

”Semmoinen lämmön ja surun tunne kulki välillämme”

Kokemuksia hyväksyvistä kohtaamisista

Eeva Rantala

Aikuiskasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Kevätlukukausi 2019

Kasvatustieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Rantala, Eeva. 2019. "Semmoinen lämmön ja surun tunne kulki välillämme". Kokemuksia hyväksyvistä kohtaamisista. Aikuiskasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 79 sivua.

Tämän tutkielman tarkoituksena oli ymmärtää hyväksyvän kohtaamisen ilmiötä. Tutkimuksessa tarkasteltiin 10 ihmisen kokemuksia siitä, miten he tällaisen kohtaamisen käsittävät ja millaisia elementtejä ja laajempia merkityksiä siihen heidän kokemuksissaan sisältyy. Tutkimuksen tavoitteena oli näin tuoda esille hyväksyvään kohtamiseen liittyvää inhimillistä tietoa ja siten lisätä tietoisuutta ilmiön luonteesta.

Tutkimuksen aineisto kerättiin kirjoituspyynnön avulla ihmisten kirjoituksista. Tämä kirjoituspyyntö oli avoin kaikille täysi-ikäisille ihmisille, jotka pystyvät kirjallisesti ilmaisemaan itseään. Tutkimukseen osallistui 14 henkilöä, ja aineistoksi saatiin lopulta yhteensä 10 kirjoitusta. Aineisto analysoitiin fenomenologisen analyysin vaiheihin.

Analyysin tuloksena kaikkia tutkittavia yhdistäviä hyväksyvään kohtamiseen sisältyviä elementtejä löytyi kolme ja laajempia merkityskokonaisuuksia yksi. Hyväksyvään kohtamiseen liittyviä kaikille tutkittaville yhteisiä elementtejä olivat avoimuus, toisen tasavertainen arvostaminen ja kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen. Näihin kohtamisiin sisältyvä laajempi yhteinen merkityskokonaisuus oli tutkittavien motivaatio reflektoida kokemaansa ja siten jatkuvasti kehittää itseään ja taitojaan yhä uusissa kohtaamisissa.

Tutkimuksen johtopäätöksenä voidaan todeta, että hyväksyvään kohtamiseen liittyy paljon inhimillisiä piirteitä, haavoittuvaisuutta ja tarvetta tulla nähdyksi ja arvostetuksi omana itsenään, kaikenlaisine tunteineen. Lisäksi tällaiset kohtaamiset voivat sisältää myös sellaisia merkityksiä, joiden arvon ihminen saattaa ymmärtää vasta pitkän ajan jälkeen.

Asiasanat: kohtaaminen, hyväksyntä, kokemus, fenomenologia

1. JOHDANTO	6
2. TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	9
2.1 Kokemuksen ontologia ja holistinen ihmiskäsitys	9
2.2 Tutkimuksen fenomenologinen metodi	10
3. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	14
3.1 Tutkimuskysymykset	14
3.2 Aineiston keruu	14
3.3 Aineiston fenomenologinen analyysi	16
3.3.1 Yksilölliset kokonaisrakenteet	17
3.3.2 Yhteinen kokonaisrakenne	21
3.4 Tutkimuksen eettiset ratkaisut ja luotettavuus	21
4. TUTKIMUKSEN TULOKSET	24
4.1 Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvät elementit yksilöllisissä kokonaisrakenteissa	24
4.1.1 Huomaavaisuus ja kohteliaisuus	25
4.1.2 Kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen	26
4.1.3 Luovuus ja hurmioituminen	26
4.1.4 Luottamus	28
4.1.5 Kiireettömyys ja rauhan tunne	28
4.1.6 Aitous ja herkkyys	29
4.1.7 Sanaton yhteyden tunne	30
4.1.8 Eleet ja ilmeet	31
4.1.9 Kosketus ja ihon lämpö	32
4.2 Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvät laajemmat merkitykset yksilöllisissä kokonaisrakenteissa	33
4.2.1 Lohtu ja levollisuus	34
4.2.2 Vapautuminen	35

4.2.3 Voimaantuminen.....	35
4.2.4 Rohkeus olla läsnä	36
4.2.5 Keskeneneräisyys voimavarana.....	37
4.2.6 Tilanteen hyväksyminen sellaisenaan	37
4.2.7 Tilaisuuksiin tarttuminen.....	38
4.2.8 Unelmien toteuttaminen	39
4.2.9 Myönteinen asennoituminen.....	39
4.2.10 Pitkäkestoiset ihmissuhteet	40
4.2.11 Pysyvät jäljet	41
4.2.12 Hyvän kierre	42
4.3 Yhteinen kokonaisrakenne	42
4.3.1 Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien yhteinen kokonaisrakenne	43
4.3.2 Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten yhteinen kokonaisrakenne.....	46
5. TULOSTEN TARKASTELUA	49
5.1 Osallisuus.....	49
5.2 Dialogisuus	51
5.3 Inhimillisyys	53
5.4 Intuitio	55
5.5 Elinikäinen oppiminen.....	57
6. POHDINTA.....	60
6.1 Johtopäätökset.....	60
6.2 Jatkotutkimuksen aiheita	63
6.3 Lopuksi.....	65
LÄHTEET.....	68
LIITTEET	74

1. JOHDANTO

Jostain syystä mieleeni tulee kohtaamisista sellaiset kokemukset, jotka ovat kannatelleet minua koko elämäni ajan. Ne eivät unohdu. Ajattelen, että kohtaamistilanteessa on jotain niin syvää, että siitä jää ihan konkreettisesti pysyvä jälki sydämeen. Sellainen arven taipainen – mutta hyvä arpi. (T5)

Yllä oleva kuvaus on lainaus eräältä tähän tutkimukseen osallistuneelta tutkitavalta. Kuvaus kiteyttää hyvin myös oman lähtökohtani tähän tutkimukseen. Tutkijana, draamaopettajana ja ihmisenä olen hyvin kiinnostunut kohtaamisista ja etenkin hyväksyvän kohtaamisen luonteesta. Olen paljon pohtinut sitä, miksi joissakin kohtaamisissa tapahtuu jotakin erityisen hyvää ja syvää. Miksi ne jättävät jäljen, joka aivan konkreettisesti pysyy sydämessä kuten tutkittavakin lainauksessaan kertoo? Mistä hyväksyvän yhteyden tunne näissä kohtaamisissa syntyy? Vuorovaikutustaitoja pidetään ihmiselle luontaisena toimintana (Routarinne 2004, 19), ja kaipuuta läheisyyteen ja kohdatuksi tulemiseen jonakin, joka on kirjoitettuna syvälle ihmisyytemme ytimeen (Kallio 2017, 23). Emme ole täällä olemassa yksin, emme selviäisi ilman toisiamme, ja siten myös yksilöllisyyden ajatus sisältää aina toiset ihmiset (Haarakangas 2011, 106). Vuorovaikutukselliset kohtaamiset vaativat kuitenkin paljon valppautta ja keskittymiskykyä; toisaalta vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa yksilön kokemukseen ja toisaalta yksilön sisäiset tunteet ja toiveet vaikuttavat vuorovaikutukseen (Routarinne 2004, 19, 32).

Tämän tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää, millaisia elementtejä ja laajempia merkityksiä hyväksyvään kohtaamiseen ihmisten yksilöllisissä ja inhimillisissä kokemuksissa sisältyy. Käsitteen hyväksyvä kohtaaminen olen valinnut siitä syystä, että haluan tutkimuksessani keskittyä kokemuksiin, joissa kokonaisvaltainen hyväksytyksi tuleminen tunne on ollut läsnä. Pysin tässä tutkimuksessani ymmärtämään tällaisen kohtaamisen olemusta ihmisten henkilökohtaisten ja siten hyvin yksilöllisten kokemusten kautta. Tutkimuksen kohteena ovat sekä kohtaamisen yksilöllisen kokemuksellisuuden perspektiivi että se, millaisia laajempia merkityksiä hyväksyvä kohtaaminen kokemuksena voi pi-

tää sisällään. Lähtökohtani on siis jäsentää, millaisia merkityksiä näihin kohtaamisiin ihmisten kokemuksissa sisältyy ja mitkä elementit ovat tehneet näistä kohtaamisista heille hyväksyviä. Koska tässä tutkimuksessa lähestytään kohtaamista vahvasti kokemuksellisuuden kautta, teoreettista viitekehystä ei ole rajattu etukäteen, vaan tutkimus etenee aineistolähtöisesti. Samalla tiedostan, että aihe on haastava ja tutkittavien voi olla vaikea kuvailla ja avata kyseistä kokemusta yksityiskohtaisemmin. Emme kohtaa toisiamme vain puheen tasolla, vaan mukana on paljon myös hiljaista tietoa; eleitä, ilmeitä, tunteita ja tunnelmia, joita voi olla vaikea tiedostaa, saati pukea sanoiksi (Schwarz 2009, 89–91).

Periaatteellinen toisen arvostaminen kuuluu kasvatustyön ammattitaitoon, vaikka toisen todellisen arvon ymmärtäminen voikin olla myös haaste, johon kasvattajan täytyy uskaltaa suostua (Mattila 2011, 35). Omassa draamaolettajan työssäni näen hyväksyvään kohtaamiseen pyrkimisen ja opiskelijan oman persoonan kunnioittamisen kaikkein tärkeimmiksi tavoitteikseni ja toimintaani ohjaaviksi tekijöiksi, mutta tunnistan samalla myös näiden ihanteiden saavuttamisen haastavuuden. Ammatti-ihminenkin voi olla erehtyväinen, reagoida epäasiallisesti tai fokusoida väärin, ja siksi tällaisen periaatteellisen näkemyksellisyyden lisäksi tarvitaan myös muun muassa luovuutta, avarakatseisuutta ja kuuntelutaitoa (Mattila 2011, 49). Nykypäivänä kohtaamisen ja vuorovaikutuksen merkitystä korostetaan yleiselläkin tasolla kenties vielä enemmän kuin aikaisemmin, koska nykymaailmassa selviytyminen edellyttää rakentavaa ja toista kuulevaa neuvotteluhenkisyyttä. Työelämässä käynnissä olevan murroksen vuoksi ihminen tekee työtään aiempaa kokonaisvaltaisemmin omalla persoonallaan ja niin luovuus kuin vuorovaikutuskin ovat yhä korostuneemmin tuloksetekijöitä, jolloin tulokset ovat riippuvaisia ihmisen kokonaistilanteesta ja hyvinvoinnista. (Pessi, Martela & Paakkanen 2017, 8.)

Kohtaamisen ja vuorovaikutuksen merkityksen tunnistaminen on siis ajankohtaista ja tärkeää niin kasvatusta ja opetustyössä kuin yhteisen ja yleisen keskustelunkin tasolla. Samalla kohtaamisen kokemukset ovat hyvin yksilöllisiä ja siten haastavia tutkia. Kohtaamistutkimuksia on aiemmin toteutettu muun muassa sosiaali- ja hoitotyössä, nuorisotyössä, asiakaspalvelussa ja erilaisten työyhteisöjen sisällä. Wihersaaren ammattikasvatuksen väitöskirja (2011)

”Kohtaaminen - opettajuuden ydin” käsittelee kohtaamista opettajuuden näkökulmasta. Viirret taas on tutkimuksessaan (2018) ”Dialogicality in teaching process drama: three narratives, three frameworks” kuvannut kohtaamisen ja hyväksyvän vuorovaikutuksen piirteitä draamakasvatuksessa mikrotasolla kohdentaen tutkimustaan draamaopettajan tapaan toimia ja ajatella kohdattessaan opiskelijoita prosessidraaman opetustilanteissa. Viirretin tutkimuksessa kohtaamisia on purettu hyvin pieniin osiin draamaopettajan toiminnan ja ajattelun näkökulmasta. Uskon, että tällaisia mikrotason havaintoja voidaan hyödyntää makrotasolla monipuolisesti, jolloin pienetkin huomiot ja yksityiskohdat nousevat hyvin arvokkaiksi.

Tämän tutkimuksen aineistona ja pohjana toimivat osallistujien kirjallisesti kuvailemat, yksilölliset kokemukset kyseisistä kohtaamisista. Raportin toisessa luvussa avaan tutkimuksen lähtökohtia, ihmiskäsitystäni ja tutkimuksen metodologista viitekehystä. Kolmannessa luvussa kuvaan tutkimuksen toteutusta esittelemällä tutkimuskysymykset, aineiston keruumenetelmän sekä aineiston analyysin vaiheet. Luvun lopuksi tarkastelen tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Neljännessä luvussa esitän aineiston tuloksia sekä yksilöllisellä että yleisellä tasolla. Viidennessä luvussa tarkastelen tutkimuksen tuloksia aiempien tutkimusten ja kirjallisuuden valossa. Lopuksi kuudennessa luvussa pohdin tutkimustulosten johtopäätöksiä, tuoretta tutkimustietoa ja ehdotan mahdollisia jatkotutkimuksen aiheita.

2. TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Kokemuksen ontologia ja holistinen ihmiskäsitys

Tämän tutkimuksen tuloksena on tarkoitus saada teoreettinen ymmärrys hyväksyvistä kohtaamisesta kokemuksena. Tieteellisen tutkimuksen lähtökohtana on ottaa kantaa tutkittavan kohteen olemukseen, jotta tiedetään, millaista todellisuutta ollaan tutkimassa (Virtanen 2011, 168). Kyse on ontologisesta analyysistä ja erittelystä, jonka kautta voidaan määritellä oletus kohteen luonteesta (Rauhala 2014, 12–14; Virtanen 2011, 168). Empiirinen tutkimus on siten aina sitoutunut johonkin ontologiseen näkemykseen ja rajoittunut vain tietyn informaation tuottamiseen. Lisäksi empiirisen tutkimuksen tehtävä on kuvata ja selittää ilmiöitä ihmisen kokonaisuuden piirissä, jolloin myös tutkijan ihmiskäsityksen tulee osoittaa, että ihminen on kokonaisuus. Samalla ihmiskäsityksen tulee perustella ja siten oikeuttaa ihmistutkimuksissa vallitseva monitieteisyys. (Rauhala 2014, 20–23.) Tutkimuskohteenani tässä tutkimuksessa ovat ihmiset ja heidän kokemuksensa hyväksyvistä kohtaamisista, joten selvitän ensin oman ymmärrykseni sekä ihmisyydestä että inhimillisestä kokemuksellisuudesta.

Rauhala (2014, 31–32) jäsentää ihmisyyden holistisena ihmiskäsityksenä, jossa ihmisen ontologinen perusmuotoisuus voidaan esittää kolmijakoisena. Ihmisen olemassaolo reaalistuu näissä toisiinsa kietoutuneissa perusmuodoissa, jotka ovat tajunnallisuus, kehollisuus ja situationaalisuus. Tajunnallisen tapahtumisen perusyksiköjä ovat mieli ja elämys. Emme siis voi tajuta itse tajuntaa, vaan niitä sisältöjä, joissa tajunta on olemassa. Elämä orgaanisen olemassaolon olemuksena taas on kehollista, ja mielekkyys kehossa saadaan esiin vain tutkimalla orgaanisen tapahtumisen konkreettisia suhteita. Ihminen myös kietoutuu todellisuuteen oman elämäntilanteensa kautta ja on siten aina situationaalinen. Tämä ihmisen olemassaolon perusjäsenitys paljastaa Rauhalan mukaan niiden perusluonteiden erilaisuuden, mikä on ihmistutkimukselle tärkeä lähtökohta. (Rauhala 2014, 34–44, 47.)

Oma ihmiskäsitykseni pohjautuu Rauhalan holistiseen ihmiskäsitykseen, koska se selittää sekä ihmisen ainutlaatuisuutta että hänen kokemuksellista

suhdettaan maailmaan kaksisuuntaisena ja toisistaan riippuvaisena. Myös fenomenologiassa kokemus ymmärretään ihmisen ja koetun tilanteen välisenä suhteena ihmisen sen hetkessä elämäntilanteessa, jolloin sekä sen merkitykset että ymmärtäminen tapahtuvat ihmisen oman tajunnan kehitystasolla suhteessa ja yhteydessä johonkin ilmiöön, ympäröivään maailmaan, tilanteisiin tai aiempiin kokemuksiin (Perttula 2009, 119; Virtanen 2011, 171–172). Merkitysten välittämisessä ja ymmärtämisessä on kyse myös tulkinnasta, jolloin toisen ihmisen ymmärtäminen ja tulkitseminen kietoutuvat toisiinsa. Tämän vuoksi inhimillinen vuorovaikutus on monimerkityksellistä ja ymmärrämme toisiamme aina omista lähtökohdistamme käsin. (Moilanen & Räihä 2018, 47). Rauhalan (1995, 123–152) mukaan ymmärtämisessä voidaan erottaa erilaisia kokemusklajeja, jotka ovat tieto, tunne, tahto, intuitio ja usko.

Fenomenologiassa tutkimuksen tavoittelema tieto on tutkittavana olevien ihmisten kokemus, jonka olemassaoloa ei ole perusteltua epäillä (Perttula 1995, 59). Lähtökohtana on siten todellisuuden sijaan todellisuuden näyttäytyminen ihmisen mielen merkitysmaailmassa, ja mielen ilmiöiden kuvaaminen sellaisena, kuin ne näyttäytyvät kokijalle itselleen (Virtanen 2011, 160–161). Liikkeelle on syytä lähteä siitä, että toisen toiseuden ja erilaisuuden vuoksi ei toisen kokemusta voi täysin ymmärtää (Denzin & Lincoln 2003, 49–50). Tutkija voikin tavoittaa tutkittavan merkitysmaailman vain tämän oman kertomuksen tai muunlaisen kuvauksen perusteella (Virtanen 2011, 162). Oma ajattelutapani niin tutkijana kuin ihmisenäkin korostaa vahvasti tällaista yksilöllistä kokemuksellisuutta ja myös työni draamaopettajana pohjautuu toiminnalliseen, osallistujien omiin aisteihin, kokemuksiin, tunteisiin ja ajatuksiin painottuvaan työskentelyyn. Fenomenologia on vaikuttanut merkittävästi tämän tutkimuksen toteuttamiseen ja siihen, kuinka näen tutkimuskohteeni. Fenomenologia toimii tämän tutkimuksen viitekehyksenä ja tutkimusmetodina.

2.2 Tutkimuksen fenomenologinen metodi

Fenomenologia on tutkimussuuntauksena ankara, eikä sillä ole yhtä täysin yhtenäistä mallia tai oppijärjestelmää. Näin ollen fenomenologiset lähestymistavat voivat hieman poiketa toisistaan, mutta niillä on silti yhteinen ydin, jossa ovat

keskeisiä kokemuksen, merkityksen ja yhteisöllisyyden käsitteet. (Laine 2018; Virtanen 2011.) Husserlin 1900-luvun alun filosofiassa kokemus on totuuden lähtökohta ja koettuja ilmiöitä tulisi lähestyä mahdollisimman puhtaasti, ennakkoluuloista irrallaan (Husserl 1995, 15–20). Näihin ennakkoluuloihin kuuluvat Husserlin (1995, 48) mukaan ihmisten taipumukset ymmärtää maailmaa omista tottumuksistaan käsin, jolloin asioiden muodostumisen prosessi ja vapaa liike voivat estyä. Jokainen kokemus itsessään on merkittävä ja voidaan siten ottaa puhtaana ilmiönä näkemisen ja käsittämisen kohteeksi etsien sieltä samalla sitä vahvistavia ja pätevöittäviä merkityksiä. (Husserl 1995, 50–65.) Heideggerin (Heidegger 2000, 191; Ree 2000, 14–17) filosofiassa ihmisen ontologinen ydin on maailmassa olemisen ensisijaisuus ja tämän olemassaolon tilannekohtaisuus, jolloin ihmisellä on aina ymmärrys ja siten myös tulkinta sekä ympäröivästä maailmasta että omasta paikastaan tässä maailmassa. Siirrytään puhtaasta fenomenologiasta eksistentiaalisen fenomenologian suuntaan, jossa yhdistyvät sekä Husserlin filosofia kokemuksen intentionaalisuudesta että Heideggerin käsitys tulkinnasta ihmisen olemassaoloon väistämättömästi kuuluvana (Rauhala 2005).

Husserl (1995, 66–67) kutsuu havainnon käsittämistä itsessään, puhtaana havaintona, reduktioksi, fenomenologisen tutkimusotteen perustaksi. Reduktiossa tutkijan on sekä tiedostettava että irtauduttava omista ennakkokäsityksistään ja oletuksistaan, joita hän tutkittavaan ilmiöön liittää. Tällaisen kriittisen ja refleктоivan asenteen myötä hänen on mahdollista ikään kuin kokea uudelleen tutkittavien kuvailema kokemus mahdollisimman alkuperäisessä muodossa. (Perttula 2009, 145; Virtanen 2011, 171–172.) Reflektio mahdollistaa näiden tutkijan näkökenttää ennalta ohjaavien mallien tunnistamisen ja niiden sivuun siirtämisen tutkimuksen ajaksi (Laine 2018, 35). Tämän vuoksi fenomenologisessa tutkimuksessa ei käytetä teoreettisia viitekehyksiä tietoisesti niin, että tutkimusta ohjaisi jokin kohdetta ennalta määrittävä teoreettinen malli, vaan pyritään tiedostamaan ja tulkitsemaan tutkittavan omaa, alkuperäistä kokemusta. Vasta tutkimuksen lopussa tutkija vertaa omia tulkintojaan aiempiin tutkimuksiin ja teorioihin sekä niiden tuomiin kriittisiin näkökulmiin. Tämän vuoksi fenomenologinen metodi on aineistolähtöinen metodi. (Laine 2018, 35–36.)

Fenomenologiassa hyvin olennaista on kokemusten ja merkitysten kuvaaminen mahdollisimman tarkasti sellaisina kuin toinen on ne ilmaissut (Perttula 2009, 148). Menettely koostuu toisen kokemuksen selkeyttämisestä, sen merkityksen määrittelemisestä ja merkityksen erottelemisestä, jolloin tutkija vertaa, kytkee, suhteuttaa ja jakaa kokemusta osiin (Husserl 1995, 78). Hermeneuttinen ulottuvuus tulee mukaan fenomenologiaan tämän tulkinnan tarpeen myötä, haasteena ymmärtää tutkittavia laajemmin kuin vain heidän omien kokemustensa valossa. Ymmärtämisen kehä kuuluu tulkitsevan ymmärtämisen merkitysten rakenteeseen (Heidegger 2000, 192–194; Laine 2018, 32), eikä pelkällä toisen kokemuksen kuvaamisella myöskään tavoitettaisi laajempaa ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä (Perttula 2000, 440). Ollessaan tutkimuksellisessa dialogissa tutkimusaineistonsa kanssa tutkija liikkuu hermeneuttisella kehällä syventäen ymmärrystään aineistonsa ja oman tulkintansa välillä tavoitteinaan vapautua oman perspektiivinsä minäkeskeisyydestä ja suhtautua aineistoon avoimen dialogisesti (Laine 2018, 35–36). Tässä tutkimuksessa tulkinta tulee mukaan sekä aineiston analyysin lopussa että tulosten tarkastelussa suhteessa aiempiin tutkimuksiin ja teorioihin.

Fenomenologisen analyysin prosessi etenee systemaattisesti vaiheittain. Tavoitteena on näin sekä helpottaa lukijan analyysiprosessin seuraamista vaihe vaiheelta että myös varmistaa tutkijan välittömien tulkintojen vähäinen vaikutus lopputulokseen (Laine 2018, 40; Lehtomaa 2009, 182; Virtanen 2011, 174). Fenomenologisessa analyysissä (Giorgi 2009; Laine 2018; Perttula 1995) korostetaan kokonaisnäkemystä ja aineistoon tutustumista ilman ennakkokäsityksiä. Tutkimus etenee vaiheittain niin, että aluksi tutkimusaineistoon perehdytään huolellisesti ja avoimesti tähän kokonaisnäkemykseen pyrkien. Tämän jälkeen aineistoa kuvaillaan luonnollisella kielellä ja se jaetaan merkitysyksiköihin, jotka seuraavaksi muunnetaan tutkijan yleiselle kielelle. Lopuksi aineistosta muodostetaan sekä yksilökohtainen että yleinen kokonaisrakenne erottamatta merkityksiä niiden alkuperäisestä yhteydestä. (Giorgi 2009; Laine 2018; Perttula 1995.)

