöjen arkeen niin Kiipulassa kuin viikonloppuisin kotona. Havainnoin myös mahdollisia jännitteitä tai ärsyyntymisiä.

Jokaisen ryhmäkerran päätyttyä pyrin kirjoittamaan muistiin havaintoni. Silloin, kun siihen ei ollut aikaa ja kirjoittaminen jäi esim. seuraaviin päiviin, oli vaikeaa muistaa pikkuseikkoja tai havainnot tahtoivat mennä sekaisin. Haasteena koin muistiinpanojen tekemisen ohjaamisen aikana. Muistiinpanoni olivatkin melkoista salakieltä, koska ryhmässä läsnä olominen oli etusijalla. Jatkuvan havainnoinnin avulla oli mahdollista tehdä nopeitakin muutoksia suunnitelmiin ja kehittää muunnelmia ennalta suunnittelemaani toimintaan. Havaitsemalla ja kyselemällä tyttöjen ajatuksia ja

mielipiteitä pystyin ottamaan mahdolliset toiveet huomioon. Huomasin, että joustava työote ja ongelmanratkaisukyky ovat eduksi.

4.2 Palautejanat

Janamenetelmän sopivuutta aineistonkeruumenetelmäksi tukee THL:n (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja asiantuntijatyö -sivulta löytämäni menetelmän määrittely: Janaharjoitus sopii asenteiden, käsitysten, kokemusten ja mielipiteiden tarkasteluun ja näkyväksi tekemiseen. Menetelmän avulla saadaan esiin kaikkien osallistujien näkemykset, toisin kuin esimerkiksi keskustelussa, jossa äänekkäimpien mielipiteet usein korostuvat. Janaharjoitusta voidaan hyödyntää erilaisessa koulutus- ja kehittämistyössä ja se soveltuu myös arkaluonteisten mielipidekysymysten käsittelyyn. (Liinamo & Ritamo 2012.)

Koska osallistuvien tyttöjen ilmaisu oli rajoittunutta, en olisi saanut kirjoittamista tai puhumista vaativilla tiedonkeruumenetelmillä riittävästi tietoa. Lisäksi ryhmä oli pieni, joten tutkimuksen kannalta oli tärkeää saada kaikkien osallistujien mielipiteet näkyväksi. Myös käytettävissä oleva aika rajasi menetelmävalinnassa. Janamenetelmässä lattialle tehdään jana, joka kuvaa tutkittavan asian tai tapahtuman hyväksyttävyyttä. Janan toisessa päässä on asian hyväksyntä ja vastakkaisessa päässä hyväksymättömyys.

Käyttämäni jana muodostui pitkästä räsymatosta, jonka toisessa päässä oli lapulla teksti ”mukavaa”, ääripäässä ”ei mukavaa” ja keskellä ”ihan sama”. Pyrin sanavalinnoissani käyttämään nuorten kieltä, joka olisi yksinkertaista ja selkeästi ymmärrettävää. Havaintoni mukaan nuoret käyttävät paljon sanontaa ”ihan sama”, kun heillä ei ole ko. asiasta mielipidettä tai se ei kiinnosta heitä. Tutkimuksessani osallistujat saivat mennä seisomaan janalle kohtaan, joka kertoi hänen innostuksensa kulloiseenkin asiaan tai toimintaan. Keräsin palautetta neljästä eri toiminnasta. Valokuvasin kaikki janat myöhempää tutkimista varten. Yksityisyyden suoja toteutui kuvamalla vain vartalot.

5 TYTTÖRYHMÄN TOIMINTA

Tässä pääluvussa kerron tarkemmin ryhmän kokoamisprosessista, tyttöjen kutumisesta ryhmään, ryhmän käyttämistä tiloista sekä ryhmän toiminnan dokumentoinnista. Tämän jälkeen kuvaan jokaisen ryhmän tapaamiskerran. Heti perään esittelen havaintoni suhteessa tutkimusongelmaan.

Syyslukukaudella 2013 alkanutta ryhmää ryhdyin kokoamaan jo kevätlukukauden 2013 lopulla. Opiskelijat valitsin ryhmänohjaajien sekä asumisen ohjaajien kanssa yhteistyössä. Näin valinnassa toteutui moniammatillinen näkökulma. Valinnassa vaikuttivat opiskelijan henkilökohtaisesta opiskeluiden järjestämisestä koskevasta suunnitelmasta, HOJKSista, nousseet tuentarpeet. Ryhmänohjaajalla on erityisiä havaintoja sekä tietoa opiskelijoistaan. Asumisen ohjaajilla oli myös mahdollisuus kertoa havaintonsa tämän tyyppiseen ryhmään sopivasta opiskelijasta. Näitä havain-

toja toivoin saavana pohjatiedoksi suunnitellessani ryhmän toimintoja. Toisaalta pyrin välttämään ennakkoon tapahtuvaa laajaa esitiedon keruuta, koska halusin itse muodostaa käsityksen kustakin työstä ilman ennakkosenttejä.

Valitsin kahdeksan tyttöä, joille lähetin kutsukirjeen (liite 1). Toivoin viidestä kahdeksaan tyttöä ryhmään. Yleisesti tätä pienempi ryhmä ei tarjoa alustaa vertaisryhmän jakamiselle ja suuremmassa käynnistyy erilainen, suuremman ryhmän dynamiikka (Lankinen 2011, 57). Ryhmän aloittaessa kuusi tyttöä oli vastannut kutsuun myöntävästi. Ryhmän tapaamiset olivat Toimari-nimisessä opiskelijoiden vapaa-ajan tilassa. Toimari koostuu useista eri huoneista, opetuskeittiöstä, avarasta tuloaulasta sekä wc-tiloista. Ryhmämme käytti keittiön (yksi kerta) lisäksi kädentaitopajaa. Ainoastaan valokuvien ottoon levittäydyimme muihin tiloihin valitsemaan itselle mukavaa ja mieluisaa kuvauspaikkaa. Toimari on oma työtilani, joten tunsin sen mahdollisuudet ja rajoitukset. Kädentaitopajan käyttö oli suuri etu ryhmän työskentelyssä käytettävissämme olevien materiaalien ja tarvikkeiden vuoksi. Tilat olivat suunniteltuun toimintaan sopivat tarjoten ohjajalle laajat toimintamahdollisuudet ja ryhmäläisille turvalliset puitteet.

Koska ryhmäni tytöille oli leimallista epävarmuus ja arkuus, oli mielestäni perusteltua pitää ryhmä suljettuna ryhmänä. Suljetussa, tutussa ryhmässä on suurempi mahdollisuus voimaantua, koska ryhmäläisten on helpompi kokea turvallisuutta ja hyväksyntää.

Ryhmän toiminnasta jokainen ryhmäläinen kokosi itselleen oman kansion, josta toivon olevan iloa ja apua tulevaisuudessa. Kansioihin tallennettiin työkirjatehtäviä, ryhmätehtävän työstä leikattu oma osio, omat valokuvat sekä valmis voimamaisema. Kansioihin käytimme kestäväkehityksen periaatteideni mukaisesti Kiipulan kierrätysvarastosta saamaani materiaalia. Ennen ryhmän aloittamista päätin pitää kaiken materiaalin itselläni koko ryhmän toiminnan ajan välttäen siten unohdukset ja katoamiset. Näin varmistin jokaiselle kerralle kaikille tytöille työskentelyn sujuvan etenemisen.

Ohjauksen tukena käytin Hammarénin työkirjaa Murkku – nuorten työkirja. Se on nuorille suunniteltu työkirja tunteista, ystävistä ja päihteistä. Kirjan sanoin vaikeita asioita on helpompi käsitellä, kun niitä työstää yhdessä muiden kanssa. Kun tulee tietoiseksi omista ajatuksista ja tunteista, on myös varmempi itsestään. (Hammarén n.d.)

5.1 Ensimmäinen tapaaminen

Ensimmäisen kerran tavoitteena oli tutustuminen toisiimme. Lisäksi ryhmän toiminnasta kertominen ja pieneen keskusteluun virittäytyminen olivat asialistalla. Tapaaminen tapahtui 1. päivänä lokakuuta.

Koska ensimmäisen kerran merkitys on suuri, olin ulko-ovella vastassa jokaista tyttöä heidän saapuessaan ryhmään. Tässä tapahtui ensimmäinen esittely kasvokkain. Ulko-ovella vastassa oleminen ja käyttämiemme tilojen, wc-tilojen unohtamatta, esittely luo turvallisuutta ja vähentää jännitys-

tä, kun tietää missä ja miten oleillaan. Eteisaulasta siirryimme Toimarin opetuskeittiöön, jossa valmistimme banaanirahkaa teekupillisen seuraksi. Ajatukseni oli, että pieni työskentelytuokio heti aluksi poistaisi ilmassa olevaa jännitystä. Koska opetuskeittiö on iso tila monine kaappeineen ja laatikostoineen, olin varannut tarvittavat aineet ja välineet valmiiksi työpöydälle. Tehtävien työnjako tarjosi ensimmäisen tilanteen, jossa joutui tekemisiin toisen ryhmäläisen kanssa.

Siinä keittiöpöydän ympärillä kerroin alkavasta ryhmästä. Ensin esittelin itseni uudelleen ja laajemmin kuin eteisessä. Kerroin omasta opiskelustani työn ohessa, ja että tämä ryhmä on osa opiskeluani, josta teen raportin omaan kouluuni. Kerroin myös vaitioloista, joka koski meitä jokaista. Varmistin muutamalla esimerkillä mitä vaitiolo tarkoittaa. Näin ryhmässä-olo voidaan kokea turvalliseksi. Selvitin ryhmään liittyvät käytännön asiat, kuten tulevat tapaamiskerrat, poissaolot sekä mahdolliset rajoitteet. Kerroin lisäksi, että heidän ei tarvitse muistaa ulkoa kertomaani, vaan laitan tekstiviestejä muistuttamaan tulevien kertojen tapahtumista. Kutsukirjeessä olin antanut oman puhelinnumeroni tytöille. Lopuksi kerroin, että tulen käyttämään kameraa, mutta kuvia ei julkaista ryhmämme ulkopuolella. Kysyin häiritseekö kameran käyttö jotakuta. Ei häirinnyt.

Kaikki kuusi kutsumaani tyttöä saapuivat paikalle sovitusti. Yhdellä tytöllä on henkilökohtainen avustaja vapaa-ajallaan. Avustaja ei osallistunut ryhmään, vaan saattoi tytön paikalle. Aluksi jokainen tyttö kertoi oman nimensä sekä opiskelualansa Kiipulassa. Tämä olikin hyvä esimerkki jännittävästä tilanteesta, missä joutuu vieraiden kesken puhumaan. Puhuimme siitä, kuinka pelottavaa on jopa oman vuoron odottaminen. Kuudesta työstä neljä kertoi jännittävänsä juuri siinä tilanteessa. Se jopa hymyilytti yhtä tyttöä, koska hän oli kuvitellut olevansa ainoa jännittäjä.

Ensimmäiseksi keskustelun aiheeksi olin valinnut lemmikkieläimet. Aihe on turvallinen ja neutraali ja useimmilla on jokin kokemus eläimistä. Tämä oletamus pohjautuu kokemukseeni omassa työssäni. Esimerkkinä puhumisen arkuudesta oli täysi hiljaisuus tiedustellessani mahdollisia lemmikkejä. Kun sitten kysyi vuorotellen jokaiselta, alkoi tulla puhetta ja tarinaa. Jokaisella tämän ryhmän tytöllä oli kotona jokin lemmikkieläin. Tilanne oli tasa-arvoinen, koska kaikilla oli oma kokemus jaettavana.

