

Kuinka yhdistää opiskelu työhön ja perhe-elämään? Ohjauksen merkitys aikuisopiskelijan moniulotteisella elämänkentällä

Milla Jalonen ja Iris Kurkela

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Kevätlukukausi 2018
Opettajankoulutuslaitos
Ohjausala
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Jalonen, Milla ja Kurkela, Iiris. 2018. Kuinka yhdistää opiskelu työhön ja perhe-elämään? Ohjauksen merkitys aikuisopiskelijan moniulotteisella elämänkentällä. Ohjausalan pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. 83 sivua.

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, minkälaiseksi tutkimukseen osallistuneet aikuisopiskelijat kokevat elämäntilanteensa, jossa yhdistyvät työ, opiskelu sekä perhe-elämän vaatimukset. Tämän lisäksi tarkoituksena oli tarkastella, minkälaisia merkityksiä aikuisopiskelijat antavat ohjaukselle senhetkisessä elämäntilanteessaan.

Tutkimus kuuluu laadullisen tutkimuksen perinteeseen ja sen on otteeltaan fenomenologinen. Tutkimusaineisto on kerätty haastattelemalla yhtätoista aikuisopiskelijaa, joilla kaikilla on ollut henkilökohtainen ja tuore kokemus työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisesta. Haastattelun tukena käytettiin puolistrukturoitua haastattelurunkoa. Tutkimusaineisto on analysoitu aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tutkimustulokset osoittivat, että aikuisopiskelijoiden työn, perheen ja opiskeluiden yhteensovittamista helpottavat perheen tarjoama tuki, työn tarjoaman jousto ja taloudellinen tuki, sekä yksilön omat taidot ja toimijuus. Osa-alueiden yhdistämistä hankaloittavia tekijöitä olivat puolestaan perheen ja kodin asettamat vaatimukset, erilaiset yllättävät tilanteet, opintoihin liittyvät vaatimukset, sekä eri elämän osa-alueiden yhteensovittamisesta aiheutunut kuormitus ja vähäinen vapaa-aika. Ohjauksen merkitys ja ohjauskokemukset olivat aikuisopiskelijoiden elämässä pääasiassa myönteisiä. Aikuisopiskelija voi siis parhaimmillaan saada tukea elämäntilanteeseensa ohjauksen avulla. Aikuisopiskelijoiden saamat eri ohjauksen muodot voidaan nähdä työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista tukevana välineenä.

Asiasanat: työ, perhe, opiskelu, aikuisopiskelija, yhteensovittaminen, elinikäinen ohjaus, ohjaustarpeet

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO	5
2	AIKUISOPISKELIJAN ELÄMÄNKENTTÄ: TYÖ, PERHE JA OPISKELU 7	
	2.1 Aikuisopiskelijan elämän ominaispiirteitä.....	7
	2.2 Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen.....	8
	2.2.1 Työn ja perheen yhteensovittamista kuvaavat mallit.....	9
	2.2.2 Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen mahdollistajia ja hankaloittajia	15
	2.2.3 Naiset ja miehet työn, perheen ja opiskelun yhteensovittajina.	17
3	ELINIKÄINEN JA ELÄMÄNLAAJUINEN OHJAUS	19
	3.1 Elinikäinen oppiminen ja sen haasteet ohjauksen tarpeiden taustalla..	19
	3.2 Mitä on ohjaus?.....	20
	3.3 Ohjaus elinikäisenä ja laajuisena jatkumona	22
	3.4 Ohjauksen moninainen verkosto.....	24
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ	27
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	28
	5.1 Tutkimuskohde ja lähestymistapa	28
	5.2 Tutkimukseen osallistujat	30
	5.3 Aineiston keruu	31
	5.4 Aineiston analyysi	33
	5.5 Eettiset ratkaisut	35
	5.6 Luotettavuus	37
6	TULOKSET	39
	6.1 Mitkä seikat helpottavat tai hankaloittavat yhteensovittamista?	39
	6.1.1 Perhe yhteensovittamisen helpottajana	39
	6.1.2 Työ yhteensovittamisen helpottajana	41
	6.1.3 Yksilön toimijuus ja taidot yhteensovittamisen helpottajana ...	43
	6.1.4 Aikuisopiskelijalta vaaditaan joustoa kotona.....	45
	6.1.5 Opiskeluvaatimukset yhteensovittamisen hankaloittajana	46
	6.1.6 Kuormitus ja vähäinen vapaa-aika yhteensovittamisen hankaloittajana	49
	6.2 Miten erilaisissa konteksteissa saatu tuki ja ohjaus vastaavat opiskelijoiden tarpeita?.....	51

6.2.1	Formaalin ohjauksen verkosto.....	53
6.2.2	Informaalit toimijat ohjaamassa	55
6.2.3	Itseohjaus	58
7	POHDINTA.....	61
7.1	Yhteenvedo työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen teemoista	61
7.2	Yhteenvedo ohjauksen konteksteista	64
7.3	Luotettavuuden arviointi ja jatkotutkimushaasteet.....	66
	LÄHTEET.....	70
	LIITTEET	76

1 JOHDANTO

Työmarkkinat Suomessa ja muualla maailmassa ovat voimakkaassa muutoksessa. Muuttuvat työmarkkinat ja vaade työntekijän joustavuudesta sekä kyvystä oppia uutta ovat osaltaan syynä siihen, että oppimisesta ja itsensä kehittämisestä on tullut koko elämän mittainen prosessi. Tilastokeskuksen (2013) mukaan aikuisopiskelijoiden määrä on kasvanut merkittävästi viimeisten vuosikymmenien aikana, 1980-luvulta lähtien tarkasteltuna liki kaksinkertaistunut. Vuonna 2012 aikuiskoulutukseen osallistui jo liki puolet 18-63 -vuotiaasta väestöstä, yhteensä siis 1,7 miljoonaa suomalaista. Työn ja opiskelun rajapinnat ovat ajan saatossa tulleet häilyväisemmiksi ja limittyvät toisiinsa yhä tiiviimmin.

Aikuisopiskelijoiden elämänkenttä muodostuu monista osa-alueista, joiden välillä tasapainoilu saattaa ajoittain osoittautua haastavaksi. Aikuiset opiskelevat usein monimuotoisissa elämäntilanteissa, joissa ennen kaikkea työ ja perhe-elämä asettavat omat reunaehdonsa esimerkiksi ajankäytölle ja henkisille resursseille (ks. Niemelä 2014). On mielenkiintoista tutkia, millaisena nämä opiskelijat kokevat edellä kuvatun elämäntilanteensa.

Elinikäisen oppimisen vaateen näkökulmasta myös ohjauksen tarve lisääntyy (ks. Karjalainen 2010; Plant 2008). Tässä tutkimuksessa ohjaus ja tuki nähdään keinoina helpottaa ja parantaa opiskelijan elämänlaatua sekä -tilannetta. Ohjaus nähdään siis elämänlaajuisena ja -pituisena ilmiönä, jonka kautta voidaan vastata aikuisopiskelijan moninaisiin haasteisiin. Ohjausalan opiskelijoina haluamme myös ymmärtää, minkälaista tukea ja ohjausta aikuisopiskelijat hakevat tai kaipaavat elämäntilanteeseensa, jossa yhdistyvät monenlaiset asiat. Tutkimuksen tavoitteena on siis tarkastella sitä, kuinka aikuisopiskelijat sovittavat yhteen näitä elämänsä eri osa-alueita, sekä minkälaista tukea ja ohjausta he elämäntilanteessaan kokevat tarvitsevänsä.

Työn ja perheen yhteensovittamista sekä näiden elämän alueiden välistä vuorovaikutusta on tutkittu hyvin paljon viime vuosikymmenten aikana (esimerkiksi seuraavat kirjallisuuskatsaukset aiheeseen Kinnunen, Rantanen, Mauno & Peeters, 2013; Taskila-Rissanen, Rantanen, Mauno & Rönkä 2016). Sen sijaan elämäntilanne, jossa työssäkäyvä perheellinen aikuinen sovittaa elämän

eri osa-alueisiinsa vielä opiskelun, ei ole lainkaan niin paljon tutkittu aihe ja erityisesti Suomessa tätä aihetta ei ole juurikaan tutkittu. Tässä tutkimuksessa haluammekin lähestyä aihetta tarkastelemalla aikuisopiskelijoiden kokemuksia. Tutkimuksemme on otteeltaan fenomenologinen, sillä tavoitteenamme on päästä kiinni juuri kokemuksiin. Tavoitteenamme on selvittää erityisesti, miten aikuisopiskelijat kokevat elämäntilanteensa, jossa yhdistyvät opiskelu, työ- ja perhe-elämä, sekä miten he sanoittavat ohjauskokemuksiaan kyseisessä elämäntilanteessa.

2 AIKUISOPISKELIJAN ELÄMÄNKENTTÄ: TYÖ, PERHE JA OPISKELU

2.1 Aikuisopiskelijan elämän ominaispiirteitä

Perinteisesti aikuisopiskelu on määritelty koulutuksen järjestämismuodon mukaan, käytännössä siis ainoastaan aikuiskoulutusmuotoiseen opiskeluun osallistuneet on määritelty aikuisopiskelijoiksi. Kuitenkin, koska nykyään perinteisesti nuorille suunnattuihin koulutuksiin (esimerkiksi ammattikoulut tai ammattikorkeakoulut) osallistuu myös varttuneempia opiskelijoita, ei tämä määritelmä ole enää kattava.

Nykyinen tapa määritellä aikuisopiskelijuutta on rajata määritelmää iän mukaan (Kumpulainen 2007, 17-20). OECD -maiden yhteinen ikämääritelmä aikuisopiskelijuudelle on vähintään 25 vuotta, eikä määritelmä ole koulutusmuodoltaan riippuvainen. Aikuisopiskelijan määritelmään on liitetty myös muita ikämääritelmiä, esimerkiksi Partanen (2011) on rajannut tutkimuksessaan aikuisopiskelijat vain yli 30-vuotiaisiin. Iän lisäksi yleiseen aikuisopiskelijan määritelmään kuuluu se, että opiskelija on palannut koulutusjärjestelmän piiriin tauon jälkeen, joko vanhoihin opintojensa pariin palaten, tai kokonaan uudet opinnot aloittaen. Muista elämän osa-alueista johtuen aikuisopiskelija opiskelee muita opiskelijoita useammin osa-aikaisesti (Vesikansa, Lempinen & Suomela 1998, 50).

Aikuisuuden määritelmiä on niin ikään erilaisia, mutta yleisesti ne voidaan määritellä sosiaalisten ja kulttuuristen konstruktioiden kautta, ei niinkään ikään liittyvillä määritelmillä. Aikuisuus erotetaan lapsuudesta ja nuoruudesta muun muassa siten, että aikuisuuteen liitetään perheen perustaminen, työelämään siirtyminen, uralla eteneminen ja erinäisten kansalaisvelvollisuuksiin liittyvien vastuiden kantaminen. Kosken ja Mooren (2001, 4) mukaan aikuisuuden liittäminen koulutuksen käsitteeseen merkitsee kyseisessä kontekstissa erillisyyttä. Aikuisopiskelijakin nähdään tätä myöten normaalista poikkeavana toimijana.

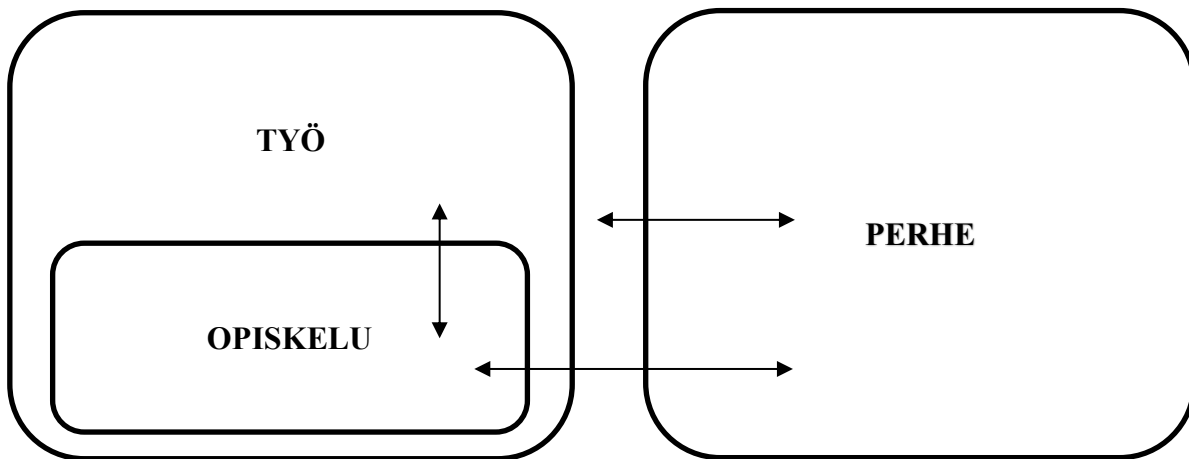
Aikuisopiskelijan elämään liittyy usein piirteitä, jotka eroavat osaltaan nuorempana opiskelevan elämäntästä. Aikuisopiskelijalla on usein takanaan jo työuraa, joten osaamista on kertynyt myös työelämästä. Usein työ ja opiskelu

myös limittyvät toisiinsa ja tapahtuvat ajallisesti samaan aikaan. Toisena suurena teemana aikuisopiskelijan elämässä näyttäytyy perheen rooli, sekä esimerkiksi vastuu perheen huoltajana olemisesta.

2.2 Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen

Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen teemoja on perusteltua ryhtyä lähestymään työn ja perheen yhteensovittamisen kautta, sillä työn ja perheen yhteensovittamista on tutkittu enemmän (ks. esim. Kinnunen, Rantanen, Mauno & Peeters 2013; Rantanen & Kinnunen 2005; Taskila-Rissanen, Rantanen, Mauno & Rönkä 2016) kuin työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista. Tässä luvussa tarkastelemmekin työn ja perheen yhteensovittamista ja peilaamme sitä kolmannen yhteensovitettavaan elämänalueeseen eli opiskeluun.

Vaikka työ ja opiskelu voidaankin käsitteinä erottaa helposti toisistaan, on samalla huomioitava, että työelämän murros, joka edellyttää menestyvältä työntekijältä jatkuvaa kehittymisen ja uuden oppimisen taitoa, myös osaltaan hämärtää raja-aitaa työn ja opiskelun välillä (ks. kuvio 1). Tämän vuoksi on myös hedelmällistä pohtia työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista jo olemassa olevan työn ja perheen yhteensovittamisen tutkimuksen näkökulmasta.



Kuvio 1: Malli työn, perheen ja opiskelun vuorovaikutuksesta ja suhteista

2.2.1 Työn ja perheen yhteensovittamista kuvaavat mallit

Tässä luvussa esitellään työn ja perheen yhteensovittamista kuvaavia uudempia malleja. Yhteistä uudemmille työn ja perheen vuorovaikutusta kuvaileville malleille on pyrkimys laaja-alaisempaan ymmärrykseen näiden elämänalueiden väliseen vuorovaikutukseen vaikuttavista tekijöistä, eikä niinkään työn ja perheen yhteensovittamisen erilaisten "olotilojen" kuvaaminen ja sanoittaminen kuten vanhemmissa malleissa (Rantanen & Kinnunen 2005, 232). Kuvatessaan työn ja perheen yhteensovittamisen malleja Rantanen ja Kinnunen (2005) käyttävät yhteensovittaminen-käsitteen sijasta termiä *vuorovaikutus*. Rantanen ja Kinnunen (2005, 232) erittelevät vuorovaikutusta kuvaavat uudemmat mallit kolmeen kategoriaan, jotka ovat 1) mallit moniroolisuudesta, 2) mallit työn ja perheen vuorovaikutuksen syistä ja seurauksista sekä 3) mallit työn ja perheen välisen rajapinnan hallinnasta. He määrittelevät kategoriat seuraavalla tavalla:

"Viimeaikaisista työn ja perheen vuorovaikutuksen malleista moniroolisuuteen kytkeytyvät mallit kuvaavat työ- ja perheroolien yhteensovittamista koskevia lähtöoletuksia, kun taas mallit työn ja perheen vuorovaikutuksen syistä ja seurauksista pyrkivät kuvaamaan tarkemmin niitä olosuhteita ja tapahtumakulkuja, joiden seurauksena työn ja perheen vuorovaikutus koetaan joko kielteiseksi tai myönteiseksi. Työn ja perheen rajapinnan hallinnan malleissa puolestaan korostuu yksilön aktiivinen rooli työ-

ja perheoloihin sopeutujana ja niiden muovaajana.” (Rantanen & Kinnunen 2005, 232)

Rantasen ja Kinnusen (2005, 233-237) mukaan *moniroolisuuden malleja* yhdistää ajatus siitä, että työn ja perheen vuorovaikutusta lähestytään roolikäsitteiden kautta. Työn ja perhe-elämän rooleja voivat muun muassa esimerkiksi olla työntekijä, yrittäjä, puoliso, tytär tai vanhempi. Yhteinen ajatus malleilla on myös se, että nämä erilaiset roolit vaikuttavat toisiinsa ja vaikutuksella on kaksi suuntaa, joko työstä perheeseen tai perheestä työhön. Mallien mukaan keskeistä on se, *millaista* vuorovaikutus näiden kahden alueen välillä on. Tämän mukaan mallit jaetaan siis edelleen roolien kuormittavuuden, roolien vahvistavuuden sekä roolien välisen tasapainon mukaan.

Roolien kuormittavuus -hypoteesin mukaan henkilöllä on rajallinen määrä voimavaroja, ja useat roolit elämässä ehdyttävät näitä voimavaroja. Tiivistäen mallin mukaan siis kotona lapsiaan hoitava äiti ei kuormitu niin paljon kuin työssäkäyvä perheenäiti. Mallin mukaan yhtäaikaiset roolit työelämässä sekä perheen sisällä aiheuttavat ristiriitoja erityisesti silloin, kun perheen ja työn vaatimukset eivät täsmää. Tällaisia tilanteita voi syntyä muun muassa silloin, kun esimerkiksi aikataulullisia haasteita ei saada sovitettua yhteen tai perheen ja työn sisällä vaadittava käyttäytymismalli eroaa toisesta paljon. (Rantanen & Kinnunen 2005, 233-234). Kun mallia verrataan tilanteeseen, jossa yhdistettävänä on perhe, työ ja opiskelu, mallin mukaan voidaan ajatella, että opiskelijan roolin hallitseminen kolmantena osa-alueena on vain lisää kuormittava tekijä, joka kuluttaa tilanteessa olevan henkilön voimavaroja.

Rantasen ja Kinnusen (2005, 234-236) mukaan *roolien vahvistavuus -hypoteesilla* kuvataan perheen ja työn vuorovaikutusta voimavarana, jossa useat erilaiset roolit toimivat kokonaisuutta vahvistavana tekijänä. Kun vertaamme tätä mallia samaan kotiäitiesimerkkiin, näyttäytyy työssäkäyvä äiti tämän mallin mukaan toimintakykyisempänä myös kotona perheen parissa oleva äiti. Työssäkäyvien äitien hyvinvointia onkin tutkittu huomattavasti (ks. esim. Klumb & Lampert 2004) ja todettu, että työssäkäyvät äidit saattavat voida jopa hieman

paremmin kuin äidit, jotka hoitavat lapsia kotona ja pitäytyvät näin vain yhdessä roolissa.

Edellä kuvatun mallin mukaan voidaan pohtia myös sitä, onko opiskelun yhdistäminen työhön ja perhe-elämään ainoastaan lisäkuormitusta aiheuttava tekijä. Rantanen ja Kinnunen (2005, 234) toteavat, että useat erilaiset roolit voivat tukea tai kompensoida toisiaan myös silloin, kun jollakin elämän osa-alueella ilmenee vaikeuksia. Esimerkkinä voidaan käyttää pahoinvointia tai muuta tyytymättömyyttä työssään kokeva ihminen, jonka hyvinvointi lisääntyikin silloin, kun hän päättää ryhtyä kouluttamaan itseään uudelleen. Näin siksi, että koulutautuminen lisää yksilön hyvinvointia muilla elämän osa-alueilla ja näin kompensoi kielteisiä kokemuksia työssä. Niemelän (2014, 151) mukaan työssäkäyvät ja perheelliset aikuisopiskelijat kärsivätkin vähemmän stressioireista kuin opiskelijat, joilla perhettä ja kokoaikatyötä ei ole.

Kolmantena moniroolisuuden mallina Rantanen ja Kinnunen (2005, 237-241) esittelevät *roolien välisen tasapainon*. Roolien välistä tasapainoa käsitteellistään tarkemmin neljän eri tasapainon muodon kautta. Rantanen ja Kinnunen (2005, 240) kokoavat erilaisia tasapainon muotoja nimeämällä perheen ja työn roolien yhteensovittamista kuvaavat käsitteet *passiiviseksi tasapainoksi*, *haitalliseksi tasapainoksi*, *suotuisaksi tasapainoksi*, sekä *aktiiviseksi tasapainoksi*. Kyseiset neljä kategoriaa on jaoteltu kuormittavuuden ja vahvistavuuden kokemusten mukaan. Rantanen (2008, 70) on myöhemmin käyttänyt kuormittavuus- ja vahvistavuus-termien sijasta myös käsitteitä tuki sekä ristiriita. Tilannetta, jossa yksilön kokemus roolien vahvistavuudesta sekä kuormittavuudesta on vähäinen, kutsutaan passiiviseksi tasapainoksi. Aktiiviseksi tasapainoksi kutsutaan puolestaan tilannetta, jossa kokemus roolien vahvistavuudesta ja kuormittavuudesta on voimakas. Mikäli taas yksilö kokee voimakkaita kuormittavuuden kokemuksia yhdistettynä vähäiseen kokemukseen roolien vahvistavuudesta, kuvataan tilannetta käsitteellä haitallinen tasapaino. Neljäs käsite, passiivinen tasapaino, kuvaa tilannetta, jossa yksilö kokee voimakasta roolien vahvistavuutta yhdistettynä vähäiseen kokemukseen kuormittavuudesta. Yksilön kokemus suotuisasta tai haitallisesta tasapainosta elämän eri roolien ja alueiden välillä on huomionarvoinen erityisesti hyvinvoinnin kannalta (Rantanen, Kinnunen, Mauno & Tillemann 2011,

33, kuvio 2.1). Olennaista tässä mallissa on kokemus siitä, että työn ja perheen synnyttämät vaatimukset ovat tasapainossa suhteessa hyötyihin.

Rantasen ja Kinnusen (2005, 244-248) mukaan *työn ja perheen vuorovaikutuksen syiden ja seurauksien mallien* ydinajatus on se, että työn kuormittavat tekijät ovat erillisiä perheen kuormittavista tekijöistä, jolloin myös työstä perheeseen ja perheestä työhön suuntautuvan kielteisen vuorovaikutuksen syitä ja seurauksia on syytä tarkastella toisistaan erillisinä ilmiöinä. Toisaalta toisinaan työhön ja perheeseen liittyvät kuormitustekijät eivät kuitenkaan ole toisistaan riippumattomia, vaan voivat helposti myös ruokkia toinen toisiaan. Esimerkkinä voidaan pitää tilannetta, jossa työuupumuksesta kärsivän henkilön oireilu hankaloittaa myös vuorovaikutusta perheen kanssa. Tällöin on kyse kielteisestä siirrännästä työn ja perhe-elämän kokemusten välillä.

Rantasen ja Kinnusen (2005, 244-246) mukaan perheen ja työn vuorovaikutuksen syiden ja seurauksien mallit kuvaavat näiden kahden osa-alueen vastavuoroista suhdetta suhteessa kuormittavuuteen. Sekä työhön, että perheeseen liittyy stressitekijöitä, jotka muodostuvat ja liittyvät tiettyyn elämänalueeseen mutta vaikuttavat kuitenkin toiseen elämän osa-alueeseen. Kuormittavuus saattaa työn ja perheen vuorovaikutuksessa olla kaksisuuntaista ja muodostua kuormituksen suhteen pahimmillaan itseään ruokkivaksi kehäksi, jossa esimerkiksi työssä koettu kuormitus vaikuttaa ensin perheeseen ja tämän jälkeen vielä takaisin työhön. Huomionarvoista kuitenkin on, että stressitekijöiden lisäksi perheen ja työn vuorovaikutuksen syiden ja seurausten mallit kuvaavat myös mahdollisia voimavaroja, jotka liittyvät joko työhön tai perheeseen, mutta vaikuttavat kaksisuuntaisesti myös toiseen osa-alueeseen.

Mallit työn ja perheen vuorovaikutuksen syistä ja seurauksista ovat mielenkiintoisia työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen kannalta, sillä ajatus "kaikki vaikuttaa kaikkeen" heijastuu myös tilanteeseen, jossa sovitetaan yhteen työtä, perhe-elämää sekä opiskelua. Mikäli kuormitusta tapahtuu erityisesti esimerkiksi työssä, heijastuu se tämän mallin mukaan myös opiskeluun sekä perhe-elämään ja toisinpäin.