Tässä tutkimuksessa fenomenologinen tutkimusote näkyy niin, että olen pyrkinyt sekä tiedostamaan että kriittisesti refleктоimaan omaa esiymmärrystäni tutkittavasta ilmiöstä ja siten siirtämään sivuun nämä omat käsitykseni ja

kokemukseni. Koska tutkimusmetodi on aineistolähtöinen, olen myös välttänyt perehtymistä aiheesta julkaistuun kirjallisuuteen ja aiempiin tutkimuksiin tämän tutkimuksen aikana. Vasta lopuksi, tulosten tarkastelun vaiheessa olen peilannut tutkimuksen tuloksia suhteessa ilmiöstä jo olemassa olevaan tietoon. Tämän ennakkotiedoista irtautumisen olen kokenut paikoitellen haastavaksi, koska tutkittava ilmiö on itselleni niin läheinen ja minulla on siitä myös melko paljon esitietoa työ- ja koulutustaustani vuoksi. Olen kuitenkin opiskellut tietoista kriittistä reflektiota niin draama- ja aikuiskasvatustieteen opinnoissani kuin yksityiselämäni haasteissakin ja kokenut hyötyneni tuosta taidosta tämän tutkimuksen tekemisessä. Seuraavassa luvussa kuvaan tämän tutkimuksen fenomenologista tutkimusmetodia tutkimuskysymysten, aineistonkeruun ja analyysin osilta.

3. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

3.1 Tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää hyväksyvää kohtaamista ja sen kokemiseen liittyviä elementtejä ja laajempia merkityksiä. Tutkimuksessa tarkastellaan kymmenen ihmisen kirjoittamia kuvauksia siitä, millaisia merkityksiä heidän yksilöllisiin kokemuksiinsa näistä kohtaamisista sisältyy.

Tavoitteena on nostaa esille tutkittavan ilmiöön liittyvää inhimillistä tietoa. Tavoitteena on näin myös lisätä tietoisuutta siitä, miten sekä opetus- ja kasvatusalan ammattilaiset että mahdollisesti muidenkin ammattikuntien edustajat voisivat tiedostaa ja ymmärtää niitä tekijöitä, jotka voivat saada aikaan hyväksyvän kohtaamisen kokemuksen.

Tutkimuskysymyksiksi muotoutuivat seuraavat kysymykset:

1. Millaisia elementtejä hyväksyvän kohtaamisen kokemukseen liittyy?
2. Millaisia laajempia merkityksiä näihin kokemuksiin sisältyy?

3.2 Aineiston keruu

Tämän tutkimuksen aineisto koostuu kirjoituksista, joissa pyysin tutkittavia kuvailemaan kokemuksiaan hyväksyvistä kohtaamisesta. Koska tavoitteena oli saada ilmiöstä tietoa mahdollisimman monipuolisesti, en määritellyt tutkittavaa ihmisryhmää etukäteen, vaan etsin tutkittavia vapaasti kirjoituspyynnön (liite 1) avulla. Se, että osallistuminen tapahtui kirjoittamalla, rajasi kuitenkin osallistujat niihin, jotka pystyvät kirjallisesti ilmaisemaan itseään. Koska kyseessä on aikuiskasvatustieteellinen tutkielma, rajasin osallistumisen myös koskemaan vain täysi-ikäisiä ihmisiä. Web-lomakkeen sijaan päädyin perinteiseen kirjoituspyyntöön, jotta kirjoituksen pituus, muoto ja tyyli olisivat mahdollisimman vapaat.

Tavoitin tutkittavat jakamalla kirjoituspyyntöä oman maakuntani alueella erilaisiin ryhmiin, yhteisöihin ja yhdistyksiin. Maantieteellinen rajausta perustui

siihen, että minun oli siten tietosuojasyistä mahdollista tavata kaikki osallistujat henkilökohtaisesti. Tässä tapaamisessa he saivat tutustua tietosuojailmoitukseen (liite 2) konkreettisesti ja täyttää sen jälkeen halutessaan suostumuslomakkeen (liite 3). Samalla tutkittavien oli myös mahdollista kysyä minulta tutkimukseen liittyviä tarkentavia lisäkysymyksiä. Suostumuslomakkeen allekirjoitti yhteensä neljätoista osallistujaa, ja kirjoituspyyntöön vastasi heistä lopulta kymmenen. Se, että tutkimukseen osallistuttiin kirjoituksilla, on toisaalta voinut rajata osallistujat sellaisiin ihmisiin, jolle kirjallinen itsensä ilmaiseminen on luontevaa. Toisaalta se, että kaikki osallistujat eivät lopulta lähettäneetkään kirjoitusta, voi kertoa myös siitä, että tutkittavan ilmiön kuvaileminen voi olla haastavaa ja herättää monenlaisia tunteita.

Avoin haastattelu on monipuolisin tapa toisen lähestyä sitä, miten toinen kokee maailmasuhteensa (Laine 2018). Tämän tutkimuksen aineiston koostuminen ainoastaan tutkittavien kirjoituksista voikin olla yksi tutkimuksen fenomenologisista haasteista, koska minun ei ole ollut mahdollista esimerkiksi tarkentaa tai syventää tutkittavien kirjallisia kuvauksia lisäkysymyksillä. Myös Ricœur (2000, 127) muistuttaa, että kirjallisten tekstien tulkintaa vaikeuttaa sekä kirjoittajalle että lukijalle yhteisen tilan puuttuminen, jolloin viitattu todellisuus laajenee. Toisaalta tutkittavien on tässä tutkimuksessa ollut mahdollista miettiä kirjoitettua kuvaustaan puhuttua tarkemmin. Haastattelun eduksi olisi voitu kuitenkin laskea myös se, että haastateltavat harvoin peruvat haastattelun, koska siitä on sovittu henkilökohtaisesti. Kyselyissä ja kirjoituspyynnöissä vastamattomuus saattaa nousta ja vastaukset voivat olla niukkasanaisia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 86.) Tämän tutkimuksen yhtenä haasteena olikin se, että kaikki suostumuslomakkeen täyttäneet neljätoista osallistujaa eivät lopulta kuitenkaan vastanneet itse kirjoituspyyntöön. Toisaalta taas ne kymmenen, jotka vastasivat, kertoivat kokemuksistaan niin laajasti, että kirjoituksista kertyi rikas aineisto.

Tutkimuksen kirjoituspyynnössä painotettiin kirjoituksen tyylin, muodon ja pituuden vapautta ja toivottiin osallistujilta avointa ja yksityiskohtaista kuvausta tutkittavasta ilmiöstä. Pohdin kirjoituspyyntöä laatiessani tarkasti tutkimuskysymyksiäni ja pyrin tuossa pyynnössä kuvailemaan itseäni, tutkimuskohdettani ja kiinnostukseni kohteita selkeästi. Yritin näin myös tuoda tutkittavan ilmiön käsitteen mahdollisimman lähelle kokemuksellisuutta, jotta sen yk-

silöllinen ja henkilökohtainen kuvaileminen voisi toteutua. Kokemukselliset suhteet todellisuudessa vastaan tuleviin asioihin ovat lopulta hyvin yksittäisiä ja jollakin tapaa erityisiä, kun taas tiettyihin käsitteisiin liittyvät kuvailut voivat helposti jäädä yleisemmällä tasolle (Laine 2018, 38). Aineistoa varten avasin oman tutkimussähköpostin, johon kirjoitukset pyydettiin lähettämään. Tutkimukseen osallistuttiin anonyymisti itse valitulla nimimerkillä, jolloin tutkittavan sähköpostiosoite oli ainoa minulle jäävä tunnistettava henkilötieto. Siirsin sähköpostiin liitetiedostona saapuneet kirjoitukset välittömästi Jyväskylän yliopiston suojatulle verkkolevylle, ja poistin sen jälkeen alkuperäiset sähköpostiviestit. Etenin aineiston analyysissä fenomenologisen analyysin vaiheihin, joita kuvailen seuraavaksi.

3.3 Aineiston fenomenologinen analyysi

Hyödynsin aineiston analyysissä Giorgin (2009), Laineen (2018) ja Perttulan (1995) esittelemiä fenomenologisen analyysin vaiheita muokaten niitä sopiviksi juuri tätä tutkimusta varten. Toteutin analyysin viidessä vaiheessa. Ennen itse analyysia siirsin kaikki tekstit samassa muodossa verkkolevylle. Tekstiä kertyi yhteensä 29 A 4 liuskaa fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1,5. Seuraavaksi muodostin jokaisesta osallistujasta analyysin neljän ensimmäisen vaiheen avulla kaksi erillistä kokonaisrakennetta kuvaamaan sekä tutkittavan hyväksyvän kohtaamisen kokemuksessa ilmeneviä elementtejä että kyseiseen kokemukseen sisältyviä laajempia merkityksiä. Lopuksi muodostin yksilöllisten merkityskokonaisuuksien yhteenviennin ja vertailun pohjalta kummankin tutkimuskysymyksen osalta yhteisen kokonaisrakenteen, joka kuvaa kaikkia tutkittavia yhdistävää kokemuksellista suhdetta tutkittavaan ilmiöön.

Aineiston analyysi ja synteesi etenivät seuraavien vaiheiden kautta Giorgia (2009), Lainetta (2018) ja Perttula (1995) mukailten.

Ensimmäinen vaihe: Aineistoon perehtyminen avoimin mielin kokonaisvaltaisen kuvan hahmottamiseksi.

Toinen vaihe: Aineiston kuvaus. Tutkimuskysymysten kannalta merkittävien sisältöjen tunnistaminen aineistosta ja niiden tiivistetty kuvaaminen tutkittavan omaa ilmaisua mukaillen.

Kolmas vaihe: Analyysi. Aineiston jäsentäminen tutkimuskysymysten kannalta oleellisella tavalla ja aineiston muuntaminen tutkijan kielelle. Merkitysyksiköiden erottaminen ja merkityskokonaisuuksien eli sisältöalueiden muodostaminen merkitysyksiköistä samankaltaisuuksien perusteella.

Neljäs vaihe: Yksilöllisen kokonaisrakenteen muodostaminen. Merkityskokonaisuuksien yhteenvienti ja ilmiön kokonaisrakenteen esittely.

Viides vaihe: Yleisen kokonaisrakenteen muodostaminen. Yksilöllisten merkitysrakenteiden pohjalta muodostettu yhteinen kokonaisrakenne, joka kuvaa kaikkia tutkittavia yhdistävää kokemuksellista suhdetta tutkittavaan ilmiöön.

3.3.1 Yksilölliset kokonaisrakenteet

Fenomenologisessa metodissa aineiston työstäminen lähtee liikkeelle aineiston perusteellisella lukemisella, sillä tutkittavan tiedon on oltava kattavaa ja yleisen tiedon tulee perustua yksilökohtaisiin kokemuksiin. Yleisen tiedon yhteys yksilöllisiin kokemuksiin on siis säilytettävä. (Perttula 2000, 431–43.) Prosessin *ensimmäisessä vaiheessa* luinkin aineistoa läpi useita kertoja varmistaen samalla myös sen, ettei kertomuksissa ollut epäsuoria tunnistetietoja. Poistin kaikki sellaiset tiedot, kuten paikkakuntien nimet, joista tutkittava voitaisiin tunnistaa. Päätin myös kuvata tutkittavia heidän nimimerkkiensä sijaan tunnisteilla tutkittava1- tutkittava10 (T1-T10) heidän yksityisyyttään suojatakseni. *Toisessa vaiheessa* tarkastelin jokaisen tutkittavan kertomusta itsenäisenä aineiston osana ja omana kokonaisuutenaan, ja kuvailin sitten jokaisen kertomuksen uudelleen hän-muotoon kirjoitettuna tutkittavan omaa ilmaisua mukaillen. Kuvaus on Perttulan (2009, 148) mukaan toisen ilmaiseman kokemuksen mahdollisimman tarkkaa ymmärtämistä tutkijalle ilmenevien merkitysten selkeyden asettamissa rajoissa. Toteutin tämän kuvausvaiheen lukemalla aineistoa ensin läpi useita kertoja painottaen ja erotellen sieltä sellaisia sisältöalueita, jotka olivat tutkimuskysymysten näkökulmasta oleellisia. Huomioni tarkentui yksityiskohtiin toiston avulla. Olennainen tieto löytyykin usein vasta monen lukukerran jäl-

keen tutkijan toteuttaessa fenomenologista asennetta aineistoa kohtaan (Laine 2018, 42). Kuvausvaiheen pohjalta siirryin analyysin seuraavaan vaiheeseen.

Analyysin *kolmannessa vaiheessa* jäsenin kuvauksia merkitysyksiköihin. Tässä vaiheessa pyritään irrottamaan tekstistä sellaisenaan ymmärrettäviä merkityssuhteita, jotka ilmaisevat jonkin tutkittavaan ilmiöön oleellisesti kuuluvan merkityksen (Perttula 1995, 72). Erottelin tekstistä tutkimuskysymyksiä kuvaavia merkityksiä ja hahmottaakseni kokonaisuuksia selkeämmin koodasin merkitysyksiköitä tutkimuskysymyksittäin värikoodeilla ja kokosin sitten merkitysyksiköt omiin ryhmiinsä. Hyväksyvään kohtaamiseen liittyviä elementtejä merkitsin violetilla värillä ja kohtaamiseen sisältyviä laajempia merkityksiä taas sinisellä värillä. Olen käyttänyt samoja värikoodeja myös tämän tutkimuksen tulosluvussa.

Pyrin tässä vaiheessa hahmottamaan merkitysyksiköiden muodostamia sisältöalueita eli merkityskokonaisuuksia omaan kokemukseeni ja intuitiooni luottaen. Yleisyystason valinta perustuukin aina jossakin määrin tutkijan omaan intuitioon (Perttula 2000, 433–439). Lisäksi palasin monta kertaa tekstissä taaksepäin tarkistamaan tutkittavan alkuperäisiä ilmaisuja. Perttulan (2000, 439) mukaan kokemusta koskeva yleinen tieto voi olla kattavaa silloin, kun tutkimusmetodilla on kyky säilyttää yhteys sekä eteen- että taaksepäin, koska tällöin tieto säilyttää yhteyden reaalisesti toteutuvaan ihmiselämään. Pohdin merkitysyksiköiden sisältöä huolellisesti pyrkien sitten muuntamaan sisällön yleiselle kielelle ja edelleen nimeämään sisältöä kuvaavan merkityskokonaisuuden tiiviisti ja mahdollisimman tarkasti.

Muuntamisvaiheessa on tärkeää pyrkiä tavoittamaan merkityssuhteiden keskeinen sisältö juuri siten, kuin se näyttäytyy tutkittavan kokemuksessa (Perttula 1995, 74). Tulkitsin tässä tutkijana tutkittavan kuvauskieltä pyrkien käsitteellistämään ja tematisoimaan kuvauksessa esitettyjä ilmauksia yleisellä tasolla säilyttäen silti sen yksilölliset piirteet. Analyysini eteni siis tutkittavan kuvauksesta irrotetusta merkitysyksiköstä sen tieteen kielelle muuntamiseen ja edelleen sisällön tiivistämiseen. Näin aineistosta hahmottuivat lopulta merkityskokonaisuudet. Taulukossa 1 on esitetty esimerkki siitä, kuinka analyysi eteni tutkittava 5:n eli T5:n kohdalla.

TAULUKKO 1. Esimerkki analyysin etenemisestä kuvauksesta irrotetusta merkitysyksiköstä sen tieteen kielelle muuntamiseen ja sisällön tiivistämiseen

Kuvauksesta irrotettu merkitysyksikkö:	Noissa kohtaamisissa oli rauhallinen häiriötön tila ja aikaa. Sellaista yhteistä aikaa, jonka päättymistä ei tarvitse määrittää.
Tiivistys:	Kohtaamisissa oli rauhallinen ja kiireetön tunnelma. Niiden päättymistä ei määritelty ennalta.
Sisältöalue:	Kiireettömyys ja rauhan tunne

Esimerkin mukaisella analyysillä löytyi yksilöllisiä merkityskokonaisuuksia koko aineistosta yhteensä 21. Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien merkityskokonaisuuksia löytyi 9 ja kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten merkityskokonaisuuksia löytyi 12. Analyysin *neljännessä vaiheessa* ryhmittelin edellisessä vaiheessa muodostuneet merkityskokonaisuudet edelleen kokonaisrakenteiksi eli synteeseiksi. Laineen (2018, 46) mukaan synteessin tavoitteena on tutkittavan ilmiön kokonaiskuvan vieminen uudelle tasolle, jolloin merkityskokonaisuuksien väliset suhteet ja kokonaiskuva voivat paljastaa jotakin ilmiön olemuksesta. Eksistentiaalisessa fenomenologiassa myös yksilökohtaiset verkostot muodostavat osan tutkimustuloksista ja ovat itsessään merkittäviä (Perttula 2000, 430–431) ja yleisestikin fenomenologinen tutkimus pyrkii ymmärtämään inhimillisyydessään ainutlaatuisia ilmiöitä (Laine 2018, 45). Muodostin tässä tutkimuksessa jokaiselle tutkittavalle tutkimuskysymysten pohjalta kaksi yksilöllistä kokonaisrakennetta, toisen kuvaamaan tutkittavaan ilmiöön liittyviä elementtejä ja toisen ilmiöön sisältyviä laajempia merkityksiä.

Kuviossa 1 on esitelty esimerkkinä tutkittava 5:n eli T5:n hyväksyvän kohtaamisen kokemuksiin liittyvien elementtien kokonaisrakenne eli synteesi.



Kuvio 1. Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien kokonaisrakenne T5:n kokemuksissa

Analyysin *viidennessä vaiheessa* vein kaikki esitellyt kokonaisrakenteet yhteen, jolloin minun oli mahdollista vertailla niitä, etsiä hyväksyvän kohtaamisen ilmiöön liittyviä samankaltaisuuksia ja siten tarkastella ilmiötä myös yleisemmällä tasolla. Lähtökohtaisesti fenomenologia pyrkii silti ennen kaikkea ymmärtämään tutkittavan alueen ihmisten sen hetkistä merkitysmaailmaa, eikä niinkään löytämään yleistyksiä. Merkitykset eivät ole syntyneet valmiina, vaan ovat yhteisön muovaamia. Siten jokainen yksilön kokemus voi kertoa jotakin yleistä myös siitä yhteisöstä, jossa yksilö elää. (Laine 2018, 29–31.) Lisäksi meillä kaikilla on yhteinen, tajunnallinen tapa olla suhteessa maailmaan (Perttula 1995, 29). Tässä tutkimuksessa tutkittavien kokonaisrakenteista löytyi paljon samankaltaisuutta ja merkityskokonaisuudet myös kietoutuivat toisiinsa. Esimerkiksi tilanteissa, joihin liittyi luottamuksellisuuden elementti, koettiin usein myös kuulluksi tuleminen tunnetta ja samoin esimerkiksi sanattoman yhteyden aistiminen oli sidoksissa herkkyyteen ja aitouteen. Koska kaikki aineistosta löytyneet merkityskokonaisuudet myös koskivat lopulta useampaa kuin yhtä tutkittavaa, päädyin tässä raportissa esittelemään tämän tutkimuksen yksilölliset tulokset kummankin tutkimuskysymyksen osalta kokonaisrakenteittain sen sijaan, että olisin ensin esitellyt jokaisen tutkittavan tulokset yksilöittäin.

3.3.2 Yhteinen kokonaisrakenne

Yksi yleinen kokonaisrakenne muodostuu silloin, jos kaikkien tutkittavien yksilöllisten kokemusten merkitysrakenteesta löytyy yhteinen ydinmerkitys. Yleisen tiedon kattavuus sisältää kaiken sellaisen tiedon, joka kertoo jotakin yksilökohtaisesti olennaista tietoa olematta sen kanssa ristiriidassa. (Perttula 2000, 431.) Purin tässä analyysin viidennessä vaiheessa kokonaisrakenteita vielä tarkaisin merkityskokonaisuuksiksi etsien niiden väliltä kaikkia tutkittavia yhdistäviä yhteyksiä ja samankaltaisuuksia. Kun havaitsin kaikkia tutkittavia yhdistävää samankaltaisuutta, nimesin tämän merkityskokonaisuuden mahdollisimman tarkasti sisältöään kuvaavaksi. Yhteisiä kokonaisrakenteita eli synteesiä syntyi yhteensä neljä. Näistä kolme merkityskokonaisuutta kuvaa hyväksyvään kohtaamiseen liittyviä elementtejä ja yksi kohtaamiseen sisältyviä laajempia merkityksiä.

3.4 Tutkimuksen eettiset ratkaisut ja luotettavuus

Kokemuksen tutkimisessa kaikkein keskeisintä on yksilön ja hänen kokemuksensa kunnioittaminen. Fenomenologinen metodi pakottaa tutkijan lähelle aineistoaan ja keskittymään vain siihen, jolloin ymmärtäminen on aiheeseen uppoutumista. (Perttula 2009, 137, 146.) Aineistosta liikkeelle lähtevän tutkimuksen haasteena voi olla se, että tutkijan ennakkoluulot voivat vaikuttaa analyysiin ja sen tuloksiin, koska käytetyt käsitteet, tutkimusasetelma ja -menetelmät ovat tutkijan itsensä asettamia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109.) Pohdin jo tutkimuksen alussa sitä, kuinka hyvin voin kontrolloida analyysin toteutumista tutkittavien ehdoilla, heidän äänellään ja heidän kokemuksiaan kunnioittaen. Tämän varmistamiseksi on fenomenologis-hermeuttisessa perinteessä tärkeää, että tutkija avaa itselleen ilmiöön liittyvää esiymmärrystään ja pyrkii reflektoidaan käsityksiään analyysin aikana kriittisesti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109). Kirjoitinkin tutkimuksen alussa oman esiymmärrykseni tutkittavasta ilmiöstä reflektoiden teemaa lisäksi paljon myös pohdinnan tasolla. Pyrin sekä tiedostamaan esiymmärrykseni että suhtautumaan omaan ajatteluani kriittisesti koko

tutkimuksen ajan. Tällaisesta kriittisestä asenteesta ja reflektiivisyydestä alkaa-kin Laineen (2018, 37) mukaan tie toisen toiseuteen.

Laadullinen tutkimus kohdistuu ihmiseen ja hänen elämismaailmaansa, jolloin tutkija on aina itsekin osa tutkimaansa merkitysyhteyttä. Tutkijan tapa hahmottaa tutkittavaa ilmiötä ja tutkimiskysymyksiään vaikuttaa siten tutkimuksessa aina jollakin tavalla, ja tutkija myös löytää aineistosta teemoja vain oman ymmärryksensä avulla (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 113; Varto 2005, 34–35.) Toisaalta esituttuus ja esiymmärrys ovat merkitysten ymmärtämisen edellytyksiä ja tämä yhteinen perinne luo perustan mahdollisuudelle ymmärtää toisia ja tulkita heidän ilmaisujaan yleisemmin. (Laine 2018.)

Hermeneuttista tarkastelutapaa toteuttaessaan tutkija muistaa, että kohteen maailma on jonkun toisen maailma ja pyrkii ymmärtämään sitä pitäen oman tulkintansa erossa tutkittavien tulkinnoista. Samalla hän myös tiedostaa sen, ettei toisen täydellinen ymmärtäminen ole mahdollista. (Varto 2005, 90–91.) Pyrin tämän tutkimuksen analyysissä kysymään aineistolta tutkimuskysymysten mukaisia kysymyksiä ja tunnistamaan niitä asioita, joista tämä tutkimus on kiinnostunut. Pyrin pitämään tutkittavan elämismaailmaa ymmärrykseni kohteena ja myös näkemään tämän ymmärtämisen hermeneuttisena kehänä. Pidin ymmärtämiseni kriteerinä myös vierauden ja tuttuuden välisen eron huomioimista niin, etten missään vaiheessa painottanut tuttuutta. (Virtanen 2011, 203–208.) Koin nämä seikat haastavaksi, sillä tutkittava ilmiö on minulle henkilökohtaisella tasolla merkityksellinen. Tutkimus haastoikin minua jatkuvasti kehittämään omaa itsereflektiotani ja laajentamaan ymmärrystäni, minkä koin suurena rikkautena haasteista huolimatta.

Analysoin aineistoa tarkasti, luin kertomuksia sana sanalta useita kertoja ja pyrin etenemään analyysin vaiheissa johdonmukaisesti. Laineen (2018, 37) mukaan tieto syntyy avoimessa dialogissa aineiston kanssa ja jokainen uusi sukellus aineistoon merkitsee edellisen tulkintaehdotuksen koettelua. Näin myös itse käytännössä koin tässä tutkimustyössäni. Vaikka analyysin toteuttaminen oli ajoittain hidasta ja hyvin työlästä, toivat nuo uudet sukellukset aina mukanaan jotakin uutta ja aineisto muodostui minulle lopulta hyvin läheiseksi. Koin analyysin vaiheittaisen ja systemaattisen etenemisen myös tukevan tutkimuksen johdonmukaisuutta, selkeyttä ja luotettavuutta. Tutkijan onkin tutkimuksen

luotettavuuden takaamiseksi suoritettava kaikki toimenpiteet suunnitelmallisesti, koska viime kädessä vain hän itse voi arvioida vastuullisuutensa toteutumisen (Perttula 1995, 102–103). Pysin pitämään tämän mielessäni ja noudattamaan koko tutkimuksen ajan huolellisesti hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Myös raportoinnin pyrin toteuttamaan tarkasti ja välillä tutkittavien suoria lainauksia käyttäen, jotta heidän oma äänensä välittyisi lukijalle. Toivon, että selkeä ja yksityiskohtainen raportointi mahdollistaa tämän tutkimuksen tulosten ja johtopäätöksiä arvioimisen myös lukijan näkökulmasta.

4. TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuskysymyksiä oli tässä tutkimuksessa kaksi: 1) Millaisia elementtejä hyväksyvään kohtaamiseen kokemuksiin liittyy? 2) Millaisia laajempia merkityksiä näihin kokemuksiin sisältyy? Pysin näiden tutkimuskysymysten kautta löytämään uudenlaista, inhimillistä tietoa sekä hyväksyvän kohtaamisen olemuksesta että näiden kohtaamisten mahdollisista laajemmista merkityksistä ihmisille. Esittelen tässä luvussa ensin yksilöllisten kokonaisrakenteiden vertailun ja yhteenviennin tuloksena muodostuneita merkityskokonaisuuksia kummankin tutkimuskysymyksen osalta. Tämän jälkeen esittelen kaikkia tutkittavia yhdistäviä yleisempiä tutkimustuloksia edelleen tutkimuskysymysten mukaan jaoteltuna.

4.1 Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvät elementit yksilöllisissä kokonaisrakenteissa

Tutkittavien yksilöllisten kertomusten yhteenviennin ja vertailun tuloksena erotettiin yhteensä yhdeksän erilaista hyväksyvään kohtaamiseen liittyvän elementin merkityskokonaisuutta. Koetut merkityskokonaisuudet on koottu kokonaisrakenteeksi eli synteetiksi, joka on esitelty kuviossa 2. Tämän jälkeen jokaista merkityskokonaisuutta on kuvailtu tekstissä yksityiskohtaisemmin.



Kuvio 2. Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien kokonaisrakenne

4.1.1 Huomaavaisuus ja kohteliaisuus

Seitsemän tutkittavan kuvauksessa hyväksyvän kohtaamisen kokemiseen liittyi huomaavaisuuden elementti. Huomaavaisuus näyttäytyi näissä kuvauksissa myönteisenä asennoitumisena ja kohteliaisuutena toista kohtaan. Se saattoi olla esimerkiksi tuntemattoman ohikulkijan villasukkien kauneutta ylistävä kommentti kadulla, huomaavainen tervehtiminen, tervetulleeksi toivottaminen tai kuulumisten kysyminen. Sitä luonnehdittiin myös tunteeksi siitä, että toinen haluaa oikeasti auttaa tai osaa arvostaa auttavaa elettä. Lisäksi huomaavaisuuden nähtiin olevan konkreettista toisen huomioimista, kuten kahvin tarjoamista, repun kantamista toisen puolesta, reitin neuvomista tai paikkojen kunnostamista toista varten.

Huomaavaisuus nähtiin avoimena suhtautumisena toista kohtaan ja esimerkiksi työyhteisössä hyväksyvään ilmapiiriin koettiin liittyvän kohtaamisissa ilmevästä toisiin kohdistuvaa huomaavaisuutta. Tämä näyttäytyi muun muassa lämpiminä sanoina, kiittämisenä ja pienten yllätysten järjestämisenä toisille. Toisaalta huomaavaisuus koettiin myös sopivana yksityisyyttä suojaavana etäisyytenä. Esimerkiksi samassa makuuvaunussa tuntemattomien kesken yöpymisessä huomaavaisuus nähtiin toisen yksityisyyden kunnioittamisena niin, että kukaan ei riisuutunut toisten nähden tai kysynyt keneltäkään liian henkilökohtaisia kysymyksiä, vaikka tunnelma olikin yleisellä tasolla hyväksyvä.

Huomaavaisuus koettiin myös kannustavana palautteena ja rohkaisevina sanoina. Varsinkin haastavissa hetkissä toisen huomaavainen tuki koettiin merkitykselliseksi. Yksi tutkittavista kertoi, että sanallinen kannustava palaute on hänelle tärkeää varsinkin silloin, kun hän ylittää oman sopeutujan roolinsa. Jos kukaan ei noissa tilanteissa huomioisi hänen tekoaan, hän kokisi, ettei teko ollutkaan hyväksytty ja ehkä häpeäisi itseään:

Vuosikokouksessa otin spontaanisti kantaa ja puhuin itselle epätyypillisen aggressiivisesti hallitusta solvannutta henkilöä vastaan. Ja yllättäen puhettani kompataan ja kokouksen jälkeen kiitetään. Tuntuikin hyvältä olla äänitorvi, kun useat kokouksessa vaienneet olivatkin samaa mieltä. Sanallinen kannustava palaute on tärkeää silloin kun ylittää oman sopeutujan roolinsa. Jos kukaan ei olisi noteerannut tekoani, olisin ajatellut, että olen härikkö, äksy akka. Olisi hävettänyt, etten tajunnut tilannetta oikein ja menetin suotta malttini. Rohkea toista puolustava teko kaipaa tulla noteeratuksi, lempeästi hyväksytyksi, jotta uskallan olla rohkea epäileluutta havaitessani. (T10)

Erään tutkittavan kuvaamassa kokemuksessa hyväksyvä huomaavaisuus oli pyyteetöntä toisen hyvinvoinnin turvaamiseen pyrkimistä. Hänenkin esimerkissään oli kyse haastavasta, uudesta elämäntilanteesta, jossa toisen huomaavainen kannustus tuntui erityisen hyväksyvältä.

4.1.2 Kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen

Kuuntelemisen ja kuulluksi tulemisen merkitys korostui tutkittavien kertomuksissa hyväksyvään kohtaamiseen läheisesti liittyvänä elementtinä. Oma kuuntelemisen taito koettiin hyödylliseksi esimerkiksi saattohoitotyössä, työyhteisön dialogisen ilmapiirin vaalimisessa ja läheisten ihmissuhteiden ylläpitämisessä. Näissä kuvauksissa korostui tunne siitä, että kuunnellakseen toista oikeasti täytyy myös haluta kuunnella ja ymmärtää; välittää toisesta. Kuulluksi tulemisen tunnetta taas kuvailtiin kolmessa tarinassa kokonaisvaltaista hyväksyntää aiheuttavana elementtinä. Eräs tutkittavista kuvaili sitä, kuinka hänen oli ollut vaikea luottaa ihmisiin hankalan menneisyytensä vuoksi. Tavatessaan nykyisen miehensä hän oli halunnut lukea tälle ääneen kaikki päiväkirjansa, jotta mies saisi tietää hänestä aivan kaiken. Seuraava sitaatti kertoo siitä, kuinka suuri merkitys hyväksyvällä kuuntelemisella hänelle oli:

Muistan kun tapasimme. Minulle oli tärkeä, että mieheni tietää minusta kaiken ja hyväksyy minut silti. Hän kuunteli, kun luin hänelle kaikki päiväkirjani. Nyt kun mietin tätä tapahtumaa, se tuntuu järjettömältä. Silloin se merkitsi minulle kokonaisvaltaista hyväksyntää. Hän tietää minusta kaiken ja haluaa yhä sitoutua minuun. Nämä muistot saavat minut yhä hyvälle mielelle. (T6)

Myös kahdessa muussa kertomuksessa kuvailtiin kuulluksi tulemisen merkitystä haastavissa elämäntilanteissa hyvin tärkeäksi. Se, että toinen kuunteli koko elämäntarinan ja halusi silti olla tukena, tuntui hyväksyvältä.

4.1.3 Luovuus ja hurmioituminen

Viiden tutkittavan kuvauksissa hyväksyvään kohtaamiseen liittyi rohkeaa hetkeen heittäytymistä, uuden asian kokeilemistä tai luovuudesta hurmioitumista. Tuollaista luovaa hurmioitumista koettiin esimerkiksi oman laulusuorituksen yhteydessä silloin, kun muut mukana olijat kannustivat hyväksyvästi. Sitä koettiin myös pianotunnilla, jossa opettaja istui oppilaansa viereen soittamaan hänen kanssaan yhdessä, tasavertaisena:

Soitto lähti liikkeelle yhtäkkiä. En kerinnyt jännittää. Etenimme yhdessä hyvin. Olin kuin lumoutunut. En yhtään kokenut, että olen hidas ja huono oppilas. Päinvastoin sain aivan loistavan elämyksen. En ole kertaakaan aiemmin elämässäni soittanut nelikäteisesti. En edes lasteni kanssa, vaikka he kaikki kävivät pianotunneilla. Kotiin lähdettyäni varmaan hoipertelin ulos kansalaisopiston ovesta, niin onnellinen olin. "Huiluni ilosta itki." (T7)

Hetkeen heittäytymistä ja siitä hurmioitumista koettiin myös tilanteissa, joissa tapahtui jotakin uutta ja itselle vierasta, johon jostakin syystä oli helppo luottaa ja antautua, antaa vain mennä. Tällainen tilanne saattoi olla esimerkiksi matkalle lähtö tai televisiouutisten haastatteluun suostuminen aivan yllättäen. Se saattoi olla myös moottorikelkan ohjaaminen ilman aiempaa kokemusta keskellä lumista jäätikköä tai tanssikutsuun suostuminen kesken kurssiviikon:

Keskellä selkää hän nousi seisomaan kelkan jalakselle ja yhdellä liikkeellä työnsi minut ohjaamaan. Painoin kaasua, kiljuin, nauroin ja annoin mennä. Kuin henkeni hädässä. Ilman rajoja, ilman sovinnaisuutta ja miettimistä. Annoin vaan mennä. Se oli hienoa ja sitä tarvitsin. Aurinko antoi kaikkensa, lämmitti kasvoja ja teki lumihankeen pieniä kimaltavia timantteja. En lähde täältä koskaan, ajattelin. (T1)

Jotenkin tuo mies veti minua puoleensa. En vastustellut. Olin sellaisessa mielentilassa, ettei millään ollut mitään väliä. Hän tuki minua ja sanoi ettei minusta saa tulla katkeraa. Koko kurssiviikon ajan tapailimme ja joskus yhdessä vietetyn yön jälkeen hipsin aamulla luennolle. Oli helppoa, kun ei tarvinnut ajatella tai miettiä, vaan antaa mennä periaatteella toimia. (T2)

Toisaalta hetkestä ja luovuudesta hurmioitumisen saattoi kokea myös yksinkin. Eräs tutkittavista kertoi itsensä kohtaamisesta kirjoittamisen avulla, ja siitä, kuinka merkityksellistä se on hänen hyvinvoinnilleen. Häntä oli kohdeltu kaltoin lapsena ja se on jättänyt häneen jälkiä ja kipua. Nyt aikuisena hän on kirjoittanut ajatuksiaan ja tunteitaan ylös. Hän on luvannut itselleen, että hän saa kirjoittaa ihan kaiken, eikä häpeä sitä, mitä kirjoittaa:

Naputtelin sormillani sanoja, jotka ovat mädäntyneet sisälläni, kun en ole halunnut niitä kohdata aikaisemmin. Olen kuitenkin luvannut sille sisälläni asuvalle masentuneelle työlle, etten jätä häntä enää yksin, vaikka se tarkoittaisikin sitä, että tietokoneeni näyttö täytyisi päivä toisensa perään oksettavaa tekstiä. Tekstiä, josta joku toinen voisi sanoa, että se on itsesäällissä rypemistä. Minä sanon kuitenkin, että piut paut tollaisista puheista. Antaa tytön kirjoittaa. Jonkun olisi pitänyt jo aiemmin kuulla ja kohdata tämä paha olo. Ei se poistu kuuntelematta. Kun annan tämän sisäisen tytön vallata sormeni ja kirjoittaa niitä kipeitä ja hapuilevia sanoja, huomaan, että silmiini kirpoaa kyyneleet. Kyyneleet tipahtelevat näppäimistölle ja olen kuin hurmoksessa. Tekstiä tulee kuin itsestään. Kun hurmos päättyy luen tekstin, minua ei sureta enää. Katson tekstiä hyväksyen. Olen kohdannut itseni. (T6)

Tässä esimerkissä itsensä kohtaaminen ja omaan luovuuteensa luottaminen vaikuttavat olevan tutkittavalle tie itsetuntemukseen ja itseensä uskomiseen. Yksinäiset ja vaikeat tunteensa kohtaamalla hän kokee tulleen hyväksytyksi, itsensä kohdaten.

4.1.4 Luottamus

Luottamus mainittiin hyväksyvän kohtaamisen keskeisenä elementtinä kolmes-
sa kertomuksessa. Se saattoi olla luottamusta itseään kohtaan, uskallusta koh-
data itsensä aidosti ja käsitellä kokemuksiaan ja ajatuksiaan kriittisestikin.

Toisaalta koettiin, että hyväksynnän vastaanottaminen vaati uskallusta luottaa
myös toiseen, hänen tarkoitusperiinsä. Aiempien kohtaamisten ja muiden ih-
missuhteiden koettiin olevan yhteydessä siihen, kuinka helpolta tällainen toi-
seen ihmiseen luottaminen uusissa tilanteissa tuntui:

Kun kohtaa erilaisia ihmisiä eri tilanteissa ja sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, oppii
myös suojelemaan itseään. Kaikki ei ole sitä miltä näyttää tai miltä edes tuntuu. Kohtaa-
misiä voi tapahtua ihan missä tahansa. Niitä voi myös välttää, riippuen siitä mitä olet
saanut aikaisemmin kokea ihmisten taholta. (T1)

Luottamuksen koettiin tarkoittavan sitä, että toinen ei kyseenalaista toisen ko-
kemusta vaan on kohtaamisessa samalla puolella. Luottamus saattoi tutkitta-
vien kokemuksissa tarkoittaa myös tilannetta, jossa kohdattava sai yllättävää-
kin luottamusta osakseen niin, että hänelle esimerkiksi uskottiin luottamusteh-
täviä:

Silloin kun oma usko itseen on nollassa tarvitaan toinen ulkopuolelta uskomaan minun
puolestani. Vaikka oma kokemukseni itsestä oli hauras haamu, tämän opettajan kokemus
minusta täytyi olla jotain muuta, kuin omani. Ei hän muuten olisi luottanut minulle näitä
tehtäviä. (T6)

Luottamuksellisuuden kokemus vaikuttaisi tässä esimerkissä syntyvän siitä
tunteesta, että omaan potentiaaliin ja omiin kykyihin uskottiin. Kun saa nauttia
toisen luottamusta, on helpompi myös luottaa itse itseensä.

4.1.5 Kiireettömyys ja rauhan tunne

Kiireettömyys ja rauhan tunteen kokeminen nousi kolmen tutkittavan kerto-
muksessa esiin hyväksyvään kohtaamiseen liittyvänä elementtinä. Kiireettö-
myyteen liittyi tunne rauhallisesta läsnäolosta ja yhteisessä hetkessä viipymi-
stä. Siihen liittyi myös yhteisen hetken arvon tunnistamista, hetkeen pysäh-
tymistä ilman ”tekokiirettä tai valkoista valhetta rientämiseksi” (T3). Kiireettö-
myyden kokemuksissa korostui myös halu antaa kohtaamisille aikaa, koska
niiden tunnistettiin vaativan aikaa. Eräässä kertomuksessa kiireettömyyden ko-

kemusten kuvattiin olleen niin merkityksellisiä, että ne ovat vaikuttaneet myös tulevia kohtaamisia koskeviin toiveisiin:

Nuo rauhoittavat kohtaamisemme ovat kannatelleet minua koko elämäni ajan. Sellaista tuntumaa haen yhä uudelleen muistakin kohtaamisista. Tällaiseen kohtaamisen kokemukseen tarvitaan rauhallinen, häiriötön tila ja aikaa. Sellainen aika, jonka päättymistä ei tarvitse määrittää. (T5)

Yksi tutkittavista kuvaili psykodraamassa kokemaansa tunnetta, jossa hänen omaan lapsuuteensa liittyvä kipeä kokemus tehtiin näkyväksi näyttämöllä. Hän koki tuon hetken kiireettömäksi tilanteeksi, jossa kaikki paikalla olevat ihmiset ja varsinkin psykodraaman ohjaaja olivat hetkessä läsnä, rauhallisesti hänen tukenaan ja hänen kokemukseensa keskittyen. Tässä yhteisessä hetkessä aika tuntui menettävän kokonaan merkityksensä. Vaikka tilanne ja tapahtumat, jotka tässä hetkessä näyttämölle rakentuivat, olivat vaikeita ja haastavia, ei kenelläkään ollut silti kiire pois, vaan niiden äärelle pysähdyttiin yhdessä. Myös luonnossa tapahtuvaa kohtaamista luonnon kanssa kuvattiin hetkenä, joissa voi keua rauhaa ja hiljaisuutta. Samalla oma hetkessä läsnä oleminen korostui:

Lapin lumo, sitä se oli ja siitä oli kerrottu ja laulettu. Kuuntelin ja katselin. Tunsin, että joku eläin, ehkä kettu tai jänis katseli minua metsän varjoista, muuten oli hiljaisuutta. Vain hiljaisuutta. Istuin lumoutuneena. Pikkuhiljaa revontulet pakenivat taivaanrannan tuolle puolen. Sininen hämy levisi pihaan ja värjäsi pihahangen. Pimeys ei ollut täydellinen. Pakenevat revontulet palasivat kuin niitakseksi vielä kerran. Heilautin kättäni ja kuiskasin: "Tässä olen". (T1)

Tässä esimerkissä kiireettömyys ja rauhan tunne löytyvät luonnosta, tutkittavan ollessa aivan yksin. Tilanteessa ei siis ole muita ihmisiä, vain eläimet ja revontulet taivaalla ovat läsnä luonnon hiljaisuuden lisäksi. Rauhan tuntu vaikuttaisi syntyvän luonnon tarjoamasta kiireettömästä olemassaolosta, joka on vaistottavissa monin aistein.

4.1.6 Aitous ja herkkyyt

Aitouden merkitystä hyväksyvässä kohtaamisessa korostettiin viiden tutkittavan kertomuksessa. Se, että kohtaamisessa oltiin aidosti ja paljaasti omana itsenään, antoi tutkittavien mukaan mahdollisuuden syvälliseen yhteyden tunteeseen. Esimerkiksi saattohoitotyössä kohtaamiset tuntuivat ehkä kuoleman läheisyydenkin vuoksi hyvin riisutuilta ja aidoilta:

Ajattelen, että saattohoitotyö on ainutkertaisen hienoa. Siinä saa parhaimmillaan olla aidosti läsnä lähimmäisen elämässä. Jos vuorovaikutus on suoraa, se on äärettömän palkitsevaa. En tunne sitä taakaksi, vaan päinvastoin lahjaksi, jonka saan toisen ihmisen viime hetkillä. Se on niin arvokas lahja, ettei sellaista voi koskaan mistään muualta saada, eikä ostaa. (T7)

Aitous merkitsi tutkittaville toisaalta sitä, että itse sai kohtaamisessa olla juuri sellaisena kuin aidosti on, ja toisaalta sitä, että myös koko kohtaamistilanne hyväksyttiin sellaisenaan, totuudenmukaisena. Näihin hetkiin liittyi tunne siitä, että kohtaamisessa ei vaadita mitään ylimääräistä, vaan kaikki riittää juuri sellaisenaan ja sekä asiat että ihmiset nähdään aidossa, oikeassa valossa. Aitous vaatii tutkittavien mukaan ihmiseltä rohkeutta paljastaa itsestään kaikenlaisia puolia, keskeneräisyyttä ja epätäydellisyyttäkin. Kun nämä piirteet hyväksyy itsessään, voi hyväksyä ne myös toisessa. Eräs tutkittavista koki, että sekä koulutuksesta että kokemuksesta oli ollut hänelle paljon hyötyä omaan aitouteensa uskomisessa:

Koulutuksemme ja kokemuksemme ansiosta uskon osaavani kohdata ihmisen aidosti. Se on minulle helppoa. Uskon että minua myös arvostetaan ihmisenä. Kun on aito, sen on riitettävä. Osattava asettua toisen ihmisen sisälle ja katsoa itseään. Toinen kaipaa ennen kaikkea kuuntelijaa. Sen taidon jos osaa, saa kyllä ystäviä ja sydämellisiä kohtauksia. Tärkeää on myös kohdata sureva ihminen oikealla tavalla. Kokemus auttaa. (T3)

Kuten yllä olevasta sitaatista käy ilmi, aidon kohtaamisen kokemuksissa korostui teeskentelemättömyys. Niissä painottui myös hyväksytyksi tuleminen tunne omana itsenään, kaikkine virheineen, ilman rooleja tai kaunistelua. Tutkittavat nostivat lisäksi esiin ihmisen oikeuden muutokseen, tarpeen tulla hyväksytyksi myös esimerkiksi menetyksensä johdosta erilaisena ihmisenä kuin aiemmin. Tilanteet, joissa sai olla avoimesti surunsa kanssa painavaakin seuraa, tuntuivat hyväksytyiltä. Aitous merkitsi tutkittavien kokemuksissa kohtaamista, jossa olttiin hetkessä kiinni eikä ympärillä ollut muita. Huomio kiinnittyi toiseen ihmiseen jakamattomasti. Se merkitsi myös empatiaa ja ymmärrystä toista kohtaan, aitoa halua ja herkkyyttä suuntautua toista kohti.

4.1.7 Sanaton yhteyden tunne

Kuudessa kertomuksessa hyväksyvään kohtaukseen koettiin liittyvän jonkinlaista sanatonta yhteyttä toisen kanssa. Jo yksin toisen ihmisen ääni saattoi luoda tuon yhteyden hänen sanomistaan sanoista riippumatta. Yhteys saattoi olla myös puoleensa vetävää energiaa, jota oli vaikea sanallistaa. Eräässä tarinassa

tutkittava kertoi tuntemattoman kohtaamisesta hotellin ravintolassa tanssilatilla, jossa jokin vei heitä yhteen niin voimallisesti, ettei sitä voinut vastustaa. Yhteyden tunne saattoi syntyä myös suhteessa luontoon, yksin tai hyvässä seurassa. Eräessä tarinassa luonto mainittiin useita kertoja tärkeänä hyväksyvänä elementtinä:

Siellä luonto antoi sen, mihin ihmiset eivät pysty. Muutoinkin luonto, metsä, vaellus, nuotiosavu ja linnut oikean ihmisen kanssa tai yksin ovat parasta elämänvoimaa. Tarpoessaan suolla, sen usvan keskellä, hengityksen kulkiessa sydämen tykytyksen mukaan, voi kokea sellaista hyväksyntää olemassa ololleen, jollaista on vaikea saavuttaa missään muualla. Lintujen laulu, oravan hyppely ja metsän humina, siinä se. (T1)

Lisäksi sanaton yhteyden tunne liittyi useissa kuvailuissa kohtaamisiin, joihin sisältyi vaikeita tai kipeitä asioita tai tunteita. Saattohoitotyötä tekevän tutkittavan kertomuksissa yhteiseen hetkeen saattohoitopotilaan kanssa ei välttämättä liittynyt sanoja, vaan läsnäoloa ja yhteyttä, joka oli aistittavissa muilla tavoin ja jossa myös kuoleman läheisyys hyväksyttiin. Eräs toinen tutkittava kertoi tilanteesta, jossa hän oli itse menettänyt oman läheisensä ja ollut surussaan hyvin lohduton. Etsittyään turhaan apua muilta tahoilta hän otti lopulta yhteyttä meedioon. Tässä kohtaamisessa hän koki jonkinlaista yhteyden tunnetta sekä meedion että myös kuolleen poikansa kanssa:

Tuntui että tuntematon henkilö aisti voimakkaasti mielialani ja paneutui siihen. Se tapaaminen avasi minulle aivan uuden maailman ja näkökulman. Minä olin lähinnä hiljaa ja kuuntelin kun minulle ennestään tuntematon henkilö kertoi asioita joista vain minä ja esille tulleet henkilöt voivat tietää. Vastasin vain kyllä ja ei, ja keskustelu soljui rakentampana kuin yksikään käynti missään instanssissa. Jälkikäteen minulla oli voimakas tunne kuin olisin puhunut poikani kanssa puhelimesta. (T4)

Tässäkin kertomuksessa yhteys tuntuu syntyvän yhteisen keskustelun lisäksi joistakin muista elementeistä, joita on vaikea sanallistaa. Toinen aistii sen, mitä toinen tarvitsee, ja pystyy sen myös antamaan. Kohtaamisessa ollaan samalla aaltopituudella ja samanlaisen ymmärryksen äärellä jonkinlaisen sanattoman sopimuksen myötä. Tästä yhteyden tunteesta syntyy hyväksytyksi tulemisen kokemus.

