



**HÖNTSÄÄ NUORILLE
- MIKSI JA MITEN?**



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Nuorisoseurat



LUKIJALLE

Tämän materiaalin tarkoituksena on tutustuttaa siihen, mitä höntsätoiminta on ja rohkaista järjestämään sellaista myös omassa paikallisseurassa.

Höntsä! - Silta eteenpäin -hanke on toiminut ajalla 2/2018-2/2021. Hankkeen tavoitteena on ollut edistää matalan kynnyksen harrastamista ja näin ollen myös hyvinvointia nuorten ja nuorten aikuisten keskuudessa.

Loppujulkaisuna hankkeesta on toteutettu verkkosivusto

www.hontsaopas.fi

TSEMPPIÄ HÖNTSÄILYN TOTEUTTAMISEEN!
OLETTE HYVÄLLÄ ASIALLA!

SISÄLLYS

4. Määritelmiä höntsästä
5. Miksi järjestää Höntsätoimintaa omassa seurassa?
6. Ohjaamisen merkityksellisyys
7. Höntsätoiminnan hyödyt - yhteenveto
8. Miten järjestää Höntsätoimintaa omassa seurassa?
9. Palvelukenno - toiminnan starttaamisen ABC
10. Tavoite
12. Yhteistyö
14. Markkinointi
16. Kohderyhmä
18. Toiminta
22. Suunnittelun tueksi

MÄÄRITELMIÄ HÖNTSÄSTÄ

"Iloa tuottavaa ja hyvinvointia edistävää, avointa ja yhdenvertaista harrastustoimintaa. Mukaan pääsee taitotasosta ja varallisuudesta huolimatta."

"Mahdollistaa kivan yhdessäolon ja rennon tekemisen liikunnan, taiteen, luovuuden tai kulttuurin parissa ohjatusti tai oma-aloitteisesti."

"Leikkimielistä, ei niin vakavissaan tehtävää toimintaa, josta puuttuu kilpailu ja auktoriteettijohtoinen toiminta."

"Perinteinen höntsäily yhdistetään usein höntsäjalkapalloon tai höntsäkiekkoiiluun. Höntsäily voi kuitenkin olla kaikenlaista muutakin liikunnasta ja perinteistä poikkeavaa!"

Lähde: Projektisuunnitelma ja Höntsä - Silta eteenpäin! -hankkeen kotisivut.

KOHDERYHMÄNÄ

16-25-VUOTIAAT NUORET JA NUORET AIKUISET

Haluaisin tuunata kavereiden kanssa vaatteita, mutta missään ei ole sille tilaa.

Voisikohan joku opettaa mua ja mun kavereita improomaan?

En jaksa enää harrastaa tavoitteellista tanssia. Mitä voisin tehdä?

Kaipaen rentoa liikkumista, ihan fiilispohjalta.

Olisi kiva saada meidän mopokerholle joku kokoontumispaikka. Sisällä voisi juoda kahvit ja ulkona rempata?

Mä en oikein tiedä mitä harrastaa, mut ainakin olis mukava hengata kavereiden kanssa jossain.

MITÄ HÖNTSÄ ON?

- Toimintaa, joka on nuorilähtöistä
 - > Nuoret ovat mukana ideoinnissa ja järjestämisessä
 - > Toiminnassa otetaan huomioon nuorten tarpeet
- Toimintaa
 - > jossa ei ole kilpailua ja suorituspaineita
 - > joka on edullista tai ilmaista
 - > joka on nuorten itse ohjaamaa ja/tai
 - > jota aikuinen on mahdollistamassa/fasilitoimassa
 - > jossa toteutuu omaehtoisuus, kokemus kyvykkyydestä ja yhteisöllisyys

MIKSI JÄRJESTÄÄ HÖNTSÄ-TOIMINTAA OMASSA SEURASSA?

