



JOHANNA NIEMI – ULLA-MAIJA LUOMA

Toiminnalliset menetelmät uuden ohjauksen työkaluna

"Mun on pakko panostaa tänä vuosi hulluna" -15-vuotias kerrostalon pihalla

Monen ysiluokkalaisen ajatuksissa on jo syksyllä seuraavan kevään opiskeluvaihto ja yhteishaku. Peruskoulun päättötodistuksella saavuttua ovia ja suljettua niitä. Nuorten suhtautuminen tulevaisuuteen jakautuu helposti ääripäihin: *"ei paljoa väliä menen johonkin"* -leiriin, tai *"tämä vuosi on pakko panostaa ihan hulluna"* -leiriin.

Tulevaisuuden valintoja tehdään yhä nuorempina, yhä isommilla panoksilla. Näihin valintoihin tarvitaan kodin ja läheisten lisäksi hyvää, ammattitaitoista ja ennakkoluulotonta ohjausta.

Ohjauksen tarve jakautuu nuorten kouluisten keskuudessa. Hyvin pärjäävät ja opinnoissa menestyvät nuoret haluavat pohtia vaihtoehtojaan ja keskustella valinnoistaan vaikka toisaalta he ovat niitä, jotka kokevat saavansa riittävästi henkilökohtaista ohjausta (Mäkelä 2019). Heikommin koulussa pärjäävät taas saattavat jäädä vaille ohjauksen kokemuksia vaikka olisivat ohjausta saaneet. Heikkojen arvosanojen vuoksi vähentyneet vaihtoehdot eivät innosta nuorta keskustelemaan vaihtoehtoistaan ohjaustilanteissa eikä oman tulevaisuuden miettiminen tunnu luontevalta. (Hyyrykoski 2015, 39). Iso osa nuorista pystyy tekemään koulutusvalintoja koskevat päätökset itsenäisesti tai esimerkiksi lähipiirin avustuksella, mutta on myös paljon niitä nuoria,

jotka tarvitsisivat pitkäkestoista ja systemaattista ohjausta omasta tulevaisuudesta kiinnostukseen.

Tutkimukset osoittavat, että nuoret hyötyivät ohjauksessa pitkäjänteisestä itsetunnon ja -tuntemuksen vahvistumiseen keskittyvästä vuorovaikutteisesta toiminnasta. Oman tulevaisuuden hahmottamisen kannalta itseohjautuvuus osoittautuu tärkeäksi kyvyksi. On myös havaittu, että lukiolaiset ovat ammattikoululaisia itseohjautuvampia ja siinä voi olla yksi syy, miksi lukioon hakeutuneet ovat kokeneet saaneensa enemmän ja parempaa ohjausta kuin ammattikouluun hakeutuneet. (Rantakangas 2009; Hyyrykoski 2015.)

Onko nuorille tarkoitettun ohjauksen ja neuvonnan palveluiden käytännön työ ajan hermolla? Riittääkö keskustelu vai olisiko aika lisätä ohjaukseen ja neuvontaan toiminnallisuutta, kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä? Ohjauksesta täytyy tehdä houkuttelevaa nuorille, jotta he eivät joutuisi käsittelemään tulevaisuutta koskevia valintoja pahimmassa tapauksessa yksin. Ohjauksen toiminnallistamisesta hyötyvät erityisesti ne nuoret, jotka eivät ole vastaanottavaisia keskusteluun perustavalle ohjaukselle.

Luovilla, liikunnallisilla ja toiminnallisilla menetelmillä nuori muuttuu passiivisesta ohjauksen kohteesta aktiiviseksi tekijäksi ja oman

tulevaisuutensa rakentajaksi. Tässä artikkelissa tarkastelemme ohjausta ja neuvontaa liikunnallisten ja luovien linssien lävitse. Artikkelin taustalla on tapausesimerkki ammattiopistossa toteutetusta monialaisesta ohjauksesta, jossa nuorille järjestettiin liikunnallista ja luovaa toimintaa, johon yhdistettiin elementtejä uraohjauksesta ja tulevaisuussuunnautuneisuudesta. Käytännön kokemuksia toiminnasta ja kehitetystä toimintamallista voi lukea Höntsäoppaasta (Höntsäopas, 2020). Toimintamalli on kehitetty valtakunnallisessa, Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittamassa Höntsä – silta eteenpäin! -hankkeessa vuosina 2018-2020.

