

## FAQ - Opintopsykologit Saure & Häkkinä

(Podcast opiskelijoille, kesto n. 20 min/jakso)

### Jakso 14: Ryhmätöet

Karoliina: Tervetuloa kuuntelemaan Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun opintopsykologien podcast-sarjaa. Minä olen opintopsykologi Karoliina Saure

Mari: ja minä olen opintopsykologi Mari Häkkinä. Tässä podcast-sarjassa käsitellään opiskelijoita mietityttäviä ajankohtaisia aiheita. Pyrimme löytämään ratkaisuja yleisimpiin opiskelua ja hyvinvointia koskeviin kysymyksiin.

Karoliina: Tässä jaksossa puhumme ryhmätöistä, joita korkeakouluopiskelijat usein opintojensa aikana tekevät. Miksi ryhmätöitä tehdään? Mitä kannattaa ottaa huomioon ryhmätöitä tehdessä? Miten ryhmätöet saa sujumaan?

\*\*\*\*\*

Karoliina: Mari, miksi ryhmätöitä tehdään korkeakouluopintojen aikana?

Mari: Ryhmätöiden tekeminen opettaa tärkeitä työelämässäkin tarvittavia taitoja. Sosiaaliset taidot, joihin ryhmätöitä taidot lukeutuvat, ovat tärkeitä niin korkeakouluopinnoissa kuin työelämässä. On hyvä muistaa, että sosiaaliset taidot eivät ole sama asia kuin sosiaalisuus, joka taas on synnynnäinen ominaisuus. Sosiaalisia taitoja tulee harjoitella ihan jokaisen. Esimerkiksi toisen kuunteleminen, oman mielipiteen ilmaisu, myötätuntoinen suhtautuminen itseen ja muihin sekä avun antaminen ja saaminen ovat tärkeitä sosiaalisia taitoja. Ryhmässä työskentelyssä tarvitaan sosiaalisia taitoja eli erilaisia vuorovaikutustaitoja eli miten toimitaan rakentavasti toisten kanssa. Ryhmätöitä taitoihin kuuluu myös tieto ja ymmärrys ryhmän toiminnan perusteista ja erilaisten roolien hahmottaminen.

Karoliina: Ryhmätöiden sisällyttäminen opintojaksoihin vaikuttaa siis vahvasti perustellulta. Mainitsit vastauksessasi erilaisista rooleista. Millaisia rooleja ryhmässä siis voi olla?

Mari: Ryhmässä voi olla todella monenlaisia rooleja. Voi olla esimerkiksi ryhmän vetäjä, voi olla koordinaattori, joka koordinoi erilaisia asioita ryhmässä tai toteuttaja. Voi olla sovittelija, joka ratkoo erilaisia tilanteita. On tärkeää, että joku on tarkkailijana ja puuttuu tarvittaessa johonkin tilanteeseen. Joku voi olla viimeistelijä, joku voi olla ideoija, joka heittelee lennokkaita ideoita. Hengen luoja, kriitikko ja informoija ovat myös erilaisia rooleja.

Karoliina: Varmaan joskus voi huomata, että itsellä on useampia rooleja samaan aikaan tai eri rooleja eri ryhmissä. Mutta miten roolien tunteminen auttaa ryhmätöiden sujumista tai miten muuten sitä voisi edesauttaa?

Mari: Ryhmää ei ole ilman vuorovaikutusta ryhmän jäsenten välillä. Aluksi tietysti kannattaa keskittyä omaan toimintaan. Voit pohtia esimerkiksi seuraavia kysymyksiä: Millainen on oma tyypillinen rooli ryhmässä? Minkälaisia rooleja haluaisi tulevissa ryhmissä/ryhmätöissä ottaa? Mitä voi oppia toisten ryhmäläisten rooleista? Mitä hyvää on erilaisissa rooleissa? On myös hyvä tiedostaa, kuten sanoit, että kaikissa ryhmissä ei voi eikä tarvitse olla samanlainen oma rooli.

Karoliina: Oman roolin lisäksi on olennaista tarkastella ryhmän muodostamista, ryhmän tavoitteita ja kommunikointia sekä ryhmätyön arviointia ja mitä ryhmätyö opetti. Tärkeää on muodostaa ryhmän yhteiset pelisäännöt ja keskustella avoimesti ryhmässä esiin nousseista tunteista ja ajatuksista. Mitä sinä Mari ajattelet tästä? Mitä muuta ryhmätyön alussa on hyvä miettiä?

Mari: Juuri noita asioita, mitä mainitsit. Kun ryhmä aloittaa yhteistyön, on tärkeää miettiä todella konkreettisia asioita, kuten roolijako ryhmässä, aikataulut, työnjako. On hyvä sopia, millä alustalla ja miten kommunikoidaan. Mikä on ryhmän tavoite, entä onko ryhmässä jokaisella oma tavoite? Entä ovatko nämä tavoitteet ristiriidassa keskenään? Kannattaa myös sopia konkreettisesti milloin tavataan ja mitä tapaamisessa tehdään. Nämä asiat voi olla hyvä kirjata ylös. Mitä useammasta asiasta sovitaan ja mahdollisimman konkreettisesti, sitä vähemmän tulee epäselvyyttä asioista, ristiriitoja tai ryhmän työskentelyä haittaavaa tunnekuormaa.