Kolmas Rantasen ja Kinnusen (2005, 248-252) esittelemä näkökulma eli *mallit työn ja perheen rajapinnan hallinnasta* ottavat esitellyistä malleista eniten

huomioon yksilöiden väliset erot työn ja perheen vuorovaikutuksen kokemisen ja kokemusten suhteen. Mallit työn ja perheen välisen rajapinnan hallinnasta eivät ole, että erilaiset työn ja perheen vuorovaikutukseen liittyvät tekijät olisivat kaikille automaattisesti samalla tavalla kuormittavia tai helpottavia. Kyseinen malli nostaa esille yksilön mahdollisuuden ja vastuun työn ja perheen välisen rajan hallinnassa. Rajan hallinnassa keskeisiä osa-alueita on kaksi; se kuinka vahvasti yksilö rajaa työn ja perhe-elämän erilleen (rajan lujuus vs. löyhyys), sekä se, kuinka omistautunut yksilö on työ- ja perherooleilleen.

Työn ja perhe-elämän vuorovaikutuksen rajaamista eli näiden elämänalueiden toinen toisiinsa vaikutusten hallitsemista Rantanen ja Kinnunen (2005, 249) määrittelevät termeillä *läpäisevyys*, *joustavuus*, sekä *sulautuvuus*. Näillä termeillä hahmotetaan muun muassa sitä, kuinka paljon yksilö sallii työn vaikuttaa perhe-elämään ja päinvastoin (joustavuus) sekä kuinka paljon työssä ja perhe-elämässä kohdattujen tunnetilojen sallii vaikuttaa toiseen osa-alueeseen (läpäisevyys). Kolmas termi sulautuvuus kuvaa kokonaistilannetta eli sitä, kuinka paljon henkilö sallii läpäisevyyttä ja joustavuutta kokonaisuudessaan, eli toteutetaanko joustavuuden ja läpäisevyyden hallinnalla (molempia paljon vs. vähän) työn ja perhe-elämän yhteen nivoutumista vai elämänalueiden toisistaan erillään pitämistä.

Rantasen ja Kinnusen (2005, 249) esittelemä toinen työn ja perheen välistä rajanhallintaa määrittävä tekijä on yksilön omistautuminen sekä samaistuminen perheen ja työn sisäisiin rooleihinsa. Omistautuminen kuvaa sitä astetta, jolla yksilö sitoutuu ja käyttää energiaansa perheeseensä sekä työhönsä, kun taas samaistumisella sitä, miten yksilö samaistuu työssä ja perheessä noudatettaviin arvoihin, kulttuuriin sekä vastuunjakoihin.

Kritiikkinä tähän malliin voidaan pohtia sitä, kuinka esimerkiksi rajan hallinnan teemat ovat todellisuudessa yksilön itsensä hallittavissa. Esimerkiksi työntekijä, jonka työajat ovat hyvin epäsäännölliset, tai joka työskentelee kotonaan, ei välttämättä kykene rajaamaan perhettä ja työtä erilleen niin helposti kuin joku toinen toisenlaisessa työtilanteessa kykenee ja vaikka tällä tavoin haluaisikin toimia. Matthews ja Barnes-Farrelin (2010) mukaan keskeistä rajan hallinnan kannalta ei kuitenkaan ole pelkästään ulkopuoliset olosuhteet, vaan

mahdollisuuksiin hallita perheen ja työn välisiä rajoja liittyvät sekä henkilön yksilölliset mahdollisuudet (*flexibility-ability*), kuten työaikajoustot tai perheen tukiverkostot. Toisena tekijänä tähän vaikuttaa yksilön motivaatio ja tahto (*flexibility-willingness*) hallita työn ja perheen välistä rajaa. Matthews, Barnes-Farrellin ja Bulgerin (2010, 457-458) mukaan yksilön motivaatiolla hallita työn ja perheen välistä rajaa on yhteys siihen, kuinka paljon työn ja perheen yhteensovittamisesta koituu haasteita. Esimerkiksi työn ja perheen vuorovaikutusta tutkittaessa tilanteessa, jossa yksilö koki toisen elämän osa-alueen olevan toista osa-aluetta keskeisempi, oli todennäköistä, ettei yksilö ollut valmis joustamaan vähemmän tärkeäksi kokemansa osa-alueen vaatimusten mukaan.

Yllä esiteltyjä työn ja perheen vuorovaikutusta kuvaavia malleja on jo sovellettu työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen tutkimukseen. Esimerkiksi Niemelä (2014) lähestyy tutkimuksessaan työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista rooliristiteorian sekä täydentävien roolien näkökulmasta. Tutkimuksessa verrattiin perhe- ja työmarkkinastatukseltaan erilaisten yliopisto-opiskelijoiden roolien ristiriitoja ja stressiä. Tutkimuksessa havaittiin, että perheellisillä opiskelijoilla oli käytettävissään perheettömiä opiskelijoita enemmän taloudellisia resursseja, jonka työssäkäynti opintojen ohella mahdollisti. Perheellisten opiskelijoiden resursseja muihin opiskelijoihin verrattaessa huomattiin myös, että perheellisillä opiskelijoilla oli muita useammin jo yksi korkeakoulututkinto, mikä nähtiin myös positiivisena resurssina. Huomionarvoinen yksittäinen tutkimustulos oli, että miehet työskentelivät naisia useammin opintojen ohella kokopäiväisesti (Niemelä 2014.)

Täydentävien roolien teoriaan pohjaten Niemelä (2014, 147-148) tutki myös, kuinka hyvin erilaisessa elämäntilanteessa olevat opiskelijat kokivat opiskelun ja työn tukevan toisiaan. Kuten aiemmin todettu, perheelliset opiskelijat omasivat useammin jo yhden korkeakoulututkinnon, ja näin ollen tutkintoon johtava opiskelukin nähtiin enemmän täydennyskouluttautumisenä, joka tuki työelämässä pärjäämistä. Ero perheellisen ja yksin asuvan opiskelijan välillä oli nähtävissä myös vastauksissa opiskelun merkityksestä. Siinä missä yksin asuva opiskelija piti opiskelua merkittävänä osana elämää, perheelliset opiskelijat antoivat opiskelulle vähemmän painoarvoa (Niemelä 2014, 148).

2.2.2 Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen mahdollistajia ja hankaloittajia

Lowe ja Gayle (2007, 231-233) korostavat saadun tuen merkitystä työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen helpottajana. Erilaisia tuen muotoja olivat varsinainen käytännön tuki kuten taloudellinen tuki tai lastenhoitoapu, mutta myös eri tahoilta saatu keskusteluapu, rohkaisu sekä ymmärrys. Mainitsemisen arvoista on myös johtopäätös, jonka mukaan opiskelijan persoonalla, kyvyillä suoriutua töistä tai opinnoista itsestään ei löydetty yhteyttä siihen, kuinka hyvin he onnistuivat yhteensovittamaan työn, perheen ja opiskelun. Merkityksellisempää oli nimenomaan saatu tuki ja sen määrä ja laatu. Toinen mielenkiintoinen havainto oli se, kuinka vähän oppilaitoksen käytännön järjestelyt vaikuttivat työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamiseen. Ennakko-odotusten vastaisesti opiskelijat eivät kokeneet esimerkiksi läsnäolopakolla tai muilla aikatauluilla olevan kovinkaan suuri yhteys muun elämän yhteensovittamiselle. Vaikka varsinaisella opiskelumenestyksellä tai työssä suoriutumisen ei olekaan yhteyttä onnistuneeseen työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamiseen, van Rhijn ja Lero (2014, 551-553) havaitsivat, että minäpystyvyyden (*self-efficacy*) ja tutkittavien tyytyväisyyden eri rooleihinsa välillä on yhteys.

Van Rhijnin (2014) mukaan perheellisten opiskelijoiden suurimpia opintojen sujumisen ja etenemisen hankaloittajia olivat ajan ja resurssien puute, stressi, sekä opiskeluyhteisön ulkopuolelle jääminen. Vastaavasti opintoja sujuvoittavia tekijöitä olivat opinnoista koituneet hyödyt, erityisesti perheeltä saatu tuki sekä kyky pitää opiskelumotivaatiota yllä. Tutkimuksen mukaan perheellisten opiskelijoiden oli helppoa priorisoida tehtäviä ja käyttää aikaa tehokkaasti hyödykseen.

Repo, Vuoksenranta ja Ruokolainen (2014) ovat tutkineet avoimen yliopiston aikuisopiskelijoiden kohtaamia haasteita. Tuloksista kävi ilmi, että aikuisopiskelijat kokevat perhe-elämän sekä työn vievän voimavaroja ja olevan samalla suurin haaste opiskelulle. Syitä nostettiin esille erityisesti kaksi. Toinen selitys perheen, työn ja opiskelun kokemisena haasteena oli aika ja ajankäyttö. Perhe-elämän ja työn nähtiin vievän aikaa liikaa, jolloin opinnot eivät edenneet

toivottuun tahtiin. Toinen selitys oli tuen puute niin työpaikalta kuin perheenjäseniltä. (Repo ym. 2014, 261-263).

Lowe ja Gayle (2007, 230-231) jakoivat eri elämän osa-alueilla tasapainottelevat opiskelijat neljään eri ryhmään sen mukaan, millaisella menestyksellä opiskelijat onnistuivat luovimaan ja neuvottelemaan tasapainoa eri elämänalueiden kesken. Ensimmäinen kategoria (*a good balance*) piti sisällään opiskelijat, joilla eri elämän osa-alueiden yhdistäminen onnistui hyvin. Luontaista kyseiselle ryhmälle oli opiskelun näkeminen erillisenä elämän osa-alueena, jolla oli vähän tekemistä ja vaikutusta muihin elämänalueisiin. Toisen kategorian (*manage to balance*) opiskelijoita yhdisti opiskelun onnistunut integrointi muuhun elämään. Tyypillistä oli esimerkiksi se, että onnistunut osa-alueiden yhdistäminen oli vaahtinut neuvotteluja muun muassa perheenjäsenten ja työyhteisön kanssa. Kolmas kategoria (*find it difficult to balance*) piti sisällään opiskelijat, joiden yhteensovittaminen oli onnistunut vain osittain. Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen oli kyseisen ryhmän jäsenille jatkuvaa tasapainoilua ja uhkaa mahdollisista yhteentörmäyksistä. Neljännen kategorian (*conflicting demands create stress*) opiskelijat eivät olleet onnistuneet työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisessa. Elämän eri osa-alueet olivat heillä epätasapainossa, eikä neuvotteluja niiden yhteensovittamiseksi oltu tehty.

Perheen käsitteen saadessa uusia merkityksiä ja muotoja on hyvä tarkastella myös sen vaikuttavuutta muihin elämän osa-alueisiin. Koska nykyaikana ei ole itsestäänselvyys, että perheessä olisi esimerkiksi kahta huoltajaa, voidaan pohtia, kuinka yksinhuoltajuus vaikuttaa työn, perheen ja yhteensovittamiseen. Toisaalta Kaplanin ja Saltielin (1997) mukaan perheessä tapahtuvat muutokset, kuten avioero toimivat usein kimmokkeena opintojen aloittamiselle. Tällaista tutkimustulosta vasten on mielenkiintoista pohtia, onko tällaisessa tilanteessa kyse siitä, että erilaiset roolit nimenomaisesti tukisivat toisiaan, vai vaan siitä, että jonkun roolin murtuminen esimerkiksi työelämässä saattaa sysätä muutoksen liikkeelle myös toisella elämänalueella.

2.2.3 Naiset ja miehet työn, perheen ja opiskelun yhteensovittajina

Perheen, opiskelun ja työn yhdistäminen on osittain myös teema, jossa sukupuoli tulisi huomioida. Aikuisopiskelijoista huomattavasti suurempi osa on naisia kuin miehiä. Lisäksi naisten ja miesten kohtaamat haasteet ovat erilaisia. Suhteessa työn ja perheen yhteensovittamiseen, naiset vastaavat miehiä enemmän lasten- ja kodinhoidosta (Bierema 1998, 96-97). Naiset ovat enemmistönä edustettuina aikuisopiskelijoiden joukossa useilla aloilla, esimerkiksi vuonna 2000 aikuisopiskelijoista kuusi kymmenestä oli naisia (AKU 2002). Vuorikosken ja Ojalan (2006, 317) mukaan siinä missä naiset opiskelevat miehiä useammin yleisivistäviä opintoja omalla ajallaan ja omakustanteisesti, miehet kehittävät omaa osaamistaan työajalla ja työnantajan kustannuksella.

Stonen ja O'Shean (2013, 95-98) mukaan eroavaisuuksia naisten ja miesten välillä löytyi erityisesti suhteessa ajankäyttöön, rahaan sekä aikuisopiskelijoiden kokemaan syyllisyyden tunteeseen. Ajankäytön haasteita perheellisiltä aikuisopiskelijoilta kysyttäessä naiset nimesivät suurimmaksi huolekseen sen, ettei aikaa riittänyt tarpeeksi lapsille tai kotitöiden hoitoon. Miesten suurin huoli ajankäytön suhteen taas liittyi opintoihin liittyvään aikaan, eikä lastenhoitoon liittyvät kysymykset nousseet esiin miesten vastauksissa. Lowen ja Gaylen (2007, 230) mukaan naiset käyttävät myös kotitöihin miehiä enemmän aikaa ja viettävät miehiin verrattuna vähemmän vapaa-aikaa. Toisaalta van Rhijnin ja Leron (2014, 547) mukaan miehet tekivät hieman naisia enemmän työtunteja opintojen ohella.

Naisnäkökulma on yleisesti enemmän tutkimuksen kohteena niin työn ja perheen, kuin työn, perheen ja opiskelunkin tutkimuksessa. Esimerkiksi Laakkonen, Manninen sekä Kauppila (2017), Andrade, van Rhijn sekä Matias (2017), sekä Shepherd ja Mullins Nelson (2012) ovat valinneet tutkimuksensa näkökulmaksi naisnäkökulman rajaamalla miehet pois aineistosta. Tätä he perustelevat sillä, että naiset ovat tilastollisesti miehiä aktiivisempia opiskelijoita erilaisissa tutkintoon tähtäämättömissä koulutuksissa. Osa myös tässä tutkimuksessa esiteltujen tutkimusten aineistojen enemmistöistä on naisia (ks. esim. van Rhijn & Lero 2014).

Työn, perheen ja opiskelun, sekä työn ja perheen yhteensovittamisen tutkimuksen saralla vallalla olevan naisnäkökulman voidaan ajatella johtuvan perinteisten rooliajatuksista ja niiden osittaisesta murtumisesta. Työssäkäyvä nainen, jonka vastuulla on myös lastenhoito, on osaltaan kiinnostava tutkimuskohde. Lähtökohtaisesti miesten mahdollisia haasteita eri elämänalueiden yhdistämisestä ei ehkä ole kiinnostuttu niin paljoa, sillä ajatus on saattanut olla, että miehet eivät kamppaile esimerkiksi työn ja perheen yhdistämisen kanssa, sillä perheestä ja kodista vastaa nainen. Kuitenkin esimerkiksi Suomessa, missä tasa-arvoisempaa vastuuta kodin- ja lastenhoidosta yritetään edesauttaa poliittisinkin keinoin, on tärkeää ottaa huomioon myös miesnäkökulma. Tämän vuoksi emme tässä tutkimuksessa halunneet rajata näkökulmaa vain tiettyä sukupuolta koskevaksi.

3 ELINIKÄINEN JA ELÄMÄNLAAJUINEN OHJAJAUS

3.1 Elinikäinen oppiminen ja sen haasteet ohjauksen tarpeiden taustalla

Nykypäivän yhteiskunta ja työelämä ovat olleet muutosten kourissa viimeisten vuosikymmenien ajan. Perinteisten työntekijäammattien määrä on vähentynyt ja tilalle ovat tulleet asiantuntijat ja palvelutyössä työskentelevät työntekijät. Samalla työn sisällöt ovat moninaistuneet ja työn kuormittavuus on kasvanut. (Pensola, Goud & Polvinen 2010; 94-95; Peavy 1997; Niemelä 1998.) Työelämän ja työn sisältöjen nopea muuttuminen on johtanut tilanteeseen, jossa työntekijältä odotetaan uudenlaista katsantotapaa ja kykyä ymmärtää muuttuvaa maailmaa sekä taitoja vastata työelämän muutoksiin muun muassa oman aktiivisuutensa ja osaamisensa kehittämisen kautta. Esimerkiksi yksilöiden kyky hallita ja ennustaa työelämässään tapahtuvia muutoksia on korostunut. (Karjalainen 2010, 12; Niemelä 1998, 19; Peavy 1997, 36; Onnismaa 2003.) Myös urasuunnittelu ja oman osaamisen kehittämisen merkitys ovat kasvaneet (Lairio, Kujala & Makkonen 2006, 20). Jatkuvasta oppimisesta ja uuden osaamisesta on tullut keskeistä ja oppimista onkin ryhdytty tarkastelemaan prosessina, joka ulottuu ihmisen koko elämänsäkaarelle. Oppimisesta on tullut elinikäistä.

Jarvis (1990, 203; 2008, 4-5) kuvaa elinikäisen oppimista koko elämän aikaisena prosessina, jossa yksilö oppii uusia asioita ja taitoja koko elämänsä ajan. On kuitenkin tärkeää, että elinikäistä oppimista ei tulisi rinnastaa pelkästään jatkuvaan kouluttautumiseen. Sen sijaan oppimista tulisi tarkastella myös itseohjautuvana, omien intressien ja kiinnostuksen kohteiden määrittämänä oppimisena, jota tapahtuu päivittäin erilaisten kokemusten kautta. Tällä tarkoitetaan oppimista sekä virallisen, mutta myös virallisen, eli informaalin oppimisen kautta. (Dohmen 1998; Jarvis 1990, 203). Elinikäinen oppiminen pitää siis sisällään kaikki elämän eri vaiheet ja oppimisen ympäristöt, kuten eri oppilaitokset, työpaikat, mutta myös vapaa-ajalla tapahtuvan oppimisen (Karjalainen 2010, 13).

Muuttuva yhteiskunta ja työelämän tarpeet painottavat voimakkaasti jatkuvan oppimisen tärkeyttä (Niemelä 2011). Tätä kautta elinikäisestä oppimisesta on tullut tärkeä osa myös nyky-yhteiskunnan koulutus- ja sivistyspoliittisia periaatteita. Esimerkiksi Suomen Opetushallituksen (2017) mukaan uuden oppimisesta ja yksilön kyvystä ottaa haltuun uusia tilanteita on tullut tärkeä osa työntekijän nykypäiväistä ammattitaitoa, jota muuttuvat työelämän tilanteet edellyttävät. Jatkuvan oppimisen vaade asettaa kuitenkin suuria haasteita yksilölle, sillä se haastaa jatkuvaan oman osaamisen arviointiin, reflektointiin ja luo paineita uusien tavoitteiden asettamiselle. Työelämässä vallitseva muutos ja elinikäisen oppimisen tarve ovatkin luoneet vaatimuksen eri elämän vaiheisiin sijoittuvalle ohjaukselle ja tuelle, jotka edesauttavat yksilön kehitystä (Karjalainen 2010, 12-16). Myös Vuorinen (2013, 39) tähdentää, että elinikäisen oppimisen ja ohjauksen käsitteet nivoutuvat läheisesti toisiinsa. Ohjaus voidaan tämän takia nähdä yhtenä keskeisenä keinona, jonka kautta voidaan vastata elinikäisen oppimisen haasteeseen; oppimisen ollessa elinikäistä, tulisi ohjauksenkin olla sitä. Lisäksi voidaan pohtia, olisiko ohjaus mahdollista nähdä yhtenä työkaluna, jonka avulla työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen mahdollisia ristiriitoja voidaan helpottaa (ks. Lowe & Gayle 2007).

3.2 Mitä on ohjaus?

Ohjaukselle ei ole olemassa kaiken kattavaa ja yksiselitteistä määritelmää, sillä ohjaus on ilmiönä ja käsitteenä moniulotteinen. Ohjausta voidaan tarkastella esimerkiksi psykologisena prosessina, auttamissuhteena tai interventiovaihtoehtoina, tai sitä voidaan lähestyä suhteessa toiminnalle asetettuihin päämääriin, ohjattaviin tai psykoterapiaan. (Lairio & Puukari 2001, 9-11.) Ohjauksen kuvaukset voivat erota toisistaan myös sen mukaan, korostetaanko niissä prosessia, menetelmää vai vuorovaikutusta ohjattavan ja ohjaajan välillä (Onnismaa 2007, 7). Toisaalta ohjaus on myös monien ammattien, kuten oppilaanohjauksen, aikuiskoulutuksen, ammatinvalinnan, kuntoutuksen ja työnohjauksen risteyksessä kehittyvä käytäntö. Tämän takia ohjauksesta puhumiseen voivat vaikuttaa myös ammatillinen suhtautumistapa tai orientaatio, jolloin ohjaustilanteet ja -työtavat

voivat olla hyvinkin moninaisia. (Vehviläinen 2001, 14-16; Onnismaa 2007, 7.) Ohjauksen moniulotteisuudesta johtuen, Onnismaan (2003) mukaan ohjaukselta onkin helpompi määrittää negatiivisten kautta, toisin sanoen sen mukaan mitä ohjaus ei ainakaan ole. Ohjaus ei esimerkiksi ole yksittäinen tieteenala, vaan pikemminkin monitieteellinen tutkimusalue. Ohjaus ei ole myöskään terapiaa tai pelkkää opetusta tai yksittäisten neuvojen antamista, vaikkakin ohjauksella on monia yhtymäkohtia niiden kanssa. (Onnismaa 2003, 7-11.)

Tarkan määritelmän antaminen ohjaukselle lienee siis mahdotonta. Tässä yhteydessä esittelemme Peavyn (1997) antaman kuvauksen ohjaukselle, jonka mukaan ohjaus on eräänlainen elämänsuunnittelun menetelmä, jonka tarkoituksena on tukea asiakasta ohjaamalla häntä hyödyntämään omia voimavarojaan sekä selkeyttämällä ohjattavalle erilaisia toimintamahdollisuuksia. Kysymys on siis eräänlaisesta dialogisesta ja vuorovaikutuksellisesta prosessista, jossa oleellista on ohjattavan ja ohjaajan välinen kunnioitus ja luottamus. Ohjauksen tavoitteena on toisen ihmisen auttaminen ja tukeminen. (Peavy 1997.) McLeod (2003, 294) kuitenkin tähdentää, että ohjauksen onnistumisen merkittävämpi tekijä on usein ohjaussuhteen laatu, kuin taustalla vaikuttava ohjauksen suuntaus. Tämän lisäksi keskeistä on yksilöllisyys, sekä uusien mahdollisuuksien luominen (Karjalainen 2010, 13).

Tässä tutkimuksessa ohjausta ja ohjauksellisuutta tarkastellaan laaja-alaisena ilmiönä ja toiminnan muotona, jossa lähtökohtana on yksilön tarve saada tukea erilaisissa elämäntilanteissa. Ohjaus nähdään siis elinikäisenä ja laajuisena jatkumona, jonka tarkoituksena on tukea ohjattavaa kussakin elämäntilanteessaan. (ks. Karjalainen 2010; ELGPN 2013; ELGPN 2016; Peavy 1997.)

3.3 Ohjaus elinikäisenä ja laajuisena jatkumona

Yksilön tarpeet uuden oppimiseen, sekä oman kehitystarpeen hallitsemiseen aktivoituvat eri aikoina ihmisen elinkaarta. Tämän vuoksi yksilön tarpeet ohjaukselle voivat ilmetä missä elämänvaiheessa tahansa. Niinpä myös ohjauksen määrittelyssä tulee ottaa huomioon se, että ohjausta ei tule nähdä ihmiselämästä irrallisena ilmiönä, vaan mieluummin yksilön elämäntilanteeseen ja kokemukseen kytkeytyvänä jatkumona, jonka kautta yksilö voi saada tukea kuhinkin elämäntilanteeseensa (Karjalainen 2010; ELGPN 2013; ELGPN 2016; Peavy 1997.) Ohjaus voidaan oppimisen ja koulutuksen lisäksi liittää myös laajemmin yksilön elämään. Esimerkiksi aikuisopiskelijan elämään vaikuttavia osa-alueita voivat olla opiskelun lisäksi olla perhe, sekä työelämä. Tämän takia erilaisissa elämäntilanteissa ja erilaiset ohjauksen tarpeet huomioon ottaen, myös ohjauksen kanavien tulisi olla moninaiset. Tämän ajatuksen pohjalta Plant (2008, 269) esittää, että ohjausta voidaan tarkastella elämänpituisen (*life-long*), elämänlaajuisen (*life-wide*) sekä elämänsyvyisen (*life-deep*) ohjauksen käsitteiden kautta.