Mitä ohjauksella tavoitellaan? Yhteishaku, kasvava itseluottamus vai molemmat

Ohjauksen tavoitteena on tukea nuoren ohjattavan koulutukseen, opiskeluun, uravalintaan ja tulevaisuuteen liittyvien kysymysten käsittelyä sekä auttaa ohjattavaa ymmärtämään omaa tilannettaan ja kohtaamaan elämänsä haasteita (Suomen opinto-ohjaajat ry). Tulevaisuutta, uravalintoja sekä opiskeluja ja koulutusta koskevat kysymykset ovat isoja asioita. Niiden käsitteleminen ja ylipäättään niiden merkityksen hahmottaminen on nuorelle haastavaa. On myös mahdollista, että omien asioiden käsittely keskustellen ei ole nuorelle luontevaa ja mielekästä vaan nuori hyötyisi enemmän toiminnallisesta ja vertaistuen mahdollistamasta toiminnasta ohjauksen yhteydessä (Souto 2014). Ryhmässä tehtävää ohjausta tukee myös Sanna Toiviaisen (2019) nuorten ohjausta käsittelevä väitöskirjatutkimus, jossa esitellään yhteisöllisyyden ja vertaistukeen painottuvan ohjauksen ja tuen mahdollisuuksia. Ryhmämuotoinen, ilmapiiriltään avoin ja salliva yhteisö ja tuen muoto on se, mitä nuorten omien näkemysten mukaan tarvitaan (Toiviainen 2019).

Nuorten opintojen keskeyttämiselle on havaittavissa yhteisenä tekijänä ohjauksen puute

ja sen hyödyntämättömyys (Hyyrykoski 2015). Nuori, joka ei kykene näkemään omaa tulevaisuuttaan, jonka peruskoulun todistuksen arvosanat ovat heikot ja joka ei välttämättä saa tukea kotoa, on vaarassa ajautua väärälle alalle, koska *“opinto-ohjaaja oli sanonut, että pitää hakea metallille, koska huonolla keskiarvolla ei muualle pääse”* (Hyyrykoski 2015, 39).

Ammattiopistossa nuorten ohjaukseen osallistuu ohjausalan ammattilaisten lisäksi myös opetushenkilöstö. Ohjauksen ollessa myös osa opetushenkilöstön tehtäväkuvaava, on nuorella suurempi todennäköisyys saada ohjausta itselleen tutulta ja luotettavaksi koetulta henkilöltä. Nuorille ohjauksen onnistumisen keskeisimpiä seikkoja ovat ohjaajan luotettavuus ja aito halua kuunnella nuorta (Toiviainen 2019).

Ohjaamisella vahvistuva itsetunto on yhteydessä tulevaisuudensuunnittelu- taitoihin

“Oli meillä vielä haastatteluki opon kanssa. Se kesti tunnin ja oli ihan hyvä kans. Mut ei mun päätös kyllä muuttunu siellä opon luona, kun olin niin kauan jo halunnu hakee sähköille. Olis kyl pitäny mieltää muitaki vaihtoehtoja, ku huti siitä valinnasta tuli.” (Hyyrykoski 2015, 38.)

Itsetunnon ja itsetuntemuksen vahvistamisella nähdään olevan yhteys kehittyviin urasuunnittelutaitoihin. Luovat ja taiteelliset menetelmät ovat yksi toimiva keino tukea nuoren itsetuntemuksen vahvistumista. Luova toiminta mahdollistaa erilaisia tapoja tutkia itseä ja toiminnallisuutensa johdosta ne voivat tehdä ohjaustilanteesta merkityksellisemmän kokemuksen nuorelle. (Laine & Lammi 2018). Kaikki nuoret saavat jonkinlaista ohjausta omissa oppilaitoksissaan, ja suurimmalla osalla asiat ovat hyvin. Hyvä ohjaus tukee niitä, jotka ovat jo löytäneet omia polkujaan ja erityisesti niitä, jotka vielä etsivät seuraavaa opiskelupaikkaa, työpaikkaa tai osaa itsestään. Luovat ja toiminnalliset menetelmät edistävät kirjavissa elämänvaiheissa olevien nuorten tulevaisuudenuskoa, joka näkyy konkreettisissa

valinnoissa esimerkiksi hakulomakkeiden äärellä.

