

Marika Alakopsa
AMAZING RACE - KYLÄSUUNNISTUS

Sosiaalisia taitoja edistävä rastisuunnistus yksinäisten nuorten ryhmälle

Opinnäytetyö
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU
Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma
Tammikuu 2014

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Yksikkö	Aika	Tekijä/tekijät
Humanistinen ja kasvatustieteellinen yksikkö, Ylivieskan yksikkö	Helmikuu 2014	Marika Alakopsa
Koulutusohjelma		
Kansalaistoiminta ja nuorisotyö		
Työn nimi		
AMAZING RACE – KYLÄSUUNNISTUS. Sosiaalisia taitoja edistävä rastisuunnistus yksinäisten nuorten ryhmälle		
Työn ohjaaja	Sivumäärä	
KT Reetta Leppälä	50 + 5	
Työelämäohjaaja		
Katri Haapakorva, nuorisotyönohjaaja, Haukiputaan seurakunta		
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli edistää Haukiputaan seurakunnan ja Oulun kaupungin nuorisotoimen yhteisen Kaveriryhmän nuorten sosiaalisia taitoja ja kartoittaa ryhmäläisten kokemuksia yksinäisyydestä.</p> <p>Ensimmäisenä tavoitteena oli edistää nuorten sosiaalisia taitoja kyläsuunnistuksen avulla. Toisena tavoitteena oli kerätä tietoa ryhmäläisten yksinäisyyden kokemuksista kyselylomakkeen avulla. Kaveriryhmä kokoontui kerran kuukaudessa ja ryhmään osallistui syksyn aikana seitsemän nuorta.</p> <p>Teoriaosio käsitteli sosiaalisia taitoja ja niiden osa-alueita, vertaisryhmän merkitystä sekä nuorten yksinäisyyttä. Lisäksi esiteltiin pienryhmätoimintaa, erityisnuorisotyötä ja moniammatillista yhteistyötä.</p> <p>Toiminnallisessa osiossa järjestin ryhmäläisille rastisuunnistuksen, jossa harjoiteltiin sosiaalisia taitoja erilaisten tehtävien avulla. Toiminnallisessa osiossa kerrottiin ryhmän kokoontumiskerhoista sekä sosiaalisia taitoja edistävästä rastirastitatuustyypisestä kyläsuunnistuksesta. Toiminnallisessa osiossa selvitettiin kyselyn avulla ryhmäläisten yksinäisyyden kokemuksia.</p> <p>Ryhmäläisten keskinäinen vuorovaikutus vahvistui kyläsuunnistuksen aikana. Tämä ilmeni myös ryhmäläisten palautteesta. Yksinäisyyskyselystä voitiin huomata, että yksinäisyyden kokemukset olivat hyvin samankaltaisia. Rastirata oli toimiva työtapo pienryhmätoiminnassa.</p>		
Asiasana		
kysely, nuoret, pienryhmätoiminta, sosiaaliset taidot, vertaisryhmä, yksinäisyys		

ABSTRACT

<p>CENTRIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES Humanities and Education, Ylivieska</p>	<p>Date February 2014</p>	<p>Author Marika Alakopsa</p>
<p>Degree programme Civic Activity and Youth Work</p>		
<p>Name of thesis AMAZING RACE – VILLAGE ORIENTEERING. Point-to-point orienteering to advance the social skills of a group of lonely youngsters</p>		
<p>Instructor Ed.D Reetta Leppälä</p>	<p>Pages 50 + 5</p>	
<p>Supervisor Katri Haapakorva, youth leader, Haukipudas parish</p>		
<p>The objective of this thesis was to advance the social skills of the youngsters who taken part in Kaveriryhmä and who come from Haukipudas parish and from the City of Oulu. In addition, the aim was to examine the experiences of loneliness.</p>		
<p>The first goal of this thesis was to advance the social skills through point-to-point orienteering. The second goal was to collect the experiences of loneliness among those youngsters with a questionnaire. The group gathered once a month and altogether seven youngsters took part in the group during the autumn.</p>		
<p>The theory included social skills and sectors of social skills, the importance of a peer group and the loneliness of youngsters. In the thesis the focus was on small-group activity, special youth work and multi-professional cooperation.</p>		
<p>The functional part included organizing the point-to-point orienteering for the group to advance the social skills through different tasks. In the functional part the meetings of the group and point-to-point orienteering were also reported. In addition, the functional part included finding out about the loneliness of the group members using a questionnaire.</p>		
<p>The point-to-point orienteering built interaction between the group members. That became evident also in the feedback given by the youngsters. Based on the inquiry, the experiences of loneliness among the youngsters were similar. Point-to-point orienteering was found to be a workable method in a peer group.</p>		
<p>Key words inquiry, loneliness, peer group, small-group activity, social skills, youngsters</p>		

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄT	3
3 SOSIAALISET TAIDOT	4
3.1 Sosiaalisten taitojen osa-alueet.....	4
3.2 Sosiaalisten taitojen ja sosiaalisuuden ero.....	6
3.3 Ongelmat sosiaalisissa taidoissa.....	7
3.4 Vertaistuen merkitys sosiaalisten taitojen kannalta.....	9
3.5 Osallisuus ja osallistava toiminta.....	10
4 NUORTEN YKSINÄISYYS	12
4.1 Millaista yksinäisyyttä nuoret kokevat?.....	13
4.2 Nuoren yksinäisyyteen vaikuttavat asiat.....	14
4.3 Yksinäisyyden ajankohtaisuus.....	15
4.3.1 Nuorisotyön mahdollisuudet internetissä.....	15
4.3.2 Ajankohtaisia hankkeita ja palveluita.....	17
4.4 Nuoren yksinäisyys ja sosiaaliset suhteet.....	17
4.5 Syrjäytyminen.....	19
5 SOSIAALISIA TAIDOJA EDISTÄVÄ KYLÄSUUNNISTUS	20
5.1 Moniammatillinen yhteistyö Kaveriryhmän parissa.....	21
5.2 Pienryhmätoiminta erityisnuorisotyönmuotona.....	22
5.3 Kaveriryhmän kokoontumiskerrat.....	24
5.4 Sosiaalisia taitoja edistävä kyläsuunnistus.....	26
5.5 Kyläsuunnistuksen toteutus.....	27
5.6 Rastit.....	28
5.6.1 Ensimmäinen rasti.....	28
5.6.2 Toinen rasti.....	30
5.6.3 Kolmas rasti.....	30
5.6.4 Neljäs rasti.....	31

5.6.5 Viides rasti.....	32
5.6.6 Kuudes rasti	33
5.6.7 Seitsemäs rasti.....	34
5.6.8 Kahdeksas rasti.....	34
5.7 Yksinäisyyden kokeminen.....	34
6 ARVIOINTI JA PALAUTE.....	37
6.1 Yksinäisyyskyselyn arviointi.....	39
6.2 Ryhmäläisten palaute	39
6.3 Ohjaajien palaute.....	41
7 POHDINTA.....	43
LÄHTEET	46

LIITTEET

1 JOHDANTO

Tein opinnäytetyöni Haukiputaan seurakunnan nuorisotyön ja Oulun kaupungin nuorisotoimen nuorten Kaveriryhmän parissa. Hankkeistajana toimii Haukiputaan seurakunta. Opinnäytetyöni käsittelee nuorten sosiaalisia taitoja ja yksinäisyyttä. Opinnäytetyössäni korostuu erityisnuorisotyö ja moniammatillisuus, koska ryhmä on erityisnuorisotyön pienryhmä sekä sitä tehdään yhteistyössä kahden eri tahon kanssa. Ryhmässä yhdistävänä tekijänä ryhmäläisten välillä oli kaverien vähäisyys tai puuttuminen.

Tarkoitukseni on nuorten keskinäisen vuorovaikutuksen tukeminen. Haluan saada nuoret uskaltautumaan myös vapaa-ajalla ulos kotoa muiden nuorten pariin ja käyttämään sosiaalisia taitojaan arkisissa tilanteissa muiden ihmisten kanssa. Sosiaaliset taidot sekä vuorovaikutustaidot vaikuttavat suuresti ihmisen itsetuntoon, minäkuvaan sekä elämänhallintaan (Lallukka, Muhonen & Turtiainen 2009, 26). Sosiaaliset taidot on tärkeä aihe, koska nykypäivänä sosiaalisia taitoja arvostetaan ja niitä tarvitaan jokapäiväisessä elämässä.

Toisena tavoitteenani oli selvittää ryhmäläisten yksinäisyyden kokemuksia. Yksinäisyydestä puhutaan paljon ja se on ajankohtainen aihe. Kuitenkin nuorten yksinäisyys on mielestäni jäänyt vähän taka-alalle ja enemmän asiaa sekä julkaisuja löytyy esimerkiksi vanhusten yksinäisyydestä. Siksi koen tärkeäksi ottaa selvää nuorten yksinäisyydestä, sen syistä ja seurauksista. Halusin selvittää, miten Kaveriryhmän nuoret ovat kokeneet yksinäisyyden ja miten he suhtautuvat siihen.

Toiminnallisessa osiossa toteutin nuorille rastiratatyypin kyläsuunnistuksen, jossa oli erilaisia tehtäviä sosiaalisten taitojen viiden osa-alueen mukaan. Osa-alueet ovat yhteistyötaito, aloitteellinen käyttäytyminen, vastuu, empatia ja itse-

kontrolli (Lallukka ym. 2009, 26). Rasteilla havainnoitiin eri osa-alueita. Toiminnallisessa osiossa täytettiin myös kysely yksinäisyydestä. Se käsitteli toisen yksinäisen ihmisen auttamista sekä omista yksinäisyyden kokemuksista kertomista.

2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄT

Halusin opinnäytetyöhöni kaksi kehittämistehtävää, koska koin ne oleelliseksi toiminnallisen osion ja ryhmän kannalta. Kaveriryhmän nuoria yhdistivät tarve harjoitella sosiaalisia taitoja sekä yksinäisyys. Idea toiseen kehittämistehtävään tuli työelämäohjaajan toiveesta selvittää nuorten yksinäisyyden kokemuksia.

Miten nuoren sosiaalisia taitoja voidaan tukea? Halusin saada ryhmäläiset kokeilemaan sosiaalisia taitojaan erilaisten tehtävien kautta ja näin tukea ryhmän sisäistä vuorovaikutusta. Kun ryhmäläiset harjoittelevat sosiaalisia taitoja keskenään, on helpompaa käyttää niitä myös muiden ihmisten kanssa ja erilaisissa tilanteissa. Näitä tehtäviä tehtiin kyläsuunnistuksessa rastiradan muodossa (LIITE 1). Sosiaalisten taitojen harjoituksissa käytettiin myös kaikkia sosiaalisten taitojen osa-alueita (Lallukka, Muhonen & Turtiainen 2009, 26).

Miten nuoret kokevat yksinäisyyden? Haluan kartoittaa ryhmäläisten kokemuksia yksinäisyydestä ja Kaveriryhmästä vertaistukiryhmänä, koska olen esimerkiksi työharjoittelujen aikana huomannut yksinäisyyden olevan arkipäiväistä lasten ja nuorten keskuudessa. Tätä kartoittamista varten tein Kaveriryhmäläisille yksinäisyyskyselyn (LIITE 2).

3 SOSIAALISET TAIDOT

Sosiaalisesti taitavana voidaan pitää sellaista ihmistä, joka osaa käyttäytyä tilanteeseen sopivalla tavalla. Sosiaalisesti taitavaa käytöstä ajatellaan usein olevan toiminta, johon toiset ihmiset reagoivat myönteisesti. Käytös voi olla sekä sanallista että sanatonta toimintaa ja sosiaalisia taitoja voidaan määritellä seurausten perusteella. Sosiaalisissa taidoissa tärkeitä asioita ovat mm. vastavuoroisuus ja oikea ajoitus. (Salmivalli 2005, 80.)

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan myös sosiaalisista tilanteista selviämistä. Niihin tarvitaan kykyä olla toisten ihmisten kanssa. (Keltinkangas-Järvinen 2010, 17.) Sosiaalisia taitoja pidetään nyky-yhteiskunnassa tärkeinä ja ihmiset opetetaan arvostamaan niitä. Sosiaaliset taidot ovat hyödyllisiä elämää varten ja niillä opitaan esimerkiksi hyviä tapoja ja kohteliaisuutta sekä solmitaan ihmissuhteita. (Helgoe 2012, xxii). Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot kuitenkin sekoitetaan usein keskenään, vaikka ne tarkoittavat eri asioita.

3.1 Sosiaalisten taitojen osa-alueet

Sosiaaliset taidot voidaan jaotella viiteen eri osa-alueeseen. Osa-alueet ovat yhteistyötaito, aloitteellinen käyttäytyminen, vastuu, empatia ja itsekontrolli. **Yhteistyötaitoissa** korostuvat muiden auttaminen sekä ohjeiden ja sääntöjen noudattaminen. (Lallukka ym. 2009, 26.) Yhteistyötaitoista tai sosiaalisista taidoista puhuttaessa ajatellaan usein, että ulospäin suuntautuneilla ihmisillä on hyvät yhteistyötaidot. Hiljaisetkin voivat omata hyvät yhteistyötaidot. (Oulun yliopisto - Opiskelijan hyvinvointisivusto 2014.) Yhteistyötaitoihin liittyy vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa. Vuorovaikutus on kommunikaatiota esimerkiksi puhumalla tai

kirjoittamalla, mutta myös ilmeet ja eleet ovat osa vuorovaikutusta. (Papunet – Lupa vuorovaikutukseen 2012.)

Aloitteellinen käyttäytyminen eli assertiivisuus tarkoittaa oma-aloitteisuutta tutustua muihin ja esimerkiksi tietojen kyselemistä muilta (Lallukka ym. 2009, 26). Myös ilman kehotusta mukaan tuleminen, toisen mukaan pyytäminen, tarjoutuminen avuksi sekä keskustelun aloittaminen ovat aloitteellista toimintaa. Assertiivisuuteen liittyy myös vääryydestä ilmoittaminen sekä jämäkkyys, jonka avulla pystytään reagoimaan, jos joku kohtelee epäoikeudenmukaisesti. (Salmivalli 2005, 82.)

Vastuulla tarkoitetaan taitoa pystyä toimimaan vastuullisesti toisten ihmisten ja asioiden kanssa (Lallukka ym. 2009, 26). Mielestäni nuorille tulee antaa vastuuta asioissa, koska vastuun myötä nuori oppii esimerkiksi hoitamaan omia asioitaan ja toimimaan muiden kanssa. Vastuu näkyy opinnäytetyössäni sillä, että Kaveriryhmän nuoret olivat toiminnallisessa osiossa mukana esimerkiksi rastiradan tehtävänäannoissa. Heillä oli vastuu siitä, että ryhmä tietää mitä milläkin rastilla tulee tehdä.