Karoliina: Hyviä konkreettisia vinkkejä. No miten ryhmätyössä pääsee alkuun, jos ei ollenkaan tunne ryhmäläisiä?

Mari: Usein tosiaan helpottaa, jos tuntee edes jotenkin ryhmäläisensä, joten tutustumiseen voi olla hyvä varata ryhmätyön aluksi hieman aikaa. Miettiä esim. onko jokin asia, mikä yhdistää kaikkia. Samalla hieman tutustuu toisiin ja oppii, kuinka toiset kommunikoivat. Se on todella tärkeää, sillä estetään usein monet kommunikoinnista johtuvat väärinkäsitykset.

Karoliina: Eli ryhmätyön voi aloittaa sillä, että hiukan tutustuu toisiin. Minulla olisi sitten muutama konkreettinen tilannekysymys ryhmätöiden tekemisestä. Miten toimia, jos ryhmässä tulee ristiriitoja. Miten tällaisessa tilanteessa voisi toimia?

Mari: Ryhmässä nousee aina tunteita, kielteisiäkin. Se on tärkeää huomata ja hyväksyä, se on normaalia. Jos tunteet jäävät käsittelemättä ne vaikeuttavat ryhmän toimintaa. Usein asioiden epäselvyys tai omat, osin usein virheellisetkin, tulkinnat toisten tekemisistä aiheuttavat ryhmässä ristiriitoja. Tärkeää on ottaa puheeksi asiat jo alussa eli sopia alussa konkreettisesti kuka tekee mitä ja mitä sitten, jos joku ei tee omaa osaansa eli kuinka ristiriidat otetaan käsittelyyn. Kuinka meidän ryhmämme toimii ristiriitatilanteissa? Ja sitten kun on käsittelyn aika, on tärkeää avoimesti puhua omista huomioista ryhmässä, toista syyttämättä esim. "Minusta työt eivät jakaudu ryhmässä tasaisesti, miten teistä muista? Mitä voisimme tälle asialle tehdä?"

Karoliina: Onpa hyvä esimerkki siitä, miten keskustelun voi aloittaa. Alussa mainitsit tavoitteista ryhmässä. Mitä jos yksilöiden tavoitteet ryhmän sisällä ovat kovin erilaiset. Jos yhdellä on tavoitteena saada paras mahdollinen arvosana ja toiselle ryhmän jäsenelle riittää, että työ tulee tehtyä ja pääsee läpi opintojaksosta. Miten tällaisessa tilanteessa voisi toimia?

Mari: Aluksi tosiaan kannattaa keskustella avoimesti myös numerotavoitteista, onko sellaista ja onko ryhmän jäsenten tavoitteet yhtenevät. Jos ei ole, niin sitten kannattaa miettiä, mitä asialle tehdään. Onko mahdollista saavuttaa kompromissi asiassa, haluaako joku tehdä enemmän töitä paremman numeron saavuttaakseen? Kannattaa selvittää opettajalta, miten ryhmätyö arvioidaan: saavatko kaikki saman numeron vai annetaanko jokaiselle ryhmäläiselle oma numero. Lisäksi on hyvä pohtia yhdessä, mikä merkitys arvosanalla on ryhmäläisille.

Karoliina: Niin, monessa vastauksessasi kerrot avoimen keskustelun tärkeydestä ja vaikuttaa siltä, että se on onnistuneen ryhmätyön perusta. Mari, millaisia kokemuksia sinulla itsellä on ryhmätyöskentelystä? Pidätkö siitä?

Mari: Työelämä oikeastaan on yhtä isoa ryhmätyötä. Paljon tulee tehtyä asioita erilaisissa virallisissa ja epävirallisissa ryhmissä toisen kanssa. Tykkään tehdä asioita yhdessä, siitä saa näkökulmaa omaan työhön ja on mukava, kun kaikkea ei tarvitse osata itse. Minusta ryhmätöissä on parasta yhteinen luova ideointi. Se, että voi heitellä erilaisia asioita ilmaan ja katsoa tarttuuko ryhmä siihen ja mihin ideointi johtaa. Usein se johtaa johonkin sellaiseen uuteen ideaan, mikä ei ollut aluksi kenenkään mielessä. Tähän liittyen tykkäänkin paljon sanonnasta "Ryhmä on enemmän kuin osiensa summa".

Karoliina: Kiitos kokemuksesi jakamisesta. Huomaan myös, että itselle yhteinen luova ideointi on ryhmissä parasta antia. Tämän keskustelun perusteella voi sanoa, että ryhmätyötä tehdessä on tärkeää muistaa, että ryhmässä liikkuu aina paljon tunteita ja sen on normaalia. Avoin keskustelu ryhmässä on erittäin tärkeää ja ryhmässä tehtävistä asioista kannattaa sopia konkreettisesti etukäteen.

\*\*\*\*\*

Karoliina: Tässä oli tämän kertainen FAQ – Opintopsykologit Saure & Häkkilä podcast-jakso. Toivottavasti löysit tästä jaksosta uutta näkökulmaa ryhmätöihin. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun opiskelijoille lisää vinkkejä ryhmätyötaitoihin löytyy Xamkin intranetistä Opiskelu- ja työelämätaitojen alta. Palataan taas seuraavassa jaksossa!