4.1.8 Eleet ja ilmeet

Viiden tutkittavan kuvauksessa nähtiin eleiden ja ilmeiden liittyvän olennaisesti hyväksyvän kohtaamisen kokemiseen. Eleiden ja ilmeiden kuvattiin olevan muun muassa kasvokkaisuutta tai tarkasti ja rauhallisesti silmiin katsomista.

Hyväksyvän katsekontaktin kuvailtiin myös olevan jotakin sellaista, josta saattoi heijastaa itseään:

Hän katsoo kadulla tavatessamme aina niin tyyneesti silmiin. Kun juttelemme, näen hänet elämänviisaana. Noukin helmen sieltä täältä. Häntä peilaten katson itseäni. (T3)

Juuri tietynä eleenä ja ilmeenä mainittiin hymyileminen ja nauru, esimerkiksi hyväksyvien hymyjen vaihtuminen kadulla ohikulkijoiden kesken. Lisäksi tutkittavien kuvauksissa luonnehdittiin hyväksyvien eleiden tai ilmeiden olevan vaikeasti sanallistettavia. Niiden kerrottiin olevan jotakin, jonka voi vain jollakin lailla aistia:

Aina kun tapaamme tulee vain hyvän mielen tunne ja ilme molemmille! (T3)

Yhdessä kertomuksessa kuvailtiin, että toisen olemuksesta voi toisinaan jotenkin selittämättömästi lukea hänen mielialansa tai toiveensa, eli nähdä jo elekielistä esimerkiksi sen, että toinen haluaa jutella. Eräs tutkittavista tekee saattohoitotyötä ja kuvaili hyvin pientenkin eleiden ja ilmeiden olevan merkityksellisiä yhteisissä kohtaamisissa saattohoitopotilaiden kanssa:

Saattohoitosuhteet ovat intiimejä ja äärimmäisen herkkiä. Saattohoitajalla tulisi olla suuret korvat ja pieni suu. Aina ei tarvita mitään sanoja, läsnäolon voi aistia ilmeistä ja pienistä eleistä. (T7)

Eleet ja ilmeet tuntuvat näissä kuvauksissa siis viestivän hyväksyntää ja välittämistä toiselle ilman, että sitä täytyi erikseen sanoittaa tai selittää. Läsnäolo voi tuntua lähellä olona, hyväksyvinä eleinä tai ilmeinä.

4.1.9 Kosketus ja ihon lämpö

Tutkittavista neljä koki kosketuksen elementin liittyvän hyväksyvään kohtamiseen. Kosketus esiintyi heidän kuvauksissaan halauksena esimerkiksi tilanteessa, jossa kohdataan pitkän erossa olon jälkeen ja jolloin ”halataan niin, ettei irrottaa tahtoisi” (T3). Myös yhteisöllisissä tapaamisissa lämmin halaus kuului olennaisena osana kohtaamisen hyväksyvään luonteeseen.

Kosketuksen elementti nousi esiin myös pohdinnoissa siitä, onko koskettaminen aina sopivaa, ja kokeeko toinen sen niin hyväksyvänä kuin on tarkoitettu:

Ja minä tapani mukaan läppään kädelläni olkapäällensä. Muistan kuinka alussa hän hiukan vieroksui elettäni. Minun lapsuudessani ja koko elämän varrella on fyysinen kosketus hyvin tärkeää. Karjalaista perua. Pidän tapanani halata ystäviäni missä vain. (T3)

Tästä esimerkistä käy ilmi se, kuinka toinen voi olla toista tottuneempi kosketukseen tai kokea sen merkityksen eri tavoin kuin toinen. Esimerkki kuvastaa sitä, kuinka toinen on tottunut läppäämään toista olkapäälle, tervehdyksenä ja hyväksyntää viestien. Toinen on elettä aluksi vieroksunut, mutta on ainakin kertojan mukaan nyt jo siihen tottuneempi. Kosketuksen merkitys hyväksyvänä elementtinä tuli esiin myös tilanteissa, joissa oli seksuaalista jännitettä tai voimakasta läheisyyden tunnetta. Yksi tutkittavista kertoi tilanteesta, jossa hän ohjasi moottorikelkkaa hänen takanaan istuvan miehen pitäessä häntä vyötäröltä kiinni. Tilanteessa oli voimakas lataus:

Mies istui takanani ja piti vyötäisiltä kiinni. Huomasin, että hän liikutti käsiään, puristi hieman, veti lähemmäksi, hengitti niskaan ja kuiskasi: "Tiedätkös, että täällä moottorikelkkailu on esileikkiä." (T1)

Esimerkissä käyvät ilmi lähemmäksi liikkumisen ja kosketuksen vaikutus toiseen. Vaikuttaisi siltä, että kuiskauskin on kuin pieni kosketus lähellä korvaa. Toisessa kuvauksessa kosketus nostettiin tärkeäksi hyväksyntää tuovaksi elementiksi pitkässä parisuhteessa. Ihon lämpö ja kosketuksen voima toivat hyväksyntää silloin, kun sopivia sanoja toisen tukemiseen oli vaikea löytää:

Kuitenkin tänä päivänä koen suurinta hyväksyntää ihon kosketuksessa mieheni kanssa. Iho ei valehtelee. Iho joko hyväksyy tai ei hyväksy. Hakeudun ihon lämpöön. Sinne olen aina tervetullut. Jokin osa minusta tietää sen aina. (T6)

Se, kuinka merkityksellistä on olla toisen lähelle tervetullut, saada hyväksyntä ja lupa koskettaa, nousee esiin tässä kuvauksessa. Ihon lämpöön sisältyvä voima ja kosketuksen tuoma rehellinen hyväksyntä korostuvat tässä tärkeinä kohtaamisen elementteinä.

4.2 Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvät laajemmat merkitykset yksilöllisissä kokonaisrakenteissa

Tutkittavien yksilöllisissä kokemuksissa nousi esiin 12 erilaista hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvää laajempaa merkityskokonaisuutta. Koetut merkityskokonaisuudet on koottu kokonaisrakenteeksi eli synteetiksi, joka on esitelty ku-

viossa 3. Tämän jälkeen jokaista kokonaisuutta on avattu tekstissä yksityiskoh-
taisemmin.



Kuvio 3. Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten kokonaisrakenne

4.2.1 Lohtu ja levollisuus

Hyväksyvä yhteys kohtaamistilanteissa toi neljän tutkittavan mukaan elämään sekä lohtua että levollisuutta myös laajemmassa mittakaavassa. Lohdulliseksi koettiin esimerkiksi se, että toinen oli ollut kohtaamisessa samalla tavoin inhimillinen ja pystynyt ymmärtämään ja samaistumaan omiin kokemuksiin. Tällaisten kokemusten kautta oli tutkittavien mukaan helpompi suhtautua itsekin itseensä levollisemmin, lohtua kokeneena. Tärkeäksi tekijäksi nousi myös se, että kaikista asioista oli puhuttu yhdessä avoimesti. Tunne siitä, että mitään ei ole jäänyt sanomatta, toi elämään lohtua ja levollisuutta, kuten seuraavassa esimerkissä:

Isä, mitä sinulle kuuluu? Tiedän, että tuo kysymys on paljon enemmän kuin pelkkä fraasi. Pala kurkussa kummallakin. Niin, meillä on hyvä, lämmin puheyhteys. Olen kertonut kuolemantoiveeni hänelle. Voimme rauhassa elää sitä kohti. Ei jää muutenkaan sanomattomia sanoja sitten joskus. (T3)

Lohdulliset kokemukset saivat tutkittavien mukaan oman olon tuntumaan merkitykselliseltä. Ne valoivat uskoa myös tulevaisuuteen; koska olen selvinnyt

tähänkin asti, tulen selviytymään myös jatkossa. Tätä kautta omaa elämää saattoi tarkastella levollisin mielin, valmiina uuden päivän mukanaan tuomiin uusiin haasteisiin.

4.2.2 Vapautuminen

Neljässä kertomuksessa kuvailtiin hyväksyvän kohtaamisen kokemuksista seuranneita vapautumisen tunteita. Vapautuminen saattoi olla omasta rohkeudesta poikivaa yhä suurempaa rohkeutta. Kun oma uskallus oli tullut hyväksytyksi palkitukseksi, oli helpompi ylittää uskallustaan myös jatkossa ja yltää uusiin rohkeuden tekoihin. Vapautuminen saattoi olla myös raskaista taakoista irtautumista hyväksynnän tunteen avulla:

Psykodraaman jälkeen ihmiset jakoivat omasta elämästään, miten kokemamme hetki resonoi heidän omiin kokemuksiinsa. Tämä tunne siitä, että muilla on samanlaisia kokemuksia. Kokemuksia, joita olen hävennyt jo pitkään. Tällä tunteella on minulle suuri merkitys. Häpeä sai tulla näkyväksi, häpeä tuli hyväksytyksi, joten sillä ei ollut enää merkitystä. Hyväksyntä kumosi häpeän. Se kaikki häpeä, joka on saanut tulla elämässäni valoon, on avannut elämäni tilaa. Hengitykseni on helpottanut. Olen saanut keuhkoihini lisää tilavuutta. Ryhti on parantunut. Minua ei enää pistä keuhkoihin juostessani. Voin viedä tässä maailmassa suuremman osan happea, enemmän ilmatilaa. Minulla on siihen oikeus. Voin hengittää syvemmin. Voin kokea rauhaa. (T6)

Lisäksi hyväksyntä saattoi vapauttaa suorituspainesta ja sellaisista ajatuksista, että ihmisen tulisi sopia juuri tietynlaiseen muottiin tai pystyä vastaamaan toisten asettamiin odotuksiin. Vapautuminen oli tutkittavien kuvausten mukaan suurta helpotuksen tunnetta siitä, että asiat on lupa tehdä omalla tavallaan, itsensä näköistä elämää eläen. Hyväksynnän kokemisesta seurannut vapautuminen tuntui heidän mukaansa myös kehossa kokonaisvaltaisesti kevyempänä olona ja vapaammin hengittämisenä.

4.2.3 Voimaantuminen

Myös voimaantuminen sisältyi hyväksyvän kohtaamisen kokemuksista seuranneisiin laajempiin merkityksiin. Läheisyyden ja yhteyden kokeminen kohtaamisen hetkissä aiheuttivat niin suurta voimaantumisen tunnetta, että siitä pystyi ammentamaan energiaa vielä jälkeenpäinkin. Tutkittavat kuvailivat joidenkin kohtaamisten olleen lisäksi niin syvällisiä, että niiden seurauksena syntyi myös uusia, voimaannuttavia ihmissuhteita. Voimaantumiseen sisältyi heidän kertomuksissaan tunne oman olon keventymisestä ja toiveikkuuden lisää-

tymisestä. Siihen sisältyi myös tunne siitä, että itseltä ei vaadittu mitään ylimääräistä:

Kohtaamisissa ei vaadita mitään, ainoastaan hyväksyntää. Jokainen saa olla juuri niissä tunnelmissa, joissa on. Tapaamiset päättyvät lämpimään halaukseen ja hyväksyntään. Ja matka jatkuu kevyempänä taas hetken. (T4)

Kokonaisvaltaisen hyväksynnän kokemisen nähtiin voimaantumisen lähtökohdana. Hyväksyntä oli ikään kuin vastalääkettä kaltoinkohdelluksi tulemiselle tai itseen kohdistuville liiallisille vaatimuksille ja odotuksille.

4.2.4 Rohkeus olla läsnä

Osallistujista neljä toi läsnä olemisen kyvyn esiin yhtenä hyväksynnän kokemuksen laajempia merkityksiä. Rohkeus olla jatkossakin läsnä kohtaamisen hetkissä oli heidän mukaansa vahvistunut niissä kokemuksissa, joissa aito yhteyden ja molemminpuolisen läsnä olon tunne oli ollut voimallinen. Nuo kokemukset siis ruokkivat rohkeutta olla läsnä myös tulevaisuudessa entistä avoimemmin. Läsnä olemisen taitoon liittyi heidän mukaansa myös tietoisuus siitä, että kohtauksissa on kyse vuorovaikutuksesta, kollektiivisesta jakamisesta ja toisen huomioimisesta. Tämän tiedostaminen lisäsi kykyä keskittyä yhteisessä hetkessä enemmän toiseen kuin omaan itseen. Eräs tutkittavista koki, että läsnä olemisen voi toteutua, jos sen näkee itse tärkeäksi ja haluaa siihen panostaa:

Ajassa, jota elämme, tällaiset kohtaamiset ovat monelle harvinaisia ja kohtaamisia ei arvosteta. Olemme tyytymässä sellaiseen pinnalliseen kohtaukseen – että se riittäisi. Meidän nuorten pitää suostua hidastamaan tahtia, jotta voisimme aidosti kohdata ketään. Haluan työssäni mahdollistaa kuitenkin mahdollisimman paljon sellaista kohtauksista, joka olisi yhtä aitoa ja oikeaa kuin nuo omat kokemukseni. Sellaiset työmuodot, joissa tavallisesta ihmisten kohtauksesta ”juhlatuntu” ja kiitollisuus toinen toistensa läsnäolosta, ovat mielestäni kaikkein antoisinta osaa työssäni. (T5)

Tutkittavien kuvauksissa läsnä olemisen taitoon liittyi myös kyky hahmottaa ja hyväksyä oma menneisyytensä sellaisena kuin se oli ja lisäksi suhtautua tulevaisuuteensa levollisin mielin. Hetkessä läsnä oleminen voi heidän mukaansa onnistua silloin, kun ihminen ei halua palata menneeseen eikä myöskään kiihdi tulevaan.

4.2.5 Keskeneneräisyys voimavarana

Kun on itse tullut hyväksytyksi sellaisena kuin on, voi helpommin myös hyväksyä toiset juuri sellaisina kuin he ovat. Tällaisen tunteen kokemiseen liittyi kuuden tutkittavan kuvauksissa vahvasti toisen keskeneneräisyyden hyväksyminen ja sen tunnistaminen voimavarana heikkouden sijaan. Työyhteisössä keskeneneräisyys saattoi näkyä esimerkiksi niin, että ketään ei yritetty ahtaa tiettyihin valmiisiin muotteihin eikä heidän odotettu toimivan jatkuvasti konemaisen tehokkaasti. Hyväksynnän kokemukset lisäsivät keskeneneräisyyden arvon vaalimista myös niin, että toisen kohtaamista ei etukäteen pelätty, vaan häntä kohdeltiin samalla tavoin hänen tunnetilastaan tai voimavaroistaan riippumatta. Toisaalta keskeneneräisyyden voimavaraksi tunnistaminen vaati myös rohkeutta oman vajavaisuutensa tarkastelemiseen. Tunne siitä, että on oikeutettua ja hyväksytyä olla itse palasina tai keskeneneräisenä toi kohtaamisiin uskallusta olla aidosti oma itsensä. Rohkeus kohdata itsensä ja omat hapuilevat ajatuksensa rehellisesti antoi siis luvan sekä omalle että siten myös toisen keskeneneräisyydelle:

Viisas peili uuden oppimisessa on kohtaamisen ydinluuta. Kohottava, hyväksyvä kohtaaminen on vahvaa näkemistä ja vahvaa suostumista tulla nähdyksi myös raakileena. (T10)

Tästä esimerkistä käy ilmi se, että pystyäkseen ottamaan hyväksyntää vastaan, täytyy uskaltaa myös olla toisen edessä raakileena, täytyy uskaltaa tulla nähdyksi omana itsenään. Toisaalta juuri tällaisena nähdyksi ja silti hyväksytyksi tuleminen olikin näissä kokemuksissa palkitsevaa ja kuten tutkittava kertookin; kohottavaa. Se voi johtaa myös uuden oppimiseen ja itsensä kehittämiseen.

4.2.6 Tilanteen hyväksyminen sellaisenaan

Tutkittavista viisi toi esille hyväksyvän kohtaamisen ennakoimattoman luonteen. Heidän kuvailujensa mukaan tällaista kohtaamista ei voi koskaan väkisin pakottaa tapahtuvaksi. Vaikka itse lähtisi kohtaamiseen hyväksyen, ei voi koskaan tietää sitä, miten toinen tilanteeseen ja omiin tarjouksiin reagoi. Samoin ei myöskään itse aina reagoi toivotulla tavalla tai ei pysty ottamaan toiselta hy-

väksyntää vastaan. Lisäksi tutkittavien kuvailuissa todettiin, että kohtaamisissa saattoi kokea johdatuksen tunnetta.

Kohtaamisissa uskon siihen, että meitä johdatellaan. Meidän elämämme tarjoaa meille oikeita ihmisiä elämän tiettyihin vaiheisiin. Aitoon kohtaamiseen ei voi pakottaa ketään. Asiat joko tapahtuvat, tai sitten ne eivät tapahdu. (T5)

Tilanteen hyväksyminen sellaisenaan saattoi siis tarkoittaa sitä, että oli valmis sekä kohtaamiseen että sen ohi liukumiseen. Täytyi hyväksyä ajatus siitä, että kohtaamisia tapahtuu, ja ne ovat joko hyviä tai vähemmän hyviä. Se saattoi tarkoittaa myös sitä, että hyväksyi käsillä olevan tilanteen, vaikka se olikin haastava, ja antoi toiselle tämän tarvitsemaa tilaa ja aikaa. Tällöin oli mahdollista esimerkiksi löytää tilaisuus yhteiseen, uuteen alkuun menneisyyden vaikeuksiin takertumatta. Tilanteen hyväksyminen sellaisenaan näkyi myös kokemukseen liittyvien ristiriitaisten tunteiden myöntämisenä itselleen. Kyseessä saattoi olla hetki, jossa oli tarjonnut toiselle apua ja hyväksyntää, mutta tämä oli siitä jyrkästi kieltäytynyt. Tähän saattoi johtaa myös aiemmin hyväksyntää tuoneen hyvän ihmissuhteen muuttuminen hankalaksi tai esimerkiksi alkoholi-ongelman sävyttämäksi. Tutkittavat kuvailivat, että tultuaan syvästi loukatuiksi heidän oli vaikea antaa anteeksi tai yrittää enää jatkaa liian haastavaksi muodostunutta suhdetta. Jäljelle saattoivat kuitenkin joissakin kuvauksissa jäädä aiemman hyväksynnän kokemisen tuomat pysyvät muistot, joista haluttiin pitää kiinni niiden ristiriitaisuudesta huolimatta.

4.2.7 Tilaisuuksiin tarttuminen

Hyväksyvän kohtaamisen kokemukset saattoivat saada aikaan tunteen siitä, että kaikki on mahdollista. Tällöin oli helpompi tarttua tilaisuuksiin myös jatkossa ja uskoa uusien kokemusten kantavan elämässä eteenpäin. Tilaisuuksiin tarttumisen koettiin siten inspiroivan yhä uusiin seikkailuihin ja uusiin hyväksyviin kokemuksiin. Tällainen uusi seikkailu saattoi olla esimerkiksi interrailmatka, jollaisesta oli haaveillut vuosikymmenten ajan:

Olen 20-30 vuotta liian myöhään interreilaamassa, mutta yritänpä tästä lähtien ottaa kiinni menetetyt reilausmatkat. Eihän tuo nyt mitään kun tunnen olevani 25 vuotias, naama ja kaula puhuvat omaa kieltään, mutta "so what". "La vida sigue igual!" = elämä jatkuu samanlaisena. (T8)

Hyväksyvien kohtaamisten kokeminen opetti tutkittavien kuvauksissa myös niiden tunnistamista tulevaisuudessa. Eli kun oli kokenut tuollaisen hetken aiemmin, osasi myös tarttua sellaiseen seuraavalla kerralla, eikä hetki päässyt lipumaan ohitse. Se, että oli onnistunut ja tullut hyväksytyksi, ruokki rohkeutta tarttua tilaisuuksiin ja etsiä uusia kohtaamisia. Toisaalta myös menetykset ja vaikeudet saattoivat toimia ”herätyksenä” ja saada ihmisen suhtautumaan tulevaisuuteen eri tavalla, tarttumaan hetkiin entistä rohkeammin.

4.2.8 Unelmien toteuttaminen

Kolmen tutkittavan mukaan hyväksyvän kohtaamisen kokemukset johtivat myös omien unelmiensa toteuttamiseen. Kun oli saanut hyväksyvää tukea hetkissä, joissa oli oman uskalluksensa äärirajoilla, oli helpompi uskaltaa jatkossakin ylittää itseään ja esimerkiksi toteuttaa rohkeasti unelmiaan. Hyväksyntä ruokki heidän mukaansa rohkeutta nauttia elämästä, haastaa itseään yhä uudelleen ja tehdä päätöksiä sen mukaisesti. Eräessä kertomuksessa kuvailtiin sitä, kuinka tärkeää toisen kannustava tuki oli sellaisessa hetkessä, jossa oli ylittänyt itsensä:

Sain maestrolta kannustavaa ja kiittävää palautetta onnistuneesta vaikean laulun esityksestä. Laulaminen on minulle vaikea juttu. Asia jota en hallitse, mutta yritän parhaani ja ylitän uskallustani. Haastan itseäni selättämään vaikeita paikkoja; en halua niitä kiertää tahi loikkia. Tuntuu hyvältä tietää, että olen kuulostanut hyvältä, rytmittänyt oikein, ollut tahdissa. (T10)

Tässä esimerkissä oma laulamisen unelma saa tuulta purjeisiin opettajan hyväksyvistä kannustuksesta. Tutkittavat myös kertoivat, että vaikka kaikki eivät aina heidän unelmiinsa olleet uskoneetkaan, riitti se, että joku uskoi. Unelmien toteuttaminen ei ollut helppoa, mutta jokin tällainen voimallinen kohtaaminen auttoi sen tavoittelemisessa.

4.2.9 Myönteinen asennoituminen

Myönteinen asennoituminen nousi esiin seitsemän tutkittavan kuvauksessa hyväksyvän kohtaamisen kokemiseen sisältyvänä laajempänä merkityksenä. Siis, että itse halusi katsella maailmaa myönteisin silmin, olivat saattaneet vaikuttaa aiemmat hyväksyvät kohtaamiset ja niistä välittyvä myönteisyys. Eräs

tutkittava kuvaili kohtaamisia, joissa toisen elämänasenne oli tehnyt häneen vaikutuksen:

Koen, että kohdatessamme oli aina hyvä olla. Kohtaamisessa oli aina myönteinen sävy, vaikka asiat, joista keskustelimme, olivat joskus raskaitakin. Hän eli hyvin vaatimatonta elämää, mutta hän oli valtavan onnellinen. Välillä meni pitkiä aikoja, jolloin en käynytkään hänen luonaan. Hän ei ikinä sanonut, että ”miksi et ole tullut käymään?”. Hän oli aina kiitollinen vierailustani, eikä vaatinut yhtään sen enempää kuin minkä ehdin hänelle antaa. (T5)

Kuten edellä olevassa kuvauksessa todettiin, ilo yhteisistä hetkistä voi tuntua hyväksyvältä, vaikka puheenaiheet olisivatkin joskus raskaita. Tutkittavat myös kuvailivat, että siihen, kuinka paljon antaa kohtaamisten vaikuttaa, voi vaikuttaa itse paljonkin. Ajateltiin, että mikäli oma suhtautuminen toisiin on penseää, eivät kohtaamiset kovinkaan helposti pääse kehittymään hyväksyviksi. Heidän mukaansa voi itse päättää asennoitua toisten kohtaamiseen myönteisesti ja toimia tämän asenteensa mukaisesti. Myönteisyys ja toisen kunnioittaminen tulevat usein huomatuiksi ja voivat johtaa uusiin hyväksyviin kohtaamisiin. Tutkittavat kuvailivat myönteisyyden välittyvän esimerkiksi arvostuksen ja kunnioituksen tunteena. Kun kokee toisen suhtautuvan itseän tällä tavoin, haluaa usein myös olla tämän arvoinen, itsekin myönteisen inhimillinen ja hyväksyvä.

4.2.10 Pitkäkestoiset ihmissuhteet

Kuusi tutkittavaa nosti esiin pysyvien, pitkäkestoisten ihmissuhteiden syntyminen yhtenä hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvistä laajemmista merkityksistä. Kohtaamiseen ja yhteiseen hetkeen antautuminen saattoi saada aikaan hyvin syvällisen yhteyden tunteen, joka johti syvempään tutustumiseen ja siten ystävystymiseen tai parisuhteen muodostumiseen. Myös omiin vaistoihin luottaminen nousi tässä yhteydessä esiin, sillä vaisto saattoi kertoa sen, keneen kannattaa luottaa ja kenestä voi saada aidon ystävän. Se, että kohtaamisessa oli voitu puhua kaikesta ja hyväksytty toinen silti kokonaisvaltaisesti, oli johtanut lähentymiseen ja ystävyyden syntymiseen. Myös se, että oli uskaltanut paljastaa itsestään myös hauraampia puoliaan ja kipujaankin, oli voinut vaikuttaa yhteyden syventymiseen. Hyväksyvän kohtaamisen kokemus saattoi siten johtaa pysyvän ja pitkäkestoisen ihmissuhteen muodostumiseen. Toisaalta pitkäkestoisuuden ja toisen syvällisen tuntemisen myötä hyväksynnän kokemuksia saattoi

näissä ihmissuhteissa juuri näistä syistä myös syntyä helpommin. Voimaannuttavien kohtaamisten koettiin joka tapauksessa voivan johtaa voimaannuttaviin, syvällisiin ihmissuhteisiin.

