

Kuinka vahvistaa minäpystyvyyttä – dramaturgia ja kokemuksellisuus seikkailukasvatusleirin suunnittelumetodina

Nea Kujala

Tekijä(t) Nea Kujala	
Koulutusohjelma Liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelma	
Opinnäytetyön otsikko Kuinka vahvistaa minäpystyvyyttä – dramaturgia ja kokemuksellisuus seikkailukasvatusleirin suunnittelumetodina.	Sivu- ja liitesivumäärä 59 + 11
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli luoda uusi seikkailukasvatusleirien suunnittelussa käytettävä rakenne, jonka pohjalta voidaan dramaturgian ja kokemuksellisuuden laatujen avulla rakentaa minäpystyvyyttä vahvistava sisältö liikuntarajoitteisten seikkailukasvatusleirille. Työn tilaaja oli Outward Bound Finland ry.</p> <p>Minäpystyvyys on henkilön uskomus omista kyvyistä tai niiden puutteesta, joka vaikuttaa ratkaisevasti tämän tehtävistä suoriutumiseen sekä tietojen ja taitojen oppimiseen. Minäpystyvyys muodostuu eri lähteistä saatavista tiedoista ja se kehittyy läpi elämän. Seikkailukasvatuksessa on kyse ulkona uudessa ympäristössä yhteistoiminnan ja kokemusten kautta turvallisesti tapahtuvasta yksilön tavoitteellisesta kasvusta ja kehityksestä. Dramaturgia on kokemuksellisen ohjelman suunnittelussa käytetty metodi joka yhdistää joukon yhteisöllisiä, fyysisiä, luovia ja reflektioivia aktiviteetteja. Kokemuksellisuuksien laadut käsitteellistävät koettujen kokemusten merkityksiä ja merkityksellisyyttä kokijalle. Ihmiset kokevat eri asiat ja kokemukset merkityksellisiksi eri syistä.</p> <p>Toteutuksessa yhdistettiin teoriaa seikkailukasvatuksesta, minäpystyvyydestä, dramaturgiasta ja kokemuksellisuuksien laaduista sekä kysely, jotka yhdessä loivat perustellun toteutuksen. Tutkimuksellinen elementti (kysely) oli osa tätä työtä, jotta teoretiedon lisäksi saatiin tietoa siitä, mikä on ollut merkityksellistä aiemmille leireille osallistuneiden mielestä. Kysely lähetettiin työn toisen toimeksiantajan, Suomen Vammaisurheilu- ja liikunta VAU ry:n vuosina 1996 – 2002 järjestetyille seikkailukasvatusleireille osallistuneille liikuntarajoitteisille henkilöille. Vastauksista saatiin osviittaa siihen kuinka osallistujien minäpystyvyyteen on onnistuttu vaikuttamaan ja miten kokemuksellisuuksien laadut ovat lisänneet leirien merkityksellisyyttä.</p> <p>Tuotettuun leirin suunnittelurakenteeseen kuuluu yleinen runko, josta näkee eri teemojen rytmin ja painopisteen sekä jokaista päivää kohden olevat tavoitteet. Suunniteltavien aktiviteettien luonne määräytyy päivien tavoitteiden ja teemojen mukaisesti, joiden lisäksi aktiviteettien suunnittelussa suuntaa antavat kokemuksellisuuden laadut. Kokemuksellisuuden laadut ja dramaturgia ovat työkaluja jotka luovat suuntaviivat ja kehykset leirin sisällölle joka myöhemmin suunnitellaan kohderyhmän mukaisesti. Työstä on rajattu pois aktiviteettien tarkat kuvaukset, sillä ne tulee suunnitella erikseen jokaisen kohderyhmän tarpeet huomioiden. Samoista syistä työhön ei ole otettu mukaan leirin pitopaikkaa, ohjaaja tarvetta tai kustannusarvioita. Outward Bound Finland ry suunnittelee ne itse leirin tullessa ajankohtaiseksi.</p> <p>Työ tehtiin 11 / 2015 – 4 / 2016 välisenä aikana. Kyselyn tuloksista nähtiin, että seikkailukasvatoiminta oli ollut hyödyllistä ja merkityksellistä liikuntarajoitteisille osallistujille heidän minäpystyvyyden kehityksessä. Työn tuloksena muodostui dramaturgiaa, kokemuksellisuuden laatuja sekä seikkailukasvatusta työkaluina hyödyntävä rakenne ja ohjeistus, jonka avulla OBF:n ohjaajat pystyvät suunnittelemaan minäpystyvyyttä vahvistavan seikkailukasvatusleirin liikuntarajoitteisille. Rakenne on helposti sovellettavissa ja se tarjoaa OBF:lle mahdollisuuden laajentaa toimintaansa useammalle kohderyhmälle niin kurssi kuin koulutusmielessä.</p>	
Asiasanat Minäpystyvyys, seikkailukasvatus, liikuntarajoitteinen, kokemuksellisuus, dramaturgia, Outward Bound Finland ry.	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Seikkailukasvatus ja sen lähikäsitteet.....	3
2.1	Seikkailukasvatus	3
2.2	Seikkailu	4
2.3	Elämyspedagogiikka	5
2.1	Seikkailukasvatuksen tavoitteet ja vaikuttavuus	5
2.1.1	Seikkailukasvatuksen vaikuttavuuden tutkiminen	7
3	Minäpystyvyys.....	9
3.1	Pystyvyysodotusten lähteet.....	10
3.2	Kolmitahoisen vastavuoroisen determinismin malli	12
3.3	Toimintakyky ja minäkuva	13
4	Kokemuksellinen oppiminen.....	15
4.1	Kokemuksellisen oppimisen malli.....	15
4.2	Kokemuksellisuuden laadut Tiihosen mukaan.....	16
5	Dramaturgia	20
5.1	Dramaturgian aalto	21
5.2	Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta	22
6	Työn tavoite	25
7	Työn vaiheet	27
8	Kyselytutkimus	31
8.1	Kyselytutkimuksen kohderyhmä ja järjestetyt leirit.....	31
8.2	Kyselytutkimuksen tulokset	32
8.3	Kyselytutkimuksen tulosten pohdintaa	34
8.4	Tapahtumiin osallistumisen merkityksellisyys ja vaikuttavuus	37
9	Minäpystyvyyttä vahvistavan seikkailukasvatuseleirin rakenne	39
9.1	Leirin rakenne	41
9.1.1	Dramaturgian aalto ja kokemuksellisuuden laadut yhdessä	46
9.1.2	Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta sovellettuna.....	48
9.2	Reflektointi	49
10	Pohdinta.....	51
10.1	Työn arviointi ja kehitystarpeet.....	52
10.2	Työn hyödyntäminen ja kehittämissuhteet	52
10.3	Oppiminen ja ammatillinen kehittyminen	54
	Lähteet	56
	Liitteet.....	60
	Liite 1. Kyselytutkimus.....	60
	Liite 2. Kyselytutkimuksen tulokset	64

1 Johdanto

Minäpystystyvyydellä tarkoitetaan henkilön käsitystä omasta pystyvyydestä, eli mielikuvaa omien kykyjensä paremmuudesta tai huonommuudesta tietyissä tehtävissä sekä odotuksista saavuttaa itselleen asettamansa päämäärät. (Partanen 2011, 21) Albert Banduran (1977, 1986) kehittämä minäpystyvyysteoria pohtii ihmisen uskomuksia omista kyvyistä suorittaa jokin toiminta tai tehtävä sekä tekijöitä, jotka vaikuttavat tämän minäpystyvyyden syntyyn ja kehitykseen. (Partanen 2011, 19–21.)

Seikkailukasvatuksen käyttö ja tunnettuus ovat kasvaneet viime vuosikymmeninä Suomessa merkittävästi. Suomessa on hoito-, kasvatus-, nuoriso- ja sosiaalityöalojen parissa järjestetty 1990–2000-luvulla ammatillisena toimintana monia kokeilu- ja kehittämishankkeita, joissa hyödynnettiin ja korostettiin seikkailukasvatusta menetelmänä. (Karppinen 2007, 201–203.) Laajasta käytöstä huolimatta liikuntarajoitteisille tarjotusta toiminnasta ja sen vaikuttavuudesta on niukasti näyttöä, joka tekee seikkailukasvatuksen hyödyllisyyden arvioinnista haasteellista. Muilla kohderyhmillä teetettyjen tutkimusten perusteella seikkailukasvatuksella on ollut positiivinen vaikutus nuoren elämään monella eri tavoitealueella, kuten oma-aloitteisuudessa, ongelmanratkaisukyvyssä, sosiaalisissa taidoissa, vastuun ottamisessa sekä minäkuvassa kokonaisuudessaan. (Karppinen 2007, 201, 205.)

Dramaturgia ja kokemuksellisuuden laadut toimivat tulevan leirin rakenteen suunnittelu-työkaluina. Dramaturgia on tehokas kokemuksellisen ohjelman suunnittelumetodi, joka kietoo yhteen pää vaikuttajat yksilön kehityksestä. Dramaturgian avulla luodaan holistinen lähestymistapa, missä fyysisuus, luovuus, yhteisöllisyys sekä reflektio kietoutuvat yhteen ja siten mahdollistavat yksilön kokonaisvaltaisen kehityksen, missä huomioidaan fyysiset, älylliset, emotionaaliset ja henkiset näkökohdat. (Martin 2001b, 26.) Kokemuksellisuudet kertovat siitä, mitkä asiat yksilö mieltää merkityksellisiksi, kuinka hän kokee asioita ja mikä saa hänet motivoitumaan ja toimimaan. Ihmiset kokevat eri asiat ja kokemukset merkityksellisiksi eri syistä. Kokemuksellisuuksien ymmärtämisen sekä niiden arvioinnin avulla voi syventää yksilöiden ja ryhmän ohjaamista. (Tiihonen 2014, 84–85.)

Työn toimeksiantajina toimivat Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry sekä Outward Bound Finland ry (OBF). *”VAU on valtakunnallinen urheilu- ja liikuntajärjestö liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille ja dialyysissä oleville henkilöille”* (Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry 2016). VAU:n tehtävänä on *”monipuolisen vammaisurheilun ja -liikunnan toimintaedellytysten vahvistaminen yhdessä ja erikseen”* (VAU ry 2016). OBF on nuorisotyön palvelujärjestö, joka tekee nuorisoalan kasvatus- ja koulutustyötä seikkailukasvatuksellisella otteella. *”Outward Bound on kansainvälinen kas-*

vatuksellinen koulutusorganisaatio ja seikkailullisen kasvatuksen, elämyspedagogiikan ja kokemuksellisen oppimisen osalta maailman vanhin ja laajimmalle levinnein järjestö.” (Outward Bound Finland 2016). VAU antaa käytettäväksi heidän materiaalinsa seikkailukasvatuseleireistä sekä kohderyhmän. OBF puolestaan on valmiin produktin saaja ja tulevan leirin toteuttaja. Työ antaa OBF:lle mahdollisuuden laajentaa nykyistä toimintaansa uusille kohderyhmille ja siten laajentaa omaa vaikuttavuuttaan.

Toteutuksessa yhdistetään teoriaa seikkailukasvatuksesta, minäpystyvyydestä, dramaturgiasta ja kokemuksellisuuden laadusta sekä tutkimuksellinen elementti, jotka yhdessä luovat perustellun toteutuksen leirien rakenteelle. Tutkimuksellinen elementti (kysely) on osa tätä työtä, jotta teoritiedon lisäksi saadaan kerättyä pohjatietoa tavoitteen saavuttamiseksi. Kohderymänä tutkimuksessa toimii VAU ry:n vuosina 1996–2002 (silloisen Suomen Invalidien Urheiluliiton SIUn) järjestämille seikkailukasvatuseleireille ja – tapahtumiin osallistuneet henkilöt. Kaikki kohderyhmään kuuluvat ovat jollakin tapaa liikuntarajoitteisia. Tämän työn yhteydessä liikuntarajoitteisella tarkoitetaan henkilöä jolla on jonkin vamman tai sairauden seurauksena vaikeuksia liikkua itsenäisesti. Henkilö käyttää mahdollisesti joitakin apuvälineitä liikkumiseen.

Tämän opinnäytetyön tärkein anti on luoda uusi, mielekäs seikkailukasvatuseleirien suunnittelussa käytettävä runko, jonka pohjalta voidaan dramaturgian ja kokemuksellisuuden laatujen avulla rakentaa minäpystyvyyttä vahvistava sisältö liikuntarajoitteisten seikkailukasvatuseleirille Outward Bound Finland ry:lle. Runko sisältää seikkailukasvatuseleirin eri päivien tavoitteet sekä teemat joiden ympärille leirin sisältö rakennetaan kohderyhmän mukaan. Työstä päätettiin rajata pois harjoitusten ja leikkien tarkat kuvaukset, sillä ne tulisi miettiä aina erikseen jokaiselle kohderyhmälle niin, että ryhmän tarpeet, liikuntakyky sekä henkilömäärä ja avustajien tarve huomioidaan mahdollisimman hyvin. Samoista syistä työhön ei ole otettu mukaan leirin pitopaikkaa, ohjaajatarvetta tai kustannusarvioita. Outward Bound Finland ry suunnittelee ne itse leirin tullessa ajankohtaiseksi. Tutkimuksellinen elementti (kysely) on osa tätä työtä, jotta teoritiedon lisäksi saadaan perusteltua tietoa siitä, mikä on ollut merkityksellistä aiemmille leireille osallistuneiden mielestä. Vastauksista saamme osviittaa siihen kuinka osallistujien minäpystyvyyteen on onnistuttu aiemmilla leireillä vaikuttamaan.

Työssä käsitellään monitahoisesti seikkailukasvatukseen liittyviä teorioita. Teoriat ja kyselytutkimuksen anti on yhdistetty yhdeksi kokonaisuudeksi, joka liittää yhteen eri yksilön ja yksilöiden väliseen kehitykseen pyrkiviä työkaluja, muodostaen uudenlaisen leirin suunnittelu rakenteen Outward Bound Finland ry:n käyttöön.

2 Seikkailukasvatus ja sen lähikäsitteet

Seikkailukasvatus on perinteisestä luokkahuone opetuksesta poikkeava erilainen tapa opettaa ja oppia. Seikkailukasvatus on kokemuksellisen oppimisen muoto, mihin liitetään toiminta, joka sisältää yhteistyötä, riskejä sekä seikkailullisia aktiviteetteja. (Berry & Hodgson 2011, 1.) Käsitteelle löytyy monta eri määritelmää ja se on Karppisen (2005, 36.) mukaan merkitykseltään rinnastettavissa seikkailupedagogiikan, -terapian, -liikunnan, ympäristökasvatuksen, toiminnallisten menetelmien, kokemusoppimisen, elämuskasvatuksen sekä elämuspäädagogiikan kanssa. Kaikissa näissä yhdistyy tavoitteellinen yksilön sekä yksilöiden välinen kasvu ja kehitys. Seikkailukasvatus, kuten muutkin mainitut termit, voidaan määritellä seuraavasti ”toiminnallisuuden, elämysten ja yhteistoiminnan avulla tapahtuvaa iloa, virkistystä sekä tavoitteellista kasvua ja oppimista ulkona turvallisesti” (Karppinen 2005, 36–37). Yksi seikkailukasvatuksen lähtökohdista on, että metodien ja ratkaisujen sijaan ongelmien esittelyn kautta voidaan saavuttaa paljon (Telemäki 1998, 49). Seikkailukasvatuksessa on siis pohjimmiltaan kyse kirjaimellisesti seikkailun avulla toteutettavasta kasvatuksesta.

Suomessa on hoito-, kasvatus-, nuoriso- ja sosiaalityöalojen parissa järjestetty 1990–2000-luvulla ammatillisena toimintana monia kokeilu- ja kehittämishankkeita, joissa hyödynnettiin ja korostettiin seikkailukasvatusta menetelmänä. Osittain näiden pohjalta on seikkailukasvatus ammatillisena toimintana ja työmenetelmänä muodostunut osaksi joka päiväistä hoito-, kasvatus-, sosiaali- ja nuorisotyötä. (Karppinen 2007, 201–203.)

Karppisen mukaan seikkailukasvatukselle löytyy useampia käsitteitä, koska sitä sovelletaan niin monien erilaisten kohderyhmien kanssa työskennellessä jokaiselle sopivaksi. Englanninkielisissä maissa on otettu käyttöön käsite Outdoor Education tai Experiential Learning sillä seikkailu (engl. adventure) sanan on koettu antavan virheellinen kuva toiminnasta ja sen tarkoituksesta. Suomessa seikkailu sana on kuitenkin jäänyt käyttöön ja Karppisen tulkinnan mukaan syy siihen on se, että seikkailukasvatusta on käytetty ammatillisena toimintana hoito-, kasvatus-, sosiaali- ja nuorisotyössä ja se mielletään ihmisten sisäiseksi prosessiksi yhtä lailla kuin fyysiseksi toiminnaksi. (Karppinen 2007, 203.)

2.1 Seikkailukasvatus

Karppinen (Latomaa & Karppinen 2010, 118–119.) määrittelee seikkailukasvatuksen kokemuksellisenä ja elämyksellisenä käytännön kasvatustapahtumana, jossa yksilön kasvu ja oppiminen rakentuvat toivottuun suuntaan seikkailutoiminnan avulla. Kasvatustoimin-

nassa, jossa yritetään vaikuttaa kokonaisvaltaisesti ja monipuolisesti kasvatettavaan seikkailumenetelmän avulla, voidaan puhua seikkailukasvatuksesta. Tällöin tapahtuva tietoisuuden ja toiminnallisuuden muutos ovat riippuvaisia kasvatettavan omasta taidosta, tahdosta ja kyvystä omaksua sekä rakentaa tietämystään, taitoa ja kokemustaan. Seikkailukasvatukselle on ominaista henkilökohtaiseen kehitykseen sitoutuminen, seikkailu ominaisuus (jonka ei välttämättä tarvitse olla fyysinen), jonkinasteinen riskinotto ja epävarmuus, haasteet, uudenlaiset pelit ja aloitekykyä vaativat aktiviteetit sekä reflektointi ja metaforien käyttö (Leberman & Martin & Neill 2002, 196). Telemäen (1998, 41) mukaan seikkailukasvatuksen avulla pelottava tuntematon muuttuu tunnetuksi ja hallituksi. Riskejä etsimällä ihminen pyrkii löytämään turvallisuutta asioihin, jotka tuntuvat pelottavilta ja hallitsemattomilta.

Draamapedagogiikka, ympäristökasvatus, leirikoulut, erä- ja luonto-opetus ovat kaikki elämyskasvatuksen menetelmiä, joissa kasvatus tapahtuu elämysten avulla, eli niissä käytetään seikkailupainotteista elämyspedagogiikkaa. Juuri kokemuksellisen oppimisen teorian avulla seikkailukasvatus kytkeytyy elämyspedagogiikkaan. (Latomaa & Karppinen 2010, 118–119.)

Telemäen (1998, 49) mukaan seikkailukasvatus lähtee muun muassa oletuksesta, että ihmisillä on enemmän potentiaalia, kykyjä ja osaamista kuin he itse ajattelevat ja että nuoret pystyvät aikuisten tavoin tekemään isoja päätöksiä ja ottamaan vastuuta. Seikkailukasvatuksessa halukkuus ottaa riskejä ja kohdata uusia haasteita ovat kasvun ja kehityksen edellytyksiä ja ihmisten mahdollisuus kehittyä on suuri heidän voidessa osallistua muiden auttamiseen ja yhteisölliseen toimintaan. Telemäen elämyspedagogiikan didaktiikan mukaan seikkailukasvatuksen asettamien fyysisten ja henkisten vaatimusten seurauksena heterogeenisestakin ryhmästä voi tulla toimiva, jolloin stressi ja yhteisesti koetut asiat toimivat katalysaattoreina muutokselle.

2.2 Seikkailu

Mikä tahansa epävarmaan lopputulokseen johtava kokemus on Simon Priestin (1996) mukaan seikkailu. Seikkailun tulee olla aina osallistujan oma valinta, joka pohjautuu vapaaehtoisuuteen. Kochin (1995) mukaan toiminta voidaan määritellä seikkailuksi muun muassa silloin kun se sijoittuu vieraaseen, normaalia vaativampaan ympäristöön ja toimintaan liittyy ennalta-arvaamattomuus, yllätyksellisyys ja riskin avulla oppiminen. (Lehtonen 1998, 19; Telemäki 1998, 42–43.)

2.3 Elämyspedagogiikka

Outward Bound – järjestön perustajaa Kurt Hahnia pidetään elämyspedagogiikan ”isänä”, sillä hänet tunnetaan parhaiten sen kehittäjänä. Elämyspedagogiikkaa, seikkailukasvatusta ja kokemuksellista oppimista voidaan pitää toistensa synonyymeinä ja niiden välille on haastavaa tehdä varsinaista eroa. (Karppinen 2007, 11.) Kuten seikkailukasvatuksessa ja kokemuksellisessa oppimisessa, myös elämyspedagogiikassa ajatellaan, että yksilö oppii parhaiten kokemalla ja tekemällä itse. Elämyspedagogiikka keskittyy henkilökohtaisiin, sosiaalisiin ja yhteisöllisiin asioihin kuten itsetunnon ja hyvien sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Näihin tavoitteisiin pyritään muun muassa seikkailuaktiviteettien avulla, joissa on olemassa riski ja toiminnalla on todelliset seuraukset. (Berry & Hodgson 2011, 63.)

Elämyspedagogiikassa kehittyvät yksilön sosiaalis-emotionaaliset taidot, opitaan itsestä yksilönä, ryhmän jäsenenä ja sosiaalisena toimijana, yhteisten kokemusten sekä saadun palautteen avulla. Tietojen ja taitojen sijaan elämyspedagogiikassa korostetaan ihmisenä kasvamista ja kehittymistä. (Räty 2011, 11–12.) Ziegenspeckin (1996) mukaan elämyspedagogiikalla vaikutetaan kasvatukseen ja sosiaaliseen oppimiseen ja siinä toimintaan kuuluu riskejä, jotka tulee minimoida ja kontrolloida (Telemäki 1998, 42–43.).

Olenaisena osana elämyspedagogisia aktiviteetteja on voimaannuttavien ja positiivisten kokemusten lisäksi myös haasteet ja vastoinkäymiset joilta ei voi välttyä. Vastoinkäymiset kasvattavat yksilöä tuntemaan itsensä kokonaisvaltaisesti sillä henkilökohtaisten epäonnistumisten kestäminen niin henkisellä kuin fyysisellä tasolla auttaa yksilöä löytämään omat vahvuutensa. (Outward Bound Finland ry 2015)

2.1 Seikkailukasvatuksen tavoitteet ja vaikuttavuus

”Seikkailukasvatus pyrkii rikkomaan arkirutiinejamme, jotta heräisimme ajattelemaan olemassa oloamme suhteessa itseemme, toisiin ihmisiin sekä luontoon” (Karppinen 2007, 205.). Seikkailu kokemuksissa pyritään rajoja rikkomalla sekä mukavuusalueelta poistumalla henkilökohtaiseen kasvuun (Leberman ym. 2002, 196). Kuten seikkailukasvatusta määriteltäessä ilmeni, sen ideologia pohjautuu kokemukselliseen oppimiseen. Seikkailukasvatuksessa osanottajille odotetaan kehittyvän tiettyjä valmiuksia, jotka ovat helposti mitattavissa ja joitakin, jotka eivät ole. Nämä valmiudet ja taidot jaetaan kolmeen luokkaan ja niihin viitataan usein ”kovina” ja ”pehmeinä” sekä ”meta” taitoina. Kovat taidot ovat helposti mitattavia teknisiä taitoja (kuten kyky meloa ja kiipeilyvaljaiden säätäminen) ja niitä opetetaan yleensä suorilla opettaja keskeisillä opetusmenetelmillä. Pehmeitä (kuten organisointi, ohjeiden antaminen, kasvava itseluottamusta ja osana ryhmää työskentely) ja metataitoja (etiikka, kyky tehdä päätöksiä ja evaluoida, kyky kommunikoida ja saada viesti

perille) tavoitellaan yleensä oppilaskeskeisillä opetusmenetelmillä, missä kovien taitojen opettelu toimii monesti vain metodologisina välineinä. (Berry & Hodgson 2011, 109–110; Lehtonen 1998, 21). Peetersin (2016, 1) mukaan seikkailutilanteet voivat toimia metaforina muihin elämän tapahtumiin ja käyttäytymisen muutos seikkailutoiminnassa voi vaikuttaa myös ”tosielämässä” käyttäytymisen muutokseen.

Seikkailukasvatuksessa osanottaja viedään tutusta arkipäivän ympäristöstä uuteen tuntemattomaan ympäristöön, jolloin tutuistakin asioista, kuten ruoanlaitosta, tulee uusi tilanne, jossa osanottajan täytyy muokata omaa toiminta- ja ajatusmalliaan tilanteeseen sopivaksi. Osallistujat voivat alkaa ajattelemaan uudella tavalla omista kyvyistään ja omasta itsestään, mikäli saavat siihen ensin toiminnallisia kokemuksia, joiden kautta he oppivat arvioimaan mahdollisuutensa ja kykynsä realistisemmin (Linnossuo teoksessa Karppinen 2007, 210). Karppisen (Latomaa & Karppinen 2010, 120.) mukaan seikkailukasvatus antaa yksilölle mahdollisuuden konkreettisesti kokea, kuinka yksilö on vastuussa itselleen ja ryhmälle ja eri toimintojen kautta muokkaamaan perusoletuksiaan omista kyvyistä, asenteista ja tiedoista. Kohdatessaan ongelmia uudessa ympäristössä oppijan on itse otettava vastuuta ja tehtävä päätöksiä omaa toimintaansa koskien, selviytyäkseen muuttuvista psyko-sosiaalis-fyysisistä tilanteista myös arjessa.

Tutkimuksissa ja arvioinneissa, jotka ovat selvittäneet seikkailukasvatuksen vaikuttavuutta, on päädytty pääasiassa myönteisiin lopputuloksiin, joka on hyvin merkittävää. Yksilötasolla on havaittu itsetunnon, itsetuntemuksen ja hallinnan tunteen paraneminen, epävarmuuden ja muutoksen sietokyvyn lisääntyminen sekä ajatuksen oman elämän sankaruudesta heränneen. Yksilön kehityksessä, joka heijastuu yhteisössä ja ryhmässä toimimiseen on havaittu kehitystä seuraavilla alueilla: vuorovaikutustaitojen kehittyminen, auttamiseen ja osallistumiseen liittyvien positiivisten kokemusten lisääntyminen sekä aktiivinen toiminta oman ja toisten hyvinvoinnin lisäämiseksi. (Linnossuo teoksessa Karppinen 2007, 205–206.)