Empatia tarkoittaa toisen ihmisen ymmärtämistä sekä hänen näkemyksiensä ja tunteidensa ymmärtämistä ja huomioonottamista. Se on kykyä asettua toisen ihmisen asemaan. Empatian lisäksi sympatia, eli esimerkiksi myötätunnon osoittaminen, kertoo hyvistä sosiaalisista taidoista. (Keltikangas-Järvinen 2010, 22.) Empatia lisääntyy ikävuosien myötä, lukuun ottamatta murrosikää (Björkqvist, Kaukiainen & Österman 2002, 165). Tämä voi johtua esimerkiksi siitä, että murrosiässä nuorella on itsetunto-ongelmia ja hän tuntee epävarmuutta itsestään. Tällöin nuori voi tuntua esimerkiksi vanhempien mielestä itsekkäältä ja kyvyttömältä huomioidaan muita. (Vanhempainnetti - Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys 2014.) Empatia on myös omien tunteiden tunnistamista (Lallukka ym. 2009, 26). Larissa E. Labayn ja Gary A. Walcon artikkelin mukaan empatia myös vähentää ja

lieventää aggressiivista käyttäytymistä esimerkiksi ihmisten keskinäisissä suhteissa. Saman artikkelin mukaan tyttöjen huomattiin olevan empaattisempia kuin poikien. (Labay & Walco 2004, 312.)

Itsekontrolli tarkoittaa kykyä käyttäytyä rakentavasti ristiriitaisissa tilanteissa (Lallukka ym. 2009, 26). Itsekontrollia tarvitaan esimerkiksi tarkkaavaisuuden suuntaamisessa, valintojen tekemisessä ja tunteiden säätelyssä. Itsekontrollilla ihminen myös säätelee ajatuksiaan. (Kuittinen 2009, 2.)

Sosiaalisiin taitoihin sisältyvät myös kaveritaidot. Kaveritaidot eivät kuitenkaan kuulu sosiaalisten taitojen osa-alueisiin, vaikka ovat osa sosiaalisia taitoja. Kaveritaitoja ovat kyky toimia samanikäisten kanssa, toisten ihmisten huomioonottaminen, oma-aloitteisuus tutustuttaessa toisiin, tunteiden ja mielipiteiden ilmaisukyky, kyky olla kiusaamatta, rakentavat ratkaisut ristiriitatilanteissa sekä tuen hakeminen ja puolustautuminen kiusatuksi joutuessa. Kaveritaidot tulevat esiin yksittäisten kaverisuhteiden kautta tai esimerkiksi vertaisryhmässä. (Lallukka ym. 2009, 26.) Tästä johtuen kaveritaidot voivat olla puutteelliset sellaisella lapsella tai nuorella, joka ei ole saanut mahdollisuutta harjoitella kaveritaitojaan ikätovereidensä kanssa.

3.2 Sosiaalisten taitojen ja sosiaalisuuden ero

Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot eivät välttämättä riipu toisistaan. Ihminen voi olla riippuvainen toisista ihmisistä ja toisten seurasta, mutta hän voi silti olla kyvytön tulemaan toimeen muiden kanssa. Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan kykyä olla muiden ihmisten kanssa. Sosiaaliset taidot eivät ole perinnöllisiä, vaan niitä opetellaan erikseen esimerkiksi mallioppimisen ja kokemuksen kautta. Sosiaalinen vuorovaikutus sekä oppiminen kehittävät elämän aikana sosiaalisia taitoja. (Nyytyry 2012.)

Usein sosiaalisuudesta puhuttaessa tarkoitetaan juuri sosiaalisia taitoja esimerkiksi yhteistyötaitoja tai taitoa ratkaista ihmisten sosiaalisia ongelmia niin, että kaikki ovat tyytyväisiä. Kuitenkin sosiaalisuus on ihmiselle synnynnäinen temperamentipiirre. Sosiaalisuus auttaa ihmistä hankkimaan sosiaalisia taitoja, mutta sosiaalisuus ei takaa sitä, että ihmisellä on hyvät sosiaaliset taidot. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17-18.)

Sosiaalisuus vaikuttaa sosiaalisen ihmisen sosiaalisten taitojen kehittymiseen ainakin kahdella tavalla. Näitä tapoja ovat toisten ihmisten palaute ja olonsa tunteminen pidetyksi muiden ihmisten mielestä. Sosiaalinen ihminen esimerkiksi käyttää ja harjoittaa taitojaan enemmän kuin ns. epäsosiaalinen ihminen ja täten muiden ihmisten palaute kertoo, mitkä toimintatavat ovat parhaita. Sosiaalinen ihminen myös kiinnittää käyttökseen huomiota ja haluaa toimia sellaisilla tavoilla, mistä muut ihmiset pitävät. Sosiaalisuudeltaan matalat ihmiset eivät taas välitä niin voimakkaasti, miten muut ihmiset heidät hyväksyvät, tai pitävätkö toiset ihmiset hänestä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 53.)

3.3 Ongelmat sosiaalisissa taidoissa

Sosiaalisiin taitoihin kuuluu myös sensitiivisyys eli herkkyys haistamiseen, maistamiseen, havainnoimiseen, kuuntelemiseen ja koskettamiseen. Sensitiivisyyteen kuuluu lisäksi sosiaalinen herkkyys. Sensitiivisyys on temperamentipiirre ja se on usein liitetty empatiaan. Sosiaalisesti herkät ihmiset pystyvät huomaamaan toisen ihmisen tuntemuksen ja olotilan. Matalan sensitiivisyyden omaava ihminen taas voi aiheuttaa hämmennystä muissa ihmisissä, eikä hän osaa ottaa vastaan esimerkiksi vihjeitä siitä, ettei hänen käyttöksensä ole tilanteeseen sopivaa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 60-61.)

Usein korostetaan sitä, että ihmisen tulisi olla ulospäin suuntautunut ekstrovertti, että hän pärjäisi paremmin esimerkiksi työelämässä. Sisäänpäin kääntyneisiin introverteihin kohdistuu paljon negatiivisia stereotyyppioita. Voidaan ajatella, että introvertit eivät pysty toimimaan ihmisten kanssa ollenkaan, vaikka todellisuudessa näin ei olisikaan. (Lahtimaa 2013.) Asia voi esimerkiksi kääntyä päinvastaiseksi. Mikäli ihminen on ulospäin suuntautunut sekä sosiaalinen, mutta hänen sensitiivisyytensä on matala, voi aiheutua ongelmia sosiaalisissa suhteissa. Ihminen ei tällöin osaa esimerkiksi antaa toiselle suunvuoroa ja puhuu vain omista asioistaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 61.)

Vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa edellyttää sosiaalista älykkyyttä. Sosiaalisen älykkyyden voidaan katsoa olevan menestymistä sosiaalisista vuorovaikutusta vaativissa tilanteista. Se on tilannesidonnaista ja mittaa ihmistuntemusta sekä herkkyyttä havainnoida muita ihmisiä. Sosiaalista älykkyyttä on vaikea mitata. (Vilkkumaa 1998, 234.) Perusongelmia ihmissuhteissa voi aiheuttaa toisen tunteiden havaitseminen väärin tai havaituista tunteista tehdyt vääränlaiset johtopäätökset. Ongelmana voi myös olla, ettei ihminen ymmärrä, mitkä asiat ärsyttävät tai miellyttävät toista ihmistä. On hankalaa, jos toinen ei vuorovaikutustilanteissa ymmärrä esimerkiksi mitä "ei" tarkoittaa. (Nevalainen 2009, 45.)

Tunteiden ilmaiseminen voi olla hankalaa ja siihen tarvitaan erilaisia mahdollisuuksia. Jos tunteista puhutaan liikaa, siitä voi tulla este tunteiden ilmaisulle. Tunteita ei myöskään ole välttämättä helppo laittaa sanoiksi. (Lankinen 2011, 19.) Esimerkiksi liiallinen tunteista puhuminen voi muuttua asioiden liiaksi vatvomiseksi ja silloin kannattaa etsiä myös muita tapoja tunteiden ilmaisuun (Vahvistamo, Tunteen ilmaiseminen 2014). Esimerkiksi taide voi auttaa ilmaisemaan ja käsittelemään tunteita (Tiikkainen 2011, 65).

3.4 Vertaistuen merkitys sosiaalisten taitojen kannalta

Vertaisilla tarkoitetaan ihmisiä, jotka ovat kognitiiviselta, sosiaaliselta tai emotionaaliselta kehitykseltään samalla tasolla. Yleensä vertaiset ovat melkein samanikäisiä. Heidän kanssaan opitaan esimerkiksi asenteita, tietoa ja taitoa sekä koe-taan asioita, jotka vaikuttavat nuoren myöhempään tulevaisuuteen, sopeutumiseen ja hyvinvointiin. (Salmivalli 2005, 15.) Vertaistukiryhmässä nuori tapaa samassa tilanteessa olevia ja voi sen kautta peilata kokemuksiaan ja ajatuksiaan. Se on hyvin tärkeää itsenäistyville nuorille. (Lankinen 2011, 50.) Vertaiset ovat myös apuna nuorelle, kun hän irtaantuu vanhemmistaan (Salmivalli 2005, 33).

Vertaisryhmässä saadut myönteiset kokemukset auttavat lasta ja nuorta kehittämään itsetuntoaan, tekemään sosiaalisia vertailuja sekä ymmärtämään sosiaalista todellisuutta. Vertaistuen tuki, hyväksyminen ja apu vaikuttavat turvallisuuden tunteeseen ja helpottavat uusiin tilanteisiin sopeutumista. (Lallukka ym. 2009, 27.) Vertaisryhmässä tapahtuu vertailua ja sen kautta nuori oppii omasta minäkuvas-taan, itsestään ja omista ominaisuuksistaan. Nuori voi myös tuntea sosiaalista epäonnistumista, mikäli hän tulee usein torjutuksi vertaisryhmässä. (Salmivalli 2005, 33.) Ohjatulle vertaisryhmälle on tärkeää, että keskustelut ja ryhmän asiat ovat luottamuksellisia. Ohjaajan tulee olla tietoinen siitä, mitä ryhmässä tapahtuu ja millaisista asioista siellä keskustellaan. (Lankinen 2011, 51.)

Hyväksytyksi tai torjutuksi tuleminen vertaisryhmässä merkitsee paljon lapsen tai nuoren hyvinvoinnille. Kavereiden vähäisyys tai puute voi aiheuttaa sosiaalisten taitojen, yhteistyötaitojen sekä kommunikaation vaikeutumista. (Lallukka ym. 2009, 27.) Kuitenkaan aina lapsi tai nuori ei tule hyväksytyksi omassa vertaisryh-mässään. Tähän vaikuttaa esimerkiksi lapsen tai nuoren oma käytös. Käyttäytyminen määrää helposti lapsen tai nuoren aseman vertaisryhmässä. Torjutuiksi tu-levat yleensä hiljaiset ja vetäytyvät lapset ja nuoret. (Keskinen, Rasku-Puttonen &

Takala 1998, 243.) Torjutuksi joutuminen on yhteydessä tunne-elämän ongelmiin. Se voi aiheuttaa esimerkiksi masennusta sekä yksinäisyyden tuntemuksia. Torjutuksi tuleminen vaikuttaa myös nuoren itsetuntoon. (Salmivalli 2005, 44.)

Useissa tutkimuksissa on selvinnyt, että suositut lapset osaavat olla avuliaita ja käyttää yhteistyötaitojaan niin, että he saavat hyväksyvän vastaanoton vertaisryhmässä. Sitten taas lapsi, joka ei osallistu ryhmän vuorovaikutukseen ryhmän muodostamisen alkuvaiheessa, jää todennäköisesti vähemmälle huomiolle myöhemminkin ryhmässä. (Keskinen ym. 1998, 243.)

Kaveriryhmä on vertaisryhmä nuorille, joilla ei ole paljon kavereita. Olen kohdannut nuorisotyössä myös muita erilaisia vertaisryhmiä. Esimerkiksi seurakunnalla olen törmännyt syrjäytymisvaarassa olevien poikien vertaisryhmään sekä kaupungin ja seurakunnan yhteiseen Voimaneidot (Lankinen 2011) vertaisryhmään, jota voidaan järjestää tyttöjen pienryhmille. Olen itse ollut työharjoittelussani mukana näiden ryhmien pitämisessä.

3.5 Osallisuus ja osallistava toiminta

Osallisuus tarkoittaa ihmisen kokemusta siitä, että hänellä on mahdollisuus ja kyky vaikuttaa asioihin, esimerkiksi omaan elämäänsä tai johonkin yhteisölliseen prosessiin (Anttila, Haapanen, Myyrä, Mönttinen & Parviainen 2012, 7). Osallisuuden tunteeseen liittyy myös ymmärrys omasta roolistaan. Osallisuus on sosiaalinen prosessi, joka lähtee itse ihmisestä. Luottamus on tärkeä asia nuoren osallistamisen prosessissa. (Ukkonen 2013, 109-110.) Osallisuutta pidetään myös syrjäytymisen vastakohtana. Osallistaminen taas tarkoittaa sitä, että ihmistä vaaditaan tai kehoitetaan osallistumaan tiettyihin toimintoihin. Näitä toimintoja voivat olla esimerkiksi ryhmät tai hankkeet. (Jelli – Järjestötietopalvelu 2014.) Kaveriryhmää voidaan pitää osallistavana ryhmänä, vaikka se on vapaaehtoinen.

Nuoria yritetään usein kasvattaa aktiivisiksi kansalaisiksi. Aktiiviseksi kansalaiseksi kasvattamisessa nuori yritetään saada ymmärtämään, että hän pystyy itse vaikuttamaan omaan elämäänsä ja ympäristöönsä. Osallistavat työmenetelmät on todettu hyviksi tavoiksi tukea nuoren kasvua ja auttaa heitä kasvamaan aktiivisiksi kansalaisiksi. (Anttila ym. 2012, 4.) Osallistavat menetelmät, kuten esimerkiksi erilaiset leikit ja harjoitukset, pyrkivät edistämään osallisuutta ja niiden tavoite on innostaa ihmistä ja lisätä heidän vaikutusmahdollisuuksiaan. Osallistavat menetelmät pyrkivät luomaan ihmiselle uskoa omiin kykyihinsä. (Into – Osallistavia menetelmiä 2014.)

4 NUORTEN YKSINÄISYYS

Valitsin yksinäisyyden toiseksi aiheeksi opinnäytetyölleni, koska se on yhteinen asia kaikille nuorille, jotka opinnäytetyöryhmässäni kävivät. Yksinäisyys on myös nykyaikana yleistä nuorten keskuudessa. Olen huomannut, että esimerkiksi internetin käytön yleistyminen ja konsoleilla pelaaminen saa nuoret jäämään usein kotiin virtuaalimaailmaan, eikä kavereita enää tavata kasvotusten.

Yksinäisyys on aiheena tunnettu ja melkein kaikki ovat joskus kokeneet henkilökohtaisesti yksinäisyyttä. Yksinäisyys on siitä huolimatta kipeä ja arka asia, eikä siitä usein haluta puhua muille, eikä sitä välttämättä haluta myöntää edes itselleen. Nyky-aikana korostetaan yksilöllisyyttä ja yksilön vastuuta. Kuitenkin yksinäisyydellä on vieläkin negatiivinen leima ja yksinäistä ihmistä pidetään erilaisena. (Heiskanen & Saaristo 2011a, 9.) Yksinäisyyden voi määritellä useilla tavoilla, mutta usein sillä tarkoitetaan tunnepohjaista tilaa, jossa ihminen tuntee olevansa erillään toisista ihmisistä, mutta samalla tuntee tarvetta olla muiden ihmisten kanssa (Saari 2009, 9). Yksinäisyys on kuitenkin eri asia kuin sosiaalinen eristyneisyys, koska jotkut ihmiset pitävät yksinolosta ja valitsevat sen (Tiikkainen 2011, 60).

