



Tulevaisuusvalmentajan opas

Antti Rantaniva & Ville Eerikäinen

Antti Rantaniva & Ville Eerikäinen

Tulevaisuus- valmentajan opas



XAMK OPPIMATERIAALIT 6

KAAKKOIS-SUOMEN AMMATTIKORKEAKOULU
MIKKELI 2024



**XAMK
OPPIMATERIAALIT**

Tämä teos on lisensoitu Creative Commons Nimeä-JaaSamoin
(CC BY-SA) 4.0 Kansainvälinen -käyttöluvalla.

Tutustu käyttölupaan osoitteessa
creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0.

© Tekijät ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

Kannen kuva: Tekijät Wepik-tekoälyllä, kehote "classroom in the future"

Taitto ja paino: Grano Oy

ISBN 978-952-344-579-6 (nid.)

ISBN 978-952-344-578-9 (pdf)

ISBN 978-952-344-580-2 (verkko)

ISSN 2954-2308 (nid.)

ISSN 2954-1166 (pdf)

ISSN 2954-1166 (verkko)

julkaisut@xamk.fi

TIIVISTELMÄ

Miten ohjausalan ammattilaisen tulisi käsitellä tulevaisuutta nuorten kanssa? Mitä siinä tulisi ottaa huomioon? Millaisilla menetelmillä nuorten tulevaisuusajattelua ja -uskoa voisi vahvistaa?

Tulevaisuusvalmentajan opas tarjoaa näihin kysymyksiin vastauksia ja antaa nuorten kanssa työskenteleville mahdollisuuden oman osaamisensa päivittämiseen. Tulevaisuusvalmennusta on testattu ja kehitetty Euroopan sosiaalirahaston rahoittamassa, vuosina 2021–2023 toteutetussa Ohjaamo Olkkari 2.0 -hankkeessa Etelä-Savossa. Tavoitteena oli kehittää käytännöllisiä ohjausmenetelmiä, joiden avulla nuoria voitaisiin tukea toivotunlaisen ja mielekkään elämän hahmottamisessa sekä oman polun löytämisessä uhkakuvia ja epävarmuutta pursuavassa maailmassa.

Tähän oppaaseen on koottu joukko hankkeen kehittämistyön ja toteutettujen valmennusten tuloksena syntyneitä esimerkkiharjoituksia sekä käytännön vinkkejä tulevaisuuden käsittelyyn nuorten kanssa. Nämä sopivat erinomaisesti työvälineiksi esimerkiksi ohjaamoiden, nuorten työpajojen, etsivän nuorisotyön sekä muiden nuorille suunnattujen ohjauspalveluiden käyttöön. Yhtä lailla opas soveltuu oppimateriaaliksi alaa opiskeleville.

Oppaassa esiteltävä tulevaisuusvalmennus on ryhmä- ja yksilövalmennuksesta koostuva ohjauksellinen kokonaisuus, jonka aiheita ovat tulevaisuus ja sen tarkastelu sekä yleisestä että henkilökohtaisesta näkökulmasta. Oppaan sisältämien harjoitusten tavoitteena on vahvistaa nuorten tulevaisuustaitoja, tulevaisuusajattelua ja resilienssiä. Tulevaisuusvalmennuksella herätellään optimismia ja toiveikkuutta sekä ajatusta siitä, että monista uhkakuvista ja mahdollisista heikoista näkymistä huolimatta tulevaisuuden kehityskulkuihin on mahdollista vaikuttaa ja että ne voivat tuoda mukanaan myös erilaisia mielenkiintoisia mahdollisuuksia.

Tulevaisuusvalmennuksen kehittämistyössä on painotettu erityisesti nuorisotyöllistä näkökulmaa, jossa korostuvat toiminnallisten, pelillisten ja luovien menetelmien hyödyntäminen, nuorilähtöisyys sekä nuorten aito kohtaaminen. Valmennuksen pohjana on hyödynnetty aiemmin Suomessa tehtyä aiheeseen liittyvää tutkimus- ja kehittämistyötä, kuten Turun yliopiston tulevaisuuden tutkimuskeskuksen lanseeraamaa tulevaisuusohjauksen mallia.

Avainsanat: tulevaisuus; tulevaisuusohjaus; ohjaus; nuorisotyö

ABSTRACT

How should guidance professionals discuss the future with young people? What should they take into account? What methods could be used to strengthen young people's future-oriented thinking and faith in the future?

The Future Coach's Guide provides answers to these questions and enables those working with young people to update their competence. Future coaching has been tested and developed in the Guidance Center "Olkkari" 2.0 project in South Savo, funded by the European Social Fund in 2021–2023. The aim was to develop practical guidance methods that could be used to support young people in mapping out their preferred and meaningful lives and in finding their own path in a world full of threats and uncertainty.

This guide contains a series of example exercises and practical tips for discussing the future with young people which were drafted as a result of project development work and coaching. These are excellent tools for the use of guidance centres, youth workshops, outreach youth work, and other guidance services targeted at young people. The guide is equally suitable as learning material for students in the field.

The Future Coaching programme presented in the guide is a guidance package consisting of group and individual coaching, the topics of which are the future and its examination from both general and personal perspectives. The purpose of the exercises included in the guide is to strengthen young people's future skills, future-oriented thinking, and resilience. Future coaching aims to raise optimism and hopefulness and evoke the idea that, despite many threat scenarios and possible weak outlooks, it is possible to influence future developments and that they can also offer various interesting opportunities.

In the development of future coaching, particular emphasis has been placed on the perspective of youth employment, which focuses on the utilisation of functional, gamified, and creative methods, youth-centred methods, and genuine encounters with young people. The training has been based on research and development carried out previously in Finland, such as the futures guidance model launched by the University of Turku's Finland Futures Research Centre.

Keywords: future; future coaching; coaching; youth work

KIRJOITTAJAT

ANTTI RANTANIVA, projektipäällikkö

Antti on työskennellyt nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juveniassa vuodesta 2019 lähtien. Hän on pitkän linjan nuorisoalan kehittäjä, jolla on kokemusta niin monipuolisista ohjaustehtävistä kunnallisen nuorisotyön kentällä kuin isompien kehittämisprojektienkin luotsaamisesta eri puolella Suomea ja kansainvälisesti. Ohjaustyössä häntä sytyttävät tulevaisuusajattelun lisäksi erityisesti kohtaaminen ja erilaiset luovat oppimisympäristöt.

LinkedIn: [linkedin.com/in/antti-rantaniva-7971976a](https://www.linkedin.com/in/antti-rantaniva-7971976a)

VILLE EERIKÄINEN, TKI-asiantuntija

Ville on työskennellyt nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juveniassa vuodesta 2019 lähtien ja ollut mukana useissa maakunnallisissa ja valtakunnallisissa kehittämisprojekteissa. Nuorisoalassa häntä inspiroivat tulevaisuustyön lisäksi erilaisten työmuotojen ja esimerkiksi nuorten työpajatoiminnan sekä koulu- ja oppilaitosnuorisotyön kehittäminen.

LinkedIn: [linkedin.com/in/ville-eerikaenen-808729170](https://www.linkedin.com/in/ville-eerikaenen-808729170)



Antti Rantaniva ja Ville Eerikäinen Mikkelin Urpolassa tammikuussa 2022.

SISÄLLYSLUETTELO

TIIVISTELMÄ.....	5
ABSTRACT.....	6
KIRJOITTAJAT	7
ALUKSI	10
TULEVAISUUSVALMENNUKSEN TAUSTAA	12
MILLAINEN ON HYVÄ TULEVAISUUSVALMENTAJA?	16
TULEVAISUUSVALMENNUKSEN KULKU	18
HARJOITUKSIA.....	21
KOHTI ERILAISIA TULEVAISUUKSIA!	23
Harjoitus 1: Tulevaisuusvalmiuksien mittaaminen	25
Harjoitus 2: Väittämiä tulevaisuuden arkielämästä	26
Harjoitus 3: Meteoritiin metsästys -lautapeli	28
Harjoitus 4: Käytännön kokeilut teknologian kanssa	29
MILLAISIA MUUTOKSIA VOI TULEVAISUUDESSA TULLA?	31
Harjoitus 1: Kiehtovat megatrendit.....	33
Harjoitus 2: Megatrendikortit	34
Harjoitus 3: Tulevaisuus mediassa	35
MAAILMA TOIVOTUNLAISESSA TULEVAISUUDESSA	37
Harjoitus 1: Tulevaisuuden kaupunkimaisema.....	39
Harjoitus 2: Päivä hyvässä tulevaisuudessa -tarina	41
Harjoitus 3: Tulevaisuusvisioiden näkyväksi tekeminen	42
Harjoitus 4: Kaksi valokuvaa	44
Harjoitus 5: Arvokortit tulevaisuuskesustelun tukena.....	45
TYÖ JA SEN TEKEMINEN TULEVASSA MAAILMASSA	47
Harjoitus 1: Millainen tulevaisuuden työelämä on?	49
Harjoitus 2: Millainen on oma osaamisidentiteettisi?	51
KUKA MINÄ ITSE OLEN, MISTÄ TULEN JA MIHIN OLEN MENOSSA?	53
Harjoitus 1: Omien vahvuuksien tunnistaminen.....	55
Harjoitus 2: Seikkailutoiminta tulevaisuususkon ja taitojen edistäjänä.....	56

MILLAINEN MATKA OLIKAAN JA MIHIN SE JATKUU NYT?	59
Harjoitus 1: Tulevaisuusvalmiuksien mittaaminen	61
Harjoitus 2: Seuraavat askeleet tulevaisuuspolulla	62
LOPUKSI	63
LUKUVINKKEJÄ	64
LÄHTEET	65
LIITE.....	66

ALUKSI

Tulevaisuus herättää monissa ihmisissä erilaisia uhkakuvia sekä epävarmuutta. Voi tuntua, että ihmiskunta on monessa mielessä isojen muutosten kynnyksellä, mutta on hyvin haastavaa ennakoida, mihin suuntaan kehitys tulee etenemään. Tämä epävarmuus vaikuttaa myös moniin suomalaisiin nuoriin, joiden tulevaisuususkko on viime vuosina herättänyt keskustelua (ks. esim. Lasten ja nuorten säätio & Evry 2022).

Vuosittain julkaistava nuorisobarometri tarjoaa nuorten tulevaisuususkosta sekä helpottavia että huolestuttavia tilastolukuja. Toisaalta siitä voi päätellä, että keskimäärin nuorten optimismi heidän omaa tulevaisuuttaan ja koko maailman tulevaisuutta kohtaan on vahvistunut 2010-luvulta lähtien. Samalla barometri kuitenkin osoittaa, että osa nuorista suhtautuu tulevaisuuteen hyvin pessimistisesti eikä välttämättä kykene edes kuvittelemaan positiivista tulevaisuutta. (Kiilakoski 2022, 75).

Tämän oppaan kirjoittajina meidän tavoitteemme on ollut kehittää käytännönläheisiä ohjausmenetelmiä jälkimmäisenä mainitun ryhmän tukemiseksi. Näin sai alkunsa nuorille suunnattu tulevaisuusvalmennus, jota olemme vuosien 2021–2023 aikana pilotoineet ja kehittäneet Etelä-Savon alueella Ohjaamo Olkkari 2.0 -hankkeessa. Tähän oppaaseen olemme koonneet joukon kehitystyön tuloksena syntyneitä harjoituksia sekä käytännön vinkkejä tulevaisuuden käsittelyyn nuorten kanssa.

Omaa tulevaisuusvalmennustyötämme olemme tehneet pääasiassa 18–29-vuotiaiden työttömien nuorten kanssa. Tämä opas on kirjoitettu juuri heidän ohjauksensa tueksi. Tarkoituksemme on tarjota konkreettisia ja helposti sovellettavia menetelmiä esimerkiksi ohjaamoiden, nuorten työpajojen, etsivän nuorisotyön sekä muiden nuorille suunnattujen ohjauspalveluiden käyttöön. Tämä opas onkin suunnattu ensisijaisesti täysi-ikäisten nuorten kanssa työskenteleville ohjaustyön ammattilaisille osaamisen päivittämiseen.

Tulevaisuus sopii kuitenkin ohjauksen näkökulmaksi erinomaisesti lähes mille tahansa kohderyhmälle. Niinpä isoa osaa tämän oppaan harjoituksista voi hieman soveltaen hyödyntää missä tahansa ohjaustyössä. Jos taas lukija on vasta opiskelemassa ohjaukseen liittyvää tutkintoa – esimerkiksi yhteisöpedagogiksi, sosionomiksi tai nuoriso- ja vapaa-ajan ohjaajaksi – voi tästä oppaasta hakea ajatuksia, inspiraatiota ja työkaluja tulevalle työuralle. Erityisesti ylemmän tutkinnon opiskelijoille, joilla on

jo takana kokemusta työelämästä, tämä opas tarjoaa uuden työvälineen ohjaustyöhön. Opas soveltuukin materiaaliksi alan koulutukseen.

Voimme iloksemme todeta, että omat kokemuksemme nuorten tulevaisuusvalmennuksesta ovat lähes poikkeuksetta olleet erittäin positiivisia. Erilaisista mahdollisista tulevaisuuksista keskustelussa on jotain kiehtovaa: olemme huomanneet, että aihe tempaa helposti mukaansa myös sellaiset nuoret, jotka eivät tavallisesti ole kovin aktiivisia avaamaan omia ajatuksiaan. Tulevaisuusvalmennuksen aikana syntyy tilanteita, joissa myös nämä nuoret tulevat jakaneeksi näkemyksiään toiveista elämän suhteen, yhteiskunnan kehityksestä, ihmissuhteiden merkityksestä, omista arvoista ja monista muista merkityksellisistä asioista. Valmennus auttaakin nuoria hahmottamaan omaa polkuaan.

