



SomeBody[®]-toiminnan kustannuksista ja vaikutuksista

Virpi Kuvaja-Köllner, Satu Vaininen, Marjo Keckman, Reetta-Kaisa Kuusiluoma

2020



Sisällys

Tiivistelmä

1 Taustaa	4
2 Somebody-ryhmätoiminta	4
3 Aineisto ja menetelmät	5
4 Kustannusten arviointi.....	7
4.1 Somebody-ohjaajien koulutuksen järjestämisen kustannukset.....	7
4.2 Somebody-koulutukseen osallistujien kustannukset	8
4.3 Somebody-toiminnan järjestämisen kustannukset.....	9
4.4 SB-toiminnan kustannusten vertailua muihin tukitoimiin	11
5 Vaikutusten arviointi	12
5.1 Fiilismittari	13
5.2 3X10D-elämäntilannemittari	14
5.3 Somebody-mittari.....	16
5.4 Ryhmäytymiskysely	19
6 Muut kvantitatiiviset aineistot	20
7 Haastatteluista koottua	23
8 Vastauksia tutkimuskysymyksiin	24
9 Yhteenvetoa ja pohdintaa	25
Lähteet.....	28
Liitteet.....	28

Tekijät:

Virpi Kuvaja-Köllner, TtM, terveystaloustiede, Tampereen yliopisto

Satu Vaininen, YTT, sosiaaliala, Satakunnan ammattikorkeakoulu

Marjo Keckman, TtM, fysioterapia, Satakunnan ammattikorkeakoulu

Reetta-Kaisa Kuusiluoma, FM, projektitutkija, Satakunnan ammattikorkeakoulu

2020

<https://somebody.samk.fi/>

Tämä raportti on tuotettu osana sosiaali- ja terveysministeriön terveyden edistämisen ohjelman määrärahaa hankkeessa Somebody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityöhön 2018–2020. Yhtenä hankkeen tavoitteena on selvittää Somebody-toiminnan vaikutuksia ja kustannuksia.

Somebody® on rekisteröity tavaramerkki 31.5.2013-. Se on rekisteröity seuraaviin luokkanumeroihin: 41 Koulutus, 42 Tieteelliset ja teknologiset palvelut sekä niihin liittyvä tutkimus ja suunnittelu sekä 45 Oikeudelliset palvelut.

TIIVISTELMÄ

SomeBody®-menetelmä on kehollisuutta ja kehotietoisuutta hyödyntävä vuorovaikutuksellisen ohjaustyön työväline, jonka tavoitteena on edistää hyvinvointia ja terveyttä. Menetelmä on kehitetty Satakunnan ammattikorkeakoulussa yhdessä satakuntalaisten ammattilaisten kanssa. Käytännön kokemusten ja havaintojen pohjalta menetelmä on todettu käytännössä toimivaksi ryhmämuotoiseksi menetelmäksi lasten ja nuorten kehotietoisuuteen, tunne-elämään, keskittymiseen, itsesäätelyyn ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviin ongelmiin. (Keckman & Vaininen 2018.) Käytännön kokemusten pohjalta haluttiin tutkia systemaattisemmin SomeBodyn vaikuttavuutta sekä sen kustannuksia. Ajatuksena oli, että kustannus-vaikuttavuustiedon perusteella menetelmän käyttöä voidaan perustella tarkemmin ja sitä kautta suurempi osa voisi päästä osalliseksi SomeBody-ryhmätoiminnasta. Tässä raportissa kuvataan SomeBody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityössä -hankkeen osana toteutettua tutkimusta. Artikkelissa paneudutaan vaikuttavuuteen ja menetelmän toteutuksen kustannuksiin kouluympäristössä.

Tutkimusaineisto kerättiin viiden satakuntalaisen kunnan ja kaupungin sekä toisen asteen ammatillisen oppilaitoksen SomeBody-ryhmätoteutuksista. Näiden yhteistyöorganisaatioiden kouluympäristössä työskentelevät ammattilaiset koulutettiin SomeBody-ohjaajiksi. Koulutus kesti 5,5 päivää. Ohjaajiksi koulutetut kasvatust-, sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiset toteuttivat parityöskentelyä omilla organisaatioissaan lapsille ja nuorille suunnattuja 4–8 hengen SomeBody-ryhmiä. Toteutukset olivat 8–10 kerran toteutuksia, kestoiltaan 45–90 minuuttia. Ryhmät toteutettiin joko koulupäivän aikana tai koulupäivän jälkeen.

Aineistonkeruumenetelminä käytettiin kehotietoisuus-, tunne- ja vuorovaikutustaitojen mittaamiseen SomeBody-mittaria ja vanhemmille osoitettua SomeBody-mittaria, 3X10D®-elämäntilannemittaria sekä ryhmäkertojen alku- ja loppufiilisten mittaamiseen fiilismittaria sekä osassa tutkimusaineistoa ryhmäytymisen mittaria. Lisäksi ohjaajat havainnoivat ryhmäkerroilla lapsissa ja nuorissa tapahtuvia muutoksia. Ohjaajat osallistuivat toteutusten jälkeen ohjaajien ryhmähaastatteluun.

3X10D®-elämäntilannemittarin mukaan interventoryhmässä 8/10 kysymyksen kohdalla tapahtui positiivinen muutos, kun verrokkiryhmässä näitä positiivisia muutoksia tapahtui vain 2/10 kysymyksen kohdalla. SomeBody-lomakkeessa on 64 kysymystä. Näistä 7 kysymyksen kohdalla tapahtui interventoryhmässä selkeämpi myönteinen muutos kuin verrokeilla. Toisaalta viiden kysymyksen kohdalla verrokeilla oli selkeämpi myönteinen muutos.

SomeBody-toiminnan kustannukset eivät ole korkeat. Pienryhmätoteutus 16,59 €/oppilas/käynti ja luokkamallinen toiminnan kustannus vain puolet tästä. Haasteeksi muodostuu se, että SomeBody-toiminnan vaikutusten arviointi osoitti myös myönteisiä vaikutuksia, mutta toisaalta ei kuitenkaan riittävän selkeästi. Eli tarvitaan vielä lisää vaikutusten arviointia isommalla aineistolla ja vertailua esimerkiksi muuhun ryhmätoimintaan ja toisaalta vertailua yksilökäynteihin esimerkiksi koulukuraattorin luona. Tällä hetkellä koulun henkilöstölle jää iso vastuu siinä, että kenelle kohdennetaan SB-ryhmätoimintaa ja kenelle pitäisi tarjota yksilökäyntejä koulukuraattorin luona.

1 Taustaa

SomeBody-menetelmän soveltaminen lasten ja nuorten ja perheiden hyvinvointityössä on aloitettu Satakunnan ammattikorkeakoulussa (SAMK) Sosiaali- ja terveysministeriön terveyden edistämisen hankerahoituksella. SomeBody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityöhön -hankkeen tavoitteena on levittää, juurruttaa, tutkia ja edelleen kehittää SomeBody-menetelmää. Tämä kehittämis- ja tutkimushanke on saanut sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta vuosille 2018–2020. Yksi tärkeä hankerahoitukseen liittyvä tavoite on ollut saada tietoa siitä, miten menetelmä toimii ja vaikuttaa lasten ja nuorten hyvinvointiin, taitoihin ja kykyyn toimia arjen sosiaalisissa suhteissa. Lisäksi tavoitteena on ollut saada tietoa kuntien päätöksentekijöille sekä lasten, nuorten ja perheiden palveluiden johtajille ja kehittäjille menetelmän kustannuksista ja vaikuttavuudesta. Lähtökohtana on ollut ajatus siitä, että kustannus- ja vaikuttavuustietojen perusteella menetelmän käyttöä voitaisiin todennäköisesti perustella tarkemmin ja tutkitun tiedon perusteella menetelmä voidaan ottaa mahdollisesti laajemmin käyttöön. Näin todennäköisesti yhä useammalla SomeBodysta hyötyvällä lapsella ja nuorella voisi olla mahdollisuus päästä SomeBody-ryhmätoimintaan omassa toimintaympäristössään.

Tässä raportissa esitellään SomeBody-ryhmätoiminnan (jatkossa SomeBody=SB) kustannuksia ja vaikutuksia koulun toimintaympäristössä toteutettuna. Hankkeessa menetelmää on pilotoitu eri kohderyhmillä sekä eri koulutusasteilla päiväkotikäisistä lapsista korkeakouluopiskelijoihin. Lisäksi pilotointityötä on tehty kuntouttavan työn osana esim. lastensuojelu- ja päihdetyön ympäristöissä. Tässä raportissa SomeBody-ryhmätoiminnan kustannusten ja vaikutusten tarkastelu kohdentuu kouluissa toteutettuihin SomeBody-ryhmätoiminnan toteutuksiin.

Tässä esitellyssä arvioinnissa on kustannustietojen laskemisen osalta käytetty Porin kaupungilta saatuja tietoja henkilöstön palkkakuluista sekä osin hyödynnetty julkisesti saatavilla olevia tietoja eri ammattiryhmien palkkatasoista. Vaikutusten arviointi perustuu pieneen kvantitatiiviseen interventio- ja verrokkiryhmän vertailuaineistoon, ja lisäksi on hyödynnetty ohjaajien haastatteluaineistoja. Aineistoa on täydennetty eri ikäluokilta kerättyjen pilottiaineistojen avulla, jotka sisältävät sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista aineistoa.

2 SomeBody-ryhmätoiminta

SomeBody-ryhmätoiminta on tarkoitettu lasten ja nuorten päivittäisissä ja luonnollisessa toimintaympäristössä toteutettavaksi ja sovellettavaksi menetelmäksi (ks. Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019). Lapset ja nuoret viettävät suuren osan päivästä koulussa, ja siksi kouluympäristö on nähty SomeBody-ryhmätoiminnassa keskeiseksi toimintaympäristöksi. Koulussa SomeBody-ryhmätoiminta voidaan toteuttaa joko koulupäivän aikana tai sen jälkeen riippuen SomeBody-ryhmän ryhmäkohtaisista tavoitteista. Se voidaan myös toteuttaa pienryhmätoimintana tai luokkamutoisena puolen luokan tai koko luokan toteutuksena.

SomeBody-ryhmätoimintaa voi ohjata SomeBody-ohjaajaksi koulutettu sosiaali-, terveys-, kuntoutus- tai kasvatustalon ammattilainen. SomeBody-ohjaajakoulutus on tarkoitettu niille, jotka ovat suorittaneet vähintään ammattikorkeakoulutasoisen sosiaali-, terveys-, kuntoutus- tai kasvatustalon tutkinnon. SomeBody-ohjaajakoulutusta opiskelevat suorittavat koulutuksen kokemuksellisen oppimisen sekä

yhteisölähtöisen pedagogiikan lähtökohtien mukaisesti. Tähän perustuen koulutuspäivissä on läsnäolovelvollisuus. Koulutuksen osana kukin koulutettava myös suunnittelee oman SomeBody-ryhmätoiminnan toteutuksen. Se suunnitellaan ja toteutetaan parityönä. Koulutukseen tulijoille informoidaan suositus siitä, että koulutukseen ilmoittautuisi kaksi työntekijää samasta organisaatiosta, jotka voivat yhdessä koulutuksen aikana toteuttaa käytännön SB-ryhmätoiminnan.

3 Aineisto ja menetelmät

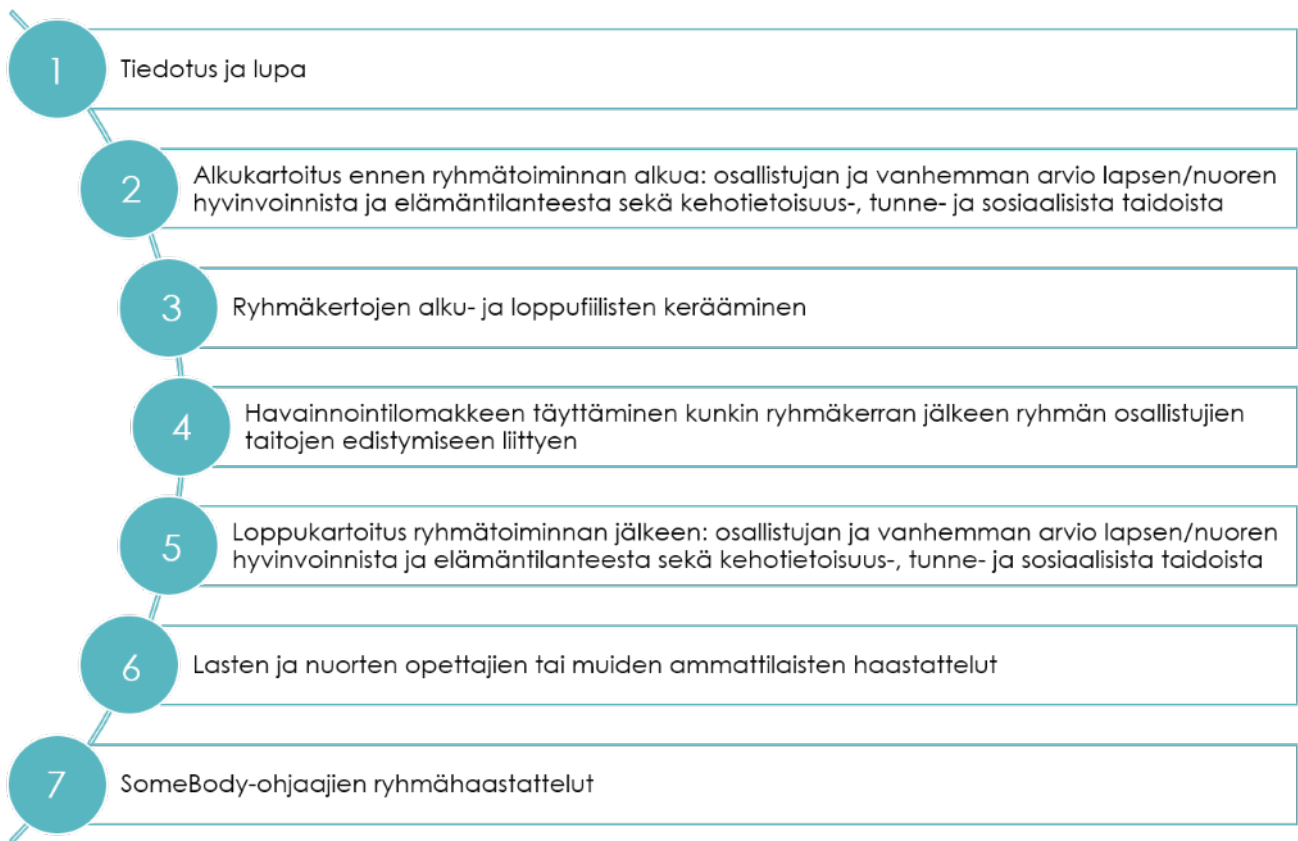
Tutkimussuunnitelmassa päätavoitteeksi tuli selvittää vahvistaako SomeBody-ryhmätoiminta lasten ja nuorten kehotietoisuus-, tunne- ja vuorovaikutustaitoja ja elämähallintaa, edistäen siten minäkäsitystä ja hyvinvointia. Miten menetelmä vaikuttaa lasten ja nuorten hyvinvointiin, taitoihin ja kykyyn toimia arjen sosiaalisissa suhteissa. Lisäksi tavoitteena on selvittää menetelmän kustannuksia. Näistä lähtökohdista tutkimuksen tavoitteeksi tuli:

1. Mitata ja selvittää SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutusta lasten ja nuorten hyvinvointiin ja elämäntilanteeseen ryhmätoiminnan aikana ja sen jälkeen
2. Mitata ja selvittää SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutuksia lasten ja nuorten kehotietoisuustaitojen, tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen edistymiseen
3. Tuottaa SomeBodyn kustannuslaskentatietoa: määrittää hinta SomeBody-ryhmätoiminnan erilaisille toteutuksille eri toimintaympäristöissä ja eri ammattiryhmien toteuttamana

Vaikuttavuustutkimukseen haettiin lausunto Satakunnan korkeakoulujen ihmistieteiden eettiseltä toimikunnalta. Ennen tutkimuksen alkua haettiin tutkimusluvut tai suostumukset kaikilta mukana olevilta kunnilta ja yhteistyökumppaneilta, organisaatioilta sekä näiden alaorganisaatioilta (päiväkodit/koulut/oppilaitokset), joissa SomeBody-ryhmiä toteutettiin tai joiden työntekijät osallistuivat ryhmän vaikutusten pohdintaan. (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019)

SomeBody-menetelmän vaikuttavuustutkimuksen ja kustannusten aineisto kerättiin hankkeen yhteistyöorganisaatioista vuoden 2019 ja vuoden 2020 kevään aikana. Hankkeen yhteistyökumppaneita SomeBody-menetelmän vaikuttavuustutkimuksen osiossa ovat olleet Porin, Ulvilan ja Rauman kaupungit, Eurajoen ja Säkylän kunnat sekä Satakunnan koulutuskuntayhtymä Sataedu ja Kankaanpään A-koti. Näiden organisaatioiden ammattilaiset koulutettiin SomeBody-ohjaajiksi. Koulutetut ohjaajat toteuttivat ryhmiä omissa kouluissaan tai varhaiskasvatuksen yksiköissä ja keräsivät näistä toteutuksista tutkimusaineiston. Koottu tutkimustieto on käsitelty ja analysoitu keräysvaiheen jälkeen hankkeen tutkimushenkilöstön toimesta tutkimustyötä koskevien eettisten periaatteiden mukaisesti. (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019)

Vaikuttavuustutkimuksen tavoitteisiin liittyen tutkimuksen prosessi ja aineistonkeruu suunniteltiin eteneväksi kuvassa 1 esitetyllä tavalla. Keskimäärin prosessin eteneminen vei aikaa puoli vuotta. SomeBody-ryhmätoteutuksia oli sekä kevään että syksyn 2019 aikana. (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019)



Kuva 1. Tutkimusprosessi ja aineistonkeruun eteneminen (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019, 218)

Tutkimuksen SomeBody-ryhmiin osallistui 5–18-vuotiaita lapsia ja nuoria noin 300. Kaikille ryhmiin osallistuville lapsille ja nuorille sekä alaikäisten lapsien vanhemmille tiedotettiin siitä, mistä SomeBody-toiminnassa ja -menetelmässä on kyse. Lisäksi osallistuvilta lapsilta ja nuorilta sekä vanhemmilla pyydettiin luvat sekä osallistumiseen että vaikuttavuustutkimukseen liittyvien tietojen keräämiseen ja luovuttamiseen tutkimustarkoitukseen. Osallistujille kerrottiin toiminnan vapaaehtoisuudesta ja mahdollisuudesta keskeyttää osallistuminen tai tutkimustiedon luovuttaminen. Niissä tilanteissa, joissa SomeBody-ryhmätoiminta on integroitu opetuksen tai normaalitoiminnan osaksi, informoitiin mahdollisuudesta kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen tai lasta, nuorta tai perhettä koskevan tiedon luovuttamisesta tutkimustarkoitukseen. (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019)

Syksyllä 2019 Porin kolmessa koulussa toteutettiin erillinen interventio- ja verrokkiryhmät sisältävä tutkimus seitsemännen luokan aloittaneille oppilaille. Interventiotutkimuksessa oli käytössä vaiheet 1–5 sekä tämän lisäksi mittareiden uusintakysely vielä puolen vuoden jälkeen siitä, kun ryhmätoiminta on päättynyt. Tässä osuudessa oli lisänä myös ryhmäytymisen mittaaminen ennen ja jälkeen ryhmätoiminnan toteutuksen sekä puolen vuoden päästä. Verrokkiryhmät täyttivät samat mittarit kuin varsinaiset koeryhmät. (Keckman, Vaininen & Kuusiluoma 2019)

Hankkeen tutkimussuunnitelman mukaisesti SomeBody-toimintaa on järjestetty eri koulutustasoilla; varhaiskasvatuksessa, alakoulussa, yläkoulussa sekä toisella asteella lukiossa ja ammatillisissa oppilaitoksissa. Tässä tarkastellaan erikseen sekä kontrolloidun tutkimuksen että ilman vertailua järjestetyn toiminnan vaikutuksia 8–18 vuoden ikäisille. Kaikkia osallistujia on pyydetty täyttämään ennen ja jälkeen ryhmätoimintaa SomeBody- sekä 3X10D-kyselylomakkeet. Lisäksi jokaisen tapaamiskerran yhteydessä

osallistujia pyydettiin vastaamaan Fiilis-mittarin kysymyksiin. Ohjaajilta kerätyt ryhmähaastatteluaineistot täydentävät tämän raportin tietoja. Lisäksi kontrolloidun interventiotutkimuksen osallistujat ovat täyttäneet ryhmäytymismittarin ennen ja jälkeen ryhmätoteutuksen.

SomeBody-hankkeen aikana kerättiin runsaasti aineistoa SB-toimintaan osallistuneilta pilottiryhmiltä. Huolimatta melko runsaista osallistujamääristä, niistä saadut aineistot ovat kuitenkin hyvin pieniä. Näidenkin ryhmien tuloksia tarkasteltiin, ja näistä on tehty joitakin nostoja luvussa muut kvantitatiiviset aineistot.

4 Kustannusten arviointi

4.1 SomeBody-ohjaajien koulutuksen järjestämisen kustannukset

Tämä kustannusten arviointi koostuu kolmesta eri osasta:

- SB-ohjaajakoulutuksen järjestämisen kustannukset
- SB-ohjaajakoulutukseen osallistujien ajankäytön kustannukset
- SB-toiminnan järjestämisen kustannukset kouluissa

Tämä kustannusarviointi ja tähän liittynyt tiedonkeruu on tehty jälkikäteen. Kustannusten tarkastelu perustuu vaihtoehtokustannuksiin. Oletus on, että yksilö olisi voinut käyttää ajan myös toisin. Esimerkiksi, jos henkilö osallistuu koulutukseen, hän ei voi olla samaan aikaan opettamassa eli joku muu tekee hänen työnsä.

SB-ohjaajakoulutusta järjestettiin alun perin vain SAMKin opettajien toimesta, mutta nykyään koulutusta järjestetään Satakunnan alueella myös esimerkiksi osana kuntien omaa koulutustoimintaa. Porissa on erityisopettaja, jolla on pätevyys kouluttaa SB-ohjaajia ja Ulvilassa on kaksi Satakunnan alueen sivistystoimien kouluttajista (opettaja ja kuraattori). Tarvittaessa kouluttajapari voi myös tulla SAMKista.

SomeBody-ohjaajakoulutus on 5 op laajuinen. Koulutus kestää 5,5 päivää. Viisi koulutuspäivää on kuuden (6) tunnin mittaisia ja viimeinen päivä on kolmen (3) tunnin mittainen. Yhteensä opetusta 33 tuntia. Koulutuspäivät ovat yksittäisiä päiviä, ja niiden välillä on useampi viikko väliä.

Tässä esimerkkilaskelmassa (taulukko 1) SB-ohjaajakoulutuksen kustannuksia tarkastellaan Satakunnan alueella tapahtuvan kuntien oman koulutusmallin kautta (erityisopettaja + koulukuraattori). Koulutuksessa oleville lasketaan työaikaa (koulutuksen) suunnitteluun (27 t) ja sen toteutukseen (33 t) 60 tuntia/kouluttaja eli kahden kohdalla tämä tarkoittaa yhteensä 120 tuntia. Kustannustiedoissa käytetään Porin kaupungin käyttämiä ko. ammattiryhmien keskimääräisiä palkkatietoja, joihin on lisätty 30 % sivukuluja. Tässä esimerkissä kouluttajat ovat Porin ja Ulvilan kaupungin työntekijöitä, ja SB-ohjaajien koulutus on vain yksi osa heidän toimenkuvaansa. Käytännössä kaupungeilla on varmaan jonkinlainen suunnitelma siitä, että mitä koulutusta heidän henkilöstönsä tarvitsee, ja toisaalta minkä verran he pystyvät järjestämään itse näistä täydennyskoulutuksista, ja toisaalta minkä verran heillä on mahdollista ostaa oman organisaation ulkopuolelta koulutuksia henkilöstölleen. Tämä alla oleva esimerkki kertoo, miten SB-ohjaajakoulutuksen kustannus saadaan näkyväksi, ja sen myötä mahdollistetaan sen kustannuksen vertailu muiden mahdollisten

koulutusten kanssa. Tässä koulutuksen järjestämisessä ei ole huomioitu tilakuluja. Kaupunki järjestää tilat koulutukselle. Tilakustannusten osuuden on arveltu olevan hyvin pieni ja toisaalta se vertailukelpoinen muiden vastaavien koulutusten kanssa.

Taulukko 1. SB-koulutuksen järjestämisen kustannukset

	Erityisopettaja	Koulukuraattori	Yhteensä	Ryhmä 15 henkilöä Kustannus/osallistuja
Tunnit SB-koulutuksen suunnittelu ja toteutus	60	60	120	
Kustannus/tunti sivukuluineen	41,08 €	24,48 €		
Kustannus 60 tunnin osalta	2465 €	1469 €	3934 €	
Kustannus osallistujaa kohden				262,26 €

Koulutukseen otetaan osallistujia yleensä 15 henkilöä. Joten koulutuksen kustannus osallistujaa kohden on $3934 \text{ €} / 15 = 262,26 \text{ €}$. Koulutuksesta saatu oppi ei häviä yhden vuoden aikana, joten voidaan olettaa, että koulutukseen osallistunut henkilö voisi hyödyntää oppejaan ainakin seuraavan 5-vuoden ajan. Eli tämä 262,26 € kertakustannus voidaan jakaa viidelle vuodelle. Tällöin vuosikustannukseksi koulutukseen osallistumisen osalta saadaan $262,26 \text{ €} / 5 \text{ vuotta} = 52,45 \text{ €}$.

Tällä hetkellä koulutusta järjestetään myös avoimen ammattikorkeakoulun opetustarjonnassa. Opetuksesta vastaa Satakunnan ammattikorkeakoulu. Kaksi SAMKin opettajaa vastaa koulutuksesta. Heille molemmille on resursoitu 60 tuntia työpanosta koulutuksen suunnitteluun ja toteutukseen. 5 opintopisteen laajuinen SomeBody-ohjaajakoulutus avoimen ammattikorkeakoulun opintoina maksaa osallistujalle on 10 €/op. Eli kustannus koko koulutuksesta osallistuja kohden on 50 €.

4.2 SomeBody-koulutukseen osallistujien kustannukset

SB-koulutukseen osallistuja ei voi tehdä samaan aikaan omia työtehtäviään, joten hänen ajankäytöllään on vaihtoehtoiskustannus (Räsänen & Sintonen 2013). Tässä kustannustarkastelussa on esitetty erilaisia kustannuksia, jos koulutukseen osallistujana on opettaja, koulukuraattori, terveydenhoitaja, ja hänelle on sijainen 33 tuntia eli tuon kyseisen koulutuksen ajan verran (taulukko 2).

Taulukko 2. SB-koulutukseen osallistujien ajankäytön kustannus

Koulutukseen osallistujan ammatti	Koulutukseen osallistujan tehtävät hoitaa	Koulutukseen osallistumisesta syntyvä sijaiskustannus. Lisäkustannus/tunti sis. 30 % sivukulut	Lisäkustannus 33 tunnin koulutusjakson ajalta, sis. 30 % sivukulut
Opettaja	Opettaja	40,81 €	1347 €
Opettaja	Toinen opettaja otona	12,24 €	404 €

Opettaja	Koulunkäyntiohjaaja	11,08 €	365 €
Terveydenhoitaja	Terveydenhoitaja	22,33 €	737 €
Koulukuraattori	Koulukuraattori	24,48 €	808 €

On suositeltavaa, että koulutukseen osallistuisi yhdestä oppilaitoksesta kaksi henkilöä kerrallaan, koska SB-toimintaa toteutetaan työpareittain. Tässä laskelmassa otetaan esimerkiksi, että koulutusparina olisi opettaja ja koulukuraattori. Tällä koulutuspariyhdistelmällä syntyy tästä 33 tunnin sijaisuuksista edullisimmillaan 1173 € kustannus. Tässä tilanteessa opettajan sijaisuuden hoitaa koulunkäynninohjaaja, eikä koulunkäynninohjaajan tilalle tule toista työntekijää, mutta hän saa työstään korkeamman korvauksen kuin hänen normaali palkkansa on. Lisäkustannus syntyy siis siitä, että mikä on tämän koulunkäynnin ohjaajan palkkaus, kun hän tekee opettajan sijaisuuden verrattuna hänen normaalipalkkaansa (26,99-15,91 = 11,08 €). Hieman kalliimmaksi tulee tilanne, jolloin toinen opettaja hoitaa sijaistettavan luokan opetuksen oman opetuksensa ohella eli ns. otona. Tästä tulee 404 € lisäkustannus. Tämä laskelma perustuu tietoon siitä, että opettaja saa n. 30 % lisäpalkan otona työskentelemisestä. Jos sijaisena toimii toinen opettaja, kustannus on 1347 €. Koulukuraattorille on tässä mallissa laskettu sijaisuus samalla palkalla eli 808 €. Eli kalleimmillaan tämän työparin koulutukseen osallistumisesta tulisi 2154 € (1347 € + 808 €) lisäkustannus, ja edullisimmillaan 1173 € (365 € + 808 €). Jos työparina olisi terveydenhoitaja ja opettaja, niin sijaisuuden kustannukset olisivat suunnilleen samat, hiukan matalammat.

4.3 SomeBody-toiminnan järjestämisen kustannukset

SB-toimintaa toteutetaan kouluissa yleensä siten, että siinä on 10 tapaamiskertaa. Toiminnan suunnitteluihin ja valmisteluihin ohjaajalla on mennyt aikaa keskimäärin 18 tuntia eli yhteensä aikaa on mennyt toimintaan 28 tuntia/ohjaaja.