4.2.11 Pysyvät jäljet

Tutkittavien mukaan hyvät kohtaamiset jäivät mieleen ja kipunoivat hyvää, ja saattavat siten kantaa ihmistä läpi elämän. Tällaisissa kohtaamisissa ajateltiin olevan jotakin syvällisellä tasolla olevaa hyvää yhteyttä, joka jätti ihmiseen pysyvän jäljen:

Jostain syystä mieleeni tulee kohtaamisista sellaiset kokemukset, jotka ovat kantaneet minua koko elämäni ajan. Ne eivät unohdu. Ajattelen, että kohtaamistilanteessa on jotakin niin syvää, että siitä jää ihan konkreettisesti pysyvä jälki sydämeen. Sellainen arven tapainen – mutta hyvä arpi. (T5)

Tällainen pysyvä jälki saattoi olla myös konkreettinen rakkauskirje, jonka halusi säilyttää ja johon pystyi palaamaan kerta toisensa jälkeen. Muistot toivat hyväksynnän tunteen ja kohtaamisen merkityksen uudelleen mieleen. Eräs tutkittavista koki, että kaikki kohtaamiset vaikuttavat elämään jollakin lailla, jotkut voimakkaammin kuin toiset:

Kohtaamiset vaikuttavat aina elämään jollakin tapaa. Joskus oikein radikaalistikin, muuttavat koko elämän suuntaa. Toiset antavat uskoa ja toivoa parempaan, toiset rohkeutta ja luottamusta ja jotkut vaikuttavat koko persoonallisuuden muokkaantumiseen. (T1)

Kohtaamisten vaikutukset saattoivat siis olla hyvin merkittäviä, muuttaa jopa elämän suuntaa tai vaikuttaa omaan identiteettiin. Tällaisiin pysyviin jälkiin saattoi tutkittavien kokemuksissa liittyä myös ristiriitaisia tunteita esimerkiksi sellaisesta ihmissuhteesta, joka ei ollutkaan kestänyt tai johon liittyi myös vaikeita asioita. Kohtaamisiin liittyvien hyväksyntää tuoneiden piirteiden vuoksi niihin palaaminen tuntui kuitenkin tutkittavien mielestä merkitykselliseltä. Pysyvässä jäljessä oli jotakin pysyvästi hyvää, johon palaaminen oli kaikesta huolimatta mielekästä.

4.2.12 Hyvän kierre

Tutkittavien kokemusten mukaan hyväksynnän kokemukset saivat parhaimmillaan aikaan myös hyvän kierteen. Hyväksynnän koettiin siis synnyttävän hyväksyntää:

Uskon että hyvä saa aikaan hyvän kierteen - ainakin tässä työyhteisössä se kristallisoituu. Lämmintä puhetta, kiitosta, ihania yllätyksiä ja paljon naurua. Samaan aikaan teemme vaikuttavaa työtä laadukkaasti ja jatkuvasti uudistuen - kohdaten asiakkaamme aidosti ja hyväksyen erilaisuudet, koska meidätkin hyväksytään. (T9)

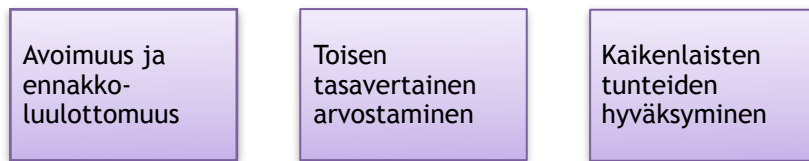
Oma kokemus hyväksynnästä ruokki halua kohdata toisia niin työssään kuin vapaa-ajallaan samalla tavoin kuin oli itse tullut kohdatuksi. Tämä tarkoitti esimerkiksi kiitollisuutta toisen läsnäolosta ja halua toivoa toiselle hyvää, kohdella häntä sen vuoksi arvostavasti. Hyväksytyksi tuleminen saattoi myös auttaa ihmistä hyväksymään itsekin itsensä ja suhtautumaan itseensä aiempaa armollisemmin ja arvostavammin. Hyvän tekeminen ja hyväksyvä asenne koettiin yhteisöllisellä tasolla tärkeäksi keinoksi edistää sekä omaa että toisten hyvinvointia. Hyvän kierteen ylläpitämiseen liittyi myös ajatus siitä, että hyvät teot voivat olla aivan pieniäkin tekoja, joilla kuitenkin on suuri vaikutus. Tällaisia pieniä hyväksynnän ilmaisuja olivat hymyt ja kohteliaisuudet, avun tarjoamiset tai pieni, arvostava huomioiminen arkisissa tilanteissa.

4.3 Yhteinen kokonaisrakenne

Seuraavaksi esitetään yleiset, kaikkia tutkittavia yhdistävät tutkimustulokset. Seuraavat merkityskokonaisuudet kuvaavat siten kaikkien tähän tutkimukseen osallistuneiden tutkittavien kokemuksia. Nämä yhteiset merkityskokonaisuudet on koottu tutkimuskysymyksittäin kokonaisrakenteiksi eli synteeseiksi. Näin pyritään havainnollistamaan, millaisia yhteneväisyyksiä kaikkien tutkittavien kuvauksista löytyi. Ensin tarkastellaan hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien yhteistä kokonaisrakennetta ja sen jälkeen kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten yhteistä kokonaisrakennetta.

4.3.1 Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien yhteinen kokonaisrakenne

Tutkittavien kokemukset hyväksyvään kohtaamiseen liittyvistä elementeistä olivat yksilöllisiä, mutta silti heidän kokemuksistaan löytyi myös kolme heitä kaikkia yhdistävää merkityskokonaisuutta. Kuviossa 4 on esitetty näiden kaikille yhteisten merkityskokonaisuuksien kokonaisrakenne eli synteesi.



Kuvio 4. Hyväksyvään kohtaamiseen liittyvien elementtien yhteinen kokonaisrakenne

Avoimuus ja ennakkoluulottomuus oli kaikkia tutkittavia yhdistävä hyväksyvään kohtaamisen kokemukseen vahvasti liittyvä elementti. Avoimuuden nähtiin vaikuttavan merkittävästi omaan asenteeseen ja ennakkoluulottomaan suhtautumiseen suhteessa uusiin ihmisiin ja kohtaamistilanteisiin. Avoimin ja ennakkoluulottomin mielin asennoituminen näkyi tutkittavien mukaan sekä siinä, miten kohteli muita ihmisiä että siinä, miten käsitteli haastavia tilanteita. Avoimuus tarkoitti heille sekä kykyä huomata niitä tilaisuuksia, joissa oli mahdollisuus kohdata toinen ihminen että uskallusta tarttua näihin yhteisiin hetkiin. Avoimuus koettiin heidän kuvauksissaan niin mahdollisuutena vapauden ja riemun tunteisiin kuin ilon ja hyväksynnän vastaanottamiseenkin. Avoimuus ja ennakkoluulottomuus näkyivät myös kykynä ymmärtää ja hyväksyä erilaisuutta, kuten seuraavassa sitaatissa kuvaillaan:

Minulla on valtava etuoikeus saada johtaa ja olla osa sellaista työyhteisöä, jossa aidosti ja oikeasti hyväksytään työkaverit sellaisena kuin he ovat. Erilaisuus tässä johdettavieni joukossa on oikeasti rikkaus: Olemme kukin omia persooniamme, hyvin erityyppisiä ja eri-ikäisiäkin. Johtajana olen saanut kokea heidän kanssaan valtavan hienoja hetkiä, vaikka tekemämme työ on haastavaa ja sielua repivääkin toisinaan. (T9)

Erilaisuutta ei koettu uhkana vaan rikkautena, avoimena haluna tutustua toisiin ihmisiin ja heidän tapoihinsa ajatella asioista leimaamatta heitä etukäteen mil-

lään lailla. Lisäksi tutkittavat ajattelivat, että omalla avoimella esimerkillä saattoi olla suuri vaikutus esimerkiksi siihen, kuinka avoimesti toinenkin sen myötä paljasti asioita itsestään. Avoimuus saattoi siis synnyttää avoimuutta ja johtaa syvälliseen yhteyden tunteeseen. Se nousi heidän kuvauksissaan esiin myös heidän suhtautumisessaan omaa itseään kohtaan. Avoin ja ennakkoluuloton suhtautumistapa omiin ajatuksiin ja toimintatapoihin liittyen synnytti uudenlaisia oivalluksia ja saattoi johtaa vankempaan itsensä hyväksymiseen. Kun ihminen kykeni tarkastelemaan itseään ja omia ajatuksiaan uteliaasti ja kiinnostuneesti, hän uskalsi silloin helpommin myös kohdata vaikeampia asioita ja haapuleviakin ajatuksia. Avoimuuden koettiin vaativan valtavasti rohkeutta ja rehellisyyttä, jotta asiat uskalsi nähdä juuri sellaisina kuin ne olivat.

Toisen tasavertainen arvostaminen nousi esiin kaikkien tutkittavien kuvauksissa toisena yhteisenä hyväksyvän kohtaamisen elementtinä. Tasavertaisuus tarkoitti tutkittaville kokonaisvaltaista ja samanarvoista hyväksyntää henkilökohtaisista tekijöistä riippumatta. Tasavertainen arvostetuksi tuleminen tuntui tutkittavien mukaan kokonaisvaltaisesti hyväksyttynä olona ja myös riittävyden tunteena. Kun tuli arvostetuksi juuri sellaisena kuin on, saattoi kokea sen huojentuneisuutena niin, että itseltä ei kohtaamisessa vaadittu mitään ylimääräistä. Tasavertaisesti toisiin ihmisiin suhtautuva arvosti tutkittavien mielestä lähtökohtaisesti kaikkia yhtä paljon ja kohteli heitä samalla tavoin.

Tasavertainen arvostaminen nousi esiin esimerkiksi matkustamisen yhteydessä. Matkalla ollessaan muihin tasavertaisesti suhtautuva katseli heitä kiinnostuneena, otti kontaktia kielimuurista tai ulkoisista tekijöistä riippumatta, tarjosi apuaan ja oli valmis tutustumaan uusiin ihmisiin. Tasavertaisuutta korostettiin myös niissä kuvauksissa, joissa kohtaaminen tapahtui sairaan, kuolevan, yksinäisen tai surevan läheisen kanssa. Tasavertaiseen arvostamiseen pyrkivä kohtasi toisen tilanteesta tai tunnelmasta riippumatta samoista lähtökohdista käsin, hyväntahtoisesti ja hyväksyen, pelkäämättä tilanteeseen liittyviä mahdollisia ristiriitoja tai vaikeita tunteita. Siihen pyrkivä ei myöskään välittänyt statuksista tai korottanut itseään toisen yläpuolelle asemansa nojalla. Esimerkkeinä tällaista tasavertaisista kohtaamisista tutkittavat kuvailivat opettajia, jotka suhtautuivat oppilaisiinsa arvostaen ja rinnalla kulkien. Eräs tutkittavista

myös kuvaili tilannetta, jossa hän itse pyrki kohtaamaan tasavertaisesti arvostaa sellaiset nuoret, jotka olivat vallanneet yksityisen pihan:

Mitä useampi heitä siinä on koolla, sen enempi vastenmielistä heistä on totella. Välttävät katsekontaktia. Kuitenkin perääntyvät. En provosoidu, ei haittaa minua mulkoilu. Mietin millaisia koltiaisia oltiin silloin tuon ikäisinä. Olosuhteet vain olivat erilaiset. Turha mun on vetää hernettä nenään. (T3)

Edellisessä esimerkissä kertoja haluaa kohdella nuoria reilusti heidän huonosta käytöksestään huolimatta, koska hän muistaa, millaista oli itse olla nuori. Tasavertaiseen arvostamiseen tuntuikin kaikkien tutkittavien kuvailuissa liittyvän empatian ja samaistumisen kokemista. Myötätunnon ja myötäelämisen kautta oli helpompi asettua toisen asemaan ja sitä kautta kohdata hänet arvostavasti, ymmärtäen ja hyväksyen.

Kolmantena yhteisenä elementtinä tutkittavia yhdisti hyväksyvien kohtaamisten kokemisessa *kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen*. Kyseessä saattoi olla esimerkiksi elämänmuutoksen tai menetyksen aiheuttama epävarmuus tai rikinäisyys, jonka tuli kohtaamisessa hyväksytyksi ja siten myös oikeutetuksi. Kuvauksissa painotettiin sitä, kuinka hyvältä tuntui kokea, että myös kaikkein vaikeimmatkin tunteet saivat tulla toisen edessä näkyviksi ja hyväksytyiksi. Syvällinen hyväksynnän kokemus tuntui syntyvän siitä tunteesta, että esimerkiksi omaa surua tai raivoa ei pelätty tai tuomittu, jolloin sitä ei myöskään tarvinnut peitellä tai piilottaa. Eräs tutkittavista kertoi siitä, kuinka vaikea hänen oli ollut opetella hyväksymään itseään ja kaikkea kokemaansa, hullujakin ajatuksiaan. Tähän itsensä hyväksymiseen hän oli matkan varrella tarvinnut paljon hyväksyntää muilta:

Minun on ollut opeteltava hyväksymään itseni, jotta olen voinut kohdata itseäni hyväksyvästi. Siihen on tarvittu hyväksyvää kohtaamista toisten ihmisten kanssa. Ja paljon. Sitä kautta olen oppinut, että minua ei hylätä, vaikka ajatusteni juoksu olisi kuinka hullua tahansa. Jos muut eivät hylkää minua, ei minun itsenikään tule itseäni hylätä. Minulla on ollut paljon kaltoinkohtelua lapsuudessa, joten olen tarvinnut paljon hyväksyvää kohtaamista vastalääkkeeksi. (T6)

Tässä kuvauksessa käy ilmi se, kuinka hyväksyntä on lääkinnyt hylätyksi tulemisen kokemuksia ja saanut tutkittavan myös hyväksymään itse itsensä. Hyväksyntä on syntynyt kokemuksista, joissa kaikenlaisten tunteiden tunteminen on ollut sallittua. Toisessa kuvauksessa toinen tutkittava kertoo siitä, kuinka

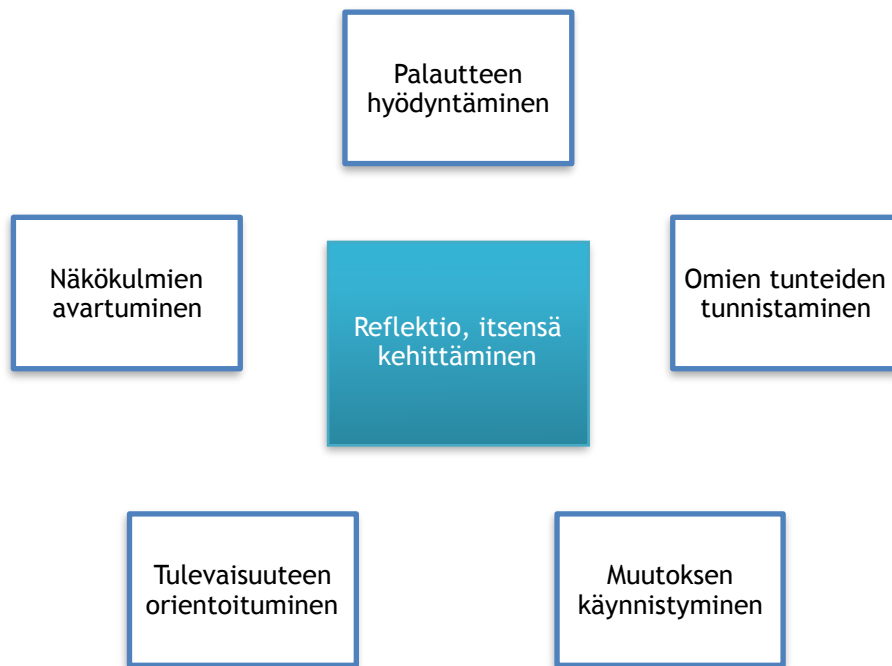
hyvältä tuntui saada olla avoimesti rikkinäisenä toisen edessä ja itkeä tälle tuskaansa:

Pystyin istumaan siinä juuri niin rikkinäisenä ja amputoituna kuin tunsin olevani ja itkin tuskaani ulos syvemmin kuin minkään ammattiauttajan luona. Ja minun annettiin olla juuri niin riekaleina kuin olin ja samalla avattiin maailmankuvaa jota en aiemmin oivaltanut. Sain tunteen siitä, että minun sallittiin olla palasina ja raivonikin epäreiluutta kohtaan oli oikeutettua. Minun ei tarvitse "reipastua" ja tehdä surutyötä "loppuun" missään aikataulussa ja hyväksyttiin ajatukseni, että tuska loppuu kun itse täältä lähdän. Siihen asti se seuraa väkisinkin kuin varjo koko ajan tuossa takana...Ei tarvinnut selitellä eikä analysoida mitään tuntemuksia. Minulle ei tarjottu pilleriä vaan näkökulma. (T4)

Tässä esimerkissä hyväksyntää tuntui tuovan etenkin tunne siitä, että omaa olo tilaa ja siihen liittyvää näkemystä ei torjuttu tai selitetty pois, vaan sen annettiin olla juuri sellaisena kuin se oli. Surun tunteet ja epäreiluuden kokemukset hyväksyttiin ja oikeutettiin. Kaikenlaisten tunteiden olemassaolo sallittiin ilman analyysejä.

4.3.2 Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten yhteisen kokonaisrakenne

Kaikkien tutkittavien kokemuksia hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvistä laajemmista merkityksistä yhdisti yksi merkityskokonaisuus: Reflektio ja itsensä kehittäminen. Reflektoinnin taito nähtiin tärkeäksi keinoksi käydä kokemuksiin läpi, etsiä niille merkityksiä ja oppia uutta suhteessa itseensä ja tuleviin kohtaamistilanteisiin. Reflektoinnin kyvyn ja valmiuden itsensä kehittämiseen koettiin usein johtavan muutoksiin sekä suhteessa itsen ja omiin toimintatavoihinsa että esimerkiksi suhteessa elämänsenteeseen. Kuviossa 5 on esitetty tämän merkityskokonaisuuden kokonaisrakenne eli synteesi. Tämän jälkeen reflektion merkityskokonaisuutta on avattu tarkemmin



Kuvio 5. Hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvien laajempien merkitysten yhteinen kokonaisrakenne

Reflektio ja itsensä kehittäminen yhdisti vahvasti kaikkia tutkittavia hyväksyvään kohtaamiseen sisältyvänä laajempaan merkityskokonaisuutena. Kaiken koetun refleктоiminen ja tuosta reflektiotyöstä oppiminen olivat tutkittavien mukaan reittejä itsensä kehittämiseen ja sitä kautta yhä parempiin kohtaamisiin tulevaisuudessa. Reflektion kyky tarkoitti heille esimerkiksi *palautteen hyödyntämistä* niin, että siitä pystyi poimimaan ne osat, joiden avulla oli mahdollista rakentavasti kehittää omaa osaamistaan. Reflektion kautta oli mahdollista myös *avartaa omia näkökulmiaan*, eli hyödyntää kohtaamisissa saatua uutta tietoa ja oman oppimisprosessin kautta soveltaa tuota tietoa käytäntöön ja tuleviin kokemuksiin. Lisäksi reflektointi oli *tulevaisuuteen orientoitumista*, joka saattoi näkyä esimerkiksi työyhteisössä toiminnan eteenpäin viemisenä ja yhteen hiileen puhaltamisena erilaista näkökulmista ja mielipiteistä huolimatta:

Ilmapiiri on rento, mutta kuitenkin innovatiivinen ja aikaansaava. Ymmärretään, jos jollakulla on vaikeaa, eikä yritetä ahtaa ketään valmiisiin muotteihin. Se on hyväksyvää kohtaamista parhaimmillaan. Asioista ei tietenkään olla aina eri mieltä - kuitenkin rakentavassa hengessä osataan ottaa huomioon erilaiset näkemykset ja mennään eteenpäin jumittumatta menneisiin. (T9)

Hyväksyvä kohtaaminen näyttää tässä esimerkissä olevan avoimuutta suhteessa toisiin ja heidän tapoihinsa toimia ja esittää näkemyksiä rennossa ilmapiirissä. Dialoginen työote, jossa orientoitutaan tulevaisuutta kohti hyväksyvässä

hengessä näyttää antavan tilaa jokaisen omalle persoonallisuudelle ja kuitenkin samalla myös reflektiiviselle itsensä kehittämislle.

Koetun reflektointi saattoi saada aikaan myös *muutoksen käynnistymisen*. Se, että oli tullut hyväksytyksi jollakin lailla voimallisemmin kuin koskaan aiemmin, saattoi siis käynnistää ihmisessä muutosprosessin, koska hän oli kohtaamisen myötä ja sitä reflektoituaan saanut aivan uudenlaista itseluottamusta. Lisäksi kyky reflektoida koettua ja kehittää sitä kautta itseään antoi tutkittavien mukaan välineitä myös *omien tunteiden tunnistamiseen*. Tästä taidosta heille taas oli hyötyä uusissa kohtaamisissa, joissa he osasivat erottaa omat tunteensa toisen tunteista ja käsitellä niitä toisistaan irrallisina. Reflektoinnin taito opetti tutkittavien mukaan anteeksi antamista, vihasta irtautumista ja uusiin mahdollisuuksiin uskomista esimerkiksi vaikeissa ihmissuhteissa:

Minun oli ratkaistava asia niin kuin oikealta tuntui. Mikä minä olen syyllistämään ketään menneistä vuosista, joista en lopulta voi tietää mitään. Päätin antaa kohtaamiselle mahdollisuuden ja hyväksyä tilanteen sellaisenaan. Nyt kohtaamiset isän kanssa ovat eivät ole enää hankalia. Aluksi hän yritti selitellä menneitä, mutta annoin hänen ymmärtää, että menneet ovat menneet, nyt rakennetaan elämää tästä eteenpäin. Koen, että jos en olisi suostunut hyväksyvään kohtaamiseen, olisi vaihtoehdoksi jäänyt vain vihasta syntyvät tunnekokemukset. Jos jotain olen oppinut, niin sen, että viha ei synnytä mitään hyvää. Sellaiset tunteet ovat terveitä, mutta niiden taustat on käsiteltävä...viha syö ihmistä sisältäpäin ja aiheuttaa enemmän vaurioita sille joka suostuu sitä tunnetilaa ylläpitämään. (T5)

Yllä oleva lainaus kertoo siitä, kuinka pitkä tie tähän pisteeseen, toisen hyväksyvään kohtaamiseen voi joskus olla. Tuo tie voi tutkittavien mukaan vaatia paljon kipua ja ristiriitaisia tunteita, itsetutkiskelua ja halua kehittää itseään haasteista huolimatta. Kokemustensa ja omien tunteidensa tarkasteleminen ja kriittinen reflektointi vaatii myös valtavasti avoimuutta ja rehellisyyttä, jotta niiden käsitteleminen totuudenmukaisessa valossa mahdollistuu. Jotta tällaiseen tutkiskeluun pystyy, on täytynyt saada itsekin kokea hyväksyntää. Myös tässä aiempi itseän kohdistuva hyväksyntä on voinut saada aikaan hyvän kierteen.

5. TULOSTEN TARKASTELUA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli saada kokemuksellista tietoa sekä hyväksyvään kohtaamiseen liittyvistä elementeistä että tällaiseen kohtaamiseen sisältyvistä laajemmista merkityksistä ja lisätä näin ilmiötä koskevaa inhimillistä ymmärrystä. Kohtaaminen kuuluu läheisesti ihmisyyteen ja siten keskeisesti myös kasvatus- ja opetusalaan. Lisäksi kohtaamisen, vuorovaikutuksen ja osallisuuden arvojen tunnistaminen on kasvatus- ja opetustyön ohella tärkeää ja ajan-kohtaista myös yleisen keskustelun tasolla (Pessi, Martela & Paakkanen 2017, 8.) Yhteiskunnallisesta näkökulmasta ajatellen demokratian perusidea on ajatus välittävistä tahoista ja kasvokkain tapahtuvista kohtaamisista, mutta samalla toistensa tarpeille herkistynvä inhimillinen yhteisöllisyys on instituutioiden pirstaloitumisen myötä vähentynyt (Sennett 2006, 123). Peilaan tässä luvussa tutkimuksen tuloksia teorioihin ja näkökulmiin osallisuudesta, dialogisuudesta, inhimillisyydestä, intuitiosta ja elinikäisestä oppimisesta.

