

# YHDESSÄ ETEENPÄIN

Työkirja toiminnallisten ryhmämenetelmien käyttämiseksi  
päihde-erityisessä lastensuojelulaitoksessa

# YHDESSÄ ETEENPÄIN

Työkirja toiminnallisten ryhmämenetelmien käyttämiseksi  
päihde-erityisessä lastensuojelulaitoksessa

Arto Leinonen

Opinnäytetyö, syksy 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön

suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) + diakonin

virkakelpoisuus

## TIIVISTELMÄ

Leinonen, Arto. Työkirja toiminnallisten ryhmämenetelmien käyttämiseksi päihde-erityisessä lastensuojelulaitoksessa. Syksy 2013, 57 s., 1 liite.  
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyö on produktio, jonka tehtävänä oli tuottaa työkirja Saunalahden nuorisokodin henkilökunnan käyttöön. Saunalahden toimintamalli on suunniteltu erityisesti päihteillä oireileville lastensuojelun sijaishuoltoa tarvitseville nuorille. Työkirja oli tarkoitus koostaa erilaisista toiminnallisista ryhmämenetelmistä, jotka tukisivat nuorten kasvua osana nuorisokodin muuta toimintaa.

Työskentelyprosessi koostui teoreettisen tiedon hankkimisesta, harjoitteiden etsimisestä ja soveltamisesta, sekä Saunalahden nuorisokodin nuorten ja henkilökunnan haastatteluista. Työkirjan tavoitteina olivat helppokäyttöisyys ja nuorten kasvua tukevat sisällöt.

Teorian tutkimisella oli tärkeä vaikutus työskentelyprosessiin. Harjoitteiden pääsisällöiksi valikoituivat itsetunto, oma elämäntarina, vuorovaikutustaidot, sosiaaliset taidot, arvot ja hengellisyys. Nämä ovat alueita, joilla lastensuojelutaustan omaavilla nuorilla saattaa olla puutteita. Vahvistamalla näitä teemoja voi yksilö löytää itsestään voimavaroja, ja toteuttaa omaa potentiaaliaan paremmin.

Työskentelyn keskivaiheilla tehtiin pieni haastattelututkimus yhdelle Saunalahden nuorisokodin työntekijälle ja kahdelle nuorelle. Haastattelujen perusteella ryhmätoimintoihin toivottiin lisää toiminnallisuutta ja vuorovaikutusta. Itseilmaisun tukeminen nähtiin tärkeänä asiana.

Käsittelyn menetelmiksi valittiin mahdollisimman monipuolisia harjoitteita, jotka hyödyntävät mm. draamaa, maalaamista, väittämiä ja ryhmäyttämistä. Työkirja antaa valmiit ohjeet harjoitteiden käyttöön. Työkirja on tarkoitettu kokeneille ryhmänohjaajille, jotka tunnistavat itsenäisesti harjoitteesta sen vaativuustason ja osaavat siten valita oikean harjoitteen oikeaan tilanteeseen.

Asiasanat: lastensuojelu, nuoret, päihteet, ryhmätoiminta, ryhmäohjaus, toiminnalliset menetelmät

## ABSTRACT

Leinonen Arto. Workbook to use functional group methods in a youth home specialized in intoxicant abusers. Autumn 2013. 57 p., 1 appendix. Language: Finnish. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services + qualification for post of deacon.

Aim of the functional thesis was to create a workbook for the personnel of the youth home Saunalahti. Saunalahti's methods of care are designed for adolescents in child welfare who need help with their intoxicant abuse. The object of the workbook was to collect different functional group methods that support the development of the youth in Saunalahti.

Process consisted of research, searching for the methods and interviews with the adolescents and personnel in Saunalahti. Aim of the workbook was to be easy to use and to have content that support the nurture of the youth.

Theoretical study had a big influence in the working process. Main contents for the group methods were selected to be self-esteem, life history, social interaction skills, life values, and spirituality. Children and young people that have background with child protection services tend to have problems especially in these areas. Strengthening these areas helps an individual to empower himself and therefore live up to his full potential.

The little interviewstudy took place in the midway of the working process. One member of the staff and two adolescents took part in the interview. The results were that group methods needed more functionality and interaction. Support for the self-expression was also seen as a good thing to focus.

Chosen variety of functional methods included drama, painting, statements, and group actions. The workbook gives complete instructions to use the methods. The workbook is meant for experienced group leaders, who can independently judge the degree of difficulty for each method and know when to use which.

Key words: child welfare, the youth, intoxicants, group methods, group leading, functional methods

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	7
1.1 Opinnäytetyön sisältö ja tarkoitus.....	7
1.2 Tärkeimmät käsitteet.....	8
2 NUORUUS.....	9
2.1 Kasvaminen lapsesta aikuiseksi.....	9
2.2 Sosiaaliset suhteet.....	10
2.3 Sosiaaliset ongelmat.....	12
2.4 Hengellisyys.....	15
2.4.1 Osa ihmisyyttä.....	15
2.4.2 Voimavara.....	16
2.4.3 Nuorten hengellisyys.....	17
2.4.4 Kirkon erityisnuorisotyö.....	18
3 LASTENSUOJELU.....	21
3.1 Avohuoltoa ja sijaishuoltoa.....	21
3.2 Lastensuojelun tilastoja.....	23
3.3 Nuoruus lastensuojelun kontekstissa.....	26
3.4 Päihteet.....	27
3.4.1 Nuorten päihteidenkäyttö.....	27
3.4.2 Päihdeongelmien hoito lastensuojelussa.....	28
5 TOIMINNALLISET MENETELMÄT.....	31
5.1 Ryhmä ja motivointi muutokseen.....	31
5.2 Taiteen merkitys.....	33
5.3 Ryhmätoiminta lastensuojelussa.....	34
5.4 Menetelmät.....	36
5.4.1 Elämäntarinat.....	36
5.4.2 Sosiodraama.....	38
5.4.3 Myönteisen palautteen harjoitteet.....	39
5.4.4 Kuvataiteet.....	39
5.4.5 Muut harjoitteet.....	40

6 PRODUKTIN TUOTTAMINEN.....	42
6.1 Toimintaympäristö.....	42
6.1.1 Taustayhteisö Kalliolan settlementti.....	42
6.1.2 Saunalahden nuorisokoti.....	42
6.2 Kohdeyhteisön toiveet.....	43
6.2.1 Nuorten haastattelu.....	44
6.2.2 Työntekijän haastattelu.....	44
6.3 Omat tavoitteet.....	45
6.4 Toteuttaminen.....	46
6.4.1 Prosessi.....	46
6.4.2 Työkirja.....	47
7 POHDINTA.....	50
LÄHTEET.....	52

LIITE: Yhdessä eteenpäin!

# 1 JOHDANTO

## 1.1 Opinnäytetyön sisältö ja tarkoitus

Nuorten syrjäytyminen on noussut yhteiskunnassa merkittäväksi puheenaiheeksi. Yhtenä indikaattorina syrjäytymisestä on nähty lastensuojelun kasvava tarve, joka näkyy esimerkiksi teini-ikäisten huostaanottojen kasvavina määrinä. Ongelmat myös näyttävät kertyvän samoille nuorille. Päihde- ja mielenterveysongelmat ovat toistensa syitä ja seurauksia.

Syrjäytymisen mekanismit ovat monimutkaisia, eivätkä aina yksittäistapaukseen päteviä. Puutteellinen vanhemmuus voi vaikuttaa lapseen siten, että sosiaaliset taidot ja itsetunto jäävät heikoiksi. Nämä vaikuttaa edelleen heikkoon koulumenestykseen ja päihteiden käyttöön, jotka lisäävät mahdollisesti syrjäytymisen kierrettä entisestään. Nuoren itsetuntoon ja sosiaalisiin taitoihin voi kuitenkin vaikuttaa. Lastensuojelun kantavana ideana onkin, että puuttamalla perheen tilanteeseen voidaan auttaa. Traagiset elämäntarinat eivät automaattisesti tarkoita syrjäytymistä. Olennaisinta on oppia elämään itsensä kanssa niin, että pystyy toimimaan muiden kanssa hyvässä vuorovaikutuksessa.

Opinnäytetyönäni tuotin työkirjan Saunalahden nuorisokodin käyttöön. Työkirja 'Yhdessä eteenpäin!' koostuu erilaisista toiminnallisista menetelmistä, joita Saunalahden työntekijät voivat käyttää etsiessään ideoita ryhmämuotoisten toimintojen vetämiseen. Yhdessä tekeminen ja yhteisöllisyys ovat tärkeässä roolissa Saunalahden toimintamallissa.

Opinnäytetyön teoriaosuus käsittelee nuoruutta ja erilaisten sosiaalisten ongelmien syitä ja seurauksia. Iso osuus on lastensuojelulla ja päihde-erityisyydessä. Käsittelem myös hengellisyyttä ihmisen voimavarana sekä kirkon nuorisotyötä. Esittelen erilaisia toiminnallisia menetelmiä ja perustelen, miksi olen valinnut niiden mukaisia harjoitteita työkirjaan.

Työkirja pohjautuu olemassaoleviin harjoitteisiin, joita keräsin yhteen ja valitsin Saunalahden toimintamalliin sopivimmat. Työskentelyn keskivaiheilla haastattelin sekä Saunalahden nuoria että henkilökuntaa. Haastatteluista esiin nousseet kehittämisen tarpeet olivat pitkälti samoja, mitä olin itse arvioinut niiden olevan. Henkilökunnan arviointi työkirjasta ei valitettavasti ehtinyt mukaan kirjalliseen opinnäytetyöhön. Työkirja on opinnäytetyön liitteenä.

Itse olen innostunut kehittämistyöstä, koska pidän lastensuojelutyötä hyvin tärkeänä ja nautin nuorten kanssa toimimisesta. Minulla on myös kokemusta ryhmän ohjaamisesta ja sen mahdollisuuksista. Päihteillä oireilevat lastensuojelun nuoret ovat erityisen vaativa ja monimuotoinen ryhmä. Toiveenani on, että luovat ja toiminnalliset menetelmät voisivat auttaa nuoria löytämään uusia puolia itsestään, jäsentämään heidän ajatteluaan ja rakentamaan itseluottamusta. Toivo paremmasta tulevaisuudesta on työkirjan ja opinnäytetyöni kantava teema, vaikka hyvin vaikeita aiheita käsitelläänkin.

## 1.2 Tärkeimmät käsitteet

Sosiaaliset taidot tarkoittavat niitä keinoja, joita yksilö on oppinut käyttämään sosiaalisten tilanteiden selvittämiseen. Ne kehittyvät ihmisen elämän ajan. Suurimpia vaikuttimia yksilölle kehittyviin sosiaalisiin taitoihin ovat mallioppiminen, kasvatus ja muilta tuleva palaute.

Ryhmä voi periaatteessa olla mikä tahansa ihmisten joukko. Tässä opinnäytetyössä käsitellään kuitenkin yleensä pienryhmää. Ryhmässä yksilö kokeilee jatkuvasti erilaisia sosiaalisia taitoja sekä antaa ja saa muilta palautetta. Vuorovaikutuksessa muiden kanssa voi oppia itsestään uutta.

Toiminnallisuus ei tarkoita ainoastaan kevyttä puuhastelua. Oppimisen keinona toiminnallisuus tarkoittaa jotain aktiviteettia, jolla on jonkinlainen tavoite. Yleensä toiminnallisella ryhmällä on joku, joka johtaa tai seuraa tilannetta ja tavoitteiden toteutumista. Ryhmässä toiminnallisuus antaa hyvät mahdollisuudet kehittää sosiaalisia taitoja ja itsetuntemusta.



## 2 NUORUUS

### 2.1 Kasvaminen lapsesta aikuiseksi

Lapsi kasvaa perheessä, joka on ainutlaatuisesti toimiva systeemi. Se koostuu keskenään ja ympäristönsä kanssa vuorovaikutuksessa olevista jäsenistä ja on enemmän kuin osiensa summa. Hyvässä perheessä vanhemmat pystyvät vastaamaan lastensa kehitystasoon, jokainen jäsen on tärkeä ja kommunikointi on selkeää. Perhe kehittyy jatkuvasti elämäntilanteiden muuttuessa. Kriisejä koetaan aina, kun entiset toimintatavat eivät ratkaise uusia haasteita. Tällöin myös jäsenten roolit muuttuvat. Yksinhuoltaja- ja uusperheissä tilanteet ovat vielä haastavampia, sillä täytyy varmistaa, että kaikki systeemin jäsenet pystyvät voimaan hyvin ja nuori saa tarvitsemansa tuen ja roolimallit. (Poutiainen 2006, 51–58.)

Nuoruuden aikana yksilössä herää voimakas yksilöllisyyden tunne ja itsenäisyyteen pyrkiminen. Yksilöllisyyden kautta nuoren on opittava tiedostamaan suhteensa muihin, luontoon ja koko maailmankaikkeuteen. Nuoruus hahmottuu siirtymien kautta, jotka konkretisoituvat mm. vapaa-ajassa, koulutuksessa, työllistymisessä, asumisessa ja perheellistymisessä. Pohjimmiltaan aikuistumisessa on kyse elämänhallinnan lisääntymisestä ja itsenäistymisestä samalla, kun oikeudet ja velvollisuudet yhteiskunnassa lisääntyvät. Erilaiset yhteiskunnalliset instituutiot ja muut ihmiset kohdistavat nuoreen omia odotuksiaan ja muutospaineita, joiden tarkoituksena on ohjata ja tukea näitä siirtymiä. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 165–166.)

Aikuisen mahdollisuutena on nähdä nuorella tämän esillä ja piilossa olevat mahdollisuudet. Nuoret tarvitsevat jopa kaikkein eniten kokemusta nähtynä, arvostettuna ja rakastettuna olemisesta. Huomioimalla nuoren mahdollisuudet, aikuinen luo nuorelle uskon tulevaisuuteen. Nuori ei välttämättä itse aina usko itseensä ja mahdollisuuksiinsa menestyä, minkä vuoksi tarvitaan aikuisilta tulevaa sijaisuskoa. (Pruuki 2008, 10.)

## 2.2 Sosiaaliset suhteet

Sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä ihmiselle kaikissa kehitysvaiheissa, mutta ikätoveriryhmien merkitys korostuu erityisesti nuoruudessa. Ihmiselle on luontaista toimia niin, että yksilö saavuttaa muiden hyväksynnän. Kehittyessään nuori valitsee yhä useammin tovereidensa seuran perheensä sijaan. Ystäväpiiristä tulee jopa elämän tärkein sisältö. Ryhmään kuuluminen tuo nuorelle turvaa elämäntilanteessa, jossa hän on erityisen altis haavoittumiselle. Ryhmä tuo voimaa ja rohkeutta, ja sen ulkopuolelle jääminen on hyvin järkyttävää. Aikuisen on usein hyvin vaikea auttaa nuorta tässä tilanteessa, sillä tilan kokonaisvaltaisuutta voi olla mahdoton pukea sanoiksi. Nuori sulkeutuu, eikä välttämättä itsekään tiedä mikä häntä vaivaa. Itsetunnon kehittyminen on tällaisessa tilanteessa vaarassa, sillä nuori etsii syytä eristämislleen. Syiden totuudenperäisyydellä ei välttämättä ole edes merkitystä. Sosiaalisten taitojen omaksuminen on äärimmäisen tärkeää, jotta nuori selviytyy näistä tilanteista. Vaikka ryhmässä eläminen on myönteinen asia, voi niistä kehittyä myös arvomaailmaltaan haitallisia nuoren terveydelle tai tulevaisuudelle. (Paulo 2006, 59–65.)

Sosiaalinen kompetenssi eli sosiaalinen pätevyys on yksi tapa tutkia vuorovaikutusta. Kyseessä on laajempi termi niille tekijöille, jotka yksilössä vaikuttavat sosiaaliseen käyttäytymiseen. Tutkinnan kohteena ovat ne keinot, joilla yksilö pyrkii saavuttamaan tavoitteensa, jotka voivat olla vaikkapa informaation hankkiminen tai ystäväystyminen. Sosiaaliset taidot ovat sosiaalisen kompetenssin osa-alue. Tämä tarkoittaa sitä, että sosiaaliset taidot eivät yksinään riitä, vaan tarvitaan myös muita osa-alueita. Määrittely on sikäli hankalaa, että useat osa-alueet menevät toistensa kanssa limittäin. Esimerkiksi toinen osa-alue, ikätovereiden suosio, vaikuttaa sosiaaliseen pätevyteen, mutta samalla sosiaaliset taidot vaikuttavat toverisuosioon ja toisinpäin. Muita osa-alueita ovat mm. sosiokognitiiviset taidot sekä fyysinen ja kielellinen kehitys. Sosiaalisissa taidoissa tärkeää ei ole vain mekaaninen toiminta, vaan

vuorovaikutus ja ajoitus, eli kontekstin huomioon ottaminen. Sosiaalisten taitojen määrittelyssä tuntuisi olevan ajatus siitä, että hyviä taitoja ovat mukautuvuus, tottelevaisuus ja kiltteys. (Salmivalli 2005, 71–74, 79–84.)

Sosiaalisten suhteiden kannalta on erittäin tärkeää, että nuorelle kehittyvät hyvät assertiiviset kyvyt. Tämä tarkoittaa tiettyä jämäkkyyttä, jota tarvitaan kieltäytymiseen, tiedustelemiseen, tunteiden ilmaisemiseen ja keskusteluun. Assertiivisuuden kautta nuori voi varmistaa, ettei hänen omia oikeuksiaan loukata, ja samoin hän voi vaatia oikeudenmukaisuutta ja järkevää käytöstä myös muilta. Puutteiden ja virheiden salliminen, itsensä kehittäminen ja aggressiivisuuden hillintä ovat tässä tärkeitä. Pohjimmiltaan assertiivisuudessa on kyse hyvästä itsetunnosta. Koska sosiaalisuus on ihmiselle tärkeää, asseratiivisuus hankaloituu kaikista läheisimmissä ihmissuhteissa. Siksi esimerkiksi päihdekokeilut selittyvät sosiaalisilla syillä. (Kauppila 2005, 150–153.)

Vertaissuhteiden vaikutusta ajatellaan yleensä lapsuudessa positiivisena ilmiönä, ja nuoruudessa negatiivisena. Pelätään, että nuori ajautuu huonoon seuraan ja väärille teille. Myönteiset vaikutukset jäävät vähemmälle huomiolle. Keskenään aikaa viettävät nuoret todella muistuttavat usein toisiaan siinä, mitä tulee koulumotivaatioon, käyttäytymiseen, ja jopa tunne-elämän häiriöihin. Masentuneen kaveritkin ovat masentuneita. Tälle ilmiölle on kaksi selittävää teoriaa, valikoitumis- ja sosialisatioefektit. Jo valmiiksi samankaltaiset nuoret valikoituvat mielellään yhteen, koska he saavat käyttäytymisestään positiivista palautetta toisiltaan. Niinsanotusti ”huonossa seurassa” liikkuva nuori kuuluu siis riskiryhmään jo ennen tähän seuraan päätymistä. Nykytiedon mukaan tämä valikoitumisefekti selittää jopa 70% nuorten samankaltaisuudesta. Sosialisatioefektin vaikutus on pienempi, mutta olemassa oleva. Seura myös tekee kaltaiseksi, sillä esimerkiksi päihteitä käyttävässä ryhmässä on helppo alkaa itsekkin käyttää. Joissakin asioissa muut selittävät tekijät, kuten kotikasvatus, ovat kuitenkin tärkeämpiä, kuin sosialisatioefekti. Päihteiden kokeilun kohdalla sen vaikutus on kuitenkin merkittävä. (Salmivalli 2005, 137–143.)

Lastensuojelun piirissä olevilla nuorilla on kokemukseni mukaan ikätovereitaan useimmin ongelmia sosiaalisissa taidoissa. Varsinkin asertiiviset kyvyt olisivat erityisen tärkeitä, sillä niillä yksilö estää itsensä hyväksikäytön. Hankalat elämäkokemukset voivat vaikuttaa itsetuntoon negatiivisesti. Vertaistensa suosiota hakiessaan nuori voi muita myötäillessään tehdä itselleen hyvin epäedullisia ratkaisuja. Lastensuojelun piirissä olevien lasten ja nuorten kanssa tarvitseekin tehdä erityisen paljon töitä hyvän itsetunnon kehittämiseksi. Muutoin itsetuntoa rakennetaan huonoin keinoin, esimerkiksi päihteillä.

### 2.3 Sosiaaliset ongelmat

Varhainen antisosiaalinen käytös johtaa vaikeuksiin, josta seuraa hakeutuminen toisten samankaltaisten seuraan, jolloin antisosiaalinen käytös lisääntyy. Vaikuttavaa ei niinkään ole ryhmässä esiintyvä käytös, vaan ryhmässä ilmaistut asenteet, puheet ja reaktiot. Seurasta irtaantuminen edesauttaa antisosiaalisen käytöksen hiipumista. Antisosiaalisen käyttäytymisen pohjana näyttäisi olevan puutteellinen vanhemmuus. Jos lapsi saa kotona tahtonsa läpi aggressiivisin keinoin, esimerkiksi kiukuttelemalla, hän ryhtyy toistamaan samaa dominointia kaverisuhteissaan. (Salmivalli 2005, 145–146.)

Vertaisten vaikutus on myös positiivinen. Nuoret saattavat kokeilevassa elämänvaiheessaan tehdä joka tapauksessa kiellettyjä asioita, elleivät heidän vertaissuhteensa estä tätä. Esimerkiksi ei-tupakoivat nuoret ovat sellaisia, jotka ajattelevat, etteivät heidän ystävänsä hyväksyisi tupakointia. Vanhempien tukeminen kasvatuksessa mahdollisimman aikaisin ehkäisee lapsen kehittymistä antisosiaaliseen suuntaan. Mitä enemmän nuori arvostaa aikaansa vanhempiensa kanssa, sitä pidempään hän todennäköisesti pitäytyy raittiina, ja levittää tätä asennetta edelleen vertaisryhmäänsä. (Salmivalli 2005, 143–145.)

Puutteellinen vanhemmuus ei suinkaan ole ainoa tai välttämätön syy antisosiaaliseen käyttäytymiseen. Nuoret päätyvät kyllä ongelmiin, vaikka perheessä olisikin kaikki kunnossa. Sosiaalityöllä ja lastensuojelulla on historiassaan asenteita, joissa ihmisiä syytetään ongelmistaan. Vanhemmat tarvitsevat ennen kaikkea tukea, eivät syyllistämistä. Tämä ei kuitenkaan tarkoita ongelmista vaikenemista tai hyväksymistä.

Aikuiseksi kasvamisen tukeminen on haastavaa, ja tarvitsee yhteispanosta perheeltä, yhteiskunnalta ja muilta kasvatusinstituutioilta. Yhteiskuntaa ja elämää leimaa suuri epävakaus ja mahdottomuus ennakoida tehtyjen valintojen seurauksia. Monet mittarit osoittavat tämän paineen lisänneen nuorten mielenterveyspalveluiden ja lastensuojelullisten toimien tarvetta. Keskeinen kasvatuksellinen haaste on auttaa nuoria tekemään sellaisia valintoja, jotka luovat kestäväää tulevaisuutta. Syrjäytyminen on suuri haaste, ja sen torjuminen kaikkien tehtävä. Nuorten osallistaminen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen on olennaista, jotta demokratia voi toimia nyt ja tulevaisuudessa. Vanhempien tehtävänä on olla rajojen asettaja, rakkauden antaja, huoltaja, ihmissuhdeosaaja ja elämän opettaja (Poutiainen 2006, 51–58).

Nuorista yhteiskunnallisena ryhmänä tehdään helposti yleistyksiä, jotka kärjistävät erityisesti ongelmia ja epäluottamusta. Sosiaalisten ongelmien pelossa nuoriin kohdistetaan kontrolloivia toimenpiteitä. Vuosikymmenten aikana puhetapa on sikäli muuttunut, että siinä missä sotien jälkeen saatettiin viitata häiriintyneisiin ja huonohoitoisiin nuorisorikollisiin, puhutaan nykyään haasteellisesti käyttäytyvistä ja syrjäytymisvaarassa olevista nuorista. Näkökulman muutos edustaa ajatusta siitä, että nuoruudessa ilmi tulevat sosiaaliset ongelmat eivät olekaan yksilön suhde yhteiskuntaan, vaan yhteiskunnan suhtautuminen yksilöön. Ymmärtävillä ja ennakoivilla toimenpiteillä voitaisiin estää nuoruudessa ilmenevät sosiaaliset ongelmat. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 167.)

Kyseenalaisia toimenpiteitä ovat nuorten sulkeminen pois yhteisistä tiloista. Sosiaalisten ongelmien pelossa nuorilta voidaan esimerkiksi kieltää oleskelu

ostoskeskuksissa tai muissa julkisissa tiloissa. Myös sellaisia yhteiskunnallisia kannanottoja on kuultu, että ala-ikäisillä pitäisi olla lakiin kirjattu kotiintuloaika. Vaikka jotkut nuoret aiheuttavat ongelmia, se ei tarkoita, että kaikki nuoret aiheuttaisivat ongelmia. Osallistamisen ja demokratian kehittämisen kautta nuoria voitaisiin saada enemmän mukaan yhteiskuntaan, kuin nähdä heitä uhkana sille. Yhteiskunnan on tarjottava kaikille nuorille tukea ja mielekästä tekemistä, oli se sitten opiskelua, työtä, harrastuksia tai mitä vain. Perustuslain (1999/731) mukaan jokaisella Suomen kansalaisella on oikeus riittävään sivistykseen ja sosiaalisiin oikeuksiin, joita valtiovallan on turvattava. Tältä pohjalta on kestämatöntä, että jotkut nuoret syrjäytetään pois muun yhteiskunnan piiristä.

## 2.4 Hengellisyys

### 2.4.1 Osa ihmisyyttä

Jorma Niemelän (1999, 27, 37–41, 46.) mukaan holistinen ihmiskäsitys näyttäisi usein rajautuvan vain biopsykososiaalisuuteen, josta hengellisyys on rajattu pois. Kuitenkin ihmisen olemassaolossa suhteessa ympäröivään todellisuuteen on kolme erottamatonta perusmuotoa: kehollinen, tajunnallinen ja hengellinen. Ihmisen elämäntilanne rakentuu näistä suhteista. Tajunnallinen toiminta liittyy vietteihin ja ärsykkeisiin, henkisyys persoonaan ja ihmisen syvimpään olemukseen. Juuri henkisyys erottaa ihmisen viettipohjaisista eläimistä. Henkisyys voidaan erotella edelleen moraaliksi, kulttuuriksi ja hengellisyydeksi. Hengellisen ulottuvuuden tulkinta pelkäksi psykodynaamiseksi ilmiöksi kaventaa suhtautumista ihmisyyteen. Vaikkakin hengellisyys nousee tajunnallisuudesta, se ei ole palautettavissa siihen.