Yksinäisyys voi johtua sekä persoonallisuuden piirteistä että erilaisista tilannetekijöistä (Tiikkainen 2011, 72). Tilapäinen yksinäisyys johtuu monesti elämäntilanteesta ja siinä tapahtuneista muutoksista. Tällaisia muutoksia ovat nuoren elämässä esimerkiksi muuttaminen toiselle paikkakunnalle, tärkeän ihmissuhteen tai seurustelusuhteen katkeaminen tai läheisen ihmisen menettäminen. Yksinäisyys voi saada ihmisen tuntemaan itsensä poikkeavaksi ja arvottomaksi. Yksinäisiä ihmisiä voidaan kyllä luokitella ja määritellä, mutta hyvin harvoissa tutkimuksissa selvitetään, millaista on olla yksinäinen tai miltä se tuntuu. (Heiskanen 2011, 78-

80.) Yksinäisyyden takaa löytyy tuntemuksia siitä, ettei kukaan välitä (Heiskanen & Saaristo 2011b, 28).

4.1 Millaista yksinäisyyttä nuoret kokevat?

Yksinäisyyden voi jaotella moneen eri osioon. Näitä ovat esimerkiksi fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen, vapaaehtoinen, piilossa oleva, pakollinen, tilapäinen ja pitkäaikainen yksinäisyys. (Heiskanen 2011, 78-79.) Nuorille tiettyyn ikäkauteen tyypillistä on fyysinen yksinäisyys, johon liittyy kaipaus ja läheisyyden tarve ikäisiään kohtaan. Tämä voi usein ilmetä pojilla nujakointina ja tytöillä toistensa halailuna. (Uusitalo 2007, 28.)

Psyykkiseen yksinäisyyteen taas kuuluu erilaisuuden kokeminen ja vuorovaikutukselliset esteet. Piilossa olevaan yksinäisyyteen kuuluvat mm. itsetunto-ongelmat. Sosiaaliseen yksinäisyyteen kuuluu ikätovereiden puute ja muutot asuinpaikan tai koulun suhteen (Heiskanen 2011, 79). Sosiaalisesta yksinäisyydestä kärsivän nuoren sosiaalinen verkosto voi olla hyvinkin hajanainen tai se voi puuttua kokonaan. Sosiaalinen yksinäisyys kertoo siitä, että nuori haluaa olla osa jotakin, esimerkiksi yhteisöä tai yhteiskuntaa. Nuorella on tarve kokea itsensä tarpeelliseksi. (Uusitalo 2007, 28.) Vapaaehtoinen yksinäisyys on sitä, kun ihminen haluaa tietoisesti viettää aikaa itsekseen. Usein ihminen haluaa olla vapaaehtoisesti yksin, jos ihmissuhteissa tai elämässä on tapahtunut ikäviä asioita. Ihminen voi myös olla vapaaehtoisesti yksin, jos hän ei vain kaipaa toisten ihmisten seuraa. (Nevalainen 2009, 18-19.)

Yksinäisyyden syyt voivat olla sekä itsestä johtuvia että ulkopuolisista asioista johtuvia. Itsestä johtuvia syitä voivat olla esimerkiksi ujous ja epävarmuus, sosiaalisten taitojen heikkous, vaikeus luoda ja ylläpitää ihmissuhteita, vetäytyminen, sosiaalisten tilanteiden pelkääminen, itsetunto-ongelmat ja alemmuuden tuntemi-

nen. Ulkopuolisia syitä ovat esimerkiksi kiusaaminen, perhesuhteiden ongelmat, pitkät välimatkat ystäviin ja sukulaisiin sekä kohtaamispaikkojen puuttuminen. (Heiskanen 2011, 83.) Ihminen voi kokea myös yksinäisyyden pelkoa ja yksinäisyysahdistusta. Yksinäisyyden pelko voi saada aikaan sen, että ihminen hakee koko ajan seuraa toisista, eikä pysty viettämään aikaa yksin. Kun ihminen on kyvytön olemaan yksin, voi hänen yksinäisyytensä pahentua. (Tiikkainen 2011, 63.)

4.2 Nuoren yksinäisyyteen vaikuttavat asiat

Nuoren yksinäisyyteen vaikuttavia asioita on useita. Esimerkiksi varhaisten kiintymyssuhteiden turvallisuuden ja luottamuksen vaikeuksista puhutaan usein. Kuitenkin yksinäisyys voi johtua myös nuoren ujoudesta ja arkuudesta. Yksinäisyyteen voi vaikuttaa se, ettei nuorella ole ollut mahdollisuuksia päästä harjoittelemaan sosiaalisia taitojaan ikätovereiden eli vertaisten kanssa. Vaikka lapset ja nuoret kohtaavat vertaisiaan esimerkiksi päiväkodissa, koulussa ja harrastuksissa, osa kokee silti yksinäisyyttä. Se voi johtua esimerkiksi sosiaalisesta kömpelyydestä tai taitamattomuudesta, joka voi olla synnynnäistä. (Uusitalo 2007, 29-32.)

Saari esittelee kirjassaan tutkimusta, jonka mukaan useat yksinäiset pitävät omia sosiaalisia taitojaan riittämättömänä. He kertovat, että eivät esimerkiksi osaa keksiä puhuttavaa toisen ihmisen kanssa, eivätkä jatkaa keskustelua. (Saari 2009, 171.) Vaikka tutkimuksessa tutkitaan aikuisia, koen että nuorilla esiintyy samanlaisia tuntemuksia, vaikka välttämättä ei osata analysoida sen johtuvan sosiaalisten taitojen riittämättömyydestä.

Yksinäisyyteen voi vaikuttaa myös nuoren oma aggressiivisuus, itsekkyyys, määrällisyys tai hallitsevuus. Tällöin muut nuoret voivat pysytellä kauempana, eivätkä halua tutustua tällaiseen nuoreen. Empatiakyvyn puute voi myös olla syynä nuoren yksinäisyydelle. Mikäli nuorelta puuttuu myötäelämisen kyky tai

kyky asettua toisen asemaan, voi hänen olla vaikeaa saavuttaa muiden nuorten luottamus. Myös nuoren oma henkinen kehitys voi aiheuttaa yksinäisyyden tunteita. Nuori voi olla kehittyneempi kuin ikäisensä ja ei silloin tunne kuuluvansa joukkoon. Sairaudet ovat myös syynä yksinäisyydelle. Varsinkin mielenterveysongelmat voivat karkottaa muita nuoria. (Uusitalo 2007, 32-33.) Myös Lahtela ja Lehtinen ovat huomanneet opinnäytetyössään, että erilaisuus aiheuttaa yksinäisyyden tunteita. Nuori voi kokea olevansa niin paljon erilainen kuin muut, ettei hän tunne olevansa hyväksytty ikätovereiden parissa. (Lahtela & Lehtinen 2008, 26.) Esimerkiksi epätavallinen lahjakkuus tai seksuaalinen suuntautuminen voivat olla syynä sille, että nuori tuntee itsensä erilaiseksi ja yksinäiseksi (Uusitalo 2007, 32-33).

4.3 Yksinäisyyden ajankohtaisuus

Yksinäisyyteen on mielestäni herätty viime vuosina sekä internetissä, järjestöissä että nuorisotyössäkin. Kokemukseni mukaan nuoret ovat nykypäivänä yhä enemmän internetissä ja käyttävät aktiivisesti sosiaalista mediaa. Nuorisotyön tulisi tulla tässä nuoria vastaan ja olla siellä, missä nuoretkin. Internet voi olla joillekin yksinäisille nuorille ainoa mieluinen tapa kommunikoida.

4.3.1 Nuorisotyön mahdollisuudet internetissä

Internet on nykyaikana hyvä mahdollisuus varsinkin etsivälle nuorisotyölle nuorten kohtaamiseen. Verkkomaailmastakin pystytään löytämään nuoria, jotka tarvitsevat apua ja auttaminen onnistuu myös verkon kautta. Verkon auttamistyöstä on tullutkin pysyvä työtapa esimerkiksi nettinuorisotalojen myötä, jota suurimmat kaupungit käyttävät. Tälläkin verkossa auttamisen muodolla yksinäiset ja syrjäy-

tyneet nuoret pystyvät saamaan apua ahdistukseensa ja ongelmiinsa. (Kari 2011, 160-161.)

Verkossa voi siis saada vertaistukea, mutta sitä voi tulla myös negatiivisesti. Esimerkiksi syömishäiriöinen nuori voi saada kannustusta syömishäiriössään myös kielteisellä tavalla. (Kari 2011, 160.) Yksinäisten ihmisten mielipiteet internetistä voidaan jakaa helposti kahteen. Toisille internet on harrastus ja se voi antaa sisältöä arkeen. Toiset ovat taas sitä mieltä, että haluaisivat mieluummin olla muualla muiden ihmisten parissa, kuin kirjoittamassa internetin palstoille ja sitä pidetään vaihtoehtoistoimintana. (Saari 2009, 152.)

Karppinen ja Paananen ovat opinnäytetyössään tutkineet internetin vertaistukea. He toteavat, että ihmiset pitävät internetin virtuaaliyhteisöjen aikatauluttomuudesta. Ihmiset myös uskaltavat kertoa omista asioistaan helpommin nimettömänä. (Karppinen & Paananen 2008, 15-16.) Internetin vertaistuesta voivat saada apua myös sellaiset, jotka eivät esimerkiksi sanallisesti halua ilmaista ongelmiaan.

Facebookissa on esimerkiksi perustettu ryhmä ”Edes yhtenä päivänä maailman tärkein”, jossa ihmiset ovat jakaneet omia tai läheistensä yksinäisyyden kokemuksia. Kyseinen yhteisö on mielestäni hyvä esimerkki vertaistukiryhmästä internetissä. Toisaalta ryhmä on suuri, eivätkä ihmiset ehkä tutustu siellä henkilökohtaisesti hyvin toisiinsa, mutta sieltä voi saada keskusteluseuraa. Kaveriryhmällä on myös yhteinen ryhmä Facebookissa, missä esimerkiksi sovitaan ryhmän tapaamisista ja käytetään yhteiseen kommunikointiin. Tämäkin on mielestäni hyvä keino nuorille kohdata tuttuja nuorisotyöntekijöitä sekä nuorisotyöntekijöille kohdata nuoria.

4.3.2 Ajankohtaisia hankkeita ja palveluita

Yhteisvastuu on vuonna 2013 järjestänyt hankkeen ”Yhteisvastuu nuoresta”. Hankkeessa oli mukana Mannerheimin lastensuojeluliitto, Suomen ev.lut. kirkko, Suomen mielenterveysseura sekä Suomen Punainen Risti. Tämän hankkeen myötä huomattiin, että varsinkin yksinäiset tytöt haluavat kertoa yksinäisyyden kokemuksistaan sekä yksinäisyyden vaikutuksista. Hankkeen kyselyn mukaan nuoret lievittävät yksinäisyyttään esimerkiksi sosiaalisen median, internetin sekä musiikin avulla. (Yhteisvastuu: Yksinäisyystutkimus 2014.)

Nuoret voidaan kohdata nykyään helposti internetissä tai esimerkiksi puhelimenkin kautta. Tekstaritupu-toiminta on hyvä esimerkki siitä, että nuorisotyöntekijät voivat kohdata ja auttaa lapsia ja nuoria kännyköiden kautta palvelujensa avulla. Lapset ja nuoret voivat lähettää kysymyksiä tai askarruttavia asioita tekstiviestillä Tekstaritupulle, joka vastaa heidän henkilökohtaiseen numeroonsa. (Tekstaritupu – Tukitekstari koululaisille 2012.)

4.4 Nuoren yksinäisyys ja sosiaaliset suhteet

Ihmiset kokevat sosiaaliset suhteensa eri tavoilla. Toinen voi kokea itsensä yksinäiseksi, vaikka hänellä olisi paljon sosiaalisia suhteita ja toinen taas voi kokea, että hänellä on useita sosiaalisia suhteita, vaikka niitä olisikin vain muutamia. Sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden kokemisen välillä on yhteys. Mikäli ihmisellä on vähemmän sosiaalisia suhteita, on hän todennäköisesti yksinäisempi, kuin ne ihmiset, joilla sosiaalisia suhteita löytyy paljon. Yksinäisyyttä ei pelkästään koeta, vaan sillä on yhteyksiä sosiaalisten suhteiden vähyyteen. Kokemukset yksinäisyydestä ovat kuitenkin ihmisillä erilaisia. (Saari 2009, 126-127.)

Yksinäisyyteen liittyy myös lasten ja nuorten kaipuu turvalliseen aikuissuhteeseen. Tämä voidaan päätellä esimerkiksi Mannerheimin lastensuojeluliiton Lasten ja nuorten puhelimen soittajamääristä. Vuosittain puheluita tulee jopa kymmeniä tuhansia, mutta määrä olisi luultavasti vielä suurempi, jos kaikkiin puheluihin pystyttäisiin vastaamaan. Puhelut käsittelevät suurilta osin ihmissuhteisiin ja kasvuun liittyviä kysymyksiä. Puhelut myös osoittavat, että luotettavat aikuissuhteet puuttuvat nuorilta. (Uusitalo 2007, 25.)

Tunteet yksinäisyydestä voivat kuulua normaaliin nuoren kehitykseen, mutta aina se ei jää siihen. Yksinäisyydestä on tullut nykynuorten kipeä ongelma ja kroonista yksinäisyyttä kokevat kouluikäisistä lapsista ja nuorista jopa 10-15 prosenttia. Kroonisella yksinäisyydellä tarkoitetaan sitä, ettei lapsella tai nuorella ole ollut kuukausiin tai vuosiin toimivia tai hyvälaatuisia sosiaalisia suhteita. (Uusitalo 2007, 23-24.) Yksinäisestä voi tuntua, että hän jää paitsi kaikista hauskoista asioista tai hänet on jätetty tarkoituksella pois. Yksinäinen saattaa tuntea olevansa muiden mielestä jopa inhottava tai vihattu. Ihminen saattaa myös tuntea itsenä syylliseksi yksinäisyyteensä, vaikka asia ei välttämättä hänen syynsä olisikaan. (Nevalainen 2009, 21-22.)

Yksinäisyys johtuu usein esimerkiksi vertaisryhmässä torjutuksi tulemisesta. Lapset ja nuoret, joilta puuttuu vastavuoroiset ystävyys-suhteet, kokevat eniten yksinäisyyttä. Lapsen tai nuoren jäädessä ulkopuoliseksi sosiaalisten taitojen opettelu jää vähäiseksi. (Keskinen ym. 1998, 243.) Yksinolo kuitenkin tarkoittaa eri asiaa kuin yksinäisyys. Niiden ero on yksinäisyyden kokemisessa. Jokainen tarvitsee joskus myös yksinoloa ja se voi olla voimauttava ja vapauttavakin kokemus. (Uusitalo 2007, 26.)