Tällä opettaja-koulukuraattori-ohjaajayhdistelmällä syntyy tästä 28 tunnin työpanoksesta vähintään 995 € kustannus (taulukko 3). Tässä tilanteessa opettajan sijaisuuden hoitaa koulunkäynninohjaaja, eikä koulunkäynninohjaajan tilalle tule toista työntekijää, mutta hän saa työstään korkeamman korvauksen kuin hänen normaali palkkansa on. Lisäkustannus syntyy siis siitä, että mikä on tämän koulunkäynnin ohjaajan palkkaus, kun hän tekee opettajan sijaisuuden verrattuna hänen normaalipalkkaansa (26,99-15,91 = 11,08 €). Kuraattorin sijaisuuden palkkakustannus on 685 €. Hieman kalliimmaksi tulee tilanne, jolloin toinen opettaja hoitaa sijaistettavan luokan opetuksen oman opetuksensa ohella eli ns. otona. Tästä tulee 404 € lisäkustannus. Tämä laskelma perustuu siihen tietoon, että opettaja saa n. 30 % lisäpalkan otona työskentelemisestä. Kun yhdistetään tähän koulukuraattorin sijaisen kustannus, kustannukseksi tulee 1029 €.

Jos opettajan sijaisena toimii toinen opettaja, kustannus on 1347 €. Kalleimmillaan tämän ohjausparin sijaisten palkkakuluihin menisi SB-toiminnan aikana 1828 € (1347 € + 685 €). Jos työparina olisi terveydenhoitaja ja opettaja, niin sijaisuuden kustannukset olisivat suunnilleen samat, hiukan matalammat. Tässä esimerkissä on ajateltu, että toimintaa tarjottaisiin kahdelle pienryhmälle, yksi ryhmä syksyllä ja toinen keväällä. Kustannus SB-toiminnan järjestämisestä näille kahdelle ryhmälle, joissa olisi yhteensä 12 oppilasta, olisi 995 € ryhmä eli kahden ryhmän osalta 1990 €.

Taulukko 3. SB-toiminnan järjestämisen kustannukset peruskoulussa

SB-ohjaajan ammatti	SB-ohjaajan omia tehtäviä hoitaa toiminnan aikana	Koulutukseen osallistumisesta syntyvä sijaiskustannus. Lisäkustannus/tunti sis. 30 % sivukulut	Lisäkustannus 28 tunnin koulutusjakson ajalta, sis. 30 % sivukulut	Työparin kustannus
Opettaja	Opettaja	40,81 €	1142 €	
Opettaja	Toinen opettaja otona	12,24 €	343 €	
Opettaja	Koulunkäyntiohjaaja	11,08 €	310 €	
Terveydenhoitaja	Terveydenhoitaja	22,33 €	625 €	
Koulukuraattori	Koulukuraattori	24,48 €	685 €	
Opettaja-koulukuraattori-työparin kustannus				995 €

Tässä luvussa esitetään ensin kaksi vaihtoehtoista SB-toiminnan järjestelytapaa, ja lopuksi näitä kustannuksia verrataan muutaman muun saman tyyppisen toiminnan kustannuksiin. Ensimmäisessä mallissa SB-toimintaa tarjotaan kohdennetusti lapsille, jotka saattaisivat hyötyä SB-toiminnasta. Koulussa järjestetään syksyllä toimintaa yhdelle kuuden lapsen ryhmällä, ja keväällä toimintaa toiselle kuuden lapsen ryhmälle. SB-toimintaa ohjaavat jälleen tuo sama yllä olevissa laskelmissa esitetty työpari eli kuraattori ja opettaja. Opettajan sijaisena toimii koulunkäynninohjaaja eli tämän työparin kustannus on 996 €. Sama kustannus tulee sekä keväälle että syksyille. Oppilaita ryhmässä 6, ja kustannus per oppilas 165,92 € ja kustannus/toimintakerta/oppilas 16,59 €.

Taulukko 4. SB-pienryhmätoiminnan kustannukset peruskoulutoteutuksessa

	SB-ohjaajan omia tehtäviä hoitaa toiminnan aikana	Kustannukset sijaisuuden järjestelyistä sis. 30 % sivukulut	Oppilaita ryhmässä	Kustannus/oppilas	Kustannus/oppilas/käynti
Syksyn ryhmä:					
Opettaja ja koulukuraattori työparina	Koulunkäynti-ohjaaja ja koulukuraattori	996 €	6	165,92 €	16,59 €
Kevään ryhmä:					
Opettaja ja koulukuraattori työparina	Koulunkäynti-ohjaaja ja koulukuraattori	996 €	6	165,92 €	16,59 €
Yhteensä		1992 €	12	165,92 €	16,59 €

Tämä seuraava malli (taulukko 5) on tehty olettamuksilla, että toimintaa tarjottaisiin luokkamuotoisen SomeBodyn idealla vuosiluokittain. Esimerkkikouluna alakoulu, jossa kolme rinnakkaisluokkaa, jokaista alakoulun vuosiluokkaa kohden (6 ikäluokkaa x 3 rinnakkaisluokkaa = 18 luokkaa). Huom. Kaikille alakoulun luokille ei tarjota toimintaa samana vuonna, vaan tässä mallissa SB-toimintaa tarjotaan 2- ja 6-luokille. Luokissa oppilaita 24, joten luokka jaetaan kahteen ryhmään, oppilaita per ryhmä 12:

- 3 x 2lk = 3 x 24 oppilasta = 6 x 12 hengen oppilasryhmät (72 oppilasta)
- 3 x 6lk = 3 x 24 oppilasta = 6 x 12 hengen oppilasryhmät (72 oppilasta)

Yhteensä 12 ryhmää, joissa jokaisessa 12 oppilasta, yhteensä 144 oppilasta, jotka saavat SB-toimintaa saman kouluvuoden aikana. Kustannus näiden 12 ryhmän osalta on 11946 €, ja oppilasta kohden 82,96 € ja SB-ryhmäkertaa kohden 8,30 €/oppilas.

Taulukko 5. SB-toiminnan ikäluokkamallin kustannukset peruskoulussa

	SB-ohjaajan omia tehtäviä hoitaa toiminnan aikana	Kustannukset sijaisuuden järjestelyistä sis. 30 % sivukulut	Oppilaiden lukumäärä	Kustannus/oppilas	Kustannus/oppilas/käynti
Kolme 2-luokkaa, joista tulee yhteensä 6 ryhmää. Opettaja ja koulukuraattori työparina	Koulunkäynti-ohjaaja ja koulukuraattori	6 x 996 € = 5973 €	6 ryhmää x 12 oppilasta = 72 oppilasta	82,96 €	8,30 €
Kolme 6-luokkaa, joista tulee yhteensä 6 ryhmää. Opettaja ja koulukuraattori työparina	Koulunkäynti-ohjaaja ja koulukuraattori	6 x 996 € = 5973 €	6 ryhmää x 12 oppilasta = 72 oppilasta	82,96 €	8,30 €
Yhteensä		11946 €	144	82,96 €	8,30 €

4.4 SB-toiminnan kustannusten vertailua muihin tukitoimiin

Päätöksentekijä saattaa edellisen pohjalta miettiä: onko SB-toiminta kallista vai halpaa. Kumpi on vaikuttavampaa ja kenelle sopii mikäkin? Asiaa olisi hyvä tarkastella vertailemalla toimintaa myös muihin vaihtoehtoisiin toimintatapoihin, joiden voidaan olettaa tukevan oppilaan hyvinvointia. Kahdessa edellä esitetystä mallissa oppilaskohtaisen käynnin kustannukset olivat siis pienryhmässä 16,59 €/oppilas/kerta ja ikäluokkamallissa 8,30 €/oppilas/kerta. Nyt vertailua tehdään yksilöllisiin koulukuraattorikäynteihin. Mikäli näille 12 oppilaalle (ensimmäinen esimerkki) haluttaisiin tarjota SB-toiminnan tilalla käyntejä koulukuraattorin luona, niin tällä samalla kahden kuuden oppilaan ryhmän toiminnalla kustannuksilla, saadaan 6,8 yksilökäyntiä per oppilas koulukuraattorin luona. Jos taas ajatellaan toisin päin, että haluttaisiin tarjota näille jokaisella 12 oppilaalle 10 käyntiä koulukuraattorin luona, niin silloin tuo kustannus olisi 2934 €

(taulukko 6). Tässä laskelmassa on käytetty samaa tuntikustannusta koulukuraattorille kuin yllä olevissa laskelmissa eli 24,48 € sisältäen 30 % sivukuluja. Tämän tarkastelun laskelmissa on käytetty 30 % sivukuluja, joka on saatu Porin kaupungilta. Eli laskelmista puuttuu yleiskulukustannus. Toisaalta nämä kaikki tässä esitetyt laskelmat ovat tehty samalla mallilla, joten näiden lukujen keskinäinen vertailu on mahdollista.

Taulukko 6. Kustannusvertailu 12 oppilaan 10 käyntiä koulukuraattorilla versus osallistuminen SB-toimintaan

	Kustannus	Yhden lapsen 10 käyntiä	12 lapsen 10 käyntiä
Yksi käynti koulukuraattorin luona	24,48 €	244,48 €	2934 €
Vertailuna käynti SB-pienryhmätoiminta (kts. taulukko 4)	16,59 €	165,92 €	1992 €
Vertailuna SB-käynti ikäluokkatoiminnassa (kts. taulukko 5)	8,30 €	82,96 €	995 €

Näiden yllä esitettyjen toimintojen, SB-ryhmätoimintojen ja yksilökäynnit koulukuraattorin luona, keskinäinen vertailu on haastavaa. On vaikeaa todentaa tai jäsentää selvää käsitystä, että kumpi toiminnoista on vaikuttavampaa eli kummalla olisi enemmän myönteisiä vaikutuksia yksilön terveydenhoitajat, opettajat ja erityisopettajat osaisivat tarjota oikeita toimintatapoja kohdennetusti niitä tarvitseville lapsille ja nuorille. Jotkut oppilaat todennäköisesti hyötyvät SB-ryhmätoiminnasta, koska se sisältää enemmän sosiaalista vuorovaikutusta ja painottuneisuutta sosiaalisiin taitoihin ja ryhmässä toimimiseen. Toisaalta taas joillekin voisivat yksilötapaamiset olla toimivampia, koska yksilön kyky ryhmässä toimimiseen ja myös toisten tarpeiden huomioimiseen ei ole vielä riittävän kehittynyttä, ja silloin tällaisen yksilön käyttäytyminen saattaa häiritä muiden toimintaa yhteisissä Somebody-tapaamisissa. Seuraavissa luvuissa poimintoja vaikutusten arvioinnista.

5 Vaikutusten arviointi

Tässä tarkastelussa tehdään SB-intervention vaikutusten arviointia suhteessa edellä esille tuotuihin tutkimuksen kahteen ensimmäiseen tavoitteeseen 1) hyvinvointiin ja elämäntilanteeseen sekä 2) kehotietoisuustaitoihin sekä vuorovaikutus- ja tunnetaitoihin. Tutkimuksessa on lähtökohta, siitä, että vaikutusten muutoksia voidaan olettaa tapahtuvan nopeammin ja lyhyemmällä aikavälillä kuin vaikuttavuuden muutosten.

Tässä tarkastelussa vertailtiin ensin interventio- ja verrokkiryhmän välisiä eroja. Kyselyt tehtiin lähtötilanteessa, SB-toiminnan loppumisen jälkeen sekä kuuden kuukauden kuluttua. Koe- ja kontrolliryhmän kohdalla lähtötilanne ja 10 viikon kysely toteutettiin paperikyselynä. Kuuden kuukauden seuranta osui koronaepidemian aikaan, joten se tehtiin sähköisessä muodossa. Näissä kolmessa arviointiajankohdassa käytettiin kolmea eri kysymyspatteristoa: Somebody-mittari, 3X10D-elämäntilannemittari ja

ryhmytymiskysely. Lisäksi SB-toiminnan aikana käytettiin jokaisen tapaamiskerran alussa ja lopussa sen hetkisen tunnetilan mittaamiseen Fiilis-mittaria.

Lähtötilanteessa interventioon osallistujia oli siis yhden koulun kolme 7-luokkaa eli yhteensä 29 oppilasta. Mutta yksi heistä ei vastannut Fiilis-kyselyihin. Verrokkiryhmän osallistujat olivat kahdesta muusta eri koulusta, ja heitä oli yhteensä 64. Seurantakysely tehtiin siis n. 10 viikon kuluttua ensimmäisestä SB-tapaamisesta, mutta siihen kyselyyn eivät enää kaikki toimintaan osallistuneet vastanneet. Kolmanteen eli n. 6 kk jälkeen tehtyyn seurantakyselyyn vastanneiden määrä väheni merkittävästi, joten tässä tarkastelussa vertailua tullaan tekemään lähtötilanteen ja 10 viikon seurannan välillä (taulukko 7).

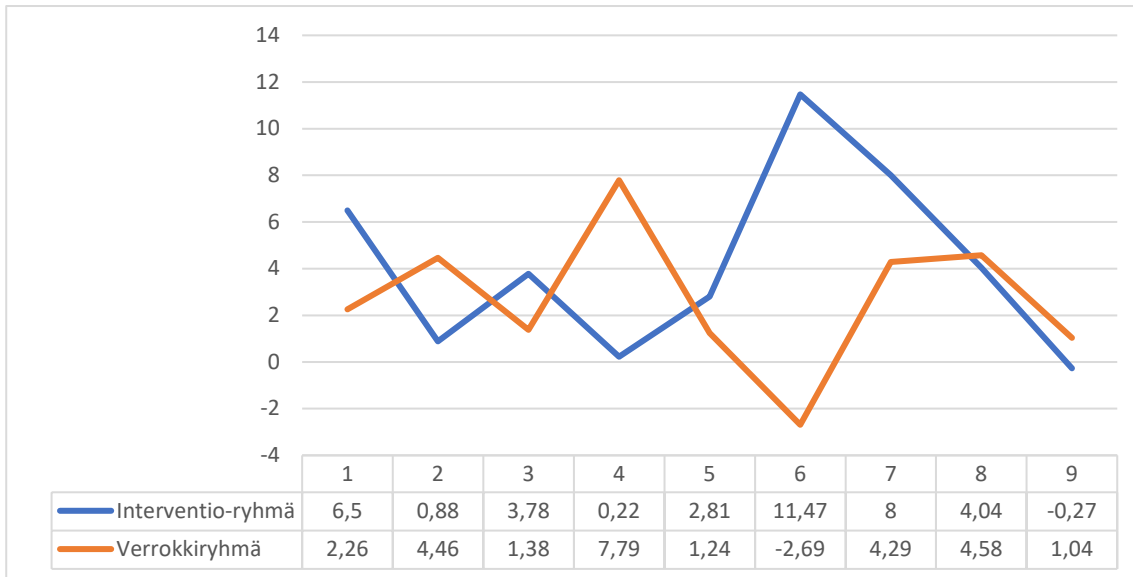
Taulukko 7. Vastaajien lukumäärä kyselyissä

	Interventio (N=29) Vastaajien määrä Lähtötilanne; 10 vk; 6 kk	Verrokki (N=64) Vastaajien määrä Lähtötilanne; 10 vk; 6 kk
Fiilis-mittari vastaajien määrä	28; 28; -	64; 64; -
3X10D-kysely vastaajien määrä	29; 25; 18	63; 60; 41
SomeBody-kysely vastaajien määrä	29; 25; 12	62; 60; 38
Ryhmytymiskysely vastaajien määrä	29; 25; 11	64; 58; 38

5.1 Fiilismittari

Fiilismittari toteutettiin jokaisen SomeBody-tapaamisen alussa ja lopussa. Fiilismittari perustuu yksinkertaiseen 0–100 VAS-asteikkoon. Fiilismittarin perusteella saatoimme todeta, että kuudes SB-tapaaminen osoittautui jollain tapaa merkitykselliseksi, koska siinä tapahtui isompi muutos interventioryhmän sisällä ennen ja jälkeen sekä interventio- ja verrokkiryhmän välillä. Interventioryhmässä Fiilis sai arvon 66,06 ennen kuudetta kerran SB-toimintakertaa, mutta tapaamisen jälkeen Fiilis oli 75,79 ($p=0,038$). Verrokeilla vastaavat arvot olivat (69,10 ja 66,41). Ryhmien välinen ero oli tilastollisesti merkitsevä. Interventio ryhmässä muutoksen suuruus myönteiseen suuntaan 11,47, kun taas verrokeilla Fiilis huononi samaan aikaan -2,68; ($p=0,012$). Toisaalta olisi mielenkiintoista tietää, että mitä tapahtui verrokkikoulussa sinä päivänä, kun tuo neljäs tapaaminen oli SB-toiminnassa, koska sillä kertaa verrokkiryhmässä tapahtui tilastollisesti merkitsevä muutos. Verrokkiryhmän tulos keskiarvo 67,90 nousi 76,43 arvoon ($p=0,006$), kun taas interventioryhmässä keskiarvo nousi 69,58 luvusta 72,88 ($P=0,44$).