Tällä hetkellä ohjaus ja neuvonta tapahtuvat pääsääntöisesti keskustelemalla. Kuitenkin tiedetään, että omista asioista keskusteleminen voi olla nuorelle hankalaa ja jopa kiusallinen kokemus. Vaarana on myös se, että aikuinen tulee määritelleeksi nuoren mahdolliset haasteet elämässä ilman, että nuori on itse saanut osallisuuden kokemusta omien asioidensa hoitamisesta. (Souto 2014; Hyyrykoski 2015.) Lisäämällä ohjaukseen toiminnallisuutta, voidaan nuorille turvata osallisuuden edellytyksiä omien valintojen käsittelyyn. Aktiivinen osallistuminen, osallisuuden kokemukset ja osallistumaan pyrkiminen eivät välttämättä ole nuorille perustarve, varsinkaan, jos he eivät ole tottuneet vahvaan kokemukseen omasta toimijuudesta. Aktiiviseen osallistumiseen nuoret tarvitsevat paljon aikuisen rohkaisua ja mahdollistamista. Myös ohjauksen suhteen nuoret voivat passivoitua ja suhtautua ohjaukseen vastentahtoisesti. Vastentahtoisuus voi johtua muun muassa siitä, että nuori ei ole kokenut tullessa kuulluksi aiemmissa ohjaustilanteissa eikä ohjauksen ole koettu vaikuttavan omaan päätökseen. (Hyyrykoski 2015; ks. myös Nousiainen & Piekkari 2007.)

Ohjauksen houkuttelevuutta voidaan edistää kiinnittämällä huomiota avoimeen, sallivaan ja välittämistä huokuvaan ilmapiiriin (Hyyrykoski 2015). Myös vertaistuen mahdollistaminen ja painotuksen vaihtaminen yksilöllisyyden korostamisesta kohti yhteisöllistä ohjausta, voi olla toimiva keino lisätä ohjauksen houkuttelevuutta. Ryhmässä tapahtuvan ohjauksen työkaluina toiminnalliset, luovat ja liikunnalliset menetelmät voivat olla yksi toimiva keino onnistuneen ohjaustilanteen synnyttämiseksi.

Uudelleen ajatellut ohjauspalvelut ja -menetelmät ovat osa kokonaisuutta, joka tukee opiskelijan opiskelukyvyyn muodostumista. Luovat ja toiminnalliset menetelmät tukevat siirtymää opiskeluista töihin, ja nuoret tarvitsevat menetelmillä opittuja taitoja myös tulevaisuuden työelämässä toiminnallisilla

menetelmillä on havaittu olevan yhteys myös kouluviihtyvyyteen ja esimerkiksi vähentyneeseen opintojen keskeyttämiseen.

Toiminnalliset harjoitukset lisäävät fyysistä aktiivisuutta

Toiminnallinen ohjaus liikunnallisia, luovia ja yhteistoiminnallisia aktiviteetteja hyödyntämällä edistää nuorten itsetunnon ja itsetunteumuksen kehittymistä. Keholliset kokemukset omista onnistumisista ja oman pystyvyyden huomaaminen voivat muokata minäkuvaa ja käsitystä itsestä tehokkaammin kuin keskustellen käyty pohdinta. Toiminnallisen ja yhteiseen tekemiseen kutsuvan luonteensa vuoksi liikunnalliset ja luovat menetelmät mahdollistavat elämänhallinnan haasteiden läpikäymisen tekemisen lomassa. Soudon (2014) mukaan nuoret eivät välttämättä koe kahdenkeskistä keskustelua ja omien ongelmien keskustelua läpikäyntiä luontevana ja mielekkäänä. Yhteisen toiminnan yhteydessä tekeminen asettuu toiminnan kohteeksi, jolloin nuori ja esimerkiksi toimintaa ohjaava koulukuraattori tai muu aikuinen asettuvat ikään kuin samalle viivalle ja asioista keskusteleminen mahdollisesti helpottuu.