4.5 Syrjäytyminen

Syrjäytymisellä on useita erilaisia määritelmiä ja monia eri ulottuvuuksia. Syrjäytymisen voidaan ajatella johtuvan esimerkiksi varallisuudesta ja tuloista tai elämäntavan käännepisteistä. Syrjäytymisen voidaan kuitenkin ajatella myös olevan sosiaalisten suhteiden haurautta tai kokonaan puuttuvia ihmissuhteita. Tutkimusten mukaan kunnossa olevat ihmissuhteet ovat kuitenkin hyvinvoinnin lisääjiä suomalaisten keskuudessa. (Saari 2009, 209.) Syrjäytyminen on usein prosessi, jossa yksilö tai perhe ajautuu ulkopuolelle esimerkiksi yleisesti hyväksyttävästä elämäntavasta tai elintasosta (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos – Osallisuus syrjäytymisen vastaparina 2014).

Nuoren syrjäytyminen voi aiheuttaa ongelmia esimerkiksi kotona, koulussa ja sosiaalisissa suhteissa. Nuorten syrjäytymistä halutaan ehkäistä ja sitä pyritään ehkäisemään moniammatillisella yhteistyöllä. Syrjäytymisvaarassa olevat nuoret ja jo syrjäytyneet nuoret ovat usein keskeyttäneet koulunsa tai heillä ei ole ollenkaan ammatillista koulutusta. Moniammatillinen työ korostuu nuorten elämässä olevien nivelvaiheiden aikoina, koska silloin nuoret tarvitsevat erityistä tukea. (Valtiontalouden tarkastusviraston toiminnantarkastuskertomus 146/2007, 19-20, 76.) Nivelvaihe on elämässä tapahtuva käännekohta ja se voi olla esimerkiksi peruskoulun ja toisen asteen koulutuksen välissä, kun nuoren pitää tehdä päätös siitä, mihin koulun hän aikoo peruskoulun jälkeen hakea (Edu.fi – Opintojen nivelvaihe 2010).

Etsivän nuorisotyön painopiste on juuri syrjäytymisen ehkäisyssä. Sen tavoitteena on mahdollistaa nuorelle turvallinen aikuiskontakti ja etsiä nuoren elämän kysymyksille ratkaisuja. Etsivätyö auttaa nuoria ja mahdollistaa nuoren halutessa varhaisen tuen. Etsivässä työssä autetaan esimerkiksi nuoria, joilla ei ole koulu- tai työpaikkaa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014a.)

5 SOSIAALISIA TAITOJA EDISTÄVÄ KYLÄSUUNNISTUS

Olin mukana Haukiputaan seurakunnan ja Oulun kaupungin nuorisotoimen Kaveriryhmässä syksyn 2013 ajan. Elokuussa 2013 näin ensimmäisen kerran ryhmän, jonka mukana opinnäytetyöni aikana olisin. Minulla oli jonkinlaisia ennakkotietoja ryhmästä ja sen aiemmasta toiminnasta. Ryhmä kokoontui kerran kuukaudessa sekä seurakunnan että kaupungin nuorisotoimen tiloissa. Ryhmässä käy yhteensä seitsemän nuorta, jotka ovat iältään 14 - 17 -vuotiaita. Yleensä ryhmässä käy vain tyttöjä. Ryhmä on tarkoitettu nuorille, joilla ei ole paljon kavereita.

Alusta alkaen halusin tehdä toiminnallisen opinnäytetyön ja työelämäohjaajanikin oli sitä mieltä, että toiminnallisesta työstä on enemmän hyötyä ryhmälle. Pidimme palaverin Kaveriryhmää vetävien nuorisotyöntekijöiden kanssa syksyn kerroista. Työelämäohjaajani ehdotti, että voisimme pitää jonkinlaisen kyläsuunnistuksen. Tämä kuulosti hyvältä ja halusin mielelläni tehdä siitä opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden. Vastuu kyläsuunnistuksesta jäi minulle ja sain vapaat kädet tehdä siitä sellaisen kuin itse halusin.

Toteutin opinnäytetyönäni rastiratatyypin kyläsuunnistuksen Kaveriryhmälle, koska halusin edistää heidän sosiaalisia taitojaan. Kyläsuunnistukseen osallistui viisi ryhmäläistä. Ongelmana on, että nuorilla ei ole ystäviä, joiden kanssa harjoittaa sosiaalisia taitoja, eikä normaali jutteleminen ikätoverien kanssa onnistu. Osalla jutteleminen ylikorostuu ja nuori puhuu esimerkiksi vain itsestään ja omista asioistaan, mikä tarkoittaa Keltikangas-Järvisenkin (2010, 60-61) teoksessa mainittua matalan sensitiivisyyden ja ulospäin suuntautuneisuuden yhdistelmää. Ryhmässä tarvitaan myös apua tunteiden ilmaisussa ja realistinen kuva esimerkiksi ystävydestä, ihmissuhteista ja maailmasta puuttuu. Osalla ryhmäläisistä on vaikeaa ujoutta. Esimerkiksi koulussa on vaikeaa puhua opettajalle ja muille ihmisil-

le. Myös ryhmässä ohjaajalle ja muille puhuminen on hankalaa. Osalla on myös vaikeuksia asettua toisten asemaan ja asioita ajatellaan vain omasta näkökulmasta.

Halusin opinnäytetyössäni harjoittaa ryhmäläisten keskinäisiä sosiaalisia taitoja sekä ajatusten ja tunteiden ilmaisua erilaisin tehtävin. Suuri osa ryhmäläisistä pitää keskustelusta ja heille on tärkeää päästä puhumaan asioistaan. Kuitenkin tällöin osa ryhmäläisistä jää taka-alalle toisten puhuessa paljon. Harjoituksissa oli tarkoituksena osallistaa kaikkia ryhmäläisiä ja antaa heille tasavertaiset mahdollisuudet toimia ryhmässä (Anttila ym. 2012, 7).

Halusin tietää ryhmäläisten tuntemuksia ja kokemuksia yksinäisyydestä. Tätä varten tein kyselyn, jossa selvitin, miten ryhmäläiset auttaisivat toista yksinäistä nuorta, millaiseen yksinäisyyteen he ovat törmänneet ja ovatko he itse kokeneet yksinäisyyttä. Selvitin myös ryhmäläisten tuntemuksia Kaveriryhmästä.

5.1 Moniammatillinen yhteistyö Kaveriryhmän parissa

Jotta nuori saisi mahdollisimman monipuolista tukea, on verkostoituminen muiden toimijoiden kanssa hyvin tärkeää (Nivala 2005, 144). Kaveriryhmässä voidaan nähdä työntekijöiden moniammatillinen yhteistyö, koska ryhmä on ensinnäkin seurakunnan ja kaupungin yhteinen ja sitä on vetämässä Haukiputaan seurakunnan nuorisotyönohjaaja sekä Oulun kaupungin nuoriso-ohjaaja. Nuoria on saatu ryhmään heidän kummankin työn kautta. Lisäksi ryhmäläisiä on tullut ryhmään myös opettajien kautta eri kouluista.

Alun perin ryhmä perustuu leiriin, jonka järjestäjänä Haukiputaan seurakunta ja silloinen Haukiputaan kunta olivat. Ryhmä perustettiin leiriläisten toiveesta, koska he halusivat jatkaa toimintaa jotenkin. Ohjaajat olivat päätyneet kaveriryhmään, joka kokoontui kerran kuukaudessa, koska työajat eivät sallineet useampia

kokoontumisia. Ryhmä on toiminut vuodesta 2012 lähtien. Ryhmän vetäjät olivat aiemminkin tehneet paljon yhteistyötä kunnan ja seurakunnan välillä, joten heistä oli luonnollista alkaa pitämään ryhmää yhdessä.

Myös nuorisolaista löytyy perusteita moniammatilliselle nuorisotyölle ja pienryhmätoiminnalle. Kaveriryhmän toiminta on nuorisolain tavoitteen mukaista, koska nuorta tuetaan itsenäistymisessä sekä kasvussa. Myös aktiiviseksi kansalaiseksi edistäminen on nuorisolain tavoite. (Nuorisolaki 27.1.2006/27§1.) Toiminnan voidaan katsoa nuorisolaissa sosiaalisesti vahvistamiseksi, koska siinä pyritään parantamaan ryhmäläisten elämäntaitoja sekä ehkäisemään syrjäytymistä (Nuorisolaki 27.1.2006/72§2). Nuorisolakiin on tullut muutoksia vuonna 2011. Säännöksiä on silloin lisätty mm. monialaisesta yhteistyöverkosta ja etsivästä nuorisotyöstä. Säännösten tavoitteena on palvelujen saatavuuden parantaminen nuorille sekä varhaisen tuen tarjoaminen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014b.)

5.2 Pienryhmätoiminta erityisnuorisotyönmuotona

Erityisnuorisotyöpainotteisessa työssä annetaan nuorille apua ja tukea erilaisissa elämän kysymyksissä, kuten kasvamisessa ja ihmissuhteissa. Tukea voi saada esimerkiksi vertaisryhmistä. Erityisnuorisotyö on kasvatustyötä, joka tukee ja helpottaa nuoren elämäntilanteita. (Nivala 2005, 143.) Tavoite pienryhmätoiminnassa voi olla esimerkiksi nuoren vahvistamista sosiaalisten taitojen saralla. Vahvistamisen avulla nuorta voidaan auttaa tulemaan toimeen ikätovereiden kanssa. (Lallukka ym. 2009, 11.)

Erityisnuorisotyölle on ominaista kohdentaa toimintaa esimerkiksi pieniin ryhmiin tai yksilöihin. Tällöin on helpompi tukea nuorta meneillään olevan elämäntilanteen mukaan. (Nivala 2005, 143.) Opinnäytetyössäni olin mukana juuri pienryhmätoiminnassa. Kaveriryhmä täyttää erityisnuorisotyön ja pienryhmätoimin-

nan ominaisuudet ja ryhmässä olevat nuoret olivat samankaltaisissa elämäntilanteissa. Tästä aiheutuen voidaan toimintaa järjestää ryhmäläisten elämäntilanteiden ja toiveiden mukaan.

Pienryhmässä korostetaan enemmän itsensä ilmaisua, kuten esimerkiksi mielipiteiden kertomista. Ujoilla ja syrjäänvetäytyvillä nuorilla voi olla emotionaalinen ristiriita, koska he haluaisivat olla osana vertaisryhmää ja sosiaalisessa vuorovaikutuksissa muihin ryhmäläisiin, mutta esimerkiksi pelko estää sen. (Laine & Neitola 2002, 27.) Pienryhmätoiminta mahdollistaa sen, että myös vetäytyvät ja hiljaiset nuoret hyötyvät. Suurempia ryhmiä ohjattaessa täytyy asioissa pysyä suhteellisen yleisellä tasolla. (Lallukka ym. 2009, 28.) Pienryhmätoiminnassa voidaan räätälöidä tekeminen ja sisältö sopivaksi ryhmälle. Pienryhmätoiminta oli tälle ryhmälle ehdottomasti hyvä toimintamuoto, koska ryhmän nuoret olivat mm. ujoja ja hiljaisia, eikä heillä ole kavereita. Todennäköisesti he olisivat jääneet vähälle huomiolle isommassa ryhmässä, kun ulospäin suuntautuneet ja rohkeat nuoret olisivat vieneet enemmän esimerkiksi ohjaajien ja muiden nuorten huomiota.

Yksi pienryhmätoiminnan tavoite on vahvistaa nuoren itsetuntemusta sekä sen kehitystä. Tähän liittyy mm. omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen. Itsetuntemus vaikuttaa esimerkiksi vuorovaikutustaitoihin sekä myös muihin sosiaalisiin taitoihin. (Anttila ym. 2012, 13.) Pienryhmätoiminnalla pystytään vahvistamaan nuoren sosiaalisia taitoja (Lallukka ym. 2009, 28) ja juuri sitä Kaveriryhmässäkin pyritään tekemään. Kaveriryhmässä oli myös tarkoituksena saada nuoret lähtemään kerran kuukaudessa jonnekin kotoa.

Pienryhmätoiminta on tärkeää, vaikka se ei tavoita suuria määriä nuorisoa. Pienryhmätoiminnasta hyötyvät nuoret, jotka tarvitsevat apua ja tukea elämässä ja ihmissuhteissaan. Näin kaikki nuoret pystytään kohtaamaan henkilökohtaisesti. Myös Keskinen, Rasku-Puttonen ja Takala (1998, 243) ovat huomanneet artikkelissaan, että syrjäänvetäytyvät ja hiljaiset nuoret jäävät helposti taka-alalle suurissa

ryhmissä. Pienryhmät kootaan yleensä nuorista, joilla on jotain yhteistä, esimerkiksi syrjäänvetäytyvyys tai yksinäisyys. Näin pienryhmän nuoret voivat antaa toisilleen vertaistukea.

5.3 Kaveriryhmän kokoontumiskerrat

Olin mukana viidellä ryhmän kokoontumiskerralla. Pidin jokaisella kerralla pienen osion, jonka olimme sopineet etukäteen muiden ryhmän vetäjien kanssa. **Elokuun kerralla** olin mukana tutustumassa nuoriin ja kertomassa kuka olen ja mitä varten olen mukana ryhmässä. Tällöin juttelimme ryhmäläisten kanssa kesästä ja kyselimme, mitä toiveita ryhmäläisillä on syksyn tulevien kertojen sisällöistä. Tällöin paikalla oli neljä ryhmäläistä.

Syyskuun kerralla aiheena oli seurustelu ja ihmissuhteet. Silloin pidin tehtävän, jossa piti ensiksi piirtää unelmapuoliso ja kirjoittaa sellaisia asioita, mitä haluaisi unelmapuolisollaan olevan. Sen jälkeen piti piirtää kuva itsestä ja kirjoittaa asioita itsestään. Tämän jälkeen oli tarkoituksena vertailla unelmakumppaniaan ja itseään ja miettiä, haluaako toiselta jotain asioita, mitä itsessä ei ole jne. Huomasin, että nuorten oli hankalaa kirjoittaa varsinkin piirteitä itsestään. Keskustellessamme tuli ilmi, että kuva ihmissuhteista ja seurustelusta ei ole välttämättä ihan realistinen. Esimerkiksi netissä juttelemista pidettiin seurusteluna, vaikka ei välttämättä olisi edes koskaan nähnyt toista, eikä oltu varmoja, tietääkö toinen osapuoli seurustelusta. Kuitenkin tehtävästä jutteleminen oli hauskaa ja siitä seurasi keskustelua. Paikalla oli kolme ryhmäläistä.

Lokakuun kerralla oli opinnäytetyöni suurin osuus, eli kyläsuunnistus. Tästä kerrotaan enemmän luvussa 5.4 Sosiaalisia taitoja edistävä kyläsuunnistus.