Linnossuo (Karppinen 2007, 206–211) avaa teoksessa lyhyesti suomessa tehtyjen seikkailukasvatusta työmenetelmänään käyttäneiden hankkeiden raporteja. Tässä ote hankkeiden raporteista nähtävissä olevista tuloksista; pystyttiin vaikuttamaan nuorten itsetuntoon, kommunikointitaitoihin, vastuullisuuden kasvuun sekä itsenäistymiseen, minäkuvan muutos positiivisemmaksi, itsetunnon kohoaminen, ylpeyden tunne omista saavutuksista, ajatusten vapautuminen, luottamus omaan itseensä ja muihin kasvoi, hyvä kokemus ryhmästä ja toveruudesta, myönteinen kokemus ihmissuhteista. Hankkeissa kohderyhminä olivat nuorisorikolliset, mielenterveyshäiriöiset lapset ja nuoret, päihderiippuvaiset nuoret sekä vammaiset lapset ja nuoret.

2.1.1 Seikkailukasvatuksen vaikuttavuuden tutkiminen

Seikkailukasvatuksen vaikuttavuutta on tutkittu Suomessa verrattain hyvin vähän. Maailmalla (Yhdysvalloissa, Kanadassa, Englannissa ja Australiassa erityisesti) tehdyt tutkimukset ovat rantautuneet suomalaisten pariin kehnosti. Suomalaisten opinnäytetöiden, tutkimusten ja kehittämishankeraporttien pohjalta on haastavaa löytää argumentteja seikkailukasvatuksen tueksi, mutta vaikuttavuudesta on kuitenkin jo löydettävissä näyttöä. (Linnossuo teoksessa Karppinen 2007, 201.) Seikkailu- ja seikkailupedagogisesta toiminnasta on korkeakoulu- ja yliopistotasoisia opinnäytetöitä, mutta tutkimus on hajanaista ja ainoastaan yksi tieteellinen väitöskirja on tehty. Sovelluksista, käytännön toiminnan toimivuudesta, käsitteellisistä perusteista, toiminnan vaikuttavuudesta ja toimintakäytännöistä puuttuu systemaattiset ja empiiriset tutkimukset sekä tieteellinen näyttö. (Latomaa & Karppinen 2010, 10–11.)

Linnossuon mukaan olemassa olevista raporteista ja asiakirjoista on vaikea löytää, mitkä prosessit ovat varsinaisesti johtaneet onnistuneisiin lopputuloksiin sillä tarkka tutkimusraportointi puuttuu. Tämä ei helpota seikkailukasvatuksen hyödyllisyyden tutkimuksellisessa todentamisessa, mikä on muutenkin haastavaa. Ammatillisuutta ja sitä kautta myös vaikuttavuutta kehitetään kuitenkin jatkuvasti työkäytäntöjä arvioivan työotteen kautta. (Linnossuo teoksessa Karppinen 2007, 202–205.)

Linnossuo (Karppinen 2007, 216.) kuvailee kuinka kehittämishankkeet, joilla pyritään seikkailukokemusten tuottamiseen, perustuvat yleensä ajatukseen ihmisestä psyko-fyysis-sosiaalisena olentona, joka merkitsee isoa haastetta, mikäli kehittämishankkeiden vaikuttavuutta halutaan tutkia. Seikkailukasvatukseen perustuvien väliintulojen vaikuttavuuden mittaaminen vaatii joko kokonaisvaltaista realiteetin arviointia tai sen jakamista erikseen arvioitavissa oleviin osiin. Ihmisen holistinen (fyysinen, emotionaalinen, älyllinen ja henkinen) tutkiminen voidaan nähdä lähes mahdottomana.

Barco ja Tuulari (2015, 36–44.) tutkivat opinnäytetyössään muun muassa elämyspedagogisen prosessin aikana tapahtuvaa yksilöiden ja ryhmän kokemuksellisuuksien kehittymistä. Tulosten perusteella prosessin aikana identiteetti- ja osallisuuskokemuksellisuuksissa tapahtui hienoista kasvua, toimijuuskokemuksellisuuksissa tapahtui huomattavasti suurempi kasvu ja samanaikaisesti elämyskokemuksellisuuksien osuus laski. Toimijuuskokemuksen suuri kehittyminen näkyi havaintojen mukaan muun muassa muiden huomioimisena, yhteisen vastuun jakamisena sekä ongelmanratkaisukykyä. Elämyskokemuksen verrattain suuri heikentyminen voidaan Barcon ja Tuularin mukaan nähdä positiivisena

asiana sillä se kertoo siitä, että yksilöt alkoivat omien elämysten, hyvinvoinnin ja mielihyvän sijaan kiinnostua yhteisistä onnistumisen kokemuksista. Havainnoimalla ja tutkimalla yksilöiden ja ryhmän kokemuksellisuuden kehittymistä saatiin seuraavanlaisia tuloksia elämyspedagogisen luokkahuoneen ulkopuolella tapahtuvan prosessin seurauksena; itsetuottamuksen kasvu, haasteista nauttiminen, identiteetin rakentaminen saadun palautteen kautta, vastuun ottaminen, ryhmän kanssa jaetun ilon tunteen vaikutuksen voimakkuus, toimijuuden vahvistuminen, havainto omasta ja ryhmän kehittämisestä onnistumisten ja epäonnistumisten kautta. Kokemuksellisuuden laadusta kerrotaan lisää kappaleessa 4.2.

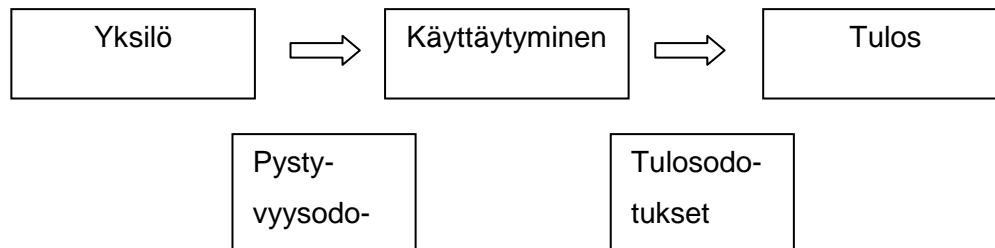
3 Minäpystyvyys

Minäpystyvyyskäsitteellä (engl. *self-efficacy*) tarkoitetaan henkilön käsitystä omasta pystyvyydestä sekä odotuksista saavuttaa itselleen asettamansa päämäärät (Partanen 2011, 21). Minäpystyvyys on itsetuntoon ja minäkäsitykseen rinnastettava käsite, mutta toistaiseksi vähemmän tunnettu ja käytetty termi. Hakonen, Manninen & Uitto (2011, 169) suomensivat teoksessaan minäpystyvyyden määritelmän ytimekkäästi ” yksilön käsitykseksi omista kyvyistään ratkaista tai suorittaa erityinen, tiettyyn päämäärään tähtäävä tehtävä”. Albert Banduran (1977, 1986) kehittämä minäpystyvyysteoria pohtii ihmisen uskomuksia omista kyvyistä suorittaa jokin toiminta tai tehtävä. Teorian mukaan yksilön kehittymisen näkökulmasta minäpystyvyykokemukset ovat kaiken lähtökohta. Yksilö muodostaa käsityksen itsestään minäpystyvyykokemusten pohjalta. Käsitteet ohjaavat sitä, kuinka yksilö motivoi itseään toimintaan ja käyttäytyy eli ne ovat oleellinen lähtökohta yksilön kehittymiselle. (Bandura 1977, 191; Partanen 2011, 20 - 21.)

Aikaisempien saavutusten, tietojen ja taitojen perusteella on vaikea ennustaa tulevia saavutuksia, sillä yksilön omat uskomukset heidän kyvyistään ja toimintansa seurauksista vaikuttavat voimakkaasti siihen kuinka yksilö käyttäytyy. (Pajares 1996, 543.) Yksilön toimintaa ohjaa vahvasti minäpystyvyyden kokemus, sillä yksilön arvioidessa mahdollisuuksiaan suoriutua tulevasta toiminnasta, hän arvioi minäpystyvyyttään. Se, kuinka vaativia tehtäviä yksilö päättää yrittää suorittaa, kertoo myös yksilön minäpystyvyydestä. (Tapio 2010, 62.) Emotionaaliset kaavat ja skeemat muodostavat reaktiomme edessämme oleviin asioihin ja toimintaan aikaisempien kokemustemme kautta. Skeemat rakentuvat elämämme aikana ja esiintyvät kokemiemme kokemusten seurauksena. Emotionaaliset skeemat toimivat automaattisesti tunnistaessaan jonkin keskeisten elementin sanattomalla tasolla. Terveellä ihmisellä skeemat muuttuvat mukautuen uusiin kokemuksiin (Peeters 2016, 2.)

Minäpystyvyys ilmenee pystyvyysodotuksina ja tulosodotuksina. Teoria perustuu oletukseen, että psykologiset menettelyt toimivat keinona luoda ja vahvistaa henkilökohtaisen pystyvyyden odotuksia. Pystyvyysodotukset (engl. *efficacy expectations*) ovat yksilön näkemys kyvyistään, eli arvio siitä pystyykö hän onnistuneesti toteuttamaan toiminnan ja tuottamaan haluamansa tuloksen. Tulosodotukset (engl. *outcome expectations*) ovat henkilön arvio siitä, millaisiin lopputuloksiin tietynlainen käyttäytyminen johtaa. Pystyvyysodotusten ja tulosodotusten välinen ero on siinä, että ihmiset voivat uskoa, että tietty toiminta tuottaa tiettyjä tuloksia, mutta jos heillä on vakavia epäilyksiä siitä, riittävätkö heidän omat kykynsä toiminnan suorittamiseksi ja tuloksen saavuttamiseksi, tulosodotusten tieto ei vaikuta heidän käyttäytymiseensä (kuvion 1.). Henkilön näkemys omista kyvyistään eli

pystyvyyssodotukset, määrittelevät pitkälti lähteekö henkilö edes yrittämään tiettyä toimintaa. Koettu minäpystyvyys vaikuttaa siihen millä tavalla yksilö valitsee käyttäytyä. Ihmiset pelkäävät ja pyrkivät välttämään uhkaavia tilanteita, joiden he uskovat ylittävän heidän selviytymiskykynsä, kun taas he osallistuvat toimintaan ja käyttäytyvät varmasti kun he arvioivat itsensä pystyviksi käsittelemään tilanteen, joka olisi muutoin uhkaava. (Bandura 1977, 193 – 194; Zimmerman 2000, 83–85.)



Kuvio 1. Ero pystyvyyssodotusten ja tulosodotusten välillä (Bandura 1977, 193)

3.1 Pystyvyyssodotusten lähteet

Pystyvyyssodotukset perustuvat Banduran (1977, 195) mukaan seuraaviin neljään suureen tietolähteeseen: *onnistumis- ja epäonnistumiskokemukset, sijaiskokemukset, verbaalinen vakuuttelu sekä fysiologiset tilat. Onnistumis- ja epäonnistumiskokemukset* (engl. *enactive mastery experiences*) vaikuttavat voimakkaimmin pystyvyyssodotuksiin, sillä ne tulevat yksilön omista kokemuksista (Zimmerman 2000, 88). Onnistumiset vahvistavat pystyvyyssodotuksia kun taas jatkuvat epäonnistumiset heikentävät niitä, erityisesti epäonnistumisen sattuessa aivan toiminnan alussa. Pystyvyyssodotuksiin vaikuttaa onnistumisten ja epäonnistumisten kokonaisuus: ajoitukset, historia ja tapahtumien kokonaiskulku. Monien onnistumisten ja pystyvyyssodotusten vahvistumisen myötä satunnaisten epäonnistumisten negatiivinen vaikutus on heikompi. Vaikeat tehtävät antavat mahdollisuuden oppia, että vastoinkäymisistä voi selvitä. Satunnaiset epäonnistumiset jotka myöhemmin voitetaan päättävällä toiminnalla vahvistavat pystyvyyden tunnetta jos henkilö huomaa kokemuksen kautta, että haastavammakin esteet on voitettavissa sinnikkyydellä. Banduran (1977, 196–197; Zimmerman 2000, 88; Pajares 1996, 545.)

Sijaiskokemukset (engl. *vicarious experiences*) eli toisten välityksellä koetut kokemukset ovat toisten henkilöiden tekemiä suorituksia joiden avulla yksilö tekee päätelmän pystyisi-
kö hänkin samaan. Yksilön nähdessä jonkun tekevän haastavan suorituksen ilman haitallisia seurauksia se voi luoda odotuksia observoijassa, että sinnikkyydellä hekin pystyvät suoriutumaan tehtävästä. Yksilöt vakuuttavat itsensä siitä, että jos muutkin pystyvät siihen

heidänkin pitäisi pystyä saavuttamaan vähintäänkin jonkinlaista kehitystä suorituksessa. Sijaiskokemus nojautuu vertailun perusteella tehtyihin päätelmiin muiden suorituksista, joten se on epäluotettavampi lähde yksilön itsensä kyvyistä kuin omiin kokemuksiin pohjautuva tieto. Onnistuneen suorituksen näkeminen voi alentaa kynnyistä kokeilla suoritusta itse ja vahvistaa ajatusta, että kovasti ja päättäväisesti yrittämällä tehtävässä voi itsekin onnistua (Bandura 1977, 197.) Sijaiskokemuksen kautta kehittyminen ei ole riippuvainen ainoastaan seuratun suorituksen lopputuloksesta vaan myös siitä, millä tavalla observoija vertailee itseään observoitavana olevaan henkilöön (Zimmerman 2000, 88).

Verbaalinen vakuuttelu (engl. verbal persuasion) on Banduran (1977, 198.) mukaan usein käytetty keino sen helppouden ja saatavuuden vuoksi. Henkilöt johdatellaan ehdotusten avulla uskomaan, että he selviytyvät onnistuneesti tehtävästä, joka on aiemmin tuntunut haastavalta. Verbaalisella vakuuttelulla eli esimerkiksi rohkaisemalla ja kannustamalla voi tukea pystyvyyssodotusten kehitystä myönteisesti ja se voi auttaa yksilöä kokeilemaan tehtävän suoritusta ja yrittämään sinnikkäämmiin siinä onnistumista. Verbaalinen vakuuttelu on tehokkainta kun sen tekee joku johon henkilö luottaa, kenet hän tuntee tai ketä hän arvostaa. Pystyvyyssodotuksiin kohdistuva vaikutus on heikompi kuin omista kokemuksista kumpuavat vaikutukset koska verbaalinen vakuuttelu ei tarjoa aitoa kokemusperustaa ja sen vaikuttavuus riippuu pitkälti vakuuttelijan luotettavuudesta (Zimmerman 2000, 88).

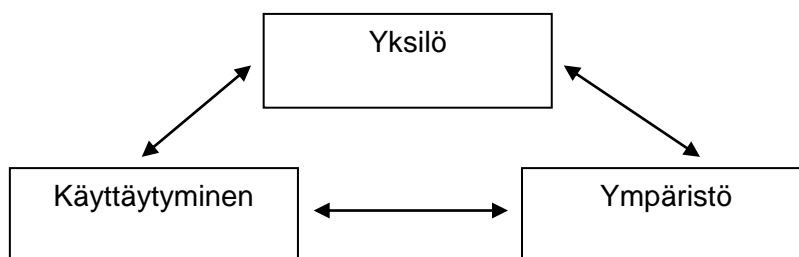
Yksilöt perustavat pystyvyyssodotuksensa myös *fysiologisiin tiloihin* (engl. physiological factor) kuten stressi, väsymys ja muut tunteet, joiden ajatellaan olevan todiste henkilön pätevyydestä edessä olevaan tehtävään olosuhteista riippuen. Mikäli henkilöllä on vahva pystyvyyssodotus, hän arvioi jännityksen ja stressin auttavan onnistuneeseen suoritukseen, kun taas henkilö joka ei usko omiin kykyihinsä tulkitsee fysiologiset tilansa suoritusta heikentäviksi tekijöiksi. (Bandura 1977, 198–199; Zimmerman 2000, 88.)

Pystyvyyssodotusten tiedon vaikutukset riippuvat siitä, kuinka se arvioidaan kognitiivisesti. Ympäristön tapahtumien sisällään pitämä tieto ja yksilön itsensä prosessoima ja muuntelema tieto on erotettava toisistaan. Se, mitä oikeasti tapahtuu, on siis eri asia kuin se, kuinka yksilö kokee, mitä on tapahtunut. Useat taustatekijät kuten sosiaaliset, tilannekohtaiset ja väliaikaiset olosuhteet missä tilanteet tapautuvat, vaikuttavat yksilön kognitiivisiin arviointeihin. Tästä syystä, jopa onnistunut kokemus ei välttämättä luo vahvoja odotuksia henkilökohtaisesta pystyvyydestä, jos muut olosuhteet eivät ole siihen otolliset. Heikot pystyvyyssodotukset, jotka ovat palvelleet itsepuolustuksena vuosia, eivät häviä nopeasti. Mikäli henkilö kokee, että omat kyvyt ovat riittämättömät tiettyyn toimintaan, hän ei luultavasti siitä syystä osallistu kyseiseen toimintaan. Tällöin henkilö ei myöskään helposti muuta pystyvyyssodotuksiaan, vaikka saisikin uusia kokemuksia, jotka viittaisivat hänen

kykyjensä riittämiseen. Kun uusi kokemus on ristiriidassa vakiintuneiden minäpystyvyys odotusten kanssa, ne saattavat läpikäydä pienen muutoksen, jos suorituksen olosuhteet ovat sellaiset, jotka johtavat vanhan kokemuksen merkityksellisyyden alenemiseen. (Bandura 1977, 200.) Riittävien kannustimien ja asianmukaisten taitojen kanssa pystyvyysodotukset ovat merkittävä tekijä yksilön valitsemisessa aktiviteeteissa, kuinka paljon he näkevät vaivaa ja kuinka kauan he jaksavat yrittää kun kyseessä on stressaava tilanne, antaa hyvän kuvan pystyvyysodotuksista. (Bandura 1977, 194.)

3.2 Kolmitahoisen vastavuoroisen determinismin malli

Banduran (1986) sosiokognitiivisen teorian mukaan yksilön toiminta ja kehittyminen muodostuu kolmen tekijän; yksilön ominaisuuksien, ympäristön ja käyttäytymisen vastavuoroisesta vaikuttamisesta toisiinsa (kuvio 2.). Yksilön ominaisuuksilla tarkoitetaan tämän tavoitteita, aikomuksia sekä fyysisiä ominaisuuksia. Ympäristö tarkoittaa sekä fyysistä että sosiaalista ympäristöä ja käyttäytymisellä tarkoitetaan esimerkiksi yksilön tekemiä valintoja ja tekoja. Se miten yksilö tulkitsee suorituksensa tulokset, antaa hänelle uutta tietoa ja muuttaa tämän ympäristöään ja käsitystä itsestään, mikä puolestaan antaa uutta tietoa ja muuttaa tämän seuraavaa suoritustaan. Vastavuoroisen determinismin idea perustuu siis näkökulmaan siitä, että henkilökohtaiset tekijät kognitiivisten vaikutusten ja biologisten tapahtumien muodossa, käyttäytyminen ja ympäristön vaikutukset, luovat vuorovaikutusta, joka johtaa kolmiportaiseen vastavuoroisuuteen. Käyttäytyminen on vuorovaikutuksessa ominaisuuksien ja ympäristön kanssa. Fyysinen ja sosiaalinen ympäristö on vaikutuksessa yksilön henkilökohtaisten ominaisuuksien ja käyttäytymisen kanssa. Yksilön toimintaa ohjaavat tekijät, eli ominaisuudet ovat puolestaan vastavuoroisessa vaikutuksessa yksilön ympäristön sekä käyttäytymisen kanssa. Näin ollen yksilöt voidaan nähdä sosiaalisen järjestelmän ja heidän oman ympäristönsä sekä tuotteina että tuottajina, sillä he jatkuvasti kolmitahoisen vastavuoroisen determinismin mallin mukaisesti muokkaavat itse ympäröivää maailmaa ja päinvastoin. (Partanen 2011, 20; Pajares 1996, 544; Lappalainen & Nieminen 2012, 20–21.)



Kuvio 2. Kolmitahoinen vastavuoroinen determinismi (Pajares 1996, 544.)

3.3 Toimintakyky ja minäkuva

Minäpystyvyyttä tutumpi käsite on minäkuva. Minäkuva kuten minäpystyvyys on suorassa yhteydessä toimintakykyyn. Minäkuva ohjaa toimintaamme. Ihmisen suhtautumiseen omaan ympäristöön vaikuttaa voimakkaasti kuva itsestä. Se miten tulkitsemme tapahtumia, riippuu siitä, onko minäkuvamme positiivinen vai negatiivinen, eli miten arvioimme minäpystyvyytemme. Minäkuvalla tarkoitetaan ihmisen käsitystä omasta itsestä ja suhteesta ympäröivään maailmaan. Se muuttuu ja kehittyy jatkuvasti ihmisen ollessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Ihminen saa palautetta omasta toiminnasta sekä persoonastaan muilta ihmisiltä. Tällöin käsitys omista kyvyistä ja siitä, millainen on, pohjautuu hyvin vahvasti muilta saatuun palautteeseen. (Internetix 2016) Osa minäkuvaa on myös opittu minä, joka koostuu kaikista elämän aikana opituista toimintamalleista, asenteista, arvoista, päämääristä ja ihanteista. Opitun minän avulla on mahdollista tutkia omia sisäistettyjä malleja ja tarvittaessa ryhtyä muokkaamaan niitä. (Dunderfelt 2011, 20.)

Toimintakykyisellä ihmisellä on realistinen kuva itsestä, jolloin kohdatessaan epäonnistumisen, henkilö pystyy arvioimaan tilanteeseen johtaneita syitä ja muokkaamaan toimintatapaansa uudelleenlaiseksi. Epärealistisen tai negatiivisen minäkuvan omaavalla on vaikeuksia käsitellä toiminnastaan saamaa palautetta, jolloin henkilö ei myöskään kykene korjaamaan toimintaansa vaan saattaa pitää ongelmia ylivoimaisina ja itseään täysin kyvyttömänä, joka puolestaan johtaa toimintakyvyn heikkenemiseen. (Internetix 2016).

Toimintakyky on laaja-alainen käsite, jolla tarkoitetaan eri yhteyksissä eri asioita ja sen merkitys voi olla eri asiayhteyksissä hyvinkin eri. Toimintakyvylle on monta määritelmää ja se voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen osa-alueeseen, joihin kaikkiin vaikuttavat ympäristöolot, kyvyt sekä henkilön muiden ominaisuuksien kokonaisuus. Tässä työssä toimintakyvyllä tarkoitetaan mittaria, jonka avulla saadaan objektiivinen kuva yksilön toimintaedellytyksistä ja kuvaa siten välillisesti myös henkilön minäpystyvyydestä sekä siihen vaikuttavista ulkoisista tekijöistä. Maailman Terveysjärjestön (WHO) käyttää nykyään toimintakyvyn määrittelyssä kansainvälistä standardia toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälistä luokitusta, josta käytetään lyhennettä ICF -luokitus (International Classification of Functioning, Disability and Health), henkilöiden toimintaedellytysten kuvaamiseen. ICF- luokituksessa keskitytään vammojen ja sosiaalisten haittojen sijaan positiivisiin puoliin kuten toimintakykyyn, suoritukseen ja osallistumiseen, eli kuinka henkilö pärjää arjessa niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisesti. (Huovinen ym. 2012, 12–13 & 65–66; ICF 2004, 4.) ”Toimintakyky tarkoittaa selviytymistä päivittäisistä toiminnoista ja asetetuista vaatimuksista sekä työssä että vapaa-aikana” (Huovinen ym.

2012, 66). ICF – luokitus on kansallinen ja kansainvälinen toimintaedellytysten ja rajoitteiden kuvauksessa käytetty terminologia ja arviointikäytäntö eri alojen asiantuntijoille. (ICF 2004, 4.)

Yhteiskunnassa pärjääminen ja arjen perustoimista suoriutuminen voi olla haasteellista erityistukea tarvitseville nuorille aikuisille, joka puolestaan vaikuttaa negatiivisesti minäkuvaan ja siten myös minäpystyvyyteen. Liikuntarajoitteisista henkilöistä puhuttaessa positiivisen minäkuvan rakentumista voidaan tukea luomalla edellytykset itsenäisempään elämään sekä kannustamalla sosiaaliseen ja liikunnalliseen toimintaan, jotka puolestaan parantavat mielialaa ja kognitiivisia taitoja ja sitä kautta vaikuttavat minäkuvaan positiivisesti. (Huovinen, Niemelä & Rintala 2012, 24.) Oppiminen on kokonaisvaltainen tunteista, emootioista, älyllisyydestä, aivotoiminnasta, toiminnasta ja tekemisestä koostuva sosiaalisenemotionaalinen prosessi. Itseluottamus ja minäkäsitys ovat yhdet vaikuttavimmista tekijöistä kokemuksen välityksellä oppimisessa. Niiden ollessa heikot oppija tekee asiat puollittain, sillä oppija ei usko omaavansa tarpeeksi kykyjä vaadittuun toimintaan. (Latomaa & Karppinen 2010, 122.) Yksilö pyrkii etsimään sellaista elinympäristöä, missä hänen kykynsä ja taipumuksensa pääsevät oikeuksiinsa ja omat sisäiset odotukset ja pyrkimykset löytäisivät vastinetta. (Dunderfelt 2011, 97.) Toisin sanoen minäkuva ja toimintakyky ohjaavat pitkälti ihmisen toimintaa ja minäpystyvyyden ollessa negatiivinen on myös toiminta rajoittunutta.

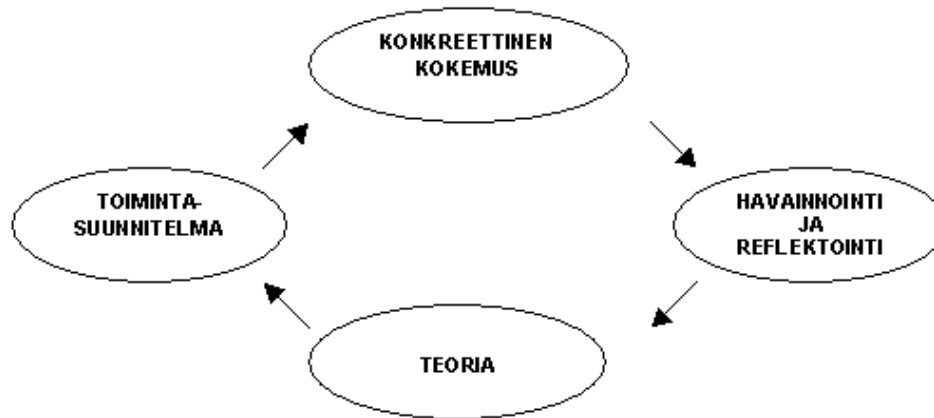
Ihmisen toimintakyky ja minäkuva liittyvät läheisesti toisiinsa, vaikuttamalla positiivisesti ja myönteisesti toiseen näistä, käynnistämme positiivisten tapahtumien ketjun, missä toimintakyky paranee ja minäkuva rakentuu myönteiseksi. Jos henkilön minäkuva on realistinen ja positiivinen hän kokee, että omat kyvyt mahdollistavat osallistumisen monipuoliseen toimintaan (ympäristön rajoituksista huolimatta) ja hänellä on kykyjä suoriutua erilaisista toiminnoista. Tämä vahvistaa toimintakykyä, jolloin henkilö on aktiivisempi myös suhteessa ympäristöönsä. Kun ihmisen toimintakyky on hyvä ja tämä osallistuu aktiivisesti yhteiskunnan toimintaan hän saa jälleen palautetta omasta toiminnastaan ja epäonnistuessaan pystyy käsittelemään tapahtunutta ja jälleen vahvistamaan uskoa omiin kykyihin ja sitä kautta positiivisempaan minäkuvaan eli minäpystyvyys vahvistuu.