Nuoret hyötyvät yhteisöllisestä ja vertaistukeen painottuvasta ryhmämuotoisesta tuesta ja ohjauksesta, jossa ilmapiiri on avoin ja salliva. Asioiden läpikäymistä toiminnallisesti tukee myös kokemuksellisen oppimisen ajatus. Kehollisesti ja toiminnallisesti koettu asia jättää syvemmän muistijäljen ja muodostuu kokijalleen merkityksellisemmäksi kuin vain yhden aistikanavan varassa tapahtuva kokemus. (Nivala & Rynänen 2019, 209–219; ks. myös Anttila 2013; Toiviainen 2019.)

Liikunnallisten aktiviteettien yhdistäminen ohjaukseen tukee myös nuorten liikkuamisen lisäämistä ja nuorten päivittäinen fyysinen aktiivisuus kasvaa. Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat nuoret eivät liiku tarpeeksi saavuttaakseen liikunnan terveyshyödyt (Kouluterveyskysely 2019). Liikkumisen ja terveellisten elintapojen yhteys työkykyyn on

kiistaton, ja vähäinen liikunta on riski sille, että nuoret eivät säilytä työkykyään tulevaisuudessa. Ammattikoululaisten liikkumisen edistämiseksi on tehty työtä jo vuosien ajan Liikkuva opiskelu -ohjelman kautta ja lupaavia tuloksia on saavutettu. Liian vähäisestä liikkumisesta kertovat Kouluterveyskyselyn (2019) tulokset, joiden mukaan 43% ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevista nuorista liikkuu korkeintaan 1 tunnin viikossa hengästyen, lisäksi 25% oppilaista on ylipainoisia ja vain 15% liikkuu päivittäin tunnin ajan. Vertailua helpottamaan kerrottakoon, että 13–18 -vuotiaiden tulisi liikkua 1,5 tuntia päivässä (UKK-instituutti).

Kokemukset toiminnallisesta ohjauksesta ja ohjauksen tulevaisuus

Toiminnallista ohjausta on hyödynnetty hyvin tuloksin Oulussa Koulutuskuntayhtymä OSAOlla. Nuoret ovat saaneet opiskelupäivän lomassa onnistumisenkokemuksia luovasta ja liikunnallisesta yhteistoiminnasta, he ovat muun muassa saaneet pohtia yhdessä omia vahvuuksia ja tutustua toiminnallisesti eri ammatteja tukeviin vahvuuksiin. Toiminta on hyödyttänyt myös opettajia, ja kokemuksen mukaan toiminnalliset menetelmät ovat käytössä oppitunneilla. Opetus- ja ohjaushenkilöstöä on koulutettu toiminnallisten menetelmien hyödyntämiseen. Materiaali löytyy kokonaisuudessaan Höntsäopas.fi -sivustolta syksystä 2020 alkaen

Nuorilta kerätyn palautteen perusteella tärkeimmiksi korostuvat sosiaalisten suhteiden merkitys, mukava ja onnistumisen kokemukset mahdollistava toiminta sekä ryhmältä saatava vertaistuki. Ryhmämuotoinen, liikunnallisia ja luovia aktiviteetteja sisältävä malli voi olla tarpeellinen yksilöohjaukseen painotuvan oppilashuollon rinnalle. Liikunnalliset ja luovat aktiviteetit koulupäivän aikana voivat olla myös yksi mahdollisuus lisätä nuorten opiskelumuotivaatiota ja hyvinvointia ja näin ollen tukea kouluyhteisöön kiinnittymistä. Ne mahdollistavat erilaisia onnistumisen

kokemuksia nuorille, jotka eivät koe riittävästi onnistumisia koulupäivien aikana muissa toiminnoissa. Onnistumisen kokemukset lisäävät nuoren halua kiinnittyä kouluyhteisöön, sitoutumista opintoihin ja myönteistä suhtautumista omaan tulevaisuuteen.