Ihmiskuvan kokonaisuus vaikuttaa siihen, millaista hoitoa annetaan. Hengellisyyden olemassaolon kieltäminen johtaa hoitoon, joka ei auta ihmistä kokonaisvaltaisesti. (Kurkela & Treuthardt 2004, 8.) Hengellisyydestä löytyy ihmisen syvin olemus. Sen perustana on ihmisen perusolemuksen tutkiminen ja kyseenalaistaminen. Kaikille uskonnoille yhteistä on tietoisuus siitä, että elämän arkitason takana on jotain ”pyhää”. (Kotila 2003, 19.)

Kaikkien perustarpeitten tyydyttymisen jälkeenkin ihminen tarvitsee vielä jotakin. Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi eivät vielä riitä. Hengellisyys antaa vastauksia olemassaolon syyhyn, ja antaa elämälle merkityksiä. Tähän liittyy myös tarve kokea pyhyyttä. Hengellisellä ihmisellä voi olla sisäinen Jumalakoemuks, suhde persoonalliseen Jumalaan.

## 2.4.2 Voimavara

Hengellisyys näyttäytyy yksilöissä eri voimakkuuksilla. Joillekin uskonto on merkittävä osa omaa kulttuuria ja perinnettä, toisille yksityinen valinta. Hengellisyys voi antaa yksilölle kokemuksen elämän jatkuvuudesta. Monet kokevat uskonnon antavan elämälle merkitystä ja lisäävän onnellisuutta. Erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa ja hädän hetkellä käännetään uskontojen puoleen. Uskonnon opit tai yhteisö tarjoavat yksilölle peilin, jonka kautta käsitellä omia valintojaan. Hengellisillä ihmisillä on usein voimakkaita elämyksiä, joita voi olla vaikea sanoittaa. Kokemusten merkitys identiteetille ja maailmankuvalle voi olla suuri. (Peltomaa, Laulaja & Muola 2009, 50–51, 54.)

Hengelliset kokemukset eivät ole ihmisen muusta olemuksesta irrallisia. Vaikka hengelliset kokemukset voivat ylittää selityskyvyn, ne syntyvät ja tapahtuvat ihmisen luonnollisessa kokemusmaailmassa – siis osana ihmisen ruumiillisuutta, sosiaalisuutta ja psyykkisyyttä. Ihmisen oma elämänselitys, yhteiskunta, kulttuuri ja uskonnon traditiot vaikuttavat hengelliseen kokemukseen. Hengellisestä kokemuksesta ainutlaatuisen tekee kokemus kosketuksesta jonkin pyhän kanssa. Pyhä on kokijalle aito ja olemassaoleva, ei pelkkä laatusana. Samoin pyhä kohtaa kokonaisen ihmisen, ei pelkästään ihmisen hengellisen puolen. Koska ihminen ei ole hengellisessä elämässään irrallaan muusta elämästään, hän todennäköisesti käsittelee hengellisyyden kautta elämäkokemuksiaan. Hylätyksi tullut saattaa koetella, hylkääkö Jumalakin hänet. Äidinhoivasta vaillinaiseksi jääneellä ihmisellä saattaa olla vaikeuksia kohdata salattua ja hiljaista Jumalaa. Terve hengellinen elämä hyväksyy ja tiedostaa elämäkokemusten vaikutukset ja auttaa käsittelemään niitä. Epäterve hengellisyys on pakopaikka, jossa ongelmia ei kohdata. (Kettunen 2003, 361–366.)

Hengellisyydellä voi olla merkittävä vaikutus päihdeongelmista toipumisessa. Identiteetin muuttuminen on olennaisin muutos päihdeongelmista toipuvan elämässä, ja hengellisyydellä on tässä identiteetin muutoksessa positiivinen vaikutus. Päihdeongelmallisilla on haasteita nähdä itsensä erityisenä yksilönä. Hengellisyys auttaa tässä. Erityisesti kristillisessä uskossa ilmenee myös vahva halu auttaa muita, jolloin yksilön muutoksilla on vaikutuksia myös tämän



lähipiiriin. Ongelmistaan selvinnyt auttaa läheisiään heidän ongelmissaan. (Leinonen 2004, 51–52.)

### 2.4.3 Nuorten hengellisyys

Nuorten ajatellaan heijastelevan tulevaisuutta ja tulevaisuuden arvoja. Perinteisten, institutionaalisten uskontojen merkitys on länsimaissa ja Suomessa vähentynyt. Kuitenkaan vuoden 2006 nuorisobarometrin mukaan nuorten hengellisyys ei varsinaisesti ole vähentynyt – se on itseasiassa lisääntynyt ja suuntautuu muualle kuin perinteisiin kirkkoihin. Yli puolet nuorista uskoo Jumalaan jollakin tapaa. Ne nuoret, jotka ovat jollakin tapaa uskonnollisia, kokevat myös olevansa hieman muita tyytyväisempiä elämäänsä. Vaikka suurin osa nuorista kuuluu kirkkoon, vain harva osallistuu sen toimintaan tai uskoo niinkuin kirkko opettaa. Samalla kuitenkin kirkon uskotaan antavan päteviä vastauksia ihmisten ongelmiin esimerkiksi perhesuhteissa tai moraaliin ja hengellisyyteen liittyvissä kysymyksissä. (Helve 2006, 92–95, 99–103.)

Kirkon säännöllinen jäsentutkimus vuodelta 2012 on nimeltään Haastettu kirkko, ja siinä on nähtävissä samoja ilmiöitä, kuin vuoden 2006 nuorisobarometrissä. Tutkimus ajoittui vuosiin 2008–2011, joidenka aikana kirkon jäsenmäärä väheni voimakkaasti, ja yhteiskunnallisessa keskustelussa nähtiin voimakasta kirkkokritiikkiä. Nuorten kohdalla haaste näkyy esimerkiksi siinä, että säännöllisesti pienempi osuus ikäluokasta osallistuu kirkon nuorisotyön toimintaan. Toisaalta suomalaisnuoret innostuvat rippikoulun jälkeen seurakunnan nuorisotyöhön selvästi helpommin, kuin missään muussa Pohjois- ja Keski-Euroopan maassa. Myös kirkkoon kuulumattomia haluaa rippikoululeireille, ja koko ikäluokasta 83% käy rippikoulun (Grönholm 2012). Isostoimintaan rippikoululeireille on enemmän halukkaita, kuin seurakunnilla on tarjota leirejä. (Kirkon tutkimuskeskus 2012, 154–157.)

Terhi Paanasen ( 2008, 32–35.) mukaan nuoruus on erityisen herkkyyden aikaa myös hengellisille asioille. Nuori hahmottaa maailmankuvaansa ja tutkii, mitä vastauksia uskonnot antavat tälle etsinnälle. Tämä on olennainen osa

identiteetin rakentamistyötä. Nuoruudessa on jo käynnissä eksistentiaalisten kysymysten käsittelyn prosessi, joka jatkuu läpi aikuisuuden. Nuorena on joskus helppoa tarttua mustavalkoiseen ja tiukkaan uskonnollisuuteen. Usein tällainen spiritualiteetti kuitenkin muuttuu tai poistuu kasvun myötä. Hengellisten kysymysten käsittely yhdessä muiden kanssa viestittää nuorelle, että hän ei ole kysymystensä kanssa yksin. Sekä muut nuoret että aikuiset pohtivat samoja asioita. Hengellinen etsintä on inhimillistä. Hengellisyys on erityisen tärkeä tuki ja voimavara elämän kriisikohdissa, jollaiseksi nuoruuden itsessäänkin voidaan mieltää.

#### 2.4.4 Kirkon erityisnuorisotyö

Kristillisen ihmiskäsityksen mukaisesti jokainen on yhtä arvokas, ja häntä on kohdeltava sen mukaisesti. Ihmisyyden arvo on luovuttamaton, ja nuorta on kohdeltava sen mukaisesti hänen yksilöllisyyttään, omaehtoisuuttaan ja itsemääräämisoikeuttaan korostaen. Kirkon palvelutyö kohtaa nuoria kaikkein välittömimmin etsivässä nuorisotyössä, joka yhdistelee sekä diakoniaa että kasvatustyötä. Syrjäytymisvaarassa olevat nuoret ovat etsivän nuorisotyön erityisen huomion kohteena. Matalan kynnyksen verkko- ja puhelinpalvelut tukevat tätä työtä. Kirkko tarjoaa nuorille tukea myös mahdollistamalla nuorten olemista ja toimintaa vertaisryhmässään. (Tähkäpää ym. 2012, 16, 34.)

Kirkon erityisnuorisotyön missio, visio ja strategia on nimeltään Läsnäolon nuorisotyö (2007, 4, 7). Siinä mainitaan, että erityisnuorisotyön juuret ovat ensisijaisesti nuorten palvelemisessa ja kohtaamisessa. Luonteenomaista on etsiä ja liikkua nuorten omissa piireissä, siellä, missä nuoret ovat muutenkin. Kohtaamisen periaatteita ovat luottamus, avoimuus ja yhteistyökykyisyys. Kuitenkin sanan ja sakramenttien merkitys on kirkon työlle erottamaton. Erityisnuorisotyö, tai diakonia ylipäätään ei ole sosiaalihuoltoa, koska työtä tehdään tunnustavasti kristillisestä näkökulmasta. Ehdottomalla rakkaudella tehtävä työ todistaa kristillisestä uskosta ja kirkastaa näin evankeliumin sanomaa armahtavasta Jumalasta.

Kirkon tarjoama toiminta on ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Kirkon työntekijöille avautuu monia tilanteita keskustella nuorten kanssa päihteistä, ja haastaa mahdollinen päihdemyönteinen ympäristö, jossa nuoret elävät. Kirkon tapahtumat ovat päihteettömiä. Kirkon työntekijä voi myös sielunhoidollisessa keskustelussa olla kuulemassa nuoren päihteidenkäyttökokemuksista. Kirkko osallistuu omalla panoksellaan myös yhteiskunnalliseen keskusteluun päihteistä paikallisesti ja valtakunnallisesti. (Lusikka 2008, 175 – 177.)

Kirkon erityisnuorisotyö ei korvaa kunnan nuorisotyötä tai varsinkaan lastensuojelua. Omalta osaltaan se täydentää palveluverkkoa, ja voi toimia sosiaalitoimen kanssa yhteistyössä. Kirkon työntekijä voi esimerkiksi toimia lastensuojelun tukihenkilönä nuorelle (Läsnäolon nuorisotyö 2007, 10) tai koollekutsujana lastensuojelun läheisneuvonpidossa. Kirkon diakoniatyö ja kunnan nuoriso- tai perhetyö voivat myös järjestää yhteistä toimintaa. (Läsnäolon nuorisotyö 2007, 7.)

Kirkon työntekijän ammattitaitoon kuuluu myös osata lastensuojelulain perusteet. Lastensuojeluilmoitus on tehtävä silloin kun aihetta on. Kirkon piiristä tehdään varsin vähän lastensuojeluilmoituksia. Tämä voi selittyä sillä, että papeille kuuluva rippisalaisuus heijastuu kaikkien kirkon työntekijöiden toimintaan. Pappeja ja lehtoreita sitova rippisalaisuus koskee asioita, jotka tulevat esille sielunhoidon tai ripin yhteydessä. Lapsen seksuaalisessa hyväksikäyttötapauksissa lastensuojeluilmoitus voi kuitenkin olla mahdollista tehdä. Muita työntekijöitä rippisalaisuus ei sido. (Esko 2008, 39–43.)

Kirkon erityisosaamisena on hengellinen ulottuvuus, jota muu sosiaalialan työ ei voi tarjota. Ongelmista ja kriiseistä selviytymisen kannalta hengellisillä kysymyksillä voi olla suuri merkitys. Toisaalta kirkon palveleva työ ei rajoitu vain hengelliseen työhön, vaan kaikkien hädänalaisten auttamiseen. Kirkon nuorisotyöllä on vahva ennaltaehkäisyn ulottuvuus.

Kirkossa tiedetään hyvin, mitä ongelmia nuorilla ja lapsilla on. Asemaansa kirkko voisi käyttää enemmän yhteiskunnalliseen keskusteluun. Esimerkiksi lapsiperheiden lisääntyminen ruokajonojen asiakkaina on hyvin huolestuttava merkki (Kokko 2013). Ruokajonot ovat yleensä seurakunnan tai jonkin

kristillisen yhdistyksen järjestämiä. Kirkon ydintehtävänä on auttaa heikkoja ja puolustaa heidän oikeuksiaan. Pelkkä avun antaminen ei riitä, on haastettava myös ongelmien syyt.

### 3 LASTENSUOJELU

#### 3.1 Avohuoltoa ja sijaishuoltoa

Lastensuojelu perustuu YK:n lapsen oikeuksien yleissopimukseen. Sopimuksen mukaisiin oikeuksiin pyritään edistämällä lasten hyvinvointia, kehittämällä palveluja kasvatuksen tueksi ja toteuttamalla lapsi- ja perhekohtaista lastensuojelua. Lastensuojelun kannalta keskeisiksi nousevat kaksi periaatetta: lapsen edun sekä yksityiselämän ja perhe-elämän suojan periaatteet. (Taskinen 2010, 19, 23.)

Sosiaalityö vastaa olennaisesti lasten, nuorten ja heidän perheidensä kokemuksiin sosiaalisiiin ongelmiin. Ensisijaisena tavoitteena on auttaa perheen toimintaa siten, että normaali elämänpiiri pysyisi. Erilaisia tukimuotoja on useita, joista merkittävässä asemassa on lastensuojelu, joka pohjaa lastensuojelulakiin. Lastensuojelu koskettaa kaikkia alle 18-vuotiaita, ja sen johtavana periaatteena on aina lapsen etu. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 381, 384.)

Uudistettu lastensuojelulaki astui voimaan 2008. Lain keskeisimpinä tavoitteina on turvata lapsen hyvät kasvuolot ja perheen oikeudet. Uusi laki parantaa kaikkien lastensuojelun osapuolien oikeusturvaa. Lisäksi uusi laki on siirtänyt enemmän huomiota ennaltaehkäisyyn, varhaiseen tukeen ja avohuollon palveluihin. Viranomaisten yhteistyötä on lisätty ja kunnan velvollisuuksia täsmennetty. Näin on pyritty kaventamaan käytänteiden eroja suomen eri kuntien välillä. (Taskinen 2010, 9–14.)

Merkittävin osuus lastensuojelutyöstä on avohuollolla. Työmuotoja ovat esimerkiksi sosiaalipalvelut, perhetyö, tukiperheet, koulunkäynnin tukeminen, asunnon hankkiminen, harrastuksien tukeminen tai lomatoiminta. Avohuollon tukitoimenpiteenä voidaan myös sijoittaa nuori tai lapsi kodin ulkopuolelle

sijaishoitoon ilman huostaanottoa. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 385.)

Huostaanotto on lastensuojelun keinoista viimeinen. Siihen voidaan ryhtyä vasta kun kolme ehtoa täyttyvät samanaikaisesti: lapsen huolenpidossa on vakavia puutteita lapsen turvallisen kehityksen kannalta tai lapsi itse vaarantaa sen omalla käyttäytymisellään, lastensuojelun avohuollon palvelut on todettu riittämättömiksi tai ne eivät ole tarkoituksenmukaisia, sekä sijaishuolto arvioidaan lapsen edun mukaiseksi. Huostaanotto voi olla lapsen tai perheen tahdon vastainen, kun taas avohuollon tukitoimet eivät voi. Huostaanotto voi myös olla lapsen tai nuoren oma tahto (Aaltonen & Heikkinen 2009, 169).

Sijaishuollolla tarkoitetaan lapsen tai nuoren hoidon ja kasvatuksen järjestämistä kodin ulkopuolella joko perhe- tai laitoshoidossa. Perhehoidossa nuoresta huolehtii tehtävään koulutettu perhe yksityiskodissaan. Mikäli vähintään yhdellä perheen aikuisista on koulutus tehtävään, on kyse ammatillisesta perhekodista. Jos taas koulutusta ei ole, on kyse sijaisperheestä. Kummassakin tapauksessa perhe saa kunnalta palkkiota hoidon järjestämisestä. Hoito on suunnitelmallista, ja sitä tehdään yhteistyössä biologisten vanhempien ja sosiaalityöntekijöiden kanssa. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 386–387.)

Lastensuojelulain (2007/417) 50. pykälän mukaan perhehoito on aina ensisijainen sijaishuollon paikka. Laitoshuoltoon päädytään vain jos lapsen etu ei tukitoimien kaan avulla voi toteutua perhehoidossa tai muualla. Ennen laitoshuoltoon päättymistä on selvitettävä muiden sijaishuollon muotojen mahdollisuudet. (Hämeen-Anttila 2012.)

Mikäli lapsen katsotaan tarvitsevan vahvasti ammatillisen tuen tarpeessa, järjestetään sijaishuolto lastensuojelulaitoksessa. Lastenkodeissa on eri-ikäisiä lapsia, ja nuorisokodeissa pääsääntöisesti yli 12-vuotiaita. Koulukoti -nimitystä käytetään laitoksista, joissa hoidetaan myös koulunkäynti.

Lastensuojelulaitosten toimintamallit vaihtelevat paljon riippuen yksikön luonteesta ja erityisosaamisesta. Hyvin yleistä on omahoitajuus ja yhteisöllisyys. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 387–389.)

Lastensuojelulaitoksia ovat lastensuojelulain (2007/417) mukaan lastenkodit, nuorisokodit, koulukodit ja niihin rinnastettavissa olevat yksiköt. Sijaishuolto on järjestettävä niin, että noudatetaan lakia lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 1983). Toimitiloista, henkilökunnan määrästä, toimintavälineistä ja muista toiminnan yleisistä edellytyksistä on säädetty lastensuojelulaissa. Varsinkin nuorilla laitoshoitoon sijoitetuilla voi olla takanaan jo useita sijoituksia kodin ulkopuolella. Siksi onkin erityisen tärkeää, että henkilökunta on asiantuntevaa, koulutettua ja ammattitaitoista (Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 2005).

### 3.2 Lastensuojelun tilastoja

Lastensuojelun asiakasmäärät ovat kasvaneet huomattavasti. Vuodesta 1997 vuoteen 2007 asiakasmäärät ovat kaksinkertaistuneet. Muutos kertoo siitä, ettei perheitä voida auttaa riittävästi kunnan peruspalvelujen kautta. Lastensuojelun tarve on lisääntynyt, kun lasten pahoinvointia on raportoitu enemmän. Yhteiskunnalliset muutokset liittyvät mm. elinkeino- ja ikärakenteisiin, sosioekonomisiin edellytyksiin sekä työn ja perhe-elämän uudenaikaiseen määrittymiseen. Määrien lisääntymiseen on voinut vaikuttaa myös sosiaalityön käytettävissä olleiden resurssien muutokset eri aikoina. Kiireellisen huostaanoton tekeminen murrosikäiselle olisi ehkä voitu välttää aiemmin, jos perheen tilanteeseen olisi voitu vastata muilla keinoin. Kiireellinen prosessi voi johtaa matalampaan kynnykseen pakkokeinojen käytössä. Laman ja sosiaalihuollon leikkauksien vaikutuksia korjataan nyt. (Heino 2009, 53–57.)

Vuonna 2011 huostassa olevien lasten määrä lähti jälleen kasvuun. Kodin ulkopuolelle sijoitettuja lapsia oli yhteensä 17 409, joista huostaanotettuja 10 535, eli 61%. Huostaanotettujen kohdalla kasvua edellisvuodesta oli vajaa kolme prosenttia. Lastensuojelun avohuollon tukitoimet kasvoivat nekin reilulla kolmella prosentilla, asiakkaina yhteensä 81 500 lasta. Kiireellisten sijoitusten määrä lisääntyi 12,7 prosentilla. Selvästi eniten huostaanottoja tehdään teini-ikäisille, yli 13-vuotiaille. (Kuoppala & Säkkinen 2012, 1–4, 9.)

Tahdonvastaisten sekä kiireellisten huostaanottojen osuudet ovat kasvaneet. Samoin murrosikäisten osuus on lisääntynyt suhteessa muihin ikäryhmiin, 12–17 vuotiaiden osuuden ollen 55% vuonna 2007. Huostaanotto on periaatteessa aina voimassa toistaiseksi, ja lastensuojelun toimien on tähdättävä kotiutukseen. Käytännössä huostaanotto voi olla hyvinkin pitkä, eikä kotiutusta aina tapahdu. (Heino 2009, 55–57.)

Lapselle ja perheelle huostaanotto on merkittävä ja kipeä prosessi. Joskus se on kuitenkin ainoa mahdollisuus ja sosiaalitoimen velvollisuus. Murrosikäisten huostaanottojen lisääntyminen voi olla merkki siitä, että toimenpiteet ovat myöhässä. Tukea ja ennaltaehkäisyä olisi tarvittu jo lapsuudessa. Näin olisi parhaassa tapauksessa välttytty huostaanotolta. Investoinnit ennaltaehkäiseviin palveluihin tuottavat lopulta yhteiskunnalle säästöä, ja parantavat ihmisten elämänlaatua.

Sosiaali- ja terveysministeriön sosiaalipalvelujen lainsäädännön kehittämisen loppuraportissa korostetaan tuen räätälöintiä, sekä työn kokonaisvaltaisuutta ja asiakaslähtöisyyttä. Ennaltaehkäisevyys ja varhainen tuen tarjoaminen ovat ehdotusten keskiössä. Lasten- ja kodinhoidon käytännön tuen työryhmä palauttaisi takaisin. Tämä auttaisi perheiden jaksamista ja ennaltaehkäisisi lastensuojelullisia ongelmia. Nykyisin annetaan enemmänkin perhetyötä, kuin käytännön askareissa tukemista. Perhetyö on myös merkityksellistä, ja sitä pitäisi olla enemmän ja mahdollisimman matalalla kynnyksellä. Lastensuojelun laitosvaltaisuudesta työryhmä haluaisi siirtyä perhehoitoon niiden lasten kohdalla, joilla se on mahdollista. (STM 2012, 183–184.)



Mielipidetutkimusten mukaan kansalaiset kannattavat hyvinvointipalveluja. Hyvinvointipalveluja voidaan kyseenalaistaa vaikuttavuuden vähäisyyteen ja kalliiseen hintaan vedoten. Toimenpide tai uudistus voi olla turha tai jopa haitallinen, vaikkakaan ei ole yksimielisyyttä siitä, mitä vaikuttavuudella ylipäätään tarkoitetaan. Vaikuttavuustietoa ei ole tarkoitettu kansalaisten ohjailuun, mutta vaikuttaa heihin silti. Kansalaisten osallisuus tiedon hankinnassa on lähinnä kohteena tai mittarina oleminen. Tiedolla perustellaan hallinnan keinoja, ja hallintaa perustellaan vastuullisten kansalaisten toiminnan edistämiseksi. Vaikuttavuushallinnalla pyritään tuottamaan tietynlaisia kansalaisia. (Rajavaara 2011, 204–207.)

Vaikuttavuudessa on kyse siitä, mihin halutaan vaikuttaa, ja millä keinoin tähän päästään. Lopulta kyse on arvoista. Millaista yhteiskuntaa sosiaalipolitiikalla halutaan rakentaa? Näyttöperusteisen sosiaalipolitiikan kuvaukset ovat arvotyhjiä, ja siksi vaikeasti määriteltäviä. Vaikuttavuuden nimissä tehdään politiikkaa ilman, että määritellään sen taustalla olevat arvot. Sosiaalipolitiikka tarvitsee enemmän jatkuvuutta, luottamusta, vastavuoroisuutta ja kansalaisten oikeuksien turvaamista. (Rajavaara 2011, 224–226.)

Samalla kun suomalaisten hyvinvointi on noussut, on eriarvoisuus lisääntynyt vastoin väestön valtaosan tahtoa. Tuloerot ja suhteellinen köyhyys ovat kasvaneet viimeisen viidentoista vuoden ajan, etenkin lapsiperheiden köyhyys on 2000 -luvulla yleistynyt. Lapsiperheiden tuen parantamiselle on selvä tarve. Yksi isoimmista tämän hetken riskiryhmistä ovat kouluttamattomat nuoret aikuiset. Heidän hyvinvointinsa riippuu vahvasti koulutukseen tai työhön pääsemisestä. (Vaarama, Moisio & Karvonen 2010 278 – 281.)

### 3.3 Nuoruus lastensuojelun kontekstissa

Lastensuojelun kontekstissa normaalia väestöä useammin esiintyvät ilmiöt, kuten työttömyys, vanhempien matala koulutus ja köyhyys heijastuvat nuoriin erityisellä tavalla. Varojen puute voi johtaa vanhempien ylivelkaantumiseen ja epä-säännöllisiin työsuhteisiin, jotka kuormittavat perheen hyvinvointia. Nuoren kohdalla tämä näkyy harrastusten, muodin seuraamisen ja vapaa-ajanviettopojen heikentymisenä, mitkä heikentävät itsetuntoa ja tuottavat häpeää. Perheen pärjääminen aiheuttaa huolta itsenäistyvälle nuorelle. (Pekkarinen 2011.)

Itsenäistymisen prosessiin kuuluu irrottautumista, itsestäanselvyyksien kyseenalaistamista ja omaehtoisuutta. Tämän vuoksi nuoret eivät asetu asiakkaisiksi samalla tavalla kuin lapset tai aikuiset. Nuorten ongelmat vaativat heille erityisesti räätälöityjä palveluita, sillä kaikista haitallisista kehityskulku on nuoren syrjäytyminen. (Pekkarinen 2011.)

Sanna Aaltonen ja Alpo Heikkinen (2009, 168–169) ovat tutkineet lastensuojelua ja erityisesti nuoruutta tässä kontekstissa. Heidän mukaansa nuoria kohtaavien ammattiauttajien kuvauksissa nuoret ovat joko perhetaustansa viattomia uhreja tai omalla käytöksellään ongelmia aiheuttavia, mutta yleensä turvattomuus ja ongelmallisuus nähdään suhteessa toisiinsa. Nuorista tuotettuun riskipuheeseen ja analyysiin pääsevät nuoret itse harvoin vaikuttamaan. Nuoren määrittely ongelmalliseksi johtuu aikuisten pyrkimyksestä ottaa nuoren tilanne haltuun jollakin interventiolla. Lastensuojelu kohtaa yleensä nuoren siinä vaiheessa, kun kunnan muiden palveluiden tuki ei enää riitä. Toimistotapaamisten rinnalle olisi hyvä nostaa enemmän toiminnallisuutta, sillä erityisesti nuoret tarvitsevat heidän omaa toimijuuttaan korostavia työskentelymalleja. Jotkut sijoitusta itse pyytäneet nuoret ovat kuvanneet, etteivät he olleet lapsena uskaltaneet tai ymmärtäneet hakea apua perheen ongelmiin. Lastensuojelun rakenteet kohdistuvat kuitenkin enemmän niihin lapsiin ja nuoriin, joiden oireilu ulospäin käynnistää toimenpiteet.

