

Nuorten arki hallintaan seikkailukasvatuksella

Juho Lempinen

KOTA ry:ssä vuosituhannen vaihteessa kehitetty *Arjen hallinnan malli* on yhdessä seikkailukasvatuksen kanssa ollut viitekehyyksenä erilaisille nuorten ryhmätoiminnoille. Niitä on toteutettu pitkäkestoisina ja säännöllisinä ryhmäprosesseina tai lyhyinä ja kurssimaisina jaksoina. Toiminta on voinut olla lastensuojelun avo-, sijais- tai jälkihuollon tukitoimi tai osana erityisoppilaitosten opetusta tai oppimisvaikeuksisten opiskelijoiden asuntoloiden toimintaa. Kuvailen tässä puheenvuorossa tiiviisti *Arjen hallinnan mallia* ja seikkailukasvatusta sekä joitakin niiden soveltamisesta saatuja kokemuksia. Kokemukset ovat KOTA ry:n RAY:n tuella vuosina 2006–2009 toteutetun ”Oppimisvaikeudet ja elämänhallinta” -hankkeen sekä vuodesta 2009 alkaen toteutetun ”Ammatillisesti ohjatun nuorten vertaisryhmätoiminnan kehittämisen erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille” -hankkeen ryhmätoiminnoista sekä itsenäistyvien nuorten kursseilta. Puheenvuoron lopussa on lista julkaisuista, joissa on käsitelty *Arjen hallinnan mallia* ja sen soveltamista.

Tunne elämänhallinnasta ja hyvinvoinnista – ja puutteista niissä – sijoittuu ihmisen arkeen ja näyttäytyy perusteltuna kokemuksena joka-päiväisen elämän sujumisesta. Arjen hallinta on jotakin toiminnallista, kokemuksellista ja välitöntä palautetta antavaa. Se on omaan elämään, omaan lähiympäristöön ja omiin läheisiin vaikuttamista omilla tiedoilla, osaamisella ja vuorovaikutustaidoilla. Arjen hallinnan lähtökohta-

na on luoda, tiedostaa ja ylläpitää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta tuova tila. Tämä tila on koti – metafora hyvästä elämästä ja turvallisuudesta. *Arjen hallinnan mallin* mukaan koti jaetaan neljään osa-alueeseen: fyysinen koti, kodin ylläpito, kodin vuorovaikutus ja sisäinen koti (ks. kuvio 1). Kuhunkin alueeseen sisältyy toiminnallisia hallinnan teemoja, joita voidaan oppia ja harjoitella seikkailukasvatuksellisen ryhmätoiminnan avulla.



Kuvio 1. Arjen hallinnan malli

Fyysinen koti tarkoittaa tilaa, paikkoja, esineitä, ympäristöjä, reittejä – jotakin konkreettista, kosketettavaa ja haltuun otettavaa. Tähän osa-alueeseen liittyvää osaamista voisi kutsua ympäristöjen hallinnaksi. Siihen liittyviä taitoja voidaan ryhmätoiminnassa harjoitella esimerkiksi perustamalla ja varustamalla oma tila, tutustumalla lähiympäristöön siinä toimimalla, hankkimalla uusia näkökulmia tuttuihin ympäristöihin, retkeilemällä ja leirytyymällä mielenkiintoisissa luontoympäristöissä sekä muilla vastaavilla tavoilla.

Kodin ylläpito tarkoittaa niitä tietoja, taitoja ja tekoja, joilla arjen elämä saadaan sujumaan. Ne liittyvät usein ajankäyttöön, ruokaan, rahaan, virkistykseen, puhtauteen, viihtyvyyteen, jaksamiseen ja vastaaviin. Tätä rutiinien hallintaan liittyvää osaamista hankitaan ryhmän omasta tilasta huolehtimisella, yhteisillä suunnitelmilla, kaupassa käymällä ja asioimalla, ruokaa laittamalla, harrastuskokeiluilla, palveluihin tutustumalla, arjen menestyksiä juhlimalla. Seikkailullisessa maastotoiminnassa ympäristön ja luonnonvoimien asettamat ehdot – säätila, valo, ravinnon tarve, leiriytyminen – korostavat erityisesti ylläpitotojien ja rutiinien hallinnan merkitystä.