Koska olimme jo puhuneet esiintymispelosta, oli helppo puhua myös kiusatuksi tulemisen pelosta. Esiintymispelko ja epävarmuus siinä tilanteessa synnyttävät pelkoa tulla kiusatuksi. Kerroin näiden molempien pelkojen olevan asioita, joita tulemme ryhmässä käsittelemään. Kerroin myös, että lähes kaikkia tuntemiani kiipulalaisia opiskelijoita on joskus kiusattu. Kerroin lisäksi itseänikin kiusatun alakoulussa. Kerroin tämän tuottaakseni samaistumisen mahdollisuuden ryhmäläisille. Vetäjän asennoituminen välittyy ryhmäläisille ja vaikuttaa siten työskentelyyn.

Havaintoja

Ennakkoon tapahtuneen motivoinnin rinnalla ensimmäinen kohtaaminen on tärkeä; se määrittää jatkaako ryhmässä vai ei. Tämän ryhmän kohdalla oli huomioitavaa ujous ja arkuus. Ohjaajan on tultava konkreettisesti lähelle ja oltava valppaana havainnoimaan tilannetta. Huomasin, että hiljaisina hetkinä jutteluni rentoutti ilmapiiriä. Uudessa tilanteessa kenenkään ei tarvinnut stressata puhumisen pakosta. Kuudesta työstä vain yksi jutteli oma-aloitteisesti. Ohjaajana kiinnitin huomiota siihen, että kaikki saivat tasapuolisesti äänensä kuuluviin. Koska oma-aloitteista puhumista ei syntynyt, aloin kohdentaa kysymyksiä suoraan kullekin tytölle mainiten nimitä hänet.

Ensimmäisellä kerralla liikkuminen Toimarin tiloissa oli neljällä tytöllä hyvin arkailevaa. Esimerkiksi ilman ohjausta tytöt olisivat istuneet keittiössä etäälle toisistaan eri pöytiin. Kaksi reippaampaa tyttöä olivat osallistuneet opiskelijoiden vapaa-ajantoimintaan aiemmin, joten tilat olivat heille tutut. Ohjaajan rooli korostui paikoilleen ohjaamisessa sekä tilanteen eteenpäin viemisessä.

Vaikka rahkan tekeminen ja syöminen olivat oheistoimintaa, kannattaa sekin tilanne käyttää hyödyksi ja jutella välipalojen terveellisyydestä yms. Kiipulassa opiskelijat vastaavat itse iltapalastaan, joten terveellisiä vaihtoehtoja tarvitaan.

Yllättävää ja positiivista oli kahden tytön jääminen ryhmän päättymisen jälkeen Toimarille viettämään iltaa muiden opiskelijoiden kanssa. Nämä tytöt eivät olleet aiemmin viettäneet vapaa-aikaa Toimarilla. Jo ensimmäinen kerta ryhmässä oli ollut rohkaiseva.

5.2 Toinen tapaaminen

Hemmotteluhetki toteutettiin pareittain pesemällä, kuorimalla ja rasvaamalla parin kädet. Keskustelun aiheena oli suututtavia ja ihastuttavia asioita. Työkirjatehtävän teimme samoista aiheista. Tämän kerran tavoitteena oli jatkaa tutustumista lisäämällä kontaktinottoa tilanteeseen sekä saada selville tyttöjä lähellä olevia teemoja. Kokoontuminen tapahtui 8. päivänä lokakuuta.

Edelleen kaikki kuusi tyttöä saapuivat paikalle. Alku lämmittelyksi tein jutustelukierroksen kysellen jokaiselta vuorollaan kuulumisia. Päivän aiheena oli itseä suututtavat ja ilahduttavat asiat. Työkirjaa apuna käyttäen jokainen teki omaa listaansa. Harmistumisen aiheita olivat mm. huutaminen, finnit, mukavan asian odottaminen sekä huono sää. Illostuttavana koetaan esimerkiksi opiskelu, odotetun mukavan asian toteutuminen ja oman kaverin tai poikakaverin saaminen. Näistä aiheista poimin tulevia kertoja varten omaan ulkonäköön, ystävyYTEEN sekä opiskeluun liittyviä asioita. Ne ovat kaikki asioita, jotka osaltaan vaikuttavat omaan olemiseen ryhmässä.

Olin valinnut rohkeasti jo toiselle kerralle pienen hemmottelu- ja rentoutushetken, jossa pareittain toteutetaan käsien kuorinta ja rasvaus. Kaksi tyttöä tunsivat toisensa entuudestaan, joten heistä tuli pari. Toinenkin pari muodostui helposti. Kahdella viimeisellä tytöllä on henkilökohtaisena ominaisuutena halu välttää kosketuskontaktia toiseen ihmiseen. Tätä en ollut huomionnut suunnitellessani rentoutusta. Asian avoin käsittely ja huumori pehmensivät tilannetta, vaikka otteet toisen kädestä olivatkin hennon varovaiset. Ohjattuani kaikki kolme paria toimintaan, olin koko ajan osallisena tämän viimeisen parin työskentelyssä.

Havainnot

Käsihierontaani voisi kutsua uhkarohkeaksi valinnaksi, koska sen epäonnistumiseen oli hyvät edellytykset. Olin tutustunut tyttöjen taustoihin ja siltikin tulin yllätetyksi, etten ollut osannut huomioda tätä melko yleistä ominaisuutta välttellä toisen koskettamista. Erityisryhmille toteutettavissa ryhmissä tulisikin huomioda mahdollisuuksien mukaan eri diagnoosien erityispiirteitä. Esimerkiksi autismiin liittyvänä ominaisuutena on aistiylherkkyys. Ohjaustilanteessamme oli kyseessä tuntoaisti. Myös keskivertoa isompi oman reviirin tarve liittyy tähän diagnoosiin. Haasteellisia tilanteita syntyy kaikille vääjäämättä, mutta huolellisella esityöllä voisi välttää pahimmat karikot. Karikolla tarkoitan tässä tilanteessa, etten ollut huomannut ajatella henkilökohtaisia rajoitteita ja niistä johtuvia estoja. Mielestäni on kuitenkin tärkeää ottaa jokainen osallistuja ihmisenä vastaan antamalla ennakkotietojen muovata mielikuvaamme. Me kaikki joudumme toisinaan haastavien tilanteiden eteen. Parhaimmillaan opimme niistä jotain ja vahvistumme.

Janapalautteen keräsin kysymällä Millaiselta käsienhoito tuntui? Valokuvan tilanteen (kuva 3). Janan eli räsymaton vaihtoehdot vasemmalta oikealle olivat ”mukava”, ”ihan sama” ja ”ei mukava”, joka puuttuu kuvasta, koska kukaan ei valinnut sitä. Lisäksi kuvasta voi havaita kuinka vaikeaa on mennä seisomaan aivan lähelle toista ihmistä. Varmistin kysymällä, että kolme vasemmassa laidassa seisovaa tyttöä tarkoittavat kaikki ”mukavaa”, eivätkä esimerkiksi ”melko/aika mukavaa”. Koska keräsin palautteen vasta seuraavalla kerralla, lopettaneen tytön palaute.



Kuva 3 Käsihoidon palautejana

Huomioni kiinnittyi tyttöjä ilostuttaviin ja harmistusta tuottaviin aiheisiin. Nehän ovat aivan tavallisia, joita kuka tahansa olisi saattanut valita. Ei tarvita huvipuistoja tai maanvyöryjä tuottamaan ilon ja harmin tunteita.

Avustajan kanssa liikkuva tyttö jäi tällä toiselle kerralla Toimarille viettämään iltaa ryhmän päätyttyä. Häntä innostivat Toimarilla tarjolla olevat runsaat piirustusvälineet. Muuten tyttö viihtyi omissa oloissaan.

5.3 - kuten edellä

Työkirjasta teimme tehtäviä aiheista Millainen olen ryhmässä? Mihin asioihin olen tyytyväinen ja minkä haluaisin muuttuvan? Ryhmätyönä toteutettiin kollaasi, johon käytimme kyniä ja akryylivärejä. Tehtävien tavoitteena oli jatkaa ryhmäytymisen tukemista ryhmätyöllä ja aloittaa tutustuminen omaan itseän. Kokoontuminen tapahtui syysloman jälkeen 22. päivänä lokakuuta.

Paikalle saapui vain neljä tyttöä. Kahdella tytöllä oli alkanut samaan aikaan toteutettava autokoulu. Tästä eteenpäin ryhmä jatkoi neljän osallistujan kanssa. Kolmannenkin kerran, kuten kaikki kerrat tämän jälkeen, aloitin juttelukierroksella kuulumisista. Hetken odotettuani, että joku olisi aloittanut vapaaehtoisesti, jaoin keskusteluvuoroja mainiten vuorotellen tyttöjä nimeltä.

Olemme kaikki jonkin ryhmän jäseniä. Nostin esille kunkin tytön oman luokan tällaisena ryhmänä, johon voi peilata. Yksinkertaisimmillaan ryhmä toimii parhaiten, kun sen jäsenet tulevat toimeen keskenään. Ensimmäiseksi olisi hyvä kuitenkin tunnistaa millainen itse on, kuinka itse toimii ryhmässä. Teimme sen ruksaamalla työkirjan listasta asioita, joihin olemme omassa toiminnassamme tyytyväisiä, sekä asioita, joita haluaisimme ehkä muuttaa. Väittämiä olivat mm. kykyä työskennellä ryhmässä, kykyä viedä tehtävä läpi ja saada se päätökseen, kykyä kuunnella muita ihmisiä, anteeksipyyttäminen on minulle... sekä erilaisen mielipiteen ilmaisu on minulle... Näitä arvioitiin asteikolla 1 - 6, huono/hyvä tai vaikeaa/helppoa. Lopuksi merkkasimme T-kirjaimella kohdat, joihin oli tyytyväinen ja M-kirjaimella ne kohdat, joihin haluaisi muutosta. Kerroin, että palaamme näihin asioihin ryhmän myöhemmässä vaiheessa.

Ryhmää yhdistävänä ja vahvistavana ryhmätyönä toteutimme käsikollassin. Olin vuorannut isolla valkoisella paperilla yhden pöydän. Toisella pöydällä oli akryyliväripulloja, siveltimiä, kertakäyttölautasia, tusseja ja käsipaperi. Ohjasin tyttöjä asettamaan oman kätensä paperiarkille haluaansa kohtaan ja sitten piirtämään siihen käden ääriviivoja pitkin. Tämän jälkeen jokainen kertoi oman lempiväriinsä, joka sitten saatiin suoraan pullosta tai sekoittamalla useammasta pullosta lautaselle. Väriä siveltiin omaan käteen, joka sen jälkeen painettiin piirretyn käden viereen/lähellä/päälle oman halun mukaan. Käden asettelukohtaa pyrin olemaan ohjailematta liikaa. Syntynyt työ jätettiin kuivumaan ja mentiin pesemään kädet ja välineet. Tulostamastani adjektiivi-listasta (liite 2) sai valita viisi itseä kuvaavaa sanaa. Vapaus oli myös itse keksiä näitä sanoja.

Kun ryhmätyö oli riittävän kuiva, kirjoitettiin valitut sanat tussilla ensiksi piirretyn käden sormiin. Näin meillä oli isolla paperilla kuusi paria kädenkuvia. Kuusi sen vuoksi, että minäkin tein omat kädet ja yksi tyttö halusi tehdä sekä oikean että vasemman kätensä.