Elinikäisen (*life-long*) ohjauksen määritelmä vastaa luonnollisesti läheisesti ohjauksen määritelmää, pitäen sisällään näkemyksen elämänlaajuisen oppimisen ideasta. Eurooppalaisen elinikäisen ohjauksen toimintapolitiikan verkoston (ELPGN 2013) mukaan elinikäinen ohjaus pyrkii elinikäisen oppimisen tavoin, tarjoamaan ohjausta kaikissa elämän vaiheissa. Elinikäisellä ohjauksella tarkoitetaan erilaisia tekoja, joiden avulla eri ikäiset henkilöt pystyvät eri vaiheissa elämäänsä tunnistamaan kiinnostuksensa, taitonsa ja valmiutensa, sekä tekemään mielekkäitä ammattiin ja koulutukseen liittyviä valintoja sekä hallitsemaan henkilökohtaista kehitystään koulutus-, työ- ja muissa ympäristöissä. Esimerkkejä tällaisesta toiminnasta ovat neuvojen antaminen, opinto-ohjaus, taitojen ja tietojen arviointi, mentorointi, sekä päätöksenteko- ja urahallintataitojen tukeminen. (ELGPN 2013, 13.) Näin ollen, elinikäisen ohjauksen yhtenä tarkoituksena on tukea elinikäistä oppimista erilaisissa toimintaympäristöissä (Karjalainen 2010, 17). ELPGN:n (2016) mukaan yksilöillä on erilaiset valmiudet hankkia tietoa esimerkiksi työ- tai oppimismahdollisuuksista, sekä tulkita tätä tietoa, jonka pohjalta mielekkäiden päätösten tekeminen ja toteuttaminen on mahdollista.

Elinikäisen ohjauksen avulla pyritään tasoittamaan edellä kuvattua eroa. (ELGPN 2016, 5-8.) Yhtenä keskeisenä perusteluna elinikäisen ohjauksen tärkeydelle voidaan pitää erityisesti tasa-arvoa lisäävää näkökulmaa.

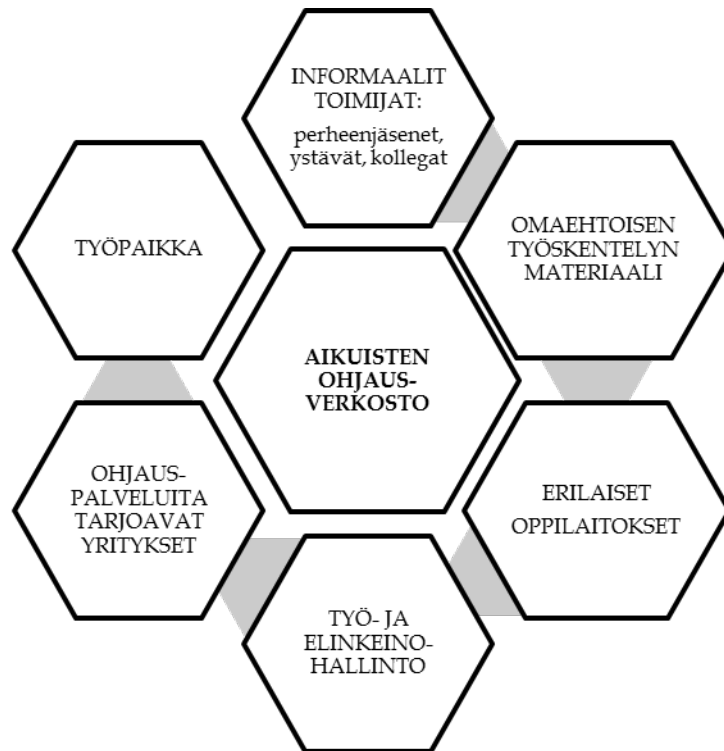
Yksilön tarpeet ohjaukselle voivat olla moninaisia; ne voivat painottua esimerkiksi henkilökohtaisiin, sosiaalisiin tai ammatillisiin seikkoihin. Tätä kautta ohjausta on perusteltua tarkastella myös ”laajuuden” (*life-wide*) näkökulmasta. Erilaisiin tarpeisiin voidaan hakea ja saada ohjausta erilaisten reittien kautta, jotka parhaimmillaan tukevat toisiaan. Ohjauksen elämänlaajuisuus tarkoittaa siis sitä, että ohjauksen avulla pitäisi voida kattaa sisällöllisesti eri elämän alueet, joilla ihmiset tekevät päätöksiään. Erilaiset päätökset myös haastavat yksilöä tarkastelemaan erilaisia sisältöjä elämässään. (Karjalainen 2010, 18; Plant 2008,269.)

Kun ohjausta tarkastellaan elämänsyvyuden (*life-deep*) näkökulmasta, pitää ajatus sisällään ohjattavan erilaiset tarpeet ajankohtaisesta tiedosta, osaamisen kehittämisestä, mutta myös itseluottamuksen ja itsereflektion lisäämisestä. Erilaisiin tarpeisiin voidaan vastata esimerkiksi neuvonnan, mentoroinnin ja ohjauksen kautta. (Karjalainen 2010, 18.) Ohjattavien ohjaustarpeet ovat siis erilaiset, joten ohjauksen intensiivisyys ja syvyys tulee suhteuttaa ohjattavan tarpeisiin.

Edellä esitettyjen näkökulmien pohjalta Karjalainen (2010, 16) tähdentääkin, että ohjausmuotojen ja -palveluiden ei tulisi olla ennakkoon määriteltyjä, vaan pikemminkin olisi tärkeää voida vastata kunkin yksilön tarpeisiin joustavasti. Tämän takia ohjausta on perusteltua tarkastella verkostona, sillä mikään yksittäinen toimija ei voi vastata kaikkiin ohjauksen vaateisiin (ks. Nykänen 2010; Karjalainen 2010).

3.4 Ohjauksen moninainen verkosto

Karjalaisen (2010) esittämän mallin mukaan (Kuvio 2) ohjausta voidaan tarkastella eri toimijoiden tarjoamien ohjauspalveluiden kautta. Tämä ohjausverkosto pitää sisällään erilaisia toimijoita, jotka tässä yhteydessä jaottelemme pelkistetyksi formaalin ohjauksen, informaalin ohjauksen ja itseohjauksen toimintaan. Jaottelu on pelkistetty, sillä osa-alueet limittyvät käytännössä usein toisiinsa.



Kuvio 2: Aikuisten ohjausverkosto (Karjalainen 2010, 22)

Formaalit ohjauspalvelut pitävät sisällään niin ohjauspalveluita tarjoavat toimijat julkiselta ja yksityiseltä sektorilta, mutta myös erilaiset oppilaitokset, työ- ja elinkeinohallinnon toimijat sekä työpaikat, että ammattijärjestöt. Ohjauspalveluita voivat tarjota esimerkiksi erilaiset oppilaitokset, joiden ohjausta ja toimintaa määrittävät erilaiset asetukset, lait sekä opetussuunnitelmat. Oppilaitosten ohjauksesta vastaavat usein siihen määrätty henkilöstö, mutta toisaalta käytänteinä voivat olla moninaiset opiskelija- ja opettajatuutoroinnin sekä mentoroinnin toimintatavat. (Karjalainen 2010, 18-24.) Uusin opetussuunnitelma korostaa ohjauksen kuulumista yhä laajemmin kaikille kussakin kouluorganisaatiossa

työskenteleville eikä ainoastaan esimerkiksi opinto-ohjaajille tai vastaavassa tehtävässä muilla nimikkeillä toimiville (POPS 2014).

Työ- ja elinkeinohallinnon toimijat, erityisesti TE-toimistot taas vastaavat työnhakijoiden palvelusta. Monialaiset palvelut pitävät sisällään niin omatoimisesti käytettäviä verkkopalveluita kuin henkilökohtaisemmin räätälöityjä palveluita, joita on saatavilla TE-toimistoista sekä erilaisista työvoiman palvelukeskuksista. Keskeinen toiminnanmuoto on niin ikään työvoimakoulutus, jonka tavoitteena on edesauttaa yksilön mahdollisuuksia sijoittua työelämään. Tämän lisäksi erilaiset urasuunnittelupalvelut auttavat löytämään ratkaisuja ammatinvalintaan, mutta myös koulutukseen liittyvissä kysymyksissä. Palvelun kautta voi saada tietoa niin koulutusmahdollisuuksista, opintojen rahoituksesta, kuin eri ammateista. (Karjalainen 2010, 18-24.)

Informaalilla ohjauksella puolestaan tarkoitetaan esimerkiksi erilaisia keskusteluita ja kokemusten vaihtoa omien ystävien, perheenjäsenten ja kollegoiden kanssa. Juuri tällaiset toimijat voivatkin muodostaa yksilölle keskeisen tuen ja ohjauksen lähteen, tehden heistä tärkeän osan yksilön ohjausverkostoa. (Karjalainen 2010, 18-24.) Informaalilla ohjauksella voi olla suuri merkitys yksilölle, sillä vietämme ison osan yhteisöissä vietetystä ajastamme erilaisissa vertaisryhmissä. Topping (2005, 631-633) muistuttaakin, että erilaiset vertaisryhmät ovat yksi keskeinen osa yksilön tuen, oppimisen ja ohjauksen lähdettä. Vertaisuuden määritelmä hahmottuu hyvin ajatuksen kautta, jonka mukaan vertaisryhmässä sen jäsenet kokevat toisensa yhdenvertaisiksi keskenään, esimerkiksi taustansa, sosiaalisen asemansa tai ikänsä puolesta. Keskeistä vertaisuuden perustassa on kuitenkin aina tietoisuus ja pääasiallinen yhdenmielisyyys vertaisuudesta, vaikkakaan vertaisuuden näkemystä ei ole pakko jakaa kaikkien ryhmän jäsenten kanssa koko ajan. (Sunwolf 2008, 2, 19.) Vertaistuki voi parhaimmillaan muodostaa tärkeän tuen lähteen opiskelijalle. Pajarisen, Puhakan ja Vanhalakka-Ruohon (2004, 265) mukaan toisten opiskelutovereiden tuki onkin hyvä esimerkki informaalista ohjauksesta. Sosiaalinen tuki voi parhaimmillaan muodostaa tärkeän voimavaran opiskelulle, sekä lisätä ryhmään kuulumisen tunnetta. Esimerkiksi opintoihin kiinnittyminen, sekä niissä edistyminen ovat keskeisesti kytköksissä opiskeluaikana saatuun sosiaaliseen tukeen. (Penttinen, Skaniakos, Valkonen &

Plihtari 2011, 5). Vertaistukea edistävää yhteisöllistä oppimiskulttuuria voidaan luoda esimerkiksi ryhmäytämisen avulla ja se voidaan suunnitella osaksi ohjauksen järjestelmää, esimerkiksi tutor-toimintaa apuna käyttäen. (Pajarinen, Puhakka & Vanhalakka-Ruoho 2004, 265.)

Itseohjaus on myös tärkeä osa aikuisen ohjauksentää ja se on ollut keskeinen teema aikuiskoulutuksessa jo 1980-luvusta lähtien. Aikuiset mielletään usein itseohjautuviksi toimijoiksi, joille on kokemustensa perusteella muodostunut kyky itse määrittää oppimisprosessiaan. (Pasanen 2000, 109-113.) Tarkan määritelmän antaminen itseohjauksen käsitteelle on kuitenkin haastavaa. Knowles (1975) lähestyy ilmiötä itseohjautuvuuden käsitteen kautta ja korostaa itseohjautuvuuden toimivan oppimisessa laajempaa prosessina, jossa henkilö tulee tietoiseksi omista oppimistarpeistaan, tekee itse aloitteen oppimistavoitteistaan, sekä hankkii tarvittavat toiminnan edellytykset. Karjalainen (2010, 18-24) lähestyy käsitettä omaehtoisena toimisena, joka käytännössä näkyy esimerkiksi omaehtoista tiedonhakuja sekä erilaisia itsearviointiin liittyviä tehtäviä erilaisen itsetyöskentelymateriaalin avulla. Huomattavaa on kuitenkin se, että itseohjaus ei kuitenkaan tapahdu tyhjiössä vaan se on keskeisesti yhteydessä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Kyse on siis omien päämäärien tunnistamisesta sekä tavoitteiden toteuttamisesta. (Onnismaa 2004, 283.) Tässä tutkimuksessa itseohjaus käsitetäänkin nimenomaan suurelta osin vuorovaikutuksessa muotoutuvana ilmiönä. Käytämme itseohjauksen käsitettä itseohjautuvuuden käsitteen sijasta, sillä itseohjauksen käsite viittaa paremmin yksilön toimijuuteen. Itseohjautuvuus taas voidaan mieltää yksilön ominaisuudeksi, eikä niinkään toiminnan muotona.

4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tämän tutkimuksen keskeisenä mielenkiinnon kohteena on ymmärtää, millaisen merkityksen tutkimuksen kohteena olevat henkilöt antavat ohjaukselle elämäntilanteessaan, jossa läsnä ovat opiskelun lisäksi myös työ ja perhe-elämä, sekä näiden osa-alueiden yhteensovittaminen. Tavoitteena on saada käsitys siitä, minkälaista ohjausta ja tukea haastateltavat kokevat saavansa moniulotteisessa elämäntilanteessaan, mutta toisaalta myös kuinka keskeiseksi he kokevat saamansa tuen tärkeyden. Tavoitteena on saada käsitys myös siitä, minkälaiden eri kontekstien kautta tukea ja ohjausta saadaan ja haetaan. Tämän lisäksi on tarkoitus kartoittaa myös työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista helpottavia ja vaikeuttavia tekijöitä. Esimerkiksi minkälaiden voimavarojen tai tuen avulla kyseisessä elämäntilanteessa olevat aikuiset selviytyvät haastavassa elämäntilanteessa. Toisaalta myös, mitkä asiat koetaan kuormittavina. Näiden asioiden pohjalta tutkimuskysymykseksi muodostui kaksi pääkysymystä tarkentavine alakysymyksineen.

1. Miten haastateltavat kokevat elämäntilanteensa, jossa yhdistyvät opiskelu, työ- ja perhe-elämä?

a. Mitkä seikat helpottavat tai hankaloittavat yhteensovittamista?

2. Miten haastateltavat sanoittavat ohjauskokemuksiaan elämäntilanteessa jossa yhdistyvät opiskelu, työ ja perhe-elämä?

a. Miten erilaisissa konteksteissa saatu tuki ja ohjaus vastaa opiskelijoiden tarpeita?

b. Kenen puoleen aikuisopiskelija kääntyy tukea ja ohjausta tarvitessaan?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Tutkimuskohde ja lähestymistapa

Tutkimuksemme kuuluu laadullisen tutkimuksen perinteeseen, jonka keskeisiin piirteisiin liitetään tutkimuskohteena olevien ihmisten elämysmaailma ja kokemukset, sekä niihin liittyvien merkitysten tarkastelu. (Ks. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Tutkimuskysymysten aihepiirin, muotoilun ja käsittelyn kannalta valitsimme tutkimuksen metodologiseksi viitekehyyksi fenomenologisen lähestymistavan. Perusteet valinnalle lähtevät käytännöllisyydestä käsin, sillä tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella sekä ymmärtää haastateltavien kokemusta elämäntilanteestaan, jossa yhdistyvät opiskelu, työ ja perhe-elämä. Lisäksi tarkoituksena on päästä kiinni merkityksiin, joita haastateltavat antavat ohjaukselle edellä kuvatussa elämäntilanteessaan.

Fenomenologinen metodi ei ole kaavamaisesti etenevä yksittäinen tutkimuskäytäntö, vaan pikemminkin laajempi pohdintaan painottuva filosofinen lähestymistapa, jossa keskeisiksi teemoiksi nousevat kokemusten, merkitysten ja yhteisöllisyyden käsitteet, sekä näiden asioiden ymmärtäminen ja tulkinta. Fenomenologisessa lähestymistavassa oleellista on, että kokemuksen tarkastelua lähestytään aina ihmisen omasta todellisuudesta käsin (Laine 2007, 26-29). Tutkimuksen kohteina ovat siis merkitykset, joita annetaan inhimillisille kokemuksille. Tämän lisäksi fenomenologinen tutkimus perustuu oletukseen, että ihmisten toiminta on aina johonkin suuntautunutta ja että ihmisyyksilö on perusteiltaan myös yhteisöllinen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 34.) Tässä tutkimuksessa tutkimukseen osallistuvien henkilöiden eri elämänkentät, perhe, työpaikka sekä opiskelu, ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään. Myös ohjauskokemukset nähdään vuorovaikutuksellisinä kohtaamisina, joissa merkitykset syntyvät ihmisten välisen kanssakäymisen pohjalta. Ihmisen kokemusten merkitykset voivat olla siis myös jaettuina, ihmisten välisiä kokemuksia (Laine 2007, 30).

Fenomenologisessa tutkimuksessa keskitytään ihmisen kokemusten kuvailmiseen. Voidaan kuvata esimerkiksi sitä miten haastateltavat kokevat sen minkä kokevat, tai millaisia merkityksiä kootusta aineistosta on mahdollista

löytää. (Patton 2002, 487.) Laineen (2007, 27) mukaan on kuitenkin oleellista, että kokemuksen tarkastelua lähestytään aina ihmisen omasta todellisuudesta käsin. Tässä tutkimuksessa tämä tarkoittaa ennen kaikkea sen tarkastelua, kuinka haastateltavat ymmärtävät tai kuvailevat kokemuksiaan, ja kuinka he muuntavat tämän kokemuksensa merkityksiksi ja tätä kautta sanoittavat niitä. Näitä ihmisten erilaisia kokemuksia voidaan haarukoida, analysoida, sekä niitä voidaan verrata toisiinsa, jotta voitaisiin identifioida tutkittavan ilmiön perusolemus (Patton 2002, 106).

Fenomenologisessa tutkimuksessa on tärkeää ottaa huomioon, että kokemuksen ymmärtämisen keskeinen elementti on aina sen tulkinta. Ei ole erillistä tai objektiivista todellisuutta, vaan subjektiivinen kokemus sisältää objektiivisen; siitä tulee ihmisen todellisuutta, jolloin näkökulma on merkityksen muodostamisessa inhimillisen kokemuksen lähteenä. (Patton 2002, 106.) Tästä johtuen tämän tutkimuksen keskeinen elementti on sen avoimuus. On tärkeää, että emme ennalta aseta määrittäviä ennako-oletuksia, emmekä myöskään määrittele ennalta puitteita yksilön kokemukselle, vaan kokemukset otetaan vastaan sellaisena kuin yksilö ne itse ilmaisee.

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2007, 157) mukaan arvolähtökohdat ovat keskeistä huomioida, sillä arvot muovaavat sitä, miten yleensä ymmärrämme tutkittavia ilmiöitä. Mielenkiintomme lähteä tutkimaan opiskelun, työn ja perheen yhteensovittamista kumpuaa omista ja lähipiirimme kokemuksista. Ohjausalan opiskelijoina ohjausteeman nostaminen tutkimuskysymykseksi oli mielestämme lisäarvoa tuottavaa. On mielenkiintoista tarkastella, lisääkö monipuolinen ohjaus ihmisen hyvinvointia elämäntilanteessa, jossa yhdistyvät työ, perhe ja opiskelu. Vaikka tämä on ennako-oletuksemme, tarkoituksenamme on, ettei se liiaksi vaikuta tutkimusaineiston keräämiseen ja siihen, kuinka tarkastelemme tutkimuksemme tuloksia. Tässäkin tutkimuksessa on siis tärkeää ottaa huomioon tutkijoiden ennakkotiedot ja arvot tutkittavasta ilmiöstä, jotka toimivat esimerkiksi tutkimuskysymysten asettelun lähtökohtina ja ovat esitelty tämän tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen kuvaamisen yhteydessä. Pyrimme koko prosessin ajan huomioimaan ennako-oletuksemme haastateltavien

elämäntilanteiden moninaisuudesta, sen haasteista ja ymmärtämään kokemuksia, jotka eivät vastanneet omiamme.

5.2 Tutkimukseen osallistujat

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on pyrkiä kuvaamaan ja ymmärtämään sitä, minkälaisia kokemuksia haastateltavilla on työn ja perheen sekä opiskelujen yhdistämisestä arjessaan sekä siitä, minkälaisia merkityksiä he antavat ohjaukselle elämäntilanteessaan. Tarkoituksena ei ole pyrkiä tekemään tilastollisia yleistyksiä tutkimusaineistosta vaan pikemminkin päästä kiinni kokemuksiin ja merkityksiin sitä kautta, kuinka haastateltavat sanoittavat elämäntilannettaan. Tämän takia on perusteltua, että tutkimusjoukkomme koostuu suhteellisen rajatusta joukosta. Muun muassa Eskolan ja Suonrannan (1998,18) mukaan laadullisessa tutkimuksessa keskitytään yleensä tutkimaan pientä määrää tapauksia, joita pyritään analysoimaan mahdollisimman tarkasti ja perusteellisesti. Aineiston keruun ja haastateltavien määrittelyn kannalta onkin oleellista, että tutkittavasta asiasta saadaan mahdollisimman paljon tietoa ja esiin nousee haastateltavien kannalta aiheeseen liittyviä oleellisia asioita (Patton 2002, 230).

Tutkimuksemme otantamenetelmäksi valitsimme niin sanotun tarkoituksenmukaisen otannan. Ko. otantamenetelmällä tarkoitetaan sitä, että haastateltaviksi valikoidaan ne, joilla on mahdollisimman kattava kokemus tutkittavasta asiasta ja joilta uskotaan saavan aiheeseen liittyvää, mahdollisimman laajaa tietoa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Tuomi & Sarajärvi 2009, 88; Eskola & Suonranta 1998, 18). Aineiston moninaisuuden takaamiseksi haastatteluun pyrittiin saamaan taustaltaan mahdollisimman erilaisia henkilöitä, joilla kuitenkin oli mahdollisimman tuore kokemus elämäntilanteesta, jossa yhdistyy työ, perhe ja opiskelu.

Haastattelukutsu esitettiin osana laajempaa Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen -kyselytutkimusta Jyväskylän yliopiston opiskelijoille ja Hämeen ammatillisen opettajakorkeakoulun opiskelijoille. Sekä määrällinen kyselytutkimus, että sitä syventävät haastattelut suunnattiin nimenomaan aikuisopiskelijoille, joilla on työ ja perhe (ks. osallistumiskutsu Liite 1). Niihin

kyselytutkimuksen osanottajiin, jotka ilmaisivat halukkuutensa osallistua haastatteluun, oltiin yhteydessä heidän itse antamiensa yhteystietojen (puhelinumero tai sähköpostiosoite) mukaisesti haastatteluajan ja -paikan sopimiseksi.

Tutkimusta varten haastattelimme yhteensä 11 opiskelijaa, jotka olivat 27-53 -vuotiaita. Heistä kaksi oli miehiä, kahdeksan naisia sekä yksi osallistuja, joka ei määritellyt sukupuoltaan. Kaikki haastatellut opiskelivat parhaillaan tai olivat valmistuneet kuluneen vuoden aikana, jolloin jokaisella oli siis tuore kokemus opiskelun yhdistämisestä työn ja perhe-elämän kanssa. Opiskelijoista kaksi opiskeli ammattikorkeakoulun täydennyskoulutusohjelmassa, loput yliopistossa tutkintoon johtavassa koulutuksessa. Töitä haastatellut tekivät eritasoisesti ja vaihtelevasti, kokopäivätyöstä satunnaisiin sijaisuuksiin. Kaikilla haastateltavilla oli yksi tai useampi alaikäinen lapsi. Yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta jokaisella haastatellulla oli taloudessaan toinenkin huoltaja.

5.3 Aineiston keruu

Tutkimuksen fenomenologinen lähestymistapa antoi hyviä viitteitä tutkimusaineiston hankinnalle. Aineiston hankinnassa oli siis tärkeää, että tutkittavien näkökulmat tulisivat mahdollisimman hyvin esille haastattelun yhteydessä. Tämän takia aineiston keruutavaksi valikoitui yksilöhaastattelu. Päädyimme puolistrukturoidun teemahaastattelun käyttöön, sillä se antoi jouston mahdollisuutta itse haastattelutilanteeseen. Tuomen ja Sarajärven (2009, 77) mukaan teemahaastattelussa edetään tiettyjen ennalta määrättyjen teemojen sekä niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Haastattelurunko on kuitenkin strukturoidumpi kuin esimerkiksi täysin avoimessa haastattelussa, sillä haastattelun aihepiirit ovat kaikille haastateltaville samat, vaikka esimerkiksi kysymysjärjestyttä voidaan soveltaa kunkin yksittäisen haastattelutilanteen mukaiseksi. (ks. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Tässä tutkimuksessa haastattelujen kulku sekä painotus vaihtelivatkin sen mukaan, minkä asian haastateltavat nostivat ensimmäisenä esiin haastattelussa.

Ennen varsinaisia tutkimushaastatteluja testasimme haastattelurunkoa niin, että teimme kumpikin yhden testihaastattelun. Haastatteluiden päätteeksi

pyysimme haastatelluilta palautteen. Lisäksi kuuntelimme toistemme haastattelut arvioidaksemme haastattelurungon toimivuutta ja tämän perusteella hioidimme haastattelurungon lopulliseen muotoonsa.