Tämä on mielenkiintoinen tulos, koska SomeBody-ryhmien ohjaajat ovat omissa toteutuksissaan tuoneet useasti ja monessa yhteydessä esille, että usein juuri neljäs tai viides kerta ovat kertoja, joissa tapahtuu hyvää ryhmytymistä ja fiiliksen usein nousevat siten, että vaikuttavat alkufiilikseen seuraavalla kerralla. Ryhmien välinen ero muutoksissa ei kuitenkaan ollut tilastollisesti merkitsevä; verrokki 7,79 versus interventio 0,22 ($p=0,199$). Interventioryhmäläisten Fiilismittari osoitti negatiivisen muutoksen ainoastaan yhdeksännen eli käytännössä viimeisen SB-tapaamiskerran jälkeen. Tämä syytä emme voi tietää, mutta voimme arvailla, että olisiko toiminta kuitenkin koettu sen verran mukavaksi, että tieto siitä, että tämä oli SB-toiminnan viimeinen yhteinen tapaaminen, saattoi laskea Fiilis-pisteitä interventioryhmässä. Kuviossa 1 on nähtävissä interventio ja verrokkiryhmissä tapahtuneet muutokset.



Kuvio 1. Interventio- ja verrokkiryhmissä tapahtuneet muutokset Fiilismittarin mukaan

5.2 3X10D-elämäntilannemittari

Tässä seuraavana (kuvio 2) 3X10D-elämäntilannemittarin tuloksista interventioon osallistuneilta ennen SB-toiminnan aloittamista ja toiminnan loppumisen jälkeen. Kuten kuviosta voidaan nähdä, 3X10D-kyselyssä ei näkynyt intervention ryhmän kohdalla merkittäviä eikä merkitseviä muutoksia. Suurin muutos 2. kysymyksen kohdalla eli kuinka hyvin jaksat ponnistella erilaisten vaikeuksien voittamiseksi? Tässä kohtaa keskimääräinen muutos oli 0,44 pistettä.

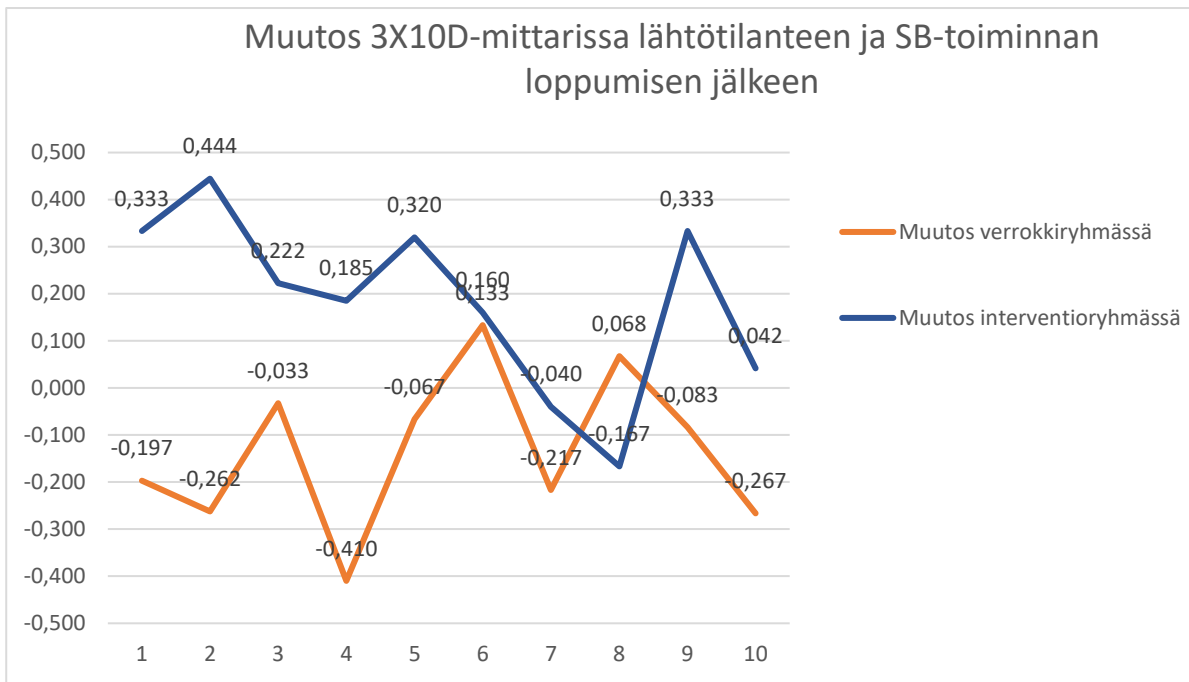
Verrokkiryhmästä ei ole tätä samaa kuviota tehtynä, mutta heidän osaltaan yhden kysymyksen kohdalla tilanne oli huonontunut tilastollisesti merkitsevästi. Kysymys kymmenen (10) Tunnen, että kaikki asiat ovat elämässäni... Lähtötilanteessa verrokkiryhmän keskiarvo oli 8,65, kun sen seurantalanteessa eli n.10 viikon kuluttua oli 8,42 (p=0,028).



Kuvio 2. Kontrolloidun tutkimuksen SomeBodyn toiminnan lähtötilanteen ja toiminnan loppumisen välillä tapahtuneet muutokset interventoryhmässä 3x10D-kyselyn mukaan

Toisaalta nämä interventoryhmän pienetkin muutokset olivat pääosin myönteisiä (kuvio 3). Interventoryhmässä 8/10 kysymyksen kohdalla tapahtui positiivinen muutos, mutta verrokkiryhmässä näitä positiivisia muutoksia tapahtui vain 2/10 kysymyksen kohdalla. Tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välisissä muutosten eroissa oli kahden kysymyksen kohdalla. Kysymyksen kakkosen (2) kohdalla eli kuinka hyvin jaksat ponnistella erilaisten vaikeuksien voittamiseksi? (interventio 0,444 vs. verrokkiryhmä -0,262; $p=0,030$) ja kysymys nelosen (4) kohdalla kuinka hyvin viihdyt koulussa (interventio 0,185 versus verrokkiryhmä -0,410; $p=0,048$).

Tässä kohden onkin tärkeää muistaa, että tutkimukseen osallistujien määrällä on suuri merkitys tilastollisen merkitsevyyden tutkimisessa. Jos osallistujajoukko on pieni, kuten tässä tarkastelussa, niin ero kahden eri ryhmän välillä tulee olla suuri, jotta se olisi tilastollisesti merkitsevä. Toisaalta, jos osallistujia olisi ollut paljon, pienikin ero olisi voinut olla tilastollisesti merkitsevä. Toinen tärkeä huomioitava asia onkin sitten se, että onko muutos kliinisesti merkittävä. Se mikä voi olla tilastollisesti merkitsevä muutos, kuten esimerkiksi systolisen verenpaineen lasku interventoryhmässä kahdella elohopeamillimetrillä, mutta käytännössä ja yksittäisen henkilön kohdalla muutos ei välttämättä ole merkittävä. Tämä sama haaste on vielä tällä erää myös tämän 3X10D-elämäntilannemittarin kohdalla. Meillä ei ole vielä riittävästi tietoa, että miten suuri muutoksen pitäisi olla, jotta sen voidaan arvioida olevan yksilön hyvinvoinnin kannalta merkityksellinen.



Kuvio 3. Erot muutoksissa interventio ja verrokkiryhmien välillä 3X10D-mittarilla tarkasteluna.

5.3 SomeBody-mittari

Seuraavaksi tarkastelussa SomeBody-mittarin tulokset. Mittari sisältää kolme eri teema-alueita. Kysymykset 1–15 liittyvät tunteiden tunnistamiseen, 16–23 vuorovaikutuksen ja 24–40 kehotietoisuuteen. Useissa kysymyksissä on kaksi osaa, joissa A-osion kysymys tarkastelee asiaa ”Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa” ja B-osio ”Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa”. Kaiken kaikkiaan kysymyksiä on 64. SB-mittarin tuloksia on analysoitu siten, että on katsottu missä kysymyksissä ja mittarin eri osa-alueissa (tunne-, vuorovaikutus- ja kehotietoisuustaidot) on tapahtunut positiivista muutosta. **Muutos on erityinen, jos se on yli kaksi yksikköä.** Kuviossa 4 on tarkasteltu 15 ensimmäisen kysymyksen vastauksia, ja niissä tapahtuneita muutoksia. Aineiston pienen koon vuoksi pelkkien tilastollisten erojen tarkastelu ei ole ehkä mielekäästä, joten tässä on molemmista ryhmistä poimittu oppilaiden lukumäärä, joilla on tapahtunut vähintään 2 yksikön myönteinen muutos. Sen jälkeen näiden vastausten lukumäärä on suhteutettu ryhmän kokoon eli kyseessä on suhteellinen määrä ryhmästä, joilla on tapahtunut SB-mittarin kehittäjien määrittämä erityinen muutos. Prosenttiluvut kertovat siis siitä, että kuinka monella prosentilla ko. ryhmän vastaajista oli tapahtunut vähintään 2 yksikön suuruinen myönteinen muutos.

Kysymykset 1–15 ovat suuntautuneet omien tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisuun. Näissä kysymyksissä selkeitä yli 10 % eroja interventio- ja verrokkiryhmän välillä oli kuuden kysymyksen kohdalla. Neljässä kysymyksessä interventioyhmäläisillä oli suurempi osuus vastaajista, joilla oli tapahtunut vähintään kahden yksikön myönteinen muutos kysytyn aiheen kohdalla. Nämä kysymykset olivat:

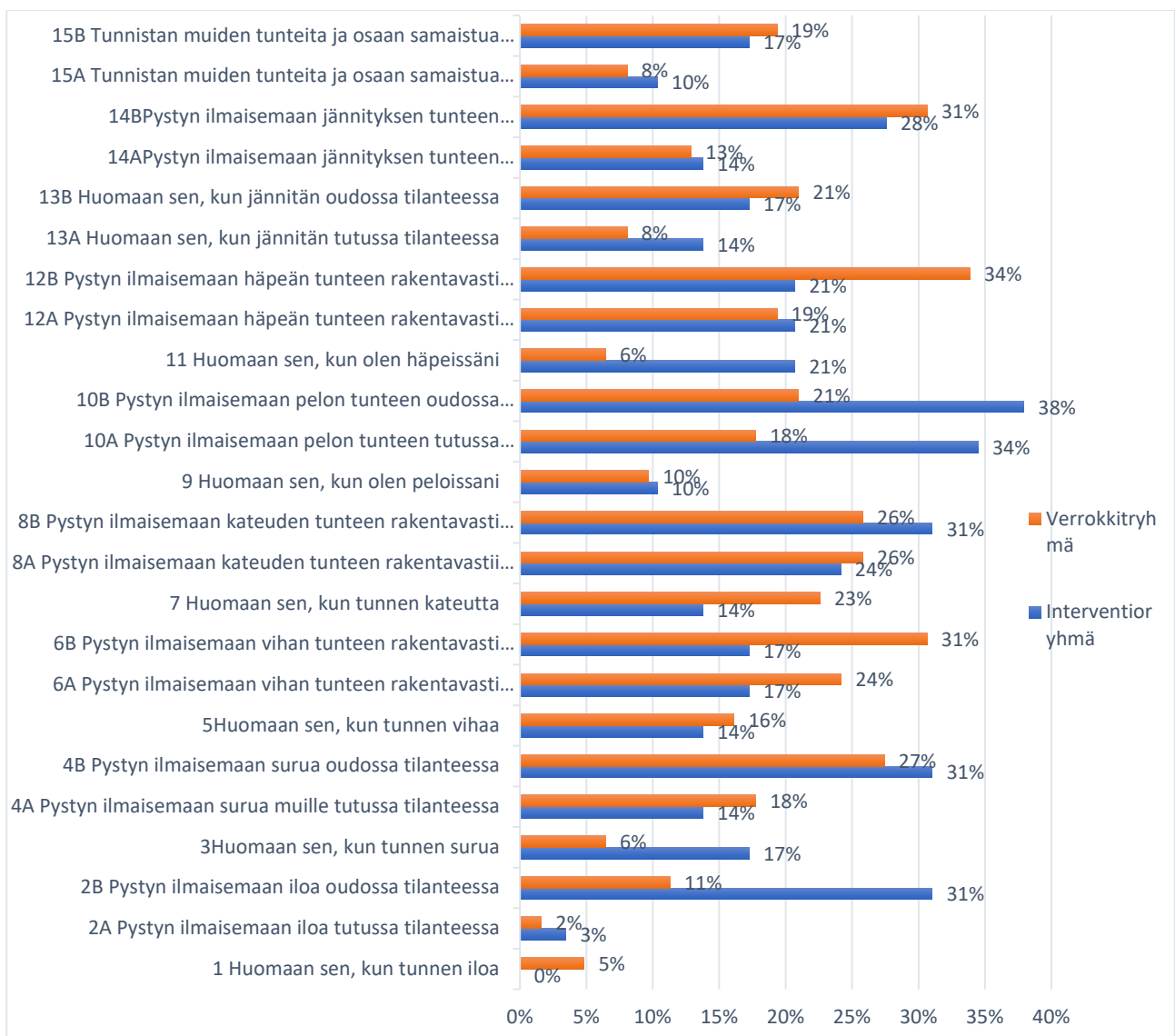
- 2.B Pystyn ilmaisemaan ilon tunteeni muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa (interventio 31 % vs. verrokki 11 %)
- 3. Huomaan sen, kun tunnen surua (17 % vs. 6 %)
- 10.A Pystyn ilmaisemaan pelon tunteen muille tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa (34 % vs. 18 %)

