

MENETELMÄTARJOTIN VOIMAVARAISTAMISEEN

Tiina Kirvesniemi, Antti Leppilampi & Jaana Poikolainen (toim.)



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Kymenlaakson ammattikorkeakoulun julkaisu
Sarja A. Nro: 79
2016

Toimitus: Tiina Kirvesniemi, Antti Leppilampi & Jaana Poikolainen

Graafinen suunnittelu: Vinkeä Design Oy

Kuvitus ja hahmot: Rannikkopajat

Paino: Grano

ISBN (NID): 978-952-306-169-9

ISBN (PDF): 978-952-306-170-5

ISSN: 1239-9086

ISSN-L: 1239-9086

Johdanto:

Siä päätät -hankkeessa kehitetään nuorten osallisuuden tukemista peli-innovaatiolla ja palvelumuotoilulla. Hankkeen alkuvaiheessa Kymenlaakson ammattikorkeakoulun lehtori Tuija Suikkanen-Malin ja yliopettaja Minna Veistilä laativat voimavara- ja lähtöisiä menetelmiä hyödyntävän palvelutarjottimen, johon koottiin aiemmin toteutetuissa sekä kotimaisissa että kansainvälisissä hankkeissa kehitettyjä menetelmiä työntekijöiden toimintamallien muokkaamiseen, vertaistoiminnan kehittämiseen sekä voimavara- ja lähtöisyyden tukemiseen. Sosiaalista osallisuutta ja voimavara- ja lähtöisyyttä tukevia hankkeita on viime vuosien aikana toteutettu runsaasti ja niissä on kehitetty monenlaisia menetelmiä. Siä päätät -hankkeessa haluttiin koota yhteen aiemmin tehtyä kehittämistyötä ja menetelmiä, joita hyödynnettiin nuorten osallistamisen prosessin käynnistämiseen. Osallisuus on kattomääritelmä, joka kattaa erilaisia lähestymistapoja ja näkökulmia käsitteeseen. Laajemmassa merkityksessä osallisuus merkitsee yhteisöllisyyttä, kuulumista, sosiaalisia suhteita ja osallistumista yhteisön tai yhteiskunnan toimintaan. Osallisuus merkitsee erityisesti osallisuutta omaan elämään. (Raivio & Karjalainen 2013.)

Sosiaalisella osallisuudella tarkoitetaan nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia olla yhteisön jäseniä ja osallistua heitä koskevaan päätöksentekoon. Siä päätät -hankkeessa haminalaiset asiakasraatinuoret valitsivat menetelmätarjottimelta viisi kiinnostavinta, mieluisinta ja kehittämiskelpoisinta menetelmää, joita kokeillaan ja kehitellään eteenpäin nuorille suunnatuissa palveluissa. Vaikka menetelmätarjotin on osallistamisen prosessin alkuvaihe, havaittiin sen käyttökelpoisuus myös laajemmin. Voimavaraistava menetelmätarjotin on innovaatio, jota voidaan suurelta osin käyttää nuorten lisäksi myös muiden kohderyhmien kanssa työskenneltäessä. Uutta on se, että menetelmätarjottimessa yhdistyvät aiemmin kehitetyt menetelmät uudelleen esitysmuotoon sekä menetelmien luokitteluun käyttötarkoituksen mukaan. Voimavaraistavien menetelmien tarjotinta voi käyttää monin tavoin. Sen avulla voi muistutella mieliin ehkä jo ennestään tuttuja menetelmiä tai tutustua uusiin menetelmiin. Menetelmätarjotin sisältää linkit suoraan menetelmien alkulähteille, josta saa lisätietoa ja käyttöohjeistusta.