- Harrastustakuu-yhdenvertaisuuden asialla -julkaisun tuloksia: (Nuorisotutkimusseura 2019)
 - Lapset ja nuoret kaipaavat omaehtoista harrastustoimintaa
 - Kysynnän ja tarjonnan suhteen on kohtaamattomuutta.
 - > Omaehtoista toimintaa tulisi siis mahdollistaa enemmän!
- "Nuoret on tulevaisuus! Seuran toiminta ei jatku ilman nuoria, joten jatkuvuus on seurojen porkkana. Seuralle innostava ja kiinnostava aihe. Nuorilähtöinen toiminta saa mukaan uusia nuoria ja saa tekemisestä freesimpää, joka pysyy tässä ajassa."

Lähde: Nuoret vaikuttajat -ryhmä 2020-2021

OHJAAMISEN MERKITYKSELLISYYS

- Höntsä - Silta eteenpäin! -hankkeessa tehtiin kesällä 2020 kysely lasten ja nuorten harrastetoiminnan ohjaajille ja valmentajille
- Kyselyyn vastasi 34 ohjaajaa, heistä iso osa toimi vastaus-hetkellä joko Nuorisoseuroilla tai YMCA:lla.
- Useat kysymyksistä olivat monivalintoja, joihin vastattiin asteikolla 1-5.
 - 1: täysin eri mieltä
 - 2: eri mieltä
 - 3: ei eri enkä samaa mieltä
 - 4: samaa mieltä
 - 5: täysin samaa mieltä

TULOKSIA

Suluissa olevat luvut ovat kyselyn keskiarvoja

- Saan olla samanhenkisten ihmisten kanssa tekemisissä (4,3)
- Saan mielekästä tekemistä vapaa-aikana (3,8)
- **Saan toimia itselleni tärkeän harrastuksen parissa (4,9)**
- Ohjaajana tai valmentajana toimiminen on luonteva jatke omalle harrastustoiminnalle (4,5)
- **Voin jakaa eteenpäin hyviä kokemuksia, joita olen itse harrastuksen kautta saanut (4,8)**
- Ohjaaminen tai valmentaminen antaa merkitystä elämäni (4,3)
- Oma itsetuntoni kasvaa, kun onnistun ohjaamaan ryhmää hyvin (3,9)
- Ryhmähengen kokeminen on kiehtovaa (4,5)



HÖNTSÄTOIMINNAN HYÖDYT - YHTEENVETO

- Nuori
 - Saa kokea pystyvyyttä, omaehtoisuutta ja yhteisöllisyyttä.
 - Saa mielekästä vapaa-ajan tekemistä ilman pelkoa suorittamisesta tai kilpailusta.
 - Saa lisää hyvinvointia arkeensa.
 - Saa vertaisohjaajuudesta itseluottamusta ja työelämätaitoja.
 - Saa muita ohjatessaan luontevan polun jatkaa harrastustaan, ilman että täytyy sitoutua tuloksellisuuteen.
- Seura
 - Yhdistyksen toiminta ja alueellinen vaikuttavuus lisääntyy
 - Monipuolisempi toiminta
 - Enemmän jäseniä
 - Hyvinvointivaikutuksien luominen nuorille
 - Nuoret luovat yhdistystoiminnan tulevaisuutta.

MITEN JÄRJESTÄÄ HÖNTSÄTOIMINTAA OMASSA SEURASSA?



PALVELUKENNO - TOIMINNAN STARTTAAMIEN ABC

- Höntsätoiminnan palvelukkenno muodostuu viidestä eri kategoriasta: tavoitteesta, yhteistyöstä, markkinoinnista, kohderyhmästä ja toiminnasta.
- Kategoriat eivät ole tarkkarajaisia vaan limittyvät osittain toisiinsa. Kuvio kuitenkin hahmottaa sitä, mitä kaikkia eri osa-alueita toiminnan käynnistymiseen ja ylläpitämiseen liittyy.
- Kunkin kategorian sisällöt on avattu seuraaville sivuilla.

TAVOITE

• Mikä on seuran tavoite?