- 10.B Pystyn ilmaisemaan pelon tunteen muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa (38 % vs. 21 %)

Kahden kysymyksen kohdalla verrokkiryhmässä (yli 10 % ero interventiorryhmän lukuun) oli suhteellisesti enemmän niitä vastaajia, joilla muutos oli tapahtunut vähintään kahden yksikön verran myönteiseen suuntaan. Nämä kysymykset olivat:

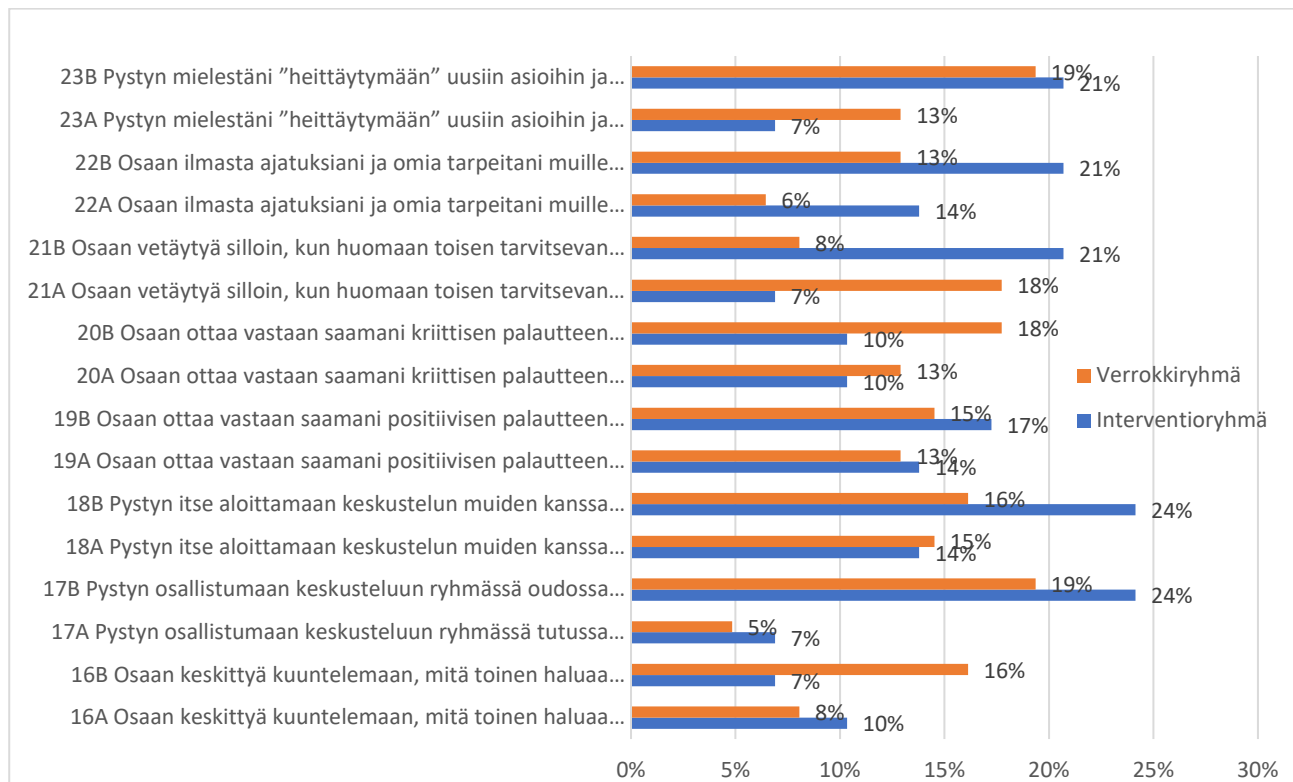
- 6.B Pystyn ilmaisemaan vihan tunteen rakentavasti muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa (17 % vs. 31 %).
- 12.B Pystyn ilmaisemaan häpeän tunteen rakentavasti muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa (21 % vs. 34 %)

Kysymyksen 6.B-kohdalla muutoksen ero ryhmien välillä oli myös tilastollisesti merkitsevä (Int -0,857 vs. ver 0,717 P=0,013) kuten myös kysymyksen 12.B-kohdalla (-int 0,643 vs. ver 0,833 p=0,012).



Kuvio 4. SB-mittarin kysymykset 1–15 Omien tunteiden tunnistaminen ja ilmaisu. Prosenttiosuus vastaajista, joilla tapahtunut vähintään 2 yksikön suuruinen myönteinen muutos ko. kysymyksen kohdalla.

SB-mittarin kysymykset numerolla 16-23 (kuvio 5) liittyvät vuorovaikutustaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen tunnistamiseen. Tässä kysymyspatteristossa tapahtui yli 10 % suuruisia eroja ryhmien välillä hyvin vähän. Ainoastaan kysymyksen 21.B Osaan vetäytyä silloin, kun huomaan toisen tarvitsevan tilaa oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa, oli ryhmien välillä selkeä ero. Interventoryhmässä oli 21 % vastaajia, joilla vähintään 2 yksikön myönteinen muutos versus verrokkiryhmän 8 % osuus.



Kuvio 5. SB-mittarin kysymykset 15–23 vuorovaikutustaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen tunnistamiseen. Prosenttiosuus vastaajista, joilla tapahtunut vähintään 2 yksikön suuruinen myönteinen muutos ko. kysymyksen kohdalla.

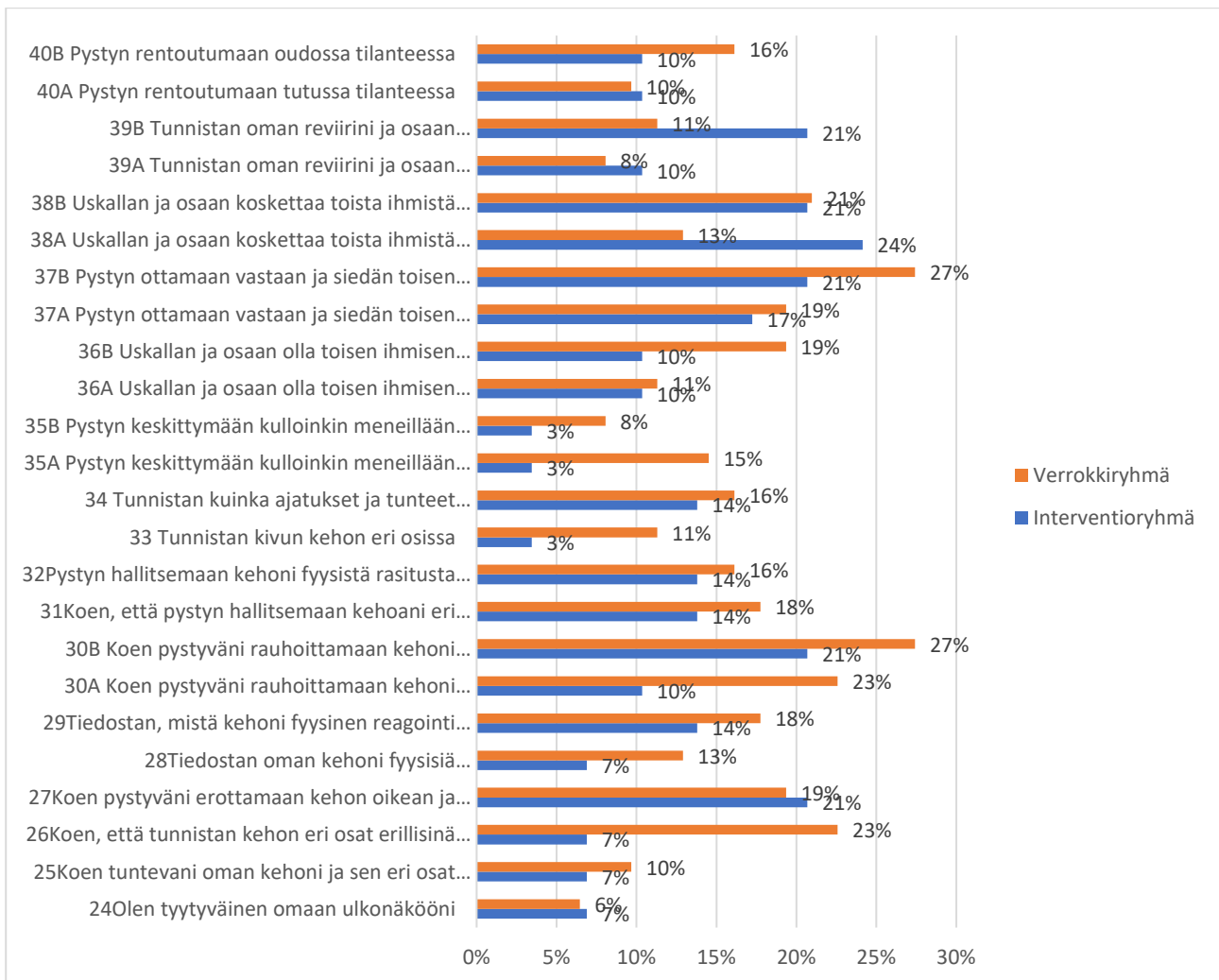
Seuraavassa kuviossa (kuvio 6) on vastaukset kysymysten 24–40 osalta eli kehollisuuden tunnistaminen ja hallinta. Niissä yli 10 % eroja ryhmien välillä on seuraavien kysymysten kohdalla. Kahden kysymyksen kohdalla oli interventoryhmässä enemmän niitä, joilla yli 2 yksikön muutoksia. Nämä kysymykset olivat 38A ja 39B. Kysymyksen 39B-kohdalla muutoksen suuruus ryhmien välillä oli tilastollisesti merkitsevä (int 0,760 vs. ver - 0,300 p=0,012)

- 38A Uskallan ja osaan koskettaa toista ihmistä tilanteeseen sopivalla tavalla tutussa tilanteessa (int 24 % vs. 13 %)
- 39B Tunnistan oman reviirini ja osaan määritellä sen rajat oudossa tilanteessa (Int. 21 % vs. 11 %)

Näiden seuraavien kolmen kysymyksen osalta verrokkiryhmissä oli enemmän yli 2 yksikön arvoisia muutoksia.

- 26 Koen, että tunnistan kehon eri osat erillisinä omina kokonaisuuksinaan (Verrokkiryhmä 23 % vs. 7 %)
- 30A Koen pystyväni rauhoittamaan kehoni fyysistä reagointia tarpeen mukaan tutussa tilanteessa (Verrokkiryhmä 23 % vs. 10 %)

- 35A Pystyn keskittymään kulloinkin meneillään olevaan tehtävään tilanteessa vaaditulla tavalla tutussa tilanteessa (Verrokkiryhmä 15 % vs. 3 %)



Kuvio 6. SB-mittarin kysymykset 24–40 kehollisuuden tunnistaminen ja hallinta. Prosenttiosuus vastaajista, joilla tapahtunut vähintään 2 yksikön suuruinen myönteinen muutos ko. kysymyksen kohdalla.

Nämä edellä esitetyt vertailut ovat siis tapahtuneet interventio- ja verrokkiryhmän välillä. Tässä seuraavaksi on vielä ryhmän sisällä tapahtuneista muutoksista. Interventoryhmässä tapahtui SB-mittarissa tilastollisesti merkitseviä myönteisiä muutoksia kysymyksen 5 ”Huomaan kun tunnen vihaa” ja kysymyksen 39B ”Tunnistan oman reviirini ja osaan määritellä sen rajat oudossa tilanteessa” osalta. Kysymyksen 1 ”Huomaan sen, kun tunnen iloa” kohdalla muutos oli negatiivinen.

Verrokkiryhmässä seitsemän kysymyksen (5, 12B, 13B, 14B, 26, 31 ja 37A) kohdalla tapahtui myönteisiä muutoksia, ja yhden kysymyksen (17A Pystyn osallistumaan keskusteluun ryhmässä tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa) kohdalla negatiivinen muutos.

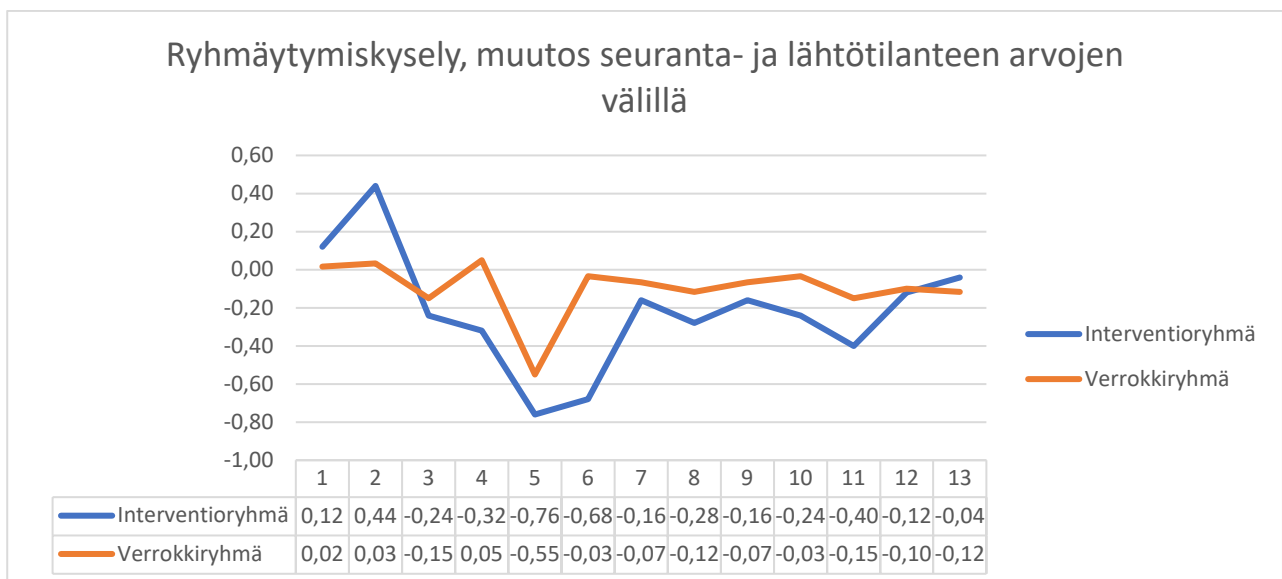
5.4 Ryhmäytymiskysely

Ryhmäytymiskyselyn perusteella voidaan varoivaisesti sanoa, että interventoryhmäläisten tunne siitä, että ”voin olla oma itseni vahvistui” (kysymys 2). Interventoryhmän sisällä kysymyksen kohdalla tapahtui

lähtötilanteen 4,03 arvosta myönteinen muutos, joka näkyi SB-toiminnan jälkeen arvona 4,36 ($p \leq 0,001$). Myös kysymysten 5 ”Ketään ei kiusata ja nolata” ($p=0,038$) ja 6 ”Oppilaat kuuntelevat, kun luokatoverilla on sanottavaa” ($p \leq 0,001$) muutos oli myös tilastollisesti merkitsevä, mutta suunta negatiivinen.

Verrokkiryhmässä ainoa tilastollisesti merkitsevä muutos tapahtui kysymyksen 5 ”Ketään ei kiusata ja nolata” ($p=0,008$) kohdalla, ja suunta negatiivinen.