Kodin vuorovaikutus tarkoittaa niitä sosiaalisia taitoja ja tekoja, joilla ylläpidetään turvallisuutta ja hyväksyntää tuottavaa suhteiden verkostoa niin kodin sisällä kuin suhteessa ympäristöön. Rakentavilla vuorovaikutusteoilla voidaan irtautua itselle vahingollisesta riippuvuudesta ja turvata mahdollisuus itsenäisiin valintoihin. Tätä osaamista voisi kutsua suhteiden hallinnaksi. Sitä ryhmätoiminnassa opitaan jo pelkällä yhdessä olemisellä, mutta myös ohjatuilla keskusteluilla, ristiriitoja käsittelemällä, päätöksiä tekemällä ja asioimalla ryhmän ulkopuolella. Seikkailukasvatukselliset haasteet ja harjoitteet perustuvat usein yhteiseen päätöksentekoon, toimintaan ja vastuunjakoon ja ovat luonteva ympäristö vuorovaikutuksen harjoittamiselle.

Sisäinen koti on jotakin merkityksellistä, mikä kulkee aina koki-jansa mukana. Se on suhdetta menneeseen, juuria, kokemuksia kuulumisesta johonkin, haaveita, suunnitelmia, ihanteita, arvoja. Sen voi kokea ”olla kuin kotonaan” -tunteena. Kosketusta ja tietoisuutta omasta sisäisestä kodista voisi nimittää merkitysten hallinnaksi. Ryhmätoiminta tarjoaa mahdollisuuden ilmaista omia tarpeita ja haaveita sekä osallistua itseä koskevan toiminnan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Seikkailullisen toiminnan tuottamat ainutkertaiset, merkitykselliset kokemukset luovat paitsi kokijoiden omia myös seikkailevan ryhmän yhteisiä juuria.

Yhdessä nämä neljä, toisiinsa nähden osittain sisäkkäistä kodin osa-aluetta muodostavat kuvan arjen hallinnasta. Jokin arjen hallinnan alue voi tuntua hyvältä sellaisenaan, toinen voi olla ylikorostunut, kolmannen suhteen voi tuntea tarvetta lisätä osaamista tai tietoisuutta.

Ihmisen omaan toimintaan ja sen reflektointiin perustuva subjektiivinen arvio omista mahdollisuuksista ja voimavaroista ei tietenkään välttämättä vastaa asiantuntijan objektiivista tai viranomaisen normatiivista käsitystä riittävästä elämänhallinnasta. Se antaa kuitenkin hyvän ja helposti omaksuttavan näkökulman tarkastella omaa osaamista ja hallinnan tunnetta, verrata sitä muiden odotuksiin, tuntea aiheellista tyytyväisyyttä tai tyytymättömyyttä sekä tehdä tästä kaikesta tulevaisuuteen suuntautuvia johtopäätöksiä. Työntekijälle arjen hallinnan keskuksen, kodin, jakaminen osa-alueisiin on ajattelun ja toiminnan ohjauksen apuväline. Se voi auttaa tunnistamaan kehittämisen tarpeita, kohdentamaan toimenpiteitä ja valitsemaan työtapoja. *Arjen hallinnan mallin* avulla työntekijä voi auttaa löytämään perusteltuja, kokemuksellisia syitä tuntea elämänhallintaa ja hyvinvointia – tai olla tunteematta.

Suhde kotiin on toisaalta jotakin henkilökohtaista, mutta *Arjen hallinnan mallia* voi siis käyttää myös ryhmän toiminnan viitekehyksenä. Uusi ryhmä ottaa haltuunsa tilan, toimii ympäristössään, harjoittaa tarpeisiin vastaavaa toimintaa, harjoittelee olemaan yhdessä, luo yhteyksiä ulkopuolelleen, suunnittelee ja toteuttaa itselleen sopivaa toimintaa ja rakentaa jatkuvasti uutta historiaa itselleen. Ryhmä itsessään on kuin koti, oma keskus yhteiselle toiminnalle ja olemiselle. Yhdessä luotu tai haltuun otettu ryhmän oma tila on kuin vuorilla seikkailevien kiipeilijöiden perusleiri – siitä käsin elinpiiriä laajennetaan tunteemattomaan ja sinne palataan huokaisemaan ja palautumaan, käsittelemään ja jakamaan kokemuksia ja tekemään uusia suunnitelmia. Tällaisessa ryhmän kotipesässä ryhmäläisillä on mahdollisuus kokea osallisuutta ryhmästä sekä kiinnittymistä ja kuulumista yhteistä kokemushistoriaa heijastelemaan tilaan.