Ekologinen systeemiteoria

Menetelmätarjottimen väljänä kehiksenä toimii systeemijatteluun perustuva ekologinen systeemiteoria*, jossa kuvataan yksilön ajatteluun ja toimintaan liittyviä tekijöitä. Yksilöpsykologisten tekijöiden lisäksi nuorten ja nuorten aikuisten hyvinvointiin vaikuttavat monet eri systeemit ja tekijät, jotka ilmenevät mikro-, meso-, ja makrotasolla vaikuttaen moninlaisilla tavoilla elämään (kuvio 1). Teoriassa huomioidaan moniulotteisuus eli eri systeemit ja niissä tapahtuvien muutosten vaikutus systeemistä toiseen. Makrotasolla tapahtuvat muutokset, esimerkiksi sosiaalipolitiikkaan kytkeytyvät päätökset heijastuvat mesotason kautta edelleen. Muun muassa kunnallisen tason ohjausmekanismeilla ja linjauksilla on vaikutusta mesotasoon, toiminta kytkeytyy paikallistason toimintaan esimerkiksi koulussa ja työpaikoilla. Mikrotasolla kyse on henkilökohtaisista kokemuksista. Kaikkiin edellä mainittuihin systeemeihin vaikuttaa ajallinen ulottuvuus – elämänkulku. Tavat ajatella ja toimia rakentuvat kulttuurisesti ja kontekstuaalisesti historiallisissa kehiksissä**. Näin ollen myös kokemukset siitä, mitkä asiat tuottavat hyvinvointia, muuttuvat ajallisesta perspektiivistä tarkasteltuna.

* Bronfenbrenner & Evans 2000; Härkönen 2008; Newbury 2011

** Newbury 2011

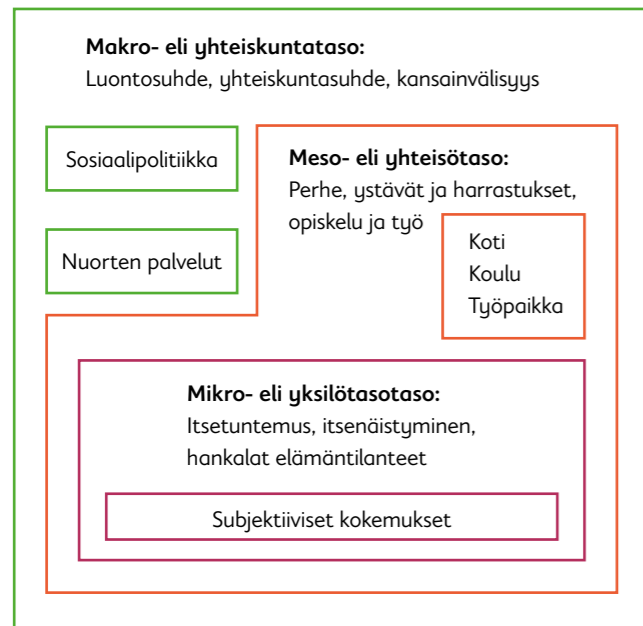
Voimavaralähtöisyys

Voimavaralähtöisyydellä tarkoitetaan toimintatapaa, jossa tuetaan nuorten olemassa olevia ja piileviä voimavaroja. Voimavarat nähdään yläkäsitteenä erilaisille aineellisille tekijöille (esim. asunto), henkilökohtaisille ominaisuuksille (esim. luottamus), olosuhteille (esim. työsuhte tai opiskelupaikka) tai erilaisia energiamuotoja (esim. tieto, aika), jotka ovat yksilölle itseisarvoisia tai toimivat voimavaroina pidettävien asioiden saavuttamisen välineenä.*** Voimavarat ovat yksilöllisiä, ja ne voivat olla esim. uskoa tulevaisuuteen ja työllistymiseen, sekä nuoren sisäisen luottamuksen heräämistä omaan kykyynsä selvitä vaikeistakin elämäntilanteista.

*** Hobföll 1989



Kuvio 1: Ekologinen malli



Lähteet:

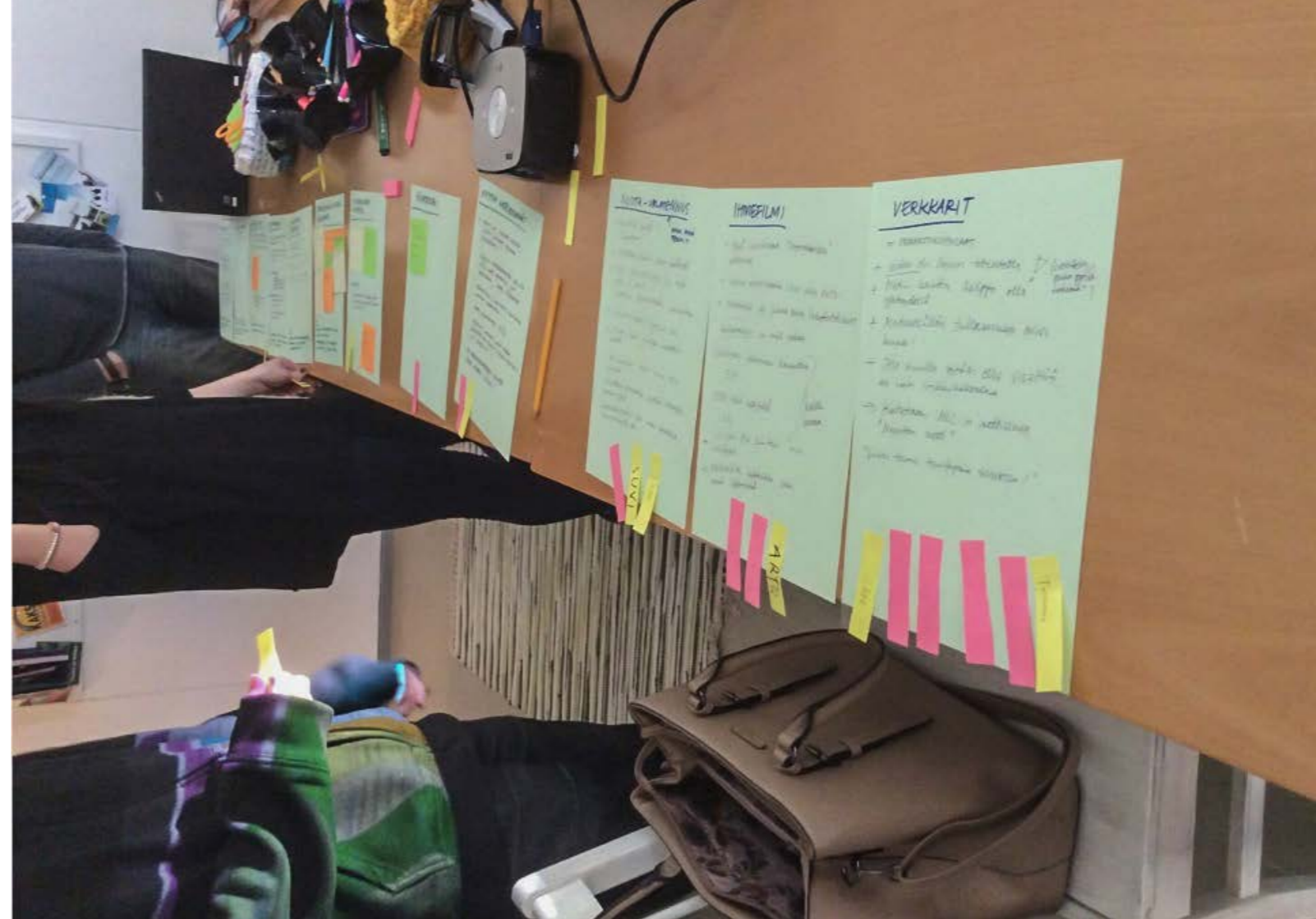
Bronfenbrenner, U. & Evans, G. (2000). Developmental Science in the 21st Century: Emerging Questions, Theoretical Models, Research Designs and Empirical Findings. *Social Development* 9: 1, 115–125.

Hobföll, S. (1989). A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist* 44: 3, 513–524.

Härkönen, U. (2008). Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus – Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä. Teoksessa Niikko, A., Pellikka, I. & Savolainen, E. Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä kirjoituksia kuninkaankartanonmäeltä. Joensuun yliopisto: Savonlinnan opettajankoulutuslaitos 21–39. Saatavilla: <http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/harkonen.htm>

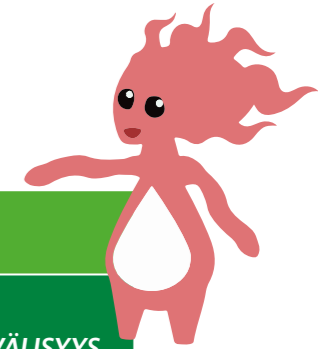
Newbury, J. (2011). Situational Analysis: Centerless Systems and Human Service Practices. *Child & Youth Services* 32: 2, 88–107.