4 Kokemuksellinen oppiminen

Thomasin (1992) mukaan sosiaalisesta näkökulmasta oppimiselle tärkeimpiä ominaispiirteitä ovat seuraavat; oppiminen on toimintaa, yksilöllistä, ja elinikäistä, siihen vaikuttavat muut ihmiset ja siihen ei voida pakottaa. (Kajanto & Tuomisto 1994, 14.) Yksinkertaisimmillaan oppimista voidaan kuvata käytöksen pysyvänä muuttumisena. Puhuttaessa kokemuksellisesta oppimisesta, voidaan sanoa, että tämä käyttäytymisen muutos tapahtuu tekemisen ja toiminnan eli kokemuksen kautta. (Berry & Hodgson 2011, 64.) Yksilö oppii omaksumalla saamansa informaation omien kokemuksiansa sekä ymmärryksensä kautta. Oppiminen alkaa matkimisesta, joka on kokemuksellista ja sanatonta. (Dunderfelt 2011, 94.) Subjektiiivinen kokemus itsessään ei vielä ole tae oppimisesta, mutta se on oleellinen osa holistista oppimista. Konkreettisen kokemuksen lisäksi tärkeää on myös toiminnan reflektointi, joka lopulta johtaa syklisen prosessin kautta oppimiseen. Refleктоimalla voimme tehdä arvioita vaikeissakin tilanteissa, perustuen aikaisempiin kokemuksiimme ja hallussamme olevaan tietoon. Kokemuksellisessa oppimisessa oppiminen nähdään koko elämän pituisena prosessina joka jatkuvasti kehittyy. (Ruohotie 2002, 137–145.)

4.1 Kokemuksellisen oppimisen malli

Kolbin (1984) ja Barnettin (1989) kokemuksellisen oppimisen malleja (kuvio 3.) yhdistää seuraavat ydinasiat ja vaiheet; 1. omakohtainen subjektiivinen kokemus, halu oppia (tapahtuma), 2. reflektiivinen havainnointi ja pohtiminen (mitä tapahtui?), 3. kokemuksen abstrakti käsitteellistäminen eli ymmärtäminen (mitä opittiin, sovellusmahdollisuudet, tehdyistä havainnoista ideoita mitä tulisi tehdä toisin), 4. ongelmanratkaisu, aktiivinen kokeilu ja uuden tiedon soveltaminen käytäntöön (transfer). Näiden vaiheiden jälkeen oppimisprosessin sykli toistuu jälleen alusta spiraalin tavoin, tarkastelemme ja täydennämme edellisiä kokemuksia sekä tietoja niistä samalla kun pohdimme havaintoja ja muutamme toimintaamme toimivammaksi. (Ruohotie 2002, 137–143; Berry & Hodgson 2011, 66–67.)



Kuvio 3. Kolbin (1984) malli kokemuksellisesta oppimisestä

Peetersin (2016, 1) mukaan kokemuksellinen oppiminen on emotionaalisesti sitovaa oppimista. Peetersin kokemusten mukaan merkittävien muutosten tapahtuessa käyttäytymisessä, ajattelussa ja tuntemisessa, tunteet ovat aina vahvasti osallisina. Syvästi koskettanut tapahtuma on yhteydessä uuden löytämisen kanssa, jolloin muutos on aina myös emotionaalinen muutos.

4.2 Kokemuksellisuuden laadut Tiihosen mukaan

Filosofian tohtori Arto Tiihosen teettämien tutkimusten mukaan ihmiset kokevat eri asiat ja kokemukset merkityksellisiksi eri syistä. Tiihosen tutkimusten mukaan erilaiset kokemukset ovat yhteydessä siihen, minkälaisia merkityksiä yksilö antaa esimerkiksi liikkumiselleen ja urheilemiselleen. Kokemuksia voi jaotella niiden koetun laadun mukaan ja siten ymmärtää paremmin niiden erilaisia merkityksiä ja merkityksellisyyttä kokijalle. Tiihonen käsitteellistää kokemuksellisuuden monimuotoisuutta jakamalla kokemuksellisuuden neljään eri luokkaan niiden laadun perusteella (taulukko 1.); elämyskokemus, identiteettikokemus, osallisuuskokemus sekä toimijuuskokemus. Kokemuksellisuuksien ymmärtämisen sekä niiden arvioinnin avulla voi syventää yksilöiden ja ryhmän ohjaamista. Kokemuksellisuudet kertovat siitä, mitkä asiat yksilö mieltää merkityksellisiksi, kuinka hän kokee asioita ja mikä saa hänet motivoitumaan ja toimimaan. (Tiihonen 2014, 84–85, 239–240.)

Sosiaalinen pääoma muun muassa suojelee syrjäytymiseltä, mutta silti esimerkiksi liikunnan parissa mitataan lähinnä sen fysiologisia muutoksia sen sijaan, että tutkittaisiin ja ymmärrettäisiin sen sosiaalisia vaikutuksia, kuten miten yksilö kokee, käsittää ja merkityksellistää liikunnan. Yksilöillä on voimakkaita kokemuksia osallistumisestaan liikunta- ja kulttuuritoimintaan, jotka herättävät usein myös voimakkaita tunteita, jolloin toimintaan osallistumisen esteet liittyvät usein taloudellisten ja sosiaalisten seikkojen lisäksi vahvasti kokemuksellisuuteen. (Pirnes & Tiihonen 2010.) Minäpystyvyys ja koetut kokemukselli-

suudet voi siis monesti olla painava syy yksilön passiivisuuteen tai vaikutin siihen millaisia kokemuksellisuuksia yksilö hakee, eli millaiseen toimintaan hän osallistuu.

Taulukko 1. Kokemuksellisuudet ja niiden selitykset (Tiihonen 26.1.2016)

Elämyskokemus	Identiteettikokemus	Osallisuuskokemus	Toimijuuskokemus
Tarkoittaa kokemusta, joka tuottaa henkilökohtaista, lähinnä psyykkistä ja hetkellistä mielihyvää ja nautintoa.	Tarkoittaa kokemusta, jolla on tai on ollut merkitystä sille, miten ihminen ymmärtää itsensä ja identiteettinsä.	Tarkoittaa kokemusta, jossa keskeistä on ollut osallistuminen ja osallisuus jossakin yhteisessä tekemisessä	Tarkoittaa kokemusta, jossa oma toiminta joko liikkujana, ohjaajana, valmentajana tai vaikuttajana on ollut liikkumisen lisäksi läsnä

Taulukko 2. Kokemuksellisuuksien laatu ja perusta (Pirnes & Tiihonen 2010.)

Kokemuksellisuudet	Laatu	Perusta
Elämyskokemus	passiivinen	oma mielihyvä
Identiteettikokemus	merkityksellinen	ymmärrys itsestä ja maailmasta
Osallisuuskokemus	aktiivinen	vaikutus omaan elämään
Toimijuuskokemus	vaikuttava	vaikutus toisen elämään

Elämyskokemus on laadultaan passiivinen ja se perustuu yksilön kokemaan omaan mielihyvään. Elämyksellisyyttä syntyy luonnossa, toiminnassa ja yhteisöllisissä kokemuksissa, vaikka sitä nykyään pidetään lähinnä yhteiskunnan tuottamana tuotteena. Elämyskokemus ei vaadi kokijaltaan varsinaisia toimenpiteitä. Kokemuksen ollessa merkityksellinen, kokijalla herää ajatuksia siitä kuka on ja mihin hän kuulu, tällöin puhutaan merkityksellisestä *identiteettikokemuksesta*, missä pyritään vaikuttamaan omaan sisimpään. Kokemuksen laatu on siis merkityksellinen ja sen perusta on ymmärrys itsestä ja maailmasta. Kokemuksen ei välttämättä tarvitse olla tapahtumahetkellä positiivinen ollakseen merkityksellinen. *Osallisuuskokemuksen* laatu on aktiivinen ja se perustuu henkilön kokemuk-

seen ryhmään kuulumisesta ja siinä toimimisesta. Osallistuessaan toimintaan yksilö haakee aitoa kokemusta ryhmään kuulumisesta ja on riippuvainen ryhmästä. Osallisuuskokemus syntyy hiljattain koska yksilön on oltava mukana vaikuttamassa yhteisön toimintaan jolloin yksilö kokee yhteisön merkittäväksi henkilökohtaisella tasolla. Mikäli kaikki hoidetaan toimintaan osallistuvan puolesta ja toiminta on liian valmista, voi suhde yhteisöön jäädä syntymättä ja siten myös osallisuuskokemus jää kokematta. Osallisuuskokemuksesta vahvempi kokemus on *toimijuuskokemus*, missä korostuu pyrkimys vaikuttaa muihin ja ryhmän toimintaan. Sen laatu on vaikuttava eli puhutaan tekemisen kautta syntyvästä kokemuksesta, missä perustana on vaikuttaminen omaan ja toisten elämään. Ryhmän tavoitteiden saavuttamien koetaan tärkeäksi. Tässä kokemuksellisuuden alueessa yhdistyvät yksilön motivaatio, toiminta ja kokemus. (Pirnes & Tiihonen 2010; Tiihonen 2014, 238–239; Barco & Tuulari 2015, 4-6.)

Toiminta, joka tarjoaa mahdollisuuden heittäytyä mukaan voi esimerkiksi tarjota positiivisia kokemuksia onnistumisesta vaativassa tehtävässä tai negatiivisia tuntemuksia jos kokee tulleen suljetuksi ryhmän ulkopuolelle, tällaiset kokemukset voivat olla hyvin merkityksellisiä ja yksilön identiteetille merkittäviä kokemuksia. Osallisuuden ja toimijuuden kokemukset ovat merkittäviä ja tärkeitä niin liikunnassa kuin kulttuurissakin sillä ne tukevat yksilöiden kehitystä yhteisön ja yhteiskunnan jäseniksi. Yksilön saaman vastuun ja sen merkityksen välinen suhde on tärkeää tunnistaa yksilön kokemuksellisuuksissa ja siten huomioida hyvinvointipolitiikassa. (Pirnes & Tiihonen 2010.)

Edellä mainitut kokemuksellisuuden alueet auttavat ymmärtämään millaisen toiminnan ihmiset kokevat merkityksellisenä ja mistä syistä tämä johtuu. Tämän tiedon ja ymmärryksen pohjalta on helpompaa suunnitella millaista toimintaa tulisi tarjota jos halutaan esimerkiksi vaikuttaa siihen miten henkilö ymmärtää oman identiteettinsä. Puhuttaessa kuntouttamisesta ja kuntouttavasta työotteesta, voimaannuttamisesta, syrjäytymisen ehkäisystä sekä toimijuuden vahvistamisesta on tärkeää ymmärtää osallistujia ja heidän kokemuksiinsa. Käytännöllistämällä kokemustieto kokemuksellisuuden alueisiin, pyritään laajentamaan tätä ymmärrystä. Toimijuutta ja osallisuutta tulee vahvistaa niin, että toiminta mahdollistaa oman identiteetin luomisen ja on samalla elämyksellistä. (Tiihonen 2014, 233–242.)

Kokemuksellisuuksien välisiä eroja selittävät yksilön merkityksperustojen muutokset ”*passiivisesta elämyskulutuksesta kohti aktiivista yhteiskunnallista toimijuutta*”, eli itsereflektion kautta siirrytään yksilökeskeisyydestä yhteisölliseen toiminnan tarjoamiin osallisuuskokemuksiin ja lopulta vaikuttamiseen pyrkivään toimijuuteen. Kokemuksellisuuden tasot eivät ole eriarvoisia vaan pikemminkin toisiaan täydentäviä sekä toisistaan riippuvaisia. Koke-

muksellisuuksien tutkimisen kautta voi olla mahdollista ymmärtää yksilöitä paremmin ja siten tukea heitä kasvussa identiteetiltään vahvoiksi ja sosiaalisesti kyvykkäiksi aikuisiksi. (Pirnes & Tiihonen 2010.)

Barco ja Tuulari tutkivat opinnäytetyössään (2015, 29, 46–47) pystyykö yksilöiden kokemuksellisuuksia arvioimaan ja siten esimerkiksi havainnollistaa konkreettisemmin ja tuoda esiin ryhmässä tapahtuvia toisinaan vaikeasti selitettävissä olevia muutoksia. Yksilöt motivoituvat eri asioista ja siitä, millaiseksi yksilö arvioi toiminnan mielekkyyden, riippuu millainen motivaatio tietynlaista toimintaa kohtaan on. Ohjaajan työ helpottuu ja aktiviteettien vaikuttavuus syvenee, jos ryhmäläisten vahvuudet ja heikkoudet löydetään kokemuksellisuuksien avulla ja aktiviteetteja pystytään siten suunnittelemaan paremmin jokaisen tarpeisiin vastaavaksi.

Barcon ja Tuularin tutkimuksen perusteella yksilöiden kokemuksellisuustyytit jakautuvat useimmiten useampaan kokemuksellisuuskategoriaan kuten elämyksellisyys-osallisuustyyppiin tai identiteetti-toimijuustyyppiin. Nämä kokemuksellisuustyytit kertovat paljon siitä, minkälaisiin tehtäviin henkilöt hakeutuvat ja millaisesta toiminnasta sekä koki-ajan roolista heillä on entuudestaan onnistumisen ja mielihyvän kokemuksia. Kokemuksellisuudet, jotka ovat yksilöllä heikkoja tai heikosti havaittavissa, ovat usein tälle niitä kaikkein epämieluisimpia. Tunnistamalla kokemuksellisuuksien laatuja osallistujissa ohjaajat voivat tehostaa toimintaansa ja soveltaa suunnittelemaansa aktiviteetteja vastaamaan paremmin kohderyhmän yksilöiden sekä ryhmän aitoja tarpeita sen sijaan, että noudatetaan valmista ohjelmarunkoa. Näin osallistujien kokemushakuisuutta saataisiin laajennettua ja eri kokemuksellisuuksia tarjottua mahdollisimman laajasti, jolloin myös yksilön kasvu ja ryhmän kehittyminen ovat todennäköisempää. (Barco & Tuulari 2015, 6-7, 35, 42, 46–47, 49.)

”Kokijatyyppien osittainen tunnistaminen helpotti kurssin aikana esimerkiksi passiivisten oppilaiden motivoimisessa, kun voitiin suunnitella harjoitteita, joissa olisi jokaiselle jotain mielekästä” (Barco & Tuulari 2015, 42–43).

5 Dramaturgia

Seikkailukasvatuksessa pyritään rajoja rikkomalla sekä mukavuusalueelta poistumalla henkilökohtaiseen kasvuun. Jotta nämä ominaisuudet voidaan toiminnallistaa osaksi kokemuksellista ohjelmaa, on kiinnitettävä erityistä huomiota ohjelman rungon ja sisällön suunnitteluun. (Leberman & Martin & Neill 2002, 196.) Dramaturgia on tehokas kokemuksellisen ohjelman suunnittelu metodi, joka kietoo yhteen päävaikuttajat yksilön kehityksestä. Dramaturgia on Outward Bound Czech Republicin (OBCZ) kehittämä metodi kokemuksellisen ohjelman luomiseen, missä käytetään työkaluna dramaturgian aaltoa (engl. dramaturgy wave) (kuva 5.) sekä dramaturgian kehittämisen viittä askelmaa (engl. the five stages of developing dramaturgy) (kuva 6.) Dramaturgian avulla luodaan holistinen lähestymistapa, missä fyysisuus, luovuus, yhteisöllisyys sekä reflektio kietoutuvat yhteen ja siten mahdollistavat yksilön kokonaisvaltaisen kehityksen. Kokonaisvaltaisessa kehityksessä huomioidaan fyysiset, älylliset, emotionaaliset ja henkiset näkökohdat. (Martin 2001b, 26.)

Outward Bound kouluissa, samoin kuin dramaturgiassa, aktiviteetit koostuvat yleisesti työpajojen sijaan peleistä ja leikeistä. Leikkiessä osallistujat ovat omaehtoisia ja he unohtavat ketä he todellisuudessa ovat. Leikeissä on yleensä jokin kehystarina, jonka tukena on sääntöjä tai periaatteita, joiden noudattaminen johtaa tiettyyn lopputulokseen. Leikkiessä osallistujat tuntevat olonsa turvalliseksi, jolloin he tekevät vapaammin virheitä ja kokeilevat uusia asioita. Virheiden ja kokeilujen kautta leikkiminen mahdollistaa itsestään uusien puolien löytämisen. Leikit haastavat osallistujia erilaisissa rooleissa ja vaativat osallistujiltaan joustavuutta, spontaanisti reagoimista sekä muiden auttamista. (Leberman ym. 2002, 200.)

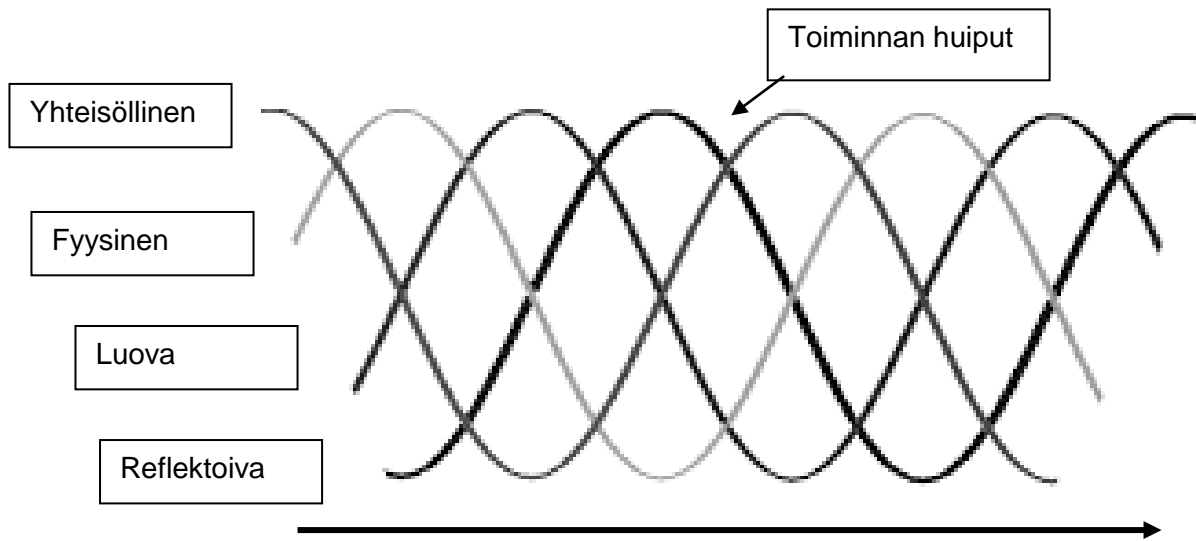
Dramaturgia metodi kokemuksellisen ohjelman suunnittelussa perustuu Tšekeistä lähtöisin oleviin metodeihin, ajatusmaailmaan, tutkimuksiin sekä konkreettisiin kokeiluihin. Tšekeissä järjestettiin dramaturgia metodia hyödyntäen kahden viikon mittaiset kansainväliset kurssit vuosina 1997 ja 1998, jonka jälkeen tehtiin vastaava kokeilu Outward Bound Australiassa 1999. Kurssien jälkeen 70 osallistujalle teetettiin avoimista kysymyksistä koostuvat kyselytutkimukset puolen vuoden, vuoden ja kahden vuoden kuluttua kursseille osallistumisesta. Yhtenä merkittävimpänä tuloksena voidaan pitää sitä, että kuusi kuukautta kurssien jälkeen 97 % vastanneista vastasi myöntävästi henkilökohtaiseen kehitykseen liittyvissä kysymyksissä. Vastauksiin perustuvien analyysien tulokset näyttävät, että dramaturgian käyttö kokemuksellisen ohjelman suunnittelussa, on erittäin tehokas metodi, joka voi vaikuttaa seuraavan sukupolven kokemuksellisen ohjelman kehitykseen. Tulokset osoittivat myös, että monilla muillakin kuin fyysisesti vaativilla haasteilla

on mahdollista saada osallistujat poistumaan omalta mukavuusalueeltaan ja oppimaan itsestään uusia puolia. Tehdyt tutkimukset tukivat myös tuloksissaan OBCZ:n ajatusta siitä, että autetaan osallistujia löytämään itse ratkaisut heidän ongelmiinsa sen sijaan, että annetaan kaikki valmiiksi tehtynä ja saneltuna. (Leberman ym. 2002, 196, 198–199, 201.)

5.1 Dramaturgian aalto

Dramaturgian aalto (kuvio 4.) linkittää eri teemat yhteen ja luo leirin sisällölle tietynlaisen rytmin. Näiden eri teemojen avulla pyritään tehostamaan haastetta ja vaikuttavuutta osallistujille muidenkin kuin vain perinteisten fyysisten haasteiden avulla. Teemoihin kuuluvia aktiviteetteja ja ”leikkejä” sovelletaan jatkuvasti leirin edetessä yksilöiden ja ryhmien erityistarpeiden mukaisesti. Yhdistämällä fyysiset ulkoilmaseikkailuaktiviteetit muihin kuin fyysisiin aktiviteetteihin, saadaan osallistujat haastettua monipuolisemmin sekä liikkumaan ulos omalta mukavuusalueeltaan. Dramaturgian aalto helpottaa holistisen tasapainon ja rytmin ylläpitoa kurssin aikana. Esimerkiksi fyysisesti vaativien aktiviteettien jälkeen on hiljaisempia, reflektointiin perustuvia aktiviteetteja. Perinteisessä ”seikkailun aallossa” aalto koostuu ennen aktiviteettia alustuksesta, ulkona tapahtuvasta liikunnallisesta aktiviteetistä ja sen jälkeisestä aktiviteetin purkamisesta. (Leberman ym. 2002, 197–198; Franc & Martin & Zounková. 2004. 24–25.)

Dramaturgian aallon huippukohtat kertovat siitä, mihin tietyn teeman huippukohta ajoittuu ohjelman kokonaisuudessa ja milloin taas on kyseisen teeman ”aallonpohja”, jolloin juuri se teema ei ole keskiössä. Todellisen ohjelman toteutuessa aallot eivät mene aivan kuten oheisessa kaaviossa, sillä ohjaajien tulee pystyä lukemaan ryhmää sekä sen tarpeita ja muuttaa sisältöä niiden tarpeita vastaavaksi. Symmetriseen kaavioon noudattamiseen ei kannata juuttua toteutuksessa, sen sijaan aallon joustavuus on avainasemassa. Kaavio on vain suunnan antaja, mikä helpottaa ohjelman rytmin ja tasapainon suunnittelussa ja toteutuksessa. (Leberman ym. 2002, 198–199; Franc ym. 2004. 21.)



Kuvio 4. Dramaturgian aallot (sovellettu Martin 2001b, 26)

5.2 Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta

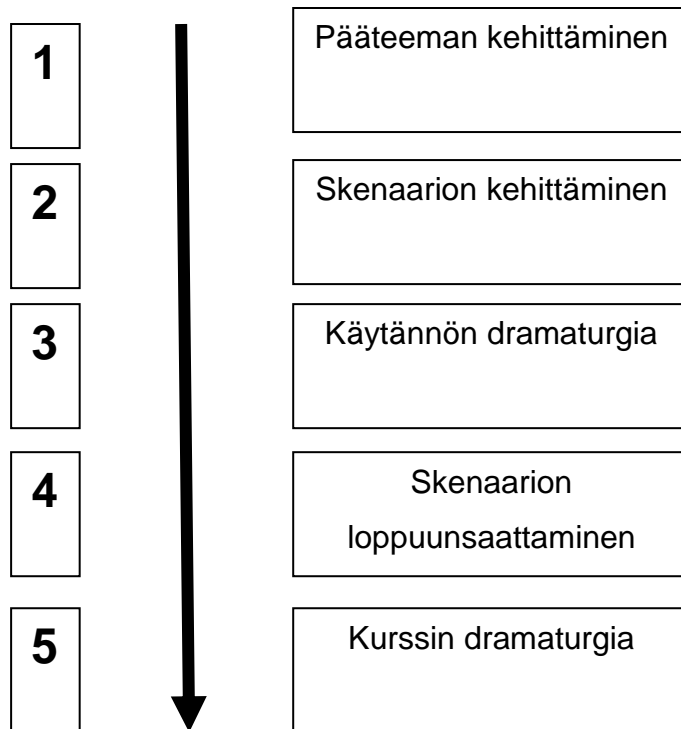
Dramaturgian keinoja apuna käyttäen, varmistetaan, että jokainen kurssi on ainutkertainen ja ohjaajien reagoinnilla ja soveltavalla otteella se vastaa yksilöiden ja ryhmän erityistarpeita. Avainasemassa dramaturgian käytössä on ymmärtää kasvatukselliset ja pedagogiset tavoitteet jotka ohjelmalle on asetettu. (Franc ym. 2004. 22.)

Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta (Leberman ym. 2002, 197–198; Franc ym. 2004, 21–24.) ovat seuraavat (kuvio 5.):

1. *Pääteeman kehittäminen* (engl. development of the main theme). Leirin ohjaajat kehittävät ja suunnittelevat teeman yhdessä. Ohjelmassa voi olla yksi pääteema, useampi pääteema tai pääteeman lisäksi alateemoja. Kaikki kurssilla tapahtuva pitäisi voida liittää tähän pääteemaan. Pääteeman itsessään pitäisi tarjota koko kurssin kattava kehityskaari sisällölle. Kurssin pääteema ei ole sama asia kuin kurssin tavoitteet.
2. *Skenaarion kehittäminen* (engl. development of the scenario). Skenaarion kehittämisellä tarkoitetaan toiminnallisen “käsikirjoituksen” luomista mistä käy ilmi teemoihin suunnitellut aktiviteetit. Tässä vaiheessa suunnittelua riittää yleismaallinen kuvaus kuten puoli päivää fyysisiä leikkejä eikä niinkään jokaisen teemaan kuuluvan aktiviteetin kuvaus. Suunnittelu on hyvä aloittaa ajan jakamisesta pääaktivitee-

teille, eli milloin alkavat ja milloin päättyvät. Skenaariosta on nähtävissä millaisia aktiviteetteja on tarkoitus tehdä minäkin päivänä ja se ehtii muuttua monesti ohjelman aikana. Skenaariosta on myös helppo tarkistaa, että dramaturgian aallon jokaisen teeman huippu on myös suunnitelmassa mukana. Joustavuus ja soveltaminen ovat tässä vaiheessa avainsanoja.