Havainnot

Työkirja, johon voi ruksata vastauksen ja selvittää vähäisellä kirjoittamisella, helpottaa henkilöitä, joilla esiintyy kirjoittamisen tuottamisen vaikeutta. Ryhmässäni oli tällaisia tyttöjä. Luin myös ääneen kunkin kohdan varmistakseni, että kaikki pääsivät työn alkuun. Lisäksi voi olla vaikeaa keksiä itse itseään kuvaavia sanoja/väittämiä. Tämäkin puoltaa työkirjan käyttöä tukena ja apuna. Työkirjan käyttämisen koin keventävän ja helpottavan työtäni ohjaajana sekä auttavan hiljaisia ja arempia ryhmäläisiä, joiden on vaikeaa keskustella.

Yllätyin kuinka nopeasti kaikki osasivat valita näitä itseään kuvaavia sanoja. Sain huomata kuvitelleeni tehtävän tuottavan vaikeuksia, joita se ei sitten tuottanutkaan. Myös ryhmäläisten käsitys itsestä yllätti minut realistisuudellaan sekä positiivisuudellaan. Tyttöjen valitsemista sanoista löytyi mm. hyväntuulisuutta, nauravaisuutta, rehellisyyttä, ahkeruutta ja ujoutta. Tosin ryhmäni tyttöjä määrittävät adjektiivit liitetään useimmiten kiltteihin ja tottelevaisiin henkilöihin.

Mielenkiintoista oli käden paikan valinta isolta, aluksi tyhjältä arkilta. Rinnastan tämän paikan valinnan suoraan oman paikan valintaan uudessa tilassa. Paperiarkin keskelle jäi iso tyhjä alue. Käytin tämän havainnon hyväksi puhumalla siitä ja asettamalla oman käteni lähemmäksi keskustaa ja kertomalla olevani melko rohkea, kun uskallan tehdä niin. Kaikki tytöt myönsivät, että tuntui turvallisemmalla asetella käsi arkin reuna-alueelle. Värivalinnassa tummat sävyt olivat suosittuja. Olenkin työssäni nuorten kanssa tavannut sanoa mustaa ainoaksi väriksi sen suosikkiaseman vuoksi.

Palautetta räsymattojanalla pyysin ryhmätyönä toteutetusta käsikollaasista (kuva 4). Tehtävän koki mukavaksi kolme tyttöä ja yksi tyttö valitsi matolta kohdan ”ihan sama”. Sama tyttö valitsi ”ihan sama” kohdan myös käsihieronta tehtävän palautteessa. Kuvasta puuttuu oikean laidan ”ei mukavaa” vaihtoehto, koska kukaan ei valinnut sitä. Etäällä toisistaan seisominen johtuu edelleen vaikeudesta olla liian lähellä toista ihmistä.



Kuva 4 Ryhmätyönä toteutetun käsikollaasin janapalaute

Ryhmän kasassa pysymisen esteeksi koin heikon tiedonkulun työyhteisössämme. Nyt tapahtunut päällekkäisyys tyttöryhmän ja autokoulun kanssa vei kaksi paikkaa, jotka olisivat voineet hyödyttää kahta muuta tyttöä, jotka eivät valinnassa mahtuneet ryhmään. Koin, että alkaneeseen ryhmääni ei ole hyvä ottaa opiskelijoita kesken matkan, vaan alkuperäiseen suunnitelmaan pohjautuen pitää ryhmä suljettuna. Ryhmien kokoamiseen ja tiedottamiseen tulisikin vastaisuudessa kiinnittää vielä tarkemmin huomiota.

5.4 - kuten edellä

Voimatyynyjen valmistaminen aloitettiin tyynynpäällisten tekemisellä. Tämän kerran keskustelunaiheena olivat pelot. Lopuksi toteutimme pareittain rentoutushieronnan palloa apuna käyttäen. Tämän kerran tavoitteena oli innostaminen käsityökasvatuksen kautta. Muita tavoitteita olivat itsetuntemuksen kasvattaminen sekä rentoutuksen harjoittelu. Kokoontuminen tapahtui 29. päivänä lokakuuta.

Työssäni olen kehittänyt kierrätysmateriaaleista toteutettavan voimatyynyn, joita useat opiskelijani ovat valmistaneet itselleen. Tekniikka on osoittautunut toimivaksi. Tämän vuoksi valitsin sen tähän ryhmään. Voimatyyny tarkoittaa tyynyä, jonka liinaan on kirjoitettu tekstiilitussilla positiivisia adjektiiveja omasta itsestä. Liinaa voi koristella halunsa mukaan. Lopuksi se ommellaan ja pujotetaan tyyny sisään.

Työskentelyn nopeuttamiseksi olin leikannut lakanakankaasta sopivan kokoiset palat ja teipannut ne pöytiin kiinni odottamaan työskentelyn aloittamista. Välineinä oli erilaisia tekstiilitusseja sekä sabluunoita. Käytimme tähän työhön jo aiemmin löytämiämme omaa itseä kuvaavia adjektiiveja. Liinaan sai myös piirtää vapaalla kädellä tai sabluunaa apuna käyttäen. Kun työt tekstien osalta alkoivat olla valmiita, kysyin saisinko minäkin kirjoittaa kullekin tytölle yhden adjektiivin. Sain suostumuksen kaikilta.

Liinujen teon jälkeen keskustelimme peloista. Tyypillisiä pelonaiheita olivat pimeä, käärmeet, huutaminen. Pelonaihe, jota tulisimme käsittelemään

seuraavilla kerroilla, oli esiintymispelko. Huutamispelko saattaa liittyä autistien tyypillisiin ominaisuuksiin kärsiä kovista äänistä. Työkirjasta luin ääneen yhden esimerkin pelottavasta tilanteesta, jonka jälkeen keskustelimme mitä ajatuksia se herätti ja millaisia ratkaisuja tilanteeseen voisimme keksiä.

Aiempaan kokemukseeni perustuen olin valinnut rentoutusvälineeksi pallon, koska tiesin toisen koskettamisen käsillä hieroen olevan joillekin epämiellyttävää, vrt. edellä esiintynyt autisminkirjo. Metodissa hieroja hieroo toista käyttäen apuna esimerkiksi tennispalloa. Käytimme myös vilttejä hierottavan päällä. Ne lämmittävät ja rentouttavat hierottavaa ja samalla hierontatilanne ei ole liian intiimi. Taustalla käytin hiljaista rentoutusmusiikkia. Ohjasin tilannetta koko hieronnan ajan luettelemalla rauhallisella äänellä hierottavia vartalonosia. Olin hankkinut lattialle mattoja tekemään tilasta kodikkaamman ja lämpöisemmän.

Ennen lopetusta kerroin ottavani seuraavalla kerralla valokuvia. Korostin, ettei kenenkään ole tarkoitus näyttää hirvittävän juhlalliselta, vaan tavallisen tuntuinen olemus on hyvä. Hiukset on kiva pestä puhtaiksi ja laittaa vaikkapa lempivaatteet päälle.

Havainnot

Ryhmäläisten työskentely liinon kanssa eteni eri tahtiin. Tällaiseen tilanteeseen on hyvä varautua edeltä käsin. Itse olin varautunut siihen, että joku sanoo olevansa huono piirtämään. Tällaisessa tilanteessa valmiit sabluunat mahdollistavat kuvien tekemisen.

Tyttöjen työskentely lähti hyvin käyntiin. Kaksi tytöstä kertoi harrastavansa piirtämistä ja he työskentelivät hitaasti keskittyen. Huomasin, että keskittyessään piirtäjä ei huomaa annettuja rajoja, joiden sisään kuvan tulisi mahtua. Ommellessa liinaa kokoon menee liinan reunoista kangasta saumanvaroihin. Ohjaajan tulee olla tarkkaavainen. Kahden tytön vielä työskennellessä ohjasin kaksi nopeampaa piirtäjää silittämään liinansa, jolloin väri kiinnittyy pesunkestäväksi. Väriin kiinnittymisen varmistamiseksi tulee yhtä kohtaa silittää pari minuuttia. Kuinka ohjata mittaamaan aikaa? Minusta toimiva idea oli pyytää silittäjää laskemaan rauhallisesti sataan, jonka jälkeen voi vaihtaa silityskohtaa. Silittäjän laskutaito tulee tietenkin varmistaa ennakkoon. Palanut työ harmittaisi kaikkia osapuolia.

Koin, että kirjoittamani adjektiivit jokaisen tytön liinaan, oli hyvä ajatus. Minusta tuntui, että olin saanut ryhmäläisiltä luottamusta ja antamani positiivinen palaute kirjoittamani sanan muodossa toimi suhdettamme vahvistavana elementtinä.

Voimasana- ja voimatyönteekniikkaa voi soveltaa eri tavoin riippuen ohjattavasta ryhmästä ja käytettävissä olevasta ajasta. Osallistujien tuntiessa toisensa voi ryhmäläiset ohjata kirjoittamaan sanan jokaisen osallistujan liinaan. Näin osallistuja saa voimasanat kanssa ihmisiltä, joka saattaa olla vaikuttavampaa kuin itse keksiä itsestään sanoja. Tekniikkaa voi soveltaa

myös pareittain toteutettavaksi edellyttäen, että pari tuntee toisiaan jonkin verran ja osaavat löytää toisistaan positiivisia havaintoja. Luultavasti kaikki eivät löydä itsestään useita, monipuolisia adjektiiveja. Tällöin on hyvä tilaisuus avata keskustelua, pohdintaa siitä, millaisia ominaisuuksia kustakin voisi löytyä. Ja netistä löytyy erilaisia adjektiivilistoja tulostettavaksi.

Rentoutus pallohieronnalla peittoa apuna käyttäen on turvallisempi vaihtoehto perinteiselle hieronnalle tilanteissa, joissa toisilleen tuntemattomat ihmiset hierovat toisiaan. Huomioitavaa on myös, että joku saattaa kokea makuuasennon epämiellyttävänä, joten on hyvä varautua esimerkiksi säkituolilla. Myös silmien kiinnittäminen voidaan kokea turvattomaksi.

Rentoutuksessamme kaksi arempaa tyttöä jäivät pariiksi. Sama arkuus toisen koskemiseen oli tässäkin toiminnassa, kuten käsien hieronnassa. Ohjasin hierontaa puheellani ja samalla olin toisena hierojana aremman parin kanssa. Toinen näistä tytöistä piti silmiä avoinna ollessaan hierottavana. Mielestäni rentoutustilanne sujui muuten hyvin ja tiedustellessani lopuksi, olisiko joku halunnut keskeyttää sen, kaikkien vastaus oli kielteinen.

5.5 - kuten edellä

Viidennen kerran teemana oli oma itse, epävarmuutemme ja esiintymiseen liittyvät asiat. Osaammeko tunnistaa omaa epävarmuutta? Työkirjaa apuna käyttäen pohdimme millaisissa tilanteissa olemme epävarmoja. Tavoitteena oli synnyttää ensimmäinen keskustelu. Tavoitteeksi asetin lisäksi, että ehtisin ottamaan jokaisesta työstä valokuvia. Kokoontuminen tapahtui 5. päivänä marraskuuta.

Aloitimme työkirjatehtävällä, joka käsittelee epävarmuutta. Työkirjassa on lueteltuna useita tilanteita, joissa voi tuntea olonsa epävarmaksi. Epävarmuus voi liittyä niin ulkonäöllisiin seikkoihin kuin tekemisiin. Jopa positiivisen huomion saaminen saattaa synnyttää epävarman olotilan.