Marraskuun kerralla menimme Ouluun keilaamaan. Keilaaminen valittiin, koska ensimmäisellä kerralla ryhmäläiset toivoivat sitä. Mielestäni keilaamiskerta oli hyvä, koska siinä pystyi huomaamaan onnistumisen kokemuksen ilon sekä ryhmäläisten kommunikoinnin toisten kanssa. Oli hienoa huomata, että nuoret kannustivat ja kehuivat toisiaan keilaamisessa. Lallukan, Muhosen ja Turtiaisenkin mukaan kaveritaidot tulevat esiin vertaisryhmässä (Lallukka ym. 2009). Tämän pystyi huomaamaan, kun ryhmäläiset kommunikoivat aivan erilaan kuin muina kertoina ja kannustivat toisiaan keilaamisessa, jos jollain ei ihan onnistunutkaan. Ajattelin, että syynä tähän voisi olla paikan vaihtaminen eri ympäristöön, missä ryhmä yleensä kokoontui. Näin erilaiset roolitkin saattoivat muuttua paikan myötä. Keilauksessa myös keskityttiin enemmän itse keilaukseen, eikä kukaan joutunut tällä kerralla esimerkiksi olemaan esillä erityisen paljon, eikä tarvinnut kertoa itsestään tai omista mielipiteistä. Mielestäni tämä kerta oli hyvää vaihtelua ja jätti todennäköisesti hyvän mielen ryhmäläisille. Mukana oli viisi ryhmäläistä.

Joulukuun kerralla askarrettiin joulukortteja ja pidin itsetunto- ja mielipide harjoituksen, jossa asetuttiin janalle siihen kohtaan, mitä mieltä asiasta oli. Ääripäät olivat "samaa mieltä" ja "eri mieltä". Janalle sai asettua siihen kohtaan, mitä asiasta ajatteli. Väittämät käsittelivät ulkonäköä, itsetuntoa ja tyttöjen ja poikien eroja. Osa väittämistä oli kirjasta Jumalan silmissä Ihme (Järviö, Kinnula, Lankinen & Sarajärvi 2006, 26) ja osa oli itse keksimiäni. Väittämät olivat:

- Useimmat tytöt ovat ylpeitä ruumiistaan
- Tytöt arvostelevat poikien ulkonäköä
- Tunnen itseni kauniiksi
- Pojilla on vähemmän ulkonäköpaineita kuin tytöillä
- Olen tyytyväinen itseeni

- Kelpaan muille sellaisena kuin olen
- Kelpaan itselleni sellaisena kuin olen
- Haluaisin muuttaa itseäni

Jokaisen väittämän ja asettautumisen jälkeen keskustelimme väittämästä ja ryhmäläisten mielipiteistä. Myös ohjaajat olivat mukana harjoituksessa, mikä auttoi mielestäni keskustelun aloittamista. Suurin osa ryhmäläisistä kuitenkin ilmaisi väittämistä omia mielipiteitään ja ryhtyivät keskusteluun. Ryhmäläisiä oli paikalla viisi.

5.4 Sosiaalisia taitoja edistävä kyläsuunnistus

Päädyn tekemään kyläsuunnistuksen sosiaalisista taidoista ja niiden harjoittamisesta. Kyläsuunnistuksessa halusin käyttää sosiaalisten taitojen jaottelua ja halusin saada nuoret kokeilemaan kaikkia teoriaosiossa esittelemiäni sosiaalisten taitojen osa-alueita; yhteistyötaitoja, aloitteellista käyttäytymistä, empatiaa, vastuuta ja itsekontrollia, joita käytetään jokapäiväisessä elämässä (Lallukka ym. 2009, 26). Työelämäohjaajani ehdotti myös, että tutustuminen Haukiputaan paikkoihin olisi tarpeellista nuorille. Tämä vaikutti paljon siihen, mitä paikkoja otin mukaan kyläsuunnistuksen rasteihin. Ryhmäläiset tarvitsivat myös harjoitusta ryhmän keskinäisessä vuorovaikutuksessa ja halusin edistää niitä. Ajattelin, että tämän avulla ryhmäläiset pystyisivät harjoittelemaan sosiaalisia taitoja ensin tutussa ryhmässä tutumpien ihmisten kanssa ja sen jälkeen taitoja voisi helpommin käyttää myös muissa sosiaalisissa tilanteissa. Koin sosiaalisten taitojen harjoittamisesta olevan hyötyä ryhmälle ja sosiaaliset taidot on aiheena mielestäni ajankohtainen.

Toinen osio, eli yksinäisyys, oli mielestäni myös tärkeä aihe tämän kyseisen ryhmän parissa, koska ryhmä on tarkoitettu nuorille, jotka kokevat olevansa yksinäi-

siä. Työelämäohjaajani myös halusi tietää ryhmäläisten yksinäisyyden kokemuk-
sista. Erityisesti sen, miltä ryhmäläisistä tuntui tulla Kaveriryhmään, koska mai-
nokset ryhmästä kertovat suoraan ryhmän olevan tarkoitettu yksinäisille nuorille.
Koin kuitenkin, että suoraan omasta yksinäisyydestä voi olla vaikeaa kertoa, joten
päädyin tekemään yksinäisyyskyselyn kuvitteellisen henkilön kautta. Sen pohjalta
tein kysymyksiä siitä, millaiseen yksinäisyyteen nuoret ovat törmänneet ja millais-
ta he ovat itse kokeneet.

Lähetin työelämäohjaajalleni tekemäni lupalapun (LIITE 3) sähköpostilla ja hän
toimitti sen ryhmäläisten vanhemmille. Siinä kerroin, kuka olen ja että teen opin-
näytetyötä Kaveriryhmän parissa.

5.5 Kyläsuunnistuksen toteutus

Tein jokaiselle rastille kirjekuoren, joka sisälsi tehtävälapun. Jokaisella rastilla jon-
kun ryhmäläisen tuli lukea tehtävä muulle ryhmälle. Toteutin tehtävänannon
näin, koska halusin osallistaa kaikkia ryhmäläisiä koko kyläsuunnistuksen ajan.
Osallistaminen on tärkeää, koska sen kautta nuori oppii, että hän pystyy vaikut-
tamaan asioihin ja osallistavat työmenetelmät on todettu toimiviksi nuoren kas-
vun tukemisessa (Anttila ym. 2012, 4). Myös sosiaalisten taitojen osa-alueista vas-
tuu (Lallukka ym. 2009, 26) tuli näin jokaiselle viidelle ryhmäläiselle vuorollaan.
En halunnut, että suunnistuksesta tulisi olo, että minä olisin jonkinlainen johtaja,
joka kertoo mitä seuraavaksi tehdään. En kuitenkaan halunnut pakottaa ketään
lukemaan vasten omaa tahtoaan, vaan kyselin, voiko esimerkiksi ryhmäläinen X
lukea tehtävän.

Rastilta rastille siirtymiset olivat vapaata juttelu-aikaa, koska aiemmilla kerroilla
huomasin, että ryhmäläiset tarvitsevat myös aikaa kertoa omia asioitaan ja aikaa
yleiseen keskusteluun. Osassa tehtävistä oli myös useampia vaihtoehtoja tehtävän

suorittamiseen. Halusin sillä havainnoida ryhmäläisten itsekontrollia ja antaa mahdollisuuden valita itselle sopivan tavan toteuttaa tehtävä, koska ryhmässä on monta erilaista persoonaa. Ajattelin, että osa tehtävistä voi tuntua toisille hankalalta, joten halusin antaa vaihtoehtoja. Itsekontrollia tarvitaan valintojen tekemiseen (Kuittinen 2009, 2).

Aloitimme kyläsuunnistuksen seurakunnan tiloista, jossa olimme ryhmän kanssa syksyn aiemmilla kerroillakin tavattu. Tulimme lopuksi takaisin tähän samaan tilaan kakkukahveille. En halunnut tehdä liian haastavia toiminnallisia tehtäviä, jotta kyläsuunnistuksesta jäisi positiivinen olo ja siitä jäisi nuorille onnistumisen kokemuksia. Kyläsuunnistuksessa olivat mukana nuorten ja minun lisäksi myös ryhmän vetäjät eli työelämäohjaajani seurakunnan nuorisotyöntekijä sekä kaupungin nuoriso-ohjaaja.

5.6 Rastit

Suurimmassa osassa rasteista tavoitteena oli harjoittaa sosiaalisten taitojen osa-alueita (Lallukka ym. 2009, 26). Kuitenkin osassa rasteissa toisena ja osassa rasteista ainoana tavoitteena oli käydä tutustumassa oman kylän toimintamahdollisuuksiin. Tämä siksi, että ryhmäläiset uskaltautuisivat käymään myöhemminkin nuorisolle tarkoitetuissa paikoissa.

5.6.1 Ensimmäinen rasti

Ensimmäisellä rastilla tavoitteena oli aloitteellinen käyttäytyminen ja yhteistyötaidot, josta myös Salmivalli ja Lallukka ym. kertovat teoksissaan (Salmivalli 2005, 82; Lallukka ym. 2009, 26). Tehtävänä oli koota palapelistä askartelemani kartta niin, että koko ryhmä osallistui sen kokoamiseen. Ryhmä jaettiin puoleksi. Puolet

ryhmästä sitoi silmänsä ja puolet toimi ohjeistajina. Tarkoitus oli koota palapeli niin, että vain silmät sidottuna olevat saivat koskea palapelin palasiin. Ohjeistajat saivat ohjeistaa vain sanallisesti, eivätkä saaneet koskea palasiin, eivätkä silmät sidottuina oleviin. Palapelistä muodostui kartta Haukiputaasta ja siinä luki myös kyläsuunnistuksen aloittamisohjeet.

Aloitteellista käyttäytymistä ei aluksi tullut keneltäkään ja me ohjaajat jouduimme ensin avustamaan esimerkiksi kahteen ryhmään jakamisessa ja ohjeiden annossa. Tehtävä saatiin käyntiin, kun muutama ryhmäläinen aloitti keskustelun ja alkoi johtaa tehtävää ja neuvomaan oma-aloitteisesti muita. Yhteistyötaitojen sääntöjen noudattaminen korostui ryhmäläisten toiminnassa. Yksi ryhmäläinen neuvoi, miten tehdään ja muut tottelivat ja tekivät työtä käskettyä. Vuorovaikutus oli aluksi hyvin vähäistä, mutta tehtävän loppupuolella alkoivat myös aiemmin hiljaa kuunnelleet kysellä ohjeita. Tämä oli kuitenkin mielestäni oletettavaa, mutta rastin tehtävä kesti kuitenkin hieman kauemmin, kuin olin arvioinut. En kuitenkaan halunnut hoputtaa ensimmäisessä tehtävässä, ettei koko kyläsuunnistus alkaisi kiireisissä merkeissä.

Haasteeksi ensimmäisellä rastilla koin sen, että osa ryhmäläisistä oli niin hiljaisia, etteivät he sanoneet mitään tehtävän aikana. Osa ryhmäläistä osoitti mielestäni osaavansa hyvin yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, koska he osasivat ottaa kontaktia muihin ryhmäläisiin sanallisesti. Kaikilta tämä ei kuitenkaan luonnistunut ja koin, että jatkossa tällaisessa vuorovaikutuksessa ryhmäläiset tarvitsevat tukea ja ohjeita. Myös tekemäni palapeli osoittautui yllättävän haastavaksi ja minun olisi pitänyt antaa se kokeiltavaksi jollekin toiselle. Lopulta tehtävä saatiin onnistumaan, palapeli valmistui ja pääsimme aloittamaan kyläsuunnistuksen.

5.6.2 Toinen rasti

Toisella rastilla tavoitteena oli itsekontrolli. Tehtävänä oli ostaa Tiimarista postikortti, jota tarvittaisiin rastilla numero viisi. Ryhmäläisten tuli valita kortti ja mennä kassalle ostamaan se. Kaikki onnistuivat tehtävässä, koska jokainen sai valittua kortin ja vei sen kassalle ja näin saimme kortit mukaan odottamaan viitosrastia. Huomasin kuitenkin, että osalla ryhmäläisistä oli vaikeuksia päättää, minkä kortin valitsisi. Korteista ilmeni myös monenlaista keskustelua ja mielestäni osa ryhmäläisistä haki muilta ryhmäläisiltä hyväksyntää, jos valitsikin kortin esimerkiksi eri hyllystä, tai otti mustavalkoisen kortin muiden valitessa värikkäät. Mielestäni tässä ilmeni se, että erilaisuus oli ryhmäläisiä mietityttävä asia ja haluttiin toisten hyväksyntä myös kortin valinnalle. Havainnoin taustalla ryhmäläisten keskustelua korteista ja painotin heille, että kaikki saavat tällä rastilla valita ihan sellaisen kortin, mistä itse pitävät ja mikä on heille itselleen mieluinen.

5.6.3 Kolmas rasti

Kolmannella rastilla tavoitteena oli empatia, joka on toisen tunteiden ymmärtämistä ja huomioonottamista (Keltikangas-Järvinen 2010, 22). Taustatavoitteena oli myös itsekontrolli. Tehtävänä oli sovittaa Seppälässä jotain hienoa asustetta, jonka tahtoisi tai jotain hassua, mitä ei ikinä käyttäisi. Sen jälkeen asuste piti näyttää muille. Tavoitteena rastilla oli uskaltaa sovittaa edes jotain vaatetta ja olla vuorollaan esillä. Tämän tehtävän valitsin siksi, koska osa ryhmäläisistä oli hyvin ujoja ja halusin, että he joutuisivat olemaan tutussa ryhmässä pienen hetken keskipisteenä, koska tilanne ei kuitenkaan ole samanlainen kuin esimerkiksi koulussa. Kaikki ryhmäläisistä ja meistä ohjaajista sovittivat jotain vaatetta.

Mielestäni osalta ryhmäläisistä puuttui empatiakyky itseään kohtaan ja kriittisyys itseään sekä ulkonäköään kohtaan korostui tällä rastilla. Puheeksi tuli esimerkiksi se, sopiiko jokin tietty asuste omalle vartalolle, koska omasta mielestä ei omista täydellistä kroppaa. Myös toisten asusteiden kommentointia, esimerkiksi kehumista, olisi mielestäni voinut olla enemmän ja tätä tuli enemmän vain ohjaajilta. Havainnoin, että ryhmäläisten oli hankala kehua toisiaan ja antaa palautetta toisille suullisesti tällaisessa tilanteessa. Itsekontrolli oli tällä rastilla päätöksenteko ja vaateen valinta. Välillä täytyi muistutella tehtävänannosta ja siitä, että nyt pitää tosiaan löytää jonkinlainen vaate, mitä sovittaa. Kuitenkin tämä rasti saatiin käytyä aika nopeasti. Toisena tavoitteena oli myös käydä tutustumassa Seppälään ryhmäläisten kanssa, jotta he uskaltautuisivat käymään siellä myös myöhemmin.

5.6.4 Neljäs rasti

Neljännän rastin tavoite oli käydä tutustumassa Jatuliin, joka on liikuntakeskus, missä sijaitsee myös nuorisotilat. Kävimme aluksi tutustumassa kuntosaliin, jossa tämä neljäs tehtävä suoritettiin. Tehtävänä oli käydä kokeilemassa jotakin kuntosalin laitetta. Tarkoituksena oli käydä katsomassa, missä kuntosali sijaitti ja tehdä paikkaa tutuksi, että siellä voisi halutessaan käydä myöhemmin esimerkiksi urheilemassa, koska sosiaalisten taitojen painottamisen ohella myös liikunta on tärkeää nuorille. Tutustuminen kuntosaliin voi saada liikkumaan lähtemisen kynnystä matalammaksi.