Raivio, H. & Karjalainen, J. (2013). Osallisuus ei ole keino tai välinen, palvelut ovat! Teoksessa Era, T. (toim.) Osallisuus – Oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Saatavilla: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64153/JAMKJULKAISUJA1562013_web.pdf



Menetelmätarjotin

Voimavaralähtöiset menetelmät



Mikrotaso			Mesotaso			Makrotaso		
<i>ITSETUNTEMUS</i>	<i>ITSENÄISTYMINEN</i>	<i>HANKALAT ELÄMÄNTILANTEET</i>	<i>PERHE</i>	<i>YSTÄVÄT JA HARRASTUKSET</i>	<i>OPISKELU JA TYÖ</i>	<i>LUONTOSUHDE</i>	<i>YHTEISKUNTA-SUHDE</i>	<i>KANSAINVÄLISYYS</i>
Menneisyysmatkailu	Itsenäistyvän nuoren roolikartta	Suitset stressille	eFamily Coach	Isosiskotoiminta	Nuotta	Luontoyhteysmenetelmät	Tulevaisuuden muistelu	Kansainvälinen leiri
Photovoice	Ettei kilahdaisi	ART-menetelmä	Sukupu	Icehearts	Friskie	Eläinavusteiset menetelmät	Rahakramppi	IDA-malli
Seksuaalisuuden porta	Umbrella	Miesten erokoulu	Huomatkaa minut -vertaisryhmät	Räpäten ryhmään	Tarinateatteri kiusaamista vastaan	Polku – luonnosta potkua työelämään -työpajatoiminta	Benchmarking-matka	Active Youth -malli
Kortit	Pähdeputki	Pakkia paniikkiin	Eronettiryhmät	Ihmeilmi	Verkkarit	Ympäristökoulu Regina	Valmiina töihin	Nuorisovaihto / nuorisaloite



ITSETUNTEMUS

Menneisyysmatkailu

Tavoite: oman kronologisen elämäntarinan rakentaminen esimerkiksi asiakirjojen ja sukulaisvierailujen avulla.

Toteutus: parityöskentely

Photovoice

Tavoite: marginaalissa olevien, erityisesti naisten, voimavaroistaminen käyttäen valokuvausmetodia.

Toteutus: yksilö- tai yhteisöllinen projekti

Seksuaalisuuden portaat

Tavoite: seksuaalisuuden kehittymisen etenemisen pohdinta. Opetuspaketti.

Toteutus: ryhmässä, 1.–9.-luokkalaisten.

Kortit

Tavoite: assosiaatio-korttien sarja moniin eri tarkoituksiin, esimerkiksi tunteiden tunnistamiseen ja roolien hahmottamiseen.

Toteutus: yksi tai useampi osallistuja

ITSENÄISTYMINEN

Itsenäistyvän nuoren roolikartta

Tavoite: hahmottaa nuoren valmiuksia itsenäistymiseen, sopii myös huolen puheeksi ottamisen välineeksi ja voimavaroistamiseen.

Toteutus: parityöskentely

Ettei kilahtaisi

Tavoite: sosiaalisten taitojen ja väkivaltaisuuden hallinnan opettelu.

Toteutus: ryhmässä

Umbrella

Tavoite: kartoittaa lapsen ja nuoren henkilöhistoriaa sekä oppimisen ja kasvun tarpeita.

Toteutus: yksilö ja parityöskentelyä yli 12-vuotiaille

Päihdeputki

Tavoite: draamamenetelmä ehkäisevään päihdetyöhön.

Toteutus: ryhmässä, 6.–9.-luokkalaisten

HANKALAT ELÄMÄNTILANTEET

Suitset stressille

Tavoite: stressinhallintataitojen lisääminen ja vahvistaminen.

Toteutus: ryhmässä 14–18-vuotiaille

ART-menetelmä

Tavoite: opettaa valmiuksia rakentavaan vuorovaikutukseen.