Seuraavassa kuviossa (kuvio 7) on vertailtu ryhmien välisten muutosten eroja. Tilastollisesti merkitseviä eroja on kysymysten 2 ”Voin olla oma itseni vahvistui” ja 6 ”Oppilaat kuuntelevat, kun luokatoverilla on sanottavaa” kohdalla. Kysymyksessä 2 interventoryhmässä on isompi muutos ($p=0,006$), jonka suunta positiivinen. Kysymyksessä 6 interventoryhmässä tapahtunut muutos jälleen kerran suurempi ($p=0,004$), mutta suunta negatiivinen.



Kuvio 7. Ryhmäytymiskyselyn seuranta- ja lähtötilannearvojen vertailu interventio- ja verrokkiryhmän välillä

6 Muut kvantitatiiviset aineistot

Tässä luvussa esitellään tuloksia, joita on tämän hankkeen aikana kerätty SomeBody-toiminnan vaikutuksista tämän edellä esitetyn interventio- ja verrokkitutkimuksen lisäksi. Tämän lisäaineiston avulla pyritään selvittämään SomeBody-toiminnan vaikutuksia eri ikäisille.

Tässä tarkastelussa ovat mukana ne lapset ja nuoret, jotka ovat osallistuneet SomeBody-toimintaan 1.8.2018–30.12.2018 välisellä ajalla ja ovat vähintään kouluikäisiä (taulukko 8). Näitä ryhmiä oli tuona aikana 6 kappaletta, ja osallistujia näissä oli yhteensä 54 henkilöä. Ryhmät olivat hyvin eri-ikäisiä. Alakouluikäisille oli kolme ryhmää; 2-, 3- sekä yhdistetty 5–6-luokkien ryhmät. Yläkoulussa omat ryhmät 7-luokkalaisten sekä yhdistetty 7–8-luokkalaisten ryhmä. Lisäksi tarkastelussa on mukana yksi toisen asteen ammattikoululaisten ryhmä. Pienin ryhmä oli 2-luokkalaisten ryhmä, jossa oli kahdeksan oppilasta. Suurimassa 3-luokkalaisten ryhmässä oli 14 oppilasta. Seuraavaan taulukkoon on kerätty tiedot SB-toimintaan osallistuneista ja ryhmien koosta.

Taulukko 8. Muut SB-toimintaan osallistuneet syksy 2018

	Ryhmän koko
2-luokkalaisten ryhmä	8
3-luokkalaisten ryhmä	14
Yhdistetty 5–6-luokkalaisten ryhmä	6
7-luokkalaisten ryhmä	10
Yhdistetty 7–8-luokkalaisten ryhmä	6
Toinen aste	10

Tässä vielä hieman tarkempia tarkasteluja Fiilismittarin tuloksista, joka kertoo ainoastaan kyseisen tapaamiskerran aikana tapahtuneesta Fiiliksen muutoksesta. Näistä 54 osallistujista kaikki eivät vastanneet Fiilismittarilla toteutettuun arviointiin. Kaksi ryhmää toteutti SomeBodya kahdeksan kertaa, muut ryhmät kymmenen kertaa.

Jos arviointia tehdään kaikkien SB-toimintaan tarkasteltuna aikana osallistuvien kesken, niin suurimman keskimääräisen muutoksen sai aikaan kahdeksas tapaaminen. Kahdeksannen tapaamisen jälkeen keskimääräinen muutos osallistujilla Fiilismittarilla mitattuna oli 17,3 pistettä. Kahdeksannen kerran aihe on SomeBody-käsikirjan perusteella ”Akateeminen minä, hengitys ja ääni”. Jos taas tarkastelua tehdään ryhmittäin, niin suurin ryhmäkohtainen muutos tapahtui 2-luokkalaisten ryhmässä viidennen tapaamiskerran jälkeen. Aiheena on tuolloin todennäköisesti ollut ”Fyysinen minä, kehokuva”. Heidän ryhmässään tapahtui keskimäärin 50,5 pisteen myönteinen muutos. Ryhmään kuului 8 lasta, ja yhdellä heistä oli negatiivinen muutos Fiiliksessä tämän viidennen tapaamiskerran jälkeen.

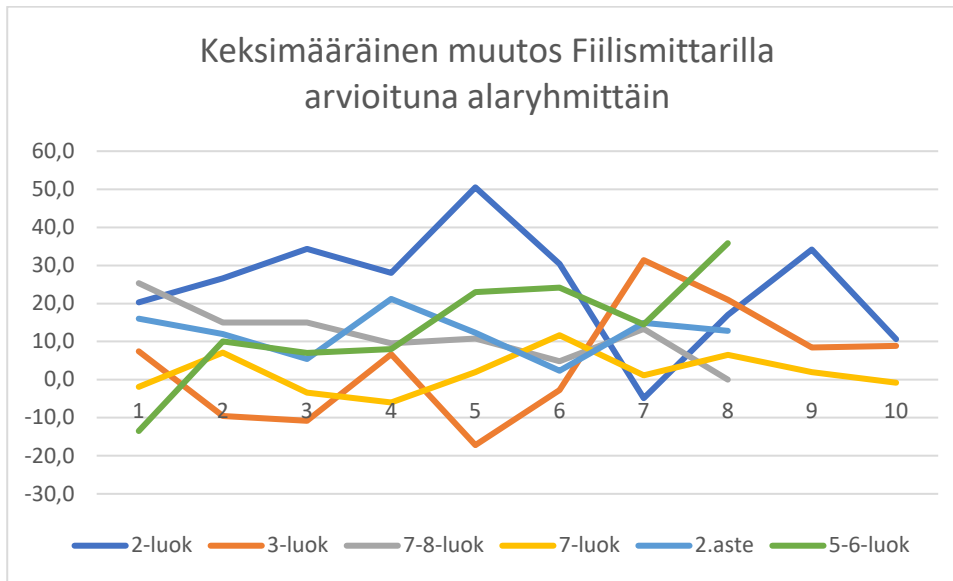
Näitä tarkasteluja tehdessä yritettiin aluksi suunnilleen samanikäisistä osallistujista koostuneita ryhmiä yhdistää tuloksien analysointia varten, tämä ei kuitenkaan osoittautunut järkeväksi, koska esimerkiksi 2- ja 3-luokkalaisten vastaukset poikkesivat toisistaan merkittävästi, joten ryhmien yhdistämistä ei tehty.

Mikäli tarkastelua tehdään pelkästään Fiilismittarin näkökulmasta, niin eniten SB-toiminnasta lisäsi hyvää oloa, parempaa ”fiilistä” 2-luokkalaisten ryhmässä, jossa ryhmän muutoskeskiarvo kymmenen tapaamiskerran osalta oli 24,7. Toisaalta heidän ryhmänsä keskiarvo oli seitsemännen käynnin jälkeen -4,9. Toisaalta SB-toimintaan osallistuneista ryhmistä, kahden ryhmän kohdalla ryhmäkeskiarvo ei mennyt kertaakaan negatiivisen puolelle. Nämä ryhmät olivat yhdistetty 7–8-luokkalaisten ryhmä sekä ammattikoululaisten ryhmä. Näissä molemmissa ryhmässä toimintaa järjestettiin vain 8 kertaa. Puhtaasti 7-luokkalaista koostuneessa ryhmässä sekä 3-luokkalaisten ryhmässä oli neljän eri tapaamiskerran jälkeen Fiilismittarin muutosarvo negatiivinen eli fiilis huonontui SB-toiminnan jälkeen.

Tavoitteena oli yrittää löytää pienestä aineistosta joitain selkeitä merkkejä, joissa muutos olisi joko myönteinen tai kielteinen, mutta vähinään itseisarvoltaan yksi. Eli tässä tarkastelussa huomioitu kaikki ne kohdat, joissa muutoksen keskiarvo ryhmässä ollut joko suurempi kuin +1 tai suurempi kuin -1 (kuviot 8).

Jos taas tarkasteluja tehdään yksilötasolla, niin 54:stä SB-toimintaan osallistuneesta 11:sta henkilöllä Fiilismittarin muutosarvoista tehty summamuuttuja sai negatiivisen arvon eli heidän kohdallaan voidaan ehkä varoivaisesti arvella, että SB-toiminta ei lisännyt heidän hyvinvointiaan kyseisen SB-toiminnan aikana.

Toisaalta 43 henkilön kohdalla summamuuttujan arvo oli positiivinen, josta voi mahdollisesti tehdä varovaisen johtopäätöksen, että toiminnasta on ollut ainakin sillä hetkellä enemmän hyötyä kuin haittaa.



Kuvio 8. Ryhmäkohtainen keskimääräinen muutos Fiilismittarilla arvioituna

Seuraavaksi tarkastelussa on SomeBody-mittarin tulokset. Kuten jo aiemmin kerrottu, SB-mittari sisältää kolme eri teema-aluetta. Kysymykset 1–15 liittyvät tunteiden tunnistamiseen, 16–23 vuorovaikutuksen ja 24–40 kehotietoisuuteen. Useissa kysymyksissä on kaksi osaa, joissa A-osion kysymys tarkastelee asiaa ”Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa” ja B-osio ”Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa”. Kaiken kaikkiaan kysymyksiä on 64.

Myönteisiä muutoksia tapahtui eniten 7–8-luokkalaisten ikäluokassa. 54/64 eli 84 % kysymyksissä vastauksen muutoskeskiarvo sai positiivisen arvon. Toisen asteen opiskelijoiden kohdalla tämä arvo oli 51/64 (80 %) ja 5–6-luokkalaisten kohdalla 42/64 (66 %). Jatkotavoitteena oli yrittää löytää pienestä aineistosta joitain selkeitä merkkejä, joissa myönteinen muutos saisi muutoskeskiarvon, jonka suuruus olisi vähintään yksi. Eniten suurempia ts. merkityksellisiä yli arvon yksi suuruisia muutoksia tapahtui juuri 5–6-luokkalaisten ryhmässä. Heidän ryhmässään tapahtuneista myönteisistä muutoksista, 57 % (24/42) kysymyksen kohdalla muutos oli keskimäärin suurempi kuin 1. Toisen asteen opiskelijoilla näitä oli 22/51 (43 %) ja 7–8-luokkakaisilla vähiten eli 14/54 (26 %).

Tässä muutama poiminta myönteisistä muutoksista SB-kysymysten osalta ikäryhmittäin tarkasteltuna. Kaikilla kolmella ikäryhmällä eli 5–6-, 7–8-luokkalaisten sekä toisen asteen opiskelijoilla oli viisi kohta SB-mittarissa, joissa heillä oli tapahtunut myönteinen yli 1 pisteenarvoinen muutos viidessä SB-mittarin kohdassa. Tutuissa tilanteissa/tuttujen ihmisten seurassa nämä tilanteet olivat seuraavanlaisia:

- Pystyn ilmaisemaan kateuden tunteen rakentavasti muille
- Pystyn ilmaisemaan häpeän tunteen rakentavasti muille

Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa nämä myönteisesti kehittyneet tilanteet olivat seuraavanlaisia:

- Pystyn osallistumaan keskusteluun ryhmässä

- Pystyn itse aloittamaan keskustelun muiden kanssa
- Tunnistan oman reviirini ja osaan määritellä sen rajat

3X10D-mittarin mukaan jokaisen SB-tapaamiskerran jälkeen 18-vuotiaiden ja sitä vanhempien ryhmässä tapahtui myönteinen muutos ryhmän keskiarvossa. 14–17-vuotiaiden kohdalla myönteinen muutos keskiarvossa tapahtui viiden kysymyksen kohdalla, yhden kysymyksen kohdalla ei tapahtunut minkäänlaista muutosta, ja neljän kysymyksen kohdalla tapahtui negatiivinen muutos ryhmän keskiarvossa.

Mutta kuten jo tämän luvun alkuosassa kerrottiin, ryhmät olivat hyvin pieniä eli näiden tulosten perusteella ei voida tehdä mitään yleispäteviä johtopäätöksiä siitä, mikä ikäryhmä hyötyisi eniten SB-toiminnasta.

7 Haastatteluista koottua

Toimintaa tarjottiin laajasti eri ikäisille ryhmille. Nuorimmat olivat eskarilaisia ja vanhimmat lukioikäisiä. Ryhmien koko vaihteli 4–10 välillä. SB-toiminta järjestettiin koulupäivän aikana. Kaikissa ryhmissä ohjaajat kokivat, että SB-toiminnalla oli myönteisiä vaikutuksia ainakin osalle osallistujista, mutta näiden toteaminen esimerkiksi käytettyjen mittareiden avulla oli vaikeaa. Fiilismittari toimi parhaiten yksittäisen tapaamiskerran arvioinnissa.

Yleisesti ottaen ohjaajat kokivat haasteita toiminnan järjestämisessä liittyen esimerkiksi käytössä olevien tilojen järjestämisessä ja aikatauluista. Luokkahuoneiden järjestelyyn oli aikaa vain edellinen välitunti ja toisaalta myös luokan takaisin järjestely piti toteuttaa nopeasti seuraavan välitunnin aikana. Ryhmäkertojen tapaamisajankohdalla saattoi olla merkitystä lasten vireystilaan ja keskittyneisyyteen. Esimerkiksi keskittyminen oli parempaa viimeisellä kerralla, jolloin tapaamisajankohta oli aamupäivällä.

Joidenkin ryhmien kohdalla tavoitteet oli helppo laittaa hyvin yhteneväiseksi, mutta joissakin ryhmissä osalla osallistujista oli enemmän haasteita tunne- ja vuorovaikutustaidoissa, kun taas toisilla keskittymiskyvyssä. Näissä tilanteissa olisi voinut olla painopisteet erilaiset osallistujille, vaikka kaikille tietysti olisikin hyötyä näistä molemmista taidoista. Toinen vaihtoehto olisi vaihtaa käsiteltävien aiheiden järjestystä. Tuntimallia muuttamalla voidaan vaikuttaa SB-toiminnan painopisteisiin. Erään ohjaajan pohdinta aiheesta, kuvaa hyvin tilannetta:

”Jos edetään itsestä muihin, niin se palveli niitä oppilaita, joilla oli haasteita tunne- ja vuorovaikutustaidoissa. Ne oppilaat, joilla oli haasteita keskittymiskyvyssä, olivat edelleen ryhmän edetessä ja sen lopussa vaikeuksissa rentoutusharjoituksissa keskittymisessä. Edes toiminnalliset keskittymisharjoitukset eivät sujuneet ongelmitta. Mietin, oisiko heitä palvelut paremmin taas lähteä harjoittelemaan asioita vuorovaikutuksesta itseensä päin. Kun pystyy rauhoittumaan toisen kanssa tehtäviin rentoutusharjoituksiin ja oppii luottamaan toisiin, vähenee tarve tarkkailla ympäristöä. Kun huomaa pystyvänsä keskittymään yhdessä toisen kanssa, kuten pallohieronnat ja kehon ääriviivat, niin pystyy hakeutumaan rentoutuneeseen tilaan myös yksin.”