Kuitenkaan tällä rastilla kaikki ei mennyt niin kuin oli tarkoitus, vaan saimme valitusta siitä, että menimme ulkovaatteilla käväisemään salilla, vaikka asiasta oli sovittu etukäteen. Osa ryhmäläisistä koki tässä huonoa omatuntoa, vaikka syy ei mitenkään ollut heidän. Eräs ryhmäläinen kertoi, ettei häntä ole koskaan toruttu, koska hän ei yleensä tee mitään pahaa. Tästä jäi vähän ikävä kokemus, mutta se ei

kuitenkaan vaikuttanut loppuihin rasteihin. Tapahtuneesta myös huomasi, että negatiivinen palaute vaikutti osaan nuorista paljon vahvemmin kuin toisiin.

5.6.5 Viides rasti

Viidennellä rastilla tavoitteena oli empatia ja itsekontrolli. Menimme Jatulin kahvioon. Siellä tavoitteena oli kirjoittaa postikortit, jotka rastilla kaksi käytiin ostamassa Tiimarista. Tehtävänannossa oli kaksi vaihtoehtoa, joista piti valita. Joko kirjoittaa itselleen tsemppikortti tai kirjoittaa jollekin haluamalleen henkilölle, jota haluaa ilahduttaa. Vaihtoehtoja oli kaksi, koska ajattelin, ettei nykyään välttämättä muisteta muiden ihmisten osoitteita, koska kortteja tai kirjeitä ei enää lähetetä niin paljon.

Kaikki kirjoittivat kuitenkin jollekin muulle kuin itselleen ja osoitteetkin saatiin lopulta nuorisotyöntekijöiden avustuksella tietoon. Kaikki keksivät melko nopeaa, kenelle kirjoittavat. En kysellyt kaikilta enempiä kirjoittamisessa, koska koin, että kirjeet ja kortit ovat aika henkilökohtaisia. Osoitteita etsiessä kuitenkin selvisi, että ainakin osa halusi kirjoittaa jollekin ikätoverilleen. Havainnoin rastissa empatiaa ja kirjoittaessa sitä myös ilmeni, koska esimerkiksi eräs ryhmäläinen halusi kirjoittaa kaverille parane pian -kortin, johon keräsi nimet myös muilta ja kaikki halusivat kirjoittaa siihen. Eräät ryhmäläiset kirjoittivat kortit toisilleen. Tämä kertoo mielestäni siitä, että vertaisia eli samanikäisiä ikätovereita (Salmivalli 2005, 15) ei välttämättä ole. Tehtävässä kuitenkin korostui myös se, että Kaveriryhmä on vaikuttanut positiivisesti, koska sieltä löytyy toisia vertaisia, jolle lähettää kortti.

5.6.6 Kuudes rasti

Kuudennella rastilla tavoitteena olivat yhteistyötaidot ja aloitteellinen käyttäytyminen. Menimme kaupungin nuorisotiloihin, jossa tehtävänä oli tehdä kaksi harjoitusta. Ensimmäinen oli maton kääntämistehtävä, jossa ryhmäläiset menivät kaikki samalle matolle ja tarkoituksena oli saada käännettyä matto toisinpäin niin, ettei kukaan osu missään vaiheessa lattiaan. Tämän jälkeen tehtiin janatehtävä, jossa tarkoituksena oli mennä riviin jonkin asian tietyn asian perusteella, esimerkiksi sukunimen ensimmäisen kirjaimen.

Molemmissa tehtävissä tarvittiin kaikkia ryhmäläisiä ja tehtävät vaativat keskustelua ryhmäläisten kesken. Yhteistyötaidot jäivät mielestäni maton kääntämistehtävässä hieman yksipuolisiksi. Aloitteellista käyttäytymistä osoitti muutama ryhmäläinen. Yksi ryhmäläisistä neuvoi, mitä piti tehdä ja muut tekivät työtä käskettyä. Tehtävä oli ilmeisesti osalle tuttu ja he tiesivät etukäteen, miten tehtävä kannattaa suorittaa. Tämäkin tehtävä olisi voinut olla haastavampi ja tukea enemmän vuorovaikutustaitoja, jos tehtävä olisi toteutettu esimerkiksi niin, että ei olisi saanut puhua. Tämä olisi kuitenkin mennyt ehkä hieman päällekkäin ensimmäisen rastin kanssa.

Janatehtävässä välillä tuli hetkiä, milloin kommunikointi oli heikkoa ja tehtävää tehtiin aiempien tietojen ja oletusten varassa. Esimerkiksi menttiin siihen kohtaan janalla, missä oletettiin oman sukunimen kirjaimen olevan, eikä kysely muiden sukunimiä tai kommunikointu muiden ryhmäläisten kesken. Välillä sai kehottaa ryhmäläisiä keskustelemaan enemmän ja sai painottaa sitä, että tässä tehtävässä saa puhua ja tarkoituksena on mennä oikeaan järjestykseen. Kävimme jokaisen janaan järjestymiskysymyksen jälkeen läpi, onko jokainen oikeassa kohdassa ja näin kaikki saivat vuorollaan puheenvuoron ja heidän piti vuorollaan olla keskipisteenä.

5.6.7 Seitsemäs rasti

Seitsemännen rastin tavoitteena oli selvittää nuorten yksinäisyyden kokemuksia, joka oli opinnäytetyössäni yksi kehittämistehtävä ja työelämäohjaajani oli kiinnostunut saamaan tästä tietoa. Rastin oli tarkoitus olla nuorisotiloissa, mutta ajanpuutteen vuoksi lähdimme takaisin seurakunnan tiloihin ja tämä tehtävä tehtiin yhdessä palautelapun (LIITE 4) kanssa.

5.6.8 Kahdeksas rasti

Kahdeksannella rastilla tavoitteena oli empatian ilmaiseminen toisia kohtaan kirjoittamisen muodossa. Tehtävänä oli vapaasti kirjoittaa toisten lappuihin positiivisia asioita ja lapun sai lopuksi itselleen. Halusin, että ryhmäläiset saisivat kyläsuunnistuksen jälkeen positiivisen lapun itsestään mukaansa. Ryhmäläisissä oli vaihtelevuutta kirjoittamisen suhteen. Osa kirjoitti nopeasti ja keksi helposti toisista asioita, osalle oli taas hyvin haastavaa kirjoittaa positiivisia asioita muista ryhmäläisistä. Tämän rastin olisi voinut toteuttaa esimerkiksi niin, että laput olisivat kiertäneet ja kaikki olisivat yhtä aikaa kirjoittaneet toisille, koska lopuksi jo ajan ollessa ihan lopussa yksi ryhmäläisistä ei ollut kirjoittanut muille mitään. Kuitenkin yhtä aikaa kirjoittaminen olisi voinut olla vaikeaa ja ahdistavaa sellaisille ryhmäläisille, jotka eivät yksinkertaisesti saaneet keksittyä toisista asioita.

5.7 Yksinäisyyden kokeminen

Yksinäisyyden kokemisesta tekemäni kysely johdatti ensin keksimäni esimerkkihenkilön kokemusten kautta kertomaan yksinäisyydestä yleisesti ja henkilökohtai-

sesti. Tavoitteena oli saada ryhmäläiset kertomaan omista yksinäisyyden kokemuksistaan. Tehtävä alkaa Emilian esittelyllä:

”Olen 15-vuotias Emilia ja olen kotoisin Tampereelta. Olen kuukausi sitten muuttanut tänne Haukiputaalle, enkä yhtään tiedä mitä täällä on. En tunne täällä ketään ja luokaltanikaan en ole vielä saanut kavereita. Olen vähän ujo ja en uskalla mennä välitunnillakaan isoihin porukoihin, kun kaikki muut tuntevat toisensa. Tunnen oloni hieman yksinäiseksi. Tykkään urheilusta ja juttelemisestä.”

Ensimmäisessä kysymyksessä oli tarkoituksena auttaa Emiliaa. Vastaukset jakaantuivat kahteen erilaiseen ryhmään. Toinen osa oli pohtinut, että luokkakavereina he voisivat mennä juttelemaan ja kyselemään Emiliaa mukaan porukkaan. Myös keskustelun aiheita oli keksitty, esimerkiksi kouluruoka ja opettajat. Toinen osa ryhmäläisistä olisi kehottanut Emiliaa menemään itse juttelemaan tai etsimään esimerkiksi urheiluseuraa tai harrastusryhmää, mistä hän voisi saada kavereita.

Toisessa kysymyksessä tarkoituksena oli selvittää, millaiseen yksinäisyyteen ryhmäläiset ovat törmänneet koulussa.

”Kiusataan, syrjitään, ei tervehditä/huomioida. Tai ei välitetä.” R3

Vastauksissa tuli ilmi, että useat ryhmäläiset olivat huomanneet koulussa ulkopuolelle jättämistä, syrjintää, pakottamista olemaan yksin, kiusaamista ja huomiotta jättämistä. Osa oli vastannut, että ei ole vain yksinkertaisesti saanut kavereita ja joutuu sen takia olemaan yksin. Huomiotta jättäminenkin tuli esille muutamassa vastauksessa. Kolmannessa kysymyksessä oli tarkoitus selvittää, millaista yksinäisyyttä ryhmäläiset henkilökohtaisesti olivat kokeneet. Vastauksissa ilmeni, että toiseen kysymykseen vastatessa suuri osa ryhmäläisistä oli jo kertonut omia henkilökohtaisia kokemuksiaan.

”Kaveriporukasta ulos jättämistä, syrjintää.” R4

Suuri osa ryhmäläisistä oli kokenut syrjimistä ja porukasta ulkopuolelle jäämistä. Esille nousi myös se, että koulussa on vaikeaa olla, jos kaveri on esimerkiksi kiipeänä ja sen takia pois koulusta. Yhteistä vastauksille oli se, että kaikki ryhmäläiset olivat kokeneet henkilökohtaisesti yksinäisyyttä jollain tavalla.

Halusin myös selvittää ryhmäläisten kokemuksia Kaveriryhmästä ja siitä, miten he olivat itse lähteneet mukaan ryhmään. Neljännessä kysymyksessä kysyttiin, voisiko Emilialle suositella Kaveriryhmää ja miten itse oli kuullut Kaveriryhmästä. Melkein kaikki vastanneista ryhmäläisistä olivat tulleet Kaveriryhmään leirin kautta. Leiristä oli kuultu eri tahoilta. Osa kertoi äidin nähneen ilmoituksen lehdessä ja osalle taas esimerkiksi luokanvalvoja koulusta oli kertonut leiristä. Kaikki olivat myös sitä mieltä, että esimerkki-henkilö Emilian kannattaisi käydä kokeilemassa Kaveriryhmää.

Viidennessä kysymyksessä kysyttiin, miltä ryhmäläisistä tuntui tulla Kaveriryhmään. Puolet vastanneista ryhmäläisistä kertoi, että ensin heitä jännitti tulla, koska ryhmä oli heille uusi asia. Kuitenkin samat henkilöt kertoivat, että siihen on nyttemmin tottunut, eikä enää jännitä. Toiset kertoivat, että ryhmään oli mukava ja hyvä tulla. Myös ryhmän luotettavuus mainittiin.

Kuudennessa kysymyksessä kysyttiin Kaveriryhmässä koettuja hyviä asioita. Ryhmäläiset nostivat esille hauskat jutut, esimerkiksi kavereiden kanssa shoppailun, kalliokiipeilyn, leirin tekemiset ja keikalla käymisen. Toisena asiana, mistä melkein kaikki ryhmäläiset olivat kirjoittaneet, ovat uudet ystävät ja tutustuminen uusiin ihmisiin. Eräs ryhmäläinen kertoi, että hän on oppinut olemaan avoimempi ja hänen on helpompaa luottaa ihmisiin. Myös keskusteluseuran tärkeys ilmeni osassa vastauksista.

"Mukavat leirit ja ihmisiä joiden kanssa keskustella." R5

6 ARVIOINTI JA PALAUTE

Suunnittelin kyläsuunnistuksen rastiradan tietämättä yhtään, montako nuorta paikalle tulisi. Tämä antoi jonkin verran haastetta, koska osassa tehtävistä oli toivottavaa, että osallistujia olisi tarpeeksi. Sosiaalisia taitoja olisi ollut hyvin haastavaa harjoitella liian vähällä määrällä ryhmäläisiä. Myös palautteen kannalta toivoin, että nuoria tulisi paikalle mahdollisimman monta. Onnekseni viisi nuorta tuli kyläsuunnistukseen ja pystyimme toteuttamaan kaikki suunnitellut tehtävät.

Käytin toiminnallisena menetelmänä suunnistuksen kaltaista rastirataa. Kaikki muut rastit käsittelivät jollain tavalla joko yksinäisyyttä tai sosiaalisia taitoja, paitsi kuntosali (neljäs rasti) ja kortin kirjoittaminen (viides rasti). Kortin kirjoittamisen oli tarkoitus tapahtua niin, että olisin saanut joidenkin yksinäisten nuorten osoitteita, että ryhmäläiset olisivat voineet lähettää kortit tuntemattomille yksinäisille nuorille. Kuitenkin käytännössä oli vaikeaa saada osoitteita vaitiolovelvollisuuden takia. Päädyin muuttamaan tehtävänannon ja tehtävän tarkoitus muuttui samalla. Tehtävä ei ollut niin paljon teeman mukainen. Kuntosalirastin tarkoituksena oli tutustua kuntosaliin, että nuoret voisivat ehkä uskaltautua menemään sinne myös myöhemmin tulevaisuudessa. Sosiaalisten taitojen ja yksinäisyyden käsittely jäi tältä rastilta pois.

Ajan puutteen vuoksi yksi rasti jäi käymättä ja jouduin yhdistämään palautteen ja yksinäisyyttä käsittelevän kyselyn, jotka tehtiin yksin. Kuitenkin yksinäisyyttä käsittelevä tehtävä onnistui mielestäni näinkin, vaikka olisi ollut parempi saada sille enemmän aikaa. Rastiradan viimeinen rasti jäi pois. Siinä olisi ollut tavoitteena esitellä parille videovuokraamo Makuunista jokin elokuva ja keskustella hieman siitä. Kuitenkin aika loppui kesken, emmekä ehtineet mennä Makuuniin. Tämä ei haitannut itse kyläsuunnistuksen kokonaisuutta, mutta kahden keskeistä vuorovaikutusta ja aloitteellista käyttäytymistä harjoittava tehtävä jäi pois.

Ajankäytön arvioiminen suunnistuksessa oli haastavaa. Aikaa koko kerralle oli kolme tuntia ja arvioin, että kyläsuunnistukselle riittäisi kaksi tuntia. Kuitenkin tässä tuli kiire, koska osa rasteista veikin ryhmäläisiltä oletettua enemmän aikaa. Myös Jatuliin käveleminen vei enemmän aikaa kuin osasin arvioida. Tehtävien aloittaminen oli välillä hidasta. Mikäli olisin osannut havainnoida enemmän ajankäyttöä, olisin mieluummin jättänyt pois janatyöskentelyn nuorisotilalla, koska siinä havainnoitiin yhteistyötaitoja ja aloitteellista käyttäytymistä, eli samoja asioita kuin ensimmäisellä rastilla kartan kokoamisessa. Roolit pysyivät kummassakin tehtävässä samana. Alussa oli hieman kiirettä, koska piti ehtiä Tiimariin ja Seppälään, jotka menivät kiinni kolmelta ja suunnistus aloitettiin kahdelta.