Toteutus: ryhmässä

Miesten erokoulu

Tavoite: auttaa erosta ja tunteiden kanssa selviämiseen. Tukee isyyttä eron jälkeen.

Toteutus: yksilö, nettikurssi

Pakkia paniikkiin

Tavoite: Kehittää elämää kuormittavien tekijöiden tunnistamista ja paniikkikohtausten ennaltaehkäisy.

Toteutus: ryhmässä

PERHE

eFamily Coach

Tavoite: vahvistaa voimavaroja lähtöisesti vanhemmuutta, parisuhdetta ja perheen hyvinvointia.

Toteutus: mobiiliparityöskentely

Sukupu

Tavoite: sukulaissuhteiden hahmottaminen.

Toteutus: yksilö

Huomatkaa minut vertaisryhmät

Tavoite: vertaistukea selviytymiseen vanhempien eron kokeneille.

Toteutus: ryhmässä, 12–15-vuotiaille

Eronettiryhmät

Tavoite: vertaistukea ja tunteiden tarkastelua verkossa parisuhteen päättyessä.

Toteutus: nettiryhmässä, opiskelijoille

YSTÄVÄT JA HARRASTUKSET

Isosiskotoiminta

Tavoite: vapaaehtoistoimintana toteutettu sosiokulttuurinen ja sukupuolisensitiivinen työskentely. Nuori saa luotettavan kaverin, jonka kanssa jutella ja toimia positiivisessa hengessä ja tasavertaisena.

Toteutus: parityöskentely

Icehearts

Tavoite: ennaltaehkäistä osattomuutta, edistää sosiaalisia taitoja ja luoda lapsille pitkäkestoinen ja turvallinen aikuisen läsnäolo läpi kasvun nivelvaiheiden. Icehearts on joukkueurheilun toimintamalli lapsen hyväksi sekä sosiaaliryhmän, koulun ja vapaa-ajan tueksi.

Toteutus: ryhmässä

Räpäten ryhmään

Tavoite: rap-sanoitusten muodossa kirjoitettu opas on tarkoitettu avuksi kaikille nuorten ryhmätoiminnassa mukana oleville ammattilaisille. Opas sisältää vinkkejä, tietoa ja kokemusta hyvästä ryhmätoiminnasta.

Toteutus: ryhmässä

Ihmeilmi

Tavoite: tuoda laatu elokuvien katsominen osaksi koulujen ja nuorisotilojen toimintaa. Lisäksi kehitetään nuorten elokuvakasvatusta.

Toteutus: ryhmässä

OPISKELU JA TYÖ

Nuotta

Tavoite: toiminnallisten ja elämyksellisten menetelmien avulla tukea nuorten arjenhallinnan, sosiaalisten taitojen ja terveiden elämäntapojen vahvistumista (nuottavalmennus).

Toteutus: ryhmässä, 13–28-vuotiaille

Friskie

Tavoite: ohjauksella, vuorovaikutuksella sekä toiminnallisilla yhteistoiminnallisilla oppimisen menetelmillä pyrkiä herättämään nuoren kiinnostus hänen vaikutusmahdollisuuksiinsa omaan elämäänsä (työkirjamenetelmä).

Toteutus: ryhmässä

Tarinateatteri kiusaamista vastaan

Tavoite: helpottaa oppilaiden tunteiden käsittelyä ja edistää keskinäistä empatiaa sekä lisää vanhempien ja opettajien ymmärrystä oppilaiden oppimisongelmia ja niihin liittyviä tunteita kohtaan. Spontaania ja aidosti vuorovaikutteista teatteria, jossa esityksen käsikirjoittajana toimii yleisö. Toteutus: ryhmässä

Verkkarit

Tavoite: tarjotaan toisille nuorille tunne-, arvostus- sekä tiedollista tukea verkon välityksellä. Toiminta on ennaltaehkäisevää nuorisotyötä ja siihen kuuluu esim. ohjattuja keskustelupalstavastauksia, pienryhmä chättejä, mediatuotoksia sekä monimuotoista paikallista toimintaa. Toteutus: yksin ja ryhmässä

LUONTOSUHDE

Luontoyhteysmenetelmät

Tavoite: Green Care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää toimintaa,

jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla.