Yhteinen kokemus tytöillä oli mm. tunnille myöhästyneenä tuleminen, yksin ääneen puhuminen luokassa ja ulkonäköön liittyvänä tilanne, jossa itsellä on uudet vaatteet yllä tai hiuksien leikkuun jälkeen saama huomio. Lopuksi rengastettiin kohdat joihin on tyytyväinen ja ruksattiin kohdat, joihin kaipaa muutosta. Alussa luin ääneen tehtävän läpi, koska ryhmässä yhdellä tytöllä oli lukivaikeus. Pyysin vielä kysymään rohkeasti, jos ei ymmärrä jotain.

Työkirjatehtävän tekeminen eteni eriaikaisesti. Osan tehdessä edelleen tehtävää, pyysin jo valmiita tyttöjä kiertelemään Toimarin muissa tiloissa ja valitsemaan itselleen mieluisalta tuntuvan paikan. Ohjeistin myös pohtimaan millainen asento olisi itselle tyyppillinen tai mukava tulevaa valokuvaa varten. Kuvattaessa otin useita kuvia eri kulmista ja eri asennoissa. Otin myös kasvo- ja kokovartalokuvia. Jokainen löysi itselleen sopivan paikan, vaikkakin istuma-asento jollain istuimella määrittää kaikkia kuvia.

Yksi tyttö tuntui jännittävän kuvausta enemmän kuin muut. Hänellä on kiusaamistausta, joka saattoi vaikuttaa taustalla.

Havainnot

Työkirjatehtävään kului tytöiltä eripituisia aikoja. Lukemisen vaikeus hidasti tehtävän tekemistä ja yhden tytön kohdalla lisäksi kirjoittamisen hitaus. Muutaman tehtäväkirjan lauseen kohdalla yksi tyttö pyysi selittämään asiaa, kun ei ymmärtänyt. Itse pysähdyin kohtaan, jossa kolme tyttöä neljästä sanoi kokevansa epävarmuutta, kun koulupäivässä on jotain poikkeavaa. Tällaisia ovat esimerkiksi teemapäivät, kuten liikuntailtapäivä, syysspurtti tai tapahtumapäivät. Työvuosieni aikana tätä asiaa on kehitetty erityisesti siihen suuntaan, että opiskelijat saavat liikkua tutun ryhmänsä ja opettajansa kanssa. Kuitenkin tällaiset erikoispäivät synnyttävät epävarmuutta. Mielestäni tästä huolimatta Kiipulassa tulee tuottaa tilanteita, joissa pelokkaat ja arat opiskelijat voivat turvallisissa puitteissa harjoitella jännittäviä tilanteita. Näen tällaiset tilanteet osana kuntoutustoimintaa, joka on osa opiskelijan polkua Kiipulassa.

Keskustelu siitä, millainen olen eri tilanteissa, eteni ohjaajavetoisena. Ryhmän pieni koko helpotti työskentelyäni keskustelun etenemisessä. Kykenin havaitsemaan katsekontaktilla halun sanoa jotain. Kun kuvittelin näkeväni jonkun katseesta halun sanoa jotain, mainitsin hänet nimeltä. Tämä toimi aika hienosti. Mutta keskinäinen katsekontaktimme johti siihen, että tytöt puhuivat minulle eivätkö toisilleen. Arkuus ottaa omaa tilaa näkyi kuitenkin edelleen selvästi.

Käytettävissä oleva aika määrittää paljon sitä, missä suorittaa valokuvauksen. Ulkotiloissa kuvaaminen vie enemmän aikaa, mutta kuvista tulee kauniimpia. Ohjaajana koin kuvaamisen melko haasteellisena mm. tiukan aikataulun vuoksi. Myös vastuu tuntui painavalta – entä jos en onnistuisi saamaan yhtään tyydyttävää kuvaa? Toisaalta muodissa olevien omakuvien ottaminen Facebookiin on arkipäiväistänyt kuvattavana oloa. Yleinen havaintoni oli vakavuus kasvojen ilmeissä, eikä hymyilyä tullut pyytämättä. Yhtä tyttöä lukuun ottamatta hymyily koettiin huonoksi asiaksi valokuvassa. Toisin sanoen se ei tuntunut omalta. Yksi tyttö osoittautui rennoksi kuvattavaksi. Luulen, että hän nautti tilanteesta. Tyttöä, joka jännitti eniten kuvausta, pyrin rohkaisemaan ja rentouttamaan löpöttelemällä humoristisen rennosti kaikenlaista. Se tuntui rentouttavan tilannetta.

5.6 - kuten edellä

Tälle kerralle olin suunnitellut tulostamieni kuvien valintaa ja lisäkuvien ottamista. Järjestin äänestyksen ryhmän nimestä. Lopuksi teimme työkirjasta tehtävän Oletko tällainen henkilö? Tavoitteeksi olin asettanut ryhmän nimestä päättämisen ja tutustuminen omaan asenteeseen. Kokoontuminen tapahtui 12. päivä marraskuuta.

Tyttöjen saapuessa edelliskerralla ottamani kuvat oli levitettyä sivupöydälle. Tutkimme niitä yhdessä ja kukin valitsi itseään miellyttävät omaku-

vat. Ohjeistin valitsemaan yhden kasvo- ja kokovartalokuvan, jos niitä oli jo otettuna. Kerroin myös, että otan sillä kertaa lisää kuvia, ja jos olisi toiveita niiden suhteen, niin pyysin kertomaan siitä. Korostin, että jokaisella olisi itseään tyydyttävät kuvat.

Yritin saada keskustelua aikaiseksi kuvien pohjalta. Mistä asioista kukin pitää omassa kuvassaan ja mistä taas ei pidä. Edelleenkin varsinaista keskustelua ei syntynyt, vaan kyselin vuorotellen jokaiselta. Sain havaita, että minä pidin eri kuvia onnistuneimpina kuin kohteet itse. Sen pohjalta oli helppoa kertoa kuinka me ihmiset kiinnitämme huomiota eri asioihin kuin kuvattava itse. Toisin sanoen itselle epämieluisen asia omassa kehossa jääkin useimmiten toisilta havaitsematta.

Työkirjasta teimme rasti ruutuun tehtävän, jossa pohdittiin omaa käytöstä ja toimintaa. Neljästä eri vaihtoehdosta (aina, usein, joskus, ei koskaan) tuli valita itseä kuvaava vaihtoehto. Näitä olivat mm. usko omien mielipiteiden tärkeyteen, annatko muiden päättää puolestasi, annatko myönteistä palautetta toisille, onko sinulle omia haaveita tai käytätkö alkoholia ja tupakkaa. Teimme tehtävän yhdessä ääneen lukien ja pohtien kutakin kohtaa.

Ryhmän alusta alkaen olin puhunut ryhmästä tyttöryhmänä, vaikka kutsukirjeessä olin käyttänyt Voimaneidot sanaa. Annoinkin tytöille mahdollisuuden vaikuttaa itse ryhmän nimeen. Suoritimme äänestyksen, jossa vaihtoehtoina olivat a)Tyttöryhmä, b)Voimaneidot ja c)oma ehdotus. Kaikki äänestivät Tyttöryhmä-vaihtoehtoa, joka näin vakiintui ryhmän nimeksi.

Lopuksi otin tytöistä vielä muutamia valokuvia seuraavaa kertaa varten.

Havainnot

Valokuvauksesta sain vahvistusta huomiolleni, että ainakin naiset tarkastelevat kovin kriittisesti omia kuviaan takertuen kohtaan, johon on vähiten tyytyväinen. Tunnistan itsessäni tätä samaa kriittisyyttä, joka oli voimakkaimmillaan nuoruudessa. Luulen, että oman kuvan kriittisellä tarkastelulla ei ole eroavaisuutta oli sitten erityisopiskelija tai kuka muu tahansa. Havaintoihini perustuen tämä kriittisyys on voimakkaimmillaan nuoruudessa. Viime vuosina suosituksi tullut voimauttava valokuvatyöskentely saattaa olla väline positiivisemmän käsityksen luomiseen? Riskinä valokuvatyöskentelyn epäonnistumiseen voi olla ajanpuute tai kuvien epäonnistuminen. Valokuvatyöskentelyssä ohjaajalta vaaditaan valokuvauksen ja kuvien käsittelyn taitoa sekä välineitä kuvaamiseen ja kuvien tulostamiseen.

Koska tytöt olivat olemukseltaan hillittyjä, en saanut keskustelemalla heistä irti kovinkaan paljoa. Tällöin työkirjan tehtävät toivat esiin asioita, joista pystyin päättämään jonkin verran itseluottamukseen, itsetuntoon ja tulevaisuuden uskoon liittyviä seikkoja. Olisin kuitenkin halunnut käyttää enemmän aikaa jokaisen kohdan pohtimiseen ja miettimään yhdessä ryhmäläisten kanssa miten toiset näkevät sinut, oletko mieleltäsi myönteinen jne. Ja kuinka muuttaa omasta mielestä epäsuotuisaa tilannetta.

Ryhmän nimiasiaa mietin jälkepäin. Olisiko minun pitänyt antaa koti-tehtäväksi miettiä ryhmälle omaa nimeä? Nyt ehdotus uudesta nimestä tuli yllättäen ja aikaa miettimiselle ei jäänyt. Käyttämästäni Lankisen (2011) kirjasta poimittu nimi Voimaneidot ei saanut ryhmäläisten kannatusta. Omien ehdotusten puuttuminen ei yllättänyt minua. Sen sijaan olin jopa hieman pettynyt Voimaneidot-nimen hylkäämisestä. Mutta tärkeintä on, että nimi miellyttää itse ryhmäläisiä, eikä minua. Mielestäni ryhmän nimellä on merkitystä ja se voi osaltaan tukea ryhmäytymistä, me-henkeä. Vakiintuneessa ryhmässä ryhmän nimi toimii ryhmää vahvistavana tekijänä, joten ryhmäläisillä tulisi olla päätösvaltaa nimen valinnassa.

5.7 - kuten edellä

Tavoitteena oli saada voimatyynyt valmiiksi ja jatkaa työskentelyä valokuvien kanssa valitsemalla mielimaisema omakuvan taustaksi. Kokoon-tuminen tapahtui 19. päivänä marraskuuta.

Työskentelyn aloitimme voimatyynyliinoista, jotka neulattiin, ommeltiin sekä ompelukoneella että saumurilla ja lopuksi silitettiin. Työistä kaksi olivat näppäriä, mutta eivät oma-aloitteisia. Jokainen tyttö tarvitsi ohjausta työn jokaisessa vaiheessa. Neljän hengen ryhmässä työskentely sujui melko hyvin, koska kukin eteni eritahtiin. Työskentelyn lomassa kerroin kuinka tyynystä voi saada voimaa heikkoon hetkeen, kuinka sitä kannattaa tutkia aina välillä lukemalla itseään kuvaavia voimasanoja. Heitin ilmaan kysymyksen: ”Olisiko tyynylle muita käyttötarkoituksia?”.

Jos tuli odottelua, ohjeistin selaamaan Miina Savolaisen kirjaa Maailman ihanin tyttö, ja valitsemaan sieltä itseä miellyttäviä maisemia 1-2 kappaletta ja merkitsemään ne tarralapulla. Heidän tuli myös miettiä omaa kokovartalokuvaansa aseteltuna valitsemaansa maisemaan. Kun oli tehnyt valintansa, sai leikata oman valokuvansa irti taustasta ja asetella kirjan maisemaan. Kerroin ottavani kopiota valituista maisemakuvista seuraavaksi kerraksi. Lopuksi pyysin palautetta räsymattojanalla. Palautteen aiheena oli voimatyynyjen valmistus ja valmis tyyny.