Haastattelurunko koostui useammasta eri teemasta (ks. Liite 2). Ensimmäisenä kartoitettiin haastateltavien perhetilannetta sekä koulutus- ja työelämän taustaa. Haastateltavia pyydettiin kuvailemaan koulutus- ja urapolkuaan. Sen jälkeen pyrittiin selvittämään haastateltavien kokemuksia opiskelujen yhdistämisestä työ- ja perhe-elämään. Heitä pyydettiin esimerkiksi arvioimaan, mitkä asiat olivat helpottaneet heitä elämäntilanteensa yhdistämisessä, mutta toisaalta myös sitä, mitkä asiat olivat haastavia. Viimeisessä teemassa haastateltavia pyydettiin pohtimaan elämäntilanteessa kohtaamiaan tilanteita, jossa ohjauksellisuus on ollut jollain tapaa läsnä. Esimerkiksi, minkälaista tukea he ovat opiskeluilleen saaneet, mistä ja keneltä. Lisäksi pyydettiin pohtimaan, kuinka merkityksellistä saatu tuki ja ohjaus on ollut. Jokainen tutkimushaastattelu nauhoitettiin haastatteluun osallistuneiden luvalla, ja ne kestivät keskimäärin noin tunnin.

Haastattelujen tukena käytettiin Katinka Käyhkön (2010) kehittämää henkilökarttaa (Liite 3). Kartan tarkoituksena oli orientoida haastateltavia miettimään opintoihinsa vaikuttaneita henkilöitä tai tahoja, sekä auttaa heitä arvioimaan näiden henkilöiden ja tahojen merkitystä. Samassa yhteydessä haastateltavia pyydettiin arvioimaan sitä, onko mahdollinen vaikutus koettu myönteiseksi vai kielteiseksi. Huomionarvoista on, että Käyhkön luomaa karttaa ei tässä tutkimuksessa käytetty alkuperäisessä muodossaan, vaan sitä muokattiin tähän tutkimukseen sopivammaksi. Tätä tutkimusta varten alkuperäisestä kartasta poistettiin muun muassa ennalta määritellyt tahot, joista ohjausta voidaan hakea. Tarkoituksena oli siis, että haastateltavat voivat itse määrittää elämäntilanteensa läsnä olleet tahot ja henkilöt. Tätä tutkimusta varten haastateltavien tekemät henkilökartat koostettiin kuvioksi, joka esitellään tarkemmin tulosluvussa 6.2, ja se toimii analyysin tukena. Haastateltavien täyttämät kartat ovat toimineet myös tutkimushaastattelun tukena, joiden avulla haastateltavia on muun muassa orientoitu haastatteluun.

5.4 Aineiston analyysi

Eskolan ja Suorannan (1998, 137) mukaan laadullisen analyysin tarkoituksena on selkiyttää tutkimusaineistoa, sekä nostaa tutkittavasta asiasta esille uutta tietoa. Tämä oli keskeinen näkökulma, jonka pidimme mielessämme, kun lähestyimme aineistomme analyysia. Tässä tutkimuksessa valitsimme aineiston analyysitavaksi aineistolähtöisen analyysitavan. Tuomen ja Sarajärven (2009, 97) mukaan aineistolähtöisen analyysin tavoitteena on muodostaa aineistosta kokonaisuus, jossa analyysiyksiköiksi valitaan tehtävän asettelun ja tarkastelun kannalta keskeisimmät aiheet. Lähtökohtana on siis, että analyysiyksiköt eivät ole etukäteen sovittuja, vaan tutkimuksen kannalta tärkeimmät asiat nousevat esiin haastattelujen perusteella (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Tavoitteenamme oli siis saada näkyville haastateltavien kokemus mahdollisimman aitona ja kokonaisvaltaisena.

Aloitimme aineiston analyysin purkamalla tutkimuksen haastatteluaineiston kirjalliseen muotoon, johon ryhdyimme mahdollisimman nopeasti haastattelujen toteuttamisen jälkeen. Tällöin haastattelutilanteet olivat vielä tuoreessa muistissamme, joten pystyimme tekemään litteroituun aineistoon tarvittaessa muistiinpanoja myöhäisemmän analyysin tueksi. Kokonaiskuvan saamiseksi luimme litteroidun aineiston useamman kerran lävitse ennen varsinaista analyysin aloitusta. Kun kokonaiskuva haastattelujen sisällöstä oli muodostettu, siirryimme varsinaiseen analyysivaiheeseen. Analyysivaiheessa tarkoituksenamme oli jakaa aineisto erilaisiin merkityskokonaisuuksiin. Tavoitteenamme oli siis luoda kokonaiskuva tutkittavasta ilmiöstä niin, että erikseen tutkittavia merkityskokonaisuuksia eli teemoja voitiin koota yhteen, samaan kokonaisuuteen (Ks. Laine 2007, 43).

Ryhdyimme aineiston analyysiin kolmen eri vaiheen kautta; ensiksi pelkistimme, sitten ryhmittelimme ja lopuksi loimme aineistosta esiin nousseiden seikkojen pohjalta pääkäsitteitä, eli pääteemoja. Näiden pääteemojen alle tiivistyivät myös tutkimuksemme tärkeimmät tulokset (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 111-112).

Ensimmäisessä, eli aineiston pelkistämävaiheessa, analysoitavana oli koko litteroitu aineisto, jonka tiivistimme niin, että karsimme siitä pois kaiken

epäoleellisen tiedon (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 111-112). Tämä tarkoitti käytännössä sitä, että poimimme Word-ohjelmaa käyttämällä analysoitavaksi sellaiset kohdat tekstistä, jotka olivat tutkimuskysymyksiemme kannalta oleellisia asioita. Karsittu aineisto muodosti tutkimuksemme kannalta tärkeimmän osan, johon varsinainen analyysimme keskittyi.

Aineiston käsittelyn toisessa, eli aineiston ryhmittelyvaiheessa, kävimme pelkistetyn aineiston kokonaan läpi ja erottelimme siitä erilaisia käsiteluoikia (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 113). Käsiteluoikkien, eli teemojen erottelun apuna käytimme värikoodeja, ja erottelimme jokaisesta haastattelusta eri teemoja koskevat osat toisistaan. Käsiteluoikkien purkamisen yhteydessä pyrimme miettimään, mistä haastateltavat puhuivat, ja sen perusteella etenimme analyysimme viimeiseen vaiheeseen. Nimesimme jokaisen käsiteluoikan sitä kuvaavalla termillä.

Viimeisessä, eli niin sanotussa abrahointivaiheessa, tarkastelimme edellä muodostettuja käsiteluoikia. Näistä käsiteluoikista pyrimme löytämään saman sisältöisiä luokkia, joita yhdistimme suuremmiksi käsitteiden yläluokiksi, eli niin sanotuiksi pääteemoiksi. (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 113.) Haastatteluaineiston analyysin perusteella erottelimme siis tutkimuksen kannalta oleellisimman tiedon, jonka perusteella muodostuivat tutkimuksemme tarkat teemat, sekä niiden sisältö. Aineiston käsittelyn toinen ja kolmas vaihe on havainnollistettu Taulukossa 1.

Taulukko 1. Esimerkki aineiston analyysistä ja käsittelystä

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
... mulla on aina ollut kiinnostus... ...motivaatio on ihan valtava...	Tarpeiden tunnistaminen	Itseohjautuvuus
...siks mää jotenkin olin jotenkin hirveen huojentunut, kun mä ajattelin gradun kanssa, ett okei tää on valmis, tää ei oo mikään maailman super gradu, enkä jaksan enempää...	Tavoitteiden asettaminen	
... jos työhomma ja perhe ja opiskelujuttu niin nehän tavallaan laitetaan niinku legopalikat järjestykseen ja sitten niinku suorittaa ja toteutetaan...	Asioiden organisointi	
...kaikkean pitää vaan suhtautua niiden vaatimalla vakavuudella...	Stressin hallinta	

5.5 Eettiset ratkaisut

Tutkimuksemme eettisyyden arvioinnin kannalta on syytä pitää mielessä se, että tässä tutkimuksessa meillä tutkijoina on eettisyyden kannalta iso merkitys. Tutkijoina vastaamme kaikkien tutkimuksen osa-alueiden toteuttamisesta. Vastuulamme on siis koko prosessi aina tutkimusaineiston keruusta, aineiston analysoinnin kautta tulosten pätevään raportointiin ja tutkimuksen luotettavuuden arvioon tärkeänä osana raportointia. Tässä tutkimuksessa eettisyyden arviointi koskee siis koko tutkimusprosessia, aina tutkimuksen alusta loppuun asti.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 132) mukaan eettisyyden arvioinnin kannalta on tärkeää, että tutkijat noudattavat läpi tutkimusprosessin hyvää tieteellistä

käytäntöä. Tämän arvioimiseksi on olennaista huomioida, että tutkimuksen teon jokainen vaihe on mahdollisimman tarkasti ja avoimesti kuvattu (Tuomi & Sarajärvi 2009, 132.) Tämän takia olemme tutkijoina pyrkineet mahdollisimman täsmälliseen kuvaamiseen siitä, kuinka tutkimuksemme on edennyt ja kuinka tutkimustuloksiin on päädytty. Analyysiä olemme havainnollistaneet muun muassa edellisessä kappaleessa olevan mallikaavion avulla. Tulosten kuvaamisessa taas on hyödynnetty esimerkiksi aineistoesimerkkejä, jotta lukija pystyy peilamaan raportoimiamme tuloksia aineistoon.

Keskeisenä seikkana tutkimuksemme eettisyyden arvioinnissa on ottaa huomioon erityisesti tutkimuksen kohteena olevat henkilöt. Patton (2002, 406-408) peräänkuuluttaa tutkimuksen eettisyyden arvioinnissa erityisesti sitä, että tutkija huomioi tutkimuksen kohteena olevat ihmiset ja ymmärtää myös, että hän tutkijana voi vaikuttaa haastateltaviin. Tämän asian tiedostaminen vaatii esimerkiksi tilanteentajua, sillä haastattelujen yhteydessä haastateltava saattaa kertoa sellaisista asioista, jotka muuten olisivat arkaluontoisia eikä henkilö ole suunnitellut niiden paljastamista etukäteen. Tämän lisäksi keskeistä on, että haastateltaville tulee selvittää tutkimukseen liittyvät keskeiset asiat ja ongelmat, joita tutkimuksella pyritään selvittämään. Lisäksi tutkimuksen osallistuneiden anonymiteetti tulee turvata ja tutkimukseen osallistuminen tulee aina perustua vapaaehtoisuuteen (Patton 2002, 406-408).

Tässä tutkimuksessa haastateltavaksi suostuminen perustui vapaaehtoisuuteen ja kaikille haastateltaville kerrottiin etukäteen tutkimuksen tarkoituksista. Haastateltavia pyydettiin allekirjoittamaan suostumuslomake (Liite 4), jossa kerrottiin tutkimuksen toteuttamisesta tarkemmin, ja kysyttiin lupaa haastattelusta kerätyn aineiston säilyttämiseen mahdollisia myöhempää tutkimuksena varten. Lisäksi jokaiselta pyydettiin lupa haastattelun nauhoittamiseen ja haastateltavilla oli mahdollisuus kieltäytyä vastaamasta esitettyihin kysymyksiin, tai lopettaa haastattelu kesken niin halutessaan. Haastateltavien anonymiteetti pyrittiin turvaamaan siten, ettei heistä kerätty sellaista tietoa, jonka perusteella heidät voidaan tunnistaa. Esimerkiksi haastattelujen litterointivaiheessa ei haastateltavien nimiä kirjattu muistiin, eikä haastateltavien henkilöllisyyttä ole tuotu esille aineiston raportointivaiheessa. Alkuperäiset haastattelunauhoitukset

hävitettiin tutkimuksen valmistuttua. Haastateltavien luvalla litteroitu aineisto säilytetään luottamuksellisesti mahdollista myöhempää käyttöä varten (ks. Liite 4).

5.6 Luotettavuus

Kuten tutkimuksemme eettisyyden teemojen pohdinta, myös luotettavuuden arviointi koskee luonnollisesti koko tutkimusprosessia. Luotettavuus painottuu kuitenkin erityisesti analyysivaiheessa tehtyihin ratkaisuihin. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 139) korostavat, että tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin yhteydessä on tärkeä pitää mielessä, että aineiston analyysivaihetta ja luotettavuutta ei tule erottaa toisistaan. Luotettavuuden parantamisen kannalta olisikin tärkeää pitää koko tutkimusprosessi mahdollisimman julkisena ja avoimena. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että tutkimusprosessin etenemisestä tulisi raportoida mahdollisimman yksityiskohtaisesti koko prosessin ajan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 139.) Näistä syistä olemme pyrkineet perustelemaan analyysivaiheen ratkaisuja sekä analyysin etenemistä mahdollisimman huolellisesti. Tarkoituksenamme on ollut kuvata tutkimusprosessin etenemistä mahdollisimman selkeästi niin, että lukija pystyy seuraamaan päätelmiemme johdonmukaisuutta mahdollisimman hyvin. Olemme muun muassa kirjanneet ylös kaikki tutkimuksemme vaiheet, joka helpottaa tutkimusprosessin etenemisen seuraamista, sekä näin antaa lukijalle mahdollisuuden arvioida tutkimuksemme luotettavuutta. Lisäksi tuloksia on avattu mahdollisimman kattavasti esimerkiksi sitaattien avulla, jotta lukija pystyisi itse näkemään, kuinka tiettyihin tuloksiin ollaan päädytty sekä arvioimaan niiden luotettavuutta.

Tutkimuksemme luotettavuuden kannalta keskeinen seikka on huomioida tutkimuksen tarkoitus, mutta myös vuorovaikutussuhteet tutkittavien ja tutkijoiden välillä. Tärkeää on huomioida myös aineiston keruuprosessiin sekä tutkimuksen tulosten analysointiin ja raportointiin liittyvät seikat. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 135.) Tämän tutkimuksen luotettavuuden kannalta onkin erityisen tärkeää, että olemme ymmärtäneet omat asenteemme tutkittavasta aiheesta. Myös Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka (2006) korostavat, että tutkijan tulee tiedostaa

omat asenteensa ja ennakkotietonsa, sekä pyrkiä toimimaan niin, että ne eivät vaikuttaisi tutkimuksen kulkuun. Tämä on erityisen tärkeää silloin, jos tutkimustulokset poikkeavat omista käsityksistä tutkimusta tehdessä.

Tutkimusasetelmaan ja tutkimuskysymystenkin asetteluun vaikuttanut ennako-oletuksemme oli, että ohjaus voi osaltaan lisätä aikuisopiskelijoiden hyvinvointia ja helpottaa työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista. Lisäksi oletuksemme ja oma kokemuksemme on, että perheen, työn ja opiskelun yhteensovittamista voivat usein edesauttaa esimerkiksi lähipiiriltä saatu tuki tai riittävät taloudelliset resurssit. Tutkimusprosessin aikana ennakkokäsitykset on pyritty huomioimaan niin, että olemme ensin tehneet ennakkokäsitykset näkyviksi itsellemme, ja sen jälkeen pyrkineet häivyttämään niiden näkymisen esimerkiksi haastatteluja ja aineiston analyysia tehdessä. Tämä on tarkoittanut käytännössä sitä, että haastattelun yhteydessä olemme pyrkineet olemaan johdattelematta haastateltuja vastaamaan tietyllä tavalla esimerkiksi niin, että he antaisivat omia ennakkokäsityksiämme tukevia vastauksia. Tutkimuksen luotettavuuden ja läpinäkyvyyden kannalta esimerkiksi haastattelurungon käyttäminen haastatteluiden tukena on perusteltua, sillä näin voimme kirjata ylös kysymyksiä siinä muodossa, ettei niistä käy ilmi omat ennakkokäsityksemme, ja että lukijalla on jälkikäteen mahdollisuus tarkastella ja arvioida haastattelukysymyksiä.

6 TULOKSET

Kuudennessa luvussa esittelemme tutkimuksemme tulokset. Tulosluku rakentuu tutkimuskysymysten pohjalta siten, että ensimmäisessä alaluvussa keskitymme tarkastelemaan opiskelun, työn ja perhe-elämän yhteensovittamista helpottavia ja hankaloittavia tekijöitä. Toisessa alaluvussa käsittelemme sitä, millaisia merkityksiä vastaajat antoivat ohjaukselle elämäntilanteessaan.

6.1 Mitkä seikat helpottavat tai hankaloittavat yhteensovittamista?

Keskeisimmiksi opiskelun, työn ja perhe-elämän yhteensovittamista helpottaviksi tekijöiksi haastateltavat nostivat perheen tarjoaman tuen, työn tarjoaman jouston ja taloudellisen tuen, sekä opiskelun vaikutuksen uskosta omaan kykenevyyteen. Yhteensovittamista sen sijaan hankaloittivat erityisesti perheen ja kodin vaatimukset ja yllättävät tilanteet, opintoihin liittyvät vaatimukset, sekä eri elämän osa-alueiden ja niiden yhdistämisen aiheuttama kuormitus. Seuraavassa näitä kutakin helpottavaa ja hankaloittavaa tekijää tarkastellaan yksityiskohtaisemmin.

6.1.1 Perhe yhteensovittamisen helpottajana

Perhe helpottaa yhteensovittamista seuraavilla tavoilla:

- Lapset ja perhe auttavat irrottautumaan opinnoista
- Puoliso ja lapset mukautuvat
- Perhetilanne mahdollistaa joustot työstä ja tarjoaa aikaa opinnoille

Lapset ja perhe auttavat irrottautumaan opinnoista. Perhe-elämä ja perheen kanssa vietetty aika oli keskeinen osa-alue haastateltavien elämää. Haastateltavat arvottivat perheen kanssa vietetyn ajan merkittäväksi. Perhe merkitsi haastatelluille kiinnekohtaa kaikkien muiden elämän osa-alueiden keskellä. Perheen kanssa vietetty aika tarjosi haastatelluille kaivattua lepoa arjen hyöriässä.

Useat haastateltavat kertoivat perheen ja muun lähipiirin kannustavan opinnoissa eteenpäin. Eräs haastatelluista mainitsi olevansa ylpeä siitä, että pystyi opinnoillaan näyttämään esimerkkiä lapselleen, ja puoliso taas kannusti opinnoissa eteenpäin.

Ja no tytär ja puoliso vaikuttaa voimakkaasti sillä et niinkun he mahdollistaa myös arjessa sen, me toimitaan yhdessä tiiminä silleen et mulla on mahdollisuus opiskella, ovat myös hyvin motivoivia tekijöitä. Haluan tyttärelle näyttää, että kaikki on mahdollista. Ja tota puoliso on uskomattoman niinku semmonen kannustava et pyrkii auttamaan mua kaikessa mahdollisessa. (H10)

Puoliso ja lapset mukautuvat. Suurimpina opiskelun konkreettisena mahdollistajana moni haastateltava koki perheensä ja muun lähipiirinsä. Erityisen suuressa roolissa opintojen mahdollistajana olivat puoliset. Toisen vanhemman ollessa ajoittain jopa öitä poissa kotoa, perheen toinen aikuinen vastasi poissaolon ajan usein kokonaisuudessaan kotiasioista. Käytännön järjestelyitä helpotti se, että toisella vanhemmista oli esimerkiksi joustava työ yrittäjänä, tai työajat olivat muista syistä joustavat. Vastauksissa yhteensovittamisen helpottajina esiin nousivat myös esimerkiksi isovanhemmat, naapurit, ex-puoliso sekä vanhemmat, jo kotoa pois muuttaneet sisarukset.

Niin tota nää välit oli sellasia ja tosiaankin sillon kun mä olin siellä avoimessa niin meillä oli luennot perjantai iltana ja lauantaina, joskus jopa sunnuntaina ja sit mä olin viikonloppun (opiskelupaikkakunnalla). Ja hän hoiti perheen ja koirat. (H5)

Haastateltavat kertoivat alaikäisten lasten oppineen enemmän vastuunkantoa ja itsenäisyyttä, kun toinen vanhemmista oli vähemmän läsnä kotona. Tämä muutos koettiin positiiviseksi. Eräs haastateltavista kertoi lastensa esimerkiksi opetelleen yksin kouluun lähtöä samaan aikaan kuin vanhemman opinnot alkoivat. Toisen haastateltavan lapsi oli itse opetellut huolehtimaan heräämisestä ja patisti myös vanhempaa heräämään.

...niin hän päätti sitten jossain vaiheessa, että hän laittaa ite kellon soimaan ja viimestään 7.20 niin hän tuli mulle sanomaan, että hei äiti, sunkin pitäis nousta. Mä olin niinku lyöny kellon kiinni, mutta hän niinku hän otti sen, mutta hänen omatoimisuus nousi ihan sille tasolle, mitä siltä ikätasolta voi odottaa. (H2)

Perhetilanne mahdollistaa joustot työstä ja tarjoaa aikaa opinnoille. Aikuisopiskelijan perhepiirissä tapahtuneet muutokset tarjosivat useassa tapauksessa erilaisia mahdollisuuksia opinnoille. Kolme haastateltavista kertoi aloittaneensa opinnot ollessaan äitiyslomalla tai hoitovapaalla. Näissä tapauksissa perheenliäyksen kautta tarjoutunut tauko työnteosta muuttui tavallaan opintovapaaksi.

Kun lapsi oli pari-kolmevuotias niin mä tajusin, että mä voin hakee semmosta osittaista hoitovapaata. Mun ei oo pakko tehdä täyttä työviikkoo. Sit mä tein niinku 30 tuntista työviikkoo ja totesin, että mulla on niinko vapaa-aikaa vähän liikaa, että mitä mä... et jos nyt vaikka opiskelis jotain kuitenkin. (H6)

Perheen toisella aikuisella saattoi myös tarjoutua mahdollisuus opintoihin, mikäli perheen toinen aikuinen oli kotona pienten lasten kanssa ja vastasi ensisijaisesti lasten- ja kodinhoidosta. Pienet lapset taas mahdollistivat osalle haastatelluista joustot työajoissa, esimerkiksi yksi haastateltavista kertoi olleensa osittaisella hoitovapaalla jo useamman vuoden.

6.1.2 Työ yhteensovittamisen helpottajana

Työ helpottaa yhteensovittamista seuraavilla tavoilla:

- Työssä käynti mahdollistaa opinnot taloudellisesti
- Työyhteisö tarjoaa joustoa opintoihin ja kannustaa
- Uuden opitun asian reflektointi on mahdollista työympäristössä

Työssä käynti mahdollistaa opinnot taloudellisesti. Työn tekeminen samanaikaisesti opintojen ohella toi taloudellista turvaa. Kun opinnot oli aloitettu myöhemmällä iällä, oli mahdollista, ettei esimerkiksi opintotukikuukausia ollut enää mahdollista hyödyntää opintojen rahoittamiseen. Haastatteluissa ei juurikaan noussut esiin, että opiskelijat olisivat rahoittaneet opintojaan muilla keinoin kuin töissä käymällä. Perinteisiin opiskelijoihin verrattuna aikuisopiskelijat pystyivät myös esimerkiksi viettämään palkallisia lomia, jolloin loma-ajan saattoi käyttää opintoihin töissä käymisen sijasta.

Mut sit tietysti työ tuo rahaa perheelle niin se on positiivista koska ilman sitä mä en pystyis hoitamaan mun opintoja enkä mitään muutakaan. (H7)

Haastatteluissa ei juurikaan noussut esiin se, että haastateltavat olisivat opiskelleet taloudellisen toimeentulon parantumiseksi. Tutkimukseen osallistuneet olivat enimmäkseen tyytyväisiä nykyisen työn tarjoamaan tulotasoon.

Työyhteisö tarjoaa joustoa opintoihin ja kannustaa. Työyhteisössä erityisesti esimiehen rooli nousi keskeiseksi työn, perheen ja opintojen yhteensovittamisen helpottamisen kannalta. Eräs haastateltava kertoi esimiehensä järjestelleen töitään esimerkiksi niin, että työt keskitettiin tietyille päiville, jotta haastateltavalla olisi mahdollisuus osallistua luennoille. Haastateltavat kokivat myös saaneensa opintovapaata suhteellisen vaivattomasti. Toisaalta kokemukset työn joustavuudesta vaihtelivat aineistossa jonkin verran. Siinä missä yhden haastateltavan esimies oli aikatauluttanut töitä niin että työntekijä pystyi ajamaan toiselle paikkakunnalle luennoille, toisen kokemus oli, ettei opintoja oltu tuettu lainkaan, vaikka hyöty opinnoista kyseiselle työpaikalle oli selvä. Osa haastateltavista oli urallaan ehtinyt edetä esimiestehtäviin, joka toi työn tekoon joustavuutta, kun työaika seurattiin ja säädeltiin itsenäisesti.

Kollegat toimivat työyhteisössä usein opintoihin kannustavina tekijänä. Haastateltavat kertoivat, että kollegat olivat kiinnostuneita opintojen etenemisestä ja kannustivat. Eräs haastateltu kertoi kollegansa käyneen muutamaa vuotta aiemmin saman koulutuspolun läpi kuin mitä haastateltava oli parhailaan suorittamassa, ja kertoi kollegansa toimineen suurena tukena ja apuna haastateltavan omien opintojen aikana.