Tulevaisuusvalmennusta voi toteuttaa joko yksilö- tai ryhmäohjauksena riippuen siitä, mikä parhaiten sopii omaan työnkuvaan. Tämän oppaan harjoituksista valmentaja saa työvälineitä sekä inspiraatiota erilaisiin tapoihin lähestyä tulevaisuuteen liittyviä kysymyksiä nuorten kanssa. Juuri itselle toimivimman tavan hyödyntää tulevaisuusvalmennusta löytää parhaiten kokeilemalla. Valmentaja voi esimerkiksi napata tästä kirjasta yksittäisiä harjoituksia ja soveltaa niitä oman ohjausryhmänsä tilanteen mukaan. Toisaalta hän voi aivan hyvin myös käyttää harjoituksia pidempänä prosessina siinä järjestyksessä kuin ne on tässä oppaassa esitetty, jos se tuntuu parhaalta vaihtoehdolta omien valmennettavien nuorten kanssa.

Yksin emme olisi voineet tätä työtä tehdä. Haluamme kiittää lämpimästi ensinnäkin Ohjaamo Olkkari 2.0 -hanketta rahoittanutta Etelä-Savon Ely-keskusta ja Euroopan sosiaalirahastoa. Samoin haluamme kiittää koko sitä laajaa eteläsavolaisten ohjaustoimijoiden verkostoa, joka on tehnyt kanssamme yhteistyötä tulevaisuusvalmennusten pilotoinnissa. Kolmanneksi haluamme osoittaa kiitoksen kaikille niille tahoille Suomessa, jotka tekevät työtä ennakoinnin ja tulevaisuusohjauksen parissa. Olette olleet iso inspiraation lähde meille, ja ilman teitä tätä opasta ei olisi.

Tulevaisuus on kaikkien yhteinen asia. Sen vuoksi me uskomme, että tulevaisuusajattelun sekä hyvyn visioida erilaisia tulevaisuuksia tulisi olla kaikille kuuluva kansalaistaito. Tulevaisuusvalmentaja tekee tärkeää työtä opastamalla nuoria näkemään uhkakuvien rinnalla myös yhtä lailla tulevaisuuteen liittyviä positiivisia mahdollisuuksia. Toivotamme sekä valmentajille että nuorille antoisia yhteisiä tutkimusretkiä tulevaisuuspohdintojen parissa.

Antti Rantaniva ja Ville Eerikäinen

Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

TULEVAISUUSVALMENNUKSEN TAUSTAA

Tässä oppaassa esiteltävä tulevaisuusvalmennus on ryhmä- ja yksilövalmennuksesta muodostuva ohjauksellinen kokonaisuus, jonka aiheita ovat tulevaisuus ja sen tarkastelu sekä yleisestä että henkilökohtaisesta näkökulmasta. Tässä luvussa avataan lyhyesti valmennuksen teoriataustaa sekä muutamia keskeisiä termejä, jotka on hyvä pitää mielessä tätä opasta lukiessa.

Tulevaisuusvalmennuksen pohjana on hyödynnetty aiemmin Suomessa tehtyä tulevaisuuden tutkimus- ja kehittämistyötä. Iso inspiraation lähde valmennukselle on ollut esimerkiksi Turun yliopiston Tulevaisuuden tutkimuskeskuksen lanseeraama tulevaisuusohjauksen malli, jota on kehitetty 2010-luvulta lähtien. Kyseisessä mallissa hyödynnetään tulevaisuudentutkimuksen menetelmiä ja tulevaisuusajattelun kehittämisen ja ohjauksen perusteita. **Tulevaisuustutkimus** on tiedonala, joka pyrkii tuottamaan ymmärrystä mahdollisista tapahtumista ja kehityskuluista, joita tulevaisuudessa voi olla. **Tulevaisuusajattelun kehittäminen** tarkoittaa oman, tulevaisuutta koskevan ajattelun laajempaa tarkastelua kriittisesti ja reflektoiden. Se ei siis tarkoita vain seuraavan omaan elämään liittyvän valinnan miettimistä. **Tulevaisuusohjauksessa** tulevaisuutta pyritään tarkastelemaan niin, että se sisältää useita erilaisia mahdollisuuksia ja että siihen on mahdollista vaikuttaa omilla valinnoilla ja teoilla. Tulevaisuusohjausta hyödynnetään muun muassa useissa oppilaitoksissa opintojen ja työurien suunnittelun tukena. (Ollila ym. 2022, 417–421).

Tulevaisuusvalmennuksella on paljon yhtymäkohtia näiden tulevaisuusohjauksen periaatteiden kanssa. Valmennuksen tarkoituksena on tukea nuorten halua tehdä tulevaisuutta koskevia valintoja sekä vahvistaa heidän tulevaisuusajatteluaan, itsetuntemustaan ja **resilienssiään**. Viimeksi mainittu tarkoittaa kykyä toimia, vaikka ympäristö muuttuu ja on epävarma (Sitra 2024b). Valmennus edistää myös osallistujien sosiaalisia taitoja, kykyä tunnistaa omaa osaamista ja työelämävalmiuksia. Pohjimmiltaan tulevaisuusvalmennus haluaa tarjota nuorille ohjausta, joka auttaa toivotunlaisen ja mielekkään elämän hahmottamisessa sekä oman polun löytämisessä. Tavoitteena on herätellä nuorissa optimismia ja toiveik-

kuutta tulevaisuutta kohtaan. Pyrkimyksenä on myös vahvistaa ajatusta siitä, että monista uhkakuvista ja ehkä heikoistakin näkymistä huolimatta tulevaisuuden kehityskulkuihin on mahdollista vaikuttaa ja että nämä kehityskulut voivat tuoda mukanaan mielenkiintoisia mahdollisuuksia.

Tulevaisuusvalmennuksen kehittämistyössä painotetaan erityisesti nuorisotyöllistä näkökulmaa, jossa korostuvat toiminnallisten, pelillisten ja luovien menetelmien hyödyntäminen sekä nuorilähtöisyys. **Nuorilähtöisyys** tarkoittaa sitä, että nuorella itsellään on iso aktiivinen rooli toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Tärkeä elementti nuorisotyössä on myös kohtaaminen, jonka kautta nuoria tuetaan kohti hyvää elämää ja eettisyyttä (Cederlöf 2017, 68–69). Tulevaisuusvalmennuksen keskeisimpiä tavoitteita onkin antaa nuorille mahdollisuus keskustella tulevaisuuteen liittyvistä ajatuksista, mielikuvista ja tunteista luotettavan aikuisen kanssa, jolla ei ole sellaista arviointivastuuta kuin esimerkiksi opettajalla. On oleellista, että valmennuksessa on riittävästi aikaa ja tilaa käsitellä tulevaisuutta laajasti sekä osoittaa aitoa kiinnostusta kunkin nuoren omia pohdintoja kohtaan, liittyivät ne sitten kaukaiseen tulevaisuuteen tai arjen ajankohtaisiin tilanteisiin. Tulevaisuusvalmennus voidaan nähdä vuorovaikutuksena: yhdessä tapahtuvana menneisyyden, nykyhetken ja tulevaisuuden välisten suhteiden ihmettelynä, jossa hyödynnetään tukena erilaisia harjoituksia.

Tulevaisuusvalmennuksessa korostuvat toiminnallisuus ja aktiivisen tekemisen kautta oppiminen enemmän kuin perinteiset luennot ja esitelmät, joissa nuoret jäävät helposti passiivisen vastaanottajan rooliin. Esimerkiksi erilaiset pelit ovat toimineet hyvin ohjauksellisina työkaluina. Valmennuksissa on huomattu, että omien ajatusten ja huolien kertominen on nuorille usein helpompaa pelimäisen harjoituksen sisällä kuin esimerkiksi oppituntia muistuttavassa tilanteessa. Tälle ilmiölle on looginen selitys: Pelaamiseen liittyy aina oma erityinen leikinkaltainen tila, jossa vallitsevat omat säännöt ja johon osallistujat voivat uppoutua, ikään kuin irrottautua hetkeksi arkitodellisuudesta. Hollantilainen kulttuurihistorioitsija Johan Huizinga (1984, 17–21) on kuvannut tätä käsitteellä **pelin taikapiiri**, jota on laajalti käytetty muun muassa pelitutkimuksessa.

Tulevaisuusvalmennuksessa tämä pelin taikapiiri toimii oppimisympäristönä, jossa nuorten on helpompi heittäytyä spekuloidaan erilaisilla tulevaisuusvisioilla. Pelin sisällä on helppo hyväksyä se, ettei vääriä vastauksia ole. Näin osallistujat ja valmentaja uskaltavat yhdessä pohtien tuottaa luovia ja mielikuvituksellisia skenaarioita. Peliympäristö tekee visioinnista myös tasa-arvoisempaa. Moni tavallisesti vaitonaisempi nuori

on nimenomaan pelin kautta rohkaistunut osallistumaan keskusteluihin. Näiden harjoitteiden avulla on luontevasti päästy puhumaan nuorten kanssa siitä, millaista tulevaisuutta he oikeastaan toivovat.

Monien taitojen summa

Tulevaisuusajattelun lisäksi valmennuksessa on tarkoitus vahvistaa nuorten tulevaisuustaitoja. **Tulevaisuustaidot** edistävät ihmisen kykyä arvioida omia tulevaisuuskuviaan, arvojaan ja tulevaisuutta koskevia uskomuksiaan. Samalla tulevaisuustaidot tukevat valmiuksia osallistua tulevaisuutta koskevaan keskusteluun ja siihen liittyvien valintojen ja päätösten tekoon. (Ollila & Hujala 2004, 404). Tulevaisuuteen liittyviä taitoja on määritelty monilla eri tavoilla. Esimerkiksi Anu Haapala (ent. Mikkonen) on kirjoittanut tulevaisuusvalmiuksista jo 2000-luvun alussa (Haapala 2002). Hänen määritelmiään on hyödyntänyt myös Turun yliopiston Tulevaisuuden tutkimuskeskus omassa tulevaisuustaitojen kuvauksessaan, jota on hyödynnetty tässä oppaassa esiteltävän tulevaisuusvalmennuksen suunnittelussa. Ollila ja Hujala (2022, 403) avaavat, että tämän määritelmän mukaan tulevaisuustaitoihin kuuluvat muun muassa:

- moninaisten tulevaisuuksien hahmottaminen
- systeemiajattelu ja ymmärrys maailman kompleksisuudesta
- epävarmuuden hyväksyminen
- aikaperspektiivi
- kriittinen ajattelu
- itsereflektio, arvoreflektio
- vastuullisuus.

Moninaisten mahdollisten tulevaisuuksien hahmottaminen tarkoittaa tulevaisuuden näkemistä avoimena kokonaisuutena, joka voi kehittyä moneen eri suuntaan. Erilaisten tulevaisuuksien sekä niihin liittyvien mahdollisuuksien kuvittelu rikastaa tulevaisuusajattelua ja laajentaa samalla pohjaa tulevaisuuteen liittyvien valintojen tekemiselle (Ollila & Hujala 2022, 403–404).

Tämän päivän maailma on pullollaan monimutkaisia ilmiöitä, jotka vuorovaikutuksessa toistensa kanssa muovaavat kaikkien ihmisten yhteistä tulevaisuutta. Systeemiajattelun vahvistaminen tukee ihmisen ymmärrystä tällaisesta maailman kompleksisuudesta. Systeemiajattelu tarkoittaa kykyä hahmottaa erilaisten maailmaa muuttavien ilmiöiden välisiä

riippuvuus- ja vuorovaikutussuhteita sekä kykyä ymmärtää yksittäisten muutosten vaikutusta suurempiin kokonaisuuksiin (Ollila & Hujala 2022, 403). Toisaalta tulevaisuutta ei voi hallita, ja siihen liittyvä epätietoisuus voi tuntua ahdistavalta. Epävarmuuden hyväksyminen tarkoittaa taitoa suunnata ajattelua ja toimintaa tulevaisuuteen siitäkin huolimatta, että toiminnan seurauksista ei ole varmuutta (Ollila & Hujala 2022, 405). Epävarmuuden hyväksyminen liittyy läheisesti myös aiemmin mainittuun resilienssin vahvistumiseen.

Aikaperspektiivin pohtiminen liittyy käsitykseen menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden välisestä suhteesta. Tulevaisuustaitojen näkökulmasta oleellista on ymmärrys siitä, miten käsitys menneestä, nykyhetkestä ja tulevaisuudesta vaikuttaa ajatteluun ja toimintaan. (Ollila & Hujala 2022, 404). Kriittinen ajattelu puolestaan tarkoittaa tulevaisuuskuvien, erilaisten skenaarioiden ja niihin vaikuttavien uskomusten arviointia. Lisäksi se tarkoittaa kriittistä itsereflektiota omaa tulevaisuusajattelua kohtaan. (Ollila & Hujala 2022, 404–406). Tulevaisuustaitoihin kuuluu oleellisesti myös kyky arvioida sitä, mitkä tulevaisuutta koskevat ajatukset ovat omia ja mitkä mahdollisesti muiden tuottamia. Tärkeää on myös pohtia sitä, miten erilaiset valinnat vaikuttavat muihin ihmisiin ja yhteiskuntaan. Tämä on esimerkki vastuullisuudesta, joka on yksi keskeinen tulevaisuustaito (Ollila & Hujala 2022, 405).

Myöhemmin tässä oppaassa kuvataan tulevaisuusvalmennuksen etene- mistä ja sitä, millä tavoin edellä mainitut tulevaisuustaidot käytännössä näkyvät valmennuksessa.

MILLAINEN ON HYVÄ TULEVAISUUSVALMENTAJA?

Tulevaisuusvalmentajan ei tarvitse olla tulevaisuudentutkija tai ennakointiasiantuntija. Valmentajan kannattaa kuitenkin tutustua monipuolisesti tulevaisuustietoon ja pyrkiä kehittämään omaa tulevaisuusajatteluaan. Tämän oppaan loppuun on koottu lukuvinkkejä, joiden avulla voi tutustua tulevaisuusteemoihin tarkemmin.