Havainnot

Aiempi kokemukseni on osoittanut ompelutaidon olevan melko heikko suurimmalla osalla Toimarilla käyvistä nuorista. Tai ainakin heiltä puuttuu itseluottamusta. Ison ryhmän kanssa ohjaajan tuleekin miettiä tarkoin ohjaustyön määrä suunnitelluissa vastaavissa toimintoissa. Pelkästään nuppi-neulojen oikeanlainen käyttö on heikkoa. Kynällä piirtämäni viiva ompelua varten osoittautui hyväksi ideaksi. Sen avulla työskentely ompelukoneella sujui itsenäisemmin. Saumurin käyttö oli kolmelle uusi kokemus ja aluksi hieman pelottava. Rohkaistuttuaan onnistunut suoritus näkyi kasvoilla tyytyväisenä ilmeenä.

Tällaisessa ompeluprosessissa saa hyvän käsityksen opiskelijan aloitekyvystä, itsevarmuudesta ja hahmotustaidoista. Kahden tytön (jotka olivat

pariutuneet helposti aiemmissa tehtävissäkin) työskentely eteni mukavasti vuorotellen saumurin ja ompelukoneen äärellä. Tosin varsinaista kommunikointia/keskustelua heidän välilleen ei syntynyt. Pohdinkin itsekseen kuinka asia olisi ollut, jos he olisivat tavanneet vain kahdestaan. Luulen, että he olisivat jutelleet keskenään. Heikko hahmotuskyky näkyi mm. tyynyliinujen kääntämisympäristössä. Annoin tehtäväksi kääntää valmis tyynynpäällinen oikein päin ja pujottamaan tyynyn sen sisälle. Jokainen tytöistä tarvitsi siinä apuani.

En edelleenkään saanut vapaata keskustelua aikaiseksi heittäessäni ilmaan kysymyksen tyynyn eri käyttötarkoituksista. Tyynyn tekoprosessin yhteydessä on mahdollisuus keskustella vuodevaatteiden huollosta. Se ei ole aina selvää nuorille, joiden kotiväki hoitaa tällaiset työt nuorten puolesta. Kiipulaan opiskelijat tuovat omat vuodevaatteet ja siten aiheesta oli sopivaa keskustella tässä tilanteessa. Jälkikäteen ajatellen olisin voinut kirjoittaa pesuohjeet tyynyn sisään.

Hienomotorisesti kaikki ryhmäläiset olivat näppäriä. Omien kuvien irti-leikkaaminen sujui ilman ohjausta. Työn jälki oli kaikilla siistiä. Kaikki osasivat myös asetella omaa vartalokuvaansa eri kohtiin valitseman maiseman päällä.

Räsymattojanalla pyysin voimatyynyliinatehtävästä palautetta (kuva 5). Kuvassa tyttöjä seisoo ”mukava” päässä toisistaan erillään, mutta varmistin tilanteen kysymällä oliko tehtävä kaikista selkeästi mukava. Kaikki kokivat tehtävän mukavaksi, mutta tytöt eivät halunneet mennä seisomaan kovin lähelle toisiaan.



Kuva 5 Voimatyynyliinujen janapalaute

5.8 - kuten edellä

Kertasimme jo tehtyjä asioita. Tavoitteena oli oman voimamaiseman loppuun työstäminen. Ohjatusti kirjoitettiin maisemaan liittyvä runo. Ko-koonnutuminen tapahtui 3. päivänä joulukuuta.

Yksi tyttö ei jaksanut osallistua tämän viikon toimintaan, koska koulupäivän opintoretki oli uuvuttanut hänet. Hän ilmoitti poissaolostaan laittamalla tekstiviestin. Alkukeskustelussa kyselin miltä voimatynnyt olivat tuntu-
neet. Oliko joku vienyt sen viikonlopuksi kotiin? Millaista palautetta siitä oli ehkä saanut? Juttelu eteni samoin kuin aiemmilla kerroilla.

Sivupöydälle levitetyistä voimamaisematöistä kukin otti omansa ja jatkoimme niiden loppuun tekemistä. Ottamani valokopiot valituista maisemista leikattiin sopivan kokoisiksi, jotta ne sopivat A4:n kokoiseen kansioon. Muutaman tytön kohdalla olin ottanut maisemasta erikokoisia tulosteita joko suurentamalla tai pienentämällä sitä. Irtileikattu oma valokuva aseteltiin maisemassa itse valittuun kohtaan ja liimattiin kiinni. Tämän jälkeen ohjasin Cinquain-runon kirjoittamisen. Tämä japanilainen tekniikka on tiukan rajauksensa vuoksi turvallinen valinta runonteon ohjaamiseen aloittelijoiden kanssa. Runossa tiivistimme neljälle riville seuraavat asiat: ensin minä itse ylimmäksi, toiselle riville kaksi lempi tekemistä verbeinä, kolmannelle riville kolmella adjektiivilla kuvattuna millainen olen ja alimmaksi oma haave/toive kerrottuna neljällä sanalla. Runot kirjoitettiin erillisille pienille papereille, jotka oli tarkoitus liittää liimaamalla voimamaisemaan (kuvat 7 - 10). Yksi tyttö halusi liittää runonsa kansiossa eri sivulle kuin voimamaisemaan. Samainen tyttö halusi käyttää kahta maisemakuvaa ja niissä eri omakuvia.

Räsymattojanalla tytöt vastasivat kysymykseen millaiselta oman voimamaiseman tekeminen tuntui (kuva 6). Yksi tyttö puuttui tällä kerralla. Valkosukkainen tyttö on tarkoituksella ”mukavan” ja ”ihan saman” puolessa välissä. Palautteessa ”ihan sama” vaihtoehdon antanut tyttö oli tällä kertaa eri kuin muissa palautteissa. On hyvä tarkistaa sanallisesti seisontapaikan tarkkuus. Liian myöhään huomasin, että olisin halunnut tietää erikseen, miltä heidän valokuvaamisensa oli tuntunut, mutta ryhmä oli jo silloin päättynyt. Tieto olisi ollut hyödyksi tulevien ryhmien toimintaa suunniteltaessa.



Kuva 6 Palautejana vastaa kysymykseen Millaiselta voimamaiseman tekeminen oli tuntunut?

Loppukeskustelun aiheena olivat edessä olevan pitkän Itsenäisyyspäivä-vapaan suunnitelmat. Katsekontaktilla ja nyökkäyksellä sain yhden tytön aloittamaan suunnitelmiansa kertomisen ensimmäisenä.

Havaintoja

Olin mielissäni poissaolleen tytön ilmoituksesta. Koin, että tyttöryhmä oli hänelle merkityksellinen. Soitin kuitenkin perään vielä varmistussoiton, ettei esimerkiksi edellisellä kerralla ollut tapahtunut mitään epämiellyttävää.

Minusta oli hienoa, että yksi tyttö ilmaisi selkeästi oman mielipiteen halutessaan tehdä kaksi eri voimamaisemaa. Runon kirjoittaminen vaati selkeätä ohjaamista, kuten antaa vihjeitä aihepiiristä, mielitekemisistä ja tulevaisuuden haaveista. Tätä runonkirjoitustekniikkaa voisi käyttää ihan tavallisissa koulupäivissä, koska se on yksinkertainen toteuttaa, mutta kertoo nuoren harrastuksista, kiinnostuksenkohteista ja haaveista. Itse voisin kuvitella käyttäväni tätä syksyn aloitukseen koululuokassa.



Kuvat 7 - 10 Voimamaisemia Cinquain-runoineen

Loppukeskustelussa katsekontakti tyttöihin oli mielestäni hyvä huomio, koska tällöin minun ei tarvinnut nimellä pyytää kutakin kertomaan suunnitelmistaan. Puhuminen tuntui tällä tavoin vapaaehtoiselta. Loppukeskustelussa on hyvä tarkkailla ajankäyttöä. Kaikkien on saatava sanoa jotain ilman kiireen tuntua ja puheliainta osallistujaa tulee hienovaraisesti ohjata lopettamaan ja antamaan vuoro toisille. Nyt yksi tyttö olisi jatkanut kertomista omista koiristaan ilman ohjausta vuoron vaihdosta.

5.9 - kuten edellä

Viimeistä tapaamistamme juhlistimme glögi- ja piparitarjoilulla. Tehtävänä oli saattaa kansiot valmiiksi, jutella ryhmästä ja tuntemuksista mukana olosta sekä joululomasuunnitelmista. Tavoitteena oli ryhmän onnistunut päättäminen. Kokoontuminen tapahtui 17. päivänä joulukuuta.

Viikolla ennen joululomaa kokoonnuimme viimeisen kerran. Piparin syönnin ja glögin lomassa kertasin, mitä kaikkea olimme tehneet ja kyseilin miltä se oli tuntunut. Pieni toiveeni oli saada syntymään keskustelua. Päivän tehtävänä oli viimeistellä omia kansioita, jonka jälkeen katsoisimme niitä yhdessä. Kiipulan kierrätyspisteestä löytämäni muovikansiot toimivat pohjana koottaville omille kansioille. Niin sanottuina välitöinä tehdyt kansikuvat viimeisteltiin lisäämällä tekijän oma nimi. Kuvitustekniikkana tytöt olivat käyttäneet vapaata piirtämistä, sabluunaa tai lehtikuvia. Sivujen repeilyn estämiseksi käytimme kansioissa muovitaskuja, joita myös löytyi Kiipulan kierrätyspisteestä. Mielestäni kansioista tuli hienoja ja persoonallisia. Kerroin, että kansiotaan ei tarvitse esitellä muille, jos ei itse halua. Jos taas tuntuu mukavalta näyttää sitä esimerkiksi ryhmänohjaajalleen tai kotiväelleen, niin sen avulla voi kertoa mitä olimme tehneet ryhmässä. Halusin antaa tytöille kaikki ylijääneet valokuvat mukaan, ja kerroin, mitä niillä voisi tehdä.

Havaintoja

Rohkeuden, arkuuden, innostuksen tai innottomuuden havaitsemiseen riittävät aivan pienetkin merkit. Itse tein pieniäkin havaintoja esimerkiksi siitä, kuinka isolla laittaa oman nimensä kansilehteen vai haluaako laittaa sitä lainkaan näkyville. Tämä saattaa kertoa henkilön olemuksesta jotain samantapaista kuin ryhmätyössä käden sijoittelu isolle paperille. Nämä ovat pieniä havaintoja, jotka joissakin olosuhteissa voivat olla merkityksellisiä tai tarpeellisia. Havaitessaan arkuutta ohjattavassaan voi ohjaaja panostaa enemmän ohjattavan rohkaisuun. Jokaisen on tärkeää tuntea olevansa arvostettu ja saada positiivista palautetta. Tällaisessa tilanteessa otan asian puheeksi ja pyrin sillä varmistamaan, onko kyse ujoudesta, oman nimen esilletuomisen välttelystä tai jostain muusta.

Kansion kokoamisessa havaitsin hahmottamisongelmaa, joten ohjasin kaikille tytöille yhtäaikaisesti sivujen laitton samaan järjestykseen. Ylimääräisistä omakuvista kerroin, että niillä voisi esimerkiksi jatkaa voimamaisemien tekoa omin päin kotona: voi ottaa itse maisemakuvan itselleen merkityksellisestä paikasta tai aikakauslehdestä voi leikata maiseman, joka tuntuu puhuttelevan itseä tai voi jopa maalata/piirtää oman maiseman, johon liittyy omakuvan. Olisiko vielä muita tapoja? Kukaan ei lisännyt lisätaani uusia ideoita, mutta jokainen otti kuvat mukaansa.