Mielestäni onnistuneita rasteja olivat Tiimari ja Seppälä. Osa ryhmäläisistä ei ollut ikinä käynyt Seppälässä. Tutustuminen näihin tavallisiin kauppoihin ja kaikkien osallistuminen niissä tehtyihin tehtäviin oli positiivinen kokemus. Kaikilla jäi mielestäni niistä hyvä mieli. Nämä rastit olivat erilaisia, mihin yleensä olen nuorisotyössä törmännyt. Ne erosivat muista siinä, että tällaisia tehtäviä/harjoituksia tehdään hyvin harvoin ryhmien kanssa. Oli positiivista, että kaikki uskalsivat osallistua esimerkiksi Seppälän vaatekokeiluun, mikä oli ehkä tehtävänä hieman erikoinen.

Rastirata menetelmänä toimi mielestäni hyvin, koska siinä vaihdettiin koko ajan paikkaa ja rastien välille jäi vapaata keskustelua. Jos suunnistus olisi ollut pelkkiä rasteja esimerkiksi seurakunnan tiloissa, olisi se ehkä ollut nuorille liian puuduttavaa. Rastiradalla sai pitää pienet hengähdys- ja juttelutauot välissä. Myös yksinäisyyslapuissa Kaveriryhmää koskevissa kysymyksissä ilmeni, että ryhmässä hyvää ovat ihmiset, joiden kanssa voi keskustella.

6.1 Yksinäisyyskyselyn arviointi

Keksin yksinäisyyskyselyn kysymykset itse, ajatellen miten saisin siihen tietoa sekä Kaveriryhmän toiminnasta että yksinäisyydestä. Mielestäni esimerkkihenkilön käyttäminen oli onnistunut idea, koska ryhmäläisten ei tarvinnut aloittaa heti kertomalla itsestään ja omista kokemuksistaan. Olisin kylläkin voinut kirjoittaa esimerkkihenkilön tarinan selkeämmin, koska yksi ryhmäläisistä kysyi ensimmäisen kysymyksen (Miten voisit auttaa Emiliaa?) kohdalla, että tuleeko heidän olla luokkakavereita, vai miettiä yleisesti keinoja Emilian auttamiseen.

Yksinäisyyskyselyyn olisin voinut myös laittaa kysymyksen siitä, miltä nuorista tuntuu, kun he ovat kokeneet yksinäisyyttä. Kuitenkin se tuntui liian henkilökohtaiselta kysymykseltä kyselyä laatiessani ja siihen vastaaminen olisi voinut olla nuorten mielestä hankalaa. Yksinäisyyskyselyn vastaukset olivat mielestäni luotettavia, koska ryhmäläiset vastasivat kysymyksiin omista kokemuksistaan ja sain vastaukset kaikkiin kysymyksiin kaikilta viideltä mukana kyläsuunnistuksessa olleelta ryhmäläiseltä.

6.2 Ryhmäläisten palaute

Sain mielestäni myös sen verran palautetta, että niiden pohjalta pystyi arvioimaan toiminnallista osiota. Palautteeseen vastasivat kaikki viisi kyläsuunnistukseen osallistunutta ryhmäläistä. Keräsin palautetta pääasiallisesti kirjallisena. Yhdeltä ryhmäläiseltä kyselin palautteen kysymykset suullisesti ja kirjasin ne itse ylös, koska hänellä oli vaikeuksia saada itse kirjoitettua mitään ylös ja hän koki helpommaksi kertoa palautteen minulle suullisesti. Keksin palautelapun kysymykset itse, ajatellen siinä kyläsuunnistuksen toimivuutta ja ryhmäläisten keskinäisiä suhteita ja ryhmän toimivuutta.

Palautteen lukemisen myötä huomasin, että rastirata oli onnistunut siltä osin, että tutustuttiin uusiin paikkoihin ja käytettiin sosiaalisia taitoja ryhmäläisten kesken. Suurin osa ryhmäläisistä kertoi palautteessa, että oli jutellut jollekin ryhmäläiselle, kenelle ei aiemmin ollut jutellut. Kolme viidestä ryhmäläisestä myös kävi kyläsuunnistuksen aikana jossain paikassa, missä ei ollut aiemmin käynyt. Nämä paikat olivat Seppälä ja kuntosali. Työelämäohjaajani oli palautteessa nostanut positiivisena asiana esille juuri nämä tavalliset asiat rastiradalla, koska ryhmäläisille ne eivät olleet yksinkertaisen helppoja.

Tunnelmat ennen kyläsuunnistusta jakaantuivat. Osa ryhmäläisistä jännitti, osa tunsu negatiivisia tuntemuksia ja osalla taas oli rento fiilis.

”Että eikä, en halua pyöriä kylillä, ei oo mun juttu.” R1

Negatiiviset tuntemukset eivät kuitenkaan suurimmalla osalla näkyneet ulospäin ja ryhmäläiset lähtivät mielestäni hyvin rohkeasti mukaan kyläsuunnistukseen. Kyläsuunnistuksen jälkeiset fiilikset olivat suurella osalla ryhmäläisistä positiiviset ja kyläsuunnistuksesta jäi hyvä mieli. Yksi ryhmäläisistä olisi toivonut, että tutut eivät olisi tulleet vastaan matkalla. Yhden ryhmäläisen mielestä kyläsuunnistus oli vähän pettymys. Hän olisi toivonut, että oltaisi esimerkiksi etsitty jotain. Mielestäni negatiivisista tunteista huomaa myös sen, että ryhmäläiset ehkä arastelevat kylällä liikkumista, koska he eivät yleensä sitä tee. Syynä voi olla esimerkiksi se, että joku ikävä tuttu voi tulla vastaan.

Seuraavat kysymykset koskivat ryhmän toimintaa kyläsuunnistuksen aikana. Ryhmän toimintaa ryhmäläiset kuvailivat positiivisin sanoin. Ryhmäläisen mielestä yhteistyö sujui hyvin ja kaikki tulivat toimeen keskenään. Myös kaikkien osallistuminen tehtäviin mainittiin useassa vastauksessa.

”Ryhmän kanssa toimiminen oli kivaa ja uusi kokemus ainakin minulle.” R5

Kukaan ryhmäläinen ei keksinyt asioita, mitkä olisivat jääneet painamaan mieltä kyläsuunnistuksen aikana. Tämä oli mielestäni positiivista, koska tarkoituksena oli, että kaikilla jäisi mieleen mukava olo ja onnistumisen kokemuksia. Mielestäni oli myös hienoa, että kaikki ryhmäläiset vastasivat kysymykseen, missä kysyttiin mistä asiasta on erityisen ylpeä itsestään kyläsuunnistuksessa. Vastaukset olivat hyvin monenlaisia, niin kuin on jokainen persoona ryhmässäkin. Toiset olivat ylpeitä siitä, että olivat jutelleet kaikkien ryhmäläisten kanssa. Yksi siitä, että hän oli tehnyt jotain, mitä ei koskaan aiemmin ollut. Yksi oli ylpeä siitä, ettei hän ollut valittanut joka asiasta.

”Juttelin kaikkien kanssa ja tulin kaikkien kanssa toimeen” R3

Palautteelle olisi voinut olla enemmän miettimisaikaa, koska yksinäisyys- ja palautelaput tehtiin kumpikin samaan aikaan. Koen kuitenkin, että sekä yksinäisyyttä käsittelevään kyselyyn että palautteeseen tuli tarpeeksi monipuolisesti asiaa.

6.3 Ohjaajien palaute

Kysyin työelämäohjaajalta ja toiselta ryhmänohjaajalta vapaasti palautetta kyläsuunnistuksesta. Kaupungin nuoriso-ohjaajan mielestä olin ottanut kyläsuunnistuksessa huomioon ryhmäläisten taustat ja ongelmat ja pidin ryhmän hyvin kasassa. Aika meinasi olla tiukalla, mutta hänen mukaansa pidin kuitenkin aikataulusta kiinni hyvin, koska ryhmällä saattaa mennä välillä hyvinkin pitkään, kun he jäävät juttelemaan jostain asioista. Hän nosti myös käytännönläheiset harjoitukset esille.

Työelämäohjaajani mielestä olin myös saanut hyvin kontaktia sosiaalisista vaikeuksista kärsiviin nuoriin. Ensimmäinen tehtävä oli hieman haastava, mutta lopulta siitäkin selviydyttiin. Nuorisotilalla aika meinasi loppua, koska siirtymisessä takaisin seurakunnan tiloihin kestikin oletettua kauempaa. Harjoituksista esim. maton kääntäminen oli tuttu ryhmäläisille ja tutut roolit tulivat siinä esiin. Työelämäohjaajani mielestä kuitenkin pyrin vaikuttamaan roolien murtumiseen. Ongelmatilanteet/jumittumiset hoidin ilman suurempaa numeroa, jotta pystyttiin jatkamaan. Harjoitukset olivat ryhmälle sopivia ja sain nuoret puhumaan ja osallistumaan harjoituksiin. Työelämäohjaajani mielestä toiminnallinen osuus oli hyvin onnistunut. Työelämäohjaajani mielestä osoitin, että pienillä ja tavallisilla asioilla ja harjoituksille voi saada nuoren elämään merkityksellisiä asioita aikaan.

7 POHDINTA

Toteutin Haukiputaan seurakunnan ja Oulun kaupungin nuorisotoimen yhteiselle Kaveriryhmälle kyläsuunnistuksen, jonka tarkoitus oli tukea nuorten sosiaalisia taitoja ja selvittää yksinäisyyden kokemuksia erilaisten harjoitusten ja tehtävien kautta. Olin myös Kaveriryhmän kokoontumiskerroilla mukana syksyn 2013 ajan ja pyrin muillekin kerroille kehittämään harjoituksen, jota voisin hyödyntää opin- näytetyössäni ja joka olisi myös ryhmälle hyödyllinen.

Mielestäni kyläsuunnistuksen tehtävissä ja kyläsuunnistuksessa itsessään saatiin vastaus oppinäytetyöni ensimmäiseen kehittämistehtävään, eli siihen miten nuoren sosiaalisia taitoja voidaan tukea. Mielestäni kyläsuunnistuksessa kaikki osallistuivat hyvin sosiaalisia taitoja vaativiin tehtäviin ja ryhmä oli vuorovaikutuksessa keskenään. Ryhmäläiset käyttivät sosiaalisia taitojaan rastien harjoituksissa ja tehtävissä sekä vapaasti rastilta toiselle liikkuaessa. Mielestäni tämän ryhmän keskinäinen vuorovaikutus parantui, kuten nuoret kirjoittivat palautteessakin. Palautteessa osa ryhmäläisistä kertoi jutelleensa kaikille ryhmäläisille ja he kertoivat myös ryhmän toimineen hyvin. Ryhmäläiset myös tulivat käyttäneeksi kaikkia sosiaalisten taitojen osa-alueita, jotka Lallukka ym. olivat teoksessaan esitelleet (Lallukka ym. 2006, 26).

Koen, että yksinäisyyskyselyn avulla sain vastauksen toiseen kehittämistehtävääni, eli millaista yksinäisyyttä ryhmän nuoret ovat kokeneet. Tästä ei kuitenkaan voi tehdä johtopäätöstä, että kaikki yksinäisyyttä kokeneet nuoret olisivat kokeneet yksinäisyyden samalla tavalla. Selvitin vain tämän ryhmän tuntemuksia. Yksinäisyyslapulla selvitin myös sitä, miten ryhmäläiset kokivat Kaveriryhmän vertaistukiryhmänä, koska vertaistukiryhmä on tälle ikäryhmälle, itsenäistymisvaiheessa oleville nuorille tärkeää (Lankinen 2011, 50). Kaikki ryhmäläiset kokivat Kaveriryhmän positiivisena asiana ja keksivät positiivisia esimerkkejä ryhmän

toiminnasta. Olisin kuitenkin voinut kysyä lapussa esimerkiksi: "Mitä negatiivisia asioita olet kokenut Kaveriryhmässä?" Näin olisin saanut kuvan sekä positiivisista että negatiivisista asioista ryhmästä vertaistukiryhmänä.

Mielestäni oli haastavaa löytää suoraan nuorisotyöhön liittyviä lähteitä, koska tutkimuksia ja töitä nuorisotyöstä on yllättävän vähän. Sosiaalisiin taitoihin aineistoa löytyi paljon pieniin lapsiin tai työpaikkojen sosiaalisiin taitoihin liittyen. Yksinäisyydestäkin oli suhteellisen vaikeaa löytää kirjoja, jotka olisivat koskeneet nuorten yksinäisyyttä. Vanhusten yksinäisyys taas oli yleinen kirjoittamisen aihe. Osa käsitteistä oli hyvin hankala määritellä. Todella moni käsite, jota käytin opinnäytetyössäni, oli epäselkeä. Monissa lähteissä kerrottiin heti aluksi, ettei sanalle ole vakiintunutta määritelmää. Näitä sanoja olivat esimerkiksi "itsekontrolli", "osallisuus" ja "osallistava toiminta".

Kyläsuunnistuksen harjoituksia oli myös haastavaa keksiä, koska olin tavannut ryhmän vasta kaksi kertaa ennen itse kyläsuunnistusta. Tällöinkin paikalla oli vain muutamia ryhmäläisiä. Kyläsuunnistukseen tuli myös ryhmäläisiä, joita en aiemmin ollut tavannut. En siis tiennyt, millaisia he ovat ja miten he lähtevät mukaan harjoituksiin.

Mielestäni rastiradan tehtäviä voisi käyttää melkein kaikenlaisten ryhmien kanssa hieman muokaten. Tehtäviä pystyy suorittamaan melkein missä vain, eikä niitä tarvitsisi välttämättä tehdä juuri Haukiputaalla. Kuitenkin kaupoissa ja kuntosalilla käyminen ei välttämättä toimisi isomman ryhmän kanssa, koska se voisi aiheuttaa häiriötä kyseisissä paikoissa. Tarkoituksena kyläsuunnistuksessa oli kuitenkin edistää sosiaalisia taitoja sellaisten nuorten parissa, jotka tarvitsivat apua sosiaalisten taitojen harjoittamisessa. Sosiaalisesti taitaville nuorille toiminnalliset harjoitukset olisivat luultavasti liian helppoja, eikä mielenkiinto säilyisi. Kuitenkin esimerkiksi kortin kirjoittaminen olisi tehtävänä toimiva kaikille lapsille ja nuorille. Osa tehtävistä, kuten esimerkiksi maton kääntämistehtävä sekä palapelin raken-

taminen sokkona, ovat ehkä monelle nuorelle tuttuja esimerkiksi koulun ryhmäytymistunneilta tai leireiltä.

Koen henkilökohtaisesti tärkeäksi sen, että sain selvitettyä nuorten yksinäisyyden kokemuksia ja löysin asiaa nuorten yksinäisyydestä, koska siitä löytyi suhteellisen vähän tietoa ja tutkimuksia. Myös työelämäohjaajani sai tietää opinnäytetyöni myötä Kaveriryhmän nuorten yksinäisyyden kokemuksista. Itselläni jäi hyvä ja positiivinen olo Kaveriryhmästä ja kyläsuunnistuksesta. Ryhmäläiset tulivat aina hyvillä mielin ja iloisina Kaveriryhmän tapaamisiin ja se tarttui myös minuun. Nuoret lähtivät hyvin mukaan keksimiini harjoituksiin sekä keskusteluihin. Parasta ryhmän kanssa olemisessa oli, kun myös vaikeasta ujoudesta kärsiviin nuoriin sai kontaktin ja he tulivat mukaan harjoituksiin. Tällaisista hetkistä sai myös itselle onnistumisen kokemuksia.