- Seuralla voi olla henkilökohtaisena tavoitteenaan oman jäsenmäärän kasvattaminen ja oman tulevaisuuden turvaaminen
 - Onko koko seura sitoutunut tähän? Mikä sitouttaa? Paljonko ollaan valmiita laittamaan aikaa, työpanosta ja mahdollisesti rahaa?
- Oma tavoite kannattaa konkretisoida esim. numeroin sekä pohtia sitä, miten tavoitteen toteutumista arvioidaan?
 - Tavoitteena 5, 15 vai 55 nuorta höntsätoiminnan pariin seuraavan vuoden aikana?
 - Monta ryhmää pyritään starttaamaan?
 - Mikä on mahdollista? Mitä tavoitteeseen pääseminen vaatii?
 - Miten muuten tavoitteen toteutumista voidaan arvioida?

• Yhteinen tavoite nuorten kanssa

- Seura toimii nuorten toiminnan mahdollistajana ja näin ollen seuralla ja nuorilla pitäisi olla yhteinen tavoite, joka luo edellytykset toiminnan onnistumiselle.
- Mikä on sellainen tavoite, jonka molemmat osapuolet voivat jakaa ja johon pyrkiä yhdessä? Esim. "mielekästä toimintaa nuorille" voi olla sellainen tavoite, jota nuoret tavoittelevat ja johon seura voisi sitoutua.
 - Mielekäs nuorten toiminta voi taas mahdollistaa sen, että seuran omakohtainen tavoite jäsenmäärän kasvattamisesta toteutuu.
- Nuorten ja seuran yhteistä tavoitetta kannattaa pohtia tarkemmin. Mikäli tavoitteena on "mielekästä toimintaa nuorille", keskustelkaa yhdessä mitä se käytännössä tarkoittaa. Miettikää myös sitä, miten voitte arvioida ja seurata tavoitteen toteutumista. Mitä tavoitteeseen pääseminen edellyttää seuralta sekä nuorilta? Mihin nuoret ovat valmiita?

• Arviointi

- Tavoitteiden saavuttamisen kannalta jatkuva arviointi on ensiarvoisen tärkeää
- Toiminnan käynnistysvaiheessa kannattaa sopia sekä kirjata ylös, miten tavoitteiden saavuttamista ja toimintaa arvioidaan.
- Kaikkien yhteistyösapuolien tulisi osallistua arviointiin.
 - Tämä tarkoittaa vähintäänkin sitä, että toimintaa ja yhteisiä tavoitteita arvioi sekä seura että nuoret.
 - Mikäli mukana on jokin muu taho, esim. kunnan nuorisopalvelut, tulee heidänkin kanssa tehdä säännöllistä arviointia. Arviointi toteutetaan sen mukaan, mitkä yhteiset tavoitteet ovat.
- Arvioinnista tulisi aina jäädä jokin dokumentti, huolimatta siitä miten itse arviointi suoritetaan. Dokumentoidut arvioinnit auttavat myös oman seuratoiminnan vaikuttavuuden arvioinnissa.
- Arvioinnin pohjalta sovitaan seuraavat askeleet ja mahdolliset korjaavat toimet.
- Onko kaikkien osapuolten tiedossa, miten ja milloin palautetta voi antaa?

TAVOITE + YHTEISTYÖ

• Yhteinen tavoite yhteistyökumppaneiden kanssa.