Eli näissä tilanteissa painopisteet olisivat erilaiset riippuen oppilaan haasteista. Tietysti näistä molemmista taidoista on pidemmällä aikavälillä hyötyä. Eli ryhmän homogeenisuus tavoitteiden osalta olisi tärkeää

muistaa ryhmän osallistujia rekrytoidessa. Yleisesti ottaen erityisesti toiminnalliset harjoitteet toimivat hyvin. Esimerkiksi ”Mitä minulle kuuluu tänään”-harjoitteen hierontaosio oli mieleinen. Ohjaajien kommentteja:

” Oma ajatus ryhmän vetämisestä meillä on, että harjoitusta tarvitaan. Työhön pitää voida varata enemmän aikaa.”

” Antoisa koulutus, mutta perustyö vaati paljon huomiota tässä rinnalla”

”Osa antaa oppilaalle ihan terveystarkastuksessa ihan hengitysharjoituksia, ja sitten huomaan, että tälle ois hyvä SB. Että tarpeita ois enemmän kuin pystytään toteuttamaan. Mutta kun pystytään ehkä yks ryhmä vuoden aikana vetämään. Niin se on sitten aikan, että minkä ryhmän ottaa.”

Toisaalta myös SB-toiminnassa mukana ollut arviointiosio aiheutti lisätyötä ohjaajille:

”Mittareita oli paljon. Ryhmän aikana yksin työskennellessä en ehtinyt sitä täyttää ja iltapäivällä en enää monen muun mutkan jälkeen muistanut asioita.”

”Jatkossa suosittelen huoltajatapaamisia, kuten PerheSomeBodyssa ja yhteistä alustusta siitä mitä taitoja tässä ollaan kehittämässä. Itse ihan opettajanakin en olisi osannut vastata kyselyyn rehellisesti, jos en olisi koulutusta käynyt.”

”Ryhmän vetäminen oli haasteellista, mutta antoisaa. Ongelmatilanteista päästiin nopeasti eteenpäin ohjaajien hyvällä yhteistyöllä. Ryhmätoiminnan loppumisen jälkeen voitiin todeta, että SB ryhmätoiminnasta oli tytöille varmasti paljon hyötyä nykytilanteeseen. Vaikutuksia voidaan seurata seuraavien kahden vuoden aikana koulussa.”

8 Vastauksia tutkimuskysymyksiin

Tässä palaamme vielä luvussa 3 esitettyihin tavoitteisiin, joihin haluttiin saada lisätietoa tämän hankkeen aikana.

1. Mitata ja selvittää SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutusta lasten ja nuorten hyvinvointiin ja elämäntilanteeseen ryhmätoiminnan aikana ja sen jälkeen

Vastaus: Käytettävissä olleen aineiston perusteella ei voida tehdä vahvoja johtopäätöksiä SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutuksista. Toiminnalla oli myönteisiä muutoksia erityisesti 3X10D-mittarin perusteella. Näiden kymmenen kysymyksen kohdalla interventioryhmässä tapahtui kahdeksan kysymyksen kohdalla myönteinen muutos, kun verrokeilla myönteinen muutos tapahtui vain kahden kysymyksen kohdalla.

2. Mitata ja selvittää SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutuksia lasten ja nuorten kehotietoisuustaitojen, tunteiden ja sosiaalisten taitojen edistymiseen

Vastaus: SomeBody-mittarin osalta kahden yksikön suuruisia myönteisiä muutoksia ei ollut kovin paljon ja toisaalta myös verrokeilla oli näitä myönteisiä muutoksia. Toisaalta merkityksellisiä muutoksia (2 yksikkö) ja erot ryhmien välillä yli 10 % ja muutos interventoryhmän hyväksi seuraavien kysymysten osalta:

- Pystyn ilmaisemaan ilon tunteeni muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa
- Huomaan sen, kun tunnen surua
- Pystyn ilmaisemaan pelon tunteen muille tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa
- Pystyn ilmaisemaan pelon tunteen muille oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa
- Osaan vetäytyä silloin, kun huomaan toisen tarvitsevan tilaa oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa
- Uskallan ja osaan koskettaa toista ihmistä tilanteeseen sopivalla tavalla tutussa tilanteessa
- Tunnistan oman reviirini ja osaan määritellä sen rajat oudossa tilanteessa

Toisaalta viiden kysymyksen osalta näitä 2 yksikön suuruisia muutoksia oli enemmän verrokkiryhmässä ja ero ryhmien välillä yli 10 %.

Myös muun pienryhmäaineiston perusteella voidaan varovaisesti arvioida, että tunteiden ilmaisemiseen ja vuorovaikutustaitoihin ja kehotietoisuustaitoihin liittyvät taidot lisääntyivät, kuten uskallukseen olla vieraiden seurassa ja tunnistaa oma reviiri ja määritellä sen rajat.

3. Tuottaa SomeBodyn kustannuslaskentatietoa: määrittää hinta SomeBody-ryhmätoiminnan erilaisille toteutuksille eri toimintaympäristöissä ja eri ammattiryhmien toteuttamana

Vastaus: SomeBody-toimintaa voidaan järjestää eri tavoin. Pienryhmässä kustannus osallistujaa ja käyntiä kohden on 16,60 €, kun taas luokkatoiminnassa kustannus on noin puolet tästä, koska osallistujia ryhmää kohden on enemmän. Jos toiminnan kustannuksia verrataan esimerkiksi yksilökäyntiin koulukuraattorin luona (24,48 €), niin tämä SB-ryhmätoiminta on edullisempaa. Koulun henkilöstölle eli opettajille, kuraattorille ja terveydenhoitajille jää iso vastuu, koska heidän pitäisi kyetä arvioimaan, että kumpi toiminta on sopivinta missäkin tilanteessa. Osalla oppilaista SB-toiminta vuorovaikutuksellisine elementteineen on järkevämpää resurssien kohdentamista kuin yksilökäynnit koulukuraattorin luona. Joku toinen taas hyötyy enemmän yksilökäynneistä kuraattorin luona.

9 Yhteenvetoa ja pohdintaa

Tässä raportissa on pyritty vastaamaan tutkimustavoitteiden osalta ensinnäkin siihen, millaisia kustannuksia toteutetusta SomeBody-ryhmätoiminnasta syntyy, kun se toteutetaan kouluympäristössä. SB-toiminnan kustannusten voidaan sanoa olevan hyvin kohtuulliset. Pienryhmätoiminnassa kustannus per oppilas per SB-toimintakerta oli n. 16 €, ja luokkatoteutuksessa, joissa mukana luokasta puolet n. 8 € per oppilas per SB-toimintakerta. Onko toiminnan järjestämisen sitten järkevää resurssien allokoimista? Tähän emme tämän tutkimusaineiston perustalta löytäneet selkeää vastausta, koska emme tutkimuksessa käytettyjen mittareiden määrällisen tulostuloksen kautta saaneet selkeää vastausta siihen, että toiminta olisi selkeästi vaikuttavaa. Tähän saattoi osaltaan vaikuttaa tutkimusvastausten määrän vähäisyys ja pilottiryhmien aineiston pienet koot, joista ei ikäryhmäkohtaisesti aineistojen pienten määrien vuoksi voinut johtaa selkeitä

johtopäätöksiä. Emme tämän tutkimuksen pohjalta voi myöskään sanoa, onko SomeBody ryhmätoimintana vaikuttavampaa kuin esimerkiksi yksilökäynnit koulukuraattorin luona. Toisaalta kustannusanalyysin perustalta toimintoja vertailtaessa voi sanoa SB-toiminnan yhden käynnin kustannukset osallistujaa kohden ovat pienemmät kuin koulukuraattorikäynnin kustannukset. Toisaalta haastatteluissa esiin tulleet ohjaajien kuvaukset kertovat siitä, että osa hyöttyy selvästi ryhmätoiminnasta. Tästä lähtökohdasta voidaan todeta, että kouluympäristössä toimivien opettajien ja oppilashuollon henkilöstölle jää iso rooli siinä arvioinnissa kenelle sopii SB-ryhmätoiminta ja kuka taas hyöttyy enemmän yksilötapaamisista koulukuraattorin luona tai tarvitsee molempia.

SB-toiminnan vaikutusten arviointi oli haastavaa myös siitä syystä, että SB-toimintaa arviointiin useilla eri mittareilla, ja sen lisäksi toiminnan vaikutuksia arvioivat toimintaa ohjanneet henkilöt. SB-toiminnasta löytyi useita myönteisiä vaikutuksia hyvinvointiin ja elämäntilanteeseen. Esimerkiksi SB-toimintatuokioiden aikana tapahtunut myönteinen muutos fiiliksessä voidaan ajatella tuottavan hetkeen hyvää oloa, ja sen kokeminen on tärkeää hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Fiilismittarien muutokset eivät olleet samanlaisia interventio ja verrokkiryhmällä, mutta toisaalta on huomattava, että verrokkiryhmälle ei tarjottu tähän samaan aikaan mitään erilaista toimintaa. Näin ollen heidän Fiilis-arviointia tavallista oppituntia ennen ja jälkeen, on melko hankala verrata SB-toimintatuokion ennen ja jälkeen tehtyyn Fiilis-arviointiin. Tässä realistisempi vaihtoehto olisi ehkä ollut vertailla SB-toimintaa esimerkiksi jonkun toisen toiminnan yhteydessä esimerkiksi Kimblen tai Afrikan tähti -lautapelin pelaamiseen tms., joka olisi selvästi ollut jotain erilaista tavallisesta kouluopetuksesta poikkeavaa. Muiden mittareiden osalta tätä vertailuongelmaa ei niinkään ollut.

Elämäntilanteen muutosvaikutusten (3X10D) analyysin mukaan interventoryhmässä tapahtui 8/10 kysymyksen kohdalla myönteisiä muutoksia, kun verrokkiryhmällä näitä tapahtui vain 2/10 osalta. Suurin myönteinen muutos interventoryhmässä tapahtui kysymyksen ”Kuinka hyvin jaksat ponnistella erilaisten vaikeuksien voittamiseksi?” kohdalla, jossa muutos oli 0,44 yksikköä. Myös kouluviihtyvyydessä oli interventoryhmässä tapahtunut enemmän myönteistä kehitystä kuin verrokkiryhmässä.

Kehotietoisuustaitojen, vuorovaikutustaitojen ja tunnetaitojen muutosta mittaavan SB-mittarin aineiston analyysin pohjalta nousi joitakin kohtia, joissa SB-toiminnalla voidaan osoittaa myönteisiä vaikutuksia. Esimerkiksi uskallus tunteiden ja surun ilmaisussa ja oman reviirin tunnistaminen kehittyi myönteiseen suuntaan. Myös kosketuksen vastaanottamisen osalta on tapahtunut myönteistä muutosta. Aineiston tulokset tukevat myös edellisen SomeBody-hankkeen tutkimustuloksia, joissa nousi esille myös tunne- ja vuorovaikutustaitojen sekä kehotietoisuustaitojen osalta juuri kosketukseen liittyvien taitojen lisääntyminen. SomeBody-ohjaajien palautepäivissä kuuden vuoden aikana tehdyssä kehittämistyössä on kuultu toistuvasti SomeBody-ohjaajilta siitä, kuinka merkityksellisiä reviiriharjoitukset ja tunteiden sanoittamiseen liittyvät harjoitukset ovat ryhmissä olleet samoin kuin kosketusharjoitukset. Toisaalta interventiotutkimuksen verrokkiryhmissä tapahtui näitä samoja myönteisiä muutoksia, joten tämän tutkimuksen aineistosta SB-mittarin osalta tuli vain vähän tukea SB-toiminnan vaikutusten osoittamiselle.

Ryhmäytymiskyselyn perusteella voidaan sen sijaan varovaisesti sanoa, että SB-ryhmällä on ollut merkitystä minäkuvan eheytyksen ja hyvinvoinnin suuntaan, joka SomeBodyssa onkin perimmäinen tarkoitus, joita kehotietoisuus-, tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoituksilla SomeBodyssa työstetään ja edistetään. Tutkimuksen mukaan interventoryhmäläisten tunne siitä, että ”voin olla oma itseni vahvistui”.

Huolimatta siitä, että määrällisten yleisempien analyysien osalta ei tullut selkeää näyttöä vaikutuksille, useat ohjaajilta saadut loppuraportit ja heidän haastattelunsa tukivat näkemystä, että SB-toiminnasta olisi hyötyä useille oppilaille. Nämä ovat yhdenmukaisia sanoituksia SomeBodyn kehitystyössä jatkuvasti kuullulle ja edellisen hankkeen alustaville tuloksille. Keskeistä on huomata se, että kukin SomeBody-ryhmä on omanlaisensa, omine alatavoitteineen ja vaikka sitä toteutetaan yleisten SomeBody-periaatteiden kautta, mutta käytännön ohjaaminen toteutuu hyvin vaihtelevien harjoitusten ja painostusten avulla. Monimuotoisuus ja pienet ryhmät eivät helposti taivu mittareiden ja määrällisen aineiston analyysin tapoihin. Tässä tutkimuksessa tuli kehittäjille vahva tunne siitä, että vaikutusten arvioinnin laadulliselle analyysille olisi tarvetta ja toisaalta tulisi miettiä valittujen määrällisten mittareiden soveltuvuutta kyseisille kohderyhmille.

Jos arvioi sitä kannattaako resursseja allokoita SB-toimintaan, on hyvä myös huomioida, että SomeBodyn tavoitteet sopivat erityisen hyvin peruskoulun opetussuunnitelmaan. Tästä näkökulmasta tärkeää ja ehkä helpoin tai usein hyvä ratkaisu voisi olla, jos opettajat soveltaisivat SB-ryhmätoimintaa yhtenä työvälineenä terveyttä ja hyvinvointia edistävässä opetuksessa. Tämä ei kuitenkaan ole kaikissa kouluympäristöissä mahdollista, mutta silloinkin voidaan arvioida mahdollisuutta SB-ryhmätoimintaan ja toisaalta myös arvioimaan oppilaskohtaisesti, että kummasta kyseinen oppilas hyötyy enemmän vai hyödyntävätkö häntä enemmän yksilötapaamiset koulukuraattorin luona.

SomeBody-menetelmän vaikutuksia ja vaikuttavuutta tulee arvioida vielä lisää. Lisäksi olisi tärkeää vertailla SomeBodya muihin toiminnallisiin menetelmiin ja yksilökäynteihin, jotta tunnistetaan, ketkä hyötyisivät mistäkin menetelmästä. Aineistonkeruussa käytettyjen mittarien määrä oli suuri, joten on tärkeää miettiä, onko perusteellista käyttää niitä kaikkia jatkotutkimuksissa ja soveltuisiko SB-mittarin lyhennetty versio vaikutusten arvioimiseen. Jatkotutkimusten määrällisessäkin analyysissä on tärkeää pysähtyä myös yksilökohtaisten muutosten äärelle painottuneemmin. Jos pienryhmään osallistuvista esim. kolmasosa kokee kehittyneensä kaikilla kolmella alueella tai vaikka jollain alueella, mutta selvästi tai merkittävästi, voidaan ajatella, että joidenkin yksilöiden muutos on merkittävä peruste SomeBody-ryhmien toteutumiselle. Tämä liittyy SomeBodyyn vahvasti sisältyvään vertaisryhmäideaan sekä kehollisen tekemisen ja sosiaalisen toiminnan arvokkaana näkemiseen: Jos joidenkin yksilöiden SB-ryhmässä toimimisen hyödyt ovat merkittävät ja samalla voidaan vakuuttua siitä, että SB-ryhmä yleisellä tasolla taitotavoitteineen ja yhdessä oppimisen kontekstina hyödyntää yleensä kaikkia, eikä toiminta myöskään ole tästä lähtökohdasta haitaksi, voidaan nähdä että toimintaan kannattaa allokoita nuo kohtuulliset resurssit.