LÄHTEET

Anttila, A., Haapanen, S., Myyrä, R., Mönttinen, P. & Parviainen, S. 2012. Nuorten osallisuus ja vaikuttaminen kulttuurisessa nuorisotyössä. (toim.) V. Jaakola. Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/85fb81804aeb262984ed8e7ee4141bc3/Nuorten+osallisuus.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=85fb81804aeb262984ed8e7ee4141bc3>. Luettu 11.1.2014.

Björkqvist, K., Kaukiainen, A., & Österman, K. 2002. Sosiaalinen älykkyys - empatia = epäsuora aggressio? *Psykologia* 2. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.vasa.abo.fi/svf/up/articles/Sosiaalinen_%C3%A4lykkyys.pdf. Luettu 8.1.2014, 163-170.

Edu.fi. 2010. Opintojen nivelvaihe. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.edu.fi/ammattikoulutus/opinto-ohjaus/opintojen_nivelvaihe. Luettu 12.1.2014.

Heiskanen, T. 2011. 150 puhelinnumeroa, mutta ei ketään, kenelle soittaa. Teoksessa T. Heiskanen & L. Saaristo. (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: PS-kustannus, 77-95.

Heiskanen, T. & Saaristo, L. 2011a. Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: PS-kustannus.

Heiskanen, T. & Saaristo, L. 2011b. Modernin ajan yksinäisyys. Teoksessa T. Heiskanen & L. Saaristo. (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: PS-kustannus, 15-29.

Helgoe, L. 2012. Introversion voima. Miksi sisäinen elämäsi on suurin rikkautesi? Vantaa: Hansaprint.

Into – Osallistavia menetelmiä. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.innostaja.net/sivu.php?artikkeli_id=24. Luettu 12.1.2014.

Jelli - Järjestötietopalvelu. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.jelli.fi/osallisuus/osallisuusaineistoa/osallisuus-sanasto>. Luettu 11.1.2014.

Järviö, E., Kinnula A., Lankinen, K. & Sarajärvi, M. 2006. Jumalan silmissä IHME. Helsinki: Kirjapaino Nomini Oy.

Kari, M. 2011. Yksinäisenä verkossa. Teoksessa T. Heiskanen & L. Saaristo. (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: PS-kustannus, 157-164.

Karppinen, R. & Paananen, H. 2008. Vertaistuki verkossa. Tutkimus internetin vertaistukipalvelujen ominaisuuksista osana Tietoteknologia järjestöosaamisen väli-neeksi –projektia. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/1396/karppinen_rauni_paananen_hanna.pdf?sequence=1. Luettu 11.1.2014.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: WS Bookwell Oy.

Keskinen J., Rasku-Puttonen, H. & Takala, H. 1998. Vertaissuhteiden edistäminen koulussa. Teoksessa A. Lahikainen & A. Pirttilä-Backman (toim.) Sosiaalinen vuorovaikutus. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava, 240-256.

Kuittinen, T. 2009. Itsekontrolli ja hyvinvointi. Tampereen yliopiston psykologian laitos, psykologian pro gradu -tutkielma. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/80566/gradu03536.pdf?sequence=1>. Luettu 12.1.2014.

Labay, L. & Walco, G. 2004. Brief report: Empathy and Psychological Adjustment in Sibling of Children with Cancer. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://jpepsy.oxfordjournals.org/content/29/4/309.full.pdf>. Luettu 8.1.2014.

Lahtela, E. & Lehtinen, J. 2008. ”Kun ei ole ketään kuka välittäisi” –nuorten kokemuksia yksinäisyydestä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/11836/2009-03-24-07.pdf?sequence=1>. Luettu 11.1.2014.

Lahtimaa, M. 2013. Nuorille nyt! – Ole rohkeasti oma introvertti itsesi! WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://nuorillenynt.yle.fi/nuorille-nyt/viikon-teema/ole-rohkeasti-oma-introvertti-itsesi/>. Luettu 12.1.2014.

Laine, K. & Neitola, M. 2002. Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lankinen, M. 2011. Voimaneidot – Opas tyttöjen oman voiman haltuunoton ja aggression hallinnan tukemiseen. Terapeda.

Lallukka, K., Muhonen, J. & Turtiainen, P. 2009. Pienryhmätoiminta lasten ja nuorten ehkäisevän työn menetelmänä. Jyväskylä: YAD Youth against drugs. Painotalo Casper Oy.

Nevalainen, V. 2009. Yksinäisyys. Porvoo: Edita Publishing Oy.

Nivala, M. 2005. Nuorisodiakonia ja kirkon erityisnuorisotyö. Teoksessa T. Paananen & H. Tuominen. (toim.) Nuorisotyön käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 138-146.

Nuorisolaki 27.1.2006/72. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>. Luettu 7.1.2014.

Nyyti ry. 2012. Sosiaalisuus on eri asia kuin sosiaaliset taidot. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.nyyti.fi/tietoa/sosiaalisuus-ja-sosiaaliset-taidot/>. Luettu 6.11.2013.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014a. Etsivä työ. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoitus/etsiva_nuorisotyö/. Luettu 12.1.2014.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014b. Nuorisolain muutos: monialainen yhteistyö, etsivä nuorisotyö ja varhainen puuttuminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/vireilla_nuoriso/arkisto/nuorisolaki/?lang=fi. Luettu 7.1.2014.

Oulun yliopisto – Opiskelijan hyvinvointisivusto. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.oulu.fi/hyvinvointi/opiskelutaidot/akateeminen_osaaminen_ja_tyoelamataidot.htm. Luettu 12.1.2014.

Papunet – Lupa vuorovaikutukseen. 2012. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/lupa-vuorovaikutukseen>. Luettu 12.1.2014.

Saari, J. 2009. Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOYpro Oy.

Sakasti.evl.fi. 2014. Erityisnuorisotyö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content2AF79E>. Luettu 7.1.2014.

Salmivalli, C. 2005. Kaverien kanssa: Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tekstaritupu – Tukitekstari koululaisille. 2012. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.tekstaritupu.net/>. Luettu 12.1.2014.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos – Osallisuus syrjäytymisen vastaparina. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/osallisuuden_edistaminen/osallisuus_syrjaytymisen_vastaparina. Luettu 20.2.2014.

Tiikkainen, P. 2011. Yksinäisyys teorioiden valossa. Teoksessa T. Heiskanen & L. Saaristo. (toim.) Kaiken keskellä yksin. Jyväskylä: PS-kustannus, 59-76.

Vahvistamo – Tunteen ilmaiseminen. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.vahvistamo.fi/etusivu/tunnetaidot/tunteiden_kanssa_taitavasti/tunteen_ilmaiseminen. Luettu 7.1.2014.

Valtiontalouden tarkastusviraston toiminnantarkastuskertomus 146/2007. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.vtv.fi/files/113/1462007_Nuorten_syrjaytymisen_ehkaisy_NETTI.pdf. Luettu 12.1.2014.

Vanhempainnetti - Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/. Luettu 8.1.2014.

Vilkkumaa, I. 1998. Sosiaalisen taidon metsästys. Lähtökohtia sosiaalisen kyvykkyyden ymmärtämiseen. Teoksessa A. R. Lahikainen & A-M. Pirttilä-Backman. (toim.) Sosiaalinen vuorovaikutus. Helsinki: Otava, 222-239.

Ukkonen, M. 2013. Nuoret toiminnan kehittäjinä Nuortentalo Katutason toiminnassa. Teoksessa T. Era. (toim.) Osallisuus – oikeutta vai pakkoa? WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64153/JAMKJULKAISUJA1562013_web.pdf?sequence=1. Luettu 11.1.2014, 106-121.

Uusitalo, T. 2007. Nuoruusajan yksinäisyys. Teoksessa K. Määttä. (toim.) Helposti särkyvää. Helsinki: Kirjapaja, 23-37.

Yhteisvastuu: Yksinäisyystutkimus. 2014. WWW-dokumentti. Saatavissa:
<http://yhteisvastuu.fi/fi/ajankohtaista/152-yksinaisyystutkimus-nuorten-yksinaisyys-on-hiljaista-ikavaa-ja-taynna-pelottavia-ajatuksia>. Luettu 11.1.2014.

Kyläsuunnistuksen rastit järjestyksessä:

- ❖ Palapeli
- ❖ Tavoite: Aloitteellinen käyttäytyminen ja yhteistyötaidot
 - Tarkoituksena on koota palapeli
 - Puolet sitoo silmänsä huivilla
 - Puolet ohjeistaa sanallisesti silmät sidottuna olevia rakentamaan palapelin (ei saa koskea paloihin, eikä ihmisiin!)
 - Palapelin valmistuttua selviää, mitä tehdään seuraavaksi!

- ❖ Tiimari
- ❖ Tavoite: Itsekontrolli
 - Valitse Tiimarin postikorttihyllystä jokin mielestäsi hieno kortti!
 - Mene kassalle ostamaan kortti!

- ❖ Seppälä
- ❖ Tavoite: Empatia
 - Käy sovittamassa jotain kivaa tai hauskaa asustetta ja näytä se muille! Asuste voi olla jokin ihana, minkälaisen haluaisit, tai jokin hassu, mitä et haluaisi koskaan käyttää.

- ❖ Salille!
- ❖ Tavoite: Tutustuminen paikkaan
 - Käy nostamassa painoja!

- ❖ Kortti
- ❖ Tavoite: Empatia ja itsekontrolli
 - Valitse kirjoitatko kortin itsellesi / tuttavalle / sukulaiselle, jota haluat piristää
 - A) Itsellesi
 - Kirjoita jokin asia, minkä haluaisit joskus uskaltaa tehdä. Voi olla pienikin asia 😊
 - Rohkaise itseäsi tekemään asia!
 - B) Mikäli et keksi, mitä voit kirjoittaa, voit esim. laittaa tuttavalle / sukulaiselle;
 - Tervehdys
 - Kerro, miksi halusit lähettää kortin juuri hänelle
 - Kirjoita, jokin mukava asia tästä henkilöstä
 - Muista kertoa keneltä kortti on! 😊
 - Laita kirje halutessasi kirjekuoreen ja postita!
 - Viedään kortti postilaatikkoon!

- ❖ Matto
- ❖ Tavoite: Aloitteellinen käyttäytyminen ja yhteistyötaidot
 - Tarkoituksena on saada matto käännettyä toisin päin niin, että kaikki pysyvät koko ajan maton päällä, eikä kukaan koske lattiaa!
 - Kun matto on käännetty, ppsykää matolla ☺ ja kuunnelkaa ohjeita!

- ❖ Auttamista
- ❖ Tavoite: Empatia ja yksinäisyyden kokemusten selvittäminen
 - Tarkoituksena on auttaa yksinäistä nuorta ja kertoa kokemuksia yksinäisyydestä.
 - Täytetään lappu!

- ❖ Makuuni
- ❖ Tavoite: Aloitteellinen käyttäytyminen ja yhteistyötaidot
 - Otetaan pari, jonka kanssa ei ole aiemmin paljon ollut tekemisissä!
 - Etsi Makuunista jokin leffa, jonka olet katsonut ja kerro siitä lyhyt suosittelu kaverille! (Jos et löydä sellaista elokuvaa, etsi joku elokuva, minkä haluaisit katsoa ja kerro miksi haluat katsoa sen.)
 - Vaihtakaa rooleja!

- ❖ Positiivisia asioita
- ❖ Tavoite: Empatia
 - Kirjoita lappuun oma nimesi
 - Kaikki kirjoittavat muiden lappuihin jonkin positiivisen asian tältä päivältä!
 - Jos et keksi tältä päivältä, voit kirjoittaa jonkun muun asian! ☺

Tämä tehtävä tehdään yksin. Kukaan muu kuin Marika ei näe vastauksiasi ja vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja nimettömästi. Kirjoitan opinnäytetyöhöni yleisesti ja nimettömästi, eli kukaan ei saa tietää, mitä juuri sinä olet kirjoittanut. ☺ Jos tila loppuu, voit jatkaa paperin toiselle puolelle!

”Olen 15-vuotias Emilia ja olen kotoisin Tampereelta. Olen kuukausi sitten muuttanut tänne Haukiputaalle, enkä yhtään tiedä mitä täällä on. En tunne täältä ketään ja luokaltani en ole vielä saanut kavereita. Olen vähän ujo ja en uskalla mennä välitunnillakaan isoihin porukoihin, kun kaikki muut tuntevat toisensa. Tunnen oloni hieman yksinäiseksi. Tykkään urheilusta ja juttelemisesta.”

1. Miten voisit auttaa Emiliaa?
2. Millaiseen yksinäisyyteen olet törmännyt esimerkiksi koulussa?
3. Oletko itse kokenut yksinäisyyttä? Millaista?
4. Voisitko suositella Emilialle Kaveriryhmää? Miten itse kuulit Kaveriryhmästä?
5. Miltä sinusta tuntui tulla Kaveriryhmään?
6. Mitä hyviä asioita olet kokenut Kaveriryhmässä? ☺

Hei!

Olen Marika Alakopsa ja opiskelen Centria ammattikorkeakoulussa kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelmassa yhteisöpedagogiksi. Teen opinnäytetyötäni Haukiputaan seurakunnan ja Oulun kaupungin nuorisotoimen yhteisen Kaveriryhmän parissa.

Olen syksyn ajan mukana Kaveriryhmässä ja olen järjestämässä nuorille toimintapäivän lauantaina 19.10.2013. Toimintapäivä on opinnäytetyöni toiminnallinen osuus ja kirjoitan opinnäytetyötäni sen pohjalta. Tarkoituksena on kysyä nuorilta myös palautetta päivästä. Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja kaikki tulee opinnäytetyöhöni nimettömänä. Palautteet sekä muu materiaali tuhoetaan, kun opinnäytetyö on valmis. Mikäli teillä on kysyttävää, ottakaa yhteyttä! ☺

Terveisin,

Marika Alakopsa

Marika Alakopsa

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

XXXXX

Palaute

YMPYRÖI kyllä tai ei.

1. Kävin paikassa, jossa en ollut käynyt aiemmin.

KYLLÄ EI Missä? Aiotko käydä siellä/niissä uudestaan?

-
2. Juttelin sellaisen henkilön kanssa, kenelle en aiemmin ole jutellut.

KYLLÄ EI

3. Kyläsuunnistuksessa tein jotain uutta, mitä en aiemmin ollut tehnyt.

KYLLÄ EI Mitä?

VASTAA SANALLISESTI seuraaviin kysymyksiin!

4. Millaiset fiilikset sinulla oli ennen kyläsuunnistusta?
5. Millaiset ovat fiiliksesi nyt kyläsuunnistuksen jälkeen?
6. Millaista oli toimia ryhmän kanssa? Kuvaile!
7. Mikä oli parasta kyläsuunnistuksessa?
8. Mitä olisit halunnut muuttaa tai tehdä erilain?
9. Jäikö jokin asia mietityttämään/painamaan mieltä?
10. Mistä asiasta olet erityisen ylpeä itsestäsi kyläsuunnistuksessa? Kerro ainakin yksi asia! ☺