Uuden opitun asian reflektointi on mahdollista työympäristössä. Lähes jokaisen haastatellun opinnot liittyivät tavalla tai toisella siihen työhön, mitä he parhaillaan tekivät. Halu kehittyä nykyisessä työssä oli vaikuttanut opintoihin hakeutumiseen esimerkiksi niin, että haastateltava oli työssään huomannut kaipeavansa lisäosaamista.

--toimenkuvassa on se byrokratiapuoli eli kaikenmaailman valtionavustusten hakeminen ja toimintasuunnitelmien tekeminen ja kaikenmaailman vuosikarttojen ja -kellojen laatiminen niin sit tuli vaan niinku mieleen että voishan se olla kiva ymmärtää paremmin tai

ehkä oikea sana vois tässä tapauksessa olla jäsennellymmiin että mä nyt tässä tämmösessä isossa kuvassa asettuu nämä hankitut taidot. (H3)

Opitun teorian soveltaminen käytäntöön oli haastateltavien mukaan mahdollista töissä. Kun suurin osa haastateltavista opiskeli alaa, jolla oli sidoksia työhön, jota he opintojen ohessa tekivät, linkittyi moni opiskeltu asia näin ollen työhön. Opiskellut asiat eivät jääneet irtonaisiksi, vaan niitä oli heti mahdollista soveltaa työelämään ja työelämässä kohdattaviin tositalanteisiin.

No ensinnäkin työhön opiskelu on vaikuttanut ainakin niin, että vaikka oon välillä purannut niin, että en oo saanu opiskelusta yhtään mitään niin melkein jokaisesta on jääny jotain semmosta, minkä mä oon voinu suoraan viedä töihin. (H5)

Ne (opinnot) antaa mulle semmosta käytännönjuttua ja tukee siihen et ensin pänttää kirjasta jotain muutaman kuukauden ja sitten meet töihin että ei se meekään näin. Tai sitten meet töihin ja toteat että kyllä se onkin näin. Eli siinä, sieltä mä saan ne vahvistukset ja käytännön kokemuksen siihen mitä lueskelen ja yritän opiskella. (H9)

6.1.3 Yksilön toimijuus ja taidot yhteensovittamisen helpottajana

Aikuisopiskelijan omat yksilölliset taidot ja toimijuus helpottavat yhteensovittamista seuraavalla tavalla:

- Yksilölliset opiskelutaidot sujuvoittavat opinnoissa pärjäämistä
- Opinnoista haetaan irti ottoa arkeen

Yksilölliset opiskelutaidot sujuvoittavat opinnoissa pärjäämistä. Opiskeleminen myöhemmin aikuisiällä oli saanut monet haastateltavista huomaamaan ja tunnistamaan kykyjään ja osaamistaan paremmin, kuin mitä he olivat osanneet tunnistaa ennen opintojen alkua. Tällä nähtiin olevan positiivisia vaikutuksia niin työhön kuin perheeseenkin. Tässä tutkimuksessa haastatellut aikuisopiskelijat kokivat pystyvänsä yhteen sovittamaan työtä, opiskelua ja perhe-elämää omien henkilökohtaisten kykyjensä ansiosta. Erityisen suureen rooliin nousi ajanhallinnan ja priorisoinnin taito. Useampi haastateltava nosti esiin ajatuksen siitä, että nimenomaan tasapainottelu kiireisen perhearjen, opiskelun ja työssä

käymisen kanssa oli opettaneet heille ajanhallintaa sekä priorisointia. Kun aikaa ei ollut käytettävissä rajattomasti, aika opiskeluun käytettiin hyödyksi ja asiat etenivät sujuvasti. Opiskelu työnteon ohella ja arjen kiireiden keskellä ei useinkaan tarjonnut pitkiä ajanjaksoja, jolloin opintoihin olisi voinut keskittyä, minkä vuoksi tärkeää oli, että opiskelija pystyi hyödyntämään pienetkin käytettävissä olevat ajanjaksot.

--siihen se oikeestaan perustuu että ei asioista kannata tehdä sen vaikeempia kun ne on, että jos sulla on tuota joku työhomma ja perhe ja opiskelujuttu niin nehan tavallaan laiteetaan niinku legopalikat järjestykseen ja sitten niinku suorittaa ja toteuttaa että eihän siinä. (H3)

Mulla on semmonen lahja, että mä pystyn kirjottamaan 15 minuuttii, ja sit mä meen tekee jotain muuta, mä oon tunnin jossain muualla, mulla on kone auki ja mä meen siihen ja "ai, mä olin tässä lauseessa". Ja sit mä lopetan sen lauseen. (H1)

Opinnoista haetaan irtiotta arkeen. Osa haastateltavista kertoi opintojen tarjoavan irtioton arkeen, josta muuten irrottautuminen saattoi olla hankalaa. Esimerkiksi pohtiessaan opintojen vuoksi kotoa poissa olemista, sekä opiskelupaikakakunnalle matkustamista, eräs haastateltava nosti hyväksi puoliksi myös sen, että opinnot kuitenkin tarjosivat mahdollisuuden kotoa poistumiseen ja omaan aikaan tilanteessa, jossa lapsi oli vielä pieni.

Haastateltavat kokivat opinnot omaksi ajaksi, mikä helpotti osaltaan yhteensovittamista siten, että itselle tärkeän tekemisen parissa vietetty aika toi vaihtelua arkeen, ja paransi siten haastateltavien hyvinvointia. Keskeistä haastateltaville oli muun muassa se, että esimerkiksi kiireisen lapsiperhearjen keskellä opinnot tarjosivat jotain mielekästä tekemistä, joka ei liittynyt perhearkeen.

Musta oli ihana huomata, että omat aivot toimii et mä en oo vaan joku ruokkija, tai harastusten kuljettaja tai työpaikalla joku, että omasta identiteetistä löytyy niitä muitakin kerrostumia. Ja ne oli kyllä tosi voimaannuttavia myöskin ne kun ne tajusi sieltä niinku bongata. (H2)

6.1.4 Aikuisopiskelijalta vaaditaan joustoa kotona

Kotiin ja perheeseen liittyvät teemat vaikeuttavat yhteensovittamista seuraavilla tavoilla:

- Sairastumiset viivästyttivät opintoja
- Vastuu kodin ja lasten hoidosta vei aikaa opiskelulta

Sairastumiset viivästyttivät opintoja. Opintoihin käytettyä aikaa rajoittivat erilaiset perhetilanteet kuten puolison joustamaton työ, oma sairastuminen tai lapsen sairastuminen. Lapsen sairastuttua perheen aikuinen, joka oli samalla myös opiskelija, oli kahdesta perheen huoltajasta yleensä se, joka jäi sairaan lapsen kanssa kotiin. Tätä selitettiin ennen kaikkea sillä, että töissä käyvä aikuinen oli perheen ensisijainen elättäjä.

No ainahan se on jos lapsi on sairas, että kumman vanhemman meno on tärkeämpi, kumman tarpeet priorisoidaan, kumpi jää kotiin hoitamaan lasta. (H6)

Lasten sairastelu saattoi vaikeuttaa työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista myös pidemmällä tähtäimellä. Haastateltava, jonka lapsen pitkäaikaissairaus oli diagnosoitu melko samoihin aikoihin opintojen aloittamisen kanssa, koki, että opinnot eivät olleet edenneet suunnitellusti lapsen sairauden vuoksi. Kyseiseltä haastateltavalta kysyttäessä, minkä kolmesta roolista (opiskelijan, työssäkäyvän vai perheellisen roolin) hän koki tällä hetkellä merkittävämmäksi, pohti hän asiaa seuraavasti:

Mä haluaisin että se ois se opiskelu mutta tuo tytön (sairaus) on se mikä määrittelee sen että se on se perhe. -- kyllä se perhe ehkä on ja se tytön sairaus vaatii eniten, mä en voi sille mitään. Se on se prioriteetti ykkönen. (H7)

Vastuu kodin ja lasten hoidosta vei aikaa opiskelulta. Tilanteessa, jossa toinen perheen aikuisista opiskeli ja toinen kävi töissä, jousti useimmiten opintojaan tekevä aikuinen. Vaikka perhe ja erityisesti puoliso helpottivatkin työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista monin tavoin, erityisesti naispuoliset haastateltavat kertoivat kuitenkin kantavansa päävastuun kodinhoidosta. Huolimatta

kuormittavasta ja kiireisestä elämäntilanteesta, jota haastateltavat elivät opintojen aikaa vievyyden vuoksi, osa haastatelluista nosti esiin, että esimerkiksi vastuu kotitöistä ei keventynyt kyseisessä elämäntilanteessa. Muutamat naispuoliset haastateltavat nostivat esiin sen, että vaikka lasten- ja kodinhoitoon liittyvät asiat jakautuivatkin uudelleen, pääasiallinen vastuu kodista ja lapsista pysyi edelleen naisella, vaikka tämä samanaikaisesti myös opiskeli.

Ja sitten jos mä oon ollu (opiskelupaikkakunnalla) neljä päivää putkeen niin, et sietää sitä, että toinen tekee asiat eri tavalla. Toinen ei tiskaa neljään päivään ollenkaan ja siellä on roskat viemättä. Että lapsi on pidetty hengissä, koira on pidetty hengissä mutta siinä kaikki. (H6)

6.1.5 Opiskeluvaatimukset yhteensovittamisen hankaloittajana

Opiskeluun liittyvät teemat vaikeuttavat yhteensovittamista seuraavilla tavoilla:

- Opiskelut vaativat matkustamista ja öitä poissa kotoa
- Opintoihin keskittyminen kotona haastavaa
- Oppilaitoksessa ei tunnustettu aiempaa osaamista

Opiskelut vaativat matkustamista ja öitä poissa kotoa. Monia haastateltavia yhdisti elämässään se, että opiskelupaikkakunta oli usein muu kuin missä he parhaillaan asuivat. Monelle matka oli yli 100 kilometriä, joka tarkoitti sitä, että öitä jouduttiin viettämään toisinaan poissa kotoa. Moni haastatelluista pystyi yöpymään esimerkiksi ystävän tai tuttavien luona toisella paikkakunnalla, mutta varsinkin pienten lasten vanhemmalle yön viettäminen muualla kuin kotona ei välttämättä ollut mahdollista. Perheelliset opiskelijat joutuivatkin usein pohtimaan, onko kyseisessä elämäntilanteessa mahdollista viettää öitä poissa kotoa. Varsinkin matkustaminen koettiin usein kuitenkin hankalaksi ja voimia vieväksi.

Eli välillä mä oon ollu ihan kohtuuttoman väsynyt, mikä ilmeni siis niin että kun olin (paikkakunnalla A) töissä ja ajoin (paikkakunnan A ja B) väliä ja töiden jälkeen kun mä ajoin kotiin niin mun piti kaks kertaa pysähtyä tonne matkalle nukkumaan. (H5)

Välimatka opiskelu- ja asuinpaikkakunnan välillä koettiin sekä positiivisena että negatiivisena tekijänä. Mikäli opiskelupaikkakunnalla oli mahdollista viettää esimerkiksi öitä, koettiin sen tasapainottavan lapsiperhearkea ja tarjoavan omaa aikaa sekä konkreettisen tilan keskittyä opintoihin. Lisäksi kotona oli helpompi keskittyä viettämään aikaa perheen kanssa, eikä töitä tai opintoja tarvinnut tehdä niin paljon kotona. Toisaalta perheen toista huoltajaa ei haluttu jättää kovin pitkäksi aikaa olemaan yksin vastuussa lapsista ja taloudenhoidosta. Fyysinen välimatka koti- ja opiskelupaikkakunnan välillä mahdollisti erilaisen opiskelurauhan opiskelijalle kuin mitä hän olisi kotioloissa saanut. Tällaisissa tapauksissa opiskelupäivät toisella paikkakunnalla käytettiin hyödyksi matkat mukaan lukien.

Ja sitten myöskin ihan semmosta, että ihan tuolta käytännöstä, että lähinnä kun ajettiin Tampere-Helsinki väliä niin siinä me jo tehtiin niitä meidän tehtäviä, että siinä kyllä teho käytettiin kaikki, että sekin mahdollisti sen yhdistämisen. Että kun toinen ajo ja toinen kirjotti. Että siinä tuli se kaikki aika hyödynnettyä. (H2)

Opintoihin keskittyminen kotona haastavaa. Siinä missä useampi haastateltava kärsi siitä, että opiskelut vaativat toiselle paikkakunnalle matkustamista ja jopa öiden viettämistä poissa kotoa, myös haastateltavat, jotka asuivat samalla paikkakunnalla, jossa he opiskelivat, kohtasivat haasteita suhteessa tilan ottamiselle opintoihin. Useampi haastateltava kuvasi, että kotona opinnoille ei useinkaan löytynyt rauhaa. Eräs haastateltava kertoi, että perheen kanssa oltiin myös sovittu linjanveto siitä, että kotona ei opiskeltaisi, vaan kuten perinteisesti työt hoidettiin työpaikalla, myös opinnot hoidettiin konkreettisesti oppilaitoksen tiloissa. Haastateltava kuitenkin kertoi, että tämä linjanveto toiminut käytännössä kovinkaan hyvin.

Semmonen järjestely ainakin että oltiin puhuttu että mä jättäisin opinnot yliopistolle. Että en toisi niitä kotiin, että kotona olisin koti-isä. (H11)

Sama haastateltava kertoi myös siitä, että hän koki usein saavansa paremman opiskelurauhan kotona kuin yliopistolla, muttei muiden perheenjäsenten vuoksi voinut opiskella kotona niin paljoa kuin olisi halunnut. Myös toinen

haastateltava kertoi keskittymisvaikeuksista kotona, sillä pienin lapsista vaati jatkuvaa huolenpitoa ja seurantaa, eikä hän tämän vuoksi kokenut pystyvänsä keskittymään opintoihin perheenjäsenten läsnä ollessa. Matkustaminen toiselle paikkakunnalle esimerkiksi koko päiväksi oli kuitenkin harvoin mahdollista.

Et musta tuntuu, että mä en saa mitään aikaa täällä ja tekis mieli tehdä kotona rauhassa, mut kotona ei oo rauhaa, et siellä on pikemminkin hirveesti huomiota vaativa lapsi joka ei oo hankala sillon kun mä en oo paikalla vaan sillon kun isä tulee kotiin, ja nyt siis jo kaks lasta. (H11)

Vaikka mä sanon että mä opiskelen ja mua ei saa häiritä niin se ei toteudu, et mä ehkä, mun psyyke on kuitenkin sen pienen tytön mukana niin että mä kuulen ne tapahtumat ja asiat niin ei ne, kyl mun täytyy lähteä kotoa pois opiskelemaan mutta tota se että jos ja kun lähtee pois kotoa opiskelemaan, niin jos se on vaikka joku tehtävä mitä pystyy tekemään niin periaatteessa mä lähden kirjastoon tekemään niin silti se aika minkä mä pystyisin ottamaan että mä en pääse ihan aamusta ja sit mä joudunkin jo lopettelemaan, et kirjasto menee kiinni tai joku tilanne tytön kanssa tai.. Et paras tilanne mulle olis jos saisin järjestymään, tai ees viikottain pari päivää ja yliopistolla luennoilla käymään ja tekemään niinku siellä. Se olis sen opiskelun kannalta jotenkin paras vaihtoehto ja niinku, sit nyt sitä vaan joutuu menemään sinne ja ottaan mielestä kaikki pois koska se et pääse sieltä nyt hoitamaan mitään asioita. (H7)

Oppilaitoksessa ei tunnustettu aiempaa osaamista. Suurimmalla osalla haastateltavista oli kertynyt osaamista ja kokemusta aiemmista opinnoista tai työuralta. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että osa opintosuunnitelmaan kuuluneista sisälöistä oli haastateltaville jo entuudestaan tuttuja. Aiemman osaamisen tunnistamista ei juurikaan oppilaitoksissa haastateltavien kokemusten mukaan tehty, mikä turhautti ja hankaloitti opintoja.

Välillä tuntu, että mä en saa sieltä mitään. Elikkä ne asiat joita siellä käytiin läpi niin ne mä tiesin jo ennestään ja mä olin jo ennen opettanu niitä samoja asioita niin mä olin jo... Kun yliopistolle ei kelpaa työssä jo osoitettu eli sit kun sulla on näyttää todistus, että sä oot nämä tehny niin sit se kelpaa. Osa luennoista oli ihan naurettavia, eli siellä juteltiin mukavia kaks tuntia ja lähettiin kotiin ni se sillon suututti moneen kertaan. (H5)

Haastavaksi koettiin myös tilanteet, joissa opinnoissa ei juurikaan sallittu poissaoloja. Eräs haastateltavista kuvasi tämän hankaloittavan erityisen paljon työn tekemistä opintojen ohella.

Se on niin että mä haluaisin tehdä enemmän töitä. Me tarvittais se raha mitä töistä sais ja sitten toisaalta, toisaalta se työ motivoi mua niin paljon. Mä haluaisin tehdä töitä enemmän kun opiskella. Mut se ei oo mahdollista koska meidän tiedekunnalla on se käytäntö et melkein kaikki opinnot on läsnäolopakollisia. (H11)

6.1.6 Kuormitus ja vähäinen vapaa-aika yhteensovittamisen hankaloittajana

Vapaa-aikaan ja jaksamiseen liittyvät teemat vaikeuttivat yhteensovittamista seuraavilla tavoilla:

- Opinnot hankaloittavat rentoutumista vapaa-aikana
- Uupumus ja väsymys hankaloittavat arkea

Opinnot hankaloittavat rentoutumista vapaa-aikana. Opiskelun viedessä aikaa elämäntilanteessa, jossa jo valmiiksi myös työ ja perhe ottavat aikansa, luovutaan ensimmäisenä harrastuksista ja muista ei-pakollisista menoista. Elämäntilanteessa, jossa kuormittavia ja aikaa vieviä tekijöitä oli paljon, eikä niiden suhteen ajankäyttöä voinut juurikaan kontrolloida, oli useimmilla haastatelluilla mahdollisuus vaikuttaa vapaa-aikaan. Moni haastatelluista kertoi vähentäneensä vapaaajan harrastuksiin käyttämänsä aikaa. Päätös harrastusten ja oman ajan karsimisesta kirpasi siksi, että sen merkitys omaan hyvinvointiin ja jaksamiseen tunnistettiin.

En siis jaksanut osallistua kaikkeen ja sitten oli sillai hassu, että vaikka ne oli niitä voimaannuttavia juttuja niin niistä karsittiin ja sitten liikkuminen jäi aivan täysin, että en liikkunut edes sitä vähää, mitä liikuin ennen. (H2)

Opiskelu työn ja perhe-elämän ohessa merkitsi myös sosiaalisten suhteiden karsimista. Haastateltavat priorisoivat kyseisessä elämäntilanteessa perheen, työn ja

opiskelun muiden aktiviteettien edelle. Esimerkiksi vapaa-ajan vietto työ- ja opiskelukavereiden kanssa oli monessa tilanteessa hankalaa ajanpuutteen ja päällekkäisten menojen vuoksi.

Kun mä pääsin yliopistoon sisälle, kun ne oli aina iltasin ja viikonloppusin ne luennot et siinä meni parit pikkujoulut ja työpaikan riennot ja tuntu vähän tylsältä lähteä johonkin enkun kurssille kun muut lähtee pikkujouluihin. Et ne oli aina semmosia, mutta toisaalta aina mietti, että tää oli mun valinta. (H6)

Toisaalta haastateltavat kuvasivat päätöstään priorisoida ei-pakollisia menoja myös niin, että kyse oli omien rajojen ja voimavarojen tunnistamisesta.

Ja sitten tietysti oma jaksaminen. Mä oon sairastunut burnoutiin jossain vaiheessa, et nyt mä tiedän jo, että miten sitä vältetään, että tavallaan en muita kissanristiäisiä ota kalenteriin enää että... (H4)

Uupumus ja väsymys hankaloittavat arkea. Oman jaksamisen kannalta haastavaksi koettiin se, että muilla elämän osa-alueilla tapahtuvia käännteitä ei ollut juurikaan mahdollisuutta hallita, tai esimerkiksi ajoittaa niin, että niitä olisi ollut aikaa tai voimia käsitellä. Haastateltavista yksi kertoi esimerkiksi käyneensä läpi avioeroa samaan aikaan kun hän oli aloittanut opintojaan, toinen taas kertoi lapsensa sairastuneen pitkäaikaisesti silloin kun opinnot olivat alkaneet. Kolmas haastateltava kertoi sairastuneensa itse niin, ettei hänellä ollut useaan kuukauteen juurikaan voimia opiskella, eikä myöskään viettää aikaa perheensä kanssa.

Haastateltavat puhuivat liialliseksi kasvaneesta kuormituksesta, joka oli näyttäytynyt muun muassa fyysisenä väsymyksenä, sekä opintojen viivästyminenä. Haastatelluista yksi oli ollut opintojensa aikana sairaslomalla uupumisen vuoksi. Kokemukset uupumisesta nousivat esiin muutamissa haastatteluissa. Vaikka kyseessä ei ollut tilanne, johon kovin moni tutkimukseen osallistuneista olisi kokenut päätyneensä, on asian esiin nostaminen tärkeää, sillä uupuminen koettiin juuri opintojen aikana, ja juuri työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen koettiin vaikuttaneen uupumiseen.

Henkisten voimavarojen uupuminen ei kaikilla haastatelluilla ollut seurausta työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen haasteista, vaan saattoi olla

osatekijä siihen, miksi näiden elämän osa-alueiden yhteensovittaminen koettiin toisinaan haastavaksi. Eräs haastatelluista kuvasi omien mielenterveysongelmiensa hankaloittavan työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista.

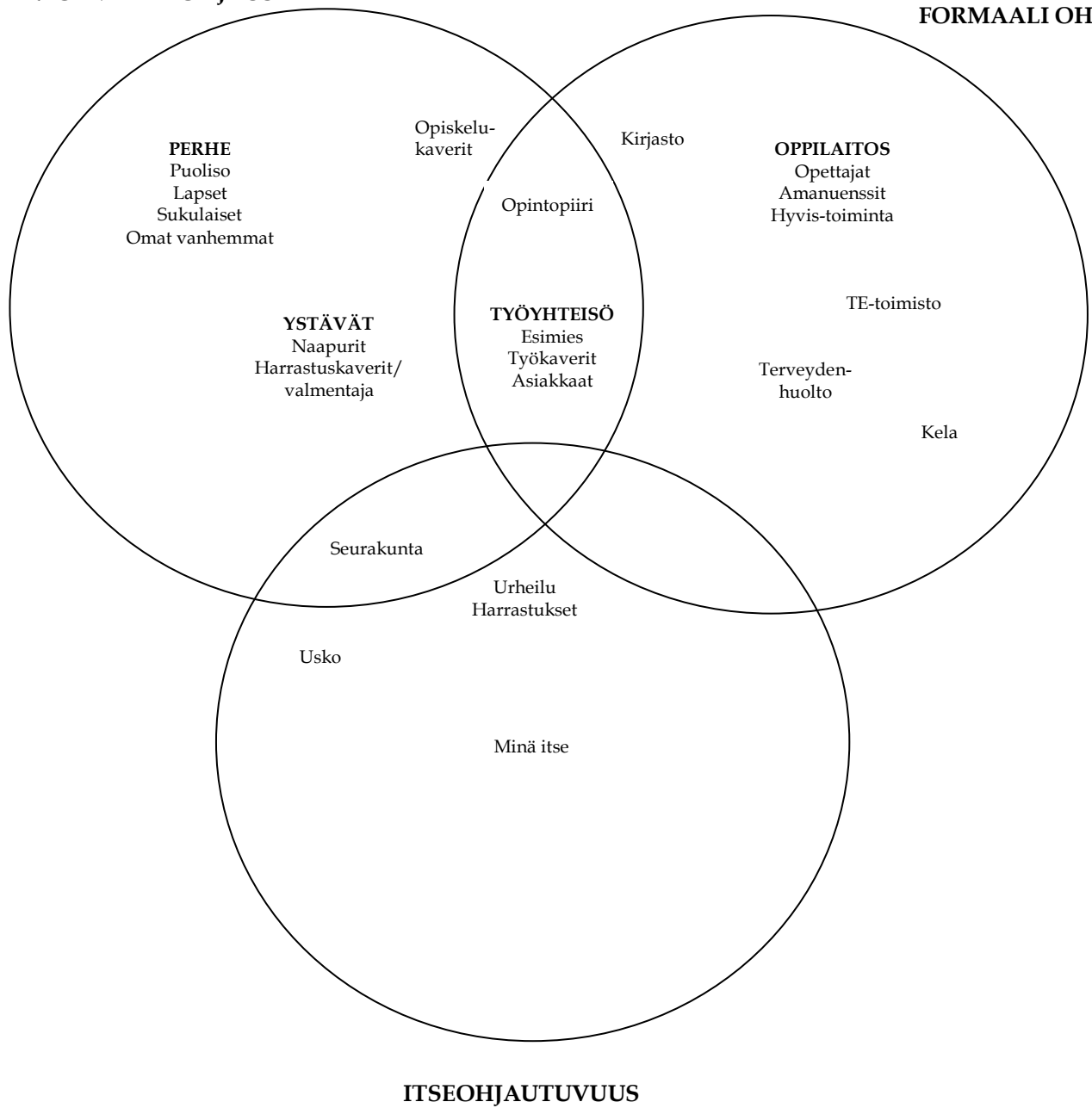
Mut sillain vois ajatella et ne opiskelun ongelmat, sekä opiskelun että perheen ongelmat on korostuneet ton persoonallisuuden takia. (H11)

6.2 Miten erilaisissa konteksteissa saatu tuki ja ohjaus vastaavat opiskelijoiden tarpeita?

Haastateltavien kokemuksia lähestytään tutkimuksessamme siitä näkökulmasta, mitä kautta ja keneltä vastaajat ovat kokeneet saaneensa elämäntilanteessaan tukea tai ohjausta ja millaiseksi he ovat saamansa tuen tulkinneet ja miten he ovat kokemustaan kuvanneet. Näistä lähtökohdista vastaajien kokemukset on jaoteltu omiin alalukuihinsa. Pääpiirteisesti haastateltavat jaottelivat elämäntilanteessaan saaneensa ohjauksen ja tuen formaaliin eli ns. virallisen kanavan kautta saaduksi ohjaukseksi, sekä informaaliin ohjaukseen, jossa ohjauksen ja tuen antajina toimivat muun muassa oma perhe tai erilaiset vertaisten verkostot. Näiden lisäksi yhden keskeisen ohjauksen ja tuen lähteen muodosti haastateltavan oma toimijuus, jota tässä tutkimuksessa lähestytään itseohjauksen käsitteen kautta. Kuviossa 3 on havainnollistettu sitä, kenen puoleen aikuisopiskelija kääntyy tukea ja ohjausta hakiessaan. Huomionarvoista on kuitenkin se, että ohjauksen jaottelemisen tarkkarajaisesti on monessa tapauksessa haastavaa, ja sen takia kuvion kehät sivuavat toisiaan.