- Mikä on sellainen taho, jonka kanssa yhteistyön tekeminen voisi aidosti hyödyttää molempia osapuolia? Paikallinen koulu tai oppilaitos? Alueen kunnallinen nuorisotyö?
- Mikä on sellainen tavoite, jonka molemmat osapuolet voivat jakaa ja johon pyrkiä yhdessä? Voisiko "harrastustakuun toteuttaminen", "lisää nuorilähtöistä toimintaa" tai "nuorten hyvinvoinnin lisääminen" olla sellainen tavoite, johon seura sekä yhteistyötaho(t) voisivat aidosti sitoutua?
- Yhteinen tavoite kannattaa myös konkretisoida numeroin sekä pohtia sitä, miten tavoitteen toteutumista arvioidaan?
 - Tavoitteena 5, 15 vai 55 nuorta höntsätoiminnan pariin seuraavan vuoden aikana?
 - Monta ryhmää pyritään starttaamaan?
 - Mikä on mahdollista? Mitä tavoitteeseen pääseminen vaatii?
- Jotta ihmiset antavat aikaansa ja työpanostaan johonkin asiaan, täytyy heidän tuntea se itsensä / työnkuvansa puolesta merkitykselliseksi
- Yhteiset tavoitteet, jotka kaikki voivat aidosti hyväksyä ja tuntea omikseen, ovat erityisen tärkeitä

• Sitoutuminen ja luottamus

- Eri osapuolien sitoutumista toimintaan edistää tunteminen, luottamus, avoimuus ja yhteiset tavoitteet
- Seuran puolesta tulisi olla **nimetty yhteyshenkilö ns. mentori**, joka on vastuussa nuorten tukemisesta ja säännöllisestä yhteydenpidosta heidän kanssaan.
- Yhteistyön alussa kannattaa panostaa tutustumiseen, aivan kuten missä tahansa muussakin ryhmätoiminnassa! Tämä pätee sekä nuoriin että yhteistyökumppaneihin, joita voi olla vaikkapa kunnallinen nuorisotyö tai oppilaitos
- Tunteminen synnyttää luottamusta, joka yhdessä muiden osatekijöiden kanssa synnyttää sitoutumista.
 - Tunteminen edellyttää myös sitä, että myös yhteistyön edetessä kumppanit tietävät, missä vaiheessa kukin on menossa
 - Avoimuus myös epäonnistumisen kohdatessa lisää luottamusta

YHTEISTYÖ

• Säännöllisyys

- Yhteistyö nuorten ja yhteistyötahojen kanssa edellyttää säännöllisyyttä
 - Säännölliset tapaamiset ja kuulumisen vaihdot
 - Etukäteen sovittu arviointiaikataulu, jonka mukaan toimintaa arvioidaan säännöllisin väliajoin.
- Säännöllisyys lujittaa luottamusta ja edesauttaa yhteistyön rakentumista
- Rakentakaa säännöllisyyden kautta toiminnalle ja yhteistyölle hyvät ja selkeät raamit.
- Myös toiminnan näkyvyyteen ja markkinointiin on hyvä miettiä jonkinlainen aikataulu tai etenemissuunnitelma

• Ohjausalan opiskelijat

- Mikäli toiminnan starttaamisen haasteena on ohjaajapula, on yksi mahdollisuus houkutella toiminnan vetäjiksi ohjausalan opiskelijoita
 - esim. nuoriso- ja yhteisöohjaajat, yhteisöpedagogit tai sosionomit.

• Huomioita:

- Jos opiskelija tekee toiminnan ohjausta opiskeluunsa kuuluvana harjoitteluna, tulee muistaa ainakin seuraavat asiat:
 - Kuka on harjoittelun ohjaaja seurassa?
 - Mitkä ovat ohjaamisen tavoitteet, arvot ja periaatteet?
 - Mitkä ovat harjoittelijan vastuut ja mitkä seuran/harjoittelun ohjaajan?

YHTEISTYÖ + MARKKINOINTI

• Porkkanat nuorille

- Miettikää etukäteen, mitkä ovat ne teidän seuranne edut ja hyödyt, jotka nuori saa osakseen, kun hän:
 - Haluaa organisoida omaehtoista höntsätoimintaa
 - Toimii ohjaajana höntsätoimintaryhmässä
 - On mukana höntsätoimintaryhmässä rivijäsenenä

MITEN SAADA NUORET KINNOSTUMAAN?

Sitaatit: Nuoret vaikuttajat 2020-2021

Kiinnostava, jopa uudenlainen harrastustoiminta (esim. lanit)! Tulisi tukea nuorten kiinnostuksia.