KOTA ry:n työssä *Arjen hallinnan mallin* toiminnallisena viitekehyksenä on seikkailukasvatus. Seikkailukasvatuksen voi määritellä kokemukselliseksi oppimisprosessiksi, jossa seikkailullinen toiminta ja sen reflektointi mahdollistavat uusien ajattelu- ja toimintatapojen oppimisen. Seikkailukasvatuksellinen toiminta on turvallista, tavoitteellista ja tietoista, haastavaa ja usein yllätyksellistä. Se tapahtuu joko uudessa ympäristössä tai tarjoaa uuden näkökulman tuttuun

maisemaan. Toiminta voi olla jotakin seikkailulliseksi miellettyä, kokonaisvaltaista tekemistä, kuten retkiä, kiipeilyä, melontaa, sukellusta, kamppailulajeja, purjehtimista tai vastaavaa. Kuitenkin myös arkinen tekeminen voidaan toteuttaa seikkailullisena haasteena, kuten ryhmän ruuanlaitto maastossa, kädentaitotehtävät, harrastuskokeilut, ilmaisutaidot, pelaaminen tai vastaavat. Toiminnan tärkeimpänä tarkoituksena on tuottaa toimijalleen vahvoja kokemuksia ja elämyksiä, joista ja joiden avulla voi oppia jotakin omaa elämää auttavaa. Seikkailutoiminta voi tuottaa autenttisen kokemuksen omasta osaamisesta, tiedosta, taidosta, uskalluksesta mutta myös näiden rajoista. Seikkailukokemus voi synnyttää tai hälventää epäilyksiä omia ajattelu- ja toimintatapoja kohtaan ja näin motivoida muutokseen tai vahvuuksien hyödyntämiseen.

Nuorten itsenäistymiseen ja elämänhallintaan tähtäävä, *Arjen hallinnan malliin* ja seikkailukasvatukseen perustuva toiminta tapahtuu ohjattuna ryhmätoimintana. Ryhmä toimii oppimisympäristönä yhteistyön tekemistä ja vuorovaikutustaitoja harjoiteltaessa – se tarjoaa uusia näkökulmia, tukea, vertaisuutta, peilauspintaa, yhteisiä kokemuksia. Ryhmätoiminnassa harjoiteltu ja opittu ryhmän arjenhallinta voi olla siirrettävissä kunkin ryhmäläisen omaksi osaamiseksi. Ryhmätoiminta voi olla joko lyhytkestoista, kurssimaista ja intensiivistä tai se voidaan toteuttaa säännöllisenä ja pitkäkestoisena prosessina. Molemmissa tavoissa on kokemuksen kautta löydetty joitakin toimivia ratkaisuja, joista haluan seuraavaksi mainita muutamia.

Elämänhallinnan ja itsenäistymisen oppimiseen tähtäävällä ryhmällä on hyvä olla oma tila, jonka se voi ottaa omakseen sisustamalla sitä oman toimintansa tuotoksilla – valokuvilla, varusteilla, muistiinpanoilla. Tilan tulisi olla kodinomainen ja mukava, ruuanlaittomahdollisuus on lähes välttämätön. Ryhmän toiminnassa kannattaa suosia säännöllisyyttä ja toistuvia rutiineita – juuri niiden avulla luodaan seikkailevalle ryhmälle turvallinen kotipesä, jota ylläpitämällä voi oppia myös omaa arjen hallintaa.

Ryhmän toimintaan osallistuvalla nuorella on tärkeää, että hänen äänensä kuuluu, hänen tarpeisiinsa vastataan ja hänellä on mahdollisuus vaikuttaa. Tätä ääntä on hyvä kuulla alkuhaastatteluissa, kes-

kusteluissa ja arvioinneissa. Jos ryhmätoiminta on esimerkiksi lastensuojelun tukitoimi, ei nuorella välttämättä ole mahdollisuutta päättää osallistumisestaan. Osallistumisen tavastaan hän kylläkin voi päättää, samoin toiminnan suunnasta. Ryhmätoiminnan rakenteet määräytyvät ryhmän tarpeiden ja tavoitteiden mukaan. Pitkäkestoisen ryhmän taapamisten kesto voi vaihdella parista tunnista koko päivään, tapaaamistaajuus voi vaihdella useasta kerrasta viikossa muutamaan kertaan kuussa. Olennaista sitoutumisen ja turvallisuuden kannalta on säännöllisyys – ryhmäläisten on hyvä olla tietoisia ryhmätoiminnan rakenteista ja siinä mahdollisesti tapahtuvista muutoksista. Heillä olisi hyvä olla myös mahdollisuus osallistua niistä päättämiseen.

Seikkailukasvatus perustuu toimintaan, itse tekemällä saatuihin kokemuksiin ja niiden yhdessä käsittelemiseen. Ryhmä ei siis ole pelkkä keskustelukerho tai pelkkä harrastusporukka. Liiallinen puolesta tekeminen, helpottaminen, auttaminen ja selittäminen vähentävät mahdollisuuksia oppimiseen – myös virheitä ja vääriä valintoja täytyy turvallisissa rajoissa saada tehdä.