INFORMAALI OHJAUS

FORMAALI OHJAUS



Kuvio 3: Kenen puoleen aikuisopiskelija kääntyy

6.2.1 Formaalin ohjauksen verkosto

Formaali ohjaus painottui:

- Opintojen ohjaukseen:
 - Yksittäisten neuvojen tai informaation antaminen
 - Pidempiaikainen opintojen ohjaus
- Koko elämän kentän huomioivaan laaja-alaiseen ohjaukseen

Jokaisella tutkimukseen osallistuneella henkilöllä oli jonkin tasoisia kokemuksia formaalin ohjausverkoston kautta saadusta ohjauksesta. Tärkeimmäksi formaalin ohjauksen lähteeksi haastateltaville tässä tutkimuksessa muodostuivat oppilaitoksen tarjoamat ohjauspalvelut. Tämän lisäksi myös TE-toimistosta saatu ohjaus, mielenterveyshuollon palvelut sekä työpaikalta saatu ohjaus mainittiin. Kokemukset ohjauksesta olivat moninaisia, eli toisin sanoen ohjauksen kattavuus ja syvyys vaihtelivat. Formaalin ohjauksen tärkeimmiksi osa-alueiksi muodostuivat haastateltavien kokemukset ohjauksesta neuvojen ja informaation saaminen muotona, mutta toisaalta myös opintojen ohjaukseen liittyvä pidempiaikainen ohjaus. Toisaalta formaalin kanavan kautta saatu ohjaus saattoi parhaimmillaan olla myös laaja-alaista tukea, joka parhaimmillaan otti huomioon haastateltavan koko elämäntilanteen.

Opintojen ohjaus neuvontana ja informaation antamisena. Yksinkertaisimmillaan ohjaus oli neuvon tai informaation etsimistä yksittäiseen kysymykseen. Tässä tutkimuksessa esille tulivat erityisesti opintoihin liittyvät kysymykset, esimerkiksi sellaiset asiat, kuinka käytännön asiat oppilaitoksessa hoituivat. Opiskelijat kaipasivat tietoa tai yksittäisiä neuvoja erityisesti opintojaan aloittaessaan, jolloin opintoihin liittyvät asiat olivat vielä uusia. Opiskelijat kuvasivat tarvinneensa ohjausta opintojensa alussa erityisesti siihen, *mitä opiskelu ylipäättään on*. Samaan aikaan koettiin, että koska oltiin *ihan hukassa*, tarvittiin ylipäättään apua siihen, *miten yliopistojutut menee* tai siihen, *mikä on mahdollista ja mikä ei*. Toisaalta kaikki opiskelijat kertoivat saaneensa apua ja ohjausta, kunhan vain

osattiin kysyä, tai vaatia. Kuitenkin kokemuksena saattoi olla myös se, että vastausta ei silloinkaan saanut suoraan, vaan se täytyi selvittää itse:

Kun mä tulin Jyväskylään ensimmäisiä päiviä, niin mä olin ihan hukassa, et miten nää ja moni asia oli uusia. En tiedä mitä mä teen -olo oli aika monta kertaa siinä. Niin oisin mä tarvinnut siinä enemmän ohjausta ja tukea, ehkä mun pos pitänyt vaatia ja sanoa, et hei auttakaa mua, mäen tajuu mitä mun pitää tehdä ja miten nää opiskelut tästä lähtee...

(H6)

Et se yleisin vastaus on ollut, et kato netistä tai mä laitan sähköpostia ja nettisivuilta löytyy. Et alkuaikana se oli jotain semmosta epämäärästä hakemista ja mikä on mahdollista ja mikä ei (H6)

Pidempiaikainen opintojen ohjaus. Haastateltavien ohjauskokemuskuvauksissa korostuivat myös opintoihin liittyvä laaja-alaisempi tai pidempi kestoisempi ohjaus. Esimerkiksi graduohjaukseen liittyviä ohjauskokemuksia kuvattiin merkittäviksi, vaikka ohjaustapaamisia ei ollut välttämättä monia. Erityisen hyväksi ohjauskokemukseksi kuvattiin sellaisia kokemuksia, joissa oli korostunut se, että ohjattava koki tulleen arvostetuksi, esimerkiksi silloin kun ohjaaja *arvosti sitä mitä mä tein ja kannusti*. Arvostetuksi tuleminen tarkoitti myös sitä, että omasta työprosessista saatiin palautetta, esimerkiksi *sanottiin ääneen, että hyvä*, mutta myös se, että koettiin, että ohjaajalla oli ollut aikaa kohtaamiselle.

Se (opettajan nimi), se on ollut ihan fantastinen graduohjauksessa ja myöskin ihminen, että onhan täällä näitä ihmisiä, ketkä on tukenut mua opinnoissa... Heillä on aina ollut aikaa mulle. (opettajan nimi) vastas mulle parhaimmillaan sunnuntai iltana kymmeneltä sähköpostiin ja tota jos mä soitin, niin se aina vastas ja otti haukut vastaan... Eli oon saanut apua aina laitoksen puolesta aina kun olen sitä halunnut pyytää ja ottaa selvää (H1)

Laaja-alainen ohjaus. Vastaajien saama formaaliohjaus ei ollut kuitenkaan pelkkää informaation ja tiedon vastaanottamista tai pelkkää opintoihin liittyvää ohjausta. Formaalia kautta saatu ohjaus saattoi laaja-alaisimmillaan olla koko elämän kentän huomioivaa tukea, jota kautta saatiin tukea kokonaisvaltaisesti haastateltavien elämään. Esimerkkeinä tällaisista tuen lähteistä mainittiin esimerkiksi mielenterveyspalveluiden tai työterveyspalveluiden kautta saatu ohjaus, joiden puoleen oli käännytty esimerkiksi sairauden tai uupumisoireiden ilmaantumisen

yhteydessä. Myös kouluorganisaatiot saattoivat tarjota laaja-alaisempaa ohjausta. Hyvänä esimerkkinä tästä oli, Jyväskylän yliopiston tarjoama Hyvis-toiminta, jonka puitteissa opiskelija saattoi hakea tukea elämäntilanteeseensa laaja-alaisemmin.

Jos haastateltava oli kokenut saaneensa laaja-alaisempaa tukea ja ohjausta, koettiin tällaiset kohtaamiset aina merkityksellisenä. Parhaimmillaan ohjaus saattoi johtaa siihen, että haastateltava reflektoi omaa elämäntilannettaan ja tätä kautta pisti asioita tärkeysjärjestykseen.

(Opettaja) pedagogisissa opinnoissa oli ihan loistava... se oli sairauden aikana hirveen hyvä tuki mulle. Se auttoi mua näkemään, että mikä tässä elämässä on tärkeitä. Et jos sä jätät kirjottamatta nyt yhen esseen, niin mitään ei tapahdu. Kukaan ei kuole. (H1)

6.2.2 Informaalit toimijat ohjaamassa

Informaali ohjaus painottui:

- Lähipiiriltä saatuun tukeen
 - Emotionaaliseen ja henkiseen tukeen
 - Käytännölliseen tukeen ja konkreettiseen auttamiseen
- Vertaistukeen ohjauksen muotona

Tässä tutkimuksessa keskeisen ohjauksen ja tuen lähteen haastateltaville muodostivat haastateltavien lähipiiriin kuuluvat ihmiset, kuten heidän oma puolisonsa, perheensä, ystävät, opiskelutoverit, sekä työpaikalla olevat työtoverit tai erilaiset harrastusyhteisöt. Tässä tutkimuksessa haastateltavien informaalin ohjauksen keskeisimmiksi toimijoiksi muodostuivat erityisesti puoliso, perhe ja ystävät. Tärkeänä tukena pidettiin myös tunnetta vertaisryhmään kuulumisesta suhteessa käytäviin opintoihin. Myös työyhteisön jäsenet ja harrastuksiin liittyvät yhteisön mainittiin. Edellä mainituilta lähteiltä saatu tuki ja ohjaus koettiin pääasiassa tärkeänä ja positiivisena, mutta toisaalta kokemukset saattoivat olla ristiriitaisia. Tärkeä henkilö saattoi olla paras tukija ja ohjaaja, mutta toisaalta myös aika-ajoin opintoihin negatiivisesti vaikuttava henkilö.

Perheeltä ja lähipiiriltä saatu tuki. Haastattelujen perusteella haastateltavien yhdeksi keskeisemmäksi tuen ja ohjauksen lähteeksi muodostui haastateltavien oma perhe tai muuhun lähipiiriin kuuluvat ihmiset, joilta opiskelijat kokivat saavansa ohjausta ja tukea opintoihinsa liittyen. Saatu tuki ja ohjaus olivat moninaista vaihdellen aina konkreettisten avun ja neuvojen antamisesta huolien kuunteluun, keskustelukumppanina olemiseen, kokonaisvaltaiseen emotionaaliseen tukeen ja yleiseen kannustamiseen. Parhaimmillaan tuki saattoi olla tätä kaikkea yhtä aikaa. Näin eräs haastateltava kuvasi puolisonsa kokonaisvaltaista ja positiivista merkitystä opintoihinsa liittyen:

Puoliso on uskomattoman niinku semmonen kannustava et pyrkii auttamaan mua kaikessa mahdollisessa. Hän on myös alalla et hänen kanssaan pystyy keskustelemaan ja me ollaan tehty ohjelmointitehtäviä parikoodauksena. Hän lähettää mulle linkkejä eri artikkeleihin... Et meille on jatkuvasti semmonen... Hän on mun paras opiskelutoveri itse asiassa... (H10)

Keskeisenä ohjauksen ja tukemisen muotona nähtiin myös se, että perheen ja lähipiirin tuki oli tärkeää erityisesti silloin kun haastateltavat pystyivät purkamaan opintoihinsa liittyvää stressiä perheensä ja ystäviensä kanssa. Pelkästään se oli tärkeää, että *...saa ajatuksia puettua johonkin muotoon puhumalla, ei tarvi kirjoitella niitä alas vaan ollaan juteltu...* Lähipiirin kanssa puhuttiin myös silloin kun *väsyttää* tai opinnot koettiin kuormittavina, *kun ei pysty jakautumaan kahteen*. Läheinen henkilö saattoi toimia tällaisissa tilanteissa ohjaavana ja kannustavana kumppanina, jonka kanssa keskusteltiin muun muassa siitä, mitä ja miten asiat kannattaa tehdä. Eräs haastateltavaa kuvasi keskustelujaan puolisonsa kanssa näin:

Tosi paljon vaimon kanssa keskustelemalla. Että sen kanssa me paljon puhutaan siitä, mitä me tehdään ja miten me tehdään. Monesti se tekee niinku aloitteen siinä kun se tulee ihmettelemään, että miksi sinä toimit näin, mikä sulla on tässä taas silleen ajatuksena, miksi sinä et vaikka noudata sitä aikataulua, minkä sie oot sanonut olevan... (H11)

Lähes jokainen haastateltava nimesi tärkeimmäksi ohjaajakseen ja tukijakseen jonkin lähipiiriinsä kuuluvan henkilön; oman puolisonsa, lapsensa tai omat ystävänsä. Usein läheiset ja tärkeät ihmiset toimivat haastateltaville myös tärkeinä motivaattoreina, jotka tekivät opiskelusta myös merkityksellisempää.

Vertaistuki ohjauksen muotona. Haastattelujen perusteella opiskeluun liittyvät vertaisryhmät muodostivat yhden keskeisen osan opiskelijoiden ohjausverkostosta. Vaikka vertaisilta saatu tuki ja ohjaus oli paikoittain samansuuntaista kuin esimerkiksi muutakin kautta saatu ohjaus, sen erottavana tekijänä tässä tutkimuksessa oli se, että vertaistuessa tuen hakija ja auttaja olivat samankaltaisessa elämäntilanteessa keskenään. Tässä tutkimuksessa opiskelijan vertaisryhmän muodostivat pääasiassa toiset saman alan opiskelijat, ja erityisen tärkeäksi vertaustuki muodostui esimerkiksi silloin, kun opintojen lisäksi vertaisilla oli muutoinkin samankaltainen elämäntilanne.

Meitä on muutama perheellinen samassa koulutusohjelmassa samalla kurssilla. Et niiden kaa kun jutellaan niin tuntuu, että ollaan samalla aaltopituudella. Ymmärretään kaikki nämä haasteet, mut sit toisaalta päästään syvemmälle niihin opintoihin... (H11)

Vertaiset toimivat haastateltaville moninaisena tukena. Joidenkin haasteltavien opintoihin kuuluivat erilaiset opintopiirit, jotka koettiin erityisen tärkeiksi. Näissä ryhmissä *tsempattiin* ja jos esimerkiksi opintoihin liittyviä epäselvyyksiä oli, pystyttiin *tukeutumaan toisiimme*. Läheisiltä opiskelukavereilta saatiin konkreettista apua myös opiskeluun, muun muassa erilaisten tehtävien suorittamiseen. Vertaisten tuki oli parhaimmillaan monialaista, se koettiin välillä jopa *voimauttavana juttuna*. Eräs haastateltava kuvasi vertaistuen merkitystä itselleen näin.

Se on ollu mukava sillain, et on päässyt purkaan henkilöiden kanssa, jotka on ollut samassa tilanteessa. Semmosta vertaistukea. Pääsee valittaan kurkseista ja luennoitsijoista ne ne antaa vinkkejä et mitä kannattaa seuraavaks ottaa... (H10)

Huomattavaa oli kuitenkin se, että haastateltavasta riippuen vertaisten merkitys nähtiin hieman eri tavalla. Toisille opiskelijoille vertaiset muodostivat keskeisen tuen lähteen, kun taas toiset eivät mieltäneet toisia opiskelijoita merkityksellisiksi tuen lähteiksi itselleen. Esimerkiksi sellaisissa tilanteissa kun, *moni siinä (opiskelu)ryhmässä oli paljon nuorempia ja heidän elämäntilanteensa oli eri*, eivät haastateltavat kuvanneet vertaistuen ja -ohjauksen olleen heille tärkeää.

6.2.3 Itseohjaus

Itseohjaus painottui:

- Kykyyn tunnistaa omia tarpeita
- Omaehtoiseen tiedonetsimiseen
- Tavoitteiden asettamiseen
- Organisoitaitaitoihin
- Stressin hallintaan

Haastattelujen perusteella kaikki haastateltavien saama tuki ja ohjaus ei tullut joltakin toiselta henkilöltä tai ulkoiselta taholta, vaan usein haastatteluissa korostui myös haastateltavan oman toimijuuden ja ajattelun merkitys tilanteissa. Lähestyimme tutkimuksessamme tätä toimijuuden muotoa itseohjauksen käsitteen kautta. Tältä pohjalta haastateltavien itseohjaus ilmeni tavoitteellisuutena omia opintojaan kohtaan. Keskeiseksi nousi myös kyky tunnistaa omia tarpeita ja toiveitaan, ja tätä kautta erityisesti tiedonhaun merkitys suhteessa tähän nousi keskeiseen asemaan. Yhtä tärkeää oli myös kyky asettaa omia tavoitteita oppimiselle. Oppimisen ja elämäntilanteeseen liittyvä hallinta, kuten organisointikyky, ajanhallinta sekä valmius stressin hallitsemiseen muodostivat myös keskeisen merkityksen itseohjaukseen liittyen.

Kyky tunnistaa omia tarpeita. Oppimisen tarpeiden havaitsemista, erityisesti opintoihin hakeutumisen yhteydessä, lähestyttiin usein lisäpätevyyden saavuttamisen, tai ammatinvaihtotilanteen kautta. Oleellista oli kuitenkin, että usein opintojen aloittamista perusteltiin myös mielenkiinnosta kumpuavan tarpeen kautta; ... *mulla on aina ollut kiinnostus siihen (opiskeluun)...tai, että ...motivaatio on ihan valtava... semmonen sisäsyntyinen...* Opiskelu saattoi olla myös pitkäaikainen haave, joka päätettiin toteuttaa. Haaveen toteutumiseen siivitti uskalus kokeilla omia kykyjään.

Mä sitten vanhoilla päivilläni jotenkin päätin, että katon et onks musta tähän. Et... nyt mä oon ainakin tehnyt sen, mitä mä haaveilin sillo jo kaksikymppisenä, nii mä aattelin, et onpahan se nyt tehty... (H1)

Omaehtoinen tiedonhaku. Omien opintoihin liittyvien tarpeiden tunnistamisen kautta hakeuduttiin opintoihin ja niistä alettiin ottaa selvää. Tietoa opintoihin liittyen haettiin eri lähteistä, niin formaalin, kuin informaalin ohjauksen kautta, mutta myös internetistä, kuten ...*googletin*, ...*opintopolusta*... tai ...*Jyväskylän yliopiston sivuilta*.... Keskeistä oli ylipäätään se, että haastateltavat itse lähtivät selvittämään asioita muun muassa hakemalla tukea tai tietoa eri lähteiden kautta. Olennaista tässä yhteydessä oli nimenomaan tiedonhaku. Haastateltavat itse etsivät tietoa tarpeisiinsa nähden erinäisten kanavien kautta. Itseohjautuvuus oli siis keskeisessä asemassa ryhdyttäessä toimeen tai hakeuduttaessa ohjauksen piiriin ylipäätään.

Tavoitteiden asettaminen. Opintojen sujuvuuteen liittyen, itseohjauksen merkitys tuli esiin myös oppimistavoitteiden asettamisen yhteydessä. Oleellista oli, että tajuttiin, opintoja tehtävän *itselleni, enkä kenellekään muulle*. Haastateltavat kuvasivat myös, että tavoitteiden asettaminen opinnoille oli keskeistä. Omia tavoitteita saatettiin laittaa ...*korkeelle kaikessa*..., mutta toisaalta tavoitteista oltiin valmiita joustamaan tarpeen niin vaatiessa. Esimerkiksi opintojen valmistumisaikataulutusta oltiin valmiita mukauttamaan, esimerkiksi; ...*mä käyn sitten sitä koulua vähän pidempään, jos se näyttää siltä, että ne ei lähde lutoitumaan*... Omia oppimistavoitteita saatettiin myös laskea, jos huomattiin, että tilanne sitä vaati. Näin kokemuksiaan omien tavoitteidensa asettamisesta kuvasi yksi haastateltavista:

Rima on niinku ihan älyttömän korkeella kaikessa ja sit ku mä en pystykkään saavuttamaan niitä omia tavoitteita, mitä mä oon asettanut, niin se stressaa... Elikkä se stressi tulee mun sisältä päin, et mä itse luon itselleni semmosta hirveätä stressiä... siks mää jotenkin olin jotenkin hirveen huojentunut, kun mä ajattelin gradun kanssa, et okei tää on valmis, tää ei oo mikään maailman super gradu, enkä jaksa enempää...Ja sit mää ihan oikeesti kolme päivää istuin, mut aikasempi minä ois istunu 30 päivää. Ja mä oisin hionu ja hionu ja ettiny lähteitä ja vaihtanu suurinpiirteen aiheenkin. (H1)

Organisointitaidot. Koska haastatteluun osallistuneet opiskelivat elämäntilanteessa, jossa läsnä olivat myös perhe ja työelämä, esille nousivat erityisesti organisointiin liittyvien taitojen tärkeys. Organisointitaidoissa korostuivat esimerkiksi aikataulutuksen ja töiden ja hoidettavien asioiden priorisoinnin keskeinen

merkitys. Kun omat menonsa pystyi aikatauluttamaan, asiat hoituivat paremmin. Näin organisointikyvyn tärkeyttä kuvasi yksi haastatelluista.

Ei asioista kannata tehdä sen vaikeempia kun ne on että (...) jos työhömmä ja perhe ja opiskelujuttu niin nehän tavallaan laitetaan niinku legopalikat järjestykseen ja sitten niinku suorittaa ja toteuttaa (...) Mulla on suhteellisen hyvä organisointikyky tai semmoinen tai kyky laittaa palikat järjestykseen (...) eihän sitä kannata turhaa murhetta ottaa. Asioilla on kuitenkin tapana järjestyä. (haastateltava 3)

Stressin hallinta. Osittain aikataulullisten haasteiden johdosta, haastateltavat saattoivat kuvata kuitenkin elämäntilannettaan ajoittain kiireiseksi ja osittain jopa stressaavaksi. Tämän takia stressin hallintaan liittyvät keinot nousivat yhdeksi keskeiseksi itseohjauksen ulottuvuudeksi. Haastateltavat kertoivat hallitsevansa stressiä esimerkiksi nukkumalla tarpeeksi, tauottamalla opiskeluaan; *pieni tauko siihen opiskeluun ja aikatauluihin ja koulupäiviin, niin se tekee kyllä ihan hyvää.* Stressin hallintaan saatiin apua myös harrastusten tai urheilun avulla. Eri-*lainen urheilu, esimerkiksi juokseminen olihyvä tapa saada kaikkeen etäisyyttä, kun menee yksin pitkin metsiä...* Harrastusten merkitys jaksamisen kannalta tiedostettiin. Toisaalta stressiä hallittiin myös tietynlaisen asennoitumisen ja ajatusmallien avulla. Näin suhdetaan stressiin ja sen hallintaan kuvasi yksi haastatelluista.

Kaikkeen pitää vaan suhtautua niiden vaatimalla vakavuudella ja tosiaan sitä rataa niin eihän se sen kummempaa oo. Sillon ku ollaan kotona ja silloin kun ollaan töissä niin ollaan töissä ja sitten jos tehään tämmösiä opintoja tai muuta niin sit tehään niitä. (H3)

Haastattelujen perusteella jokainen vastaaja kuvasi jollakin tapaa omaa toimijuuttaan ja itseohjaustaan merkittävänä tekijänä opintojen kulun tukijana. Huomattavaa oli kuitenkin se, että ainoastaan yksi vastaajista nosti oman toimijuutensa niin keskeiseen asemaan, että nimesi itsensä suoraan henkilöksi, jolla on suuri merkitys omien opintojensa kulussa. Kaikista haastatelluista kävi kuitenkin ilmi, että jokainen haastateltava pohti omaa itseään yhtenä ohjaajana elämäntilanteessaan ainakin jollain tasolla.

7 POHDINTA

Tutkimuksemme tehtävävä oli tarkastella työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista, sekä niitä seikkoja jotka hankaloittivat tai helpottivat edellä mainittujen elämänalueiden yhteensovittamista. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, miten erilaisista konteksteista saatu tuki ja ohjaus vastasivat opiskelijoiden tarpeisiin sekä kenen puoleen opiskelijat kääntyivät ohjausta hakiessaan.

7.1 Yhteenveto työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen teemoista

Tutkimuksemme tuloksista käy ilmi, että työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista helpottivat perheeltä ja lähipiiriltä saatu tuki, työn tarjoamat resurssit ja reflektoinnin mahdollisuudet, sekä opiskelun positiivinen vaikutus aikuisopiskelijan toimijuuteen ja taitoihin. Osittain samankaltaisiin tuloksiin ovat päätyneet myös Andrade, van Rhijn sekä Matias (2017, 112-114), joiden mukaan opiskelun tarjoamat mahdollisuudet osoittaa osaamista toimivat osaltaan työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen helpottajana. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella yhteensovittamista puolestaan hankaloittivat ennen kaikkea kodin ja perheen asettamat vaatimukset, opiskeluvaatimukset sekä hankaluus säädellä eri elämän osa-alueiden aiheuttamaa kuormitusta.