Toteutus: ryhmässä

Eläinavusteiset menetelmät

Tavoite: erilaisia eläinavusteisuuden menetelmiä käytetään edistämään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Näitä ovat muun muassa ratsastusterapia, puutarhaterapia ja -toiminta, sosiaalipedagoginen hevostoiminta tai ekopsykologian menetelmät. Toteutus: yksin tai ryhmässä

Polku – luonnosta potkua työelämään -työpajatoiminta

Tavoite: elämäntietoisuuden tukeminen ja ympäristötietoisuus. Painopisteeksi ympäristövastuullisuuden rinnalle on nostettu henkilökohtaisen hyvinvoinnin lisääminen.

Toteutus: ryhmässä

Ympäristökoulu Regina

Tavoite: toteuttaa ympäristövastuullisuutta edistävää ohjelmaa muun muassa draaman ja seikkailukasvatuksen keinoin. Nuorille ja aikuisille järjestetään ympäristövastuullisuutta edistäviä koulutuksia ja virkistyspäiviä. Toteutus: ryhmässä

YHTEISKUNTASUHDE

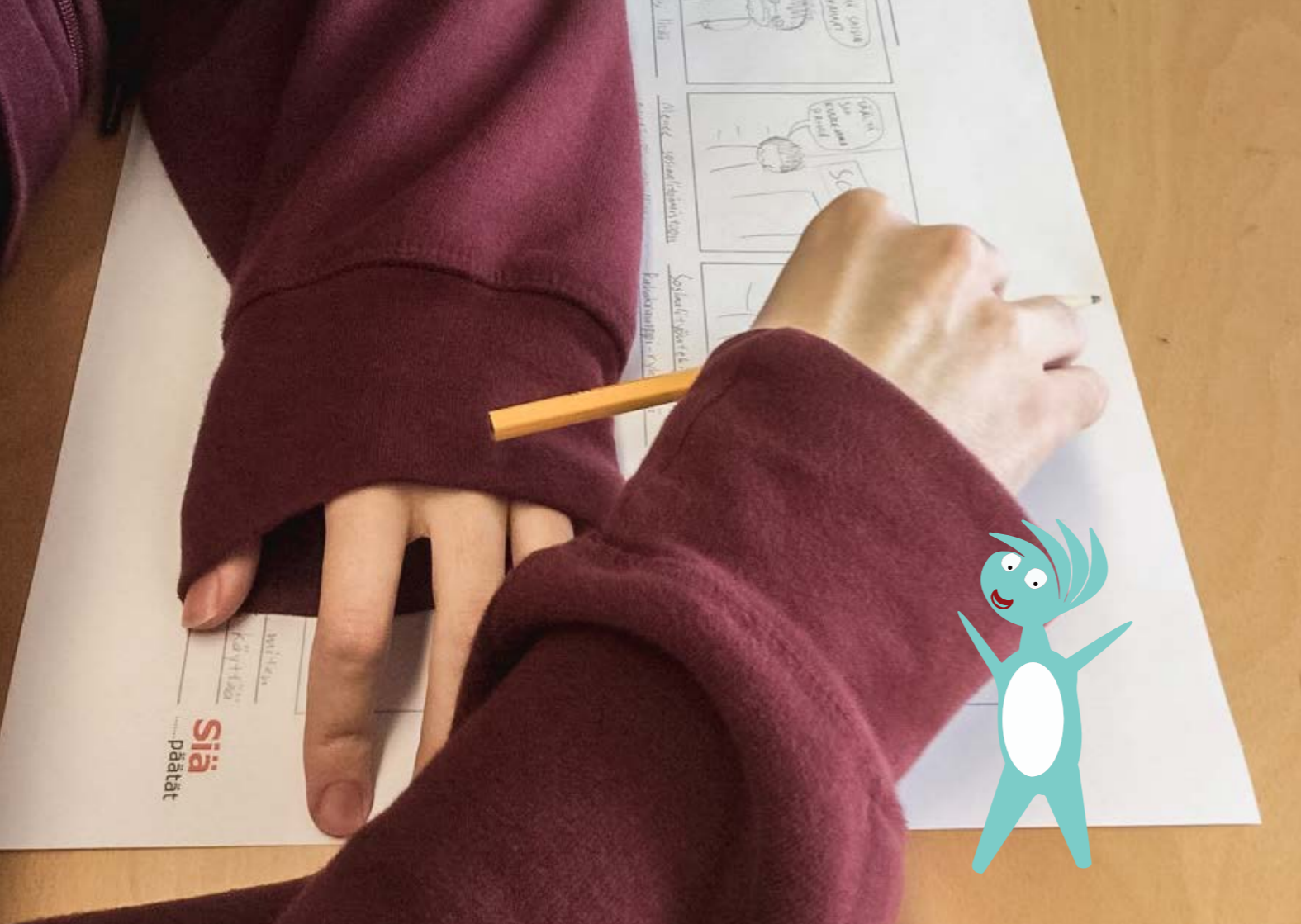
Tulevaisuuden muistelu

Tavoite: ratkaisukeskeinen kehittämistyökalu, jossa keskitytään menneisyyden sijasta tulevaisuuteen ja ongelmien sijasta voimavaroihin. Tulevaisuuden muistelun lähtökohtana ovat tulevaisuuteen suuntaavat kysymykset, joiden pohjalta yhteistä keskustelua käydään. Toteutus: yksilö tai ryhmässä

Rahakramppi

Tavoite: valmentaa ja opastaa nuorta itsenäiseen rahankäyttöön. Menetelmän tavoitteena on antaa esimakua elämästä





opiskelijana ja osoittaa, että pienellä rahalla tulee toimeen tekemällä järkeviä valintoja.

Toteutus: ryhmässä

Benchmarking-matka

Tavoite: tutustutaan kohdealueiden hyviin käytänteisiin sovitusta teemasta. Matkoilta tuotuja hyviä käytänteitä analysoidaan ja pohditaan. Käyttämömahdollisuuksia jatkajalostetaan teemaryhmissä edelleen, jotta ne soveltuisivat paremmin käyttöönotettaviksi. Toteutus: ryhmässä.