Lähteet

3X10D®-elämäntilannemittari. Diakonia-ammattikorkeakoulu.

<https://www.diak.fi/tyoelamapalvelut/kehittamistyokalut/3x10d/>

Räsänen, P. & Sintonen, H. 2013. Terveystalouden taloudellinen arviointi. Suomen Lääkärilehti 2013: 17;68: 1255–1260.

Keckman, M. & Vaininen, S. 2018. SomeBody® -menetelmän kehittäminen ja juurruttaminen lasten ja nuorten toimintaympäristöihin: SomeBody-hanke 2015–2017 loppuraportti. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Sarja B, Raportit, Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Keckman, M., Vaininen, S. & Kuusiluoma, R-K. 2019. SomeBody® menetelmäksi lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseen. Teoksessa Mikkola, M. (toim.) Tutkimusfoorumi 2019. Satakunnan ammattikorkeakoulun ja Seinäjoen ammattikorkeakoulun uuden yhteisen toimintamallin satoa. Satakunnan ammattikorkeakoulu. 213–222.

Liitteet

3X10D- nuorille: <https://www.diak.fi/tyoelamapalvelut/kehittamistyokalut/3x10d/>

Muut liitteet ohessa:

SomeBody-mittari

Fiilismittari

Ryhmäytymismittari

Ohjaajien ryhmähaastattelulomake

SomeBody® -mittari

Pvm: _____

Nimi ja koulu: _____

Arvioi asteikolla 0-10 taitoasi ja osaamistasi seuraavissa väittämässä. Asteikon toinen ääripää (0) merkitsee, ettei sinulla ole väittämässä ilmaistua taitoa ollenkaan ja toinen ääripää (10) ilmaisee parhaan mahdollisen taidon. Ympyröi kustakin väittämästä se numero, joka mielestäsi parhaiten kuvaa taitoasi tai osaamistasi yleensä.

Omien tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen

1. Huomaan sen, kun tunnen iloa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

2. Pystyn ilmaisemaan ilon tunteeni muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

3. Huomaan sen, kun tunnen surua

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

4. Pystyn ilmaisemaan surun tunteeni muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

5. Huomaan sen, kun tunnen vihaa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

6. Pystyn ilmaisemaan vihan tunteen rakentavasti muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

7. Huomaan sen, kun tunnen kateutta

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

8. Pystyn ilmaisemaan kateuden tunteen rakentavasti muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

9. Huomaan sen, kun olen peloissani

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

10. Pystyn ilmaisemaan pelon tunteen muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

11. Huomaan sen, kun olen häpeissäni

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

12. Pystyn ilmaisemaan häpeän tunteen rakentavasti muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

13. Huomaan sen, kun jännitän

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

14. Pystyn ilmaisemaan jännityksen tunteen rakentavasti muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

15. Tunnistan muiden tunteita ja osaan samaistua niihin

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Kirjaa tähän vapaasti ajatuksiasi tunteiden käsittelytaidoistasi ja kyvystäsi ilmaista niitä rakentavasti muille:

Vuorovaikutustaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen tunnistaminen

16. Osaan keskittyä kuuntelemaan, mitä toinen haluaa sanoa

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

17. Pystyn osallistumaan keskusteluun ryhmässä

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

18. Pystyn itse aloittamaan keskustelun muiden kanssa

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

19. Osaan ottaa vastaan saamani positiivisen palautteen

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

20. Osaan ottaa vastaan saamani kriittisen palautteen

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

21. Osaan vetäytyä silloin, kun huomaan toisen tarvitsevan tilaa

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

22. Osaan ilmasta ajatuksiani ja omia tarpeitani muille

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

23. Pystyn mielestäni "heittäytymään" uusiin asioihin ja toimintatapoihin

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Kirjaa tähän vapaasti ajatuksiasi omista vuorovaikutustaidoistasi ja ryhmässä toimimisen taidoistasi:

.....

Kehollisuuden tunnistaminen ja hallinta

24. Olen tyytyväinen omaan ulkonäkööni

En lainkaan											Erittäin paljon
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

25. Koen tuntevani oman kehoni ja sen eri osat osana minua

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

26. Koen, että tunnistan kehon eri osat erillisinä omina kokonaisuuksinaan

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

27. Koen pystyväni erottamaan kehon oikean ja vasemman puolen ja niiden mahdolliset erot

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

28. Tiedostan oman kehoni fyysisiä reagoititapoja eri tilanteissa (esim. punastuminen, vapina, hikoilu)

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

29. Tiedostan, mistä kehoni fyysinen reagointi johtuu eri tilanteissa (esim. punastuminen, vapina, hikoilu)

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

30. Koen pystyväni rauhoittamaan kehoni fyysistä reagoitua tarpeen mukaan

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

31. Koen, että pystyn hallitsemaan kehoani eri asennoissa ja liikkeissä

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

32. Pystyn hallitsemaan kehoni fyysistä rasitusta vaativassa tehtävässä tai liikunnassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

33. Tunnistan kivun kehon eri osissa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

34. Tunnistan kuinka ajatukset ja tunteet vaikuttavat kehossa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

35. Pystyn keskittymään kulloinkin meneillään olevaan tehtävään tai toimeen tilanteessa vaaditulla tavalla

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

36. Uskallan ja osaan olla toisen ihmisen lähellä

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan												Erittäin hyvin
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

37. Pystyn ottamaan vastaan ja siedän toisen kosketusta

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

38. Uskallan ja osaan koskettaa toista ihmistä tilanteeseen sopivalla tavalla

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

39. Tunnistan oman reviirini ja osaan määritellä sen rajat

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

40. Pystyn rentoutumaan

A. Tutussa tilanteessa/tuttujen ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

B. Oudossa tilanteessa/vieraiden ihmisten seurassa

En lainkaan											Erittäin hyvin
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Kirjaa tähän vapaasti ajatuksiasi omasta fyysisyydestäsi ja kehosi toiminnasta:

KIITOS VASTAUKSESTASI



SomeBody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityöhön
2018-2020
somebody.samk.fi



FIILISJANA

Pvm:

Nimi:

Koulu ja luokka:

Alku



SomeBody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityöhön
2018-2020
somebody.samk.fi



FIILISJANA

Pvm:

Nimi:

Koulu ja luokka:

Loppu



Ryhmäytymiskysely

Vastauspäivämäärä

Ympyröi seuraavista oikea vaihtoehto:

1. 7A / 7B / 7C / 7D / 7E / 7F

2. Kouluni: Itätuulen koulu / Porin Lyseo / PSYL

3. Alla on väitteitä koskien luokkaasi ja luokkatovereitasi. **Lue väitteet ja mieti, kuinka hyvin väitteet pitävät paikkansa luokassasi.**

Väite pitää paikkansa (1) ei yhtään, (2) vähän, (3) jonkin verran, (4) hyvin ja (5) täysin. **Merkitse rasti oikeaan kohtaan.**

Väite	Ei yhtään	Vähän	Jonkin verran	Hyvin	Täysin
Tunnen kuuluvani porukkaan					
Voin olla oma itseni					
Luotan luokkatovereihini					
Voin työskennellä kenen tahansa parina					
Ketään ei kiusata ja nolata					
Oppilaat kuuntelevat, kun luokkatoverilla on sanottavaa					
Jokainen oppilas hyväksytään omana itsenään					
Ketään ei jätetä ulkopuolelle					
Luokkatovereideni kanssa on hauskaa					
Tarvittaessa autamme toisiamme					
Tunneilla on rento ja turvallinen olla					
Kaikki luokassamme ovat kavereita keskenään					
Luokkakavereiden kanssa hengailaan välitunneillakin					

Kiitos vastauksistasi!

Seuraavat kysymykset ovat SomeBody-ryhmässä olleille. (Kyselyn tämä osa toteutetaan SomeBody-ryhmän loputtua)

Lue alla olevat väitteet ja mieti, kuinka hyvin väitteet pitävät mielestäsi paikkansa. Väitteet koskevat sitä, miten SomeBody-toiminta on mielestäsi vaikuttanut.

Väite pitää paikkansa: ei yhtään (1), vähän (2), jonkin verran (3), hyvin (4) ja täysin (5). **Merkitse rasti oikeaan kohtaan.**

Väite: SomeBody-toiminnan ansiosta...	Ei yhtään	Vähän	Jonkin verran	Hyvin	Täysin
Olen saanut uusia kavereita luokastani					
Tulemme paremmin toimeen keskenämme					
Kiusaaminen on vähentynyt					
Luokkamme ryhmähenki on parantunut					
Luokassani on rennompi ilmapiiri					
Luokassani hyväksytään paremmin erilaisuutta					
Pystymme työskentelemään paremmin yhdessä					
Sosiaaliset taitoni ovat kehittyneet					
Viihdyn paremmin koulussa					

Jatka seuraavia lauseita haluamallasi tavalla:

SomeBodyn ansiosta olen oppinut _____

Parasta SomeBodyssa on ollut _____

Parantaisin SomeBodyssa _____

Kiitos vastauksistasi!

SomeBody® menetelmäksi kuntien hyvinvointityöhön 2018–2020

SomeBody-ohjaajien ryhmähaastattelu

Ryhmähaastattelussa pureudutaan SomeBody-hankkeen osana toteutettujen SomeBody-ryhmätoteutusten vaikutusten arviointiin. Ensin arvioidaan sitä, **miten SomeBody®-ryhmätoiminta on vaikuttanut ohjaajan mielestä mukana olleiden lasten ja nuorten minäkuvaan, kehotietoisuuteen, tunnetaitoihin ja sosiaalisiin taitoihin sekä hyvinvointiin ja arjessa pärjäämiseen**. Ensimmäiseen teemaan käytetään ajallisesti arvioituna suurin osa varatusta ajasta. Tämän jälkeen arvioidaan SomeBody-ryhmätoiminnan toteutuksen rakenteita ja onnistumista edellytyksiä yleensä. Aivan lopuksi arvioidaan sitä, miten oma ammatillisuus ja osaaminen on kehittynyt: mitä itse on saanut työhönsä SomeBody-koulutuksesta ja SomeBody-ryhmän ohjaamisesta.

Ryhmähaastattelun ohjaaja esittää seuraavat teemakokonaisuudet järjestyksestä. **Keskustelkaa** kulloinkin vuorollaan olevasta ohjaajan ilmoittamasta teemakokonaisuudesta **vapaasti**. **Pohtikaa** asioita mahdollisimman **konkreettisesti toimintaan liittyvien esimerkkien kautta**.

1. SomeBody-ryhmän vaikutukset lapsiin ja nuoriin

SomeBodyn keskeisenä tavoitteena on **eheyttää** lasten ja nuorten **minäkuva** sekä **edistää kehotietoisuustaitoja, tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja** ja näin edistää lapsen **hyvinvointia** sekä arjessa **pärjäämistä**.

Kerro mitkä olivat ryhmäsi tavoitteet ja kuinka monta kertaa kokoonnuitte? Kerro vielä, olivatko kaikki edellä mainitut SomeBodyn yleistavoitteet ryhmätoiminnassasi mukana, ja/tai oliko joitain erityisiä painotuksia, joka palveli kyseisen ryhmän lapsia?

Mitä vaikutuksia tavoitteiden osalta olet huomannut ryhmäsi lasten ja nuorten osalta? Mistä olet huomannut tai päätellyt kuvaamasi vaikutuksen? Käytä pohdinnassa apunasi omia havaintojasi sekä täyttämäsi ohjaajan arviointilomaketta.

Mitä käytetyt vaikuttavuuden arvioinnin mittarit sekä lähiaikuisten haastattelut mielestäsi kertovat SomeBodyn tavoitteissa edistymisestä?

Mitkä tekijät tai asiat ovat mielestäsi vaikuttaneet siihen, että tavoitteet toteutuivat/tai eivät toteutuneet?

Oliko SomeBodylla jotain negatiivisia vaikutuksia?

2. SomeBody-ryhmän ohjaajan ohjaustyön merkitys

Miten arvioit omaa toimintaasi käytännön SomeBody-ryhmätoiminnan ryhmänohjaajana?

Missä asioissa olet onnistunut?

Miten oma toimintasi on tukenut ryhmän tavoitteiden edistymistä?

Mitkä asiat ovat olleet sinulle ryhmän ohjaustyössä haasteellisia ja/tai vaikeita?

Onko jotain missä olisi pitänyt ohjaajana toimia toisin tai kehittyä, jotta haluttuja tavoitteita ja vaikutuksia olisi saatu paremmin edistettyä?

3. **SomeBody-ryhmätoiminnan ja sen toteutusrakenteen edelleen kehittäminen?**

Miten nyt saadun kokemuksen perusteella muokkaisitte mahdollista uutta SomeBody-ryhmän toteutusta omassa toimintaympäristössänne ja kohderyhmässänne

- tapaamiskertojen osalta
- tavoitteiden osalta
- aikataulun ja ryhmätapaamisen keston osalta
- sisällön osalta
- miten kehittäisitte toiminnan vaikuttavuuden arvioinnin mittareita/välineitä?

4. **Oma ammatillisuuden, asiantuntijuuden, osaamisen ja ohjaustaitojen kehittyminen**

Mitä olet havainnut oman ammatillisuuden kehittymisen osalta SomeBody-koulutuksen suoritetuasi ja SomeBody-ryhmätoteutuksen tehtyäsi.

- Mitä osaamista olet mielestäsi saanut lisää ja miten se näkyy työssäsi nyt?
- Onko suhtautumisesi/vuorovaikutuksesi/ohjaustyösi jollain tavalla erilaista SomeBodyn jälkeen? Jos on, miten se näkyy omassa toiminnassasi?
- Mikä/mitkä ovat mielestäsi SomeBodyn tärkeitä vaikutuksia itsellesi ammattilaisena ja ihmisenä?

5. **Vaikutukset organisaation työkäytäntöihin**

Miten SomeBody-ryhmätoiminnan ottaminen osaksi organisaation toimintaa on arviosi mukaan vaikuttanut organisaation työkäytäntöihin ja organisaatiosi muihin ammattilaisiin?

6. **Vapaa sana: koulutuksen ja ryhmähaastattelun toimivuuden arviointi**

Miten kehittäisitte koulutusta? Millaista ohjeistusta tai teoreettista materiaalia jne. olisitte koulutuksessa kaivanneet lisää?

Tuliko haastattelussa esille kaikki olennainen tieto SomeBody-ryhmätoiminnan vaikutuksiin tai kehittämiseen liittyen. Mitä muuta haluat vielä sanoa?

Koitko ryhmähaastattelun sellaisena, että sait itse, ja koit myös muiden saavan, sanoitettua SomeBody-ryhmätoiminnan toteutuksiin liittyvät tärkeät asiat?