5.1 Osallisuus

Kaikki tämän tutkimuksen tutkittavat korostivat hyväksyvään kohtaamiseen liittyvinä elementteinä *avoimuutta ja ennakkoluulottomuutta*, jotka näkyivät yleisesti kohtaamiseen tarjoutuvien hetkien huomaamisena ja niitä kohti suuntautumisenä. Valmius liittyä ja kiintyä toisiin onkin ihmiselle synnynnäistä, ja tahto olla osallisena ja kuulua joukkoon sen hyväksyttynä jäsenenä on tarve, jonka kautta luomme käsitystä itsestämme (Leary 2006, 227; Vilkkö-Riihelä 1999, 650.) Identiteetin rakentumisen voi nähdä elämänmittaisena, yhteisissä kohtaamisissa muovautuvana prosessina ja identiteettityönä (Haarakangas 2011, 147; Mahlakaarto 2010, 15–16). Näin ollen ihminen tarvitsee läpi elämänsä identiteettinsä suoraa tai epäsuoraa vahvistamista voidakseen uskoa olevansa se, jona pitää itseään (Berger & Luckmann 1994, 59–70; Vilkkö-Riihelä 1999, 651.) Vain sellai-

nen vuorovaikutus, joka antaa ihmiselle osallisuuden kokemuksen, voi vahvistaa ja kehittää hänen persoonallisuuttaan (Routarinne 2004, 29).

Arvostavat ja hyväksyvät kohtaamiset näyttivät myös tämän tutkimuksen tulosten mukaan vaikuttavan vahvasti siihen, millaiseksi tutkittavien käsitykset omasta itsestään ja omasta identiteetistään muodostuivat. Hyvät hetket kohottivat ja voimaannuttivat, kun taas kaltoinkohtelu, pettymykset ja hylätyksi tulemisen kokemukset saattoivat painaa ryhtiä kumaraan ja vaikuttaa itsetuntoon kielteisesti. Leary (2006, 226–227) kirjoittaakin, että ihmisen itsetunto käsittää arvon, hyväksynnän ja aseman toisten silmissä ja muutokset näissä asetelmissä voivat kaikki vaikuttaa itsetuntoon pitäen sitä jatkuvassa liikkeessä, alttiina ympäristön vaikutuksille. Hyväksyvässä ilmapiirissä ihmisen itsetunto vahvistuu ja tyrmävässä taas heikkenee, minkä vuoksi torjuntaa saatetaan pelätä ja merkkejä toisen tyytymättömyydestä etsiä kohtaamisissa myös alitajuisesti. (Leary 2006, 223–224.) Tuskin kukaan meistä haluaa tulla tyrmätyksi, määrättyksi, määrätellyksi tai alistetuksi, ja siksi vuorovaikutustilanteista voi aiheutua myös yksilöllisiä kriisejä, mielipahaa tai epäonnistumisia (Haarakangas 2011, 107).

Näistä näkökulmista ajatellen kasvatuksellisten kohtaamisten sävyillä ja osallisuuden kokemuksilla on suuri merkitys minuuden kehittämisessä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 20–21) lapsen päivittäinen, arvostava kohtaaminen onkin nimetty toimintaa ohjaavaksi punaiseksi langaksi. Myös uudessa perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2016, 18) perusopetuksen yleisenä tavoitteena on rakentaa oppilaiden myönteistä identiteettiä niin oppijoina, ihmisinä kuin yhteisön jäseninäkin. Oppiminen nähdään laaja-alaisena ja vuorovaikutuksellisenä toimintana, jossa tieto voi rakentua monella tavalla ja jossa pyritään tukemaan oppilaan kasvua itseään arvostavaksi ja aktiiviseksi demokraattisen yhteisönsä jäseneksi (POPS 2016, 19–20). Vuorovaikutuksellisuuden pitäisi käytännönkin tasolla olla kasvatuksen ja opetuksen keskiössä, koska vain sitä kautta voidaan päästä elämän ytimeen, sinne missä inhimillinen tieto on aidoimmillaan (Sandberg 2013, 98–100). Kokonaisvaltainen oppiminen on kokonaisvaltaista hyvinvointia, jolloin ihmisen on mahdollista tuntea itsensä hyväksytyksi ja arvostetuksi ja myös kokea voivansa vaikuttaa asioihin (Lovat 2013, 77).

Tällaisia kokonaisvaltaisia osallisuuden ja oman toimintansa merkitykselliseksi kokemisen tunteita ihminen tarvitsee koko elämänsä ajan. Yhteiskunnallisella tasolla demokratian perusideana on kansalaisen osallisuus, eikä se voi toteutua ilman aktiivisia kansalaisia. Halu vaikuttaa voi kuitenkin vähentyä silloin, jos omiin vaikutusmahdollisuuksiin ei uskota. (Sennett 2006.) Tässä tutkimuksessa avoin ja ennakkoluuloton asenne nähtiin myös yhtenä osallisuuden kokemiseen vahvasti vaikuttavana ja omaa identiteettiä tukevana tekijänä. Lisäksi tutkimuksessa nousi esiin se, kuinka merkityksellistä tutkittaville oli saada hyväksyntää ja kannustavaa palautetta hetkissä, joissa esimerkiksi osallistui ”äänitorvena” yleiseen keskusteluun tai otti asioihin rohkeasti kantaa. Ilman tukea ja kannustusta oma osallistuminen olisi saattanut aiheuttaa kielteisen kokemuksen ja vaikuttaa lannistavasti. Osallisuutta tukevien kokemusten ja toisilta saadun hyväksynnän kautta taas koettiin, että ne valoivat rohkeutta ottaa kantaa ja osallistua tilanteisiin ja päätöksentekoon myös jatkossa.

5.2 Dialogisuus

Avoimuus ja ennakkoluulottomuus näkyivät tutkittavien kokemuksissa myös esimerkiksi *huomaavaisina ja kohteliaina tekoina* ja kohtaamisen mieltämisenä kollektiiviseksi tapahtumaksi, jossa toiset ovat merkityksellisiä ja heitä halutaan kohdella hyvin. Elämistemme onkin maailmaan suuntautumista ja merkityshakuisuutta ja suhteet toisiin ihmisiin ovat keskeinen osa tätä ihmisen maailmasuhdetta (Laine 1995, 48, 57) Myös Martin Buber (1993, 31–45) on kirjoittanut, että yhteys on aina jonkinlaista molemminpuolisuutta, valitukseksi tulemistä ja valitsemista. Jokainen kohtaaminen liittyy ihmistä maailmaan ja kaikki läsnäoleva elämä taas on kohtaamista ja vuorovaikutusta, parhaimmillaan hyvin dialogista. (Buber 1993, 53–56.) Näin ollen vuorovaikutuksellinen kohtaaminen on ikään kuin yhteistä pääomaa, tietoa rakennetaan dialogissa ja keskustelukumppanit integroivat toistensa dialogisia panoksia omiinsa (Baker 2009, 127).

Tutkittavien kokemuksissa nousi vahvasti esiin käsitys siitä, kuinka tärkeää on tunnustaa tämä dialogisuuden arvo. Se tarkoitti heille sitä, että kohtaamisissa oltiin *tasavertaisia ja toista arvostettiin*. Hyväksyviin hetkiin liittyi molemminpuolista *kykyä kuunnella toista ja tulla siten myös itse kuulluksi*. Näin tilanteis-

sa oltiin parhaimmillaan avoimesti läsnä, ikään kuin yhteisen tiedon äärellä. Kaikki inhimillinen tieto on myös Bergerin & Luckmannin (1994, 172) mukaan yhteistä. Se kehittyy, välittyy ja säilyy sosiaalisissa tilanteissa ja kasvokkain toistensa kanssa ihmiset voivat kokea toisensa elävässä nykyhetkessä. Heidän ilmaisunsa ovat vuorovaikutuksessa, ilmeensä suuntautuvat toisilleen ja vastavuoroisuus on molempien koettavissa (Berger & Luckmann 1994, 173.)

Dialogisuus edellyttää toisen arvostamista ja siten myös erilaisuuden hyväksymistä, toisen kunnioittamista sellaisena kuin hän on. Tämän tutkimuksen tutkittavat korostivat ennakkoluulottomuutta valmiutena nähdä toinen omana itsenään erilaisine näkemyksineen ja toimintatapoineen. Hyväksynnän kokemuksiin liittyi tunne siitä, että tilanteissa sai olla oma itsensä, ei vaadittu mitään ylimääräistä eikä yritetty muuttaa ketään toisenlaiseksi. Tullakseen yhteisönsään hyvin toimeen olisi sen jäsenten pyrittäväkin kohtaamaan toisensa avoimesti ja dialogisesti, sekä omasta itsestään ja minuudestaan tietoisina että samalla toisen toiseutta ja erilaisuutta kunnioittaen (Haarakangas 2011, 107). Sen lisäksi, että osaa arvostaa toisen toiseutta, on siis tärkeää myös tulla itse arvostetuksi juuri sellaisena kuin on.

Kuten tutkittavat toivat esiin, vaatii hyväksyvä kohtaaminen todellista erilaisuuden hyväksymistä ja rohkeutta uskaltaa kohdata erilaisuutta lähtökohtaisen ennakkoluulottomasti ja toista arvostaen. Tämän arvon tiedostaminen ja sen vaaliminen käytännön tasolla on varmasti haaste myös jokaiselle kasvatus- ja opetusalan ammattilaiselle. Kasvatuksellisissa tilanteissa ovat aina läsnä erilaiset roolit ja statukset, jolloin aidon, arvostavan yhteyden löytäminen vaatii sekä sensitiivisyyttä että tilanneherkkyyttä (Baker 2009, 126; Muller Mirza ym. 2009, 82). Myös oman ilmaisun tunnistaminen ja tietoiseksi tekeminen on kasvattajalle hyödyllistä, sillä oma intentio ja muille havaittavissa oleva ilmaisu voivat joskus olla keskenään ristiriidassa (Routarinne 2007, 67). Usein pelkkä katse voi kuvastaa asenteita ja arvoja paljon enemmän kuin sanat tai äänensävy (Mattila 2011, 28).

Toisen tasavertainen arvostaminen nousi myös tässä tutkimuksessa esiin sellaisissa kokemuksissa, joihin liittyi oppilaan ja opettajan välinen suhde. Luottamuksen ja tasavertaisen arvostetuksi tulemisen tunteen vuoksi kohtaaminen tuntui hyväksyvältä, eikä opettaja ollut statukseltaan oppilaan yläpuolella.

Esimerkiksi kuvauksessa, jossa tutkittavan pianonsoiton opettaja istui oppilaansa viereen soittamaan, tuntui toteutuvan taideopetuksen tehtävä tukea taiteellisen eläytymisen ja itsensä toteutumisen prosessia, jossa hyvä opettaja on oppilaan tunteita kuunteleva, empaattinen tuki ja ymmärtäjä (Sava 1993, 25).

Brookfield (2015) kirjoittaa, että hyvä pedagogi näkee itsensä ikuisena oppijana ja näyttää oman inhimillisyytensä ja keskeneräisyytensä myös opiskelijoilleen, jolloin ilmapiiri voi rakentua rennoksi ja hyväksyväksi ja opetuksen dialogisuus mahdollistuu. Routarinteen mukaan (2004, 29) arvostavassa ja rakentavassa vuorovaikutuksessa ilmaisulliset teot voivat monipuolistua ja ilmaisen laajeneminen taas voi antaa lisää tilaa persoonallisuuden kehittymiselle. Parhaimmillaan vuorovaikutukselliset kokemukset auttavatkin ihmistä löytämään sen omimman itsestään (Routarinne 2004, 29). Myös Kolb & Kolb (2017) muistuttavat, että oppimisympäristö, jossa keskitytään positiiviseen huomiointiin, ilmapiirin luomiseen ja psykologiseen turvallisuuteen, mahdollistaa myös kysymysten kysymisen ja virheistä keskustelun ja voi lisäksi tarjota oppilaille arvostamisen ja välittämisen kokemuksia.

5.3 Inhimillisuus

Tämän tutkimuksen tutkittavia yhdisti kokemus siitä, että *kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen* liittyi vahvasti arvostavaan kohtaamiseen. Tutkittavien kokemuksissa nousi esille se, kuinka tärkeää on tulla hyväksytyksi kaikenlaisine tunteineen myös silloin, kun kokee niiden kielteisyyden takia olevansa kenties raskasta seuraa toiselle. Tunteiden kautta ihminen saa tietoa itsestään ja kokemusmaailmastaan. Tunteet ovatkin tärkein väylä mielen hyvinvointiin ja syviin ihmissuhteisiin. (Kallio 2016, 81; Sava 1993, 36). Kielteiseksi koettuja tunteita voi olla hankalampi tuntea kuin myönteisiä, mutta nekin kannattaa ottaa vastaan ja kuunnella niiden viestejä. Siten omien tunteiden tunnistaminen ja kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen osana elämää on myös kasvattajalle tärkeä taito, jotta hän osaa erottaa ja käsitellä omia tunteitaan irrallaan toisen tunteista. (Kallio 2016, 109–110).

Aitous ja herkkyyys olla kohtaamisissa omana itsenään, epätäydellisenä ja huonoimmillaankin, vaati tutkittavien mukaan juuri sitä, että tunteet sai näyt-

tää sellaisenaan, eikä niitä tarvinnut peitellä tai teeskennellä olevansa itse jotta-kin muuta, kuin mitä on. Tämä kysyi heidän mukaansa uskallusta sekä ilmaista itse näitä tunteita aidosti että toiselta herkkyyttä ja inhimillisyyttä ottaa niitä vastaan. Toisen huomioiminen yhteisissä kohtaamisissa edellyttääkin uskallusta kysyä, tarkentaa ja olla rehellisesti myös epävarma tai epätietoinen, jolloin kuuntelun taidot korostuvat oman ilmaisun ja itsensä perustelemisen lisäksi (Schwarz 2009, 89). *Kuuntelemisen ja kuulluksi tulemisen* merkitys korostui tutkittavien kokemuksissa tunteena siitä, että toinen oli oikeasti kiinnostunut kuulemaan ja ymmärtämään omia tunteita ja ajatuksia; oli oikeasti valmis kohtaamaan. Kilpeläisen (1997, 60) mukaan tällaiseen kuuntelemisen ja kuulluksi tulemisen kokemukseen liittyy läheisesti myös tietoinen ja läsnä oleva toisen kunnioittaminen ja hänen kuuntelemisensa hänen itsensä vuoksi. Tällaisessa hetkessä kaikki mitä toinen sanoo, on tärkeää, eikä toinen myöskään keskeytä tai pyri tuomaan ratkaisua tai selitystä liian aikaisin. (Kilpeläinen 1997, 60–68.)

Paineiden ja haasteiden keskellä oman ainutlaatuisen ihmisyytensä ja persoonallisen, luovan ilmaisunsa vaaliminen voi olla vaikeaa, ja siinä onnistumisessa painottuvat omien tunnetaitojen, etenkin myötätunnon merkitys (Pessi ym. 2017, 9). Myötätunto on ihmisyyttä, inhimillisyyttä ja jonkinlaista syvempää, arvostavaa yhteyttä sekä itseen että toisiin ihmisiin ja myötätunto itseä kohtaan näkyy myötätuntona myös toisia kohtaan (Kallio 2017, 142). Se voi olla toisen edun laittamista oman edun edelle, auttamista tai ystävällisyyttä, joka saa toisen tuntemaan olonsa kohotetuksi. Avaamalla sydämemme toisillemme ja kohtelemalla heitä rakkaudella ja myötätunnolla, ylevöitämme sekä meitä ympäröivät ihmiset että itsemme. Myötätuntoisten tekojemme väreet ovat olemassa vielä pitkään sen jälkeenkin, kun olemme poissa. (Smith 2018, 89.) Myös talouden voima tulee lopulta itseisarvollisen hyvän kautta – siitä, että ihmiset voivat hyvin, kokevat merkityksellisyyttä ja ovat sisäisesti motivoituneita. Panostamalla myötätuntoon panostetaan siis myös ihmisten mahdollisuuteen elää merkityksellistä elämää (Pessi & Martela 2017, 29.)

Näihin teorioihin peilaten voi todeta, että myötätunto on inhimillisen yhteenkuuluvuuden ytimessä, myös tämän tutkimuksen tuloksissa. Eräs tutkittavista oli kokenut voimakasta hyväksyntää tilanteessa, jossa hänelle vaikea kokemus tehtiin näyttämöllä näkyväksi psykodraaman keinoin. Kallion (2016, 99)

mukaan parhain keino säädellä tunteita on jakaa ne toisten kanssa, liittymällä toisiin. Esimerkiksi psykoterapian teho perustuu omien hankalien kokemusten käsittelyyn ja ymmärtämiseen yhdessä toisten kanssa, turvallisessa ja luottamuksellisessa ihmissuhteessa (Kallio 2016, 99). Terapeuttisessa draamassa tekeminen ja keho vievät elettyyn kokemukseen ja toiminnassa luodaan taiteen keinoin tilaa ihmisen eheytymiselle. Tämän vuoksi taide tulisikin nähdä luontevana yksilöllisen kuntoutustoiminnan muotona sekä kasvatuksessa että sosiaali- ja terveydenhuollossa. (Pulli & Viirret 2015, 297)

Intuitiivisella ja inhimillisellä tiedolla on keskeinen asema persoonallisuuden kasvussa, ja siksi taiteilla voidaan yleisestikin ajatella olevan myös terapeuttista ja eheyttävää vaikutusta ihmiselle. Merkitykselliseksi taiteellisen kokemuksen tekee se, missä määrin ihminen voi sen keinoin toteuttaa ja ilmaista itseään ja tunteitaan. (Sava 1993, 25.). Taiteellinen toiminta on yksi tapa hahmottaa inhimillisen elämän ilmiöitä: avata näkökulmia ja kasvattaa myötätuntoista tietoisuutta suhteessa itseen, toisiin, yhteiskuntaan ja kulttuuriin. (Pulli & Viirret 2015, 297.)

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2016, 104) korostetaan oppimisen laaja-alaisuutta ja monipuolisen ilmaisun merkitystä ja nähdään esimerkiksi draamakasvatus muiden oppiaineiden kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä vahvistavana tekijänä. Toivasen (2002, 212–217) mukaan draamallinen toiminta tukeekin sekä sisäistä että sosiaalista kehitystä ja samaistumiskokemukset ryhmistä ja vertaisten hyväksynnästä ovat siinä hyvin merkityksellisiä. Draamassa kohtaamisia tapahtuu myös ryhmän sisällä ja ne voivat vahvistaa ja voimaannuttaa ihmistä sekä omana kokemuksena että ryhmän yhteisenä kokemuksena.

5.4 Intuitio

Sanaton, aistittavissa oleva yhteys nousi esiin tutkittavien kokemuksissa sekä eleinä, ilmeinä ja kosketuksena että jonakin sellaisena, jota ei voinut sanallistaa, mutta jonka olemassaolon vain jollakin lailla tunsin. Ihminen avautuukin maailmaan tai maailma avautuu ihmiselle aistimisessa, ja tuo aistisuus sisältää sekä henkiset että materiaaliset aktit ja momentit. Tämä kaikki on ihmisen maailmasuhteessa

yhtä, eikä hän tee näiden välille eroa. (Laine 1995, 44–45.) Tietoinen läsnä oleminen voi mahdollistaa maailman katsomisen avoimin korvin, tarkoin silmin, vastaanottavin sydämin ja keskittyvin kosketuksin, aktiivisesti tietoisena siitä, mitä parhaillaan tapahtuu (Kallio 2016, 71). Aistisuuden piiriin kuuluu koko ihmisen todellisuus, sekä luonto että henki. Henkisenä pidetyt ilmaukset ovat siten olemassa vain aistivalle ihmiselle. (Laine 1995, 45.) Kaikkea ei myöskään voikaan kuvailla sanoin, sillä ihmisen käsittämiskyky on rajallinen (Rauhala 1999, 54).

Asta Raami (2016), joka on tutkinut intuition ja sisäisen tietämisen monimuotoisuutta, toteaa, ettei intuitiivinen tieto rajoitu vain aivoihin, vaan myös koko kehomme muistaa, tuntee ja vaistoa. Esimerkiksi ajatusten laatu ja koetut tunteet vaikuttavat sydämen sykkeen luomaan magneettiseen kenttään, jolloin ympärillämme oleva kenttä sisältääkin erilaista informaatiota ajatustemme ja tunteidemme mukaan. Vaikka emme tietoisesti osaisikaan havaita tätä informaatiota toisissamme, voimme huomioda sitä luonnostaan, intuitiivisesti, ja kentän vaikutus voi toimia myös ilman katsekontaktia. (Raami 2016, 225.) Tällaista intuitiivista yhteyden tunnetta tutkittavat kokivat esimerkiksi suhteessa kosketuksen hyväksyvään voimaan tai toisen tunteisiin tai toiveisiin tilanteissa, joissa saattoi vain jotenkin vaistota jo kauempaa, että toinen on surullinen ja kaipaa lohdutusta.

Aistien, intuition ja tietoisien läsnäolon merkitys nousi tämän tutkimuksen aineistossa esiin myös esimerkiksi ihmisen suhteessa luontoon. Luonto koettiin rauhoittavaksi, hyväksyväksi elementiksi, jossa oma olemassaolo sai oikeutuksen, tulevaisuus tuntui toiveikkaammalta ja *kiireettömyys ja rauhan tuntu* olivat läsnä. Vaikka emme aina huomaakaan sitä tai anna sille toteutumistilaa, elämme myös kauneuden ehdoilla ja kauneuden kokemisen primäärinä lähteenä on luonto. Ihmisen on mahdollista asettaa kauneus arvoksi elämässään, tavoitella sitä ja kokea sen ilmenemismuodoista tyydytystä. (Rauhala 1999, 61–63.) Kiireettömyyden elementtiin liittyi tutkittavien kuvauksissa tällaista kauneuden kokemista myös suhteessa yhteisen hetken kauneuteen ja siihen pysähtymiseen. Vaikka sitä ei voinutkaan tarkasti kuvailla, oli hetkessä jonkinlainen arvostava juhlantuntu ja kiitollisuus toisen läsnäolosta. Raamin (2016, 212) mukaan joskus voi ollakin niin, että vain tiedämme asiat intuitiivisesti, ilman että

osaamme selittää tai sanoittaa niitä. Tuota selittämistä tai analysoimista voi yrittää, mutta samalla se tuntuisi vain kaventavan kokemuksen rikkautta. Osa kokemuksista on mykistävän kauniita, niin kauniita, että niiden äärelle voi vain pysähtyä, antautua ja olla. (Raami 2016, 213.)

Dispenzan (2011, 353) mukaan sisäiset ajatukset ja tunteet heijastuvat ulkoiseen ympäristöön, ja ollessaan sinut itsensä kanssa ihminen onkin sama sekä sisäisesti että ulkoisesti. Lisäksi yhteys omaan tietoisuuteen on sitä, että tietää mitä tekee, ja että se mitä tekee, vaikuttaa myös omaan todellisuuteen. Tällöin mielikin voi avautua laajemmille mahdollisuuksille. (Dispenza 2011, 354–356.) Keskittymisellä voi harjoittaa tietoisuuden liikkeitä ja opettaa itseään pysymään läsnä tässä hetkessä ja samalla myös läsnäolo on tie tietoisuuteen. Intuitio on ihmismielen aluetta, johon liittyy rikas merkityksellisyys. Jotkut meistä ovat herkempiä kuin toiset, visuaalisesti ja aistillisesti tarkkoja ja kenties lähtökohdaisesti intuitiivisempia, mutta jokaisen on kuitenkin mahdollista oppia intuitiivisemmaksi. (Raami 2016, 102, 200–201.) Tämän tutkimuksen tutkittavien kokemuksissa läsnä olemisen tunteiden voimaannuttava vaikutus valoi heihin rohkeutta panostaa hetkessä läsnä olemiseen myös tietoisesti, aitona omana itsenään.

5.5 Elinikäinen oppiminen

Kaikki tutkittavat toivat omissa kokemuksissaan reflektoinnin merkityksen esiin jossakin muodossa. Koetun reflektointi tarkoitti heille esimerkiksi sitä, että kokemus sai tämän reflektoinnin myötä laajempia merkityksiä ja muutti omaa elämää tai omia toimintatapoja merkittävästi pitäen yllä elinikäisen oppimisen näkökulmaa. Kokemus sai tavallaan laajemmat merkityksensä vasta tässä reflektiossa, vaikka olikin jo kohtaamisen hetkellä voinut aiheuttaa hyväksynnän kokemuksen. Kokemuksessa tuntui siis tapahtuvan jotakin niin voimaalista, että koettu muutti myös kokijaa pysyvästi.