Valmiina töihin

Tavoite: innostaa nuoret pohtimaan omia unelmiaan tulevasta työelämästä ja vahvistaa nuorten työelämä tietoutta. Oppitunnilla rakennetaan mielikuvaa unelmien työpaikasta sekä käsitellään työntekijän oikeuksia, harmaan talouden vaikutuksia ja eläkeasioita. Toteutus: yksilö tai ryhmässä, 13–20-vuotiaalle

KANSAINVÄLISYYS

Kansainvälinen leiri

Tavoite: leirillä opitaan tuntemaan eri maiden nuoria ja osaaminen kehittyä kielitaidossa, sosiaalisissa taidoissa ja digitaalisuudessa. Osallistuminen ei edellytä aikaisempaa osaamista digitaalisen materiaalin käyttötavoista. Toteutus: ryhmässä

IDA-malli

Tavoite: projektin aikana harjoittelijat työskentelevät heille haetussa työpaikassa, opiskelevat kieltä ja tutustuvat suomalaisen kulttuuriin. Projekti muun muassa verkottaa eurooppalaisia nuorisotoimen kehittäjiä ja kokoaa tietoa nuorten elämänhallinnan kehittämisestä. Toteutus: ryhmässä

Active Youth -malli

Tavoite: etsiä keinoja edistää yläkoululaisten hyvinvointia uudella tavalla, osallistaa nuoret mukaan toimintaan sekä tarjota myönteisiä osallisuuden ja yhdessä liikkumisen kokemuksia. Keskeistä on hyvinvoinnin kytkeminen niihin asioihin, jotka ovat nuorille tärkeitä ja merkityksellisiä. Toteutus: ryhmässä

Nuorisovaihto/nuorisovalinta

Tavoite: edistää nuorten kasvua yhteiskunnan vastuullisiksi jäseniksi, osallistumista päätöksentekoon ja kansainväliseen toimintaan. Allianssi palvelee nuorisojärjestöjä ja nuorisotyötä. Allianssin nuorisovaihto tarjoaa vaihtoehtoja, kun toiveena on lähteä ulkomaille töihin tai kielikurssille. Toteutus: ryhmässä