Loppukeskustelussamme kysyin, olisiko joku tytöistä halunnut jatkaa ryhmän toimintaa joululoman jälkeen. Kolme neljästä ilmaisi halukkuutensa jatkaa ryhmää.

6 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Remeksen ym. (2004, 209) mukaan kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksen ydinasia. Se on tärkeä vaihe: siihen tähdättiin tutkimusta aloitettaessa. Analyysivaiheessa tutkijalle selviää, minkälaisia vastauksia hän saa ongelmiin.

Tutkimukseni oli laadullinen, kvalitatiivinen. Laadullisen tutkimuksen tavoite on ymmärtää tutkimuskohdetta. Usein tutkimus alkaa siitä, että tutkija yrittää kartoittaa kentän, jossa hän toimii. (Remes ym. 2005, 170.) Omassa tutkimuksessani Kiipulan toimintakentän kartoituksen tehtyäni havaitsin tarpeen tytöille suunnatulle ryhmälle, perustin ryhmän, loin toiminnan vastaamaan tarpeita, ohjasin ryhmän sekä keräsin palautteen toiminnan vaikuttavuudesta.

Tässä luvussa esittelen palautejanoista ja havainnoista saamani tutkimustulokset ja niiden analysoinnin. Esittelen palautteen keruuseen liittyviä ajatuksiani sekä pohdinnat tilojen sopivuudesta ryhmätoimintaan. Pohdin itselleni asettamiani tavoitteita ja kehittymiskohtia. Lopuksi kerron johtopäätökset tyttöryhmän tarpeellisuudesta ja kehittämisideat.

6.1 Palautejanat kiinnostavuuden mittareina

Keräsin palautetta neljästä eri toiminnosta: millaiselta käsien rentoutushoito, ryhmäkollaasi, voimatyyny ja voimamaiseman tekeminen tuntuivat. Palautejanoista kuvat ovat pääluvussa 5 esiteltyinä. Tässä luvussa esittelen tulokset sanoin kuvattuina.

Käsien hierontarentoutuksen koki kolme tyttöä mukavaksi ja yksi tyttö valitsi ihan sama -vaihtoehdon. Tämä yksi tyttö koki hankalaksi toisen ihmisen koskettamisen, mikä luultavasti vaikutti palautteessa. Huomattavaa mielestäni on, että toinen tyttö, joka myös piti toiseen ihmiseen koskemisen epämiellyttävänä, valitsi kuitenkin palautteessa mukava-vaihtoehdon. Palautteesta puuttuu kaksi ryhmän lopettanutta tyttöä, koska keräsin palautteen vasta seuraavalla kerralla, jolloin he eivät enää olleet mukana ryhmässä.

Ryhmäkollaasin valitsi mukavaksi kolme tyttöä ja yksi tyttö meni seisomaan ihan sama -vaihtoehdon kohdalle. Tehtävään liittyvä akryylivärin levittäminen kämmeneen saattoi vaikuttaa epämiellyttävältä ihan sama -vaihtoehdon valinneesta työstä, koska hänellä on asperger-diagnoosi. Tähän oireyhtymään liittyy ylikorostunut tuntoaisti, joten maalin levittäminen kämmeneen saattoi tuntua epämiellyttävältä. Toisaalta tehtävä koostui monesta eri elementistä, joten ilman tarkempaa tutkimusta on vaikea sanoa syytä valintaan.

Voimatyynyjen valmistuksen valitsi kaikki neljä tyttöä mukavaksi toiminnoksi. Tämäkin menetelmä koostui useasta eri vaiheesta, jotka kaikki siis koettiin riittävän positiivisina. Tyynyliinon yksi vaihe oli kirjoittaa positiivisia adjektiveja itsestä. Samanlainen osio oli ryhmäkollaasissa, joten

voimatyynytehtävän palautteeseen perustuen tämän adjektiivi-osion koki ainakin kolme neljästä mukavana myös ryhmäkollaasi tehtävässä.

Voimamaiseman valmistamisessa oli myös useita eri vaiheita. Yksi tyttö piti tehtävää mukavana, yksi valitsi ihan sama -vaihtoehdon ja yksi tyttö seisoi mukavan ja ihan saman välissä. Neljäs tyttö oli poissa palautteen annosta. Palautteesta on vaikea sanoa, mikä vaikutti tulokseen, koska en kerännyt palautetta kustakin osiosta erikseen. Tähän palautteen keruun erittelyyn tulee kiinnittää tulevilla ryhmissä huomiota.

Olivatko valitut toiminnalliset menetelmät sopivia? Yhteenvedona janapalautteista voi sanoa, että olivat. On myös tärkeää huomioida, että kukaan ei valinnut kertaakaan ”ei mukavaa”, joka olisi tarkoittanut negatiivista kokemusta ja siten vähentänyt voimaantumisen tuntemusta. Kerättyihin palautteisiin vedoten toiminta ryhmässä koettiin miellyttävänä, joka näkyi jo työskentelyvaiheessa. Palautteista voi päätellä lisäksi, että suosituin menetelmä oli voimatyynyjen valmistaminen. Tavoitteideni mukaisesti onnistuin valitsemaan menetelmiä, jotka tarjosivat osallistujille uusia kokemuksia ja tapoja ilmaista itseään.

Käyttämäni sovellus Voimauttavasta valokuvatyöskentelystä oli mielestäni onnistunut, mutta siihen saattaa liittyä joitain riskejä. Sellaisia voi olla ajanpuute tai kuvien epäonnistuminen, ts. kuvattava ei ole tyytyväinen kuviinsa, jolloin tuskin positiivinen käsitys itsestä vahvistuu. Valokuvatyöskentelyssä ohjaajalta vaaditaan valokuvauksen ja kuvien käsittelyn taitoa. Oma asiansa on toisten ottamien kuvien käytössä. Niihinhan liittyy aina kuvaajan tekijänoikeus. Itse olen tavannut Miina Savolaisen ja kertonut käyttäväni hänen kirjansa kuvia tällaisessa tarkoituksessa, eikä hän kieltänyt sitä. Mutta pidettäessä yleisempiä ryhmiä tai kursseja, tulisi ohjaajan ottaa huomioon tekijänoikeusasiat.

6.2 Havainnointi toiminnan kehittäjänä

Havainnoinnin etu on sen avulla saatava välitön, suora tieto yksilöiden ja ryhmien toiminnasta ja käyttäytymisestä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2004, 202). Ensimmäisiä havaintojani oli tyttöjen aikataulussa pysyminen. Jokainen saapui paikalle sovitusti, eikä myöhästymisiä tullut. Tyttö, joka jäi pois kahdeksannelta kerralta, ilmoitti asiasta tekstiviestillä. Myös auto-koulun aloittaneet tytöt ilmoittivat poisjäännistään minulle. Koska lähetin tytöille aina edellispäivänä tekstiviestimuistutuksen ryhmästä, en pysty päättelemään vaikuttiko se osallistujien muistamiseen. Ryhmätekstiviestin lähettäminen on pieni vaiva sen hyötyyn nähden. Käytän perustyössäni usein ryhmäviestejä. Tyttöjen säännöllisen osallistumisen ryhmään sekä aikatauluissa pysymisen katson merkiksi onnistuneesta motivoinnista.

Tyttöjen liikkuminen tiloissa tarjosi runsaasti havainnoitavaa. Ensimmäisen kerran arkaileva liikehdintä varmistui kerta kerralta. Heti toisesta koontumisesta lähtien tytöille muodostui omat istumapaikat. Vaikuttiko tähän opiskelijoiden tottuneisuus omaan istumapaikkaan luokkatilanteissa? Tyttöissä kasvanutta rohkaistumista oli havaittavissa ja huippuhetki

minulle ohjaajana oli tyttöjen osallistuminen ryhmämme jälkeiseen yleiseen vapaa-ajantoimintaan Toimarilla. Iso ilonaihe oli kahden tytön ystävyystyminen ryhmän aikana. He vaihtoivat puhelinnumeroita ja tapasivat toisiaan vapaa-ajalla tehden yhteisiä kävelylenkkejä.

Kuinka näyttää toteen mahdollinen voimaantuminen? Siitosen (1999, 162) vertaus katalyytin (empowerment) johtamaan vahvaan sitoutumiseen toteutui ryhmässäni. Siitosen voimaantumisteorian mukaan sitoutunut ryhmäläinen on hyvinvoiva. Omassa ryhmässäni tyttöjen voimaantumisen lisääntyminen perustui havaintoihini. Havaitsin myös itseluottamuksen kasvua, joka näkyi osallistujien varmempana liikkumisena tiloissa, rohkaistuminen keskusteluissa ja vahvimmin osallistumisena muuhun vapaa-ajan toimintaan. Hieno esimerkki rohkaistumisesta oli yhden tytön ilmoittautuminen ohjaamaani tyttöjen uintiryhmään.

Entä ryhmäytymisen onnistuminen? Koska tytöt olivat hiljaisia, ei varsinaista keskustelua syntynyt heidän välillään. Tämä vaikutti mielestäni heikkoon ryhmäytymiseen. Ryhmä oli myös kooltaan melko pieni, joten vuoropuhelun mahdollisuus oli vähäisempi kuin enemmän osallistujia sisältävässä ryhmässä. Voisinkin kutsua ryhmässä tapahtunutta sosiaalista liikehdintää enemmän pariutumiseksi. Huomioitavaa on lisäksi, että aspergerin oireyhtymään kuuluu epäsosiaalisuus. Ohjaajana jäin pohtimaan sosiaalisuuden tavoitetta: tuleeko aina tavoitella ns. normisosiaalisuutta, vai tulisiko tyytyä yksilökohtaisiin tavoitteisiin. Itse koin tyytyväisyyttä, kun havaitsin ryhmässäni tapahtuneen yksilöllistä sosiaalista kanssakäymistä.

Havainnointi oli itselleni luontaiselta tuntuva tiedonkeruumenetelmä. Omassa työotteessani tilannetaju ja nopea reaktiokyky ovat vahvuuksia, kun taas kärsivällisyyttä voisi olla enemmän. Työni kehitettäviin asioihin haluan lisätä määrätietoisen havainnoin ja havaintojen kirjaamisen. Vaarana näen työelämän kiireyden, jonka jalkoihin kirjatut havainnot voivat helposti jäädä.

6.3 Palautteenkeruun suunnitelmallisuus

Palautteen keruussa tulisi tarkkaan miettiä, mistä haluaa saada mielipiteen. Tämä mietintä tulisi aloittaa samaan aikaan muun suunnittelun kanssa. Jälkikäteen haluamaansa palautetta on haastavaa saada.

Nyt raportointivaiheessa huomaan, että olisin halunnut saada tyttöryhmältä kaksi eri palautetta voimamaisema-menetelmästä: oman palautteen kuvattavana olemisesta ja toisen palautteen oman voimamaiseman koostamisesta. Jäin pohtimaan, olisiko valokuvattavana oleminen ollut vähemmän suosittua kuin voimamaiseman tekeminen tai päinvastoin. Mutta kuten edellä kirjoitin, nykyisten selfieiden ynnä muiden omakuvien aikana omien valokuvien ottaminen ja katsominen ei ehkä ole niin iso asia kuin omalla ikäpolvellani, joista monet kokevat olevansa epäonnistuneita valokuvissa.