Huomionarvioista tuloksia tarkastellessa on, että yhteensovittamista helpottavia ja hankaloittavia teemoja analysoidessa voidaan huomata, että yhteensovittamista helpottavat tekijät olivat erityisesti perheen ja työelämän osa-alueilta nousevat teemat. Sen sijaan opiskeluun liittyvät teemat, joita tulosluvussa tarkasteltiin tarkemmin luvussa 6.1.5, näyttäytyivät tässä tutkimuksessa yhteensovittamista hankaloittavassa valossa. Tutkimuksemme tulos siitä, että aikuisopiskelijat kokivat opintoihin liittyvien käytännön järjestelyiden hankaloittavan työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista poikkesi Lowen ja Gaylen (2007) tuloksista, jotka eivät havainneet yhteyttä esimerkiksi läsnäolollisilla luennoilla kokemukseen työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisesta. Yksi selittävä syy tähän saattoi olla se, että aineistomme sattui koostumaan suurilta osin

opiskelijoista, jotka joutuivat toistuvasti matkustamaan pitkiäkin matkoja opiskelupaikkakunnalle ja kokivat tätä kautta raskaaksi sen, että suuri osa luennoista oli läsnäolopakollisia. Etäisyyden kodin ja opiskelupaikan välillä onkin havaittu olevan yksi olennainen kriteeri sellaisessa tilanteessa, jossa oma oppilaitos on mahdollista valita useamman joukosta (Roszkowski & Reilly 2005, 90-92). Suomessa tilanne kuitenkin harvemmin on sellainen, että valinnanvaraa samankaltaisten oppilaitosten välillä juurikaan olisi.

Oleennaista näiden tutkimustulosten valossa on mielestämme pohtia, olisiko esimerkiksi ohjauksella ja ohjauksen kautta tarjoutuvilla tuen välineillä mahdollista helpottaa työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista niin, että myös opiskelun osa-alueelta voitaisiin nykyistä paremmin kokea ja saada yhteensovittamista helpottavia teemoja. Partanen (2011) toteaa yhden suuren haasteen aikuisopiskelijoiden koulutuksen jouhevoittamisessa olevan jo olemassa olevan osaamisen tunnistamisen. Tämä toive nousi esiin myös tämän tutkimuksen aineistossa. Koska monella haastatelluista oli taustalla jo jokin korkeakoulututkinto ja pitkä työura takanaan, on tämä toive perusteltu. Olemassa olevan osaaminen nykyistä parempi tunnistaminen, sekä mahdollisuus joustavimpiin opiskelukäytänteisiin, kuten etäopiskelu ja vaihtoehtoiset opintojen suoritustavat helpottaisivat osaltaan työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista.

Tähän tutkimukseen osallistuneista yhdestätoista haastateltavista yhteensä kahdeksan oli naisia. Tämän vuoksi on luonnollista, että erityisesti naisten kokemukset nousivat tässä tutkimuksessa esiin. Vertailua naisten ja miesten välillä emme tässä tutkimuksessa tehneet. Kuitenkin, koska perhe oli tässä tutkimuksessa yksi tutkittavista elämänalueista, ja koska perhepiirissä naiset kantavat edelleen miehiä suuremman vastuun kotitöistä, yhteensovittamisen teemoja sukupuolen kannalta on tärkeää pohtia. Kyse on myös tasa-arvopoliittisesta ongelmasta, johon esimerkiksi lainsäädännöllisesti on mahdollista vaikuttaa esimerkiksi tasa-arvoisempien perhevapaiden muodossa (ks. Lammi-Taskula, Salmi, & Parrukoski 2010). Sayerin, Gauthierin, Furstenbergin (2004) mukaan korkeakoulutetut naiset käyttivät vähemmän koulutettuja naisia enemmän aikaa lastenhoitoon, kun taas miehillä samanlaista jakoa ei ollut. Toisaalta taas korkeasti koulutetut naiset osallistuivat muihin kotitöihin vähemmän kuin vähemmän

koulutetut naiset. Huomionarvoista tämän tutkimuksen tuloksia tarkastellessa on kuitenkin se, että vaikka korkeakoulutetut naiset pääsääntöisesti tekivät kotitöitä vähemmän, tähän tutkimukseen osallistuneet naispuoliset haastateltavat kokivat kuitenkin tekevänsä puolisoitaan enemmän kotitöitä. Kotitöiden koettiin myös vievän aikaa opinnoilta, mikä näin ollen hankaloitti työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista.

Työn ja perheen yhteensovittamisen teemat ovat vakiintunut aihe niin kotimaisessa kuin ulkomaisessakin tutkimuksessa (ks. esim. Kinnunen ym. 2013; Marks & MacDermid 1996; Matthews & Barnes-Farrell 2010; Rantanen & Kinnunen 2005; Taskila-Rissanen ym. 2016) Tämän tutkimuksen tulosten perusteella voidaan todeta, että työn ja perheen tutkimustulokset ovat osittain sovellettavissa myös työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen tutkimukseen. Erityisesti mallit moniroolisuudesta ovat sovellettavissa myös työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen tutkimiseen. Rantasen ja Kinnusen (2005) mukaan kaksi perinteisesti keskeistä aikuisen elämän osa-aluetta, työ ja perhe, sisältävät jo itsessään useampia erilaisia rooleja (esimerkiksi puoliso, vanhempi, esimies kollega). Lisättäessä kolmas elämän osa-alue, opiskelu, tutkimusasetelmaan, erilaiset roolit luonnollisesti lisääntyvät. Lisäksi, siinä missä työn ja perheen vuorovaikutuksella on kaksi suuntaa (työstä perheeseen ja perheestä työhön), opiskelu mukaan luettuna lisää vuorovaikutuksen suuntia (työstä perheeseen, perheestä työhön, työstä opiskeluun, opiskelusta työhön, opiskelusta perheeseen sekä perheestä opiskeluun).

Opiskelun nostaminen kolmanneksi tutkittavaksi elämän osa-alueeksi oli perusteltua esimerkiksi siksi, että aikuisopiskelijoiden määrä Suomessa on merkittävä, ja suuri osa heistä yhteensovittaa monenlaisia elämän osa-alueita samanaikaisesti. Ohjauksen kannalta opiskelu ja esimerkiksi opintojen eteneminen on kiinnostava teema. Toisaalta ajatus siitä, että aikuisopiskelijan elämään kuuluu perinteisesti työ sekä perhe, voi toisinaan jäädä hieman kapea-alaiseksi tulkinaksi. Kuten jo teoriaosuudessa pohdittiin, voidaan kysyä, ovatko esimerkiksi työn ja opiskelun erottaminen toisistaan mahdollista kaikissa tilanteissa. Siinä missä oppimisesta ja opiskelusta tulee olemukseltaan elinikäistä, ja työelämä ja opiskeluaika eivät ajallisesti ole erityisen selvästi erotettavissa toisistaan, täytyy

pohtia myös sitä, kuinka nämä käsitteet määritellään ja erotetaan toisistaan. Eri elämän osa-alueiden yhteensovittamisen helpottamisen teemoja pohtiessa voidaan ajatella, että kenties yksi yhteensovittamista helpottava teema on juuri se, ettei näihin osa-alueisiin suhtaudu toisistaan erillisinä teemoina, vaan toisiaan tukevana ja toisiinsa myös ajallisesti limittyvinä elämän osa-alueina.

Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista tutkittaessa voidaan pohtia sitä, sisältyykö näihin kolmeen osa-alueeseen kaikki se, mitä aikuisopiskelija kokee elämässään merkittäväksi, mihin hän haluaa ajallisesti panostaa tai mikä hänen aikaansa vei. Useampi tämän tutkimuksen haastatelluista nosti esiin esimerkiksi paljon panostusta vaativan vapaa-ajan harrastuksen, joka sekä toi voimavaroja arkeen, että myös vei ajallisia resursseja. Eräs haastatelluista kommentoikin tämän tutkimuksen tutkimusasetelmaa niin, että hänen mielestään olennaista olisi ollut vapaa-ajan nostaminen neljänneksi teemaksi työn, perheen ja opiskelun rinnalle.

7.2 Yhteenveto ohjauksen konteksteista

Aikuisopiskelijat saivat tukea ja ohjausta elämäntilanteeseensa moninaisten kanavien kautta. Tulostemme mukaan ohjauksen lähteet voitiin jaotella pelkistäen formaalien ja informaalien kanavien kautta tapahtuvaksi ohjaukseksi. Myös itseohjaus muodosti merkittävän osan aikuisopiskelijan ohjauksen kentästä. Huomionarvoista oli kuitenkin se, että nämä eri ohjauksen osa-alueet eivät olleet toisistaan erillisiä osa-alueita, vaan toisiinsa limittyviä ja tukevia sektoreita.

Formaalin ohjauksen kanavia tässä tutkimuksessa olivat useimmiten oppilaitoksesta saatu ohjaus, mutta myös muut julkisen ja yksityisen puolen palvelut, kuten TE-toimistot sekä terveydenhuolto. Informaali ohjaus muodostui kuitenkin usein jopa merkittävämmäksi tuen ja ohjauksen lähteeksi kuin formaalien ohjauspalveluiden kautta saatu tuki. Yksi syy tähän saattaa olla se, ettei formaalin ohjauksen kanavia ehkä tunnettu, tai ajateltiin, ettei niistä olisi hyötyä juuri kyseisessä elämäntilanteessa. Lisäksi, koska ohjauksen lähteitä ja niistä saatua tukea ja apua peilattiin tässä tutkimuksessa erityisesti haastateltavien elämäntilanteeseen, jossa he yhdistivät työtä, opiskelua sekä perhe-elämää, voidaan

ajatella, että haastateltavat eivät kokeneet formaalin ohjauksen lähteitä sellaisiksi, joista olisi saanut ohjausta juuri yhteensovittamisen helpottamiseksi.

Itseohjaus näkyi jokaisen haastateltavan kokemuksissa. Vaikka itseohjausta ei osattu nimetä suoranaisesti ohjauksen lähteeksi, se ilmeni haastateltavien puheessa vahvoina kokemuksina ja kertomuksina toimijuudesta. Kuten Onnismaa (2004, 283) korostaa, itseohjautuvuus ei useinkaan tapahdu tyhjiössä, vaan se on keskeisesti yhteydessä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Tämä ulottuvuus tuli tässäkin tutkimuksessa keskeisesti esille. Apua haettiin aktiivisesti haasteisiin, joita oltiin saatettu oppia tunnistamaan jo aikaisemmin vuorovaikutustilanteissa. Esimerkiksi stressaantuessaan aikuisopiskelija pystyi nopeasti tunnistamaan tilanteensa, refleктоimaan stressiä aiheuttaneita tekijöitä, sekä mukauttamaan toimintaansa tilanteen helpottamiseksi. Toisaalta itseohjaus oli läsnä myös silloin kuin haastateltava on hakenut apua ongelmaansa myös jotakin muuta kautta, esimerkiksi hakeutuessaan jonkin muun ohjauksen tarjoajan tuen piiriin. Itseohjaus ei siis tässä tutkimuksessa ollut ainoastaan yksin tapahtuvaa omien tarpeiden ja tilanteen reflektointia, vaan myös ulospäin suuntautuvaa toimintaa, kuten avun hakemista tai tiedon etsimistä sen hetkisen tarpeen tyydyttämiseksi.

Tutkimustuloksemme herättävät pohtimaan, mitä kaikkea ohjauksella tarkoitetaan ja mitä sillä voidaan ymmärtää. Vaikka ohjaus onkin ilmiönä moniulotteinen ja vaikeastikin kuvattava käsite, se usein ymmärretään jonkin profession, kuten ura- tai oppilaanohjauksen kautta tapahtuvana toimintana (ks. Vehviläinen 2001; Onnismaa 2007). Tutkimustemme tulosten perusteella on kuitenkin huomattava, että myös niin sanotun informaalin ohjauksen kautta käydyt keskustelut sisälsivät huomattavan paljon ohjaukseen kytköksissä olevia elementtejä. Tosin huomattavaa oli, että haastateltavat mielsivät ko. ohjauksen useimmiten tuen tai avun tarjoamisen kautta, vaikka omien ystävien, lähipiirin ja erilaisien vertaisryhmien kautta haettiin samankaltaisia vastauksia kuin usein varsinaisen formaalin ohjauksen kautta. Onkin kuitenkin tärkeää huomioida, että esimerkiksi opintojen edistymisen näkökulmasta, opintoihin kiinnittyminen, sekä niissä edityminen ovat keskeisesti kytköksissä opiskeluaikana saatuun sosiaaliseen tukeen, sillä sosiaalinen tuki muodostaa tärkeän voimavaran opiskelulle, sekä lisää ryhmään kuulumisen tunnetta (Penttinen, Skaniakos, Valkonen &

Plihtari, 2011, 5). Tällaisissa tilanteissa opiskelutovereiden tuki voikin parhaimillaan olla esimerkki hyvin toimivasta ei institutionalisesta ohjauspalvelusta.

Mielenkiintoinen seikka tässä tutkimuksessa oli myös se, että kuinka tärkeään asemaan itseohjautuvuus ja itseohjauksen merkitys nousi. Onkin hyvä pohtia itseohjauksen merkittävyyttä aikuisopiskelijan ohjauskentän osana. Voidaanko esimerkiksi ajatella, että ohjauksen pariin hakeutuminen sisältää jo itsessään elementtejä itseohjautuvuudesta ja itseohjauksesta. Toisin sanoen, kun aikuisopiskelija tunnistaa itsessään ohjauksellisia tarpeita ja hakeutuu ohjauksen pariin, onko hänen toiminnassaan tuolloin aina elementtejä myös itseohjauksesta.

Yhteenvetona voidaan todeta, että työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista helpotti ennen kaikkia lähipiiriltä ja perheeltä saatu tuki. Tuki oli monimuotoista sisältäen esimerkiksi konkreettisen taloudellisen ja kodinhoidollisen tuen, mutta sen merkitys nousi keskeiseen asemaan myös ohjauksen lähteenä. Ohjauksen ja tuen käsitteiden erottaminen tässä tutkimuksessa olikin paikoin haastavaa, josta ilmenee tutkimuksemme fenomenologinen ulottuvuus. Haastateltavat ymmärtävät ja sanoittavat kokemuksiaan ohjauksesta eri tavoin. Toisin sanoen onkin hyvä pohtia ja tiedostaa, että oma ymmärryksemme ja määritelmämme ohjauksesta voi erota haastateltavien näkemyksistä. Koska ohjaus ilmenee ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa ja muodostamissamme kokemuksissa, on käsitteestä hankalaa muodostaa kaiken kattavaa ja yksiselitteistä kuvausta.

7.3 Luotettavuuden arviointi ja jatkotutkimushaasteet

Tutkimuksemme luotettavuuden kannalta koemme ansioksi erityisen rikkaan keräämämme aineiston. Aineisto vastasi sille asetettuihin kysymyksiin ja se oli tarpeeksi laaja. Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat taustaltaan, sukupuoleltaan sekä perhetaustaltaan erilaisia, joten haastateltavien erilaiset ja toisistaan eroavat elämäntilanteet nousivat aineistossa hyvin esiin. Tutkimukseen osallistuminen oli kaikille haastatelluille vapaaehtoista. Haastateltavia on myös pyritty tavoittamaan ja keräämään mahdollisimman suuresta joukosta, jotta aineisto

olisi kasvanut mahdollisimman heterogeeniseksi. Kukaan tutkimukseen osallistuneista ei ollut tutkijoille entuudestaan tuttu, mikä takasi osaltaan sen, että haastatteluissa pystyttiin antamaan tilaa haastatellun omalle kertomukselle, eikä tutkijoiden ennakkokäsitykset ohjanneet käsityksien syntymistä.

Luotettavuuden arvioinnin kannalta on tärkeää pohtia, kuinka haastateltavat ovat tutkimukseen valikoituneet. Siihen, millainen aineisto haastatteluilla on saatu kerättyä, vaikuttaa haastateltavien syyt ja motiivit osallistua tutkimukseen. Aiheellista on pohtia esimerkiksi sitä, millaiset kokemukset aineistossa korostuivat työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisesta. Tätä pohdintaa sanoitti myös yksi haastatelluista, joka kertoi halunneensa osallistua tutkimukseen nimenomaan siksi, että hänen kokemuksensa työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen helppoudesta ei muunlaisissa tutkimuksissa olisi päässyt esiin. Ennakkokäsitys siitä, että erilaisten roolien yhteensovittaminen on lähinnä kuormittavaa ja voimavaroja syövää, on pitkään elänyt työn ja perheen yhteensovittamisen tutkimuksessa. Kinnusen, Feldtin, Rantasen ja Pulkkinen (2005, 43) mukaan esimerkiksi työn ja perheen yhteensovittamista käsittelevässä tutkimuksessa hyvin yleisesti käytetty roolistressiteoria ja siitä johdetut määrällisessä tutkimuksessa käytetyt mittarit eivät huomioi tarpeeksi mahdollisia myönteisiä kokemuksia, joita monen erilaisen roolin yhteensovittaminen saattaa tuottaa. Yhteenvevotona todettakoon kuitenkin, että keskeistä luotettavuuden arvioinnin kannalta on tutkijoiden pyrkimys antaa kaikkien erilaisten kokemusten nousta aineistosta.

Kritiikkinä tutkimuksen aineiston keruusta ja haastateltujen valikoitumisesta voidaan esittää hieman kapea käsitys perheen käsitteestä. Kaikilla tähän tutkimukseen osallistuneilla haastatelluilla oli vähintään yksi alaikäinen lapsi, josta haastateltava oli vastuussa. Aikuisuutta (ja sitä myöten aikuisopiskelijan käsitettä) onkin määritelty vastuun näkökulmasta (Ks. esim. Laakkonen 2015; Räikkönen 2012). Vastuulla voidaan kuitenkin viitata myös muihin kuin huollettaviin alaikäisiin lapsiin. Tässä tutkimuksessa niiden aikuisopiskelijoiden ääni, jotka kokivat kantavansa vastuuta esimerkiksi ikääntyneistä vanhemmistaan, puolisoistaan tai itsestään, eivät päässeet esiin.

Lopuksi on syytä pohtia tutkimuksen luotettavuutta siltä kannalta, millaisia mahdollisia hyötyjä ja haittoja luotettavuudelle oli siitä, että tutkijoita tässä

tutkimuksessa oli kaksi. Perinteisesti opinnäytetyö tehdään suomalaisissa korkeakouluissa yksin, vaikka laajemmassa akateemisessa mittakaavassa on toisaalta yleistä, että esimerkiksi artikkeleita ja muita tieteellisiä tutkimuksia toteutetaan myös suuremmissa ryhmissä. Koska laadullisessa tutkimuksessa tutkijan merkitys tulkintojen tekijänä on korostunut, on lähtökohtaisesti hyödyllistä, että prosessin aikana olemme voineet pohtia yhdessä esimerkiksi ennakkokäsityksiämme tutkittavasta aiheesta. Lisäksi tutkimuksen analyysiosiossa kahdesta tutkijasta ja kahdesta erilaisesta käsityksestä on luotettavuuden kannalta myös ollut hyötyä, sillä väitämme, että tällöin tutkimustulosten väärintulkinnan mahdollisuus on pienempi.

Tämän tutkimuksen perusteella nostamme esiin muutamia jatkotutkimushaasteita, sekä mahdollisia käytännön sovellutuksia, joita tutkimuksemme tuloksien pohjalta voidaan nostaa. Ohjauksen näkökulmasta on mielenkiintoista, kuinka yksilö kykenee elämään arvojensa mukaista elämää työtä, perhe-elämää ja opiskelua yhteen sovittaen. Siinä missä työn ja perheen yhteensovittamista on tutkittu arvojen toteutumisen näkökulmasta (ks. esim. Nieminen, Rantanen, Hietalahti & Kokko 2014.), kaivattaisiin tutkimusta myös tilanteesta, jossa edellä mainittuihin osa-alueisiin liitetään kolmanneksi tekijäksi opiskelu. Toisena jatkotutkimushaasteena mainittakoon opiskelumotivaation yhteys työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisen kokemuksiin. Vaikka aihetta ei tässä tutkimuksessa tutkittu, erilaiset motivaatiotekijät opiskelulle nousivat kuitenkin aineistossa useamman kerran esille. Mielenkiintoista olisikin selvittää, kuinka erilaiset syyt hakeutua opiskelemaan vaikuttavat siihen, millaiseksi aikuisopiskelijat kokevat elämäntilanteensa, jossa yhdistyvät myös työ ja perhe. Kolmanneksi jatkotutkimusaiheeksi nostamme ajatuksen siitä, että työn, perheen ja opiskelun rinnalle neljänneksi tutkittavaksi osa-alueeksi nostettaisiin vapaa-aika. Tämä ajatus nousi esiin aineistostamme, ja herättää kiinnostavia kysymyksiä siitä, mitä yksilö pitää elämässään tärkeänä, ja kuinka hän elämänsä mielekkäästi elää.

Jotta aikuisopiskelijoita olisi mahdollista jatkossa tukea opinnoissaan ottaen huomioon koko aikuisopiskelijan elämäntilanteen ja opintoihin vaikuttavat tekijät, on korkeakouluissa tarjottavaa ohjausta aiheellista kehittää. Koska opintojen sujuvuuden ja vertaistuen merkityksen välillä on selkeä yhteys, on

aiheellista pohtia sitä, kuinka korkeakoulut instituutiona voi tukea aikuisopiskelijan mahdollisuuksia saada vertaistukea opiskelutovereiltaan.

Siinä missä työelämä muuttuu jatkuvasti ajasta ja paikasta yhä riippumattomammaksi ja sisältäen paljon työskentelyä hajautetuissa tiimeissä, on oleellista pohtia myös sitä, missä määrin näitä työskentelyn tapoja olisi mahdollista hyödyntää myös enenevässä määrin opinnoissa. Tilanteessa, jossa aikuisopiskelija asuu kaukana opiskelupaikkakunnaltaan, eikä hänellä elämäntilanteensa vuoksi ole mahdollisuutta muuttaa opiskelupaikkakunnalle, on myös oppilaitosten mahdollista helpottaa työn, perheen ja yhteensovittamista niin, että oppilaitoksissa osaltaan tarjottaisiin yhä enemmän mahdollisuuksia etäopiskeluun.

LÄHTEET

- AKU. 2002. Osallistuminen aikuiskoulutukseen. Aikuiskoulutus 2000. Koulutus 5:2002. Tilastokeskus.
- Andrade, C., van Rhijn, T. & Matias, M. 2017. School-to-Family and Family-to-School Enrichment in Women pursuing Post-Secondary Education. *Revista Psychologica*, 60 (2), 101-116.
- Bierema, L. L. 1998. A Synthesis of Women's Career Development Issues. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 95-103.
- Dohmen, G. 1998. Another Approach to get more Adults into Continuous Learning. Teoksessa: P. Alheit & E. Kammler (toim.) *Lifelong Learning and its Impact on Social and Regional Development*. Bremen: Donat Verlag, 223- 230.
- ELGPN, 2013. Elinikäisen ohjauksen toimintapolitiikka: Eurooppalaisia lähtökohtia kansalliselle kehittämistyölle. ELGPN Tools No. 1. University of Jyväskylä: European Lifelong Guidance Policy Network.
- ELGPN, 2016. Elinikäisen ohjauksen toimintapolitiikan laadun ja tutkimusperustaisuuden vahvistaminen. ELGPN Tools No. 5. University of Jyväskylä: European Lifelong Guidance Policy Network.
- Eskola, J. & Suonranta J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Jarvis, P. 1990. *An International Dictionary of Adult and Continuing Education*. London: Routledge.
- Jarvis, P. 2008. *Democracy, Lifelong learning and the learning society, Volume 3. Active citizenship in a late modern age*. London & New York: Routledge.
- Kaplan, P.L. & Saltiel, I.M. 1997. Adults who do it all. *Adult learning*, 8, 17-20.
- Karjalainen, M. 2010. Ammattilaisten käsityksiä mentoroinnista työpaikalla. Jyväskylä: Jyväskylä Yliopisto.
- Kinnunen, U., Feldt, T., Rantanen, J., & Pulkkinen, L. 2005. Työn ja perheen vuorovaikutus: Menetelmä kielteisen ja myönteisen vuorovaikutuksen tutkimiseen. *Psykologia*, 40, 43-52.
- Kinnunen, U., Rantanen, J., Mauno, S. & Peeters M. 2013. Work-family interaction. Teoksessa M. Peeters, J. d. Jonge, & T. Taris (toim.). *An introduction to contemporary work psychology*. Wiley-Blackwell. 267-289.