Nuoret tarvitsevat ohjausta yhä vaativammiksi muuttuvissa opiskeluvaiheissa ja työelämään siirtymässä. Yhdeksäsluokkalaiset päättävät tulevaisuudestaan yhteishakulomake kädessä ja ammattikoululaiset tarvitsevat uskoa oman urapolun löytämiseen. Näitä valintoja ei pitäisi joutua tekemään yksin - vertaistuki ja ryhmään kuulumisen auttavat hahmottamaan tulevaisuuden valintojen monimuotoisuutta. Uudet ohjauksen menetelmät mahdollistavat oman näköisen tulevaisuuden rakentamista ja tekevät nuoresta passiivisen kohteen sijaan aktiivisen oman elämänsä toimijan. Suosittelemme näitä kaikille alan ammattilaisille.

Lähteet

- Anttila, Eeva 2013. Koko koulu tanssii. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/42322/Acta_Sceniaca_37.pdf (Luettu 2.6.2019)
- Anttila Eeva, Jaakonaho Liisa, Kantomaa Marko, Siljamäki Mariana & Turpeinen Isto 2019. ArtsEqual. Toimintapidesuositus. Tanssi liikuttaa ja tukee oppimista. https://sites.uniarts.fi/documents/14230/0/PB_Tanssi+liikuttaa+1_2019/d27f1e7d31b8-4727-9aff-18499dd90539 (Luettu 3.3.2019)
- Eettiset periaatteet – Suomen opinto-ohjaajat – SOPO ry. <https://www.sopo.fi/yhdistys/eettiset-periaatteet/>. (Luettu 28.8.2020.)
- Hyrykoski, S. 2015. Peruskoulusta ammatillisiin opintoihin: ammatilliset opintonsa keskeyttäneiden nuorten kuvauksia opinpolkujensa vaiheista. Jyväskylän yliopisto, Opettajankoulutuslaitos. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/45620/URN%253aNB%253afi%253ajyu-201504141569.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. (Luettu 28.8.2020.)
- Kouluterveyskysely 2019. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia>. (Luettu 28.8.2020)
- Laine, E. & Lammi, M. 2018. Teoriaa ja menetelmiä: taide ja osallisuus itsetuntemuksen kehityksen tukena yläkoulun oppilaanohjauksessa ammatinvalinnan ja urasuunnittelun näkökulmista. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/57522/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201804091974.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. (Luettu 28.8.2020.)

- Mäkelä, S. 2019. Lukiolaisten kokema hyvinvointi ja opinto-ohjaukselliset tarpeet. Tampereen yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/105411/1554112888.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. (Luettu 28.8.2020.)
- Nivala, E. & Ryyänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka Kohoti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus.
- Nousiainen, L. & Piekkari, U. 2007. Osallistuva oppilas - yhteisöllinen koulu toimivan oppilaskunnan opas. Opetusministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79402/opm32.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. (Luettu 28.8.2020.)
- Rantakangas, E. 2009. Peruskoulusta jatko-opintoihin - ohjauksen ja tuen merkitys opintojen nivelvaiheessa opiskelijoiden arvioimana. Tampereen yliopisto, Opettajankoulutuslaitos. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/76537/lisuri00118.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. (Luettu 28.8.2020.)
- Souto Anne-Mari 2014. "Kukaan ei kysellyt mitä mulle kuuluu". Koulutuksen keskeyttäjät ja ammatilliseen koulutukseen kuulumisen ehdot. Nuorisotutkimus 32. <http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.uef.fi:2048/oa/0780-0886/2014/4/kukaanei.pdf>. (Luettu 19.6.2019.)
- Toiviainen Sanna. 2019. Suhteisia elämänpolkuja – yksilöiden elämänhallintaa? Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisu 217. Helsinki: Uni-grafia.
- UKK-instituutti. <https://www.ukkinstituutti.fi/liikkumissuositus/lasten-ja-nuorten-liikkumisen-suositukset>. (Luettu 28.8.2020.)