Huomaan myös, että minun olisi pitänyt pyytää palautetta ryhmänohjaajilta ja asumisnohjaajilta tyttöryhmän vaikuttavuudesta. Vähintäänkin loppukeskustelu olisi ollut tärkeä toiminnan kehittämisen näkökulmasta. Niiden toteutuksen olisin voinut suorittaa ryhmän päätyttyä, mutta vuoden 2014 alusta alkanut opintovapaani vei minut pois Kiipulasta ja palaute jäi keräämättä. Nyt kirjoittamisvaiheessa havaitsen, että toiminnan kehittämisen kannalta olisin voinut kerätä myös tytöiltä palautetta siitä, miltä jänamenetelmän käyttö oli tuntunut.

6.4 Tila tukemassa onnistunutta ryhmätoimintaa

Toimari toimi melko moitteettomasti ryhmän kokoontumistilana. Ryhmätyöskentelyä tukee rauhallinen ja turvallinen ryhmätila. Tilan rauhallisuus tulee häiriöttömästä ajasta ja turvallisuuden tuntua saadaan aikaan esimerkiksi sisustuksellisilla elementeillä ja muilta kulkijoilta eristetyillä ratkaisuilla. Toimarilla tämä tarkoitti mm. tietoa siitä, että ulkopuoliset eivät tule paikalle, eikä ikkunoista pääse kukaan kurkkimaan sisälle. Sisustuksessa huomiota kiinnitin huonekalujen sijoitteluun siten, että kaikki näemme toisemme, mutta emme ole kylki kyljessä kiinni toisissamme. Rentoutustilanteisiin olin hankkinut mattoja ja tyynyjä lattialle. Valaistusta ja äänimaisemaakin on hyvä miettiä etukäteen. Plussana toiminnallemme oli Toimarilla valmiina ollut materiaali ja välineistö, jotka mahdollistivat monipuolisen työskentelyn.

Ryhmämme kokoontumisaika kesti klo 17.45 saakka, jolloin Toimarin muut tilat olivat auenneet klo 17.00 opiskelijoiden yleiselle toiminnalle. Tästä aiheutui jonkin verran hälyääniä ryhmätilaamme. Kahdesti kävi niin, että yleiselle puolelle ei saapunutkaan ohjaajaa, jolloin opiskelijat koputtelivat kädentaitopajan ovelle häiriten ryhmämme toimintaa. Tähän asiaan tulee kiinnittää seuraavilla kerroilla huomiota.

Mielestäni mainitsemisen arvoinen tilaan liittyvä seikka on Toimarin tapauksessa se, että tila tuli tutuksi ryhmän tytöille ja rohkaisti osallistumaan muuhun vapaa-ajantoimintaan.

6.5 Oma oppimiseni ohjaajana

Suuri tavoite oman työni kehittämisen kannalta oli opetella keräämään palautetta säännöllisesti. Työssäni havainnoin jatkuvasti, mutta muistiinpanojen tekeminen jää usein kiireeseen vedoten. Havainnoimalla saamani tieto jää hiljaiseksi tiedoksi vain omaan käyttööni. Kokemuksen ja toiminnan mukana syntyvä tietäminen on erityisen tärkeää. Airaksisen ja Vilkan (2003, 7) mukaan tämä arjen tieto tai henkilökohtainen tieto auttaa meitä selviämään elämässä ja työssä paremmin. Kun se saadaan sanalliseen muotoon, on sitä mahdollista jakaa ja arvioida muiden kanssa. Opinnäyte-työssäni olen pyrkinyt löytämään oikeat käsitteet ja pohtimaan tekemiäni valintoja ja siten jakamaan oppimaani työyhteisössäni.

Tärkeimmäksi tavoitteeksi itselleni olin asettanut onnistuneen tytöille suunnatun ryhmätoiminnan kehittämisen. Ryhmän tavoite oli toimia osana opiskelijalle suunnattua tukea, tarjota opiskelijalle uusia tapoja ilmaista itseään. Onnistunut toiminta tarjoaa turvalliset puitteet osallistujille. Käytännössä tämä tarkoittaa ohjaajan osalta ryhmään liittyvien esitöiden tekemistä ennen kutakin kokoontumiskertaa varten (kopioid valmiina, välineet esillä, käytettävät koneet valmiina yms.). Näin jää rauhoittunut aika varsinaiselle toiminnalle.

Ohjaajana huomioin jokaista ryhmäläistä yksilönä pyrkien löytämään hänen vahvuuksiaan. Yhteistyössä ryhmäläisten kanssa omat vuorovaikutustaitoni kehittyivät. Opin myös sietämään epämiellyttäviä tunteita, joita syntyi, kun ryhmäläiset eivät esimerkiksi valinneetkaan ryhmän nimeksi Voimaneidot tai kuvien valinnassa ei valittu minun mielestäni parasta kuvaa, vaan kuvattavilla oli oma näkemys. Ohjaaja on parhaimmillaan taustatukena, kun hän on ensin mahdollistanut ympäristön, materiaalin, ajan, toisin sanoen turvallisuuden.

Olen ottanut huomioon taustaorganisaation arvoja ja strategisia painopistealueita kehittäessäni ryhmän toimintamallia. Kehittämäni ryhmä toimii ennaltaehkäisemisen välineenä opintojen keskeyttämistä vastaan. Olen painottanut yhteisöllisyyden sekä osallistamisen merkitystä ja nostanut keskusteluun kiusaamiskokemukset.

6.6 Johtopäätökset ja kehittämisideat

Ajatukseni toiminnallisiin menetelmiin pohjautuvien ryhmien tarpeellisuudesta Kiipulan ammattiopistossa vahvistui opinnäytetyöni kautta. Kokemukseni ryhmän ohjaajana oli positiivinen, vaikka kehitettävää onkin. Ryhmän kokoamiseen liittyvänä moniammatillisuus on tärkeä huomioida. Siten taataan kuhunkin ryhmään oikeat osallistajat ja he saavat suurimman mahdollisen hyödyn ryhmästä. Moniammatillisella kokoamisella myös suljetaan pois päällekkäisyydet, jotka voivat estää tai keskeyttää ryhmään osallistumisen. Työparityöskentely puolestaan mahdollistaisi tehokkaamman havaintojen tekemisen, varmistaisi muistiinpanojen paremman saannin ja tarjoaisi peilauspintaa ohjaajille oman työnsä kehittämiseen. Lankinen (2011, 55) suosittelee työparityöskentelyä, koska siten ohjaajat voivat helpottaa työtään jakamalla kasvatusvastuuta. Harjoituksia ja ryhmäkertoja on mukavampi suunnitella yhdessä ja ryhmätilanteiden purku jälkikäteen on hedelmällisempää. Ryhmäläisille on myös hyvä saada peiliä kahdesta erilaisesta ohjaajasta.

Ohjaajan vastuu on mielestäni mainitsemisen arvoinen asia. Hänen persoonansa ja ammattitaitonsa vaikuttavat suoraan ryhmän laatuun ja sitä kautta ryhmästä saatavaan voimaantumisen kokemukseen. Lankinen (2011, 51) puhuu ohjaajan ”hereillä olosta”. Ohjaaja on vastuussa siitä, mitä ja miten ryhmässä keskustellaan asioista. Erityisen tärkeää on, että kaikki vertausryhmässä käyty keskustelu on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Ohjaajan vastuulla on ohjata keskustelua eheyttäväksi ja voimavarakeskeiseksi.

Ohjaamassani ryhmässä kaksi tytöistä kertoi ryhmän aikana ihastumisasioistaan minulle kysyen mielipidettäni ja neuvoani. Havaitsin, että meillä Kiipulan ohjaajilla tulisi olla aikaa rauhalliseen kuunteluun ja jutteluun opiskelijoiden kanssa. Hiljaiset ja huomaamattomat opiskelijat jäävät helposti paitsi ohjaajien ajasta. Nämä opiskelijat ovat arkoja ja ujoja tuomaan asioitaan itsenäisesti esille. Asioiden pyörittely jää oman pään sisälle ja pahimmillaan aiheuttaa ahdistusta ja neuvottomuutta.

Millaisia ryhmiä Kiipulaan tulisi suunnitella ja kehittää? Lankinen (2011, 55) sanoo ryhmän kokoamisesta, että tulisi olla jokin ryhmäläisiä yhdistävä asia tai teema. Näitä voisivat olla samankaltaisen kriisin läpikäyminen, samankaltainen nuorisokulttuuri tai identiteetti. Lankisen kirjassa on materiaalia eheyttäviin ja korjaaviin ryhmiin. Kiipulassa tämä voisi tarkoittaa omaa ryhmää yksinäisille, koulukiusatuksi joutumisen kokeneille tai muille vaikeille kokemuksille. Näitä aiheita tulisi miettiä moniammatillisesti ja vuosittain. Vertaiskokemuksen jakaminen ryhmässä voimaannuttaa. Vertaisryhmät ovat tärkeä itsenäistymistä tukeva toiminnan muoto. (Lankinen 2011, 50.)

Tyttöjen vertaisryhmässä nuori voi peilata omia ajatuksiaan, mielipiteitään ja kokemuksiaan. Naiset ovatkin kautta aikojen kokoontuneet yhteen. Ryhmissä on toiminnallisuuden, vaikkapa käsitöiden tekemisen, ohella keskusteltu naisen elämään ja naiseuteen liittyvistä asioista. (Lankinen 2011, 50.) Sukupuolisidonnainen ryhmä vahvistaa naiseutta ja käsillä tekemisen lomassa on helppo jutella itseä askarruttavista asioista. Tapaamalla ja kuulemalla toisiaan tytöt saavat vertaistukea naiseksi kasvamiseen.

Ryhmätoiminnoissa tapahtuvien ruokailuiden laatuun pitää kiinnittää huomiota: ne ovat mahdollisuus tuoda esille ravitsemuksellisia asioita itse tehden ja maistellen. Mahdollisiin allergioihin tulee varautua ja ainakin Kiipulassa se on helppoa, koska opiskelijoista on saatavilla tietoa esimerkiksi HOJKS-lomakkeesta. Vaikka ryhmissä tapahtuva välipalatyypinen syöminen on oheistoimintaa, on sillä mielestäni merkitys, jota ei kannata jättää käyttämättä.

Tiivistetysti Kiipulan malli voisi olla toiminnallisiin menetelmiin pohjautuva sukupuolisidonnainen ryhmä. Ryhmällä tulisi olla kaksi ohjaajaa, koontumiskertoja kahdeksasta kymmeneen ja yhden kerran kesto vähintään kaksi tuntia. Toiminnallisina menetelminä voisi käyttää opinnäytetyössän avaamiani menetelmiä sovellettuina kulloisenkin ryhmän tarpeisiin.

7 POHDINTA JA ARVIOINTI

Toiminnallisen opinnäytetyön arvioinnissa on hyvä käsitellä työn ideaa ja sen kuvausta, asetettuja tavoitteita, teoreettista viitekehystä, tietoperustaa ja kohderyhmää. Siinä olisi kerrottava myös toteutumattomat asiat tai saavuttamattomat tavoitteet. Oman työn arviointiin tulisi sisällyttää oma arvio ammatillisesta kasvusta ja suunnitelma siitä, mihin suuntaan ammatillista

kasvua oman kokemuksen mukaan tulisi kehittää. (Vilkkä ja Airaksinen 2003, 154 - 155, 160.) Tässä viimeisessä pääluvussa kuvaan tiivistetysti opinnäytetyön tutkimuskohteena ollutta tyttöryhmää, tutkimusprosessia sekä tuloksia ja johtopäätöksiä.