Lastensuojelun piirissä olevien nuorten kokemat asiat ovat usein vaikeampia, kuin mitä heidän ikätasollaan voisi vastaanottaa. Yleensä lasten elämäntarina lastensuojelun kontekstissa värityy tämän vuoksi huolikeskeiseksi, koska tarinaa määrittelevät sosiaalialan ammattilaiset (Aaltonen & Heikkinen 2009, 168). Lapsen kannalta hänen on tärkeää itse ymmärtää, miksei asu syntymäkodissaan (Barkman 2009, 241–243).

Nuorilla, joilla on lastensuojelutausta, voi olla takanaan hyvinkin pitkä ja vaikea henkilöhistoria, johon mahtuu paljon kokemuksia viranomaisista, hylkäämisistä, pettymyksistä, varhaisesta itsenäistymisestä sekä tuettuna olemisesta. Itsenäistymisen vuoksi nuorten kohdalla tarvitaan joskus erityisen ripeitä toimenpiteitä. Kehittämisen kohteina on nuorille suunnattujen palveluiden pirstaleisuus. Nuoret tarvitsisivat pitkäaikaisempia asiakkuussuhteita. Euroopassa ja pohjoismaissa suuntana onkin ollut sellaiset tukimallit, joissa koti, koulu ja vertaistuki sidotaan kokonaisvaltaisesti nuoren tilanteeseen. Tällöin ammattiryhmät eivät toimi erillään toisistaan, vaan yhdessä ja yhtäjaksoisesti. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 175–176.)

### 3.4 Päihteet

#### 3.4.1 Nuorten päihteidenkäyttö

Suomalaisnuorten käytetyin päihde on alkoholi. Vaikka merkittävä osa nuorista kokeilee ja käyttää päihteitä ilman varsinaisen päihdehäiriön kehittymistä, ovat päihdehäiriöt yleisimpiä nuorten mielenterveysongelmia. Monihäiriöisyys on yhteydessä oireilun vaikeuteen ja pidempään keston. Ensikumala juodaan keskimäärin 13–14 -vuotiaana, ja ensimmäiset päihdehäiriön merkit näkyvät 14–15 -vuotiaana. Muut mielenterveyden ongelmat voivat alkaa aiemmin. Päihdehäiriöisillä nuorilla esiintyy yleensä useiden päihteiden käyttöä. Häiriöt ovat yleensä pitkiä, vaikeita ja toistuvia. Päihteiden käyttö saattaa haitata nuoren sosiaalista, emotionaalista ja kognitiivista kehitystä. Itsemurhavaara on

merkittävä. Tätä riskiä lisäävät muut samanaikaiset mielenterveysongelmat. Koettu elämänlaatu heikentyy yleensä selvästi. Mitä nuorempana päihteiden käyttö alkaa, sitä todennäköisempää on käytön jatkuminen aikuisena ja edelleen haitallisena vaikutuksena psykososiaaliseen toimintakykyyn. (Aalto-Setälä 2010, 26–28.)

Nuorten alkoholiongelmien yhteydessä on huomattu, että 60–80% päihdehäiriöisistä nuorista kärsii samanaikaisesti jostakin psyykkisestä häiriöstä, useat monesta. Erityisesti käytöshäiriöiset nuoret ovat vaikea ryhmä auttaa, sillä he eivät pysy hoidossa. Aikuisiän alkoholismille suuria riskitekijöitä ovat lapsuuden käytöshäiriöt, masennus, koulunkäynti vaikeudet, sosiaaliset suhteet ja varhainen aloitusikä. ADHD:tä ja ahdistuneisuushäiriöitä käsittelevät tutkimustulokset eivät ole yksiselitteisiä, mutta näiden ongelmien hoito mahdollisimman varhaisessa vaiheessa vähentää riskiä alkoholismiin myöhemmin elämässä. (Niemelä 2009, 49–53.)

Moniongelmaisuus päihteiden käytön taustalla kertoo hälyttävästi siitä, että ennaltaehkäisevää tukea tarvitaan. Päihteiden käyttäjä ikään kuin lääkitse itseään päihteillä, eikä välttämättä itse tiedä tekevänsä näin. Päihteiden käyttö tietysti vain pahentaa kokonaistilannetta entisestään, mutta tuo hetkellisen helpotuksen ahdistukseen ja vaivoihin.

### 3.4.2 Päihdeongelmien hoito lastensuojelussa

Huumeet vaikuttivat paljon suomalaisen lastensuojeluun 1990 -luvulla. Enenevässä määrin oli nuoria, joita lastensuojelun perinteiset keinot eivät auttaneet. Moniongelmaisuus, haastava käyttäytyminen ja päihteiden käyttö lisääntyivät. Samanaikaisesti yhteiskunnassa huolestuttiin yleisesti alaikäisten päihteidenkäytöstä. Riskipuhe ja kontrolloivan reagoinnin vaatimukset tulivat uusina ilmiöinä sosiaalialan puheeseen. (Hoikkala 2011, 243–245.)

Ratkaisuksi nuorten päihteidenkäyttöön ja moniongelmaisuuuteen tarjottiin suljettuja ja tiukan struktuurin laitoksia, joihin voitiin määrätä tahdonvastaiseen hoitoon. Tiukka strukturi ilmenee esimerkiksi siten, että nuoren arki rakentuu ennalta määritellysti, ja suurin osa päivän toiminnoista on joko aikuisjohteista tai ainakin valvottua. Hierarkiat ovat selkeitä ja epätoivotusta käytöksestä sanktioidaan. Käytössä ovat mm. sellaiset keinot kuin huumetestit ja henkilöntarkastus, joka ulottuu henkilöstä itsestään myös tämän huoneeseen, tavaroihin ja postilähetyksiin, liikkumisen rajoittaminen, eristys huoneen käyttö ja erityinen huolenpito. Kontrollia toki oli lastensuojelulaitoksissa ollut ennenkin, uutuuksena 1990 -luvulla tulivat huumetestaukset. Käytäntöjen laillisuudessa oli pitkään ns. harmaa alue, kunnes uusi lastensuojelulaki astui voimaan 2006. (Hoikkala 2011, 243–247, 255.)

Länsimaisen tahdonvastaisen hoidon periaatteena on, että hoito on välttämätön ja potilas ei sitä itse kykene ymmärtämään tai hyväksymään. Tällainen yksilönvapauksiin kajoaminen on yhteiskunnallisesti erittäin radikaalia ja tarvitsee vahvat lailliset perustelut. Lastensuojelun kontekstissa viitataan yleensä lastensuojelulakiin (2007/417), mielenterveyslakiin (1990/1116) ja päihdehuoltolakiin (1986/41). Lastensuojelulain nojalla viranomaisten on toimittava niin, että lapsen kehitys voidaan turvata sen vaarantuessa puutteellisen huolenpidon tai lapsen oman käyttäytymisen vuoksi. Avohuollon tukitoimien ollessa riittämättömiä, on huostaanotto viranomaisten velvollisuus. (Pirkola & Marttunen 2001.)

Tahdonvastainen päihdehoito lastensuojelullisena toimenpiteenä on kuitenkin vähän tutkittu aihe. Vaikutukset ovat epäselviä, ja käytännöt perustuvatkin enemmän kokemuksiin kuin tutkittuun tietoon. Pelkästään vapaaehtoiset hoitomuodot tuskin tulevat kysymykseen, mutta niitä tulisi silti kehittää, jotta tahdonvastaisilta keinoilta voitaisiin välttyä. (Pirkola & Marttunen 2001.)

Hoivaavan vallan nimissä nuoria sekä tuetaan elämässä eteenpäin että kontrolloidaan heidän tekemisiään. Esimerkiksi huumetestaus on yksilön vartaloon ulottuva ulkoinen kontrollitoimenpide, jonka tavoitteena on lopulta

vaikuttaa yksilön sisäiseen kontrolliin ja hyvinvointiin. Laitosmuotoisessa hoidossa tämä sama kontrolli ulotetaan yleensä koko yhteisöön yksilön sijaan. Nuorten ja heitä hoitavien työntekijöiden keskinäisiin suhteisiin huumeetestausta ja päihteet ylipäättään tuovat epäluottamuksen ilmapiiriin. Nuorten omaan sanaan ei tarvitse uskoa, koska huumeetesti on periaatteessa objektiivinen, vaikkakaan ei aina paikkaansa pitävä. (Hoikkala 2011, 247–249, 271.)

Ihannetilanteessa päihdehäiriöiset nuoret ymmärtäisivät käyttäytymisensä vaarallisuuden ja päättäisivät pyrkiä päihteettömyyteen. Näin ei useinkaan tapahdu. Lähinnä tuntuu, että nuoria pidetään laitoksissa, koska parempaakaan ratkaisua ei ole.

Yhteisöhoito on vaativa päihdekuntoutusmenetelmä, josta Suomessa on pitkät perinteet ja paljon osaamista. Aikuisten päihdeongelmaisten yhteisöhoitoa on tutkittu yli 40 vuoden ajan, ja sillä on erittäin kuntouttavat vaikutukset. Muut päihdehoidot keskittyvät ongelmien, oireiden ja haittojen torjumiseen. Yhteisöhoito poikkeaa näistä keskittymällä käyttäytymisen muuttamiseen. Keskeistä on käsitys vertaisuudesta kuntoutujien kesken. Yhteisellä kokemusmaailmalla ja jaetulla tukemisella on voimakkaasti hoitava vaikutus. Yhteisöhoitossa henkilöstön ylläpitämä kontrolli kuntoutujien päihteiden käytön suhteen on turhaa. Yhteisesti sovitut pelisäännöt ovat kuntoutujille merkittävämpiä. Hoitolaitoksissa tai vankiloissa tehdyt päihdeseulat ja takavarikoinnit eivät johda päihteettömyyteen. (Kaipio 2009.)

Lastensuojelun konteksti on kuitenkin täysin erilainen kuin aikuisilla päihteidenkäyttäjillä. Vapaaehtoisuus, yhteistyöhalukkuus ja hoitoon sitoutuminen voivat olla vähäistä tai olematonta. Huostaanottoja ja päihdehoidon sijoituksia on tehtävä myös tahdonvastaisesti, jotta voidaan turvata nuoren turvallinen kehitys.

## 5 TOIMINNALLISET MENETELMÄT

### 5.1 Ryhmä ja motivointi muutokseen

Sosiaalisten taitojen puute vaivaa merkittävää osaa nuorista, ja ne ovat yhteydessä mm. itsetuntoon ja -luottamukseen sekä koulumenestykseen. Syitä sosiaalisten taitojen puutteeseen on monia. Esimerkkien ja taitojen oppimisen mahdollisuuden puute on selvä syy. Psykologiset ongelmat, kuten masennus, yksinäisyys tai alkoholismi estävät olennaisesti taitojen kehittymisen, kuten myös ympäristön stressitekijät ja traumaattiset elämäkokemukset. Uuteen ympäristöön joutuminen voi lamauttaa sosiaaliset taidot, koska ennen käytetyt käyttäytymismallit eivät välttämättä toimi, tai niitä ei voi kokeilla. (Kauppila 2005, 129 – 130.)

Joillekin nuorille ryhmätoiminnot ovat yksilötyöskentelyä hyödyllisempiä. Ryhmässä sosiaaliset taidot kasvavat, oli kyse sitten toiminta- tai keskustelupainotteisesta ryhmästä. On tärkeää, että jokainen saa jakaa tietoaan luottamuksellisesti ryhmän kesken. Jotain itsestään muille jakaminen parantaa itsetuntemusta ja vuorovaikutusta. Samoin se luo ryhmään yhteenkuuluvuuden tunnetta ja toivoa paremmasta. Samojen ongelmien ilmeneminen muilla tuottaa helpotusta, ja samalla voi olla avuksi omilla kokemuksillaan. Myös negatiiviset tunteet ovat mahdollisia ja ristiriitoja ilmenee todennäköisesti. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003: 432–433.) Ryhmä vahvistaa minkä tahansa kokemuksen voimakkuutta. Tällä on merkitystä sekä hyvässä että pahassa. Huono asema ryhmässä voi olla hyvin vaikea kokemus. (Kopakkala2005, 43.)

Eryteisesti nuorille pojille vertaisilla on erittäin vahva merkitys. Vertaisten merkitys on suuri esimerkiksi siinä, mikä motivaatio pojalla on jakaa informaatiota aikuisille. On todettu, että nuorilla tosiasiaa on yleensä toiveena saada aikuiskontakti, mutta he saattavat vältellä sitä. Heikko luottamus aikuisiin ja vertaispaine voivat olla syrjäytymistä edistävä yhdistelmä. Mikäli luottamus saadaan syntymään, voi vertaisuus rohkaista nuoria avautumaan paremmin esimerkiksi tehdyistä rikoksista tai päihteiden käytöstä. Näistä aiheista voi myös

olla haastavaa keskustella missään muualla, kuin vertaisryhmässä. (Heikkinen 2007, 44–45.)

Kokemusten käsittely nuorten ryhmässä on hyvin erilaista, kuin mitä se olisi lasten tai aikuisten kanssa. Aikuisten mahdollisuutena on pitkä elämäkokemus ja mahdollisuus peilata tapahtumia vaikka lapsuuteen saakka vuosikymmenien taakse. Lasten turvana on kyky olla lapsi, ja käsitellä asioita leikkimisen ja tarinoiden kautta. Aikuisten kanssa voidaan liikkua tulevaisuudesta menneisyyteen ja lasten kanssa mielikuvitukseen, mutta nuorten maailma on nykyhetkessä ja tulevaisuudessa. Nuorten lyhyt elämähistoria vaikuttaa heidän mahdollisuuksiinsa peilata menneisyyttä. Itsenäisyyden tavoittelu tekee leikkimisestä vaikeaa. Nuoret ryhtyvät leikkimään ja hassuttelemaan vasta hyvin turvalliseksi tuntemassaan ympäristössä. Nuoret kaipaavat kunnioitusta ja arvostusta, leikit saatetaan mieltää heitä aliarvioiviksi. (Savolainen 2007, 164.)

Ihminen on olento, joka rakentaa ja valitsee itse itselleen merkityksiä jotka motivoivat häntä. Onnellisuutta syntyy, kun toimii itselleen merkityksellisesti. Tekemisiään ihminen punnitsee suhteessa itseensä ja häntä ympäröivään kokonaisuuteen. Tavoitteena on yrittää itsekriittisesti löytää tasapaino. Omien toimintamallien säätämisessä ympäristön odotuksiin saatetaan tarvita apua. Samoin siinä, että puntaroi omia todellisia tavoitteitaan ja toimintamalliensa suhdetta niiden saavuttamiseen. Muutoksen vaatiminen voi olla välttämätöntä, ja ehkä juuri siksi niin tuskaista ja sietämätöntä. Tulevaisuus voi näyttäytyä nuorille erilaisina ristiriitaisina vaatimuksina, joita on vaikea hahmottaa. Nuoret pitääkin saada näkemään muutos mahdollisuutena. (Hilpinen 2007, 12.)

Mahdollisuus yhteiskunnan haluamaan muutokseen on olemassa, mutta se voi syntyä vain ilman pakkoa. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, etteikö yhteiskunnan pelisäännöistä tai hyvästä kasvatuksesta tulisi pitää kiinni. On myös tärkeää löytää nuoren ilo ja oma tapa kasvaa. Varsinkin ilo sanktioidaan liian usein pois nuoren tehdessä virheitä. (Heikkinen 2007, 57.)



## 5.2 Taiteen merkitys

Tiedon ja tietämisen lajeja on maailmassa monia, joista tieteellisellä tiedolla on vahva rooli ymmärryksessä. Sosiaalialan ja lastensuojelun työkentässä ollaan kuitenkin tekemisissä kohtaamisissa, joissa hiljainen ja käytännöllinen tieto limittyvät teoreettisen tiedon kanssa. Tällä rajapinnalla on myös taiteen paikka. Se mahdollistaa omien tunteiden, kokemusten ja aistien vapaan käsittelyn. Tarinoilla on ihmisiin vahva vaikutus. Hankalat elämäkokemukset voivat estää ihmisen kasvun, vaikka ongelmien ulkoiset syyt poistettaisiinkin. Uskolla tulevaisuuteen on mahdollisuus toimia, mutta vain jos se perustuu totuuteen ja menneiden kokemusten rehelliseen käsittelyyn. Toivo nousee totuudesta. (Bardy 2009, 271–272.)

Ne lapset ja nuoret, joilla ei ole verbaalista lahjakkuutta, ovat vaarassa jäädä jalkoihin tässä maailmassa. Aikuiset ennakoivat ja määrittelevät asioita käyttäen vaikeita termejä, tulkinnat tehdään aikuisten omista lähtökohdista. Taideilmaisu terapeuttisena toimintana mahdollistaa sellaisen vuoropuhelun lapsen ja aikuisen välillä, joka voisi muuten jäädä käymättä. Lapsen kasvamiseen kuuluu luontaisesti erilainen kuvallinen ilmaisu ja lapselle itselleen merkityksellisten symbolien käyttö. Haasteena on löytää jokaiselle lapselle tai nuorelle se oma tapa tehdä. Taiteellisella lahjakkuudella ei ole väliä, vaan tekemisen prosessilla. Oleellista onkin kysyä, mitä merkityksiä lapsi itse antaa ja mitä tunteita herää. Tulkintoja, moralisointia tai arvostelua ei voi tehdä. Ryhmätoiminnoissa jokaiselle annetaan tilaa ja arvostusta, mutta kertomisen pitää olla vapaaehtoista. (Parviainen 2007, 206–210.)

Ihmismielen eri kerroksiin pääsee käsiksi joskus käsiksi yllättäviä reittejä pitkin. Siksi taiteessa olennaisena piirteenä on vapaa assosiointi. Silloin kehoon, mieleen ja elämänhistoriaan jääneet muistijäljet ja mielikuvat saavat ennakoimattoman puheenvuoron. Jotta nämä mielikuvat voivat liikkua mahdollisimman vapaasti, tarvitaan kiireettömyyttä, inspiraatiota ja tottumusta. Mielikuvitusta tulee ruokkia vahvoilla elämyksillä. Vain hyvällä mielikuvituksella voi reflektoida oman elämänsä riskejä ja mahdollisuuksia. (Bardy 1999, 255.)

Toiminnalliset menetelmät tekevät näkymättömistä asioista tavalla tai toisella näkyviä. Kun ongelma saa muodon, siihen muodostuu suhde. Toiminnallisten menetelmien käyttö mahdollistaa uudenlaisen prosessoinnin ja keskustelun. Keskustelun ongelmana voi olla, että kaikille se ei ole luontevin tapa ilmaista itseään. Toisinaan ihmiset sanovat asoita, koska koittavat saavuttaa sillä jotakin. Toiminnallisissa menetelmissä avoimuus lisääntyy. Ensin tehdään, sitten puhutaan. (Kopakkala 2005, 182.) Taiteen käyttö kasvatustyössä on parhaimmillaan yhteisöllistä. Yhdessä työskentely antaa väylän paitsi luovuuden käytölle, myös palautteen antamiselle ja vastaanottamiselle. Kyky eritellä omaa elämäänsä itsensä hyväksyen on keskeistä hyvinvoinnin ja elämästä selviytymisen kannalta. (Känkänen 2004, 87–88.)

Luovuutta tukevat menetelmät ovat paitsi kommunikointikanava ryhmän, ohjaajan ja nuoren välillä, myös paikka purkaa tunteita rakentavalla tavalla. Ajatukset on parempi tuottaa ulos taiteen kautta, kuin jättää patoutumaan tai kohdistumaan tuhoavaan toimintaan. Luovan vuorovaikutuksen välineiksi sopivat mainiosti esimerkiksi musiikki, kirjallisuus, kuvat, elokuvat, näyttelemine ja oma keho. Taiteelliset ilmaisut ylipäättään ovat nuorison keskuudessa hyväksytyjä ja ihailtujakin. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 435.) Toisinaan kuitenkin erityisesti pojat saattavat hylkiä taiteita, koska kokevat niissä olevan jotenkin feminiinejä piirteitä. Ratkaisuksi voi tarjota esimerkiksi hip-hop-kulttuuriin käyttöä, joka on hyvin maskuliininen. Hip-hopin peruselementeiksi katsotaan räppääminen (kirjallisuus/runous), dj-toiminta (musiikki), graffitit (kuvataide) ja breikkaaminen (tanssi). Kulttuurillisen kontekstin kautta taiteen tekeminen voi muuttua olennaisesti hyväksyttävämmäksi. Näissä toiminnoissa on kuitenkin oltava opastamassa alan asiantuntija, koska uskottavuus ja aitous on erittäin tärkeää. (Mitchell 2013.)

### 5.3 Ryhmätoiminta lastensuojelussa

Yleensä lastensuojelun ryhmätoiminnoilla tarkoitetaan vapaa-ehtoisia avohuollon tukitoimia, joissa ohjataan vertaisryhmää erilaisten menetelmien, kuten elämysspedagogiikan, sosiodraaman tai taideterapian kautta. Yleensä

kyseessä on intensiivinen ja määräaikainen prosessi tietyille erityisryhmälle, esimerkiksi rikoskierteessä oleville pojille tai hiljaisille tytöille. Sukupuolierityisyys on ryhmissä hyvin yleistä. Toistuvat tapaamiset mahdollistavat vertaisuuden, osallisuuden, aikuisen tuen, psykososiaalisten tarpeiden tutkimisen ja palveluohjauksen. Näiden kautta ryhmä antaa osallistujilleen mahdollisuuden peilata omaa kehitystään turvallisessa ympäristössä, ja samalla heidän hyvinvoinnistaan saadaan lisää tietoa. Lapsille ja nuorille, joiden perhe-elämä on kaoottinen, voi vertaisryhmä olla ainoa paikka, jossa saa kokea arvostusta. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 170–173.)

Toiminnallisuuden tavoitteena lastensuojelussa on luoda puitteet, joissa lapsi tai nuori voi vahvistua. Käytännössä tuotetaan korjaavia kokemuksia niille lapsille, joille kuntoutuminen on haasteellisinta. Vaikka onkin aina kyseenalaista kuinka paljon korjaavat kokemukset voivat auttaa, ovat kaikki mahdolliset avun muodot hyväksi. Korjaavat kokemukset ehkäisevät vaikeissa oloissa kasvaneiden riskiä syrjäytyä, jos valtaistamisen viitekehystä sovelletaan käytäntöön. (Heikkinen 2005, 323, 326.)

Toiminnalliset menetelmät antavat nuorille ja lapsille mahdollisuuksia vahvistaa omia voimavaroja aikuiskeskeisessä palvelujärjestelmässä. Valtaistamisen yhteydessä on hyvä korostaa ryhmän itseohjautuvuuden ja vapaaehtoisen yhteistyön merkitystä. Lapset ja nuoret tarvitsevat mahdollisuuksia kiireettömään yhteisöllisyyteen. Varsinkin taloudellisesti huono-osaisista perheistä tulevat lapset ja nuoret hyötyvät tauosta arkeensa. Laadukasti toteutetulla lastensuojelun avohuollon ryhmätoiminnalla voidaan turvallisesti nostaa osallistujien omanarvon tunnetta ja sosiaalista asemaa. (Heikkinen 2005, 326, 338.)

## 5.4 Menetelmät

### 5.4.1 Elämäntarinat

Narratiivinen näkökulma on hyvin luonnollinen osa taidelähtöisiä menetelmiä, sillä yleensä taidetta tehdessä rakennetaan jonkinlaista tarinaa joko yksin tai ryhmässä. Tarinallisuutta hyödynnetään sosiaalialan työssä muutenkin. Tarinat auttavat uusien näkökulmien avautumisessa ja toisen ihmisen ymmärtämisessä. Minuus syntyy tarinoista, sillä niissä näkyy eletty elämä, arvot ja asenteet. Tarinan kertominen on myös vuorovaikutuksellista toimintaa. Oman elämän tarkastelu auttaa jäsentämään omia ongelmia. Luovia menetelmiä käytettäessä ei narratiivisuudessa ole kyse tiedon hankkimisesta, vaan sosiaalisen vuorovaikutuksen tukemisesta ja minäkuvan syvenemisestä. Minäkuvaan kuuluu käsitys siitä millä keinoilla voi vaikuttaa omaan ja muiden elämään. (Nietosvuori 2008, 136–138.)

Tarinat ovat kulttuurin vahvimpia itseilmaisun keinoja. Sivistyksen perustana voidaan sanoa olevan tietoisuus omasta erityisyydestään ja elämäntilanteestaan (Bardy 1999, 253). Ihmiselle on ominaista perustaa koko elämä tarinoin. Tarinat luovat yksilön suhdetta yhteisöön. Sosiaalialan tarinat ovat usein yksiviivaisia. Yhteisön ja yhteiskunnan ymmärtämiseen tarvitaan kaikkien tarinat. Elämäkerrallinen työskentely voi antaa syrjäytyneille äänen yhteiskunnassa. Yksilön kannalta tärkeää on, millainen suhde hänellä on omaan tarinaansa niin itsensä kuin muidenkin kertomana. Ilman muistelua ei tunne itseään, eikä siten pysty elämään täysipainoisesti. Omaan elämäntarinaansa voi aktiivisesti etsiä uusia näkökulmia läpi elämän. Erityisesti haastavassa elämäntilanteessa tämä prosessi voi nousta tärkeäksi. Elämän käännekohtat ovat tärkeimmät tarinan perusteet. Silloin menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus saattavat sekoittua toisiinsa ja eri asioiden vaikutussuhteet tulla näkyviksi. Alkujen ja loppujen hahmottaminen tuo ajatteluun selkeyttä. (Bardy & Känkänen 2005, 202–204.)

Lastensuojelussa keskeistä on lasten ja nuorten oma kerronta itsestään, ja narratiivinen työote onkin yksi nykyajan lastensuojelutyön peruselementeistä. Aikuisen tehtävänä on tarjota sellaisia työkaluja, joilla lapsi tai nuori voi ilmaista omia kokemuksiaan. Yksittäisilläkin teoilla ja sanoilla voi olla merkitystä nuoren käsityksiin itsestään. (Barkman 2009, 241–243.)

Itsetuntemuksen kasvaminen oman elämäntarinan kautta on nuorelle merkittävä voimavara. Se tarjoaa mahdollisuuden tulla kuulluksi ja ymmärretyksi, sekä uskaltavaksi kysyä ja kyseenalaistaa. Näin ikävät kokemukset voidaan kääntää voimavaraksi. Syrjäytymistä estää oman menneisyyden näkeminen totuudellisena, uskottavana ja tunteikkaana. Samalla nuori voi liittyä osaksi jotain suurempaa tarinaa. Loukatun nuoren elämäntarinaa voivat sävyttää käsitykset siitä, että on liian paha, huono tai tyhmä ollakseen hyvä ihminen. Mikäli nuori toistaa tätä itselleen liian pitkään, vaikuttaa se väistämättä hänen elämänvalintoihinsa. Aikuisen mahdollisuutena on havaita sellaisia asioita, joita lapsi tai nuori itse arvostaa. Toivottavana vaihtoehtona nuorelle on rakentaa tulevaisuudennäkymät toivon ja voimavarojen varaan. Kielteisyydestä on päästävä eteenpäin. Yhdessä jakaessa voidaan saavuttaa ns. ”kolmas tila”, joka syntyy kertojan ja kuuntelijan yhteydestä. Tässä tilassa mahdollistuu sellainen kokemus, jota ei voi saavuttaa yksinään. Kolmas tila voi syntyä esimerkiksi taiteen tai toiminnan kautta. (Barkman 2009, 241–243, 247–248.)

Kertomisen edellytyksenä on luottamuksellinen kuunteleminen ja vastavuoroisuus. Aikuisen kuuntelijan tehtävänä on antaa aikaa ja herkästi aistia, milloin olisi tarvetta vaihtaa työskentelytapaa. Kerronnan syvyys aiheuttaa omat haasteensa. Hoputtaminen, painostaminen tai tietämättömyyteen jämähtäminen ovat esteitä työskentelylle. Lapsen tai nuoren omia aikatilakäsityksiä pitää kunnioittaa, ja tarinassa on hyvä olla sija sankaruudelle, haaveille ja fiktiollekin. Eri työskentelymuotojen luonne tulee myös ottaa huomioon. Kuva ja kirjoitus kertovat enemmän ja eri tavalla, kuin pelkkä kirjoitus. (Känkänen 2004, 85.)

Elämäntarinallisessa työskentelyssä voi käyttää apuvälineenä mm. verkostokarttoja, sukupuuta, Tejping -nukkeja, kortteja, kuvia tai tarinoita. Toiminnallisten menetelmien kautta voidaan saada sellaisia vihjeitä nuoren

tarinasta, joita ei ehkä muuten tulisi esiin. Tarinoita voidaan lähteä käsittelemään joko tiedollisella tai tunteellisella tasolla, ja nuorella on täysi vapaus valita taso itse. Olennaista on nuoren kyky tunnistaa menneitä selviytymiskeinojaan, ja osata suhteuttaa niiden toimivuutta tulevaisuuteensa. Työskentelyä voidaan tehdä myös ryhmissä yhdessä, esimerkiksi tekemällä yhdessä fiktiivinen tarina nuoresta, joka tulee lastensuojelun asiakkaaksi ja selviytyy. Tällöin voidaan saavuttaa kolmas tila, ja nuoret pääsevät peilaamaan omia tunteitaan ja kokemuksiaan yhteisen fiktion kautta. (Barkman 2009, 244–246.)

#### 5.4.2 Sosiodraama

Sosiodraama on eräänlainen näytelmä tai roolipeli, jolla voidaan harjoitella ilmaisuja ja sosiaalisia taitoja todellisen elämän tilanteissa, vaikkapa päihteistä kieltäytymisenä. Se voi olla sosiaalisesti hankalaa, sillä kasvojen pysyminen on tärkeää. Vaaditaan assertiivisuutta eli jäämäkkyyttä. Myös menneitä ihmissuhdetilanteita tai -ongelmia voidaan käsitellä. Draaman keinoin kuvataan ihmisten vuorovaikutusta ja demonstroidaan tapahtumia. Ohjaajalta menetelmä ei vaadi yhtä paljon kuin psykodraama, mikä madaltaa kokeilemisen kynnyksiä. Osa ryhmästä esittää tapahtuman, ja muut havainnoivat. Heränneistä ajatuksista ja tunteista voidaan yhdessä tehdä johtopäätöksiä. Sosiodraama kehittää persoonallisia kykyjä, auttaa henkisten paineiden purkamisessa ja sillä voidaan vaikuttaa asenteisiin varsin tehokkaasti. (Kauppila 2005, 110–111, 148.)

Draaman tekeminen voi avata päähenkilön ymmärtämään paremmin tekojaan ja niiden merkityksiä elämään. Draama sopii nuorten kanssa työskentelyyn, koska se tarjoaa väylän käyttää omaa tahtoa ratkaistessa tilanne kypsästi. Tämä taito edistää hyvinvointia. Draamassa toiminnan seuraukset näkee, ja nopeasti voidaan kokeilla toista tapaa. Sosiodraamaa onkin yleisesti käytetty ristiriita- ja vuorovaikutustilanteiden käsittelyyn. Käytetyt roolit heijastavat sosiaalista, eivätkä persoonallista ulottuvuutta. (Savolainen 2007, 166–168.)

### 5.4.3 Myönteisen palautteen harjoitteet

Myönteisen palautteen saaminen on yksi ihmisen arkkikokemuksia, joita jokaisen ihmisen tulisi saada pystyäkseen elämään mielekästä elämää. Erityisesti vaikeuksiin joutuneilla nuorilla voi olla puutteita myönteisen palautteen saamisesta. Juuri silloin myönteistä palautetta pitäisi antaa entistä enemmän. (Aalto 2000, 387–388.)

Parhaimmillaan syntyy tunne siitä, että on itsensä ja muiden mielestä arvokas, haluttu ja onnellisuutta muillekin tuottava. Myönteisyysharjoitteet pohjautuvat todellisuuteen ja rehellisiin havaintoihin, vaikka niitä tehdäänkin leikin kautta. Syntyneet kokemukset ovat kuitenkin todellisia. Myönteinen palaute ei kuitenkaan ole kaikille helppo ja myönteinen asia. (Aalto 2000, 387–388.)

### 5.4.4 Kuvataiteet

Kuva on voimakas tunteiden herättäjä, ja sitä voidaan hyödyntää usein eri tavoin. Kuvan tuottaminen perusvälineillä on varsin helppoa, esimerkiksi piirtäen tai maalaamalla. Lisäksi voidaan hyödyntää teknologiaa ja valo- tai videokuvata. Tekemisen lisäksi voidaan katsella ja kokea kuvia. On hyvä tiedostaa, että abstraktius saattaa herättää katsojassa ahdistusta, erityisesti mitä vaikeatajuisempi teos on kyseessä. Terve nuori kestää paljon, mutta ahdistunut nuori voi kokea kuvat hyvin voimakkaasti. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 436.)

Kuvataiteelliset menetelmät tukevat hyvin nuorten itsetunnon ja identiteetin kehittymistä. Kuvallisen ilmaisun kautta nuoren sisäisen vuoropuhelu kehittyy. Vapautunut ja rento työskentelyilmapiiri mahdollistavat nuorten kokonaisvaltaisen kohtaamisen. Luova toiminta vapaasti omien ajatusten varassa mahdollistavat terapeutin kokemuksen. Kuvien tekemisen kautta nuori voi pohtia tunteitaan ja olemassaoloaan siten, että huomio keskittyy hänen itsensä sijasta tehtyyn teokseen. (Honkanen & Laitinen 2012, 33–34.)

Terapeuttisessa kuvataiteen käytössä voi ilmaista itseään symbolien kautta. Symboli tuo käsiteltävään asiaan välimatkaa ja siten turvallisuutta. Näin kuvan tekijä on itse myös kuvansa paras tulkitsija. Kuvataidetta käyttämällä voidaan löytää tunteita, joita on vaikea sanoittaa. Kuitenkaan se ei sulje pois sanallista ilmaisua, vaan pikemminkin antaa pohjaa itsetuntemukselle ja kokemusten käsittelylle. (Heiskanen & Hiisijärvi.)

Kuvataiteen terapeuttisessa käytössä on tärkeää, ettei teknistä osaamista tarvita. Maalaamista voidaan niin halutessa tehdä vaikka silmät kiinni. Kyse ei siis oikeastaan ole taiteen tekemisestä, vaan lapsenomaisen, kritiikittömän taiteilijuuden tavoittamisesta. Tavoitteena on terapeuttisuus, ja välineinä itseilmaisu värien, muotojen ja liikkeen kautta. Kaikki mitä prosessin kautta syntyy, on oikein. Koska työt tulevat ihmisen omasta alitajunnasta, niiden tulkinta kehittää itsetuntemusta. (Heiskanen & Hiisijärvi.)

Taidelähtöisten menetelmien soveltamisesta lastensuojeluun on jo paljon hyviä kokemuksia. Kuvataide auttaa vaikeiden tunteiden ja traumojen käsittelyssä, osana kokonaisvaltaista hoitoa. Taiteen tekeminen mahdollistaa sanoittamattomien ajatusten julki tuomisen, ja siten se lisää itsehavainnoinnin tarkkuutta ja käyttäytymisen muutosta. Kuviin on helpompi sijoittaa tiedostamattomia tunteita ja haaveita kuin sanoihin. Spontaanius voi myös helpoittaa ja nopeuttaa sanallistamista. Taidelähtöisten menetelmien käyttö osana lasten kasvatusta houkuttelee esille tunteita ja aktivoi ajattelua. Kyvykyys tunteiden käsittelyyn suojaa lasta. Vuorovaikutus aikuisen kanssa on tärkeää, sillä yhteiset kokemukset toimivat oppimisen lähteenä. Lastensuojelun kontekstissa kuvataiteen käyttö on perusteltua, sillä se voimauttaa lasta tai nuorta. Kukaan ei tiedä hänen työstään enempää kuin hän. Tämä vahvistaa itsetuntoa ja kykyä käsitellä omaa elämää. (Armia 2012, 84–89.)

#### 5.4.5 Muut harjoitteet

Musiikki määrittää nuoren identiteetistä ja alakulttuurista hyvin paljon. Musiikin merkitys ihmiselle on suuri, sillä sen kautta voi tehokkaasti käsitellä tunteita. Nuoruudessa käsiteltävinä ovat erityisesti pelot, rakastuminen ja



seksuaalisuuden herääminen. Itse soittamisen ja tekemisen lisäksi voidaan myös jakaa itselle merkityksellisiä kappaleita ryhmälle. Näin avautuu hyvä kanava keskustella nuorten tunteista heidän omilla ehdoillaan. Olennaista ei niinkään ole musiikin tyyli tai laatu, vaan mitä se kertoo kuuntelijastaan. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003: 435.)

Kirjallisuuskin voi toimia vuorovaikutuksen välineenä. Päiväkirjan pitäminen onkin monille osa jotain elämänvaihetta. Runot ja kirjallisuus voivat ohjata keskustelua sellaisiin asioihin, joista ei muuten tulisi puhuttua. Nuoret ovat myös itse usein varsin tuotteliaita kirjoittamaan, erityisesti fiktiota tai runoja ja lyriikkaa. Sisäisten tilojen ilmaisukeinoina ne ovat varsin tehokkaita. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 436.)

Riimittely ja runous purkaa usein hyvin syviäkin tunteita, joihin nuori pääsee käsiksi vain runouden kautta. Perinteisen lyriikan keskittyminen riimeihin pakottaa tekijänsä tietynlaiseen abstraktiin ajatteluun. Esiin voi tulla jotakin, mitä nuori oivaltaa vasta taidetta tehdessään. Itsetunnon rakentumisessa tällaisilla löydöillä on suuri merkitys. (Mitchell 2013.)

## 6 PRODUKTIN TUOTTAMINEN

### 6.1 Toimintaympäristö

#### 6.1.1 Taustayhteisö Kalliolan setlementti

Kalliolan setlementti on lähes sata vuotta pääkaupunkiseudulla toiminut monialainen yhdistys. Se koostuu kolmesta yhdistyksestä: Kalliolan Kannatusyhdistys ry, Kalliolan Senioripalvelusäätiö ja Kalliolan Nuoret ry. Osana maailmanlaajuista setlementtiliikettä Kalliola toimii poliittisesti sitoutumattomana ja uskonnollisesti ekumeenisena. Toiminta-ajatuksena on ihmisten auttaminen elämänkaaren eri vaiheissa, sosiaalisen ja sivistyksellisen toiminnan kautta. Setlementtiarvoja ovat erilaisuuden hyväksyminen, luottamus ihmisen ja yksilön kykyyn ratkaista itsenäisesti ongelmia, tasa-arvoisuus sekä yksilön oikeuksien kunnioittaminen. (Kalliolan Setlementti a.)

Lastensuojelutyö on Kalliolan setlementin suurin työala. Yhdeksän lastensuojelulaitosta tuottavat ostopalveluita Helsingin, Vantaan ja Espoon kaupungeille. Lisäksi Kalliolan vastaanottokodissa toimii tehostetun perhetyön yksikkö. Espoossa toimii neljä lastensuojelulaitosta. (Kalliolan Setlementti b.)

#### 6.1.2 Saunalahden nuorisokoti

Espoossa sijaitsevan Saunalahden nuorisokodin toiminta-ajatus uusittiin 2011 vastaamaan erityisesti päihteillä oireilevien nuorten tarpeisiin. Tätä ennen Espoon kaupungilla ei ollut käytössään päihde-erityisiä lastensuojelun palveluita. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että erityisesti päihteillä oireilevat nuoret täytyi sijoittaa hyvin kauas kotiseudultaan. Saunalahden uusiutumiseen kuuluivat sekä muutto uusiin tiloihin että hoitomallin räätälöiminen uusia tarpeita vastaavaksi. (Rusama & Sadeharju 2012.)

Keskeisiä hoidon periaatteita ovat pitkäaikainen kuntoutus ja voimavarakeskeinen yhteisöhoito. Yhteisöhoidon mallin mukaisesti yhteisökokous pidetään säännöllisesti, jolloin voi itse vaikuttaa toimintaan. Hoidon yksilöllisen onnistumisen kannalta olennaista on elämäntyylin muuttuminen. Päihteiden käytölle pitäisi pystyä löytymään jotain muuta. Osittain tästä syystä Saunalahden päivärytmi ja toiminnot ovat erittäin strukturoituja. Selkeillä arjen rakenteilla mahdollistetaan arjen ennustettavuus ja tietyllä tapaa vastuun ottaminen arjen sujumisesta. Jokainen nuori osallistuu omalla panoksellaan mm. ruuan valmistamiseen. Ruoka ja yhteisölliset ruokailuhetken ovat muutenkin tärkeässä roolissa. Suunnitelmien tekeminen ja järjestelmällinen työskentely niitä kohti antaa nuorelle tärkeitä elämäntaitoja. (Rusama & Sadeharju 2012.)

Käytössä on omahoitajamalli, jolla tavoitellaan nuoren yksilökohtaista kohtaamista ja kokemusta välittävästä aikuisesta. Omahoitajuus toteutetaan parityönä, joka vastaa nuoren asioiden hoidosta. Nuorisokodista tehdään myös perhetyötä. (Kalliolan Settlementti c.)

Saunalahdesta toivottiin työkirjaa avuksi, koska viikoittaisten teemakeskusteluhetkien laatu oli vaihtelevaa. Nämä keskusteluhetken koskevat koko Saunalahden kuusihenkiä asukasryhmää ja kestävät aina 80 minuuttia. Keskustelun tueksi ja herättelijäksi toivottiin erilaisia toimintoja, kuten musiikin kuuntelua, piirtämistä tai valmiita väittämiä. Valmiiksi suunniteltuja ryhmätoimintoja on tehty monissa eri viitekehyksissä aiemmin. Työkirja koostuu lähinnä muiden suunnittelemista materiaaleista joko sellaisenaan tai muokattuna.

## 6.2 Kohdeyhteisön toiveet

Pidin erittäin tärkeänä kuulla sekä Saunalahden nuorten että työntekijöiden kokemuksia ja toiveita toiminnallisesta ryhmästä. Työskentelyni keskivaiheessa kävin haastattelemassa nuoria ja työntekijöitä. Palautteen pohjalta totesin, että valitsemani suuntalinjat olivat oikeita.

Nuoria haastattelin kerran ryhmätilanteessa. Yhdelle työntekijälle pidin lyhyemmän haastattelun, ja jätin työkirjan senhetkisen version koko henkilökunnalle kommentoitavaksi. Kaikki haastattelut tehtiin nimettöminä.

### 6.2.1 Nuorten haastattelu

Haastattelemi nuoret kuvasivat ryhmähetkiä keskustelupainoiteisiksi ja hieman koulun yhteiskuntaoppia muistuttavaksi hetkiksi. Nuoret eivät tieneet selvää syytä ryhmähetkien olemassaololle. Viimeisimmissä ryhmähetkissä oli käsitelty rikosten seuraamuksia mm. lehtiartikkeleiden pohjalta. Nuorilta on kysytty heille mieluisia aiheita, mutta toistaiseksi sellaista ei oltu keksitty.

Ryhmän toimivuuden esteiksi nuoret nimesivät tylsyyden, tilanteessa pakolla olemisen ja motivaation puutteen ryhmän nuorissa yleisesti. Nuorten mielestä ohjaajat vaikuttivat kuitenkin suunnittelevan ryhmäkerrat hyvin ja olevan tilanteen tasalla. Parasta ryhmähetkissä oli ollut aito keskustelu, silloin kun sellaista oli syntynyt. Yksi nuorista totesi, että työskentelyn onnistuminen on eniten kiinni omasta motivaatiosta.

Nuoret suhtautuivat hyväksyvästi ehdotukseen, että ryhmien sisältö olisi toiminnallisempi. Musiikin, draaman, kirjoittamisen, elokuvien ja kuvataiteiden käyttö erityisesti olivat nuorten mieleen. Ratkaisevana tekijänä he pitivät koko ryhmän yhteistä tahtotilaa. Tekemisen tulisi perustua vapaaehtoisuuteen. Aiempaa henkilökohtaisempien aiheiden käsittelyyn suhtauduttiin hyväksyvästi.

### 6.2.2 Työntekijän haastattelu

Toiminnallisen ryhmän tarkoituksiksi työntekijä kuvasi yhteisöllisyyden, vertaistuen ja osallistavuuden mahdollistamisen. Vaikka Saunalahden arki on tiivis ja strukturoitu, on nuorilla yhteistä aikaa niukasti. Ryhmähetkissä vertaisuuden idea korostuu enemmän kuin muussa arjessa. Tarkoituksena on käsitellä sellaisia hyvinvointia edistäviä aiheita, joita ei välttämättä aiemmin

kotona tai muualla ole käsitelty. Esimerkkeiksi hyvistä aiheista työntekijä mainitsi rikokset, päihteet ja hygienian.

Ryhmien sisältö on ollut työntekijän mukaan hyvin vaihtelevaa, sisältäen luennoimista, vierailuja ja liikunnallisuuttakin. Toimivaksi ryhmässä työntekijä koki sen, että sitä pidetään säännöllisesti ja nuoret ovat keskustelevaisia ja tulevat hyvin toimeen keskenään. Ryhmän suunnittelua ja ohjaamista hän ei kokenut vaikeaksi. Ryhmätoiminnan haasteiksi työntekijä kuvasi nuorten passiivisuuden. Osallistavuus ei toteutunut ryhmässä juuri ollenkaan. Nuorisokodin muuttuva sijoitustilanne näkyi ryhmädynamiikassa.

Työkirjalta hän toivoi kattavasti erilaisia harjoitteita. Ideana tuli esimerkiksi noin vuoden kestävä runko valmiita tehtäväsarjoja. Harjoitteiden sisällöstä työntekijä toivoi syrjäytymistä ehkäiseviä teemoja, kuten itsenäistymistä, tunteiden ilmaisua, päihteiden käyttöä ja rikosten seuraamuksia.

### 6.3 Omat tavoitteet

Työkirjan on palveltava käytettävyydeltään henkilökuntaa ja sisällöltään nuoria. Jos jompikumpi tai kumpikaan ehto ei täyty, jää työkirja hyllyyn käyttämättömänä ja työni on ollut turhaa. Tavoitteenani oli monipuolinen, helppokäyttöinen, ja nuorten kasvua tukeva työkirja. Toisaalta on pidettävä mielessä, että työkirja tai käytetyt menetelmät eivät itsessään ratkaise ryhmähetken onnistumista. Menetelmien on oltava helposti muokattavissa, jotta työntekijä voi helposti käyttää omaa ammattitaitoaan ryhmätilanteessa. Kyseessä on apuväline.

Aikomuksenani oli rakentaa yksi ryhmä menetelmiä hengellisyyden ja henkisyyden ympärille. Näin pystyn toteuttamaan opinnäytetyöltäni vaadittavan diakonisen näkökulman, ilman että varsinaisesti otan kantaa uskon kysymyksiin. Kalliolan lastensuojelutoiminta ei voi ottaa kantaa uskonnollisesti tai poliittisesti. Nuorten ajattelun ruokkiminen on silti suotavaa.

## 6.4 Toteuttaminen

### 6.4.1 Prosessi

Pohjaa opinnäytetyölle on rakentunut jo nuoruudestani, jolloin toimin aktiivisesti partiossa ja seurakunnan nuorisotyössä. Näissä toiminnoissa opin ryhmässä tekemisen mahdollisuudet ja käytännön taidot. Opintojen aikana mielenkiintoisimmiksi aiheiksi minulle nousivat hengellisyys, nuoruus, lastensuojelu, mielenterveys ja päihteet.

Opinnäytetyö alkoi syksyllä 2012. Tuolloin diakonia-ammattikorkeakoulussa järjestettiin opinnäytetyötori, jossa oli esittelijä Kalliolasta Settlementistä. Kaikista Kalliolan toiminnoista Saunalahden nuorisokoti houkutteli eniten, koska tarjotussa työssä yhdistyivät niin monet minua kiinnostavat asiat.

Melko nopeasti sovittiin käynti Saunalahteen. Ensimmäisessä tapaamisessa tutustuin Saunalahden toimintamalliin ja sovimme alustavasti työn tarkoituksesta. Työn idea ei oikeastaan muuttunut enään olennaisesti tuon tapaamisen jälkeen.

Opinnäytetyö eteni kovin hitaasti, kunnes syksyllä 2013 aloitin teoreettisen tiedon keruun. Samalla otin uudelleen yhteyttä Saunalahteen, jossa yllätyksekseni oli tapahtunut pieniä muutoksia organisaatiossa. Nämä eivät kuitenkaan vaikuttaneet merkittävästi opinnäytetyön tekemiseen. Suurin osa työskentelystä tapahtui melko lyhyen aikajakson sisällä. Tämä näkyi kiireenä, josta varsinkin yhteydenpito Saunalahden kanssa kärsi.

Tutkin paljon nuoruuden merkitystä ihmisen kehitysvaiheena, sekä erityisesti nuoruudessa ilmeneviä sosiaalisia ongelmia. Tärkeimmiksi havainnoiksi nostin, että nuoret, joilla on lastensuojelutausta, voi olla ongelmia erityisesti itsetunnon

ja sosiaalisten taitojen kanssa. Näissä asioissa kehittyminen voi parantaa nuorten hyvinvointia ja siten ehkäistä syrjäytymistä. Asetin työkirjalle tavoitteeksi keskittyä erityisesti näihin aiheisiin. Työkirjan tekeminen kuvataan tarkemmin seuraavassa luvussa.

Olin suunnitellut tekeväni haastatteluja Saunalahden nuorille ja henkilökunnalle ennen kuin lähtisin tekemään varsinaista työkirjaa. Tämä ei kuitenkaan onnistunut, koska aikataulujen yhteensovittaminen oli haastavaa. Samoin tutkimuslupien selvittely viivästytti nuorten haastatteluja entisestään. Haastattelut kuitenkin lopulta onnistuivat siinä vaiheessa, kun työkirja oli hyvin pitkälle jo valmiina. Haastattelujen perusteella en nähnyt tarvetta muutoksille.

Jätin työkirjan arvioitavaksi Saunalahteen. Valitettavasti henkilökunnalta ei ehditty saada palautetta opinnäytetyön kirjalliseen osuuteen. Tästä syystä työkirjan arviointi on mahdotonta, mikä on selvä heikkous koko opinnäytetyölle.

#### 6.4.2 Työkirja

Saunalahdessa käytettävä ”ryhmätoiminta” on hieman erilaista, kuin miten se lastensuojelussa yleensä ymmärretään. Merkittävin ero on se, että nuorisokodin nuoret ovat huostaanotettuja ja asuvat samassa laitoksessa. Nuoret siis tuntevat hyvin toisensa jo entuudestaan, ja ovat ryhmässä tilanteen pakosta. Ryhmällä ei myöskään ole selkeätä kestoä, vaan se jatkuu viikosta toiseen. Toiminta on kuitenkin aikuisjohtoista, tapahtuu vertaisten kesken ja pyrkii itsetunnon ja ajattelun kehittymiseen toiminnallisuuden kautta. Tavoitteet ovat siis periaatteessa samat kuin millä tahansa lastensuojelun ryhmällä.

Nuorilla, joilla on lastensuojelutausta, on yleensä ongelmia sosiaalisten taitojen sekä tunteiden käsittelyn ja ilmaisun kanssa. Vaikka toimintaympäristön profiili on erityisesti päihdetyössä, ei kuntoutuksen pääsisältö suinkaan ole päihteet itsessään. Tähän kiinnitin erityistä huomiota työkirjan sisällön laatimisessa.

Tärkeitä aiheita ovat mm. itsetuntemus, henkilöhistoria, tulevaisuus, yhteiskunta, arvot ja asenteet.

Tutkimustyöni pohjalta päädyin muutamaankin eri menetelmään, joita voisin työkirjan harjoitteissa hyödyntää. Menetelmät on esitelty luvussa 5.4. Juuri ne on valittu, koska ne nähdäkseni vastaavat kohderyhmän tarpeita. Etsin valmiita harjoitteita näistä menetelmistä. Käytännössä kasasin kirjastosta erilaisia oppaita ryhmätyskentelystä, ja etsin sopivia harjoitteita. Sopivien harjoitteiden valinnassa oli erittäin tärkeää, että olin tutustunut teoriaan etukäteen. Isossa roolissa on kokemuksellisuus ja positiivisen itsetunnon lisääminen. Taiteen terapeuttinen merkitys on ollut iso taustavaikuttaja koko työkirjalleni. Tämä on hieman yllättävää, koska suoraan taiteeseen liittyviä harjoitteita on työkirjassa vain muutamia. Enemmän kyse on asenteesta luovuuteen. Voisikin siis sanoa, että olen hieman venyttänyt taiteen määritelmää, ja ulottanut sen kattamaan erilaisia luovia toimintoja. Ainakin itselläni sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja taidetta tehdessä aktivoituvat joskus samat ajattelun alueet.

Keksin harjoitteille nimet tai käytin jo olemassa olevaa. Tärkeimpänä seikkana nimeämisessä pidin sitä, että se olisi mahdollisimman lyhyt ja kuvaava. Tästä esimerkkeinä 'Arvojen vaihtokauppa', Täydennettävä minäkuva' tai Päihteiden käytölle on vaihtoehtoja'. Joidenkin tehtävien kohdalla annoin myös tilaa huumorille, kuten 'StereoTyypit' tai 'Tunteet tiivistyvät'.

Päädyin keksimään joka harjoitteelle erilaisia avainsanoja, jotta ainakin itse pystyisin myöhemmin jaottelemaan työkirjan sisällön loogisesti. Näiksi avainsanoiksi valikoituivat: lämmittely, piirtäminen, itsetunto, vuorovaikutus, tutustuminen, myönteinen palaute, hulluttelu, lapsuus, tunteet, päihteet, hengellisyys, arvot, seurustelu, draama, intuitio, ryhmäyttäminen, esittäminen, rentoutus ja lopettaminen.

Kirjasin seuraavaksi materiaalien ja ennakkovalmistelun tarpeeni. Useat harjoitteet eivät vaatineet juuri ollenkaan valmisteluja. Isoimpia valmisteluja vaativat maalaamista sisältävät tehtävät, kuten 'Kirjavat tunteet'. Draamaa käyttävät harjoitteet ovat sikäli ongelmallisia, että ne olisi helpoin toteuttaa



mahdollisimman isossa tilassa. Draaman onnistuminen ei kuitenkaan lopulta jää kiinni tästä asiasta.

Harjoitteen kulun pyrin kuvaamaan mahdollisimman selkeästi ja yksinkertaisesti. Joissakin tehtävissä oli pakko kirjoittaa paljon, kuten tehtävässä 'Moraalinvartijat' tai 'Todella kaunis nainen'. Jokaiseen harjoitteeseen kirjasin purkukysymykset. Lopuksi kirjoitin vielä joitakin erityisiä seikkoja, joihin ohjaajan on kiinnitettävä huomiota. Nämä liittyvät yleensä psyykkiseen turvallisuuteen ja ryhmädynamiikkaan.

Mikäli harjoitteelle oli löydettävissä lähde, kirjasin sen vielä viimeiseksi. Työkirjan loppuun tein lähdeluettelon. Liitteenä työkirjassa on kolme erilaista sanalista, jotka liittyvät tehtäviin. Arvokortit liittyvät tehtävään 'Arvojen vaihtokauppa' ja tunnesanat tehtävään 'Kirjavat tunteet'.

Kun vähän yli puolet harjoitteista oli tehtynä, tein niille jaottelun aviansanojen perusteella. Lopullinen jaottelu ei kuitenkaan noudata aivan täysin tätä aviansanojen ideaa, vaan kiinnitin huomiota myös tehtävien tyyliin ja toteutustapaan. Siksi mm. otsikon \*Vuorovaikutus' alla on sisällöltään erilaisia harjoitteita, joiden toteuttamistapa on kuitenkin vahvasti vuorovaikutuksellinen. Otsikot ovat: 'Minä', 'Ihmisyys', 'Etiikka', 'Draama', 'Taide', 'Myönteinen palaute', 'Vuorovaikutus' ja 'Luottamus'.

Esitellessäni koululla opinnäytetyön raakaversiota, nousi esiin idea siitä, että Työkirja hyötyisi johdannosta. Kirjoitin koko työkirjalle yhden johdannon, ja jokaiselle otsikolle omansa. Näissä kerron lyhyesti siitä, mikä otsikon alla olevia harjoitteita yhdistää, ja mihin työntekijän on hyvä kiinnittää erityistä huomiota. Työkirjan johdannon lisäksi halusin vielä lisätä kappaleen \*Luovien menetelmien käyttäminen', johon hain tekstiä suoraan opinnäytetyöni teoriaosuudesta. Tämä ratkaisu osoittautui kuitenkin hieman liian raskaaksi, joten lyhentelin tekstistä noin puolet pois.

## 7 POHDINTA

Työni tuloksena on, että on erittäin tärkeää tukea nuorten sosiaalisten taitojen ja itsetunnon kehittymistä. Hankalat elämäkokemukset eivät itsessään syrjäytä nuoria, vaan se, miten ne vaikuttavat kykyyn toimia. Omien kokemustensa voimavaraksi kääntäminen ei kuitenkaan ole helppo tehtävä. Jokainen nuori tarvitsee tähän tukea ja apua, oli se apu sitten vanhemmat, lastensuojelu, kirkon nuorisotyö tai mikä tahansa taho.

Ryhmässä toimiminen sopii joillekin paljon paremmin, kuin yksilötyöskentely. Kaikki kokemukset korostuvat, josta on sekä hyötyä että haittaa. Hyvät ryhmänohjaustaidot ovat siksi erittäin tärkeitä. Tässä opinnäytetyössä ryhmädynamiikan ilmiöt ja ryhmänohjaajan taidot jäivät syrjään. Niitä olisi voinut avata enemmän. Syy ratkaisulleni jättää ne käsittelemättä, oli se, että työkirja menee ammatti-ihmisten käyttöön. Voi kuitenkin olla täysin mahdollista, että Saunalahdessa olisi hyödytty myös ryhmänohjaamista käsittelevästä opaskirjasta. Tämä ei ollut tilaus, mutta paremmalla työyhteisön tutkimuksella tällainenkin asia olisi voinut tulla esiin.

Toiminnallisuus ja erityisesti taidemenetelmien käyttö on ollut minulle tärkeää jo ennen opinnäytetyötä. Laaja teoretietoon tutustuminen ja työkirjan tekeminen ovat olleet hyödyllisiä ammatilliselle kasvulleni. On ollut ilo tehdä sellaista opinnäytettä, josta on aidosti kiinnostunut. Toivon todella työllistyväni siten, että voin jatkaa samojen kysymysten äärellä valmistumisen jälkeen.

Lastensuojelu vie lähelle elämän pahuutta. Usein lastensuojelun piirissä olevilla nuorilla on paljon vaikeammat lähtökohdat elämään, kuin mitä he voivat kestää. Opinnäytetyössäni on myös paljon pohdintaa siitä, kuinka yhteiskunnassa kohdellaan vaikeissa tilanteissa olevia nuoria. Tietyllä tapaa yhteiskuntajärjestelmä myös synnyttää pahoinvointia nuorissa. Haasteena työkirjaa tehdessä oli miettiä sitä, kuinka syvälle itseen menevää työskentelyä nuoret kestävät. Lopputuloksena harjoitteiden kirjo on aika suuri, ja vaatii käyttäjältä paljon viisautta valita oikea harjoite oikeaan tilanteeseen.

Kirkon työhön työkirjan menetelmät toimivat erinomaisesti. Yksi työkirjan lähteistä onkin rippikoulun oppikirja. Sovellutukset diakoniaan vaativat enemmän luovuutta. Nuorisotyössä toiminnallisia ryhmämenetelmiä käytetään jatkuvasti, mutta diakonian apu on erilaista. Ehkä diakonian keskustelevuuden rinnalle olisikin tilausta toiminnallisemmalle työotteelle? Diakonian asiakkaat voivat toisaalta tulla mistä tahansa elämäntilanteesta, joten yleistystä on erittäin hankala tehdä.

Opinnäytetyöprosessini eteni vaihtelevasti. Aloitustien jälkeen olin lähemmäs vuoden tekemättä juuri mitään. Tästä johtuen loppua kohti nousi kiire ja stressi. Suurin haitta tästä aiheutui yhteydenpidolle Saunalahden kanssa. Kommunikaatio olisi voinut toimia paljon paremmin. Varsinkin se, että palaute työkirjasta ei ehtinyt opinnäytetyöhön, on suuri takaisku.

Työni teoriaosuus paisui lopulta melko laajaksi. Oma tunteeni kuitenkin on, että kokonaisuus on tasapainoinen. Koko työ alkoi lastensuojelun kontekstista, mutta työskentely eteni pienin askelin pois sieltä. Lopulta huomaan käsitelleeni asioita, jotka ovat keskeisiä missä tahansa ihmistyössä. Vuorovaikutustaitoja ja hyvää itsetuntemusta tarvitaan kaikkialla, oli kyse sitten auttajasta tai autettavasta.

Kantavana ajatuksena työssäni on ollut toivo. Nuoruudessa on kyse kasvusta, vastuun ottamisesta ja tulevaisuudesta. En halua, että rakennamme tulevaisuutta, jossa vahvin voittaa ja jokainen on vastuussa itsestään. Elämän mielekkyys riippu paljolti siitä, kuinka täyttää oman potentiaalisena ihmisenä ja lähimmäisenä. Lopulta elämä palautuu vuorovaikutukseen. Ymmärtämällä omat lähtökohtamme, voimme ymmärtää paremmin myös muita. Rakasta lähimmäistäsi niinkuin itseäsi, ja Jumalaa yli kaiken.

## LÄHTEET

- Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003: Nuoren aika. Helsinki: WSOY
- Aaltonen, Sanna & Heikkinen, Alpo 2009. Nuoret lastensuojelussa. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: THL, 165–176.
- Aalto-Setälä, Terhi 2010. Nuorten mielenterveyden häiriöt. Teoksessa Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim & Suomen Akatemia. Viitattu 7.3.2013.  
[http://www.duodecim.fi/kotisivut/docs/f1595320904/konsensus2010\\_artikkelikirja.pdf](http://www.duodecim.fi/kotisivut/docs/f1595320904/konsensus2010_artikkelikirja.pdf)
- Armia, Kati 2012. Kuva ja lapsi lastensuojelussa – ajatuksia kuvataideterapeuttisesta ryhmästä. Teoksessa Päivi-Maria Hautala & Eija Honkanen (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Sarja D, Muut julkaisut 1/2012. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 84–92.
- Bardy, Marjatta 1999. Uupuneet äidit kuvan avulla elämänsä äärelle. Teoksessa Sari Näre (toim.) Tunteiden sosiologiaa. II Historiaa ja säätelyä. Tietolipas 157. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura, 249–269.
- Bardy, Marjatta 2009. Tiedon punninta ja maailman asuttaminen. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: THL, 265–272.
- Bardy, Marjatta & Känkänen, Päivi 2005. Tarinat yksilön ja yhteisön suhteissa. Teoksessa Mirja Satka, Synnöve Karvinen-Niinikoski, Marianne Nylund & Susanna Hoikkala (toim.) Sosiaalityön käytäntötutkimus. Helsinki: Palmenia-kustannus, 201–217.
- Barkman, Johanna 2009. Lasten ja nuorten elämäntarinan äärellä. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: THL, 241–251.
- Esko, Martti 2008. Aika vaieta – aika puhua ja toimia. Teoksessa Heli Pruuki (toim.) Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat / Lasten

- keskus Oy, 38–45.
- Grönholm, Pauliina 2012. Rippikoulun suosio alamaissa. Helsinkiläisnuorista enää vain 62 prosenttia käy rippikoulun. 22.7.2012. Helsinki: Helsingin sanomat.
- Heikkinen, Alpo 2005. Telakalta metsään – Lastensuojelun ryhmätoiminta. Teoksessa Mirja Satka, Synnöve Karvinen-Niinikoski, Marianne Nylund & Susanna Hoikkala (toim.) Sosiaalityön käytäntötutkimus. Helsinki: Palmenia-kustannus, 322–340.
- Heikkinen, Alpo 2007. Olenko mä sitä riskiryhmää? Murrosikäiset pojat kouluvaikeuksien metsäpolulla. Teoksessa Tuula Lehtinen (toim.) Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Heikki Waris -instituutti, 15–68.
- Heino, Tarja 2009. Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: THL, 52–75.
- Heiskanen, Tuula & Hiisijärvi, Seija. Toiminnalliset menetelmät. Viitattu 22.10.2013 <http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php>
- Helve, Helena 2006. Nuoret ja usko. Teoksessa Terhi-Anna Wilska (toim.) Uskon asia. Nuorisobarometri 2006. Nuorisoasian neuvottelukunta, julkaisuja 34. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 67. Helsinki: Opetusministeriö, 92–109.
- Hilpinen, Kari 2007. Kadonneet pojat... Teoksessa Annukka Virtanen & Marja Hautaluoma (toim.) Kadonneet ja pudonneet – syrjäytymisen sietämätön raskaus. Helsinki: Valtakunnallinen Työpajayhdistys ry, 10–13.
- Hoikkala, Susanna 2011. Ratsauksia ja kusitestejä. Päihde- ja huumekontrolli lastensuojelussa. Teoksessa Mirja Satka, Leena Alanen, Timo Harrikari & Elina Pekkarinen (toim.) Lapset, nuoret ja muuttuva hallinta. Tampere: Vastapaino, 243–278.
- Honkanen, Eija & Laitinen, Riikka 2012. Yhdessä vahvemaksi – kuvataideterapeuttiset menetelmät nuoren identiteetin ja ammatillisen kasvun tukena. Teoksessa Päivi-Maria Hautala & Eija Honkanen (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Sarja D, Muut julkaisut

- 1/2012. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 24–40.
- Hämeen-Anttila, Lotta 2012. Perhehoito ensisijainen sijaishuollon muoto. Viitattu 18.11.2013. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/ajankohtaista/nakokulma/aiemmat-nakokulmat/perhehoito-ensisijainen-sijaishuollon-muoto#.Uopqj9I5IOI>
- Kaipio, Kalevi 2009. Yhteisöhoito leviää maailmalla. Yksilöstä Yhteisöön -lehti 06/2009. Jyväskylä: Jyväskylän Koulutuskeskus Oy. Viitattu 7.3.2013. [http://www.jkk.fi/YY/artikkelit/2009\\_06\\_yhteisohoito\\_leviaa\\_maailmalla.php](http://www.jkk.fi/YY/artikkelit/2009_06_yhteisohoito_leviaa_maailmalla.php)
- Kalliolan Settlementti a. Tietoa Kalliolasta. Viitattu 25.2.2013. <http://www.kalliola.fi/KALLIOLANSETLEMENTTI/Sivut/default.aspx>
- Kalliolan Settlementti b. Lastensuojelu. Viitattu 25.2.2013. <http://www.kalliola.fi/Lastensuojelu/Sivut/default.aspx>
- Kalliolan Settlementti c. Nuorelle ja vanhemmille. Viitattu 20.11.2012. <http://www.kalliola.fi/Lastensuojelu/paihdekuntoutus/Saunalahti/Sivut/Nuorellejavanhemmille.aspx>
- Kauppila, Reijo 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kettunen, Paavo 2003. Hengellinen kokemus ja ihmisen kokonaisvaltaisuus. Teoksessa Seppo Häyrynen, Juhani Korolainen, Heikki Kotila & Osmo Vatanen (toim.) Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 361–379.
- Kirkon tutkimuskeskus 2012. Haastettu kirkko. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2008-2011. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 115. Helsinki: Kirkon tutkimuskeskus.
- Kokko, Outi 2013. Yhä useampi äiti ja isä hakee ruokaa jonosta. Taloussanomien. Viitattu 21.11.2013. <http://www.taloussanomien.fi/ihmiset/2013/02/28/yha-useampi-aiti-ja-isa-hakee-ruokaa-jonosta/20133079/139>
- Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Persona grata. Helsinki: Edita.
- Kotila, Heikki 2003. Spiritualiteetti – ajankohtainen näkökulma. Teoksessa Seppo Häyrynen, Juhani Korolainen, Heikki Kotila & Osmo Vatanen (toim.) Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 13–26.

- Kuoppala, Tuula & Säkkinen, Salla 2012. Lastensuojelu 2011. Tilastoraportti. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kurkela, Reijo & Treuthardt, Annika 2004. Kristillisen päihdetyön kouluttajan opas. Viitattu 13.10.2013.  
[www.ecredo.fi/sininauhaliitto/data/liitteet/86367640.doc](http://www.ecredo.fi/sininauhaliitto/data/liitteet/86367640.doc)
- Känkänen, Päivi 2004. Yksinäisyydestä liittymiseen. Aikatila elämäkerronnallisessa työssä. Teoksessa Mari Krappala & Tarja Pääjoki (toim.) Taide ja toiseus. Syrjästä yhteisöön. Helsinki: STAKES, 81–92.
- Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta. 8.4.1983/361.
- Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista. 29.4.2005/272.
- Lastensuojelulaki. 13.4.2007/417.
- Leinonen, Jaana 2004. Jumala loi ihmisen omaksi kuvakseen. Karismakodin tuella raitistuneiden päihteiden käyttäjien käsityksiä itsestä ja Jumalasta. Opinnäytetyö, sosionomi (AMK) -diakoni. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu
- Lusikka, Seppo 2008. Nuori ja päihteet. Teoksessa Heli Pruuki (toim.) Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat / Lasten keskus Oy, 165–178.
- Läsnäolon nuorisotyö 2007. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon erityisnuorisotyön missio, visio ja strategia 2015. Suomen ev.lut. Kirkon keskushallinto Sarja C 2007:3. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Mielenterveyslaki. 14.12.1990/1116.
- Mitchell, Tony 2013. Hip hop as pedagogy. Sydeyn University of technologyn tohtorin ja tutkijan Tony Mitchellin luento nuorten toimintakeskus Hapessa 7.10.2013.
- Niemelä, Jorma 1999. Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Tutkimuksia 96. Helsinki: STAKES
- Niemelä, Solja 2009. Nuorten päihdeongelmien ehkäisy ja hoito. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto & Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 49–73.
- Nietosvuori, Leena 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomien työssä. Teoksessa Leena Viinimäki (toim.) 14 puheenvuoroa

- sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntija-järjestelmässä. Kemi: Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu, 135–142.
- Paananen, Terhi 2008. Ihana, kipeä nuoruus – naamion takana ahdistus ja elämänilo. Teoksessa Heli Pruuki (toim.) Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat / Lasten keskus Oy, 21–37.
- Paolo, Anne 2006. Nuori ikäistensä joukossa. Teoksessa Eila Laukkanen, Mauri Marttunen, Seija Miettinen & Matti Pietikäinen (toim.) Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Helsinki: Duodecim, 59–65.
- Parviainen, Maarit 2007. Luovasti siltaa sisimpään. Kokemuksiani lastensuojelun avohuollon ryhmätoiminnasta ja luovien ilmaisumenetelmien käytöstä lasten ja nuorten ryhmissä. Teoksessa Tuula Lehtinen (toim.) Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Heikki Waris -instituutti, 189–218.
- Pekkarinen, Elina 2011. LasTut lentämään! Nuoruus lastensuojelussa. Lastensuojelun tieto ja tutkimus -hankkeen verkostokoordinaattori Elina Pekkarisen blogi Sosiaaliportissa. Julkaistu 8.2.2011. Viitattu 12.10.2013. [http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/blogit/lastut\\_lentamaan/nuoret-lastensuojelussa#](http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/blogit/lastut_lentamaan/nuoret-lastensuojelussa#)
- Peltomaa, Harri; Laulaja, Timo & Muola, Timo 2009. Uskonnon käsikirja. Heinola: Opintoverkko Oy.
- Pirkola, Sami & Marttunen, Mauri 2001. Päihteitä käyttävän nuoren tahdosta riippumattoman hoidon edellytykset. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 2001;117(15), 1591-1597. Viitattu 7.3.2013. <http://www.duodecimlehti.fi> > Arkistot > Vuosikerrat > 2001 > 15/2001 > Teema: Nuoren päihdeongelman hoito.
- Poutiainen, Päivi 2006. Perheen kehitystehtävät. Teoksessa Eila Laukkanen, Mauri Marttunen, Seija Miettinen & Matti Pietikäinen (toim.) Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Helsinki: Duodecim, 51–58.
- Pruuki, Heli 2008. Suuret korvat ja pieni suu – lähtökohtia nuorten sielunhoitoon. Teoksessa Heli Pruuki (toim.) Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat / Lasten keskus Oy, 9–20.
- Päihdehuoltolaki. 17.1.1986/41. Finlex. Valtion säädöstietopankki. Viitattu 24.10.2013. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>
- Rajavaara, Marketta 2011. Näyttöperusteista sosiaalipolitiikkaa – kansalaiset



vaikuttavuushallinnan objekteina ja subjekteina. Teoksessa Elina Palola & Vappu Karjalainen (toim.) Sosiaalipolitiikka – Hukassa vai uuden jäljillä? Helsinki: THL

Rusama, Hannu & Sadeharju, Antti 2012. Henkilökohtainen tiedonanto.

Nuorisokodin johtaja Hannu Rusaman ja hoitotyön vastaavan Antti Sadeharjun haastattelu Saunalahden nuorisokodissa 14.9.2012.

Salmivalli, Christina 2005. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Savolainen, Aili 2007. Draama puree, purkaa ja parantaa. Kokemuksia psykodraaman käytöstä tyttöryhmässä. Teoksessa Tuula Lehtinen (toim.) Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Heikki Waris -instituutti, 159–188.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2011. Sosiaalihuollon lainsäädännön uudistaminen. Sosiaalihuollon lainsäädännön uudistamistyöryhmän loppuraportti. Helsinki: STM.

Suomen perustuslaki. 11.6.1999/731.

Taskinen, Sirpa 2010. Lastensuojelulain soveltaminen. Helsinki: WSOYpro Oy.

Tähkää, Ari; Taavitsainen, Tiina; Lehtinen, Katja; Kallinen, Eija; Ojala, Sami; Jutila, Juha; Syrjä-Turpeinen, Sirpa; Tukeva, Pekka & Lampenius, Simon 2012. Nuoret seurakuntalaisina. Helsinki: Kirkkohallitus. Viitattu 12.10.2013. <http://sakasti.evl.fi/> > Tutkimukset ja julkaisut > Julkaisut > Aiheluokittain > Kasvatus- ja nuorisotyö

Vaarama, Marja; Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari 2010. Hyvinvointipolitiikkaa 2010 -luvulla. Teoksessa Marja Vaarama, Pasi Moisio & Sakari Karvonen (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Helsinki: THL

# YHDESSÄ ETEENPÄIN!

TOIMINNALLISIA  
RYHMÄHARJOITUKSIA

ARTO LEINONEN  
2013

## Sisällysluettelo

<b>Johdanto</b> .....	<b>5</b>
<b>Luovien menetelmien käyttäminen</b> .....	<b>8</b>
<b>Minä</b> .....	<b>10</b>
<b>Kartta</b> .....	<b>11</b>
Itsetunto	
<b>Pelkosektorit</b> .....	<b>12</b>
Lämmittely, lapsuus, tunteet	
<b>Happamia, sanoi kettu</b> .....	<b>13</b>
Tunteet, lämmittely	
<b>Kirjavat tunteet</b> .....	<b>14</b>
Tunteet, piirtäminen, maalaaminen, luovuus	
<b>Unelmat todeksi ilman päihteitä</b> .....	<b>15</b>
Itsetunto, päihteet, askartelu	
<b>Hyvä minä</b> .....	<b>16</b>
Itsetunto	
<b>Minä mielikuvina</b> .....	<b>17</b>
Itsetunto	
<b>Henkinen sukupuoli</b> .....	<b>18</b>
Itsetunto, arvot, piirtäminen	
<b>Sukupuoli</b> .....	<b>19</b>
Itsetunto, perhe, arvot	
<b>Arvojen vaihtokauppa</b> .....	<b>20</b>
Arvot, vuorovaikutus	
<b>Selviytymiskeinot</b> .....	<b>21</b>
Itsetunto, kirjoittaminen	
<b>Ihmisyys</b> .....	<b>22</b>
<b>Millainen vanhempi itse olisit?</b> .....	<b>23</b>
Itsetunto, perhe, arvot	
<b>Viimeinen kirje</b> .....	<b>24</b>
Itsetunto, perhe, arvot, kirjoittaminen	
<b>Stereo Tyypit</b> .....	<b>25</b>
Itsetunto, sukupuoli, seksuaalisuus	
<b>Erlaisia rukoilijoita</b> .....	<b>26</b>
Hengellisyys, arvot, lämmittely	
<b>Täydellinen ihminen</b> .....	<b>27</b>
Arvot, itsetunto, vuorovaikutus	
<b>Etiikka</b> .....	<b>28</b>
<b>Jumalan käskyt</b> .....	<b>29</b>
Arvot, itsetunto	
<b>Päihteiden käytölle on vaihtoehtoja</b> .....	<b>30</b>
Itsetunto, päihteet	
<b>Maailmanloppu tulee</b> .....	<b>31</b>
Itsetunto, arvot, lämmittely, hengellisyys	
<b>Kosto vai sovinto?</b> .....	<b>32</b>
Itsetunto, arvot, vuorovaikutus, seurustelu, hengellisyys	
<b>Päihteiden maailmankartta</b> .....	<b>33</b>
Lämmittely, päihteet	

<b>Todella kaunis nainen</b> .....	<b>34</b>
Arvot, seksuaalisuus, vuorovaikutus	
<b>Moraalinvartijat</b> .....	<b>36</b>
Arvot	
<b>Myönteinen palaute</b> .....	<b>39</b>
<b>Valitsen sinut</b> .....	<b>40</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, myönteinen palaute	
<b>Kutsun sinut viereeni</b> .....	<b>42</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, myönteinen palaute	
<b>Täydennettävä minäkuva</b> .....	<b>43</b>
Itsetunto, piirtäminen, myönteinen palaute	
<b>Lahja</b> .....	<b>44</b>
Piirtäminen, lopetus	
<b>Vuorovaikutus</b> .....	<b>45</b>
<b>Tahtojen taisto</b> .....	<b>46</b>
Lämmittely, vuorovaikutus, Itsetunto	
<b>Ominaisuuskauppa</b> .....	<b>47</b>
Itsetunto, hulluttelu, tutustuminen, vuorovaikutus	
<b>Autiolle saarelle</b> .....	<b>48</b>
Arvot, vuorovaikutus	
<b>Yhteinen kirje</b> .....	<b>49</b>
Vuorovaikutus	
<b>Tivoli</b> .....	<b>50</b>
Hulluttelu, itsetunto, luovuus, intuitio	
<b>Sisustaminen</b> .....	<b>51</b>
Vuorovaikutus, intuitio	
<b>Pallokone</b> .....	<b>52</b>
Vuorovaikutus, ryhmäytyminen	
<b>Mitä tänään opittiin?</b> .....	<b>53</b>
Lopettaminen	
<b>Tunteet tiivistyvät</b> .....	<b>54</b>
Tunteet, vuorovaikutus, esittäminen	
<b>Stop!</b> .....	<b>55</b>
Vuorovaikutus, itsetunto	
<b>Ryhmäpaine</b> .....	<b>56</b>
Vuorovaikutus, itsetunto, esittäminen	
<b>Draama</b> .....	<b>57</b>
<b>Näyttämön rakentaminen</b> .....	<b>58</b>
Itsetunto, draama	
<b>Esittäminen</b> .....	<b>59</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, draama	
<b>Tuplaaminen</b> .....	<b>60</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, draama	
<b>Roolin vaihtaminen</b> .....	<b>61</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, draama	
<b>Peili</b> .....	<b>62</b>
Itsetunto, vuorovaikutus, draama	
<b>Tyhjä tuoli</b> .....	<b>63</b>

Itsetunto, vuorovaikutus, draama	
<b>Kuuma tuoli</b> .....	<b>64</b>
Itsetunto, vuorovaikutus	
<b>Syy-seuraus patsaat</b> .....	<b>65</b>
Arvot, esittäminen, vuorovaikutus, luovuus	
<b>Vaikeat henkilöt</b> .....	<b>66</b>
Vuorovaikutus, esittäminen	
<b>Taide</b> .....	<b>67</b>
<b>Musiikin kuunteluttaminen</b> .....	<b>68</b>
Lämmittely, arvot, itsetunto, päihteet, tunteet	
<b>Taiteen tutkiminen</b> .....	<b>69</b>
Lämmittely, arvot, itsetunto, tunteet	
<b>Luottamus</b> .....	<b>70</b>
<b>Mustekalapainallus</b> .....	<b>71</b>
Vuorovaikutus, ryhmäyttäminen, rentoutus	
<b>Heijaaminen</b> .....	<b>72</b>
Ryhmäyttäminen, tunteet	
<b>Lähteet</b> .....	<b>73</b>
<b>Liitteet</b> .....	<b>74</b>
Voiman tunnesanat.....	74
Ilon tunnesanat.....	75
Arvokortit.....	76

## **Johdanto**

Tämä työkirja sisältää kootusti erilaisia toiminnallisia harjoitteita käytettäväksi ryhmätyöskentelyyn. Harjoitteita etsiessä on erityishuomio ollut lastensuojelun sijaishuollossa olevissa nuorissa, joiden päihteiden käyttö on ongelma. Harjoitteet eivät kuitenkaan painotu päihteisiin. Eniten harjoitteet käsittelevät itsetuntoa ja vuorovaikutustaitoja. Kirjaa voikin käyttää kaikkialla, missä näitä asioita halutaan työstää.

Kirjan harjoitteet on jaoteltu seuraaviin osiin:

### **Minä**

Itsenä tunteminen ja itsestään muille jakaminen.

### **Ihmisyys**

Läheiset, ihmisyyden valinnat ja empatia.

### **Etiikka**

Moraalikysymykset, mielipiteen muodostaminen ja rakentava väittely.

### **Myönteinen palaute**

Positiivisen palautteen antaminen ja vastaanottaminen.

### **Vuorovaikutus**

Yhdessä tekeminen ja itsensä puolustaminen

### **Draama**

Sosiodraama, roolipelit, esittäminen ja näytteleminen.

### **Taide**

Musiikki ja kuvataide.

### **Luottamus**

Ryhmäytyminen ja terapeutitiset kokemukset.

Kappaleiden alussa on lyhyet alustukset siitä, mitä osion harjoitteilla on yhteistä. Nämä kannattaa lukea läpi. Harjoitteiden alapuolella on lyhyesti muutama avainsana. Niiden tarkoituksena on helpottaa työkirjan selailua ja löytää mahdollisimman sopiva harjoite. Avainsanat näkyvät myös sisällysluettelossa.

Harjoitteen alussa on kerrotaan myös tarvittavista materiaaleista tai ennakkovalmisteluista. Mikäli tässä kohtaa on viiva, ei ennakkovalmisteluja tarvita.

Harjoitteiden käyttö vaatii entuudestaan kokemusta ryhmänohjaamisesta, sillä kuvaukset ovat pääsääntöisesti lyhyitä. Tämä antaa ohjaajalle mahdollisuuden soveltaa harjoitteita haluamallaan tavalla.

Harjoitteiden vaativuus ohjaajalta ja nuorilta on hyvin vaihtelevaa. Tämänkin vuoksi ohjaajalla on oltava kokemusta. Mitä turvallisemmaksi ympäristöksi nuoret ryhmän kokevat, sitä syvemmälle meneviä harjoitteita voi käyttää. Pääsääntöisesti voidaan sanoa, että mikäli harjoitteen vaativuus arveluttaa, kannattaa se ehkä jättää myöhemmäksi. Erityisesti myönteisen palautteen ja vuorovaikutuksen harjoitteilla voi ryhmän luottamusta auttaa kasvamaan.

Purkukysymykset ovat hyvin olennainen osa ryhmätyöskentelyä. Ne muuttavat yksilötyöskentelyn ryhmätyöksi. Abstraktin työskentelyn sanoittaminen muuttaa ongelman käsittelyn konkreettisemmaksi. Kaikki jakaminen on tietysti vapaaehtoista, ja jokainen osallistuja päättää itse tason, jolla kertoo itsestään muille. Purkukysymykset on laadittu niin, että teemaa pohditaan enemmän yleisellä, kuin henkilökohtaisella tasolla.

Harjoitteen lopussa on tyhjää tilaa muistiinpanoja varten. Tätä olisi hyvä käyttää ainakin siihen, keiden kanssa ja milloin harjoitetta on viimeksi käytetty. Joitakin harjoitteita voi mainiosti käyttää useasti, varsinkin jos nuoret niistä pitävät.

Kirjan liitteenä on muutamia tulostettavia kortteja. Näitä tarvitaan erityisesti joissakin harjoitteista, mutta ovat toki vapaasti käytettävissä ohjaajan parhaaksi katsomalla tavalla.

Lähteet kirjan harjoitteille on listattu kirjan loppuun. Niistä löytyy myös kattavasti vinkkejä ryhmän ohjaamiseen ja ryhmädynamiikkaan.

Työkirjan tuottaminen liittyy opinnäytetyöhöni, jonka on julkaissut Diakonia-ammattikorkeakoulu vuonna 2013. Opinnäytetyöstä löytyy kattavasti teoriaa harjoitteiden taustalta.

Antoisia ryhmähetkiä!

Helsingissä, Lapsen oikeuksien päivänä 20.11.2013,

Arto Leinonen

Sosionomi(AMK)-diakoni



## Luovien menetelmien käyttäminen

Tiedon ja tietämisen lajeja on maailmassa monia, joista tieteellisellä tiedolla on vahva rooli ymmärryksessä. Sosiaalialan ja lastensuojelun työkentässä ollaan kuitenkin tekemisissä kohtaamisissa, joissa hiljainen ja käytännöllinen tieto limittyvät teoreettisen tiedon kanssa. Tässä rajapinnalla on myös taiteen paikka. Se mahdollistaa omien tunteiden, kokemusten ja aistien vapaan käsittelyn. Tarinoilla on ihmisiin vahva vaikutus. Hankalat elämäkokemukset voivat estää ihmisen kasvun, vaikka ongelmien ulkoiset syyt poistettaisiinkin. Uskolla tulevaisuuteen on mahdollisuus toimia vain, jos se perustuu totuuteen ja menneiden kokemusten rehelliseen käsittelyyn. Toivo nousee totuudesta. (Bardy 2009, 271–272.)

Taideilmaisu terapeuttisena toimintana mahdollistaa sellaisen vuoropuhelun lapsen ja aikuisen välillä, joka voisi muuten jäädä käymättä. Lapsen kasvamiseen kuuluu luontaisesti erilainen kuvallinen ilmaisu, ja lapselle itselleen merkityksellisten symbolien käyttö. Haasteena on löytää jokaiselle lapselle tai nuorelle se oma tapa tehdä. Taiteellisella lahjakkuudella ei ole väliä, vaan tekemisen prosessilla. Oleellista onkin kysyä, mitä merkityksiä lapsi itse antaa ja mitä tunteita herää. Tulkintoja, moralisointia tai arvostelua ei voi tehdä. Ryhmätoiminnoissa jokaiselle annetaan tilaa ja arvostusta, mutta kertomisen pitää olla vapaaehtoista. (Parviainen 2007, 206–210.)

Toiminnalliset menetelmät tekevät näkymättömistä asioista tavalla tai toisella näkyviä. Kun ongelma saa muodon, siihen muodostuu suhde. Toiminnallisten menetelmien käyttö mahdollistaa uudenlaisen prosessoinnin ja keskustelun. Keskustelun ongelmana voi olla, että kaikille se ei ole luontevin tapa ilmaista itseään. Toisinaan ihmiset sanovat asioita, koska koittavat saavuttaa sillä jotakin. Toiminnallisissa menetelmissä avoimuus lisääntyy. Ensin tehdään, sitten puhutaan. (Kopakkala 2005, 182.)

Kuva on voimakas tunteiden herättäjä, ja sitä voidaan hyödyntää usein eri tavoin. Kuvan tuottaminen perusvälineillä on varsin helppoa, esimerkiksi piirtäen

tai maalaamalla. Lisäksi voidaan hyödyntää teknologiaa ja valo- tai videokuvata. Tekemisen lisäksi voidaan katsella ja kokea kuvia. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 436.)

Kuvataiteen terapeuttisessa käytössä on tärkeää, ettei teknistä osaamista tarvita. Maalaamista voidaan niin halutessa tehdä vaikka silmät kiinni. Kyse ei siis oikeastaan ole taiteen tekemisestä, vaan lapsenomaisen, kriitikittömän taiteilijuuden tavoittamisesta. Tavoitteena on terapeuttisuus, ja välineinä itseilmaisu värien, muotojen ja liikkeen kautta non-verbaalisesti. Kaikki mitä prosessin kautta syntyy, on oikein. Koska työt tulevat ihmisen omasta alitajunnasta, niiden tulkinta kehittää itsetuntemusta. (Heiskanen & Hiisijärvi ia.)

Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003. Nuoren aika. Helsinki: WSOY

Bardy, Marjatta 2009. Tiedon punninta ja maailman asuttaminen. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: THL, 265–272.

Heiskanen, Tuula & Hiisijärvi, Seija. Toiminnalliset menetelmät. Viitattu 22.10.2013 <http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php>

Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Persona grata. Helsinki: Edita.

Parviainen, Maarit 2007. Luovasti siltaa sisimpään. Kokemuksiani lastensuojelun avohuollon ryhmätoiminnasta ja luovien ilmaisumenetelmien käytöstä lasten ja nuorten ryhmissä. Teoksessa Tuula Lehtinen (toim.) Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Heikki Waris -instituutti, 189–218.

## **Minä**

Tämän osion harjoitteet ovat henkilökohtaisia. Ne käsittelevät itsetuntoa, tunteita ja omaa historiaa. Toiminnallisuutta on haettu mm. maalaamisesta ja askartelusta.

Ryhmässä käytettynä suuri osuus on purkukeskusteluilla. Itsestään kertominen voi olla hyvinkin hankalaa, ja vaatii luottamuksellisen ympäristön. Avoin kertominen on osoitus luottamuksen tasosta. Samalla opitaan vuorovaikutustaitoja ja tutustutaan toisiin syvemmin.

Ohjaajan on hyvä muistuttaa, että on täysin oikein kertoa itsestään juuri sen verran, kuin hyvältä tuntuu.

Myönteisen palautteen harjoitteet toimivat hyvänä vastaparina minä-harjoitteiden kanssa. Silloin käsittelyssä on sekä oma että muiden kuva itsestä.

## **Kartta**

### **Itsetunto**

Materiaalit: papereita (A4 / A3) ja kyniä

Jokainen piirtää paperille oman tyypillisen arkipäivänsä siten, että siinä näkyvät kulkureitit paikasta toiseen. Koska laitosoosuhteissa monelle tulee hyvin samannäköinen kartta, kannattaa tehdä kartta kotona olemisesta, joko arki- tai lomapäivänä. Voi myös tehdä monta karttaa. Syvyyttä voi lisätä merkitsemällä karttaan, kuinka paljon aikaa missäkin paikassa viettää ja keiden kanssa. Jokainen esittelee kartastaan muille sen verran kuin haluaa.

Purku: Miltä tuntui? Miten kartta kuvaa persoonallisuuttasi? Miten haluaisit muuttaa karttaasi? Mitä muutos vaatisi?

Lähde: Sairanen 1988, 33. Muokattu.

## ***Pelkosektorit***

### **Lämmittely, lapsuus, tunteet**

Materiaalit: Maalarinteipillä sektorit lattiaan ja niille otsikot, esim: ukkonen, pimeä, möröt, kuolema, katastrofi, jokin muu.

Lattialle on kuvattu erilaisia lapsuuden pelkoja. Ohjaaja kehoittaa menemään sille sektorille, jota eniten muistaa lapsena pelänneensä. Keskustelua muiden samalla sektorilla olevien kanssa, tai koko ryhmänä.

Huomio: Kiinnitä huomiota tunteiden heräämiseen kertojassa ja kuuntelijoissa. Kokemusten jakaminen voi olla hauskaa, mutta tuoda esille kipeitäkin asioita.

Lähde: Aalto 2000, 173.

## ***Happamia, sanoi kettu.***

### **Tunteet, lämmittely**

Materiaalit: -

Luetaan seuraavat sanonnat ääneen.

happamia sanoi kettu pihlajanmarjoista  
ruoho on vihreämpää aidan toisella puolella  
tappion karvas kalkki  
pronssi voitetaan, hopea hävitään  
kateus vie kalatkin vedestä  
täällä ei elä kuin kateus ja keuhkotauti  
kateus myrkyttää  
vihreänä kateudesta

Purku: Mistä asioista voi olla kateellinen? Mistä kateus johtuu? Mistä tunnistaa olevansa kateellinen? Miten kateutta voi ehkäistä itsessään? Oletko kertonut kateudestasi sen kohteelle? Miten kateudesta voi päästä irti? Miten kateuden voisi kääntää voimavaraksi?

Lähde: Lankinen 2011, 93–94.

## ***Kirjavat tunteet***

### **Tunteet, piirtäminen, maalaaminen, luovuus**

Materiaalit: Voimasanat ja ilon sanat -lista (kirjan lopussa, jossa myös nettilinkki), maalaus tai piirrustustarvikkeet, paperia, rauhallista musiikkia.

Katsotaan yhdessä listaa voimasanoista. Ensin on hyvä käydä yleisesti keskustelua listan sanoista ja ottaa tuntumaa niihin. Jokainen valitsee yhden tunteen, joka on vaikea kohdata itsessä. Sitten koitetaan maalata tunne paperille. Ohjeistetaan olemaan maalaamatta paperia aivan täyteen. Taiteellinen tulkinta on täysin vapaa. Kenellekään ei tarvitse kertoa, minkä tunteen on valinnut. Keskustelua on hyvä välttää. Musiikki auttaa siihen. Kun jokainen on valmis, näytetään vielä ilon sanat -listaa. Jokainen valitsee yhden työhönsä sopivan sanan, jonka maalaa vielä mukaan teokseen, ilmaisemaan toivoa. Toivosta riittää pieni pilkahduskin.

Purku: Miltä maalaaminen tuntui? Miltä toivon lisääminen tuntui?

Lähde: Lankinen 2011, 94–95.

## ***Unelmat todeksi ilman päihteitä***

### **Itsetunto, päihteet, askartelu**

Materiaalit: Vanhoja aikakauslehtiä, paperia (A3), sakset, liimaa

Ensin lehdistä etsitään kuvia ja sanoja aiheena oma tulevaisuus ja unelmat. Hyvä aika on noin 8-10 vuoden päähän. Jokainen voi esitellä työtään. Tämän jälkeen mietitään, miten päihteiden (varsinkin huumeiden) käyttö vaikuttaa unelman saavuttamiseen. Samoin voidaan miettiä, miten unelmiin vaikuttaa lapsen saaminen, vankilatuomio tai onnettomuuteen joutuminen.

Lähteet: Suomen Punainen Risti 2013, 12. Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 129.



## ***Hyvä minä***

### **Itsetunto**

Materiaalit: Kyniä & papereita

Jokainen keksii itsestään 10 hyvää asiaa.

Purku: Miksi oli helppo keksiä, miksi vaikeaa? Miten kuva itsestämme muodostuu?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 79.

## ***Minä mielikuvina***

### **Itsetunto**

Materiaalit: Kyniä ja papereita. Valmiit pohjat kysymyksistä voi myös tulostaa kaikille.

Jatka lauseita, ”jos olisin \*\*\*, niin olisin...”

Oppitunti

Ruokalaji

Musiikkityyli

Eläinlaji

Urheiluväline

Huonekalu

Kirja

Vaate

Tv- tai elokuvahahmo

Kasvi

Rakennus

Tanssityyli

Lähde: MLL 2010, 15. Muokattu.

## ***Henkinen sukupuu***

### ***Itsetunto, arvot, piirtäminen***

Materiaalit: Paperia (A3) ja kyniä.

Jokainen piirtää paperille itsensä, ja ympärille ihmisiä, asioita ja tapahtumia, jotka kokee vaikuttaneen eniten siihen, millainen on nyt. Voi piirtää myös kuvia itselle tärkeistä elämänarvoista. Jokainen voi esitellä työstään sen verran, kuin haluaa.

Purku: Miten itsekullekin ovat vaikuttaneet vanhemmat, kaverit, koulu, harrastukset, media?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 86.

## ***Sukupuu***

### ***Itsetunto, perhe, arvot***

Materiaalit: Paperia (A3) ja kyniä.

Jokainen piirtää oman sukupuunsa, aloittaen lähisuvustaan. Kunkin henkilön kirjataan lyhyesti ammatti, ensimmäinen mieleen tuleva piirre, jokin arvostettava asia hänessä, ja jokin asia mitä hän arvostaa. Jokainen voi esitellä työstään sen verran, kuin haluaa.

Purku: Mikä on suvun merkitys? Miten arvot periytyvät?

Huomio: Perhetausta vaikuttaa jokaiseen niin hyvässä kuin pahassakin, eikä tätä vaikutusta välttämättä pääse pako. Kukaan ei kuitenkaan ole taustansa perusteella tuomittu mihinkään.

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 87.

## ***Arvojen vaihtokauppa***

### **Arvot, vuorovaikutus**

Materiaalit: Arvokortit (liitteenä kirjan lopussa), (valinnaisesti: leikkirahaa esim lautapeleistä)

Arvokorteista jaetaan ryhmäläisille viisi kullekin. Tämän jälkeen saa hetken vapaasti vaihdella ja käydä kauppaa muiden kanssa. Tavoitteena on saada käteen itselleen omimmat arvot, tai vaihtoehtoisesti sellaiset arvot, joita haluaisi elämänsä lisää. Näitä kahta versiota voi myös yhdistellä, esim 4 itsellä olevaa, 1 jota haluaisi lisää. Mikäli ohjaaja haluaa, hän voi myös valita etukäteen muutaman kortin kaikille avoimeen huutokauppaan, ja leikkirahaa tätä varten. Myöskin voi antaa jokaiselle pari tyhjää korttia, joihin jokainen voi täydentää itse. Lopullisten valintojen jälkeen voidaan vielä käskemään poistamaan yksi tai useampi kortti.. Kun kaikille on suurinpiirtein itselleen sopivimmat kortit kädessä, ne esitellään.

Purku: Mitkä kortit hankit? Miltä vaihtelu tuntui? Mikä oli voimakkain tunne harjoituksen aikana? Mitä opit omistasi ja muiden arvoista?

Lähteet: Aalto 2000, 468–470. Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 95. MLL 2010, 20. Muokattu.

## **Selviytymiskeinot**

### **Itsetunto, kirjoittaminen**

Materiaalit: Kyniä, papereita.

Paperi jaetaan neljään osaan, ja jokainen osio edelleen kolmeen. Helppo tapa on siis kääntää A4 paperi vaakatasoon, ja piirtää kolme pystyviivaa ja kaksi vaakaviivaa. Jokaiseen sarakkeeseen tulee oma otsikko, jonka pohjalta vastataan kolmesta näkökulmasta. Aikaa otsikkoa kohti annetaan noin 5 minuuttia, ja edetään yhdessä otsikko kerrallaan.

Kolme kysymystä ovat: Missä tilanteissa se sinun elämässäsi näkyy? Miltä se tuntuu? Miten sitä voisi lisätä tai ehkäistä?

Otsikot: Iloisuus, Paha olo / suru, Vihaisuus, Rentoutuminen.

Purku: Jokainen esittelee sen verran kuin haluaa. Erityisesti viimeisestä kysymyksestä olisi kuitenkin kaikkien hyvä jakaa ryhmän kesken.

Lähde: MLL 2010, 20. Muokattu.

## Ihmisyys

Tässä teemassa siirrytään askel ulospäin minästä. Kaksi ensimmäistä harjoitetta liittyvät erityisesti perheeseen. Kolme jälkimmäistä käsittelevät ihmisenä olemista yleisellä tasolla.

Tavoitteena on herätellä empatiaa ja astua toisen saappaisiin. Harjoitteet ovat pitkälti keskustelupainotteisia ja haastavat pohtimaan yhdessä.

## ***Millainen vanhempi itse olisit?***

### **Itsetunto, perhe, arvot**

Materiaalit: Paperia ja kyniä.

Kirjoitetaan ohjeita omalle lapselle, joka on samanikäinen kuin nyt itse on.

Millaisia ohjeita vanhempana antaisit liittyen päihteisiin, seurusteluun, kouluun, vapaa-aikaan?

Purku: Millaista vanhemmuus on? Millainen merkitys vanhempien ohjeilla on?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 89.



## ***Viimeinen kirje***

### **Itsetunto, perhe, arvot, kirjoittaminen**

Materiaalit: Paperia ja kyniä.

Kuvitellaan, että kukin on yksin haaksirikkoutunut autiosaarelle, eikä kukaan tule etsimään. Saari on pelkkää kiveä, ei ole mitään syötävää. Olet loukkaantunut niin, ettei voi uida pois. Aurinko paahtaa, ja muutaman päivän päästä kuolema varmasti koittaa. Mukana on kuitenkin paperia ja kynä. Mitä kirjoittaisit? Haluaisitko kertoa jotain läheisillesi?

Purku: Miltä tuntui? Mikä oli helppoa, mikä vaikeaa?

Huomio: Tunteet voivat nousta pintaan. Tehtävän voi antaa myös yksin tehtäväksi omassa rauhassa. Kirjeiden sisältöä ei tarvitse käsitellä ryhmän kesken. Aikuisen kanssa kahden se voi kuitenkin olla tarpeen. Kirjeen voi myös oikeasti toimittaa sille, jota se koskee.

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 186.

## ***Stereo Tyypit***

### **Itsetunto, sukupuoli, seksuaalisuus**

Materiaalit: -

Pohditaan seuraavia väittämiä. Toiminnallisuutta voi lisätä vaikkapa samaa mieltä – eri mieltä -janan muodostamisella.

Pojat ovat parempia jalkapallossa, kuin tytöt.

Tytöt ovat tunteellisempia kuin pojat.

Pojat ajattelevat seksiä enemmän kuin tytöt.

Pojille annetaan kotona enemmän vapauksia.

Pojat ovat väkivaltaisempia kuin tytöt.

Tytöt osaavat käyttäytyä paremmin kuin pojat.

Tytöt saavat helpommin parempia numeroita kuin pojat.

Opettaja antaa enemmän huomiota pojille kuin tytöille.

Tytöt ovat parempia hoitamaan lapsia.

Johtaminen sopii paremmin pojille.

Tytön ei ole sopivaa seurustella monen kanssa.

Baletti ei ole pojille sopiva harrastus.

Armeija on tosimiehille.

Tytöt juoruilevat enemmän kuin pojat.

Lähde: MLL 2010, 17–18. Muokattu.

## ***Erilaisia rukoilijoita***

### **Hengellisyys, arvot, lämmittely**

Materiaalit: -

Keskustellaan rukoilemisen ja hengellisyyden merkityksistä eri ihmisille.

Keskustelussa ei tarvitse ottaa kantaa siihen, onko Jumalaa tai korkeampaa voimaa olemassa.

Mitä rukoilee:

Nelivuotias lapsi?

Kuoleman hädässä oleva?

Puolisonsa jättämä?

Nukkumaan menevä?

Unelmien opiskelupaikan saanut?

Joku, jonka läheinen on sairastunut?

500€ uhkapelissä hävinnyt?

Sosiaalitoimeen kävelevä?

Krapulassa oleva?

Lastaan ensimmäistä kertaa sylissään pitävä?

Purku: Mitä hengellisyys antaa ihmiselle? Millaisissa tilanteissa ihminen on erityisesti hengellisyyden äärellä?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 282. Muokattu.

## ***Täydellinen ihminen***

### **Arvot, itsetunto, vuorovaikutus**

Materiaalit: Fläppitaulu & tussi.

Ryhmä suunnittelee yhdessä täydellisen ihmisen.

Purku: Kuka hän on, mitä tekee, miltä näyttää, millaiset ominaisuudet ovat tärkeitä, mitä ihmiset arvostavat?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 79.

## **Etiikka**

Etiikka tarkoittaa moraalikysymysten tutkimista. Onko oikeaa ja väärää?  
Millainen maailman tulisi olla? Mikä elämässä on tärkeää?

Harjoitteet haastavat pohtimaan ja väittelemään ryhmässä. Samalla voidaan kiinnittää huomiota hyviin ja huonoihin keinoihin ilmaista omia kantojaan. On sallittua pitää oma mielipiteensä. Vahvoja mielipiteitä vaarallisempaa on myötäillä muita ilman kyseenalaistamista.

Toiminnallisuus nojaa pitkälti ohjaajan ja ryhmän yhteistoimintaan. Fläppitaululle kirjoittaminen helpottaa keskittymistä. Kyllä ja ei -äänestyslappujen tai samaa mieltä -eri mieltä janan käyttäminen auttavat oman kannan hahmottamisessa. Tärkeää on saada kaikki osallistumaan.

Ohjaajan on hyvä kiinnittää huomiota keskusteluilmaperiin. Tavoitteena on rohkaista nuoria omaan ajatteluun ja itseilmaisuuun. Koska kysymykset eivät ole erityisen henkilökohtaisia, voidaan harjoitteita käyttää matalalla kynnyksellä. Mielipiteen muodostaminen on kuitenkin henkilökohtainen asia, ja toivottavasti herättelee nuoria pohtimaan itsetuntoaan.

## ***Jumalan käskyt***

### **Arvot, itsetunto**

Materiaalit: Paperia, kyniä

Jokainen saa asettua Jumalan asemaan ja antaa ihmiskunnalle omat 10 käskyä.

Purku: Millaista oli pohtia? Mitä näistä käskyistä seuraisi?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 145. Muokattu.

## ***Päihteiden käytölle on vaihtoehtoja***

### **Itsetunto, päihteet**

Materiaalit:Fläppitaulu, tussi

Taululle kerätään yhdessä syitä, miksi päihteitä käytetään. Sitten mietitään, mitä terveellisempiä vaihtoehtoja jokaiselle syyllle olisi.

Lähde: Suomen Punainen Risti 2013, 13.

## ***Maailmanloppu tulee***

### **Itsetunto, arvot, lämmittely, hengellisyys**

Materiaalit: -

Keskustellaan siitä, mitä kukin tekisi, jos tietäisi maailmanlopun tulevan vuoden kuluttua, ensi viikolla, huomenna, tunnin päästä. Mikä on lopulta tärkeintä? Mikä on uskonnon tai hengellisyyden merkitys kuoleman lähestyessä?

Huomio: Kukaan ei voi tietää maailmanlopun tai kuoleman hetkeä, vaikka ennustajia löytyykin monia. Pohdinnan tarkoituksena ei ole lisätä ahdistusta tai pelkoa, vaan rohkaista elämään täysillä ja rakentavasti. Hengellisiin tunteihin on suhtauduttava vakavasti ja kunnioittavasti.

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 187.



## ***Kosto vai sovinto?***

### **Itsetunto, arvot, vuorovaikutus, seurustelu, hengellisyys**

Materiaalit: punaiset ja vihreät laput äänestämiseen.

Äänestetään lapuilla, pitäisikö tilanteessa tehdä sovinto vai kosto.

Ystäväsi on luvannut viedä sinut syömään syntymäpäivänäsi. Odotat sovittuun aikaan sovituksessa paikassa, mutta ystävää ei kuulu eikä hän vastaa puhelimeen. Illalla ystävä soittaa, ja kertoo unohtaneensa. Kosto vai sovinto? Onko unohtaminen hyvä syy? Mikä olisi hyväksyttävä syy?

Mustasukkainen seurustelukumppanisi penkoo tavaroitasi, lukee viestejäsi ja päiväkirjaasi. Hän syyttää sinua pettämisestä, vaikka siihen ei ole aihetta. Kostatko vai sovitko? Mistä mustasukkaisuus johtuu? Onko hyväksyttävää mustasukkaisuutta?

Saat kuulla seurustelukumppanisi halailleen jonkun toisen kanssa. Hän itse sanoo, ettei se merkinnyt mitään. Kosto vai sovinto? Miten suhde jatkuu tästä eteenpäin? Mitä seurustellessa saa, ja ei saa tehdä?

Kaverisi on napannut lompakostasi kymppisetelin. Jäädessään siitä kiinni hän pyytää nolona anteeksi ja lupaa maksaa takaisin. Kosto vai sovinto? Paljonko luottamus kestää? Onko väliä, kuinka läheinen kaveri on kyseessä?

Purku: Miksi koston sanotaan olevan sulosta? Kumpi on helpompi, kosto vai sovinto? Mitä hyvää klostosta seuraa? Mitä sovintoon tarvitaan? Voiko mitä tahansa antaa anteeksi? Mitä merkitsee, jos ei anna anteeksi? Millaisia vastauksia uskonnot antavat koston?

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 262–263.

## ***Päihteiden maailmankartta***

### **Lämmittely, päihteet**

Materiaalit: Ei mitään tai maalarinteippi.

Ohjaaja hahmottaa tilan maailmankartaksi ja kehoittaa menemään seisomaan sinne, missä on mielenkiintoisin tapa suhtautua päihteisiin. Vierustoverien tai koko ryhmän kesken keskustellaan aiheesta.

Huomio: Maailman tai Suomen karttaa voi käyttää tähän tyyliin rajoittamattomin eri tavoin. Esim. ”minne matkustaisit, jos voitaisit lotossa”, ”millä paikkakunnilla olet asunut” tai ”missä kohtasit päihteitä ensimmäisen kerran”.

Lähde: Aalto 2000, 172–173.

## ***Todella kaunis nainen***

### **Arvot, seksuaalisuus, vuorovaikutus**

Materiaalit: Fläppitaulu & tussi, valmiiksi täytettyjä arvolappuja (A4), tyhjiä papereita, kyniä.

Ohjaaja lukee alla olevan tarinan ja havainnoillistaa sen piirtämällä samalla taululle. Tarinan jälkeen jokainen asettaa paperilleen tarinan hahmot (A, B, C ja D) mieleiseensä arvojärjestykseen hahmojen tekojen perusteella. Järjestysten perusteella ohjaaja jakaa ryhmän pareihin, joilla on mahdollisimman erilaiset vastaukset. Vastaukset voi laittaa taulukkoon pariin helpottamiseksi. Pareissa perustellaan omia näkemyksiä. Sitten annetaan tehtäväksi valita arvolapuista itselleen tärkein, ja laittaa siihen rasti. Arvolappuja voivat olla esimerkiksi: itsemääräämisoikeus, nautinto, uskollisuus, anteeksianto, koskemattomuus, vapaus, vastuu, kunnioittaminen. Lopuksi keskustellaan vielä yhteisesti rasteista.

”Todella kaunis nainen A asuu joen varrella, ja on rakastunut toisella puolella asuvaan mieheen C, joka ei kuitenkaan rakasta häntä takaisin. Lauttakuskimies B on ainoa, joka voi viedä todella kauniin naisen joen yli. Joen toisella puolen on myös toinen mies D, joka rakastaa todella kaunista naista, vaikka todella kaunis nainen ei rakastakaan häntä.

Todella kaunis nainen A halusi palavasti päästä miehen C luokse. Lauttakuski B lupasi viedä hänet sinne ilmaiseksi, mikäli todella kaunis nainen matkustaisi alasti. Todella kauniilla naisella ei ollut vaihtoehtoja päästä rakastettunsa luo, ja niimpä hän myötyi. Todella kaunis nainen pääsi näin miehen C luokse. Kun mies C kuuli, että todella kaunis nainen rakastaa häntä, päätti hän viettää tämän kanssa iloisen viikon, sillä kyseessä oli kuitenkin todella kaunis nainen. Viikon aikana todella kaunis nainen kuitenkin ymmärsi, ettei mies C rakastanut häntä takaisin. Pettyneenä hän lähti miehen D luokse lohtua hakemaan, sillä tiesi tämän rakastavan häntä. Kun mies D kuuli, että todella kaunis nainen oli

viettänyt viikon miehen C kanssa, ei hän enään ottanutkaan naista luokseen. Sen pituinen se.”

Purku: Miltä tuntui keskustella? Mitä opit omistasi ja toisten arvoista? Mitä opit eri mieltä olemisesta?

Lähde: Aalto 2000, 472–475. Muokattu.

## ***Moraalinvartijat***

### **Arvot**

Materiaalit: -

Sarja pieniä tarinoita, joiden avulla voi keskustella arvosita.

Vastavuoroisuus

Eräänä koulupäivänä Matti pyysi Liisalta lainaksi kynää. Liisa ei kuitenkaan suostunut lainaamaan sitä. Viikon kuluttua Liisa unohti pyyhekumin, ja pyysi nyt Matilta sellaista lainaan. Mitä Matin pitäisi tehdä? Miksi?

Oikeudenmukaisuus

Eräänä iltapäivänä äiti pyysi molempia tyttöjään auttamaan kotitöissä. Toista hän pyysi tyhjentämään tiskikoneen ja toista kattamaan pöydän. Toinen tytöistä ei halunnut auttaa, vaan lähti ulos leikkimään. Äiti pyysi toista tyttöä tekemään kummatkin kotityöt. Pitäisikö tytön tehdä molemmat kotityöt? Oliko äidiltä reilua pyytää tekemään kummatkin kotityöt? Miksi?

Tarkoitus ja seuraus

Tommin isä maalasi keittiön kaappeja. Hän lähti hetkeksi pois. Sillä välin Tommi alkoi leikkiä maaleilla, vaikka häntä oli kielletty. Tommi tiputti vahingossa vähän maalia lattialle. Myös Antin isä maalaa keittiön kaappeja, ja lähtee hetkeksi ulos. Antti haluaa auttaa isäänsä, ja kaataa maalipurkista lisää maalia astiaan. Samalla Antti läikyttää maalia lattialle. Oliko jompikumpi pojista tuhmempi? Miksi? Pitäisikö poikia rangaista?

Vastavuoroisuus

Kristian löi Timoa välitunnilla. Mitä Timon pitäisi tehdä? Miksi?

## Rangaistustapa

Jenni oli saanut hienon vesiväripakkauksen. Eräänä päivänä, kun äiti oli poissa kotoa, Jenni maalasi olohuoneen tuolit vesiväreillään. Kun äiti palasi, Jenni tuli riemuiten häntä vastaan kertomaan kuinka oli uudistanut tuolit hienoiksi. Äiti ei ilahtunut kuitenkaan asiasta yhtään. Mitä äidin pitäisi tehdä? Miksi?

## Tarkoitus ja seuraus

Pieni poika Ville on huoneessaan, kun häntä kutsutaan syömään. Hän menee keittiöön ja avaa oven. Oven aukaisu kaataa tarjottimen, ja sen päällä olleet 15 kahvikuppia hajoavat lattialle. Ville ei tiennyt tarjottimen olleen siinä, vaan avasi oven tavallisesti. Toinen poika, Iiro, on yksin kotona. Äiti on kieltänyt Iiroa ottamasta pipareita yläkaapista. Iiro kuitenkin kiipeää tuolin avulla piparipurkille, ja vahingossa tipauttaa sen lattialle. Oliko jompikumpi pojista tuhmempi? Miksi? Pitäisikö poikia rangaista?

## Säännöt

Koulun sääntönä on, ettei koulun alueelta saa poistua. Henri asuu koulun lähellä. Koulupäivän aikana Henri huomaa, ettei hän on unohtanut kotiin seuraavalla tunnilla tarvittavan oppikirjan. Henri päättää hakea kirjan välitunnin aikana, mutta hän ei ehdi takaisin ajoissa, vaan myöhästyy tunnilta. Opettaja huomaa Henrin poistuneen koulun alueelta. Tekikö Henri oikein? Miten Henri olisi toiminut parhaiten? Mitä opettajan tulisi tehdä? Miksi säännöt ovat? Millaisessa tilanteessa sääntöjä saisi rikkoa? Miksi?

Nainen on kuolemansairas. On olemassa vain yksi lääke, joka voi pelastaa hänen henkensä. Sitä on apteekkarilla, joka on sen itse keksinyt ja valmistanut. Apteekkari on hinnoitellut lääkkeen kymmenkertaisesti valmistuskuluihin nähden, ja se on hyvin kallis. Sairaana naisen aviomies lainaa läheisiltä rahaa lääkkeeseen, mutta saa kokoon vain puolet tarvittavasta summasta. Hän tarjoaa apteekkarille tätä summaa ja kertoo vaimonsa olevan kuolemaisillaan.

Hän lupaa maksavansa loput summasta takaisin myöhemmin. Apteekkari kieltäytyy, ja haluaa lääkkeestä täyden hinnan. Mies näkee ainoaksi vaihtoehtokseen ryöstää lääke ja pelastaa siten vaimonsa. Miehen on joko annettava vaimonsa kuolla tai rikottava lakia.

Mitä miehen pitäisi tehdä? Miksi? Jos mies ei rakastakaan vaimoaan, muuttaako se tilannetta? Miksi? Pitääkö toisen hengen eteen olla valmis rikkomaan lakia? Onko pahempi antaa toisen kuolla kuin varastaa? Onko apteekkarilla oikeus pyytää lääkkeestään korkeaa hintaa?

Tarinat perustuvat Piagetin moraalidilemmoihin.

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 147–150. Muokattu.

## Myönteinen palaute

Myönteisen palautteen saaminen on yksi ihmisen arkkikokemuksia, joita jokaisen ihmisen tulisi saada pystyäkseen elämään mielekästä elämää. Erityisesti vaikeuksiin joutuneilla nuorilla voi olla puutteita myönteisen palautteen saamisesta. Juuri silloin myönteistä palautetta pitäisikin antaa entistä enemmän. Parhaimmillaan syntyy tunne siitä, että on itsensä ja muiden mielestä arvokas, haluttu, ja onnellisuutta muillekin tuottava. Myönteisyysharjoitteet pohjautuvat todellisuuteen ja rehellisiin havaintoihin, vaikka niitä tehdäänkin leikin kautta. Syntyneet kokemukset ovat kuitenkin todellisia. Myönteinen palaute ei kuitenkaan ole kaikille helppo ja myönteinen asia. (Aalto 2000, 387–388.)

Harjoitteiden pyrkimyksenä on synnyttää hyväksyttävä kokemus itsestä. Samalla kehitetään vuorovaikutustaitoja. Harjoitteet ovat hyvin toiminnallisia. On hyvä muistaa antaa tilaa keskustelulle, ettei synny väärinkäsityksiä.

Myönteisen palautteen harjoitteet vaativat ohjaajalta erityisen tarkkaa silmää ryhmädynamiikalle. Kukaan osallistujista ei saisi tuntea joutuvansa hyljityksi. Siksi ohjaajan on tarvittaessa osattava improvisoida sellaisia kysymyksiä, että kaikki saavat toisilta myönteistä palautetta.

Harjoitteita voi käyttää, vaikka ryhmän sisäinen luottamus ei olisikaan täydellinen. Harjoitteet ”pakottavat” ottamaan kontaktia toisiin, jonka vuoksi lopputuloksena voi olla enemmän yhteen hitsautunut ryhmä.



## ***Valitsen sinut***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, myönteinen palaute**

Materiaalit: -

Ohjaaja tekee sarjan valintakysymyksiä, joihin ryhmäläiset vastaavat laittamalla kätensä haluamansa ryhmäläisen olkapäälle. Jokainen saa valita vain yhden, ja moni voi valita saman.

Kenen kanssa perustaisit:

Leipomon, tietokonekaupan, urheilukaupan, kampaamon, mainostoimiston, pankin, tanssikoulun, teatterin, bändin, eläinkaupan, autoliikkeen, sirkuksen, vaatekaupan, ravintolan, matkatoimiston

Kenet ottaisit:

Asianajajaksesi, henkivartijaksesi, valmentajaksesi, neuvonantajaksesi, psykologiksesi, kuuntelijaksesi, stylistiksesi, sairaanhoitajaksesi

Kuka on mielestäsi:

Rohkea, fiksu, kuuntelevainen, empaattinen, mukava, idearikas, humoristinen, pitkäpinnainen, harkitseva, ahkera, avoin, avulias, herkkä, avokätinen, hymyilevä, itseään ilmaiseva, järjestelmällinen, kannustava, luja, musikaalinen, iloinen, pohtiva, joustava, oikeudenmukainen, perusteellinen, pirteä, luotettava, sanavalmis, oma-aloitteinen, seurallinen, turvallinen, vaatimaton, vastuuntuntoinen, taiteellinen, uskollinen, vauhdikas

Kuka herättää sinussa:

Iloa, ihailua, turvallisuutta, vapautuneisuutta, luovuutta, innostuneisuutta, rauhallisuutta, toivoa...

Kuka on mielestäsi:

Lakritsipatukka, jäätelö, turkinpippuri, tikkari, limppari, mandariini, mustikka, kurkkupastilli, kuppi teetä...

Kataja, kuusi, koivu, mänty, palmu, ruusu...

Keltainen, vihreä, punainen, sininen, liila...

Maanantai, tiistai, keskiviikko...

Tammikuu, helmikuu, kesäkuu, kevät, syksy, juhannus, joulukuu...

Tiikeri, leijona, koira, kotka, karhu...

Huomio: Ohjaajan on pyrittävä siihen, että jokainen kaikki ryhmäläiset tulisivat valituiksi mahdollisimman tasaisesti. Tässä esitellyistä kategorioista voi valita vapaasti, mitä ryhmän kanssa tuntuu hyvältä käyttää. Missään tapauksessa ei saa esittää kysymyksiä, joissa voi olla nuorille kielteinen (piilo)merkitys.

Varsinkin symbolien (viimeinen kategoria) kanssa on oltava tarkkana. Myöskin liian tärkeät kysymykset ovat huonoja, jos joku jää valitsematta, esim: "Kenet ottaisit autiolle saarelle", tai "Kuka on paras ystäväsi".

Purku: Miltä tuntui valita, miltä tulla valituksi.

Lähde: Aalto 2000, 389–392. Muokattu.

## ***Kutsun sinut viereeni***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, myönteinen palaute**

Materiaalit: Ympyrässä olevat tuolit, joita on yksi enemmän kuin osallistujia.

Se, jonka vieressä oikealla on tyhjä penkki, kutsuu jonkun viereensä istumaan. Samalla hän kertoo jonkin myönteisen asian toisesta, jonka vuoksi hänet kutsui. Kutsuttu ei saa vähätellä tai latistaa kehua, ainoastaan kiittää. Sama toistuu, kunnes ohjaaja ilmoittaa lopettamisesta.

Samoin kuin ”Valitsen sinut” -harjoitetta, voidaan myös tätä varioida niin, että kehuminen ohjeistetaan keskittymään symboleihin, kutsujassa herääviin tunteisiin kutsuttavasta tai positiiviseen palautteeseen jostain menneestä tapahtumasta.

Huomio: Ohjaajan on varmistettava, että kaikki tulevat kutsutuksi ainakin kerran. Kehumisen mitätöintiin täytyy puuttua heti. Ohjaaja voi ilmoittaa loppumisesta esim. sanomalla ”Kolme kutsua vielä tämän jälkeen.”

Purku: Miltä tuntui valita, miltä tulla valituksi. Ohjaajan harkinnan mukaan myös: mitä opimme myönteisen palautteen annosta, vastaanottamisesta ja merkityksestä ryhmälle.

Lähde: Aalto 2000, 393–395.

## ***Täydennettävä minäkuva***

### **Itsetunto, piirtäminen, myönteinen palaute**

Materiaalit: Paperia (mieluiten A3), kyniä, teippiä tai pöytä.

Tätä harjoitetta voidaan tehdä jonkin muun työskentelyn yhteydessä. Aluksi jokainen piirtää paperille kokovartalo-omakuvansa tikku-ukkona tai hieman tarkempana. Tämän jälkeen jokainen kirjoittaa omaan kuvaansa positiivisia ominaisuuksiaan. Ajatteluun liittyvät asiat voidaan kirjoittaa pään viereen, tunteet sydämen kohdalle, jne. Sitten jatketaan muuta työskentelyä. Aina kun ohjaaja hyväksi näkee, palataan omakuvien äärelle pariiksi minuutiksi lisäämään asioita. Myös toisten omakuviin saa käydä kirjoittamassa.

Huomio: Ohjaaja pitää huolen, ettei tule asiattomia kommentteja, ja ettei kukaan jää ilman. Tässä tapauksessa ohjaaja voi itsekin kirjoittaa ominaisuuksia.

Purku: Miltä tuntui saada palautetta muilta, ja antaa muille, miltä arvioida itseään.

Lähde: Aalto 2000, 397–398.

## **Lahja**

### **Piirtäminen, lopetus**

Materiaalit: paperia & maalaus tai piirustusvälineitä

Jokainen miettii, mitä haluaisi antaa lahjaksi toisille. Piirretään lahjat paperille, ja kirjoitetaan päälle, kenelle lahja on ja keneltä. Lopuksi lahjat jaetaan. Lahjat voivat olla materiaalisia tai ei-materiaalisia, kuten ystäviä, terveyttä tms. Tärkeintä on erityisesti pohtia, mitä toinen tuntuu tarvitsevan tällä hetkellä.

Purku: Jokainen tutkii saamiaan lahjoja ja tarvittaessa kysyy, miksi lahjan antaja päätyi tähän. Lahjojen henkilökohtaisuuden aste määrittää, kuinka hyödyllistä on kertoa niistä avoimesti ryhmälle.

Lähde: Sairanen 1988, 56.

## Vuorovaikutus

Tämän otsikon alla on hyvinkin erilaisia harjoitteita. Yhteisenä tekijänä on vuorovaikutustaitojen opettelu. Yksi keskeinen idea on harjoitella tiettyä jäämäkkyyttä, oman päänsä pitämistä rakentavalla tavalla. Toisaalta yhdessä toimiminen vaatii kykyä kompromisseihin ja yhteen hiileen puhaltamiseen.

Joissakin harjoitteissa rohkaistaan ryhmää toimimaan omillaan. Tällöin ohjaaja vetäytyy enemmän tarkkailijan rooliin, ja ryhmä suoriutuu itse tehtävästä haluamallaan tavalla. Ryhmässä toimiminen on varsin normaali osa elämää, jonka vuoksi sellaisessa toimimista on hyvä harjoitella. Harjoitteiden kautta voi rohkaista kokeilemaan sellaista roolia, joka on ehkä itselle hieman vieras.

Harjoitteiden vaikeustaso vaihtelee. Lyhyempiä harjoitteita on hyvä käyttää esimerkiksi lämmittelyinä muille harjoitteille. Tällöin voi pohtia, saisiko toisesta teemasta tuotua jotain jo mukaan vuorovaikutusharjoitteesen.

## ***Tahtojen taisto***

### **Lämmittely, vuorovaikutus, Itsetunto**

Materiaalit: -

Ryhmää ohjeistetaan kulkemaan vapaasti tilassa ja kohtaamaan toisia. Kun kohtaa toisen, aloitetaan väittely, joissa toinen sanoo ”kyllä”, ja toinen sanoo ”ei”. Jatketaan hetki, kunnes lähdetään taas etsimään uutta paria. Ohjaaja tarkkailee ja lopettaa tarpeeksi ajoissa, ettei ryhmä kyllästy.

Lähde: Aalto 2000, 174.

## ***Ominaisuuskauppa***

### **Itsetunto, hulluttelu, tutustuminen, vuorovaikutus**

Materiaalit: -

Ryhmä jaetaan pareiksi. Kumpikin pareista toimii kerran myyjänä, kerran ostajana. Ostaja haluaa elämäänsä jotakin persoonallista ominaisuutta, kuten kitaransoittotaitoa tai järjestelmällisyyttä. Hintana hän voi tarjota jotain hyvää ominaisuutta, mitä hänellä itsellään on liikaa. Jos vaikka ei saa illalla unesta kiinni, voi luopua 10%:sta omaa idearikkauttaan. Myyjä esittää olevansa kaupassa, jonka kautta voi hankkia ostajan haluamaa ominaisuutta. Sitä ei välttämättä ole hyllyssä, mutta sitä voi hakea varastosta, maahantuojalta tai ulkomailta. Huumori saa kukkia. Kitaransoittotaitoa voisi hakea vaikka Jimi Hendrixin lapsuudenkodista. Lopulta myyjä antaa siis ostajalle kitaransoittotaitoa, ja ostaja maksaa siitä osalla omaa impulsiivisuuttaan. Sitten vaihdetaan rooleja.

Purku: Ensin kysytään, miltä tuntui ostaa, myydä, ja luopua omista hyvistä ominaisuuksistaan? Seuraavaksi käsitellään, mitä uutta opittiin itsestä ja parista.

Lähde: Aalto 2000, 196–197.



## ***Autiolle saarelle***

### ***Arvot, vuorovaikutus***

Materiaalit: Paperia & kyniä

Jokainen kirjoittaa paperille 20 omaa tavaraansa, jotka ottaisiin mukaan autiolle paratiisisaarelle. Kun listat on tehty, muodostetaan parit, joidenka tehtävänä on karsia yhteinen lista 15 tavaraan. Tämän jälkeen parit yhdistetään, ja neljän hengen ryhmien täytyy karsia yhteinen lista 10 tavaraan. Lopuksi käydään listat läpi.

Ryhmien kokoa & tavaroiden määrää voi säätää tarpeen mukaan. Mikäli pareja on tarpeeksi, voidaan vielä viimeisenä vaiheena piirtää kartta saaresta, ja jakaa se pieniin palstoihin. Jokaisella palstalla on omat erityisolosuhteensa, joissa on sekä hyötyjä että haittoja. Ryhmäläisten esineet hyötyvät erityisesti joistakin palstoista. Ohjaajan kannattaakin pohtia palstojen ominaisuuksia samalla kun hän seuraa esineiden valintaa. Ryhmän tehtävänä on jakaa saaren palstat pariin kesken. Päätöksentekotapoja on monia, eikä ohjaaja saa vaikuttaa.

Harjoitetta voi jatkaa vielä tästäkin eteenpäin sopimalla saaren asukkaille yhteiset pelisäännöt, tai pohtimalla oman persoonan vahvuuksia ja heikouksia tällaisessa tilanteessa.

Purku: Mitä tunteita liikkui harjoitteen eri vaiheissa? Miltä tuntui luopua omista tavaroistaan? Miltä tuntui olla samaa mieltä toisen kanssa? Entä eri mieltä? Mitä opit omistasi ja muiden arvoista? Mitä opit vuorovaikutuksesta?

Lähde: Aalto 2000, 478–480 & Sairanen 1988,97–100. Muokattu.

## ***Yhteinen kirje***

### ***Vuorovaikutus***

Materiaalit: kynä ja paperia tai tietokone.

Ryhmä kirjoittaa yhdessä kirjeen jollekin ryhmän toimintaan vaikuttavalle ulkopuoliselle henkilölle. Se voi olla vaikkapa presidentti, sosiaali- ja terveysministeri, tai nuorisokodin johtaja. Aiheen valinta on ryhmän itsensä päätettävissä. Ryhmä kirjoittaa yhdessä kirjeen noin 30 minuutin aikana. Kirje luetaan ääneen ja hävitetään työskentelyn loppuksi.

Purku: Miltä tuntui? Mitä kirjeessä oli? Miten ryhmäprosessi toimi? Voisiko saman asian sanoa oikeasti kirjeen kohdehenkilölle?

Lähde: Sairanen 1988, 134.

## ***Tivoli***

### **Hulluttelu, itsetunto, luovuus, intuitio**

Materiaalit: Huonekaluja, satunnaista tavaraa, koristeita

Ryhmä ohjeistetaan saapuneeksi tivoliin, josta jokainen saa valita oman kojun tai laitteen hoidettavakseen. Huoneen tavaroista voi jokainen rakentaa itselleen oman toimintapisteen, esimerkiksi onginnan, hattarakojun, kummitusjunan. Rakentamisen jälkeen jokainen esittelee omansa. Olennaisin kysymys on: mitä tämän pisteen valitseminen ja rakentaminen kertoo minusta?

Purku: Miltä tuntui harjoitteen eri vaiheissa? Miltä tuntui huomata, että omilla valinnoilla on jokin syvempi merkitys?

Huomio: Erityisesti kysymyksen ”mitä tämä kertoo sinusta” jälkeen on hyvä tarkkailla reaktioita ja tulkintoja. Tavoitteena on, että osallistujat tutkiskelevat itseään alitajunnan kautta, mutteivät tee perusteettomia tulkintoja. Onkin hyvä esittää jatkokysymyksiä tulkinnoista.

Lähde: Aalto 2000, 485–487.

## ***Sisustaminen***

### **Vuorovaikutus, intuitio**

Materiaalit: tilan normaali sisustus. Voidaan toteuttaa melkein missä tahansa kaikille tutussa tilassa.

Ryhmä saa vapaasti järjestellä tilan haluamallaan tavalla. Kaikille ryhmän jäsenille ja ohjaajalle tulee löytyä oma paikka.

Purku: Miltä tekeminen tuntui? Miksi mikäkin on siellä, missä on? Missä ohjaajan paikka on? Mistä valinnat kertovat? Kuka teki valintoja? Miten ryhmä toimi?

Huomio: Ohjaajan on hyvä varautua tilanteisiin, joissa haastetaan normaalit käytännöt, tai joku jätetään yksin.

Lähde: Aalto 2000, 499–500.

## ***Pallokone***

### **Vuorovaikutus, ryhmäytyminen**

Materiaalit: Erilaisia palloja tai muita heittämiseen turvallisesti soveltuvia esineitä.

Ryhmä menee tiukkaan puolikaareen, enemmän ympyrään kuin riviin. Ohjaaja heittää jollekin pallon. Tehtävänä on heittää pallo jollekin, jolla se ei ole vielä käynyt. On tärkeää painaa mieleen, kenelle heitti. Lopuksi pallo palaa takaisin ensimmäiselle heittäjälle, joka laittaa sen uudelleen kiertoon. Muutaman kierroksen jälkeen ohjaaja heittää ensimmäiselle heittäjälle toisen pallon. Samalla ohjaaja kertoo, että tavoitteena on pitää molemmat pallot ilmassa. Hetken päästä hän heittää taas uuden pallon, siten että se sopii tasaisesti aiempien pallojen tahtiin. Pallon pudotessa se haetaan takaisin. Kun palloja on tarpeeksi, voidaan vielä kokeilla kääntää pyörimissuunta päinvastaiseksi yhteisestä merkistä.

Purku: Miltä tuntui? Miten suhtautuminen tekemiseen muuttui harjoituksen aikana? Miten ryhmä toimi? Millainen kulttuuri ryhmään syntyi? Miten virheisiin suhtauduttiin?

Lähde: Kopakkala 2005, 164–165.

## ***Mitä tänään opittiin?***

### **Lopettaminen**

Materiaalit: Kyniä, papereita, hattu/kulho/pussi/laatikko.

Jokainen kirjoittaa lapulle, mitä oppi tämän session aikana tai mikä jäi pohdituttamaan. Laput sekoitetaan kulhoon, ja luetaan anonymisti ääneen. Lukija voi olla ohjaaja tai ryhmäläiset.

## ***Tunteet tiivistyvät***

### **Tunteet, vuorovaikutus, esittäminen**

Materiaalit:-

Mennään kahteen toisiaan vastakkain olevaan riviin. Rivien välissä mahdollisimman paljon tilaa. Ohjaaja kertoo harjoiteltavan tunteen, jolloin jokainen miettii hetken itsekseen, missä ja milloin on viimeksi tuon tunteen kokenut. Yhteisestä merkistä lähdetään hiljaa kävelemään kohti toista riviä, niin että lähentyessä tunteen ilmaisu kasvaa kasvamistaan. Kun ollaan aivan lähellä, lähdetään peruuttamaan ja tunne laantuu. Harjoitus tehdään sanattomasti ja toiseen koskematta.

Tunteet:

Viha

Rakkaus

Kateus

Myötätunto

Pettymys

Voitonriemu

Purku: Mitä tunteita on helppo tuoda julki, mitä vaikea? Mitkä ovat hyviä tapoja ilmaista tunteita, mitkä huonoja?

Lähde: MLL 2010, 24.

## **Stop!**

### **Vuorovaikutus, itsetunto**

Materiaalit: -

Ryhmä jakautuu pareihin. Toisen tehtävänä on seistä paikoillaan, ja toisen lähestyä häntä. Kun toinen on läheisyyden sietorajalla, sanoo paikallaan seisova ”STOP!”, ja toinen pysähtyy. Sitten vaihdetaan osia. On hyvä kokeilla erilaisia lähestymisnopeuksia ja vaihdella pareja.

Purku: Miltä tuntui pysäyttää, miltä tulla pysäytetyksi? Oliko ihmisissä eroja?

Lähde: Pihkala, Oksanen & Lampinen 2013, 10.



## **Ryhmäpaine**

### **Vuorovaikutus, itsetunto, esittäminen**

Materiaalit: -

Ryhmä mieltii ensin yhdessä erilaisia kaikkia houkuttelevia asioita. Sitten jokainen menee vuorollaan keskelle. Valitaan yksi äsken keksitty asia, johon muut yrittävät houkutella keskellä olijaa. Hänen tehtävänä on kieltäytyä tilanteeseen sopivalla tavalla. Vaihto ohjaajan merkistä.

Purku: Miltä kieltäytyminen tuntui? Miten harjoitus erosi oikeasta elämästä?  
Mitä oman pään pitäminen vaatii?

Huomio: Päihteiden käsittely tässä tehtävässä vaatii tarkkuutta. Parhaimmillaan se antaa eväitä kieltäytyä käyttämisestä, mutta pahimmillaan laukaista himon päihteisiin. Toisaalta, himoa täytyy osata käsitellä. Ohjaajan on oltava erityisen herkkänä tässä harjoitteessa.

Lähde: Lähde: Pihkala, Oksanen & Lampinen 2013, 11.

## Draama

Sosiodraama on eräänlainen näytelmä tai roolipeli, jolla voidaan harjoitella ilmaisuja ja sosiaalisia taitoja todellisen elämän tilanteissa, vaikkapa päihteistä kieltäytymisenä. Myös menneitä ihmissuhdetilanteita tai -ongelmia voidaan käsitellä. Draaman keinoin kuvataan ihmisten vuorovaikutusta ja demonstroidaan tapahtumia. Ohjaajalta menetelmä ei vaadi yhtä paljon kuin psykodraama, mikä madaltaa kokeilemisen kynnyksiä. Osa ryhmästä esittää tapahtuman, ja muut havainnoivat. Heränneistä ajatuksista ja tunteista voidaan yhdessä tehdä johtopäätöksiä. Sosiodraama kehittää persoonallisia kykyjä, auttaa henkisten paineiden purkamisessa ja sillä voidaan vaikuttaa asenteisiin varsin tehokkaasti. (Kauppila 2005, 110–111, 148.)

Draaman tekeminen voi avata päähenkilön ymmärtämään paremmin tekojaan ja niiden merkityksiä elämäänsä. Draama sopii nuorten kanssa työskentelyyn, koska se tarjoaa väylän käyttää omaa tahtoa ratkaistessa tilanne kypsästi. Tämä taito edistää hyvinvointia. Draamassa toiminnan seuraukset näkee, ja nopeasti voidaan kokeilla toista tapaa. Sosiodraamaa onkin yleisesti käytetty ristiriita- ja vuorovaikutustilanteiden käsittelyyn. Käytetyt roolit heijastavat sosiaalista, eivätkä persoonallista ulottuvuutta. (Savolainen 2007, 166–168.)

Harjoitteiden käyttö vaatii ohjaajalta taitoa ohjata keskustelua ja houkutellessa hyviä draaman aiheita esiin. Ryhmä luottaa ohjaajan taitoon ja tilannetajuun. Ilmapiirin on oltava luottavainen, sillä usein osallistujilla voi olla ennakkoluuloja draamasta. Kyse ei kuitenkaan ole näyttelemisestä, eikä ole väärää tapaa tehdä. Kaikkia suorituksia on hyvä kehua.

Kauppila, Reijo 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-Kustannus.  
Savolainen, Aili 2007. Draama puree, purkaa ja parantaa. Kokemuksia psykodraaman käytöstä tyttöryhmässä. Teoksessa Tuula Lehtinen (toim.) Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Heikki Waris -instituutti, 159–188.

## ***Näyttämön rakentaminen***

### **Itsetunto, draama**

Materiaalit: Huonekaluja.

Harjoitteissa, joissa näytellään jotakin tiettyä tilannetta, on hyvä ensin ”rakentaa näyttämö”. Päähenkilö, jonka kokemuksiin tilanne perustuu, rakentaa näyttämön ohjaajan presens -aikamuodossa esittämien kysymysten avulla. Samalla kun hän vastaa ohjaajan kysymyksiin, hän siirtelee huonekaluja paikoilleen tai markkeeraamaan jotain muuta esinettä, jota ei ole saatavilla. Tavoitteena on tehdä tilasta mahdollisimman todentuntuinen.

Missä vuodenajassa ollaan? Paljonko kello on?

Ketä on paikalla?

Millaisessa huoneessa olemme?

Mitä huoneessa on?

Mitä ikkunoista näkyy?

Mitä ääniä kuuluu?

Miltä tuoksuu?

Millainen on tunnelma?

Lähde: Kopakkala 2005, 156.

## ***Esittäminen***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, draama**

Materiaalit: -

Kokemuksista kertomisen sijaan yksi tai useampi henkilö esittää sen. Ensin voi olla hyvä rakentaa näyttämö (ks. edellä).

Lähde: Kopakkala 2005, 157.

## ***Tuplaaminen***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, draama**

Materiaalit: -

Tarvitaan vapaaehtoinen päähenkilö, joka haluaa tutkia jotain arkielämän tilannettaan. Ensin voi olla hyvä rakentaa näyttämö (ks. edellä). Päähenkilö valitsee itselleen vapaaehtoisen tuplaajan. Samalla kun päähenkilö esittää tilanteen, tuplaaja pyrkii tekemään kaiken täysin samoin kuin päähenkilö. Tuplaaja tekee todennäköisesti jotain hieman liioitellen, tai jotain ylimääräistä, jolloin ohjaaja keskeyttää. Tällöin kysytään päähenkilöltä, onko tuplaajan tekemä tulkinta oikea. Jos on, niin päähenkilöä pyydetään ilmaisemaan tämä omin sanoin.

Huomio: Harjoite on hyvä erityisesti tunnistamattomien ja ristiriitaisten tunteiden esille tuomiseen. Ilman psykodraaman koulutusta on hyvä olla varuillaan, ettei mennä liian syväälle.

Lähde: Kopakkala 2005, 157–158.

## ***Roolin vaihtaminen***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, draama**

Materiaalit: -

Tarvitaan vapaaehtoinen päähenkilö, joka haluaa tutkia jotain arkielämän tilannettaan, ja toinen, joka toimii apuhenkilönä. Ensin voi olla hyvä rakentaa näyttämö (ks. edellä). Apuhenkilö tarkkailee aina päähenkilön tapaa esittää, ja pyrkii toistamaan sen mahdollisimman samanlaisena. Aluksi päähenkilö näyttelee tilanteesta oman osuutensa. Sitten apuhenkilö toistaa saman, ja nyt päähenkilö vaihtaa rooliaan tilanteen mukaiseksi vastarooliksi. Ollessaan vastaroolissa, päähenkilö näkee siis itsensä apuhenkilön esittämänä. Viimeiseksi vaihdetaan rooleja vielä niin, että päähenkilö esittää itseään ja apuhenkilö vastaroolia.

Purku: Miltä tuntui? Tavoitettiinko jotain oikeasta elämästä? Mitä opit omasta käyttäytymisestäsi?

Huomio: Ohjaaja auttaa erityisesti apuhenkilön roolinvaihtoja tarkkailemalla päähenkilön käyttämiä asentoja, käyttäytymistä, eleitä asenteita ja ilmaisuja. Ilman koulutusta psykodraamaan ei ohjaajan kannata antaa käsiteltäväksi liian syviä aiheita. Sitä ilman voi kuitenkin mainiosti käyttää harjoitetta vuorovaikutuksen ja käyttäytymisen tutkimiseen.

Lähde: Kopakkala 2005, 154–155.

## ***Peili***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, draama**

Materiaalit: -

Tarvitaan vapaaehtoinen päähenkilö, joka haluaa tutkia jotain arkielämän tilannettaan, ja toinen, joka toimii apuhenkilönä. Ensin voi olla hyvä rakentaa näyttämö (ks. edellä). Apuhenkilö tarkkailee aina päähenkilön tapaa esittää, ja pyrkii toistamaan sen mahdollisimman samanlaisena. Esitettyään kohtauksen, päähenkilö astuu pois näyttämöltä. Apuhenkilö esittää nyt kohtauksen, ja päähenkilö kertoo samanaikaisesti näyttämön sivusta, mitä hän näkee.

Huomio: Asettuessaan ulkopuolisen rooliin voi nähdä omat toimintatapansa uudessa valossa, ja antaa itselleen ohjeita ja neuvoja.

Lähde: Kopakkala 2005, 158.

## ***Tyhjä tuoli***

### **Itsetunto, vuorovaikutus, draama**

Materiaalit: tuoli (tyhjä).

Tyhjälle tuolille kuvitellaan joku, jolle pitäisi sanoa jotakin. Ohjaaja kehottaa päähenkilöä kuvittelemaan tämän ihmisen tuolille, ja kysyy miltä hän näyttää, miten käyttäytyy. Sitten ohjaaja kehoittaa päähenkilöä sanomaan sanottavansa suoraan tuolilla istuvalle henkilölle.

Purku: Miltä tuntui?

Huomio: Tyhjä tuoli muistuttaa samalla, että henkilö ei oikeasti ole paikalla. Siksi harjoitteeseen voi liittyä haikea tunnelma. Tyhjää henkilöä voi käyttää yksin tai ryhmässä.

Lähde: Kopakkala 2005, 166–167.



## ***Kuuma tuoli***

### **Itsetunto, vuorovaikutus**

Materiaalit: tuoli (normaalilämpöinen)

Keskellä olevaan tuoliin saa mennä vapaaehtoisesti istumaan. Tällöin hän on kaikkien muiden huomion kohteena. Tuolissa istuvasta saa sanoa mitä mieleen tulee: tunteita, elämänohjeita. On tärkeää pysyä nykyhetkessä, ei juurikaan muistella menneitä. Tuolissa istuva ei saa vastata, vaan hänen on otettava palaute vastaan sellaisenaan. Palautteen antaja kysyy luvan ennenkuin aloittaa, sillä tuolissa istuvalla on aina vapaa mahdollisuus tulla pois tuolilta.

Purku: Ei purkua välittömästi, vaan annetaan ajatusten kypsyä hetki. Samalla tunteet eivät välttämättä tule esiin niin voimakkaasti.

Huomio: Ohjaajan on todella seurattava erittäin tarkasti ryhmän tunnetilaa. Harjoitteen käyttäminen vaatii luottavaa tunnelmaa. Koska palautteeseen ei saa heti vastata, vaikuttaa se voimakkaammin kuin normaalissa vuorovaikutustilanteessa. Väärässä tilanteessa käytettynä harjoite antaa mahdollisuuden henkiselle väkivallalle. Luottamus on tärkeää.

Lähde: Sairanen 1988, 40.

## **Syy-seuraus patsaat**

### **Arvot, esittäminen, vuorovaikutus, luovuus**

Materiaalit: -

Kuka tahansa saa ehdottaa ryhmälle jonkin arkielämän tilanteen, jonka seurauksia hän haluaisi tarkastella. Ehdottaja astuu ohjaajan luo. Joku vapaaehtoinen esittää ehdotetun tapahtuman. Hänen peräänsä ryhmäläiset saavat esittää rivinä patsaina tilanteen eri seurauksia. Näistä seurauksista ehdottaja valitsee yhden, jolloin muut poistuvat. Nyt on taas uusi tilanne, josta katsellaan uusia erilaisia seurausvaihtoehtoja. Näin jatketaan eteenpäin niinkauan kuin ehdottaja haluaa tai ohjaaja näkee tarpeelliseksi. Sitten otetaan uusi tapahtuma.

Esimerkki: ensimmäinen tilanne on ”humalan juominen”. Vapaaehtoinen tekee patsaan humalan juomisesta. Muut ryhmäläiset keksivät seurauksia tästä ja tekevät niistä patsaita. Seurauksia voivat olla: rahojen loppuminen, itsensä nolaaminen, onnellinen sekoilu, tappelu tai yhden illan suhde. Ehdottaja valitsee seurauksen ”tappelu”. Tappelun esittäjä jää paikalleen, ja muut keksivät vaihtoehtoisia seurauksia tappelemisesta. Niitä voivat olla: sovinto, poliisien väliintulo, loukkaantuminen. Ketjua jatketaan tällä tapaa eteenpäin.

Purku: Miltä tuntui keksiä vaihtoehtoja? Miltä tuntui saada valita vaihtoehdoista? Miltä tuntui esittää? Mitä opit?

Huomio: Ohjaajan on hyvä tarkistaa, onko ohjeet ymmärretty. Ilmapiirin kehittymistä on hyvä tarkkailla, erityisesti ehdottajan kannalta.

Lähde: Aalto 2000, 476–478. Muokattu.

## ***Vaikeat henkilöt***

### **Vuorovaikutus, esittäminen**

Materiaalit: -

Ensin kukin pohtii jotakin erittäin vaikeaa henkilöä, luonnetta tai käyttäytymistä. Noin kymmenen minuutin jälkeen kukin kertoo ääneen pohdinnastaan. Sitten valitaan yksi tai useampi vaikea hahmo, ja keksitään sopiva paikka ja tilanne, ja esitetään draama. Muut roolit saavat tulla improvisoidusti tilanteen mukaan, näin saadaan mahdollisimman aitoja reaktioita vaikeisiin käyttäytymistyyliin. Esiintyminen on aina vapaaehtoista.

Purku: Miltä tuntui? Mitä opittiin vuorovaikutuksesta?

Lähde: Sairanen 1988, 86.

## Taide

Nämä kaksi harjoitetta ovat hyvin vapaamuotoisia. Enemmänkin ne ovat mukana työkirjassa muistuttamassa siitä, että kuvataiteilla, musiikilla, runoudella ja draamalla on merkittävä vaikutus ihmiseen. Erityisesti elokuvat ja musiikki ovat hyvin arvostettuja nuortisokulttuurissa. Ohjaaja voi käyttää tätä hyödykseen, ja käyttää vaikka ryhmän lämmittelynä päivän teemaan johdattelevaa kohtausta elokuvasta.

On hyvä tiedostaa, että abstraktius saattaa herättää katsojassa ahdistusta, erityisesti mitä vaikeatajuisempi teos on kyseessä. Terve nuori kestää paljon, mutta ahdistunut nuori voi kokea kuvat hyvin voimakkaasti. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003: 436.)

Musiikki määrittää nuoren identiteetistä ja alakulttuurista hyvin paljon. Musiikin merkitys ihmiselle on suuri, sillä sen kautta voi tehokkaasti käsitellä tunteita. Itse soittamisen ja tekemisen lisäksi voidaan myös jakaa itselle merkityksellisiä kappaleita ryhmälle. Näin avautuu hyvä kanava keskustella nuorten tunteista heidän omilla ehdoillaan. Olennaista ei niinkään ole musiikin tyyli tai laatu, vaan mitä se kertoo kuuntelijastaan. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003: 435.)

Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003: Nuoren aika. Helsinki: WSOY

## ***Musiikin kuunteluttaminen***

### **Lämmittely, arvot, itsetunto, päihteet, tunteet**

Materiaalit: Cd-soitin / tietokone & kaiuttimet, sanat tulostettuna / heijastettuna videotykillä.

Musiikkikappaleiden pohjalta on mukava viritellä keskustelua. Nykytekniikalla melkeinpä kappaleen kuin kappaleen saa internetin kautta kuuluviin hetkessä. Osoitteesta [www.huumebiisit.fi](http://www.huumebiisit.fi) löytyy kootusti kappaleita, jotka tavalla tai toisella käsittelevät päihteitä. Lyriikoiden pohjalta voi tehdä väittämiä ja kysymyksiä.

Kappaleita voidaan myös kuunnella ryhmäläisten omien valintojen mukaan. Tällöin voidaan antaa rajaukseksi esim kappale, jonka lyriikat edustavat hyvin arvoja, tunteita, elämän tarkoitusta. Musiikki edustaa nuorelle hyvin paljon, ja tärkeän kappaleen jakaminen voi olla suuri kunnia. Toisaalta jotkut eivät tätä välttämättä kestä, vaan tuovat huumorikappaleen. Sen voi sallia, ja viritellä keskustelua tosissaan siitä, miksi huumorikappale valittiin ja mitä se valitsijastaan kertoo.

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 77, 96. Muokattu.

## ***Taiteen tutkiminen***

### **Lämmittely, arvot, itsetunto, tunteet**

Materiaalit: Valmiiksi etsittyjä valokuvia, lehtileikkeitä, postikortteja yms, tai tietokone ja videotykki

Samoin kuin musiikin kanssa, myös kuvien ja taiteen tulkinnasta voi lähteä liikkeelle. Jos kuvassa on henkilöitä, voi miettiä esimerkiksi: keitä he ovat, missä tilanteessa ovat, mitä tuntevat, voiko heihin samaistua, miten kohtaisi kuvan henkilöitä oikeassa elämässä, miten toivoisi itse tulevansa kohdatuksi samassa tilanteessa. Toinen helppo mahdollisuus on levittää kuvia kaikkien näkyville, ja pyytää valitsemaan kuvan, joka jostain syystä puhuttelee juuri tällä hetkellä.

Kärsimys: Edward Munch – Huuto

Vapaus: Albert Edelfelt – Leikkiviä poikia rannalla

Suru: Albert Edelfelt – Lapsen ruumissaatto

Suru, auttaminen: Hugo Simberg – Haavoittunut enkeli

Viha: Akseli Gallen-Kallela – Kullervon kirous

Rakkaus & ahdistus: Salvador Dalí - L'amour de Pierrot

Sisu, kurjuus: Eero Järnefelt – Raatajat rahanalaiset

Ilo, teennäisyys: Damien Hirst - Skull

Hämmennys: Steve McCurry – Afghan girl

Rauha, rohkeus: Marc Riboud - La Jeune Fille a la Fleu

Rohkeus: Stuart Franklin Magnum – Tiananmen Square

Ilo: Arthur Sasse – Albert Einstein

Kärsimys: Kevin Carter - Stricken child crawling towards a food camp

Lähde: Koivisto, Paalanne & Siukonen 2010, 166. Muokattu.

## Luottamus

Luottamusharjoitteet ovat riski.

Mikäli harjoite onnistuu, tuotetaan hyvin voimakkaita onnistumisen tunteita ja ryhmän keskinäinen luottamus nousee erittäin korkealle. Mikäli harjoite epäonnistuu, voi syntyä vakavia traumaattisia kokemuksia.

Ohjaajan on todella tarkkaan tiedettävä, mitä hän tekee. Ryhmän on oltava vastaanottavainen työskentelylle ja luottamuksen on oltava jo ennestään hyvä.

Riskin ottaminen voi kuitenkin olla kannattavaa! Parhaimmillaan kokemus voi olla hyvin terapeutin ja korjaava.

## ***Mustekalapainallus***

### **Vuorovaikutus, ryhmäyttäminen, rentoutus**

Materiaalit: Rauhallista musiikkia, patja.

Jokainen on vuorollaan makaamassa vatsallaan patjalla. Rauhallisen tunnelman vallitessa ryhmä painelee kämmenillään keskellä olevan selkää, hartioita, käsiä ja jalkoja. Peppuun ja sisäreisiin ei saa koskea. Painelu on melko kevyttä, kyse ei ole hieronnasta. Harjoitteen voi myös toteuttaa pareittain. Tällöin apuna voi käyttää jumppapalloja tai hierontavälineitä. Mikäli koskettelu ei ole jostain syystä hyvä vaihtoehto, voi ringin keskellä oleva piirtää maahan alueen, joka on hänen rajansa. Ryhmä kuljettaa käsiään tuon rajan pinnalla. Näin vahvistetaan ajatusta kehon itsemääräämisoikeudesta. Harjoite kannattaa kuitenkin ehdottomasti tehdä samalla tavalla kaikille.

Lähde: Lankinen 2011, 92.



## **Heijaaminen**

### **Ryhmäyttäminen, tunteet**

Materiaalit: avoin tila, mahdollisesti rentouttavaa musiikkia

Ryhmän jäsen nostetaan muiden varaan ja häntä heijataan. Nosto voi tapahtua joko suorille käsille päiden yläpuolelle, sylitasolle, polviasennossa, peiton varassa tai kontallaan olevan ryhmän selkien päällä. Jokainen on vuorollaan heijattavana.

Purku: ei välttämättä tarpeellinen.

Huomio: Ohjaajan vastuulla on fyysinen ja psyykinen turvallisuus. Nostettavan pään tukeminen on annettava yhden ihmisen erityiseksi tarkaavaisuuden kohteeksi. Nauramiselle ja pilailulle on oltava ehdoton kieltö. Harjoitteeseen tulee ryhtyä vain jos ilmapiiri luodaan sen sallivaksi. Harjoitteen tavoitteena on rentoutuminen, luottamus, hoivattuna olo ja turvallisuuden tunne. Myös torjuttuja tunteita voi nousta pintaan.

Lähde: Aalto 2000, 526–528.

## Lähteet

Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Ryttylä: My Generation Oy.

Koivisto, Johanna; Paalanen, Helena & Siukonen, Antti 2010. Ihan sama. Eilen, tänään ja ikuisesti. Opettajan opas. Helsinki: LK-kirjat / Lasten Keskus Oy.

Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.

Lankinen, Mari 2011. Voimaneidot. Opas tyttöjen oman voiman haltuunoton ja aggression hallinnan tukemiseen. Helsinki: Kalliolan nuoret ry & Settlementtinuorten liitto. Viitattu 29.9.2013

[http://www.kalliola.fi/SiteCollectionDocuments/Voimaneidot\\_netiiin%20FINAL.PDF](http://www.kalliola.fi/SiteCollectionDocuments/Voimaneidot_netiiin%20FINAL.PDF)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2010. Terve Minä. Tukioppilastoiminnan materiaali itsetuntemuksesta. Helsinki: MLL. Viitattu 29.9.2013 <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/aecd4b104b71f5885e547d67998a627d/1380457877/application/pdf/13118423/MLL%20tukioppilastoiminta%20-Terve%20min%C3%A4%202010.pdf>

Pihkala, Maarit; Oksanen, Pia Puu & Lampinen, Johanna 2013. Mun rajat -opetusmateriaali. Helsinki: Amnesty Internationalin Suomen osasto. Viitattu 29.9.2013. <http://www.amnesty.fi/opettajille/oppimateriaalit/mun-rajat>

Sairanen, Raija 1988. Harjoitellaan ryhmätyötä. Helsinki: Sairaanhoidtajien koulutussäätiö.

## Liitteet

Voimasanat löytyvät myös julkaisusta: Mari Lankinen 2011, Voimaneidot.

[http://www.kalliola.fi/SiteCollectionDocuments/Voimaneidot\\_netiiin%20FINAL.PDF](http://www.kalliola.fi/SiteCollectionDocuments/Voimaneidot_netiiin%20FINAL.PDF)

### ***Voiman tunnesanat***

anteeksiantamus	kyyninen	sinnikäs
arvokkuus	lannistumaton	sisukas
epäoikeudenmukaisuus	loukkaava	sisuuntunut
eteenpäin pyrkivä	loukkaantunut	sisältä vihainen
halu	miehekäs	suuttunut
halveksuva	mielihyvä (seksuaalinen)	taistelunhaluinen
harmistunut	mustasukkainen	torjuva
hellä	naisellinen	tuhtunut
hempeä	nautinto (seksuaalinen)	turhautunut
himokas	oikeudenmukainen	tympääntynyt
ihastunut	pettynyt	uhmakas
ikävästyntynyt	pitkäjänteinen	vapaa
inhoava	pitkästyntynyt	vastenmielinen
intohimoinen	puolustushaluinen	verevä
itsenäinen	päämäärätietoinen	vihainen
itsevarma	päätäväinen	vihamielinen
ivallinen	raivostunut	voimakastahtoinen
kateus	rakastava	vähättelevä
katkera	rakastunut	välinpitämätön
kiukkuinen	riehakas	ylpeä
kostonhaluinen	rohkea	äkäinen
kunnioittava	seksikäs	äreä
kyllästynyt	seksuaalinen värinä	ärtynyt

***Ilon tunnesanat***

levollinen

kiitollinen

huvittunut

hilpeä

ilahtunut

helpottunut

rento

tyyni

vapaa

riemastunut

lohdutettu

lämmin

turvallinen

innostunut

rauhallinen

luottavainen

tyytyväinen

hellä

iloinen

## ***Arvokortit***

Onni	Mielihyvä	Ilo	Nautinto
Aistillisuus	Elämä	Terveys	Tahto
Hyvä kunto	Kauneus	Ylevyys	Kauneus
Taide	Totuus	Tieto	Oppiminen
Koulutus	Viisaus	Tiede	Usko
Toivo	Pyhyys	Armollisuus	Auttaminen
Ystävyys	Rakkaus	Uskollisuus	Vapaus
Veljeys	Kunnia	Isänmaallisuus	Turvallisuus

Voima	Valta	Sota	Rikkaus
Raha	Voitto	Oikeuden- mukaisuus	Ihmisoike- udet
Tasa-arvo	Laillisuus	Hyvyys	Moraalinen oikeus
Luonnon hyvinvointi	Eläinten oikeudet	Oma etu	Omanar- vontunto