Kolbin (Kolb & Kolb 2017) hahmottelemassa oppimisen kehässä oppiminen nähdään tutkittavien kuvailujen kaltaisena prosessina, jossa uutta tietoa luodaan kokemuksissa ja niiden käsitteellistämässä. Oppiminen etenee kehämäisesti uuden asian kokemisesta sen reflektointiin, käsitteellistämiseen ja

käytännön viemiseen uusissa kokemuksissa (Kolb & Kolb 2017). Myös Mezirow (1995, 30–35) näkee oppimisen prosessina, jossa on kyse toisen arvojen, ihanneiden ja ratkaisujen ymmärtämisestä vuorovaikutuksellisissa prosesseissa. Reflektion tavoite on Mezirowin (1995, 35) mukaan omien uskomusten oikeutuksen kriittinenkin selvittely, joka vaatii pysähtymistä ja tilanteen arvioimista uudelleen. Tällainen kriittinen refleктоiva prosessi voi muuttaa niitä tapoja, joilla ihminen arvioi ja antaa merkityksiä niin itseään, toisia kuin maailmaakin koskeville kokemuksille. Oppiminen edellyttää siten vuorovaikutusta ja vaihtoehtoisten perspektiivien hahmottamista (Mezirow 1995, 25–27, 396.)

Tutkittavien kokemissa hyväksyvän kohtaamisen laajemmissa merkityksissä korostuivat esimerkiksi kokemuksen reflektoinnista seurannut *näkökulmien avartuminen, palautteen hyödyntäminen tai muutoksen käynnistyminen*, joissa kaikissa omia kokemuksia ja omaa toimintaa oli tarkasteltu myös tällaisen kriittisen reflektion valossa. Tutkittavat näkivät tärkeäksi oman motivoituneisuutensa tässä itsensä kehittämisen jatkuvassa työssä, jotta he osaisivat olla tulevissa kohtaamisissa vielä hyväksyvämpiä toisia kohtaan. Itsensä kohtaamisen taidot ovatkin yhteydessä taitoihin kohdata toisia ja toisinpäin, koska kohtaamisessa toisen äärellä on samalla osattava asettua itseensä, jotta voi ymmärtää ja havainnoida myös toisen reaktioita oman toimintansa seurauksena (Kallio 2017, 155). Kriittinen ajattelu merkitsee siten myös omien uskomusten ja oman käyttäytymisen perustana olevien olettamusten tunnistamista ja niiden perustelemiseen kykenemistä (Brookfield 1995, 201).

Tässä yhteydessä nousi tutkittavien kokemuksissa esiin myös *omien tunteiden tunnistamisen* merkitys, ja se, kuinka tutkittavat olivat kokeneet reflektoinnin myötä tässä kehittyneensä. Jotta oppimistaan voi kehittää, täytyykin tiedostaa vuorovaikutukseen liittyviä tunteita (Schwarz 2009, 89–91) ja tunteiden tunnistamisella ja niiden säätelyllä tiedetään olevan yhteys sosiaalisiin taitoihin, oppimiskykyyn ja hyvinvoivaan mieleen (Kallio 2016, 82). Omien mukavuusalueiden tietoinen laajentaminen on oman oppimisen ja itsetuntemuksen kannalta hyvin tärkeää ja vuorovaikutuksellinen joustavuus onnistuu parhaiten turvallisessa ilmapiirissä, jossa mukavuusalueiden rajoja voidaan ylittää ilman pelkoa, häpeää tai noloutta (Routarinne 2007, 69). Kuka tahansa, missä tahansa ja missä asemassa tahansa voi myös muuttaa omia ja toisten tunteita vaalimalla

pieniä yhteyden hetkiä. Korkealaatuiset yhteydet voivat esimerkiksi elvyttää työyhteisöjä ja niiden työntekijöitä ja auttaa organisaatioita toimimaan paremmin (Smith 2018, 88–89).

Yhteyden elvyttävästä vaikutuksesta kertoivat myös tutkittavien kokemat *voimaantumisen ja vapautumisen* tunteet, joiden he näkivät olevan seurausta hyväksyvistä kohtaamisista. Tällaisiin kokemuksiin sisältyi heidän kuvauksissaan oivalluksia siitä, että muillakin on huolia, ongelmia ja riittämättömyyden tunteita. Jotta pystyi itse voimaantumaan tai vapautumaan, täytyi saada joko konkreettista hyväksyntää omalle haavoittuvaisuudelle taikka kokemus toisen samankaltaisesta haavoittuvuudesta ja keskeneräisyydestä, elinikäisen kanssaoppijan samaistuttavasta roolista. Näiden kokemusten ja oivallusten myötä oli helpompi nähdä *keskeneräisyys voimavarana* ja olla sen seurauksena myös *rohkeammin hetkessä läsnä*, menneitä murehtimatta tai tulevaan kiirehtimättä. Onkin totta, että ei ole olemassa täydellistä ihmistä, vaan jokainen meistä tasapainottelee mielensä kanssa enemmän tai vähemmän (Kallio 2016, 79). Myös Torres (2013, 10) muistuttaa, että elinikäisen oppimisen tarve osoittaa ihmisympäristön tarpeita, ja siinä ovat keskeisiä muun muassa henkinen kasvu ja oma terveys ja hyvinvointi.

Vaikka tutkittavien kokemuksissa korostui reflektion ja motivoituneen itsensä kehittämisen merkitys tulevia kohtaamisia silmällä pitäen, kokivat he silti, ettei hyväksyvää kohtaamista voi ennakoitavasti järjestää eikä laittaa tapahtumaan. On siis *hyväksyttävä kukin kohtaamistilanne sellaisenaan*, myönnettävä siihen, että se tapahtuu, jos tapahtuu, eikä sitä voi pakottaa. *Pysyvät jäljet* aiemmin koetusta hyväksynnästä vaalivat kuitenkin omaa halua ja herkkyyttä huomata hyviä hetkiä ja tarttua niihin, edistää omalta osaltaan *hyvän kierrettä*. Pienet, toistuvat hyväksynnän kokemukset muodostavatkin ajan saatossa vahvan virran, joka tukee ja kannattelee myös hankalampien asioiden kestämisessä (Kallio 2017, 139). Läheisillä ihmissuhteilla ja korkealaatuisilla yhteyksillä on yksi yhteinen piirre: molemmat edellyttävät toisiin keskittymistä ja tietoista yhteiseen hyvään pyrkimistä, ja yhteisen hyvän ja jaetun ihmisyyden voima on yhden ihmiselämän suurin voima (Kallio 2017, 142; Smith 2018, 89). Tällaista jaetusta yhteydestä syntynyttä voimaa myös tutkittavat toivat esiin kuvauksiinsa.

6. POHDINTA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli saada inhimillistä ja kokemuksellista tietoa hyväksyvään kohtaamiseen liittyvistä elementeistä ja siihen sisältyvistä laajemmista merkityksistä. Pohdin tässä luvussa yhteenvedona tämän tutkimuksen johtopäätöksiä ja ehdotan lopuksi mahdollisia jatkotutkimuksen aiheita.

6.1 Johtopäätökset

Kohtaaminen on ihmisyyden ydintä. Se on siten keskeistä kasvatus- ja opetus-työssä, mutta koskettaa vahvasti myös monia muita tieteenaloja. Samalla hyväksyvän kohtaamisen ilmiö on kaikille tuttu, ja siihen liittyvät elementit ja laajemat merkitykset tuntuvat tavallaan itsestäänselviltä asioilta. Myös tämän tutkimuksen tulokset tukevat aiempaa kohtaamista ja hyväksyntää koskevaa tutkimustietoa. Lisäksi tutkittavien kokemuksissa korostuivat kohtaamisen inhimilliset piirteet, ja se, kuinka suurista merkityksistä pienet ja arkisetkin yhteyden hetket voivat saada aikaan. Onkin varmasti hyödyllistä ja ajankohtaista pohtia sitä, nouseeko tällainen inhimillinen tarve hyväksynnälle ja alttius haavoittuvaisuudelle tarpeeksi yleiseen keskusteluun?

Tutkittavat toivat kuvauksissaan vahvasti esiin kohtaamisen ja vuorovaikutuksellisuuden haasteellisuutta. Heidän kokemuksissaan korostui se, että hyväksyvä kohtaaminen vaatii toteutuakseen ihmiseltä tahtotilaa, valmiutta hyväksyä toinen ytimeen asti ja kykyä nähdä yhteisen hetken merkityksellisyys. Aina hyväksyvä kohtaaminen ei tästä tahtotilasta huolimatta toteudu; eikä sitä voi väkisin pakottaa tapahtumaan. Mutta varmaa on myös se, että ilman tätä valmiutta se ei ainakaan tapahdu. Siksi sen arvon tunnistaminen on tärkeää. Tämän tutkimuksen tulokset voivat avata uusia näkökulmia hyväksyvän kohtaamisen ymmärtämiseen.

Kohtaaminen on keskeinen osa ihmisyyttä, koska vuorovaikutussuhteissaan ihminen jäsentää käsityksiään sosiaalisesta maailmasta ja itsestään sen

osana (Himberg ym. 2002, 82). Kasvatus- ja koulutusmaailma on osa tätä elämismaailmaa, joten myös sen merkitys on siksi suuri. Vaarana on kuitenkin se, että vuorovaikutukselliset suhteet jäävät kasvatuksessa ja opetuksessa pinnalliseksi, eivätkä inhimillisyyttä korostavat idealistiset tavoitteet toteudu käytännön tasolla. (Sandberg 2013, 98–100.) Wihersaari (2011) on tutkinut väitöskirjassaan aidon kohtaamisen käsitettä opettajuuden näkökulmasta. Hän kirjoittaa, että vaikka kohtaaminen on kasvatuksessa keskeisintä, määrittäytyy opettajuus kasvatuksellisten lähtökohtien sijaan herkästi sen ulkopuolisesta maailmasta yhteiskunnallisine ulottuvuuksineen. Aito kohtaaminen vaatii kuitenkin aitoa dialogisuutta ja dialogisuuden arvon tiedostamista omassa opettajuudessa. (Wihersaari 2011, 279 – 283.)

Myös Uusitalo (2016, 113) toteaa, että kasvatuksellisissa kohtaamisissa paljastuu niiden todellinen luonne ja eettisyyden taso sekä se, antaako kasvattaja arvoa vapaudelle, dialogisuudelle ja tasavertaisuudelle. Esimerkiksi draamakasvatuksessa yhteisten merkitysten löytäminen ja yhteinen jakaminen perustuu osallisuuden tunnistamiseen ja toteutumiseen avoimissa prosesseissa, valasta vapaassa tilassa, ilman varauksia (Heikkinen 2002, 105; Uusitalo 2016, 114). Kuten edellisessä luvussa todettiin, on yhteisöllisyyden arvo ja draamalliset työtavat nostettukin uudessa opetussuunnitelmassa esiin ja niiden hyödyntämistä suositellaan yli oppiainerajojen. Uusitalo (2016, 120) kuitenkin muistuttaa, että draamallinen toiminta edellyttää sen tavoitteellisuuden todellista ymmärtämistä, jotta se voisi syvemmissä merkityksessään toteutua. Heikkisen (2002, 109) mukaan keskeneräisyys on draamallisessa toiminnassa voimavara, josta ammennetaan ideoita ja merkityksellisyyttä, mutta se vaatii keskeneräisyyden tunnistamista myös omassa itsessään.

Ajassa, jossa elämme, tuntuvat suorituskeskeisyys ja tehokkuusajattelu ujuttautuvan myös kohtaamisen alueelle, ikään kuin se olisi jotakin, jonka voi oppaat lukemalla tuosta vain hoidella menestyksekkäästi. Useimmat ilmaisuun liitettävät ohjeet ja ihanteet tähtäävät vaikuttavaan ja vakuuttavaan ilmaisuun ja ohjaavat kohti korkeaa statusilmaisua. Harvoin näkee ohjeistusta vaikuttamiseen, reaktioherkkyyteen ja matalan statuksen ilmaisuun. (Routarinne 2007, 73.) Tämän tutkimuksen tuloksissa nousivat vahvasti esiin sekä pitkäkestoisten ihmissuhteiden että kiireettömyyden ja rauhan kokemusten merkitys ihmisen

hyvinvoinnille. Lisäksi näissä tutkittavien kokemuksissa kohtaamisten hyväksyvä myönteisyys oli jotakin sellaista, joka sisälsi myös elämän nurjan puolen ja siihen sisältyvät virheet ja vaikeat tunteet, ihmisyyden koko kirjon. Kallio (2016, 107) kirjoittaa, että vaikka myönteisyyden taito on tärkeä, se ei onnistu väkisin pusertamalla, koska silloin siitä saattaa tulla mielen ja kohtaamisen kannalta väkivaltaista toimintaa. Aito myönteisyys ei kaihda kielteisyyttä, vaan kykenee ottamaan vastaan myös vaikeita tunteita sekä itseltä että toiselta. Hyvinvoiva mieli koostuu taidoista toimia sekä myötä- että vastoinkäymisissä. (Kallio 2016, 108–117.) Vahva toisen kunnioittaminen onkin pintaa syvemmällä, näkyen myös tilanteissa, joissa vuorovaikutukseen liittyy särmikkyyttä ja rähjäisyyttä (Mattila 2011, 79).

Uskon, että tällainen vahva kunnioittaminen voi laajemmassa mittakaavassa tukea kykyä tiedostaa yhteiskunnallista eriarvoisuutta ja sortoa. Freire (2005) puhui tässä yhteydessä dialogisesta oppimisesta, jonka tulisi perustua luottamukseen ja yhteisöllisen toiminnan voimaan. Sorron todistaminen on sorrossa mukana olemista, ja esimerkiksi vallankäyttö arkisissa ihmissuhteissa ja kohtaamisissa kuvastaa pienessä mittakaavassa koko yhteiskuntaamme. Sorto- ja valta-asetelmien tiedostaminen ja näkyväksi tekeminen ovat keinoja nousta niitä vastaan; tärkeitä muistutuksia kasvatuksen arvosidonnaisuudesta sekä toivon näkökulman tarpeellisuudesta. (Freire 2005.) Foucaultin (1980, 207) mukaan ihmisluonto etsii olemassaolon perimmäistä merkitystä ja vallasta vapaata totuudellisuutta, mutta kuinka pontevasti meitä yhteiskunnassamme tällaiseen totuudellisuuteen kannustetaan? Vallan mekanismit ulottuvat ulottuvat kaikkialle elämään ja myyvät ihmiselle totuuksia ja toimintamalleja. Samalla ne ovat myös kytköksissä tietoon ja kriittisen reflektoinnin taitoihin. (Collin & Apple 2009, 42.) Muutos on mahdollinen, mutta se on meidän omissa käsissämme. Yhteiskunta on ihmisten luoma ja ihmisten asuttama. Se on siten myös jatkuvassa prosessissa, kuten me ihmisetkin.

Tästä tiedostamisen ja kriittisen tiedon näkökulmasta olikin tämän tutkimuksen tulosten osalta merkittävää, että tutkittavat nostivat niin vahvasti esiin reflektoinnin merkityksen ja halun kehittää itseään jatkuvasti. Lisäksi on huomion arvoista, että useissa tutkittavien kokemuksissa vasta haastava elämäntilanne, kriisi tai menetys oli saanut aikaan tällaisen tietoisien ja kriittisen reflek-

tointiprosessin. Maailma tuntuu usein suorituskeskeiseltä menestyjien maailmalta, jossa omaa heiveröisyyttään ei kannata paljastaa, ja jonka kanssa joutuu sen vuoksi ehkä kasvokkain vasta suuren elämänmyllerryksen hetkellä. Tällaisessa haastavassa hetkessä ei kaikilla meistä välttämättä ole keinoja selviytymiseen tai hyväksyntää ja lohtua tarjoavia läheisiä ympärillään. Voisiko siis ajatella, että kasvatuksen ja koulutuksen olisi hyvä tarjota enemmän myös meitä kaikkia koskevan keskeneräisyyden ja nurjamielisyyden näkökulmia, kaikenlaisten tunteiden hyväksymistä ja käsittelemistä?

Toki nykyisessä kasvatus- ja opetustyössä näitä haasteita tiedostetaan ja niihin kiinnitetään laajasti huomiota. Perusopetuksen opetussuunnitelman (2016) mukaan koulun toimintakulttuurin kehittämistä ohjaa osallisuuden ja demokraattisen toiminnan edistämisen tavoite. Myös arvioinnissa perusopetuksen opetussuunnitelman (2016, 47) painopiste on osallisuutta ja vuorovaikutusta edistävässä arvioinnissa sekä kriittistä tietoisuutta kehittävässä itsearvioinnissa. Tähän tutkimukseen osallistuneet tutkittavat olivat kaikki täysi-ikäisiä, eikä heidän tarkkaa ikäänsä tai muita taustatietojaan kartoitettu tutkimuksen yhteydessä. Näin ollen on mahdotonta tietää, missä, milloin ja millaisen kasvatuksen ja opetuksen piirissä he olleet. Varmaa kuitenkin on se, että nykyisen opetussuunnitelman uudistukset eivät ole koskeneet heidän koulupolkujaan. Pohdittavaksi jää myös se, kuinka paljon kriittistä reflektiota lopulta kuitenkin voi toiselle edes opettaa? Kuinka paljon elämän arvoa tai toisen ihmisen arvoa voi lopulta opettaa? Ovatko jotkut asiat sellaisia, että ne kirkastuvat vasta omakohtaisen kokemuksen myötä?

6.2 Jatkotutkimuksen aiheita

Jäin tutkijana pohtimaan tutkittavien kuvailemia tilanteita, joissa hyväksynnän kokemus oli saanut aikaan muutoksen käynnistymisen. Mitä kaikkea tarkalleen ottaen oli täytynyt tapahtunut, että tämä muutos oli käynnistynyt? Mikä oli hyväksyvän kohtaamisen rooli muutoksessa? Entä jos tällaista kohtaamista ei olisikaan tullut, mitä siitä olisi seurannut? Liittyikö näihin kokemuksiin sellaisia piirteitä, joiden merkityksen ymmärtää ehkä vasta paljon myöhemmin? Jatkotutkimuksena tätä tutkimusta voisi syventää haastattelemalla tähän tutkimuk-

seen osallistuneita ihmisiä ja pyytää tarkentavia tietoja heidän kokemuksistaan. Myös ristiriitaisten tunteiden osuus hyväksyvissä kohtaamisissa nousi tutkimuksessa esiin. Tutkittavien kokemuksissa hyväksyntää ja tarjottua tukea ei aina otettu vastaan tai sen vastaanottaminen tuntui itselle vaikealta. Loukatuksi tuleminen tuntui myös pahalta ja saattoi aiheuttaa pitkävihaisuutta ja vaikeuksia antaa toiselle anteeksi. Näitäkin kokemuksia voisi haastatteluisissa syventää ja pureutua sitä kautta tarkemmin tähän hyväksynnän ilmiön varjopuoleen.

Tutkittavat toivat vahvasti esiin myös sen, miten suuri merkitys intuitiolla on kohtaamisissa ja miten helposti yhteys ja sama aaltopituus parhaimmillaan löytyy. Lisäksi he korostivat sitä, kuinka paljon erilaisia tapahtumia vuorovaikutukselliset tilanteet sisältävät ja kuinka vähän niissä on lopulta sellaista, mihin voi itse vaikuttaa. Tästä näkökulmasta ajatellen ei vuorovaikutusta tai kohtaamista voikaan koskaan täydellisesti suorittaa. Kohtaamisiin liittyy Kilpeläisen (1997, 72) mukaan paljon tunteita ja toiveita, ennustamattomia reaktioita ja menneiden kokemusten mukanaan tuomaa painoa. Jokainen ihmisen lausuma sana on menneen kokemuksen värittäjä. (Kilpeläinen 1997, 73.)

Raamin (2015, 200–201) väitöskirjatutkimuksen mukaan intuitiiviset kokemukset ovat hyvin henkilökohtaisia ja siksi usein hyvin merkityksellisiä. Niitä myös varjellaan herkästi hyvin yksityisinä, jokaisen omana hiljaisena tietona. Intuitiivisia ja inhimillisiä kokemuksia jakamalla olisi kuitenkin mahdollista syventää ymmärrystään ja tukea samalla sekä omaa että toisen intuitiivista luovaa ilmaisua. (Raami 2015, 202). Intuition arvo onkin nähty tärkeäksi myös perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2016, 20), jossa korostetaan sitä, että tieto voi rakentua hyvin monella tavalla, myös intuitiivisesti oman kokemuksen kautta. Ohjauksen on oltava kannustavaa, jotta luottamus omiin kykyihin ja omiin mahdollisuuksiin karttuisi (POPS 2016, 17). Myös Raamin (2015, 104) tutkimusten mukaan intuitiivisen tiedon tukeminen vahvistaa itsetuntoa, koska intuitio on sisäistä, henkilökohtaista tietoa. Ohjauksen avulla omaa intuitiotaan voi oppia hyödyntämään yhä paremmin osana ajatteluaan (Raami 2015, 197). Yksi jatkok tutkimuksen aihe olisikin tarkastella intuitiivisen tiedon ja luovuuden tukemisen toteutumista ohjauksessa ja opetuksessa.

Hyväksynnän kokemukset ja yhteyden tunne nousivat tässä tutkimuksessa esiin myös taiteellisten elämysten yhteydessä. Tätä aihetta olisi kiinnostavaa

tarkentaa tutkimalla niitä tekijöitä, joita yhteyden syntymiseen ja jaettuun kokemukseen taiteellisessa toiminnassa liittyy. Hanna Poikonen (2018) on tanssin neurotieteen väitöskirjassaan tutkinut aivotoiminnan synkronoitumista tanssissa ja musiikissa. Hän on tutkimuksessaan pyrkinyt ymmärtämään aivokuoren prosesseja ja havaitsi tutkimuksessaan sen, että esimerkiksi yhdessä improvisoivien muusikoiden tai tanssijoiden aivoitoiminta synkronisoitui aistien, vuorovaikutteisen informaation ja liikkeen kautta niin, että kyse oli jaetusta kokemuksesta. (Poikonen 2018.) Viirretin (2018) tutkimuksessa aitoa kohtaamista tutkittiin draamallisessa toiminnassa draamaopettajan näkökulmasta. Opettajan työtapaan liittyvinä keskeisinä elementteinä tutkimuksessa nousivat esiin tilan antaminen, toisen arvostaminen, kuunteleminen ja aito välittäminen. Yhteyden muodostumiseen draamaopettajan ja opiskelijoiden välille vaikuttivat muun muassa jaettu ymmärrys yhteisestä kokemuksesta, avoimuus ja toimintaan sitoutuminen sekä keskeneräisyyden ja erilaisten näkökulmien hyväksyminen osana toimintaa. (Viirret 2018.) Näihin näkökulmiin peilaten voisi kohtaamisen kokemuksia taiteellisessa toiminnassa tutkia jatkossa esimerkiksi draamakasvatuksen opiskelijoiden näkökulmasta.

6.3 Lopuksi

Koin tämän tutkimuksen hyvin haastavaksi, mutta myös hyvin palkitsevaksi ja erittäin kiinnostavaksi ja opettavaiseksi. Tutkimukseen osallistui kymmenen tutkittavaa, ja heidän omien kokemustensa kuvauksista kertynyt aineisto oli rikas. Aineiston lähestyminen aineistolähtöisesti ja fenomenologista lähestymistapaa noudattaen tuntui itselleni tutkijana ainoalta oikealta metodilta, mutta sen toteuttamisessa oli minulla myös haasteita.

Ankaruus tarkoittaa Varton (2005, 14) mukaan ihmistä tutkivassa tieteessä sitä, ettei tutkijalla ole lupaa tehdä sellaisia toimia, jotka ohentavat tutkimuskohdetta niin, että sen merkitys tuhoutuu. Analyysivaiheessa koin tämän haastavaksi; halusin kunnioittaa aineistoani ja sen merkityksellisyyttä myös yksilöllisellä tasolla, enkä ollut siksi varma siitä, miten parhaiten jäsentäisin ja esittelisin tuloksia lukijalleni. Toisten kokemusten ymmärtäminen ei ole helppoa arkielämässä eikä se ole sitä tutkimustyössäkään (Lehtomaa 2009, 192). Näin tämän

itsekin koin ja käytin siksi aineistoni huolelliseen tutustumiseen runsaasti aikaa. Kysymykset, joita tässä vaiheessa pohdin, liittyivät siihen, osaanko varmasti sulkeistaa oman esiyttämykseni tutkittavasta ilmiöstä ja pystynkö oikeasti kohtaamaan oman aineistoni avoimin mielin. Aina, kun palasin aineistoon uudelleen, huomasin joitakin seikkoja, jotka olin aiemmilla kerroilla tyynesti ohittanut. Näistä syistä jouduin matkan varrella monesti refleктоimaan myös omia kokemuksiani ja käsityksiäni. Fenomenologinen tutkimus kulkeekin aina myös tutkijaan päin, ja jotta tutkija voi kohdata toisen, on hänen kohdattava myös itsensä ja juurtuneet ajattelutottumuksensa (Lehtomaa 2009, 192).