Ryhmän toiminnalle kannattaa rakentaa jonkinlainen ohjelmallinen jänne, jonka voi arvella kantavan ryhmän olemassaoloajan ja johon ryhmäläiset voivat sitoutua. Jänne rakentuu ryhmän aloittamisesta, suuntautumisesta johonkin huipennukseen, sen toteuttamisesta, sen käsittelystä, uudelleen suuntautumisesta ja niin edelleen aina loppuhuipennukseen ja sen käsittelyyn sekä ryhmän lopettamiseen. Seikkailukasvatuksessa huipennukset ovat toiminnallisia, suuntautuminen tarkoittaa huipentavissa seikkailuissa tarvittavien tietojen ja taitojen hankkimista, käsittely tarkoittaa menestyksien ja takaiskujen reflektointia, niistä oppimista ja opitun arkistamista muuhun elämään. Ajatukseltaan samantyyppinen ohjelmallinen jänne toimii sekä pitkäkestoisessa että intensiivisemmässä ryhmätoiminnassa.

KOTA ry on toteuttanut lukuisia viikon kestoisia, tuettuun tai itsenäiseen asumiseen itsenäistyvien nuorten intensiivikursseja osana lastensuojeluorganisaatioiden jälkihuoltoa. Tällaisella kurssilla perustetaan tilapäinen ryhmän koti, jota ylläpidetään kurssin ajan ja jossa hankitaan ja jaetaan itsenäisen asumisen perusvalmiuksia. Kurssin aikana toteutetaan lyhyt maastojakso esimerkiksi purjehduksena saaristossa.

Tällä tavoitellaan kokemusta turvallisesta ja mukavasta arjen hallinnasta haastavissa olosuhteissa. Maastojakson avulla päästään käsittelemään kodin perusteita ja välttämättömyyksiä. Lopulta kurssin ajaksi perustettu tilapäinen koti puretaan ja kukin kurssilainen vie kokemuksensa ja oppimansa mukanaan omaan arkeensa. Tuloksina kurseista mainitaan usein kokemus omasta pärjäämisestä, lisääntynyt rahankäytön ja talouden suunnittelun osaaminen sekä uudet tiedot kodin perusvarusteista.

Pitkäkestoista ryhmätoimintaa on KOTA ry:ssä toteutettu muun muassa oppimisvaikeuksisten nuorten asuntoloiden ja oppilaitosten kanssa sekä lastensuojelun avohuollon tukitoimien tai erityisen huolen kohteena olevien nuorten ryhmien kanssa. Ryhmien kestot ovat vaihdelleet kahden kuukauden ja kahden vuoden välillä. Kukin ryhmä on päättänyt omista toiminnallisista haasteistaan, joita ovat olleet esimerkiksi retket, purjehdukset, kiipeily, sukeltaminen ja vastaavat. Ryhmien arkista toimintaa on ollut toimintahaasteiden edellyttämien tietojen, taitojen ja toimintatapojen oppiminen sekä toiminnasta saatujen kokemusten jakaminen ja käsittely – ryhmä pyrkii kasvamaan matkustajina olemisesta kohti miehistönä olemista. Tuloksina pitkäkestoisista ryhmistä mainitaan usein vuorovaikutustaitojen kehittyminen, itsestä huolehtimisen kehittyminen, harrastamisen lisääntyminen sekä rohkeuden ja uskalluksen lisääntyminen.

Arjen hallinnan oppiminen voi siis olla seikkailullista ja seikkaileminen arkista. Itsenäistymisen ja elämänhallinnan kannalta olennaisten arjen taitojen oppiminen tarjoaa seikkailun tavoin haasteita vastaanotettavaksi, kokemuksia opittavaksi, vastoinkäymisiä voitettavaksi ja menestyksiä muisteltavaksi.

Lähteet

Harju, J. & Orvasto, R. 2000. Perhekeskeisyydestä kotikeskeisyyteen. Teoksessa Sosiaalipedagoginen aikakauskirja 1 (2), 201–206.

Harju, J. 2002. Yhdessä parempaan arkeen. Teoksessa E. Rautakorpi (toim.) Ihminen paikallaan. Pitkäaikaistyöttömien mielenterveyskuntoutujien työhön kuntoutuminen. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto ry, 100–105.

- Harju, J. & Lempinen, J. 2004.* Koiija-kurssit itsenäistyville nuorille. Teoksessa S. Laaksonen (toim.) Jälkihuolto-opas. Sijaishuollon neuvottelukunnan julkaisuja. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto, 54–58.
- Lempinen, J. 2007.* Seikkailukasvatuksella arjen hallintaan. Teoksessa S. Karppinen & T. Latomaa (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 139–152.
- Kivelä, V. & Lempinen, J. 2010.* Arki hallintaan. Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Turenki: KOTA – Lasten ja nuorten hyvinvointi ry.