Olin motivoitunut opinnäytetyöni aiheesta, vaikka sen tavoitteena ei ollutkaan työllistyminen. Oman työn kehittäminen on aina ollut vahvuuksiani. Kehittämällä työtä se myös muuttuu ja uusiutuu. Samalla muutun itsekin ja opin uutta. Erityisesti ohjaamalla ryhmää on hieno mahdollisuus oppia ryhmäläisiltä ja siten kehittyä ohjaajana. Vilkkä ja Airaksista (2003, 16 - 17) mukailen olen löytänyt toiminnalliselle opinnäytetyölleni toimeksiantajan. Vilkkä ja Airaksinen pitävät sitä etuna, jonka avulla voi näyttää omaa osaamistaan laajemmin ja herättää työelämän - tässä tapauksessa esimiehen - kiinnostusta. Opinnäytetyöprosessin aikana itselleni on kypsynyt tavoite oman työnkuvan muutokseen. Opinnäytetyöni nivoutuu myös tiiviisti ammattikorkeakoulun opinnäytetyölle asettamiin tavoitteisiin. Matkani pääaineprojektin Tyttöryhmästä opinnäytetyöni valmistumiseen on vahvistanut ammatillista kasvuani. Koska opinnäytetyöni nivoutui Tyttöryhmän kautta kiinteästi työelämään, keskustelivat oppimani asiat työelämän vaatimusten kanssa. Peilauspintaa oli molempiin suuntiin.

Toimeksiannettuun opinnäytetyöhön liittyvänä Airaksinen ja Vilkkä (2003, 18) mainitsevat riskin sen kasvamisesta vaadittua laajemmaksi. Heidän kokemustensa mukaan on joskus ammatillisen kasvun, urasuunnitelmien ja työllistymisen näkökulmasta välttämätöntä antautua ja sitoutua isompaan opinnäytetyöprojektiin kuin sille annettu opintoviikkomäärä vaatisi. Oma opinnäytetyöni on kasvanut vaadittua laajemmaksi. Syynä pidän aiheen kiinnostavuutta ja haluani käsitellä sitä laaja-alaisesti ja monipuolisesti. Perustelen kasvanutta työn määrää sen ainutlaatuisuudella Kiipulan ammattiopiston näkökulmasta. Tavoitteeni oli todentaa tarve kehittämälleni ja tutkimalleni ryhmätoiminnalle.

Opinnäytetyön tulosten luotettavuutta olisin voinut parantaa keräämällä palautetta laajemmin, kuten edellä olen pohtinut. Tuloksista puuttuvan toimeksiantajan palautteen koen myös tutkimuksen heikentäjäksi. Vahvuudeksi katson kattavat perustelut tekemilleni valinnoille sekä monipuolisen ammattikirjallisuuden ja lähteiden käytön.

Yhteinen aika tyttöryhmän kanssa sekä yksinpuurtaminen opinnäytetyöraporttia laatiessani ovat vahvistaneet ammatillista identiteettiäni. Pienestä purosestani on kasvanut iso virta. Haasteenani oli katkoa liiat sivuhaarat ja pitäytyä päävirran lähetyvillä. Koen luottamustehtäväksi olla mukana tarjoamassa elämänkokemustani ja ammattitaitoani nuorten hyväksi. Saada elää mukana nuorten maailmassa, pitää omankin mielen nuorekkaana.

Opinnäytetyön tutkimusongelmana ollut tyttöryhmän toiminnan vaikuttavuuden tutkiminen johti johtopäätökseen, että toiminta koettiin pääsääntöisesti positiivisena. Ryhmään osallistuneet olisivat toivoneet jatkoa, mikä sekin osaltaan tukee toiminnan merkityksellisyyttä tytöille. Tutkijan havainto tyttöryhmän tarpeellisuudesta tuli todennettua. Tutkimustulosten

pohjalta on hyvä jatkaa toiminnan kehittämistä muokkaamalla harjoitteita vastaamaan kulloisenkin ryhmän tarpeita. Opinnäytetyön tulokset ja kehittämisideat ovat tarvittaessa Kiipulan ammattiopiston käytettävissä.

LÄHTEET

Aulio, H. 2005. Kuvataideterapian soveltaminen ammatilliseen kuntoutukseen. Päättötyö. Kuvataideterapeuttien kouluttajakoulutus. pdf-tiedosto. Viitattu 18.8.2014.

Hakijan opas. 2014 - 2015. Kiipulan ammattiopisto. Itsensä kokoiseen ammattiin. 2014, 3.

Hammarén, P. n.d. Murkku - nuorten työkirja. Sininuorisoliitto ry. I-print Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10., osin uudistettu laitos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 201 - 205.

Järventie, R. 2014. Aamulehti 30.10.2014, B3.

Karpainen, S. 2005. ”Mitä taide tekee käsityöstä?” Käsityötaiteen perusopetuksen käsitteellinen analyysi. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Soveltavan kasvatustieteen laitos. Tutkimuksia 253. Helsinki: Yliopistopaino, 40, 56 - 57.

Kero, S. 2004. Varhainen puuttuminen vaikuttaa myönteisesti. Teoksessa Mylly, M & Sipilä, S. (toim.) Erityisopetusta kehittämässä – kokemuksia Kiipulasta. Valkeakoski: Koski-Print Oy, 56 - 58.

Kuntoutusportti. 2014. Kuntoutusjärjestelmä.
<http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/kuntoutus/kuntoutusjarjestelma/>
Viitattu 18.8.2014.

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Muutoksen pedagogiikka. Tampere: Tammer-Paino Oy, 8 - 83.

Lankinen, M. 2011. Voimaneidot. Opas tyttöjen oman voiman haltuunottoon ja aggression hallinnan tukemiseen. Tmi Terapeda: Tallinnan kirjapaino Oy, 11 – 57.

Leino, Minna. Lähetetty 16.9.2014. Vs: Kuvia? [sähköpostiviesti]. Vastaanottaja Ulla Lahtinen. Viitattu 18.9.2014.

Liinamo, A. & Ritamo, M. 2012. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimus ja asiantuntijatyö. Menetelmät.
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/99610628-daf0-475d-b960-527be200443e>
Viitattu 27.8.2014.

Opetussuunnitelma A-osa. 2010. Kiipulan ammattiopisto. pdf-tiedosto.
https://intra.kiipula.fi/Documents/Tiedotus/opetussuunnitelman_a-osa1.pdf Viitattu 1.9.2014.

Opetussuunnitelma B-osa. 2012. Kiipulan ammattiopisto. pdf-tiedosto.

https://intra.kiiipula.fi/Documents/Tiedotus/OPS_B_osa2012.pdf Viitattu 1.9.2014.

Pitkänen, V. 2012. Kosketus luo itsetuntoa ja muuttaa asenteita. Turun Sanomat 23.4.2012.
<http://www.ts.fi/teemat/terveys/337398/Kosketus+luo+itsetuntoa+ja+muuttaa+asenteita> Viitattu 2.9.2014.

Saari, T. 2014. Pitäisi olla D++ rinnat ja muuten narukeppi! Iltasanomat, Sunnuntai 13. - 14.9.2014, 6 – 9.

Savolainen, M. 2008. Maailman ihanin tyttö. The Loveliest Girl in the World. Helsinki: Lönnberg Print & Promo.

Savolainen, M. Voimauttavan valokuvan menetelmät. Viitattu 1.9.2014.
<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulu University Press, 117 – 164.

Tampereen Tyttöjen Talon. 2014. Viitattu 13.11.2014.
<http://www.tytto.fi/>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 7, 65.

Kutsun Sinut mukaan
Voimaneidot- ryhmään

Ryhmässä jutellaan omaan elämään
liittyvistä asioista. Ryhmä kokoontuu
Toimarin tiloissa.

Aloitamme tiistaina **24.9**

klo **16.15-17.45**



Tervetuloa!

Lisätietoja: Ulla Lahtinen 050 3003 766

ADJEKTIIVILISTA

Ahkera	Lojaali	Suunnitelmallinen
Aktiivinen	Lempeä	Suunnittelutaitoinen
ATK-taitoinen	Myynti- ja	Suvaitseva
Asiakkaiden kanssa	markkinointitaitoinen	Sydämellinen
toimeentuleva	Mielikuvituksekas	Sympaattinen
Aurinkoinen	Muut ihmiset huomioiva	Syvällinen
Aloitekykyinen	Myönteinen	Säntillinen
Analyyttinen	Myötätuntoinen	Säästäväinen
Avoin	Määrätietoinen	Taiteellinen
Auttavainen	Markkinointihenkinen	Taloudellinen
Diplomaattinen	Musikaalinen	Tarkka
Esiintymiskykyinen	Miellyttävä	Tarkkaavainen
Energinen	Neuvottelutaitoinen	Tarmokas
Empaattinen	Nokkela	Tasapainoinen
Edustava	Nopea	Tasapuolinen
Eteenpäinpyrkivä	Oppivainen	Tavoitteellinen
Hallitseva	Objektiivinen	Teeskentelemätön
Harkitseva	Oikeudenmukainen	Tehokas
Hienotunteinen	Oma-aloitteinen	Teknistaitoinen
Huolehtivainen	Omaperäinen	Teoreettinen
Huolellinen	Oppivainen	Terve
Huumorintajuinen	Oppimiskykyinen	Tiimityöskentelytaitoinen
Huomaavainen	Oppimishaluinen	Tiedonhaluinen
Helposti oppiva	Optimistinen	Toimielias
Idearikas	Organisointitaitoinen	Tunnollinen
Itsevarma	Ongelmanratkaisutaitoinen	Tunteellinen
Innostava	Palveluhenkinen	Tyylikäs
Itsenäinen	Peloton	Täsmällinen
Itsepäinen	Perfektionisti	Ulospäin suuntautuva
Itsevarma	Perusteellinen	Uskalias
Iloinen	Peräänantamaton	Uskollinen
Johdonmukainen	Pikkutarkka, pedantti	Uskottava
Johtamistaitoinen	Pitkäjänteinen	Uusiutumiskykyinen
Joustava	Pohdiskelevä	Utteraa
Jämäkkä	Positiivinen	Vaatimaton
Järkiperäinen	Projektijohtamistaitoinen	Vaativa
Järkevä	Puhelias	Vahva
Järjestelmällinen	Puoleensavetävä	Vakuuttava
Karismaattinen	Pätevä	Valmis oppimaan uutta
Kaukonäköinen	Päätäväinen	Valpas
Kielitaitoinen	Päätöksentekotaitoinen	Varovainen
Kilpailuhenkinen	Rakentava	Vastuuntuntoinen
Kirjallisen ilmaisutaidon	Rauhallinen	Velvollisuudentuntoinen
omaava	Realistinen	Vie loppuun aloitetun
Kurinalainen	Rehellinen	Vilkas
Kohtelias	Reipas	Vilpitön
Käytännönläheinen	Rento	Vitsin kertoja
Kätevä käsistään	Rohkaiseva	Voimakas
Kielellisesti lahjakas	Rohkea	Välitön
Kiltti	Sanavalmis	Yhteistyökykyinen
Kommunikointikykyinen	Seikkailunhaluinen	Yhteistyöhaluinen
Kekseliäs	Seurallinen	Yksilöllinen
Kärsivällinen	Sinnikäs	Ymmärrettävä
Käytännöllinen	Sivistynyt	Ymmärtäväinen
Kunnianhimoinen	Sopeutuva	Yritteliäs
Lahjakas	Sopuisa	Yrittäjähenkkinen
Luonnollinen	Sosiaalinen	Ystävällinen
Luotettava	Spontaani	Älykäs
Luottavainen	Suostuttelutaitoinen	
Luova	Suora	
Looginen	Suullisesti lahjakas	