- Knowles, M. 1975. *Self-directed learning: a guide for learners and teachers*. Chicago: Association Press.
- Klumb, P. L. & Lampert, T. 2004. Women, work, and well-being 1950-2000: a review and methodological critique. *Social Science and Medicine*, 58, 1007-1024.
- Koski, L. & Moore, E. 2001. Näkökulmia aikuisuuteen ja aikuiskasvatukseen. *Aikuiskasvatus* 21 (1), 4-13.
- Kumpulainen, T. (toim.) 2007. *Aikuiskoulutuksen vuosikirja. Tilastotietoja aikuisten opiskelusta 2005*. Opetusministeriön julkaisuja 2007: 26. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79413/opm26.pdf?sequence=1>. Viitattu 3.1.2018.
- Laakkonen, E. 2015. *Aikuisuuden kulttuuriset kuvat 25-35-vuotiaiden naisten haastattelupuheissa ja naistenlehtiteksteissä*. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Education, Humanities, and Theology., no 69. Itä-Suomen yliopisto.
- Laakkonen, E., Manninen, J. & Kauppila, J. 2017. Nuoret aikuiset naiset elinikäisinä oppijoina. Notkeaa toimijuutta työn, perheen ja opiskelun rajapinoilla? *Aikuiskasvatus* (1), 4-19.
- Laine, T. 2007. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II: näkökulmia aloittavalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Juva: WS Bookwell Oy. 28-45.
- Lairio, M., Kujala, E. & Makkonen J. 2006. Biografisen oppimisen hyödyntäminen ohjauksessa. *Ammattikasvatuksen aikakauskirja* 8 (3), 20-28.
- Lairio, M. & Puukari, S. 2001. Ohjaus käsitteenä ja ammattina. Teoksessa M. Lairio & S. Puukari. *Muutoksista mahdollisuuksiin: Ohjauksen uutta identiteettiä etsimässä*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Koulutuksen tutkimuslaitos, 9-21.
- Lammi-Taskula, J., Salmi, M. & Parrukoski, S. 2010. Työ, perhe ja tasa-arvo. *Sosiaali- ja terveysministeriö*.
- Lowe, J. & Gayle, V. 2007. Exploring the work/life/study balance: the experience of higher education students in a Scottish further education college, *Journal of Further and Higher Education*, 31 (3), 225-238.
- Marks, S., & MacDermid, S. 1996. Multiple Roles and the Self: A Theory of Role Balance. *Journal of Marriage and Family*, 58 (2), 417-432.

- Matthews, R. A., & Barnes-Farrell, J. L. 2010. Development and initial evaluation of an enhanced measure of boundary flexibility for the work and family domains. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15 (3), 330-346.
- Matthews, R. A., Barnes-Farrell, J. L., & Bulger, C. A. 2010. Advancing measurement of work and family domain boundary characteristics. *Journal of Vocational Behavior*, 77(3), 447-460.
- McLeod, J. 2003. *An introduction to counselling*. 3 painos. Maidenhead, Berkshire. Open University Press.
- Niemelä, J. 2014. Opiskelua työn ja perheen siivittämänä vai ristipaineessa? *Työelämän tutkimus* (2), 137-157.
- Niemelä, S. 1998. Elinikäinen oppiminen ja osaamisyhteiskunnan haasteet. Teoksessa P. Sallila & T. Vaherva, (toim.) *Arkipäivän oppiminen*. Aikuiskasvatuksen 39. Vuosikirja. Helsinki: BJT Kirjastopalvelu, 15-29.
- Niemelä, S. 2011. *Sivistyminen: Sivistystarve, -pedagogiikka ja -politiikka pohjoismaisessa kansallissivistystraditioissa*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Nieminen, I., Rantanen, J., Hietalahti, M., & Kokko, K. 2014. Heijastavatko työn ja perheen yhteensovittamisen kokemukset yksilön elämänarvoja? *Työelämän tutkimus*, 12 (2), 116-136.
- Nykänen, S. 2010. Ohjauksen palvelujärjestelyn toimijoiden käsitykset johtamisesta ohjausverkostossa. *Matkalla verkostajohtamiseen?* Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.
- Opetushallitus. 2017. http://www.oph.fi/koulutus_ ja_tutkinnot/ammattikoulutus/ ammatilliset_perustutkinnot/elinikaisen_oppimisen_avaintaidot. (Viitattu 16.5.2017).
- Onnismaa, J. 2003. *Epävarmuuden paluu: ohjauksen ja ohjausasiantuntijuuden muutos*. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Onnismaa, J. 2004. *Vanha ja uusi ura*. Teoksessa: J. Onnismaa, H. Pasanen & T. Spangar (toim.) *Ohjaus ammattina ja tieteenalana 3: ohjaustyön välineet*. Juva: Ps-kustannus, 275-285.
- Onnismaa, J. 2007. *Ohjaus- ja neuvontatyö – Aikaa huomiota ja kunnioitusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pajarinen, M., Puhakka, H., Vanhalakka-Ruoho, M. 2004. *Aikuisopiskelijan ohjaus opintopolun tukena sekä oppilaitoksen toimintakulttuurin osana*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Partanen, A. 2011. "Kyllä minä tästä selviän": aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajana. Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius.

- Pasanen, H. 2000. Oppimisen ohjauksen tarve ammatillisessa aikuiskoulutuksessa. Teoksessa J. Onnismaa, H. Pasanen & T. Spangar (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana II. Porvoo: PS-kustannus, 104-130.
- Patton, M. Q. 2002. Qualitative research & evaluation methods. Thousand Oaks: Sage.
- Peavy, R. V. 1997. Socio-dynamic counselling. A constructive perspective. A Division of Trafford Holdings Ltd.
- Pensola, T., Goud, R. & Polvinen A. 2010. Ammatit ja työkyvyttömyyseläkkeet. Sosiaali ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen selvityksiä 2010: 16. Helsinki.
- Penttinen, L., Skaniakos, T., Valkonen, L. & Plihtari, E. 2011. Vertaisuus voimavarana opintopolulla: johdantoa kirjan teemoihin. Teoksessa L. Penttinen, E. Plihtari, T. Skaniakos & L. Valkonen (toim.) Vertaisuus voimavarana ohjauksessa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 4-14.
- Plant, P. 2008. On the shop floor: guidance in the workplace. Teoksessa J. A. Athanasou & R. van Esbroeck (toim.) International handbook of career guidance. Dordrecht: Springer, 265-281.
- POPS. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus.
- Rantanen, J. (2008). Work-family interface and psychological well-being. A personality and longitudinal perspective. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research, 346. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Rantanen, J. & Kinnunen, U. 2005. Työ, perhe-elämä ja hyvinvointi. Teoksessa U. Kinnunen, T. Feldt & S. Mauno (toim.) Työ leipälajina. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet. 229-264. Ps-kustannus.
- Rantanen, J., Kinnunen, U., Mauno, S. & Tillemann, K. 2011. Introducing theoretical approaches to work-life balance and testing a new typology among professionals. Teoksessa S. Kaiser, M. J. Ringlsetter, M. Pina e Cunha & D. R. Eikhof (toim.), Creating balance?! International perspectives on the work-life integration of professionals, 27-42. Berlin: Heidelberg: Springer.
- Repo, S., Vuoksenranta, S-T. & Ruokolainen, O. 2014. Kuinka avoimen yliopiston opiskelija yhdistää opiskelun, työn ja perheen. Aikuiskasvatus 4, 259-268.
- Roszkowski, M. J. & Reilly, P. J. 2005. At the End of the Day, I Want to Be Close to Home: Adult Students' Preferences for College Proximity to Work and Home, Journal of Marketing for Higher Education, 15 (1), 81-95.
- Räikkönen, E. 2012. Is timing everything? A longitudinal perspective on adult transitions, their antecedents, and psychological implications. Jyväskylä

Studies on Education, Psychology and Social Research. Jyväskylä:
Jyväskylän yliopisto.

- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarasto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. (Viitattu 25.01.2017.)
- Sayer, L., Gauthier, A., & Furstenberg, F. 2004. Educational Differences in Parent's Time With Children: Cross-National Variations. *Journal of Marriage and Family* 66, 1152-1169.
- Shepherd, J. & Mullins Nelson, B. 2012. Balancing Act: A Phenomenological Study of Female Adult Learners Who Successfully Persisted in Graduate Studies. *The Qualitative Report*, 17, 1-21.
- Stone, C., & O'Shea, S. 2013. Time, money, leisure and guilt: The gendered challenges of higher education for mature-age students. *Australian Journal of Adult Learning*, 53(1), 95-116.
- Sunwolf. 2008. *Peer Groups: Expanding Our Study of Small Group Communication*. London: Sage.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Aikuiskoulutukseen osallistuminen [verkkojulkaisu]. ISSN=1797-3589. Aikuiskoulutukseen osallistuminen 2012, 1. Aikuisopiskelijoiden määrä yli 1,7 miljoonaa. Helsinki: Tilastokeskus. http://www.stat.fi/til/aku/2012/01/aku_2012_01_2013-06-13_kat_001_fi.html. Viitattu: 3.1.2018.
- Taskila-Rissanen, M., Rantanen, J., Mauno, S., & Rönkä, A. 2016. Miten työ vaikuttaa muuhun elämään ja muu elämä työhön: katsaus päiväkirjatutkimuksiin työn ja muun elämän välisestä vuorovaikutuksesta. *Psykologia*, 51 (1), 17-53.
- Topping, K. J. 2005. Trends in Peer Learning. *Educational Psychology*, 25 (6), 631-645.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- van Rhijn, T. 2014. Barriers, Enablers, and Strategies for Success Identified by Undergraduate Student Parents. *Canadian Journal for New Scholars in Education*, 5 (1), 1-10
- van Rhijn, T. M & Lero, D. S. 2014. The influence of self-efficacy beliefs for student parents attending university, *International Journal of Lifelong Education*, 33 (4), 541-555.
- Vehviläinen, S., 2001. *Ohjaus vuorovaikutuksena*. Helsinki: Yliopistopaino.

- Vesikansa, S., Lempinen, P. & Suomela, S. 1998. Tehokkaaseen opiskeluun – norminopeutta vai mielekästä oppimista. Opiskelijajärjestöjen tutkimussäätiö Otus rs 14. Helsinki: Monila.
- Vuorikoski, M. & Ojala, H. 2006. Sukupuoli aikuiskoulutuksen tutkimuskohdeksi. *Aikuiskasvatus* 4, 316-322.
- Vuorinen, R. 2013. Aikuisten ohjauksen kehittämisohjelma 2007-2013 osana EU:n elinikäisen ohjauksen linjauksia. Teoksessa M. Pynttari & A. Ryhänen (toim.) *Yhteisellä matkalla - aikuisten ohjauksen vaikuttavuutta etsimässä*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 38-43.

LIITTEET

Liite 1. Tutkimukseen osallistumiskutsu, kaksi osaa

OSA 1: Kutsu Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista koskevaan kyselytutkimukseen

Hyvät [tähän tuli ko. korkea-koulun nimi] opiskelijamme,

Tämä kutsu osallistua Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista koskevaan kyselytutkimukseen tulee yhteistyökumppaniltamme yliopistotutkija Johanna Rantaselta (Jyväskylän yliopisto, OKL, ohjausala).

Kyselyn tarkoituksena on tutkia ja nostaa esiin tätä tärkeää teemaa, jotta niin työ- kuin koulutusorganisaatioita ja niiden käytänteitä voitaisiin kehittää tästä näkökulmasta aikuisopiskelijoita yhä paremmin tukeviksi. Työssä käymisellä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa niin osa-aika kuin kokopäivätyötä, ja perheellisyydellä puolestaan henkilöä, joka asuu pysyvästi jonkun läheisen kanssa (puoliso, kumppani, lapsi, oma vanhempi jne.). Mikäli kuulut tutkimuksen kohderyhmään, kannustamme antamaan panoksenne tälle tärkeälle asialle.

Osallistuminen on kuitenkin täysin vapaaehtoista. Kyselyyn pääset vastaamaan alla olevasta linkistä ja vastaaminen kestää keskimäärin n. 20 minuuttia.

Linkki kyselyyn: <https://link.webpolsurveys.com/S/2EA30981D67ADC37>

Tutkimuksesta antaa lisätietoja tarvittaessa Johanna Rantanen, k.johanna.rantanen@jyu.fi, p. 040 8054989.

OSA 2: Kutsu Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista koskevaan syventävään haastatteluun edellä kuvatun kyselytutkimuksen loppuun sijoitettuna

Tämän kyselyn lisäksi meillä on tarkoitus tehdä aihetta syventäviä haastatteluja. Tätä varten tiedustelemme alustavaa halukkuuttasi osallistua haastatteluun Sinulle sopivana ajankohtana ja paikassa.

1 = Kyllä, olen kiinnostunut osallistumaan myös haastatteluun.

2 = Ei kiitos.

Mikäli vastasit edellä "kyllä", ilmoita alla oleviin kohtiin nimesi, puhelinnumerosi ja sähköpostiosoitteesi, joista Sinut parhaiten tavoittaa.

Nimi:

Puhelin:

Sähköpostiosoite:

Liite 2. Haastattelurunko

Taustakysymykset: Ikä, Sukupuoli, Perhe

Kerro omin sanoin perheestäsi: lapset, lasten ikä, puoliso, onko vastuussa esimerkiksi ikääntyneistä vanhemmistaan ym.

Koulutus- ja työtausta (Kerro omin sanoin koulutus- ja työtaustastasi)

Mitä olet opiskellut aiemmin?

Oletko työskennellyt aiempien opintojen ohella?

Missä olet työskennellyt? Mitä töitä olet tehnyt? Mitä työtä teet tällä hetkellä?

Kertoisitko tarkemmin nykyisestä työstäsi? (Työskenteletkö koko-/osa-aikaisesti, millaisia vastuualueita työnkuvaasi kuuluu, onko työaikasi joustava, millainen työyhteisö yms.)

Opintoihin hakeutuminen:

Mistä sait kuulla koulutuksesta?

Miten päädyit opiskelemaan nykyistä alaa?

Mikä sinua motivoi hakeutumaan opintoihin?

Mikä opintoihin hakeutumisessa mietitytti? (Oliko helppoa / haastavaa, miksi?)

Kenen kanssa puhuit asiasta? Minkälaisista teemoista keskustelitte?

Mistä hait tietoa?

Elämäntilanne opintoihin hakeutuessa

Millainen oli elämäntilanteesi, kun päätit hakea opintoihin? (Onko

elämäntilanne muuttunut opintojen aikana?)

Vaatiko opintojen aloittaminen jonkinlaisia järjestelyjä elämäntilanteeseesi?

Jos, niin millaisia (suhteessa työhön)?

Jos, niin millaisia (suhteessa perheeseen)?

Miten järjestelit työtäsi ja perhesuhteita niin, että opinnoille jää aikaa?

(Harrastukset/vapaaehtoistyö?)

Kenen kanssa puhuit asiasta? Minkälaisista teemoista keskustelitte?

Mistä hait tietoa? Mitä tietoa hait?

Kuinka helposti löysit tietoa?

Nykyinen opiskelutilanne/ opinnot

Kertoisitko nykyisistä opinnoistasi? Onko kyseessä ns. verkko-opiskelija? Jos opinnot ovat verkko-opintoja, kuuluuko opintoihin ryhmätöitä?

Miltä opiskelu on tuntunut?

Miten opintosi ovat sujuneet? Ovatko opinnot edenneet aikataulussa?

Kuinka tyytyväinen olet siihen, kuinka opintosi ovat sujuneet?

Kuvailisitko, minkälaista on opiskella perheellisenä ja työssäkäyvänä ihmisenä?

Miten opiskelun ja työn yhteensovittaminen on onnistunut?

Miten työyhteisö on suhtautunut opiskeluun?

Miten opiskelun ja perheen yhteensovittaminen on onnistunut?

Miten perheesi on suhtautunut opiskeluun?

Kuvailisitko rooliasi opiskelijayhteisössä? Millaista on vuorovaikutus opiskelutovereidesi kanssa?

Kun pohdit roolejasi perheenjäsenenä, opiskelijana ja työntekijänä, minkä näistä koet tällä hetkellä tärkeimmäksi? Perustelee.

Miten nämä roolit eroavat mielestäsi toisistaan?

Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista helpottavat tekijät

Elämäntilanteesi huomioiden mitkä asiat tai tilanteet ovat sujuneet hyvin?

Mitkä asiat ovat edesauttaneet tätä?

Kenen kanssa olet keskustellut asiasta?

Kuvaile omin sanoin esimerkkutilanne, jossa työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen on onnistunut.

Onko opiskelu vaikuttanut positiivisesti työ- tai perhe-elämään?

Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamista vaikeuttavat tekijät

Elämäntilanteesi huomioiden, missä asioissa tai tilanteissa olet kohdannut haasteita?

Kuinka olet ratkonut haasteita?

Kenen kanssa olet keskustellut asiasta?

Mistä olet hakenut apua tai tukea kohdatessasi haasteita?

Kuvaile omin sanoin esimerkkutilanne, jossa perhe on kärsinyt työn ja opiskelun vuoksi.

Kuvaile omin sanoin esimerkkutilanne, jossa työ on kärsinyt perheen ja opiskelun vuoksi.

Kuvaile omin sanoin esimerkkutilanne, jossa opiskelu on kärsinyt työn ja perheen vuoksi.

Ohjauksen kontekstit

Miten arvioit omaa jaksamistasi nykyisessä elämäntilanteessasi? Kuinka huolehdit hyvinvoinnistasi?

Kun pohdit nykyistä elämäntilannettasi, jossa yhdistät opiskeluun työn ja perheen, mikä on ollut sinulle tärkein tuen/ohjauksen lähde?

Kertoisitko tarkemmin, miksi saamasi tuki on ollut onnistunutta/tärkeää?

Minkälaisista teemoista olette puhuneet?

Minkälaista tukea/apua/ohjausta olisit jäänyt kaipaamaan?

Kenen kanssa olisit halunnut keskustella työn, perheen ja opiskelun yhdistämisestä?

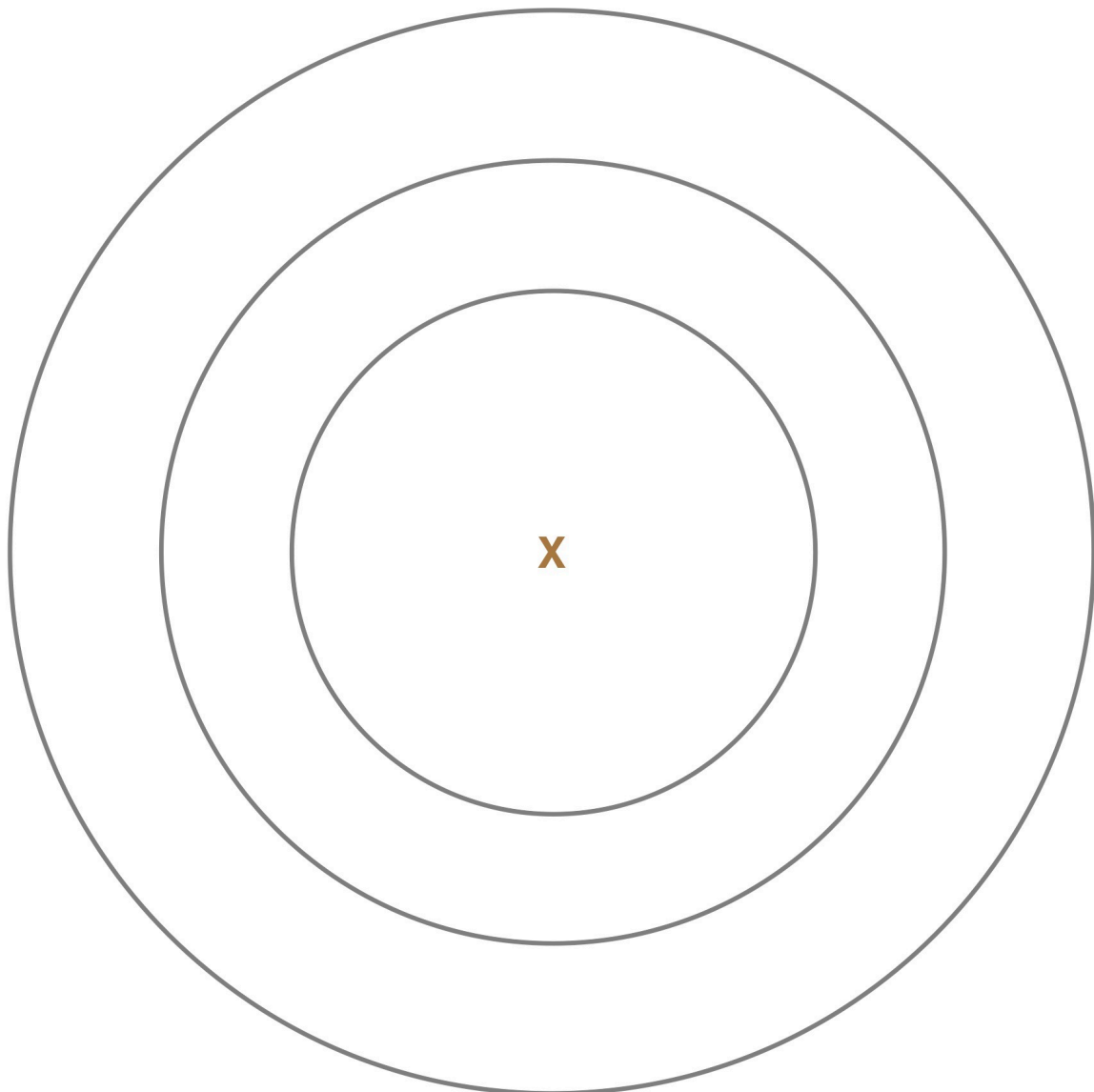
Liite 3. Henkilökartta

Merkitse karttaan henkilöitä tai tahoja, jotka jollain tapaa ovat vaikuttaneet opintoihisi.

1. tasolle: vaikuttavat opintoihini usein / voimakkaasti
2. tasolle: vaikuttavat opintoihini joskus / satunnaisesti
3. tasolle: eivät aktiivisesti vaikuta opintoihini, mutta ovat arjessani tärkeitä

Merkitse myös: + = jos vaikutus positiivinen
 - = jos vaikutus negatiivinen

Ts. Mitä lähempänä... kuvion keskustan hahmoa (X= sinua), sitä suurempaa vaikutusta nykyisiin opintoihisi ne kuvaavat.



Liite 4. Suostumuslomake

Työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen

Tämä haastattelu on osa opiskelija Milla Jalosen ja Iiris Kurkelan (Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteen laitos) pro gradu -tutkielmaa. Suoritamme ohjausalan maisterivaiheen opintoja.

Tämän haastattelun avulla haluamme selvittää haastateltavien kokemuksia työn, perheen ja opiskelun yhteensovittamisesta sekä tarkastella heidän ohjauskokemuksiaan ja -tarpeitaan.

Haastattelujen sekä tutkimustiedon pohjalta kirjoitamme pro gradu -työn, jossa haluamme tuoda esiin yllä mainitussa elämäntilanteessa olevien opiskelijoiden äänen. Millaisia merkityksiä haastateltavat antavat elämäntilanteelleen?

Tämä haastattelu on täysin luottamuksellinen, voimme keskeyttää sen koska vain tai voit sanoa, että juuri tuohon kysymykseen en halua vastata. Haastattelu-materiaalia käsitellään niin, että yksittäiset tarinat, ihmiset, tilanteet ja kertomukset ym. eivät ole ulkopuolisten tunnistettavissa.

Tutkijana ja haastattelijana annamme lupauksen, että käsittelemme saamaamme tietoa ja materiaalia luottamuksellisesti ja salassapitovelvollisuudesta kiinni pitäen

Paikka ja päiväys _____
Allekirjoitukset _____

Yhteystiedot: Milla Jalonen, p. XXX-XXXXXX xxx@gmail.com

Iiris Kurkela, p. XXX-XXXXXX, xxx@gmail.com

Ohjaajamme: Johanna Rantanen, p. 040-8054989, k.johanna.rantanen@jyu.fi

SUOSTUMUSLOMAKE

Olen saanut riittävästi tietoa tästä pro gradu -tutkielman aiheesta ja haluan osallistua siihen Milla Jalosen/ Iris Kurkelan haastattelemana. Olen tietoinen siitä, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilman, että se vaikuttaa mitenkään kohteluuni nyt tai vastaisuudessa.

Allekirjoituksellani annan suostumukseni haastattelussa kertomieni tietojen käyttämiseen niin, että yksittäiset tarinat, ihmiset, tilanteet ja kertomukset ym. eivät ole ulkopuolisten tunnistettavissa.

Paikka ja päiväys _____

Allekirjoitus _____

Nimen selvennys _____

Annan suostumukseni myös ottaa minuun uudelleen yhteyttä, jos haastattelijalla on lisäkysymyksiä tai hän tarjoaa mahdollisuutta minun lukea haastattelun pohjalta kirjoittamansa teksti.

Kyllä _____

Ei _____

Puhelinnumero: _____

Sähköpostiosoite: _____

Annan suostumukseni myös säilyttää haastattelumateriaalin lukkojen/salasanan takana nauhalta tekstiksi purettuna kaikki tunnistettavat henkilötiedot poistaen mahdollista myöhempää käyttöä varten. Tällainen käyttötarkoitus voisi olla laajemman tutkimuksen tekeminen aiheesta Jyväskylän yliopistossa, Opettajankoulutuslaitoksella tutkija Johanna Rantasen toimesta tai hänen valvonnassaan.

Kyllä _____

Ei _____