Vapaus valita osallistumisen taso.

Seurojen tulisi aktiivisesti tarjota mahdollisuuksia: tila, aika, tuki yms.

Ilmaisuus, edullisuus.

Henkilökohtainen kiitollisuus ohjaamisesta tai osallistumisesta

Vapaus valita, joustavuus: ei tarvitse käydä joka kerta, sitoutua useisiin treeneihin/tapaamisiin.

MARKKINOINTI + KOHDERYHMÄ

• Koulut / oppilaitokset

- Lähes kaikki 16-25-vuotiaat ovat jossain opiskelemassa.
 - Helppo tapa tavoittaa nuoria
 - Mikäli seurantaloa ei ole, voisiko nuorten toimintaa järjestää koululla?
- Onko seuran mahdollista järjestää koulussa / oppilaitoksessa "näytetunteja", joissa esitellään seuran toimintaa. Mitä jos näytetunnit luettaisiin mahdollisuuksien mukaan (sisällöstä riippuen) esimerkiksi liikuntatunneiksi?
- Entä koululuokkien kutsuminen seurantalolle opettajan johdolla? Samalla voi esitellä sitä, mitä nuorison harrastusmahdollisuuksia seura voi tarjota? Entä, onko nuorilla toiveita, mitä talolla voisi tehdä?

• Some: Mainostetaan ja markkinoidaan toimintaa somen kautta

- Onko tietoa siitä, missä sosiaalisen median kanavissa kohderyhmän ikäiset nuoret liikkuvat?
 - somemarkkinointiin riittää harvoin vain Facebook mainonta, etenkin jos kyseessä ovat 16-25-vuotiaat
 - Tutustu esim. SoMe ja Nuoret 2019 - katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä
- Huomioikaa se, millainen markkinointi herättää nuorten huomion.. Kysykää nuorilta!
- Käyttäkää hyväksenne verkostojen somekanavia. Pyytäkää, että yhteistyökumppanit jakavat niissä viestiä eteenpäin.

KOHDERYHMÄ

• Jalkautuminen / jalkauttaminen

- Nuorisoseuralähettiläät: Onko seuralla omia nuoria, jotka voisivat jalkautua nuorten joukkoon esim. tapahtumissa ja kertoa toimintamahdollisuuksista, joita kotiseura tarjoaa.
 - Miten nuoria voisi palkita tästä toiminnasta?
- Voisiko seura/sen edustajat jalkautua esittelemään toimintaa esim. koulun tai oppilaitoksen oppitunneille?

• Seurakasvatusta

- Ovatko seurassa jo olevat nuoret tietoisia niistä mahdollisuuksista, joita nuorisoseura mahdollistaa?
 - Mitä muita mahdollisuuksia on kuin tämänhetkinen tarjonta seurassa?
 - Omaehtoinen toiminta
- Seuran "luokkakokous"
 - Järjestääkö nykyisille ja entisille seuran aktiivinuorille "luokkakokous", jonka yhtenä ohjelmanumerona on ideointiriihi. Ideointiriihessä on mahdollista panna likoon kaikki ajatukset ja toiveet, joiden pohjalta uusi toiminta voi versota.

Nuoret vaikuttajat -ryhmän 2020-2021 idea

KOHDERYHMÄ + TOIMINTA

• Kouluttaminen

- Höntsä - Silta eteenpäin! -hankkeessa on kehitetty kolme ohjaajakoulutusta
 - vertaisohjaajakoulutus 16-25 -vuotiaille nuorille
 - harrasteohjaajakoulutus jo ohjaajakokemusta kartuttaneille taidon/lajin osaajille
 - luovat menetelmät ja kokemusliikunta -koulutus nuorten parissa toimiville ohjausalan ammattilaisille
- Ohjaamisesta kiinnostuneille nuorten ryhmille tai nuoria ohjaaville aikuisille voi tilata ohjaajakoulutuksia liitolta.