Tunsin tätä tutkimusta tehdessäni paljon syviä liikituksen tunteita ja samalla nöyrää kiitollisuutta tutkittaviani kohtaan. He paljastivat minulle todella rohkeasti itsestään hyvin henkilökohtaisia kokemuksia. Nämä kokemukset kertoivat minusta ennen kaikkea siitä, että me ihmiset olemme haavoittuvaisia, ja näiden haavojemme vastapainoksi me tarvitsemme paljon aitoa ja syvällistä hyväksyntää toisiltamme. Silloin haavoista ei välttämättä seuraakaan lisää haavoja, joita haavoitettu ripottelee edelleen ympäristöönsä. Sen sijaan ne voivat tulla hyväksynnällä lääkityiksi; kohdatuiksi ja hoidetuiksi. Tästä hyväksynnästä voi myös seurata uutta muutosta ja uutta ymmärrystä, joka voi auttaa taas uusia ihmisiä. Näin hyväksyntä voi oikeasti synnyttää hyväksyntää ja mahdollistaa hyvän kierteen.

Pessin & Martelan (2017, 29) mukaan myötätunto on hyvin keskeinen osa ihmisyyttämme; inhimillistä ja kohottavaa. Arjen myötätunnosta rakentuu myös yhteiskunnan luottamus ja lopulta koko ihmiskuvamme. Mitä enemmän teemme hyvää, sitä enemmän saamme hyvää. (Pessi & Martela 2017, 29.) Pienet ja arkiset asiat ovat myös usein hyvin arvokas osa elämää, minkä vuoksi hyvien hetkien huomaaminen, niihin pysähtyminen ja niille antautuminen voivat vaikuttaa mieleen syvästi (Kallio 2017, 139). Uskon, että juuri nämä pienet asiat ovat lopulta niitä kaikkein suurimpia. Siksi onkin hälyttävää, että resurssit niin terveydenhuollossa kuin kasvatus- ja opetusallakin jatkuvasti kiristyvät. Resurssien vähentäminen suurentaa ryhmiä ja vähentää samalla niin työntekijöiden määrää kuin pysyvyyttä ja hyväksyviä kohtaamisiakin. Näin näistä vähennyksistä syntyvät pienet säästöt voivat lopulta johtaa hyvin suuriin kustannuksiin. Pelottavan suuriin.

Tässä tutkimuksessa tutkittavien kuvauksia yhdisti kokemus siitä, että hyväksyntään pyrkivällä oli uskallusta mennä toisen lähelle ja kohdata toinen kauniisti huolimatta siitä, oliko tämä toinen tuttu vai tuntematon. Heidän kokemuksissaan nämä pienet ja arkisetkin hyvät teot saattoivat saada hyvin laajoja merkityksiä ja siten rohkaista heitä toimimaan jatkossakin samoin. Myös Smith (2018, 89) kirjoittaa, että emme voi päättää sitä, luoko joku toinen meihin hyväksyvän yhteyden, mutta voimme vaikuttaa siihen, teemmekö itse aloitteen tai vastaammeko sellaisiin silloin, kun ne osuvat kohdalle. Voimme kulkea hyväksyen toisiamme kohti sen sijaan että välttäisimme toisiamme. Voimme vastata vihaan rakkaudella ja osoittaa arvostusta sen sijaan, että jätämme toisen huomiotta. (Smith 2018, 89.) Tällaista aitoa välittämistä osoittaa mielestäni hyvin myös tämä alla oleva kuvaus. Se on lainaus erään tutkittavan kokemuksesta, jossa hän kohtasi juuri läheisensä menettäneen ihmisen. Lainaus kertoo siitä, kuinka myös itselle vieraan ihmisen kanssa voi hetkeksi löytyä yhteys, josta muodostuu merkityksellinen kokemus. Hyväksyvä kohtaaminen.

Laitoin käteni hänen olkapäälleen, en sanonut mitään. Semmoinen lämmön ja surun tunne kulki välillämme. Hän alkoi kertomaan suruaan. En juuri sanonut mitään, kuuntelin ja katselin hänen uupunutta suruaan. Erosimme levollisella mielellä, uskon niin. En ollut pelännyt hetkeä millään tavalla. Luulen että minusta oli hetken lohtua, vieraasta ihmisestä. (T3)

LÄHTEET

- Baker, M. 2009. Argumentative Interactions and the Social Construction of Knowledge. Teoksessa N. Muller Mirza & A-N. Perret-Clermont (toim.) *Argumentation and education. Theoretical foundations and practices.* Dordrecht: Springer, 127 – 144.
- Berger, P. & Luckmann, T. 1994. *Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen.* Helsinki: Gaudeamus.
- Brookfield, S. 1995. Kriittiset tapahtumat oppijoiden olettamusten tutkimisessa. Teoksessa Mezirow, J. ym. 1995. *Uudistava oppiminen. Kriittinen reflektio aikuiskoulutuksessa.* Helsinki: Helsingin yliopisto, 198–213.
- Brookfield, S. 2015. *The skillful teacher: on technique, trust, and responsiveness in the classroom.* USA: Jossey-Bass.
- Buber, Martin. 1993. *Minä ja Sinä. Saksankielinen alkuteos Ich und Du.* Martin Buber Estate, 1923. Juva: WSOY:n graafiset laitokset.
- Collin, R. & Apple, M. W. 2009. *New Literacies and New Rebellions in the Global Age.* Teoksessa M. Apple (toim.), *Global crises, social justice and education.* New York & London: Routledge, 25 – 60.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. 2003. *Introduction: The Discipline and Practice of Qualitative Research.* Teoksessa N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (toim.) *Collecting and Interpreting Qualitative materials.* California: Sage Publications, Inc, 1–46.
- Dispenza, J. 2011. *Luo itsesi uudelleen. Opas mielen rajoitteiden purkamiseen.* Helsinki: Viisas Elämä.
- Foucault, M. 1980. *Tarkkailla ja rangaista.* Helsinki: Otava.
- Freire, P. 2005. *Sorrettujen pedagogiikka.* Tampere: Vastapaino.

- Giorgi, A. 2009. The descriptive method in psychology. A modified Husserlian approach. Pittsburg: Duquesne University Press.
- Haarakangas, K. 2011. Voimistava läsnäolo. Mielen tiet lapsuudesta vanhuuteen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heidegger, M. 2000. Oleminen ja aika. Tampere: Vastapaino.
- Heikkinen, H. 2002. Draaman maailmat oppimisalueina. Draamakasvatuksen vakava leikillisuus. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Himberg, L., Laakso, J., Peltola, R., Näätänen, R. & Vidjeskog, J. 2002. Kehittyvä ihminen. Psykologia 2. Helsinki: WSOY.
- Husserl, E. 1995. Fenomenologian idea. Viisi luentoa. Helsinki: Loki.
- Kallio, M. 2016. Lujasti lempeä. Helsinki: WSOY.
- Kallio, M. 2017. Inhimillisiä kohtaamisia. Helsinki: WSOY.
- Kilpeläinen, I. 1997. Osaammeko kuunnella ja auttaa? Lähimmäiseskeisen sielunhoitomenetelmän opas. Helsinki: WSOY.
- Kolb, A. Y. & Kolb, D. A. 2017. The Experiential Educator. Principles and Practises of Experiential learning. Kaunakakai. HI: EBLS Press.
- Laine, T. 1995. Filosofiaa aistisuuden ja kehollisuuden lähtökohdista. Teoksessa T. Laine & P. Kuhmoinen. Filosofinen antropologia. Ihmisen kokonaisuutta etsimässä. Jyväskylä: Atena kustannus, 39–61.
- Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, epub, 28–45.
- Leary, M. R. 2006. A Functional, Evolutionary Analysis of the Impact of Interpersonal Events on Intrapersonal Self-processes. Teoksessa K. D. Vohs & E.J. Finkel (toim.) Self and relationships: Connecting interpersonal and interpersonal processes. New York & London: Guilford Press, 219–260.
- Lehtomaa, M. 2009. Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) Koke-

muksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 163–194.

- Lovat, T. 2013. Jürgen Habermas: education`s reluctant hero. Teoksessa M. Murphy (toim.) Social theory and education research: Understanding Foucault, Habermas, Bourdieu and Derrida. Abingdon, OX: Routledge, 69–84.
- Mahlakaarto, S. 2010. Subjektiksi työssä. Identiteettiä rakentamassa voimaantumisen kehitysohjelmassa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Mezirow, J. 1995. Kriittinen reflektio uudistavan oppimisen käynnistäjänä. Teoksessa J. Mezirow ym. Uudistava oppiminen. Kriittinen reflektio aikuiskoulutuksessa. Helsinki: Helsingin yliopisto, 17–38.
- Mezirow, J. 1995. Kohti uudistavaa oppimista ja emansipatorista koulutusta. Teoksessa Mezirow, J. ym. Uudistava oppiminen. Kriittinen reflektio aikuiskoulutuksessa. Helsinki: Helsingin yliopisto, 374–397.
- Moilanen, P. & Rähkä, P. 2018. Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, epub. 46–60.
- Muller Mirza, N., Perret-Clermont, A-N., Tartas, V. & Iannaccone, A. 2009. Psychosocial Processes in Argumentation. Teoksessa N. Muller Mirza & A-N. Perret-Clermont. (toim.) 2009. Argumentation and education. Theoretical foundations and practices. Dordrecht: Spinger, 67–90.
- Perttula, J. 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.
- Perttula, J. 2000. Kokemuksesta tiedoksi: fenomenologisen metodin uudelleen muotoilua. Kasvatus 31, 428–442.
- Perttula, J. 2009. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa J. Perttula, J. & T. Latomaa (toim.). Kokemuk-

sen tutkimus. Merkitys - tulkinta - ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115–162.

Pessi, A. B., Martela, F. & Paakkanen, M. 2017. Lukijalle. Teoksessa A. B. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen (toim.) Myötätunnon mullistava voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 8 – 11.

Pessi, A. B. & Martela, F. 2017. Myötätuntoista ihmistä ja työelämää etsimässä. Teoksessa A.B. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen (toim.) Myötätunnon mullistava voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 12 – 34.

Poikonen, H. 2018. Dance on Cortex – ERPs and Phase Synchrony in Dancers and Musicians during a Contemporary Dance Piece. Helsinki: Helsingin yliopisto.

POPS 2016. https://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetus-suunnitelman_perusteet_2014.pdf viitattu 25.4.2018

Pulli, T. & Viirret, T. L. 2015. Terapeuttinen draama. Teoksessa M. Huttunen & H. Kalska (toim.) Psykoterapiat. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 293 – 297.

Raami, A. 2015. Intuition unleashed: on the application and development of intuition in the creative process. Helsinki: Aalto University.

Raami, A. 2016. Älykäs intuitio ja miten käytämme sitä. Helsinki: Kustantamo S & S.

Rauhala, L. 1995. Tajunnan itsepuolustus. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, L. 1999. Ihmisen ainutlaatuisuus. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, L. 2005. Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, L. 2014. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Yliopistopaino.

Ree, J. 2000. Heidegger: Historia ja totuus Olemisessä ja ajassa. Helsinki: Ota-va.

Ricœur, P. 2000. Tulkinnan teoria. Diskurssi ja merkityksen lisä. Helsinki: Tutkijaliitto.

- Routarinne, S. 2004. Improvisoi! Helsinki: Tammi.
- Routarinne, S. 2007. Valta ja vuorovaikutus. Statusilmaisun perusteet. Helsinki: Tammi.
- Sandberg, F. 2013. Applying Habermas` theory of communicative action in an analysis of recognition of prior learning. Teoksessa M. Murphy (toim.) Social theory and education research: Understanding Foucault, Habermas, Bourdieu and Derrida. Abingdon, OX: Routledge, 98 – 113..
- Sava, I. 1993. Taiteellinen oppimisprosessi. Teoksessa I. Porna & P. Väyrynen, (toim.) Taiteen perusopetuksen käsikirja. Helsinki. Suomen Kuntaliitto, 15 – 43.
- Schwarz, B. B. 2009. Argumentation and Learning. Teoksessa N. Muller Mirza & A-N. Perret-Clermont (toim.) Argumentation and education. Theoretical foundations and practices. Dordrecht: Spinger, 91 – 66.
- Sennett, R. 2006. The culture of the new capitalism. New Haven & London: Yale university press.
- Smith, E. E. 2018. Merkityksellisyyden voima. Helsinki: Otava.
- Toivanen, T. 2002. ”Mä en ois kyllä ikinä uskonu ittestäni sellasta”. Peruskoulun viides- ja kuudesluokkalaisten kokemuksia teatterityöstä. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Torres, C. A. 2013. Political sociology of adult education. Rotterdam: Sense Publishers.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Uusitalo, M. 2016. Olen ja ihmettelen: Maailmassa -olemisen näyttämö draaman merkityksen antajana Martin Heideggerin filosofian valossa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Varto, J. 2005. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Elan Vital.
- http://arted.uiah.fi/synnyt/kirjat/varto_laadullisen_tutkimuksen_metodologia.pdf viitattu 15.2.2109

- VASU 2018. https://www.oph.fi/download/195244_Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet19.12.2018.pdf viitattu 25.4.2019
- Viirret, T. L. 2018. Dialogicality in teaching process drama : three narratives, three frameworks. NJ Drama Australia Journal, 42 (1), 51–61. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/62629> viitattu 17.3.2019
- Vilkko-Riihelä, A. 1999. Psyhyke. Psykologian käsikirja. Helsinki: WSOY.
- Virtanen, J. 2011. Fenomenologia laadullisen tutkimuksen lähtökohtana. Teoksessa J. Metsämuuronen (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. E-kirja. International Methelp, 153–213.
- Wihersaari, J. 2011. Kohtaaminen - opettajuuden ydin? Tampere: Tampereen yliopisto.

LIITTEET

Liite 1

Kirjoituspyyntö: Kokemuksia hyväksyvistä kohtaamisista

Olen Eeva Rantala, Jyväskylän yliopiston aikuiskasvatustieteen maisteriopiskelija ja käsittelen pro gradu -tutkielmassani ihmisten kokemuksia hyväksyvistä kohtaamisista. Kerään tutkimusaineistoni ihmisten kirjoituksista tämän kirjoituspyynnön avulla. Hyväksyvällä kohtamisella tarkoitan esimerkiksi sellaista hetkeä tai tilannetta, jossa on tuntenut kokonaisvaltaista hyväksynnän tunnetta, tullut jollakin lailla kohdatuksi juuri sellaisena kuin on. En oletta, että kaikki kokevat hyväksyvän kohtamisen samalla tavalla enkä siis etsi yhtä tietynlaista vastausta, vaan olen kiinnostunut kaikenlaisista kokemuksista. Kyseessä voi olla kokemus hyväksyvistä yhteydestä toiseen ihmiseen, taiteellisen elämyksen aiheuttama tunne tai jotakin aivan muuta. Oleellista on kirjoittaa itselle tärkeästä tapahtumasta ja kertoa, mitä siinä hetkessä tapahtui. Mikä kohtamisessa oli sellaista, josta hyväksynnän tunne tuli? Miltä se tuntui? Miten se on vaikuttanut sinuun? Aihe kiinnostaa minua, koska uskon, että tällainen kohtaminen voi olla ihmiselle hyvin merkityksellinen ja vahvistava. Uskon myös, että tutkimus voi lisätä tietoa näistä kohtaamisista ja vaikuttaa siten myönteisesti kasvatus- ja opetustyön kehittämiseen. Siksi toivon sinun osallistuvan tähän tutkimukseen. Kirjoituksen tyyli, muoto ja pituus on vapaa. Toivon, että merkitset kirjoituksen loppuun itsellesi keksimäsi nimimerkin, muita henkilötietojasi ei tutkimuksessa tarvita.

Otan kirjoituksia vastaan 31.12 saakka. Ne voi lähettää minulle sähköpostitse osoitteeseen tutkimus2019@gmail.com.

Liite 2

Tietosuoja-asetus (679/2016) 12-14, 30 artikla

TIETOSUOJAILMOITUS TUTKIMUKSESTA TUTKIMUKSEEN OSALLISTU- VALLE

6.11.2018

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, eikä tutkittavan ole pakko toimittaa mitään tietoja. Tutkimukseen osallistumisen voi keskeyttää.

1. TUTKIMUKSEN NIMI, LUONNE JA KESTO

Tutkimus on aikuiskasvatustieteen pro gradu-tutkielma, jonka aiheena on hyväksyvä kohtaaminen. Tutkimus on laadullinen tutkimus, jossa tutkittavaa ilmiötä tarkastellaan osallistujien kuvailemien kokemusten kautta. Tutkimusmetodina ja tutkimuksen metodologisena viitekehystenä on fenomenologia, eli aineistolähtöinen metodi, joka ohjaa tutkimuksen vaiheita. Tutkimuksen aineistona ovat osallistujien kirjallisesti kuvailemat omakohtaiset kokemukset tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimus valmistuu toukokuussa 2019.

2. MIHIN HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELY PERUSTUU

EU:n yleinen tietosuoja-asetus, artikla 6, kohta 1 Tutkittavan suostumus



3. TUTKIMUKSESTA VASTAAVAT TAHOT

Tutkimuksen tekijä: Eeva Rantala, puh. 040 5435 276, tutkimus2019@gmail.com

Tutkimuksen ohjaaja: Satu Perälä-Littunen, KT, dos., satu.perala-littunen@jyu.fi

4. TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tutkia hyväksyvää kohtaamista, eli sitä, mitä hyväksyvä kohtaaminen kokijalleen tarkoittaa, mitä siinä tapahtuu ja mitkä ovat ne elementit, jotka siitä tekevät hyväksyvää. Lisäksi on tarkoitus selvittää esimerkiksi sitä, millaisissa tilanteissa tällaisen kohtaamisen voi kokea ja tarvitaanko siihen aina toinen ihminen vai voiko hyväksyvän kohtaamisen kokea myös yksin.

Tutkimukseen voivat osallistua henkilöt, jotka ovat täysi-ikäisiä ja kykenevät ilmaisemaan itseään kirjallisesti. Osallistuminen ei ole mahdollista, jos tutkittava ei pysty kirjallisesti kuvailemaan kokemuksiaan. Tutkimukseen voi osallistua n. 10 -15 tutkittavaa.

Tutkimuksessa ei käsitellä suoria henkilötietoja, kuten nimeä, ikää tms. Tutkittavat voivat osallistua tutkimukseen keksimällään nimimerkillä. Tiedot ovat kirjoitusmuodossa, ja osia niistä voidaan käyttää lainauksina tutkimuksessa. Osallistujien toivotaan itse kiinnittävän huomiota siihen, kuinka paljon epäsuoria henkilötietoja (esim. ammatti, paikkakunta, auto-merkki tms.) he haluavat tekstissään tuoda esiin.

Kirjoitukset lähetetään tutkijalle sähköpostiin: tutkimus2019@gmail.com.

Osallistujan oma sähköpostiosoite on ainoa suora tutkijalle jäävä henkilötunnistetieto.

5. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN KÄYTÄNNÖSSÄ

Tutkimukseen osallistutaan kirjoittamalla ja kertomalla niistä omista kokemuksista, joita osallistujalla on tutkittavasta ilmiöstä. Kirjoituksen muoto, tyyli ja pituus on vapaa. Kirjoitus lähetetään liitetiedostona tutkijan sähköpostiin, josta tutkija siirtää sen Jyväskylän yliopiston kotihakemistoon verkkolevyille, jossa sitä säilytetään suojatusti koko tutkimuksen ajan.

Siirtämisen jälkeen alkuperäiset sähköpostiviestit poistetaan välittömästi.

6. TUTKIMUKSEN MAHDOLLISET HYÖDYT JA HAITAT

Tutkimus tuottaa tietoa hyväksyvän kohtaamisen olemuksesta. Aihe kiinnostaa tutkijaa, koska hän uskoo, että tällainen kohtaaminen voi olla ihmiselle hyvin merkityksellinen ja vahvistava kokemus. Tutkimus voi lisätä inhimillistä tietoa näistä kohtaamisista ja siten vaikuttaa myönteisesti kasvatus- ja opetustyön kehittämiseen.

7. HENKILÖTIETOJEN SUOJAAMINEN

Tutkimuksessa kerättyjä tietoja ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti tietosuojalainsäädännön edellyttämällä tavalla. Osallistujan henkilötietoja ei voida tunnistaa tutkimukseen liittyvistä tutkimustuloksista, selvityksistä tai julkaisuista.

Lainauksia osallistujan kirjoittamasta tekstistä voidaan käyttää tutkimusjulkaisussa, mutta näissä lainauksissa osallistuja esiintyy aina valitsemallaan nimimerkillä.

Tiedot suojataan tutkimuksen aikana niin, että ulkopuolisten pääsy tietoihin estyy. Tutkimusaineistoa säilytetään Jyväskylän yliopiston tutkimusaineiston käsittelyä koskevien tietoturvakäytänteiden mukaisesti.

Tutkimustuloksissa osallistujaan viitataan aina ainoastaan itse valitulla nimimerkillä.

8. TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksesta valmistuu opinnäytetyö.

9. TUTKITTAVAN OIKEUDET JA NIISTÄ POIKKEAMINEN

Tutkittavalla on oikeus peruuttaa antamansa suostumus, kun henkilötietojen käsittely perustuu suostumukseen. Jos tutkittava peruuttaa suostumuksensa, hänen tietojaan ei käytetä enää tutkimuksessa.

Tutkittavalla on oikeus tehdä valitus Tietosuojavaltuutetun toimistoon, mikäli tutkittava katsoo, että häntä koskevien henkilötietojen käsittelyssä on rikottu voimassa olevaa tietosuojalainsäädäntöä. (lue lisää: <http://www.tietosuojafi.fi>).

Tutkimuksessa ei poiketa muista tietosuojalainsäädännön mukaisista tutkittavan oikeuksista.

Henkilötietojen säilyttäminen ja arkistointi

Rekisteriä säilytetään Jyväskylän yliopiston kotihakemistossa suojatulla verkkolevyllä, kunnes opinnäyte on tarkastettu. Tämän jälkeen kerätty aineisto ja suostumuslomakkeet hävitetään.

10. REKISTERÖIDYN OIKEUKSIEN TOTEUTTAMINEN

Jos osallistujalla on kysyttävää rekisteröidyn oikeuksista hän voi olla yhteydessä tutkimuksen tekijään.

Liite 3

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

SUOSTUMUS TIETEELLISEEN TUTKIMUKSEEN

Minua on pyydetty osallistumaan tutkimukseen hyväksyvistä kohtaamisista.

Olen perehtynyt tutkimusta koskevaan tiedotteeseen (tietosuojailmoitus) ja saanut riittävästi tietoa tutkimuksesta ja sen toteuttamisesta. Tutkimuksen sisältö on kerrottu minulle myös suullisesti ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini. Selvitykset antoi Eeva Rantala. Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita tutkimukseen osallistumista. Ymmärrän, että tähän tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Minulla on oikeus, milloin tahansa tutkimuksen aikana ja syytä ilmoittamatta keskeyttää tutkimukseen osallistuminen tai peruuttaa suostumukseni tutkimukseen. Tutkimuksen keskeyttämisestä tai suostumuksen peruuttamisesta ei aiheudu minulle kielteisiä seuraamuksia.

Olen tutustunut tietosuojailmoituksessa kerrottuihin rekisteröidyn oikeuksiin ja rajoituksiin.

Allekirjoittamalla suostumuslomakkeen hyväksyn tietojeni käytön tietosuojailmoituksessa kuvattuun tutkimukseen.

Kyllä

Allekirjoituksellani vahvistan, että osallistun tutkimukseen ja suostun vapaaehtoisesti tutkittavaksi sekä annan luvan edellä kerrottuihin asioihin.

_____ *Allekirjoitus*

_____ *Nimen selvennys*

_____ *Päiväys*

Suostumus vastaanotettu

_____ *Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus*

_____ *Nimen selvennys*

_____ *Päiväys*

Alkuperäinen allekirjoitettu asiakirja jää tutkimuksen vastuullisen johtajan arkistoon ja kopio annetaan tutkittavalle. Suostumusta säilytetään tietoturvalisesti niin kauan kuin aineisto on tunnistellisessa muodossa. Jos aineisto anonymisoidaan tai hävitetään suostumusta ei tarvitse enää säilyttää.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO