

*”Mä sittenkin pystyn tähän”*

Nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä ja toiminnallisen ryhmätoiminnan minäpystyvyysteoreettista tarkastelua

Sirke Jaakkola  
Tampereen yliopisto, Pori  
Yhteiskuntatieteiden tiedekunta  
Sosiaalityö  
Pro gradu -tutkielma  
Ohjaaja Tuija Eronen

Tampereen yliopisto

Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta, Porin yksikkö

SIRKE JAAKKOLA: ”Mä sittenkin pystyn tähän” Nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä ja toiminnallisen ryhmätoiminnan minäpystyvyysteoreettista tarkastelua

Pro gradu -tutkielma, 78 sivua, 7 liitesivua.

Sosiaalityö

Ohjaaja: Tuija Eronen

Marraskuu 2018

---

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä. Tutkimuksessa kysyttiin, vaikuttaako toiminnalliseen ja elämykselliseen ryhmätoimintaan osallistuminen nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen sekä millaisia minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä heidän kuvauksissaan ilmeni. Tutkimuksen viitekehysessä määriteltiin ja kuvailtiin nuorille aikuisille suunnattua toiminnallista ja elämyksellistä ryhmätoimintaa sosiaali- ja nuorisotyön yhtenevillä kentillä. Keskittyessään nuorten aikuisten Nuotta-valmennuskokemusten lisäksi minäpystyvyyden tarkasteluun, Banduran minäpystyvyysteoria määritteli tutkimuksen teoreettiseksi näkökulmaksi.

Tutkimuksen aineisto koostui neljän, 22–29 -vuotiaan, samalle Nuotta-valmennusleirille osallistuneen nuoren aikuisen haastatteluista. Nuoret olivat erityisnuorisotyön, etsivän nuorisotyön ja/tai työpajatoiminnan asiakkaita. Heitä kaikkia haastateltiin tutkimukseen teemahaastattelua hyödyntäen ennen ja jälkeen Nuotta-valmennusleirin. Näin ollen tutkimuksen aineisto koostuu yhteensä kahdeksasta haastattelusta, jotka analysoitiin sisällönanalyysia hyödyntäen. Metodologisesti tutkimus nojasi fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen.

Nuorten aikuisten kokemukset Nuotta-valmennusleiristä olivat myönteisiä. Analysoinnin tuloksena merkityksellisiksi kokemuksiksi tutkimuksessa määrittyivät Nuotta-valmennusleirin tarjoamat uudet kokemukset, yhdessä tekeminen, ryhmään kuuluminen sekä ryhmän turvallisuus. Nuotta-valmennusleiri tulkittiin analyysiin perustuen osallisuuden, vertaisuuden sekä voimaannuttavien kokemusten mahdollistajana. Nuotta-valmennusleiri vaikutti myönteisesti nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen. Minäpystyvyyden vahvistumista tuki myös tutkimustulos, jonka mukaan Nuotta-valmennusleiriin sisältyi runsaasti minäpystyvyyttä vahvistavia tekijöitä.

Lisätutkimustarve liittyi minäpystyvyyden vahvistumisen todentamiseen. Nuotta-valmennusleirin vaikuttavuutta minäpystyvyyksikäsitykseen ehdotettiin tutkittavaksi huomattavasti laajemmalla aineistolla tieteellistä mittaria hyödyntäen. Tutkimuksen tulokset rohkaisevat käyttämään toiminnallisia ja elämyksellisiä menetelmiä laajemmin myös sosiaalityössä, esimerkiksi aikuissosiaalityössä yksilökeskeisen työtavan rinnalla.

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla Tampereen yliopiston laatu järjestelmän mukaisesti.

Asiasanat: nuori aikuinen, toiminnallisuus, elämyksellisyys, ryhmätoiminta, minäpystyvyyys

University of Tampere  
School of Social Sciences and humanities, Pori Unit  
JAAKKOLA SIRKE: "I can do this after all" Experiences of young adults from Nuotta coaching camp and self-efficacy theoretic considerations about functional groupwork.  
Master's Thesis 78 pages, 7 appendix pages  
Social Work  
Supervisor: Tuija Eronen  
November 2018

---

The purpose of this thesis was to study the experiences that young adults gained during Nuotta coaching camp. Additionally the purpose was to research if participating in functionality and experimental group work has an affect on self-efficacy of young adults and what kind of factors affecting their self-efficacy arose in their descriptions. Functionality and experimental group work, directed to young adults in the converging fields of social work and youth work, were defined and described in the frame of reference. As Banduras' self-efficacy theory focuses on Nuotta -coaching experiences and examination of self-efficacy, it was defined to be the theoretical point of view of this thesis.

The material of the thesis consisted of the interviews of four young adults, aged between 22 and 29, who participated on the same Nuotta coaching camp. The interviewees were customers of special youth work, outreach youth work and/or youth workshops. They were all interviewed for the thesis by means of semi-structured interviews before and after the Nuotta coaching camp. Thus the material of the thesis consists of eight interviews which were analysed using content analysis method. Methodologically the thesis leaned to phenomenology-hermeneutic scientific approach.

The experiences of Nuotta coaching camp were positive. As a result of analysing, the most meaningful experiences were new experiences, doing things together, being a part of a group and safety of a group. Based on the analysis, Nuotta coaching camp was interpreted as an enabler of participation, equality and empowering experiences. Nuotta coaching had an positive affect on the self-efficacy of young adults. The Nuotta coaching also included lots of factors strengthening self-efficacy which was supported by the research results.

Further research was needed to verify the strengthening of self-efficacy. Nuotta coaching's effectiveness on self-efficacy concept was suggested to be researched with significantly more material by using scientific meters. The results of the study encourage to use more functionality and experimental methods in social work, for example in adult social work together with self-centered work method.

The originality of this thesis has been checked using the Turnitin Originality Check service in accordance with the quality management system of the University of Tampere

Keywords: young adult, functionality, experimental, groupwork, self-efficacy,

# SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO.....	1
2 NUORILLE AIKUISILLE SUUNNATTU TOIMINNALLINEN RYHMÄTOIMINTA SOSIAALI- JA NUORISOTYÖSSÄ .....	3
2.1 Sosiaalityö ja nuorisotyö nuoren aikuisen elämän tukijana .....	3
2.2 Ryhmä, ryhmäprosessi ja ryhmädynamiikka.....	6
2.3 Toiminnallisuus ja elämyksellisyys ryhmätoiminnassa .....	9
2.4 Toiminnallinen ryhmätoiminta sosiaalityön ja nuorisotyön työmenetelmänä.....	11
3 BANDURAN MINÄPYSTYVYYSTEORIA .....	14
3.1 Minäpystyvyysteorian määrittelyä.....	14
3.2 Minäpystyvyyden kehittyminen ja minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät .....	18
4 TUTKIMUKSEN METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	22
4.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset .....	23
4.2 Fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa kokemuksen tutkimuksessa .....	23
4.3 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä ja haastattelujen toteutus.....	25
4.4 Tutkimukseen osallistuneet ja aineiston kuvaus .....	28
4.5 Aineiston analyysi sisällönanalyysia hyödyntäen .....	29
4.6 Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset .....	32
5 NUORTEN AIKUISTEN KOKEMUKSIA NUOTTA-VALMENNUSLEIRISTÄ JA NIIDEN MINÄPYSTYVYYSTEOREETTISTA TARKASTELUA.....	35
5.1 Nuotta-valmennus.....	35
5.2 Nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä.....	38
5.2.1 ”On tekemistä ja pääsee vähän muuallekin kodista” - Uusia kokemuksia uudenaikaisessa ympäristössä .....	39
5.2.2 ”Reipasta yhdessä oloa” – yhdessä tekemistä ja yhdessä olemista turvallisessa ryhmässä...	42

5.2.3 Nuorten aikuisten ryhmä vertaisuuden, osallisuuden ja voimaannuttavien kokemusten.....	
mahdollistajana .....	49
5.3 Nuotta-valmennuksen vaikutus nuorten aikuisten minäpystyvyyksäkäsitykseen.....	51
5.4 Nuotta-valmennusleirin minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät .....	53
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	58
7 LÄHTEET .....	65
LIITE 1 Teemahaastattelurunko .....	74
LIITE 2 Yleiseen minäpystyvyyteen liittyvät väittämät .....	75
LIITE 3 Tutkimuslupapyyntö .....	77
LIITE 4 Esimerkkitaulukko aineiston luokittelusta.....	78
LIITE 5 Nuorten aikuisten itsearviointit.....	80

#### KUVIOT:

Kuvio 1: Pystyvyyssodotukset ja tulosodotukset Banduran (1997) mukaan

Kuvio 2: Minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät Banduran (1977, 1997) mukaan

#### TAULUKOT:

Taulukko 1: Esimerkki aineiston luokittelusta

Taulukko 2: Haastateltujen nuorten aikuisten itsearviointi minäpystyvyydestään asteikolla 1–10.

Taulukko 3: Nuorten aikuisten kokemuksissa ilmenevät minäpystyvyyteen myönteisesti vaikuttavat tekijät Nuotta-valmennusleirillä

# 1 JOHDANTO

Korkea nuorisotyöttömyys on Suomessa yhteiskunnallinen haaste, johon on pyritty vaikuttamaan esimerkiksi nuorisotakuun kautta. Myös nuorisolaissa (1285/2016) on yhä enemmän painotettu nuorten ja nuorten aikuisten osallisuuden ja yhdenvertaisuuden tavoitetta. Siirtymä nuoruudesta varsinaiseen aikuisuuteen on selkeästi pidentynyt. Nuoret aikuiset on alettu tunnistaa ja tunnustaa omaksi ikäryhmäkseen. Tähän elämänvaiheeseen liittyy erityispiirteitä, kuten koulutus- ja työmarkkinoille siirtyminen sekä taloudellinen itsenäistyminen ja omasta lapsuuden perheestä irtautuminen. Nuori aikuinen voi edetä matkallaan aikuisuuteen tasaisesti tai sitten hän voi tarvita tukea ja apua esimerkiksi yhä vaativammalla koulutuksen ja työmarkkinoiden kentällä tai raha-asioihinsa liittyen. Ryhmätoiminta eri muodoissaan on yksi mahdollisista tuen muodoista, joita nuorelle aikuiselle voidaan tarjota tueksi haasteelliseen elämäntilanteeseensa. Tässä tutkimuksessa olenkin nimenomaisesti kiinnostunut siitä, millaisia kokemuksia nuorilla aikuisilla on toiminnallisesta ja elämyksellisestä ryhmätoiminnasta.

Pro gradu -tutkielmassani tarkastelen satakuntalaisten erityisnuorisotyön, etsivän nuorisotyön ja/tai nuorten työpajatoiminnan asiakkaina olevien nuorten aikuisten kokemuksia heille suunnatusta sosiaalisesta nuorisotyöstä, Nuotta-valmennuksesta. Nuotta-valmennuksen tavoitteina on vaikuttaa myönteisesti nuorten ja nuorten aikuisten sosiaalisiin taitoihin sekä arjen hallintaan toiminnallisia ja elämyksellisiä ryhmämuotoisia menetelmiä hyödyntämällä. Nuorten kokemusten lisäksi olen tutkimuksessani kiinnostunut siitä, vaikuttaako toiminnallinen ja elämyksellinen ryhmätoiminta nuoren aikuisen minäpystyvyyksikäsitykseen sekä siitä, millaisia minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä leiritoimintaan liittyvistä kuvauksista on mahdollista löytää. Käytän tutkielmassani nimitystä Nuotta-valmennusleiri viitatessani tämän tutkimuksen nuorille aikuisille räätälöityyn Nuotta-valmennukseen. Nuoret aikuiset puhuivat itse leiristä tai Nuotta-valmennusleiristä. Leiri-sana ilmentää mielestäni hyvin juuri heidän Nuotta-valmennustaan, joka oli kolme vuorokautta yhtäjaksoisesti kestävä intensiivijakso.

Innostukseni ryhmämuotoista työskentelytapaa kohtaan kumpuaa työhistoriastani – niistä mahtavista hetkistä, kun ryhmänjäsenet kokevat yhdessä onnistuvansa ja alkavat uskoa omiin kykyihinsä. Usko omiin kykyihin saa ihmisen vaikeankin haasteen edessä luovuttamisen sijaan yrittämään vielä uudelleen. Tätä uskoa omiin kykyihin Albert Bandura nimittää minäpystyvyydeksi (Bandura 1977) ja vahvan

minäpystyvyyksäsityksen on todettu vaikuttavan myönteisesti esimerkiksi nuoren aikuisen elämönhallintaan sekä lisäävän uskoa omaan tulevaisuuteen (Azizli, Atkinson, Baughman & Giammarco 2015).

Haluan tutkimuksessani nostaa esiin Nuotta-valmennusleiritoimintaan osallistuneiden nuorten äänen heidän omien kokemustensa kautta. Tämä mahdollistuu sekä kuvailevassa että selittävässä, fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen nojautuvassa tutkimuksessani laadullisin menetelmin. Nuorten omat kokemukset toiminnallisesta ja elämyksellisestä ryhmätoiminnasta ovat merkityksellisiä niin toiminnan arvioinnin kuin kehittämisenkin kannalta. Tutkimukseni tavoitteena on tarkastella myös toiminnallisen ryhmätoiminnan vaikuttavuutta liittyen nuorten aikuisten minäpystyvyyteen sekä nostaa esiin niitä ryhmämuotoisen sosiaalisen nuorisotyön elementtejä, jotka mahdollisesti vaikuttavat nuorten minäpystyvyyksäsitykseen.

Sosiaalityö ja nuorisotyö voidaan nähdä erillisinä nuorten kanssa työtä tekevinä toimijoina. Tässä tutkimuksessa tulkitsem näitä kaksi ammattikuntaa kuitenkin toisiaan täydentävinä, yhteisen tavoitteen omaavina, nuorten hyvinvointiin tähtäävinä toimijoina. Nuorisotyössä ryhmätoimintaa hyödynnetään paljon sosiaalityön, erityisesti sosiaalityöntekijän työn, painottuessa selkeämmin edelleen yksilökeskeiseen työskentelytapaan (esim. Pohjola 2009.) Haluankin tutkimuksessani tarkastella ja pohtia toiminnallisia ja elämyksellisiä elementtejä sisältävän ryhmätoiminnan hyödyntämismahdollisuuksia sosiaalityöntekijän työssä tarjoten samalla mahdollisesti vaihtoehdon yksilökeskeiselle työskentelytavalle.

Tutkielmani viitekehyksenä, luvussa kaksi, kuvaan ja määrittelen nuorille aikuisille suunnattua toiminnallista ryhmätoimintaa sosiaali- ja nuorisotyössä. Kolmannessa luvussa määrittelen Banduran minäpystyvyysteoriaa, joka toimii tutkimukseni teoreettisena näkökulmana ja yhden tutkimuskysymyksen osalta myös aineiston analyysia ohjaavana teoriana. Tutkimukseni metodologiset lähtökohdat sekä tutkimuksen toteuttamisen eri vaiheet kuvaan luvussa neljä pohtien samaisessa luvussa myös tutkimukseni luotettavuutta sekä eettisiä kysymyksiä. Viidennessä luvussa esittelen tutkimukseni tulokset ja päätän tutkimukseni luvussa kuusi esittelemiini johtopäätöksiin ja pohdintaan.

## 2 NUORILLE AIKUISILLE SUUNNATTU TOIMINNALLINEN RYHMÄTOIMINTA SOSIAALI- JA NUORISOTYÖSSÄ

Aloitan tutkimukseni viitekehyksen kuvaamisen määrittelemällä nuorta aikuisuutta sekä sosiaali- ja nuorisotyötä nuorten aikuisten elämän tukijoina. Tämän jälkeen kuvaan ryhmää sekä ryhmäprosessia ja ryhmädynamiikkaa alaluvussa 2.2 luoden ymmärryspohjaa toiminnallisen ryhmätoiminnan tarkastelulle. Tutkimukseni mielenkiinto painottuu erityisesti toiminnallisuutta ja elämyksellisyyttä hyödyntävään toiminnalliseen ryhmätoimintaan, joten tarkastelen näitä lähemmin alaluvussa 2.3. Alaluvussa 2.4 kuvaan toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan hyödyntämistä sosiaali- ja nuorisotyössä tuoden esille myös ryhmätoiminnan hyödyntämisen myönteiset ja mahdollisesti kielteisesti vaikuttavat seikat.

### 2.1 Sosiaalityö ja nuorisotyö nuoren aikuisen elämän tukijana

Nuoruutta määritellään monin eri tavoin näkökulmasta riippuen. Nuoruutta voidaan tarkastella ikäsidonaisesti lain määrittämällä tavalla. Nuorisotyötä säätelevän nuorisolain (1285/2016) mukaan nuoria ovat alle 29-vuotiaat, lastensuojelulain (417/2007) mukaan puolestaan 18–20 -vuotiaat. Sanna Aaltosen ja Alpo Heikkisen (2013, 198) mukaan nuoruus voidaan nähdä kulttuurisesti ja historiallisesti määrittävänä käsitteenä, sosiaalisena prosessina, jossa siirtymä aikuisuuteen ja siihen liittyvät kokemukset välittyvät sosiaalisesti. Kehityspsykologisesti nuoruus mielletään erityiseksi elämänvaiheeksi, johon tyypillisesti liitetään mielikuvia vapaudesta ja itsensä etsimisestä (mm. Nurmi ym. 2009, 124–125).

Nuoruus ikävaiheena on pidentynyt, kuten nuorisolaissakin on huomioitu, eikä 18-vuoden ikä tarkoita enää aikuisuuteen siirtymistä. Tutkijat ovat käyttäneet erilaisia käsitteitä kuvaamaan tätä epälineaariseksi havaittua elämänvaihetta. Nuoruuden ja varsinaisen aikuisuuden välimaastoa on kuvattu esimerkiksi käsitteillä viivästyneet siirtymät tai jojo-siirtymät. (Aaltonen & Kivijärvi 2017, 8.) Kehityspsykologian tohtori Jeffrey Arnett on tutkimuksissaan perehtynyt tähän nuoruuden ja aikuisuuden väliin jäävään, vuosiin 18–29 sijoittuvaan ikävaiheeseen nimeten sen muotoutuvaksi aikuisuudeksi (emerging adulthood) (Arnett 2000; 2015, 7). Muotoutuvan aikuisuuden vaiheeseen liittyy keskeisesti ihmisen itsensä kokemus siitä, ettei hän ole enää vanhemmistaan riippuvainen nuori, muttei varsinaisesti vielä



aikuinenkaan. Kyseistä ikävaihetta luonnehtii itsensä etsiminen sekä erilaisten vaihtoehtojen tarkastelu ja kokeileminen. Nuori aikuinen voi selvittää ja tutkia elämän tarjoamia erilaisia vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia rakkauselämän, uran luomisen sekä oman identiteettinsä suhteen suhteellisen vapaasti. (Arnett 2000, 497; 2015, 9.) Tämän tutkimuksen haastateltavat ovat iältään 18–29 vuotiaita ja heidän voidaankin ajatella olevan kehityspsykologisesti muotoutuvan aikuisuuden vaiheessa. Nuorisolain mukaan heidät tulkitaan nuoriksi lastensuojelulain määrittäessä heidät aikuisiksi. Kuvaan heitä tutkimuksessani käsitteellä nuori tai nuori aikuinen.

Yksinkertaistetusti sosiaalityön tavoitteena voidaan ajatella olevan ihmisten hyvinvoinnin edistäminen. Kokonaisvaltaista muutostyötä, joka tukee ihmisten selviytymistä, tehdään niin yksilöiden, perheiden kuin ryhmien ja yhteisöidenkin kanssa. Muutokseen tähtäävä työ voidaan nähdä asiakkaan ja työntekijän usein aikaa vievänä yhteistyöprosessina. (Sosnet 2018; Kananaja 2017a, 30–31; Kananaja 2017b, 190.) Anneli Pohjolan (2009, 25) mukaan nuoret ovat yksilöinä, sosiaalisissa suhteissaan ja yhteiskunnan jäsenenä jääneet sosiaalityön ulkopuolelle. Esimerkiksi käytännön sosiaalityön jaottelussa lastensuojeluun, aikuissosiaalityöhön ja gerontologiseen sosiaalityöhön, nuoruutta ei huomioida erillisenä ikävaiheena, vaan alaikäiset nuoret sulautuvat perhekeskeisestä tarkastelutavastaan kritisoidun lastensuojelun kenttään täysi-ikäisten nuorien kuuluessa aikuissosiaalityön piiriin. (Emt., 25.)

Aikuissosiaalityö mielletään yleensä kunnallisissa sosiaalitoimistoissa tapahtuvaksi lakisääteiseksi sosiaalityöksi, jossa sosiaalityöntekijä tapaa asiakasta toimistossaan. Aikuisille kohdennetun sosiaalityön kenttään kuuluvat kunnallisen sosiaalityön lisäksi sosiaalityö, jota voidaan luonnehtia moniammatilliseksi ja erityiseksi. Tällöin moniammatillista yhteistyötä tehdään sellaisissa yksiköissä, joissa on erikoistuttu tietyn elämäntilanteen tai ongelman käsittelyyn ja hoitamiseen, esimerkiksi työttömyys tai päihteiden käyttö. Myös kolmas sektori osallistuu aikuisten parissa tehtävään sosiaalityöhön täydentäen aikuissosiaalityön kenttää. (Juhila 2008, 26, 37, 43–44.)

Nuorisotyössä nuoruus tunnustetaan sosiaalityöstä poiketen erilliseksi ikävaiheeksi jatkuen lähelle kolmeakymmentä ikävuotta (Pohjola 2009, 25, 27). Pohjolan (Emt., 27–28) mukaan nuorisotyö määrittää nuoren vapaana toimijana, joka kehitysvaiheessaan tarvitsee ohjattua tukea koulutuksen ja työn ulkopuolisen vapauden ja vapaa-ajan maailmaan. Juha Nieminen (2008) tarkastelee nuorisotyön tarkoitusta neljän yleisen tehtävän, eli perusfunktion kautta. Nuorisotyön sosialisointifunktio tarkoittaa

nuorten liittämistä kulttuurin, yhteiskunnan ja lähiyhteisön jäseniksi. Toinen nuorisotyön yleinen tehtävä on ohjata nuoren kehittymistä omaksi itsekseen, itsenäiseksi ihmiseksi, joka tunnistaa omat tarpeensa ja pyrkimyksensä. Tämän personalisaatiofunktion toteuttaminen vaatii hänen kanssaan toimivilta työntekijöiltä nuoren yksilöllisyyden ja ainutlaatuisuuden tunnistamista ja tukemista. Kolmas yleinen nuorisotyön tehtävä on kompensatio tarkoittaen, että nuorisotyöllä autetaan nuoria, joilla on haasteita yhteiskuntaan liittymisessä tai omien henkilökohtaisten mahdollisuuksiensa saavuttamisessa. Viimeisenä nuorisotyön yleisenä tehtävänä voidaan pitää resursointi- ja allokointifunktiota tarkoittaen, että vaikutetaan nuorille osoitettuihin voimavaroihin ja niiden suuntaamiseen. (Nieminen 2008, 23–25.)

Tämän tutkimuksen nuoret aikuiset ovat erityisnuorisotyön, etsivän nuorisotyön ja/tai nuorten työpajan asiakkaita. Kaikki nämä työmuodot kohdistuvat alle 29-vuotiaisiin nuoriin. Erityisnuorisotyö on suunnattu niille nuorille, jotka tarvitsevat erityistä tukea tai ohjausta elämäntilanteeseensa liittyen (Hirvonen 2009, 55). Erityisnuorisotyön ajatellaankin pyrkivän samanlaisiin tavoitteisiin kuin sosiaalityön (Pohjola 2009, 29–30). Sekä etsivän nuorisotyön että nuorten työpajatoiminnan tehtävät ja tavoitteet määritellään varsin tarkasti nuorisolaissa (1285/2016). Tiivistäen kuvaten etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan tavoitteina on tukea nuorten ja nuorten aikuisten kasvua, itsenäistymistä ja osallisuutta yhteiskuntaan sekä pääsyä koulutukseen ja työmarkkinoille (Nuorisolaki 1285/2016). Sekä etsivä nuorisotyö että työpajatoiminta perustuvat nuorten vapaaehtoisuuteen.

Tutkimuksessani yhdistyvät nuoriso- ja sosiaalityön kentät liittyen molempien lakisäätteisiinkin tavoitteisiin nuorten elämänolosuhteiden ja hyvinvoinnin vahvistamisesta. Yhteistä nuoriso- ja sosiaalityölle on myös se, että niiden keskeisenä tehtävänä on nuorten sosiaalistumisen tukeminen muuttuvassa ja kehityksen kannalta yhä ennakoimattomammassa yhteiskunnassa. (Pohjola 2009, 27, 30; Linnossuo 2004, 6.) Käytännössä sosiaali- ja nuorisotyön jaettu kenttä toteutuu useissa sosiaalityön, työhallinnon, nuorisotyön, kolmannen sektorin ja muiden yhteistyötahojen yhteistyöprojekteissa (Raitakari & Virokannas 2009, 5; Nieminen 2008, 21).

Tälle yhteiselle toimijuuden kentälle voidaan nähdä asettuvan myös sosiaalisen nuorisotyön, jolla viitataan nuorisotyöhön, joka sisältää myös sosiaalityön ulottuvuuksia. Keskeistä sosiaalisessa nuorisotyössä on tukea tarvitsevien nuorten ja nuorten aikuisten etsiminen, löytäminen ja sosiaalinen vahvistaminen moniammatillisen yhteistyön avulla. (Punnonen 2008, 524.) Sosiaalinen vahvistaminen

on noussut myönteiseksi käsitteeksi negatiivisesti leimaavan syrjäytymisen ehkäisemisen käsitteen rinnalle ja jopa sen korvaajaksi (Kuure 2015, 8; Mehtonen 2011, 18). Pia Lundblomin ja Jatta Herrasen (2011, 6) mukaan sosiaalista vahvistamista on haasteellista määritellä yksiselitteisesti. Sosiaalisen vahvistamisen voidaan ajatella olevan yksilö- tai yhteisötasolla tapahtuvaa kokonaisvaltaista ja moniammatillisesti toteutettavaa hyvinvoinnin, elämänhallinnan ja osallisuuden tukemista, jossa painottuu erityisesti ennalta ehkäisevä näkökulma (Mehtonen 2011, 13; Danska-Honkala & Poteri 2011, 128).

## 2.2 Ryhmä, ryhmäprosessi ja ryhmädynamiikka

Ryhmä on joukko ihmisiä. Ryhmiä on valtavasti erilaisia ja niitä on mahdollisuus nimittää eri tavoin tarkastelunäkökulmasta riippuen. Riitta Jauhiainen ja Marjatta Eskola (1994, 41; kts.41–64) jakavat ryhmät neljään eri luokkaan; yhteisö (esim. perhe), tavoitteellinen ryhmä (esim. terapiaryhmä), satunnainen ryhmä (sattumalta muodostunut ryhmä) ja sosiaalinen verkosto (ihmisen oleelliset ihmissuhteet). Ryhmät voidaan luokitella perustavoitteen ja perustekniikan mukaan myös esimerkiksi aihekeskeisiin ryhmiin, vertaisryhmiin ja psykoterapia ryhmiin (Vilen, Leppämäki & Ekström 2002, 205). Tämän tutkimuksen Nuotta-valmennuksen ympärille muodostettua ryhmää voidaan nimittää Jauhiaisen ja Eskolan (1994, 49) esittämän mukaisesti tavoitteelliseksi ryhmäksi, koska tietty tavoite ja tarkoitus sitoo ryhmän jäseniä yhteen. Tavoitteelliselle ryhmälle on tyypillistä, että ryhmän jäsenet rajoittavat yhteistoimintansa tavoitteen saavuttamiseen ja ryhmän toiminta on usein myös ajallisesti rajattua (Emt., 53).

Sosiaalipsykologiassa ryhmä erotetaan satunnaisesta joukkiosta ihmisiä. Näin ollen esimerkiksi sattumalta samalla juna-asemalla junaansa odottavat ihmiset eivät muodosta varsinaista ryhmää. Ryhmällä voidaankin ajatella olevan yleisiä tunnusmerkkejä, joita ovat tietty koko, tarkoitus, säännöt, vuorovaikutus, työnjako ja roolit sekä johtajuus. (Niemistö 2007, 16.) Yhteinen rajattu tavoite ja jäsenten tuttuus erottavat ryhmän yhteisöstä, verkostosta ja edellä mainitusta satunnaisesta ryhmästä (Kopakkala 2011, 36). Jauhiaisen ja Eskolan (1994, 37) mukaan ”*Ryhmäilmiö, ryhmän olemus muodostuu yksilöllisistä, ympäristöstä tulevista ja ryhmädynamiikan tuottamista vaikutteista ryhmätilanteeseen.*” Ryhmäilmiötä voidaan ymmärtää, kun sitä tarkastellaan samanaikaisesti osallistujien yksilöllisen toiminnan, ympäristövaikutusten ja ryhmädynamiikan näkökulmista (Emt., 13). Jauhiaisen ja Eskolan

(1994, 13) mukaan ryhmää tulee tarkastella ”yksilöiden tarkoituksellisen toimimisen jatkuvasti muuttuvana tuotteena ja yhteiskunnallisena ilmiönä, joka välittää yksilöiden ja yhteiskunnan suhdetta.”

Nuoren aikuisen liittyessä ryhmään hänestä tulee sen jäsen, jolloin hän suhteuttaa ja muokkaa toimintaansa ryhmän vaatimuksiin. Cooleyn (1981) mukaan ryhmän jäsenyys merkitsee sitoutumista yhteisiin tavoitteisiin ja toimintaan sekä ryhmäidentiteettiin. Ryhmän koossa pitävänä voimana voidaan pitää vetovoimaa, attraktiota, joka kohdistuu joko toisiin ryhmän jäseniin tai ryhmän toimintaan. (Jauhiainen & Eskola 1994, 103–105.) Ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta, koheesiota, lisäävät ryhmän jäsenten väliset myönteiset tunnesuhteet (Vilen ym. 2002 211–212). Ryhmän jäsenten välinen myönteinen ilmapiiri parantaa yhteistyötä ja lisää jäsenten välistä vetovoimaa, toisin sanoen ryhmän kiinteyttä. Vastaavasti kiinteän ryhmän jäsenten välillä voidaan olettaa olevan myönteisiä tunnesuhteita ja ryhmän jäsenet ovat sitoutuneita ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseen. (Niemistö 2007, 124.)

Toiminnallinen ryhmä on siis joukko ihmisiä, joita yhdistää yhteinen tekeminen ja tavoite. Ryhmätoimintaa luonnehtii prosessimaisuus, josta on tunnistettavissa eri vaiheita. Ryhmäprosessia voidaan kuvata nelivaiheisena, jolloin prosessi etenee valmistelu- ja aloitusvaiheesta varsinaisen työskentelyvaiheen kautta päätös/siirtymävaiheeseen (Shulman 2009, 109; ks. Malekoff 2014). Bruce Tuckmanin vuonna 1965 julkaisema malli ryhmän kehitysvaiheista on sittemmin toiminut useiden kymmenien ryhmän kehitystä kuvaavien mallien pohjana. Tuckmanin mallin mukaan ryhmän ensimmäinen vaihe on muodostusvaihe (forming), jolloin ryhmätoiminnan ollessa aivan alussa ohjaaja on hyvin tärkeä ryhmään kuuluville. Ryhmän jäsenet etsivät omaa paikkaansa ryhmässä ja ryhmän toiminnan tavoitetta sekä yhteisiä pelisääntöjä selvitetään. Toiseksi vaiheeksi ryhmän kehityksessä Tuckman kuvaa kuohuntavaiheen (storming), jolloin yksilöt haluavat erottua ryhmässä. Ristiriitatilanteita ilmenee paljon ja ryhmän jäsenten rohkeus esittää omia mielipiteitään sekä tarttua toisten esittämiin ajatuksiin kasvaa. Kuohuntavaiheelle on tyypillistä myös ryhmän sisäinen taistelu ja ohjaajan ja saadun tehtävän vastustaminen. (Kopakkala 2011, 48–51; Jauhiainen & Eskola 1994, 93–95.)

Kolmantena vaiheena ilmenee sopimisvaihe (norming), jolloin ryhmän jäsenten roolit alkavat selkiytyä ja ryhmähenki muotoutuu. Erilaisuudesta tulee hyväksytympää ja ryhmä kokee yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmä pyrkii yhteistoimintaan, eikä konflikteja juurikaan ilmene, kuten edellisessä vaiheessa. Ryhmässä on mahdollista ilmaista avoimesti erilaisia kokemuksia ja näkemyksiä kenenkään suuttumatta

tai loukkaantumatta. Ryhmä kiinteytyy ja ryhmän jäsenille alkaa kehittyä tunne ryhmään kuulumisesta. Tuckmanin mallin mukaan neljäs ryhmän kehitysvaihe on hyvin toimiva ryhmä (performing). Ryhmä on muodostunut edeltävien vaiheiden kautta hyvin toimivaksi, tuottavaksi, tehokkaaksi ja luovaksi. Ryhmä toimii tavoitteen saavuttamiseksi kokonaisuutena ja osaa ratkaista mahdolliset ristiriitatilanteet. Ryhmän jäsenet ovat valmiita panostamaan ryhmän yhteiseen tavoitteeseen ja työt tehdään yhteisvastuullisesti. Uusien jäsenten mukaan tulo voi olla tässä vaiheessa haasteellista ryhmän kiinteyden vuoksi. Viimeisenä vaiheena on Tuckmanin vuonna 1977 malliinsa lisäämä ryhmän lopettaminen (adjourning), joka liittyy ryhmän päättymiseen ja ryhmän jäsenten toistensa hyvästelemiseen. Suorituskeskeisyyden sijaan keskiössä ovat tässä ryhmän kehitysvaiheessa tunteet, jotka voivat olla hyvinkin voimakkaita vaihdellen helpotuksesta alakulon tunteisiin. (Kopakkala 2011, 48–51; Jauhiainen & Eskola 1994, 93–95.)

Usein todetaan, että ryhmä on enemmän kuin osiensa summa. Ryhmä toimii tavalla, jota ei suoraan ole mahdollista päätellä sen yksittäisen jäsenen käytöksestä. Ryhmän sisäisiä voimia voidaan nimittää ryhmädynamiikaksi. (Kopakkala 2011, 37, 41.) Ryhmädynamiikka syntyy ryhmän jäsenten välisessä vuorovaikutuksessa ja kommunikaatiossa (Jauhiainen & Eskola 1994, 37; Kopakkala 2011, 37). Jokainen ryhmän jäsen tulkitsee tilannetta omiin henkilökohtaisiin kokemuksiinsa perustuen, jotka poikkeavat toisistaan. Yksilöstä ja ryhmän ympäristöstä tulevat erilaiset vaikutteet muodostavat tilanteen voimasuhteiden dynaamisen kentän ja ovat jatkuvassa muuttuvassa riippuvuussuhteessa toisiinsa. (Jauhiainen & Eskola 1994, 37.)

Ryhmän vuorovaikutustilanne on erilainen kuin esimerkiksi kahden keskisessä keskustelussa. Voidaan ajatella, että ryhmän vuorovaikutus etenee kahdenvälisen vuorovaikutusten sarjoina. On havaittu, että ryhmän jäsenten kokemus ryhmän turvallisuudesta kasvaa kahdenvälisen vuorovaikutustilanteiden lisääntyessä eri ihmisten välillä. (Kopakkala 2011, 37-38.) Turvallisessa ryhmässä ryhmän jäsen voi ilmaista itseään rohkeammin ja vapautua kertomaan sellaisia henkilökohtaisia asioita, joita ei muuten lausuisi ääneen. Ryhmän muiden jäsenten hyväksyntä ja ymmärrys vapauttavat kertojan esimerkiksi syyllisyydestä ja häpeästä, joita ihminen on voinut liittää esimerkiksi joihinkin elämäntapahtumiinsa. (Vilén ym. 2002, 203, 211.)

Ihmiselle on tyypillistä käyttäytyä eri tilanteissa eri tavoin. Ihminen käyttää luonnostaan erilaisia rooleja, jotka sosiaalipsykologian kautta hahmotettuna liittyvät sosiaaliseen asemaan. Nuoren aikuisen rooli

opiskeluryhmässä on erilainen kuin esimerkiksi rooli jalkapallojoukkueessa tai ystävänä. (Kopakkala 2011, 96–97.) Ryhmän jäsenillä on ryhmässä erilaisia rooleja, jotka vaikuttavat ryhmän työskentelyyn ja ryhmädynamiikkaan. Roolit voivat joko edes auttaa ryhmätyöskentelyssä tai häiritä sitä. (Kopakkala 2011, 108; Vilen ym. 2002.) Rooli voi olla kantajalleen myös ristiriitainen, jos henkilön sisäinen kokemus ei vastaakaan muiden ryhmän jäsenten odotuksia tai rooleja (Niemistö 2007, 102–103). Jauhiainen ja Eskola (1996, 31) muistuttavat, että ryhmätilanteen perusteella yksilöön liittyviä tulkintoja on tehtävä varovasti, sillä ryhmässä olevan tilanteen lisäksi yksilöön vaikuttaa hänen henkilökohtainen elämäntilanteensa ja ryhmän ulkopuoliset tekijät, joista ei välttämättä tiedetä riittävästi tulkintojen tekemiseksi.

### 2.3 Toiminnallisuus ja elämyksellisyys ryhmätoiminnassa

Toiminnallinen ryhmätoiminta voi olla muodoltaan hyvin erilaista. On kuitenkin tyypillistä, että toimintamuodot mahdollistavat itsensä toteuttamisen, luovuuden ja mielikuvituksen käyttämisen. (Nyqvist 1992, 52.) Toiminnallisuus ja elämyksellisyys liitetään olennaisina osa-alueina seikkailu- ja elämyspedagogiseen toimintaan ja näillä käsitteillä kuvaillaan myös tämän tutkimuksen kohteena olevan Nuotta-valmennuksen sisältöä (Suomen nuorisokeskukset 2018). Toisaalta, kuten Seppo J.A. Karppinen ja Timo Latomaa (2015, 54–55) esittävät, seikkailu- ja elämyspedagogiikka ovat osa laajempaa toiminnallisten menetelmien kokonaisuutta. Toiminnallisuuden, elämyksellisyyden ja seikkailuun liittyvä käsitteistö on monitulkintainen ja Suomessa vielä jossain määrin tarkentumaton (esim. Pulkamo 2008, 498). Elämyspedagogiikka (Erlebnispädagogik) liitetään saksalaiseen ja hahnilaiseen perinteeseen sen keskeisenä kehittäjänä tunnetun Kurt Hahnin mukaan. Englannin kielisillä alueilla puhutaan tyypillisemmin seikkailukasvatuksesta (Adventure Education). (Telemäki 1998, 13, 20–21.) Käytännössä elämyspedagogiikan ja seikkailukasvatuksen välille on kuitenkin vaikeaa tehdä selvää eroa (Telemäki 1998, 21; Karppinen & Latomaa 2007, 11; Karppinen & Latomaa 2015, 54). Nuotta-valmennuksessa hyödynnetään seikkailu- ja elämyspedagogisia menetelmiä, mutta koska Nuotta-valmennus sisällöllisesti rakentuu niin toimintaympäristön asettamien reunaehtojen kuin valmennukseen osallistuvan ryhmän mukaan, käytän tutkimuksessani käsitettä toiminnallinen ja elämyksellinen ryhmätoiminta ymmärtäen tätä toimintaa ja siihen liittyviä ilmiöitä kuitenkin seikkailu- ja elämyspedagogiikan värittämänä.

Toiminnallisuuden hyödyntämiseen ryhmässä liittyy ajatus ryhmän jäsenien aktivoinnista ja osallistamisesta kokonaisvaltaiseen toimintaan (Kopakkala 2011, 206; Salo 1999, 114). Toiminnan kautta syntyvät elämykset ja kokemukset ymmärretään luovuutta edistävinä ja erilaisia näkökulmia avaavina virikkeinä tai herätteinä, joiden työstäminen yhdessä muun ryhmän kanssa on osa sosiaalista oppimisprosessia. Elämysten ja kokemusten yleispätevyys on keskeistä avaten näkökulmia niin yksittäisen ryhmän jäsenen elämäntilanteeseen kuin laajempiin sosiaalisiin ja yhteiskunnallisiin haasteisiin. (Kiiski 1998, 109; Salo 1999, 115.)

Toiminnalliseen ryhmätoimintaan liittyvät uudet kokemukset ja huippuelämykset eivät ole vain mukavaa ajanvietettä, vaan niiden ajatellaan olevan kasvunvälineitä ja näin ollen merkityksellisiä elementtejä ryhmätoiminnassa (Lehtonen 1998, 105; Kivelä & Lempinen 2009, 21). Nuori voi löytää uudenlaisia näkökulmia ajatteluunsa ja toimintaansa kokeillessaan ja rikkoessaan omia rajojaan (Kiiski 1998, 109). Seikkailu- ja elämyspedagogiikkaan liittyy ajatus, että toiminnallisuuden kautta saavutetut elämykset ja kokemukset sekä niiden kautta tapahtunut oppiminen ovat siirrettävissä ryhmätoimintaan liittyvistä seikkailutilanteista nuoren aikuisen arkielämään. Elämyksien ajatellaan olevan vertauskuvia nuoren aikuisen ja ryhmän elämäntilanteesta. (Clarke 1998, 67.) Keskeisenä tekijänä tässä siirtymässä on toiminnan tuottamien elämyksien ja kokemusten reflektointi (Karppinen & Latomaa 2015, 74).

Reflektoinnilla tarkoitetaan oppimisen osaprosessia, jossa nuori aktiivisesti käsittelee kokemuksiaan rakentaakseen uutta tietoa ja saadakseen uusia näkökulmia aiemmin opittuun. Reflektiota voidaankin kutsua mieleen palauttamisen ja järkeilyn prosessiksi. Toiminnallisessa ja elämyksellisessä ryhmätoiminnassa reflektointiin voidaan varata erikseen aikaa esimerkiksi iltanuotiolle kokoonnuttaessa tai sitten reflektointia tapahtuu muun yhdessä toimimisen ohessa, ikään kuin sivutuotteena. Reflektiivisyys voi näkyä niin ohjaajien ja ryhmän jäsenten kuin ryhmän jäsenten keskinäisessä vuorovaikutuksessa. (Lempinen & Kivelä 2009, 25.) Reflektoinnin kautta ryhmätoiminnassa koetusta elämyksestä tulee tietoinen kokemus synnyttäen nuorelle aikuiselle hallinnan tunteen (Karppinen & Latomaa 2015, 74).

Toiminnallinen ja elämyksellinen ryhmämuotoinen sosiaali- ja nuorisotyö on aina tavoitteellista ja tarkasti suunniteltua (Tanskanen 2015, 106; Nyqvist 1992, 52). Toiminnallisessa ryhmätoiminnassa, kuten ryhmätoiminnassa yleisestikin, on tärkeää, että kaikki toiminta perustuu ryhmän jäsenten

vapaaehtoisuuteen. Osaltaan tähän liittyy myös vastuunäkökulma, sillä voidaan ajatella, että ryhmä ja sen yksilöt ottavat itse vastuun vapaudestaan tehdä ratkaisuja. (Lehtonen 1998, 104.) Jokaisella ryhmän jäsenellä on näin ollen mahdollisuus omaehtoisesti päättää, haluaako hän esimerkiksi hypätä ryhmän ohjelmaan liittyvän benjihypyn vai ei.

Toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan tulee aina olla myös turvallista ryhmän jäsenille niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisenkin turvallisuuden näkökulmista (Kivelä & Lempinen 2009, 24–25; Lehtonen, Mäkelä & Pulli 2007, 134). Fyysinen turvallisuus liittyy erityisesti elämyksellisiin ja seikkailullisia elementtejä hyödyntäviin toimintoihin, joiden suorittamisesta jokaisen ryhmän jäsenen tulisi selviytyä vahingoittumatta (Lehtonen ym. 2007, 135). Fyysinen turvallisuus on sidoksissa myös koettuun psyykkiseen turvallisuuteen. Fyysisestä turvallisuudesta huolehtiminen lisää luottamusta ja turvallisuuden tunnetta ryhmää kohtaan ja toisaalta loukkaantuminen esimerkiksi jossakin toiminnallisessa haasteessa heikentää sitä. (Aalto 2000, 16.) Sosiaalinen turvallisuus ryhmässä takaa ryhmän jäsenen hyvinvointia ja turvaa tuottavan aseman säilymisen ryhmässä (Kivelä & Lempinen 2009, 24). Sosiaalisesti turvallisessa ryhmässä vallitsee myönteinen ilmapiiri ja ryhmän jäsenet esimerkiksi kannustavat toisiaan toiminnallisissa tehtävissä. Muun ryhmän osoittama kannustus ja aito mukana eläminen onnistumisissa vahvistaa nuoren onnistumisen kokemusta entisestään. (Lehtonen ym. 2007, 136.) Mikko Aallon (2000, 22) mukaan ryhmän tukiessa nuoren turvallisuutta, omaksi itsekseen tulemistakin sekä itsetuntoa, tukee se samalla nuoren omaa psyykkistä turvallisuutta ja elämässä selviämistä niin yksin kuin yhdessä muiden kanssa.

#### 2.4 Toiminnallinen ryhmätoiminta sosiaalityön ja nuorisotyön työmenetelmänä

Sosiaalityö mielletään tyypillisesti keskustelun avulla tehtäväksi yksilökeskeiseksi auttamistyöksi (mm. Nyqvist 2012, 51; Laitinen & Pohjola, 2010, 7). Yksilösosiaalityön rinnalla on kuitenkin mahdollista käyttää ryhmää, kuten Jane Addams, sosiaalityön pioneeri ja setlementtiliikkeen perustaja teki Yhdysvalloissa jo 1900-luvun vaihteessa. Suomessa ryhmämuotoista sosiaalityötä on hyödynnetty ensin kansansivistys- ja nuorisotyössä sekä 1950-luvulta lähtien päihdehuollossa (Jauhiainen & Eskola 1994, 137.) Suomessa ryhmämuotoinen sosiaalityö ei kuitenkaan ole löytänyt varsinaista paikkaansa sosiaalityöntekijänsä, vaan sitä ovat toteuttaneet ne työntekijät, jotka ovat itse olleet (valtavan)



innostuneita tämän työmuodon mahdollisuuksista (Nyqvist 1992, 47; Heikkinen, Levamo, Parviainen & Savolainen 2007, 14).

Ryhmän hyödyntämistä sosiaalityössä kuvataan erilaisilla käsitteillä, joiden voidaan katsoa tarkoittavan lähes samaa asiaa. Puhutaan ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä, (toiminnallisesta) sosiaalisesta ryhmätyöstä sekä ryhmätoiminnasta sosiaalityössä (social group work, social work with groups) (Nyqvist 1992, 47). Sosiaalityössä ryhmätoiminta nähdään sosiaalityön työmenetelmänä, joka toimii muutostyöskentelyn välineenä sosiaalisten ongelmien ehkäisemiseksi sekä persoonallisen kasvun aikaansaamiseksi (Jauhiainen & Eskola 1994, 139; Nyqvist 1992, 47). Kun ryhmää hyödynnetään muutostyöskentelyn välineenä, työtä voidaan Leo Nyqvistin (1992, 48) mukaan tehdä vain ryhmissä, joilla on oma identiteetti, sosiaalinen rakenne ja ryhmän jäsenten välillä on suora vuorovaikutus. Pauliina Levamo (2007, 81) muistuttaa, että ryhmämuotoinen sosiaalityö ei voi korvata yksilösosiaalityötä, vaan näitä kahta työmenetelmää tulee hyödyntää rinnakkain, toisiaan täydentävinä. Sosiaalityössä ryhmätoimintaa on hyödynnetty työmenetelmänä erityisesti lastensuojelun avohuollossa sekä jälkihuollossa esimerkiksi elämänhallintaa ja itsenäistymistä tukevien ryhmien muodossa (Heikkinen ym. 2007).

Nuorisotyön kentällä ryhmätoiminta on puolestaan ollut paljon käytetty menetelmä jo pitkään ja sitä on pidetty nuorisotyön vahvana osaamisalueena (Pohjola 2009, 34; Pulkamo 2008, 498). Erilaiset nuorten illat, leirit sekä toiminnalliset ryhmät ovat ”perinteisiä” ja vakiintuneita toimintamuotoja nuorisotyönkentällä (Nieminen 2009, 29–30). Vaikka toiminnallisuutta pidetään nuorisotyössä jopa itsestään selvänä työmenetelmänä, ei kaikki toiminta ja tekeminen ole kuitenkaan luonteeltaan sellaista, jolla voidaan saavuttaa sosiaalisia, kuntouttavia tai terapeutteja vaikutuksia nuorten ja nuorten aikuisten elämässä. Toiminnallisuus erityisesti sosiaalisen nuorisotyön näkökulmasta viittaa työhön, jossa käytetään toimintamalleja, jotka tuovat esiin ja tukevat nuorten myönteisiä voimavaroja. Onnistuessaan nämä toimintamallit toimivat yksilöllisen, yhteisöllisen ja yhteiskunnallisen hyvän edistäjänä. (Linnossuo 2004, 6–7.)

Sekä nuoriso- että sosiaalityössä ryhmätoiminta on usein rajapinnoilla tapahtuvaa moniammatillista yhteistyötä niin ryhmän kokoamisen kuin ryhmän toteuttamisenkin suhteen. Toiminnallisissa ryhmissä hyödynnetään usein myös ryhmän ulkopuolisia ohjaajia, jotka erityisosaamistaan käyttäen ohjaavat

esimerkiksi seikkailuryhmän kiipeilyaktiviteetit tai koskenlaskun. (Nyqvist 1992, 45, 54.) Onnistuneen moniammatillisen ja sektorirajat ylittävän yhteistyön taustalla on yhteinen päämäärä ja tahtotila nuorten ja nuorten aikuisten hyvinvoinnin tukemisesta. Onnistunut yhteistyö vaatii kaikkien osapuolien vahvan sitoutumisen toiminnallisen ryhmätoiminnan toteuttamiseen yhteisesti hyväksytyine pelisääntöineen ja työnjakoineen sekä toisaalta myös tilanneherkkyyttä ja joustavuutta yllättäviä tilanteita kohdattaessa. (Fedotoff 2009, 420; Kehus & Lähteinen 2015, 237.)

Ryhmätoiminnassa ajatellaan olevan erityisiä piirteitä yksilökeskeiseen työskentelytapaan verrattuna. Ajattelen seuraavaksi kuvaamieni ryhmätoimintaan liitettyjen tekijöiden perustelevan toiminnallisen ryhmätoiminnan hyödyntämistä sosiaali- ja nuorisotyössä. Toiminnallisessa ryhmätoiminnassa nuori aikuinen on vahvasti osa ryhmää, aktiivinen toimija (Nyqvist 1992, 47). Ryhmän kautta nuori voi kokea kuuluvansa johonkin, olla osa jotakin. Hänen on mahdollista jakaa kokemuksiaan ja tunteitaan sekä saada myönteistä palautetta itsestään ja teoistaan. (Savolainen 2007, 161; Malekoff 2014, 19–20.) Ryhmän ollessa riittävän homogeeninen, nuorella aikuisella on mahdollisuus samankaltaisuuden kokemiseen, vertaisuuteen (Jauhiainen & Eskola 1994, 15). Ryhmätoiminnalla voidaan luoda ja herättää toivoa ryhmän jäsenissä (Heikkinen ym. 2007, 14). Toiminnallisen ryhmätoiminnan kautta voidaan vahvistaa nuoren aikuisen sekä käytössä olevia että tiedostamattomia voimavaroja (Tanskanen 2015, 106–107; Allen & Williams 2012, 326).

Ryhmätoiminnassa opitaan ja harjoitellaan väistämättä myös ihmissuhdetaitoja sekä sosiaalisia taitoja (Tucker 2009, 316). Yksinkertaistettuna sosiaalisiksi taidoiksi voidaan ymmärtää ne yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, joilla ihminen pystyy arkipäivän sosiaalisissa tilanteissa toimimaan päätyen myönteiseen lopputulokseen, esimerkiksi eri näkökulmien hyväksyminen tai empatian osoittaminen (Nurmi ym. 2009, 54, 149). Nuorelle voi myös tarjoutua mahdollisuus auttaa toista ryhmänjäsentä. Autettavasta auttajaksi muuttuminen voi lisätä tunnetta elämänhallinnasta ja vahvistaa omaa pystyvyyden kokemusta. (Vilen ym. 2002, 204.) Ryhmätoiminta voi tarjota myös uudenlaisia ulottuvuuksia nuoren ja työntekijän väliselle vuorovaikutukselle. Työntekijän on mahdollista nähdä nuori osana muuta ryhmää ja toisaalta myös jaetut kokemukset mahdollistavat uudenlaisen yhteyden syntymisen. (Pekkarinen 2006, 127; Caven 1992, 66.)

Vaikka toiminnalliseen ryhmämuotoiseen työskentelytapaan voidaan liittää iso joukko myönteisiä vaikutuksia, on tärkeää huomioida, ettei hyvinkään suunnitellulla ja toteutetulla ryhmätoiminnalla aina päästä toivottuihin lopputuloksiin. Kuten Elina Pekkarinen (2006, 127) toteaa, ei ryhmätoiminta ole oikea tukimuoto kaikille. Esimerkiksi nuorille aikuisille, joiden on vaikea sitoutua sosiaalisiin ryhmiin, ryhmätoiminta sopii huonosti (Nyqvist 1992, 52). On mahdollista, että tällaisessa tilanteessa nuoren velvoittaminen ryhmään osallistumiseen tuottaisi vain uuden epäonnistumisen kokemuksen. Myös ryhmän tarjoamat vertaissuhteet voivat muodostua kielteistä kehitystä vahvistaviksi, jolloin esimerkiksi päihteitä käyttävät nuoret löytävät ryhmän kautta uusia kanavia päihteiden hankkimiseksi (Lähteinen & Kehus 2014, 239).

### 3 BANDURAN MINÄPYSTYVYYSTEORIA

Tutkimukseni teoreettisena näkökulmana toimii Albert Banduran minäpystyvyysteoria, jonka perusajatuksia kuvaan alaluvussa 3.1. Määrittelemällä samaisessa luvussa lisäksi minäpystyvyysteoriaan liittyviä lähikäsitteitä pyrin selkiyttämään minäpystyvyyden erityispiirteitä. Luvussa 3.2. kuvaan minäpystyvyyden kehitystä ihmisen elämän aikana sekä minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä.

#### 3.1 Minäpystyvyysteorian määrittelyä

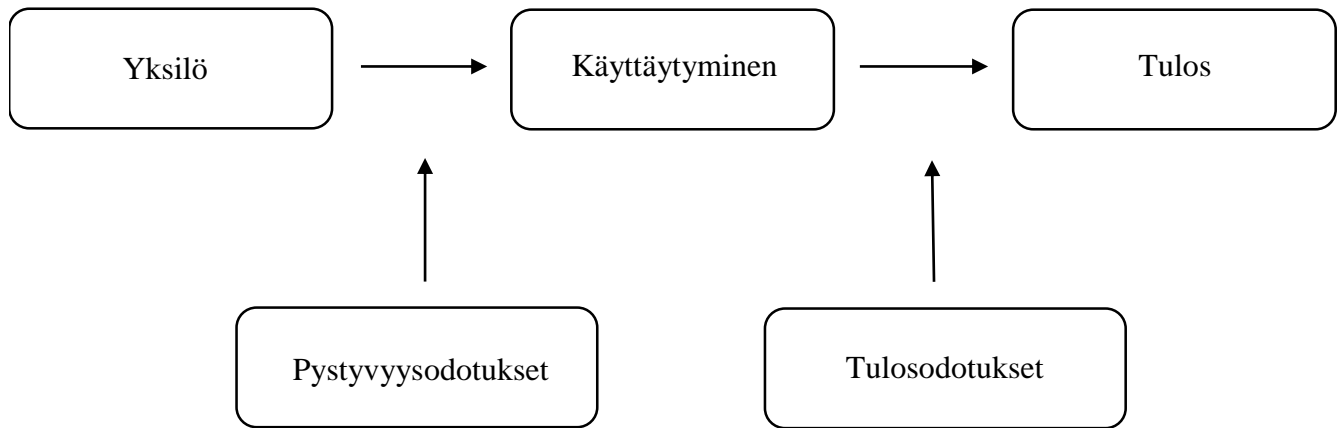
Albert Bandura esitteli sosiaalis-kognitiiviseen teoriaansa liittyvän minäpystyvyyden (self-efficacy, perceived self-efficacy) käsitteen ensimmäistä kertaa vuonna 1977 artikkelissaan *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change* ja on sittemmin julkaissut lukuisia artikkeleita ja teoksia minäpystyvyysteoriaan liittyen. Banduran mukaan minäpystyvyys tarkoittaa ihmisen omaa, henkilökohtaista käsitystä ja ymmärrystä siitä, kuinka hyvin hän pystyy hallitsemaan vastaan tulevia elämäntilanteita ja selviämään niistä (1977b, 79–80; 1994, 2, 12). Myös monet muut tutkijat ovat kiinnostuneet tästä ihmisen käytökseen ja toimintaan vaikuttavasta tekijästä ja minäpystyvyyteen liittyvää tutkimusta onkin tehty kansainvälisesti verrattain paljon. Minäpystyvyyteen liittyvää tutkimusta sovelletaan sekä yleisen elämänhallinnan että yksittäisten elämänaalueiden, kuten oppimisen sekä

terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä. Minäpystyvyyttä on tutkittu paljon myös liike-elämään, työhöön sekä urheiluun liittyen. (Bandura 1997; Schunk & Pajares 2009, 35.)

Suomessa minäpystyvyyttä on käytetty teoreettisena viitekehyksenä etenkin oppimiseen ja koulutukseen liittyvässä tutkimuksessa. Ammattikorkeakoulujen opinnäytteissä ja erityisesti kasvatustieteen pro gradu -tutkielmissa minäpystyvyys on ollut viime vuosina mielenkiinnon kohteena monissa tutkielmissa (esim. Salo 2015; Söderholm 2016). Ainoa Suomessa tehty minäpystyvyyteen liittyvä akateeminen väitöskirja on Anne Partasen (2011) kasvatustieteen väitöskirja ”Kyllä minä tästä selviän” Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Minäpystyvyyttä kuvataan suomenkielessä myös käsittein minäpystyvyyssuskomus, itsetehokkuus ja tehokkuuskomus (ks. Partanen 2011, 20). Tässä tutkimuksessa päädyin käyttämään käsitettä minäpystyvyys havaitessani kyseisen käsitteen olevan yleisimmin käytössä suomen kielisissä julkaisuissa.

Minäpystyvyydellä pyritään kuvaamaan ihmisen henkilökohtaista käsitystä omasta kyvykkyydestään, pystyvyydestään (Schunk & Meece 2006, 73; Maddux 2009, 278). Minäpystyvyys on osa Banduran määritelmän mukaista toimijuuden (human agency) käsitettä (Bandura 2006, 164). Sosiaalis-kognitiivisen teorian mukaan ihmisen toimijuus perustuu hänen henkilökohtaisten tekijöidensä (kognitiiviset, affektiiviset ja biologiset tekijät), käyttäytymisensä sekä ympäristön väliseen vuorovaikutukseen, jota Bandura kuvaa käsitteellä kolmitahoinen vastavuoroinen determinismi (määräytyvyys) (Bandura 1997, 5–6). Banduran mukaan ihminen on itseorganisoituva, ennakoiva, itseään säätelevä sekä itsereflektiivinen aktiivinen toimija. Ihmiset myötävaikuttavat elämäänsä, eivät ole vain sen tuotteita, kuten Bandura (2006, 164) toteaa. Minäpystyvyys on olennainen osa ihmisen toimijuutta, sillä jos ihminen uskoo jonkin tekemisen olevan mahdotonta, hän ei viitsi edes yrittää sen toteuttamista (Bandura 1997, 3). Näin ollen minäpystyvyys on ihmisen käytökseen ja toimintaan, toimijuuteen vaikuttava, taustalla oleva tekijä (Bandura 1977b, 79–80; Magen 2009, 46).

Minäpystyvyys ilmenee sekä pystyvyysodotuksina että tulosodotuksina (kuvio 1).



*Kuvio 1 Pystyvyysodotukset ja tulosodotukset Banduran (1977) mukaan.*

Pystyvyysodotuksilla tarkoitetaan ihmisen arviota siitä, miten hän pystyy suoriutumaan annetusta tehtävästä. Tulosodotukset puolestaan ovat ihmisen arviointeja seurauksista, jota ihmisen itsensä toteuttama toiminta voi tuottaa. Siihen, millaiseksi ihmisen kokemus omasta pystyvyydestään muodostuu, vaikuttavat siis toiminnalla aikaan saadut tulokset. (Bandura 1977b, 79; 1997 21–22.)

Minäpystyvyys ei siis kuvaa ihmisen taitojen määrää, vaan ihmisen omia uskomuksia käyttää niitä. Ihmisen käsitys omasta minäpystyvyydestään vaikuttaa hänen toimintaansa tunteiden, motiivien ja konkreettisten valintojen kautta. Ihmisen minäpystyvyyuskäsitys vaikuttaa siihen, miten hän toimii, millaisia tavoitteita hän asettaa toiminnalleen ja miten sinnikkäästi hän tavoitteisiinsa pyrkii. Minäpystyvyys vaikuttaa myös siihen, miten ihminen sietää vastoinkäymisiä ja millaisia elämää koskevia valintoja hän tekee. (Bandura 1995, 2; 1997, 37, 39, 116.) Mitä vahvemmin ihminen uskoo omaan pystyvyyteensä, sitä enemmän hän on valmis toimimaan ja yrittämään haasteen edessä saavuttaakseen asettamansa tavoitteen (Bandura 1977b, 80).

Banduran (1997, 40) mukaan käsitys omasta minäpystyvyydestä, minäpystyvyyssuskomus, vaihtelee tehtäväkohtaisesti. Ihminen voi luottaa taitoihinsa, uskoa pystyvyyteensä jollakin osa-alueella, mutta toisenlaisessa tehtävässä hän saattaa kadottaa luottamuksen taitoihinsa kokonaan. Osa tutkijoista on

tarkastellut minäpystyvyyttä myös yleisen minäpystyvyyden (general self-efficacy, GSE) näkökulmasta, jolloin Banduran tehtäväkohtaisten minäpystyvyyssuskomuksien lisäksi ihmisen ajatellaan muodostavan yleisen minäpystyvyyssäilytyksen, joka kuvaa ihmisen laajempaa, yleistä käsitystä siitä, kuinka hän suoriutuu elämässä vastaantulevista haasteista ja tehtävistä. Yleistä minäpystyvyyttä tutkineet Aleksandra Luszczynska, Benicio Gutiérrez-Dõna ja Ralf Schwarzer (2005b) toteavat yleisen minäpystyvyyden olevan ihmisen perususkomus, joka on kaikilla ihmisillä huolimatta hänen sosiaalisesta tai kulttuurisesta taustastaan. Vahvan yleisen minäpystyvyyssäilytyksen on todettu lisäävän nuoren aikuisen tulevaisuudenuskoa sekä tyytyväisyyttä elämäänsä kohtaan (Luszczynska, Urte & Schwarzer 2005a; Azizli ym. 2015). Koska ihmisen toiminta perustuu enemmän hänen omaan käsitykseensä pystyvyydestään kuin hänen todellisiin tietoihin ja taitoihin, voidaan ihmisen käytöstä ja toimintaa ennustaa paremmin sen mukaan, miten ihminen itse uskoo selviytyvänsä tehtävästä kuin hänen todellisen kyvykkyytensä perusteella (Bandura 1997, 2; Shunk & Meece 2005, 75).

### *Minäpystyvyyden lähikäsitteet*

Minään ja sen määrittelyyn liittyy useita käsitteitä, jotka tarkastelevat minuutta eri näkökulmista. Näille käsitteille on yhteistä, että niiden ajatellaan olevan ainakin osittain persoonallisuuden piirteitä minäpystyvyyden puolestaan liittyessä selkeästi ihmisen omiin uskomuksiin pystyvyydestään (Maddux 2009, 278–279). Minäpystyvyyden lähikäsitteinä voidaan pitää minäkäsitystä (self-concept), itsetuntoa (self-esteem) sekä hallintakäsitystä (locus of control). Tavoitteenani on nämä käsitteet määrittelemällä selkiyttää minäpystyvyyden käsitettä.

Minäkäsityksen ajatellaan kuvaavan melko kokonaisvaltaisesti ihmisen käsitystä minuudestaan. Minäkäsityksenä pidetään niiden erilaisten ominaisuuksien, toimintojen ja päämäärien kokonaisuutta, joilla ihminen kuvaa itseään. (Keltikangas-Järvinen 2010, 97.) Minäkäsitys muodostuu ihmisen omien kokemusten sekä läheisten antaman palautteen kautta (Bandura 1997, 10–11).

Itsetunto on osa ihmisen minäkuvaa (Keltikangas-Järvinen 2010, 97). Banduran (1997, 11) mukaan itsetuntoa ja minäpystyvyyttä pidetään usein samana asiana, vaikka todellisuudessa kyse on aivan eri asioista. Liisa Keltikangas-Järvinen (2010, 16) määrittelee itsetunnon ihmisen kyvyksi luottaa itseensä, pitää itsestään ja arvostaa itseään heikkouksistaan huolimatta. Itsetunto on ihmisellä oleva tunne siitä,

että hän on hyvä ja arvokas. Minäpystyvyyteen verrattuna itsetunnon voidaan ajatella tarkoittavan ihmisen arviota omasta arvostaan minäpystyvyyden kuvatessa ihmisen käsitystä omasta pystyvyydestään. Minäpystyvyys ja itsetunto eivät ole sidoksissa toisiinsa, sillä hyvän itsetunnon omaava ihminen voi ajatella suoriutuvansa heikosti esimerkiksi matemaattisista tehtävistä. Koska matemaattisista tehtävistä suoriutuminen ei ole sidoksissa hänen itsearvostukseensa, ei heikolla matemaattisella minäpystyvyydellä ole vaikutusta ihmisen itsetuntoon. (Bandura 1997, 11.)

Hallintakäsitys pohjautuu minäpystyvyysteorian tavoin sosiaalis-kognitiiviseen teoriaan (esim. Rotter 1966). Hallintakäsitys (teoria kontrolliorientaatiosta) on osa Julian Rotterin sosiaalisen oppimisen teoriaa. Hallintakäsitys kuvaa ihmisen uskomusjärjestelmää siitä, ovatko erilaiset asiat hänen omassa hallinnassaan vai eivät. (Nurmi 2009, 113.) Hallintakäsityksen mukaan ihmisen alttius ryhtyä toimintaan riippuu niistä odotuksista, joita hänellä on toiminnan tulosten suhteen. Sisäisellä hallintakäsityksellä tarkoitetaan, että ihminen uskoo voivansa vaikuttaa toimintansa seuraamuksiin ja elämänsä tapahtumiin. Ulkoisella hallintakäsityksellä puolestaan viitataan siihen, ettei ihminen usko vaikutusmahdollisuuksiinsa, vaan kokee elämänsä tapahtumien olevan sattumanvaraisia (Rotter 1966, 1; Keltikangas-Järvinen 2010, 227.) Minäpystyvyyuskäsitys ja hallintakäsitys eroavat toisistaan siinä, että minäpystyvyys kuvaa ihmisen omaa uskoa kykyihinsä, pystyvyyteensä, kun taas hallintakäsitys kuvaa ihmisen uskomuksia toimintansa vaikutuksista (Bandura 1997, 20).

### 3.2 Minäpystyvyyden kehittyminen ja minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät

Minäpystyvyys kehittyy ja minäpystyvyyden kokemus muuttuu läpi koko ihmisen ainutlaatuisen elämän ihmisen omista elämäkokemuksista riippuen. Näin ollen minäpystyvyys, sekä yleinen että tehtäväkohtainen, voi vahvistua, heikentyä ja vahvistua taas uudelleen. (Bandura 1997, 162; Maddux 2009, 279.) Ihmisen elämän ainutkertaisuudesta johtuen onkin mahdotonta esittää yleispätevää määritelmää minäpystyvyyden kehittymisestä eri elämän vaiheissa (Bandura 1994, 9). Kuvaan seuraavaksi tiivistetysti minäpystyvyyden kehitystä eri elämänvaiheisiin liittyen sosiaalis-kognitiivisen näkökulman ohjaamana.

Varhaislapsuudessa lapsi huomaa oman erillisyytensä muista ihmisistä sekä oman toimintansa vaikutukset ympäristöön. Kielenkehityksen kautta lapsi alkaa ymmärtää ympäristöltään samaansa

palautetta omista kyvyistään ja taidoistaan. Varhaiset minäpystyvyyden kokemukset syntyvätkin oman perheen kautta. Sosiaalisen piirin kasvaessa vertaisryhmä vaikuttaa minäpystyvyyden kokemukseen sitä vahvistamalla tai heikentäen. (Bandura 1994, 9–10.) Sosiaalinen minäpystyvyys voi joutua koetukselle, mikäli lapsi esimerkiksi epäonnistuu vuorovaikutustilanteissa muiden lasten kanssa leikkikentällä tai päiväkodissa. Vastaavasti onnistuneet leikkihetket voivat vahvistaa lapsen kokemusta minäpystyvyydestään. Kouluaikana lapsen tiedot ja taidot joutuvat arvioinnin ja sosiaalisen vertailun kohteeksi, mikä muokkaa lapsen käsityksiä omasta pystyvyydestään. (Bandura 1994, 11; 1997, 174.) Huomion arvoista on, että lapsen minäpystyvyyden kokemus voi vaihdella esimerkiksi eri oppiaineiden kesken. Vieraan kielen opiskelussa lapsi voi uskoa yltävänsä hyviin tuloksiin, mutta liikunnassa hän alisuoriutuu, koska pitää itseään kömpelönä.

Nuoruusikään tultaessa nuori kohtaa uusia haasteita, joissa minäpystyvyyssuskomukset muovautuvat edelleen. Itsenäistyminen, murrosikä, uudet ihmissuhteet, seksuaalisuuden kehittyminen sekä tulevaisuuteen liittyvät valinnat haastavat nuorta. (Bandura 1997, 177.) Vertaissuhteet nousevat erityisen merkityksellisiksi nuoren minäpystyvyyden kehittymiseen vaikuttavina tekijöinä, sillä kaverit ja muut samaan ikäryhmään kuuluvat tulevat vanhempien kanssa vietetyn ajan korvaajiksi (Schunk & Meece 2006, 75). Nuoret, joiden minäpystyvyyden tunne on lähtökohtaisesti heikompi, ovat alttiimpia kokemaan uudet haasteet liian raskaina. Vastaavasti vakaa kokemus omasta minäpystyvyydestä tukee siirtymää lapsuudesta aikuisuuteen. (Bandura 1994, 12.)

Tie aikuisuuteen on pidempi ja monimuotoisempi kuin esimerkiksi kolmekymmentä vuotta sitten. Koulutusmahdollisuudet ovat laajentuneet ja opiskeluaika pidentynyt, perheen perustaminen on siirtynyt kahdesta kymmenestä lähelle kolmenkymmenen vuoden ikää, ylikin. Elämänkaarimallin mukaiset monet muotoutuvan aikuisuuden vaiheeseen kytketyt kehitystehtävät, kuten työllistyminen ja vakituinen parisuhde, liittyvätkin nuoren aikuisen minäpystyvyyteen toisaalta esimerkiksi ennustaen nuoren aikuisen siirtymää koulutus- ja työmarkkinoille toisaalta vaikuttaen nuoren kokemukseen omasta pystyvyydestään. (Bandura 1997, 184.) Heikon minäpystyvyyden omaava nuori aikuinen voi kokea elämänvaiheeseensa liittyvät normatiiviset odotukset ahdistavina ja stressaavina (Bandura 1994, 12–13). Nuoren aikuisen kokiessa, ettei hänen ole mahdollista saada esimerkiksi opiskelu- tai työpaikkaa, jättää hän hakemuksen lähettämättä (Maddux 2009, 278; Bandura 1997, 2). Toisin sanoen heikko minäpystyvyys voi aiheuttaa alisuoriutumisen monella elämän osa-alueella ja johtaa lopulta



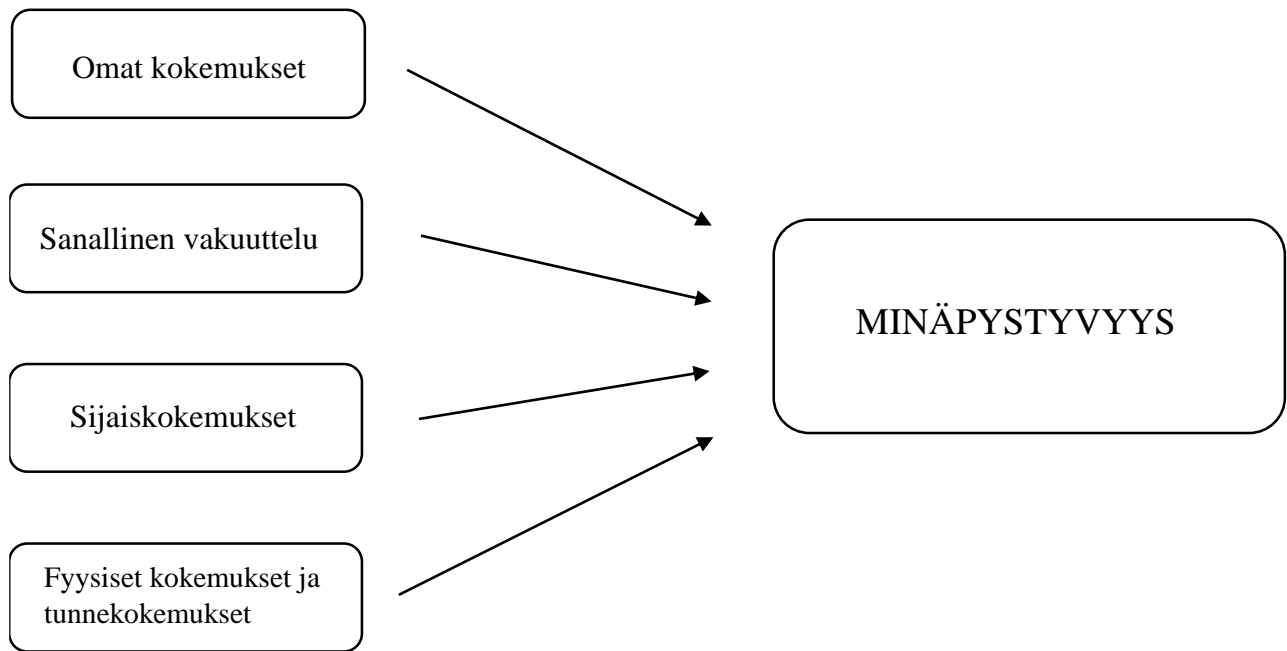
yhteiskunnan ulkopuolelle syrjäytymiseen. Koska minäpystyvyyden on mahdollista vahvistua kaikissa elämänvaiheissa, ovat minäpystyvyyteen myönteisesti vaikuttavat kokemukset merkityksellisiä myös nuorena aikuisena. Kuten James E. Maddux (2009, 277) toteaa, on uskominen omaan pystyvyyteen ja kyvykkyyteen yksi tärkeimmistä tekijöistä matkalla menestykseen.

Varsinainen aikuisuus ja keski-ikä ovat Banduran (1994, 13) mukaan minäpystyvyyksäityksen osalta vakiintuneempaa, tasaisempaa aikaa. Nuoren aikuisen elämänvaiheeseen liittyvät kehitystehtävät ovat tyypillisesti takana ja aikuisen asema niin työ- perhe- kuin sosiaalisessa elämässä on jokseenkin vakiintunut (Bandura 1997, 196). Toisaalta elämän moninaiset kokemukset voivat heijastua ihmisen minäpystyvyyteen tässäkin ikävaiheessa sitä heikentäen tai vahvistaen (Bandura 1994, 13). Ikääntymisen mukanaan tuomat muutokset ihmisen fyysisessä toimintakyvyssä asettavat minäpystyvyyden koetukselle. Esimerkiksi autolla ajaminen saattaa alkaa tuntua heikentyneen näkökyvyn ja reaktionopeuden vuoksi haasteelliselta. Tällaiset kokemukset oman toimintakyvyn rajoittuneisuudesta vaikuttavat heikentävästi ikääntyneen ihmisen minäpystyvyyksäitykseen. Toisaalta elämäkokemuksen kartuttama tietotaito kompensoi heikentyntä toimintakykyä. Esimerkiksi työuraa jättämässä olevalla kokeneella työntekijällä on paljon sellaista osaamista, jota nuoremmat kollegat tavallisesti arvostavat. Vahvan minäpystyvyyden ajatellaan vaikuttavan ikääntyvän ihmisen elämään myönteisesti myös hänen oman aktiivisuutensa kautta. Yhteisössään ja yhteiskunnassa aktiivisesti toimiva ihminen ylläpitää samalla omaa sosiaalista, fyysistä ja kognitiivista kyvykkyyttään. (Bandura 1994, 14; Bandura 1997, 198–199.)

### *Minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät*

Albert Bandura kuvaa minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä jakamalla ne neljään eri ryhmään. Näitä ovat ihmisen omat aikaisemmat onnistumis- tai epäonnistumiskokemukset (mastery experiences), sijaiskokemukset (vicarious experiences), sanallinen vakuuttelu (verbal persuasion) sekä fyysiset kokemukset ja tunnekokemukset (physiological and affective states). (1977, 80–82; 1997, 80, 86, 101, 106.) Minäpystyvyyksäitykseen vaikuttaa yllä mainittujen vaikuttavien tekijöiden lisäksi myös tiedon vastaanottajan, ihmisen itsensä kognitiivinen prosessointi sekä reflektiivinen ajattelu. Ihminen arvioi minäpystyvyyssuskomukseen liittyvää tietoa, jonka jälkeen persoonalliset, sosiaaliset sekä tilannetekijät

vaikuttavat siihen, miten ihminen kyseisessä tilanteessa tulkitsee minäpystyvyyteen liittyvää tietoa. (Bandura 1997, 79.)



*Kuvio 2 Minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät Banduran (1977, 1997) mukaan.*

Omat aikaisemmat kokemukset ovat voimakkaimpia minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä, sillä omien kokemusten kautta ihminen saa välitöntä palautetta omasta pystyvyydestään. Onnistumiset rakentavat vahvan uskon ihmisen omiin kykyihin ja taitoihin etenkin, jos ihmisen tarvitsee hieman tehdä töitä onnistumisensa eteen. Toisaalta epäonnistumiset heikentävät ihmisen käsitystä minäpystyvyydestään selkeästi. Näin käy erityisesti silloin, jos epäonnistuminen tapahtuu ennen kuin ihmisen kokemus minäpystyvyydestä on muodostunut riittävän vahvaksi. (Bandura 1997, 80.) Sijaiskokemukset vaikuttavat ihmisen omaan minäpystyvyyteen erityisesti silloin, kun kyseessä on vertainen. Muiden, erityisesti samaistumisen kohteiden onnistuneita suorituksia seuraamalla, ihmisen kokemus omasta minäpystyvyydestään voi vahvistua. Vastaavasti epäonnistumisen näkeminen voi heikentää minäpystyvyydekäsitystä. (Bandura 1977, 81–82; Bandura 1995, 3–4.)

Sanallista vakuuttelua käytetään paljon helpokäyttöisyytensä johdosta, joskaan se ei ole yhtä tehokas kuin aiemmin kuvatut. Sanallisen vakuuttelun, kannustamisen ja kehumisen kautta ihminen yritetään

saada uskomaan mahdollisuuksiinsa, pystyvyyteensä, mahdollisista aiemmista epäonnistumisenkokemuksista huolimatta. (Bandura 1977b, 82.) Kannustaminen voi toimia suorituksiin rohkaisijana ja auttaa ihmistä ponnistelemaan vielä enemmän saavutuksiensa eteen, etenkin jos vakuuttelijana toimii ihmiselle itselleen merkityksellinen henkilö. Muualta tulevat, kielteiset arviot omasta suoriutumisesta voivat puolestaan heikentää ihmisen minäpystyvyyden tunnetta. (Bandura 1997, 101.)

Fyysiset kokemukset ja tunnekokemukset vaikuttavat ihmisen minäpystyvyyden kokemukseen viestittämällä jännittyneisyyden ja stressin määräästä. Ihminen voi esimerkiksi kokea voimakkaan jännittämisen tai stressin merkinä tulevasta epäonnistumisesta. Nämä somaattiset vihjeet voivat olla myös tiedostamattomia. (Bandura 1997, 106–107.) Toisaalta ihminen, jolla on korkea minäpystyvyys voi kokea jännityksen suoritusta edistävänä myönteisenä asiana. Myös ihmisen tunne- tai mielentila vaikuttavat minäpystyvyyden kokemukseen. Minäpystyvyyden vahvistamisen kannalta on tärkeää luoda myönteinen tunnetila sekä vähentää stressiä ja taipumusta pessimistisyyteen. (Bandura 1995, 4–5.)

#### 4 TUTKIMUKSEN METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kuvaan sekä tutkimukseni metodologiset lähtökohdat että tutkimukseni toteutukseen liittyvät vaiheet. Luvussa 4.1 esittelen tutkimukseni tarkoituksen ja tutkimuskysymykset, joihin tutkimuksessani pyrin vastaamaan. Tutkimukseni keskiössä ovat nuorten aikuisten kokemukset ja näin ollen tutkimukseni nojaa kevyesti fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen, jota määrittelen luvussa 4.2. Luvussa 4.3 kuvaan aineistonkeruumenetelmänä käyttämäni teemahaastattelun sekä haastattelujen toteuttamisen, jonka jälkeen luvussa 4.4 esittelen tutkimukseni kohdejoukon sekä keräämäni aineiston. Luvussa 4.5 kuvaan aineistoni analyysin etenemistä sisällönanalyysin avulla. Viimeiseksi luvussa 4.6 tarkastelen ja arvioin tutkimukseni luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä kysymyksiä.

#### 4.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkimukseni tavoitteena on lisätä ymmärrystä siitä, mitä merkitystä toiminnallisella ja elämyksellisellä ryhmätoiminnalla, Nuotta-valmennusleirillä, on siihen osallistuville nuorille aikuisille. Lisäksi tarkoitukseni on perehtyä nuorten aikuisten kokemuksiin pohjaten myös siihen, pystytäänkö elämyksellisen toiminnallisuuden sekä ryhmässä toimimisen kautta vaikuttamaan nuoren aikuisen minäpystyvyyksäkäsitykseen. Nuotta-valmennusleirin minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä tarkastelen Banduran minäpystyvyysteorian kautta pyrkien näin tekemään näkyväksi niitä leiritoiminnan elementtejä, jotka oletettavasti vaikuttavat nuorten minäpystyvyyteen. Näin ollen tutkimuksestani muotoutuu sekä kuvaileva että selittävä laadullinen tutkimus, joka pohjautuu Nuotta-valmennusleirille osallistuvien nuorten aikuisten omakohtaisiin kokemuksiin.

Tutkimuskysymykset, joihin lähdän etsimään vastauksia tutkimuksessani ovat:

1. Millaisia kokemuksia nuorilla aikuisilla on kesällä 2018 järjestetystä toiminnallisesta Nuotta-valmennusleiristä?
2. Vaikuttaako Nuotta-valmennusleiriin osallistuminen nuoren aikuisen minäpystyvyyksäkäsitykseen?
3. Millaisia minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä leiritoimintaan liittyvistä kuvauksista on löydettävissä?

Tarkastelen minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä Banduran minäpystyvyysteorian kautta.

#### 4.2 Fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa kokemuksen tutkimuksessa

Sirkka Hirsjärvi, Pirkko Remes ja Paula Sajavaara (2004, 152) toteavat laadullisen tutkimuksen lähtökohtana olevan todellisen elämän kuvaaminen todellisuuden moninaisuuden huomioon ottaen. Tutkimukseni nojaa fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen keskittyessään tutkimaan

nuorten aikuisten kokemuksia suhteessa (kokemus)maailmaan, jossa he elävät (Laine 2007, 29). Fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimusotteessa yhdistyvät kaksi erillistä filosofista ajattelusuuntaa, joissa on eroavaisuuksien lisäksi nähtävissä yhtymäkohtia. Fenomenologiassa pyritään löytämään asioiden olemus sellaisenaan, hermeneutiikassa asiat ymmärretään tulkinnan kautta. Fenomenologian varsinaisena perustajana voidaan pitää filosofi Edmund Husserlia. Hermeneutiikan oppi-isänä tunnetaan puolestaan filosofi Hans-Georg Gadamer. Martin Heidegger, joka oli Husserlin oppilas ja Gadamerin opettaja, tunnetaan fenomenologisen hermeneutiikan keskeisenä edustajana. (Kakkori 2009, 273.)

Fenomenologiassa ihmisen eläminen ymmärretään kehollisena toimintana ja havainnointina. Samalla se on myös koetun ymmärtävää jäsentämistä. Yksilön suhde toisiin ihmisiin ja ympäristöön ilmenee siis hänen kokemuksissaan. Kokemus puolestaan syntyy vuorovaikutuksessa todellisuuden kanssa ja on ihmisen maailmasuhteen perusmuoto (Laine 2007, 29.) Toisin sanoen voidaan ajatella, että kokemus on sitä, mitä elämäntilanne ihmisille itselleen tarkoittaa (Perttula 2008, 149).

Fenomenologiassa ihmisen suhdetta maailmaan kuvataan myös intentionaalisenä, joka mielletään tajunnallisen toiminnan ytimeksi. Intentionaalisuudella tarkoitetaan sitä, että kaikki ilmiöt merkitsevät ihmisille jotain, jolloin kokemus muotoutuu merkitysten mukaan. (Laine 2007 29; Perttula 2008, 116. kts. myös Tuomi & Sarajärvi 2013, 34–35.) Merkitykset eivät ole ihmisessä itsessään synnynnäisesti, vaan ne kumpuavat siitä yhteisöstä, elämismaailmasta, jossa ihminen kasvaa. Merkitykset voidaankin mieltää intersubjektiivisiksi, ”subjekteja yhdistäviksi”. Eri yhteisöjen jäsenillä on yhtenäisiä merkityksiä ja he ovat osa yhteistä merkitysten perinnettä. (Laine 2007, 30.) Kuten Timo Laine (Emt., 30) toteaa: *”Tämän vuoksi jokaisen yksilön kokemusten tutkimus paljastaa myös jotain yleistä.”*

Juha Perttulan (2008, 143) mukaan fenomenologiassa kokemuksen tutkimisessa on se haaste, että tutkimuskohteena on toisten elävä kokemus, jota ei täysin puhtaana, muuttumattomana ole mahdollista välittää toiselle. Haastattellessani nuoria aikuisia päädyin empiirisesti tutkimaan heidän sanallisia kuvauksia kokemuksistaan. Koska nuorten kokemusten välittäminen ilman tulkintaa on haastavaa ja jopa mahdotonta tutkimusta ohjaa myös hermeneuttinen ulottuvuus. Hermeneutiikalla tarkoitetaan teoriaa ymmärtämisestä ja tulkinnasta. Tulkinnan kohteeksi ymmärretään ihmisen ilmaisut, joiden ajatellaan sisältävän, kantavan merkityksiä. (Laine 2007, 31.) Tuomen ja Sarajärven (2013, 35) mukaan fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimuksessa yritetään kuvata sitä, *”mikä on koettu, mutta ei vielä*

*tietoisesti ajateltu*”. Toisin sanoen fenomenologis-hermeneuttisen tutkimuksen tavoitteena on käsitteellistää tutkimuskohteena oleva ilmiö, eli kokemuksen merkitys (Mt. 35).

#### 4.3 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä ja haastattelujen toteutus

Kuten Jari Eskola ja Juha Suoranta (1998, 86) toteavat ”*haastattelun tavoite on selvittää se, mitä jollakulla on mielessään*”. Tutkimuksessani halusin tavoittaa nuorten aikuisten kokemukset Nuotta-valmennusleiristä, tuoda julki heidän ajatuksensa. Koska halusin kuulla jokaisen nuoren aidot, ryhmäpaineen muokkaamattomat kokemukset leiristä ja minäpystyvyyteensä liittyvistä käsityksistä, päädyin yksilöhaastatteluun ryhmähaastattelun sijaan. Omista kokemuksista, ajatuksista ja tunteista puhumisen voidaan olettaa olevan helpompaa kahden kesken kuin ryhmässä. Haastattelun tarjoama mahdollisuus suoraan kielelliseen vuorovaikutukseen sekä joustavuus, esimerkiksi mahdollisuus esittää tarkentavia kysymyksiä, olivat myös keskeisiä vaikuttajia päätyessäni haastatteluun esimerkiksi lomaketutkimuksen sijaan. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34–36.)

Varmistaakseni nuorten aitojen kokemusten ja ajatusten tavoittamisen, halusin haastattelutilanteesta mahdollisimman vapaamuotoisen. Niukasta haastattelukokemuksestani johtuen avoin haastattelu vaikutti kuitenkin liian haasteelliselta. Näin ollen päädyin teemahaastatteluun, jossa haastateltavan on mahdollista sanallisesti ilmaista itseään varsin vapaamuotoisesti. (Eskola & Suoranta 1998, 87–88). Sirkka Hirsjärven ja Helena Hurmeen (2008, 48) mukaan teemahaastattelu tuo tutkittavien äänen kuuluviin ja huomioi sen, että heidän tulkintansa asioista ja heidän niille antamat merkitykset ovat keskeisiä. Toisaalta etukäteen mietitty teemahaastattelurunko (Liite 1) kuitenkin varmistaa, että kaikkien haastateltavien kanssa tullaan käymään läpi suunnilleen samat teemat, vaikka tämän ei tarvitsekaan tapahtua samassa järjestyksessä jokaisen haastateltavan kanssa (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48; Vilka 2015, 124). Eskolan ja Suorannan (1998, 88) huomion mukaan teemahaastattelurungon teemat jäsentävät jo litteroitua haastatteluaineistoa helpottaen näin aineiston analyysissä etenemistä.

Kuten Hanna Vilka (2015, 124) toteaa, teemahaastatteluun on mahdollista yhdistää erilaisia tehtäviä. Minäpystyvyyksäsitäytksen tutkimiseen hyödynsin janaa väittämineen (Liite 2), jonka avulla pyysin nuoria konkretisoimaan käsityksiään minäpystyvyyteen liittyvistä asioista. Väittäminä hyödynsin Gilad Chenin, Stanley Gullyn ja Dov Edenin (2001) kehittämän yleistä minäpystyvyyttä mittaavan mittarin

väittämiä, jotka suomensin sisällön tarkasti säilyttäen. Yleistä minäpystyvyyttä mittaavien väittämien käyttöön päädyin, koska yleinen minäpystyvyyssäilytys tehtäväkohtaisen minäpystyvyyden sijaan luo laajempaa käsitystä siitä, kuinka nuori aikuinen uskoo suoriutuvansa vastaan tulevista haasteista (Luszczynska ym. 2005a, 439). Koska tutkimukseni ei keskity tutkimaan vain tiettyä tehtäväkohtaista minäpystyvyyssäilytystä, ajattelen yleiseen minäpystyvyyteen liittyvien väittämien käytön olevan perustelua. Käytännössä haastateltavat nuoret arvioivat väittämiä molemmilla haastattelukerroilla asteikolla 1–10 antaen mielestään sen hetkistä tilannetta kuvaavan arvion. Numeerista arviointia keskeisempää oli väittämään liittyvä keskustelu ja nuorten omasanaiset kuvaukset minäpystyvyyteensä liittyvistä käsityksistä. Toisella haastattelu kerralla nuoret kertoivat ensin arvionsa väittämälle, jonka jälkeen kerroin heille edeltävän kerran numeerisen arvion. Tämän jälkeen keskustelimme ja pohdimme syitä mahdolliselle muutokselle. Näin ollen janat väittämineen toimivat keskustelun pohjana ja toisaalta nuorten arviointien kautta oli mahdollista tehdä myös havaintoja heidän minäpystyvyyssäilytyksistään ja mahdollisesta muutoksesta siinä ennen ja jälkeen leirin. Varsinaisina minäpystyvyyttä mittaavina mittareina väittämät eivät tässä tutkimuksessa toimineet. Minäpystyvyyden mittaaminen olisi ollut tässä tutkimuksessa mahdotonta pienen tutkimusjoukonkin vuoksi.

Haastateltavien tavoittaminen ja motivoiminen tutkimukseen osallistumiseen ei ole itsestään selvyyttä. Tutkimusaiheeni varmistuttua ja tutkimusluvan saatua tärkeänä yhteyshenkilönä leirille osallistuvien nuorten tavoittamiseksi toimi erityisnuorisotyöntekijä, joka kertoi nuorille tutkimuksestani sekä mahdollisuudesta osallistua vapaaehtoisesti haastateltavaksi. Alkuperäisenä tarkoitukseni oli tavata nuoret kasvotusten ja kertoa heille itse tutkimuksestani. Sairaslomien ja haasteellisten aikataulujen vuoksi emme onnistuneet sopimaan yhteistä tapaamista ennen leiriä erityisnuorisotyöntekijän ja leirille lähdössä olleiden nuorten kanssa. Näin ollen alkuinformaation tutkimuksesta antoi heille tuttu erityisnuorisotyöntekijä. Nuoret olivat heti ilmoittaneet suostuvansa haastateltaviksi. Nuoria motivoidakseni lupasin kiitokseksi molempiin haastatteluihin osallistumisesta nuoren oman valinnan mukaan joko elokuvaliput tai lahjakortin. Erityisnuorisotyöntekijä sopi haastatteluajankohdat leirille osallistuvien nuorten kanssa sekä huolehti tilavarauksista nuorisotalolla. Näin ollen lupaukseni siitä, että nuoret voivat tulla halutessaan nimettöminä haastateltaviksi, toteutui. En tuntenut tai ollut tavannut kyseisiä nuoria ennen ensimmäistä haastattelukertaa.

Haastateltavaksi suostuivat kaikki viisi nuorta, jotka olivat lähdössä Nuotta-valmennusleirille. Yhden nuoren leiri peruuntui tapaturman vuoksi vain muutamaa päivää ennen leirin alkua, joten en haastatellut häntä. Tutkimukseni aineisto koostuu siis neljän Nuotta-valmennusleirille osallistuneen nuoren aikuisen sekä ennen leiriä että leirin jälkeen tehdyistä haastatteluista. Näin ollen haastatteluja kertyi yhteensä kahdeksan. Haastatteluista seitsemän toteutui Porin nuorisotalon Peräkammari -nimisessä tilassa, joka oli entuudestaan tuttu nuorille. Yksi ennen leiriä tehdyistä haastatteluista toteutettiin puhelinhaastatteluna aikataulullisista syistä. Aineiston voidaankin ajatella kuvaavan hyvin kyseiselle leirille osallistuneiden nuorten kokemuksia, sillä jokaisen leirille osallistuneen nuoren ääni on kuultavissa haastatteluaineistossa.

Haastattelutilanteen pyrin luomaan mahdollisimman mukavaksi. Ennen varsinaisen haastattelun alkua juttelimme ”niitä näitä” kahvikupin ja pienten suolaisten ja makeiden tarjottavien äärellä. Kerroin samalla itsestäni ja pro gradu -tutkielmastani, jonka aineistoa olin keräämässä haastatteluin. Ennen ensimmäisen haastattelun alkua kerroin jokaiselle haastateltavalle, millaisesta tutkimuksesta on kysymys ja miten tulen haastatteluaineistoa hyödyntämään. Avasin tutkimukseni aiheessakin esiintyvää minäpystyvyyden käsitettä tuomalla sen lähemmäksi arkielämää. Selitin vielä, kuinka osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kerroin myös haastateltavan mahdollisuudesta keskeyttää haastattelu niin halutessaan sekä mahdollisuudesta jättää vastaamatta. Myös haastatteluaineiston luottamuksellisesta käsittelystä sekä salassapidosta keskustelin jokaisen haastateltavan kanssa. Ennen haastattelun alkua varmistin, että haastateltavat ovat valmiita aloittamaan. Varsinaisen haastattelun, tallennetun osuuden jälkeen, keskustelin vielä jokaisen haastateltavan kanssa heidän haastattelukokemuksestaan varmistaen, että haastateltavat voivat lähteä tapaamisesta rauhallisin mielin.

Tunnelma jokaisessa haastattelussa oli alun pienen jännityksen, tapasinhan heidät ensimmäisen kerran vasta haastattelutilanteessa, jälkeen välitön ja vapautunut. Haastattelut etenivät teemahaastattelurungon johdattamana ja näin ollen jokaisen nuoren kanssa keskusteltiin samanlaisista asioista. Pyrin tekemään paljon avoimia kysymyksiä antaen haastateltavalle mahdollisuuden kertoa hänelle merkityksellisistä, mieleen tulevista asioista. Osa haastateltavista kuvaili asioita monisanaisesti, osan ilmaisu oli ytimekkäämpää. Jokainen haastateltava heittäytyi pohtimaan leiriin liittyviä asioita ja kokemuksia. Haastattelun teemoihin paneutuminen heijastui haastattelutilanteeseen myös heränneiden tunteiden



kautta. Haastattelutilanteissa välittyivät niin ilon ja onnistumisen kokemukset kuin toisaalta myös haikeuden tunteet liikuttumisen muodossa.

Muutamit haastatelluista kokivat yleiseen minäpystyvyyteen liittyvät väittämät ja niiden arvioimisen asteikolla 1–10 hankalaksi. Väittämät muistuttivat nuorten mielestä liikaa toisiaan ja he kokivat jo vastanneensa kyseiseen asiaan. Samoin mahdolliseen muutokseen vaikuttavia tekijöitä pohdittaessa, nuoret kokivat, että sama vastaus sopi useampaan väittämään. Aineiston keräämisen kannalta numeerista aineistoa merkityksellisempiä olivat nuorten sanalliset kuvaukset elämänsä erilaisista tilanteista sekä pohdinnat esimerkiksi leirillä tapahtuneista asioista. Oma kokemattomuuteni haastattelija välittyi erityisesti ensimmäisissä haastatteluissa siitä, etten huomannut antaa haastateltavalle riittävästi tilaa vastaamiseen, vaan pyrin täyttämään pidemmäksi venyneen hiljaisen hetken jatkokysymyksillä. Kuten Hirsjärvi ja Hurmekin (2008, 121) toteavat, kokemuksen lisääntyminen sai minut odottamaan ja huomaamaan, että pidempi tauko haastateltavan puheessa tuotti itseasiassa syvällisemmän, pohditumman vastauksen.

Kaikki haastateltavat antoivat suostumuksen haastattelun äänimuotoiseen tallentamiseen ja ennen haastattelujen alkua haastateltavat allekirjoittivat kirjallisen suostumuksensa tutkimukseen osallistumisesta ja haastattelun hyödyntämisestä tässä tutkimuksessa (Liite 3). Kasvokkain tapahtuvat haastattelut tallennettiin varmuuden vuoksi kahden eri tallentimen avulla, puhelinhaastattelu matkapuhelimen sovellusta hyödyntäen. Äänitallenteiden laatu on erinomainen ja keskustelu on kuultavissa selkeästi ilman tulkinnan tarvetta.

#### 4.4 Tutkimukseen osallistuneet ja aineiston kuvaus

Haastatellut nuoret aikuiset olivat iältään 22–29 -vuotiaita naisia ja miehiä, joista osa on suorittanut peruskoulun, osa myös ammatillisen koulutuksen. Kaikilla nuorista oli ainakin jonkin verran kokemusta myös työelämästä. Kaikki tutkimukseen osallistuneet nuoret aikuiset olivat osallistuneet aiemminkin vastaavanlaiselle Nuotta-valmennusleirille sekä muuhun nuorisotoimen järjestämään ryhmämuotoiseen toimintaan. Osa nuorista oli ollut mukana muutamalla aiemmalla leirillä, osa oli osallistunut leirille yli kymmenen kertaa. Kaikki tutkimukseen osallistuneet nuoret tunsivat toisensa jo aiemmin, tuttuja heille

olivat myös leirille mukaan lähteneet työntekijät. Marttisten nuorisokeskuksen ohjaaja oli kaikille leirille osallistuneille uusi tuttavuus.

Ennen leiriä tehtyjen tallennettujen haastatteluosuuksien kesto vaihteli 12 minuutista 35 minuuttiin ja leirin jälkeen tehtyjen haastatteluiden 35 minuutista 70 minuuttiin. Tallennetun haastatteluosuuden ulkopuolelle jäivät ennen varsinaista haastattelua käymämme keskustelu, kuten tutkimuksesta tiedottaminen sekä tutkimuksen jälkeen käymämme niin sanottu purkukeskustelu. Kukaan haastateltavista ei halunnut keskeyttää haastattelua tai kertonut haluavansa jättää vastaamatta keskustelun aiheena olevaan asiaan. Litteroin ainoastaan tallennetun, varsinaisen haastatteluosuuden. Litteroinnintasona hyödynsin peruslitterointia tarkoittaen, että litteroin aineiston sanatarkasti jättäen kuitenkin selkeästi puhekieleen liittyvät merkityksettömät täytesanat, kuten ”niinku” ja ”tota” pois. Jätin litteroidessani pois myös selkeät toistot, kuten ”niin, niin”. Kirjasin litteroituun tekstiin haastateltavien ilmeisiä tunnetiloja ja eleitä sulkeisiin merkityillä sanoilla, kuten ”naurahtaa”, ”liikuttuu” tai ”nyökkää”. (Aineiston hallinnan käsikirja; Ruusuvuori 2010, 424–425.) Litteroitua haastatteluaineistoa kertyi 2,5cm reunuksilla, 1,5 rivivälillä sekä Times New Roman fontilla koko 12 yhteensä 100 sivua.

#### 4.5 Aineiston analyysi sisällönanalyysia hyödyntäen

Laadullisen aineiston analyysin tarkoituksena on aineistoa tiivistämällä pyrkiä tuottamaan uutta tietoa tutkittavasta asiasta (Eskola & Suoranta 1998, 138). Aineistoa on tarkasteltava mahdollisimman avoimesti ja etenkin analyysin alkuvaiheessa aineisto kohdataan etäännytettyinä valmiista tulkinnoista, jotka voivat pohjautua esimerkiksi tutkijan omiin olettamuksiin (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Yläne & Paavilainen 2013, 122). Kuten Eskola ja Suoranta (1998, 20) kuvaavat, tutkijan pitäisi pikemminkin yllättyä ja oppia uutta laadullista analyysia tehdessään.

Aineiston analysoinnissa käytin menetelmänä sisällönanalyysia, jossa tekstiaineistoa tarkastellaan eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien ja aineistoa tiivistäen. Sisällönanalyysin pyrkimyksenä on kuvata tekstiaineiston, tässä tutkimuksessa litteroitujen haastatteluiden, sisältöä sanallisesti (vrt. sisällön erittely). Sisällönanalyysin voidaan ajatella perustuvan tutkijan tulkintaan ja päättelyyn edeten empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää, tiivistettyä näkemystä tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajarvi 2013, 103-104, 106, 112.) Analyysivaiheen tarkoituksena on aineiston luokittelun ja

järjestelmällisen läpikäymisen perusteella tuoda esiin jotain sellaista, joka ei suorissa lainauksissa ole sellaisenaan läsnä (Ruusu vuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 19).

Tutkimuskirjallisuudessa laadullista aineiston analyysia ja sisällönanalyysia kuvataan monella tapaa ja on mahdotonta esittää yksimielistä käsitystä asiasta. Päädyin kuvaamaan sisällönanalyysia Tuomen ja Sarajärven (2013) mukaan erottaen kolme erilaista tapaa analysoida kerättyä tekstiaineistoa. Nämä ovat aineistolähtöinen, teorialähtöinen sekä teoriaohjaava sisällönanalyysi. Nämä sisällönanalyysin muodot eroavat toisistaan niin suhteessa teorian rooliin analyysin tekemisessä kuin päättelyn logiikassa, jota tutkija hyödyntää tutkimuksensa teossa. Aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin liitetään induktiivinen, yksittäisestä yleiseen etenevä tiedon muodostus, kun taas teorialähtöisessä sisällönanalyysissa edetään deduktiivisesti, yleisestä yksittäiseen. Teoriaohjataan sisällönanalyysiin liitetään abduktiivinen päättely, jolla tarkoitetaan teorianmuodostuksen mahdollisuutta silloin, kun havaintojen tekoon liittyy jokin johtoajatus, esimerkiksi ohjaava teoria. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 95–100.)

Käytin tutkimuksessani sekä aineistolähtöistä sisällönanalyysia että teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Kahteen ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastatakseni hyödynsin aineistolähtöistä sisällönanalyysia, jossa analyysiyksiköt valitaan aineistosta eivätkä ne ole etukäteen valittuja tai harkittuja (Tuomi & Sarajärvi 2013, 95). Näin ajattelin varmistavani, että nuorten aikuisten kokemukset välittyvät mahdollisimman aitoina. Tiedostamalla oman esiymmärrykseni toiminnalliseen ryhmätoimintaan liittyen pyrin varmistamaan myös, etteivät omat aiemmat kokemukseni ja käsitykseni vaikuta aineiston analyysiin (Laine 2007, 32). On todettu, että puhtaasti aineistolähtöinen sisällönanalyysin lienee kuitenkin käytännössä mahdotonta, sillä tutkimusaineiston alustavakin järjestely ja jäsentely sisältävät tutkijan tekemiä teoreettisia valintoja ja tulkintoja (Ruusu vuori ym. 2010 19–20; Tuomi & Sarajärvi 2013, 96).

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi aloitetaan aineiston pelkistämällä karsimalla tutkimukselle epäoleellinen pois. Pelkistäminen voi olla joko kerätyn aineiston tiivistämistä tai osiin pilkkomista järjestelemällä tai luokittelemalla sitä esimerkiksi tutkimuskysymyksiä hyödyntäen (Ruusu vuori ym. 2010, 10, 18; Tuomi & Sarajärvi 2013, 95, 109.) Muodostettuani kokonaiskuvan aineistosta luettuani litteroimaani kokonaista aineistoa muutamia kertoja läpi, päädyin tutkimuskysymysten johdattamana kokoamaan erilliselle word-tiedostolle kaikki ne aineiston osat, joiden tulkitsin liittyvän kyseessä

olevaan tutkimuskysymykseen. Piirsin itselleni samalla miellekarttaa siitä, millaisia asioita ja ilmiöitä aineisto pitää sisällään. Tämä visuaalinen kuvaus muuttui analyysin edetessä useaan kertaan, mutta oli hyödyllinen kokonaisuuden hahmottamisessa.

Aineiston pelkistämisen jälkeen siirryin aineiston ryhmittelyyn, klusterointiin, jolla tarkoitetaan kerätyn aineiston läpi käymistä samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä etsien. Hyödynsin ryhmittelyssä erilliseksi tiedostoksi kokoamiani aineisto-otteita yliviivaamalla niistä eri värisin tussein samaa asiaa ilmaisevia lauseita. Tämän jälkeen ryhmittelin aineiston värikoodauksien pohjalta erillisiksi word-tiedostoiksi ja muodostin sisältöä kuvaavat käsitteet. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 110; Ronkainen ym. 2013, 124.) Aineiston ryhmittelyä, klusterointia seuraa aineiston abstrahointi, johon myös klusteroinnin katsotaan liittyvän. Abstrahointi tarkoittaa etenemistä käsitteellisempään suuntaan muodostamalla aineiston kielellisistä ilmauksista teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 111–112; Ronkainen ym. 2013, 124.) Nuorten kokemuksiin Nuotta-valmennusryhmästä liittyen havainnollistan esimerkkinä taulukossa 1 (Liite 4), kuinka sisällönanalyysia hyödyntäen luokittelin aineistoa yhteen yläluokkaan, ryhmän turvallisuus, liittyen. Kuten Jouni Tuomi ja Anneli Sarajärvi (2013, 113) ehdottavat kuvaan tulosluvussa 5.2, luokittelujen pohjalta muodostetut käsitteet ja niiden sisällöt.

Toisen tutkimuskysymyksen kohdalla, joka koskee Nuotta-valmennusleirin vaikutusta nuorten minäpystyvyyksikäsitteeseen, hyödynsin haastatteluvaiheessa janoja väittämineen kahdella eri haastattelukerralla. Aineistoa analysoidessani sijoitin nuorten aikuisten numeeriset vastaukset taulukkoon (kts. Liite 5 taulukko 2) Hirsjärven ja Hurmeen (2008, 177) esittämän mukaisesti. Tällainen kehityskulun tarkastelu teki mahdollisen muutoksen näkyväksi ja helpommin tarkasteltavaksi (Emt., 177).

Teoriaohjaavaa sisällönanalyysia hyödynsin kolmanteen tutkimuskysymykseeni vastatakseni. Teoriaohjaava sisällönanalyysini eteni edellä kuvaamani aineistolähtöisen sisällönanalyysin tavoin, huomioiden, että teoriaohjaavaa sisällönanalyysia käytettäessä käsitteet tuotiin valmiina, jo tiedettynä (Tuomi & Sarajärvi 2013, 117). Näin ollen hyödynsin Banduran minäpystyvyysteoriassaan kuvaamia minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä (kts. kuvio 2 sivulla 17) tarkastellessani, mitkä tekijät Nuotta-valmennusleirillä nuorten aikuisten kokemuksiin perustuen voisivat vaikuttaa myönteisesti nuorten

aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen. Tutkimuskysymykseen perustuvan aineiston pelkistämisen jälkeen, hyödynsin minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä aineiston luokittelussa muodostaen niistä yläluokat. Koottuani aineisto-otteet uudelleen näiden yläluokkien mukaan erillisiksi tiedostoiksi ryhmittelin aineistoa yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia etsien ja muodostin sisältöä kuvaavan käsitteen, alaluokan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 110, 117.) Tulosten esittämisen selkiyttämiseksi tein taulukon 3 (luku 54), jossa kuvaan nuorten aikuisten kokemuksiin perustuvia Nuotta-valmennusleiriin liittyviä myönteisesti yleiseen minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä.

#### 4.6 Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset

Tutkimukseen liittyvässä metodikirjallisuudessa erityisesti määrälliseen tutkimukseen liittyen tutkimuksen luotettavuutta lähestytään yleensä reliabiliteetin (tutkimuksen toistettavuus) ja validiteetin (tutkimuksessa on tutkittu sitä, mitä oli tarkoituskin) käsitteiden kautta. Laadullisessa tutkimuksessa kyseisiä käsitteitä näkee käytettävän, mutta toisaalta niiden käyttöä on kritisoitu, koska ne vastaavat selkeästi määrällisin tutkimuksen arvioinnin tarpeisiin. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136.) Kuvaan seuraavaksi laadullisen tutkimuksen luotettavuutta metodikirjallisuuden ohjaamana käyttämättä kuitenkaan varsinaisesti reliabiliteetin tai validiteetin käsitteitä (Hirsjärvi ym. 2004, 217). Tämän jälkeen pohdin tutkimukseeni liittyviä eettisiä kysymyksiä.

Laadullisella tutkimusmenetelmällä toteutetun tutkimuksen ajatellaan olevan luotettava, kun tutkimuskohde ja tulkittu materiaali ovat yhteensopivia, eivätkä satunnaiset tekijät tai epäolennaisuudet ole vaikuttaneet tutkimusprosessiin (Varto 1992, 103–104). Laadullisessa tutkimuksessa tutkija onkin keskeisessä roolissa. Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyssä tutkimuksessa tutkimuksen toteuttaminen ja tutkimuksen luotettavuus ovat läsnä koko tutkimusprosessin ajan. Tutkijan on jatkuvasti pohdittava tekemiään ratkaisuja sekä arvioitava niin analyysin kattavuutta kuin tutkimuksen luotettavuuttakin. Näin ollen keskeisenä luotettavuuden lähteenä laadullisessa tutkimuksessa on tutkija itse. (Eskola & Suoranta 1998, 209–211.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan lisätä kuvaamalla niin tutkimuksen teoreettiset kuin aineiston hankintaa ja analyysiäkin koskevat ratkaisut mahdollisimman tarkasti ja perustellen (Kiviniemi 2007, 82; Hirsjärvi ym. 2004, 217). Halusin tutkimuksessani nostaa esiin nuorten aikuisten omat

kokemukset, jolloin luotettavin tapa kerätä tätä tietoa oli kysyä asiasta nuorilta aikuisilta itseltään. Haastateltaviksi suostuivat kaikki nuoret aikuiset ja näin ollen jokaisen kyseiselle Nuotta-valmennusleirille osallistuneen nuoren aikuisen kokemukset ovat edustettuina tutkimusaineistossa. (Ruusu vuori ym. 2010, 27.) Haastateltavien kokemukset olivat vahvasti myönteisiä, eivätkä he kritisoineet Nuotta-valmennusleirin sisältöä, toimintaympäristöä tai ohjaajia. Tulosten luotettavuuden näkökulmasta pohdinkin, vaikuttiko esimerkiksi joku haastattelutilanteessa siihen, etteivät nuoret aikuiset tuoneet esiin kielteisiä asioita. Kuten luvussa 4.3 kuvaan, haastattelutilanne oli tulkintani mukaan rento ja välitön, eivätkä nuoret aikuiset kertoneet tai vaikuttaneet jännittävänsä. Nuoret kuvasivat kokemuksiaan monisanaisesti ja tunteikkaasti. Rohkaisin nuoria kertomaan myös kielteisistä asioista ja nuoret olivat tietoisia siitä, ettei heitä ole mahdollista tunnistaa tutkimusraportin tekstistä. En ollut tavannut haastateltuja nuoria aiemmin, joten heillä ei todennäköisesti ollut myöskään tarve miellyttää minua vastauksillaan. Nuoret myös tiesivät, etteivät saavuta erityistä hyötyä tietyn suuntaisista vastauksista. Näihin tekijöihin perustuen ajattelen, että nuoret olisivat kertoneet myös kielteisistä kokemuksistaan, mikäli heillä sellaisia aidosti olisi ollut.

Tutkimukseni luotettavuutta parantaa, että olen tutkimusraportissa kuvannut tarkasti haastattelujen toteuttamiseen liittyvät asiat. Haastattelutallenteiden äänenlaatu on erinomainen, joka osaltaan parantaa myös litteraation laatua ja näin ollen tutkimuksen luotettavuutta. Litteroin kaiken varsinaiseen haastatteluun liittyvän keskustelun ja litteraatiossa noudatin erityistä huolellisuutta. Tutkimukseni luotettavuutta lisää, että olen perustellut yksityiskohtaisesti aineiston analyysiin liittyvän luokittelun kuvaten tätä myös esimerkkitaulukolla (Liite 4 taulukko 1). Myös tulosten esittämisessä ja niiden tulkinnassa olen perustellut tekemiäni johtopäätöksiä ja tulkintoja teoreettisen lähdeaineiston sekä aiempien tutkimuksien avulla ja pyrkinyt kuvaamaan niitä polkuja, jotka ovat tekemiini tulkintoihin johtaneet. (Hirsjärvi ym. 2004, 217–218; Ruusu vuori ym. 2010, 27.) Tutkimustuloksien kuvaamisessa hyödynsin haastatteluaineistoon perustuvia suoria lainauksia, jotka osaltaan perustelevat ja tekevät näkyviksi tekemiäni tulkinnallisia valintoja (Ronkainen ym. 2013, 136).

Laadullisessa tutkimuksessa aineistosta ei tehdä päätelmiä yleistettävyyttä ajatellen, kuten määrällisessä tutkimuksessa (Hirsjärvi ym. 2004, 171). Ruusu vuoren ym. (2010, 27) mukaan laadullisen tutkimuksen yleistettävyydessä on kyse ”mahdollisen logiikasta”. Toisin sanoen yksityisessä toistuu yleinen. Tutkimalla yksittäistä tapausta riittävän tarkasti saadaan näkyviin merkityksellinen ja se, mikä toistuu

usein tarkasteltaessa ilmiötä yleisemmällä tasolla. (Hirsjärvi ym. 2004, 171.) Asiaa voidaan perustella myös fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen sisältyvällä ajatuksella. Tutkittavat (ja tutkija) ovat osa samaa yhteiskuntaa ja kulttuuriperinnettä ja he jossain määrin jakavat saman elämismaailman, heillä on yhtenäisiä merkityksiä. Näin ollen jokaisen yksilön kokemusten tutkimus paljastaa myös aina jotain yleistä. (Laine 2007, 30.) Tutkimukseni tuloksia ei voida yleistää koskemaan kaikkia Nuottavalmennusleirille osallistuvia nuoria aikuisia, mutta niiden pohjalta on mahdollista esittää jonkinlaisia yleistyksiä ja oletuksia, kuten olen tutkimusraporttini viimeisessä luvussa tehnyt.

Eettisyyden toteutumisen pohdinnan tulee olla mukana jokaisessa tutkijan tekemässä tutkimuksensa kulkuun liittyvässä valinnassa (Pohjola 2007, 12). Tutkimuksen tekijänä sitouduinkin noudattamaan koko tutkimusprosessin ajan hyvää tieteellistä käytäntöä pyrkien huolellisuuteen ja rehellisyyteen tutkimusprosessin eri vaiheissa, kuten aineiston tallentamisessa ja litteroinnissa sekä aineiston analyysissä ja tutkimusraportin kirjoittamisessa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6). Kuten Pohjola (2007, 29) toteaa, yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa, jossa ihmiset ovat olennainen osa tutkimusta, tärkeää on mukana olevien ihmisten kunnioittaminen. Ajattelen tämän kunnioittamisen liittyvän niin tutkimuksesta liittyvään tarkkaan informointiin, haastateltavien kohtaamiseen haastattelutilanteessa, aineiston täsmälliseen litterointiin kuin tapaan, jolla tuloksista raportoidaan.

Tutkimusta varten hain asianmukaiset tutkimusluvut. Tutkimukseen osallistuminen oli nuorille aikuisille täysin vapaaehtoista ja haastateltavilla oli mahdollisuus keskeyttää ja poistua haastattelutilanteesta niin halutessaan (mm. Kuula 2006, 107). Kerroin tutkimuksestani, vapaaehtoisuudenperiaatteesta sekä luottamuksellisuudesta jokaiselle nuorelle aikuiselle vielä ennen varsinaisen haastattelun alkua. Tallensin haastattelut haastateltavien luvalla ja käsittelin sekä säilytin haastatteluaineistoa ehdottoman luottamuksellisesti käyttäen sitä vain tämän tutkimuksen tekemiseen. Tallennetun ja litteroidun haastatteluaineiston tuhoan pro gradu -tutkielmani valmistumisen jälkeen, sillä tutkimuslupa koski vain kyseessä olevaa tutkimusta. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 20.)

Haastateltavat saivat tulla haastattelutilanteeseen kertomatta nimeään. Tutkimustuloksista raportoidessani kiinnitin erityistä huomiota siihen, etteivät haastateltavat ole tunnistettavissa suorien aineistolainauksien kautta. Anonymiteetin takaamiseksi tarkoitukseni oli aluksi käyttää aineistositaateissa keksittyjä, satunnaisia tunnisteita (esim. H1, H2) tutkimustulosten ymmärrettävyyden

sekä loogisuuden parantamiseksi. (Kuula 2006, 205, 215.) Tutkimukseen haastateltuja nuoria oli suhteellisen pieni määrä. Tutkimusraporttia kirjoittaessani huomasinkin, kuinka nuoret olisivat tulleet tunnistetuiksi eri aineistolainausten myötä, mikäli lukija olisi lähtenyt tarkastelemaan niitä tunnistetiedon mukaan ryhmiteltynä. Anonymiteetin takaamiseksi päädyin jättämään tunnistetiedon kokonaan pois tiedostaen tämän aineiston ymmärrettävyyteen ja näin ollen luotettavuuteen heikentävästi vaikuttavana tekijänä. Koen kuitenkin tutkijana eettisen velvollisuuteni olevan nuorten aikuisten henkilöllisyyden suojelun.

## 5 NUORTEN AIKUISTEN KOKEMUKSIA NUOTTA-VALMENNUSLEIRISTÄ JA NIIDEN MINÄPYSTYVYYSTEOREETTISTA TARKASTELUA

Tässä luvussa esittelen tutkimukseni tulokset. Ennen varsinaisiin tutkimustuloksiin siirtymistä kuvaan alaluvussa 5.1 tarkemmin, mistä Nuotta-valmennuksessa on kyse ja millainen tutkimukseen haastateltujen nuorten aikuisten leirijakso oli sisällöltään. Tämän jälkeen kuvaan haastatteluaineistoon perustuen nuorten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä. Analyysin tuloksena muodostin nuorten kokemuksista kaksi pääteemaa, uudet kokemukset ja ryhmämuotoisuus. Näitä käsitelen alaluvuissa 5.2.1 sekä 5.2.2. Luku 5.3 pyrkii analyysiini perustuen tiivistämään ja kokoamaan yhteen toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmämuotoisen toiminnan, Nuotta-valmennuksen merkityksellisiä tekijöitä. Luvussa 5.4 kuvaan tuloksia liittyen Nuotta-valmennuksen vaikutuksista haastateltujen nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen ja luvussa 5.5 kokoan Nuotta-valmennusleirin minäpystyvyyksikäsitykseen mahdollisesti vaikuttavia tekijöitä Banduran teorian mukaan tarkasteltuna.

### 5.1 Nuotta-valmennus

Nuotta-valmennus kuuluu sosiaalisen vahvistamisen palvelukokonaisuuteen yhdessä työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön kanssa ja se aloitettiin vuonna 2010 opetus- ja kulttuuriministeriön rahoituksen tuella, koska haluttiin tukea syrjäytymisvaarassa olevia nuoria (Lipponen 2015, 103). Nuotta-valmennusta järjestetään yhdeksässä valtakunnallisessa, ympäri Suomea sijaitsevassa nuorisokeskuksessa, joiden keskeinen tehtävä on sosiaalista vahvistamista edistävä toiminta, kuten



nuorisolaissa määritellään (Pietikäinen 2012, 7). Käytännössä tällaista toimintaa ovat esimerkiksi erilaiset leirikoulut sekä sosiaalinen nuorisotyö. Nuorisokeskukset sijaitsevat luonnon läheisyydessä ja mahdollistavat puitteiltaan monenlaisen kokemuksellisen ja elämyksellisen toiminnan. (Suomen nuorisokeskukset 2018.)

Nuotta-valmennus voidaan määritellä sosiaalisen nuorisotyön menetelmäksi, jonka tavoitteena on nuorten sosiaalisten taitojen, arjen hallinnan sekä terveiden elämäntapojen vahvistaminen ryhmämuotoisesti toteutettavan toiminnallisuuden keinoin (Nuorisokeskus Marttinen 2018). Nuotta-valmennuksen tavoitteena on tukea myös nuoren kiinnittymistä koulutus- ja työmarkkinoille (Pietikäinen 2012, 6). Arjen hallinta voidaan käsittää osaksi elämänhallintaa (Kivelä & Lempinen 2010, 12). Elämänhallinta voidaan lyhyesti määritellä ihmisen käsitykseksi siitä, voiko hän vaikuttaa omaan elämäänsä ja elämässään tekemiinsä valintoihin vai tapahtuvatko asiat hänelle vain ikään kuin sattumalta (Keltikangas-Järvinen 2010, 36). Kuten Valteri Kivelä ja Juho Lempinen (2010, 12) toteavat, arjen hallinta on omaan elämään omilla tiedoilla ja taidoilla vaikuttamista ja tämän osaamisen lisäämistä. Toisaalta arjen hallinta voidaan ymmärtää myös arjen taitoihin liittyvänä suppeana käsitteenä (ks. esim. Haverinen 1996), jolloin arjen hallintaa on ruoan valmistus ja laskujen maksaminen. Sosiaalisella nuorisotyöllä tarkoitetaan työtä, jonka on määritelty kohdentuvan kasvamisessaan erityistä tukea tarvitseviin nuoriin ja näin ollen Nuotta-valmennuksen voidaan ajatella asemoituvan nuorisotyön ja sosiaalityön välimaastoon (Heino ym. 2010, 66; Pietikäinen 2012, 15). Kuten Reetta Pietikäinen (2012, 15) toteaa, Nuotta-valmennuksessa on havaittavissa nuorisokeskusten erilaiset painotukset sosiaalityön ja nuorisotyön osaamisen välillä työntekijöiden koulutus- ja työhistoriaan perustuvista eroista johtuen.

Nuotta-valmennuksen tavoitteena on tarjota nuorelle onnistumisen kokemuksia erilaisia toiminnallisia sekä elämyspedagogisia menetelmiä hyödyntämällä (Nuorisokeskus Marttinen 2018; Pietikäinen 2012, 8). Nuotta -valmennus voi sisältää seikkailukasvatuksesta tuttuja vauhdikkaita elämyksiä, kuten melontaa ja kalliokiipeilyä sekä arjen taitoja tukevia toiminnanmuotoja esimerkiksi ruoan valmistuksen muodossa. Tärkeä osa Nuotta -valmennusta on ryhmässä toimiminen ja ryhmään kuuluminen. (Lipponen 2015, 103; Pietikäinen 2012, 8.) Nuotta-valmennuksen merkittävänä taustatavoitteena voidaan pitää seikkailu- ja elämyspedagogiikkaan liittyvää oppimisen siirtovaikutusta, jolloin ajatellaan, että nuori uusien kokemusten ja elämyksien kautta saa sellaisia valmiuksia, joita hän voi jatkossa hyödyntää myös arkielämässään (Lipponen 2012, 20). Nuotta-valmennuksen ohjelmasta vastaa nuorisokeskuksen Nuotta-

koordinaattori, joka ohjaa valmennukseen sisältyvät toiminnot ja auttaa nuoria käsittelemään koettuja asioita (Suomen nuorisokeskukset 2018; T. Haaksluoto, henkilökohtainen tiedonanto 26.4.2018).

Nuotta-valmennuksen sisältöihin vaikuttavat nuorisokeskusten oman erityisosaamisen ja toimintaympäristön lisäksi myös paikalliset palvelurakenteet sekä alueelliset toimijat (Pietikäinen 2012, 8). Näiden raamittavien tekijöiden pohjalta Nuotta-valmennus on kuitenkin räätälöitävissä osallistuvien nuorten tarpeiden mukaiseksi tarkoittaen esimerkiksi valmennusjakson keston vaihtelua. Tyypillisesti Nuotta-valmennusjakso on kahdesta neljään vuorokautta kestävä intensiivivalmennus, jolloin nuoret yöpyvät nuorisokeskuksen tiloissa. Tavallisesti mukaan lähtee työntekijöitä myös nuoren lähettävältä taholta. (Suomen nuorisokeskukset 2018.) Lähettävä taho voi olla nuorten työpaja, etsivä nuorisotyö, sosiaali- tai nuorisotoimi, työvoimahallinto, oppilaitosten ammattistartti tai jopo-luokka (joustava perusopetus) (Myllymäki 2012, 10). Toisin sanoen, jos nuori on asiakkaana nuorten työpajalla, lähtee työpajaohjaaja sekä mahdollisesti myös muita nuoria samanaikaisesti Nuotta-valmennukseen. Nuotta-valmennuksen kautta työpajatyöntekijän on mahdollisuus nähdä nuori toisenlaisessa ympäristössä ja mahdollisesti tutustua häneen myös paremmin. (Suomen nuorisokeskukset 2018.)

#### *Haastateltujen nuorten aikuisten Nuotta-valmennusleiri 2018*

Nuotta-valmennusleiri, jolle tutkimuksen nuoret aikuiset osallistuivat, järjestettiin Virroilla Marttisten nuorisokeskuksessa vuonna 2018. Leiriryhmä muodostui neljästä Porin kaupungin erityisnuorisotyön ja/tai etsivän nuorisotyön asiakkaina olevista nuorista sekä Porin kaupungin erityisnuorisotyöntekijästä ja etsivästä nuorisotyöntekijästä. Marttisten nuorisokeskuksen työntekijät vastasivat Nuotta-valmennukseen sisältyvän toiminnan ohjaamisesta. (M. Salokangas, henkilökohtainen tiedonanto 21.3.2018.)

Ennen Nuotta-valmennusleirille lähtöä nuoret kokoontuivat mukaan lähtevien työntekijöiden kanssa suunnittelemaan tulevaa Nuotta-valmennusta sekä pohtimaan omia tavoitteitaan leirijaksoa ajatellen. Nuorten oli ryhmänä mahdollista vaikuttaa Nuotta-valmennusjakson sisältöön ohjattujen toimintojen osalta, joten leirin toiminnallinen sisältö pohjautuu kaikkien hyväksymään kompromissiin. Nuoret majoittuivat leirin aikana omiin huoneisiin kahteen erilliseen, toinen naisten, toinen miesten, mökkiin. Myös nuorisotoimen työntekijät majoittuivat yhdessä leirille osallistuvien nuorten kanssa. Päiväohjelma

rytmittyi pääasiassa nuorisokeskuksella tapahtuvien ruokailujen sekä erilaisten toiminnallisten ohjelmien mukaan. Niin sanottua vapaampaa aikaa oli iltaisin, jolloin nuoret ohjaajineen kokoontuivat jommankumman mökkiin iltapalalle ja pelaamaan kortti- sekä lautapelejä. (M. Salokangas & S. Sirviö henkilökohtainen tiedonanto 9.7.2018.)

Nuotta-valmennusleiri sisälsi monenlaista toimintaa kädentaidoista elämyksellisiin, seikkailuelementtejä sisältäviin kokemuksiin. Kyseisen jakson aikana nuoret maalasivat mukin, valmistivat smoothiebaarissa erilaisia juomia, kiipeilivät ryhmänä yläköysiradalla, kilpailivat toisiaan vastaan olympialaisissa ja nuijapallossa sekä pelasivat sählyä ja frisbeegolfia. Yhtenä päivänä nuoret ohjaajineen tekivät päiväretken, jonka aikana oli mahdollista kalliokiipeillä ja -laskeutua sekä kokeilla pudottautumista sillalta köyden varaan keinumaa. Ruoan nuoret valmistivat itse retkikeittämiä hyödyntäen. Viimeisenä iltana nuoret ohjaajineen saunoivat, uivat ja paistoivat makkaraa. Toiminnallisten sisältöjen lisäksi saapumis- ja lähtöpäiviin oli varattu erikseen aikaa yhteiseen keskusteluun. Muuten otollisia hetkiä keskusteluun tarjosivat esimerkiksi yhteiset ruokailuhetket sekä illalla yhdessä vietetty aika. (M. Salokangas & S. Sirviö henkilökohtainen tiedonanto 9.7.2018.)

## 5.2 Nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä

Nuotta-valmennusleiriin osallistuneet ja haastatellut nuoret aikuiset kuvasivat leirikokemustaan yksiselitteisesti myönteiseksi ja onnistuneeksi. Yleisestä tyytyväisyydestä kyseistä toimintamuotoa kohtaan kertonee myös se, että kaikki ryhmän nuorista aikuisista olivat olleet vastaavanlaisella leirillä vähintään muutaman kerran aikaisemmin ja aikoivat osallistua jatkossakin, mikäli se olisi mahdollista. Osa nuorista kertoi haastattelussa myös aiempien leirien kokemuksia, jotka heille tulivat mieleen viimeisintä leirikokemusta muistellessaan. Kielteisiä kokemuksia tai muuten osoitettua tyytymättömyyttä nuoret eivät haastatteluissa tuoneet esiin. Analysoidessani nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä totesin analyysiin pohjautuen tiettyjen teemojen toistuvan haastateltavien puheissa. Tarinat leirin tarjoamasta vaihtelusta arkeen, hyvästä ryhmähengestä sekä ikimuistoisista uusista kokemuksista toistuivat kaikkien nuorten puheissa. Seuraavaksi kuvaan alaluvuissa 5.2.1 sekä 5.2.2 nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä.

### 5.2.1 ”On tekemistä ja pääsee vähän muuallekin kodista” - Uusia kokemuksia uudenlaisessa ympäristössä

Kaikki tutkimukseen osallistuneet nuoret aikuiset kertoivat haastatteluissa siitä, kuinka leirijakson tarjoama irtiotto arjesta oli tärkeää heille. Nuotta-valmennukseen osallistumista kuvattiin rentouttavaksi kokemukseksi, jonka aikana ei tarvitse huolehtia niin kutsuttuun tavalliseen arkeen liittyvistä asioista, kuten ruoan laitosta tai siivoamisesta. Leirijakson katsottiin myös tuovan sisällöllisesti mukavaa vaihtelua arkeen, jota kuvattiin pääsääntöisesti hieman pitkästyttäväksi. Nuoret kertoivat arjen kuluvan tavallisesti joko kotona tai kaupungilla aikaa viettäen. Nuotta-valmennuksen aikana tarjottu hyvä ruoka ilahdutti myös monia ja suurin osa nuorista kertoi säännöllisten ruoka-aikojen olevan heidän tavallisesta arjestaan eroava tekijä.

*”No mulle tulee ekaks tää, et pääsee pois tätä stressaavaa arkea karkuun, ettei tarttee miettii niitä arkipäivän asioita, vaan siellä saa rentoutua.”*

*”No ain ko palaa leiriltä kotiin niin joka kerta on aikalailla se sama keskustelu, kun siellä saadaan aamupala, lounas, päivällinen, ni kauhee pudotus tähän arkeen takasin, ku tarvii itte tehdä kaikki ruoat.”*

Ympäristön vaihdoksen, tutusta ympäristöstä uuteen paikkaan siirtymisen ja uudenlaisten asioiden kokeilemisen on todettu murtavan ihmisen totuttuja tapoja toimia ja käyttäytyä. Uudenlaisessa ympäristössä vanhat tavat saattavat osoittautuakin toimimattomiksi. Ihmiselle tulee tilaa tarkastella tilannettaan etäämmältä. (Priest & Gass 1997 ref. Tucker 2009, 322; Walsh 2009, 35; Deane & Harré 2013, 304.) Ensimmäisen kerran leirille mukaan lähteminen oli nuorten aikuisten kertomuksien mukaan vaikein askel ja asiaan liittyi pohdintaa ja empimistä.

*”Joo siit oli puhetta, et aikaisemminkin, mut mä en sit oikein uskaltanut mennä, kun epäilytti, et millaista siellä olisi, mut sit edellissyksynä loppujen lopuksi uskalsin sit mennä koittamaan ja katomaan millasta se sit on. Ja se oli ihan kivaa ja menin sit viime syksynä uudestaan ja nyt sit taas.”*

Haastatellut nuoret aikuiset pohtivat oman kokemuksensa kautta, että uuden paikan ja tilanteen tuottama jännitys on tekijä, joka vaikutti siihen, ettei tutkimuksen kohteena olevaan Nuotta-valmennukseen osallistunut kuitenkaan uusia nuoria. Vaikka haastatellut nuoret olivat kaikki olleet aikaisemmin Marttisten nuorisokeskuksessa, tulkitsen ympäristön heille vieraaksi, koska se poikkeaa selkeästi heidän arkiympäristöstään. Ajattelen Nuotta-valmennuksen toteutumisen nuorisokeskuksessa, vieraassa ympäristössä, tukevan nuorten mahdollisuutta tarkastella omaa elämäänsä ja arkeaan etäämmältä. Irtiotto omasta arjesta mahdollistaa vanhojen toimintamallien muokkaamisen.

*”No monil on varmaan se arjen rytmittäminen, et kun siin on just se, et aamulla herätään ja syödään aamupala ja sit on lounas, päivällinen, niin moni on sanonut, et kun on ollu siellä, niin se on rytmittänyt heijän elämää paremmin... Et he on päässyt siihen arkirytmiin paremmin kiinni. Et jos on ollut just sellasta, et on vähän valvottu, on päässy sellaseen uuteen rytmiin siellä.”*

Nuotta-valmennusleiriin osallistuville nuorille tarjotaan vaihtoehtoisia tapoja arjen sisältöjen rakentamiseen ryhmämuotoisen toiminnallisuuden ja toisaalta tarkkaan suunnitellun päiväohjelman keinoin. Tätä voidaan tarkastella myös sosiaalisen oppimisen (myös mallioppiminen, social learning) näkökulmasta. Sosiaalisella oppimisella tarkoitetaan pelkistetysti sitä, että ihminen tarkastelee, havainnoi, tekee päätöksiä ja arvioi toisten käyttäytymistä sekä jäljittelee hyvänä kokemaansa käyttäytymistä ja toimintatapoja. (Bandura 1977b.) Tulkitsen, että Nuotta-valmennuksen aikana toteutuneet säännölliset ruoka-ajat ja vuorokausirythmi mallintavat nuorille hyvinvointia tukevaa mallia arkeen, jonka omaksumisen ympäristössä, jossa kaikki toimivat samoin, voidaan olettaa olevan helpompaa. Nuorilla oli leirin aikana mahdollisuus myös seurata ja havainnoida toistensa sosiaalisia taitoja erilaisissa vuorovaikutuksellisissa tilanteissa. Sosiaaliseen oppimiseen perustuen nuoren aikuisen on tämän kautta mahdollista kehittää omia sosiaalisia taitojaan. (Tucker 2009, 319.) Sosiaalista oppimista on pidetty ryhmämuotoisen toiminnan myönteisinä puolina myös muissa nuorten ryhmätoimintaa koskevissa tutkimuksissa (mm. Allen & Williams 2002; Harrell, Mercer & DeRosier 2008).

Kaikki tutkimukseen haastatellut nuoret aikuiset kertoivat uusista kokemuksista, joita Nuotta-valmennusleiri tarjoaa. Uudet kokemukset liittyivät niin seikkailukasvatuksellisiin, rohkeutta ja uskallusta vaativiin temppuihin kuin arkipäiväisempiin asioihin, kuten ruoan valmistus luonnossa tai erilaiset kädentaidot. Nuoret kertoivat, kuinka Nuotta-valmennukseen liittyi kokemuksia, joita heidän

arkiympäristössään ei ole mahdollista toteuttaa. ”*Se just, kun ei ihan heti tuu tämmösiä mahdollisuuksia vastaan, et on vähän pakkokin kyl tarttuu niihin.*” Nuotta-valmennuksessa hyödynnetään nuorisokeskuksesta riippuen elämyspedagogisia elementtejä, joiden tavoitteena on tuottaa nuorille onnistumisen kokemuksia (Suomen nuorisokeskukset 2018).

Ryhmän toiminnan tulisi mahdollistaa osallistujalle myönteisiä onnistumisen kokemuksia, jotka vahvistavat nuoren aikuisen luottamusta itseensä ja pystyvyyteensä (Cavén 1992, 71–72). Tämän ajattelun toteutuneen tutkimuskohteena olevalla leirillä, sillä kaikki haastatelluista nuorista aikuisista kertoivat Nuotta-valmennusleiriin liittyvistä onnistumisen kokemuksista. Nuoret myös kokivat ylittäneensä itsensä leirillä. Nuoret liittivät onnistumisen kokemukset ja itsensä ylittämisen itsetunnon vahvistumiseen.

*”No se oli sellanen, et mä pääsin huipulle. Se oli eka kerta, kun mä kalliokiipeilin ja heti onnistuin. Et mä pääsin huipulle.”*

*”Kyl varmaan just ne taas ne onnistumisen tunteet, et ne on niin vahvoja, ne pönkittää tosi paljon tota itseluottamusta.”*

Itsetunto rakentuu ihmisen kokemuksista ja toisten ihmisten palautteesta. Vaikka itsetunnon ajatellaankin kehittyvän lapsuuden ja nuoruuden ikävaiheissa, on itsetunnon mahdollista muuttua myös aikuisena erilaisten kokemusten myötä joko heikommaksi tai vahvemmaksi. (Keltikangas-Järvinen 2010, 123–124.) Edeltävään perustuen ajattelen Nuotta-valmennusleirille osallistuneiden nuorten itseluottamuksen ja itsetunnon vahvistuneen myönteisten kokemusten kautta (Nyqvist 1992, 58–59). Onnistumisen kokemuksilla on todettu olevan selkeästi vaikutusta myös nuoren minäpystyvyyksäkäsitykseen, mutta tarkastelen tätä tarkemmin tulosluvussa 5.3 (mm. Bandura 1997, 80).

Nuotta-valmennusleirillä nuoren on mahdollista kokeilla myös asioita, joita hän arkiympäristössään ei kokeilisi. Nuoret kertoivat osallistuneensa muun ryhmän mukana esimerkiksi kädentaitoihin, joihin eivät olisi muuten tutustuneet. Mukin maalaus ja korujen tekeminen yhdessä muun ryhmän kanssa olivat olleet kuitenkin mukavia kokemuksia ja kuten yksi nuorista aikuisista kertoi, jäi niistä myös itselle mukava muisto leiristä. Uudet kokemukset haastoivat nuoret myös pohtimaan omia rajojaan. ”*Joo, et se oli kans*

*semmonen hetki se siltakeinu, et mieltii ittekin, et oonkohan mä nyt ihan hullu.*” Toiminnalliseen ryhmätoimintaan, etenkin seikkailuun ja elämyspedagogiikkaan liittyviä haasteellisia tehtäviä ja niihin liittyviä valintoja voidaan tarkastella elämänhallinnan näkökulmasta. Vahva elämänhallinnan tunne tarkoittaa, että nuori aikuinen kokee päätöksillään ja käyttäytymisellään vaikuttavansa ympäristöönsä. Toisin sanoen hänellä on mahdollisuus vaikuttaa siihen, mitä hänen omassa elämässään tapahtuu. (Caven 1992, 68.) Näin ollen ajattelenkin, että nuoren tekemien valintojen, hyppääkö vai enkö hyppää, on mahdollista vaikuttaa myönteisesti nuoren aikuisen elämänhallinnan tunteen vahvistumiseen.

### 5.2.2 ”Reipasta yhdessä oloa” – yhdessä tekemistä ja yhdessä olemista turvallisuudessa

Kaikki haastatellut nuoret aikuiset kokivat ryhmämuotoisuuden, yhdessä olemisen ja yhdessä tekemisen tärkeäksi, jopa tärkeimmäksi syyksi osallistua Nuotta-valmennusleiriin. *”No ehkä siinä tulee just se yhdessä olo, et se on just se kirsikka siel ja sit tulee ne kaikki uudet kokemukset”* Ryhmää kuvattiin yleisesti mukavaksi ja sen ilmapiiriä rennoksi, joka oli nuorten mukaan tunnistettavissa yhdessä vitsailusta ja harmittomasta toisille naljailusta. Leiriin liittyvistä kokemuksista puhuessaan nuoret kertoivat paljon ryhmään liittyvistä asioista ja määrittelivät sitä monella tapaa. Analysoinnin tuloksena päädyin muodostamaan kolme teemaa, jotka kokoavat yhteen haastateltujen nuorten aikuisten Nuotta-valmennusleirin ryhmämuotoisuuteen liittämät merkitykset. Tarkastelen nuorten aikuisten kokemuksia ryhmästä yhdessä tekemisen, ryhmään kuulumisen sekä turvallisen ryhmän teemojen kautta selkiyttääkseni tutkimustulosten esittämistä. Tiedostan, että nuorten ryhmämuotoisuudelle antamat merkitykset ovat osittain päällekkäisiä ja monitulkintaisiakin sekä liittyvät kiinteästi toisiinsa.

#### *Yhdessä tekeminen*

Nuotta-valmennus rakentuu ryhmämuotoisen toiminnallisuuden ympärille ja ryhmässä toiminen on iso osa leirijaksoa (Pietikäinen 2012, 7). *”Juu porukalla joo. Et kaikki tehdään niinku aina porukalla.”* Haastatellut nuoret aikuiset kokivat yhdessä tekemisen, ryhmässä toimimisen mukavaksi ja keskeiseksi asiaksi. Yhdessä tekeminen leirijakson aikana oli nuorten aikuisten kuvausten mukaan lähes jatkuvaa ja vapaaehtoista tarkoittaen, että nuoret viettivät aikaa tiiviisti yhdessä myös varsinaisen ohjatun toiminnan ulkopuolella.

Kuten todettua, Nuotta-valmennuksen päiväohjelma jäsenyi ennalta suunnitellun ohjelman mukaan. Päivä alkoi aamupalalla, jonka jälkeen oli ensimmäisen ohjatun toiminnan vuoro. Toiminnallisen sisällön jälkeen keräännettiin yhdessä lounaalle, jonka jälkeen oli seuraavan toiminnan vuoro. Kaikki ohjattu toiminta oli myös vahvasti ryhmämuotoista. *”Joo, aikalailla oli just sellasii ryhmätehtäviä, leiriolympialaiset oli vaan sillai, et jaettiin kahden joukkueisiin, mut muuten tehtiin sillai ryhmässä”* Ryhmässä toimimista voidaan perustella ryhmätoiminnan turvallisuudella tarkoittaen, että vastuu onnistumisista ja epäonnistumisista on nuoren itsensä sijaan koko ryhmällä. Näin ollen ryhmän jäsenet voivat osallistua omien kykyjensä ja taitojensa mukaan ja onnistua yhdessä, ryhmänä. Yhteiset onnistumisen kokemukset vahvistavat ryhmän tunnetta omasta pystyvyydestään ja luovat myönteistä yhteishenkeä. (Virtanen 2011, 62.) Oletankin, että Nuotta-valmennukseen osallistuvien nuorten oli helpompi lähteä kokeilemaan uusia asioita, kuten yläköysirataa, kun he lähtivät suoriutumaan siitä yhdessä.

Toiminnalliseen ryhmään osallistumalla nuoren on mahdollista omaksua uusia konkreettisia käytännöntaitoja, kuten ruoan laitto tai melominen. Kuten Katja Danska-Honkala ja Martti Poteri (2011, 137) toteavat, varsinainen ryhmätoiminnan muoto ei kuitenkaan välttämättä ole tärkein tekijä ryhmätoiminnassa, vaan yhdessä tekeminen tarjoaa alustan kasvatuksellisten ja kehitykseen liittyvien tekijöiden kehittymiselle. Ryhmässä toimiminen ja ryhmänä erilaisten tehtävien ja haasteiden kohtaaminen ovat luonnollinen ympäristö esimerkiksi sosiaalisten taitojen vahvistumiselle (Tucker 2009, 319, 325). Nuotta-valmennuksen aikana nuorten yhdessä viettämä aika mahdollisti sosiaalisten taitojen kehittymisen entisestään. Haastatellut nuoret kertoivat esimerkiksi tilanteista, joissa he suunnittelivat yhdessä valmennukseen sisältyvää ohjelmaa sekä neuvottelivat leirin aikana siitä, kuinka heidän tulisi toimia vastaan tulleessa haasteellisessa tilanteessa. Kompromissiratkaisuihin leirillä päädyttiin ilman konfliktia. Sosiaaliset taidot harjaantuvat myös toiminnallisissa tilanteissa, joissa ryhmänjäsenet huomioivat toistensa avun tarpeen ja tarjoutuivat auttamaan. Sosiaalisten taitojen käytännön harjoittelun lisäksi ryhmässä toimiminen antaa nuorelle mahdollisuuden peilata näkemyksiään itsestään ja vuorovaikutustaidoistaan (Vilen ym. 2002, 204). Tällaista pohdintaa nuoret toivat esiin myös haastattelutilanteissa heidän kuvatessaan itseään erilaisissa ryhmätilanteissa, kuten esimerkiksi kannustamassa toista ryhmänjäsentä.



Nuoret aikuiset viettivät myös ohjatun toiminnan ulkopuolelle jäävän vapaa-ajan yhdessä keskustellen ja pelaillen, vaikka tähän ei ollut mitään velvoitetta. Yhdessä vietetty vapaa-aika koettiin nuorten keskuudessa rennoksi, kavereiden kanssa vietetyksi ajaksi, jonka nähtiin olevan tärkeää myös ryhmähengen kannalta.

*”...Mut mun mielestä se on tärkeätä, et on ne illat sillai, et oltais nekin niinku yhdessä. Et onhan vissiin semmosiakin leirejä, et kaikki ei oo niinku sillai yhdessä ku me ollaan. Ja mun mielestä se on harmi, kun se luo sitä ryhmähenkee ja lisää. Ko se ei oo semmosta ohjattuu, vaan se on vapaampaa, niin ryhmä muokkautuu siin sit ihan eri tavalla. ”*

Vapaampi yhdessä olo vaikutti mahdollistavan keskustelun erilaisista asioista. Nuoret kertoivat haastatteluissa, kuinka yhdessä vietetyt illan hetket olivat niitä, jolloin he puhuivat omaan elämäänsä liittyvistä asioista. Keskustelut vaikuttivat syntyvän spontaanisti jonkun nuorista tai ohjaajista ottaessa asian puheeksi. Nuoret pitivät tärkeänä sitä, että myös heidän kanssaan leirille osallistuvat työntekijät olivat läsnä näissä hetkissä. Ohjaajien koettiin kuuluvan muutenkin osaksi leirille lähtenyttä ryhmää, vaikka ohjaajien työn mukana tuoma rooli tiedostettiin.

*”Juu on, ne on kyl joka kerta osa porukkaa....Ei sitä kyl yhtään huomaa, et ne on täältä Porin puolelta työntekijöitä, et kaikki me niinku mennään sinne ja kaikki me niinku hitsaudutaan yhteen.”*

*”Et sekin on just tärkeätä, et he on kans mukana, et se tekee just sen ohjaaja ja meidän rajan vähän semmoseks. Ettei se oo niin jäykkä. Ja sen takia pääsee just lähemmäksikin (ohjaajien nimet) ja pystyy just avoimemminkin juttelemaan heidän kaa, ko se ei oo niin...”*

Haastateltujen nuorten aikuisten kokemus siitä, kuinka ohjaajien läsnäolo ja osallistuminen yhteiseen toimintaan on tärkeää ja mahdollistaa avoimemman keskustelun, tukee ajatusta, että ryhmätoiminta voi tarjota uudenlaisia ulottuvuuksia nuoren ja työntekijän väliselle vuorovaikutukselle (Nyqvist 1992, 56; Pekkarinen 2006, 127; Caven 1992, 66). Jaetut leirikokemukset voivat toimia myös jatkotyöskentelyn pohjana leirijakson jälkeen, jolloin työntekijät voivat hyödyntää työssään leirillä käytyjä keskusteluja tai yhdessä koettuja asioita (M. Salokangas & S. Sirviö, henkilökohtainen tiedonanto 9.7.2018).

## *Ryhmään kuuluminen*

Kokemus ryhmään kuulumisesta on merkityksellinen, sillä se viestittää nuorelle muiden hyväksyntää ja arvostusta, joka vahvistaa nuoren myönteistä kuvaa itsestään (Savolainen 2007, 161–162). Haastateltujen nuorten kokemusten mukaan Nuotta-valmennuksen ryhmä muodostui sekä leirille osallistuvista nuorista aikuisista että heille tutuista työntekijöistä. Haastattelujen pohjalta kävi ilmi, että nuoret aikuiset tunsivat toisensa jo muun nuorisotoimen järjestämän toiminnan kautta. Nuoret kokivat tämän madaltavan myös kynnystä lähteä Nuotta-valmennusleirille ensimmäistä kertaa mukaan. Nuoret kuvasivat haastattelussa ryhmähenkeä hyväksi ja ryhmää tiiviiksi, mukavaksi porukaksi, jossa ei esiintynyt erimielisyyksiä. ”*Joo kyl se olis ollu aika yllättävää, jos joku yhtäkkiä sanois, et hän ei halua olla ja vetäytyis niinku syrjään siit.*”. Ryhmän yhteenkuuluvuuden tunne kehittyi konkreettisesti yhteistoiminnassa, vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja lisääntyvän tietoisuuden kautta, että ryhmää yhdistää sama asia. (Jauhiainen & Eskola 1994, 46). Ajattelen, että haastateltujen nuorten kokemukseen ryhmän kiinteydestä, koheesiosta, vaikutti keskeisesti se, että he tunsivat entuudestaan toisensa ja olivat toimineet myös ryhmänä aiemmin.

Toisaalta nuoret ajattelivat, että ryhmään mahtuu myös uusia jäseniä ja ryhmään on helppo uudenkin nuoren päästä mukaan. Useampi nuorista kertoi, kuinka on valmis tarjoamaan tukeaan ensimmäistä kertaa Nuotta-valmennusleirille osallistujalle.

*”Ei oo koskaan ollut, et pieni porukka, et lähde sä pois täältä, men johonki muual.”*

*”Ja jos on ollu joku uus, niin kyl mä ainaskin huomioin hänet ja sanonut, et hei, tuu sääkin, tuu kokeilee. Et mä en ainaskaan oo jättänyt, vaik siin on aika tiivis porukka ollu, niin jos on uskaltanut se yks uus tulla, niin mä en oo jättänyt häntä sinne ryhmän ulkopuolelle.”*

Siitä huolimatta, että Nuotta-valmennusryhmä koki vahvaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja muita ryhmän jäseniä kutsuttiin kavereiksi tai vähintään hyviksi tutuiksi, järjestetyn toiminnan ulkopuolella he eivät juurikaan olleet tekemisissä, vaan ryhmä oli selkeästi muodostunut järjestetyn toiminnan ympärille. Näin ollen tulkitseen toiminnallisuuden ryhmän kokoavaksi voimaksi (Jauhiainen & Eskola 1994, 53). Haastatellut nuoret kokivat ryhmän muotoutuvan jäseniensä näköiseksi. ”*Vähän on ollut eri ihmisiä ain*

*tietyillä leireillä. Sit kun tästä ryhmästä on jäänyt pois henkilöitä, niin sit se muokkautuu aina uudestaan ja sit ne leirikokemuksetkin on sen takia aina vähän erilaisia.*” Jauhiainen ja Eskolakin (1994, 14) toteavat yksilöiden tuottavan toiminnallaan ryhmän, johon jokainen jäsen tuo oman persoonallisen toimintapanoksensa. Näistä muodostuu ainutkertainen kokonaisuus, ryhmä.

Haastatellut nuoret aikuiset kokivat, että ryhmästä muodostuu aina uusienkin jäsenten liittymisen jälkeen tiivis porukka, jonka kanssa on mukavaa viettää aikaa yhdessä. *”Joo, must tää ryhmä on aina ollut vähän semmonen, et kun vaiks on tullut uusii lisää ja lähtenyt niit vanhoja, niin tää jotenkin saa liimattua porukan yhteen, et kaikista tulee sit kuitenkin jotenkin läheisiä toisillee”* Edeltävää voidaan tarkastella vetovoiman, attraktion kautta, johon ryhmän koossa pysymisen ja kiinteyden ajatellaan perustuvan. Tämä vetovoima innostaa jäseniä liittymään ryhmään ja pysymään siinä. (Niemistö 2007, 124, 170.) Ryhmän jäsenet tuntevat vetovoimaa joko toisiinsa henkilökohtaisesti tai ryhmän toimintaa kohtaan (Eskola 1973, ref. Jauhiainen & Eskola 1994, 103). Myös kiinteällä ryhmällä itsessään voi olla vetovoimaa jäseniinsä (Jauhiainen & Eskola 1994, 103). Nuotta-valmennukseen osallistuneiden nuorten osalta vaikuttaa siltä, että nimenomaan vetovoima ryhmän toimintaa kohtaan saa uudetkin ryhmän jäsenet liittymään kiinteästi ryhmän toimintaan. Toisaalta ryhmän jäsenten tullessa toisilleen tutuiksi yhteisen toiminnan ja kokemusten myötä oletan myös ryhmän jäsenien tulevan toisilleen merkityksellisiksi.

Ajattelen, että vahvasta ryhmään kuulumisen tunteesta ja ryhmän tärkeydestä kertoivat myös haikeuden tunteet, jotka liittyivät ryhmästä eroamiseen 30-vuoden iän saavuttamisen myötä (Kivelä & Lempinen 2009, 64). *”Et se on sit siinä. Oon huomannu, et se on harmittanu monii muitakin, ketkä on täst lähtenyt” (liikuttuu).* Haastatellut nuoret kritisoivat sitä, että tietty ikä päättää heille tärkeän toiminnan ja he toivoivatkin, että toimintaa olisi jossakin muodossa mahdollista jatkaa. Vaikka Nuotta-valmennukseen osallistumisen ikäraja onkin ehdoton, nuoret kertoivat, että joissakin nuorisotoimen järjestämissä toiminnallisissa ryhmissä saattaisi olla mahdollista jatkaa. Nuoret pitivät tärkeänä sitä, että heillä säilyisi jonkinlainen yhteys toiminnan ympärille muodostuneeseen ryhmään.

## *Turvallinen ryhmä*

Turvallisella ryhmällä voidaan tarkoittaa ”yksilön tai ryhmän tilaa, jossa on mahdollisimman vähän sellaisia ihmisen minuutta uhkaavia tekijöitä, jotka voisivat synnyttää pelkoa, häpeää, syyllisyyttä tai arvottomuuden tunnetta.” (Aalto, 2000, 15). Turvallisessa ryhmässä nuori voi olla oma itsensä ja tulla hyväksytyksi juuri sellaisena kuin on (Danska-Honkala & Poteri 2011, 140).

Nuotta-valmennukseen osallistuneet nuoret kokivat ryhmän jäsenet mukaviksi kavereiksi ja ryhmän ”paikaksi”, jossa on miellyttävä olla ja viettää aikaa, vapaaehtoisesti. Ryhmän jäsenet kertoivat, että he auttavat tarvittaessa toinen toisiaan ja iloitsevat myös toistensa onnistumisista. Ajattelen ryhmän myönteisten tunnesuhteiden kertovan suhteellisen pysyvistä ryhmän sisäisestä rakenteesta. Ne lisäävät ryhmän kiinteyttä ja parantavat ryhmän yhteistoimintaa. (Niemistö 2007, 124.)

Nuotta-valmennusleirille osallistuneet nuoret kokivat, että ryhmänjäseniin voi luottaa ja ryhmässä on mahdollista kertoa henkilökohtaisemmistakin asioista. Vaikka leirin aikana nuoret viettivätkin tiiviisti aikaa yhdessä, he eivät kokeneet, että keskustelut olisivat kuitenkaan erityisesti syventyneet leirin aikana. Nuoret ajattelivat tämän johtuvan siitä, että henkilökohtaisemmistakin asioista puhuttiin jo muutenkin. Ajattelen vallitsevasta luottamuksenilmapiiristä kertovan myös sen, että haastatellut nuoret kokivat epäonnistumisen olevan mahdollista ilman, että se aiheuttaisi häpeän kokemusta tai kiusaamista. ”*Emmä tiedä, ei oo kyllä tullut meistä semmosta vastaan, et jos onnistut tai epäonnistut niin siin tulis sit mitään hä-hää, olet huono.*” Tulkitsen tämän luottamuksen lisäksi kuvaavan sitä, että ryhmän jäsenet kunnioittavat toisiaan. On todettu, että ryhmän luottamuksellinen ilmapiiri, tuttuus ja turvallisuuden kokeminen mahdollistavat ryhmän jäsenten avoimemman omien tunteiden ja ajatusten ilmaisun (Nyqvist 1992, 57; Danska-Honkala & Poteri 2011, 140).

Haastatellut nuoret aikuiset kokivat olevansa tasavertaisia ryhmänjäseniä suhteessa toisiinsa sekä myös nuorisotoimen työntekijöihin. Kaikkien mielipiteet tulivat huomioituksi ja kuulluiksi. Ryhmänjäseniä kunnioitettiin myös antamalla esimerkiksi tilaa tehtävien suorittamiseen rauhassa sekä välttämällä liiallista kannustamista.

*”Sit oli just se ryhmähenki, ku se oli semmonen, et ketään ei kuiteskaan pakotettu mihinkään, mihin ei halunnut mennä, mut kaikkii yritettiin kuitenkin rohkast ja tsemppata, et uskaltais mennä ees kokeilee.”*

Tulkitsen edeltävän sitaatin kuvaavan niin ryhmän myönteisiä tunnesuhteita kuin hyviä sosiaalisia taitoja. Ryhmän jäsentä haluttiin kannustaa yrittämään haastavalta tuntuvaa asiaa, mutta häntä ei haluttu painostaa liikaa. Myönteinen kannustaminen vaatii ryhmän jäseniltä sosiaalista tilannelukutaitoa, jotta kannustaminen ei muutu ahdistavaksi painostamiseksi, joka vaikuttaa kielteisellä tavalla ryhmän jäseniin (Vilen ym. 2002, 204).

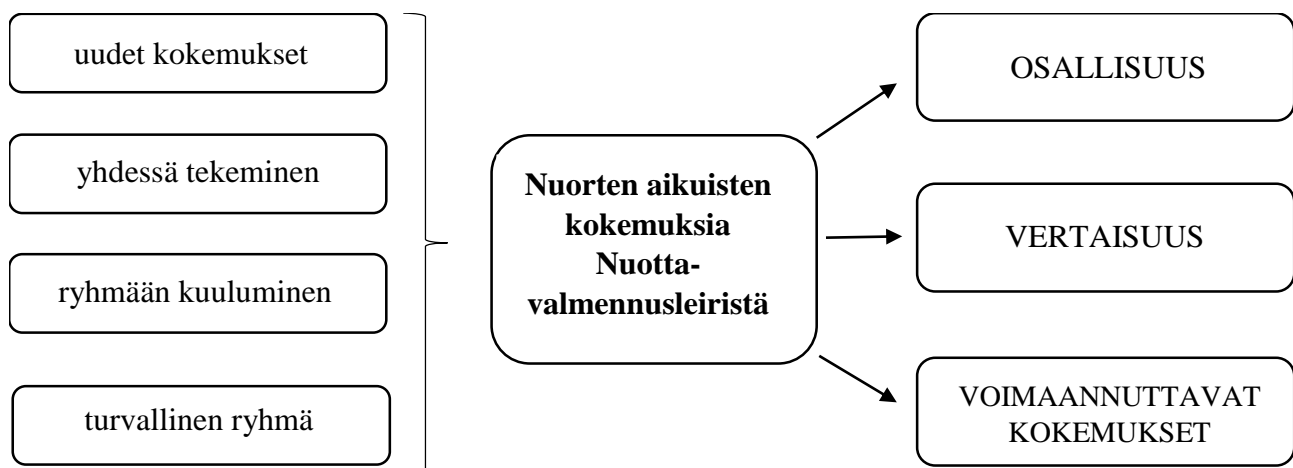
David Johnsonin ja Frank Johnsonin (1994) mukaan ryhmän turvallisuus syntyy viidestä elementistä, jotka ovat luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen antaminen ja sitoutuminen (halukkuus yhteistyöhön) (Aalto 2000, 16). Nämä kaikki osatekijät tulivat mainituiksi nuorten kertoessa Nuotta-valmennusryhmään liittyvistä kokemuksistaan. Edeltävään perustuen päädyn tulkintaan, että haastateltujen nuorten kokemukset ryhmästä jäsenineen ja heidän toiminnastaan määrittävät heidän ryhmänsä turvalliseksi. Turvallisen ryhmän on todettu luovan erinomaisen pohjan elämisen taitojen oppimiselle, joka on myös Nuotta-valmennuksen tavoitteena (Danska-Honkala & Poteri 2011, 140; Suomen nuorisokeskukset 2018). Ryhmän turvallisuuden on todettu olevan yhteydessä myös nuorten kokeman sisäisen rohkeuden kasvuun, omien rajojen kokeiluun, pettymysten sietokykyyn sekä itsenäisten valintojen tekemiseen (Karvinen & Kuusela 2004, 93; ref. Pulkamo 2008, 511).

Ryhmäprosessin näkökulmasta analysoin, nuorten aikuisten kokemuksiin ja kuvauksiin perustuen, ryhmän saavuttaneen Tuckmanin (1965) mallin mukaisesti joko kolmannen tai neljännen kehitysvaiheen. Kolmatta vaihetta, sopimisvaihetta perustelee ryhmän yhteenkuuluvuuden tunne ja ryhmähengen muodostuminen. Nuorten aikuisten kokemusten mukaan ryhmässä ei esiintynyt konflikteja ja omien mielipiteiden ilmaiseminen koettiin mahdolliseksi. Toisaalta ryhmäprosessin neljättä vaihetta, hyvin toimiva ryhmä, perustelevat nuorten aikuisten kokemukset hyvin toimivasta ryhmästä, jossa neuvottelemalla löydetään ratkaisut mahdollisiin ristiriitatilanteisiin. Nuorten kokemukset luottamuksellisesta ja kannustavasta ilmapiiristä, jossa oli mahdollista myös epäonnistua ilman häpeän tunnetta, perustelevat osaltaan neljännen vaiheen saavuttamista. Toisaalta nuorten aikuisten mielestä heidän ryhmäänsä oli myös uusien jäsenten helppo tulla mukaan. Tämä on vastoin Tuckmanin ajatusta

hyvin toimivasta ryhmästä, sillä hänen mukaansa neljänteen vaiheeseen liittyy uusien jäsenten liittymisen vaikeus ryhmän saavuttaman vahvan kiinteyden vuoksi. (Kopakkala 2011, 50–51; Jauhiainen & Eskola 1994, 94.) Edeltävään perustuen tulkiten nuorten aikuisten ryhmän sijoittuvan ryhmäprosessissaan kolmannen ja neljännen vaiheen välimaastoon. Joka tapauksessa nuorten aikuisten kokemusten perusteella on selvää, että ryhmä on edennyt aloitusvaiheesta vaiheeseen, jossa jokainen ryhmän jäsen on löytänyt paikkansa ja ryhmässä on miellyttävä olla ja toimia yhdessä.

### 5.2.3 Nuorten aikuisten ryhmä vertaisuuden, osallisuuden ja voimaannuttavien kokemusten mahdollistajana

Tutkimuksessani esittämäni teoriaan, haastatteluaineiston analyysiin ja aiemmissa alaluvuissa esitettyihin tuloksiin perustuen ajattelen haastateltujen nuorten aikuisten Nuotta-valmennusleirin määrittävän heidän kuvauksissaan myönteiseksi kokemukseksi niin ryhmämuotoisen toiminnallisuuden kuin ryhmän jäsenten suhteen. Nuorten kokemuksia kokonaisuutena tarkasteltuani päädyin tiivistämään toiminnalliseen ryhmätoimintaan, Nuotta-valmennukseen liittyvät haastatelluille nuorille aikuisille merkitykselliset tekijät kuvioon 3.



Kuvio 3: Nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä

Nuorten aikuisten kokemuksen mukaan merkityksellisiä asioita heille Nuotta-valmennusleirillä olivat uudet kokemukset, joista erityisesti korostuivat onnistumisen kokemukset. Nuoret kokivat tärkeäksi yhdessä tekemisen ja he viettivät leirillä myös vapaa-aikansa tiiviinä ryhmänä. Nuorten kokemuksen mukaan turvalliseksi koettuun ryhmään kuuluivat kaikki osallistuneet nuoret aikuiset sekä nuorisotoimen ohjaajat. Nuorten Nuotta-valmennusleirikokemukset kietoutuvat toisiinsa monin tavoin. Esimerkiksi turvalliseksi koetussa ryhmässä toimiminen tukee onnistumisen kokemusten syntymistä ja toisaalta yhdessä tekeminen ja onnistuminen luovat ryhmään kuulumisen tunnetta. Näin ollen päädyin pohtimaan, millä käsitteillä nuorten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä voisi kokonaisuutena kuvata. Näiden kokemusten analysointiin perustuen määrittelen nuorten aikuisten Nuotta-valmennusryhmän osallisuuden, vertaisuuden ja voimaannuttavien kokemusten mahdollistajana. Tekemääni tulkintaa kuvaan seuraavaksi tarkemmin.

*K: Kuka ois semmonen nuori kuka hyötyis tästä?*

*H: Ehkä joku sellanen joka tuppaa ehkä vähän jäämään ulkopuoliseksi.*

Ajattelen edeltävän lainauksen kuvaavan, kuinka nuori kokee ryhmään liittymisen ja siihen kuulumisen olevan ulkopuoliseksi jäämisen vastakohta, ja näin viittavan nuoren kokemukseen ryhmän merkityksestä. Kaikki haastatellut nuoret kokivat kuuluvansa Nuotta-valmennusryhmään ja ryhmä oli heidän kokemuksiansa perusteella muodostunut ”tiiviksi porukaksi”. Nuorten aikuisten ryhmän osapuolet kunnioittivat toisiaan ja ryhmän jäsenet kokivat voivansa luottaa toisiinsa. Nuorten oli myös mahdollista aktiivisesti vaikuttaa siihen, mitä ryhmässä tehtiin. Edeltävään perustuen tulkitsenkin kyseessä olevan osallisuuden kokemuksen, joka voidaan ymmärtää kokemuksena johonkin kuulumisesta sekä tunteena siitä, että omalla toiminnalla ja ajatuksilla on merkitystä (Komonen 2008, 432; Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 7). Osallisuus voidaan ryhmään liittyvänä nähdä yhteisöllisesti tuotettuna, mutta yksilöllisesti koettuna ilmiönä (Pohjola 2009, 22; Levamo 2007, 70).

Nuotta-valmennukseen osallistuivat suunnilleen saman ikäiset, muotoutuvan aikuisuuden vaihetta elävät nuoret aikuiset, joita yhdistivät ainakin erilaiset haasteet koulu- ja työmarkkinoille siirtymisessä. Ryhmän jäsenet kokivat olevansa myös tasavertaisia suhteessa toisiinsa. Ajattelen, että ryhmän jäseniä voidaan nimittää vertaisiksi suhteessa toisiinsa. Vertaisuudella viitataan ikä- ja elämäntilanneperustaiseen samankaltaisuuteen (Korkiamäki 2013, 48; Sunwolf 2008). Vertaisryhmässä

käytyjen keskusteluiden ja yhdessä jaettujen kokemusten kautta nuoren aikuisen on mahdollista huomata, ettei hän ole ainut vastaavassa tilanteessa oleva (Jauhiainen & Eskola 1994, 15; Levamo 2007, 82). Vertaisuuden kokemuksen ajatellaan vahvistavan myös, tässä tapauksessa, nuoren aikuisen osallisuuden kokemusta (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 15).

Kokemus vertaisuudesta ja osallisuudesta voi olla ryhmään osallistujalle voimaannuttava (Sunwolf 2008). Kuten Katja Komonen (2008, 432) Juha Siitosta (1999) lainaten esittää: ”*Osallisuuteen liittyy myös voimaantumisen, valtaistumisen (empowerment) mahdollisuus, jos nuori tuntee pätevyyttä, pitää omaa rooliaan merkittävänä ja hänellä on tunne, että voi omana itsenään osallistua, kokea oppivansa ja vaikuttavansa siinä sosiaalisessa kontekstissa, missä hänen oppimisensa tapahtuu.*” Voimaantumiselle ei ole olemassa selkeää, yksiselitteistä määrittelyä. Juha Siitonen (1999, 93) kuvaa väitöskirjassaan voimaantuneen ihmisen löytäneen omat voimavaransa ollen itseään määräävä ja ulkoisesta pakosta vapaa. Haastatellut nuoret aikuiset kertoivat elämyksellisistä uusista kokemuksista, joissa he kokivat onnistumisia ja itsensä ylittämisen tunteita. Nuoret kuvasivat, kuinka pystyivät suoriutumaan sellaisistakin haasteista, joihin aluksi suhtautuivat epäillen. Ajattelen niin myönteisten kokemusten ryhmän jäsenenä kuin onnistumisen kokemustenkin toimivan Nuotta-valmennuksen voimaannuttavina elementteinä.

### 5.3 Nuotta-valmennuksen vaikutus nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen

Tässä ja seuraavassa luvussa tarkastelen Nuotta-valmennusleiriä minäpystyvyysteoreettisesta näkökulmasta. Ensiksi pyrin osoittamaan Nuotta-valmennusleirin vaikutuksen nuoren aikuisen minäpystyvyyksikäsitykseen ja tämän jälkeen luvussa 8 kuvaan Nuotta-valmennuksen minäpystyvyyteen myönteisesti vaikuttavia tekijöitä.

Haastattelin Nuotta-valmennusleirille osallistuneita nuoria aikuisia kahdesti, sekä ennen leiriä että leirin jälkeen. Molemmilla haastattelukerroilla nuoret vastasivat yleistä minäpystyvyyttä koskeviin väittämiin (Liite 2) arvioiden niitä asteikolla 1–10, jossa numero yksi kuvasi alhaisinta mahdollista ja numero kymmenen korkeinta mahdollista vaihtoehtoa. Nuorten arvioinnit perustuivat heidän sen hetkisiin kokemuksiinsa ja jokaiseen väittämään liittyen kävimme keskustelua. Näin ollen numeerisesti arvioitavat väittämät ja niihin liittyvät vastaukset olivat osia haastattelukokonaisuuksissa. Aineiston analyysissä



hyödynsin väittämiä tarkastelemalla, onko nuorten vastauksissa tapahtunut muutoksia. Selkiyttääkseni itsearviointien vastauskokonaisuutta taulukoin (Liite 5) kaikki vastaukset. Taulukkoa analysoimalla huomasin, että kaikkien tutkimukseen osallistuneiden nuorten itsearvioinnit olivat toisella vastauskerralla pysyneet joko samana tai nousseet. Kukaan nuorista ei arvioinut minäpystyvyyteen liittyviä väittämiä pienemmällä numerolla kuin ensimmäisellä kerralla.

Nuoret aikuiset kertoivat haastatteluissa siitä, kuinka Nuotta-valmennusleirille sekä nuorisotoimen muuhun ryhmämuotoiseen toimintaan osallistuminen oli muuttanut heidän elämäänsä. Nuoret kertoivat esimerkiksi sosiaalisten kanssakäymisten, puhelini soiton tai ryhmään osallistumisen olleen itselleen niin hankalia kokemuksia, että he olivat jättäneet ne tekemättä. Ihmisellä on luontainen taipumus pyrkiä onnistumaan ja välttämään tilanteita, joissa hän epäilee epäonnistuvansa. Mikäli nuori arvioi, ettei hän pysty suoriutumaan edessä olevasta haasteesta, ei hän lähde edes yrittämään, kuten seuraava lainaus nuoren aikuisen kokemuksestakin kuvaa. (Bandura 1982, 122; 1997, 3.)

*K: Onks kuitenkin niin, et sä lähdet yrittämään?*

*H: Hmm... Kyl, jos se oikeest vaikuttaa siltä, et saattaa jotain tullakin, mut jos sit vaikuttaa ihan toivottomalta, niin jättää ihan suosiolla.*

Nuoren aikuisen käsitys omasta pystyvyydestään vaikuttaa siis keskeisesti hänen toimintaansa ja ennustaa sitä paremmin kuin hänen aiemmat saavutuksensa (Bandura 1982, 123; 1997, 2). Nuoret aikuiset kokivat, että ryhmämuotoiseen toimintaan osallistumisen kautta he olivat vähitellen rohkaistuneet ja voittaneet aiemmin ylitsepääsemättömiltä tuntuneita haasteita. Nuoret kuvasivat, kuinka sosiaaliset tilanteet olivat muuttuneet helpommiksi ja asiat, jotka ennen olivat jääneet hoitamatta, tulivat hoidetuiksi.

*”No just se, kun tulee sellasii itsensä ylittämisiä, et jos selvii jo tästäkin, niin mist kaikest muust mahdollisesta voi selvit. Et se voi olla arjes joku ihan pieni esteikin, voi olla et se on tuntunut ennen ihan niinkun kauheelta ylitsepääsemättömältä, mut sit kun on jo siellä ylittänyt ittensä jossain paljon vaativammassa asiassa, niin ei ne arjen pienet töyssytäkään tunnu enää niin isoilta ja suurilta, et niist pääsee sillai, et kyl tää tästä.”*

Tulkitsen edeltävää lainausta niin, että kyseisen nuoren Nuotta-valmennuksella, johon hän haastattelussa viittaa, saamat kokemukset ovat vahvistaneet hänen luottamusta omaan pystyvyyteensä. Onnistumisen kokemukset ovat luoneet hänelle uskoa siihen, että hän selviytyy niistä aiemmin suurilta tuntuneista haasteistakin. Vahvan minäpystyvyyksänsä ajatellaan vaikuttavan konkreettisen toiminnan lisäksi myös siihen, millaisia tavoitteita nuori asettaa itselleen ja millaisia elämäänsä koskevia valintoja hän tekee (Bandura 1997, 37, 39, 116). Ajattelen vahvistuneesta minäpystyvyyksänsä kertovan myös sen, että kolme nuorista kertoi lähitulevaisuuteensa liittyvistä suunnitelmista, joiden he vahvasti uskoivat olevan saavutettavissa.

Edellä esittämäni perustuen esitän varovaisen tulkinnan, että nuorten aikuisten minäpystyvyyksänsä on jonkin verran vahvistunut Nuotta-valmennukseen osallistumisen myötä. On mahdotonta yksiselitteisesti tähän tutkimukseen perustuen todentaa, että mahdollinen myönteinen muutos nuorten minäpystyvyyksänsä johtuisi (ainoastaan) Nuotta-valmennusleiristä, sillä on mahdollista, että tutkimukseen osallistuneiden nuorten elämässä on tällä aikavälillä tapahtunut jotakin muuta minäpystyvyyksänsä vaikuttavaa. Toisaalta nuorten aikuisten itsearviointeihin perustuvaa myönteistä kehitystä sekä heidän haastatteluissaan kertomia asioita tukevat tutkimustulokset, joiden mukaan toiminnallinen ryhmätoiminta vahvistaa ryhmään osallistujan myönteistä minäpystyvyyksänsä (mm. Harrell & Mercer 2008; Margalit & Ben-Ari 2014, McDonald ym. 2008; Stinson 2009; Ungar, Dumond & McDonald 2005; Walsh 2009; Widmer, Duerden & Taniguchi 2014).

#### 5.4 Nuotta-valmennusleirin minäpystyvyyteen vaikuttavat tekijät

Tässä luvussa tarkastelen Nuotta-valmennuksen minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä, jotka ilmenivät leirille osallistuneiden nuorten aikuisten kertomissa kokemuksissa. Hyödynnän Banduran minäpystyvyysteoriassa esittämiä minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä, joita ovat omat kokemukset, sijaiskokemukset (mallioppiminen), sanallinen vakuuttelu (kannustaminen) sekä tunteet ja fyysiset kokemukset (mm. Bandura 1977, 1997). Olen käsitellyt näitä tarkemmin luvussa 3.2. Haastatellut nuoret aikuiset määrittivät Nuotta-valmennuskokemuksiaan myönteisiksi. Nuoret kertoivat esimerkiksi onnistumisistaan sekä muulta ryhmältä saamastaan tuesta. Banduran mukaan minäpystyvyyden on mahdollista vahvistua, kun siihen vaikuttavat tekijät ilmenevät myönteisessä muodossa (Bandura 1977b,

81–82). Toisin sanoen minäpystyvyys voi vahvistua, kun ihminen suoriutuu annetusta haasteesta epäonnistumisen sijaan tai saa kuulla rohkaisua aliarvioinnin sijaan. Edeltävään perustuen esitän taulukossa 3 Nuotta-valmennusleirin myönteisesti minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä perustuen haastateltujen nuorten aikuisten kokemuksiin.

*Taulukko 3 Nuorten aikuisten kokemuksissa ilmenevät minäpystyvyyteen myönteisesti vaikuttavat tekijät Nuotta-valmennusleirillä*

<p><b>OMAT KOKEMUKSET</b>          onnistuminen yksin          onnistuminen ryhmänä          sosiaaliset tilanteet          toisen auttaminen</p>	<p><b>SIJAISKOKEMUKSET (mallioppiminen)</b>          toisten onnistumisten seuraaminen          mallina toimiminen</p>
<p><b>SANALLINEN VAKUUTTELU (kannustaminen)</b>          ryhmän jäsenet          ohjaajat</p>	<p><b>TUNTEET JA FYYSISET KOKEMUKSET</b>          ryhmän turvallisuus          keskustelu</p>

*Omat kokemukset* ovat Banduran (1994, 2; 1997, 80) mukaan voimakkaimmin nuoren aikuisen minäpystyvyyteen vaikuttava tekijä, sillä niiden kautta hän saa välitöntä palautetta pystyvyydestään. Kaikki Nuotta-valmennusleirille osallistuneet nuoret kertoivat toiminnallisuuteen liittyvistä henkilökohtaisista onnistumisen kokemuksista, jotka liittyivät erityisesti haastaviin ja ”itsensä ylittämistä” vaativiin toimintoihin, kuten siltakeinu tai kalliokiipeily.

*”Kaikki se onnistuminen, mitä mä pystyin siel tekemään, mitä itte ei oo ennen pystynyt tekemään.”*

*”Ja sit kun sen on tehnyt, niin sitten tulee sellainen vau filinki, et jumankauta, et mä pystyin tähän.”*

Nuotta-valmennuksessa hyödynnetään tarkoituksellisesti elämyspedagogisia menetelmiä onnistumisen kokemusten mahdollistamiseksi (T. Haaksluoto, henkilökohtainen tiedonanto 26.4.2018; Marttisten

nuorisokeskus 2018). Tähän tutkimukseen haastateltujen nuorten aikuisten kokemuksiin pohjaten tulkitsen, että nimenomaisesti vauhdikkaammat ja vahvasti elämyksellisiä elementtejä sisältävät toiminnot toimivat tehtävässään parhaiten. Minäpystyvyysteorian mukaan onnistumisen kokemukset vaikuttavat voimakkaimmin nuoren minäpystyvyykokemukseen silloin, kun hänen tarvitsee hieman nähdä vaivaa onnistumisensa vuoksi (Bandura 1997, 80). Tämä todentuu päinvastaisella tavalla seuraavassa nuoren kokemuksessa.

*K: Ja niinku sanoit, et yllätyit itsekin siitä, et helposti. Oliko voittaja fiilis siel ylhäällä?*

*H: Hmm...No siin ehkä tulee semmone pien ristiriitasuus, et se tuntus kuitenkin aika helpolt, et siin ei ollu juurikaan haastei sillai. Ei se tuntunu oikeestaan miltään.*

Myös toinen Nuotta-valmennusleirille osallistuneista nuorista kertoi vastaavanlaisesta kokemuksesta. Jos annettu haaste on mahdollista voittaa ilman suurempaa vaivannäköä jää onnistumisen kokemus syntymättä. Tulkitsen, että on todennäköistä, ettei tällaisella kokemuksella ole vahvistavaa vaikutusta myöskään nuoren minäpystyvyyksäsitukseen.

Henkilökohtaisten onnistumisen kokemusten lisäksi nuoret kokivat onnistumisia ryhmänä. Nuotta-valmennusleiriin osallistuneet haastatellut nuoret suorittivat yhdessä, ryhmänä useita tehtäviä, joissa yhdessä toimiminen varmisti onnistumisen kokemuksen syntymisen kaikille. Nuoret aikuiset kertoivat ryhmän jäsenten myös auttavan toisiaan. Kokemuksen auttajana toimimisesta ajatellaan myös vahvistavan nuoren minäpystyvyyksäsitystä (Yalom 2006 ref. Margalit & Ben-Ari 2014, 182). Kuten totesin alaluvussa 5.2.2 haastatellut nuoret aikuiset kokivat ryhmän jäsenet mukavina ihmisinä, joiden kanssa oli miellyttävää viettää aikaa yhdessä. Erityisiä konflikteja ei huomannut kukaan leirille osallistuneista nuorista. Nuotta-valmennusryhmässä vallitsi luottamuksen ilmapiiri ja päädyin kuvaamaan nuorten aikuisten kokemusten pohjalta ryhmää turvalliseksi. Onnistuneiden sosiaalisten tilanteiden voidaan ajatella myös tuottavan onnistumisen kokemuksia etenkin niille nuorille, joilla on aiemmin ollut haasteita vastaavanlaisissa tilanteissa (Nyqvist 1992, 57).

Minäpystyvyysteorian mukaan nuoren aikuisen minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä ovat myös *sijaiskokemukset* (Bandura 1977b, 81). Koska Nuotta-valmennusleirin toiminnallisuus perustui vahvasti ryhmämuotoisuuteen, tarjoutui nuorille paljon tilaisuuksia seurata toistensa onnistumisia niin

sosiaalisissa tilanteissa kuin käytännön haasteissakin. Nuorilla oli mahdollisuus havainnoida myös sitä, miten muut ryhmänjäsenet toimivat haastavassa tilanteessa. ”...*Se et varmaan just, et itte uskals esimerkiksi mennä siitä keinusta, sit vähän puski (nimi) niin kyllä sekin sitte uskalsi tulla.*” Sijaiskokemusten ajatellaan vaikuttavan nuoren minäpystyvyyksitykseen etenkin silloin, kun sijaistoimija on vertainen, tässä tapauksessa toinen nuori aikuinen (Bandura 1994, 3; 1997, 86–87, 173).

*Sanallista vakuuttelua*, kannustamista, esiintyi myös paljon haastateltujen nuorten aikuisten kokemuksissa. Kannustajina toimivat sekä ryhmän jäsenet että mukana olleet ohjaajat. Kannustuksen vaikutusta nuoret aikuiset pitivät merkittävänä ja se sai heidät yrittämään enemmän haasteen edessä.

*”Juu ja kyl sit kun toiset kannustaa, niin kyl sitä sit yrittää paljon enemmän.”*

*”Kyl niil on (viittaa onnistumisen kokemuksiin), et kyl sen niinku huomaa, et kun oli jakso kun oli työttömänä ja jos ei olis ollut tätä, et ei olis lähtenyt leirille tai käynyt täs toiminnassa niin, et voi olla, et en olis lähtenyt uudelleen opiskelee, et on niil kyl suuri vaikutus. Et sit se, kun puhu täällä, et on miettinyt tällästä ja tällästä vaihtoehtoa, niin täältäkin sai just sitä kannustusta ja tietoa, et kyllä kannattaa ja et he näkee, et musta olis siihen ammattiin ja työhön, et kyl se sit kans puski vähän eteenpäin, et kannattaa.”*

Kannustaminen liittyi nuorten kokemusten mukaan sekä toiminnallisiin tehtäviin, kuten kalliokiipeily että erilaisiin elämässä vastaantuleviin valintoihin ja päätöksiin, joihin osa nuorista koki saaneensa vahvistusta ja tukea työntekijöiltä. Ainoastaan yksi nuorista koki, ettei muun ryhmän kannustus Nuotta-valmennusleirillä erityisellä tavalla vaikuttanut hänen suoritukseensa. Toisaalta hän oli sitä mieltä, että olisi ollut kiusallista, jos muut olisivat vain hiljaa vierestä seuranneet hänen suoritustaan. Sanallinen vakuuttelu, kannustaminen vaikuttaa myönteisesti nuoren aikuisen minäpystyvyyteen silloin, kun edessä oleva haaste tuntuu nuoren itsensä mielestä realistisesti saavutettavalta ja hän arvioi myönteisen palautteen aidoksi. Sanallisella vakuuttelulla ei ole minäpystyvyyttä vahvistavaa vaikutusta, mikäli nuori on jo arvioinut haasteen täysin mahdottomaksi tai kokee saamansa palautteen liioiteltuna. (Bandura 1994, 3.)

Neljäs nuoren aikuisen minäpystyvyyteen vaikuttavista tekijöistä on *tunteet ja fyysiset kokemukset*, tuntemukset, jotka viestittävät nuorelle hänen pystyvyydestään ja näin ollen vaikuttavat hänen toimintaansa. Esimerkiksi hermostuneisuuden ja jännittämisen nuori voi tulkita merkinä epäonnistumisen mahdollisuudesta, joka vaikuttaa heikentävästi hänen pystyvyyssuskomukseensa edessä olevaan haasteeseen liittyen (Bandura 1997, 106–107.)

*”...sillai mä vähän puntaroin sitä, et toisaalta haluis koittaa, mut toisaalta ei vaan oikeen oo sitä fiilist siihen. On aika kylmä ja siel oli varmaan aika liukastakin, vaik siellä on niiden köysien varassa. Et ei vaan jotenkin. Tuli sit vähän karmivia ajatuksiakin.”*

Nuoren kertomassa kuvauksessa ilmenee, kuinka hän pohtii edessä olevaa haastetta myös sen herättämien tunteiden ja tuntemusten kautta. Kyseisessä tilanteessa nuori ei halunnut lähteä yrittämään haasteen suorittamista muun ryhmän kannustuksesta huolimatta. Ryhmän myönteisestä toimintakulttuurista kertoi, että nuoren kieltäytymispäätöstä kunnioitettiin, eikä häntä esimerkiksi painostettu yrittämään. Haastatellut nuoret kertoivat toiminnallisiin haasteisiin liittyen tilanteista, joissa he päätyivät kieltäytymään haasteesta. Minäpystyvyyden kannalta näissä tilanteissa oli tärkeää, että nuoret saivat myönteistä palautetta (sanallinen vahvistaminen) siitä, että he tunnistivat omat rajansa ja sanoivat ei. Nuotta-valmennuksen aikana nuorilla on mahdollisuus keskustella heränneistä tunteista sekä ryhmänä että yksin ohjaajan kanssa (Lipponen 2015, 104; T. Haaksluoto, henkilökohtainen tiedonanto 26.4.2018). Omien tunteiden ja kokemusten jakaminen ryhmässä ja toisaalta muiden kokemusten ja tunteiden kuuleminen tarjoaa nuorelle mahdollisuuden jäsentää omia kokemuksiaan. Hyvä keskustelu voi vahvistaa myös nuoren myönteistä käsitystä itsestään ja pystyvyydestään. (Caven 1992, 65; Virtanen 2011, 41.)

Banduran (1995, 4–5) mukaan minäpystyvyyden vahvistamisen kannalta on tärkeää luoda ihmiselle myönteinen tunnetila ja vähentää stressiä sekä keskittyä myönteiseen ajatteluun. Haastateltujen nuorten aikuisten kokemukset suhteessa toimintaympäristöön, ryhmän muihin jäseniin, ohjaajiin ja päivien sisältöön olivat myönteisiä. Nuoret kertoivat viihtyneensä Nuotta-valmennusleirillä hyvin ja kokivat ryhmän turvalliseksi. Edeltävään perustuen päättelen, että Nuotta-valmennusleirillä vallinnut myönteinen ilmapiiri ja hyvä ryhmähenki olivat omiaan mahdollistamaan nuorten aikuisten myönteisen minäpystyvyyksensä vahvistumisen.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tämän laadullisen tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä ja selvittää, vaikuttaako toiminnallinen ryhmätoiminta siihen osallistuneiden nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena oli tehdä näkyväksi niitä toiminnallisen ryhmätoiminnan elementtejä, jotka Banduran minäpystyvyysteorian mukaan tulkittuina ovat minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimukseni viitekehyksessä kuvasin ja määrittelin nuorille aikuisille suunnattua toiminnallista ja elämyksellistä ryhmätoimintaa sosiaalityön ja nuorisotyön yhtenevillä kentillä. Banduran minäpystyvyysteoria toimi tutkimukseni teoreettisena näkökulmana. Metodologisesti tutkimukseni nojautui fenomenologis-hermeneuttiseen tutkimusotteeseen. Aineisto koostui neljän nuoren aikuisen teemahaastattelusta, jotka toteutettiin ennen ja jälkeen Nuotta-valmennusleirin. Näin ollen aineistoni koostui yhteensä kahdeksasta haastattelusta. Analysoin aineiston kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta aineistolähtöistä sisällönanalyysia käyttäen ja kolmanteen tutkimuskysymykseen vastatakseni hyödynsin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.

Nuorten aikuisten kokemukset Nuotta-valmennusleiristä olivat myönteisiä. Ryhmän jäsenet kuvailivat ryhmän ilmapiiriä, muita ryhmän jäseniä ja ohjaajia sekä toimintaa ja toimintaympäristöä positiivisin ilmauksin. Kritiikkiä sai osakseen vain Nuotta-valmennukseen osallistumisen yläikäraja, 30-vuotta, jonka jälkeen leiritoimintaan osallistuminen ei ole enää mahdollista. Merkityksellisimpiä asioita nuorille aikuisille Nuotta-valmennusleirissä olivat ryhmässä toimiminen ja ryhmään kuuluminen sekä onnistumisen kokemukset, itsensä ylittämisen tunteet. Määrittelin Nuotta-valmennusleirin nuorten kokemusten pohjalta osallisuuden, vertaisuuden ja voimaannuttavien kokemusten mahdollistajana.

Tutkimuksessani päädyin varovaiseen tulkintaan Nuotta-valmennusleirin mahdollisuudesta vaikuttaa myönteisesti nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitykseen. Tulkintani perustui sekä nuorten itsearviointeihin että heidän sanoittamiinsa kokemuksiin. Tulosta minäpystyvyyden vahvistumisesta voidaan pitää enemmän suuntaa antavana, koska tulkintani ei perustu varsinaiseen tieteelliseen mittaamisenmenetelmään. On myös haasteellista todentaa, vaikuttiko nimenomaan nuorten aikuisten osallistuminen Nuotta-valmennusleirille myönteisesti heidän minäpystyvyyksikäsitykseensä. Tulosten tarkastelussa on huomioitava mahdollisuus, että nuorten aikuisten elämässä on saattanut tapahtua

haastattelujen välisenä aikana jotakin muuta sellaista, joka on myötävaikuttanut minäpystyvyyksien vahvistumiseen.

Toisaalta nuorten aikuisten minäpystyvyyden vahvistumisen mahdollisuutta tukee tutkimukseni tulos, jonka mukaan Nuotta-valmennusleiriin sisältyi runsaasti minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä. Nuoret aikuiset kuvasivat minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä myönteisinä tapahtumina ja tilanteina, jolloin niiden voidaan olettaa vaikuttaneen vahvistavasti nuorten aikuisten minäpystyvyyksien vahvistamiseen (Bandura 1977b, 81–82). Eniten nuorten kuvauksissa esiintyi kuvauksia omista onnistumisen kokemuksista, jotka Banduran teorian mukaan ovatkin voimakkaimmin minäpystyvyyksien vahvistamiseen vaikuttavia tekijöitä (Bandura 1994, 2). Omat kokemukset todentuivat sekä henkilökohtaisina että ryhmänä toimimiseen liittyvinä onnistumisen kokemuksina. Myös toisten auttaminen sekä myönteisiksi koetut sosiaaliset tilanteet loivat nuorille aikuisille omia onnistumisen kokemuksia. Toisten nuorten aikuisten, vertaisten, onnistumisen seuraaminen ja toisaalta mallina muille toimiminen ovat sijaiskokemuksia, jotka myös vahvistavat nuoren aikuisen minäpystyvyyksien vahvistamista (Bandura 1997, 101).

Ryhmän jäsenten kannustamista, sanallista vahvistamista, esiintyi paljon nuorten aikuisten kokemuksissa Nuotta-valmennusleiristä. Kannustajina toimivat niin ryhmän jäsenet kuin ohjaajat. Merkityksellisenä pidettiin lähes yksimielisesti myös muiden kannustamista, joka nuorten kokemusten mukaan sai yrittämään vielä enemmän vaativan haasteen edessä. Vertaisilta saatu tuki ja kannustus vaikuttavat voimakkaimmin nuorten aikuisten minäpystyvyyksien vahvistamiseen (Bandura 1995, 3–4). Nuotta-valmennusleiriin sisältyi aikaa omien tunteiden ja kokemusten käsittelyyn ryhmässä. Nuorten kokemusten analysointiin perustuen määrittelin ryhmän turvalliseksi, jossa vallitsi hyvä ryhmähenki. Tunteet ja fyysiset kokemukset ovat minäpystyvyyteen vaikuttavia tekijöitä ja edeltävien tavoin niillä on vahvistava vaikutus nuorten aikuisten minäpystyvyyksien vahvistamiseen esiintyessään myönteisinä kokemuksina.

Aineistoa analysoidessani mitkään tekijät eivät viitanneet nuorten aikuisten minäpystyvyyden heikkenemiseen. Päinvastoin minäpystyvyyden vahvistumista (tai vahvistumisen mahdollisuutta) perustelivat nuorten aikuisten itsearvioinnit, kokemukset sekä toisaalta Nuotta-valmennuksen lukuisat minäpystyvyyttä vahvistavat tekijät. Myös toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan tuottamien osallisuuden, vertaisuuden ja voimaannuttavien kokemusten voidaan ajatella tukevan nuorten aikuisten



minäpystyvyyden vahvistumista. Toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan vaikuttavuutta minäpystyvyyden eri osa-alueisiin (esim. sosiaalinen tai koulutuksellinen minäpystyys) on tutkittu kansainvälisesti paljon ja tutkimuksissa on todettu ryhmätoimintaan osallistumisen vaikuttavan myönteisesti minäpystyvyyksäilykseen (mm. Harrell & Mercer 2008; Margalit & Ben-Ari 2014, Lokos 2010; McDonald ym. 2008; Stinson 2009; Ungar, Dumond & McDonald 2005; Walsh 2009; Widmer, Duerden & Taniguchi 2014). Toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan vahvistavaa vaikutusta minäpystyvyyteen tukee myös laajaan aineistoon perustuva meta-analyysi, jossa minäpystyvyyden vahvistuminen oli yksi tarkastelukohteina olleista ryhmätoiminnan myönteisistä vaikutuksista (Hattie, Marsh, Neill & Richards 1997). Täysin yhteneviä ryhmätoiminnan minäpystyvyyteen vaikuttamiseen liittyvät tutkimustulokset eivät kuitenkaan ole, vaikka aineistonhakuuni perustuen vaikuttaisikin, että myönteiset tutkimustulokset edustavat enemmistöä. Rosemary Bernstein, Jennifer Ablow, Kelly Maloney ja Joel Nigg (2014) eivät tutkimuksessaan pystyneet osoittamaan näytelmäkirjoitukseen perustuvan toiminnallisen ryhmätoiminnan vaikuttavan siihen osallistuvien nuorten minäpystyvyyksäilykseen. Saman suuntaisia tuloksia sai myös Kristen O'Shea (2008) akateemisessa väitöskirjassaan liittyen seikkailukasvatukselliseen (outdoor adventure education) nuorten tyttöjen ryhmään.

Nuorten aikuisten toiminnalliseen ja elämykselliseen ryhmätoimintaan liittämät kokemukset ilmenivät tämän tutkimuksen aineistossa myönteisesti värittyneitä. Ryhmätoiminta on kuitenkin aina monen eri osatekijän summa ja sitä leimaa ainutkertaisuus ja toisaalta myös ennustamattomuus (Lähteinen & Kehus 2015, 237). Toiminnallista ryhmätoimintaa järjestettäessä onkin hyvä huomioida epäonnistumisen mahdollisuus, jolloin nuorten kokemukset toiminnalliseen ryhmätoimintaan osallistumisesta muodostuvatkin kielteisiksi ja näin ollen ryhmätoiminnan vaikutus nuoren minäpystyvyyteen on mahdollisesti sitä heikentävä. On esimerkiksi mahdollista, että toiminnallisuuden ympärille muodostettu samanlaisia haasteita omaava vertaisryhmä voi jatkaa epätoivottua toimintaa tai käyttäytymismallia ryhmätapaamisissa (Pekkarinen 2006, 127). Myös ryhmä itsessään voi vaikuttaa heikentävästi nuoren aikuisen minäpystyvyyksäilykseen esimerkiksi tilanteissa, joissa nuori aikuinen ryhmään kuulumisen sijaan kokee ulkopuolisuuden tunnetta tai kannustamisen sijaan kuulee vähättelevää puhetta.

Epäonnistumisen kokemuksia tuottavat tilanteet voivat liittyä elämyksellisiin toimintoihin, joissa suunnitellut aktiviteetit osoittautuvat liian vaativiksi tai jopa vaarallisiksi. Vaikka ryhmän jäsenet suoriutuisivat onnistuneesti tehtävästä, voi liiallinen jännittäminen ja pelkääminen tehdä kokemuksesta

kielteisen. (Lehtonen ym. 2007, 132–134.) Haastattelemini nuorten aikuisten kokemuksien mukaan olennaista onnistumisen kokemuksen syntymiseen liittyen oli haasteen riittävä vaativuus suhteessa nuoren aikuisen taitotasoon. Toisin sanoen liian helpolta tuntuissa tai helposti saavutettavissa tehtävissä ja haasteissa voimakasta onnistumisen tunnetta ei syntynyt. Tasapainoilu tarpeeksi vaativien, muttei liian vaativien tehtävien asettamisessa onkin yksi toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan ohjaajan haasteista, kuten myös Kelsey Deane ja Niki Harré (2013) tutkimuksessaan toteavat. Ryhmän ohjaajien vahva ammattitaito sekä ryhmän huolellinen suunnittelu ja valmistelu vähentävät ryhmätoimintaan liittyvien kielteisten kokemuksien mahdollisuutta (Lehtonen ym. 2007, 127–130). Toisaalta, kuten Hannele Pulkamo (2008, 511) toteaa, ryhmätoimintaan liittyy aina piirteitä, jotka ovat ohjaajan vaikutusvallan ulottumattomissa.

Kaikki tutkimukseen haastatellut nuoret aikuiset olivat osallistuneet Nuotta-valmennusleirille aiemmin. He tunsivat toisensa myös nuorisotoimen järjestämän muun ryhmätoiminnan kautta. Nuoret viittasivat haastatteluissa aiempiin Nuotta-valmennusleirikokemuksiin ja ajattelien, että nimenomaisesti tällä jatkumolla on merkitystä nuoren aikuisen elämään liittyvässä myönteisessä kehityksessä sisältäen minäpystyvyyksäityksen vahvistumisen. Nuoren aikuisen elämäntilanteessa tapahtuvat muutokset ovat yleensä pitkäaikaisia ja moniulotteisia prosesseja (Kananaja 2017b, 190; kts. Rostila 2001). Yksittäisen Nuotta-valmennusleirin sijaan olennaisempaa voisi olla tarkastella koko palvelukokonaisuutta, joihin tälle leirille osallistuneet nuoret ovat olleet osallisia. On mielestäni varsin todennäköistä, että nimenomaan pitempi aikainen osallistuminen esimerkiksi nuorisotoimen järjestämään erityisnuorisotyöhön erilaisine toimintoineen, on myönteistä kehitystä eteenpäin vievä voima. Ristiriitaista suhteessa muutostyön ajantarpeeseen on, että sosiaali- ja nuorisotyön työmenetelmänä hyödyntämän ryhmätoiminnan odotetaan usein tuottavan myönteisiä tuloksia nopeasti (esim. Heikkinen 2007, 46). Ajattelen, että yksittäinen leirikokemus voi herättää nuorta aikuista ajattelemaan asioitaan uudeltaisesta näkökulmasta ja luoda uskoa omaan pystymiseen, kuten tutkimukseni tuloksetkin osoittavat. Merkityksellistä kuitenkin on se, etteivät nämä kokemukset jää yksittäisiksi, irrallisiksi, vaan ovat osa nuorelle aikuiselle tarjottavaa tukea.

Tutkimukseen osallistuneet nuoret aikuiset kokivat haikeuden tunteita liittyen Nuotta-valmennusleirien päättämiseen heidän osaltaan ja arvostelivat 30-vuoden ikärajaa turhan mustavalkoiseksi. Osaltaan ikärajaan kohdistuneeseen kritiikkiin todennäköisesti vaikuttivat ryhmästä irtautumiseen, eroamiseen

liittyvät tunteet, joiden tulkitsin kertovan ryhmätoiminnan merkityksellisyydestä ja tärkeydestä sen jäsenille. Toisaalta jäin miettimään, tulisiko nuorille aikuisille kohdennettuja palveluja kehittää niin, että myös varsinaisen aikuisuuden saavuttaneille, yli kolmekymmentä vuotiaalle tarjoutuisi mahdollisuus, niin halutessaan, osallistua esimerkiksi Nuotta-valmennuksen kaltaiseen toiminnalliseen ja elämykselliseen ryhmätoimintaan? Vai millä tavoin varmistettaisiin nuorisolainkin mukaan aikuisiksi määrittyvien ihmisten myönteisen muutosprosessin jatkuminen ja toisaalta saavutettujen myönteisten muutosten pysyvyys (kts. Rostila 2001, 89–90)? Nuorten aikuisten palvelupolkuihin vaikuttavat nuoren omien tarpeiden lisäksi olennaisesti myös palvelujen saatavuus sekä nuorten aikuisten käytettävissä olevat resurssit (Aaltonen & Kivijärvi 2017, 7). Tutkimuksessani ei selvinnyt, millainen tuen jatkumo näille kolmekymmppisille aikuisille mahdollisesti oli suunniteltu.

Nuotta-valmennuksen asiakkaisiksi tulevat nuoret ovat yleensä kohdanneet erilaisia haasteita elämän- ja arjen hallintaan ja/tai koulutus- ja työmarkkinoille siirtymisessä. On todennäköistä, että heidän minäpystyvyyksensä on ainakin jossain määrin joutunut koetukselle kielteisten kokemusten myötä. Tämän tutkimuksen pohjalta voidaan todeta, että nuorille ja nuorille aikuisille suunnattu toiminnallisia ja elämyksellisiä menetelmiä hyödyntävä, runsaasti minäpystyvyyttä tukevia elementtejä sisältävä Nuotta-valmennusleiri tukee nuoria aikuisia siirtymässään varsinaiseen aikuisuuteen ja todennäköisesti vahvistaa myös heidän minäpystyvyyksistään. Myönteinen minäpystyvyyksitys vahvistaa nuoren aikuisen uskoa omiin mahdollisuuksiinsa ja saa hänet yrittämään enemmän vaikeampienkin haasteiden edessä. Uskoessaan omiin kykyihinsä nuori aikuinen toimii aktiivisesti tavoitteidensa saavuttamiseksi. Mahdottomasta tulee mahdollista.

Tulevana sosiaalityöntekijänä ajattelen toiminnalliseen ja elämykselliseen ryhmätoimintaan liittyvän monia elementtejä, jotka perustelevat sen hyödynnettävyyttä yhä laajemmin myös sosiaalityön kentällä. Esimerkiksi aikuissosiaalityön kentällä, joka edelleen painottuu vahvasti yksilökeskeiseen työskentelyyn, ryhmätoimintaa voitaisiin eri muodoissa hyödyntää asiakkaiden muutostyön tukena. Osallisuus, vertaisuus ja voimaannuttavat kokemukset ovat kaikki ihmiselle ja hänen kehitykselleen merkityksellisiä asioita (Jauhiainen & Eskola 1994, 15). Koska minäpystyvyyksitys voi muuttua, on sen vahvistaminen läpi ihmisen elämän mahdollista. Yhtäläillä kuin erityisnuorisotyön asiakkaana olevien nuorten aikuisten niin aikuissosiaalityönkin asiakkaiden voidaan ajatella hyötyvän siitä, että he alkavat uskoa omaan pystyvyyteensä, omiin mahdollisuuksiinsa.

Ryhmätoiminnan ohjaaminen mielletään edelleen helposti sosionomien, yhteisöpedagogien ja nuoristyöntekijöiden ammattiosaamiseen liittyväksi ja vahva ammattiosaaminen heillä koulutuksensa pohjalta tähän onkin. Mielestäni olisi kuitenkin tärkeää, että myös sosiaalityöntekijät uskaltautuisivat yhä rohkeammin lähtemään mukaan ryhmätoiminnan ohjaamiseen ja sen hyödyntämiseen osana sosiaalityön muutosprosessia. Asiakkaan aktiivisen toimijan roolin sekä monien tässä tutkimuksessakin esille tulleiden myönteisten tekijöiden lisäksi, ryhmätoiminta voi tarjota sosiaalityöntekijälle mahdollisuuden nähdä asiakkaansa erilaisessa ympäristössä ja näiden yhdessä jaettujen kokemusten kautta edesauttaa asiakasta tunnistamaan omat voimavaransa ja pystyvyytensä. Ajattelen Levamon (2007, 81) tavoin, että sosiaalityössä ryhmätoimintaa tulisi hyödyntää työmenetelmänä yksilötyön rinnalla, jolloin nämä kaksi työskentelytapaa täydentäisivät toisiaan.

Tutkimukseni tarkasteli nuorten aikuisten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä sekä toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan vaikutusta nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitteeseen. Vaikka nuorten itsearvioinnit, kokemukset ja lukuisat leiriin liittyvät minäpystyvyyttä vahvistavat tekijät perustelivatkin Nuotta-valmennusleirin myönteistä vaikutusta nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitteeseen, jää tämä muutos tässä tutkimuksessa kuitenkin tieteelliseen mittaamiseen perustuen todentamatta. Lisätutkimusaiheena ehdotankin toiminnalliseen ja elämykselliseen ryhmätoimintaan osallistuvien nuorten aikuisten minäpystyvyyksikäsitteen muutoksen tarkempaa tutkimusta selkeästi laajemmalla aineistolla. Esimerkiksi Nuotta-valmennukseen liittyen minäpystyvyyttä voitaisiin mitata esimerkiksi sosiaalisen minäpystyvyyden näkökulmasta. Mielenkiintoista olisi myös selvittää, millaisia eroja muodostuu asiakkuuden kestoon liittyen ja kuinka pysyvästä muutoksesta minäpystyvyyteen liittyen on kyse.

Pro gradu -tutkielman tekeminen oli itselleni haasteellinen, mutta onneksi myös antoisa, lähes kalenterivuoden mittainen prosessi. Suurimmat haasteet tutkimusprosessissani liittyivät riittävän ajan löytymiseen tutkimuksen tekemiseksi. Pienten lasten, kotona lapsiaan hoitavana, äitinä olenkin kiitollinen niille läheisille, jotka mahdollistivat uppoutumisen toiminnallisen ja elämyksellisen ryhmätoiminnan maailmaan. Kantavana voimana tutkimusprosessin ajan toimikin mielenkiintoiseksi kokemani aihe, joka yhä uudelleen sai minut innostumaan ryhmätoiminnan mahdollisuuksista. Tulevan sosiaalityöntekijän silmin minäpystyvyyteen liittyvää materiaalia lukiessani vakuutuin kerta toisen jälkeen siitä, kuinka merkityksellinen tekijä ihmisen oma usko omiin kykyihinsä ja pärjäävyyteensä on.

Uskonkin hyödyntäväni ja soveltavani tutkimusprosessini aikana oppimaani käytännön työelämässä, jonne siirtyminen on seuraava askeleeni. Vaikka tutkimusprosessini varrelle mahtui useita haasteita, pyrin säilyttämään mielessäni ajatuksen siitä, että *kyllä minä tähän pystyn*.

## 7 LÄHTEET

- Aalto, Mikko (2000) Ryppäästä ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Ryttylä: My Generation.
- Aaltonen, Sanna & Heikkinen, Alpo (2013) Nuoret lastensuojelussa. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. 4.uudistettu painos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 197–208.
- Aaltonen, Sanna & Kivijärvi, Antti (2017) Hyvinvointipalvelut ja nuoret aikuiset. Ohjausta monimutkaistuneissa siirtymissä. Teoksessa Sanna Aaltonen & Antti Kivijärvi (toim.) Nuoret aikuiset hyvinvointipalvelujen käyttäjinä ja kohteina. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 7–24.
- Aineiston hallinnan käsikirja (2017) Tietoarkisto. Saatavissa: <https://www.fsd.uta.fi/aineistonhallinta/fi/kvalitatiivisen-datan-kasittely.html> Viitattu 25.8.2018.
- Allen, Terrence T. & Williams, Larry D. (2012) An approach to life skills group work with youth in transition to independent living: theoretical, practice, and operational considerations. *Residential Treatment for Children & Youth* (29)4, 324–342.
- Arnett, Jeffrey (2000) Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist* 55(5), 469–480.
- Arnett, Jeffrey (2015) Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties. 2<sup>nd</sup> edition. New York: Oxford University Press.
- Azizli, Nicole & Atkinson, Breanna E. & Baughman, Holly M. & Giammarco Erica A. (2015) Relationship between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences* 82, 58–60.
- Bandura, Albert (1977a) Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 84, 191–215.
- Bandura, Albert (1977b) Social learning theory. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Bandura, Albert (1994) Self-efficacy. Teoksessa Vilayanur Subramanian Ramachandran (toim.) *Encyclopedia of Human Behavior*. New York: Academic Press, 71–81.
- Bandura, Albert (1995) Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. Teoksessa Albert Bandura (toim.) *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge University Press, 1–45.
- Bandura, Albert (1997) *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bandura, Albert (2006) Toward a Psychology of Human Agency. *Perspectives on psychological science* 1(2), 164–180.

Bernstein, Rosemary & Ablow, Jennifer & Maloney, Kelly & Nigg, Joel (2014) Piloting playwrite: feasibility and efficacy of playwriting. *Intervention for at-risk adolescents. Journal of Creativity in Mental Health* 9(4), 446–467.

Cavén, Sini (1992) *Terapeuttinen seikkailu*. Teoksessa Sini Cavén (toim.) *Seikkailun mahdollisuus*. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen keskus, 61–83.

Chen, Gilad & Gully, Stanley M. & Eden, Dov (2001) Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organizational Research Methods* Vol. 4, No. 1. 62–83.

Clarke, Heli (1998) Keinot ja päämäärät seikkailukasvatuksessa. Teoksessa Timo Lehtonen (toim.) *Elämän seikkailu. Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa*. Jyväskylä: Atena, 61–79.

Danska-Honkala, Katja & Poteri, Martti (2011) Kohdennettu nuorisotyö sosiaalisen vahvistamisen kontekstissa. Teoksessa Pia Lundblom & Jatta Herranen (toim.) *Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä*. Sarja C. Oppimateriaaleja 26. humak. Humanistinen ammattikorkeakoulu, 127–149. Saatavissa: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 18.3.2018.

Deane, Kelsey L. & Harré, Niki (2013) The youth adventure programming model. *Journal of Research on Adolescence* 24(2), 293–308.

Eskola, Jari & Suoranta Juha (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

Fedotoff, Jaana (2008) Nuorten tieto- ja neuvontapalvelut. Tiedon henki nuoruudessa. Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) *Nuorisotyötä on tehtävä*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 410–428.

Harrell, Amanda W. & Mercer, Sterett H. & DeRosier, Melissa E. (2008) Improving the social-behavioral adjustment of adolescents: The effectiveness of a social skills group intervention. *Journal of Child and Family Studies* 18, 378–387.

Hattie, John & Marsh, Herbert W. & Neill, James T. & Richards, Garry E. (1997) Adventure education and Outward Bound: Out-of-class experiences that make a lasting difference. *Review of Educational Research* 67(1), 43–87.

Haverinen, Liisa (1996) Arjen hallinta kotitalouden toiminnan tavoitteena. *Kotitalouden toiminnan filosofista ja teoreettista tarkastelua*. Väitöskirja. Helsingin yliopisto.

Heikkinen, Alpo (2007) Olenko mä sitä riskiryhmää? Murrosikäiset pojat kouluvaikeuksien metsäpoluilla. Teoksessa Alpo Heikkinen, Pauliina Levamo, Maaret Parviainen & Aili Savolainen. *Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä*. Helsinki: SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11, 15–68.

Heikkinen, Alpo & Levamo, Pauliina & Parviainen, Maaret & Savolainen, Aili. (2007) *Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä*. Helsinki: SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11.

Heino, Tarja & Heinonen, Hanna & Koskimies, Mimosa & Nousiainen, Kirsi & Paasivirta, Annukka & Pitkänen, Sari & Pyhäjoki, Jukka & Tarvainen, Tom & Vehviläinen, Jukka (2010) Moniammatilliset ohjaus- ja palveluverkostot lasten ja nuorten suojelussa. Helsinki: Sektoritutkimuksen neuvottelukunta. Saatavissa: [http://www.socca.fi/files/2344/Moniammatilliset\\_ohjaus- ja\\_palveluverkostot\\_lasten\\_ja\\_nuorten\\_suojelussa\\_.pdf](http://www.socca.fi/files/2344/Moniammatilliset_ohjaus-ja_palveluverkostot_lasten_ja_nuorten_suojelussa_.pdf) Viitattu 16.9.2018.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirjo & Sajavaara, Paula (2004) Tutki ja kirjoita. 10.osin uud. painos. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2009) Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hirvonen, Elna (2009) Nuorisotyö sosiaalisen asiantuntijuuden areenoilla. Teoksessa Suvi Raitakari & Elina Virokannas (toim.) Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 96, 41–62.

Jauhiainen, Riitta & Eskola, Marjatta (1994) Ryhmäilmiö. Perustietoa ryhmän käytöstä ja ryhmätyöstä sosiaalityöhön sovellettuna. Juva: WSOY.

Johnson, David W & Johnson, Frank P. (1994) Joining together. Group theory and group skills. Boston: Allyn & Bacon.

Juhila, Kirsi (2008) Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön areenat. Teoksessa Arja Jokinen & Kirsi Juhila. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino, 14–47.

Kakkori, Leena (2009) Hermeneutiikka ja fenomenologia. Hermeneuttis-fenomenologisen tutkimusotteen sisäisestä problematiikasta. Aikuiskasvatus, näkökulmia tutkimukseen 4, 273–280.

Kananoja, Aulikki (2017a) Sosiaalityö ammattina. Teoksessa Aulikki Kananoja, Martti Lähteinen & Pirjo Marjamäki. Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 27–32.

Kananoja, Aulikki (2017b) Asiakastyön yleiset lähtökohdat sosiaalialalla. Teoksessa Aulikki Kananoja, Martti Lähteinen & Pirjo Marjamäki. Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 173–192.

Karppinen, Seppo J.A. & Latomaa, Timo (2007) Elämyksestä ja kokemuksesta teoriaa ja käytäntöä. Teoksessa Seppo J.A. Karppinen & Timo Latomaa (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 11–20.

Karppinen, Seppo J.A. & Latomaa, Timo (2015) Seikkaillen elämyksiä III. Suomalainen seikkailupedagogiikka. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Karvinen, Antti & Kuusela, Markus (2004) Myllyprojektin merkitys nuoren elämässä. Myllyprojektin toiminnan merkitykset ryhmä ”Kämäset” nuorille. Syventävien opintojen tutkielma. Joensuu: Joensuun yliopisto.

Keltikangas-Järvinen, Liisa (2010) Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.



Kiiski, Eero (1998) Seikkailua elämysten maailmassa. Teoksessa Timo Lehtonen (toim.) Elämän seikkailu. Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä: Atena, 109–115.

Kivelä, Valteri & Lempinen, Juho (2010) Arki hallintaan. Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. 2.painos. Turku: KOTA- Lasten ja nuorten hyvinvointi.

Kiviniemi, Kari (2007) Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 70–85.

Komonen, Katja (2008) Työpajatoiminta nuorisotyön työmuotona. Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 429–445.

Kopakkala, Aku (2011) Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.

Korkiamäki, Riikka (2013) Kaveria ei jätetä! Sosiaalinen pääoma nuorten vertaissuhteissa. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.

Kuula, Arja (2006) Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Kuure, Tapio (2015) Sosiaalisen vahvistamisen määrittely ja asema nuorten hyvinvoinnin palvelujärjestelmässä. Teoksessa Tapio Kuure & Anna Kapanen & Elisa Lipponen. Sosiaalinen vahvistaminen käsitteenä ja palveluina. Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia. Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys, 5–67.

Laine, Timo (2007) Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 28–39.

Laitinen, Merja & Pohjola, Anneli (2010) Asiakkuus. Sosiaalityön ydinteema. Teoksessa Merja Laitinen & Anneli Pohjola (toim.) Asiakkuus sosiaalityössä. Helsinki: Gaudeamus, 7–18.

Lastensuojelulaki (417/2007) Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417> Viitattu 15.9.2018.

Lehtonen, Kai & Mäkelä, Eeva & Pulli, Kalle (2007) Ohjaus seikkailutoiminnassa. Teoksessa Seppo J.A. Karppinen & Timo Latomaa (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 127–138.

Lehtonen, Timo (1998) Kunnioittava kohtaaminen elämyspedagogisessa työssä. Teoksessa Timo Lehtonen (toim.) Elämän seikkailu. Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä: Atena, 97–107.

Levamo, Pauliina (2007) Omaa elämää etsimässä. Tutkimus ryhmämuotoisen sosiaalityön mahdollisuuksista tukea nuorten itsenäistymistä. Teoksessa Alpo Heikkinen, Pauliina Levamo, Maaret Parviainen & Aili Savolainen. Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. Helsinki: SOCCAn ja Heikki Waris-instituutin julkaisusarja nro 11, 69–157.

Linnossuo, Outi (2004) Sosiaalisen ja toiminnallisen nuorisotyön tarkastelua. Teoksessa Outi Linnossuo. Sosiaalisen nuorisotyön toimintamalleja. Turku. Turun ammattikorkeakoulu, 5–9.

Lipponen, Elisa (2015) Etsivien ja työpajavalmentajien kokemuksia Nuotta-valmennuksesta. Teoksessa Tapio Kuure & Anna Kapanen & Elisa Lipponen Sosiaalinen vahvistaminen käsitteenä ja palveluina. Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia. Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys, 100–121.

Lokos, Rana Marie (2010) The impact of wilderness education programs on participant self-efficacy beliefs. Dissertation. Seattle University.

Lundblom, Pia & Herranen, Jatta (2011) Sosiaalisen vahvistamisen ajankohtaisuus. Teoksessa Pia Lundblom & Jatta Herranen (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Sarja C. Oppimateriaaleja 26. humak. Humanistinen ammattikorkeakoulu, 4–12. Saatavissa: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 21.5.2018.

Luszczynska, Aleksandra & Scholz, Urte & Schwarzer, Ralf (2005a) The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *The Journal of Psychology* 139(5), 439–457.

Luszczynska, Aleksandra & Gutiérrez-Doña, Benicio & Schwarzer, Ralf (2005b) General Self-Efficacy in Various Domains of Human Functioning: Evidence from five Countries. *International Journal of Psychology*. 40(2), 80–89.

Lähteinen, Sanna & Kehus, Jenni (2015) Perheleirit – Sosiaalityötä leirinuoitiolla ja vertaisryhmissä. Teoksessa Sanna Väyrynen & Kaisa Kostamo-Pääkkö & Pekka Ojaniemi (toim.) Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. United Press Global, 217–245.

Maddux, James E. (2009) Self-efficacy. The power of believing you can. Teoksessa Shane J. Lopez & Charles R. Snyder. *The Oxford handbook of positive psychology*. 2<sup>nd</sup> ed. Oxford University Press, 277–287.

Magen, Randy (2009) Cognitive-behavioral model. Teoksessa Alex Gitterman & Robert Salmon (toim.) *Encyclopedia of social work with groups*. London: Routledge. 45–47.

Malekoff, Andrew (2014) *Group work with adolescents*. 3<sup>rd</sup> edition. Principles and practice. New York: Guilford Press.

Margalit, Daniella & Ben-Ari Amichai (2014) The effect of wilderness therapy on adolescents' cognitive autonomy and self-efficacy: Results of a non-randomized trial. *Child Youth Care Forum* 43, 181–194.

McDonald, Lynn & Conrad, Tammy & Fairtlough, Anna & Fletcher, Joan & Green Liz & Moore, Liz & Lepps, Betty (2008) An evaluation of a groupwork intervention for teenagemothers and their families. *Child and Family Social Work* 14, 45–57.

Mehtonen, Tuija (2011) Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa Pia Lundblom & Jatta Herranen (toim.) *Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä*. Sarja C. Oppimateriaaleja 26. humak. Humanistinen ammattikorkeakoulu, 13–29. Saatavissa: <http://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 18.3.2018

Meriluoto, Taina & Marila-Penttinen, Leena (2015) Mikä osallisuus, mikä kokemusasiantuntijuus? Teoksessa Taina Meriluoto, Leena Marila-Penttinen & Essi Lehtinen (toim.) *Osallisuus. Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja*. Ensi- ja turvakotien liitto, 6–37.

Myllymäki, Heini (2012) Nuottaamalla kohti vahvempaa arkea. Nuorten kokemuksia Nuotta-valmennuksesta. Opinnäyte. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Saatavissa: [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43137/Myllymaki\\_Henni.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43137/Myllymaki_Henni.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu 12.5.2018.

Nieminen, Juha (2008) Vastavoiman hahmo. Nuorisotyön yleiset tehtävät, oppimisympäristöt ja eetos. Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) *Nuorisotyötä on tehtävä*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 21–43.

Niemistö, Raimo (2007) *Ryhmän luovuus ja kehitysehdot*. Helsinki: Gaudeamus /Palmenia.

Nuorisokeskus Marttinen (2018) Saatavissa: <https://www.marttinen.fi/nuorisokeskus/sosiaalinen-nuorisotyö/> Viitattu 14.4.2018.

Nuorisolaki (1285/2016) Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285> Viitattu 10.6.2018.

Nurmi, Jari-Erik (2009) Toiminta- ja tulkintatavat haasteiden kohtaamisessa ja ongelmien ratkaisemisessa. Teoksessa Riitta-Leena Metsäpelto & Taru Feldt (toim.) *Meitä on moneksi. Persoonallisuuden psykologiset perusteet*. Jyväskylä: PS-kustannus, 111–128.

Nurmi, Jari-Erik & Ahonen Timo & Lyytinen, Heikki & Lyytinen, Paula & Pulkkinen, Lea & Ruoppila, Isto (2009) *Ihmisen psykologinen kehitys*. Helsinki: WSOYpro.

Nyqvist, Leo (1992) *Seikkailu ja sosiaalityö*. Teoksessa Sini Cavén (toim.) *Seikkailun mahdollisuus*. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen Keskus ry. Kansalaiskasvatuksen Keskuksen julkaisuja 98, 45–60.

O’Shea, Kristen (2008) *Exploring the benefits of an outdoor adventure program for improving self-esteem and self-efficacy and reducing problem behaviors in adolescent girls*. Dissertation. The University of Montana.

Partanen, Anne (2011) ”Kyllä minä tästä selviän” Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Kokkola: Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius.

Pietikäinen, Reetta (2012) Kipinöitä muutokseen ja eväitä eteenpäin. Nuotta-valmennuksen itsearviointi: näkemyksiä toiminnan merkityksistä ja tarvittavista kehittämisen suunnista. Helsinki: Suomen nuorisokeskukset ry.

Pekkarinen, Elina (2006) Lastensuojelun ryhmätoiminta murrosikäisten tyttöjen kokemana. Teoksessa Hannele Forsberg, Aino Ritala-Koskinen & Maritta Törrönen (toim.) Lapset ja sosiaalityö. Kohtaamisia, menetelmiä ja tiedon uudelleen arviointia. Jyväskylä: PS-kustannus, 99–127.

Perttula, Juha (2008) Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Juha Perttula & Timo Latomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys. Tulkinta. Ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115–162.

Pohjola, Anneli (2007) Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Leena Viinamäki & Erkki Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi. 11–31.

Pohjola, Anneli (2009) Nuorisotyön ja sosiaalityön rajapinnoilla. Teoksessa Suvi Raitakari & Elina Virokannas (toim.) Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura, julkaisu 96, 21–40.

Priest, Simon & Gass, Michael A. (1997) Effective leadership in adventure programming. Human Kinetics.

Pulkamo, Hannele (2008) Seikkailukasvatus ja elämyspedagogiikka nuoristyössä: Vallan väline vai osallisuuden ja sosiaalisen vahvistamisen menetelmä? Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 496–520.

Punnonen, Varpu (2008) Sukupuolisensitiivinen sosiaalinen nuorisotyö. Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 521–539.

Raitakari, Suvi & Virokannas, Elina (2009) Yhteisiä teemoja etsimässä. Teoksessa Suvi Raitakari & Elina Virokannas (toim.) Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura, julkaisu 96, 5–18.

Ronkainen, Suvi & Pehkonen, Leila & Lindblom-Ylänne, Sari & Paavilainen, Eija (2013) Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: Sanoma Pro.

Rostila, Ilmari (2001) Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Kopijyvä.

Rotter, Julian (1966) Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80 (1), 1–28.

Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (2010) Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Johanna Ruusuvuori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 9–38.

Ruusuvuori, Johanna (2010) Litteroijan muistilista. Teoksessa Johanna Ruusuvuori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 424–431.

Salo, Anne-Elina (2015) ”Et tuli niinku semmonen innostus et kyl mäkin osaan ja kyl mäkin pystyn. Murkkufoorumi-vertaisryhmät vanhemmuuden minäpystyvyyden tukena. Pro gradu -tutkielma. Kasvatustieteiden laitos. Turun yliopisto.

Salo, Petri (1999) Kasvatusta ja seikkailua yhteisöissä. Teoksessa Juha Suoranta (toim.) Nuorisotyöstä seikkailukasvatukseen. Tampere: TAJU, 99–129.

Savolainen, Aila (2007) Draama puree, purkaa ja parantaa. Kokemuksia psykodraaman käytöstä tyttöryhmässä. Teoksessa Alpo Heikkinen, Pauliina Levamo, Maaret Parviainen & Aili Savolainen. Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. Helsinki: SOCCAn ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11, 159–188.

Schunk, Dale & Meece, Judith (2006) Self-efficacy development in adolescences. Teoksessa Frank Pajares & Tim Urdan (toim.) Self-efficacy beliefs of adolescents. Information Age Publishing, 71–96.

Schunk, Dale & Pajares, Frank (2009) Self-efficacy theory. Teoksessa Kathryn R. Wentzel & Allan Wigfield (toim.) Handbook of motivation at school. New York: Routledge, 35–53.

Siitonen, Juha (1999) Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Akateeminen väitöskirja. Oulu: Oulun Yliopiston kirjasto.

Sosnet (2018) Sosnet- Sosiaalityön koulutuksen, tutkimuksen ja käytännön kehittäjä. Saatavissa: <https://www.sosnet.fi/Suomeksi/Koulutus/Peruskoulutus/Sosiaalityon-maarittely/Sosnetin-maaritelma> Viitattu 7.11.2018.

Stinson, Alicia (2009) A review of cultural art programs and outcomes for at-risk youths. Best Practise in Mental Health 5(1), 10–25.

Sunwolf (2008) Peer groups. Expanding our study of small group communication. London: Sage.

Suomen nuorisokeskukset (2018) Saatavissa: <http://www.snk.fi/> Viitattu 10.8.2018.

Söderholm, Fiia (2016) ”Kuka ottaa kiinni, kun putoaa?” Ohjaamon ja Avoimen ammattiopiston entisten asiakkaiden ja opiskelijoiden koulutuspolkujen ja minäpystyvyyden muotoutuminen. Erityispedagogiikan pro gradu -tutkielma. Filosofinen tiedekunta. Itä-Suomen yliopisto.

Tanskanen, Susanna (2015) Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä. Teoksessa Pirjo Näkki & Terttu Sayed (toim.) Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita, 105–126.

Telemäki, Matti (1998) Kurt Hahn ja elämyspedagogiikka. Teoksessa Timo Lehtonen (toim.) Elämän seikkailu. Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä: Atena, 11–25.

Tucker, Anita R. (2009) Adventure-based group therapy to promote social skills in adolescents. *Social Work with Groups* 32(4), 315–329.

Tuckman, Bruce W. (1965) Developmental sequences in small groups. *Psychological Bulletin* 63, 384–399.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2012) Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Saatavissa: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf) Viitattu 14.4.2018

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2013) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.

Ungar, Michael & Dumond, Camille & McDonald, Wanda (2005) Risk, resilience and outdoor programmes for at-risk children. *Journal of Social Work* 5(3), 319–338.

Varto, Juha (1992) *Laadullisen tutkimuksen metodologia*. Helsinki: Kirjayhtymä.

Vilen, Marika & Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena (2002) *Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla*. Helsinki: WSOY.

Vilka, Hanna (2015) *Tutki ja kehitä*. Helsinki: Tammi.

Virtanen, Veli-Matti (2011) *Korkeita vuoria ja suuria kokemuksia. Seikkailutoimintaa perhe- ja ryhmäkuntoutuksessa. Mannerheimin lastensuojeluliiton lasten ja nuorten kuntoutussäätiö*.

Walsh, Michael (2009) *Wilderness adventure programming as an intervention for youthful offenders: Self-efficacy, resilience, and hope for the future*. Dissertation. The University of Minnesota.

Widmer, Mark & Duerden, Mat & Taniguchi, Stacy (2014) Increasing and generalizing self-efficacy. The effects of adventure recreation on the academic efficacy of early adolescents. *Journal of Leisure Research* 46(2), 165–183.

Yalom, Irvin D. (2006) *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.) New York: Basic Books.

## LIITE 1 Teemahaastattelurunko

### NUORTEN AIKUISTEN KOKEMUKSET NUOTTA-VALMENNUSLEIRISTÄ TEEMAHAASTATTELURUNKO

#### TAUSTATIEDOT

- Koulutus / työkokemus
- Asiakkuudet (esim. sosiaalityö, te-keskus, Kela)
- Mitä kautta tulit leirille?
- Mikä on tavoitteesi leiriä ajatellen?
- Mitä toivot leirijaksolta?

#### YLEISET KOKEMUKSET LEIRISTÄ

- Millaisella mielellä palasit leirin jälkeen kotiin?
- Mikä muisto sinulle tulee ensimmäisenä mieleen?
- Mitä ajattelet leiripäivien sisällöstä?
- Mitä mieltä olet leirin työntekijöistä? Entä muusta ryhmästä?

#### MYÖNTEISET KOKEMUKSET

- Mitkä asiat leirillä olivat hyvin?
- Mikä oli mielestäsi leirillä parasta/tärkeintä sinulle?

#### KIELTEISET KOKEMUKSET

- Mikä leirillä ei mielestäsi toiminut?
- Mistä et pitänyt?

#### KEHITTÄMISEHDOTUKSET

- Mitä mielestäsi olisi hyvä tehdä toisin?

## LIITE 2 Yleiseen minäpystyvyyteen liittyvät väittämät

### **Nuorten yleisessä minäpystyvyydessä tapahtuvan muutoksen tarkastelu Chen, Gullyn & Edenin (2001) luoman mittarin mukaan**

1. Kykenen yleensä saavuttamaan suurimman osan asettamistani tavoitteista.

- *Millaisia tavoitteita sinulla on?*

2. Uskon yleensä suoriutuvani vaikeistakin tehtävistä.

- *Mikä sinun mielestäsi on vaikea tehtävä?*

3. Ajattelen yleensä saavuttavani tuloksia minulle tärkeissä asioissa.

- *Mikä asia/mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä?*

2. Uskon yleensä menestyväni asioissa, jotka olen asettanut tavoitteikseni.

- *Liittyy kysymykseen 1*

3. Kykenen yleensä voittamaan eteen tulevat vaikeudet.

- *Millaisia vaikeuksia sinulle tulee mieleen?*

4. Olen yleensä varma, että suoriudun hyvin kaiken tyyppisistä tehtävistä.

- *Millaisia tehtäviä sinulle tulee mieleen?*

5. Yleensä suoriudun useimmista tehtävistä muita ihmisiä paremmin.

- *Mitä tehtäviä nämä ovat?*

6. Suoriudun yleensä hyvin tiukoissakin tilanteissa.

- *Millaisia tiukkoja tilanteita sinulle tulee mieleen?*



7. Yleensä suoriudun useimmista tehtävistä muita ihmisiä paremmin.

- *Mitä tehtäviä nämä ovat?*

8. Suoriudun yleensä hyvin tiukoissakin tilanteissa.

- *Millaisia tiukkoja tilanteita sinulle tulee mieleen?*

## LIITE 3 Tutkimuslupapyyntö

### TUTKIMUSLUPAPYYNTÖ (jää tutkijalle)

Suostun osallistumaan Nuotta-valmennusleiriin liittyviin haastatteluihin (2 kpl). Luvallani haastattelu voidaan tallentaa ja Sirke Jaakkola voi käyttää sitä tekemänsä pro gradu-tutkielman aineistona.

Haastattelutallenteita käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja salassa pitäen. Haastateltavat eivät ole tunnistettavissa tutkimusraportista. Haastatteluaineisto tuhotaan heti Jaakkolan pro gradu -tutkielman valmistumisen jälkeen.

Porissa \_\_\_/\_\_\_ 2018

---

Allekirjoitus

---

Nimen selvennys

## LIITE 4 Esimerkkitaulukko aineiston luokittelusta

Taulukko 1 Esimerkki aineiston luokittelusta

ALKUPERÄISILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ LUOKKA
"Ei tullut, et kunnioitettiin toistemme päästöstä, et ko (nimi) halus, ettei me olla siinä kun hän kipeää sitä seinää niin hän ei halunnut, et me kaikki ollaan siinä yleisönä, niin me siirryttiin sit vähän kauemmas. Oli semmone, et kuunneltiin mitä niinku.."	kunnioitettiin toisiamme	Kunnioittaminen	Turvallinen ryhmä	Ryhmämuotoisuus	Nuorten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä
"Ei kyl niinku, mitä nää nyt sitä useampaan kertaan siin sit sano, et meneks mää, mut toi, kyl mää niinku sit päätin, et en, en tällä kertaa."	toisen päätöksen kunnioitus				
"K: Mitä sä ajattelet, miten muu ryhmä reagoi siihen, kun joku sanoi, et mä en haluukkaan mennä? H: Ihan hyvin. Kaikki oli sit niinku, et tsemppas ja oli, et hyvä kun ainakin kävit kokeilmassa. Kaikki uskals kuitenkin aikalailla käydä kokeilee sitä."	toisen päätöksen kunnioitus				
"Sit oli just se ryhmähenki, ku se oli semmonen, et ketään ei kuiteskaan pakotettu mihinkään, mihin ei halunnut mennä, mut kaikkii yritettiin kuitenkin rohkast ja tsemppata, et uskaltais mennä ees kokeilee."	kunnioitus, ryhmähenki				
"K: Ajatteleks sää et te ootte niinku tasa-arvoisia siinä ryhmässä mukaan lukien ne ohjaajat? H: Juu. Ajattelen kyllä."	tasa-arvoisia	Tasavertaisuus			
"H: Juu on, ne on kyl joka kerta osa porukkaa."	tasavertaisuus				
"Ei oikeestaan, et aika paljon puhutaan jo nyttenkin...Et jos on jotain hyvii uutisii, niin kaikki sen kertoo ja jos on vähän huonompia niin kyl nekin kerrotaan."	voi luottaa	Luottamus	Turvallinen ryhmä	Ryhmämuotoisuus	Nuorten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä
"K. Joo-o. Hienoa. Ajatteleks sä et se on semmonen porukka, et voi luottaa toisiin? H: Juu, ajattelen, en usko, et lähtee sit kauheesti niinku levimään minnekään, et kyl ne sit pysyy tässä."	voi luottaa				

ALKUPERÄISILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ LUOKKA
"Juu iloitetaan ja aika hyvin pystytään nauramaan niinku omille epäonnistumisille, sit sille se ryhmä voi nauraa siin mukana. Et no tää ei ny onnistunu, mut ei se häittäa, et saa nauraa."	mokaaminen	Lupa epäonnistumiseen	Turvallinen ryhmä	Ryhmämuotoisuus	Nuorten kokemuksia Nuotta-valmennusleiristä
"Juu, et sä voit mokata ihan kunnolla ja se on niinku hauskaa. Et ei se oo niinku semmonen, et voi ei..."	mokaaminen				
Emmä tiedä, ei oo kyllä tullut meistä semmosta vastaan, et jos onnistut tai epäonnistut niin siin tulis sit mitään hä-hää olet huono	lupa epäonnistua				
"H: Mukava. Auttaa toisi, jos on joku epävarma esimerkiks. K: Miten auttaa? H: Esim. kannustaa, sillee pääasiassa."	ryhmähenki	Hyvä ryhmähenki			
"Sit oli just se ryhmähenki, ku se oli semmonen, et ketään ei kuiteskaan pakotettu mihinkään, mihin ei halunnut mennä, mut kaikkii yritettiin kuitenkin rohkast ja tsempata, et uskaltais mennä ees kokeilee."	ryhmähenki				
"Mukavaa yhdessä oloa"	ryhmähenki				
"No se on just se ryhmähenki ja sit siel just kannustetaan toisia..."	ryhmähenki				
"K: Niin, et se susta tuntuu, et se oli kiva porukka? H: Kyllä, kyllä, ei oo koskaan tullut semmonen olo, et ei, ei."	ryhmähenki				
"Kyl se mun mielestä joka kerta hiisautuu hyvin yhteen, et kaikki me siel toimeen tullaan. "	ryhmähenki				
"...kyl se oli ihan toimiva, hyvä ryhmä. "	ryhmähenki				
"Ja just se on niinku tärkeitä, et ne ei oo just ne pelkästään ne ohjaajat, ketkä ottaa huomioon häntä, vaan koko muu porukka."	ryhmähenki				
"K: Millanen tunnelma siin teidän ryhmäs oli? H: Se oli ihan...hyvä meininki."	ryhmähenki				
"No, siin on just sitä yhteishenkee, et jos ei muuta ni sitä sit hakemaan"	ryhmähenki				
"K: Niin, et viuhdyitte yhdessä, vaiks ei ollu pakko? H: Juu, nimenomaan (nauraa). "	ryhmähenki				

## LIITE 5 Nuorten aikuisten itsearvioinnit

Taulukko 2: Haastateltujen nuorten aikuisten itsearviointi minäpystyvyydestään asteikolla 1–10

	<b>H1/ I</b>	<b>H1/ II</b>	<b>H2/ I</b>	<b>H2/ II</b>	<b>H3/ I</b>	<b>H3/ II</b>	<b>H4/ I</b>	<b>H4/ II</b>
1.	8	8	9	10	6	6	9	9
2.	5	6	9,5	9,5	4	6	8,5	9
3.	7	9	10	10	5	6	8,5	9
4.	8	8	9	9	5	6	8,5	8,5
5.	6	9	9	9,5	5	6	8	8,5
6.	3	7	10	10	5	6	7	8
7.	4	7	1	1	5	6	7	7
8.	5	8	8	9,5	5	6	9	9

Taulukko 2 havainnollistaa haastateltujen nuorten aikuisten asteikolla 1–10 tekemät arvioinnit liittyen minäpystyyttä kuvaaviin väittämiin (kts. Liite 2). Haastateltavat on sijoitettu taulukkoon satunnaisessa järjestyksessä ja heitä kuvataan kirjain-numero -tunnuksella. Roomalaiset numerot I ja II viittaavat ensimmäiseen ja toiseen haastattelukertaan. Taulukosta on tummennettu ne itsearvioinnit, joissa arvo on muuttunut korkeammaksi.