3. *Käytännön dramaturgia* (engl. the practical dramaturgy). Tässä vaiheessa suunnitellaan ja kehitetään erityyppiset pelit, leikit ja aktiviteetit eri teemojen mukaisesti sekä käytännön asiat kuten logistiikka, materiaalit, valmistelu aika ja ohjaaja tarve. Suunniteltujen aktiviteettien tulee vaikutuksiltaan vastata teemojen kulun tarpeisiin ja edetä suunnitellun dramaturgian aallon mukaisesti.
4. *Skenaarion loppuunsaattaminen* (engl. the completion of the scenario). Vastuualueet, materiaalit, aktiviteettien säännöt ja muut yksityiskohdat tulisi tässä vaiheessa olla selvillä. Loppuunsaattamisella tarkoitetaan ohjelman kokonaiskuvan ja kokonaisuuden toimivuuden kuten rytmin ja etenemisen sujuvuus sekä yhteisöllisten, luovien, fyysisten ja reflektiovien huippujen ja ”pohjien” olemassaoloa. Niiden lisäksi psykologiset, henkiset ja sosiaaliset näkökulmat tulisi olla huomioituina. Ohjelmassa tulisi olla varattuna aikaa myös vapaa-ajalle, reflektoinnille ja päivien kulun tarkastelulle. Kurssin suunnittelu noudattaa Kolbin kokemuksellisen oppimisen mallia, joka on nähtävissä kappaleessa 3.1.
5. *Kurssin dramaturgia* (engl. the dramaturgy on the course). Kurssin dramaturgialla tarkoitetaan ohjelman aikana tapahtuvaa tarkkailua, havainnointia ja reagointia osallistujien tarpeisiin, joka vaatii merkittäviä ohjaajan taitoja. Esimerkiksi kurssilaisten ristiriidat, sää tai tapaturmat voivat aiheuttaa tarvetta ohjelman soveltamiselle. Myös reflektion määrää ja pituutta pitää pystyä muuttamaan sen mukaan millainen vaikutus aktiviteetilla on ollut osallistujiin.



Kuvio 5. Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta (Franc 2004, 22.)

6 Työn tavoite

Tämän opinnäytetyön tärkein anti on luoda uusi, mielekäs seikkailukasvatusleirien suunnittelussa käytettävä rakenne, jonka pohjalta voidaan tsekkiläisen dramaturgian ja kokemuksellisuuden laatuja avulla rakentaa Outward Bound Finland ry:lle minäpystyvyyttä vahvistavan liikuntarajoitteisten seikkailukasvatusleirin sisältö. Perustellun, vaikuttavan, kokonaisvaltaisen ja hyödyllisen rakenteen luomiseksi, työssä pyritään yhdistämään monta eri teoria aluetta, joita ei aiemmin ole käytetty yhdessä, mutta jotka kuitenkin tukevat vahvasti toisiaan, kuten seikkailukasvatus, minäpystyvyys, dramaturgia ja kokemuksellisuuden laadut. Mielekkään, kohderyhmää ja toimeksiantajia palvelevan kokonaisuuden luomiseksi, työssä käytetään pohjatyönä kyselytutkimusta, jolla selvitetään aiempien leirien merkityksellisyyttä, kokemuksellisuuksia sekä puutteita.

Kyselytutkimuksen tavoitteena on sekä luoda uutta tutkimustietoa seikkailukasvatuksen saralta että tehdä pohjatyötä tulevien leirien rakennetta varten. Saadun tutkimustiedon perusteella on mahdollista saada näyttöä, onko seikkailukasvatusleireille ja – tapahtumiin osallistumisesta hyötyä yksilön kehitykselle ja siten välillisesti myös yhteisölle. Mikäli tulokset osoittautuvat myönteisiksi, voidaan niiden avulla perustella taloudellis-poliittis-hallinnolliselle sektorille seikkailukasvatuksen tärkeyttä ja saada mahdollisesti rahallista tukea tuleville leireille. Kyselytutkimus tuottaa arvokasta tietoa VAU ry:lle heidän vuosien takaisesta toiminnasta, sen tärkeydestä ja vaikuttavuudesta.

Jotta liikuntarajoitteisille voitaisiin tarjota merkityksellisiä ja vaikuttavia seikkailukasvatusleirejä, jotka tukevat heidän minäpystyvyyden positiivista kehitystä, on ymmärrettävä syvemmin, millaiset eri kokemukset osallistujat kokevat merkityksellisinä ja mietittävä, miten näiden eri kokemusten ja tuntemusten syntyä voitaisiin parhaiten tukea ja ylipäättään mahdollistaa leireillä. Kyselyn avulla saadaan myös tietoa siitä, mihin leireillä ei ole pystytty vaikuttamaan halutulla tavalla ja mitkä kokemuksellisuudet ovat jääneet vähäisiksi. Näin voidaan kehittää leirirakennetta niin, että se huomioi aiemmat puutteet. Tavoitteiden saavuttamiseksi on selvítettävä, mihin tavoitealueisiin kuten vastuun ottamiseen tai ongelmanratkaisukykyyn, on leireille osallistuneiden omasta mielestä toiminnassa mukana ololla ollut vaikutusta. Mitkä asiat he kokevat merkityksellisiksi eli, mihin heidän minäpystyvyyden osa-alueisiin pystyttiin vaikuttamaan subjektiivisesta näkökulmasta. Vastaavan kohderyhmän osalta ei juuri ole aiempaa tutkimustietoa seikkailukasvatuksen merkityksellisyydestä tai vaikuttavuudesta, joten kyselyn tulokset toimivat pohjatyönä olemassa olevan tutkimustiedon puutteellisuuden vuoksi ja tukevat siten teoriatietoa. Kyselyn tuloksia hyödynnetään leirin rakenteen kokoamiseen.

Tällä työllä pyritään luomaan tutkimustiedon ja teorian avulla uusi dramaturgiaa ja kokemuksellisuuksien laatuja yhdistävä leirirakenne, joka toimii suunnittelumetodin tavoin tukena leirien sisällön kehittämisessä. Suunniteltu leirirakenne tulee Outward Bound Finland ry:n käyttöön joka toimii tulevien leirien päätoteuttajana. Rakenteessa yhdistetään dramaturgia -metodi sekä kokemuksellisuuden laadut uudenlaiseksi työkaluksi, joka ohjaa leirin varsinaisen sisällön suunnittelua niin, että leirillä käytetään mahdollisimman holistista lähestymistapaa yksilön kehitykseen ja minäpystyvyyden vahvistamiseen. Rakenne on ikään kuin draaman kaari, joka toteutuu leirien myötä. Rakenteesta näkee, mihin asioihin pyritään minäkin päivänä vaikuttamaan ja se antaa kehykset toiminnalle, joka on sovellettavissa erilaisten kohderyhmien erilaisiin tarpeisiin.

Tavoitteena on rakenteen tueksi luoda sellaiset työkalut, keinot ja suuntaviivat leirin tarkemman sisällön luomiseksi, jotka mahdollistavat minäpystyvyyttä vahvistavan leirin toteutuksen. Rakenteen suunnittelussa huomioidaan monta eri näkökulmaa, jotka vaikuttavat yksilön ja yhteisön kehitykseen kuten toimintakyky, minäkuva, minäpystyvyys sekä yksilön kokemat kokemuksellisuuksien laadut ja niiden merkitys. Työ avaa tarkemmin minäpystyvyyttä ja siihen vaikuttavia tekijöitä joihin leirillä pyritään vaikuttamaan kehittävästi ja myönteisesti. Työn kokonaistuotoksen on tavoitteena olla sellainen, että OBF voi hyödyntää ja soveltaa sitä halutessaan myös muille kuin liikuntarajoitteisten kohderyhmille.

Työ antaa OBF:lle mahdollisuuden laajentaa nykyistä toimintaansa niin, että sen tarjonta kattaa myös liikuntarajoitteiset nuoret. Tällöin OBF pystyisi järjestönä tarjoamaan seikkailukasvatusta laajemmalle kohderyhmälle ja siten tavoittamaan useamman nuoren sekä kasvattamaan omaa vaikuttavuuttaan.

7 Työn vaiheet

Työ lähti liikkeelle marraskuussa 2015, ottamalla yhteyttä VAU ry:n tutkimuspäällikköön liikuntatieteiden tohtoriin Aija Saareen ja kertomalla millaisten aihealueiden tiimoilta opin- näytetyö olisi tarkoitus tehdä. Aija välitti viestin VAU ry:n tapahtumakoordinaattori Tiina Siivoselle ja Tiina ehdotti, että silloisen Suomen Invalidien Urheiluliiton (SIU) ja nykyisen VAU ry:n aikanaan järjestämien seikkailukasvatusleirien vaikuttavuutta leireille osallistu- neille tutkittaisiin. Tällöin kuvaan astui myös Outward Bound Finland. He ilmaisivat kiin- nostuksensa uutta leiriä kohtaan jonka sisällön suunnittelu, voisi olla työn varsinainen ta- voite, VAU ry:lle tehtyä tutkimusta hyödyntäen. Tiina Siivosen kanssa hahmoteltiin työn raameja, toteutustapaa ja aikataulua sekä työn toteuttajan ja toimeksiantajan rooleja. Täl- löin päätettiin teetättää VAU:n seikkailukasvatustoimintaan osallistuneilla kysely sekä kut- sua heidät avoimeen keskustelutilaisuuteen missä eri virikkeiden avulla käytäisiin keskus- telua ja muisteltaisiin leirejä. Tällöin saataisiin kaksi eri aineistoa, yhden kyselytutkimuk- sesta ja toisen hieman syvemmälle menevän keskustelutilaisuudesta. Marraskuussa kes- kusteltiin myös OBF:n Michelle Sunin kanssa siitä millainen leiri voisi olla mahdollista to- teuttaa, miten suunnittelua täytyy rajata työssä ja kuinka hyödyntää kyselytutkimuksesta saatavat tulokset. OBF:llä ei ollut aiemmilta vastaavanlaisilta leireiltä kerättyä palautetta ja seurantaa jota voisi hyödyntää, joten VAU:n kanssa tehtävästä kyselystä tulisi tarpeellista pohjatietoa teorian tiedon lisäksi.

Kyselytutkimusta työstettiin yhdessä Aijan ja Tiinan kanssa, jolloin päädyttiin siihen, että olisi parempi lähettää kyselytutkimus VAU ry:n toimesta (sen sijaan, että minä lähestyisin kohderyhmää), jolloin kyselyn vastaanottajat todennäköisemmin avaisivat sähköpostin ja myös vastaisivat kyselyyn. VAU ry:n ottaessa yhteyttä kyselyn lähettäjä olisi viestin vas- taanottajalle entuudestaan tuttu ja luotettava taho. Urheilumuseo, missä oli Suomen Inva- lidien Urheiluliitto ry:n arkistot eli aiempien leirien materiaalit, oli remontissa. Tällöin pääs- tiin käsiksi ainoastaan VAU:lta tallessa oleviin leirien osallistujatietoihin, jotka olivat melko suppeat. Joulukuussa työllä ei vielä ollut ohjaavaa opettajaa ja Urheilumuseo oli edelleen remontissa. Ainut leirejä koskeva materiaali oli VAU:lta saadut tiedot Pieni Suuri Seikkailu- leiristä ja videomateriaali Suomi Savo Challenge 1 ja 2 leireistä sekä keskustelut Tiinan ja Aijan kanssa leirejä koskien. Ohjaajan puuttuminen ja Urheilumuseon remontti molemmat hidastuttivat hieman työn edistymistä.

Tammikuussa valmis kysely ja kutsu keskustelutilaisuuteen lähetettiin Tiina Siivosen toi- mesta kohderyhmälle, mihin kuului kaikki VAU ry:n rekisterissä olevat henkilöt, jotka olivat osallistuneet vuosina 1996 - 2002 Suomen Invalidien Urheiluliiton Kummi-toimintaan ja olivat osallistuneet jollekin seikkailuleirille tai - tapahtumaan. Kyselyyn annettiin vastausai-

kaa noin kaksi ja puoli viikkoa. Kun kyselyyn oli aikaa vastata enää muutama päivä, oli vastauksia tullut vasta kolme kappaletta. Tiina laittoi kohderyhmälle uutta viestiä ja samalla vastausaikaa päätettiin jatkaa reilusti. Uuden vastausajan umpeutuessa oli ainoastaan yksi henkilö ilmoittautunut järjestettävään keskustelutilaisuuteen, joten se päätettiin perua. Tähän mennessä kyselyyn vastanneita oli kahdeksan kappaletta ja oli selvää, että siihen olisi hyvin vaikea saada enää lisää vastaajia. Kyselytutkimuksesta ei siis tulisi kovin luotettava. Maaliskuun alussa aloitettiin kyselyn tulosten purkaminen. Urheilumuseon remontti oli päättynyt ja leirien aineistoihin päästiin käsiksi. Ainoastaan muutamasta leiristä löytyi aineistoa ja itse leirien ohjelmista ei löytynyt paljoakaan tietoa. Tulosten ja saatavilla olevien vanhojen leirien materiaalien pohjalta alettiin työstää uuden seikkailukasvatusleirin rakennetta.

Leirin rakenteesta ja sen kulusta ja tasapainosta oli melko selkeä visio ja Outward Bound Finland antoi siihen toimeksiantajana erittäin vapaat kädet. Omassa päässä oleva visio piti saada vielä perusteltua teorian avulla ja kirjoitettava järkevästi ja ymmärrettävästi Outward Bound Finlandin käyttöön, jolloin oli ensin perehdyttävä syvemmin tavoitteisiin ja keinoihin kuten minäpystyvyyteen ja siihen vaikuttaviin tekijöihin. Alussa tehty kirjallisuuskatsaus täydentyi huomattavasti tammi-, helmi- ja maaliskuussa sillä taustaosioon löytyi jatkuvasti lisää lähteitä uusien termien, teorioiden ja metodien tullessa tutummiksi. Alkuun suunniteltu tausta osio muuttui merkittävästi alun suunnitelmista työn edetessä ja muokautuessa yleisestä ideasta ja suunnitelmasta varsinaiseen työhön.

Tuleva leiri toteutettaisiin seikkailukasvatusta menetelmänä käyttäen, joten taustaosiossa perehdyttiin ensin siihen ja sen vaikuttavuuteen sekä sen rinnakkaiskäsitteeseen elämyspedagogiikkaan. Seikkailukasvatus oli entuudestaan opintojen kautta erittäin tuttu käsite, mutta oli yllättävää miten vähän ja yksipuolisesti aiheesta löytyi suomenkielisiä lähteitä ja tutkimuksia, vaikka sen käyttö kasvatus- ja hoitotyössä onkin laajaa. Tästä syystä oli erityisen ikävää, että kyselyyn tuli niin vähän vastauksia, että myöskään tällä työllä ei varsinaisesti lisätty tutkimusten määrää. Tulevan leirin tavoitteeksi oli asetettu yksilön kasvu ja kehitys ja kun ohjaava opettaja mainitsi minäpystyvyysteorian, kaikki palaset loksahivat paikoilleen ja ajatukset ja visiot leirin tavoitteista saivat oikeat termit ja tutkittua tietoa tukeeseen. Itseluottamus ja minäkuva ovat erittäin laajasti käytettyjä termejä ja ne herättävät ihmisissä monia ajatuksia, jotka saattavat poiketa merkittävästi jo itse termin määrittelystä. Tästä syystä työssä päätettiin käyttää minäpystyvyyttä, hieman vieraampaa, mutta myös jollain tapaa selkeämpää ja rajatumppaa termiä. Minäpystyvyyden teoria tiivistää seikkailukasvatuksen pyrkimykset ja antaa esimerkiksi erilaisille yksilön kehityksen ilmiöille selkeät termit ja selitykset. Minäpystyvyyden käsitteenä oli uusi, joten se vaati laajaa perehtymistä, joka vei myös paljon aikaa, sillä suurin osa materiaalista oli englanniksi jolloin sen sisäis-

täminen oli hidasta. Onneksi aihetta sivuavia suomenkielisiä teoksia kuitenkin löytyi, jolloin käännöstyö ja termien suomentaminen helpottui hieman. Seikkailukasvatuksen tavoitteet ja pyrkimykset ovat suoraan linjassa tekijöihin, joilla on todettu olevan minäpystyvyyttä vahvistava ja tukeva vaikutus. Olikin yllättävää, että niiden välille ei ole luotu yhteyttä tai ainakaan sellaisesta ei löytynyt näyttöä.

Kyselyn tulosten tulkinnan alkaessa koko työ tuntui olevan vielä todella levällään ja punainen lanka oli hautautunut jonnekin sirpaleisen taustaosion alle, jolloin tulosten analysoinnista puuttui järkevä pohja. Tässä vaiheessa otettiin yhteyttä filosofian tohtori Arto Tiihoseen, joka auttoi tulkitsemaan kyselytutkimuksen vastauksia kokemuksellisuuden laatuja hyödyntäen. Tutkimuksen tulokset oli tällöin mahdollista kirjata selkeämmin ja ymmärrettävämmin. Arto auttoi analysoimaan ja tarkentamaan vastausten avulla saatuja tuloksia ja peilaamaan niitä kokemuksellisuuksien tasoihin sekä pohtimaan eri taustaosioiden liittämisnäkökohtia. Arton apu oli merkittävä ja hänen avullaan saatiin ajatukset ja ideat myös konkreettisesti paperille. Kokemuksellisuuksien laatuja ei ole vielä paljoa tutkittu, mutta saatavilla olevien tietojen perusteella sai kuitenkin rakennettua loogisen yhteyden niiden ja muiden teorioiden välille. Kokemuksellisuuksien laatuja ja niiden merkitystä lukiessa, avartui ymmärrys, miten laajasti niitä ja niiden arviointia voitaisiin hyödyntää, ei pelkästään seikkailukasvatustoiminnan parissa vaan myös ihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi ja motivaatioiden ymmärtämiseksi yleisesti.

Teoriaosuuksia tehdessä punnittiin, tulisiko erityisesti liikuntarajoitteisten minäkuvan kehityksestä ja yleisesti nuoren kehityksestä kirjoittaa tarkemmin. Nämä päätettiin kuitenkin jättää pois sillä liikuntarajoitteisten vammat ja sairaudet ovat hyvin vaihtelevia. Yksiselitteistä rajausta esimerkiksi liikuntarajoitteisten minäkuvan kehityksen ongelmakohdista on vaikea tehdä, kun taas jos kyseessä olisi vain ja ainoastaan tietyn tason cp-vammaisia niin haasteet olisi helpommin yleistettävissä. Työssä ei myöskään keskitytä tarkemmin minkään tietyn ikävaiheen kehitykseen ja haasteisiin, sillä tämä olisi rajannut työn soveltamismahdollisuuksia jatkossa. Nyt kohderyhmä voi olla esimerkiksi mitä vain välillä 10–26 vuotta. Minäkuva, toimintakyky, minäpystyvyydet ja kokemuksellisuudet kehittyvät, kasvavat ja vaikuttavat kaikki yhtälailla heidän toimintaansa.

Minäpystyvyyden, seikkailukasvatuksen, Tšekkiläisen dramaturgian, kokemuksellisuuksien laatuja sekä toimintakyvyn teorioiden yhdistäminen sujuvaksi ja selkeäksi kokonaisuudeksi osoittautui yllättävän haastavaksi. Leirin tavoite ja sen saavuttamiseksi käytettävät keinot, kuten dramaturgia ja kokemuksellisuuden laadut, olivat itsessään jo isoja aihealueita, jolloin leirin rakenteen ymmärtämiseksi oli kerrottava kaikista kattavasti teoriaa. Teoriaosuuksien tuli kuitenkin pysyä tarpeeksi tiiviinä ja pääaiheen ympärillä, mikä oli toi-

sinaan haastavaa pitää mielessä. Näiden kaikkien teoriaosuuksien yhteenliittäminen tuntui ajatuksen tasolla järkevältä ja loogiselta, sillä niiden väliset syy-seurausyhteydet vaikuttivat ilmiselviltä. Niiden saattaminen kirjalliseen ja ymmärrettävään muotoon, kaikki yhteen nivottuna, oli kuitenkin pitkä ja haastava prosessi. Yksittäiset teoriaosuudet tuntuivat alkuun irrallisilta, vaikka tarkastelivatkin samaa ilmiötä kuin joki toinen osuus, vain hieman eri kantilta ja eri termein. Näiden irrallisten teorioiden ja niiden yhteykskohtien löytäminen ja perustellusti ylöskirjaaminen osoittautui työlääksi. Yhteenliittämisessä auttoi kirjallisuuskatsauksen syventäminen ja uusien tietolähteiden hankinta. Teoria kokonaisuuksien määrän vuoksi, niiden yhteen nivominen päätettiin tehdä lähinnä työn tuloksessa rakenneosuudessa sekä kyselytutkimuksen tulosten pohdinnassa.

Maaliskuussa päästiin vihdoinkin työstämään ja sovittamaan yhteen dramaturgian aaltoa ja kokemuksellisuuksien tasoja. Leirin rakenne alkoi saada taustaosioon perustuvan muotonsa ja konkreettisen suunnittelutyössä käytettävän kaavionsa, hitaasti mutta varmasti. Luonnokset rakenteen kaavasta olivat itselle selkeät, mutta dramaturgian aallon ja kokemuksellisuuksien laatujen laittaminen yhteen niiden rytmiä ja tasoja kuvastavaan diagrammiin niin, että joku muukin ymmärtäisi ajatuksen niiden takana ja kuinka niitä voi todella hyödyntää suunnittelussa, oli haastavaa. Rakenne täydentyi pikkuhiljaa, ensin se meinasi lähteä rönsyilemään, jolloin oli pakko muuttaa sen kokoamista päinvastaiseksi niin, että leiripäivien teemat, tavoitteet ja kokemuksellisuudet kirjoitettiin ja koottiin yhteen hyvin lyhyesti. Tämän jälkeen jokaiseen päivään alettiin tuoda lisää tarttumapintaa ja selkeämpiä suuntaviivoja joiden avulla kuka hyvänsä OBF:n ohjaaja pystyisi suunnittelemaan leirin. Monet asiat tuntuivat itsestäänselvyyksiltä ja tuntui turhalta jaarittelulta avata päivien tavoitteita sen enempää. Asettuessa toisen ohjaajan asemaan kuitenkin ymmärsi, että ilman tavoitteiden tarkempaa avaamista ohjeistus jää hyvin ohueksi ja epämääräiseksi.

Työn edistyminen oli erittäin paljon jäljessä tehdystä työsuunnitelmasta helmimaaliskuussa. Taustaosioon löytyi jatkuvasti uusia hyödyllisiä ja tarpeellisia lähteitä, kyselytutkimus ei tuottanut toivottua vastausmäärää ja keskustelutilaisuus jouduttiin perumaan. Suunnitelmat ja aikataulut menivät siis monella tapaa uusiksi, jolloin esitarkastuksessa varsinainen työ oli vielä erittäin vaiheessa. Eri teorioista oli olemassa kootut, siistimättömät versiot, mutta niitä ei ollut vielä varsinaisessa työssä. Tällöin työn etenemisvaiheet ja tarvittavat toimenpiteet olivat kuitenkin erittäin selkeät, niitä ei vain ehtinyt toteuttaa ennen esitarkastukseen jättöä. Työ eteni vauhdilla maaliskun ja huhtikuun aikana, jolloin myös työn alussa olleet ideat ja ajatukset työtä koskien, oli ongelmista ja muutoksista huolimatta saatu koottua yhteen opinnäytetyöhön. Työ lähetettiin ennen seminaariversion palautusta molemmille toimeksiantajille. Työhön tehtiin muutoksia aina seminaariversion palautuspäivään 14.4.2016 asti.

8 Kyselytutkimus

Kyselytutkimuksen kysymykset on mietitty niin, että niillä saisi mahdollisimman monitahoisesti ja kattavasti vastaukset tutkimuskysymyksiin. Kyselytutkimus löytyy kokonaisuudessaan liite osiosta (liite 1).

Kohdan 7 väittämät ja kysymykset pohjautuvat tavoitealueisiin, joihin seikkailukasvatuksella on todettu olevan vaikutusta ja jotka kaikki vaikuttavat ICF- luokituksen mukaan ihmisen toimintakykyyn. ICF- luokituksen osa-alueiden ”Suoritukset” ja ”Osallistuminen” ja niiden alle kuuluvien pääkohtien 1-3 sekä 5-9 mukaan tutkimukseen valikoitui kysymyksiä, jotka antavat osviittaa osallistujien subjektiivisesta toimintakyvyn kokemisesta ja sitä kautta kuvaa heidän minäpystyvyydestään. Suoritukset ja osallistuminen pääkohdat sisältävät seuraavat osa-alueet; oppiminen ja tiedon soveltaminen (pääkohta 1), yleisluonteiset tehtävät ja vaateet (2), kommunikointi (3), itsestä huolehtiminen (5), kotielämä (6), henkilöiden välinen vuorovaikutus ja ihmissuhteet (7), keskeiset elämänalueet (8), yhteisöllinen, sosiaalinen ja kansalaiselämä (9). (ICF 2014, 14, 30.)

ICF:n toimintakyvyn luokituksen osa-alueissa suoritukset ja osallistuminen pääluokkaan 1 kuuluu kyselytutkimuksen kohdan seitsemän kysymykset a - c, pääluokkiin 2, 5 ja 6 kuuluvat kysymykset j - l, pääluokkiin 3, 7 ja 9 kuuluvat kysymykset d - i ja pääluokkaan 8 kuuluvat kysymykset m - p.

Kyselytutkimuksen kysymykset voidaan myös jaotella Tiihosen kokemuksellisuuden laatu- jen perusteella neljään eri osaan elämyskokemukseen, identiteettikokemukseen, osallisuuskokemukseen sekä toimijuuskokemukseen. Kokemusluokitukset menevät luonnollisesti hieman limittäin joissain kysymyksissä voi kokemuksen laadun esimerkiksi luokitella sekä identiteetti- että toimijuuskokemukseksi. Tulkitsemalla vastauksia Tiihosen kokemuksellisuuden alueiden perusteella saadaan lisää tietoa ja perusteluja sille, miksi henkilöt ovat kokeneet tietyt asiat merkityksellisiksi.

8.1 Kyselytutkimuksen kohderyhmä ja järjestetyt leirit

Suomen Invalidien Urheiluliiton (SIU) vuosina 1997–2001 järjestämistä seikkailukasvatusteleireistä ei ole paljoakaan materiaalia jäljellä. Urheilumuseon arkistosta löytyy kuitenkin tietoja koskien Suomi Savo Challenge 1 (1997) ja 2 (1999), Levi Winter Extreme (2000), JST – purjehdus sekä Lontoo – Ranska – Southampton (2001). VAU:n arkistoista löytyi Pieni Suuri Seikkailu Rantasalmella (2002) leirin materiaalia. (SIU, Hc9 - Hc10.)

Järjestetyille leireille oli kaikille tyypillistä, että nuoret olivat itse tekijä roolissa eikä ainoastaan osallistujina. Leirien ideat ja sisällöt ovat suurelta osin lähteneet nuorten omista kiinnostuksista ja he ovat itse aktiivisesti olleet suunnittelemassa, ottamassa vastuuta ja toteuttamassa leirejä. SIUn järjestämä kummitoiminta mahdollisti nuorten osallistumisen sekä leirien suunnitteluun, toteutukseen, leireillä avustamiseen sekä itse leireihin osallistumiseen. Kummitoiminta mahdollisti vastuuroolien antamisen nuorille ja heidän kasvamisen vastuuseen ja toimijuuteen. Kaikille leireille oli yhteistä tavoite siitä, että leireillä rikotaan omia rajoja ja haetaan uusia kokemuksia. Nuoret, jotka olivat jo mukana SIUn toiminnassa, olivat vastuurooleissa leireillä kuten video-, päiväkirja-, tiedotus-, keittiö- ja majoitusryhmien vetovastuussa. (SIU, Hc9 - Hc10.)

Leirien ohjelmaan kuului muun muassa melontaa, kalastusta, kiipeilyä, köysiratoja, laskeutumista ratsastusta, purjehdusta, soutamista, laskettelua, hiihtämistä, mönkijöillä ajoa, vaellusta, retkeilyä, erätaitojen harjoittelua, arkiaskareiden tekoa uudessa ympäristössä, cityseikkailuja, iltanuotioita, aktiviteettien suunnittelua, valokuvausta, tiedottamista, kirjoittamista, saunomista ja päätösjuhlia. (SIU, Hc9 - Hc10.)

Kaikki leireille osallistujat olivat jollakin tapaa liikuntarajoitteisia. Osallistujien liikuntarajoitteisuuden johtuessa hyvin monista eri syistä ja heidän toimintakykynsä ollessa hyvin vaihteleva, puhutaan tämän työn yhteydessä yleisesti liikuntarajoitteisista henkilöistä. Tämän työn yhteydessä liikuntarajoitteisella tarkoitetaan henkilöä jolla on jonkin vamman tai sairauden seurauksena vaikeuksia liikkua itsenäisesti. Henkilö käyttää mahdollisesti joitakin apuvälineitä liikkumiseen. (SIU, Hc9 - Hc10.)

Seikkailukasvatus toimintaan osallistuneet olivat iältään 16 – 27 vuotiaita ja vaatimustasona oli, että heidän oli selvitävä ilman avustusta normaaleista päivätoiminnoista (syöminen, wc), eli pyörätuolin käyttäjillä oli hyvä olla terveet kädet. Muita kriteereitä olivat sosiaalisuus ja kielitaito, sillä osa leireistä oli kansainvälisiä. (SIU, Hc9 - Hc10.)

8.2 Kyselytutkimuksen tulokset

Kyselytutkimus lähetettiin 22 henkilölle joista yhdeksän (9) vastasi kyselyyn 8.1.- 2.3. välisellä ajalla. Kyselytutkimus lähetettiin henkilöille jotka olivat olleet mukana vammaisurheilujärjestön seikkailutoiminnassa vuosina 1996 - 2002. Kyselyyn vastasi seitsemän naista ja kaksi miestä. Vastajat ovat syntyneet vuosina 1972 – 1980. Kyselytutkimus raportti löytyy kokonaisuudessaan liiteosiosta (liite 2).

Kyselyyn vastanneista kukaan ei ollut osallistunut Futuuri seikkailuleirille Hiidenvuoren valloitukseen vuonna 1996. Kuusi vastanneista oli osallistunut Suomi Savo Challenge 1 vuonna 1997 Juvalla ja seitsemän puolestaan Suomi Savo Challenge 2 vuonna 1999 Juvalla. Lord Nelson purjehdukseen Englanti – Kanarian saaret vuonna 1999 oli vastaajista osallistunut neljä ja Winter Levi Extremeen vuonna 2000 oli ottanut osaa viisi. JST – purjehduksella Lontoo-Ranska-Southampton vuonna 2001 oli ollut yksi vastaajista. Kolme vastaajista oli ollut leirillä Pieni Suuri Seikkailu Rantasalmella vuonna 2002.

Vastanneista kolme ilmoitti toimintakykynsä olevan hyvä ja selviävänsä arjen toiminnoista ilman tukea, siinä missä muutkin. Kolme vastasi, että hänen toimintakyvyssään on lieviä rajoitteita, mutta selviävät arjen toiminnoista pienellä tuella. Kahdella vastaajista oli mielestään toimintakyvyssään merkittäviä rajoitteita ja he tarvitsevat arjen toiminnoissa useita erilaisia tukia. Yksi vastaajista valitsi vaihtoehdon ”en osaa sano/halua vastata tähän kysymykseen”.

Kohdassa kuusi vastaajien tuli arvioida millainen vaikutus seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisella oli heihin yhdellätoista eri seikkailukasvatuksen tavoitealueella kolmiporraisella vastaus luokalla; kielteinen vaikutus – en osaa sano – myönteinen vaikutus. Yhteensä 99 vastauksesta 79 oli, että seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisella oli ”myönteinen vaikutus” annettuihin tavoitealueisiin, vastauksista 18 oli ”en osaa sanoa” ja kaksi ”kielteinen vaikutus”.

Kohdan kuusi tulokset ovat seuraavanlaiset. Vastaajista kaikki yhdeksän (100 %) arvioi leireillä mukana ololla olleen myönteinen vaikutus vastuun kantamiseen. Kahdeksan (8) vastaajista arvioi, että tapahtumissa mukana ololla oli myönteinen vaikutus oma-aloitteisuuteen, itseluottamukseen, itsevarmuuteen sekä vastuun ottamiseen. Vastaajista seitsemän (7) arvioi, että tapahtumiin osallistumisella oli myönteinen vaikutus mielikuvaan omista vahvuuksista ja kyvyistä, mielikuvaan omista voimavaroista ja potentiaalista sekä sosiaalisiin taitoihin. Kuusi (6) vastaajaa arvioi, että tapahtumissa mukana ololla oli myönteinen vaikutus heidän minäkuvaan ja itsetuntemukseen. Viisi (5) vastanneista oli sitä mieltä, että tapahtumiin osallistumisella oli myönteinen vaikutus käsitykseen omasta toimintakyvystä. Kolme vastasi ”en osaa sanoa” ja yhden mielestä vaikutus oli kielteinen.

Kyselytutkimuksen kohdassa seitsemän vastaajien piti vastata 16 eri väittämään, olivatko seikkailukasvatustapahtumissa mukana olo vaikuttaneet heihin asteikolla; kyllä – ei – en osaa sano. Näihin 16 kohtaan vastattiin yhteensä 144 kertaa. Vastauksista 90 oli, ”kyllä vaikutti”, 14 ”en osaa sanoa” ja 40 ”ei vaikuttanut”.

Kohdan seitsemän tulokset ovat seuraavat. Vastaajista kahdeksan (8) oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukanaolo kehitti heidän kykyään ratkaista ja käsitellä ongelmia sekä kehitti heidän yhteistyötaitojaan. Vastaajista seitsemän (7) oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo lisäsi heidän kykyään arvioida omaa itseä ja toimintaa, tunnetta siitä, että he ovat osa yhteisöä, tunnetta siitä, että he pystyvät toimimaan vaikeassa ja stressaavassakin tilanteessa, mukanaolo myös kehitti heidän sosiaalisia taitojaan, tuotti positiivisia onnistumisen kokemuksia sekä auttoi löytämään itsestä uusia puolia. Kuusi (6) vastaajaa oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo lisäsi heidän kykyään tehdä päätöksiä, tunnetta siitä, että osallistumalla pystyy vaikuttamaan (kolme vastasi ”en osaa sanoa”), halua osallistua vapaa-ajalla, kodin ulkopuolella järjestettävään sosiaaliseen toimintaan tai tapahtumiin (kolmen vastaajan mielestä näin ei ollut) sekä käsitystä siitä, millaisia asioita ja aktiviteetteja he pystyvät tekemään (kolmen vastaajan mielestä näin ei ollut). Viisi (5) vastanneista oli sitä mieltä, että tapahtumiin osallistuminen lisäsi heidän luottamusta omiin kykyihin (kolmen vastaajan mielestä näin ei ollut). Kuusi (6) vastanneista oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo ei selkeyttänyt ajatuksia omasta tulevaisuudesta, kahden vastaajan mielestä selkeytti ja yksi vastasi ”en osaa sanoa”. Ainoastaan yksi vastaaja oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo kasvatti luottamusta muihin ihmisiin. Neljän (4) vastaajan mielestä näin ei ollut ja neljä ei osannut sanoa. Vastaajista seitsemän oli sitä mieltä, että tapahtumiin osallistuminen ei lisännyt heidän kykyään suoriutua itsenäisesti päivittäisistä toiminnoista.

8.3 Kyselytutkimuksen tulosten pohdintaa

Tarkasteltaessa kyselytutkimuksen tuloksia Tiihosen kokemuksellisuuden nelikentän pohjalta voidaan todeta, että tapahtumiin osallistuminen tuotti suurimmalle osalle osallistujista kokemuksia jokaisesta nelikentän alueesta. Eri kokemuksellisuuden laadut esiintyivät vastauksissa erittäin positiivisina ja myönteisinä. Kyselyssä elämäskokemus ja toimijuuskokemus jäivät vähemmälle huomiolle ja kysymysten paino oli enemmän identiteettikokemusten sekä osallisuuskokemusten alueilla, kysymykset ohjasivat vastauksia enemmän näiden kahden kokemuksellisuuden alueen suuntaan.

Erilaiset elämäskokemukset tulivat erityisesti esiin avoimissa kysymyksissä, missä vastaajat nostivat esiin upeiden maisemien ja luonnon lisäksi sen kuinka hienoa oli päästä tekemään ja kokemaan täysin uusia asioita. Elämäskokemukset ovat olleet tärkeitä välineitä tapahtumissa muiden kokemuksellisuuksien laatuja saavuttamiseksi. Kun osallistujat ovat päässeet kokeilemaan jotain täysin uutta ”kovaa” taitoa esimerkiksi kirkkoveneessä soutua, on samalla tarjoutunut heille tärkeä mahdollisuus muihin kokemuksellisuuden tasoihin. Esimerkiksi identiteettikokemus on voinut syntyä kun osallistuja on huomannut

omaksi yllätykseksi, että hän pystyy soutamaan liikuntarajoituksistaan huolimatta. Osallisuuskokemus taas on voinut syntyä, mikäli osallistuja on kokenut, että osallistumalla kirkkoveneen soutamiseen hän oli osa ryhmää, joka yhdessä pitkällä uurastuksella pääsi määränpäähän. Elämyskokemukset ovat siis toimineet hyvänä siltana muihin kokemuksiin lisuuden laatuun.

Kohdan seitsemän ja kuusi kysymyksissä suurimassa osassa identiteettikokemuksen laatuun kuuluvissa tavoitealueissa oli osallistujien mukaan tapahtunut edistystä seikkailukasvatustapahtumissa mukana olon myötä. Tulosten perusteella voidaan sanoa, että seikkailukasvatustapahtumiin osallistuminen on lisännyt vastaajien ymmärrystä itsestä sekä ympäröivästä maailmasta ja siten tapahtumissa mukana olo on ollut heille merkityksellinen. Kun osallistujat vielä vuosienkin päästä tapahtumien jälkeen kokevat, että mielikuvat omista vahvuuksista ja kyvyistä sekä potentiaalista kehittyivät positiiviseen suuntaan, voidaan todeta, että tapahtumissa mukana olo on tarjonnut vastaajille vahvoja identiteettikokemuksia. Omien vahvuksien, kykyjen, voimavarojen ja potentiaalinn tunnistaminen ovat kaikki isoja osa-alueita ihmisen omakohtaisessa kasvussa ja minäkuvassa eli minäpystyvyyden vahvistumisessa. Vastauksista näkyy, että tapahtumien myönteinen vaikutus kyseisillä tavoitealueilla on muokannut minäpystyvyyttä positiivisemmaksi sekä realistisemmaksi.

Osallisuuskokemusten laatu on aktiivinen ja ne perustuvat henkilöiden kokemukseen ryhmään kuulumisesta ja siinä toimimisesta. Vastauksista nähdään, että tapahtumiin osallistuminen kehitti vastaajien mielestä heitä tavalla, joka kehittää myös toisten huomioon ottamista, ryhmässä toimimista ja yhteisöä. Sosiaalisten- ja yhteistyötaitojen kehitys on vastaajien kesken koettu merkittävänä asiana, sillä niin moni koki vielä vuosienkin jälkeen näiden taitojen kehittyneen tapahtumissa mukana olon myötä. Osallistujat ovat kokeneet yhteisön merkittäväksi henkilökohtaisella tasolla ja vastauksista päätellen suurin osa (seitsemän yhdeksästä vastaajasta) koki olleensa osa yhteisöä. Leirit olivat kestoiltaan sen verran pitkiä, että osallisuuskokemuksen oli mahdollista syntyä. Sosiaalisten taitojen ja yhteistyötaitojen kehitys sekä tunne siitä, että osallistujat ovat olleet osa yhteisöä, ovat osoitus siitä, että tapahtumien yhdessä suunnittelu ja työskentäminen sekä tapahtumien aikana tehtävä yhteinen toiminta, ovat kaikki tärkeitä ja merkittäviä osia seikkailukasvatustoiminnassa. Se, että osallistujat ovat päässeet mukaan toimintaan suunnittelemaan ja tekemään aktiivisesti, eikä vain vastaanottamaan tietoja passiivisesti, on tehnyt tapahtumista heille entistä merkityksellisempiä.

Tapahtumissa mukana olo ei lisännyt osallistujien mielestä luottamusta muihin ihmisiin. Luottamus ei selvästikään kuitenkaan ole ollut esteenä sille, että olisi voinut kokea ole-

vansa osa ryhmän toimintaa. Yksi vastaajista oli sitä mieltä, että tapahtumiin osallistuminen kasvatti luottamusta muihin ihmisiin, neljä vastasi ”ei” ja neljä ”en osaa sanoa”. Luottamuksen määrä muihin ihmisiin ennen tapahtumaa ei käy ilmi kyselytutkimuksesta. Eri-tyisesti avustusta tarvitsevilla henkilöillä luottamus muihin on hyvin tärkeä osa toimintakykyä ja voi monesti rajoittaa esimerkiksi osallistumista toimintaan jolloin myös osallisuuskemukset jäävät vähäisiksi. Tutkimuksiin vastanneilla useammalla kuitenkin oli halua osallistua kodin ulkopuolella järjestettävään toimintaan, eli ainakaan siihen ei luottamuksen mahdollinen puute ole vaikuttanut.

Osa tapahtumissa mukana olleista olivat toiminnassa mukana ohjaajien roolissa tai leirejä koskevassa suunnittelutyöryhmässä, missä he pääsivät itse suunnittelemaan tapahtumia alusta loppuun saakka, eli myös ratkaisemaan kaikki käytäntöä koskevat ongelmat. Osa leireistä syntyi nuorten omasta halusta päästä tekemään ja kokemaan erilaisia asioita. Jo leirien suunnitteleminen ja niiden toiminnasta vastaaminen lisäävät osallistujien toimijuutta, joka tulosten perusteella on myös hyvin toteutunut. Kaikki paitsi yksi vastanneista oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo kehitti heidän kykyään ratkaista ja käsitellä ongelmia. Kuuden vastaajan mielestä heidän kykynsä tehdä päätöksiä lisääntyi ja tunne siitä, että osallistumalla pystyy vaikuttamaan, kasvoi. Seitsemän mielestä mukana olo lisäsi tunnetta siitä, että pystyy toimimaan vaikeassa ja stressaavassakin tilanteessa. Vastauksen perusteella seikkailukasvatustapahtumat ovat pystyneet tarjoamaan kokemuksia siitä, että yksilö pystyy vaikuttamaan sekä omaan että toisten toimintaan ja että tekemällä tai tekemättä jättämällä vaikuttaa myös muihin ihmisiin. Nämä vahvistuneet tuntemukset omista kyvyistä ovat tärkeitä jokapäiväisessä elämässä ja vaikuttavat henkilön toimintakykyyn sekä minäkuvaan. Vastauksista voi nähdä, että monen osallistujan oman arjen hallinta on helpottunut toimintaan osallistumisen myötä. Kurssilla saadut identiteetti-, osallisuus- ja toimijuuskokemukset ovat luoneet pohjaa vahvan minuuden kehittymiselle.

Tarkastelemalla tuloksia ICF:n toimintakyvyn luokituksen osa-alueiden suoritus ja osallistuminen avulla saadaan välillistä tietoa siitä kuinka vastaajat kokevat seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisen vaikuttaneen heidän toimintakykyynsä. Toimintakyvyn pilkkominen moneen eri pienempään osa-alueeseen antaa realistisemmän kuvan siitä, mihin seikkailukasvatustoiminnalla on mahdollisesti pystytty vaikuttamaan ja mitkä alueet jäävät kehityksen ulkopuolelle.

Pääluokkaan 1 (oppiminen ja tiedon soveltaminen) kuuluvat väittämät (kyky arvioida omaa itseä, kyky ratkaista ja käsitellä ongelmia, kyky tehdä päätöksiä) kehittyivät tapahtumiin osallistumisen johdosta suurimman osan vastaajista mielestä. Näihin kolmeen eri kohtaan tuli ainoastaan viisi ”en osaa sano” vastausta ja yksi ”ei” vastaus, joka osoittaa, että suu-

rimman osan vastaajista toimintakyky tässä pääluokassa meni parempaan suuntaan. Tuloksista nähdään, että seikkailukasvatustoiminnalla on pystytty vaikuttaman henkilön oppimisprosessiin kehittävästi. Edellä mainitut kyvyt mahdollistavat oman toiminnan ja käytöksen muuttamisen haluttuun suuntaan eli oppiminen ja uuden tiedon soveltaminen käytäntöön tulevat tehokkaammiksi.

ICF:n toimintakyvyn luokituksen osa-alueissa suoritus ja osallistuminen pääluokissa kolme, seitsemän ja yhdeksän (kommunikointi, henkilöiden välinen vuorovaikutus ja ihmissuhteet, yhteisöllinen, sosiaalinen ja kansalaiselämä) suurimmassa osassa vastaajat arvioivat jälleen kehitystä tapahtuneen ja tapahtumissa mukana olon vaikuttaneen myönteisesti näihin pääkohtiin. Tulosten perusteella seikkailukasvatustapahtumilla on pystytty ainakin osallistujien subjektiivisesta näkökulmasta vaikuttamaan asioihin jotka kehittävät yksilön vuorovaikutustaitoja sekä edistävät osallistumista yhteisön toimintaan.

Pääluokissa kaksi, viisi ja kuusi (yleisluontoiset tehtävät ja vaateet, itsestä huolehtiminen, kotielämä) vastausten suhteen oli enemmän hajontaa kuin toisissa pääluokissa. Vastausten perusteella voidaan todeta, että tapahtumissa mukana olo on vaikuttanut enemmän yksilöiden oman itsensä ja identiteetin kehittymiseen kuin tämän yleisiin toimintatapoihin arjessa. Vastaajista seitsemän arvioi, että heidän kykynsä selviytyä itsenäisesti päivittäisistä toimista ei lisääntynyt. Kohderyhmän päivittäiseen itsenäiseen toimintakykyyn voi olla vaikea vaikuttaa, sillä monesti fyysiseen ja sosiaalisen ympäristöön on hankala tehdä muutoksia itse, mutta asenneympäristöön voi yksilön kannalta odottaa muutoksia seikkailukasvatuksella. Näissä pääluokissa kuitenkin tapahtui hieman kehitystä vastaajien arvion mukaan, sillä positiivista kehitystä nähtiin tapahtuneen esimerkiksi suhtautumisessa haastaviin tilanteisiin ja niiden ratkomiseen sekä omassa käsityksessä siitä miten moneen eri toimintaan ja aktiviteettiin he pystyvät todellisuudessa osallistumaan liikuntarajoituksistaan huolimatta. Monelle kyselyyn vastanneista tapahtumissa mukana olo on avannut uusia mahdollisuuksia, mitä he voivat tehdä ja uudet jännittävät tilanteet ovat olleet helpommin käsiteltävissä ja hallittavissa. Seikkailukasvatustoiminnalla on pystytty osallistujien kohdalla esimerkiksi murtamaan ajatuksia siitä, että omat sairaudet ovat esteitä toiminnalle. Toiminnan myötä esteellisyyden illuusio rikkoutuu, joka on tärkeä osa seikkailukasvatusta tällaisen kohderyhmän kanssa.

8.4 Tapahtumiin osallistumisen merkityksellisyys ja vaikuttavuus

Leirien merkityksellisyyttä ja vaikuttavuutta mietittäessä tuloksista näkyy, että vastaajat ovat tulkinneet kokemuksensa hyvin myönteisesti, joka sinällään on jo osoitus leirien merkityksellisyydestä. Tätä tulkintaa vahvistaa entisestään se, että vastaajat itse ovat vielä

14–20 vuotta tapahtumien jälkeen sitä mieltä, että tapahtumiin osallistumisella on ollut näin paljon myönteisiä vaikutuksia heihin ja heidän toimintaan eli se on ollut henkilökohtaisesti hyvin merkityksellistä. Näin pitkän ajan jälkeinen merkityksellisyys osallistujille voidaan tulkita jo vaikuttavaksi.

Positiiviset ja myönteiset vaikutukset omaan minäkuvaan ja toimintakykyyn ovat jo hienoja asioita, mutta ne luovat vasta potentiaalin ja mahdollisuuden arjen muuttamiseen. Toimintaan osallistumisella ei kyselytutkimuksen perusteella ole ollut suurta toiminnallista siirtovaikutusta vastaajien omaan arkielämään heidän omasta mielestään. Tämän perusteella vaikka leirit ovat olleet hyvin merkityksellisiä vastaajille, niiden vaikuttavuus ei yllä samalle tasolle. Tapahtumat ovat olleet melko lyhytkestoisia siihen nähden, että niiden aikana esimerkiksi ajatukset omasta tulevaisuudesta selkeytyisivät tai kyky suoriutua päivittäisistä toiminnoista itsenäisesti paranisi siihen kun yleensä vaikuttaa suuresti myös sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Tällaiset odotukset eivät siis välttämättä ole aina realistisia juuri tällä kohderyhmällä, missä ympäristö asettaa enemmän haasteita ja muutokset eivät aina ole omasta tahdosta kiinni. Muutokset kuitenkin ovat mahdollisia, mikäli prosessissa annetaan mahdollisuus ja työkalut oman tulevaisuuden pohdinnalle. Henkilön tulee myös osallistua aktiivisesti toimintaan omasta tahdosta.

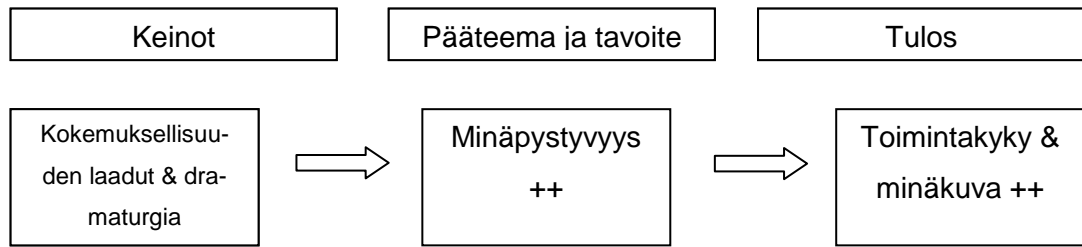
9 Minäpystyvyyttä vahvistavan seikkailukasvatusleirin rakenne

Liikuntarajoitteisille suunnatun minäpystyvyyttä vahvistavan seikkailukasvatusleirin sisällön rakenne on tarkoitettu Outward Bound Finland ry:n käyttöön. Leirin rakenteen sisältö ei ole tarkka kuvaus aikataulusta tai eri harjoitteista ja niiden säännöistä ja ohjeistuksesta, vaan suuntaa antava runko, jonka mukaan tarkempi sisältö luodaan leirin toteutuessa. Jokaisen päivän rakenteen lisäksi päivälle on yksi tai useampi tavoite, mihin eri aktiviteeteilla ja toiminnoilla tähdätään. Työstä on rajattu pois aktiviteettien tarkat kuvaukset, sillä ne tulee suunnitella erikseen jokaisen kohderyhmän tarpeet huomioiden. Samoista syistä työhön ei ole otettu mukaan leirin pitopaikkaa, ohjaajatarvetta tai kustannusarvioita. Outward Bound Finland ry suunnittelee ne itse leirin tullessa ajankohtaiseksi.

Leirin kestoksi valittiin seitsemän päivää, sillä lyhyemmällä leireillä on erittäin haastavaa pystyä vaikuttamaan osallistujien minäpystyvyyteen ja leirin merkityksellisyys jää vähäisemmäksi. Leiri voisi olla vaikuttavuuden maksimoimiseksi kestoltaan pidempi, mutta pidemmälle leirille on hankalaa saada osallistujia ja kustannukset nousevat merkittävästi. Leirin rakenteeseen ja esimerkiksi eri päivien tavoitteisiin on päädytty omien ohjaaja- ja leirikokemusten, teorian tiedon sekä Tšekeissä ja Australiassa testattujen ja tutkittujen leirien toteutetun sisällön ja ohjelman suunnittelumetodin perusteella. Tšekeissä ja Australiassa testattujen leirien rakenteessa on hyödynnetty dramaturgian aaltoa sekä dramaturgian suunnittelun viittä askelta. Testi leirien pääaktiviteetit on luettavissa muun muassa Lebermanin (2002) *Dramaturgy as a method* – artikkelista.

Rakenteessa on mukailtu osittain Outward Bound koulujen yleistä ohjelman rakennusperiaatetta, missä ohjaaja ensin itse toimintoja ohjaamalla, luo toimintafilosofian (kulttuurin, toimintasäännöt ja turvallisuusmääräykset), aktivoi osallistujia omatoimisuuteen ja kertoo ryhmälle mitä heiltä odottaa. Ohjaaja on alkuvaiheessa tiiviisti kytkettynä oppimisprosesseihin. Tämän aikana toiminnan kautta ryhmässä työskentely kehittyy, itseluottamus kasvaa ja ryhmäläiset oppivat tuntemaan toistensa kykyjä sekä tuntemaan vastuuta tekemisistään. Leirin edetessä ohjaaja vetäytyy syrjään päätöksenteosta ja vastuun painopiste siirtyy suuressa määrin ohjaajalta ryhmälle. Tällöin ohjaaja lähinnä tukee ryhmän oppimisprosessia ja puuttuu turvallisuuskysymyksiin. (Telemäki 1998, 49–51.)

Leirin rakenne ohjaa toimintaa kohti päätavoitetta, joka on minäpystyvyyden vahvistaminen ja siinä erityisesti pystyvyyssodotuksiin vaikuttaminen. Toimintaa puolestaan ohjataan kokemuksellisuuden laatuun ja dramaturgian avulla, jotka toimivat keinoina päätavoitteen saavuttamiseksi. Tavoitteen täytyessä on seurauksena toimintakyvyn paraneminen ja minäkuvan vahvistuminen (kuvio 6.).



Kuvio 6. Toteutuksen keinot, tavoite ja tulos (oma kuvio).

Ratas (2011, 38–39.) kehitti opinnäytetyssään taulukon (taulukko 3.), missä hän esitti Tiihosen kokemuksellisuuden laadujen esiintyvyyden seikkailukasvatukselle ominaisissa harjoitteissa oman kokemuksensa, näkemyksensä ja arvionsa mukaan. Taulukossa vaakasuoralla rivillä ylhäällä on eri kokemuksellisuuden laadut, vasemmalla pystysuoralla sarakkeella on eri seikkailukasvatuksellisten harjoitteiden kategoriat ja oikealta sarakkeesta löytyy tietyn harjoitekategorian yhteispisteet. Alareunassa on keskiarvo, joka osoittaa tietyn kokemuksellisuuden laadun esiintyvyyden kaikkien eri harjoitteiden osalta.

Taulukko osoittaa asteikolla 1-5 eri harjoitekategorioissa esiintyvät kokemuksellisuuden laadut harjoitteiden päätavoitteiden näkökulmasta. Taulukon asteikko; 1 = ei lainkaan merkitystä, 2 = vähän merkitystä, 3 = jonkin verran merkitystä, 4 = paljon merkitystä, 5 = erittäin paljon merkitystä. Pistemäärästä voi nähdä eri harjoitekategorioiden kokemuksellisuuden laajuuden sekä mihin kokemuksellisuuden laatuihin pystytään kullakin harjoituskategoriolla vaikuttamaan. (Ratas 2011, 39–40.)

Taulukko 3. Seikkailukasvatuksellisten harjoitteiden kokemuksellisuuden esiintyvyyden arviointi tavoitteiden näkökulmasta katsottuna (Ratas 2011, 39.)

Kokemuksellisuuden laadut	Elämys	Identiteetti	Osallisuus	Toimijuus	Yhteensä
Ice breakers – harjoitteet	3	2	5	1	11
Tutustumisharjoitteet	3	4	5	1	13
Kommunikaatioharjoitteet	1	5	5	5	16
Ongelmanratkaisuharjoitteet	1	5	5	5	16
Luottamusharjoitteet	3	5	5	5	18
Metaforaharjoitteet	1	5	5	5	16
Luovuusharjoitteet	4	5	5	5	19
Retki	5	5	5	5	20

Köysitoiminnot	1	5	5	5	16
Soolo	4	5	1	1	11
Keskiarvo	2,6	4,6	4,6	3,8	

Rataksen taulukosta saa osviittaa siitä, millaisista aktiviteetti tyypeistä on todennäköistä saada jonkin tietyn kokemuksellisuuden laadun kokemuksia ja vastavuoroisesti millaisia aktiviteetteja voi tehdä kun on tarkoitus vahvistaa ja luoda jotain tiettyä kokemuksellisuutta.

9.1 Leirin rakenne

Tämän on liikuntarajoitteisille suunnatun minäpystyvyyttä vahvistavan seikkailukasvatusleirin rakenne, joka sisältää eri päivien tavoitteet ja teemat joiden mukaan aktiviteettien luonne määräytyy. Teemojen ja tavoitteiden lisäksi aktiviteettien suunnittelussa suuntaa antavat kokemuksellisuuden laadut. Kokemuksellisuuden laadut ja dramaturgia ovat työkaluja jotka luovat suuntaviivat ja kehykset leirin sisällölle, joka myöhemmin suunnitellaan kohderyhmän mukaisesti.

Rakenteen mukaisia aktiviteetteja suunniteltaessa on hyvä muistaa, että aktiviteettien tulisi aina pohjautua johonkin ajatukseen, kuinka se tulee vaikuttamaan osallistujiin. Aktiviteetteja tulee siten myös varioida muuttuvien tilanteiden ja tarpeiden mukaan, kuten muuttamalla rooleja, aikaa, asettamalla aistirajoituksia (esimerkiksi ottamalla yksi aisti pois), ympäristöä, käytössä olevia välineitä tai kehyskertomusta. Aktiviteetteja sovellettaessa lähtökohtana tulee olla aktiviteetin tavoite. (Ratas 2011, 34.)

Alla on kuvattuna jokaisen päivän tavoite, mihin päivän ohjelman tulisi tähdätä. Aktiviteettien luonne määräytyy päivän teeman mukaan ja kokemuksellisuuden laadut tarkentavat päivän tavoitetta ja esimerkiksi aktiviteetteihin annettavan ohjeistuksen kulkua. Jokaisen päivän kohdalla on avattu hieman sitä, mitä eri tavoitteilla ja teemoilla tarkoitetaan, jotta kuka tahansa OBF:n ohjaaja voi tarvittaessa hyödyntää tätä rakennetta. Päiväkohtaisen rakenteen lisäksi ohjaajaa avustaa suunnittelussa dramaturgian aallon ja kokemuksellisuuksien laatujen yhteistä rytmiä kuvaava kuvio (kuvio 7.) sekä dramaturgian kehityksen viisi vaihetta sovellettuna (luku 9.1.2.).

Ensimmäisen päivän tavoitteena on luoda osallistujille turvallinen olo niin fyysisesti kuin henkisesti sekä tehdä ryhmän jäsenistä toisilleen (ja ohjaajille) tutumpia. Tavoitteena on myös haastaa yksilöä miettimään syitä ja motivaatioita miksi on osallistunut leirille ja mil-

laisia asioita toivoo vievänsä mukanaan leiriltä omaan elämään ja arkeen. **Teema:** fyysinen. **Pääkokemuksellisuudet:** identiteetti, **taustakokemuksellisuudet:** elämys.

"Sosiaalistamisleikit, joiden tarkoituksena on tutustuttaa ryhmän jäsenet toisiinsa ja poistaa osallistumisen esteet" (Lehtonen 1998, 21). Ryhmän jäsenten keskinäinen tunteminen on avaintekijänä seuraavien päivien yhteistyölle. Tutustumisessa aktiviteetit ovat yleensä lyhytkestoisia, helppoja, leikkimielisiä, hauskoja, mielenkiintoisia sekä turvallisia, jotka rentouttavat ilmapiiriä. Aktiviteetit aktivoivat yhteistyö- ja kommunikaatiokykyä ja siten valmistavat ryhmää tuleviin koitoksiin. (Ratas 2011, 44; Rätty 2011, 76.) Ensimmäisenä päivänä tehdään yhdessä ryhmänä aktiviteetteja joissa epäonnistumisen mahdollisuus on pieni eli myös kynnys osallistua on matala. Tulevaa kehitysprosessia ja identiteettikokemuksia ajatellen on hyvä haastaa osallistujia pohtimaan miksi he ovat osallistuneet leirille ja millaisia odotuksia heillä tulevalta viikolta on. Tämä helpottaa myös ohjaajien työtä leirin aikana. Tässä vaiheessa ei vielä mennä syvälle osallistujien historiaan, sillä luottamusta ryhmään ei ole vielä muodostunut, mutta persoonallisuutta ja luonteenpiirteitä on hyvä tehdä tutuksi erilaisten leikkien avulla. (Leberman ym. 2002, 199.) Aktiviteeteissa huomioidaan päivän teema fyysisyys, kahdelta eri kantilta. Toisaalta on liikettä ja liikkumista ja toisaalta tehdään myös harjoituksia, joissa ollaan fyysisesti lähellä toisia. Elämyskokemus voi esiintyä päivän aikana jo pelkästään ulkona nukkumisen tai ruokailun muodossa tai iltanuotiolla lettuja paistaessa.

Toisen päivän tavoitteena on osallistujien ryhmätyöskentelyn ja ihmissuhdetaitojen edistäminen, joka toimii myös välineenä yksilön omalle pohdinnalle, kuinka tämä toimii ryhmässä ja esimerkiksi stressaavissa tilanteissa. Tavoitteena on myös herätellä ajatusta siitä, että auttamalla toisia ja myös vastaanottamalla apua, asetetut päämäärät on todennäköisempää saavuttaa. **Teema:** luovuus. **Pääkokemuksellisuudet:** identiteetti, **taustakokemuksellisuudet:** elämys ja osallisuus.

"Ryhmäaloitteisuuteen liittyvät tehtävät, joissa ryhmä yhdessä selvittää sille asetetut ongelmat tai tehtävät" (Lehtonen 1998, 21). Toisen päivän ohjelmassa on hyvä olla muutama ryhmässä suoritettava ongelmanratkaisutehtävä, jotka eivät kuitenkaan ole tasoltaan vielä kovin vaativia. Identiteettikokemuksen saamiseksi on päivän aikana ja erityisesti sen päätteeksi tärkeä reflektoida tapahtumia. Ongelmanratkaisutehtäviin voi sisältyä osioita, missä työskennellään yhdessä koko ryhmän voimin ja osioita, missä yksilön on toimittava itsenäisesti. (Leberman ym. 2002, 200.) Tällöin myös ne, jotka normaalisti välttelevät identiteettikokemuksia on helpompi motivoida niihin osallisuuskokemusten kautta. Jotta ajatukset auttamisesta ja avun vastaanottamisesta heräävät, tulisi aktiviteettien olla sellaisia missä tarvitaan jokaisen panosta tehtävän suorittamiseksi hyväksytysti.

Kolmannen päivän tavoitteena on haastaa yksilöitä niin, että he joutuvat miettimään omaa toimintaansa ja omia rajojaan sekä poistumaan mukavuusalueeltaan oppimisen alueelle, ylittämään itsensä, löytämään itsestään uusia kykyjä ja puolia sekä toimimaan stressaavassa tilanteessa. **Teema:** reflektio. **Pääkokemuksellisuudet:** identiteetti, **taustakokemuksellisuudet:** elämys ja osallisuus.

Yksilöllisiä haasteita sisältävät esimerkiksi hyppy vajereiden varassa puusta toiseen tai henkilökohtainen laskeutuminen (Lehtonen 1998, 21). Kolmas päivä on sisällöltään henkisesti haastava ja pääasiallisesti yksilöinä suoritettavia tehtäviä sisältävä kokonaisuus. Aktiviteetit vaativat osallistujan itsensä lähinnä fyysisen turvallisuuden luottamista muiden käsiin, jolloin luottamus myös psyykkisellä tasolla kasvaa. (Räty 2011, 76–77). Reflektio on päivän pääosassa ja tarkoituksena on, että osallistuja reflektoi aktiviteettien avulla omaa tähänastista elämäänsä ja tekemiään valintojaan ilman, että sitä välttämättä tarvitsee jakaa muiden kanssa. Tämän lisäksi aktiviteeteissa olisi hyvä olla jotakin sellaista, missä osallistuja joutuu rikkomaan rajojaan ja löytämään itsestään uusia puolia ja piilevän potentiaalin ja rohkeuden. Tällaiset aktiviteetit voivat olla sellaisia, missä koko ryhmä on läsnä, mutta suorituksen onnistuminen tai ylipäättään sen yrittäminen, riippuu täysin osallistujasta itsestään, tällöin myös osallisuus- ja elämyskokemukset huomioidaan.

Jotta osallistuja voi suunnata katseen tulevaan, on ensin hyvä suunnata katse menneeseen. Millaiset asiat, valinnat ja olosuhteet ovat vaikuttaneet siihen millainen hän on ja mitä hän tekee. Osallistujan on helpompi suunnitella tulevaa kun tietää mitkä asiat ovat vaikuttaneet nykyisyyteen. (Leberman ym. 2002, 200.) Kyselytutkimukseen vastanneiden mukaan tapahtumissa mukana olo lisäsi ymmärrystä itsestä sekä ympäröivästä maailmasta ja mielikuvat omista vahvuuksista ja kyvyistä sekä potentiaalista kehittyivät positiiviseen suuntaan. Näiden tulosten perusteella on myös uuden leirin rakenteeseen haluttu sisällyttää toimintaa, jonka puitteet mahdollistavat yksilön haastamaan itseään ja omia pystyvyyssodotuksiaan ja tarjoavat pystyvyyssodotusten vahvistumiseen tarvittavat lähteet. Teemat, tavoitteet ja kokemuksellisuuden laadut mahdollistavat monipuolisen itsetutkiskelun erilaisten aktiviteettien kautta.

Neljännän päivän tavoitteena on ihmissuhdetaitojen kehittäminen, kuunteleminen, kommunikointi, yhdessä tekeminen sekä huomion herättäminen siitä, että omalla toiminnalla voi vaikuttaa, osallistumalla on osa porukkaa ja että omat tekemiset ja tekemättä jättämiset vaikuttavat muihin. **Teema:** yhteisöllinen. **Pääkokemuksellisuudet:** osallisuus **taustakokemuksellisuudet:** elämys ja identiteetti.

”Tavoitteena on aktivoida erityisesti ryhmän vuorovaikutusta ja viestintää, auttaa selkeyttämään kommunikoinnin ongelmia tai vahvuuksia.” (Räty 2011, 77.) Neljännen päivän sisältö koostuu yhden tai useamman sosiaalisen ja yhteisöllisen ryhmätehtävän tekemisestä, missä jokaisella yksilöllä on oma rooli, eli jokainen osallistuu omalla toiminnallaan jonkin yhteisen tehtävän tekemiseen. (Leberman ym. 2002, 200.) Tehtävän päätavoitteena voi olla joko jokin ryhmän kesken toteutettava asia tai se voi olla myös jollekin ulkopuoliselle taholle tuotettava toiminta, palvelu tai ulkopuolista tahoa hyödyntävä tehtävä, jonka tuotos on ryhmän yhteiseksi hyväksi. Päivän yksittäinen tehtävä voi olla esimerkiksi yhdyskuntapalvelu tyyppinen, missä ryhmä yhdessä ja yksilöinä tuottaa jotakin hyvää muille tai ryhmälle itselleen. ”*Palvelun tarkoituksena on herättää vastuuntuntoa muita ihmisiä, luontoa ja yhteiskuntaa kohtaan*” (Räty 2011, 80). Neljäntenä päivänä vastuu annetaan hyvin pitkälti itse ryhmälle, jotka saavat raamit ja tavoitteet ja jonka jälkeen he alkavat yhdessä keskenään työskentelemään tavoitteen saavuttamiseksi. Tällainen työskentely ja tavoitteen saavuttaminen on monille hyvän olon tuova kokemus ja siinä samalla selkiytyy omat kyvyt sekä potentiaali.

Tehdyn kyselytutkimuksen vastaajista kaikki (9) oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo vaikutti myönteisesti heidän vastuun kantamiseen ja vastaajista kahdeksan (8) oli sitä mieltä, että tapahtumissa mukana olo kehitti heidän kykyään ratkaista ja käsitellä ongelmia. Vastaajien mukaan myös heidän yhteistyötaidot ja ongelmanratkaisukykynsä kehittyivät. Näiden tulosten perusteella, on uuden leirin rakenteessa haluttu huomioida osallistujien yhdessä toimiminen, suunnittelu sekä heille itselleen vastuun antaminen leirin sisällön kulusta (valmiiksi annettujen aktiviteettien muodossa) ja toteutuksesta. Tulosten perusteella osallistujat olivat saaneet myös paljon luottamusta omaan kykyihinsä, joka sekin tukee ajatusta siitä, että tarjotaan osallistujille osallisuus ja toimijuuskokemuksia leirin aikana ja jo sen suunnittelussa mahdollisimman paljon. Muun muassa näistä syistä leirin rakenteeseen on sisällytetty ongelmanratkaisutehtäviä niin yksilönä kuin yhdessä ryhmänä.

Viidennen päivän tavoitteena on auttaa osallistujia löytämään ryhmässä toimimisen, haasteiden voittamisen, toisiinsa luottamisen ja yhdessä onnistumisen ilo. Tavoitteena on, että yksilö havaitsisi kuinka ponnistelun, sitkeyden sekä päättäväisen toiminnan avulla voi saavuttaa halutun päämäärän. Yhtenä päivän tavoitteena on myös, että osallistujat löytäisivät itsestään uusia kykyjä. **Teema:** fyysisuus. **Pääkokemuksellisuudet:** osallisuus ja elämys, **taustakokemuksellisuudet:** identiteetti ja toimijuus.

Viidentenä päivänä on tarkoituksena järjestää fyysisesti haastavia aktiviteetteja (yksi tai useampi) jotka sisältävät ryhmätyöskentelyä (Leberman ym. 2002, 200.). Aktiviteettien

tulisi olla jo huomattavasti haastavampia kuin ensimmäisinä päivinä ja tehtävien luonne sellainen, joka vaatii ryhmältä suunnittelu- ja organisointikykyä sekä yhdessä toimimista. (Räty 2011, 77.) Työntämällä osallistujia kevyesti oman mukavuusalueensa ulkopuolelle ryhmän tukemana, yksilön on mahdollista löytää itsestään uusia puolia ja havaita, että on kyvykkäämpi kuin itse uskoi. Viidennen päivän ryhmätehtävän on tarkoitus olla sen verran haastava, että ryhmä joutuu ponnistelemaan yhdessä päästäkseen asetettuun päämäärään. Haastavassa tehtävässä osallistujilla on mahdollisuus tuoda oma osaamisensa esiin ja mahdollisesti auttaa ja neuvoa tai vaikkapa kannustaa muita, jolloin myös toimijuuskokemus on mahdollinen.

Kuudennen päivän tavoitteena on luottamus ja ryhmän sisällä halu auttaa ja tukea toisia. Tavoitteena on muodostaa aiempien päivien pohjalta ilmapiiri, jossa vallitsee luottamus, yhteistyö ja henkinen turvallisuus, jotka sallivat oikeiden tunteiden näyttämisen. Annetaan suurempi vastuu osallistujille. Osallistujille annetaan mahdollisuus uuden luomiseen yhdessä muiden kanssa. Reflektoidaan pyritään vahvistamaan osallistujan oppimis- ja kehitysprosessia edellisten päivien ajalta. **Teema:** luovuus. **Pääkokemuksellisuudet:** osallisuus ja toimijuus **taustakokemuksellisuudet:** elämys ja identiteetti.

Kuudentena päivänä on yksi tai useampi ryhmähaaste, missä ryhmä pääsee luomaan jotakin uutta, esimerkiksi maalaamisen, musiikin, tanssin tai draaman avulla. Päivän aikana annetaan jälleen suurempi vastuu itse osallistujille, jolloin heidän on mahdollista saada toimijuuskokemuksia. Tehtävä voi olla haasteellinen ja sen suorituksessa vaaditaan heittäytymistä jolloin ryhmän sisäinen ilmapiiri ja luottamus voivat vahvistua. (Leberman ym. 2002, 200.) Päivän aktiviteetteihin tulisi sisältyä myös tähänastisen leirin tapahtumien ja kulun reflektointia erilaisia luovia tapoja hyödyntäen, jotta ajatusprosessi tapahtumista saadaan liikkeelle ja minäpystyvyyttä voidaan vahvistaa.

Seitsemännen päivän tavoitteena on reflektoidaan vahvistaa osallistujan oppimis- ja kehitysprosessia viime päivien ajalta. Otetaan fokus tulevaisuuteen ja uusiin suuntiin. Oman matkan reflektointi, unelmointi. **Teema:** reflektio **Pääkokemuksellisuudet:** identiteetti, **taustakokemuksellisuudet:** elämys, osallisuus ja toimijuus.

Viimeisen päivän aktiviteettien tulisi mahdollistaa yksilöiden reflektointi heidän omasta henkilökohtaisesta matkastaan erinäisten tehtävien kautta. Aktiviteettien avulla voidaan esimerkiksi luoda vahva metafora omasta tähänastisesta elämästä ja siitä mihin nyt suunnataan. Tehtävien tulisi myös herätellä ajatuksia tulevasta, millaisia haaveita ja tavoitteita on ja kuinka niitä pyrkii toteuttamaan ja saavuttamaan. Päivien kulun, oman elämän ja matkan reflektoinnin jälkeen ajatukset siirretään nykyhetkeen ja tulevaisuuteen. (Leber-

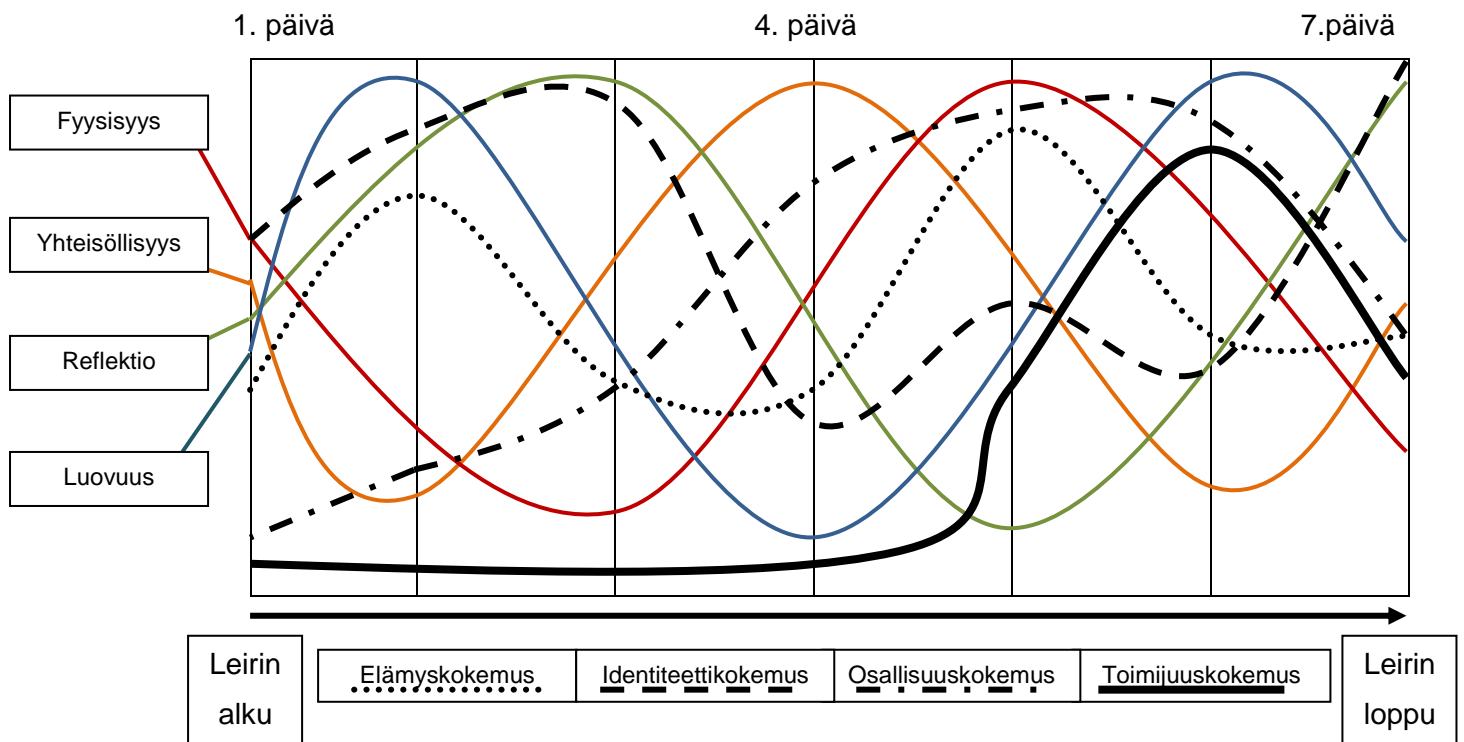
man ym. 2002, 200.) Vaikka pääpaino onkin yksilössä, voi aktiviteeteissa olla mukana elementtejä, jotka mahdollistavat myös elämys-, osallisuus- ja toimijuuskokemukset.

Kyselytutkimukseen vastanneiden mukaan ajatukset omasta tulevaisuudesta eivät selkiytyneet seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisen myötä, jonka vuoksi siihen on kiinnitetty erityisesti huomiota uuden leirin rakenteessa. Osallistujille luodaan mahdollisuus ja puitteet pohtia omaa itseään, omia valintojaan ja lopuksi myös omia haaveita ja tavoitteita sekä suunnitelmia, kuinka haaveet ja tavoitteet olisi toteutettavissa ja mitä se vaatii omalta itseltään.

9.1.1 Dramaturgian aalto ja kokemuksellisuuden laadut yhdessä

Rakenteen kokonaiskuvaa ilmentää kuva 8. mistä näkyy dramaturgian aallot, eli yhteisöllisyyden, fyysisyyden, luovuuden ja reflektion rytmi ja tasapaino seitsemän päivän mittaisella leirillä. Dramaturgian aallon lisäksi kuvasta näkyy kokemuksellisuuksien laatujen rytmi sekä niiden keskinäinen suhde toisiinsa. Taulukkoa ei ole tarkoitus tulkita sanatarkasti vaan kuten sanottua se on työkalu, jonka avulla aktiviteetit suunnitellaan ja kokonaisuudesta saadaan eheä, tasapainoinen ja holistinen toteutus. Taitavien ohjaajien leirillä taulukon käyrät näyttää todellisuudessa hyvin erilaisilta, sillä suunnitelmat, aikataulu ja päivien tavoitteet muovautuvat ryhmän mukaan leirin edetessä. Taulukkoa on hyvä kuitenkin tulkita kokonaisuutena, jotta tasapaino säilyy.

Kuviota seitsemän (7) tarkastellaan sekä kokonaisuutena että päiväkohtaisesti leirin sisältöä suunniteltaessa. Kun aletaan suunnitella tietyn päivän sisältöä, katsotaan mikä teema (fyysisuus, yhteisöllisyys, reflektio, luovuus) on silloin niin sanotusti huipussaan, eli mitä teemaa tulisi päivän aktiviteettien noudattaa. Tämän jälkeen taulukosta katsotaan, mitkä kokemuksellisuuden laadut on asetettu päivälle pääkokemuksellisuuksiksi ja mitkä taustakokemuksellisuuksiksi. Kokemuksellisuudet antavat heti lisä suuntaa sille minkälaisia aktiviteetteja voi päivän teeman mukaisesti olla ja esimerkiksi millaisella ohjeistuksella, jotta kokemuksellisuudet toteutuvat. Tämän jälkeen leirin rakenteesta katsotaan kyseisen päivän tavoitteet ja millaisia raameja ja mahdollisuuksia ne asettavat päivän aktiviteeteille. Tämän jälkeen voidaan palata takaisin kuvaan kahdeksan ja tarkistaa miten muiden teemojen painotus menee kyseisenä päivänä. Jos esimerkiksi luovuus on pääteema ja reflektointi hyvää vauhtia nousemassa ylöspäin, on se hyvä huomioida myös sisällössä.



Kuvio 7. Dramaturgian aalto (sovellettu Martin 2001b, 26) ja kokemuksellisuuksien laadut rytmin mukaan (oma kuvio).

Seuraavaksi on esimerkki aktiviteetin suunnittelusta taulukkoa 8 hyödyntäen sekä teema, tavoitteet ja kokemuksellisuudet huomioiden. Viidennen päivän kohdalla teemoista fyysisyys on huipussa eli päivän aikana tulisi olla yksi tai useampi aktiviteetti minkä painopiste on fyysisyydessä. Viidentenä päivä kokemuksellisuuksista osallisuus- ja elämyskokemus ovat painotettuina ja päivän taustakokemuksellisuudet ovat identiteetti- ja toimijuuskokemus. Päivän tavoitteena on lyhykäisydessään ryhmässä toimiminen, itsensä voittaminen sekä itsestään uusien kykyjen löytäminen. Näiden kolmen päätekijän (fyysisyys, osallisuus- ja identiteettikokemus) sekä tavoitteiden mukaisesti suunniteltuna, päivän aktiviteetti voisi olla esimerkiksi pidempi soutu matka kirkkoveneellä upeissa järvimaisemissa, missä ryhmän jäsenet yhdessä suunnittelevat päivän kulun eli reitin, aikataulun, tauot ja niin edelleen. Tällaisessa aktiviteetissa toteutuu myös seikkailukasvatuksen peruseriaatteen eli tehdään jotain sellaista minkä lopputuloksesta ei voida olla aivan varmoja, tekemiseen sisältyy pieni riski ja se tehdään ulkona uudessa ympäristössä ja olosuhteissa.

Liikuntarajoitteiselle henkilölle pelkkä kirkkoveneessä istuminen puhumattakaan itse soutamisesta voi olla elämyskokemus. Soudettaessa pitkä matka moni joutuu haastamaan itseään fyysisesti ja käymään pään sisällä kamppailua itsensä motivoimisesta, jotta ei lopettaisi. Kirkkovenettä soutaa iso ryhmä eli jos joku lopettaa soutamisen muut joutuvat tekemään vielä enemmän töitä. Jokainen voi omalla panoksellaan auttaa koko ryhmää

pääsemään päämäärään, jolloin perillä voi tuntea, että on ollut osa ryhmää ja osallisena haastavan tehtävän suorittamista. Jotakuta, joka epäilee omia kykyjään (pystyvyyssodotukset ovat heikot) saattaa helpottaa kun näkee, että joku toinen jaksaa sinnikkäästi yrittää ja saa siten luottamusta siihen, että pystyy itsekin soutamaan loppuun asti. Jollekin se, että saa verbaalista kannustusta, kehuja ja neuvoja voi auttaa jatkamaan, jolloin kannustajan rooli nousee merkittävään asemaan. Pystyvyyssodotusten lähteet ovat kaikki läsnä tällaisessa aktiviteetissa. Joku saattaa omaksua toimijan roolin jos esimerkiksi on aiempaa kokemusta soutamisesta tai on ollut mukana aktiviteetin suunnittelussa tai on vaikkapa matkan aikana vastuussa suunnassa pysymisestä, jolloin saa kokemuksen siitä, kuinka oma toiminta on tekemisen lisäksi läsnä.

Reflektion aalto on viidentenä päivänä pohjalla, mutta se ei tarkoita ettei sitä silti tulisi tehdä, päivän pää aktiviteetti ei vain tällöin keskity reflektointiin. Fyysisesti haastavan kokemuksen jälkeen reflektoinnin yhteydessä moni tekee havaintoja siitä kuinka käyttäytyi haastavassa ja uuvuttavassa tilanteessa, miten omat voimat riitti, tuliko uutena tietona, että kykenee soutamaan, kannustiko muita, ottiko neuvoja vastaan, miltä tuntui saavuttaa päämäärä sinnikkään yrittämisen jälkeen ja niin edelleen. Hyvän ja kattavan reflektoinnin avulla tällainen tehtävä herättää monesti paljon kysymyksiä ja havaintoja omasta itsestä ja ympäristöstä jolloin tavoite minäpystyvyyden kehityksestä täyttyy.

9.1.2 Dramaturgian kehityksen viisi vaihetta sovellettuna

Luvussa 5.2 esiteltiin dramaturgian kehityksen viisi vaihetta. Alla sama suunnittelutyökalu on esitelty niin, että se soveltuu liikuntarajoitteisille suunnatun seikkailukasvatusleirin sisällön suunnitteluun.

1. *Pääteeman kehittäminen.* Leirin pääteemateeman ohjaajat voivat suunnitella yhdessä osallistujien kanssa, jotka tällaisesta toiminnasta ovat kiinnostuneita ja haluavat kehittää itseään. Leirin ohjaajat yhdessä osallistujien ja / tai apuohjaajien kanssa kehittävät ja suunnittelevat pääteeman niin, että se kantaa läpi koko leirin ja on yhteydessä myös tavoitteeseen eli minäpystyvyyden vahvistamiseen.
2. *Skenaarion kehittäminen.* Tässä vaiheessa on tehtävä melko selvä raja kohde-ryhmään ja muun muassa heidän toimintakykyynsä (onko esimerkiksi arjen toiminnoista, kuten pukeminen ja syöminen selvittävä ilman avustusta). Skenaarion kehittämisessä on tarkoituksena käyttää apuna dramaturgian aaltoa sekä kokemuksellisuuden laatuja ja niistä tehtyä yhteistaulukkoa (kuvio 8.).

3. *Käytännön dramaturgia.* Tässä vaiheessa suunnittelua ja kehittelyä on erityisen tärkeä huomioida kohderyhmän toimintakyky ja millaisia sovelluksia ja apuvälineitä mikäkin aktiviteetti vaatii. Aktiviteettien suunnittelussa kannattaa kohderyhmän ”esteiden” sijaan keskittyä heidän kykyihinsä ja mitä he pystyvät tekemään. Liikuntarajoitteisille suunnatun leirin suunnittelussa kannattaa erityisesti ottaa huomioon seuraavat asiat: leiripaikka, lajit, leikit ja aktiviteetit sekä niiden soveltamismahdollisuudet, varsinaisten ohjaajien tarve, apuohjaajien tarve, apuvälineet, logistiikka, tiedot leiriläisten toimintakyvystä ja erityisavun tarpeesta, apuvälineet, turvallisuus sekä esteettömyys (SIU, Hc9-Hc10.).
4. *Skenaarion loppuunsaattaminen.* Vastuualueet, materiaalit, aktiviteettien säännöt ja muut yksityiskohdat tulisi tässä vaiheessa olla selvillä. Liikuntarajoitteisille suunnatulla leirillä logistiikka ja sen sujuvuus näyttelee suurta osaa sekä suunnittelu että toteutus vaiheessa. On esimerkiksi hyvä olla tiedossa, kuinka paljon aikaa käytetään autoihin menemiseen, siirtymisiin ja välimatkoihin. Loppuunsaattamisessa on tärkeä katsoa kokonaiskuvaa, toteutuuko rytmi, tasapaino ja sujuvuus.
5. *Kurssin dramaturgia.* Kurssin dramaturgialla tarkoitetaan ohjelman aikana tapahtuvaa tarkkailua, havainnointia ja reagointia osallistujien tarpeisiin, joka vaatii merkittäviä ohjaajan taitoja. Esimerkiksi kurssilaisten ristiriidat, sää tai tapaturmat voivat aiheuttaa tarvetta ohjelman soveltamiselle.

9.2 Reflektointi

Refleктоimalla, kertaamalla ja tarkastelemalla prosessia ohjaajien toimesta pyritään tuomaan lisäarvoa kokemuksille ja parantaa sekä henkilökohtaista että ryhmän kehitystä. Monesti reflektointi on ryhmässä puhumista mutta, yhtä hyvin menetelmät kuten draama, musiikki, taide, runous, tarinan kerronta, valokuvaus, kirjoittaminen ovat todella tehokkaita. (Leberman ym. 2002, 198.) Rädyn (2011, 82–83) mukaan reflektointi ”*antaa mahdollisuuden oppia tunnistamaan ja ilmaisemaan tunteita, tarkastella toimintaa yksityiskohtaisemmin, purkaa opittuja asioita helpommin ymmärrettäviksi kokonaisuuksiksi, asettaa tavoitteita ja tarkistaa tavoitteisiin pääsyä sekä keksiä uusia keinoja päästä haluttuihin päämääriin*”. Taulukossa 8 reflektoinnin aalto on huipussaan päivinä kolme ja seitsemän, eli hyvin eri vaiheissa leiriä, jolloin myös reflektoinnin on oltava erityyppistä ja jotta täysi hyöty saadaan irti, sen on hyvä käsitellä myös eri asioita. Kolmantena päivänä reflektointi voi esimerkiksi painottua enemmän osallistujan menneisyyteen, millaisen elämän on elänyt, millaisia valintoja tehnyt ja millaisena näkee itsensä nyt. Seitsemäntenä päivänä taas voitaisiin miettiä tehtyä matkaa ja itseä osana sitä sekä suunnata katseet tulevaisuuteen, haa-

veilla ja unelmoida sekä pohtia missä näkee itsensä. Reflektointia on tärkeä tehdä joka päivä, jos ei aktiviteettien välissä niin vähintäänkin päivän päätteeksi.

Ohjaajan vastuulla reflektoinnin aikana on saada osallistujat miettimään ja arvioimaan omia tunteita sekä toimintaa ja rakentaa niiden pohjalta heidän omat havaintonsa, jonka jälkeen alkaa itse kokemuksen sisäistäminen. Oman itsensä ja käytöksen pohtimisen lisäksi osallistujille on tärkeää kuulla palautetta myös muilta osallistujilta. (Ratas 2011, 35.) Esimerkiksi pareittain tehtävät reflektointi harjoitukset tai harjoitukset, missä pari vaihtuu useaan otteeseen, ovat hyviä tapoja saada ja antaa palautetta. Reflektointia voi monesti helpottaa sekä omalla tavallaan myös syventää jonkin esineen, kuvan tai vaikkapa maiseman käyttäminen ja sen avulla itsestään ja tuntemuksistaan kertominen symbolisesti ja kuvainnollisesti. (Räty 2011, 86.) Kasvatuksellisten vaikutusten aikaansaamiseksi on tärkeää, että jokainen aktiviteettijakso päättyy ohjaajan ja ryhmän väliseen palautekeskusteluun. Reflektoinnin tulisi olla kokemusten kohottamista tietoisuuteen, jotta kokemusten tiedollinen siirtyminen osallistujan arkipäivään on mahdollista. (Telemäki 1998, 55.)

10 Pohdinta

Työn tuloksena kehittyi Outward Bound Finlandin ohjaajille tutkimuksiin, teoriaan, kokeiluihin ja käytäntöön perustuva rakenne ja työkalut, jotka auttavat holistisen leirikokonaisuuden suunnittelussa ja toteutuksessa. Työ on koonnut yhteen rakenteeseen yhdeksi kokonaisuudeksi seikkailukasvatuksen, minäpystyvyyden, dramaturgian ja kokemuksellisuuden laadut, jotka kaikki tavoittelevat ja käsittelevät samaa ilmiötä, yksilön ja yhteisön kehitystä ja kasvua. Teorioita ei aiemmin ole saatettu yhteen toisiaan tukevaksi, monitahoiseksi ja kattavaksi ohjelman suunnittelussa hyödynnettäväksi kokonaisuudeksi. Työn tuotos on täysin uusi yhdistelmä, joten sen toimivuuden ja käytännöllisyyden suhteen tulee olla kriittinen. Työn taustalla vaikuttaa vahva teoretieto sekä dramaturgian ”testileirien” vakuuttavat tulokset, jolloin rakenteen toimivuudelle on vankat perusteet. Työn tuotoksen tullessa käyttöön, siitä tulisi tehdä jatkuvaa arviointia, koskien sen toimivuutta.

Työn pohjatietona toiminut kyselytutkimus antoi samankaltaisia tuloksia, kuin etukäteen aikaisempien tutkimusten ja teoretietojen pohjalta saattoi olettaa. Vastauksista näkyi, että kursseilla koetut kokemuksellisuudet ovat luoneet pohjaa vahvan minuuden kehittymiselle. Tapahtumiin osallistumisen myönteinen vaikutus eri tavoitealueilla on muokannut osallistujien minäpystyvyyttä positiivisemmaksi sekä realistisemmaksi. Seikkailukasvatustoiminnalla on myös pystytty muuttamaan osallistujien mielikuvaa erilaisten aktiviteettien esteellisyydestä esteettömäksi. Kyselytutkimukseen saatujen vähäisten vastausten johdosta tutkimuksen luotettavuus on kyseenalaistettava. VAU:n arkistojen perusteella kysely lähti niin harvalle ihmiselle, että siihen nähden yhdeksän vastaajaa oli kuitenkin kohtuullinen vastausprosentti.

Useampien vastausten saamiseksi kyselytutkimuksen esivalmisteluihin olisi tullut panostaa enemmän ja tehdä kyselyyn vastaamisesta helpompaa sekä houkuttelevampaa, jotta vastauksia olisi saatu enemmän. Kysely olisi voitu lähettää huomattavasti useammalle henkilölle Urheilumuseon ollessa auki jo työn alkuvaiheessa. Myös kyselyn sisältöä olisi voinut hieman muokata esimerkiksi jättämällä avoimet kysymykset kokonaan pois ja niiden sijaan arvioida kokemuksellisuuksia hieman suuremmilla kysymyksillä. Kysely oli kuitenkin hyödyllinen ja vaikka vastauksia tuli vähän, ne olivat melko yhdenmukaisia, jolloin niistä pystyi tekemään yhteenvetoja rakenteen suunnittelun avuksi. Kyselytutkimuksen tulokset antavat erittäin positiivisen kuvan seikkailukasvatuseleirien merkityksellisyydestä osallistujille. Tulokset ovat samassa linjassa aiemmin eri kohderyhmillä teetettyjen tutkimusten kanssa, joiden mukaan seikkailukasvatustoiminnalla on pystytty kehittämään muun muassa osallistujien oma-aloitteisuutta, ongelmanratkaisukykyä, sosiaalisia taitoja, vastuun ottamista sekä minäkuvaa kokonaisuudessaan.

10.1 Työn arviointi ja kehitystarpeet

Työn teoriaosuus on laaja, monipuolinen, kattava sekä samalla hyvin rajattu. Monesta aiheesta olisi voinut kirjoittaa paljon enemmän ja syvemmin, mutta silloin pääaiheista olisi helposti lähdetty sivupoluille. Eri teoriaosuuksien yhtenäistäminen ei paikoin ole niin sulavaa kuin olisi voinut toivoa, mutta teksti on kuitenkin tarpeeksi ymmärrettävää lukijalle ja jokainen pystyy löytämään teorioiden yhteneväisyydet sekä kuinka ne tukevat toisiaan. Työ saattaa yhteen monta eri teoriaa uudella tavalla, joka tuo koko työlle uutuusarvoa. Pidemmän ajan puitteissa työtä olisi ollut helppo laajentaa paljon suuremmaksi ja syvällisemmäksi kokonaisuudeksi. Kuitenkin jo tällaisenaan työn anti on hyödyllinen, sovellettavissa sekä uutuusarvollaan mielenkiintoinen.

Kyselyn tulokset vahvistavat käsitystä siitä, että seikkailukasvatustoiminta on hyödyllistä ja sillä todella pystytään vaikuttamaan yksilön minäpystyvyyden myönteiseen kehitykseen. Tuloksista selvisi ainoastaan osallistujien subjektiivinen mielipide, joka perustuu heidän muistiinsa, mutta se riittää näytöksi minäpystyvyyden kehityksestä. Minäpystyvyydessä ja siinä erityisesti pystyvyyssodotuksissa on pitkälti kyse miten henkilö itse mieltää kokemuksensa ja kykynsä. Tutkimuksia tarkasteltaessa voidaan todeta, että ainakin vastanneiden osalta seikkailukasvatuksen tavoitteet: ilo, virkistys ja kokemusten kautta yksilön tavoitteellinen kasvu, onnistuivat. Vaikka kyselyn luotettavuus on kyseenalainen, voi tulos kuitenkin vaikuttaa myöhemmin positiivisesti seikkailukasvatusleirien tarpeellisuutta ja hyödyllisyyttä perusteltaessa.

Työn kokonaisuutta arvioitaessa voidaan katsoa, että työn tulos vastaa hyvin molempia toimeksiantoja ja täyttää siten sille asetetut tavoitteet sekä vaatimukset. Työn prosessi eteni vaihtelevasti, mutta hallitusti. Työn kokoamisessa eri vaiheet etenivät rinnakkain, esimerkiksi teoriaosuuteen etsittiin jatkuvasti lisää tietoa samalla kuin sitä kirjoitettiin ja lopullista rakennetta luonnosteltiin.

10.2 Työn hyödyntäminen ja kehittämisehdotukset

Työn sovellusmahdollisuudet ovat laajat. Rakenteeseen ei ole sisällytetty tarkempia aktiviteetteja vaan ainoastaan teemat, tavoitteet ja kokemuksellisuudet, jolloin rakenteen perusteella voi suunnitella leiriohjelman mille kohderyhmälle hyvänsä. Rakennetta voi hyödyntää suunnittelussa myös silloin, kun kyseessä ei ole yhtäjaksoinen leiri, vaan useammasta tapaamiskerrasta koostuva prosessi kokonaisuus. Rakennetta on helppo keventää virkistysmäisemmäksi rajaamalla päivistä tavoitteita pois tai asettamalla niitä hieman matalammalle tasolle. Rakenteessa on huomioitu liikuntarajoitteiset, mutta se on sovellettavissa

sa mille tahansa nuoriso- ja/tai erityisryhmälle. Rakenne taipuu moneen ja erilaisille ryhmille, noudattaen silti sovellettunakin idealtaan Outward Bound Finlandin ideologiaa ja tavoitteita.

Työ toimii eräänlaisena jatkumona Barcon ja Tuularin sekä Rataksen opinnäytetöille. Barco ja Tuulari tutkivat kuinka kokemuksellisuuksia voi havainnoida yksilöistä ja miten ne kehittyvät elämyspedagogisen prosessin aikana. Tässä työssä puolestaan on suunniteltu leirirakenne, missä hyödynnetään kokemuksellisuuksien laatuja mahdollisimman monipuolisesti ja jonka onnistuneen toteutuksen luomiseksi on hyvä hyödyntää Barcon ja Tuularin työn tuloksia ja arviointimenetelmiä. Ratas kehitti työssään Outward Bound Finlandille harjoitepankin, jonka jokainen harjoite on arvioitu kokemuksellisuuksien laatujen avulla. Harjoitepankista on suoraan nähtävissä millaisia kokemuksellisuuksia tiettyihin harjoitekatgorioihin kuuluvat harjoitteet mahdollistavat. Nämä kolme työtä yhdessä tarjoavat erinomaiset lähtökohdat suunnitella, toteuttaa ja arvioida seikkailukasvatuksellisia prosesseja ja niissä koettuja ja kehittyviä kokemuksellisuuksia.

Jatkossa seikkailukasvatus- ja elämyspedagogiikkatoimintaa suunniteltaessa voidaan hyödyntää paremmin Tiihosen kehittämiä kokemuksellisuuden tasoja niin, että aktiviteetit ja toiminta sisältäisivät aina mahdollisimman monipuolisesti jokaista kokemuksellisuuden laatua, jolloin toiminta olisi yksilön kehitykselle merkityksellisempää ja sitä kautta myös vaikuttavaa. Kokemuksellisuuksien tasojen koko kirjo voitaisiin hyödyntää niin suunnittelussa ja toiminnassa kuin myös tapahtumien jälkeen palautteen koonnissa. Kokemuksellisuuksien laajaa huomioimista tukee myös dramaturgian käyttö, joka muutenkin ohjaa erittäin holistiseen kokonaisuuteen. Tämä työ toimii ensimmäisenä esimerkkinä näiden kahden teorian yhteiskäytöstä.

VAU ry ja Outward Bound Finland voisivat jatkossa toiminnassaan tutkia seikkailukasvatuksen vaikuttavuutta ja vaikutuksia tekemällä tai teettämällä alkuarvioinnit osallistujista. Alkuarvioinnissa voisi käyttää sekä toimintakyvyn että kokemuksellisuuksien eri osa-alueita. Tätä arvioinnista saatua tietoa voisi hyödyntää toiminnan aikana tarkemmassa suunnittelussa sekä toiminnan jälkiarvioinneissa. Vaikutuksia leirien tai toiminnan ulkopuoliseen elämään tulisi myös arvioida, eli miten esimerkiksi omaa selviytymistä arjessa voisi lisätä kurssien aikana ja miten ja millaisia vaikutuksia siihen on saatu aikaiseksi. Tällaisen perusteellisen tutkimustyön perusteella saataisiin tietoa leirin rakenteen toimivuudesta, hyödyistä ja mahdollisista puutteista sekä seikkailukasvatuksen merkityksestä minäpystyvyyden vahvistamisessa yleensä.

Osallistujilla ja ohjaajilla teetettyjen kyselyiden ja seuranta-arvioiden avulla voitaisiin kehittää leirin suunnittelu rakennetta ja työkaluja jatkuvasti niin, että Outward Bound Finland saisi koottua itselleen manuaalin, mihin kuuluisi koottujen kyselyiden perusteella kehitetty rakenne ja työkalut, jonka perusteella leirien ohjelma aina suunniteltaisiin. Tämän lisäksi manuaaliin voisi sisältyä kyselylomakkeiden runko ja analysointimenetelmät sekä esimerkki ohjelmasisältöjä ja aktiviteetteja. Manuaalin avulla OBF voisi nuorisoalanpalvelujärjestönä helpommin ja johdonmukaisemmin kouluttaa muita kasvatusalalla toimivia henkilöitä suunnittelemaan toimintaansa holistisemmaksi, ohjelmaansa minäpystyvyyttä vahvistavaksi ja kokonaisuutta kokemuksellisuuksien laatuja huomioivaksi.

10.3 Oppiminen ja ammatillinen kehittyminen

Opinnäytetyö on ollut samanaikaisesti haastava ja antoisa projekti. Työssä pääsi yhdistämään kaksi eri toimeksiantoa, sekä omat erikoistumisopintojen aiheet, yhdeksi kokonaisuudeksi. Työn aihealueet, niihin syvällisempi tutustuminen sekä hyöty työelämässä tekivät koko projektista mielekkään. Toisaalta aiheiden yhdistäminen perustellusti teki eheän kokonaisuuden luomisen vaativaksi. Työn tuotos on sellainen, että sitä on mahdollista päästä heti hyödyntämään ja jatkojalostamaan työelämässä. Työllä on mahdollista kehittää Outward Bound Finlandin ohjaajien yhdenmukaista ammatillista osaamista.

Kokonaisuudessaan projekti oli pitkä ja eri työskentelyvaiheiden intensiivisyys vaihteli suuresti. Työn vaiheisiin kuului muutamia vastoinkäymisiä, muun muassa kyselyn heikko vastausprosentti sekä Urheilumuseon remontti, jotka hidastivat osaltaan työskentelyä. Vastoinkäymiset myös latistivat välillä motivaatiota, kun lähtökohtaisesti haluttiin luoda jotain uutta, mistä olisi ammatillisesti hyötyä ja mihin toimeksiantajat voisivat olla tyytyväisiä. Suuret odotukset yhdessä vastoinkäymisten kanssa aiheuttivat tunteen, että työn varsinainen punainen lanka oli ajoittain pahasti hukassa. Arto Tiihosen asiantuntija-apu kokemuksellisuuksien laatuja koskien oli korvaamatonta. Arto auttoi löytämään järkevän lähestymistavan kyselytutkimuksen tuloksien tulkintaan juuri silloin kun tuntui, että eri palasten yhteen liittäminen ei ehkä onnistukaan loogisesti ja työn merkitys oli hetkellisesti kadoksissa. Vaikeudet ja hankaluudet prosessin aikana opettivat työskentelytavoista, aikataulutamisesta sekä paineen alla toimimisesta ja tukivat siten osaltaan ammatillista kehittymistä opinnäytetyöprosessin aikana.

Työtä varten tutkittu teoretieto on jo nyt hyödyttänyt ammatillisessa mielessä ja asiantuntijuus ohjaajana on syventynyt projektin myötä. Taustaosio on hyvin laaja ja kattava, jolloin se on kartuttanut paljon tietämystä muun muassa siitä, kuinka ihmiset saattavat kokea eri kokemukset, ihmisten näkemyksistä omista kyvyistä ja kuinka ne vaikuttavat heidän toi-

mintaan ja kuinka näihin asioihin pystytään vaikuttamaan myönteisesti. Prosessin aikana omat ohjaajana toimimisen mahdollisuudet ja erilaiset koulutustilaisuudet toivat lisääntiä ja tietoa myös opinnäytetyöhön, esimerkiksi leirin rakenteen etenemiseen ja eri päivien tavoitteisiin sai paljon tietoa ja ajatuksia Outward Bound Romanian kurssilta.

Teoriaosuus, kyselytutkimuksen tulokset sekä itse työn tuotos kaikki antavat näyttöä siitä, että minäpystyvyyden vahvistaminen liikuntarajoitteisille (ja myös muilla kohderyhmillä) seikkailukasvatusleirin avulla on mahdollista. Seikkailukasvatus on aikaa vaativa prosessi, mutta niin ovat kasvu ja kehityskin. Koska seikkailukasvatusprosessit ovat monesti melko lyhyitä niiden tavoitteisiin nähden, tulisi niiden olla sisällöltään erittäin monipuolisesti ja päämääräjohteisesti suunniteltuja. Minäpystyvyys määrittelee pitkälti millaisessa toiminnassa henkilö on mukana ja kuinka sitkeästi tämä työskentelee saavuttaakseen päämääränsä. Uskon, että tarkastelemalla kokemuksellisuuksien laatuja voimme ensinnäkin saada tietoa henkilön minäpystyvyydestä ja toiseksi saamme tietoa kuinka siihen voi vaikuttaa kehittävästi. Dramaturgian keinot antavat mahdollisuuden holistiseen minäpystyvyyden kehityksen kaareen. Tämän opinnäytetyöprosessin jälkeen on laajempi ja syvempi tietämys aiheesta ja näkemys minäpystyvyyden vahvistamisesta seikkailukasvatusleirien avulla on vahvistunut entisestään.

Lähteet

Barco, E. & Tuulari, T. 2015. Elämyspedagoginen kurssi: Kokemuksellisuuksien tasot ja niiden hyödyntäminen ryhmänohjauksessa.

Berry, M. & Hodgson, C. 2011. Adventure education. An introduction. Oxon. Routledge.

Bandura, A. 1977. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review. Luettavissa: <https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1977PR.pdf>. Luettu: 15.3.2016.

Bandura, A. 2012. On the functional properties of self-efficacy revisited. Journal of Management. Luettavissa: <http://stanford.edu/dept/psychology/bandura/papers/papers-self-efficacy.html>. Luettu: 15.3.2016

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Helsinki. WSOYpro Oy:

Franc, D. Martin, A. & Zounková, D. 2004. Outdoor and experiential learning. An holistic and creative approach to programme design. Aldershot. Gower Publishing.

Hakonen, R., Manninen, S. & Uitto, A. 2011. Lukiolaisten kiinnostus ja minäpystyvyys biologian opinnoissa. Teoksessa L. Tainio, K. Juuti, A. Kallioniemi, P. Seitamaa–Hakkarainen & A. Uitto (toim.), Näkökulmia tutkimusperustaiseen opetukseen. Suomen ainedidaktisen tutkimusseuran julkaisuja. Ainedidaktisia tutkimuksia 1. Helsinki. Suomen ainedidaktinen tutkimusseura ry

Huovinen, T. & Niemelä, S. & Rintala, P. 2012. Soveltava liikunta. Tampere. Tammerprint Oy.

ICF. 2004 Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. Luettavissa: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42407/99/9513311597_fin.pdf. Luettu: 6.1.2016.

Internetix. 2016. Oppimateriaalit. Minäkuva. Luettavissa: <http://oppimateriaalit.internetix.fi/fi/avoimet/1filosofiapsykologia/psykologia/elamanhallinta/minakuva>. Luettu: 2.2.2016

Kajanto, A. (toim.) & Tuomisto, J. (toim.). 1994. Elinikäinen oppiminen. Helsinki. Kirjasto-palvelu Oy.

Karppinen, S. J. A. 2005. Seikkailullinen vuosi haastavassa luokassa. Etnografinen toimintatutkimus seikkailu- ja elämyspedagogiikasta. Oulu. Oulun yliopisto.

Karppinen, S. J. A. 2010. Seikkaillen elämyksiä II. Teoksessa Karppinen, S. J. A., Latomaa, T. (toim.). Elämyksen käsitehistoriaa ja käytäntöä. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Karppinen, S. J. A., Latomaa, T., Perttula, J., Tarssanen, S., Kylänen, M., Lehtonen, K., Mäkelä, E., Pulli, K., Lempinen, J., Sutinen, P., Karjalainen, P., Lehtonen, T., Daavitsainen, R., Kiiski, E., Karppinen, J., Jylhä, I., Allinen, R., Korhonen, H. & Linnossuo, O. 2007. Seikkaillen elämyksiä. Teoksessa Karppinen, S. J. A., Latomaa, T. (toim.). Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus.

Leberman, S, Martin, A. & Neill, J. 2002. Dramaturgy as a method for experiential program design. The Journal of Experiential Education, 25, 1, s. 196-206.

Lappalainen, S & Nieminen, S. 2012. Pojasta polvi paranee? Isien kykyuskomusten ja tuen yhteys poikien lukumotivaatioon ja lukutaidon tasoon alakoulun toisella luokalla. Luettavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20120245/urn_nbn_fi_uef-20120245.pdf. Luettu. 14.3.2016.

Latomaa, T., Karppinen, S. J. A., Väyrynen, K., Kivelä, A., Manninen-Riekkoniemi, A., Pattimaa, R., Louhela, V., Saloranta, S., Erkkilä, R., Lindholm, P. & Väisänen, J. 1998. Elämän seikkailu. Teoksessa Lehtonen, T. (toim.). Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä. Gummerus kirjapaino Oy.

Martin, A. 2001b. The dramaturgy wave. Horizons, 15, 26-29.

Outward Bound Finland ry 2016. Outward Bound esittely. Luettavissa: <http://www.outwardbound.fi/outward-bound>. Luettu: 23.12.2015.

Pajares, F. 1996. Self-efficacy beliefs in academic settings. Review of Educational Research, 66, 4, s. 543-578. Luettavissa: <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/Pajares1996RER.pdf>. Luettu: 15.3.2016

Pajares, F. 2002. Overview of social cognitive theory and of self-efficacy. Luettavissa: <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html>. Luettu 15.3.2016.

Partanen, A. 2011. "Kyllä minä tästä selviän". Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius.

Peeters, L. 2016. From Adventure to Therapy: Some Necessary Conditions to Enhance the Therapeutic Outcomes of Adventure Programming. Luettavissa: http://www.kettealapitvany.hu/files/6014/4971/4513/Peeters-From_Adventure_to_Therapy.pdf. Luettu: 15.3.2016.

Pirnes, E. & Tiihonen, A. 2010. Hyvinvointia liikunnasta ja kulttuurista. Käsitteiden, kokemusten ja vastuiden uusia tulkintoja. Kasvatus & Aika. Luettavissa: http://www.kasvatus-ja-aika.fi/site/?lan=1&page_id=275. Luettu: 13.2.2016.

Ruohotie, P. 2002. Aikuiskasvatus. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. Juva. WSOY.

Räty, K. 2011. Elämyspedagoginen ohjaaminen. Ajatuksia kokemuksellisesta oppimisesta. Tampere. Kopijyvä Oy.

SIU. Suomen Invalidien Urheiluliitto. Arkistoluettelo. Toimintavuodet: 1964–2009. Lajit/lajivaliokuntien asiakirjat, Hc9 – Hc10.

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAA ry 2016. Yleisesti VAA:sta. Luettavissa: <http://www.vammaisurheilu.fi/mika-on-vau/yleisesti-vausta>. Luettu: 23.12.2015.

Tapio, J. Ryhmäohjaus nuoren suoritusstrategioiden muutoksen mahdollistajana. Motivaatioattribuutioteorioiden näkökulma koulun luokkaohjaukseen. 2010. Tampere. Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Telemäki, M. 1998. Johdatus seikkailukasvatuksen teoriaan. Oulu. Oulun yliopistopaino.

Tiihonen, A. 26.1.2016. Oma liikunta. Asiantuntijat. Kokemusten kirjo. Luettavissa: <http://omaliikunta.fi/asiantuntijat/kokemusten-kirjo>. Luettu: 13.2.2016.

Tiihonen, A. 2014. Miten tästä eteenpäin hyvinvoinnin tiellä? Having, Loving, Being ja Experiencing, Meaning, Doing. Teoksessa Nieminen, A., Tarkiainen, A. & Vuorio, E. (toim.)

Kokemustieto, hyvinvointi ja paikallisuus. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 177. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 228-246. Lueattissa:
<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522164353.pdf>. Luettu: 2.3.2016

Zimmerman, B. J. 2000. Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. Contemporary Educational Psychology, 25, s. 82-91. Luettavissa:
http://www.itari.in/categories/ability_to_learn/self_efficacy_an_essential_motive_to_learn.pdf. Luettu: 16.3.2016

Liitteet

Liite 1. Kyselytutkimus



Seikkailukasvatusleirien merkitys

Tämä kysely toteutetaan yhteistyössä Haaga-Helian ammattikorkeakoulun, Outward Bound Finland ry:n sekä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää millaiset kokemukset (hyvät tai huonot) ovat jääneet mieleen ja millainen merkitys tapahtumissa mukana ololla on ollut osallistujien elämään. Koottuja tietoja käytetään apuna seikkailukasvatusleirien suunnittelussa. Kysely sulkeutuu pe 29.1.2016. Kyselyn tiedot käsitellään luottamuksellisesti. Kiitos vastauksestanne.

1. Sukupuoli

Nainen Mies

2. Syntymävuosi

3. Valitse alla olevista vaihtoehdoista kaikki ne leirit tai tapahtumat joille osallistuit.

- Futuuri seikkailuleiri, Hiidenvuoren valloitus 1996
- Suomi Savo Challenge 1, Juva 1997
- Suomi Savo Challenge 2, Juva 1999
- Lord Nelson purjehdus, Englanti-Kanarian saaret 1999
- Winter Levi Extreme 2000
- JST-purjehdus, London-France-Southampton 2001
- Pieni Suuri Seikkailu, Rantasalmi 2002
- Joku muu. Mikä?
- En osaa sanoa

4. Osallistuitko johonkin edellä mainituista tapahtumista muussa roolissa kuin leiriläisenä tai osallistujana?

Toimitko esimerkiksi ohjaajana tai projektin jäsenenä? Kerro mikä tapahtuma ja missä roolissa.

5. Millainen on toimintakykyysi nyt?

Kuvaa itsesi sellaisena kuin koet itsesi suhteessa arjessa selviämiseen. Tuella tarkoitetaan esimerkiksi vammaispalvelulain nojalla myönnettäviä apuvälineitä, avustajaa ja matkapalveluita.

- 1 = Toimintakykyysi on hyvä ja selviän arjen toiminnoista ilman tukea, siinä missä muutkin.
- 2 = Toimintakykyyseni on lieviä rajoitteita, mutta selviän arjen toiminnoista pienellä tuella.
- 3 = Toimintakykyyseni on merkittäviä rajoitteita ja tarvitsen arjen toiminnoissa useita erilaisia tukia.
- 4 = En osaa sanoa/halua vastata tähän kysymykseen.

Seuraavilla väittämillä pyritään selvittämään kehittikö seikkailukasvatustapahtumissa mukana olo seuraavia osa-alueita

6. Arvioi millainen vaikutus seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisella on ollut sinuun seuraavilla tavoitealueilla.

Asteikko: 1=kielteinen vaikutus, 2= en osaa sanoa, 3= myönteinen vaikutus. Esimerkiksi c. kohdassa vastaa 3 jos koet, että sait lisää itsevarmuutta. Vastaa 1 jos koet, että itsevarmuutesi heikkeni.

	1	2	3
a. Oma-aloitteisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Itseluottamus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Itsevarmuuteen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Mielikuva omista vahvuuksista ja kyvyistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Mielikuva omista voimavaroista ja potentiaalista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Minäkuva	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Käsitys omasta toimintakyvystä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Itsetuntemus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Vastuun ottaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j. Vastuun kantaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k. Sosiaaliset taidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Vastaa seuraaviin kysymyksiin asteikolla K = Kyllä, E = Ei, EOS = En osaa sano.

	K	E	EOS
a. Lisäkö tapahtumissa mukana olo kykyäsi arvioida omaa itseäsi ja toimintaasi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Kehittikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi ratkaista ja käsitellä ongelmia?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

- c. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi tehdä päätöksiä?
- d. Kehittikö tapahtumissa mukana olo omia yhteistyötaitojasi ryhmässä?
- e. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että osallistumalla pystyt vaikuttamaan?
- f. Kasvattiko tapahtumissa mukana olo luottamustasi muihin ihmisiin?
- g. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että olet osa yhteisöä?
- h. Kehittikö tapahtumissa mukana olo omia sosiaalisia taitojasi?
- i. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo haluasi osallistua vapaa-ajalla, kodin ulkopuolella järjestettävään sosiaaliseen toimintaan tai tapahtumiin?
- j. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo käsitystäsi siitä millaisia asioita ja aktiviteetteja pystyt tekemään?
- k. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että pystyt toimimaan vaikeassa ja stressaavassakin tilanteessa?
- l. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi suoriutua itsenäisesti päivittäisistä toiminnoista?
- m. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo luottamusta omiin kykyihisi?
- n. Selkeyttikö tapahtumissa mukana olo ajatuksia omasta tulevaisuudesta?
- o. Tuottiko tapahtumissa mukana olo positiivisia onnistumisen kokemuksia?
- p. Auttoiko tapahtumissa mukana olo löytämään itsestäsi uusia puolia?

8. Mikä on jäänyt mieleen mukavimpana muistona jostakin leiristä tai tapahtumasta? Kuvaile tilannetta ja kerro mistä tapahtumasta oli kyse.

9. Mikä on jäänyt mieleen ikävimpänä muistona jostakin leiristä tai tapahtumasta? Kuvaile tilanne ja kerro mistä tapahtumasta oli kyse.

10. Jäikö leireistä tai tapahtumista jokin toiminta, taito tai jokin muu asia, minkä koet vaikuttaneen elämääsi tai asenteeseesi? Mikä ja millä tavalla se ilmenee?

11. Onko jotain muuta mitä haluat kertoa tai muistella?

Liite 2. Kyselytutkimuksen tulokset



Seikkailukasvatus - Perusraportti

1. Sukupuoli

Vastaajien määrä: 9



2. Syntymävuosi

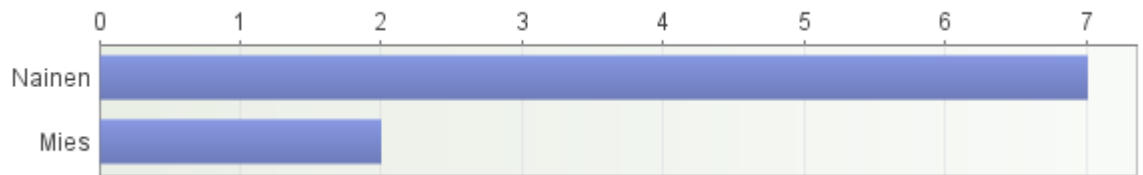
Vastaajien määrä: 9

- 1977
- 1980
- 1976
- 1973
- 1972
- 1979
- 1975
- 1977
- 1973

Seikkailukasvatus

1. Sukupuoli

Vastaajien määrä: 9



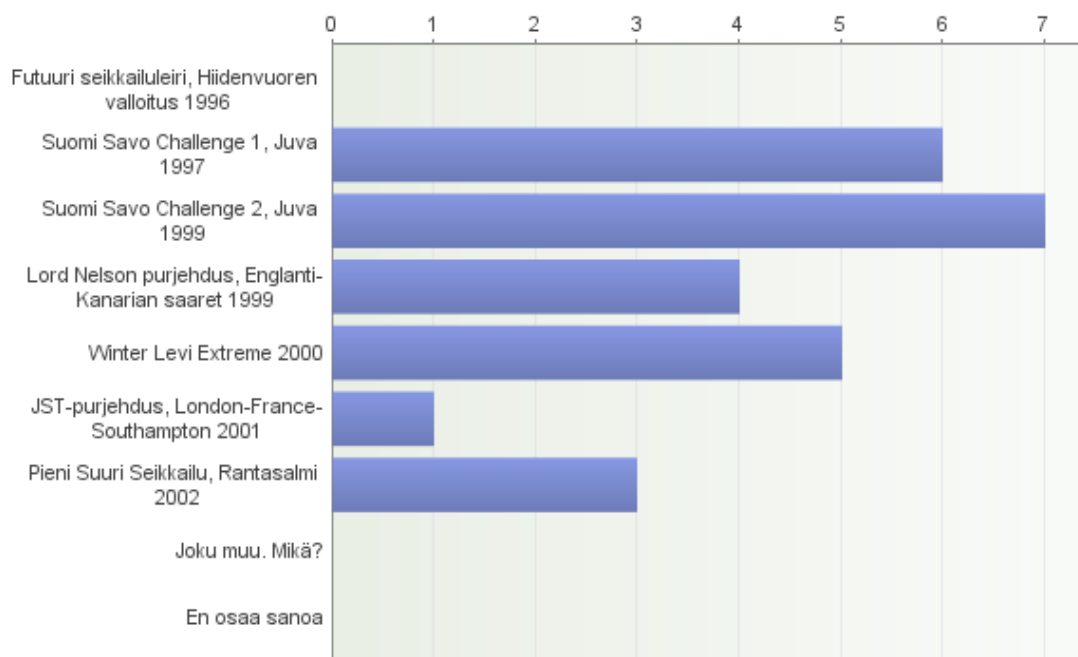
2. Syntymävuosi

Vastaajien määrä: 9

- 1977
- 1980
- 1976
- 1973
- 1972
- 1979
- 1975
- 1977
- 1973

3. Valitse alla olevista vaihtoehtoista kaikki ne leirit tai tapahtumat joille osallistuit.

Vastaajien määrä: 9



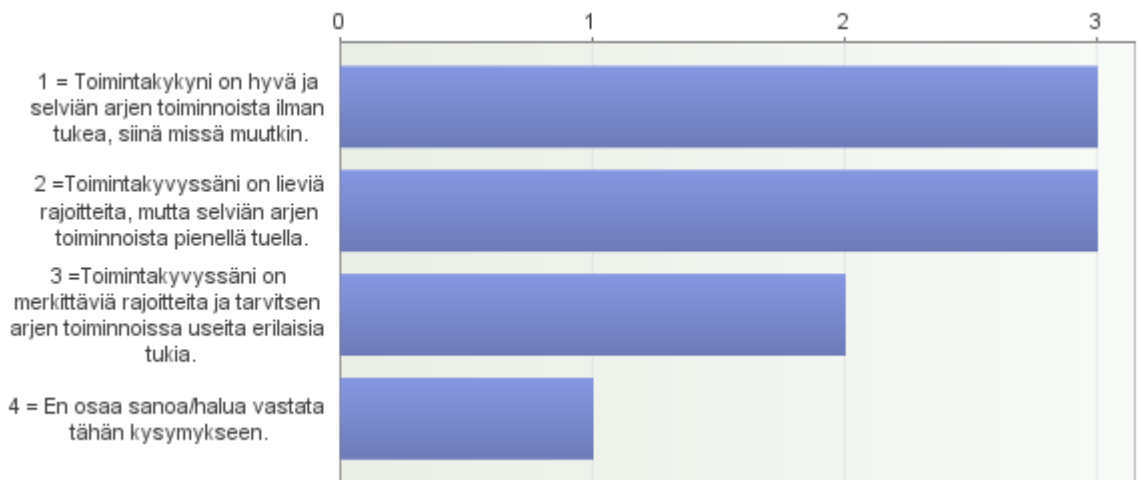
4. Osallistuitko johonkin edellä mainituista tapahtumista muussa roolissa kuin leiriläisenä tai osallistujana?

Vastaajien määrä: 7

- Molempiin purjehduksiin ja Suomi Savo Challenge I:een sekä Winter Extreme Levi -leirille tapahtuman suunnitteluryhmän jäsenenä ja toteuttajana.
- Kaikki ennalta mainitut, joko ohjaajana ja/tai projektin jäsenenä
- SSC 1 olin osallistujana. SSC 2 tein ammattikorkeakoulun opinnäytetyön opiskelukaverini kanssa. Levillä osallistujana ja Rantasalmella muistaakseni ohjaajana
- Projektin jäsen, Winter Levi Extreme 2000
- Jollain leirillä, ehkä Kuortaneella muistan olleeni avustajan roolissa. Se taisi olla joku uintileiri. Ajankohtaa en muista.
- Ohjaaja / avustaja / seikkailuleirin ohjelman toteutus, päivittäisissä toiminnoissa avustaminen (mm siirtymiset, ruokailu, hygienia)
- Apuohjaajana sekä ohjaajana

5. Millainen on toimintakykysi nyt?

Vastaajien määrä: 9



6. Arvioi millainen vaikutus seikkailukasvatustapahtumiin osallistumisella on ollut sinuun seuraavilla tavoitealueilla.

Vastaajien määrä: 9

	1	2	3	Yhteensä	Keskiarvo
a. Oma-aloitteisuus	0	1	8	9	2,89
b. Itseluottamus	0	1	8	9	2,89
c. Itsevarmuuteen	0	1	8	9	2,89
d. Mielikuva omista vahvuuksista ja kyvyistä	0	2	7	9	2,78
e. Mielikuva omista voimavaroista ja potentiaalista	0	2	7	9	2,78
f. Minäkuva	0	3	6	9	2,67
g. Käsitys omasta toimintakyvystä	1	3	5	9	2,44
h. Itsetuntemus	0	3	6	9	2,67
i. Vastuun ottaminen	0	1	8	9	2,89
j. Vastuun kantaminen	0	0	9	9	3
k. Sosiaaliset taidot	1	1	7	9	2,67
Yhteensä	2	18	79	99	2,78

7. Vastaa seuraaviin kysymyksiin asteikolla K = Kyllä, E = Ei, EOS = En osaa sano.

Vastaajien määrä: 9

	K	E	EOS	Yhteensä	Keskiarvo
a. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi arvioida omaa itseäsi ja toimintaasi?	7	0	2	9	1,44
b. Kehittikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi ratkaista ja käsitellä ongelmia?	8	1	0	9	1,11
c. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi tehdä päätöksiä?	6	3	0	9	1,33
d. Kehittikö tapahtumissa mukana olo omia yhteistyötaitojasi ryhmässä?	8	0	1	9	1,22
e. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että osallistumalla pystyt vaikuttamaan?	6	0	3	9	1,67
f. Kasvattiko tapahtumissa mukana olo luottamustasi muihin ihmisiin?	1	4	4	9	2,33
g. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että olet osa yhteisöä?	7	2	0	9	1,22
h. Kehittikö tapahtumissa mukana olo omia sosiaalisia taitojasi?	6	2	1	9	1,44
i. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo haluasi osallistua vapaa-ajalla, kodin ulkopuolella järjestettävään sosiaaliseen toimintaan tai tapahtumiin?	6	3	0	9	1,33
j. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo käsitystäsi siitä millaisia asioita ja aktiviteetteja pystyt tekemään?	6	3	0	9	1,33
k. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo tunnetta siitä, että pystyt toimimaan vaikeassa ja stressaavassakin tilanteessa?	7	2	0	9	1,22
l. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo kykyäsi suoriutua itsenäisesti päivittäisistä toiminnoista?	1	7	1	9	2
m. Lisäsikö tapahtumissa mukana olo luottamusta omiin kykyihisi?	5	3	1	9	1,56
n. Selkeyttikö tapahtumissa mukana olo ajatuksia omasta tulevaisuudesta?	2	6	1	9	1,89
o. Tuottiko tapahtumissa mukana olo positiivisia onnistumisen kokemuksia?	7	2	0	9	1,22
p. Auttoiko tapahtumissa mukana olo löytämään itsestäsi uusia puolia?	7	2	0	9	1,22
Yhteensä	90	40	14	144	1,47

Seuraavilla väittämillä pyritään selvittämään kehittikö seikkailukasvatustapahtumissa mukana olo seuraavia osa-alueita

8. Mikä on jäänyt mieleen mukavimpana muistona jostakin leiristä tai tapahtumasta? Kuvaile tilannetta ja kerro mistä tapahtumasta oli kyse.

Vastaajien määrä: 8

- Lord Nelson -purjehduksella Kanarialla 1999 lähdin yhden retkiporukan mukaan tietämättä, että olin ainoa suomalainen ko. retkellä. Alussa meinasi mennä sormi suuhun, mutta aika pian huomasin että pärjäänkin pelkällä englannin kielellä ihan hyvin. Olin kyllä opiskellut englantia peruskoulussa ja lukiossa ja menestynytkin, mutta puhumista ei tuohon aikaan koulutunneilla juurikaan harjoitettu.
- Lord Nelson purjehdus oli kokonaisuudessaan mahtava kokemus.
- Suomi Savo Challenge leirit kokonaisuudessaan. Hyvä tekemisen meininki, hyvällä tavalla hullut ihmiset, avoimella asenteella varustetut tyypit (erityisesti nuoret jotka toimivat avustajina) ja yhteishenki. Uusien asioiden testaaminen ammattilaisten johdattamana.
- SSC 99 minulla oli leirillä erilainen rooli tutkijana oli mukavaa havainnoida osallistujien onnistumisen iloa ja huomata, että lairi tarjosi jokaiselle jotakin. Ohjaaja porukka oli myös nuorta ja innokasta
- Paljon mukavia muistoja, vaikeaa eritellä yhtä ylitse muiden. Pääsi kokemaan paljon aktiviteetteja, mitä ei ilman apua pysty itsenäisesti kokemaan. Monta ainutlaatuista elämystä!
- Upeat maisemat, auringonnousut ja -laskut Lord Nelson -purjehduksella.
- Leiriläisten onnistumisen kokemukset eri toiminnoissa, illanvietot olivat mukavia/leppoista yhdessäoloa
- Osallistujien palautteet. Eräs kertoi, joka oli laskeutunut, riippunut jne. että parasta oli se, kun hänet kuljetettiin auton takakontissa erälle suorituspaikalle. Hän käytti sähköpyörätuolia.

9. Mikä on jäänyt mieleen ikävimpänä muistona jostakin leiristä tai tapahtumasta? Kuvaile tilanne ja kerro mistä tapahtumasta oli kyse.

Vastaajien määrä: 6

- Varsinaisia ikäviä muistoja ei ole, mutta ensimmäisten aikaan olisin voinut olla hiukan rohkeampi puhumaan ja sanomaan mielipiteeni, ja jännittää vähemmän. Muistan, että jotkut muut ryhmäläiset kommentoivat minun olleen liian hiljainen (silloin ajattelin että passiivinen, vaikka ei se sitä tarkoittanutkaan).
- Winter Levi Extreme. Yhdistelmänä se, että opetetaan opettajia oopettamaan ja leiriläisiä laskettelemaan oli haastava. Keliolosuhteetkin oli tosin myös haasteellisia, mutta lasketteluoppilaan roolissa oli välillä inhottava olla kun laskettelu ohjaava/opettava henkilö oli yhtä pihalla kuin itsekin.
- Muutaman ohjaajan päätös lähteä "rentoutumaan" omiin nimiin keskellä päivää, vaikka ohjaus / avustus työt kesken. Ikävä muisto oli joutua ojentamaan ohjaajia ja kertomaan leirin pelisäännöt aikuisille ihmisille.
- Ei siellä sattunut mitään ikävää :)
- Haasteelliset avustamishetket ahtaissa/hankalissa olosuhteissa
- Osallistuja oli voittanut itsensä. Hänene vanhempansa tulivat hakemaan häntä ja alkoivat heti kauhistella kaikkea vaikka nuori oli omasta mielestään saavuttanut paljon.

10. Jäikö leireistä tai tapahtumista jokin toiminta, taito tai jokin muu asia, minkä koet vaikuttaneen elämääsi tai asenteeseesi? Mikä ja millä tavalla se ilmenee?

Vastaajien määrä: 7

- En osaa liittää tätä mihinkään yksittäiseen tapahtumaan, mutta kummitoiminta yleisesti (jotka osana nuo kaikki olivat) lisäsivät rohkeutta toimia toisen ihmisten kanssa. Kiinnostus omaan aktiiviseen liikunnan harrastamiseen heräsi silti vasta reilut 5 vuotta viimeisten niiden tapahtumien jälkeen.
- Suhtautuminen omaan vammaisuuteen muuttui Siu:n kummeissa toimiessa positiivisemmaksi. Näin ja koin ettei vamma ole aktiivisen elämän este. Kävin ns. tavallisista koulua, joten en aiemmin ollut juurikaan tekemisissä muiden liikuntavammaisten kanssa. Kummeissa toimiminen saattoi osaltaan vaikuttaa myös ammatinvalintaan, suuntauduin kuntoutusalalle...
- Yleisen härdellin hallitseminen. Leireillä yms. Tapahtuu ja sattuu paljon asioita joita ei voi suunnitella etukäteen. pitää olla jonkin verran kaaoksen sietokykyä. Ko. Kyky erittäin hyödyllinen muussakin elämässä ja monessa työssä.
- Levin talvileirillä päätin siirtyä lakettelemaan kelkalla ja unohtaa pystylaskettelun, jossa olisin jatkaessani todennäköisesti loukannut itseni lukuisten kaatumisien vuoksi. Kelkalla harrastaminen on jatkunut ja fyysinen kunto/toimintakykykin on on vaikeasta vammasta huolimatta säilyneet
- En osaa sanoa.
- Yhteistyöllä selviää haasteellisistakin asioista, pitää osata pyytää apua tarvittaessa ja tärkeimpänä elinikäinen ystävyys
- Ongelmanratkaisu ja samalla asioihin tarttuminen. Työssäni teen näitä jatkuvasti ja luulenpa etten olisi selvinnyt näin pitkälle ilman seikkailujuttuja. Myös estettömyyden kannalta on oppinut ratkomaan ja katselemaan vaihtoehtoja, koska käytän pyörätuolia. Eli haasteita ratkotavana joka päivä.

11. Onko jotain muuta mitä haluat kertoa tai muistella?

Vastaajien määrä: 4

- Ylipäätään koko kummitoiminnassa vallinnut hyvä yhteishenki ja luova hulluus ovat asioita joita olen kaivannut työyhteisöihin missä työskentelen.
- Ei.
- Mukavia tapahtumiahan ne olivat :) Vaikkei minusta sen suurempaa seikkailijaa sitten tullutkaan, niin hyviä kokemuksia kuitenkin.
- Tutustui hyviin tyypeihin, oppi elämän perutaitoja ja tiettyjä juttuja tehdessä palaa aina lähörüutuun eli seikkailuleireihin. Myös sosiaaliset taidot kehittyvät edelleen. Itsensä arviointi on parantunut hiljalleen.