TOIMINTA

• Keskiössä nuorilähtöisyys - mitä tarkoittaa?

- Toiminnan suunnittelussa, toteutuksessa, seurannassa ja arvioinnissa otetaan huomioon kohderyhmän toiveet, ideat, parannusehdotukset ja palaute.
- Annetaan aitoja vaikuttamismahdollisuuksia
- Osallistetaan nuoria ja annetaan mahdollisuus toteuttaa osallisuutta heille sopivalla tavalla.
- Ollaan yhdenvertaisia nuorten kanssa.
- Nuoret tulevat kuulluiksi ja kohdatuiksi

• Pohditaan toimintaa boxin ulkopuolelta

- Mitä ollaan aikaisemmin tehty ja mikä ei ole toiminut? Mikä on ollut onnistunutta?
- Ideoidaan vapaasti ja positiivisella asenteella: "Joo ja...!"
- Annetaan tilaa uusille ja yllättävillekin toimintaideoilla.
- Ideoinnin ja yhteiskehittämisen apuna voit käyttää esim. näistä netistä löytyviä opuksia:
- Nuoren Akatemia
 - Opas nuorten kanssa ideointiin
- Kansan Sivistystyön liitto
 - Osallistavat menetelmät - vinkkejä ja virikkeitä kouluttajalle