Oleellisinta tulevaisuusvalmennuksessa on tarjota nuorille avoin, turvallinen ja luottamuksellinen ympäristö, jossa tulevaisuutta voi pohtia eri näkökulmista. Valmentajan tehtävä ei ole tarjota nuorille valmiita vastauksia tai ratkaisuja tulevaisuutta koskien. Olennaista on tukea heitä kuvittelemaan erilaisia, vaihtoehtoisia ja mahdollisia tulevaisuuksia sekä samalla vahvistaa heidän tulevaisuusajatteluaan eli tulevaisuutta koskevien käsitysten, näkemysten, mielikuvien ja tunteiden ymmärtämistä. (vrt. Ollila & Hujala 2022, 406). Tulevaisuusvalmentaja rohkaisee, auttaa oivaltamaan uutta ja käsittelee tulevaisuutta nuorten kanssa luovuutta, mielikuvitusta ja toiminnallisuutta hyödyntäen.

Hyvä tulevaisuusvalmentaja kannustaa nuoria ajattelemaan kriittisesti ja haastamaan aktiivisesti tulevaisuutta koskevia yleisiä ja henkilökohtaisia oletuksia. Valmentajan on tärkeää esittää kysymyksiä mutta vielä tärkeämpää korostaa, että tulevaisuutta koskeviin kysymyksiin ei valmennuksessa ole vääriä vastauksia.

Aiemmissa tulevaisuusvalmennuksissa on huomattu, että kaukaisen tulevaisuuden ajattelu tai positiivinen visiointi voi hetkellisesti auttaa viemään nuorten ajatukset pois tämän hetken murheista, epävarmuuksista ja huolista. Aina ei kuitenkaan ole oikea hetki keskittyä puhumaan tulevaisuudesta, sillä nuorten arkiset elämäntilanteet voivat vaihdella. Tulevaisuusvalmentajan on oltava tästä tietoinen ja valmis käsittelemään nuorten kanssa myös arjen ajankohtaisia haasteita, jos tilanne niin vaatii. Jos esimerkiksi työttömällä nuorella on toimeentuloon liittyviä akuutteja kysymyksiä, niihin on viisasta paneutua ensin. Tilanteen rauhoituttua on helpompi keskittyä pohtimaan kaukaisempia tulevaisuuksia.

Tulevaisuusvalmentajan kannattaa välttää näitä:

- Valmentajan ei kannata tehdä liian vahvoja oletuksia tulevaisuudesta ja määritellä, mitä nuorten tulisi siitä ajatella tai millaisiin arvoihin heidän käsityksensä tulisi perustua. Hän kuitenkin kannustaa nuoria pohtimaan esimerkiksi vastuullisuutta ja sitä, miten omat tavoitteet ja tulevaisuutta koskevat pyrkimykset vaikuttavat ympäröivään maailmaan ja muihin ihmisiin.
- Valmentajan ei kannata väheksyä tai mitätöidä nuorten ilmaisemia uhkakuvia, huolia ja dystopioita, vaikka valmennuksen tavoitteena onkin vahvistaa positiivista tulevaisuususkkoa. Huolet ja uhkakuvat kertovat omalta osaltaan siitä, millaiset asiat nuoret kokevat tärkeäksi.
- Valmentajan ei kannata väkisin pitää kiinni valmennuksen suunnitellusta rungosta. Tulevaisuus aiheena synnyttää usein tärkeitä spontaaneja keskusteluja, joihin on hyvä käyttää aikaa. Pelit ja harjoitukset ovat usein toimivia tukivälineitä valmennuksessa, mutta loppujen lopuksi tärkeintä on kuunnella nuoria ja olla aidosti kiinnostunut heidän ajatuksistaan. Mitä he oikeasti ajattelevat tulevaisuudesta ja mikä on heille tärkeää?
- Valmentajan ei kannata asettaa liian suuria tai vaativia tavoitteita itselleen. Hyvä lähtökohta valmennukselle voi olla esimerkiksi se, että nuoret keskittyvät ajattelemaan tulevaisuutta ja muodostavat edes jotain käsityksiä siitä valmennusjakson aikana.

TULEVAISUUSVALMENNUKSEN KULKU

Nuorten yksilölliset tarpeet, muuttuvat elämäntilanteet sekä erilaiset valmennusympäristöt saavat aikaan sen, että yksittäisen valmennuksen rakenne, kesto ja sisältö voivat vaihdella huomattavasti. Niinpä ei ole yhtä ainoaa ja oikeaa tapaa toteuttaa tulevaisuusvalmennusta. Valmentaja voi mukauttaa tämän oppaan sisältöjä juuri omaan työhönsä sekä omille nuorilleen sopiviksi. Harjoituksia-osio sisältää esimerkkejä erilaisista teemoista ja tehtävistä, joita valmentaja voi hyödyntää. Koska valmennukset ja valmennusryhmät ovat erilaisia, eivät harjoitukset ja niiden etenemisjärjestys ole missään nimessä kiveen hakattuja. Kun valmentaja ryhtyy suunnittelemaan omaa valmennusjaksoaan, hänen kannattaa pohtia näitä asioita (ja mahdollisuuksien mukaan kysyä myös valmennukseen osallistuvien nuorten mielipidettä):

- Kuka tai ketkä osallistuvat valmennukseen?
- Millaisia tarpeita tai kiinnostuksen kohteita nuorilla on? Entä rajoitteita?
- Mitkä harjoitukset voisivat toimia hyvin juuri heille?
- Onko harjoituksia tarve muokata (kesto, toteutustapaa, ympäristöä, tavoitteita tms.), jotta ne sopivat paremmin valmennettaville nuorille tai valmentajan työnkuvaan?
- Missä valmennus tapahtuu? Montako tapaamista nuorten kanssa valmennus sisältää ja kuinka pitkä yksi tapaaminen on? Täytyykö valittuja harjoituksia muokata näiden asioiden perusteella?

Tulevaisuusvalmennus on antoisaa myös silloin, kun sen toteuttaa yhdessä muiden ammattilaisten kanssa. Valmennuksen suunnitteluun ja toteutukseen onkin hyvä osallistaa nuorten lisäksi muita ohjaustyön ammattilaisia, jotka toimivat ohjaukseen osallistuvien nuorten kanssa. Näin yksittäisen valmennuksen sisällöt ja teemat on lähtöpisteessä helppo määritellä niin, että osallistujien yksilölliset tarpeet tulevat huomioituiksi. On myös tärkeää käydä läpi kokemuksia nuorten ja muiden ammattilaisten kanssa koko valmennusjakson ajan. Osallistujien kunto, elämäntilanne ja suunnitelmat voivat muuttua nopeastikin, ja tällöin myös valmennuksen suunnitelmaa ja tavoitteita täytyy päivittää.

Valmennuksen kesto voi olla mitä tahansa yksittäisen ohjauskerran ja kuukausia jatkuvan, säännöllisiä ryhmä- tai yksilötapaamisia sisältävän kokonaisuuden väliltä. Aiempien kokemusten perusteella suositeltavaa on järjestää vähintään neljä tai viisi tapaamiskertaa, jotka kestävät yhden tai mielellään kahden tuntia. Tällaisen kokonaisuuden aikana on jo mahdollista käsitellä tulevaisuutta eri näkökulmista, vahvistaa osallistujien kokemusta omista valmiuksistaan, tehdä tulevaisuudensuunnitelmia ja asettaa tavoitteita sekä lisätä uskoa tavoitteiden saavuttamiseen.

Yksilöohjaus on keskeinen osa tulevaisuusvalmennusta. Tämän oppaan harjoituksia voi soveltaa aivan hyvin yksittäisen osallistujan kanssa. Joka tapauksessa ryhmävalmennuksen ja -harjoitusten ohella on tärkeää keskustella heränneistä ajatuksista ja oivalluksista sekä niihin liittyvistä vaihtoehtoista ja valinnoista jokaisen valmennettavan nuoren kanssa kahden kesken. Tähän kannattaa varata aikaa ja varmistaa, että nuoren ajatukset, huolet ja toiveet tulevaisuudesta tulevat kuulluiksi.

Tulevaisuusvalmennuksen voi siis suunnitella hyvin monella eri tavalla osallistujista ja olosuhteista riippuen. Parhaan lopputuloksen saavuttamiseksi on tärkeää aloittaa valmennus määrittelemällä jokaisen nuoren kanssa henkilökohtainen tavoite, johon valmennuksen aikana pyritään. Tämän tavoitteen voi sopia vapaasti: se riippuu osallistujan tilanteesta ja kiinnostuksen kohteista. Nuori voi haluta pohtia seuraavaa askelta elämässään, tutustua tietyn ammattialan näkymiin tai kehittää omaa tulevaisuusajatteluaan. Tavoitetta ei kannata asettaa liian kunnianhimoiseksi. Tavoitteeseen on hyvä palata säännöllisesti valmennuksen aikana ja tarvittaessa tarkentaa sitä tai vaihtaa uuteen.

Ensimmäisissä tapaamisissa on hyvä lähteä liikkeelle lämmittelyharjoituksilla ja isojen tulevaisuuden ilmiöiden eli megatrendien tarkastelulla. Tässä vaiheessa kannattaa visioida hyvinkin kaukaista ja mielikuvituksellista tulevaisuutta, mikä auttaa nuoria hahmottamaan maailman kompleksisuutta ja hyvinkin erilaisia mahdollisia tulevaisuuksia. Usein nuorten on helpompi heittäytyä pohtimaan yleistä, koko ihmiskuntaa koskevaa kaukaisempaa tulevaisuutta kuin avata ajatuksiaan omasta elämästään ja omaan lähitulevaisuuteensa liittyvistä valinnoista, koska ne saattavat tuntua liian henkilökohtaisilta jaettavaksi. Kun luottamus kasvaa sekä valmentajaa että ryhmää kohtaan, omasta elämästä on luontevampaa puhua.

Hyvän tulevaisuuden visiointi jatkaa lämmittelytehtävien luovaa ja kriittistä tulevaisuusajattelua. Kun nuoret rakentavat toivotunlaisia tulevai-

suuskuvia, he muodostavat samalla käsitystä tulevaisuudesta avoimena, erilaisia mahdollisuuksia sisältävänä kokonaisuutena. Heitä on hyvä kannustaa pohtimaan mahdolltomaltakin tuntuvia vaihtoehtoja ja laajentamaan omaa aikaperspektiiviään kuvittelemalla tulevaisuutta vaikkapa 10, 50 tai 150 vuoden päähän. Hyvään tulevaisuuteen liittyviä visiointitehtäviä kannattaa mahdollisuuksien mukaan tehdä useampia. Nuoria voi myös ohjata tekemään omat ajatuksensa konkreettisesti näkyväksi esimerkiksi taiteen keinoin. Viimeistään valmennuksen keskivaiheilla kannattaa käsitellä myös nuorille tärkeitä asioita sekä arvoja, jotka ohjaavat heidän omaa tulevaisuusajatteluaan.

Valmennuksen loppupuolella voi keskittyä nuorten henkilökohtaiseen identiteettiin, osaamiseen ja esimerkiksi työelämään tai opiskeluun liittyviin näkymiin ja tavoitteisiin. Esimerkiksi tulevaisuuden työelämän pohdiminen sekä siitä syntyvien ajatusten peilaaminen omaan identiteettiin ja jo hankittuun osaamiseen voivat auttaa nuoria löytämään mielekkäitä polkuja kohti tulevaa. Valmentaja voi tukea nuoria tulevaisuutta koskevien valintojen tekemisessä hyödyntämällä valmennuksessa syntyneitä havaintoja heidän vahvuuksistaan, arvoistaan ja toivotunlaiseen tulevaisuuteen liittyvistä ajatuksistaan. Valmentajan kannattaa nostaa esiin myös esimerkiksi vuorovaikutustaitojen kehittyminen valmennuksen aikana ja harjoituksissa kertynyt osaaminen.

Edellä kuvattu esimerkki valmennuksen etenemisjärjestyksestä on todettu toimivaksi monissa ryhmävalmennuksissa. Koska jokainen valmennus on kuitenkin oma erilainen kokonaisuutensa, kannattaa valmennuksen suunnitteluun ja valmisteluun varata aina riittävästi aikaa. Valmentajan kannattaa myös ottaa huomioon, että kaikki ryhmän jäsenet eivät välttämättä ole mukana jokaisella tapaamiskerralla ja joskus mukaan voi liittyä uusia nuoria kesken valmennusjakson. Näin ollen voi olla hyvä käsitellä samoja teemoja useammalla tapaamiskerralla, mutta näkökulmaa voi tuki vaihtaa.



HARJOITUKSIA



Tekoälylle Wepik annettu kehote "future environment vision".

KOHTI ERILAISIA TULEVAISUUKSIA!

Tulevaisuusvalmennuksen alussa on hyvä ajatus tehdä yksi tai kaksi lämmittelevää harjoitusta. Ne auttavat kohti useampaa valmennuksen kannalta tärkeää tavoitetta.

Ensinnäkin lämmittely ohjaa nuoria ajattelemaan tulevaisuutta erilaisista näkökulmista. Valmentajan kannattaa pyrkiä aktivoimaan nuoria ja ruokkimaan heidän mielikuvitustaan mahdollisimman paljon. Tämä toimii verryttelynä ajattelulle hieman samaan tapaan kuin fyysinen lämmittely ennen urheilusuoritusta: kun lämmittelyvaihe on tehty huolella, on helppoa pohtia erilaisia mahdollisia tulevaisuuksia myös valmennuksen myöhemmissä vaiheissa.

Toiseksi tässä vaiheessa on luontevaa koota nuorten toiveita ja sisältöjä myöhemmille valmennuskerroille. Valmentajan kannattaa kiinnittää tarkasti huomiota ilmiöihin ja pohdintoihin, jotka nousevat lämmittelyharjoitteiden aikana esiin. Näistä saa usein vinkkejä osallistujien kiinnostuksen kohteista, jotka taas auttavat koko valmennuksen suunnittelussa ja yhteisten tavoitteiden sopimisessa.

Kolmanneksi valmentaja ja nuoret tutustuvat toisiinsa lämmittelyn aikana, olipa kyse sitten yksilö- tai ryhmävalmennuksesta. Tulevaisuusvalmennuksessa nousee usein esille hyvin henkilökohtaisia ja arkaluontoisia asioita, kuten ajatuksia omista arvoista, ihmissuhteista ja elämästä. Tämän vuoksi turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen on ehdottoman tärkeää. Kevyet lämmittelyharjoitukset antavat mahdollisuuden tutustua muihin valmennuksessa mukana oleviin ilman, että kenenkään täytyisi jakaa syvempiä henkilökohtaisia ajatuksiaan heti valmennuksen alussa.

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Mitä ajattelet tulevaisuudesta itse? Herättääkö jokin asia erityistä huolta? Entä erityistä toiveikkuutta?
2. Millaiset ovat omat tulevaisuusvalmiutesi? Missä olet erityisen vahva? Entä missä olisi kehitettävää?
3. Listaa asioita, joiden toteutuminen tulevaisuudessa on mielestäsi todennäköistä ja epätodennäköistä. Listaa myös sellaisia asioita, joiden toteutuminen tulevaisuudessa on omasta mielestäsi mahdotonta.

Harjoitus 1: Tulevaisuusvalmiuksien mittaaminen

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia – 2 tuntia

Tarvikkeet: Tulevaisuusvalmiuksien mittari -kyselylomake. Valmentaja voi ladata lomakkeen maksutta täältä julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus. Kyselylomake perustuu Turun yliopiston ja Lahden diakonialaitoksen yhteistyön tuloksena syntyneeseen lomakkeeseen.

Tavoite: Kartoittaa valmennukseen osallistuvien nuorten tulevaisuuteen liittyviä ajatuksia sekä heidän tulevaisuusvalmiuksiaan.

Toteutus:

Valmennuksen lähtöpisteessä on hyvä kartoittaa, mitä nuoret ajattelevat tulevaisuudesta ja millaiset tulevaisuusvalmiudet heillä on. Tulevaisuusvalmiuksien mittari -kyselylomakkeen avulla valmennukseen osallistuvat nuoret voivat tarkastella omaa suhdettaan tulevaisuuteen monista eri näkökulmista.

Lomakkeen voi täyttää yhdessä, mutta nuoret voivat täyttää sen myös kotitehtävänä ennen ensimmäistä tapaamista. Kyselyn vastaukset kannattaa purkaa keskustelemalla joko koko ryhmän kesken tai lyhyissä yksilötapaamisissa. Tämä purkuvaihe on hyvä paikka nostaa esiin nuorten omia huomioita tulevaisuudesta. Kyselyn pohjalta on myös yhdessä ryhmän kanssa mahdollista linjata, millaisiin asioihin valmennuksen aikana keskitytään. Kyselyä kannattaa myös hyödyntää pohjana, kun nuorten henkilökohtaisia tavoitteita valmennukselle määritellään.

Tarvittaessa kyselyyn ja sen tuloksiin voi palata myöhemmin valmennuksen aikana. Harjoitus on onnistunut, kun nuoret pystyvät sen aikana tunnistamaan ja sanoittamaan ainakin joitakin senhetkisiä tuntemuksiaan ja ajatuksiaan tulevaisuudesta.

Harjoitus 2: Väittämiä tulevaisuuden arkielämästä

Esimerkki harjoituksen kestosta: 15–30 minuuttia

Tarvikkeet: Etukäteen suunnitellut väittämät tulevaisuuden arkielämästä.

Tavoite: Herättää nuorten mielikuvitusta, ajattelua ja kiinnostusta erilaisia mahdollisia tulevaisuuksia ja tulevaisuuden ilmiöitä kohtaan.

Toteutus:

Tässä harjoituksessa valmentaja esittää erilaisia tulevaisuuden arkeen liittyviä väittämiä, joista nuoret saavat ilmaista oman mielipiteensä äänestämällä. Heidä voi esimerkiksi pyytää äänestämään, onko väittämä heidän mielestään **toivottava** vai **ei-toivottava** tai **epätodennäköinen** vai **todennäköinen**.

Harjoituksen voi toteuttaa monella eri tavalla. Valmentaja voi esimerkiksi jakaa nuorille kaksi eriväristä lappua, joita nostamalla he äänestävät omaa näkemystä. Jos harjoitus toteutuu ulkona tai isossa luokkatilassa, nuoret voivat äänestämää liikkumalla eri puolille kyseistä tilaa (esimerkiksi vastakkaisille seinille) sen mukaan, mikä heidän näkemyksensä väittämästä on.

Väittämien joukkoon kannattaa valita myös selvästi nykyajasta erottuvia väittämiä, jotta nuorten mielikuvitus aktivoituu. Tavoitteena on oivaltaa yhdessä, kuinka erilaiseksi tulevaisuus voikaan kehittyä. Valittujen väittämien on hyvä myös herättää tunteita, jotta niistä syntyy keskustelua. Sopivia väittämiä voi suunnitella esimerkiksi perehtymällä megatrendeihin tai muuhun ennakointimateriaaliin ja pohtimalla, miten niissä esitetyt ilmiöt voisivat näkyä ihan tavallisessa arkielämässä. Tässä joitakin esimerkkejä:

Väite 1: Tulevaisuudessa suurin osa musiikista on tekoälyn tekemää.

Väite 2: Tulevaisuuden teknologian avulla on mahdollista lukea ajatuksia.

Väite 3: Lääketiede kehittyessä vanhenemisen vaikutukset voidaan korjata lähes täysin, jolloin ihminen pääsee lähelle kuolemattomuutta.

Väite 4: Tulevaisuudessa ihmiset eivät tee palkkatyötä, vaan tekoäly ja robotit hoitavat valtaosan työnteosta.

Väite 5: Ihminen tulee asuttamaan muita planeettoja.

Väittämiä voi keksiä itse lisää. Nuoria voi pyytää lyhyesti kertomaan, miksi he äänestivät tietyllä tavalla tai mitä he ylipäättään ajattelevat esitetyistä väittämistä. Tässä lämmittelyvaiheessa kommentointi kannattaa kuitenkin pitää vapaaehtoisena. Jos väittämät herättävät aktiivista keskustelua, ei välttämättä kannata kiirehtiä seuraavaan väittämään, vaan valmentaja voi harkintansa mukaan antaa keskustelulle ja mielipiteiden vaihtamiselle tilaa ja aikaa.



Tekoälylle Craiyon annettu kehote "future city".

Harjoitus 3: Meteoriitin metsästys -lautapeli

Esimerkki harjoituksen kestosta: 1–2 tuntia

Tarvikkeet: Meteoriitin metsästys -pelilauta ja peliin kuuluvat materiaalit. Valmentaja voi ladata nämä maksutta täältä julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus.

Tavoite: Herättää osallistujia pohtimaan erilaisia tulevaisuuksia ja niihin liittyviä ilmiöitä sekä kannustaa keskustelemaan siitä, miltä toivottava tulevaisuus voisi näyttää.

Toteutus:

Meteoriitin metsästys -peliä voi hyödyntää harjoituksessa joko sellaisenaan tai soveltaen. Kyseessä on melko yksinkertainen perinteinen lautapeli, jossa nuoret pääsevät joukkueina aikamatkalle tulevaisuuteen jahtaamaan mittaamattoman arvokasta meteoriittia. Samalla he pohtivat tulevaisuutta eri näkökulmista: Millaisia muutoksia tulevaisuudessa voi kohdata? Miltä hyvä tulevaisuus voi näyttää? Miten kukin voi itse edistää hyvää tulevaisuutta?

Peliä voi pelata tulevaisuusajattelun lämmittelyharjoituksena. Peliin kuuluvissa korteissa on lukuisia tulevaisuuteen liittyviä väittämiä ja pieniä tehtäviä, joita voi hyvin hyödyntää myös pelin ulkopuolella. Lisäksi valmentaja voi kehittää pelin pohjalta juuri omaan valmennukseensa sopivia pelillisiä harjoitteita.



Harjoitus 4: Käytännön kokeilut teknologian kanssa

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia – 3 tuntia

Tarvikkeet: Testattava teknologia. Netistä löytyy maksutta useita hyviä vaihtoehtoja.

Tavoite: Herättää osallistujia pohtimaan erilaisia tulevaisuuksia ja niihin liittyviä ilmiöitä erilaisten teknologioiden kautta sekä kannustaa keskustelemaan siitä, miltä toivottava tulevaisuus voisi näyttää.

Toteutus:

Yksi tapa viritellä pohdintoja nuorten kanssa erilaisista mahdollisista tulevaisuuksista on testata heidän kanssaan eri teknologiasovelluksia, joiden kehitys saattaa vaikuttaa voimakkaasti siihen, millaiseksi tulevaisuus muotoutuu.

Valmentaja voi esimerkiksi pyytää nuoria etsimään netistä heitä kiinnostavan tekoälysovelluksen ja kokeilemaan, miten se toimii käytännössä. Hyviä sovelluksia tähän voivat olla esimerkiksi tekoälypohjaiset chatit tai erilaiset kuvageneraattorit, mutta lähes mikä tahansa nuorten kiinnostuksen herättävä sovellus käy.

Testauksen jälkeen nuoret keskustelevat havainnoistaan. Hyviä apukysymyksiä tähän ovat esimerkiksi:

- Millaisia ajatuksia testatut teknologiasovellukset herättävät?
- Millainen rooli teknologialla ja sen käytöllä voisi olla toivottava tulevaisuudessa? Esimerkiksi yhteiskunnassa tai omassa elämässä?
- Mihin suuntaan nuoret eivät toivo teknologian ja sen käytön kehittävän tulevaisuudessa?

Tekoälyn lisäksi valmennuksessa voi mahdollisuuksien mukaan testata muunkinlaista teknologiaa, kuten VR-pelejä. Olipa testauksen kohde mikä tahansa, purkukeskustelu testauksen jälkeen on tämän harjoituksen tärkein osuus.



Tekoälylle Wepik annettu kehoite "everyday life in future city".

MILLAISIA MUUTOKSIA VOI TULEVAISUUDESSA TULLA?

Tulevaisuudentutkimuksessa megatrendit tarkoittavat ilmiöitä, joiden ennakoidaan globaalilla tasolla ohjailevan tulevaisuuden kehityssuuntia. Toisin sanoen megatrendit maalailevat kuvaa siitä, millaiset tekijät todennäköisesti vaikuttavat elämään tulevina vuosina. (Sitra 2024a.)

Tällaisten suurten ja hitaasti muuttuvien muutosilmiöiden tarkastelu auttaa sekä tulevaisuusvalmentajaa että valmennukseen osallistuvia nuoria muodostamaan kokonaiskuvaa siitä, mitä maailmassa on tapahtumassa.

Sitran megatrendikatsaukset kokoavat tulevaisuusraporttien ja -keskustelujen sekä visiointi- ja ennakointityön tuloksia yhteen ja ottavat huomioon myös Suomen näkökulman. Tämä lähestymistapa sopii hyvin tulevaisuusvalmennukseen. Nuorten kanssa voi käydä keskustelua siitä, mikä maailmassa on muutoksessa ja miten muutokset liittyvät toisiinsa. Toisaalta megatrendien kautta voi pohtia, millainen rooli ihmisillä on muutoksessa ja mitä positiivisia mahdollisuuksia tuleviin muutoksiin voi liittyä.

On kuitenkin hyvä muistaa, että megatrendit ovat aina vain yhdenlainen tulkinta tulevaisuuden kehityssuunnista, eikä niiden ole tarkoituskaan kuvata yhtä ja ainoaa totuutta. Tulevaisuusvalmentajan kannattaa tutustua ennakointitietoon monipuolisesti ja pohtia niiden tarjoamia visioita kriittisesti yhdessä nuorten kanssa.

Ei kuitenkaan tarvitse olla huolissaan. Tulevaisuusvalmentajan ei tarvitse perehtyä kaikkeen mahdolliseen tulevaisuustietoon. Hänellä ei myöskään tarvitse olla valmiita vastauksia tai täsmätietoa esimerkiksi teknologian kehityksestä. Oleellisempaa on tuoda esiin erilaisten ilmiöiden runsasta kirjoa ja käydä keskustelua niiden herättämistä oivalluksista, ajatuksista ja tunteista. Nuorille kannattaakin tehdä selväksi, että valmentajallakaan ei ole varmoja vastauksia, vaan tulevaisuutta pohditaan aidosti yhdessä.

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Kuinka tuttuja megatrendit ovat entuudestaan? Mikä on tuttua ja mikä uutta?
2. Millaisia ajatuksia megatrendit herättävät?
3. Millaisia tunteita megatrendien kuvailemat mahdolliset tulevaisuuden kehityskulut herättävät?

Harjoitus 1: Kiehtovat megatrendit

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia – 1,5 tuntia

Tarvikkeet: Valmisteltua materiaalia, jolla voi esitellä megatrendejä nuorille lyhyesti. Esimerkiksi megatrendikatsaukset ovat vapaasti saatavilla Sitran verkkosivuilla sitra.fi.

Tavoite: Pohtia megatrendejä yhdessä. Tavoiteltavaa on, että jokainen nuori löytää megatrendeistä jotain kiinnostavaa ja ajatuksia herättävää.

Toteutus:

Tämän harjoituksen tarkoitus on lisätä osallistujien ymmärrystä muutoksiin. Tulevaisuusvalmentajan ei tarvitse olla tulevaisuudentutkija, mutta megatrendeihin perehtyminen ja niiden tuntemus voi hyödyttää keskustelun eteenpäin viemisessä nuorten kanssa. Valmentajan kannattaa siis itsekkin käyttää hetki megatrendeihin tutustumiseen ennen valmennusten alkua.

Harjoituksen aluksi valmentaja esittelee megatrendejä nuorille esimerkiksi Sitran megatrendikatsauksien avulla. Esittelyssä kannattaa korostaa ilmiöiden moninaisuutta ja niiden suhdetta toisiinsa. Valmentaja on syytä avata ilmiötä mahdollisimman ymmärrettävällä kielellä ja käyttää käytännön esimerkkejä. Nuoria voi myös kannustaa keksimään omia esimerkkejä siitä, miten megatrendien vaikutukset voisivat näkyä tulevaisuudessa.

Esittelyn jälkeen nuorten kanssa voi keskustella esimerkiksi näiden apukysymysten avulla:

- Mitä ajatuksia megatrendeissä kuvatut asiat herättävät?
- Millaiselta megatrendien muodostama tulevaisuuskuva vaikuttaa?
- Ovatko ilmiöt tuttuja? Onko niissä jotain kiinnostavaa?
- Ovatko nuoret samaa vai eri mieltä megatrendeistä ja niiden muodostamasta tulevaisuuskuvasta?

Harjoitus 2: Megatrendikortit

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Sitran julkaisemat megatrendikortit. Valmentaja voi ladata ne maksutta itselleen Sitran verkkosivuilta sitra.fi/julkaisut/megatrendikortit-2023.

Tavoite: Pohtia megatrendejä yhdessä. Tavoiteltavaa on, että jokainen osallistuja löytää megatrendeistä jotain kiinnostavaa ja ajatuksia herättävää.

Toteutus:

Sitran megatrendikorttien avulla on mahdollista tarkastella muutosilmiöitä hieman perusteellisemmin. Korttiharjoitus sopii mainiosti edellisen harjoituksen jatkoksi ja auttaa hahmottamaan, millaisia asioita kukin osallistuja pitää kiinnostavana tai tärkeänä.

Valmentaja jakaa nuorille ohjeistuksen:

- Tutustu megatrendikortteihin rauhassa.
- Valitse yksi kortti itseäsi kiinnostavasta aiheesta.
- Pohdi, mitä ajatuksia kortin teksti herättää.
- Oletko samaa mieltä kehityksestä, jota kortti kuvaa? Onko se mielestäsi toivottavaa?
- Mitä pitäisi tapahtua, jotta asia etenisi toivomaasi suuntaan?
- Onko kehitykseen mahdollista vaikuttaa? Miten itse voisit vaikuttaa siihen?

Keskustelu nuorten kanssa ilmiöiden herättämistä ajatuksista on tärkeää. Valmentajan kannattaa korostaa mahdollisuuksia ja positiivisia näkökulmia, vaikka mahdollisesti esille nousevista huolista ja uhkakuvista on yhtä lailla tärkeää keskustella. Suuret muutokset ja niitä kuvaavat megatrendit saattavat joskus tuntua nuorista – niin kuin kenestä tahansa – ahdistavilta.

Vinkki! Megatrendikortit sisältävät myös tehtäväkortin, jota kannattaa hyödyntää.

Harjoitus 3: Tulevaisuus mediassa

Esimerkki harjoituksen kestosta: 1–2 tuntia. Nuoret voivat tehdä harjoituksen myös kotitehtävänä valmennustapaamisten välissä, jolloin kesto voi olla viikkojakin.

Tarvikkeet: Jokin tulevaisuuteen liittyvä mediasisältö, jonka nuoret voivat etsiä netistä.

Tavoite: Pohtia yhdessä erilaisia tulevaisuuskuvia ja sitä, mikä niissä on kiinnostavaa.

Toteutus:

Tässä harjoituksessa nuoret perehtyvät erilaisiin tulevaisuuksiin ja tulevaisuuteen vaikuttaviin ilmiöihin medioista löytyvien tulevaisuuskuvien avulla. Harjoitusta varten nuoret etsivät mediasisältöä, joka linkittyy esimerkiksi johonkin megatrendiin tai jossa ylipäättään kuvataan tulevaisuutta jollakin tavalla. Sopiva mediasisältö tai -tuotos voi olla esimerkiksi:

- uutisartikkeli, kolumni tai muu lehtijuttu
- podcast tai Youtube-video
- romaani, elokuva, sarjakuva, videopeli tai muu vastaava fiktiivinen tuotos

Nämä vaihtoehdot on tarkoitettu suuntaa antaviksi esimerkeiksi. Nuoret voivat valita harjoitusta varten lähes mitä tahansa mediasisältöjä, kunhan ne ovat heistä jollain tavalla kiinnostavia ja linkittyvät jollain tavalla tulevaisuuteen. Jokainen voi lyhyesti esitellä muille oman valintansa. Tässä vaiheessa valmentaja voi yhdessä nuorten kanssa pohtia seuraavia kysymyksiä:

- Mikä valitussa mediasisällössä tai -tuotoksessa tuntui kiinnostavalta?
- Millainen esitetty tulevaisuuskuva on? Onko siinä esimerkiksi tunnistettavissa joidenkin tiettyjen megatrendien vaikutuksia?
- Miltä esitetty tulevaisuuskuva tuntuu? Millaisia ajatuksia se herättää? Onko esitetyssä tulevaisuudessa jotain sellaista, joka tuntuisi toivottavalta? Entä sellaista, jota ei missään nimessä toivoisi oikeasti tapahtuvan?



Tekoälylle Dreamstudio.ai annettu kehoite "dreamy future landscape with house, nature, vibrant colors and lake".

MAAILMA TOIVOTUNLAISESSA TULEVAISUUDESSA

Valmennuksen lämmittelyvaihe ja tulevaisuuden ilmiöiden pohdinta tähtäävät siihen, että nuoret oivaltavat, miten paljon erilaisia mahdollisuuksia tulevaisuuteen voi liittyä. Kun tämä tavoite alkaa olla saavutettu, on aika keskustella siitä, millainen tulevaisuus nuorten mielestä olisi toivottava.

Seuraavia kysymyksiä voi pohtia sekä yleisesti esimerkiksi maapallon ja ihmiskunnan tasolla, mutta toisaalta myös omalla henkilökohtaisella tasolla. Millaisista asioista hyvä tulevaisuus voisi muodostua? Minkä asioiden pitäisi muuttua? Entä minkä asioiden olisi toivottavaa pysyä samanlaisina, vaikka maailma muuten muuttuisi radikaalistikin erilaiseksi?

Jonkinlaisen, edes epämääräisen, hyvän tulevaisuuden vision muodostaminen on keskeisessä roolissa tulevaisuusvalmennuksessa. Tavoitteena on, että jokainen valmennukseen osallistuva nuori osaa nimetä muutamia yksittäisiä asioita, jotka kuuluvat heidän mielestään hyvään tulevai-

suuteen. Nämä voivat olla hyvin konkreettisia asioita, kuten oma koti, turvalliset ihmissuhteet tai luotettava toimeentulo.

Toisaalta visio hyvästä tulevaisuudesta voi yhtä hyvin näyttäytyä paljon yleisemmällä tasolla. Jollekin se voi esimerkiksi olla ajatus siitä, että ympäristöhaasteita ja ilmastonmuutosta saataisiin torjuttua tai että teknologian huimasta kehityksestä huolimatta pidettäisiin kiinni ihmisten välisestä suorasta vuorovaikutuksesta.

Hyvän tulevaisuuden visiointiin kannattaa käyttää nuorten kanssa aikaa, sillä siihen liittyy usein isoja pohdintoja siitä, mikä mielekkään elämän kannalta on loppujen lopuksi tärkeää. Tämä pohdinta kannattaa, sillä lopputuloksena syntyy usein merkittäviä oivalluksia omista arvoista sekä suunnasta, johon haluaisi elämässä seuraavaksi edetä.

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Millaisista asioista oma visiosi hyvästä tulevaisuudesta muodostuisi? Millaisia aistikokemuksia hyvään tulevaisuuteen liittyisi (näkö-, kuulo-, haju-, maku- tai tunto-aistimuksia)?
2. Minkä asioiden toivoisit muuttuvan tulevaisuudessa erilaisiksi kuin ne ovat nyt?
3. Minkä asioiden toivoisit pysyvän samanlaisina kuin ne ovat nyt, vaikka maailma muuttuisi tulevaisuudessa radikaalistikin erilaiseksi?

Harjoitus 1: Tulevaisuuden kaupunkimaisema

Esimerkki harjoituksen kestosta: 1–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Kaksi valokuvaa, yksi menneisyydestä (esimerkiksi 50 tai 100 vuoden takaa) ja yksi nykypäivästä. Kuvien ei tarvitse olla samasta paikasta, mutta se on suositeltavaa ja inspiroi osallistujia tarkastelemaan, mikä on aikojen saatossa muuttunut. Harjoituksessa voi käyttää myös esimerkkikuvia, jotka on otettu Mikkelin keskustasta samasta kohdasta. Lisäksi tarvitaan yksi tyhjä paperi tai kaupunkimaiseman siluetti. Siluettina voi käyttää esimerkkiä.

Tavoite: Harjoituksessa nuoret pohtivat toivotunlaista tulevaisuutta visioimalla ja kuvaamalla paperille tulevaisuuden kaupunkia. Tavoitteena on historiaa ja nykyhetkeä tarkastelemalla muodostaa sellainen kaupunkinäköymä, jonka nuoret toivovat näkevänsä tulevaisuudessa.

Toteutus:

Nuoret voivat tehdä harjoituksen itsenäisesti tai ryhmänä. Tehtävän loppuun on hyvä lisätä purkukeskustelu, jossa nuoret voivat jakaa ajatuksiinsa tulevaisuuden kaupungista.

Ennen tehtävää kannattaa keskustella nuorten kanssa tulevaisuuden ilmiöistä ja tulevaisuuteen liittyvistä ajatuksista. Tehtävän voi toteuttaa myös valmennuksen alkupuolella, jolloin visiota tulevaisuuden kaupunkimaisemasta voi täydentää valmennuksen edetessä.

Tehtävän ohjeistus nuorille:

- Katso kuvia vuosilta 1908 ja 2022 (jos käytetään esimerkkikuvia).
- Pohdi, millaisia muutoksia kuvien ottamisen välillä maailmassa on tapahtunut. Mitkä asiat ovat ehkä säilyneet ennallaan?
- Ota tyhjä paperi tai kaupunkimaiseman siluetti. Kuvittele katsovasi samaa kaupunkia tulevaisuudessa.
- Piirrä tai kirjoita kuvaan asioita, joita toivot siellä näkeväsi. Millainen on unelmiesi tulevaisuuden kaupunki?
- Voit myös kuvitella, mitä aistit, kun kuljet tulevaisuuden kaupungissa. Mitä kuulet siellä? Miltä siellä tuoksuu? Mitä makuja siellä voisi olla?
- Esittele työsi muille. Millaisia asioita kuvasit? Miksi?

Vaihtoehtoisesti nuoret voivat keskustella siitä, mitä tulevaisuuden kaupungissa voisi näkyä. Millainen tulevaisuuden kaupunki voisi nuorten mielestä olla? Entä millaisena he eivät haluaisi sitä nähdä?

Harjoituksen purkukeskustelussa voi pohtia muun muassa seuraavia kysymyksiä:

- Miten nuorten visioimat kaupungit eroavat toisistaan?
- Mikä kaupungeissa on muuttunut nykyhetkestä ja mikä pysynyt ennallaan?
- Millaisia toimia tarvitaan, jotta nuorten visioima muutos voisi tapahtua?
- Miten arvojen, asenteiden ja käytäntöjen pitäisi muuttua?
- Miten jokainen voi itse vaikuttaa tulevaisuuden kehittymiseen omilla toimillaan ja valinnoillaan?

Kuvat ovat liitteenä julkaisun lopussa. Ne voi myös ladata osoitteesta julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus.



Kuvat Mikkelistä vuosina 1908 ja 2022. Katso tarkemmat kuvatiedot sivuilta 66–67.

Harjoitus 2: Päivä hyvässä tulevaisuudessa -tarina

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Paperia ja kyniä, erilaisia askartelutarvikkeita.

Tavoite: Muodostaa mahdollisimman elävä visio toivotusta ja mielekkästä tulevaisuudesta kuvailemalla sitä tarinan muodossa joko tekstinä tai visuaalisesti.

Toteutus:

Valmentaja voi joko lukea alla olevan tarinarungon nuorille ääneen tai jakaa sen heille paperille printattuna. Nuoret voivat pohtia ja muodostaa vastauksia alla oleviin kysymyksiin esimerkiksi kirjoittamalla tai piirtämällä. Halutessaan he voivat jakaa visionsa myös muille.

Valmentajan kannattaa huomioida tehtävän aikana: Vääriä vastauksia tai toiveita ei ole! Tärkeintä on, että osallistujat kuvaavat omia ajatuksiaan eikä sitä, mitä he olettavat muiden haluavan.

Päivä hyvässä tulevaisuudessa -tarinarunko

Onneksi olkoon! Heräät aamulla kotonasi hyvässä tulevaisuudessa (saat itse päättää, kuinka pitkän ajan päässä tämä hetki on). Hyvässä tulevaisuudessa asiat ovat menneet jotakuinkin toiveidesi mukaan ja maailma ympärilläsi kehittynyt myönteiseen suuntaan. Millaiset asiat tekevät tästä hyvän tulevaisuuden?

1. Kuvaile ympäristöä, jossa heräät. Millainen kotisi on hyvässä tulevaisuudessa?
2. Millaisia aistihavaintoja koet herättyäsi? Mitä esimerkiksi kuulet tai haistat kotonasi hyvässä tulevaisuudessa? Entä mitä tunnet tai näet?
3. Millaisessa paikassa hyvän tulevaisuuden kotisi on? Mitä näet, kun katsot ikkunasta ulos?
4. Olet herännyt lähteäksesi jonnekin. Mihin olet matkalla aamulla hyvässä tulevaisuudessa? Kuvaile matkaasi, kun kuljet sinne. Mitä kulkuvälinettä esimerkiksi käytät?
5. Mitkä ovat päiväsi tärkeimmät kohokohdat hyvässä tulevaisuudessa? Kuvaile mahdollisimman yksityiskohtaisesti.

Harjoitus 3: Tulevaisuusvisioiden näkyväksi tekeminen

Esimerkki harjoituksen kestosta: Kesto riippuu ryhmän valitsemasta luovasta menetelmästä, jolla tulevaisuusvisiot tehdään näkyväksi. On kuitenkin suositeltavaa varata harjoitukseen reilusti aikaa, jotta nuoret ehtivät työstää omia ajatuksiaan huolella.

Tarvikkeet: Riippuu ryhmän valitsemasta luovasta menetelmästä, jolla tulevaisuusvisiot tehdään näkyväksi.

Tavoite: Tämä harjoitus on jatkoa edelliselle Päivä hyvässä tulevaisuudessa -harjoitukselle. Tarkoituksena on tehdä osallistujien tuottamista tulevaisuuden visioista ja toiveista konkreettisia, näkyviä tuotoksia luovin ja taidelähtöisin menetelmin. Visioiden näkyväksi tekeminen vahvistaa nuorten käsitystä siitä, että heidän ajatuksensa tulevaisuudesta ovat tärkeitä sekä ansaitsevat tulla nähdyiksi ja kuulluiksi.

Toteutus:

Tämän harjoituksen voi jakaa useamman valmennustapaamisen yhteyteen esimerkiksi niin, että puolet ajasta varataan muille harjoituksille ja toinen puoli yhteisen tuotoksen työstämiseen. Nuoret voivat myös työstää materiaalia yhteiseen tuotokseen kotitehtävänä valmennustapaamisten väleissä.

Toteutuksessa kannattaa myös tuoda esiin, miten tämä konkreettinen yhdessä tekeminen kehittää nuorten erilaisia taitoja ja osaamista. Esimerkiksi nuorten välinen yhteistyö voi tukea sosiaalisten taitojen kehittymistä ja uusien asioiden kokeilu vahvistaa heidän osaamisidentiteettiään, josta kerrotaan tarkemmin myöhemmin tässä oppaassa.

Nuorille jaettava ohjeistus, kun yhteistä tuotosta ryhdytään suunnittelemaan:

- Kootkaa Päivä hyvässä tulevaisuudessa -harjoituksessa syntyneet visiot yhteen.
- Pohtikaa ja keskustelkaa: Millainen maailma olisi, jos siellä näkyisivät kaikkien osallistujien muodostamat visiot? Mitä positiivista löydätte sieltä? Entä millaisia uhkakuvia siellä mahdollisesti voi olla?
- Pohtikaa yhdessä, millä tavalla visioita voisi tehdä konkreettisesti näkyväksi ja valitkaa, millaisilla menetelmillä haluatte sen toteuttaa.

Nuoret voivat käyttää tulevaisuuden visioidensa näkyväksi tekemiseen erilaisia menetelmiä valmennusympäristön mahdollisuuksien mukaan. Menetelmiä voivat olla esimerkiksi käsityöt, esineiden muotoilu, askartelu, maalaus, piirustus sekä digitaalinen taide, valokuvaus, video tai lyhytelokuva.

Ehdotukset ovat suuntaa antavia esimerkkejä, ja ryhmä voi hyvin valita jonkin muun, heitä kiinnostavan luovan menetelmän. Valmentajan tehtävä on kannustaa nuoria rohkeasti kokeilemaan uusia menetelmiä ja huolehtia siitä, että jokainen pääsee osallistumaan yhteiseen tekemiseen oman halukkuutensa ja valmiuksiensa mukaan. Työn toteutuksessa voi huomioida myös vastuullisen ja eettisen näkökulman esimerkiksi käyttämällä kierrätysmateriaaleja.

Nuorille jaettava ohjeistus, kun yhteistä tuotosta ryhdytään tekemään:

1. Tehkää yhteinen tulevaisuuden maailmaa kuvaava tuotos, jossa jokaisen osallistujan muodostama visio näkyy jollain tavalla.
2. Pohtikaa lopuksi yhdessä, millä tavoin haluatte työnne näkyvän muille ihmisille. Missä se voisi olla näytillä ja millä tavoin muut pääsisivät kokemaan sen? Millä tavoin työ voisi kannustaa muita ajattelemaan tulevaisuutta?
3. Työskentelyn reflektointi ryhmässä ja yksilöllisesti: Millainen kokemus yhteisen teoksen tekeminen on ollut? Millaisia uusia taitoja työskentelyn aikana on opittu? Millainen oli oma rooli?

Visioiden näkyväksi tekeminen on osallistujille parhaimmillaan antoisa, onnistumisen kokemuksia tuottava elämys. Toisaalta tämä harjoitus voi olla kohtalaisen vaativa nuorille, sillä harjoitus edellyttää yhteistyötaitoja ja rohkeutta asettaa oman työnsä jälki muiden nähtäväksi. Valmentajan rooli työskentelyn aikana on tukea ja kannustaa osallistujia sekä varmistaa, että työn tekeminen ei muutu ahdistavaksi eivätkä nuoret joudu liian kauas omalta mukavuusalueeltaan.

Harjoitus 4: Kaksi valokuvaa

Esimerkki harjoituksen kestosta: 1–2 tuntia

Tarvikkeet: Puhelin tai kamera.

Tavoite: Tässä harjoituksessa nuoria herätellään pohtimaan erilaisia tulevaisuuksia ja sitä, millaisten asioiden he toivovat tulevaisuudessa muuttuvan erilaiseksi ja millaisten asioiden pysyvän samanlaisina kuin ne ovat nyt.

Toteutus:

Nuoret voivat tehdä tämän harjoituksen itsenäisenä kotitehtävänä. Harjoitus voi jollakin valmennuskerralla antaa myös syyn lähteä hetkeksi ulkoilemaan.

Nuorille jaettava ohjeistus:

- Jokainen osallistuja ottaa kaksi valokuvaa (esimerkiksi omalla puhelimellaan).
- Toinen kuva edustaa (joko konkreettisesti tai vaihtoehtoisesti enemmän symbolisella tavalla) jotain sellaista, jonka nuori toivoisi omassa tulevaisuudessaan muuttuvan. Toinen kuva taas edustaa jotain sellaista, jonka nuori toivoisi omassa tulevaisuudessaan säilyvän sellaisena kuin se on nyt.

Valmentaja määrittelee tilanteen mukaan, kuinka paljon valokuvien ottamiseen on aikaa käytettävissä.

Tehtävä voidaan purkaa eri tavoin. Yksi tapa on, että nuoret esittelevät ottamansa kuvat ja avaavat niihin liittyvää ajatusprosessiaan. Valmentaja voi hyödyntää kuvia ja niihin liittyviä nuorten ajatuksia myöhemmin muissa harjoituksissa. Jos valmennusryhmä haluaa, kuvista voi kasata pienimuotoisen näyttelyn tai hyödyntää niitä materiaalina ryhmän omassa yhteisötaideprojektissa.

Harjoitus 5: Arvokortit tulevaisuuskeskustelun tukena

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Tässä harjoituksessa voi soveltaa lähes mitä tahansa arvokorttipakkaa. Valmentaja löytää netistä helposti erilaisia vaihtoehtoja!

Tavoite: Herättää osallistujia miettimään, millaiset asiat ja arvot ovat heille tärkeitä ja miten ne näkyvät heidän omassa tulevaisuusajattelussaan.

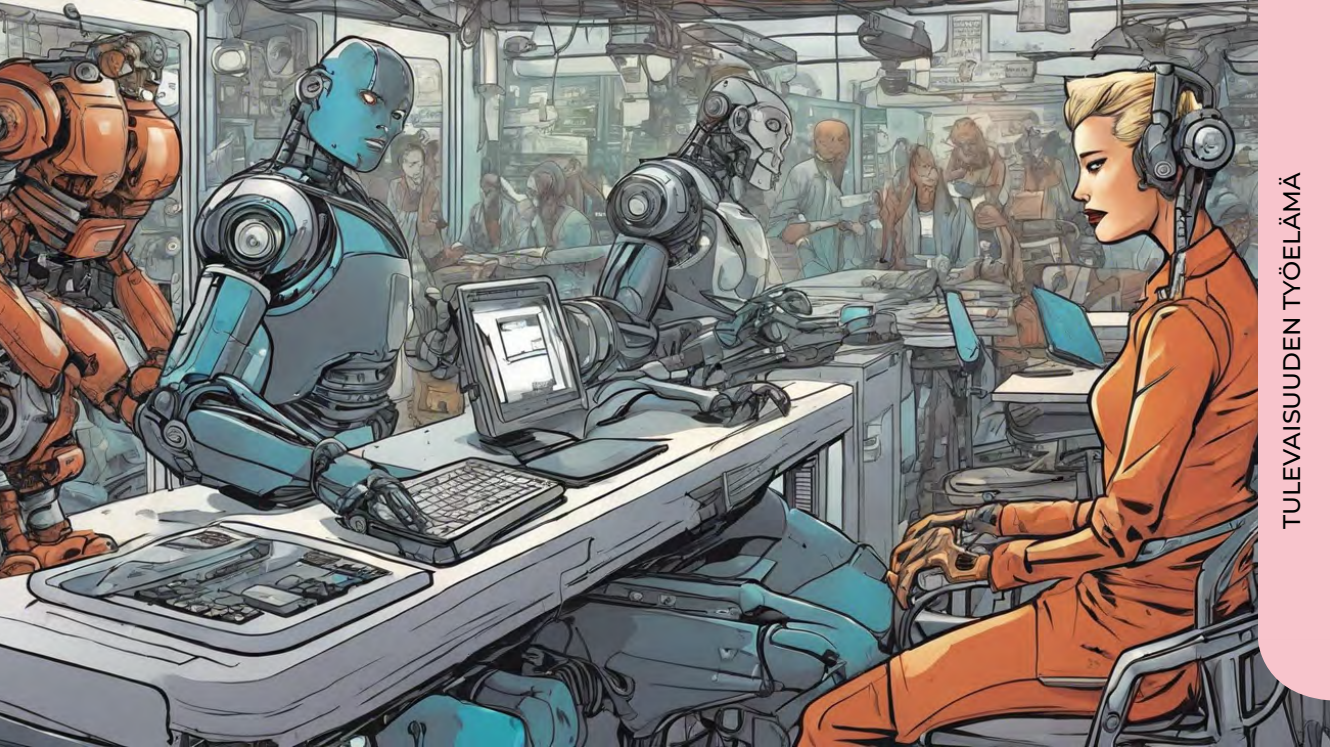
Toteutus:

Nuorille tärkeitä ja merkityksellisiä asioita voi kartoittaa esimerkiksi arvokorttipakan avulla. Tarkoituksena on tällöin löytää isosta joukosta erilaisia arvoja jokaiselle nuorelle itselleen merkityksellistä. Nuoret voivat myös keskustella ajatuksistaan muiden kanssa.

Valmentajan on hyvä korostaa nuorille tehtävän aluksi, että oikeita tai vääriä vastauksia ei ole ja että omien arvojen ei tarvitse olla samankaltaisia kuin muilla. Sen sijaan oleellista on, että nuoret löytävät ja pohtivat heille tärkeitä asioita.

Nuorille jaettava ohjeistus:

- Tutustu arvokortteihin huolellisesti ja pohdi, millaisia itsellesi tärkeitä arvoja korteissa on.
- Valitse esimerkiksi kolme sinulle tärkeää arvoa.
- Valitse ainakin yksi arvo, joka ei ole sinulle kovin tärkeä. Pohdi, miksi se ei tunnu itsellesi merkittävältä.
- Pohdi, miten sinulle tärkeät arvot näkyvät omassa elämässäsi.
- Entä miten ne näkyvät yhteiskunnassa? Pitäisikö niiden näkyä enemmän?
- Esittele valitsemasi arvot parillesi, valmentajalle tai muulle ryhmälle.
- Keskustelkaa, mitä yhteistä löysitte arvokorteista. Entä millaisia eroja huomasitte?



Tekoälylle dreamstudio.ai annettu kehoite "in the future, humans will not do paid work, but AI and robots will do most of the work").

TYÖ JA SEN TEKEMINEN TULEVASSA MAAILMASSA

Tulevaisuutta voi valmennuksessa tarkastella erilaisista näkökulmista osallistujien tarpeista ja toiveista riippuen. Yksi näkökulma voi olla työelämä ja sen mahdolliset muutokset sekä siihen liittyvät toiveet ja huolet. Tämä voi olla kiinnostava aihe esimerkiksi silloin, kun nuorilla on ajan-kohtaisia ajatuksia työllistymisestä tai koulutusalan valinnasta. Tällöin on otollista pohtia yhdessä, millaiseksi työelämä voisi tulevaisuudessa kehittyä ja millaisen työelämän roolin nuoret kokevat toivottavana.

Joskus nuoret saattavat kokea työelämän pohtimisen ahdistavana. Näin voi käydä, jos esimerkiksi oma alan valitseminen on pahasti hukassa tai työllistyminen ylipäättään tuntuu liian kaukaiselta tavoitteelta. Tällöin on syytä harkita, onko aihetta tarpeellista käsitellä valmennuksen yhteydessä.

Tulevaisuusvalmennuksessa voi hyvinkin yksityiskohtaisesti perehtyä esimerkiksi tiettyyn ammattialaan ja sen tulevaisuuden näkymiin tai vaikkapa alaan liittyviin koulutushakuihin, jos nuorilla riittää tähän intoa. Toisaalta työelämää voi hyvin yleisellä tasolla: Miten työelämä (ja yh-

teiskunta muutenkin) voi muuttua esimerkiksi teknologian kehityksen myötä? Millaiset muutokset olisivat toivottavia ja millaiset taas epämieluisia? Miten esimerkiksi megatrendit voisivat näkyä tulevaisuuden ammateissa?

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Millainen oma työsi voisi olla esimerkiksi 10 vuoden kuluttua? Millä tavoin se voisi olla erilaista kuin nyt? Entä millä tavoin samanlaista?
2. Mitä kaikkea osaamista tunnistat itselläsi olevan? Miten voisit soveltaa omaa osaamistasi tulevaisuuden muutosten keskellä?
3. Millaisesta osaamisesta voisi olla hyötyä omassa työssäsi tulevaisuudessa? Miten voisit hankkia kyseistä osaamista?

Harjoitus 1: Millainen tulevaisuuden työelämä on?

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Lista tulevaisuuden työelämätaidoista.

Tavoite: Tämän harjoituksen tarkoitus on tutustuttaa nuoret tulevaisuuden osaamistarpeisiin ja keskustella siitä, miltä tulevaisuuden työelämä voisi näyttää ja millaisia uusia ammatteja voisi mahdollisesti syntyä tulevina vuosina.

Toteutus:

Harjoituksen alussa valmentajan on hyvä korostaa nuorille, että työelämässä tulevaisuudessa tapahtuvat muutokset eivät suinkaan synny tyhjästä, vaan uudenlaisia työnkuvia voi nousta esiin esimerkiksi megatrendien tuomien muutosten seurauksena.

Valmentaja voi käyttää harjoituksen taustamateriaalina oikeastaan mitä tahansa julkaisua, jossa kuvataan ennakoituja tulevaisuuden osaamistarpeita. Soveltuvia ajankohtaisia listauksia löytyy esimerkiksi nettihaualla ”tulevaisuuden top 10 työelämätaidot”.

On hyvä tiedostaa, että tulevaisuuden osaamistarpeita käsittelevät listaukset saattavat tuntua nuorista vaativilta tai vaikeilta. Tulevaisuusvalmennuksessa näitä listoja ei ole tarkoitus esittää minkäänlaisena absoluuttisena ihanteena tai totuutena, vaan niistä voidaan avoimesti keskustella ja esittää mielipiteitä.

Harjoituksessa on tärkeää mahdollisimman vapaa keskustelu, jossa myös omat huolenaiheet ja turhautumisen voi tuoda esille. Mitä nuoret ajattelevat esimerkiksi siitä, että vaatimukset ja osaamistarpeet tuntuvat lisääntyvän jatkuvasti? Entä millaisia ajatuksia herättävät nopeasti etenevät muutokset ja niistä seuraava ajatus jatkuvasta oppimisesta?

Nuorille jaettava ohjeistus:

- Tutustu eri lähteistä koottuun listaukseen tulevaisuuden osaamistarpeista.
- Pohdi, millaisia ajatuksia se herättää.
- Tuntuuko listaukseen perustuva tulevaisuuden työelämä uhkaavalta vai miellyttävältä? Miksi?
- Millaiset asiat tekisivät tulevaisuuden työelämästä enemmän miellyttävän kuin epämiellyttävän? Mitkä asiat voisivat säilyä ennallaan ja mitkä muuttua erilaiseksi tulevaisuudessa?
- Millaisia ajatuksia vaatimus jatkuvasta oppimisesta herättää?
- Mitä listalla olevista taidoista sinulla jo on? Pienetkin asiat kannattaa mainita!



Tekoölylle dreamstudio.ai annettu kehote "distant future game meteorite".

Harjoitus 2: Millainen on oma osaamisidentiteettisi?

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Lista tulevaisuuden työelämätaidoista.

Tavoite: Tässä harjoituksessa keskitytään tarkastelemaan osaamista, joka nuorilla jo on, ja vahvistamaan nuorten käsitystä omasta osaamisidentiteetistään. Mikään osaaminen ei ole merkityksetöntä eikä liian vähäpätöistä! Tavoitteena on, että pohdiskelu vahvistaa nuorten itsetuntemusta ja auttaa tulevaisuuden suunnitelmien ja cv:n tekemisessä sekä työhaastatteluun valmistautumisessa. Harjoitus auttaa heitä myös ymmärtämään, osaamista kertyy kaikista elämänvaiheista ja erilaisista ympäristöistä.

Toteutus:

Ennen harjoitusta valmentaja korostaa, että ihmisen osaamisidentiteetti kehittyy koko ajan. Nuoret muodostavat käsityksen omasta osaamisidentiteetistään pohtimalla, millaista osaamista heille on kertynyt tähän mennessä ja missä he ovat tietoja ja taitoja oppineet. Tärkeää on myös miettiä, millaista osaamista he haluaisivat hankkia tulevaisuudessa ja mistä he voivat sitä hankkia.

Tuloksena muodostettavaan osaamisidentiteettiin voi palata myöhemmin. Sitä voi myös täydentää ja muokata valmennuksen aikana.

Nuorille jaettava ohjeistus:

- Ota tyhjä paperi ja sijoita sille itsesi esimerkiksi piirtämällä tai kirjoittamalla oma nimesi.
- Lisää paperille oman elämäsi eri osa-alueita (esimerkiksi työ, opiskelu, harrastukset, kurssit, varusmies- tai siviilipalvelus, vapaaehtoistyö ja niin edelleen).
- Pohdi jokaisen osa-alueen kohdalla, millaisia asioita olet sen yhteydessä oppinut. Listaa asioita osa-alueiden kohdalle. Määrällistä tavoitetta ei ole, ei myöskään ylärajaa!
- Siirrä katse tulevaisuuteen. Millaista osaamista haluaisit oppia tai mitä olemassa olevia taitoja haluaisit kehittää lisää?

- Pohdi lisäksi yksin tai muiden kanssa, millaisissa tilanteissa tai mistä uutta osaamista voisi hankkia? Millaisia tekoja osaamisen hankkiminen voisi edellyttää?
- Esittele työsi valmentajalle tai muille osallistujille.

Harjoitus on sovellus osaamisidentiteettiharjoituksesta, joka on kehitetty Osata-hankkeessa. Harjoitukseen voi tutustua osoitteessa osaamismatkalla.fi/materiaalit/sampo-osaaminen.



Tekoälylle dreamstudio.ai annettu kehoite "distant future working life different future skill".

KUKA MINÄ ITSE OLEN, MISTÄ TULEN JA MIHIN OLEN MENOSSA?

Edellisten osioiden harjoituksissa tulevaisuutta on tarkasteltu pääasiassa yleisellä tasolla, esimerkiksi yhteiskunnan tai työelämän näkökulmasta. Aiempien kokemusten mukaan nuorten on helpompi aloittaa tulevaisuuden pohtiminen yleiseltä tasolta ja katsoa asiaa henkilökohtaisesta elämästä käsin. Erityisesti valmennuksen alussa saattaakin olla hyvä idea keskittyä yleisemmän tason keskusteluun. Toisaalta ennen pitkää valmentajan kannattaa ohjata nuoria pohtimaan tulevaisuutta heidän oman tilanteensa ja itsensä kautta.

Hyvä itsetuntemus on valtavan tärkeä asia, kun pohditaan tulevaisuutta ja omaa roolia siinä. Mitä paremmin nuoret ymmärtävät esimerkiksi omia vahvuuksiaan ja osaamistaan nykyhetkessä, sitä helpompi heidän on hahmottaa henkilökohtaisia polkuja tulevaisuuteen. Kun nuoret oivaltavat, että heille on jo tähän mennessä kertynyt monenlaisia taitoja ja positiivisia ominaisuuksia, heidän itseluottamuksensa ja samalla luottamus omaa tulevaisuutta kohtaan vahvistuvat. Omat vahvuudet ja osaaminen antavat hyvän kontekstin yleisen tason tulevaisuuspohdinnoille. Esimerkiksi megatrendejä voi hyvin tarkastella sellaisista näkökulmista, jotka voisivat synnyttää omaan osaamiseen sopivia mahdollisuuksia tulevinä vuosina.

Hyvä itsetuntemus liittyy tulevaisuusvalmiuksiin myös siten, että se vahvistaa nuorten resilienssiä eli kykyä sopeutua erilaisiin muutoksiin. Valmennuksessa on hyvä tuoda esille, että mahdollisia tulevaisuuksia on lähes loputon määrä ja että erittäin suurella todennäköisyydellä nuoret joutuvat kohtaamaan muutoksia, joita kukaan ei osaa odottaa. Vahva resilienssi auttaa löytämään uudenlaisia mahdollisuuksia tällaisten muutosten keskellä. Mukautumista yllättäviinkin ilmiöihin helpottaa selkeä käsitys omasta itsestä ja osaamisesta. Tämä auttaa myös näkemään ilmiöiden luomat mahdollisuudet, ei pelkästään ahdistavia uhkakuvia.

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Millaisia vahvuuksia sinulla on? Miten ne voivat auttaa sopeutumaan erilaisiin muutoksiin tulevaisuudessa?
2. Millainen on oma resilienssisi? Millaisiin muutoksiin sinun on helppo sopeutua? Entä millaiset muutokset aiheuttavat haasteita?
3. Miten voit helpottaa omaa oloasi silloin, kun tulevaisuus tai isot muutokset aiheuttavat ahdistusta?

Harjoitus 1: Omien vahvuuksien tunnistaminen

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1 tuntia

Tarvikkeet: Mikä tahansa vahvuuskorttipakka. Valmentaja etsiä netistä erilaisia vaihtoehtoja.

Tavoite: Miettiä omia vahvuuksiaan ja pohtivat, miten niitä voisi hyödyntää tulevaisuudessa. Tavoitteena on, että jokainen nuori löytää vähintään yhden, mutta mielellään muutaman, vahvuuden.

Toteutus:

Nuoret tarkastelevat yhdessä valmentajan ja muiden osallistujien kanssa erilaisia vahvuuksia ja pyrkivät tunnistamaan omat vahvuutensa. Tukena voi käyttää vahvuuskorttipakkaa tai erilaisia vahvuuslistauksia, joita voi muokata nuorille sopiviksi.

Nuorille jaettava ohjeistus:

- Valitse yksi tai useampi korttipakasta löytyvä vahvuus.
- Pohdi, miten valitsemasi vahvuus näkyy elämässäsi.
- Pohdi myös, miten voisit hyödyntää valitsemaasi vahvuutta esimerkiksi työelämässä tai opinnoissa.
- Tämän jälkeen etsi korttipakasta vielä yksi tai useampi sellainen vahvuus, joita haluaisit kehittää.
- Voit pohtia myös yhdessä muiden kanssa, miten ja missä näitä vahvuuksia hankkia tai kehittää.

Valmentajan tehtävä harjoituksessa on kannustaa ja keskustella aktiivisesti osallistujien kanssa. Joskus yhdenkin vahvuuden löytäminen voi viedä aikaa ja tuntua nuoresta hankalalta. Jos osallistujat ovat tuttuja, valmentaja voi keskustelemalla vinkata jonkin heissä tunnistamansa vahvuuden.

Harjoitus 2: Seikkailutoiminta tulevaisuususkon ja taitojen edistäjänä

Esimerkki harjoituksen kestosta: Riippuu ryhmän valitsemasta seikkailutoiminnan luonteesta. Suositeltavaa on käyttää harjoitukseen reilusti aikaa, jotta nuoret ehtivät uppoutumaan seikkailutoimintaan kunnolla. Toiminnan kesto voi tavoitteista ja käytettävissä olevista resursseista riippuen vaihdella muutamista tunneista useisiin päiviin.

Tarvikkeet: Riippuu ryhmän valitsemasta seikkailutoiminnan luonteesta.

Tavoite: Tämän harjoituksen tavoitteena on vahvistaa osallistujien toimijuutta sekä tarjota heille itsensä haastamisen ja onnistumisen kokemuksia. Uusien asioiden kokeilu uudessa ympäristössä innostaa, vahvistaa nuorten minäpystyvyyttä ja tukee osaamisidentiteetin rakentumista.

Toteutus:

Tässä harjoituksessa tulevaisuusvalmennus yhdistyy seikkailu- ja elämyspedagogiseen toimintaan. Nuoret voi viedä esimerkiksi vaellukselle, melomaan tai pyöräilyretkelle.

Toiminta voi olla myös pienimuotoisempaa, esimerkiksi muutaman tunnin makkaranpaistoretki läheiselle nuotiopaikalle. Olennaista on, että poistutaan arjen tutuista ympäristöistä ja että valmentaja antaa osallistujille vastuuta toiminnan ideoinnista, suunnittelusta sekä käytännön toteutuksesta.

Valmentajan tehtävänä on kannustaa osallistujia, antaa heille palautetta ja tukea ryhmän tavoitteiden toteutumista. Reflektion tukena voi käyttää seikkailukasvatukselle ominaisen itse- ja ryhmäreflektion ohella tulevaisuususkon ja -taitojen ympärille rakennettuja kysymyksiä ja tehtäviä.

Seikkailutoiminnan valmistelujen aikana voi hyvin tehdä nuorten kanssa esimerkiksi tämän oppaan lämmittelytehtäviä tai pohtia suunnitellun seikkailun yhteyttä esimerkiksi heidän omiin tulevaisuusvalmiuksiinsa, itsetuntemukseensa ja resilienssiinsä. Apuna voi käyttää myös Tulevaisuusvalmiuksien mittari-kyselylomaketta.

Esimerkkejä pohdintakysymyksistä osallistujille seikkailutoiminnan aikana:

Osaamisidentiteetti: Millaisia uusia oivalluksia olet saanut omasta osaamisestasi? Huom! Pienetkin asiat ovat tässä merkittäviä!

Arvot: Millaisia asioita ja arvoja pidät tärkeänä? Miten ne ovat näkyneet seikkailun aikana?

Resilienssi: Millaisia haastavia tai yllättäviä tilanteita olet kohdannut seikkailun aikana? Miten olet käsitellyt niitä?

Minäpystyvyys: Millaisia onnistumisen kokemuksia olet saanut? Millaisia vahvuuksia olet huomannut itsessäsi? Entä muissa osallistujissa? Mitä olet oppinut seikkailun aikana itsestäsi? Entä muista osallistujista?

Huom! Valmentajan kannattaa tarkkailla toimintaa aktiivisesti ja kiinnittää huomiota osallistujien erilaisiin vahvuuksiin.

Tämän oppaan harjoituksista isoa osaa voidaan hyvin soveltaa ulkona luonnossa tai muussa ympäristössä. Valmentajan kannattaa kuitenkin huomioida seikkailutoiminnan fyysinen ja henkinen kuormitus. Väsyneen ja nälkäisen ryhmän kanssa ajatukset kannattaa suunnata tulevaisuuden sijaan nykyhetkensä toimimiseen.



Tekoälylle Wepik annettu kehoite "amazing future forest adventure trip walk."

MILLAINEN MATKA OLIKAAN JA MIHIN SE JATKUU NYT?

Osallistujien tilanteesta sekä käsiteltävistä sisällöistä riippuen tulevaisuusvalmennuksen kesto voi vaihdella huomattavasti. Esimerkiksi nuorten palveluissa, joissa ohjaussuhteet ovat lyhyempiä, valmennus voi sisältää vaikkapa vain pari tapaamiskertaa, joihin valmentaja voi poimia tästä oppaasta muutaman sopivan harjoituksen. Toisaalta esimerkiksi nuorten työpajalla tai muussa vastaavassa pitkäkestoisessa ohjausprosessissa tulevaisuusvalmennus voi kestää hyvin useita kuukausia. Ennen aloitusta valmentajan tehtävä on suunnitella kokonaisuus niin, että se on toteutettavissa käytettävissä olevan ajan puitteissa.

On tärkeää, että jokaiselle valmennukselle on määritetty selkeä alku ja loppu. Tällöin on mahdollista tarkastella, miten nuoret edistyvät sovitun valmennusjakson aikana. Valmennuksen päättyessä valmentaja voi yhdessä nuoren kanssa käydä läpi, miten sovitut tavoitteet ovat onnistuneet ja pohtia myös valmennuksen jälkeisiä toimenpiteitä. Totta kai prosessia on myös mahdollista jatkaa uudessa tulevaisuusvalmennuksessa, jos se tuntuu oikealta ratkaisulta.

Seuraavilla sivuilla on harjoituksia ja käytännön vinkkejä, jotka helpottavat yhteenvedon tekoa valmennuksen päättyessä. Mukana on myös lista kysymyksiä, joiden avulla nuorten kanssa voi pohtia läpikäytyä prosessia sekä reflektoida sen aikana syntyneitä ajatuksia ja oivalluksia.

Pohdintakysymyksiä valmentajalle:

1. Millaisia odotuksia sinulla oli ennen tulevaisuusvalmennusta? Toteutuivatko ne? Yllättikö jokin asia valmennuksen aikana?
2. Miten tulevaisuusvalmennus vaikutti omaan tulevaisuusajatteluusi? Tapahtuiko jotain muutosta?
3. Onko tulevaisuusvalmennuksessa jotain sellaista, jota voisit hyödyntää myös muussa työssäsi?

Harjoitus 1: Tulevaisuusvalmiuksien mittaaminen

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–2 tuntia

Tarvikkeet: Tulevaisuusvalmiuksien mittari -kyselylomake. Lomakkeen voi ladata maksutta täältä julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus.

Tavoite: Kartoittaa nuorten tulevaisuuteen liittyviä ajatuksia sekä heidän tulevaisuusvalmiuksiaan valmennuksen päätyessä.

Toteutus:

Tulevaisuusvalmennuksen ensimmäiseksi harjoitukseksi ehdotettiin tulevaisuusvalmiuksia mittaavaa kyselylomaketta. Sama lomake toimii erinomaisesti myös valmennuksen lopetusvaiheessa. Nuoria voi pyytää täyttämään lomakkeen kotitehtävänä ennen viimeistä valmennustapaamista, mutta se voidaan täyttää myös yhdessä viimeisen tapaamisen aikana. Lomakkeen pohjalta voidaan muistella läpikäytyä valmennusta ja nostaa esiin sen aikana syntyneitä ajatuksia ja oivalluksia tulevaisuuteen liittyen.

Jos osallistujat ovat täyttäneet lomakkeen myös valmennuksen alussa, on hyvä ajatus verrata alun ja lopun lomakkeita toisiinsa ja pohtia yhdessä valmennuksen aikana tapahtunutta muutosta. Ovatko nuorten tulevaisuusvalmiudet edistyneet? Millaisia ajatuksia lomakkeen kysymykset heissä herättävät? Onko heidän omissa tulevaisuusvalmiuksissaan sellaisia asioita, joita olisi syytä vielä työstää ja kehittää valmennuksen päättymisen jälkeen? Millaisia toimenpiteitä niiden eteen voisi käytännössä tehdä?

Tämän reflektointivaiheen voi toteuttaa käytännössä monella eri tavalla, ja sopiva menetelmä riippuu aina tilanteesta ja osallistujista. Syntyneiden ajatusten ja oivallusten reflektointi on kuitenkin äärimmäisen tärkeä osa valmennusta, joten sille kannattaa varata riittävästi aikaa.

Harjoitus 2: Seuraavat askeleet tulevaisuuspolulla

Esimerkki harjoituksen kestosta: 30 minuuttia–1,5 tuntia

Tarvikkeet: Muistiinpanovälineet

Tavoite: Käydä jokaisen nuoren kanssa loppukeskustelu ja antaa hänelle mahdollisuus antaa palautetta valmennuksesta. Samalla pohditaan myös nuoren seuraavia askeleita valmennuksen jälkeen.

Toteutus:

Loppukeskustelu on hyvä paikka tehdä nuorelle itselleen näkyväksi saavutetut tulokset ja pohtia yhdessä valmennuksen jälkeen seuraavia askeleita. Loppukeskustelu on mahdollista toteuttaa joko jokaisen nuoren kanssa kahden kesken tai ryhmäkeskusteluna, jolloin nuoret voivat toimia vertaistukena toisilleen. Valmentaja voi myös yhdistellä näitä lähestymistapoja.

Alla on esimerkkejä kysymyksistä, joita valmentaja voi hyödyntää loppukeskustelun runkona.

1. Millaisia odotuksia nuorilla oli ennen valmennuksen aloittamista?
2. Miten odotukset täyttyivät? Muuttuivatko ne valmennuksen aikana?
3. Mikä oli valmennuksessa parasta?
4. Mikä oli valmennuksessa vähiten mieluista? Mitä olisi pitänyt tehdä eri tavoin?
5. Mitkä ovat esimerkiksi kolme tärkeintä lopputulosta valmennukseen osallistumisesta?
6. Jäikö valmennuksessa käsittelemättä jokin tärkeä näkökulma tai asia?
7. Jäikö jonkin asian työstäminen kesken valmennuksessa? Miten sen parissa voisi jatkaa valmennuksen jälkeen?
8. Mitkä ovat valmennuksen jälkeiset tärkeimmät konkreettiset askeleet kohti omaa toivottua tulevaisuutta?
9. Mitä konkreettisia tekoja nuoret aikovat seuraavaksi tehdä oman tulevaisuutensa eteen?

LOPUKSI

Kun tulevaisuusvalmennus on ohi, on aika prosessin päättämiseksi ja yhteenvedolle. Tämä on tärkeä vaihe valmennuksessa niin nuorille kuin valmentajallekin. Osallistuneiden nuorten kanssa käydyistä loppukeskusteluista valmentaja saa arvokasta palautetta omasta työstään. Mikä toimi erityisen hyvin osallistujien mielestä? Olisiko jotain pitänyt tehdä eri tavoin? Mihin tulisi erityisesti kiinnittää huomiota seuraavaan valmennukseen valmistautuessa?

Tätä saatua palautetta ja nuorten esiin nostamia näkökulmia kannattaa ehdottomasti hyödyntää uusien ryhmien tai yksilövalmennettavien kanssa. Suosittelemme lisäksi pyytämään palautetta läpikäydyistä valmennusprosessista myös muilta nuorten kanssa työskenteleviltä ammattilaisilta. He osaavat usein nostaa esiin hyödyllisiä havaintoja ja ajatuksia, joita nuoret eivät itse välttämättä tule sanoneeksi.

Omasta puolestamme haluamme kiittää siitä, että päätit hyödyntää tulevaisuusvalmennusta omassa työssäsi. Toivomme, että kokemus oli antoisa sekä sinulle itsellesi että valmennuksessa mukana olleille nuorille. Samalla toivomme, että onnistuit löytämään itsellesi tulevaisuusvalmennuksesta sellaisia työkaluja, jotka voit ottaa pysyväksi osaksi omaa ohjaustyötäsi. Kaikkea hyvää sekä sinulle että nuorille tulevilla tutkimusretkillä tulevaisuuden kiehtoviin ja arvaamattomiin mahdollisuuksiin!

Antti Rantaniva ja Ville Eerikäinen

Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juvenia

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

LUKUVINKKEJÄ

Näiden lukuvinkkien avulla valmentaja voi jatkaa tulevaisuusteemaan perehtymistä. Niihin perehtyminen ei missään nimessä ole edellytys tulevaisuusvalmentamiselle, mutta materiaali antaa varmasti paljon ideoita, joita voi hyödyntää nuorten kanssa valmennuksissa.

Lahden Diakonialaitos: Tulevaisuusvalmennus. Osoitteessa: <https://dila.fi/tyollisyyspalvelut-ja-koulutus-tulevaisuusvalmentaja/> [23.4.2024].

Dufva M. & Rekola, S. 2023. Megatrendikatsaus 2023. Ymmärrystä yllätysten aikaan. Sitran selvityksiä 224. Osoitteessa: https://media.sitra.fi/app/uploads/2023/01/sitra_megatrendit-2023_ymmarrysta-yllatysten-ai-kaan.pdf [23.4.2024].

Sitra: Tulevaisuussanasto. Osoitteessa: <https://www.sitra.fi/tulevaisuus-sanasto/> [23.4.2024].

Linturi, R. & Kuusi, O. 2018. Suomen sata uutta mahdollisuutta 2018–2037. Yhteiskunnan toimintamallit uudistava radikaali teknologia. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 1/2018. Osoitteessa: https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_1+2018.pdf [23.4.2024].

Lasten ja nuorten säätiö: Tulevaisuuskoulu. Osoitteessa: <https://www.nuori.fi/toiminta/tulevaisuuskoulu/> [23.4.2024].

Turun yliopiston tulevaisuuden tutkimuskeskus: Tulevaisuusohjaus, harjoituksia ja materiaalia. Osoitteessa: <https://tulevaisuusohjaus.fi/> [23.4.2024].

Aalto, H-K., Heikkilä, K., Keski-Pukkila, P., Mäki, M. & Pöllänen, M. (toim.) 2022. Tulevaisuudentutkimus tutuksi – Perusteita ja menetelmiä. Tulevaisuuden tutkimuskeskus, Turun yliopisto. Osoitteessa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-249-563-1> [23.4.2024].

LÄHTEET

Cederlöf, P. 2017. Eetos, ihminen ja etiikka – näkökulmia nuorisotyöstä ja nuorisotyölle. Teoksessa Hoikkala, T. & Kuivakangas, J. (toim.) Kenen nuorisotyö? Yhteisöpedagogiikan kentät ja mahdollisuudet. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja 42, Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 196, 52–74.

Haapala, A. (toim.) 2002. Tulevaisuuskasvatus. PS-kustannus, Jyväskylä.

Huizinga, J. 1984. Leikkivä Ihminen: Yritys kulttuurin leikkiaineeksi määrittämiseksi. Helsinki: WSOY.

Kiilakoski, T. (toim.) 2022. Kestävää tekoa. Nuorisobarometri 2021. Valtion Nuorisoneuvosto, Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2022/03/nuorisobarometri-2021-web.pdf> [viitattu 18.10.2023].

Lasten ja nuorten säätiö Evry. 2022. ”Toiveikas ja pelottava” – Selvitys nuorten tulevaisuussuskosta 2022. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://wordpress.nuori.fi/wp-content/uploads/2022/07/Selvitys-tulevaisuussuskosta-2022.pdf> [viitattu 18.10.2023].

Ollila, J., Hujala, T. Tulevaisuustaidot ja tulevaisuusoppiminen. Teoksessa: Aalto, H-K., Heikkilä, K., Keski-Pukkila, P., Mäki, M. & Pöllänen, M. (toim.) 2022. Tulevaisuudentutkimus tutuksi – Perusteita ja menetelmiä. Tulevaisuuden tutkimuskeskus, Turun yliopisto. Osoitteessa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-249-563-1> [viitattu 23.10.2023].

Sitra 2024a. Tulevaisuussanasto: Megatrendi. Osoitteessa: <https://www.sitra.fi/tulevaisuussanasto/megatrendi/> [viitattu 19.2.2024].

Sitra 2024b. Tulevaisuussanasto: Resilienssi. Osoitteessa: <https://www.sitra.fi/tulevaisuussanasto/resilienssi/> [viitattu 19.2.2024].

LIITE



Porrassalmenkatu, Mikkeli 1908. M. L. Carstens, 1908. Museovirasto. Historian kuvakokoelma, M. L. Carstensin kokoelma. <https://www.finna.fi/Record/museovirasto.602C8956C536C414F0C6856CA44266F7?-sid=4667582343>



Porrassalmenkatu, Mikkeli 2022. Ville Eerikäinen, 2022. Lataa kuva julkaisun verkkosivuilta julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus.



Mustavalkoinen muokattu kaupunkimaisema: Ville Eerikäinen, 2022. Lataa kuva julkaisun verkkosivuilta julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus.

Miten tulevaisuutta kannattaa käsitellä nuorten kanssa? Entä miten heidän tulevaisuusajatteluaan ja -uskoaani voisi vahvistaa? Tässä oppaassa esiteltävä tulevaisuusvalmennus antaa eväitä muun muassa näiden kysymysten ratkomiseen. Valmennus on ryhmä- ja yksilövalmennuksesta muodostuva ohjauksellinen kokonaisuus, jonka aiheita ovat tulevaisuus ja sen tarkastelu sekä yleisestä että henkilökohtaisesta näkökulmasta.

julkaisut.xamk.fi/materiaali/tulevaisuusvalmennus



XAMK
OPPIMATERIAALIT