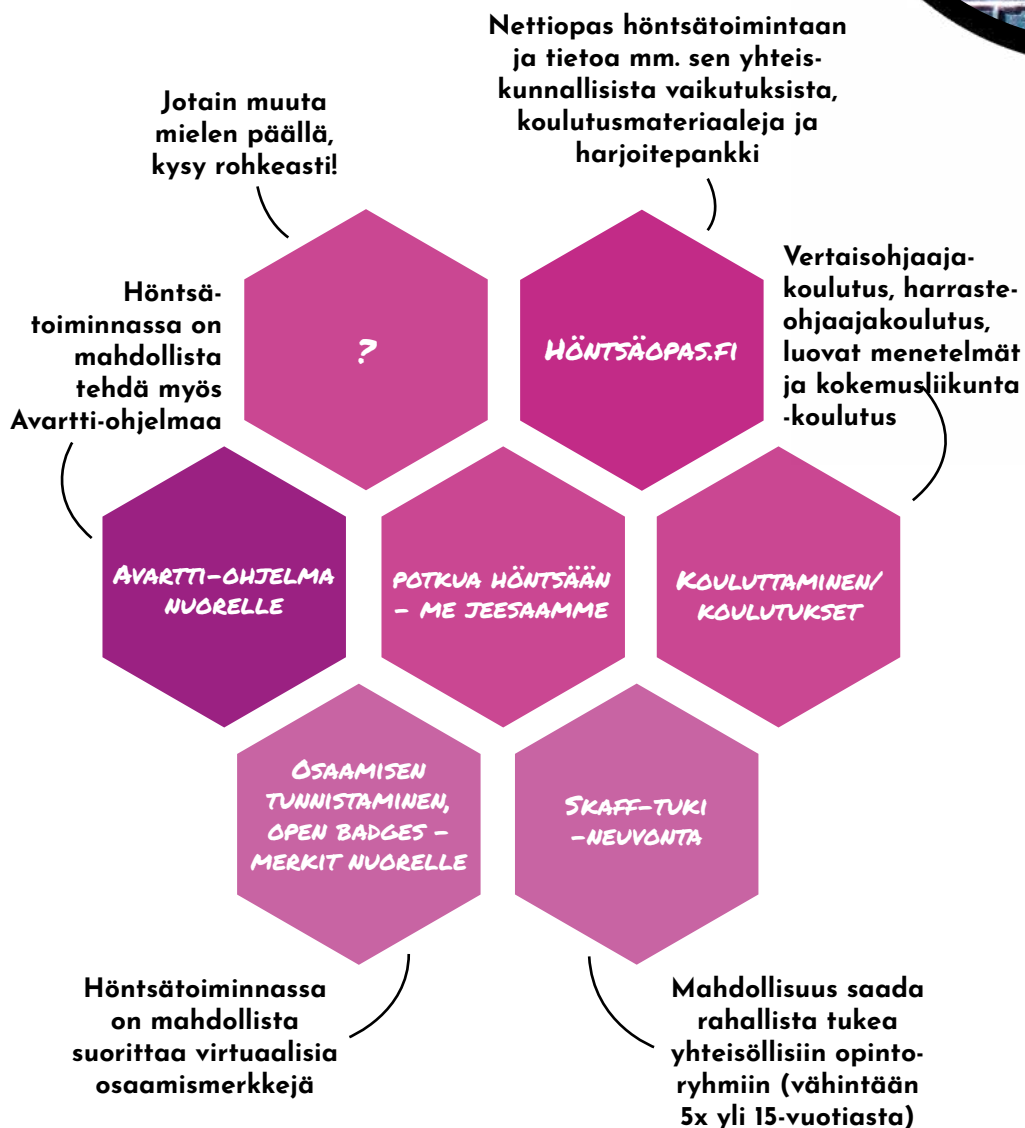
• Open badges

- Hankkeessa on kehitetty kaksi virtuaalista open badge -osaamismerkkiä:
 - Vertaisohjaajakoulutuksen käyneet saavat 1 osaamis-/opintopisteen laajuisen Höntsä vertaisohjaajakoulutus -merkin.
 - Vertaisohjaajana 3 kk (tai 12 x 1h) toiminut nuori voi hakea Vertaisohjaaja Höntsätoiminnassa -osaamismerkkiä. Myös tämän merkin laajuus on 1 osaamis-/opintopiste
- Virtuaalisella osaamismerkillä voidaan tunnistaa ja antaa tunnustusta esimerkiksi vapaaehtois- tai harrastustoiminnassa kertyneestä osaamisesta. Merkkiä voi hyödyntää esimerkiksi CV:ssä tai oppilaitosten valintakokeissa omaa osaamista esitellessä. Merkkejä voi jakaa myös sosiaalisessa mediassa, kuten LinkedInissä, Facebookissa tai Twitterissä.

Lue lisää osaamismerkeistä: www.hontsaopas.fi

• Kyselyt ja seuranta

- Pidetään aktiivisesti yhteyttä nuoriin.
 - luodaan molemminpuolista luottamusta ja turvallisuutta
- Nuorten toiminnan seuranta ja siihen liittyvät kyselyt voivat olla myös non-formaaleja ja hauskoja, esim. pelien tai muiden aktiviteettien kautta.
- Seurannan dokumentointi on tärkeää toiminnan kehittämisen ja mahdollisen tulevan toiminnan vuoksi.



OTA YHTEYTTÄ:
HARRASTUSTOIMINTA@NUORISOSEURAT.FI

KIITOKSET!

Nuoret vaikuttajat 2020-2021

Pirita Laiho

Riina Kylmälahti

Henna Liiri-Turunen



HÖNTSÄTOIMINNAN SUUNNITTELUN TUEKSI

yhdessä nuorten kanssa täytettäväksi

Paikka: _____

Aika: _____

Paikalla: _____

(Huom! Kuka hoitaa kahvit ja keksit?)

1. Minkälaista toimintaa nuoret kaipaavat?

2. Mitä resursseja (tilaa, välineitä, ohjausapua, ohjaajakoulutusta) nuoret tarvitsevat omaehtoista harrastustoimintaa varten? Entä, mitä muuta tukea?

3. Nuorten tavoitteet toiminnalle:

4. Seuran ja nuorten yhteiset tavoitteet:

5. Miten huolehditaan, että tavoitteisiin päästään?

6. Kuinka arvioimme toiminnan onnistumista?

7. Kuka seurasta toimii yhteyshenkilönä nuorille?

8. Koska tavataan yhdessä seuraavan kerran?



HÖNTSÄ

-silta eteenpäin!